

**ПРОГРАММА КУРСА  
«Проектирование профессионального  
самоопределения»**

**Программу разработал:**  
Букреева Ирина Альфредовна,  
учитель технологии  
МБОУ Школа №6 г.о. Самара

Самара, 2019

## Пояснительная записка

Модифицированная программа курса «Проектирование профессионального самоопределения» составлена в 2015 году для обучающихся 9 классов (34 часа) на основе следующих документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года №273-ФЗ.
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования второго поколения 2011 года,
- основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ Школа №6 г.о. Самара;
- Я и моя профессия. Программа профессионального самоопределения для подростков. Учебно-методическое пособие для школьников, психологов и педагогов. Г. В. Резапкина - М.: Генезис, 2005.
- Программы общеобразовательных учреждений: Твоя профессиональная карьера 8-9 кл. С.Н. Чистяковой. – М.: Просвещение, 2006.

Программа курса «Проектирование профессионального самоопределения» направлена на достижение следующей цели:

актуализация процесса профессионального самоопределения за счет активизации внутренней готовности к осознанному и самостоятельному построению собственного профессионального пути с учетом реалий рынка труда для достижения профессионального успеха.

Основными задачами курса являются:

- развитие у школьников отношения к себе как к субъекту будущего профессионального образования и профессионального труда;
- формирование позитивной и адекватной «Я» - концепции через выражение и осознание своих индивидуально-личностных особенностей, в т.ч. требующих развития и совершенствования;
- обеспечение возможности осознания молодыми людьми своей автономности в принятии ими ответственности за свою образовательную траекторию и карьерный рост;
- формирование готовности к обоснованному выбору профессии, карьеры, жизненного пути с учетом своих склонностей, способностей, состояния здоровья, потребностей рынка труда в специалистах;
- расширение представления о мире профессий, смысле профессиональной деятельности, требованиях профессий и перспективах их развития;

- воспитание уважительного отношения к разным видам профессионального труда как социально равноценным;
- формирование активной жизненной позиции и установки на достижение успеха.

Проблема выбора профессии актуальна она для учащихся старших классов школ, впервые стоящих перед необходимостью выбора профессии. Профессиональное самоопределение является частью карьеры человека, рассматриваемой в современном понимании не только как успешность в конкретной профессиональной деятельности, но успешность всей жизни. Профессиональное самоопределение и связанная с ней трудовая деятельность учитывают, прежде всего, личностные особенности, склонности и мотивации, предоставляя возможности для наиболее полной его самореализации и удовлетворения от своей деятельности. Для дальнейшего успешного профессионального развития собственную карьеру важно планировать. Эффективный результат можно получить только при самостоятельном осознанном решении проблемы выбора.

### **Планируемые результаты учебной деятельности обучающихся**

#### *Личностные результаты:*

- формирование ответственного отношения к учению, готовности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, а также на основе положительного отношения к труду;
- формирование потребности в профессиональном самоопределении;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми.

#### *Предметные результаты:*

- расширение представления подростков о себе;
- понимание смысла и значения труда в жизни человека и общества, современных тенденций на рынке труда, знание востребованных профессий, рынка труда;
- осознание путей получения профессии, представлений о различных типах образовательных учреждений;
- формирование мотивации в профессиональном самоопределении.

#### *Метапредметные результаты*

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;

- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей;

- навыки планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

### **Формы и методы работы:**

- лекции, беседы;

- метод проблемного изложения, эвристический;

- метод проектов, игровое проектирование;

- диагностические методы: анкетирование, профориентационные тесты, опросники профессиональной мотивации, личностные опросники, проективные личностные тесты, метод наблюдения;

- информирование (профессиограммы, справочная литература, информационно-поисковые системы), профессиональная реклама и агитация; видеофильмы, использование средств СМИ; экскурсии на предприятия и в учебные заведения; встречи со специалистами различных профессий, посещение ярмарки профессий и их модификации осуществляются в рамках предпрофильной подготовки;

- рефлексия процесса самоопределения.

В период изучения разделов и по окончании курса осуществляется педагогическое сопровождение и профконсультирование.

### **Оценивание деятельности учащихся в рамках курса**

Специфика учебного материала и методика его преподавания требуют особых форм оценивания результатов работы учащихся. Предлагается зачетная система. Возможными критериями оценивания, в рамках зачетной системы, могут быть:

- точность определения понятий, сформированная «понятийная» компетентность в рамках изучаемого материала;

- прохождение диагностического материала;

- полнота ответов, заполнение аналитических таблиц;
- умение аргументировать свою точку зрения во время дискуссии, консультации;
- овладение навыками рефлексии, самоанализа.

Для контроля личного прогресса обучающимся предлагается вести портфолио, в которых они фиксируют действия, направленные на свой будущий профессиональный успех («Матрица выбора профессии», «Схема построения личного профессионального плана» (см. Приложение 2, 3). Результаты пройденных диагностических методик фиксируются для анализа в листе саморефлексии (см. Приложение 4). При работе с «Профориентационным портфолио» школьник: осуществляет самоконтроль; осознаёт процесс учения, образовательные цели; оценивает свои достижения и возможности, и личный прогресс. Учащийся начинает более серьезно задумываться о своих личных качествах, о сложностях проблемы профессионального выбора. Эта работа поможет учащимся наметить программу действий по достижению поставленных целей. Отслеживается реальная оценка личностью (учащимся) своей профессиональной динамики.

Итоговая работа обучающихся: защита профориентационного проекта «Моя образовательная и профессиональная перспектива», «Моя будущая профессия», «Мир профессий и мой выбор», «Мое профессиональное будущее» и др. с аргументированным обоснованием своего выбора.

### **Общая характеристика курса**

Специфика курса «Проектирование профессионального самоопределения» и необходимость проведения групповой работы требуют использовать только те диагностические методы, которые отвечают требованию надежности и рекомендованы для работы. Тесты и задания подобраны с учетом особенностей восприятия школьников. Диагностическая работа выполняет коррекционные и развивающие задачи. Вопросы и задания должны быть понятными для учащихся, инструкции – четкими, не допускающими разночтений. Чтобы определить сформированность профессиональных планов, используется метод анкетирования.

Профессиональное самоопределение является частью личностного самоопределения, основе которого лежит компонент системной мотивации учащихся на самопроектирование. Важнейшим критерием осознания и продуктивности профессионального становления личности является ее активная жизненная позиция и установка на достижение успеха – осознанность целей и мотивов, способность находить личностный смысл в профессиональном труде, самостоятельно проектировать, творить свою профессиональную жизнь, ответственно принимать решения на основе анализа и рефлексии по поводу своего продвижения в образовании и карьере неразрывно связанные с уровнем зрелости личности.

Курс «Проектирование профессионального самоопределения» опирается на деятельностную теорию обучения, и в первую очередь, на структуру деятельности. Компонентами структуры деятельности являются: потребность – мотив – цель – соотношение средств и условий – действия. (см. Приложение1)

Посредством рефлексии осуществляются все этапы развёртывания деятельностного акта. Необходимо создать условия для стимулирования активного процесса самопознания учащихся, т.е. анализа и оценки самих себя и своих поступков. Именно рефлексия обеспечивает осознанность и ответственность выбора, формирование у человека осознанной занятости – умения соотносить то, что он может, с тем, что он хочет, Учащийся рассматривается не как пассивный получатель информации о том, какую профессию он должен выбрать, а как активный участник в проектировании своего дальнейшего профессионального пути.

Но на каждом из этапов работы рефлексия преследует специфические цели, а значит, требует различных опорных материалов, работая с которыми учащиеся могут постепенно прийти к самостоятельному выбору профессионального будущего.

Все этапы включают в себя внешние и внутренние компоненты. Это разделение значимо, т.к. помогает и педагогу и учащемуся чётко видеть разницу между внутренними стремлениями и склонностями учащихся и внешними требованиями социума.

Мотивационная сфера – это связующее звено в профессиональной деятельности, которое обуславливает целенаправленный, сознательный характер действий человека. Неопределенность ценностных представлений о самой профессии смещает ориентиры на выбор предпочитаемого, желаемого образа жизни с помощью профессии. Таким образом, профессия уже выступает как средство для достижения этого образа жизни, а не как существенная часть самого образа жизни.

На первом этапе учащиеся должны перейти от неопределённых потребностей: найти себя в социуме, самореализоваться, получить образование, обеспечить достойное будущее, прожить счастливую жизнь. К этапу опредмеченных потребностей, т.е. мотивов – это знание о том, как я могу удовлетворить свою потребность.

На втором этапе – этапе предварительного выбора профиля, важно дать учащимся информацию о как можно более широком спектре профессий, а также об общих тенденциях рынка труда. Это позволит школьникам определить, какая из сфер профессиональной деятельности наиболее полно сможет помочь ему в реализации его мотивов. Здесь учащийся ставит актуальные для него внешние и внутренние цели. Актуальными диагностическими методиками на этом этапе являются: активизирующие методы и тесты профессиональных склонностей (Климова, Ёвовайши, Голомштока, Резапкиной, Холланда). Важно знать, как именно они осознаются и учитываются самим ребенком при выборе профессии. Целесообразно

также уже с этого времени проводить индивидуальные консультации с участием профессионального консультанта или психолога.

На третьем этапе – школьник получает возможность оценить насколько он готов к работе по выбранному им профилю. Он узнаёт о личностных качествах и проходит психодиагностические тесты. Сопоставление собственных психологических особенностей с ПВК (профессионально важными качествами) профессии (потенциальные профессиональные «хочу» и «могу»). Столкновения факторов выбора профиля обучения при помощи матрицы альтернативного выбора, позволит формулировать, ранжировать и наглядно, «количественно» соотносить аргументы «за» и «против» совершаемого выбора профиля обучения и дальнейшего профессионального пути. Рефлексивное осмысление позволяет учащемуся либо скорректировать свой первоначальный выбор, либо перейти к этапу конкретных действий.

На заключительном этапе работы учащиеся начинают непосредственную работу над претворением своих целей в жизнь. Учащиеся сориентированы как на внешние действия (узнать о ВУЗах, посетить Дни открытых дверей, предметные олимпиады), так и на внутренние действия (личностный рост, развитие профессионально важных качеств). Важно, что эти действия не навязаны родителями или педагогами, а естественно вытекают из поставленных самим учащимся целей.

Предусматривается применение активных методов работы. Имитационные игры моделируют профессиональную деятельность, давая тем самым возможность проиграть социальные и профессиональные отношения, что особенно важно в подростковом возрасте, когда реальный опыт еще невелик. Такая форма работы создает условия для самоанализа и осознания своего отношения к профессии.

**Тематическое планирование курса  
«Проектирование профессионального самоопределения»**

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Введение. Цели и задачи курса	1
2	Раздел 1. Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении	7
3	Раздел 2. Ориентация в мире профессий	6
4	Раздел 3. Профессиональные интересы и склонности	10
5	Раздел 4. Соотнесение самооценки и профессиональных требований. Личный профессиональный план обучающегося	9
6	Защита проектов	1
	Итого	34

## Содержание курса

### **Введение. Цели и задачи курса (1 час)**

Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий по психологическим основам выбора профессий. Варианты выбора образования после девятого класса. Право на индивидуальное содержание образования. Профиль обучения. Возможности получения образования по избранному профилю. Психологические основы принятия решения.

*Практическая работа.* Знакомство с «Профориентационным портфолио». Эссе: «Почему я хочу работать».

### **Раздел 1. Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении (7 часов)**

#### Тема 1. Осмысление собственных потребностей

Понятие потребности. Профессиональная деятельность как способ самореализации личности. Слагаемые успеха. Успешность в учебе и профессиональные притязания. Жизненный и профессиональный успех глазами людей с разными ценностными ориентациями. Роль жизненных ценностей при выборе профессии.

*Практическая работа.* Эссе по х/ф «В погоне за счастьем». Методика «Определение типа ценностных ориентаций».

#### Тема 2. Формирование личностных смыслов профессиональной деятельности

Понятие о жизненных ценностях личности и ценностях трудовой деятельности. Цепочка ближних и дальних конкретных целей. Внешние и внутренние условия достижения целей. Имидж успешного профессионала и его карьера. Составляющие конкурентоспособности и трудоспособности. Профессиональный успех и воля. Профессиональные достижения.

*Практическая работа.* Анкета «Что я жду от профессии».

#### Тема 3. Ценностные ориентации

Определение типа ценностных ориентаций в профессиональной деятельности. Сущность понятий «мотивы», «ценностные ориентации». Условия их формирования. Значение мотивов деятельности и ценностных ориентаций в профессиональном самоопределении и служебной карьере. Зачем человеку деньги.

*Практическая работа.* Опросник «Мотивы выбора профессии».

#### Тема 4. Мотивация профессиональной деятельности

Влияние мотивации на выбор профессии. Классификация мотивов деятельности. Концепция о внутренней и внешней мотивации. Внешние (социальные) факторы выбора профессии. Социальные стереотипы, престиж, «образ профессии», образ профессионализма и «образ жизни». Внутренние (личностные) факторы выбора профессии, уровень притязаний, самооценка. Выявление ведущих мотивов деятельности.

*Практическая работа.* Анкета «Определение мотивов выбора профессии». Методика описания себя «Кто я есть».

Тема 5-6. Мотивы выбора профессии

Типичные мотивы выбора профессии. Определение преобладающих мотивов профвыбора.

*Практическая работа.* Опросник «Трудовой мотивационный профиль» (ТМП). Тест профессиональной мотивации. Методика описания себя «Я через 5 лет».

Тема 7. Построение жизненной перспективы

Целеполагание в профвыборе. Вопросы ответственности и целеполагания. Представление о себе в будущем. Развитие личности и профессиональное и личностное самоопределение. Профессиональные и жизненные планы, их взаимосвязь и взаимообусловленность. Профессиональная деятельность как способ самореализации и самоутверждения личности. Выбор профессии, как выбор способа достижения жизненного успеха.

*Практическая работа.* Игра «Эпитафия». Эссе: «Какие события могли бы украсить ваши будущие жизни». Рефлексия мотивов и ценностных ориентаций профвыбора.

## **Раздел 2. Ориентация в мире профессий (6 часов)**

Тема 1. Многообразие мира профессий

Труд в жизни человека и общества. Отрасли общественного производства. Мир профессий. Понятие профессиональной деятельности. Требования современного общества к профессиональной деятельности человека, рынок профессионального труда и образовательных услуг. Профессия и образ жизни. Секреты выбора профессии («хочу» — «могу» — «надо»). Типичные ошибки при выборе профессии. Разделение труда. Профессия, специальность, должность. Спрос на рынке труда и возможность трудоустройства. Конкуренция на рынке труда. Востребованность специалистов.

*Практическая работа.* Составление словаря профессий. Упражнение «Профессия на букву», «Самая-самая», «Профессиональный девиз». Деловая игра «Кадровый вопрос».

Тема 2. Карьера и карьерный рост

Профессиональная деятельность и карьера. Доходность и карьерные перспективы. Адаптация на рабочем месте. Требования, предъявляемые современным работодателем. Социально-профессиональная мобильность – качество современного профессионала.

*Практическая работа.* Деловая игра «Ловушки-капканчики», «Угадай профессию».

Эссе о профессиональном пути родителей или других родственников.

Тема 3. Классификация профессий

Классификация профессий по отраслям хозяйства, предметам, целям, орудиям и условиям труда. Классификация типов профессий Е. А Климова. Основные требования к представителям профессий различных групп.

*Практическая работа.* Дифференциально-диагностический опросник (ДДО). Тест «Гуманитарий - Технарь».

Тема 4. Формула профессии

Классы профессий по целям труда. Отделы профессии. Группы профессий по условиям труда. Профессиональный тип личности.

*Практическая работа.* Объединённая типология Дж. Холланда с классификацией Е.А. Климова в модификации Г.В. Резапкиной.

Тема 5-6. Профессиограмма

Анализ мира профессий и конкретизация «идеального» образа в виде возможных вариантов профессий. Изучение рассматриваемой профессиональной деятельности. Составление профессиограммы.

*Практическая работа.* Составление профессиограммы. Эссе «Что я знаю о выбираемой профессиональной деятельности?»

### **Раздел 3. Профессиональные интересы и склонности. Психические процессы и их роль в профессиональном самоопределении (10 часов)**

Тема 1-2. Профессиональные интересы и склонности

Сущность понятий «профессиональный интерес» и «склонности». Интерес как мотив выбора профессии. Сходство и различие склонностей и интересов.

*Практическая работа.* Диагностика интересов учащихся по методике Методика «Профиль» («Карта интересов (КИ)» А. Е. Голомштока в модификации Г.В. Резапкиной). Опросник «Определение профессиональных склонностей» (методика Л.А. Йовайши в модификации Г.В. Резапкиной). Анкета Профессиональная намеренность. Активизирующий опросник «Перекресток».

Тема 3-4. Природные свойства нервной системы

Личностные особенности: характер и темперамент. Их проявления профессиональной деятельности. Тип темперамента и работоспособность.

*Практическая работа.* Тест «Личностный опросник Айзенка». Опросник "Характер и профессия" (Г.В. Резапкина).

Тема 5. Эмоциональное состояние и приемы саморегуляции

Эмоциональные проявления человека. Эмоциональный мир: саморегуляция и стрессоустойчивость. Управление своими эмоциями. Приемы саморегуляции. Релаксация.

*Практическая работа.* Методика «Импульсивность», «Самооценка терпеливости».

Тема 6-7. Способности и профессиональная пригодность

Понятие о задатках и способностях личности. Способности общие и специальные, условия их проявления и развития. Восприятие, внимание, память, мышление. Деятельность как важнейшее условие проявления и развития способностей.

*Практическая работа.* Методика «Твои способности». Тест «Тип мышления», тест «Мюнстерберга», тест «Объём памяти», методика «Образная память», тест «Логическое мышление». Упражнение «Муха».

#### Тема 8. Профессиональная пригодность

Понятие о профессиональной пригодности. Критерии профпригодности. Призвание. Обобщенные психологические характеристики основных типов профессий.

*Практическая работа.* Тест «Коммуникативные и организаторские склонности (КОС)».

#### Тема 9. Понятие о специфических и неспецифических ПВК

Понятие о ПВК – профессионально важных качествах человека. Возможность развития ПВК. Специфические и неспецифические ПВК для основных типов. Необходимые для трудовой деятельности личностные качества, их самооценка. Профессиональный отбор.

*Практическая работа.* Анкета по типам интеллекта (по теории Говарда Гарднера). Самооценка и оценка другими (близкими) таких свойств личности, как «аккуратность», «работоспособность», «усидчивость», «добросовестность», «внимательность», «ответственность». Профориентатор (компьютерный тестовый комплекс)

#### Тема 10. Здоровье и выбор профессии

Здоровье как условие высокоэффективной профессиональной деятельности. Взаимосвязь и взаимообусловленность здоровья и выбора профессии, карьеры. Важнейшие характеристики здоровья человека. Медицинские ограничения профессиональной пригодности. Перечень профессионально-производственных противопоказаний. Неблагоприятные факторы труда в некоторых областях промышленности.

*Практическая работа.* Анкета здоровья. Рефлексия профессиональных интересов и способностей.

### **Раздел 3. Соотнесение самооценки и профессиональных требований (9 часов)**

#### Тема 1. Самооценка и уровень притязаний

«Образ «Я»» как система представлений о себе. Структура «образа «Я»» (знание о себе, оценка себя (сильные и слабые стороны, достоинства и недостатки), умение управлять собой). Самооценка личности («Я» познающее, индивидуальное, социальное»). Уровень притязаний. Личный опыт. Формирование Я-образа на основе понимания своих индивидуально-личностных особенностей, в т.ч. требующих развития и совершенствования. Как стать профессионалом без способностей.

Практическая работа. Тест-опросник для определения уровня самооценки (Автор – С.В. Ковалев). Методика «Произвольное самописание» (с учетом модификации «я» в глазах другого); методика самооценки (соотношение «реального» и «идеального „я“»).

Тема 2-3. Основные шаги выбора профессии

Определение факторов профессионального выбора. Внешние и внутренние факторы выбора профессий. Значение правильного выбора профессии. Сопоставление профессиональных планов с состоянием здоровья, образовательным потенциалом, личностными особенностями. Профессиональная проба. Роль профессиональных проб в профессиональном самоопределении. Право на выбор и ответственность за выбор.

*Практическая работа.* Матрица выбора профессии в рамках предпрофильной подготовки. Игра «Защити свой выбор». Игра «Пять шагов»

Тема 4-5. Психологическая готовность к выбору профессии

Индивидуальные и профессиональные качества. Образовательные и профессиональные притязания: алгоритм принятия решения о выборе профиля обучения в старшей школе, учреждениях профессионального образования. Современный рынок труда.

*Практическая работа.* Опрос «Готовность к выбору профессии». Опросник профессиональной готовности (ОПГ-6). Самостоятельная работа с таблицей «Принятия решения о послешкольном образовательном маршруте».

Тема 6-7. Личный профессиональный план учащегося (ЛПП)

Моделирование жизненной и профессиональной перспективы. Этапы формирования и характеристика профессионального плана. План построения профессиональной карьеры. Технологии (механизмы) принятия решения в ситуации выбора образовательной траектории. Личностная позиция учащихся в ситуации профессионального выбора

*Практическая работа.* Схема построения личного профессионального плана. Анкета «Составление личного профессионального плана». Игровое проектирование «Уточнение профессиональной деятельности, разработка программы и способов овладения профессией». Схема альтернативного выбора. Активизирующая методика «Будь готов!».

Тема 8. Резюме. Самопрезентация

Формы самопрезентации. Правила эффективности. Содержание резюме. Источники информации о вакансиях рынка труда.

*Практическая работа.* Подготовка резюме. Игра «Устройство на работу». Сопоставление профессиограммы и своего резюме: вычленение сходств и расхождений.

Выполнение проектной работы по проектированию профессионального будущего «Моя образовательная и профессиональная перспектива», «Моя будущая профессия».

Тема 9. Рынки образовательных услуг, пути продолжения образования и приобретения профессии

Характер профессионального образования и профессиональная мобильность. Виды и формы получения профессионального образования. Региональный рынок образовательных услуг. Центры профконсультационной помощи. Особенности вузовского обучения.

*Практическая работа.* Работа с литературой, материалами СМИ, отражающими состояние рынка образовательных услуг. Игровое проектирование «Что ждет молодых специалистов»

Защита проекта (1 час)

*Практическая работа.* Защита проектной работы по проектированию профессионального будущего «Моя образовательная и профессиональная перспектива», «Моя будущая профессия».

### Учебно-методическое обеспечение

1. Учебное пособие для обучающихся: Технология. Твоя профессиональная карьера. 8 (9) класс: учеб. для общеобразоват. учреждений / [П. С. Лернер, Г. Ф. Михальченко, А. В. Прудило и др.]; под ред. С. Н. Чистяковой. — 5-е изд. — М.: Просвещение, 2010 — 159 с.

2. Диагностические методики: Методика «Определение типа ценностных ориентаций». Анкета «Что я жду от профессии». Опрос мотивов выбора. Анкета «Определение мотивов выбора профессии». Анкета Профессиональная намеренность. Опросник «Трудовой мотивационный профиль» (ТМП). Тест профессиональной мотивации. Опросник "Характер и профессия" (Г.В. Резапкина). Опрос «Готовность к выбору профессии». Опросник профессиональной готовности (ОПГ-6). Методика «Профиль» («Карта интересов (КИ)» А. Е. Голомштока в модификации Г.В. Резапкиной). Объединённая типология Дж. Холланда с классификацией Е.А. Климова в модификации Г.В. Резапкиной. Тест «Гуманитарий - Технар». Профориентатор (компьютерный тестовый комплекс). Дифференциально-диагностический опросник (ДДО). Методика «Импульсивность», «Измерение художественно – эстетической потребности», «Самооценка терпеливости». Тест-опросник для определения уровня самооценки (Автор – С.В. Ковалев). Методика «Твои способности». Анкета по типам интеллекта (по теории Говарда Гарднера). Тест «Тип мышления», тест «Мюнстерберга», тест «Объём памяти», методика «Образная память», тест «Логическое мышление».

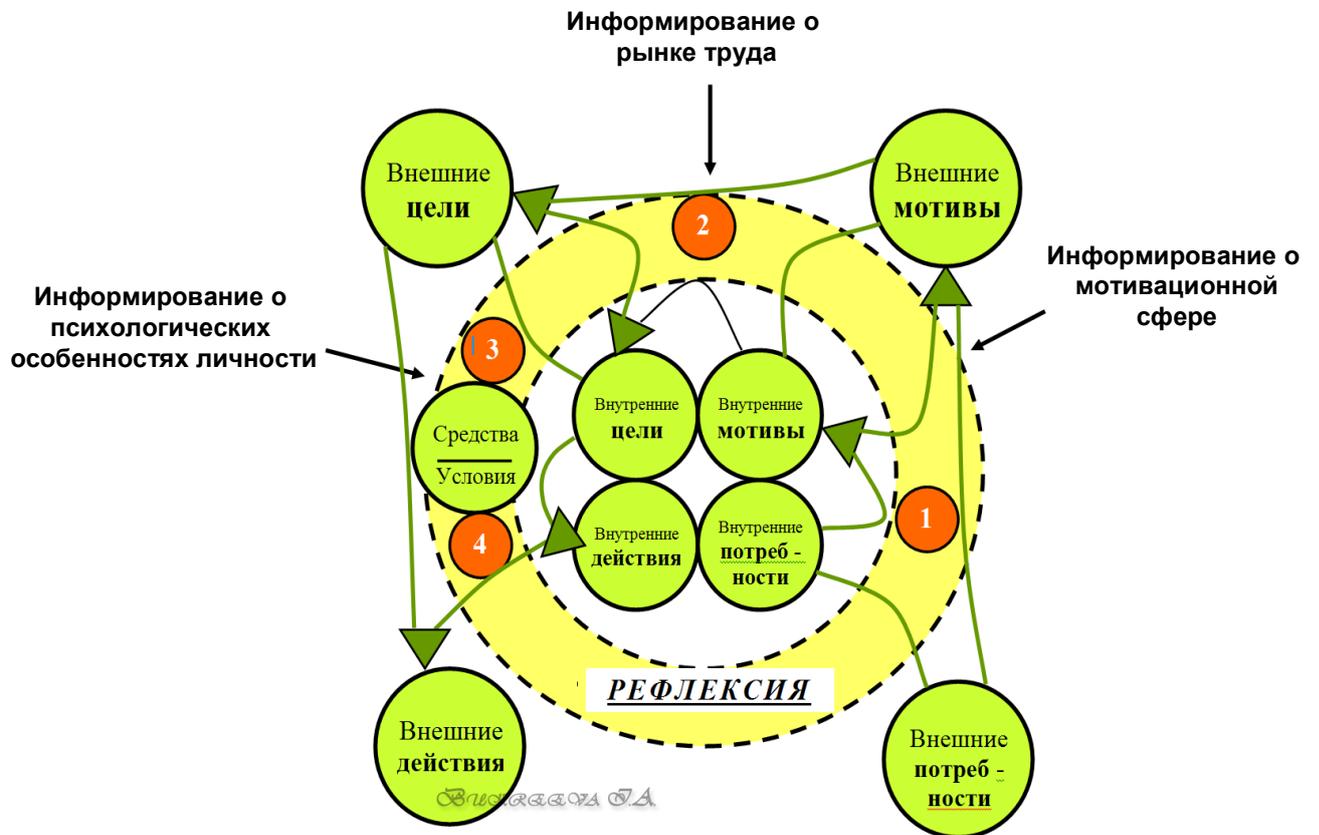
Методики описания себя «Кто я есть», «Я через 5 лет». Игра «Пять шагов»; «Эпитафия», «Профессиональный девиз». Деловая игра «Кадровый вопрос». Профориентационная игра «Ассоциации», «Защити свой выбор». Активизирующий опросник «Перекресток», «Будь готов!», «За и против».

3. Материалы для портфолио: «Матрица выбора профессии»; «Саморефлексия по результатам профдиагностики»; «Схема построения личного профессионального плана».

## Список литературы

1. Евстратов В.Г. Психология и педагогика профориентационной работы. - Тамбов: Издательство ТГУ им. Г.Р.Державина, 1999.
2. Йовайша Л.А. Проблемы профессиональной ориентации школьников. – М.: Педагогика, 1993. – 128 с.
3. Климов Е.А. Выбор профессии: Пробное учеб. пособие для учащихся 7–8 кл. сред. шк. В 2 частях. / Е.А. Климов, С.Н. Чистякова. – М.: Просвещение, 1987. – 2 ч. – 64с.
4. Климов Е.А. Как выбирать профессию: Кн. для учащихся ст. классов сред. шк. /Е.А. Климов. - М.: Просвещение, 1990. - 192с.
5. Кондаков И.Н. Диагностика профессиональных установок подростков // Вопросы психологии. - 1997.-№ 2.-С.122-130.
6. Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности. — Ростов н/Д, 1996. — 512 с.
7. Подлеснова Н. Выбирая профессию/Н. Подлеснова, И. Руденко//Семья и школа. - 2001.-№ 11-12.- С.19-21.
8. Программы общеобразовательных учреждений: Твоя профессиональная карьера 8-9 кл. – М.: Просвещение, 2006.
9. Пряжников Н.С. Активные методы профессионального самоопределения. — М.: МГППИ, АНО «Центр «Развивающее образование»», 2001. - 86 с.
10. Пряжников Н.С. Теория и практика профессионального самоопределения. — М.: МГППИ, 1999. -108 с.
11. Пряжников Н.С. Методы активизации профессионального самоопределения. М; Воронеж, 1997.
12. Резапкина Г. В. Я и моя профессия. Рабочая тетрадь учащегося. - М.: Генезис, 2000.
13. Резапкина Г. В. Психология и выбор профессии. Программа предпрофильной подготовки. - М.: Генезис, 2016.
14. Резапкина Г. В. Секреты выбора профессии. - М.: Генезис, 2002.
15. Резапкина Г. В. Я и моя профессия. Программа профессионального самоопределения для подростков. Учебно-методическое пособие для школьников, психологов и педагогов. - М.: Генезис, 2005.
16. Романова Е. С. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. - СПб.: Питер, 2003.
17. Столяренко Л.Д. Детская психодиагностика и профориентация. - Ростов н/Дону: издательство «Феникс», 1999. -383с.
18. Технология. Твоя профессиональная карьера. 8 (9) класс: ТЗ8 учеб, для общеобразоват. учреждений / [П. С. Лернер, Г. Ф. Михальченко, А. В, Прудило и др.]; под ред. С. Н. Чистяковой. — 5-е изд. — М.: Просвещение, 2010 — 159 с.
19. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. – М.: Владос-Пресс, 2001. – 96 с.
20. Чистякова С.Н. Проблема самоопределения старшеклассников при выборе профиля обучения // Педагогика. – 2005. 9.– №1. – С.19-26.

Схема формирования осознанного профессионального выбора



## Матрица выбора профессии

Ученика(цы) \_\_\_\_\_ 9\_\_ кл. МБОУ Школа №6 г.о.

Самара

Информация о профессии		Профессия		
		1	2	3
Общие сведения	Краткая характеристика, сфера применения профессии			
	Основные специальности			
Производственное содержание	Место и роль в научно-техническом прогрессе, перспективность, востребованность на рынке труда			
	Содержание и характер (функция) трудовой деятельности			
	Предмет, средства и продукт (результат) труда			
	Объем механизации и автоматизации труда			
	Общие и специальные знания и умения специалиста			
Условия работы и требования профессии к человеку	Санитарно-гигиенические условия труда			
	Элементы творчества, характер трудностей, степень ответственности			
	Требования к возрасту и здоровью			
	Требования к физиологическим и психологическим особенностям			
	Профессиональный отбор, профессиональная адаптация			
Экономические условия: организация труда, система оплаты, отпуск				
Система подготовки к профессии	Пути получения профессии			
	Уровень и объем профессиональных знаний, умений и навыков			

## Схема построения личного профессионального плана

ученика(цы) \_\_\_\_\_ 9 \_\_\_\_\_ класса

№ п/п	Этап построения плана	Расшифровка этапа	Самооценка действий по построению профплана	Корректировка действий
1	Главная цель	Что буду делать, каким буду, что достигну, идеал жизни и деятельности		
2	Цепочка ближайших и более отдаленных конкретных целей	Чему и где учиться, перспективы повышения мастерства		
3	Пути и средства достижения ближайших целей	Беседы с людьми, проба сил, самообразование, подготовительные курсы, поступление в учебное заведение		
4	Внешние условия достижения целей	Трудности, возможные препятствия, не согласие тех или иных лиц		
5	Внутренние условия достижения целей	Оценка своих возможностей: состояние здоровья, способности к теоретическому и практическому обучению, настойчивость, терпение, личные качества, необходимые для работы в данной профессии		
6	Запасные варианты целей и путей их достижения	В случае возникновения непреодолимых препятствий для реализации главной цели		

**Саморефлексия по результатам профдиагностики в рамках  
курса «Проектирование профессионального самоопределения»**

ученика(цы) \_\_\_\_\_ 9 \_\_\_\_\_ класса МБОУ Школа №6 г.о. Самара

№ п/п	Профдиагностическая методика	Содержание методики	Результат	Рефлексия	Сопоставление результатов	Выводы
1	<b>Определение типа ценностной ориентации</b>	Список ценностей соответствует классификации по критерию отношения ценности к сфере профессиональной деятельности.	Непротиворечивый профессиональный: характеризует человека с четкой профессиональной доминантой. Противоречивый: характеризует человека, у которого доминируют и профессиональные, и противоречащие им внепрофессиональные ориентации. Непротиворечивый внепрофессиональный характеризует человека, ориентированного на деятельность, не связанную с профессией			
2	<b>Анкета «Что я жду от профессии?»</b>	Разные профессии открывают перед человеком разные возможности и предъявляют разные требования. Чего бы Вам хотелось от своей будущей профессии?				
3	<b>Вопросник «Трудовой мотивационный профиль» (ТМП)</b>		1. Деньги (Д). 2. Стабильность (С). 3. Коллектив, отношения (О). 4. Карьера, признание (К). 5. Профессионализм,			

			творчество (П).			
4	<b>Анкета «Определение мотивов выбора профессии»</b>		<b>А:</b> преобладают мотивы выбора престижной профессии, реализовать свой высокий уровень притязаний; <b>Б:</b> больше привлекает материальное благополучие, желание заработать; <b>В:</b> стремление к творческой работе, приобретению необходимых навыков и умений.			
5	<b>Методика «Мотивы выбора профессии»</b>	Изучение значимых мотивов профессиональной деятельности	«и» — внутренне индивидуально значимые мотивы; «с» — внутренние социально значимые мотивы; «+» — внешние положительные мотивы; «—» — внешние отрицательные мотивы.			
6	<b>Тест профессиональн ой мотивации</b>	Изучение мотивов профессиональной деятельности	1 –собственного труда 2 –социальной значимости труда 3 –самоутверждения в труде 4 – профессионального мастерства			
7	<b>Готовность к выбору профессии</b> www. proforientator.ru	Оценка внутренней и внешней готовности к профвыбору, осведомленность в особенностях образования, правилах поступления и т.д., для правильного выбора стратегии профессионального развития и становления	Знание себя Ответственность Эмоциональность Определённость Знание профессий Образование Отсутствие заблуждений Внутренняя готовность Внешняя готовность Общая готовность			

8	<b>ДДО</b> <b>(Дифференциальный</b> <b>диагностический</b> <b>опросник)</b>	Классификации профессий по предмету труда	Ч-П Ч-Т Ч-Ч Ч-З Ч-Х			
9	<b>Объединённая</b> <b>типология</b> <b>Дж. Холланда</b> <b>«Определение</b> <b>типа</b> <b>личности» с</b> <b>классификацией</b> <b>Е.А.Климова в</b> <b>модификации</b> <b>Г.В.</b> <b>Резапкиной</b>	Сравнение профессий, относящихся к разным психологическим типам личности, но к одному и тому же предмету труда. Конкретизируется сфера выбора внутри одного предмета труда.	реалистический тип (р) интеллектуальный тип (и) социальный тип (с) конвенциональный (офисный) тип (о) предприимчивый тип (п) артистический тип (а)			
10	<b>Тест</b> <b>«Ориентация»</b>	Тип профессий, к которому наибольшая склонность или способность	Я ХОЧУ Я МОГУ Ч-П Ч-Т Ч-Ч Ч-З Ч-Х А. Исполнительские профессии Б. Творческие профессии			
11	<b>Методика</b> <b>«Профиль»</b> <b>(методика</b> <b>карты</b> <b>интересов</b> <b>А.</b> <b>Голомштока в</b> <b>модификации</b> <b>Г.В.</b> <b>Резапкиной</b>	Отношения к различным направлениям деятельности	1 – физика и математика 2 – химия и биология 3 – радиотехника и электроника 4 – механика и конструирование 5 – география и геология 6 – литература и искусство 7 – история и политика 8 – педагогика и медицина 9 – предпринимательство и домоводство 10 – спорт и военное дело			
12	<b>Методика</b> <b>"Тип</b> <b>мышления"</b>	Индивидуальный способ преобразования	Предметно-действенное Абстрактно-			

		информации	символическое Словесно-логическое Наглядно-образное Креативность			
13	<i>Анкета по типам интеллекта (по теории Говарда Гарднера)</i>	Типы интеллекта	Лингвистический Математико-логический Визуально-пространственный Музыкальный Межличностный Внутриличностный Кинестетический			
14	<i>Изучение сферы профессиональных склонностей по методике Л. Йовайши.</i>	Склонность - это влечение к какому-либо занятию	1 - к работе с людьми 2 - к исследовательской (интеллектуальной) работе 3 - к практической деятельности 4 - к эстетическим видам деятельности 5 - к экстремальным видам деятельности 6 - к планово-экономическим видам деятельности			
15	<i>Изучение коммуникативных и организаторских склонностей (КОС)</i>	Коммуникативность - общительность, умение устанавливать контакты с окружающими. Организаторские склонности - способности к самостоятельному принятию решений	Коммуникативные склонности  Организаторских склонности			
16	<i>Тест «Творческий потенциал»</i>	Оценка уровня творческого потенциала, умения принимать нестандартные решения	Высокий Средний Невысокий			
17	<i>Тест Айзенка</i>	Психологические особенности личности. Под	Искренность  Экстраверсия			

		экстра- или интроверсией понимается ориентация индивида на внешний мир либо на внутренний мир своих чувств и переживаний. Нейротизм - эмоциональная стабильность, характеризует эмоциональную устойчивость человека.	Нейротизм			
18	<b>Гуманитарий-технарь</b> <i>www.proforientator.ru</i>	Интересы и способности к гуманитарным и техническим специальностям	Гуманитарные интересы способности общая склонность  Технические интересы способности общая склонность			
19	<b>Профориентатор, компьютерный тестовый комплекс</b>	Особенности характера, профессионально важные для специалиста качества				
20	<b>Будь готов! Активизирующая профориентационная методика</b>					
21	<b>Активизирующий опросник «За и против»</b>	"За и против - 1" (предназначен для выявления предпочтительных групп профессий); "За и против - 2" (для выявления наиболее развитых групп качеств) "За и против - 3" (для выявления предпочтительных профессиональных ценностей).				