

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 14»
Сергиево-Посадского городского округа Московской области

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по ВР

Ю. С. Сосина

Ю. С. Сосина

27 августа 2021 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №14
И. В. Горцкова
И. В. Горцкова
26 августа 2021 года

**Программа психолого-педагогического сопровождения профессионального
самоопределения учащихся 5-11 классов**

(на основе «Психология и выбор профессии» Резапкиной Г.В.)

Составитель:
Миронова Мария Юрьевна,
педагог-психолог высшей категории
Согласовано
На заседании РМО психологов
Сергиево-Посадского района
От 21 сентября 2021 года

Руководитель РМО: Филимонова О.Г.

2021 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Профессиональное самоопределение связано с глубокими, сильными, эмоциональными переживаниями развивающегося человека; здесь возникают серьезные нарушения внутреннего мира развивающегося человека, так как в жизни большинства людей это первый нормативный выбор, т.е. обязательный вынужденный выбор, от которого нельзя уйти (хотя можно отложить). Этот момент жизни является переломным для социальной позиции. Проблема в том, что необходимо, завершая определенный этап своей жизни, определить дальнейший путь, причем ответственность ложится на его собственные плечи. Следовательно, в контексте изучения проблемы профессионального самоопределения, определение личностного «Я» является первичным.

Одним из важнейших факторов самоопределения в педагогической науке выделилось психолого-педагогическое сопровождение. Психолого-педагогическое сопровождение оптантов (термин Е.А.Климова) рассматривалось в контексте изучения профессиональной направленности личности и ее формирования в школьные годы (В.И. Журавлев, А.И. Смирнов, Е.А. Климов); в изучении интересов к определенной профессии (Я.Л. Коломенский, В.Г. Немировский, Л.В. Сохань и др.); психологических предпосылок профессионального самоопределения (А.Б. Орлов, В.Ф. Сафин, М.В. Кириллова, Е.А. Климов и др.); в изучении возможностей построения путей жизненной программы (Н.И. Соболева, А.Ю. Винокур, Н.С. Пряжников и др.). В этой связи ситуация выбора профессии после окончания школы традиционно рассматривается в контексте психологии труда и профессионального обучения. Такой взгляд представляется односторонним, не учитывающим то воздействие, которое оказывает данная проблема и ее разрешение на весь жизненный путь человека. Знания об огромном множестве профессий не делает их автоматически альтернативами профессионального самоопределения. Сделав выбор, большинство учащихся оказываются не готовыми к принятию ответственности за него.

Суть школьной психологической деятельности – в сопровождении ребенка в процессе всего школьного обучения. В словаре русского языка мы читаем: сопровождать – значит идти, ехать вместе с кем-либо в качестве спутника или провожатого. То есть, сопровождение ребенка по его жизненному пути – это движение вместе с ним, рядом с ним, иногда – чуть впереди, если надо объяснить возможные пути.

Сопровождение в педагогике понимают как деятельность, обеспечивающую создание условий для принятия субъектом развития оптимального решения в различных ситуациях жизненного выбора (Е. И. Казакова, А. П. Тряпицына, 2001). В психологии сопровождение рассматривается как система профессиональной деятельности, обеспечивающая создание условий для успешной адаптации человека к условиям его

жизнедеятельности (Г. Бардиер, М. Р. Битянова, 1997). Успешно организованное сопровождение помогает человеку войти в ту «зону развития», которая ему пока не доступна (А. П. Тряпицына, 2001).

Важнейшим аспектом сопровождения являются отношения. Позитивные отношения педагогов и учащегося влияют на реализацию интеллектуальных возможностей ребенка, поэтому необходимо формирование или восстановление особого типа отношений «взрослый ребенок», которые гарантируют ребенку доброжелательное принятие, поддержку и помощь. Это особая культура поддержки и помощи ребенку в решении задач его обучения и развития.

Можно выделить три группы целей психолого-педагогического сопровождения.

Идеальная цель – развитие всех индивидуальных сфер ребенка (мотивационной, когнитивной, эмоциональной, волевой, действенно-практической, сферы саморегуляции, экзистенциальной).

Идеальная цель конкретизируется в персонифицированной цели – достижение учеником оптимальных для него образовательных результатов, более высокого уровня образованности и развития индивидуальности.

Процессуальной целью является отражение в педагогических средствах актуальных потребностей учащегося, на основе которых ребенок может успешно решать образовательные задачи.

Для определения направлений и задач психолого-педагогического сопровождения необходимо обозначить функции:

- направление учащихся в поток с доступным для них уровнем обучения;
- обучение учиться (научить работать с учебником и дополнительной литературой, писать конспекты, составлять опорные сигналы, слушать и слышать, задавать вопросы и т. д.);
- социализация (присвоение норм поведения, принятых в данном социуме, формирование навыков общения со сверстниками, взрослыми и т. д.);
- целеполагание (формирование навыков ставить цели, подбирать социально приемлемые средства для их реализации, видеть себя в социуме сейчас и в перспективе и т. п.);
- коррекция, если это необходимо;
- обучение рациональной организации труда;
- профориентация и помощь в профессиональном самоопределении;
- помощь подростку в решении его личных проблем;
- научить заботиться о своем здоровье;
- формирование готовности к продолжению образования.

Ведущая роль в осуществлении работы с учащимися по сопровождению профессионального самоопределения принадлежит школьному психологу.

В содержание деятельности входит: выявление интересов и склонностей учащихся, направленности личности, первичных профессиональных намерений и их динамики, определение социальных установок и помощь в их формировании; участие в проведении занятий с учащимися по курсу «Основы выбора профессии», в проведении профориентационных мероприятий; привлечение к работе специалистов профориентационных служб.

Профессиональное самоопределение – это определение человеком себя относительно выработанных в обществе (и принятых данным человеком) критериев профессионализма. Один человек считает критерием профессионализма просто принадлежность к профессии или получение специального образования, соответственно и себя оценивает с этих позиций, другой человек полагает, что критерием профессионализма является индивидуальный творческий вклад в свою профессию, обогащение своей личности средствами профессии, соответственно он иначе с этой более высокой планки себя самоопределяет и далее самореализует.

Самоопределение это сознательный выбор, выявление и утверждение личностью своей позиции в проблемных ситуациях. В настоящее время есть разные подходы к пониманию сущности профессионального самоопределения.

По Е.Ю. Пряжниковой сущность самоопределения заключается в поиске и нахождении личностного смысла в выбираемой, осваиваемой и уже выполняемой деятельности, а также в самом процессе самоопределения. В психологической энциклопедии дается такое толкование самоопределению: это процесс формирования личностью своего отношения к профессионально-трудовой среде и способ ее самореализации; длительный процесс согласования внутриличностных и социально-профессиональных потребностей, который происходит на протяжении всего жизненного и трудового пути.

Подробно анализируя профессиональное самоопределение, Е. А. Климов понимает его как важное проявление психического развития, формирование себя как полноценного участника сообщества «делателей» чего-то полезного, сообщества профессионалов. Весьма ценной для предмета рассмотрения – профессионального самоопределения – является мысль Е. А. Климова о том, что выбор профессии, кажущийся подчас легким и кратковременным, на самом деле осуществляется по формуле «мгновение плюс вся предшествующая жизнь» (Климов Е.А.,1996).

Профессиональное и личностное самоопределение стало предметом глубокого исследования Н. С. Пряжникова. Анализ литературы, большая опытно-экспериментальная

работа позволили Н. С. Пряжникову существенно обогатить теорию и практику профессионального самоопределения. Постоянно подчеркивая неразрывную связь профессионального самоопределения с самореализацией человека в других важных сферах жизни, он пишет: «Сущностью профессионального самоопределения является самостоятельное и осознанное нахождение смыслов выполняемой работы и всей жизнедеятельности в конкретной культурно-исторической (социально-экономической) ситуации» (Пряжников Н.С., 2002).

Профессиональное самоопределение – процесс, который охватывает весь период профессиональной деятельности личности: от возникновения профессиональных намерений до выхода из трудовой деятельности.

Процесс профессионального самоопределения проходит поэтапно:

Первичный выбор профессии (характерен для учащихся младшего школьного возраста): малодифференцированные представления о мире профессий, ситуативное представление о внутренних ресурсах, необходимых для данного рода профессий, неустойчивость профессиональных намерений.

Этап профессионального самоопределения (старший школьный возраст): возникновение и формирование профессиональных намерений и первоначальная ориентировка в различных сферах труда.

Профессиональное обучение: осуществляется после получения школьного образования для освоения выбранной профессии.

Профессиональная адаптация: формирование индивидуального стиля деятельности, преобладание системы производственных и социальных отношений.

Самореализация в труде: выполнение или невыполнение ожиданий, связанных с профессиональным трудом.

Таким образом, профессиональное самоопределение пронизывает весь жизненный путь человека.

Цели и задачи

Для реализации технологии были определены цели и задачи.

Цель: формирование психологической готовности подростка к выбору профессии.

Задачи: формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий; ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии; получение представления о стратегиях и техниках самопрезентации.

Данная технология реализуется в рамках курса для учащихся 9 классов «Психология и выбор профессии» и классных часов.

В результате у учащихся формируется система знаний, включающая:
основные характеристики индивидуальных особенностей личности, определяющих процесс выбора профессии,
многообразие мира труда и профессий,
специфику современного рынка труда и пути получения профессии,
возможности и ограничения вариантов применения орудий труда,
стратегии и техники самопрезентации.

На основании полученных знаний учащиеся должны уметь:
владеть способами самодиагностики и саморазвития,
проявлять волевые усилия в достижении поставленных профессионально значимых целей,
осуществлять соответствующий выбор,
ориентироваться в межличностных производственных отношениях,
планировать свою профессиональную карьеру,
анализировать стратегии и тактики самопрезентации,
работать с источниками профориентационно значимой информации.

В ходе работы по данной программе учащиеся должны приобрести следующие навыки:
самодиагностики,
анализа последствий выбора,
построения личной перспективы,
проектирование профессионального маршрута,
работы с источниками профориентационно значимой информации,
самопрезентации,
саморазвития.

Критериями сформированности профориентационно значимой компетентности, а значит и эффективности профессионального самоопределения учащихся являются следующие показатели:

1. Мотивационная готовность – положительное отношение к труду в целом и желание осваивать профессию.
2. Познавательная готовность – достаточный уровень умственного развития и информированности для того, чтобы включиться в трудовую или учебно-трудовую деятельность.
3. Волевая готовность – произвольность поведения, высокий уровень осознания ответственности за собственную жизнь и деятельность, самоконтроль.

4. Коммуникативная готовность – достаточная для взаимодействия с обществом степень социализации, принятие общественных норм ролевого и личностного взаимодействия.

Методы:

Для реализации программы используются методы:

1.Метод тестирования:

Познавательные УУД: методика ШТУР, ТУР, «Интеллектуальная лабильность», тест Айзенка

Коммуникативные УУД: методики КОС, 16-факторный опросник, Кэтелла, методика волевой организации личности

Мотивационные УУД: ОПГ «Готовность к выбору профессии», «Карта интересов»,

Профессиональные интересы и склонности: «Опросник профессиональных склонностей», «Опросник типа мышления» (по Г.В. Резапкиной); опросник «Будь готов», «Перекрёсток»

Пряжников Н.С., Пряжников Е.Ю.

2.Метод сбора информации:

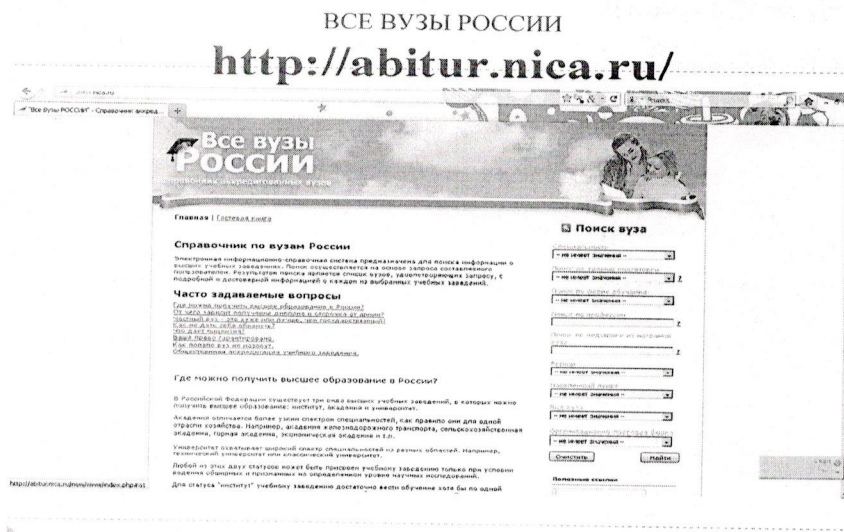
Работа с вырезками из газет и журналов («Куда пойти учиться?», «Всё для Вас»

Справочниками «Куда пойти учиться?»

Работа с сайтами:

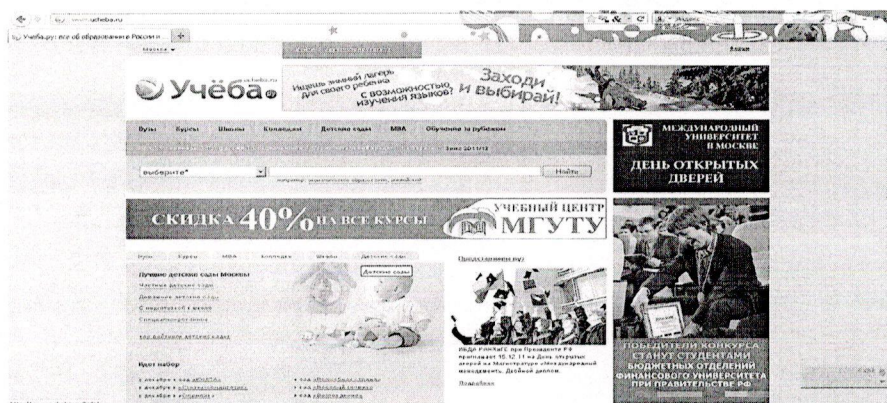
<http://abitur.nica.ru/>

<http://www.ucheba.ru/>



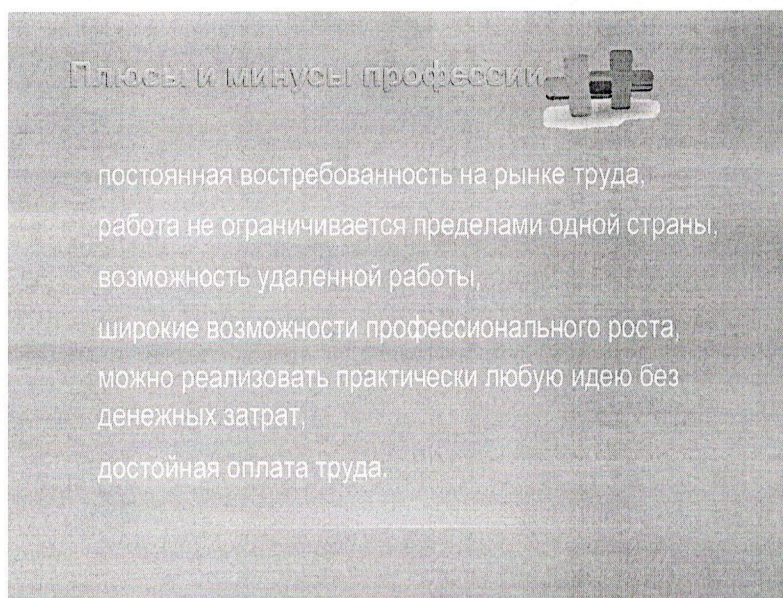
УЧЁБА.РУ

<http://www.ucheba.ru/>



Материал презентации информационные ресурсы для выбора профессии

3.Метод создания информационного проекта



Проекты принимаются в форме презентаций и докладов. В структуру каждого проекта входит:

1. Описание профессии
2. Плюсы и минусы данной специальности
- 3.Описание учебных заведений
- 4.Профессиограмма
5. Личный вывод
4. Информирование родителей

В рамках этого метода проводятся родительские собрания с выдачей заключения по профориентационной работе

4. Метод создания «Формулы профессии» (Пряжников Н.С.)

В рамках данного метода учащиеся учатся создавать профессию по набору целей, предметов труда, условий труда. Так же пишут резюме, которое проигрывается в форме тренинга для всех участников.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

- 5 класс – 4 часа адаптационные занятия с элементами профориентации
- 6 класс – 6 часов занятия кружка по психологии
- 7 класс- 6 часов занятия кружка по психологии
- 8 класс – программа рассчитана на 34 занятия в рамках внеурочной деятельности
- 9 класс – программа рассчитана на 34 занятия в рамках внеурочной деятельности

5 класс

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название темы	Количество часов
1	Способности человека	2
2	Особенности мышления. Как развивать свои способности	1
3	Навыки и умения , необходимые для успешного обучения	1
Всего:		4

ПОУРОЧНЫЙ ПЛАН

1. Способности (4 часа). Что такое способности. Возникновение способностей в истории человечества. Откуда берутся способности. Задатки как природная основа способностей. Как развиваются способности. Одарённость, талант, гениальность. Общие способности. Мышление как общая способность. Память как общая способность. Восприятие окружающего мира. Творческое отношение к действительности как общая способность. Воображение. Специальные способности. Что такое специальные способности. Структура специальных способностей. Математические способности. Художественные способности. Литературные способности. Познавательная активность. Что такое познавательная активность. Интересы и склонности. Способности, талант, гениальность. Раннее проявление способностей. Проявление способностей в зрелом возрасте. Способности и школа. Способность к учению. Способность к творчеству. Интерес и успешность в деятельности. Самооценка способностей. Обобщающий урок. Как развивать способности.

6 класс

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название темы	Количество часов
---	---------------	------------------

1.	Как складывается впечатление о другом человеке	2
2.	Коммуникативные и организаторские способности	2
Всего:		4

ПОУРОЧНЫЙ ПЛАН

1. Как складывается впечатление о другом человеке (2 часа). Что такое внешний вид человека. Лицо человека. О чем говорят жесты. Что можно узнать по походке и осанке. Речь говорит сама за себя. Одежда и прическа.

2. Коммуникативные и организаторские способности (2 часа).

Первое впечатление о человеке. Реакция на новизну. Расстояние и восприятие. Время и восприятие. Отношение к человеку и восприятие. Что такое установка. Прошлый опыт и восприятие другого человека. Тестирование. Как развивать лидерские качества и уверенность в себе.

7 класс ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название темы	Количество часов
1	Каналы информации	1
2	Мои интересы	1
3	Творческие способности. Создание рекламного проекта	1
4	Конфликты и умение их урегулировать	1
	Всего:	4

ПОУРОЧНЫЙ ПЛАН

1. Каналы информации. Рассмотреть визуальный, аудиальный, кинестетический каналы информации.(1 час)

2. Мои интересы. Тестирование (1 час)

3. Творческие способности. Создание рекламного проекта(1 час).

4. Конфликты и их разрешение (1 час). Что такое конфликт. Формула конфликта. Причины возникновения конфликта. «Конфликтный человек». Как разрешить конфликт.

Заклучение (2 часа).

8 класс
ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название темы	Количество часов
	Введение	1
1	Что побуждает человека к деятельности	6
2	Отношение человека к деятельности и к себе как к деятелю	6
3	Какое место в деятельности занимают движения, навыки, привычки	7
4	Психологические особенности основных видов деятельности	6
5	Профессиональная деятельность	8
	Заключение	2
	Итого:	36 часов

ПОУРОЧНЫЙ ПЛАН

Введение (1 час). Общее понятие о деятельности.

1. Что побуждает человека к деятельности (6 часов). Что такое потребность. Виды потребностей. Мотивы. Цель и смысл деятельности.

2. Отношение человека к деятельности и к себе как деятелю (6 часов). Успех или неуспех в деятельности. Что такое оценка. Притязания на успех и уровень достижений в деятельности. Самооценка и притязание на успех. Как изменяется уровень притязаний. Притязания и достижения в деятельности.

3. Какое место в деятельности занимают движения, действия, навыки, привычки (7 часов). Движение и действие. Движение и его свойства. Многообразие движений человека. Как управляется движение. Время двигательной реакции. Связь моторики с другими психическими процессами. Развитие движений. Действие. Что такое действие. Знания, умения, навыки.

4. Психологические особенности основных видов деятельности (6 часов). Виды деятельности человека. Игра. Для чего нужна игра. История игрушки. Игра и развитие ребенка. Мотивация игровой деятельности. Игры взрослых. Учебная деятельность.

Развитие учебной деятельности в детском возрасте. Мотивы учения. Познавательные мотивы учения. Социальные мотивы учения. Трудовая деятельность.

5. Профессиональная деятельность (8 часов). Профессия, специальность, занятие. Психологические особенности профессий. Понятие о типах профессий. Психологические особенности профессий «человек - человек». Психологические описания некоторых профессий «человек - человек». Психологические особенности профессий «человек - живая природа». Психологические описания некоторых профессий «человек - живая природа». Психологические особенности профессий «человек - техника». Психологические описания некоторых профессий «человек - техника». Психологические особенности профессий «человек - знаковая система». Примерные описания некоторых профессий «человек - знаковая система». Психологические особенности профессий «человек - художественный образ». Психологические описания некоторых профессий «человек - художественный образ». Психологические особенности труда в экстремальных условиях. Психологические описания некоторых видов труда в экстремальных условиях. Профессиональная деятельность и общение. **Заключение (2 часа).**

9 класс ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название темы	Количество часов
	Введение. Человек	1
1	Сознание человека	7
2	Индивид. Личность. Индивидуальность	6
3	Самосознание личности. «Я»-концепция. Идентичность	5
4	Личность и мотивация	6
5	Поведение и личность	5
6	Личность и поступок	5
	Заключение	1
	Итого:	36 часов

ПОУРОЧНЫЙ ПЛАН

Введение. Человек (1 час). Психология личности как центральная проблема психологической науки.

1. Сознание человека (7 часов). Психика и мозг. Психика животных. Сознание как высшая форма психики. Сознание и бессознательное.

2. Индивид. Личность. Индивидуальность (6 часов). Человек как индивид. Человек как личность. Человек как индивидуальность.

3. Самосознание личности. «Я» - концепция (5 часов). Что такое самосознание. Самосознание. «Я» - концепция. Идентичность. Самооценка, уровень притязаний. Локус контроля и выученная беспомощность.

4. Личность и мотивация (6 часов). Мотивационная сфера личности. Направленность личности. Уровень развития личности и мотивация.

5. Поведение и личность (5 часов). Проявления личности в поведении. Проявления личности в вербальном поведении. Проявления личности в невербальном поведении. Поведение, свобода и ответственность.

6. Личность и поступок (5 часов). Поступок — основная единица человеческого поведения. Бездействие как поступок. Чувства и поступок. Воля и поступок. Личные убеждения и общественный долг. «Борьба за правду». Поведение животных и проблема поступка.

Заключение (1 час).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В результате освоения программы у учащихся **будут сформированы** следующие универсальные учебные действия:

Школьник научится:

познавательные

- делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях

у школьников будут сформированы:

личностные

- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- развитие эстетических чувств - стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- установка на здоровый образ жизни

школьник научится:

регулятивные

- уметь планировать, прогнозировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;
- уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;

выпускник научится:

коммуникативные

адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологические высказывания;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве с учителем и сверстниками, уметь разрешать конфликты;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности

В результате освоения программы:

выпускник получит возможность научиться:

- иметь представление о способностях и профессиях;
- Структурировать свои интересы и склонности;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- уметь делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;

выпускник получит возможность для формирования:

- самоопределения, как осознанного планирования развития и обучения;
- волевых качеств (целеустремлённость, организованность, самостоятельность);
- установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия

выпускник получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы обосновывать свою позицию;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учета интересов и

позиций всех участников

Качества личности, которые будут развиты у обучающихся в результате освоения программы:

- целеустремлённость и настойчивость в достижении целей, готовность к преодолению трудностей;
- готовность к самостоятельным поступкам и действиям, ответственности за их результаты;
- уважение к окружающим — умение слушать и слышать партнёра, признавать право каждого на собственное мнение;
- доброжелательность, доверие и внимание к людям, готовность к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается.

Форма учёта умений и навыков – анкетирование, тестирование.

Форма подведения итогов

-защита проектов по темам: «Мои способности», «Мои интересы», «Мой класс», «Моя будущая профессия»

-итоговое тестирование, позволяющее определить уровень развития коммуникативных навыков, эмоциональное состояние, уровень адаптированности к школьному обучению.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алиев М. А. , Гришанович Т. В. , Лобанова Л. В. , Травникова Н. Г. , Трошихина Е. Г. Я сам строю свою жизнь./ Под ред. Е. Г. Трошихиной.- Спб.: Речь,2003.- 216 с.
2. Кабина И. В. , Радзик Т. К. тренинг для подростков «Я в мире профессий»: М., - 2003 г.
3. А. В. Микляева «Я подросток. Встречи с самим собой» Программа уроков психологии 7,8, 9 класс: С-П., «Речь» - 2003 г.,
4. Психология, методическое пособие по преподаванию психологии в 5 – 11 классах/Под ред. И.В. Дубровиной.- Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2008.- 600 с.
5. Психология, 8- й класс: Учеб. пособие/Под ред. И. В. Дубровиной.- 2 0 е изд., испр. и доп..- М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК»,2008.- 272 с.
- 6.Резапкина Г. В. «Программа профессионального самоопределения для подростков», М. «Генезис» - 2000 г.-189 с.

7. Резапкина Г. В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно – методическое пособие. – 4 – е изд. – М.: Генезис,2010.- 208 с., ил.

8. Резапкина Г. В. «Отбор в профильные классы»: М. – 2005г.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ: 8. Психология. Учебное пособие/Под.ред. Учебно-методическое пособие. – 4 – е изд. – М.: Генезис,2010.- 208 с