

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ЦПМСС Красносельского района)**

Принято
Педагогическим советом
Протокол от №

Утверждаю
Исполняющий обязанности директора
_____ И.С. Седунова
Приказ от №

Дополнительная общеобразовательная коррекционно-развивающая
программа психолого-педагогической направленности

МОЙ ВЫБОР

Возраст обучающихся: 16 - 17 лет

Срок реализации: 8 часов

Разработчик:

Скорик Анна Юрьевна, педагог-психолог

Санкт-Петербург

2021 год

Пояснительная записка

Программа «Мой выбор» имеет психолого-педагогическую направленность. Уровень освоения программы - общекультурный.

Актуальность программы

Важнейшая задача, которая в современной школе стоит перед школьниками, — принять решение о характере и форме дальнейшего образования.

Для учащихся десятого класса в начале учебного года актуальной является проблема социально-психологической *адаптации к обучению в новых условиях*. В новом коллективе бывший отличник может неожиданно для себя оказаться средним или даже слабым учеником, а бывший «твердый четверочник» — неуспевающим. Потеря статуса успешного ученика может вызвать у подростка чувства беспомощности, подавленности, безысходности и привести его в «группу риска». Чтобы этого не произошло, особенно важно, чтобы ученик твердо осознавал свои цели обучения и знал, как их добиваться. Важно, чтобы его представления о будущей профессии стали более четкими и содержательными и являлись стимулом преодолевать трудности.

В условиях необходимости подготовки к сдаче ЕГЭ проблема выбора учебных предметов для углублённой подготовки обозначается уже в начале обучения в старшей школе. Если старшеклассник откладывает этот выбор на год, он рискует оказаться в ситуации «цейтнота». Чтобы избежать роста тревожности в связи с трудностями такого выбора, необходимо уже в период обучения в 10-м классе определиться с направлением углублённой подготовки.

В одиннадцатом классе на первый план выступает проблема *профессионального самоопределения*: выбор будущей профессии и выбор способа ее приобретения. Проблема, связанная с подготовкой к ЕГЭ часто оказывается настолько аффективно значимой, что порой затмевает все остальные. *Эмоциональное напряжение* последних школьных месяцев бывает настолько высоким, что может нанести значительный урон здоровью. Выпускники с низкой стрессоустойчивостью составляют «группу риска», которую необходимо своевременно выявить, чтобы обеспечить им соответствующие условия для успешного окончания школы.

Научные, методологические, нормативно-правовые и методические основания программы

Нормативно-правовой базой дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мой выбор» являются следующие основные документы: Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.2,ст.12, ст.75); Приказ Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным

общеобразовательным программам»; Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 1 марта 2017 г. № 617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию».

Теоретической основой программы являются положения гуманистической (А. Маслоу) и когнитивной (Д. Миллер) психологии, а также педагогической акмеологии (Н.В. Кузьмина):

- ориентация в работе с учащимися на потенциал их собственного роста, на их стремление к самоактуализации;
- уважение к индивидуальности каждого человека;
- ориентация в работе с участниками учебно-воспитательного процесса на решение проблем при помощи их осознания и, как следствие, адекватного эмоционального реагирования, признание ответственности человека за свои действия и их последствия для своего нормального бытия и роста.

Основопологающие принципы построения учебной программы

Принцип системности обеспечивает системную организацию в осуществлении работы по программе на основе всех ее компонентов: целей, задач, содержания, методов, форм, психолого-педагогических технологий и различных видов диагностической, информационно-просветительской и коррекционно-развивающей деятельности.

Принцип единства познания, переживания и действия проявляется в единстве когнитивного, эмоционального и деятельного компонентов в методике преподавания учебной программы.

Принцип научности предполагает достаточный уровень достоверной психологической информации, предоставляемой педагогам, учащимся и родителям.

Принцип прогностичности актуализирует проблему формирования у детей и подростков чувства предвидения и заботы о своем будущем, способности прогнозировать последствия того или иного своего поведения, пути решения проблем, проектировать пути достижения созидательных целей.

Отличительные особенности программы состоят в:

- сочетании направленности на выбор будущей профессии и ориентации на мотивацию учебных достижений;
- возможности учета в коррекционной работе индивидуальных особенностей учащихся с низкой мотивацией учения и отсутствием ясных позитивных жизненных перспектив;
- наличии нескольких адресатов: учащиеся, их родители и педагогический коллектив.

Адресат программы: программа предназначена для всех обучающихся 10-11 классов, в том числе, оцениваемых администрацией школы как представителей «группы риска» с низкой мотивацией учения и

отсутствием ясных позитивных жизненных перспектив. Количество учащихся в группе, в зависимости от количества подростков «группы риска», – 8 – 15 человек.

Программа также ориентирована на родителей обучающихся, вместе с подростками выстраивающих образовательный маршрут, и на педагогов образовательных учреждений, организующих школьные элективные курсы и внеурочную деятельность.

Цель программы: помощь подросткам, в том числе, из группы риска, в осознанном и ответственном выборе образовательного маршрута.

Задачи программы

- обучающие:

- исследование учащимися своих профессиональных склонностей и личностных особенностей;
- знакомство учащихся с профессиональными и психологическими требованиями к специалистам основных видов профессий;
- знакомство со структурой межличностных взаимодействий на примере своего класса как прообраза трудового коллектива

- развивающие:

- формирование профессиональных предпочтений, понятия социальной значимости профессионального выбора;
- развитие мотивации учебных достижений;
- активизация процесса самопознания;
- расширение общего кругозора;
- формирование основ принятия решений и умения делать осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности

- воспитательные:

- формирование уважительного отношения к труду;
- формирование условий для осознанного выбора будущей профессии;
- стимулирование личностной активности.

Условия реализации программы

- в группы принимаются все желающие в соответствии с письменными заявлениями родителей (законных представителей) либо самих учащихся, достигших 15 лет;
- в группы набираются подростки 16-17 лет; возможен дополнительный набор учащихся на основе собеседования в соответствии с локальными актами ЦПМСС Красносельского района;
- количество обучающихся в группе, в зависимости от количества подростков «группы риска», – 8-15 человек;
- исходя из возраста обучающихся и характера учебного материала, основными формами проведения занятий являются беседа, диспут, мини-лекция, проектирование, работа в парах, профессиональная диагностика апробированными методиками;

- формы организации деятельности учащихся на занятиях:
 - фронтальная: беседа, мини-лекция, объяснение;
 - групповая: работа в парах;
 - индивидуальная: самоанализ, выполнение диагностики;
- материально-техническое оснащение программы включает учебный кабинет, оборудованный доской, ученические столы/парты, стулья по количеству учащихся; столы и стулья должны иметь возможность перемещаться для формирования различных рабочих зон;
- особенности организации образовательного процесса: программа рассчитана на 4 занятия по 2 часа, один раз в неделю; график занятий разрабатывается согласно учебному плану и договору с образовательным учреждением района.

Согласование объема и содержания работы в рамках программы происходит на ППК с педагогами школы и участием специалистов ЦПМСС, которые будут работать с данным классом.

При согласовании работы с администрацией школы возможно изменение затрачиваемого времени на различные виды работ в связи с тем, что:

- различается количество учащихся в группе;
- различается запрос администрации и педагогов относительно решения проблем того или иного классного коллектива;
- различна степень мотивированности педагогов на совместную работу со специалистами ЦПМСС;
- различна степень заинтересованности родителей;
- различен уровень сложности предъявляемого к специалисту запроса.

Планируемые результаты:

- предметные результаты

- освоение основных принципов самоорганизации;
 - освоение навыков конструктивного общения;
 - развитие навыков групповой работы;
- #### *- метапредметные результаты*
- изменение у учащихся представлений, установок относительно подхода к выбору профессии, формирование профессиональных предпочтений;
 - определение образовательного маршрута, соответствующего психофизическим особенностям развития детей;

- личностные результаты

- готовность учащихся школы к выбору маршрута дальнейшего обучения;
- осознание собственной ответственности за профессиональный выбор;
- повышение учебной мотивации, обусловленной выбором будущей профессии;
- формирование основ принятия решений и умения делать осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности;
- формирование уважительного отношения к труду.

Учебный план

№ п/п	Название раздела/ темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	теория	практика	
1	Мой профессиональный выбор	1	1	0	Диагностика
2	Профессиональная среда и тип личности	1	0	1	Самоанализ учащихся
3	Диагностика как метод самопознания	2	0	2	Диагностика
4	Профессиограмма	1	1	0	Самоанализ учащихся
5	Профессия «по мне»...	1	0	1	
6	Проектирование и достижение целей, обусловленных выбором будущей профессии	2	1	1	Анализ приобретенных навыков, диагностика
ИТОГО:		8	3	5	

Содержание программы

1. Мой профессиональный выбор

Выявление актуального уровня знаний по теме. Активизация проблемы выбора профессии. Определение степени готовности учащихся решать данную задачу. Профессиональные и нравственные традиции семьи. Факторы привлекательности профессии. «Хочу – могу – требуется». Проведение «входящей» диагностики.

1. Профессиональная среда и тип личности

Знакомство с классификацией профессий, разработанной Е.А.Климовым и ее связью с типологией личности с точки зрения ее социальной направленности Д. Голланда. «Гексагон» профессий. Байки: «О счастливом мусорщике и несчастном профессоре» и «Почему болели продавцы?».

2. Диагностика как метод самопознания

Исследование учащимися своих склонностей и профессиональных интересов с помощью опросников ДДО и ОПГ. Исследование учащимися своих профессиональных предпочтений с помощью опросника Д.Голланда.

Исследование учащимися своих личностных особенностей с помощью методики Айзенка. Психологические байки «Про четырех друзей», «Как выживает племя?».

Исследование учащимися своих интеллектуальных возможностей с помощью Краткого отборочного теста «КОТ» Н.В.Бузина и коммуникативных и организаторских способностей - с помощью анкеты КОС.

3. Профессиограмма

Знакомство учащихся с требованиями некоторых профессий к психологическим, внутренним качествам человека. Профессиограммы предпринимателя, программиста, водителя, ветеринара, парикмахера и другие (по желанию группы).

4. Профессия «по мне»...

Соотнесение учащимися своих индивидуальных качеств (выявленных в результате диагностики) с требованиями, которые предъявляет выбранная ими будущая профессия. Дискуссия «Зачем мне нужна эта ? (учебный предмет)» Практическое задание: «Я выбираю профессию....., потому, что...» (научное обоснование своего выбора).

5. Проектирование и достижение целей, обусловленных выбором будущей профессии

Обучение учащихся навыкам использования алгоритма выбора и достижения цели. Жизненные цели и ценности. Уровни ценностей. Примеры людей высших человеческих достижений. «Шкала ценностей» Согласование ценностей. Методика Дембо-Рубинштейна «Самооценка и уровень притязаний». Алгоритм целепо построения: цель ⇒ поиск способов ее достижения ⇒ оценка способов ⇒ принятие решения, составление плана ⇒ деятельность по осуществлению плана ⇒ результат ⇒ оценка результата и определение новых целей. Памятка принимающему решение. «Лестница достижений». Итоговая диагностика.

По итогам групповой работы возможно проведение индивидуальных консультаций

- для учащихся – индивидуальная диагностическая беседа на основе ответного бланка, во время которой уточняются запрос оптанта, тип темперамента, характерологические особенности личности, сфера профессий и анализируются рекомендации по выбору профессионального пути;
- для преподавателей – представление и уточнение профессиональных и характерологических типов учеников, обсуждение возможных путей коррекции при взаимодействии с конкретными учениками в соответствии с их типами;
- на родительском собрании представляется целесообразным с разрешения ребенка выдать каждому родителю ответный бланк учащегося и устно, не называя фамилий, прокомментировать результаты и дать рекомендации по взаимодействию в области профориентации с подростками и со школой.

Календарный учебный график программы «Мой выбор»

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
2021-2022	01.09.2021	31.05.2022	33	8	1 раз в неделю

Оценочные и методические материалы

Результативность работы по программе определяется на основании анализа письменных работ учащихся, позволяющего сделать выводы о приобретении ими

- знаний о своих профессиональных склонностях и личностных особенностях, профессиональных и психологических требований к специалистам основных видов профессий («анкета-отзыв» участника программы представлена далее);
- умений проектировать достижение учебных целей, обусловленных выбором будущей профессии.
- обновлённых представлений, установок относительно подхода к выбору своей будущей профессии.

Для самодиагностики учащимся могут быть предложены такие методики, как ДДО (дифференциальный диагностический опросник), ОПГ-6 (опросник профессиональной готовности по шести параметрам), методика Д. Голланда и методика, разработанная Т.В. Маталиной, на основе теста Г. Айзенка, краткий отборочный тест «КОТ» Н.В.Бузина, «Карта интересов» соответствующая возрасту, методика «Профиль» (методика карты интересов А. Голомштока в модификации Г. Резапкиной) опросник профессиональных склонностей Л. Йовайши в модификации Г. В. Резапкиной, опросник Кейрси в адаптации Б. В. Овчинникова, К. В. Павлова, И. М. Владимировой, Е. П. Ильина. Дополнительно возможно применение других широко распространенных профориентационных методик: компьютерной программы «Профи»; матрица профессий и пр.

№	Название методики и шкалы	Автор теста	Исследуемые параметры	Факторы, влияющие на результат
1	ДДО – дифференциальный диагностический опросник	Е.А.Климов	Преобладающий тип предпочтительной профессиональной сферы	Общий кругозор и личностная готовность к профессиональному у самоопределению и самореализации

2	ОПГ-6 опросник профессиональной готовности\	Л.Н. Кабардова	Преобладающий тип предпочтительной профессиональной сферы	Общий кругозор, способность к саморефлексии и личностная готовность к профессиональному у самоопределению и самореализации
3	Опросник профессиональных предпочтений	Д. Голланд	Преобладающий тип предпочтительной профессиональной сферы	Общий кругозор и личностная готовность к профессиональному у самоопределению и самореализации
4	Двухфакторная модель. Шкала нейротизма и шкала экстра-вертированности	Г.Айзенк, модификация Маталиной	Уровень стрессобразовательного учреждениястойчивости (подвижности нервной системы), уровень общительности, тип темперамента	Искренность, готовность к самопознанию, способность к саморефлексии
5	«КОТ» - краткий отборочный тест	Н.В. Бузин	Уровень интеллектуального развития	Степень сформированности мыслительных процессов, общий кругозор
6	«Карта интересов» 60 вопросов	Составитель Горбунова О.П.	Первичные склонности к различным видам деятельности в 6 областях знаний	Общий кругозор, учебные интересы, личностная активность
7	«Карта профессиональных интересов» 144 вопроса	А.Е. Гломшток, модификация А.А. Азбель, А.Г. Грецова	Интересы в различных областях знания и сферах деятельности.	Общий кругозор, учебные интересы, личностная активность
8	Социометрия	Р.В.Овчарова Справочная книга школьного психолога, М.,1976г	Социометрический статус каждого ученика	Коммуникативные качества учащихся

		(стр.73)		
9	Методика «Ценностные ориентации»	методика М.Рокича модифицированный вариант Е.А.Васиной	«Профессиональные ценностные ориентации» учащихся	Уровень актуализации «профессиональных ценностей»

Анкета ориентации в мире профессий

Анкетирование может проводиться в групповом или индивидуальном варианте. Ответом на первый вопрос является цифра. Вопрос №2 закрытый. Вопросы №3,4,5 открытые.

1. Выбрал ли ты уже будущую профессию? Укажи в процентах, насколько ты уверен в своём профессиональном выборе.

_____ %

2. Как ты думаешь, хорошо ли ты представляешь содержание твоей будущей профессии?

да нет затрудняюсь ответить

3. Чем надо руководствоваться в первую очередь при выборе профессии?

4. Где стоит искать информацию о будущей профессии?

5. К кому в первую очередь лучше обратиться за помощью при выборе профессии?

Литература

1. Елисеев, О.П. Практикум по психологии личности/ О. П. Елисеев. — СПб.: Питер, 2001. — 560 с.
2. Маслоу, А. Мотивация и личность/ А. Маслоу. — СПб.: Питер, 2008. — 352 с
3. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога/ Р.В. Овчарова — М., 2003г.

4. Огнев, А.С., Позитивная психология в системе непрерывного профессионального образования/ А.С. Огнев, С.Н. Гончар// Непрерывное образование: XXI век. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://lll21.petrso.ru/journal/article.php?id=2088>
5. Смирнова Е.Е. На пути к выбору профессии/ Е.Е. Смирнова. — СПб.: КАРО, 2003
6. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации/ А.П. Чернявская. — М.: Владос-пресс, 2003.
7. Экзистенциальная психология/ А. Маслоу [и др.]. — М.: Инициатива, 2005. — 160 с.

Литература, рекомендованная учащимся

1. Белоусова, Р.В. Психология для старшеклассников, часть 2 /Р.В.Белоусова, Л.П.Пономаренко. — М.: Владос, 2001.
2. Грецов А.А. Узнай себя. Психологические тесты для подростков / А.А. Грецов, А.А.Азбель. — СПб.: Питер, 2008.
3. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии/ Г.В. Резапкина. — М.: Генезис, 2002.
4. Романова Е.С. 99 популярных профессий, психологический анализ и профессиограммы/ Е.С. Романова. — СПб.: Питер, 2004.
5. Селевко Г.К. Реализуй себя / Г.К Селевко, А.Г. Селевко, О.Г. Левина. — М.: Народное образование, 2001.