

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

Директор _____ И.С. Седунова

Приказ от _____ № _____

Дополнительная общеразвивающая
программа социально-педагогической (социально-гуманитарной) направленности
МОЙ ВЫБОР

Возраст обучающихся: 16 - 17 лет
Срок реализации: 2023-2024 учебный год
Объем: 8 часов

Разработчик:

Скорик Анна Юрьевна, педагог-психолог

Санкт-Петербург
2023

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Мой выбор» имеет социально-педагогическую (социально-гуманитарную) направленность.

Адресат программы: программа предназначена для всех обучающихся 10-11-х классов, в том числе, оцениваемых администрацией образовательной организации как представители «группы риска» с низкой мотивацией учения и отсутствием ясных позитивных жизненных перспектив.

Программа также ориентирована на родителей обучающихся, вместе с подростками выстраивающих образовательный маршрут, и на педагогов образовательных организаций, реализующих элективные учебные курсы и осуществляющих внеурочную деятельность.

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 преодолеть 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 и нормативно-правовые основания программы

Нормативно-правовой базой дополнительной общеразвивающей программы «Мой выбор» являются следующие основные документы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.2, ст.12, ст.75);
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года», утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;
- Национальный проект «Образование» (Паспорт национального проекта утвержден 24 декабря 2018 года);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. №286;

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России «О повышении воспитательного потенциала образовательного процесса в общеобразовательном учреждении» от 2 апреля 2002 г. №13-51-28/13;
- Концепция воспитания юных петербуржцев на 2020-2025 годы «Петербургские перспективы», утвержденная Распоряжением Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 16 января 2020 г. №105-р (в рамках реализации Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-Р);
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25 августа 2022 г. №1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28;
- Санитарные правила и нормы СанПиН 2 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные Постановлением Главного Государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года №2.

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.

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.

Уровень освоения программы – общекультурный.

Объем и срок освоения программы. Программа реализуется в течение одного учебного года. Общее количество часов реализации программы – 8 часов.

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

Задачи:

1. Обучающие

1.1 Исследование учащимися своих профессиональных склонностей и личностных особенностей;

1.2 Знакомство учащихся с профессиональными и психологическими требованиями к специалистам основных видов профессий;

1.3 Знакомство со структурой межличностных взаимодействий на примере своего класса как прообраза трудового коллектива.

2. Развивающие

2.1 Формирование профессиональных предпочтений, понятия социальной значимости профессионального выбора;

2.2 Развитие мотивации учебных достижений;

2.3 Активизация процесса самопознания;

2.4 Расширение общего кругозора;

2.5 Формирование основ принятия решений и умения делать осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности.

3. Воспитательные

3.1 Формирование уважительного отношения к труду;

3.2 Формирование условий для осознанного выбора будущей профессии;

3.3 Стимулирование личностной активности.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты освоения программы:

1. Готовность учащихся школы к выбору маршрута дальнейшего обучения;
2. Осознание собственной ответственности за профессиональный выбор;
3. Повышение учебной мотивации, обусловленной выбором будущей профессии;
4. Формирование основ принятия решений и умения делать осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности;
5. Формирование уважительного отношения к труду.

Метапредметные результаты освоения программы:

1 Формирование умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.

2 Изменение у учащихся представлений, установок относительно подхода к выбору профессии, формирование профессиональных предпочтений;

3 Определение образовательного маршрута, соответствующего психофизическим особенностям развития детей.

Предметные результаты освоения программы:

1 Освоение основных принципов самоорганизации;

2 Освоение навыков конструктивного общения;

3 Развитие навыков групповой работы.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

Язык реализации: дополнительная общеразвивающая программа «Мой выбор» реализуется на русском языке.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации дополнительной общеразвивающей программы «Мой выбор» обусловлены возможностью включения в занятия электронной формы обучения: прохождения тестов онлайн индивидуально каждым участником.

Реализация программы с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

В целях обеспечения безопасных условий реализации дополнительных общеразвивающих программ ЦПМСС Красносельского района в ситуации осложнения

эпидемической обстановки возможна реализация программы с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Использование дистанционных образовательных технологий и электронного обучения регулируется Положением об электронном обучении и использовании дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных общеобразовательных программ в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования Центре психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Красносельского района Санкт-Петербурга.

Особенности организации образовательного процесса

Программа рассчитана на 4 занятия по 2 часа, один раз в неделю; график занятий разрабатывается согласно учебному плану программы и договору с образовательной организацией района, на базе которой реализуется программа.

Согласование объема и содержания работы в рамках программы происходит на ППК образовательной организации с участием специалистов ЦПМСС Красносельского района, которые будут работать с данным классом.

При согласовании работы с администрацией образовательной организации 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 Красносельского района;
- различна степень заинтересованности родителей (законных представителей);
- различен уровень сложности предъявляемого к специалисту ЦПМСС Красносельского района запроса.

Условия набора в группы

В группы принимаются все желающие в соответствии с письменными заявлениями родителей (законных представителей) либо самих учащихся, достигших 15 лет.

Условия формирования групп

В группы набираются подростки 13-15 лет; возможен дополнительный набор учащихся на основе собеседования в соответствии с локальными актами ЦПМСС Красносельского района.

Количество детей в группе

Списочный состав групп формируется с учетом Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28.

Количество детей в группе, в зависимости от количества подростков «группы риска», – 8-15 человек.

Формы организации занятий: занятия по программе проводятся в групповой форме.

Формы проведения занятий

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 занятии

На занятиях используется сочетание следующих форм организации деятельности:

- фронтальная: беседа, мини-лекция, объяснение;
- групповая: работа в парах
- индивидуальная: при проведении диагностики.

Материально-техническое оснащение программы

Реализация программы осуществляется в помещениях в соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными

Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28.

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.

Необходимые материалы и оборудование: столы/парты, стулья, листы формата А4, бланки для проведения диагностики, ручки, карандаши, линейки.

Кадровое обеспечение программы

Программу реализует педагог-психолог без требований к квалификации и опыту работы.

Учебный план дополнительной общеразвивающей программы «Мой выбор»

№ 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.

2. 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?».

3. 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.

4. Профессиограмма

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

5. 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).

6. 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 целепостроения: 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.

Оценочные и методические материалы

Методические разработки и психодиагностические методики

№	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 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 самоопределению и

				самореализации
3	Опросник профессиональных предпочтений	Д. Голланд	Преобладающий тип предпочтительной профессиональной сферы	Общий кругозор и личностная готовность к профессиональному самоопределению и самореализации
4	Двухфакторная модель. Шкала нейротизма и шкала экстра-вертированности	Г.Айзенк, модификация Маталиной	Уровень стресса образовательного учреждения устойчивости (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.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.,1976 г. (стр.73)	Социометрический статус каждого ученика	Коммуникативные качества учащихся
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. - 352 с.
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://11121.petsu.ru/journal/article.php?id=2088>
5. Смирнова Е.Е. На пути к выбору профессии/ Е.Е. Смирнова. — СПб.: КАРО, 2003. - 176 с.
6. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации/ А.П. Чернявская. – М.: Владос-пресс, 2003. - 96 с.
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. - 189 с.
2. Грецов А.А. Узнай себя. Психологические тесты для подростков / А.А. Грецов, А.А.Азбель. – СПб.: Питер, 2008. - 208 с.
3. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии/ Г.В. Резапкина. – М.: Генезис, 2002. - 140 с.
4. Романова Е.С. 99 популярных профессий, психологический анализ и профессиограммы/ Е.С. Романова. – СПб.: Питер, 2004. - 464 с.
5. Селевко Г.К. Реализуй себя / Г.К Селевко, А.Г. Селевко, О.Г. Левина. – М.: Народное образование, 2001. - 112 с.

Система контроля результативности реализации программы

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»; матрицы профессий и пр.

Календарный учебный график
дополнительной общеразвивающей программы
«Мой выбор»

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов по программе	Режим занятий
2023-2024 учебный год	01.09.2023	25.05.2024	34 недели	8	1 раз в неделю