

## Nombre de la Asignatura:

**Formación y Orientación Personal y Profesional**

## Curso:

4º de ESO

## Horario Semanal:

2 horas

## Tipo de Materia:

OPCIONAL

## Departamento que la imparte:

Departamento de Orientación

## Alumnos/as a los que va dirigida:

Alumnos/as con interés en el *aprendizaje de la toma de decisiones*, en el diseño de un *itinerario personal académico y profesional* adaptado a su realidad y que le permita afrontar con garantías de éxito nuevos retos.

## Justificación de la asignatura:

La asignatura *Formación y Orientación Personal y Profesional* en 4º de ESO

- Fomenta la asunción de responsabilidades de forma progresiva.
- Contribuye al desarrollo y consolidación de hábitos de disciplina,

estudio y trabajo individual y en equipo.

- Promueve el respeto a las diferencias y el rechazo a estereotipos que fomenten la discriminación.
- Se fortalecen las capacidades afectivas y la capacidad de relación con otras personas.
- Se desarrollan destrezas básicas en la utilización de fuentes de información y competencias tecnológicas básicas.
- Se favorece la confianza en la propia persona, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- Se incorporan las **tecnologías y herramientas digitales**, valorando su utilidad en la búsqueda de oportunidades.

## Bloques de Contenidos:

### Bloque 1: CONÓCETE A TI MISMO

- Autoconocimiento y aceptación: mi personalidad, mis valores, mis expectativas...
- Nosotros y nuestras habilidades: mis cualidades. Habilidades Sociales.
- Resiliencia, pensamiento crítico, creatividad, flexibilidad y compromiso.

- Objetivos e intereses vocacionales.

### Bloque 2:

#### FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL HACIA LA VIDA ADULTA

- El proceso de toma de decisiones.
- Información y exploración sobre estudios, profesiones y mercado laboral.
- Tendencias laborales y demandas del mercado.

### Bloque 3:

#### PROYECTO PERSONAL, ACADÉMICO-PROFESIONAL Y APROXIMACIÓN A LA BÚSQUEDA ACTIVA DE EMPLEO.

- Elaboro mi Proyecto Personal
- Ayudas y recursos para superar carencias y afrontar retos personales y profesionales.
- Aproximación a un plan de búsqueda de empleo con proyección hacia el futuro.

## Materiales necesarios:

Se valorará la utilización de libro de texto

## Número de alumnos:

Dado el contenido práctico de la asignatura es conveniente que los grupos sean reducidos.