

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №555
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА «БЕЛОГОРЬЕ»
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА


ПРИНЯТО

Педагогическим советом
ГБОУ школы № 555
Приморского района Санкт-Петербурга
протокол № 5 от 30.08.2019



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школы № 555
«Белогорье» Приморского района
Санкт-Петербурга

 Е.В. Андреева
Приказ № 140 от 30.08.2019

**ПРОГРАММА
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ
СТАРШЕКЛАССНИКОВ
«МОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ БУДУЩЕ»**

Автор-составитель:
Шавшаева Л. В.
педагог-психолог

Санкт-Петербург
2019

Актуальность. Современные социально-экономические преобразования в российском обществе, модернизация образования и введение ФГОС нового поколения обостряют проблему профессионального самоопределения школьников. В этих условиях от старшеклассников требуется готовность к решению своих карьерных вопросов и умение выстраивать свою жизнь в соответствии со знанием основ планирования своей профессиональной карьеры. Особую важность профессиональное самоопределение приобретает в юношеском возрасте, поскольку именно в этот период учебная деятельность становится учебно-профессиональной; ведущее место начинают занимать мотивы, связанные с выбором профессии и дальнейшего образовательного маршрута; формируются жизненные и профессиональные планы.

Решением проблемы могла бы стать система профориентационной работы со старшеклассниками. Система может включать трениговую работу, индивидуальные консультации, классные часы по вопросам планирования своего будущего, выступление на родительских собраниях, экскурсии на различные предприятия.

Понятие «самоопределение» вполне соотносится с такими понятиями как самоактуализация, самореализация. Все это позволяет определить сущность профессионального самоопределения как поиск и нахождение личностного смысла в выбираемой трудовой деятельности, а также – нахождение смысла в самом процессе самоопределения[12].

Современные исследования профессионального самоопределения показывают, что 90% удовлетворенности людей своей жизнью связано с правильным выбором профессии, соответствующей их личностным особенностям, внутренней мотивации выбора и уровнем достижений в профессиональной деятельности.

В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС ООО) – одной из центральных идей является ориентация старшеклассников мире профессий, понимание значения профессиональной деятельности для человека.

В связи с этим возникла необходимость создания программы профессионального самоопределения.

Цель: развитие внутренней готовности учащихся самостоятельно планировать и реализовывать план своего профессионального развития.

Задачи:

1. Помочь старшеклассникам выбрать профессиональный маршрут.
2. Развивать представление о себе, являющиеся важным компонентом выбора профессии.
3. Научить планировать свое будущее, в том числе профессиональное.

Категория участников: учащиеся 9-11 классов

Программа представлена 9 занятиями.

Длительность занятия 45 минут, частота встреч – 1 раз в неделю. Количество человек – от 8 до 10.

Принципы реализации программы:

- добровольное участие (участник должен иметь естественную внутреннюю заинтересованность в изменениях своей личности в ходе работы группы);
- новизна (оригинальность вводимых упражнений и постоянная смена партнеров при выполнении заданий);
- самодиагностика (самораскрытие участников, осознание и формулирование ими собственных лично значимых проблем);
- активность (постоянная активность участников группы);

В групповой работе с детьми используется сочетание разнообразных методов: профориентационные игры, упражнения, ролевые и карточно-бланковые профориентационные игры.

Ресурсы, необходимые для реализации программы:

Занятия проводятся в отдельном проветриваемом помещении, оборудованном аудио- и мультимедийным оборудованием. Необходимые материалы: художественные принадлежности: краски, карандаши; бумага формата А4.

Эффективность программы проверяется с помощью тестирования перед началом проведения занятий по программе и после завершения программы с использованием методик:

1. Анкета Джона Голланда. Направлена на исследование типа профессиональной направленности личности).
2. Анкета «Ориентация» И. Л. Соломина. Позволяет изучить профессиональные интересы, склонности и представления о профессиональных способностях.
3. Анкета самооценки типа личности И.Л. Соломина. Помогает определить тип личности старшеклассника в целях профориентации.
4. Краткий ориентировочный тест (КОТ) Э.Ф. Вандерлика, В.Н. Бузина. Направлен на определение уровня общего интеллектуального развития (умственных способностей).

Предполагаемым результатом по окончании программы тренинга будет являться повышением уровня готовности учащихся к выбору будущей профессиональной деятельности.

Тематический план

№	Наименование тем занятий	Общее количество часов (практика)
1.	Вводное. Внешние и внутренние мотивы	1
2.	Я и моя профессия	1
3.	Интересы и склонности в выборе профессии	1
4.	Мои ценности в выборе профессии	1
5.	Психологические качества личности и выбор профессии	1
6.	Личный профессиональный план	1
7.	Ошибки в выборе профессии	1
8.	Самопрезентация как важная часть в выборе профессии	1
9.	Итоговое занятие	1
Всего: 9 часов		

Содержание программы

Занятие 1. Вводное. Внешние и внутренние мотивы.

1. Приветствие « Снежный ком».
2. Упражнение «Мотивы выбора профессии».
3. Эссе «Я через 5, 10, 20 лет».
4. Профориентационная игра «Пришельцы».

Занятие 2. Я и моя профессия.

1. Упражнение «Желаю тебе...».
2. Упражнение «Я и профессия».
3. Упражнение «Моя будущая работа похожа на...».
4. Игра «Цепочка профессий».
5. Деловая игра «Кадровый вопрос».

Занятие 3. Интересы и склонности в выборе профессии.

1. Упражнения «Снежный ком».
2. Диагностика интересов и склонностей.
3. Профориентационная игра «Бизнес-риск-мен».

Занятие 4. Мои ценности в выборе профессии.

1. Упражнение «Желаю тебе...».
2. Профессьянс «Мои ценности».
3. Профориентационная игра «Отдел кадров».

Занятие 5. Психологические качества личности и выбор профессии.

1. Упражнение «Ассоциации».
2. Диагностика. Анкета самооценки типа личности И.Л. Соломина.
3. Упражнение «Внешние и внутренние препятствия».
4. Профориентационная игра «Дерево профессионально-важных качеств».

Занятие 6. Личный профессиональный план.

1. Упражнение «Желаю тебе...»
2. Диагностика. Анкета «Ориентация» И. Л. Соломина.
3. Диагностика. Краткий ориентировочный тест (КОТ) Э.Ф. Вандерлика,

В.Н. Бузина.

4. Упражнение «Моя линия жизни».

Занятие 7. Ошибки в выборе профессии.

1. Упражнение «Желаю тебе...»
2. Упражнение «Профессионал – это...».
3. Дискуссия «Ошибки в выборе профессии».
4. Профориентационная игра «Ловушки и капканчики».

**Занятие 8. Самопрезентация как важная часть
в выборе профессии.**

1. Упражнение «Желаю тебе...»
2. Дискуссия «Моя визитная карточка».
3. Опросник « Справедливость, самооценка, самоуважение, рефлексия»
Н.С. Пряжников.
4. Рисунок «Образ Я».
5. Упражнение «Самопрезентация».

Занятие 9. Итоговое занятие.

1. Упражнение «Желаю тебе...»
2. Профессьянс «Комплимент».
3. Профориентационная игра «Как устроиться на работу».

Литература

1. Голомшток, А.Е. Выбор профессии и воспитание личности школьника /А.Е. Голомшток. - М.: Просвещение, 2009. - 235 с.
2. Долматова, С.В. Сознательный выбор профессии как признак личностной зрелости субъекта / С.В. Долматова. - М.: Норма, 2014. - 385 с.
3. Зеер, Э.Ф. Профессионально-образовательное пространство личности /Э.Ф. Зеер. - Екатеринбург: Деловая книга, 2012. - 248 с.
4. Зеер, Э.Ф. Психология профессий/ Э.Ф. Зеер. - Екатеринбург: Деловая книга, 2009. - 234 с.
5. Исмагилова, Ф.С. Основы профессионального консультирования / Ф.С. Исмагилова. - М.: Аспект Пресс, 2013. - 391 с.
6. Климов, Е.А. Развивающийся человек в мире профессий / Е.А. Климов. - Обнинск, 1993. - 340 с.
7. Климов, Е.А. Как выбирать профессию/ Е.А. Климов. –М.: Просвещение, 1990.- 159с.
8. Митина, Л.М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях / Л.М. Митина // Вопросы психологии. - 2007. - №4. - С. 28-38.
9. Махаева, О.А. Я выбираю профессию / О.А. Махаева, Е.Е. Григорьева.- М.: Аспект Пресс, 2010. - 215 с.
10. Орлов, А.Б. Склонность и профессии / А.Б. Орлов - М.: Просвещение, 2001. - 312 с.
11. Осницкий, А.К. Умение саморегуляции в профессиональном самоопределении учащихся / А.К. Осницкий // Вопросы психологии. - 2002 №1. - С. 52-59.
12. Пряжников, Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения / Н.С. Пряжников. - М.: Наука, 2012. - 390 с.
13. Пряжников, Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение / Н.С. Пряжников. - М.: Академия, 2006. - 429 с.
14. Пряжникова, Е.Ю. Профорientация/ Е.Ю. Пряжникова. - М.: Академия, 2015. - 496 с.
15. Психологическое сопровождение выбора профессии/Под ред. Л.М. Митиной. - М.: Книга, 1998. - 396 с.
16. Рогов, Е.И. Выбор профессии: становление профессионала / Е.И. Рогов. - М.: Владос - пресс, 2013. - 384 с.
17. Румянцева, Н.С. К проблеме профессионального самоопределения старшеклассников / Н.С. Румянцева // Материалы науч. конференции - М.: Норма, 2004. - 385 с.
18. Сухотенко, О.Н. Ступени профессионального выбора / О.Н. Сухотенко // Школа и производство. - 2014.- № 3. - С. 28.
19. Чистякова, С.Н. Профессиональное самоопределение молодежи / С.Н. Чистякова // Педагогика. - 2012. - №5. - С.33-37.
20. Шамионов, Р.М. Личностная зрелость и профессиональное самоопределение в подростковом и юношеском возрасте / Р.М. Шамионов - СПб: Питер, 1997. - 19 с.

Приложение 1.

ОЦЕНКА ЛИЧНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЛАНА

Ф.И. обучающегося _____ 9-го класса. Дата защиты _____

Тема проекта: **Мой профессиональный план**

Цель проекта: **Научиться составлять профессиональный план**

	Достижение цели	Оформление	Защита		Процесс работы над планом			
			Представление	Ответы на вопросы	Знание своих интересов	Знание своих возможностей	Знание требований к профессии	Соотнесение личных особенностей с требованиями профессии
Самооценка								
Учитель								
Учащиеся								
И Т О Г О:								

Общее количество баллов за проект _____ Отметка _____

100–120 баллов – «5».

85–100 баллов – «4».

65–85 баллов – «3».

Меньше 65 баллов – рекомендуется доработать профессиональный план.

Школьникам можно пройти в сети Интернет on-line профориентационное тестирование

Название сайта	адрес	информация
Профориентация: кем стать	http://www.ht.ru/prof/tests/tests.html	Тесты «Профориентатор» и «Профориентатор +»
СПб гуманитарный университет профсоюзов	http://www.gup.ru/comments/profes.html	Тест Е.А. Климова
Edunews.ru Все для поступающих	http://www.edunews.ru/task/prof_tst.htm	Профориентационный тест
Психологические страницы и тесты	http://www.psyportal.info/psypage/test.shtml	Разные тесты
Работа.su	http://www.rabota.su/training/quiz/testddo.php	Профориентационный тест Е.А. Климова
А.Я. Психология	http://azps.ru/tests/indexpf.html	Много профориентационных тестов

<http://acareer.narod.ru/> «Профориентация, Образование, Занятость». Сайт содержит следующие разделы:

- **Профориентационное тестирование:** определение наиболее подходящих для старшеклассников профессий и учебных специальностей (с указанием учебных заведений);

- **Описание различных профессий (более 700):** наиболее полная и подробная в Интернете база описаний профессий.
- **Банк профессиограмм:** Профессиограмма – это описание профессии по определенной схеме, раскрывающее содержание деятельности профессионала, требования к его знаниям и умениям, профессионально важные качества и т. п.;
- **Раздел вакансии**
- **Информация о высших учебных заведениях России (около 800)**

Описания различных профессий

Название сайта	адрес	информация
Find –Job.ru	http://www.find-job.ru/glossary/	Словарь профессий
Find –Job.ru	http://www.find-job.ru/instruction/	Должностные инструкции разных профессий
Find –Job.ru	http://www.find-job.ru/profession/50/;	Востребованные и перспективные специальности
Московская Международная Высшая школа бизнеса	http://www.mirbis.ru/rus/best/	Самые высокооплачиваемые профессии
Человеческие ресурсы Урала	http://www.uhr.ru/index/find/prof	Статьи о различных профессиях, описания профессий
Управление федеральной государственной службы занятости населения по Воронежской области	http://www.vde.infobus.ru/dictionary.html	Краткий словарь новых профессий
<u>Планета HR</u>	http://planetahr.ru/publications/25	Статьи о различных профессиях
А.Я. Психология	http://azps.ru/porientation/indexpg.html «А.Я.	Профессиоописания
Учёба.ru	http://www.uceba.ru/prof/	700 профессий раздел «Профессии», где можно получить данную профессию
Музей профессий	http://www.profmuzey.ru/professions/	профессиограммы
<u>FutureJob: Список профессий</u>	http://www.futurejob.ru/index.php?action=1	профессиограммы