






Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 2»

<b>Обсуждено на ШМО:</b> протокол № 1 от 26.08.2022 г. Руководитель ШМО  Е. Г. Краснова	<b>Согласовано:</b> 29.08.2022 г. Заместитель директора по учебно-воспитательной работе  А. В. Каплунова	<b>Принято:</b> на педагогическом совете: протокол № 1 от 30.08.2022 г. Секретарь педагогического совета  Т. А. Скрынникова	<b>Утверждаю.</b> И.о. директора МКОУ СОШ № 2  И. Н. Матюта Приказ № 135-пр от 30.08.2022 г. 
---	---	--	--

## Рабочая программа

элективного курса

«Мой выбор»

для 9 класса

на 2022-2023 учебный год

педагога

Ивашенцевой Ларисы Викторовны

## Пояснительная записка

**Я интересуюсь своим будущим потому, что собираюсь провести там всю свою остальную жизнь. К. Чарлз**

В жизни каждого человека наступает момент, когда предстоит сделать выбор своего дальнейшего пути профессионального самоопределения. Многие при выборе профессии руководствуются чужим мнением, стремятся к власти, шумной славе, большим деньгам. Забывая о главных вопросах для каждого человека: «Кто Я? Что Я могу?». Знания себя, своих способностей и возможностей, а также совпадение их с потребностями рынка труда - залог успеха. Быть профессионально успешным значит состояться как личность, быть угодным и полезным себе и окружающим.

**Цель курса:** Оказание помощи в профессиональном самоопределении, выборе профессии.

### **Задачи:**

1. Раскрыть возможности психологической науки в приобретении профессии;
2. Сформировать представление о механизме и путях приобретения профессии;
3. Обучить практически, применять знания о мире профессий, уметь ориентироваться на рынке труда.

В результате выполнения данного курса учащиеся должны знать сущность и содержание следующих понятий:

- психологические особенности личности;
- самоопределение;
- профессиональные интересы и склонности, способности;
- классификация, типы и подтипы профессий;

- профессиограмма;
- профессиональная пригодность;
- карьера, этапы построения карьеры;
- личный профессиональный план:
  - адекватная
  - самооценка;
  - профпригодность
  - рынок труда.

**На основе полученных знаний учащиеся должны уметь:**

- раскрывать психологические особенности своей личности;
- выявлять свои способности и профессиональные интересы;
- определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда;
- работать с профессиограммами;
- ориентироваться в типах и подтипах профессий;
- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;
- разработать этапы своей профессиональной карьеры.

**Содержание программы.**

**Знаете ли вы себя? (1 час)**

Активизация механизмов рефлексии с целью выявления интересов подростков, понимания ими себя на основе самоанализа .

### **Специальная и личностная успешность. (1 час)**

Формирование личностных качеств, необходимых для специальной и личностной успешности.

### **Темперамент и выбор профессии.(2 часа)**

Активизация процессов самопознания Отработка приемов уверенного поведения.

### **Секреты общения. Коммуникабельность.(2 часа)**

Активизация процессов самопознания через постижение внутреннего мира собеседника, формирующего первое впечатление о человеке.

### **Секреты общения. Взаимопонимание.(1 час)**

Обучение умению давать инструкции и говорить для других.

### **Секреты общения. Бесконфликтное поведение. (1 час)**

Организация деятельности, направленной на активизацию навыков общения с помощью бесконфликтного поведения.

### **В мире профессий.(2 часа)**

Классификация профессий по предмету труда, целям, житейским требованиям. Формула профессии.

### **Матрица выбора профессии(2 часа)**

Актуализация знаний о профессиях, определение сферы профессиональных предпочтений учащихся. Основные виды профессиональной деятельности. Знакомство с классификацией профессий по признаку целей и основных средств труда. Диагностика профессиональных предпочтений.



## **Профессиограмма и формула профессии.(2 часа)**

Профессиограмма и её основных составляющих. Составление профессиограммы выбранной профессии и формулы профессии.

## **Как себя представить. Составление резюме. (2 часа)**

Анализ своих возможностей и представление себя на рынке труда

Знакомство с требованиями к резюме. Составление резюме и рассылка его по электронной почте.

## **Желания и возможности. (2 часа)**

Формирование умений подростка видеть и формулировать свои потребности и проблемы, находить эффективные социально- приемлемые способы их удовлетворения.

## **Зачётное занятие. Защита проектов по выбранной профессии. (1 час)**

### **Календарно-тематическое планирование**

№	Тема занятия	Дата проведения	Количество часов	
			Теория	Практика
1	Знаете ли вы себя?	5.09	1	
2	Специальная и личностная успешность.	12.09	1	
3.	Темперамент и выбор профессии.	19.09		1
4	Секреты общения. Коммуникабельность.	26.09		1

5	Секреты общения. Взаимопонимание.	3.10	1	
6	Секреты общения. Бесконфликтное поведение.	10.10	1	
7	В мире профессий.	17.10	1	
8	В мире профессий. Практическое занятие.	24.10		1
9	Матрица выбора профессии.	7.11		
10	Матрица выбора профессии. Практическое занятие.	14.11		1
11	Профессиограмма и формула профессии.	21.11	1	
12	Профессиограмма и формула профессии. Практическое занятие.	28.11		1
13	Как себя представить. Составление резюме.	05.12	1	
14	Как себя представить. Составление резюме. Практическое занятие	12.12		1
15	Желания и возможности. Практическое занятие	19.12	1	
16	Зачётное занятие.	26.12		1

## Литература

1. Орлов В. Шаги к профессии. «Школьный психолог» №13, 2006 г. Стр. 6-10.
2. Прошицкая Е.Н. Выбирайте профессию: Учеб. Пособие для ст. кл. средней школы. - М.: Просвещение, 1991 г.
3. Романова Е.С. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограмма. 2-е изд. СПб.: Питер, 2004 г.

2. Прошицкая Е.Н. Выбирайте профессию: Учеб. Пособие для ст. кл. средней школы. - М.: Просвещение, 1991 г.
3. Романова Е.С. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограмма. 2-е изд. СПб.: Питер, 2004 г.
4. Савченко М.Ю. «Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам» Москва. «ВАКО» 2006 год
5. Технология профессионального успеха: учебник для 8-9 кл. общеобразовательных учреждений; под редакцией С.Н.Чистякова - М.: Просвещение, 2006 г.
6. Твоя профессиональная карьера: учеб. Для 8-9 кл. общеобразовательных учреждений; под редакцией С.Н.Чистякова - М.: Просвещение, 2006 г.