

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Удмуртской Республики  
Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа  
с. Ильинское Малопургинского района Удмуртской Республики

РАССМОТРЕНО

Педагогическим Советом

Протокол № 1 от «26» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказ № 49-О от «27» августа 2024 г.



Рабочая программа

факультативного курса «Мой выбор»

для обучающихся 8 класса

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа факультативного курса «Мой выбор» для учащихся 8 класса разработана на основе следующих документов:

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29. 12. 2012 № 273 – ФЗ
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования").
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 04.10.2010 № 986 "Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащённости учебного процесса и оборудования учебных помещений".
4. Приказ Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. №1897».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24 ноября 2015 г. № 81 “О внесении изменений № 3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях».
6. Основная образовательная программа МОУ СОШ с. Ильинское Малопургинского района УР.
7. Положение о рабочей программе МОУ СОШ с. Ильинское.

Первая серьёзная жизненная проблема, с которой сталкиваются старшеклассники, – выбор будущей профессии.

Вопрос профессионального самоопределения начинает осознаваться учащимися уже в 13-15 лет. Согласно исследованиям лишь 10-15% учащихся имеют твёрдые профессиональные намерения. Примерно столько же вообще не задумываются о своих профессиональных планах. Около 70% не имеют чёткой позиции, сомневаются в выборе. Кроме того, статистика насчитывает около 50 тысяч профессий. Самостоятельно довольно трудно сориентироваться в таком огромном мире профессий. Тем более что чуть ли не каждый год появляются новые и исчезают старые, стираются границы между многими из них, а некоторые постоянно делятся, дробятся.

Программа элективного курса по профориентации «Мой выбор» поможет учащимся сориентироваться и сделать правильный выбор, соответствующий способностям, возможностям, ценностным установкам и требованиям, которые предъявляют профессии к личности кандидата.

Данная программа основывается на программах предпрофильной подготовки Е.А. Климова «Курс занятий по профориентации «Мои профессиональные намерения» и Г.В. Резапкиной «Психология и выбор профессии».

**Цель программы:** актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счёт специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе и о мире профессионального труда.

**Задачи:**

1. Расширить представления учащихся о современном «рынке профессий».
2. Сформировать умение соотносить свои интересы и способности с требованиями, выдвигаемыми выбранной профессией.
3. Сформировать положительное отношение к себе, осознание своей индивидуальности применительно к реализации себя в будущей профессии.
4. Ознакомить учащихся с правилами и способами получения профессии.

Элективный курс «Мой выбор» состоит из теоретической и практической части. Теоретическая включает изучение образа «Я», мира труда и профессий. Практическая часть представлена в виде тестирования, практических занятий по курсу с использованием надёжных методик, деловых и ролевых игр, проблемно-поисковых задач, элементов исследовательской и проектной деятельности. Результаты диагностики могут учитываться при формировании профильных классов.

**Формы организации** деятельности: программа ориентирована на учащихся 8-х классов; Регулярность занятий – 1 раз в неделю.

**Общее количество часов** – 17

**Основные принципы работы:**

1. Принцип активности участников группы: в ходе занятий учащиеся постоянно вовлекаются в различные действия – обсуждение ситуаций, выполнение специальных устных и письменных упражнений и т.д.
2. Принцип исследовательской позиции.
3. Принцип сотрудничества, понимаемый как включённость каждого участника группы в совместную работу по выполнению того или иного задания.
4. Принцип возрастного соответствия применяемых приёмов и процедур.

Данный курс знакомит школьников с общими основами выбора профиля обучения (информационными, психологическими, практическими). Знание этих основ обеспечивает учащимся принятие адекватного решения, как о выборе конкретного профиля, так и о пути дальнейшего образования.

Программа структурирована следующим образом: всего 17 часов по 1 часу в неделю в 8 классе.

Особенностью предлагаемой программы является межпредметная направленность, позволяющая учащимся на практике применять знания из различных областей. Программа не только информирует, но и дает на практике использовать методики самоорганизации, самопознания и самоконтроля.

### **Цель программы:**

Психолого-педагогическое сопровождение учащихся 8-х классов образовательной школы в выборе индивидуального маршрута профессиональной деятельности с учетом индивидуальных особенностей, склонностей и возможностей.

### **Задачи:**

1. сформировать у школьников представления о требованиях изменяющегося общества к выпускникам школы;
2. способствовать развитию у школьников отношения к себе как к субъекту будущего профессионального образования и профессионального труда;
3. обеспечить школьников способами и приемами принятия адекватных решений о выборе индивидуального образовательного и профессионального маршрута;
4. способствовать приобретению практического опыта, соответствующего интересам, склонностям личности школьника и профилю его дальнейшего обучения.

### **Формы деятельности:**

- самоанализ;
- анализ научных и художественных источников, СМИ;
- анализ практических примеров проблемных ситуаций;
- групповые дискуссии;
- индивидуальная работа;
- индивидуальная и групповая проектная работа;
- психотренинг;
- психодиагностические процедуры;
- ролевые и деловые игры;
- эвристические задания.

В данной программе используются групповые и интерактивные методы обучения. Преимущества тренинговой формы проведения занятия заключаются в создании непринужденной атмосферы, стимуляции креативности и осознании личной ответственности за свой выбор.

**Оценка достижений обучающихся:** оценивание происходит по итогам групповой рефлексии, результатам психодиагностического исследования и анализу образовательного продукта; результаты заносятся в портфолио учащихся. В конце курса обучения каждый участник создает свою траекторию будущей профессии в виде личного проекта..

### **В результате изучения данного курса у обучающихся должны быть сформированы:**

- знания и представления о требованиях современного общества к профессиональной деятельности человека, о рынке профессионального труда и образовательных услуг; о возможностях получения образования не только в условиях избираемого профиля, но и в

дальнейшей перспективе; о психологических основах принятия решения в целом и выборе профиля обучения, в частности;

- умения находить выход из проблемной ситуации, связанной с выбором профиля обучения и пути продолжения образования; объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью; ставить цели и планировать действия для их достижения; выполнять творческие упражнения, позволяющие приобрести соответствующий практический опыт;
- знания о психологических особенностях процесса общения, его структуре, закономерностях и средствах, а также эффективном использовании различных средств;
- представления о способах саморегуляции в условиях межличностного взаимодействия.

### **Содержание программы**

1 блок: Что я знаю о своих возможностях (7 часов):

Уровень притязаний. Темперамент и свойства нервной системы. Темперамент и выбор профессии. Способности общие и специальные. Способности человека к разным видам деятельности. Основные черты, присущие мышлению талантливых людей. Типы мышления. Как развивать мышление. Внимание. Свойства внимания. Память, её виды. Как тренировать память. Психологические особенности людей.

2 блок: Что я знаю о профессиях (7 часов):

Классификации профессий. Признаки профессии. Формула профессии. Профессия, специальность, должность. Цели труда, предмет труда, средства труда, условия труда. Интересы и склонности в выборе профессии. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье. Современный рынок труда. Уровни профессиональной пригодности. Профессиональная непригодность к конкретной профессии. Профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий.

3 блок: Планирование профессиональной карьеры (3 часа):

Навыки самопрезентации. Стратегия выбора профессии. Цели при планировании профессиональной карьеры. Защита проекта «Моя будущая профессия».

## Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контроль ные работы	практические работы	
1.1.	<b>Что я знаю о своих возможностях.</b>				
1.	Самооценка и уровень притязаний.	1ч			
2.	Интересы и склонности в выборе профессии.	1ч			
3.	Темперамент и профессия. Определение темперамента.	1ч			
4.	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.	1ч		1ч	
5.	Мышление. Определение типа мышления.	1ч			
6.	Память. Виды памяти. Изучение особенностей памяти.	1ч			
7.	Внимание. Свойства внимания.	1ч			
Итого по разделу		7ч		1ч	
1.2.	<b>Что я знаю о профессиях.</b>				
8.	Классификация профессий. Признаки профессий.	1ч			
9.	Определение типа будущей профессии	1ч			
10.	Профессия, специальность, должность. Формула	1ч			

	профессии.				
11.	Интересы и склонности в выборе профессии.	1ч			
12.	Определение профессионального типа личности.	1ч		1ч	
13.	Профессионально важные качества.	1ч			
14.	Профессия и здоровье.	1ч			
Итого по разделу		7ч		1ч	
1.3.	<b>Планирование профессиональной карьеры.</b>				
15.	Навыки самопрезентации. Опросник профессиональной готовности.	1ч		1ч	
16.	Профессиограмма.	1ч		1ч	
17.	Защита проекта «Моя будущая профессия»	1ч		1ч	
Итого по разделу		3ч		3ч	
Итого по курсу		17ч		5ч	

Приложение 3

Поурочное планирование

№ пп	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронно-цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Самооценка и уровень притязаний.	1ч				
2.	Интересы и склонности в выборе профессии.	1ч				
3.	Темперамент и профессия. Определение темперамента.	1ч				
4.	Способности общие и	1ч		1ч		



	специальные. Способности к практическим видам деятельности.					
5.	Мышление. Определение типа мышления.	1ч				
6.	Память. Виды памяти. Изучение особенностей памяти.	1ч				
7.	Внимание. Свойства внимания.	1ч				
8.	Классификация профессий. Признаки профессий.	1ч				
9.	Определение типа будущей профессии	1ч				
10.	Профессия, специальность, должность. Формула профессии.	1ч				
11.	Интересы и склонности в выборе профессии.	1ч				
12.	Определение профессионального типа личности.	1ч				
13.	Профессионально важные качества.	1ч				
14.	Профессия и здоровье.	1ч		1ч		
15.	Навыки самопрезентации. Опросник профессиональной готовности.	1ч		1ч		
16.	Профессиограмма.	1ч		1ч		
17.	Защита проекта «Моя будущая профессия»	1ч		1ч		



## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **Технические средства обучения:**

1. компьютер
2. колонки
3. мультимедийный проектор
4. ноутбук
5. аудио и видеоматериалы
6. расходные материалы
7. выход в Интернет
8. разработки уроков
9. лекционный материал
10. раздаточный материал

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

1. 1. Резапкина Г. В. Психология и выбор профессии. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов, Москва 2005 год.
2. 2. Резапкина Г. В. Психология и выбор профессии Рабочая тетрадь для учащихся

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**