**Пояснительная записка.**

Рабочая программа элективного курса «Мой выбор» составлен на основе примерной программы среднего (полного) общего образования по технологии 2004 года.

**Основная цель курса «Мой выбор»** - сформировать готовность учащихся к обоснованному выбору профессии, карьеры, жизненного пути с учетом своих склонностей, способностей, состояния здоровья и потребностей рынка в специалистах.

В ходе занятий по этому курсу решаются следующие **задачи:**

- сформировать знания и умения объективно осуществлять самоанализ уровня развития своих профессионально важных качеств и соотносить их с требованиями профессий, сфер трудовой деятельности к человеку;

- обобщить у учащихся знания о сферах трудовой деятельности, профессиях, карьере;

- развивать представление о трудовой деятельности, самовоспитании, саморазвитии и самореализации;

- воспитывать уважение к рабочему человеку.

Программа курса рассчитана на 17 часов.

Виды занятий: беседы, тестирование, профориентационные игры, заполнение опросников профессиональной готовности, практические работы.

Используемые методики: определения уровня самооценки; определение коммуникативных и организаторских способностей; методика независимых характеристик; выявление уровня кратковременной наглядно-образной памяти; мотивов выбора профессии; методика Дж. Холланда; выявление индексов здоровья и другие.

Перечень учебно-методического обеспечения: рабочая тетрадь, схемы, таблицы, тесты и методики тестирования, мультимедийные пособия (диск «Теория и методика работы по предпрофильному самоопределение учащихся».

Используемая литература:

1.Твоя профессиональная карьера. Программа 8-9 классы. /Под редакцией С.Н. Чистяковой.-М.: Просвещение.

2. Пособие «В помощь преподавателю» раздел «Профессиональное самоопределение», автор А.Н.Бобровская.- В. Издательство «Учитель».

**Содержание курса.**

1. *Внутренний мир человека и система представлений о себе (2часа)*

Сущность концепции «Я». Самооценка и ее роль в профессиональном самоопределении личности. Методика определения уровня самооценки.

1. *Профессиональные интересы и склонности ( 2часа).*

Сущность понятий «профессиональный интерес» и «склонности». Выявление и оценка профессиональных интересов с помощью методик «Карта интересов», «Дифференциально-диагностический опросник (ДДО) коммуникативных, организаторских склонностей (КСО-1).

1. *Способности, условия их проявления и развития (1 час).*

Понятие о задатках и способностях личности. Выявление и оценка математических способностей. Методика «Числовые ряды».

1. *Психические процессы и их роль в профессиональном самоопределении ( 2 часа).*

Восприятие, внимание, память, мышление. Выявление и оценка уровня кратковременной наглядно-образной памяти.

1. *Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении ( 2 часа).*

Выявление ведущих мотивов деятельности. Сущность понятий «мотивы», «ценностные ориентации». Классификация мотивов деятельности.

1. *Профессиональные и жизненные планы ( 1 час).*

Профессиональные и жизненные планы, их взаимосвязь и взаимообусловленность. Профессиональная деятельность и карьера.

1. *Профессиональная пригодность ( 2 часа).*

Профессиональная пригодность, степени. Тест Холланда.

1. *Здоровье и выбор профессии (1 час)*

Здоровье как условие высокоэффективной профессиональной деятельности. Взаимосвязь и взаимообусловленность здоровья и выбора и профессии, карьеры.

1. *Отрасли общественного производства. Профессии, специальности, должности ( 2 часа)*

Краткая характеристика отраслей производства. Классификация профессий по отраслям, предметам, целям, орудиям и условиям труда. Деловая игра о профессиях. Занятость и самозанятость.

1. *Профессиональная проба ( 2 часа).*

Уточнение профессиональных интересов с помощью опросника профессиональной готовности.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема занятия | Количество часов | Дата |
| 1 | Внутренний мир человека и система представлений о себе | 2 |  |
| 2 | Профессиональные интересы и склонности | 2 |  |
| 3 | Способности, условия их проявления и развития | 1 |  |
| 4 | Психические процессы и их роль в профессиональном самоопределении | 2 |  |
| 5 | Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении | 2 |  |
| 6 | Профессиональные и жизненные планы | 1 |  |
| 7 | Профессиональная пригодность | 2 |  |
| 8 | Здоровье и выбор профессии | 1 |  |
| 9 | Отрасли общественного производства. Профессии, специальности, должности | 2 |  |
| 10 | Профессиональная проба | 2 |  |
|  | Всего часов | 17 |  |