**Программа тренинга по формированию готовности к профессиональному самоопределению у младших подростков с ОВЗ.**

**Методологические основания программы:**

Готовность к профессиональному самоопределению в младшем подростковом возрасте мы понимаем как совокупность следующих компонентов: когнитивного, мотивационно-ценностного и деятельностного, что основано на знании о мире профессий, осознание ценности и значимости труда, а также формирование субъектности, знания личностных особенностей и обладание волевыми качествами.

Основные направления профессиональной ориентации в младшем подростковом возрасте – диагностическое, развивающее и просветительское (Е.А. Климов. Э.Ф. Зеер, Н.С. Пряжников).

В основу программы легли методические разработки Т.И. Бонкало и Н.Н. Цыганковой [16], М.М. Врублевской, О.В. Зыковой [20], А. Г. Грецова [23], О.Ю. Елькиной [28, 29, 30], А.Я. Журкиной [34], О.А. Махаевой [53], Г.В. Резапкиной [83], Е.С. Романовой [88], Н. С.Пряжникова [70, 72, 73] и др.

**Цель программы:** обеспечение психолого-психологических условий для формирования готовности к осознанному профессиональному самоопределению обучающихся младшего подросткового возраста с ОВЗ в соответствии с их склонностями, способностями, особенностями личности и потребностями общества.

**Задачи программы:**

1. Расширение представлений обучающихся о современном рынке профессий.

2. Формирование положительного отношения к себе, осознание своей собственной индивидуальности применимо к будущей профессии, умения соотносить личные интересы и способности с требованиями современных профессий.

3. Содействие в формировании интереса к себе и своим личностным особенностям, их диагностика (темперамент и характер, самооценка, внимание и память, целеустремленность и ответственность, самостоятельность и трудолюбие), интересу и потребности в самопознании и самовоспитании.

4. Способствование осознанному проектированию подростками своих жизненных и профессиональных планов, идеалов будущей профессии, путях преодоления сложностей и возможностях самореализации в будущем.

Участники программы: подростки 12–14 лет с ОВЗ в инклюзивной школе. Программа включает 15 занятий по 1,5–2 часа. Периодичность проведения занятий – 1 раз в неделю.

Приемы, используемые в тренинговых занятиях: беседы, мини-лекции, дискуссии, диагностика, игры (подвижные и дидактические), упражнения.

Основные направления тренинговой программы в аспекте формирования готовности к профессиональному самоопределению у младших подростков отражены на рис. 2.

Рисунок 2 – Компоненты готовности к профессиональному самоопределению, формирующиеся у подростков в ходе реализации тренинговой программы

Программа включает следующие направления работы:

1. Ознакомление обучающихся с современными профессиями, их видами, классификациями профессий (профинформация).

2. Психологическое обеспечение включает в себя выявление у младших подростков особенностей их темперамента и характера, внимания и памяти, выявление склонностей и интересов, способностей, повышения самооценки, работа с волевыми качествами: настойчивостью, упорством, саморегуляцией, управлением своим временем (профдиагностика и коррекция).

3. Развитие субъектности, умения соотносить свои особенности с требованиями профессий, построение положительного образа профессионального будущего (психологическая поддержка).

Тематическое планирование тренинга по формированию готовности к профессиональному самоопределению у младших подростков с ОВЗ представлена в таблице 7.

Таблица 7 – Тематическое планирование тренинга по формированию готовности к профессиональному самоопределению у младших подростков с ОВЗ.

|  |
| --- |
| 1. Вводное занятие  |
| Цели, задачи  | Упражнения  |
| Знакомство с участниками, определение правил работы в группе, обсуждение целей и задач работы, создание положительной мотивации к занятиям. | Знакомство. Объявление целей и задач тренинга.Игры на сплочение и командоообразование.Упр. «Давайте познакомимся».Упр. «Снежный ком». Упр. «Мое имя».Упр. «Давайте поздороваемся».Игра «Доскажи словечко».Дидактическая игра «Назови профессию».Загадки о профессиях.Упр. «Пойми меня». Подвижная игра «Не пропусти профессию».Прощание.  |
| 2. Многообразие мира профессий |
| Дать представление о многообразии мира профессий и труда; раскрыть возможности развития и самоутверждения личности в профессиональном труде.  | Беседа о значении труда в жизни человека.Игра «Закончи пословицу».Беседа «Профессии наших родителей» (выступления детей).Игра «Загадки отгадай – товарища не подкачай».Игра-разминка «Азбука профессий».Дискуссия «О труде и лени».Анализ ситуаций о трудолюбии и лени ровесников. Обсуждение. Дом. задание «Сочинение о профессии». |
| Продолжение таблицы 10  |
| 3. Типы профессий. Виды. Их различия Профессия и специальность |
| Познакомить с понятиями «Профессия», «специальность», «должность», с классификацией профессий по отраслям труда, предметам, целям, орудиям и условиям труда. | Обсуждение домашнего задания «Сочинение о профессиях». Актуализация представлений о типах профессий. Работа со слайдами «Профессионал и его инструменты».Беседа о сферах и отраслях профессиональной деятельности.Классификация профессий Е.А. Климова.Диагностика по методике Е.А. Климова (Дифференционально-диагностический опросник (ДДО)). Упр. «Найди профессии». Формула профессий (по Н.С. Пряжникову).Игра «Осведомленность о мире профессий».Задание «По горячим следам». |
| 4. Секреты выбора профессииКоммуникабельность и ее значение в жизни |
| Показать значимость общения в профессиональном деле, повысить коммуникабельность детей, научить работать сообща.  | Беседа о значимости общения в жизни людей.Упр. «Мое настроение».Упр. «Портрет самого лучшего друга».Этюд на различные позиции в общении.Беседа «Волшебные средства понимания».Упр. «Лица».Ролевое проигрывание ситуаций общения. Игры на коллективные действия и сплочение.Коллективный плакат «Мы».  |
| Продолжение таблицы 10  |
| 5. Склонности и интересы. |
| Знакомство с понятиями «интересы и склонности»; «способности», определение интересов и склонностей учащихся. Соотнесение этих знаний со своими возможностями. | Орг. момент «Мотивация».Беседа о склонностях, способностях.Диагностика склонностей по методике Л. Йоваши (модификация Г. Резапкиной).Тест «Профпригодность». Обсуждение результатов. Беседа о способностях, интересах, таланте.Игра «Ярмарка талантов».Игра «Волшебная лампа».Упр. «Нарисуй свои таланты и расскажи про них».  |
| 6. Темперамент и характер |
| Познакомить учащихся с понятиями темперамента и характера, показать их влияние на выбор профессии. Познакомить учащихся с представителями различных профессий, известными людьми в соотношении требований профессии и темперамента.  | Теоретическая часть. Мини-лекция «Что такое темперамент. Виды темперамента. Темперамент и профессии». Мультимедийная презентация «Темперамент и профессии». Обсуждение.Видео-фильм «Разные темпераменты».Тест на темперамент А. Белова «Формула темперамента». Подсчет и обсуждение результатов. Беседа о соотношении темперамента и профессиональной сферы.Упр. «Темпераменты сказочных героев».Беседа о характере. Анкета «Мой характер».Таблица «Положительные и отрицательные черты моего характера».Упр. «Открытка с пожеланиями». |
|   |
| 7 и 8. Самооценка.  |
| Познакомить со структурой и функциями самосознания личности, понятием самооценки, рассмотреть особенности поведения людей в зависимости от самооценки. Источники формирования самооценки. Помощь в формировании положительной мотивации к саморазвитию и развитию творческих способностей учащихся, стимулировать самостоятельную деятельность учащихся по самопознанию, становлению и развитию реальных представлений о себе; оказать поддержку в формировании собственной адекватной самооценки.  | Беседа о самооценке. Теоретические сведения о самооценке, уровне притязаний. Упр. «Кто я?» (Диагностика самооценки по методике С.А. Будасси). Упр. «Самое хорошее, самое плохое во мне как в школьнике». Упр. «Похвала самому себе». Упр. «Похвалилки». Упр. «Позитивные мысли». Упр. «Школьные дела». Упр. «Я в своих глазах, я в глазах окружающих».Упр. «Воображение успеха».Упр. «Успех в прошлом**».**Упр. на самомотивацию «Указывая ошибки, отметьте улучшение».Упр. «Самомотивация».Упр. «Тропинка к мечте».  |
| 9 Внимание и память. |
| Дать учащимся общее представление о процессе внимания, его видах и свойствах. Раскрыть значение наблюдательности как профессионально важного качества. Показать возможности развития внимания. | Упражнения на внимание и запоминание Упр. «Встаньте все те, кто… « Упр. «Опиши друга». Упр. Что изменилось? Упр. «Двойной счет», Упр. «Муха».Рекомендации «Как тренировать память». |
| Продолжение таблицы 10  |
| 10. Воля и характер |
| **Р**аскрыть понятия «волевые качества личности» и значение волевой регуляции в нашей жизни, выполнение упражнений по развитию воли.  | Беседа «Значение волевых качеств в жизни человека». Понятие «воля», «сила воли», Упр. «Я – это…» и «Какой я?» Упр. «Рисованное письмо инопланетянину».Беседа «Что такое самовоспитание и как можно воспитать себя2.Упр. «Я в рисунке».Анкета «Воспитываете ли вы себя?»Диагностика умений саморегуляции.Упр. «Рецепт хорошего дня в школе».Упр. «Машина времени».Упр. «Хочу, могу, умею». Тест «Волевой ли ты человек?»Памятка «Как выработать у себя силу воли?»Упр. «Мои ресурсы». |
| 11 и 12 Целеустремленность и ответственность  |
| Цель: cформировать у подростков умение ставить ясные цели для отдельных действий, добиваться получения результата, способствовать развитию уверенности, целеустремленности.  | Беседа о целеустремленности и ответственности. Работа с притчами.Беседа о целях в жизни.Правила для воспитания целеустремленности.Диагностика «Выдержан ли я?».Правила для воспитания выдержки и самообладания.Беседа о настойчивости и упорстве. Диагностика «Настойчив ли я?» |
| Продолжение таблицы 10  |
|  | Упр. «Принятие решения».Упр. «Разбор ситуаций».Тест «Насколько вы практичны и самостоятельны».Тест «Трудолюбивы ли вы?».Обсуждение пословиц (о трудолюбии и лени). |
| 13. Саморегуляция. Умение планировать свое время и развивать способности  |
| Повышение мотивации к учебной деятельности, умению правильно распределять свое время между учебой и отдыхом, настрой на активный образ жизни.  | Беседа о качествах, способствующих достижению успеха: настойчивости, самообладании, силе воли.Диагностика «Самооценка способностей».Упр. «Цели и дела».Упр. «Должен или выбираю».Упр. «Закончи предложения».Упр. «Волшебная подушка».Упр. «Четыре сферы».Способы успешногоиспользования времени. |
| 14.Мотивы и ценности выбора профессии. Ошибки в выборе профессий  |
| Осознание привлекательности и непривлекательности сторон любой профессии, возможности ошибок и их последствий; знакомство с правилами грамотного выбора профессии. | Беседа о факторах выбора профессииУпр. «Угадай профессию». Упр. «Профессия — необходимое качество». Диагностика «Самооценка профессионально важных качеств».Упр. «Оптимисты и скептики».Беседа о «модных профессиях» и об ошибках в выборе профессий.Юмористический рисунок «Не на своем месте».Окончание таблицы 10  |
| 15. Построение положительного образа профессионального будущего |
| Формирование позитивных жизненных целей у учащихся и развитие мотивации к их достижению, повышение уверенности в собственной ответственности за достижение своих целей, представление о своих сильных сторонах, развитие эмпатии. Формирование позитивного образа будущего. Освоение навыков целеполагания. Формирование навыка постановки целей разного уровня и выработки стратегии их достижения. | Игра «Самая-самая».Игра «Профессия на букву…».Упр. «Новое имя».Упр. «Мой портрет в лучах солнца». Упр. «За пером Жар-птицы» (Работа с притчей).Упр. «Волшебное зеркало».Упр. «Мои цели».Упр. «Мои достижения». Упр. «Чемодан в дорогу».Упр. «Я – подарок человечеству».Упр. на самомотивацию «Анализ моих оправданий». Упр. «Самореклама». Упр. «Создай позитивный образ Я».Подведение итогов тренинговой работы.  |

Система оценки достижений планируемых результатов

Во время прохождения программы предусмотрены:

- входящая (первичная) диагностика;

- текущий мониторинг;

- итоговая диагностика.

Входящая диагностика осуществляется индивидуально с каждым ребенком. На основе результатов диагностики определяются основные направления работы, подбирается материал к занятиям.

Текущий мониторинг осуществляется методом наблюдения за успехами обучающихся на занятиях.

Итоговая диагностика проводится индивидуально с каждым ребенком в последние две недели учебного года. На основе данных итоговой диагностики осуществляется оценка результативности проведенной работы, разработка плана работы на следующий учебный год.