**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 профессии  Коммуникабельность 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 профессии  Упр. «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.