

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НОВОМОНЬИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
СЕЛТИНСКОГО РАЙОНА УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

РАССМОТРЕНО Руководитель РМО Северюхиной Е.А. Протокол №1  от «28» августа 2023	СОГЛАСОВАНО Заместителем директора по УВР Евграфовой Р.Н.  Протокол №1 от «30» августа 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Приказом директора Эшмаковой Т.А.  Приказ №220-од от «30» августа 2023г.
--	--	--



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Элективного курса «Я в современном мире»
для обучающихся 11 класса**

Разработчики: Эшмакова Дарья Николаевна учитель первой
категории

Новая Монья, 2023

1. Пояснительная записка

В жизни каждого молодого человека рано или поздно всегда возникает вопрос: кем стать и куда пойти для этого учиться? Еще не повзрослев и не став самостоятельными, не имея ни достаточного жизненного опыта, ни опыта принятия решений, молодые люди должны определиться в столь важном вопросе.

Выбор профессии часто в дальнейшем определяет весь жизненный путь человека. Поэтому очень важно предостеречь его в этот момент от возможных ошибок, оказать помощь в выборе дела по душе.

Данная программа позволит подросткам в доброжелательной и непринужденной обстановке рассмотреть проблемы профессионального самоопределения.

Во время занятий учащиеся смогут:

- изучить свои личностные особенности, интересы и склонности;
- получить подробную информацию об учебных заведениях и различных профессиях;
- получить информацию о правилах выбора профессии;
- определиться в выборе будущей профессиональной деятельности.

Цели курса:

формирование ответственного отношения к выбору профессиональной деятельности с учётом личностных особенностей учащихся.

Задачи курса:

- изучение профессиональной направленности учащихся;
- расширение системы представлений девятиклассников о мире профессий, их содержании и востребованности в настоящее время;
- совершенствование знаний подростков о себе, своих интересах, склонностях, потребностях, способностях и других психологических особенностях;
- развитие способностей самопознания, саморазвития, самореализации;
- формирование адекватной самооценки;

- повышение уровня психологической компетентности учащихся;
- повышение компетентности в общении, как необходимое условие успешной деятельности.

Курс рассчитан на 34 занятия по 1 часу в неделю. Занятия по форме напоминают трениговую структуру, включают в себя: профориентационные игры и упражнения, анкетирование, диагностические методики, теоретическую часть, дискуссии, моделирование профессиональных ситуаций, экскурсии.

3. Учебно - тематический план

№п/п	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Образ «Я» и выбор профессии	12	4	8
2.	Мир профессии и труда	22	12	10

4. Результаты освоения курса по выбору

Учащийся должен знать: значения профессионального самоопределения; требования к составлению личного профессионального плана; правила выбора профессии; понятия о профессиях и профессиональной деятельности, понятия профессиональной карьеры, современные формы и методы организации труда.

Учащийся должен уметь: соотносить индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии, составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его; анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка; пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- адекватного оценивания себя;
- адекватного реагирования на собственные эмоции;

- навыка социально приемлемого поведения;
- умения примерять к своим интересам и склонностям отрасли промышленности;
- избегания ошибки в выборе профессии и их последствия;
- осмысления характеристики некоторых профессий и соотнесения их со своими возможностями;
- правильного составления личного профессионального плана.

5. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятий	Даты проведения		Содержание занятий
		по плану	по факту	
Название темы: Образ «Я» и выбор профессии. Количество часов – 12				
1.	Смысл и цель жизни человека	1 нед		Понятие о смысле жизни. Цель жизни. Связь между целью и смыслом жизни.
2.	Внутренний мир человека	2 нед		Внутренний мир человека. Методика рисуночного теста.
3.	Что я знаю о себе	3 нед		Система представлений о себе. Тест «Уровень самооценки», методика «Кто Я, Какой Я?»
4.	Значение темперамента и свойства нервной системы в профессиональной деятельности	4 нед		Понятие о темпераменте. Типы темперамента. Просмотр видеофильма «Меланхолик», «Флегматик», «Холерик», «Сангвиник». Методика «Мой темперамент». Характеристика основных свойств нервных процессов (сила, подвижность, уравновешенность). Методика

				«Изучение свойств нервной системы учащихся».
5.	Психические процессы и их роль в профессиональном самоопределении	5 нед		Психические процессы. Роль ощущения, восприятия, в выборе профессии. Упражнения по выявлению и развитию познавательных процессов.
6.	Роль внимания и мышления в профессиональном самоопределении	6 нед		Роль внимания, мышления в выборе профессии. Виды и типы внимания, мышления. Упражнения по выявлению и развитию внимания и мышления.
7.	Компетентность в общении. Способы эффективного общения	7 нед		Понятие о деловом общении. Функции деловой беседы. Навыки и умения в общении. Способы эффективного общения. Проблемы общения в трудовом коллективе. Методы активного взаимодействия.
8.	Профессиональные интересы	8 нед		Понятие профессия и специальность. Выбор профессии по интересам. Методика «Любите ли Вы... Нравиться ли Вам..»
9.	Профессиональные склонности, способности	9 нед		Понятие о способностях и склонностях. Методика «Дифференциально-диагностический опросник Климova». Опросник Л.Йовайши «Определение профессионал. склонностей».
10.	Профессиональные намерения	10 нед		Беседа «Профессия - это определенный образ жизни». Опросник «Готовность подростка к выбору профессии».
11.	Мотивы и их роль в профессиональном самоопределении	11 нед		Понятие о мотиве при выборе профессии Упражнение «Я – Другой, Карьера – Дело» Методика «Оценка мотивации достижений» (тест Т. Элерса в модификации Г. В. Резапкиной)
12.	Самовоспитание и выбор	12 нед		Притча о возможностях и

	профессии			способностях. Семь шагов к выбору профессии.
Название темы: Мир профессий и труда Количество часов: 22				
13	История профориентации	13 нед		Из истории профориентации. Профориентация за рубежом и в России.
14 15	Знакомство с миром профессий и навыки ориентировки в нем	14 нед 15 нед		Знакомство с профессиями. Просмотр фильмов о профессиях
16	Формула профессии («хочу-могу-надо»)	16 нед		Стратегия выбора профессии. Золотые правила выбора профессии. Игровое упражнение «Воздушный шар»
17	Ошибки при выборе профессии	17 нед		Ошибки при выборе профессии. Игровое упражнение «Найди пару», «Спящий город»
18	Профессиональный план	18 нед		Мир профессионального труда. Построение личного профессионального плана.
19	Здоровье и профессия	19 нед		Понятие о профессионально-важных качествах. Ограничения в профессиональной сфере, обусловленные свойствами нервной системы. Типы профессий по медицинским показаниям. Здоровье и профессионализм.
20	Профессиональная пригодность	20 нед		Понятие о профессиональной пригодности. Профессионально-важные качества. Методика профессионально важных качеств «КОС» Тренинговые упражнения

				«Мечты», «Выбор профессии», «Принятие решения»
21	Профессиональные ценности	21 нед		Опросник «Как поживаешь?» Н.С. Пряжникова. Беседа о ценностях человека. Упражнение «Ценности». Упражнение «Ситуации профессионального выбора».
22	Общий обзор классификации профессий. Виды профессий	22 нед		Классификация профессий по типам профессий. Виды профессий по предмету, по цели, по средству, по условию труда.
23	Знакомство с профессиями города	23 нед		О профессиях города. Данные по предприятиям.
24 25	Знакомство с учебными заведениями республики, города	24 нед 25 нед		Перечень учебных заведений республики, города и близлежащих городов. Условия, требования и правила приема в учебные заведения. Встреча с представителями ССУЗов.
26	Современный рынок труда	26 нед		Рынок труда, его функции, структура, особенности. Перспективный рынок труда в республике, в городе. Анкета информированности о рынке труда.
27	Человек на рынке труда	27 нед		Понятие о зарплате. Упражнения «За что люди получают зарплату?», «Почему люди становятся безработными?»
28	Занятость населения и безработица	28 нед		О государственной службе занятости населения и ее структура. Перечень предоставляемых услуг. Права и обязанности безработного. Встреча со специалистом с Центра занятости
29	Технология основных сфер профессиональной деятельности	29 нед		Профессиональная деятельность в лёгкой и пищевой промышленности,

				торговле и общественном питании, арттехнологии (профессии человек-художественный образ), в социальной сфере и др.
30	Профессиональный портрет семьи. Трудовые династии.	30 нед		Упражнение «Трудовые династии».
31	Профессиональная карьера	31 нед		Понятие о карьере. Критерии профессионализма
32	Тайм-менеджмент для жизни и профессии	32 нед		Понятие о тайм-менеджменте, упражнение «Создаем коллаж»
33	Законы о труде. Мои права и обязанности.	33 нед		Рассмотрение трудового кодекса, конституции РФ, РБ
34	Основы эффективного поиска работы. Резюме	34 нед		Понятие о вакансии. Источники получения информации о вакантных рабочих мест. Понятие о резюме. Составление личного резюме.

6. Литература:

1. Белухин Д.А. Становление профессионала и рождение профессионализма, М.: МПСИ, 2006.
2. Климов Е.А., Психология профессионального самоопределения, Феникс, 2012
3. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М., Академия, 2012.
4. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. Академия, 2007.
5. Мазлиш Э., Фабер А., Как говорить, чтобы подростки слушали, и как слушать, чтобы подростки говорили, Эксмо-Пресс, 2011.
6. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда. М.: МОДЭК, МПСИ, 2010
7. Пряжникова Е.Ю., Пряжников Н.С., Профориентация: Учеб.пособие, М: Академия, 2008.

8. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии. М: Генезис, 2005.
9. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. М.: Генезис, 2006.
10. Чистякова С.Н. Технология профессионального успеха. М.: Просвящение, 2008.
11. Яровицкий В.А. Мой первый учебник по психологии. М.: Феникс, 2012.