

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АЛТАЙСКОГО КРАЯ

**Краевое государственное бюджетное учреждение
«Алтайский краевой центр ППС-помощи»**



Дети с ОВЗ и дети-инвалиды: помощь в построении профессиональной траектории развития

**Сборник для специалистов,
ответственных за профориентационную работу
в общеобразовательных организациях**

Барнаул 2018

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АЛТАЙСКОГО КРАЯ

**Краевое государственное бюджетное учреждение
«Алтайский краевой центр ПМС-помощи»**

Дети с ОВЗ и дети-инвалиды: помощь в построении профессиональной траектории развития

**Сборник для специалистов, ответственных за профориентационную
работу в общеобразовательных организациях**

ББК 88.4я7
УДК 371.048.45(07)

Авторы-составители:

Вдовина Елена Григорьевна, заместитель директора КГБУ «Алтайский краевой центр психолого-педагогической и медико-социальной помощи»;

Сартакова Александра Владимировна, педагог-психолог КГБУ «Алтайский краевой центр психолого-педагогической и медико-социальной помощи»

Рецензент:

Гурьянова Татьяна Александровна, к. псих.н., доцент кафедры психологии ФГБОУ ВО «Алтайский государственный педагогический университет»

Дети с ОВЗ и дети-инвалиды: помощь в построении профессиональной траектории развития (сборник для специалистов, ответственных за профориентационную работу в общеобразовательных организациях) / авт.-сост.: Е.Г. Вдовина, А.В. Сартакова. – Барнаул: КГБУ «Алтайский краевой центр психолого-педагогической и медико-социальной помощи», 2018. – 62 с. [Электронный ресурс].

Современный подход к профориентации детей с ОВЗ, инвалидностью подразумевает согласованную работу многих социальных институтов: школы, ППМС-центров, центров занятости, центров дополнительного образования, профессиональных учебных заведений, общественных организаций, предприятий, средств массовой информации и т.п. В качестве координатора этой работы чаще всего выступает школа. Данные методические рекомендации адресованы специалистам, отвечающим за профориентацию в общеобразовательной организации. Содержат описание системы профориентации на разных возрастных этапах, подобран диагностический инструментарий, используемый в работе с детьми с ОВЗ, инвалидностью при определении профессиональных интересов, склонностей, составлен алгоритм проведения профконсультаций.

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ	5
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ И ОСОБЕННОСТИ ПРОФОРИЕНТАЦИОННОЙ РАБОТЫ В ИНКЛЮЗИВНОЙ ШКОЛЕ	6
1.1. Особенности профориентации обучающихся с ОВЗ, инвалидностью.....	6
1.2. Направления профориентационной работы в школе	7
1.3. Учет психологических особенностей обучающихся с ОВЗ, инвалидностью в планировании и реализации профориентационных мероприятий.....	8
1.4. Организационно-методические условия профориентации.....	11
РАЗДЕЛ 2. ХАРАКТЕРИСТИКА СИСТЕМЫ ПРОФОРИЕНТАЦИИ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ОБУЧЕНИЯ	15
2.1. Содержание профориентационной работы с обучающимися 1 – 4 классов	15
2.2. Содержание профориентационной работы с обучающимися 5-7 классов	18
2.3. Содержание профориентационной работы с обучающимися 8-9 классов	21
2.4. Содержание профориентационной работы с обучающимися 10-11 классов	24
РАЗДЕЛ 3. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА И ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН ПОСТРОЕНИЯ ПРОФКОНСУЛЬТАЦИОННОЙ РАБОТЫ.....	27
3.1. Диагностический инструментарий для проведения профдиагностики.....	28
3.2. Особенности консультирования обучающихся с ОВЗ, инвалидностью и их родителей	28
ТЕЗАУРУС	42
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	43
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 СОКРАЩЕННЫЕ, МОДИФИЦИРОВАННЫЕ ВАРИАНТЫ МЕТОДИК ПО ИЗУЧЕНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ИНТЕРЕСОВ И СКЛОННОСТЕЙ, РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЛЯ ПРОФДИАГНОСТИКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОВЗ, ИНВАЛИДНОСТЬЮ	45
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 КЕЙС «УСПЕХИ, ДОСТИЖЕНИЯ, ОЖИДАНИЯ».....	57
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 АКТИВИЗИРУЮЩАЯ ПРОФОРИЕНТАЦИОННАЯ ИГРА «ШАНС И ВЫБОР».....	61

Введение

Профессиональное ориентирование играет ключевую роль в обеспечении успешности в будущей профессии, так как именно оно дает возможность выбрать такую профессию, в которой мотивация и способности будут максимально сочетаться с востребованностью.

Профессиональная ориентация (от франц. orientation - установка) - комплекс психолого-педагогических и медицинских мероприятий, направленных на оптимизацию процесса трудоустройства в соответствии с желаниями, склонностями, способностями и с учетом потребности в специалистах народного хозяйства, а также формирование потребности и готовности к труду в условиях рынка, многоукладности форм собственности и предпринимательства. Профориентация – это специально организованная помощь по оптимизации процессов профессионального самоопределения школьников. Поэтому можно сказать, что главной задачей профориентации является всестороннее развитие личности и активизация самих школьников в процессах определения себя, своего места в мире профессий, в социуме. Для того чтобы профессиональное самоопределение обучающихся с ОВЗ, инвалидностью было успешным, важно развивать у них активное отношение к себе, своим возможностям в связи с осознанием важности и необходимости самоопределения и адекватного отношения к ситуации выбора профессии, основанного на осознании своих желаний и возможностей. Кроме этого, большую роль в успешной профессиональной ориентации играет фактор максимально адекватной оценки обучающимися своих психофизиологических особенностей.

Формирование профессионального самоопределения – процесс, предполагающий развитие у обучающихся определенных компетенций на различных этапах своего образовательного маршрута с учетом возрастных и личностных особенностей. Поэтому сопровождение профессионального самоопределения должно осуществляться непрерывно, планомерно, последовательно и систематически с решением определенных специфических задач на различных уровнях образования.

В условиях инклюзивного образования само профессиональное ориентирование должно стать инклюзивным: профориентация обучающихся с ОВЗ, инвалидностью вплетена в канву общих профориентационных мероприятий с обычными детьми, но учитывает особые потребности каждого из них.

Раздел 1. Основные направления и особенности профориентационной работы в инклюзивной школе

1.1. Особенности профориентации обучающихся с ОВЗ, инвалидностью

Профориентация решает одну из важнейших задач социализации личности обучающихся. А овладение обучающегося с ОВЗ, инвалидностью профессией выступает одним из основных средств его реабилитации и адаптации к жизни в обществе.

Профориентационную работу необходимо проводить в школах за счет обеспечения профориентационной направленности учебных программ и учебно-воспитательного процесса в целом, проведения системной, квалифицированной и комплексной профориентационной работы; организации дифференцированного обучения учащихся для более полного раскрытия их индивидуальных интересов, способностей и склонностей.

При универсальности подходов к организации профориентационной работы в школе, следует отметить и некоторые *особенности профориентации обучающихся с ОВЗ, инвалидностью*:

1. Профориентационные цели и задачи для обучающихся с ОВЗ, инвалидностью должны быть четкими и однозначными, а их выполнение постоянно контролироваться.

В связи с распространенностью среди школьников с ОВЗ, инвалидностью таких особенностей, как психоастения, трудности переработки информации, снижение внимания, памяти и мотивации, желательно:

- согласовывать с ними критерии оценки их успехов в профессиональном самоопределении;

- поощрять их активность позитивным подкреплением (грамотами, билетами на мероприятия, экскурсиями, похвалой перед группой, назначением наставниками для других учащихся и т.д.).

2. Равноправное вовлечение обучающихся с ОВЗ, инвалидностью в организацию профориентационной работы.

Учитывая, что многим обучающимся с ОВЗ, инвалидностью свойственны слабая мотивация на труд и самостоятельность, личностная инфантильность, социальная пассивность, педагогам следует стимулировать проявление самоорганизации у обучающихся с ОВЗ, инвалидностью и их собственную активность, постепенно делегируя им полномочия и обязанности. Роль педагога должна быть помогающей, а управление – демократическим.

3. Преодоление последствий гиперопеки и социальной стигматизации посредством работы с обучающимися с ОВЗ, инвалидностью и их родителями.

Симбиотическая система детско-родительских отношений, которая часто сохраняется у детей с ОВЗ, инвалидностью с их родителями на протяжении многих лет, становится тормозом для социализации и развития личности взрослеющего человека и мешает эффективной профориентации.

Часто социальная стигматизация активно поддерживается не только обществом, но и самими людьми с ОВЗ, инвалидностью и заключается в преувеличении трудностей и приписывании дополнительных вымышленных «дефектов» обучающимся с ОВЗ, инвалидностью, занижении их возможностей, представлении о них как о бесперспективно нуждающихся, зависимых, требующих постоянной опеки.

4. Преодоление феномена «выученной беспомощности»

В отличие от стигматизации его источник – не в социальном, а в индивидуальном психологическом негативном опыте, когда усилия не приводили к позитивному результату. Профориентацию следует рассматривать как возможность управления собственной жизнью, осуществление выбора, достижение полной или частичной самостоятельности и независимости.

5. Акцент на информирование о профессиях, соотнесенное со способностями и склонностями обучающихся с ОВЗ, в сочетании с коррекцией компенсаторных фантазий, подменяющих реальное профессиональное самоопределение.

При организации профориентационной работы с обучающимся с ОВЗ, инвалидностью и его родителями необходимо:

- опираться не на элитарность, престижность, высокооплачиваемость профессий, а на их перспективность для конкретного обучающегося с ОВЗ, инвалидностью.

- учитывать объективные возможности профессиональной подготовки и наличия (либо создания) рабочих мест, доступных и имеющих специальные условия для конкретной нозологии обучающегося с ОВЗ, инвалидностью;

- включать построение схем и алгоритмов различных вариантов жизненных путей и профессионального развития по принципу «если не вариант А, то вариант В» (многовариантность стратегического планирования профессиональной перспективы).

6. Подготовка к своевременному переходу от учебной к профессиональной деятельности.

Закономерным результатом окончания учебы становится трудоустройство. Однако, без помощи в социализации смена знакомой, понятной и освоенной учебной деятельности может привести к стрессу, дезориентации в социальных отношениях.

1.2. Направления профориентационной работы в школе

1. *Информационное* (о типологии профессий и условиях осуществления профессиональной деятельности; о требованиях к здоровью в различных профессиональных сферах; о системе оплаты труда и социальных гарантиях в различных отраслях и на предприятиях; о ситуации на региональном рынке труда, о тенденциях социально-экономического развития страны и региона; о системе профессионального образования в регионе и условиях получения профессионального и высшего образования; о предприятиях и организациях, находящихся на территории муниципального образования, как потенциальных работодателях. Практическим навыком является умение находить информацию в различных источниках и анализировать ее).

Информирование осуществляется педагогами школы, представителями организаций профессионального образования, работодателями, специалистами центров занятости населения Алтайского края.

2. *Активизирующее* (профориентационные и ролевые игры, социально-психологические занятия с элементами тренинга, практико-ориентированные проекты, дискуссии, мастер-классы).

Работа осуществляется педагогами (классными руководителями, социальным педагогом, педагогом-психологом и др.) в рамках внеурочной занятости, в том числе при участии социальных партнеров.

3. *Развивающее* (занятия в кружках, студиях дополнительного образования, профессиональные пробы, предпрофильные элективные курсы, участие в конкурсном

и олимпиадном движении, в том числе в конкурсах по профессиональному мастерству «ЮниорПрофи (JuniorSkills)» [36], «Абилимпикс» для обучающихся с ОВЗ, инвалидностью [22].

Осуществляется педагогами и ответственным специалистом по профориентационной работе под руководством заместителя директора по учебно-воспитательной (научно-методической) работе.

4. *Диагностико-консультационное* (соотнесение интересов, склонностей, способностей и личностных особенностей обучающихся к различным сферам деятельности с определенным кругом профессий, формирование у обучающегося, его родителей, адекватной оценки психофизиологических особенностей и состояния здоровья, учет медицинских показаний при выборе профессии).

Групповая профдиагностика интересов, склонностей и личностных особенностей обучающихся с последующим консультированием осуществляется школьным педагогом-психологом. В случае отсутствия педагога-психолога возможна дистанционная профдиагностика и консультирование обучающихся специалистами Алтайского краевого центра ППС-помощи при наличии Соглашения о взаимодействии с МОУО.

Диагностика и профконсультирование обучающихся с ОВЗ, инвалидностью и их родителей (законных представителей) осуществляется медицинскими работниками, педагогами-психологами и социальными педагогами преимущественно в индивидуальной форме.

1.3. Учет психологических особенностей обучающихся с ОВЗ, инвалидностью в планировании и реализации профориентационных мероприятий

Профориентационная работа с обучающимися осуществляется педагогическими работниками на протяжении всех лет обучения с привлечением социальных партнеров и родительской общественности. Планирование и реализация мероприятий в инклюзивной школе осуществляется с *учетом психологических особенностей обучающихся с ОВЗ, инвалидностью в зависимости от конкретных нозологических групп* (по Таблице 1).

Таблица 1

Психологические особенности	Акценты в профориентационной работе
<i>Обучающиеся с нарушениями слуха</i>	
желание быть «как все», страх перед высказыванием своих идей открыто	развитие самостоятельности и смелости в социальном взаимодействии
избегание оценок и обсуждения с окружающими своих планов	развитие активности
склонность выбирать для общения представителей своей нозологической группы, общающихся при помощи жестового языка	элементы командообразования и социально-психологического тренинга, способствующие расширению контактов между учащимися, а также совместную деятельность, объединяющую и стимулирующую общение всех учащихся, независимо от инвалидности
тревожность и боязнь неудач	развитие уверенности в себе, предоставление

	возможности для получения опыта успешной деятельности, в т.ч. через сложные, но посильные задания, поощрение за успехи
избегание конфронтации и конфликтов	развитие навыков уверенного и настойчивого поведения
сниженные способности к абстрактному мышлению	опора на наглядные и образные материалы, примеры из жизни, конкретные советы и рекомендации
Обучающиеся с нарушениями зрения	
недостаток коммуникативных умений и навыков	включение элементов социально-психологической работы
трудности в налаживании взаимоотношений со зрячими сверстниками	элементы командообразования, организация совместной деятельности между обучающимися, профориентационное наставничество между зрячими и незрячими либо слабовидящими учащимися
подозрительность по отношению к зрячим, ожидание с их стороны негативного к себе отношения	обучение сверстников правилам поведения с незрячими людьми: как лучше общаться, здороваться, сопровождать, вместе ходить куда-либо, и т.п.
сложности в восприятии, представлении и обмене информацией	компенсация затруднения в работе с информацией путем компьютерных технологий
Обучающиеся с нарушениями опорно-двигательного аппарата	
эмоциональная неуравновешенность и подверженность дистрессу	развитие навыков эмоционального самоконтроля и аутотренинга
неразвитость коммуникативных способностей и навыков, неудачи в общении	развитие навыков общения и уверенного поведения, разрешения конфликтов, умения строить доверительные и теплые взаимоотношения с окружающими
неадекватная, чаще завышенная самооценка; акцентуации характера, эгоизм, зависимость от опеки	развитие рефлексии с опорой на сохранные психические функции, задатки и способности, поиск путей самореализации, формирование волевой саморегуляции, ответственности и социальной активности
Обучающиеся с соматическими заболеваниями	
инертность мышления	поэтапность, простота, дозированность информации, ее наглядная демонстрация; при выборе профессии, учитывать, что она не должна содержать высоких требований к переработке большого количества разнообразной информации
слабость и истощаемость нервной системы, астенизация, склонность к неврастению	создание спокойной, поддерживающей психологической атмосферы, а также здоровьесберегающих элементов в профориентационной работе; наличие внешнего контроля за деятельностью
снижение работоспособности и во-	перерывы между занятиями, включение мето-

левых качеств из-за физической и нервной утомляемости	дов восстановления работоспособности с элементами аутотренинга, релаксации и гимнастики
заниженная самооценка	развитие уверенного поведения
высокая степень развития компенсаторных возможностей преодоления физических ограничений	компенсация физических функций, развитие специальных способностей
Ряд физических нарушений, не заметных внешне, доставляют дискомфорт, формируют чувство неполноценности, обиды	внимание достижению теплых, понимающих отношений, командного духа, индивидуального подхода и уважения к индивидуальным различиям

Продуктивными методами профорientации и становления самоопределения у *обучающихся с нарушением слуха* являются:

экскурсии, на которых информация подается зрительно;

сюжетно-ролевые, деловые игры. Основная задача игр – упражнения в развитии коммуникативных качеств личности в процессе игровой, трудовой, спортивной и других видах деятельности. Больше значение нужно придавать речевым играм, обучающим детей элементарному общению в пределах темы и языкового минимума, которые определены темой занятия.

арт-терапевтические методы (рисование, жестовое пение и т.д.), способствующие развитию самопознания, самоуглубления личности и являющиеся формой социализации человека.

Дети с нарушением зрения в основном используют зрительную информацию о предмете как основную, и это ведет к искаженному восприятию многих предметов. Поэтому, важно развивать пространственную ориентировку на слух, обоняние, осязание. Для освоения подходящих профессий уже в школе у обучающихся нужно развивать технические способности, конструктивное творческое воображение. В этих целях школьникам стоит изучать черчение, машиноведение, электро- и радиотехнику, овладевать рабочими умениями и навыками, участвовать в кружковых и факультативных занятиях.

Для достижения максимальных результатов в самоопределении и профессиональной ориентации *обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата* важно использовать трудотерапию. Она имеет лечебную направленность, тесно взаимодействует с лечебной гимнастикой, психотерапией, другими методами реабилитации. При спастических параличах полезна работа с глиной, гипсом, на пошивочных педальных и ручных машинках, слесарном станке, с киноаппаратом, телефонным аппаратом и др. Выбор труда определяет врач-ортопед, невропатолог, инструктор по труду, исходя из особенностей болезни, возможностей и интересов ребенка.

Результативность профессионального самоопределения обучающихся увеличивается в случае помощи родителей в построении ими профессиональной траектории развития. Формированию правильной позиции родителей в профорientационных вопросах способствует целенаправленная работа педагогов.

Примерные темы родительских собраний

«Развитие интересов и склонностей детей младшего школьного возраста»;

«Профессиональные намерения обучающихся и их здоровье»;

«Профессиональный выбор глазами детей и родителей: «за» и «против» (совместное детско-родительское собрание);

«Позиция родителей в ходе профессионального самоопределения подростка: помогаем или мешаем?»;

«Помощь родителей в построении у ребенка образа подходящей работы. Трудовые династии?»;

«Как родителям передать жизненный опыт ребенку при построении личных профессиональных планов?»;

«Специальные способности как одно из условий выбора профессии»;

«Трудовое воспитание и профессиональная ориентация подростков»;

«Медицинские аспекты при выборе профессии».

Основные мероприятия с обучающимися по профориентации



1.4. Организационно-методические условия профориентации

1. Нормативно-правовое обеспечение:

1.1. приказ об утверждении плана профориентационной работы и назначении ответственных;

1.2. рекомендации ПМПК по проведению государственной итоговой аттестации и организации профориентационной работы с обучающимися с ОВЗ 8-х и 10-х классов;

1.3. договоры (соглашения), регламентирующие взаимодействие с социальными партнерами (профессиональные образовательные организации, общественные организации лиц с инвалидностью, центр занятости населения, Алтайский краевой центр ППМС-помощи и др.).

1.4. приказ об утверждении плана подготовки и участия обучающихся в конкурсах профессионального мастерства

2. Материально-техническое оснащение:

2.1. архитектурная доступность;

2.2. специализированное учебное оборудование;

2.3. мастерские и лаборатории.

3. Учебно-методическое обеспечение:

- 3.1. комплекты психодиагностических методик по профориентации, в том числе с учетом нозологий обучающихся с ОВЗ, инвалидностью;
- 3.2. программы предпрофильного обучения;
- 3.3. программы дополнительного образования.
4. Кадровое обеспечение:
 - 4.1. заместитель директора;
 - 4.2. ответственный за профориентационную работу в учреждении, классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог.

Распределение обязанностей педагогического коллектива по осуществлению профориентации

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе:

планирование работы педагогического коллектива по формированию навыков профессионального самоопределения и готовности обучающихся к профильному обучению в соответствии с образовательной программой школы (совместно с ответственным за профориентационную работу в школе) и контроль за исполнением;

выработка стратегии взаимодействия педагогов школы с социальными партнерами по организации профориентационной работы (совместно с ответственным за профориентационную работу в школе);

анализ эффективности использования профориентационных возможностей учебных предметов, факультативов, элективных курсов;

проведение педагогических советов, совещаний, методических семинаров для педагогов по проблеме профильного и профессионального самоопределения обучающихся;

проведение заседаний школьного ПМПк и контроль за организацией профориентационной работы с обучающимися с ОВЗ в соответствии с рекомендациями ТПМПк (ЦПМПк);

организация подготовки обучающихся к участию в конкурсах по профессиональному мастерству «ЮниорПрофи (JuniorSkills)», «Абилимпикс» и др.

Ответственный за организацию профориентационной работы в школе:

планирование работы педагогического коллектива по формированию навыков профессионального самоопределения и готовности обучающихся к профильному обучению в соответствии с образовательной программой школы;

реализация стратегии взаимодействия педагогов школы с социальными партнерами по организации профориентационной работы (организация совместных мероприятий, согласование и проведение экскурсий, мастер-классов на предприятиях и в учреждениях муниципального образования);

контентное наполнение сайта школы, информационного стенда по вопросам профориентации;

проведение мониторинга организации профессионально-трудовой подготовки обучающихся с ОВЗ, инвалидностью в процессе получения общего образования;

проведение мониторинга планируемого (по окончании школы) продолжения обучения обучающихся с ОВЗ, инвалидностью;

разработка критериев эффективности профориентационной работы в школе и ежегодный анализ деятельности школы по данному направлению.

Классный руководитель:

составление и реализация плана профориентационной работы в классном коллективе (информационное и активизирующее направление);

организация совместной деятельности обучающихся, в том числе обучающихся с инвалидностью, ОВЗ, направленной на развитие навыков общения, уверенного поведения, умение строить доверительные взаимоотношения с окружающими;

организация участия обучающихся в школьных профориентационных мероприятиях, посещения дней открытых дверей в профессиональных образовательных организациях и ВУЗах;

повышение информационной компетентности родителей обучающихся на родительских собраниях, форумах, а также привлечение их к социальному партнерству по формированию профессиональных интересов и склонностей обучающихся класса (подготовка совместных детско-родительских проектов, организация экскурсии на предприятия, где работают родители; проведение родителями мастер-классов и др.).

Учителя-предметники:

развитие познавательного интереса, творческой направленности личности обучающихся, используя разнообразные методы и средства: проектную деятельность, деловые игры, семинары, круглые столы, конференции, предметные недели, олимпиады, факультативы, конкурсы стенных газет, домашние сочинения и т.д.:

обеспечение профориентационной направленности уроков, формирование у обучающихся общетрудовые, профессионально важных навыков;

формирование у обучающихся адекватной самооценки;

выявление склонностей и способностей обучающихся в рамках своего учебного предмета;

адаптация содержания учебных программ к особенностям обучающихся и профилю класса.

Библиотекарь:

подбор, систематизация литературы, интернет-ресурсов, справочников, вспомогательных материалов (фотографии, вырезки, схемы, проспекты, программы, описания профессий) для педагогов и обучающихся в помощь выбора профессии (по годам обучения) и по профориентационной работе;

оформление тематических выставок литературы о профессиях по сферам и отраслям (машиностроение, транспорт, строительство, мир искусства и т.д.), контентное наполнение информационного стенда профориентационной направленности; организует читательские конференции, диспуты, другие мероприятия, способствующие профессиональной самореализации учащихся.

Социальный педагог:

организация групповых мероприятий (ролевая игра, активизирующая профориентационная методика, КТД и др.) с включением обучающихся с ОВЗ, инвалидностью, помощь им в развитии активности, самостоятельности и смелости в социальном взаимодействии, расширении контактов со сверстниками, формировании адекватной самооценки;

взаимодействие с родителями обучающегося с ОВЗ, инвалидностью (обсуждение возможных перспектив профессионального профопределения подростка, коррекция родительских установок с учетом медицинских противопоказаний).

Педагог-психолог:

проведение профдиагностики интересов, склонностей, личностных особенностей обучающихся в групповой / индивидуальной форме, в очном / дистанционном режиме;

проведение профконсультирования по итогам профдиагностики с обучающимися, родителями обучающихся;

проведение социально-психологических тренинговых занятий, коррекционно-развивающих занятий с обучающимися с ОВЗ, инвалидностью (при наличии рекомендаций ПМПК).

Медицинский работник:

ознакомление обучающихся и их родителей с медицинскими аспектами выбора профессии;

информирование родителей и классных руководителей о медицинских противопоказаниях к труду обучающихся, полученные в ходе плановых профилактических осмотров.

Примерные темы семинаров-практикумов для педагогов

«Использование профориентационных возможностей учебных предметов»;

«Использование образовательных межпредметных кейсовых практик»;

«Практикум по использованию интернет-технологий и ресурсов в профориентационной работе с обучающимися различного возраста»;

«Активизирующие методы в профориентационной работе»;

«Мотивы, ценностные ориентации, их роль в профессиональном самоопределении»

Показатели успешности профориентационной работы с обучающимися, в том числе с ОВЗ, инвалидностью на разных этапах образования:

- ✓ к окончанию начальной школы: сделан выбор видов деятельности по интересам, сформированы мечты о профессии;
- ✓ к окончанию 7 класса: сделан предварительный выбор определенных профессий;
- ✓ к окончанию основной школы (9 класс): профнамерение сформировано, оно носит осознанный характер.
- ✓ к окончанию 11 класса: сформировано адекватное профнамерение с учетом состояния здоровья.

Раздел 2. Характеристика системы профориентации на разных этапах обучения

2.1. Содержание профориентационной работы с обучающимися 1 – 4 классов

Цель профориентационной работы: формирование трудолюбия и самостоятельности обучающихся.

Задачи:

- формирование опыта различных видов деятельности и положительного отношения к труду;
- развитие элементарных трудовых навыков (навыков социально-бытовой ориентировки; организационных умений в труде; навыков самообслуживания с учетом индивидуальных особенностей, личностных качеств, задатков и способностей);
- ознакомление с окружающим миром профессий (профессиями родителей, ближайшего производственного окружения, наиболее распространенными профессиями);
- формирование умения объективно оценивать обучающимися свои собственные силы, возможности, способности, выделять и опираться на позитивные качества личности;
- научение ребенка с инвалидностью, ОВЗ воспринимать свою некомпетентность (ограниченность) как повод для своего совершенствования, а не как дефект и ущербность.

Формы и методы профориентационной работы с младшими школьниками

Ролевые игры на уроках («Магазин» (математика), «Библиотека» (чтение), «Экскурсовод» (природоведение), игра-сочинение «Начинающий журналист» (русский язык). В таких играх дидактические задачи уроков интегрированы с профориентационными.

Так, готовя материал для сочинения «Начинающий журналист» школьник интервьюирует взрослого (кого-нибудь из родителей, родственников, соседей): чем тот занимается на своей работе, в каких условиях он трудится, что производит, как получил свою профессию. В игре «Магазин» обучающимся предлагается исполнить роли кассира, продавцов различных отделов, но при этом закрепляются навыки устного счета и формируется культура общения.

Занятия профориентационной направленности в рамках внеурочной занятости, направленные на формирование представлений обучающихся о мире труда:

«Кем я хочу быть?», «Профессии родителей», «Новые профессии», «Все работы хороши – выбирай на вкус», «О профессиях разных, нужных и важных» (формирование первоначального интереса к какой-либо профессии). Они проводятся с использованием истории вещей, решением кроссвордов, ребусов и загадок, угадыванием секретов и мастер-классов приглашенных гостей-профессионалов, в том числе с ОВЗ и инвалидностью. Активно используются *мультфильмы*[27] и *профориентационные игры*[18], объединенные названием «Угадай профессию»:

«Профессия на букву...»;

«Кто использует в работе? (назвать профессии, которые используют заданный инструмент или материал);

«Ассоциация» (угадать задуманную профессию с помощью ассоциативных вопросов типа «Какой цвет (запах) у профессии?», «Связана ли профессия с общением с людьми?») и т.д.

Экскурсии профориентационной направленности на предприятия, в образовательные учреждения и организации социальной сферы. Посещение предприятий, учреждений полезно и информативно, оно дает возможность увидеть их структуру, виды и содержание трудовой деятельности на них. В результате экскурсий школьники могут на практике получить конкретные знания о работе различных специалистов и информацию о возможном месте работы.

Например, во время экскурсии по школе каждый сотрудник школы раскрывает особенности и преимущества своей профессии, какую пользу его дело приносит людям, в чем радость и трудности его труда.

Разработка и защита проектов профориентационной направленности (технология коллективно-творческой деятельности):

«Школа будущего»;

«Мы – архитекторы домов для героев мультфильма «Смешарики» и др.

Примерный план профориентационной работы с обучающимися 1 - 4 классов и их родителями

№	Мероприятие	Дата проведения	Ответственный	Результат
1.	Презентация и запись обучающихся в кружки, студии, творческие объединения и секции	сентябрь	Педагоги доп. образования, классный руководитель	Развитие задатков, способностей обучающихся, в том числе с ОВЗ, инвалидностью
2.	Распределение общественных поручений (библиотекарь, цветовод, помощник по спорту и пр.)	сентябрь	Классный руководитель	Развитие элементарных трудовых навыков, помощь обучающимся с ОВЗ в социализации
3.	Родительское собрание «Развитие интересов и склонностей детей младшего школьного возраста»	октябрь	Классный руководитель, педагог-психолог	Формирование адекватного уровня притязаний и самооценки у родителей и обучающихся, в том числе с ОВЗ и / или инвалидностью
4.	Классный час «О профессиях разных, нужных и важных»	ноябрь	Классный руководитель	Формирование у обучающихся представлений о мире труда
5.	Посещение мастер-класса по изготовлению анимационной игрушки в музее занимательных наук «Как так?»	январь	Классный руководитель	Формирование у обучающихся положительного отношения к труду, повышение самооценки
6.	Защита фантастических	март	Социальный пе-	Повышение у обу-

	проектов «Школа будущего»		дагог	чающихся самооценки, формирование навыка работы в команде
7.	Профессии родителей. Профорientационная экскурсия на почту	май	Классный руководитель	Информирование о работе специалистов почтового отделения и возможном месте работы
8.	Психологическое консультирование родителей обучающихся с ОВЗ, инвалидностью по преодолению последствий гиперопеки и социальной стигматизации в семье	По запросу классных руководителей, родителей	Педагог-психолог	Формирование самостоятельности обучающихся с ОВЗ, повышение их социальной адаптации

Критерии и показатели эффективности профориентационной работы с детьми-инвалидами детьми с ОВЗ в начальной школе

Критерии	Показатели	
	1 класс	4 класс
Когнитивный	Знания о правилах поведения при организации учебной и трудовой деятельности	Знания основных видов профессий
Социально-психологический	Способность взаимодействовать в группе, оказывать и принимать помощь в процессе выполнения работы (учебной и трудовой)	Наличие положительных эмоциональных переживаний от участия в коллективной деятельности. Адекватная самооценка
Мотивационный	Потребность довести работу до конца Потребность быть полезным для общего дела (класса, группы)	Желание самостоятельно выполнять ответственные задания Потребность в улучшении результатов своей деятельности
Деятельностный	Умение следовать правилам выполнения работы (учебной, трудовой), не пренебрегать ими	Навыки выполнения элементарных трудовых и учебных действий

При разработке контрольно-измерительных материалов, обеспечивающих полное и объективное оценивание успешности профориентационной работы в начальной инклюзивной школе, необходимо помнить, что

1) младшие школьники в целом, и особенно школьники с ОВЗ, как правило, оценивают свою деятельность не по результату, который в итоге получился, а по количеству приложенных для этого результата усилий. Учет данной особенности обуславливает целесообразность оценивания динамики изменений, а не конкретные знания, умения и навыки и уровень сформированности УУД;

2) основное внимание на ранних этапах профориентационной работы уделяется развитию личностного потенциала школьников, преодолению «синдрома инвалидности» и развитию адекватной самооценки обучающихся с инвалидностью и ОВЗ. При этом, следует помнить, что у младших школьников сначала формируются критерии оценки других, затем себя. Такие оценки могут касаться только тех качеств личности и тех ее характеристик, которые наблюдаются в конкретном поведении. Только к 4 классу младшие школьники овладевают навыками оценивания тех качеств личности, которые необходимы для осуществления трудовой деятельности.

2.2. Содержание профориентационной работы с обучающимися 5-7 классов

Цель профориентационной работы: формирование у обучающихся профессиональной направленности.

Задачи:

- изучение личностных качеств обучающихся, выявление их интересов, способностей, общественных ценностей, связанных с выбором профессии;
- формирование представлений о некоторых профессиях, знакомство со спецификой профессиональной деятельности;
- развитие умений взаимодействовать с членами коллектива;
- содействие формированию у обучающихся волевых черт характера, востребованных в профессиональном мире (ответственности, дисциплинированности, самостоятельности, инициативности и пр.);
- формирование опыта создания полезных продуктов в результате проектной деятельности и создания на этой основе мотива стремления к успеху.

Формы и методы профориентационной работы с обучающимися 5-7 классов

Кейс-метод при изучении учебных предметов (установление и реализация взаимосвязи учебных предметов с профессиональной средой)[1, 2].

Метод ориентирован на решение задачи трудовой подготовки школьников, ознакомление их с основами современного промышленного и сельскохозяйственного производства, строительства, транспорта, сферы обслуживания; формирования у них трудовых умений и навыков, побуждение к сознательному выбору профессии.

Интерактивные профориентационные мини-лекции, видеосюжеты о профессиях, мастер-классы расширяют диапазон информированности обучающихся о различных видах профессиональной деятельности. Метод ориентирован на задачу перевода обучающегося из стадии любопытства в стадию вовлечения, когда искренний интерес подростка направлен на получение дополнительной информации о заинтересовавшей его профессии или виде деятельности.[28,29, 35,].

Разработка и защита проектов. Например, результатом виртуальной экскурсии на школьный чердак может стать групповая работа над проектами: «Обеспечение безопасности во время очистки крыши», «Школьная крыша-огород», «Крыша с солнечными батареями» [3].

Проектная деятельность способствует обучению планировать, анализировать фактический и теоретический материал, формирует умение сбора и обработки информации, позитивное отношение к работе, также развивает такие качества, как инициатива, энтузиазм, ответственность.

Цикл тренингов по формированию знаний о развитии личности, ее интересах, склонностях, способностях, знаниях, навыках, профессиональных намерениях. Особое внимание уделяется состоянию здоровья, медицинским противопоказаниям при выборе профессии, сведениям о содержании профессии, специфике работы специалистов [15].

Занятия профориентационной направленности в рамках внеурочной занятости. Это могут быть отдельные, самостоятельно разработанные педагогом мероприятия в форме деловых, ролевых игр, с использованием мультфильмов, викторин и кроссвордов [4, 26].

В качестве основы занятий рекомендуем использовать программу Резапкиной Г.В. «Уроки самоопределения» для учащихся 5 – 9 классов [33]. Данная программа направлена на изучение школьниками своих личностных особенностей в целях формирования реалистичной самооценки, знакомство с миром профессий, требованиями регионального рынка труда и образовательных услуг, правилами выбора профессии и планирования карьеры. Важной частью этих занятий является самодиагностика с использованием простых и надежных методик, ролевых игр, проблемно-поисковых задач. Система занятий выстроена таким образом, что в каждом классе с учетом возрастных особенностей обучающихся последовательно развиваются 8 тем, связанных с личным и профессиональным самоопределением: формирование реалистичной самооценки; направленность личности; развитие эмоциональной сферы; диагностика особенностей интеллектуальной сферы в целях выявления склонностей к различным видам деятельности; уточнение профессиональных интересов и склонностей; знакомство с миром профессий и правилами планирования профессиональной карьеры.

**Примерный план профориентационной работы
с обучающимися 5 - 7 классов и их родителями**

№	Мероприятие	Дата проведения	Ответственный	Результат
1.	Презентация и запись обучающихся на занятия по интересам: в кружки, секции, музыкальные, спортивные, художественные школы	сентябрь	Педагоги доп. образования, классный руководитель	Развитие способностей обучающихся, в том числе с ОВЗ, инвалидностью
2.	Первичная профдиагностика	октябрь	Педагог-психолог	Выявление профинтересов и профсклонностей
3.	Родительское собрание «Профессиональные намерения обучающихся и их здоровье»	октябрь	Педагог-психолог	Учет особенностей здоровья при выборе профессиональной деятельности
4.	Классный час «Кем я хочу стать»	ноябрь	Классный руководитель	Знакомство со спецификой профессиональной деятельности.
5.	Кулинарные мастер-классы в детских кафе города	январь	Классный руководитель	Развитие трудовых навыков, формирование самостоятель-

				ности
6.	Участие в «Фестивале профессий»	март	Ответственный за профориентацию в школе	Развитие трудовых навыков, профессиональных интересов
7.	Встреча с людьми, имеющими инвалидность, и достигшими успеха в профессиональной деятельности	май	Классный руководитель	Формирование мотива профессионального выбора, формирование волевых черт характера
8.	Психологическое консультирование родителей «Особенности детей с ОВЗ и инвалидностью и перспективы их развития»	По запросу классных руководителей, родителей	Педагог-психолог	Формирование у родителей представлений о развитии детей, методах воздействия на это развитие и демонстрацию успехов ребёнка.

Критерии и показатели эффективности профориентационной работы с детьми с ОВЗ и детьми-инвалидами в 5-7 классах

Критерии	Показатели	
	5 класс	7 класс
Когнитивный	Знания о правилах поведения в социуме. Знания о мире профессий (по предметам труда)	Знание об уровне сформированности у себя таких профессионально важных качеств, как самостоятельность, творческие способности, настойчивость в преодолении трудностей. Представление обучающегося о наличии отклонений в состоянии здоровья, рекомендуемых видах профессиональной деятельности
Социально-психологический	Коммуникативные и перцептивные умения. Умение выразить свои мысли устно и письменно, дискутировать, слушать, отвечать на вопросы и анализировать различные ситуации	Способность устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми. Понимать и быть понятым партнерами по общению
Мотивационный	Наличие дифференцированных интересов. Потребность в работе над собой. Внутренняя мотивация в интересующей деятельности.	Наличие мотивов: - выбора сферы профессиональной деятельности; - достижения успеха в выбранной сфере профессиональной деятельности; - значимости здоровья. Наличие потребности: - в углубленном изучении

		предметов в зависимости от сферы деятельности; - в работе над собой и своими склонностями.
Деятельностный	Умение планировать, контролировать и корректировать свои действия	Сформированность умений: - преодолевать трудности в выполнении работы; - взаимодействовать в группе при выполнении коллективной работы; - адекватно оценивать результат своей деятельности; Сформированность навыков: - самообслуживания, аккуратности, бережливости; - самостоятельного выполнения сложных заданий

При разработке контрольно-измерительных материалов, обеспечивающих полное и объективное оценивание успешности профориентационной работы в среднем звене инклюзивной школы, необходимо помнить, что на данном возрастном этапе закладываются основы нравственного отношения к разным видам труда, происходит формирование системы личностных ценностей, которые определяют избирательность отношения подростков к разным профессиям. На этом этапе обучающиеся уже вполне реально формулируют для себя задачу выбора будущей сферы деятельности, с учетом имеющегося психологического и психофизического ресурсов. Именно в этот период подросток, как правило, всерьез задумывается над тем, насколько готов он к намеченной для себя профессии.

2.3. Содержание профориентационной работы с обучающимися 8-9 классов

Цель профориентационной работы: формирование профессионального самосознания.

Задачи:

- изучение интересов, профессиональных склонностей и определение способностей к определенной сфере профессиональной деятельности;
- формирование мотивов выбора профессии;
- построение личной профессиональной перспективы;
- определение профессиональных возможностей с учетом наличия ОВЗ.

Формы и методы профориентационной работы с обучающимися 8-9 классов

Элективные курсы. Они направлены на знакомство обучающихся с определенным типом профессиональной деятельности и возможность попробовать себя в социально-профессиональных ролях. По итогам элективного курса обучающийся может сделать выводы по поводу своего продвижения в образовании в данном направ-

лении на основе опыта освоения способов деятельности. Ряд элективных курсов ориентированы на работу с обучающимися с ОВЗ. Например,

«Мой жизненный выбор» (8 – 9 класс) и «Моя профессиональная карьера» (10 – 11 класс) для обучающихся с интеллектуальной недостаточностью;

«Парикмахерское искусство», «Основы фермерского хозяйства» для обучающихся с нарушением слуха [9];

Дистанционный курс «Старт в профессию», разработанный и апробированный специалистами Алтайского краевого центра ППМС-помощи, направлен на формирование у обучающихся 8 – 9 классов с ОВЗ, инвалидностью способности к построению траектории личностного и профессионального самоопределения с учетом индивидуальных особенностей здоровья [23].

Мастер-классы проводятся с целью передачи профессионалом или специалистом, обучающимся путем прямого или комментированного показа тонкостей профессиональной деятельности, раскрытие содержания проблемной творческой задачи и вовлечение обучающихся в ее решение в рамках профессиональной деятельности. В процессе мастер-класса участники учатся выполнять отдельные элементы профессиональной деятельности, самостоятельно принимать решение, получают возможность работать в команде или индивидуально, самостоятельно выбирать и структурировать материал, анализировать полученную информацию, получают глубокое представление о профессиях и специальностях, что дает учащимся возможность более четко сформировать свой профессиональный выбор [28].

Конкурсы, чемпионаты, олимпиады профмастерства (включая Абилимпикс) направлены на формирование позитивного имиджа рабочих профессий, специальностей через выявление, поддержку и поощрение обучающихся с ОВЗ, инвалидностью, а также распространение успешного опыта их обучения в профессиональных образовательных организациях в регионе и стране [22, 36].

Профессиональные пробы школьников являются тем педагогическим явлением, которое придает новый смысл педагогическим концепциям, обогащают содержание педагогической практики эффективными технологиями повышения готовности учащихся к профессиональному самоопределению. Организация профессиональных проб, призванных определить, соответствует ли характер данной работы способностям и умениям ученика, включает комплекс теоретических и практических занятий разной степени сложности, серии заданий, прогнозирующих соответствие личностной заинтересованности школьника в выборе направления и модели продолжения обучения, проектные и имитационные игры. Прохождение профессиональных проб необходимо осуществлять по всем основным (базовым) сферам профессиональной деятельности при отсутствии медицинских противопоказаний («человек-человек», «человек-художественный образ», «человек-знаковая система», «человек-техника», «человек-природа») [20].

Социально-психологический тренинг по формированию психологической готовности к принятию решений в сфере личного саморазвития, профессионального самоопределения. Темы тренинговых занятий включают развитие умений по принятию решения: общие понятия, правила принятия решений; планирование профессионального пути: общие представления о планировании, развитие умений по планированию жизненных и профессиональных перспектив [21, 25].

Примерный план профориентационной работы с обучающимися 8 - 9 классов и их родителями

№	Мероприятие	Дата проведения	Ответственный	Результат
1.	Запись обучающихся на занятия в кружки, секции, факультативы, элективные курсы	сентябрь	Педагоги доп. образования, классный руководитель	Развитие способностей обучающихся, в том числе с ОВЗ, инвалидностью
2.	Профдиагностика	Сентябрь-октябрь	Педагог-психолог	Выявление профинтересов и профсклонностей, личностных особенностей
3.	Профконсультирование обучающихся, их родителей по корректировке первоначальных профнамерений	В течение года по отдельному графику	Педагог-психолог	Помощь обучающемуся в преодолении индивидуальных ограничений и рисков
4.	Родительское собрание «Роль родителей в профессиональном выборе ребенка»	ноябрь	Педагог-психолог	Повышение профессионально-информационной компетентности родителей
5.	Классный час «Правила выбора профессии»	ноябрь	Классный руководитель	Знакомство с факторами и условиями успешного выбора профессии
6.	Прохождение элективных курсов	В течение года	Учителя-предметники, ответственный за профориентацию в школе	Возможность реализации личных познавательных интересов в выбранной образовательной области
7.	Экскурсия в профессиональную образовательную организацию	февраль	Ответственный за профориентацию в школе	Расширение знаний о возможностях профессионального выбора

Критерии и показатели эффективности профориентационной работы с детьми с ОВЗ и детьми-инвалидами в 8-9 классах

Критерии	Показатели	
	8 класс	9 класс
Когнитивный	<p>Знания о содержании и условиях различных видов трудовой деятельности.</p> <p>Знания о требованиях профессии к человеку</p>	<p>Знание о своих профессиональных интересах и склонностях, о своих способностях;</p> <p>о возможных трудностях при достижении поставленной цели, в том числе, связанных с состоянием здоровья.</p> <p>Представление обучающегося о наличии отклонений в состоянии здоровья, реко-</p>

		мендуемых видах профессиональной деятельности
Социально-психологический	Умение понимать и учитывать чувства и потребности других людей, управлять своими эмоциями в общении.	Способность брать на себя ответственность, участвовать в принятии решений; способность ставить цели. Адекватная самооценка
Мотивационный	Наличие потребности к обучению Наличие мотивации к деятельности	Умение делать собственный выбор Стремление к достижению успехов в жизни и профессии
Деятельностный	Умение корректировать свои действия в соответствии с предлагаемой ситуацией	Сформированность - умения адекватно оценивать результат своей деятельности; - навыков совместной групповой деятельности; самостоятельного выполнения сложных заданий

При разработке контрольно-измерительных материалов, обеспечивающих полное и объективное оценивание успешности профориентационной работы в 8-9 классах инклюзивной школы, необходимо помнить, что на данном этапе формируется готовность к выбору адекватной профессии, отражающая способность к сознательному личностному и профессиональному самоопределению.

Такая готовность подразумевает наличие информационной, практической (или технологической), и мотивационно-ценностной (или психологической) готовности.

Информационная готовность включает информированность школьников: о способах получения желаемого профиля образования; о наличии собственной готовности и способности для получения избранного образования; о профессиях, которыми можно овладеть, благодаря получаемому образованию.

Практическая готовность включает: умение выбрать профиль образования; наличие знаний и умений, необходимых для продолжения образования.

Мотивационно-ценностная (психологическая) готовность выпускника основной школы предполагает: сформированность адекватной самооценки; наличие ценностных ориентаций и индивидуально выраженных целей, связанных с дальнейшим способом получения образования.

2.4 Содержание профориентационной работы с обучающимися 10-11 классов

Цель профориентационной работы: формирование готовности к профессиональному самоопределению.

Задачи:

- определение степени соответствия объективно показанных и субъективно приемлемых видов профессиональной деятельности;

- изучение психофизических, социальных, социально-экономических факторов, которые препятствуют (или способствуют) овладению подростком показанных видов профессиональной деятельности;
- создание условий для осознанного профессионального самоопределения учащихся в соответствии со способностями, склонностями, личностными особенностями, с потребностями общества, региона в кадрах;
- развитие способности к социально-профессиональной адаптации в обществе;
- формирование знаний о системе организаций профессионального образования, их требованиях к выпускникам школы.

Формы и методы профориентационной работы с обучающимися 10-11 классов

Метод проекта. Из списка рекомендуемых профессий, который может быть представлен в форме газетных объявлений, каждому предлагается выбрать наиболее предпочтительную для него и подготовить соответствующее сообщение с использованием книг и медиаресурсов о профессиях. В процессе подготовки сообщения подростку важно выяснить: где и как можно освоить выбранную профессию (непосредственно на производстве под руководством наставника или в рамках определенного образовательного учреждения); сколько времени уйдет на ее освоение; какие в рамках профессии к нему будут предъявлены требования; каковы перспективы дальнейшего профессионального роста. Не исключаются вопросы о заработной плате, социальном пакете и другие, представляющие интерес для подростка и связанные с его выбором. Обучающийся может с помощью старших составить профессиограмму избранной профессии, включающую требования к нему как к компетентному специалисту. Такая работа позволяет осознать не только светлые, привлекательные, но и «темные» стороны будущей профессии (специальности), ее трудности, преодоление которых является условием становления и роста специалиста.

Активизирующие профориентационные методики и ролевые (деловые) игры [10]. Метод способствует интенсивному развитию личности и мышления обучающихся. Активизирует на самостоятельное решение своих проблем, связанных с самоопределением, и главное способствует тому, что обучающийся проявляет определенную инициативу и настойчивость при достижении профессиональных целей. Примерами являются: «Профконсультация», «Приемная комиссия», «Ловушки-капканчики», «Звездный час», «День самоуправления» в школе, «За и против», «Медоворот».

Портфолио. Метод дает возможность отслеживания, учёта и оценивания индивидуальных достижений обучающихся, повышает их образовательную активность. Способствует развитию навыков оценочной деятельности обучающихся, формированию адекватной самооценки; содействует дальнейшей успешной социализации обучающегося; формирует способность к постановке новых учебных задач и проектированию собственной учебной деятельности.

Примерный план профориентационной работы с обучающимися 10 -11 классов и их родителями

№	Мероприятие	Дата проведения	Ответственный	Результат
1.	Классный час «Твои профессиональные планы»	сентябрь	Классный руководитель	Выявление профессиональных намерений обучающихся, в

				том числе с ОВЗ, инвалидностью
2.	Факультативные занятия	В течение года	Учителя предметники	Обеспечение углубленного изучения предметов
3.	Родительское собрание «Условия приема в профессиональные образовательные организации!»	ноябрь	Педагог-психолог	Повышение профессионально-информационной компетентности родителей
4.	Знакомство с опытом успешных профессионалов в сфере, соответствующей выбираемому профилю образования	ноябрь	Социальный педагог	Формирование мотива профессионального выбора. Знакомство с факторами и условиями успешного выбора профессии
5.	Проба сил в различных видах трудовой деятельности	Декабрь	Учителя-предметники, ответственный за профориентацию в школе	Закрепление навыков трудовых действий
6.	Посещение дней открытых дверей в профессиональных организациях города и края	февраль	Ответственный за профориентацию в школе	Расширение знаний о возможностях профессионального выбора
7.	Проведение профориентационной игры «День самоуправления»	март	Социальный педагог, педагог-психолог	Развитие самостоятельности при решении профессиональных задач
8.	Консультирование обучающихся «Условия трудоустройства»	По запросу родителей	Ответственный за профориентацию	Формирование у обучающихся адекватных представлений о рынке труда региона

Критерии и показатели эффективности профориентационной работы с детьми с ОВЗ и детьми-инвалидами в 10-11 классах

Критерии	Показатели	
	10 класс	11 класс
Когнитивный	Знания о системе профессионального образования	Знание факторов, препятствующих (или способствующих) овладению показанных видов профессиональной деятельности
Социально-психологический	Способность сопереживать. Умение вызывать определенные эмоции у другого человека. Участие в принятии решений	Способность брать на себя персональную ответственность. Умение предвидеть поведение других людей.
Мотивационный	Наличие мотивации к получе-	Стремление к самосовер-

	нию новых знаний Наличие стремления к общению и коллективной деятельности	шенствованию. Мотивация достижения цели. Стремление к приобретению новых знаний вне процесса учебной деятельности
Деятельностный	Умение анализировать свои внешние и внутренние ресурсы, а также корректировать свои действия для принятия решений и достижения поставленной цели	Сформированность умений по исследовательской, проектной деятельности

Оценка эффективности профориентационной работы со старшеклассниками из числа детей-инвалидов и детей с ОВЗ осуществляется исходя из оценки:

степени осознания обучающимися с ОВЗ, инвалидностью своих индивидуальных психофизиологических особенностях;

степени знания о трудовой деятельности выбираемой профессии;

степени информированности о востребованности в регионе данной профессии;

уровня знаний об универсальных профессиональных компетенциях и о профессионально важных качествах представителя выбираемой профессии;

характера мотивации к выбору;

общего самостоятельного уровня активности в освоении выбираемой профессии;

предпринимаемых волевых усилий и наличии положительных эмоций.

Раздел 3. Профессиональная диагностика и примерный план построения профконсультационной работы

Осуществляя процесс профдиагностики и профконсультирования, специалист исходит из интересов и склонностей обучающегося, содействует осознанию консультируемым своих потенциальных возможностей, адекватному выбору профессии.

Профдиагностика – одно из направлений профориентационной работы в общеобразовательной организации. Диагностическая работа выстраивается таким образом, чтобы максимально выявлять потребности, интересы и склонности каждого ребенка на разных возрастных этапах.

Изучение индивидуальных психологических особенностей может осуществляться различными способами: от простого наблюдения за достижениями в освоении учебных дисциплин до использования различных анкет, опросников, традиционных и модифицированных методик по самоопределению обучающихся.

Учитывая, что дети с ОВЗ, инвалидностью в условиях инклюзивного образования учатся вместе со сверстниками, не имеющими ограничений по здоровью, профдиагностика обычно проводится со всем классом школьным педагогом-психологом, профориентологом центра занятости населения, или педагогом-психологом муниципального (краевого) центра ППМС-помощи. Она включает изучение:

профессиональных интересов и склонностей;

личностных свойств (экстраверсии-интроверсии, эмоциональных особенностей, коммуникативных способностей);

уровень познавательных способностей (внимание, память, мышление и др.);

уровень нейро- и психодинамических свойств нервной системы и особенностей темперамента.

3.1. Диагностический инструментарий для проведения профдиагностики (утвержден решением краевого УМО по психологии, от 24.04.2014 г.)

Методика карта интересов А. Голомштока (в модификации Г. Резапкиной) «Профиль» для исследования профессиональных интересов и отношения к различным видам деятельности;

Тест Голланда «Определение профессионального типа личности» для определения профессиональной направленности личности;

Тест Ржичан П. «Интеллектуальный потенциал личности» направлен на выявление уровня развития невербального интеллекта. Успешность выполнения теста зависит от способности логически мыслить и раскрывать существенные связи между предметами и явлениями;

Методика «Тип мышления» на определение преобладающего способа переработки информации и уровня креативности, что является важнейшей индивидуальной характеристикой человека, определяющей его стиль деятельности;

Тест К.М. Гуревича «Эрудит» (в модификации Г.В. Резапкиной) предназначен для оценки степени усвоения ряда понятий школьной программы, сформированности основных мыслительных процессов и развития вербального интеллекта.

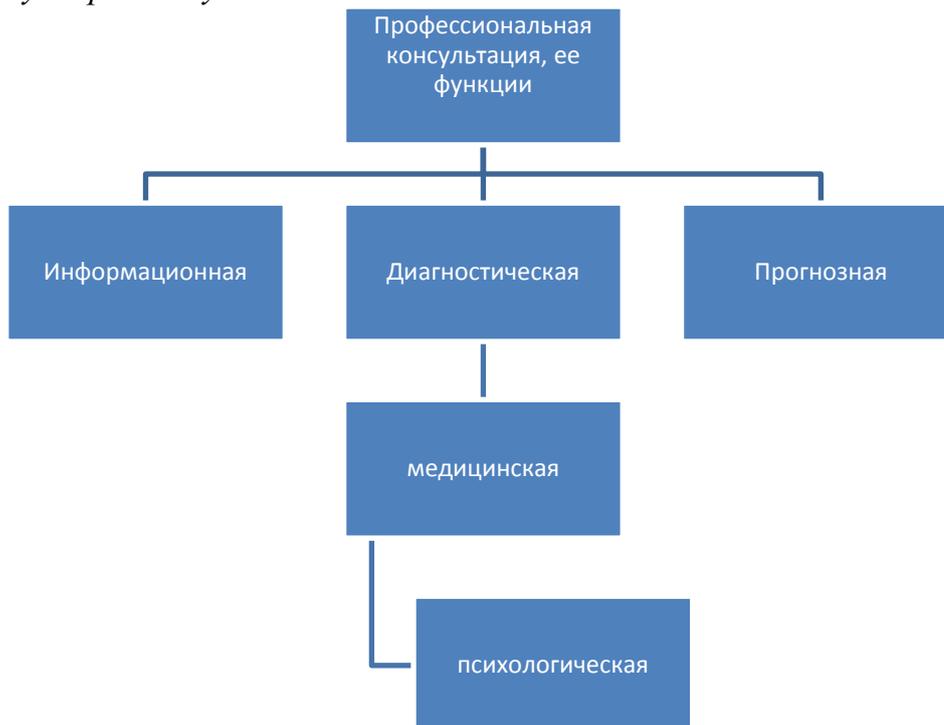
Предложенные методики учитывают возможные ограничения по здоровью. ограничений. Однако при объяснении инструкции, проведении, интерпретации и обработке результатов нужно учитывать специфику заболеваний детей-инвалидов и обучающихся с ОВЗ (давать больше времени на работу, помогать в обработке, проводить индивидуальное собеседование по результатам и т.д.). В случае необходимости рекомендуем использовать сокращенные, модифицированные варианты методик по изучению профессиональных интересов и склонностей (Приложение 1).

3.2. Особенности консультирования обучающихся с ОВЗ, инвалидностью и их родителей

Профконсультация – своего рода регулятор профессионального самоопределения личности. Это непосредственная помощь обучающемуся в выборе конкретной профессии на основе изучения личности, ее возможностей и сопоставления полученной информации с требованиями профессии, что обеспечивает максимальный учет объективных и субъективных условий профессионального выбора. Профконсультация стимулирует размышления обучающегося о перспективах своего личностного и профессионального самоопределения, предоставляя ему определенные ориентиры для оценки собственной готовности к реализации намеченных профессиональных планов. При ориентации личности ученика на массовые профессии (пригодные для многих людей) помощь консультируемому состоит в нахождении личностного смысла будущей деятельности.

Профессиональное консультирование в образовательной организации осуществляется педагогом-психологом, социальным педагогом.

Выделяют три основные функции профконсультации: *информационную, диагностическую, прогнозную*.



Информационная функция профконсультации предполагает информирование в целом о мире профессий, о конкретных профессиях, специальностях определенного типа деятельности, а также предполагает предоставление сведений справочного характера о профессиональных учебных заведениях, условиях поступления и обучения в них.

Диагностическая функция предполагает соотнесение индивидуальных и психологических особенностей обучающегося с состоянием здоровья и профессиональными намерениями на основе результатов психологической и медицинской диагностики.

Прогнозная функция профконсультации направлена на осуществление прогноза степени успешности обучающимся того или иного вида деятельности – профессиональный подбор, профессиональный отбор, определение профессиональной пригодности.

Профконсультирование детей с ОВЗ, инвалидностью ориентировано на решение проблем, связанных с овладением трудовыми навыками, выбором профессии, определением профиля профессионального обучения, трудоустройством относительно имеющихся медицинских противопоказаний, а также на решение проблем психологической и социальной адаптации. Активными участниками профконсультации становятся родители детей с ОВЗ, инвалидностью, так как семья, ее позиция по отношению к ребенку, имеет важное значение в профессиональном становлении человека, в понимании перспектив профессионального будущего.

В качестве основных *задач* профориентационного консультирования обучающихся с ОВЗ, инвалидностью и их родителей выступают:

- ориентация в основных целях профессиональной реабилитации;
- повышение психолого-педагогической и профориентационной компетентности;

формирование единой родительской позиции в отношении оказания помощи ребенку по профориентации и планированию будущей карьеры;

формирование адекватных ожиданий относительно прогноза профессиональных перспектив;

формирование единой родительской позиции в отношении оказания помощи ребенку по профориентации и планированию будущей карьеры;

ознакомление с результатами профориентационного психодиагностического изучения молодого инвалида.

Консультирование, направленное на профессиональное самоопределение обучающихся с ОВЗ, инвалидностью и их родителей осуществляется на протяжении всего периода школьного обучения. При этом специфика консультаций в разные периоды обучения будет отличаться.

В связи с этим можно выделить несколько этапов профессионального консультирования.

Информационный этап (1-4 класс).

На данном этапе субъектом консультирования выступают родители. Консультации направлены на актуализацию у родителей проблемы профессионального самоопределения их ребенка, на уточнение роли родителей в процессе формирования трудовых умений в доступных видах труда, в формировании первоначального интереса к определенным, а также на ознакомление с профессиями, доступными относительно ОВЗ, инвалидности.

Алгоритм проведения консультации на данном этапе:

Консультирование проводится педагогом-психологом или социальным педагогом.

1. Знакомство специалиста с родителями обучающегося с ОВЗ, инвалидностью, обсуждение цели консультации;
2. Изучение документов (заключение ПМПК, программы ИПРА, заключений врачей);
3. Совместное обсуждение трудового воспитания в семье:
 - какие трудовые функции выполняет ребенок;
 - степень самостоятельности выполнения обязанностей и т.п.;
4. Ознакомление родителей с доступными формами развития интереса к трудовой деятельности (обзор кружков и факультативов школы, района проживания ребенка, города);
5. Беседа с родителями по перечню рекомендуемых видов трудовой и профессиональной деятельности инвалидов с учетом нарушенных функций и ограничений их жизнедеятельности (по Таблице 2)
6. Обсуждение имеющихся у родителей вопросов;
7. Завершение консультации, ритуал прощания.

Таблица 2

Виды деятельности, рекомендованные инвалидам и лицам с ОВЗ различных нозологических групп
(на основании приказа Минтруда России от 04.08.2014 N 515 «Об утверждении методических рекомендаций по перечню рекомендуемых видов трудовой и профессиональной деятельности инвалидов с учетом нарушенных функций и ограничений их жизнедеятельности»)

Характер нагрузки	Характеристика цели деятельности, организация трудового процесса, рабочая нагрузка	Форма организации труд. деятельности	Предмет труда	Основные орудия труда	Уровень квалификации	Сфера производства
Инвалиды с нарушением слуха						
умственный труд, физический труд; легкий физический труд	творческий, нестандартный (научная работа, сочинение литературных произведений и др.), эвристический (изобретательство), динамический, статический; однообразный (монотонный) и разнообразный (по содержанию, темпу и т.п.); труд по подготовке информации, оформлению документации, учету	регламентированный (с распорядком работы) и нерегламентированный (со свободным распорядком работы); индивидуальный и коллективный (совместный)	«Человек – природа», «Человек – техника», «Человек – знаковые системы», «Человек – художественный образ»	ручной труд, машинно-ручной труд, труд, связанный с преобладанием функциональных средств, труд, связанный с применением автоматических и автоматизированных систем	труд любого уровня квалификации, неквалифицированный труд	жилищно-коммунальное хозяйство, крупные и мелкие промышленные предприятия, художественные промыслы, сфера обслуживания
Инвалиды с нарушением зрения						
умственный и физический труд с рабочими нагрузками	оперативный (управляющий), операторский (информационное взаимодействие)	регламентированный (с распорядком работы) и нерегламентированный (со	«Человек – человек», «Человек – техника», «Человек – знаковые системы»	ручной труд, машинно-ручной труд, труд, связанный с преобладанием функциональных	труд любого уровня квалификации, неквалифицированный	мелкие и крупные промышленных предприятий;

в зависимости от степени нарушения зрения	модеиствие с техникой), творческий (стандартный - преподавание, нестандартный - научная работа, сочинение музыкальных, литературных произведений и др.), эвристический (изобретательство); однообразный (монотонный) и разнообразный (по содержанию, темпу и т.п.)	свободным порядком работы); индивидуальный и коллективный (совместный)	мы», «Человек - художественный образ»	средств	труд	сфера обслуживания, торговли; жилищно-коммунальное хозяйство, сельское и лесное хозяйство, художественные промыслы, строительство и т.д.
---	--	--	---------------------------------------	---------	------	--

Инвалиды с нарушением функций верхних конечностей

умственный труд, легкий физический труд	оперативный (управляющий), операторский (информационное взаимодействие с техникой), творческий (стандартный - преподавание, лечебная работа и др., нестандартный - научная работа, сочинение музыкальных, литературных произведений и др.), эвристический (изобретательство); динамический и статический; однообразный	регламентированный (с определенным порядком работы), нерегламентированный (со свободным порядком работы)	«Человек – природа», «Человек – техника», «Человек – человек», «Человек - знаковые системы», «Человек - художественный образ»	труд, связанный с применением автоматических и автоматизированных систем, труд, связанный с преобладанием функциональных средств	труд любого уровня квалификации, неквалифицированный труд	преимущественно на мелких промышленных предприятиях, в сфере обслуживания, жилищно-коммунального хозяйства на транспорте, в связи
---	--	--	---	--	---	---

	(монотонный) и разнообразный (по содержанию, темпу и т.п.); труд по подготовке информации, оформлению документации, учету					
Инвалиды с умеренными нарушениями функций нижних конечностей						
умственный труд, легкий физический труд	оперативный (управляющий), операторский (информационное взаимодействие с техникой), творческий (стандартный - преподавание, лечебная работа и др., нестандартный - научная работа, сочинение музыкальных, литературных произведений и др.), эвристический (изобретательство); статический; однообразный (монотонный) и разнообразный (по содержанию, темпу и т.п.); труд по подготовке информации, оформлению документации, учету; операторский труд (операторы, аппа-	регламентированный (с определенным распорядком работы), нерегламентированный (со свободным распорядком работы)	«Человек – природа», «Человек – техника», «Человек – человек», «Человек - знаковые системы», «Человек - художественный образ»	ручной труд, машинно-ручной труд, труд, связанный с применением автоматических и автоматизированных систем, труд, связанный с применением функциональных средств	труд любого уровня квалификации, неквалифицированный труд	труд на крупных и мелких промышленных предприятиях, труд в сфере обслуживания, жилищно-коммунального хозяйства, торговли и родственных видов деятельности, в художественных промыслах, в связи

	ратчики)					
Инвалиды, передвигающиеся на креслах-колясках						
умственный труд, легкий физический труд	оперативный (управляющий), операторский (информационное взаимодействие с техникой), творческий (нестандартный - научная работа, сочинение музыкальных, литературных произведений и др.), эвристический (изобретательство), труд по подготовке информации, оформлению документации, учету	нерегламентированный (со свободным распорядком работы)	«Человек – техника», «Человек – человек», «Человек - знаковые системы», «Человек - художественный образ»	профессии ручного труда, профессии, связанные с преобладанием функциональных средств труда	труд любого уровня квалификации, неквалифицированный труд	труд преимущественно на мелких промышленных предприятиях, в сфере обслуживания, в художественных промыслах, в связи
Инвалиды с нарушением коронарного и/или центрального кровообращения						
умственный труд, легкий физический труд	оперативный (управляющий), операторский (информационное взаимодействие с техникой), творческий (стандартный - преподавание, лечебная работа и др., нестандартный - научная работа, сочинение музыкальных, литературных произведений и др.), эври-	нерегламентированный (со свободным распорядком работы), индивидуальный и коллективный (совместный)	«Человек – природа», «Человек – техника», «Человек – человек», «Человек - знаковые системы», «Человек - художественный образ»	ручной труд, труд, связанный с применением автоматических и автоматизированных систем, труд, связанный с преобладанием функциональных средств	труд любого уровня квалификации, неквалифицированный труд	на крупных и мелких промышленных предприятиях, в сфере обслуживания, жилищно-коммунального хозяйства, торговли, квалифицированный труд в сельском и лесном хозяйстве, в художественных про-

	стический (изобретательство); разнообразный (по содержанию, темпу и т.п.); труд по подготовке информации, оформлению документации, учету и обслуживанию					мыслах, в строительстве, на транспорте, в связи, операторский труд (операторы, аппаратчики)
Инвалиды с интеллектуальными нарушениями						
физический труд	стандартный, динамический, статический, однообразный, монотонный	регламентированный (с определенным распорядком работы)	«Человек – природа», «Человек – техника», «Человек - художественный образ»	ручной труд, машинно-ручной труд	неквалифицированный труд (уборка, ремонт, доставка, подсобные работы, сортировка, упаковка, маркировка, комплектование, погрузоразгрузочные работы)	преимущественно на мелких промышленных предприятиях, в сфере обслуживания, жилищно-коммунального хозяйства, торговли, в сельском хозяйстве, лесном хозяйстве, в художественных промыслах, в строительстве

Этап выбора сферы трудовой деятельности (5-7 классы).

На данном этапе консультирование проводится педагогом-психологом.

Предметом консультации может выступать необходимость соотнесения личностных особенностей и физических возможностей с выбранным направлением профессиональной деятельности. Обсуждение результатов первичной профдиагностики. Консультации проводятся как с родителями, так и с обучающимися.

Алгоритм проведения консультации на данном этапе:

1. Приветствие, при необходимости знакомство педагога-психолога с родителями обучающегося с ОВЗ, инвалидностью и (или) с самим обучающимся, обозначение цели консультации;
2. Уточнение нозологии, при необходимости изучение документов;
3. Использование в работе различных упражнений, способствующих осмыслению имеющихся интересов. Составляя набор упражнений под каждого подростка индивидуально, специалист вправе по своему усмотрению менять очередность предложенных заданий.

Например, упражнение «Твои увлечения». Для удобства работы в левой части бланка дается пример от имени другого человека, по образцу которого рекомендуется выполнять задания. Перед началом работы специалист рассказывает краткую историю некоего Никиты, который успешно прошел все этапы подготовки. Вымышленный герой становится, таким образом, гидом при выполнении обучающимся с ОВЗ, инвалидностью, самых сложных заданий.

«Твои увлечения»

Составьте свой список развлечений, занятий на досуге, клубов, кружков, общественной работы и других интересов, которые у тебя есть

Никита	Ты
1. Рыбалка	1.....
2. Работа в саду и на даче	2.....
3. Ремонт старых приемников	3.....
4. Плавание в бассейне	4.....

Что ты любишь делать больше всего?

Никита	Ты
	1.....
	2.....
	3.....
	4.....

4. Изучение и обсуждение результатов профдиагностики интересов и склонностей (какие получились баллы, что они обозначают);

5. Соотнесение полученных данных диагностики с привлекательным направлением деятельности;

6. Сопоставление имеющихся противопоказаний с привлекательным направлением, и проведение коррекции;
7. Обсуждение имеющихся вопросов;
8. Завершение консультации, ритуал прощания.

Этап сужения поиска (8-9 класс).

Консультирование проводится педагогом-психологом.

Консультации ориентированы на уточнение мотивов выбора профессиональной сферы, конкретизацию целей, обсуждение результатов диагностики профессионально важных качеств, с сопоставлением результатов с имеющимися медицинскими ограничениями. Производится корректировка первоначального профнамерения, в случае невозможности занятия выбранной профессиональной деятельностью.

Алгоритм проведения консультации на данном этапе.

1. Приветствие, при необходимости знакомство, обозначение цели консультации;
2. Обсуждение целей профессиональной деятельности;
3. Анализ имеющихся личностных качеств, влияющих на получение определенной профессии. Выполнение задания по заполнению таблицы

Инструкция: заполните таблицу, указав ваши черты характера, способствующие и мешающие успешному освоению и реализации в выбранной (или желаемой) профессии.

Помогающие в профессиональной деятельности черты характера	Мешающие в профессиональной деятельности черты характера

4. Обсуждение результатов диагностики (в случае ее проведения).

5. С целью расширения знаний о профессиональных сферах, а также с целью корректировки профессиональных намерений (в связи с имеющимися ограничениями) использование в работе техник и упражнений по определению востребованных профессий на рынке труда.

Например,

5.1. В газете (на сайте), где есть данные об имеющихся вакансиях, обучающийся совместно с родителями и педагогом-психологом изучает вакансии по интересующим профессиям и заполняет таблицу:

	Анализ востребованности профессий			
	1	2	3	4
Профессия				
Общее кол-во вакансий				
Кол-во вакансий в твоём населённом пункте				
Диапазон заработной платы				

Требования к соискателю				
Условия труда				
Доступность трудоустройства				

В ходе беседы делается вывод: какая из интересующих профессий более востребована и почему.

5.2. Специалист вместе с обучающимся с ОВЗ, инвалидностью, на сайте <http://portal.aksp.ru/content> изучают перспективы развития рынка труда в Алтайском крае и отвечают на вопрос:

Каковы перспективы развития рынка труда по интересующим тебя профессиям?

Станут ли они более востребованными и доступными для трудоустройства, чем сейчас, в будущем, или же наоборот – потребность в них уменьшится?

5.3. В ходе беседы с обучающимся и его родителями обсуждаются требования к соискателям по разным профессиям и определением наиболее выполнимых требований для обучающегося. Совместно составляется

список из 10 шагов, которые необходимо предпринять для того, чтобы трудоустроиться по интересующим профессиям;

личный рейтинг предпочитаемых обучающимся профессий. На первом месте должна оказаться профессия, которая максимально позволяет сочетать желания с возможностями и все это – с востребованностью со стороны общества и рынка труда;

6. Обсуждение имеющихся вопросов;

7. Завершение консультации, ритуал прощания.

Работа с профессиональным планом(10-11 класс).

Консультирование проводится педагогом-психологом.

На данном этапе процесс консультирования строится исходя из наличия или отсутствия профессионального плана:

- При наличии профессионального плана у обучающегося, он соотносится с его реальными способностями и возможностями. Следует обратить особое внимание на реальность поступления в планируемое учебное заведение, обсудить запасные варианты.
- Профессиональный план имеется, но он не соотносится с реальными способностями и возможностями обучающегося с ОВЗ. В этом случае необходимо выяснить причину рассогласования и оказать помощь в формировании нового плана (по возможности с учетом ранее избранного направления трудовой деятельности).
- Профессиональный план отсутствует. При этом, если профессиональные склонности выражены и осознаны, то задача специалиста заключается в помощи выбора пути приобретения профессии, обсуждения положительных и отрицательных сторон каждого из вариантов получения профессии. Если профессиональные склонности не выражены, то следует уделить внимание формированию мотивов выбора и самооценки. Необходимо содействовать выбору типа профессии и формы приобретения профессиональных знаний (выбору учебно-

го заведения). В процессе консультирования возможно составление и обсуждение нескольких вариантов профессионального плана.

Алгоритм проведения консультации на данном этапе.

1. Приветствие, при необходимости знакомство, обозначение цели консультации;

2. Использование в работе упражнений, заданий, активизирующих обучающихся на построение и (или) корректировку имеющегося профессионального плана

Например,

Упражнение 1. В таблице перечислены критерии выбора профессии. Отметьте в ответе номера критериев, которые считаются основными, правильными.

1. Иду в это учебное заведение, так как его диплом котируется на рынке труда при трудоустройстве	2. Выбираю эту профессию, так как она модная, престижная, ее представителям многие завидуют	3. Основываю свой выбор на своих способностях
4. Выбираю эту профессию, так как мне нравится математика	5. С этой профессией у меня всегда будет возможность трудоустройства	6. Пойду в это учреждение, так как у меня нет четкого ориентира
7. Основываю свой выбор на своем интересе	8. Возможность учиться, и работать с друзьями	9. Хотя я и не знаю тонкостей этой профессии, но мне очень нравится работать с цифрами

Ответ:

Упражнение 2. Составьте личный профессиональный план по предложенной схеме.

Индивидуальный профессиональный план

Ф.И.О. _____

1. Моя главная цель:

кем я хочу быть? (указать профессию, должность) _____

мой жизненный идеал (творческая работа, материальная обеспеченность, семья, общественное признание, карьерный рост, сохранение здоровья)

где я хочу работать _____

необходимое для этого базовое образование _____

2. Что я для этого имею и умею?

склонности _____

способности _____

состояние здоровья _____

возможности (материальные, семейные, другие) _____

увлечения _____

3. Что я должен предпринять для достижения цели?

получение начального профессионального образования _____

получение среднего профессионального образования _____

получение высшего профессионального образования _____

учебное заведение (какое) _____

факультет _____

начало трудовой деятельности (где) _____

перспективы повышения квалификации, получение дополнительного образования _____

перспективы профессионального роста _____

приобретение дополнительных знаний (по какой специальности, в какой сфере) _____

освоение смежных родственных профессий (каких) _____

формирование навыков и умений (каких) _____

4. Запасные варианты:

поступление в учебное заведение:

среднего профессионального образования _____

специальность (профессия) _____

высшего профессионального образования _____

факультет _____

в случае не поступления в учебное заведение _____

5. Что может помешать достижению моей цели?

недостаток знаний по специальным предметам _____

состояние здоровья _____

семейные проблемы _____

еще что-либо _____

Упражнение 3. Составьте резервный профессиональный план, учитывая ситуации:

неудача на вступительных экзаменах;

непредвиденное снижение спроса на избранную профессию;

отсутствие материальной возможности.

Ответ:

Ответ:

Ответ:

3. Обсуждение имеющихся вопросов;

4. Заполнение обучающимся анкеты

Анкета «Анализ профессионального плана выпускников инклюзивных школ»

1. Фамилия _____ Имя _____ Отчество _____
2. В каком классе учитесь? _____
3. В какой школе Вы учитесь? _____
4. Назовите профессию, которую Вы хотите приобрести в процессе трудовой (профессиональной) подготовки? _____
5. Кем Вы мечтали быть в разные периоды своей жизни? _____
6. Когда Вы приняли решение заниматься тем видом профессиональной деятельности, о которой сейчас написали? _____
7. Что повлияло на Ваш выбор? _____
8. Почему Вы выбираете эту профессию? _____
9. Какие профессионально важные качества необходимы для успешного усвоения профессии? _____
10. Что Вы делаете для того, чтобы развить в себе эти качества? _____
 - занимаюсь самостоятельно
 - посещаю кружок (какой?)
 - посещаю факультатив (какой?)
 - читаю специальную литературу (какую?)
 - стараюсь встречаться с представителями этой профессии
 - анализирую свой характер, умения и навыки, интеллектуальные способности, физическую силу и стараюсь улучшать результаты (как именно?)
 - ничего не предпринимаю
 - затрудняюсь ответить на вопрос
 - изучаю требования этой профессии к человеку
11. Где и как можно получить углубленную подготовку по избранной Вами профессии? Каковы Ваши дальнейшие планы?
12. Уверены ли Вы в правильности своего профессионального выбора? (нужное подчеркнуть):
 - абсолютно уверен
 - скорее уверен
 - затрудняюсь ответить точно
 - сомневаюсь в своих возможностях, хотя и мечтаю об этой профессии
 - вполне возможно, что выбор я изменю
13. В случае, если Вам придется по какой-либо причине отказаться от избранной профессиональной деятельности, каковы могут быть возможные варианты? Где и кем сможете работать?
14. Как относятся к Вашему выбору родители?
 - полностью одобряют
 - в основном одобряют
 - не одобряют и настаивают на изменении Ваших профессиональных планов
15. Сможете ли Вы отказаться от принятого Вами решения о выборе профессии? Что может на это повлиять?
16. Как Вы думаете, сможете ли Вы достичь поставленной перед собой цели? Что для этого нужно еще сделать?

5. Завершение консультации, ритуал прощания.

Тезаурус

Ребенок-инвалид - ребенок до 18 лет, имеющий значительные ограничения жизнедеятельности, приводящие к социальной дезадаптации вследствие нарушений развития и роста ребенка, способностей к самообслуживанию, передвижению, ориентации, контроля за своим поведением, обучения, общения, трудовой деятельности в будущем, статус которого установлен учреждениями медико-социальной экспертизы.

Ребенок с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) - физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

Профессиональная траектория развития - процесс саморазвития, самообразования и преобразования личности, построение своего профессионального «Я», включающий готовность в процессе профессиональной деятельности успешно приспосабливаться к меняющимся условиям.

Профессиональная направленность - потребности и интересы человека, связанные с его отношением к профессиональному труду.

Профессиональное самосознание - осознание себя как субъекта будущей профессиональной деятельности.

Профессиональное самоопределение - принятие решения о выборе профессии и путях формирования личности как профессионала.

Профдиагностика – изучение потребностей, интересов, склонностей и индивидуальных психологических особенностей обучающихся.

Интересы - это индивидуально-психологические особенности личности, проявляющиеся в положительном эмоциональном отношении к различным объектам и явлениям окружающей действительности, а также в интеллектуальной познавательной активности.

Склонности - это желания человека, побуждения, потребности в определенных видах деятельности, стремление не только к результату, но и к самому процессу того, что человек делает.

Способности - индивидуальные качества человека, от которых зависит возможность успешного осуществления деятельности. Например, если человек хорошо различает запахи и помнит их, то эта способность очень нужна химику, дегустатору, повару и др. Если человек хорошо удерживает в памяти много цифр, букв, слов или внешних признаков, может комбинировать их в уме, то это – способность, которая нужна математику, программисту, конструктору и т.д.

Профконсультация – помощь обучающемуся в выборе конкретной профессии на основе изучения личности, ее возможностей и сопоставления полученной информации с требованиями профессии, что обеспечивает максимальный учет объективных и субъективных условий профессионального выбора.

Список литературы

1. Азбель А.А., Илюшин Л.С. Тетрадь кейсовых практик: опыт самостоятельных исследований в 7-8 классах. Часть 1. – Санкт-Петербург, 2014. – 50 с. [Э/р]: <http://6sch.ru/oer/arkhiv/2012-11-28-16-23-04>
2. А.А., Илюшин Л.С. Тетрадь кейсовых практик: опыт самостоятельных исследований в 8-9 классах. Часть 2. – Санкт-Петербург, 2014. – 55 с. [Э/р]: <http://6sch.ru/oer/arkhiv/2012-11-28-16-23-04>
3. Витковский А. Профориентация в школе: новый подход // Первое сентября. - № 5, 9 марта, 2013. – С. 27 – 29.
4. Исакова В.Н. Профориентационная викторина «Своя игра» [Э/р]: https://упок.рф/lessons/proforientatcionnaya_viktorina_%C2%ABsvoya_igra%C2%BB_224952
5. Методические рекомендации по подготовке и организации профессионального ориентирования обучающихся с инвалидностью и ОВЗ в инклюзивных школах / Бонкало Т.И., Пчелинова В.В., Никитина Н.И., Цыганкова / под ред. М.Н. Бонкало. - М.: Издательство Российского государственного социального института, 2015. - 325 с.
6. Модель профориентационной работы с детьми с ОВЗ, ориентирующей на выбор профессий и специальностей среднего профессионального образования. [Э/р]: <http://chetk.info/downloads/BPOO/model.pdf>.
7. Организация работы по профориентации и профадаптации детей-инвалидов и лиц с ОВЗ: учебно-методический комплект / сост. Г.В. Резапкина. – Сыктывкар, КРИРО, 2014. – 48 с.
8. Особенности работы по профессиональной ориентации обучающихся с ОВЗ в общеобразовательном учреждении: методические рекомендации /авт.-сост. В.А. Рудаков.- Ханты-Мансийск: Институт развития образования, 2017. – 35 с. [Э/р]: http://nv-school6.narod.ru/proforientir/rudakov_v.a-metod.rekomendacii_po_profor-s_ovz.pdf
9. Проект «Внедрение программ и учебно-методических комплектов по предпрофильной подготовке и профессиональной ориентации детей с ОВЗ (разработанных в рамках ФЦПРО в 2010 году для детей с нарушениями слуха, зрения, интеллекта)»: Методические рекомендации органам управления образованием субъектов по предпрофильной подготовке и профессиональной ориентации детей с ОВЗ. – М.: АНО НМЦ «СУВАГ», 2012. – 121 с. [Э/р]: <http://suvagcentr.ru/pages/14>
10. Пряжников Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения. - Москва: Издательство НПО «Модэк», 2002. - 392 с.
11. Пряжников Н.С., Румянцева Л.С. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся. – М.: Академия, 2013. – 208 с.
12. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. Программа предпрофильной подготовки. – М.: Генезис, 2010. – 208 с.
13. Родионов В., Ступницкая М. Мотивационный профориентационный тренинг // Школьный психолог, 2011. - № 5 - 8.
14. Романов Е.С. Учимся сотрудничать. Комплексный подход к профориентации и профконсультированию подростков с ОВЗ. Методическое пособие. – М.: Академия, 2012. – 336 с.
15. Савельева Е.В. Тренинг «Учимся принимать решение» [Э/р]: <https://infourok.ru/trening-uchimsya-prinimat-reshenie-264267.html>

16. Савенков А.И. Одаренные дети в детском саду и школе: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М: Издательский центр «Академия», 2000. – 232 с.
17. Самоопределение и профориентация обучающихся с инвалидностью в образовательных организациях профессионального и высшего образования: Методические рекомендации для общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций / И.В. Дуленикова. – Сыктывкар, 2014. – 106 с.
18. Сборник по профориентационным играм [Э/р]: <https://infourok.ru/sbornik-po-proforientacionnim-igram-1028809.html>.
19. Ткачев Т.В. Психолого-педагогическое сопровождение семьи ребенка с ОВЗ. Учебник. – М.: Академия, 2014. – 272 с.
20. Чистякова С.Н., Родичев Н.Ф., Лернер П.С., Рабинович А.В. Содержание профессиональных проб и этапы их выполнения / С.Н.Чистякова, Н.Ф.Родичев, П.С.Лернер, А.В.Рабинович // Профессиональные пробы: технология и методика проведения: методическое пособие (под ред. С.Н. Чистяковой). - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», ОАО «Московские учебники», 2011. – С. 15-24.
21. Целовальникова М.В. Тренинг планирования жизненного пути [Э/р]: <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2013/02/16/trening-planirovaniya-zhiznennogo-puti-dlya-uchashchikhsya>

Дополнительные интернет-источники и профориентационные сайты

22. Абилимпикс: <https://abilympicspro.ru/konkurs/>
23. Алтайский краевой центр ППМС-помощи: <http://ppms22.ru/>
24. Атлас новых профессий: <http://atlas100.ru/catalog/media-i-razvlecheniya/>
25. Ваш психолог: <http://www.vashpsixolog.ru/>
26. Журнал «Кем быть?»: <http://www.kem.by/>
27. Кинокомпания «Парамульт»: <https://paramult.ru/node>,
<https://www.youtube.com/playlist?list=PL3F8FA7B66EBD5897>
28. Мастер-классы по профессиям для подростков (видео): <https://yandex.ru/video/search?text=%D0%BC%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80%20%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%D1%8B%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F%D0%BC%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BA%D0%BE%D0%B2%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE&path=wizard&noreask=1>.
29. Навигатум(Федеральный образовательный проект): <https://www.navigatum.ru/>
30. Поступим.Ру: <http://postupim.ru/about.shtml>
31. ПрофВыбор. ру: <http://profvibor.ru/>
32. Профориентационный навигатор в Алтайском крае «Первые шаги в будущее»: <http://trud22-first-step.ru/>
33. Резапкина Г.В. Методический кабинет профориентации: <http://metodkabi.net.ru/index.php?id=glavn#ur>
34. Сопровождение профориентационной работы ПОО: <http://proforient.fmcspo.ru/info>
35. СОШ № 6 Васильевский остров г. СПб: <http://6sch.ru/oer/arkhiv/2012-11-28-16-23-04>
36. ЮниорПрофи: <https://juniorskills.ru/>

Приложение 1

**Сокращенные, модифицированные варианты
методик по изучению профессиональных интересов и склонностей,
рекомендуемые для профдиагностики обучающихся с ОВЗ, инвалидностью**

Карта интересов (АИ-35)[16]

Вопросы составлены в соответствии с условным делением интересов на семь сфер:

1. **математика и техника** (любит решать логические задачи, конструировать)
2. **гуманитарная сфера** (литература, ин.яз, история)
3. **творческая деятельность** (музыка, рисование, театральный кружок, сочинение рассказов, стихов)
4. **физкультура и спорт** (посещает спортивные секции, кружки, любит подвижные игры, соблюдает распорядок дня, делает зарядку, смотрит ТВ-передачи о спорте)
5. **коммуникативные интересы** (играет с другими детьми, любит руководить играми, разговаривать с новыми людьми, объяснять, помогать людям)
6. **природа и естествознание** (любит читать о природе, ходить в лес (грибы, ягоды), наблюдать за растениями, ухаживать за животными, помогать, лечить)
7. **домашние обязанности, труд по самообслуживанию** (любит помогать по дому, ходит в магазин, убирает за собой, в доме, любит шить, вышивать, помогает стирать...)

Лист ответов

Дата _____ Фамилия, имя _____

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	32	33	34	35

Инструкция: в правом верхнем углу листа ответов запиши свое имя и фамилию. Ответы на вопросы помещай в клетках: ответ на первый вопрос - в клетке под номером 1, ответ на второй вопрос - в клетке под номером 2 и т.д. Всего 35 вопросов. Если то, о чем говорится, тебе не нравится, ставьте знак (-); если нравится - (+), если очень нравится (++).

Каждый вопрос начинается со слов «Нравится ли...»

1. Решать логические задачи и задачи на сообразительность.
2. Читать самостоятельно (или слушать, когда читают) сказки, рассказы, повести.
3. Петь, играть на музыкальном инструменте.
4. Заниматься физкультурой.
5. Играть вместе с другими детьми в различные коллективные игры.
6. Читать (или слушать, когда читают) рассказы о природе.

7. Делать что-нибудь на кухне (мыть посуду, помогать готовить пищу).
8. Играть с техническим конструктором.
9. Изучать язык, интересоваться и употреблять новые незнакомые слова.
10. Самостоятельно рисовать.
11. Играть в спортивные, подвижные игры.
12. Руководить играми других детей.
13. Ходить в лес, на поле, наблюдать за растениями, животными, насекомыми.
14. Ходить в магазин за продуктами.
15. Читать (или слушать) книги о технике, машинах, космических кораблях и др.
16. Играть в игры с отгадыванием слов (названий городов, животных).
17. Самостоятельно сочинять истории (или сказки, рассказы).
18. Соблюдать режим дня, делать зарядку по утрам.
19. Разговаривать с новыми, незнакомыми людьми.
20. Ухаживать за домашним аквариумом, содержать, птиц, животных (кошки, собаки и др.).
21. Убирать за собой книги, тетради, игрушки и др.
22. Конструировать, рисовать проекты самолетов, кораблей и др.
23. Знакомиться с историей (посещать исторические музеи).
24. Самостоятельно, без подсказки взрослых, заниматься различными видами творчества (петь, танцевать, рисовать и т.д.).
25. Читать (или слушать, когда читают) книги о спорте, смотреть спортивные телепередачи.
26. Объяснять что-то другим детям или взрослым людям (убеждать, спорить, доказывать свое мнение).
27. Ухаживать за домашними животными или растениями, помогать им, лечить их и др.
28. Помогать взрослым делать уборку в квартире (вытирать пыль, подметать пол и т.п.).
29. Считать самостоятельно, заниматься математикой в школе.
30. Знакомиться с общественными явлениями и международными событиями (например, смотреть «Новости», читать газеты).
31. Принимать участие в играх-драматизациях, в постановке спектаклей.
32. Заниматься спортом в секциях и кружках.
33. Помогать другим людям.
34. Работать в саду, на огороде, выращивать растения.
35. Помогать и самостоятельно шить, вышивать, стирать.

Обработка результатов: педагог считает количество плюсов и минусов по вертикали (плюс и минус взаимно сокращаются). Сфера, набравшая большее количество баллов, является доминирующей.

Для проведения профдиагностики слабовидящих обучающихся целесообразно использовать бланки методик в увеличенном масштабе

Лист ответов АИ 35

Фамилия _____ Класс _____ Школа _____

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	32	33	34	35

Дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова (ДДО)
(модифицированный).

Данный модифицированный вариант ДДО рекомендован к работе с обучающимися с интеллектуальной недостаточностью. Тестируемому предъявляются 40 карточек с изображениями профессий, соответствующих письменным утверждениям методики.

Инструкция: внимательно рассмотри карточки, ответив на вопрос: «Мне нравится или не нравится». Педагог самостоятельно фиксирует выбор обучающегося, заполняет бланк ответов. Если выбирается вариант ответа «нравится», то в клетки с номером вопроса ставится «+», если вариант «не нравится», то «-».

Лист ответов

Природа	Техника	Человек	Знаковая система	Художественный образ
1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11		12		13
	14	15		16
	17		18	
19			20	
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31		32		33
	34	35		36
	37		38	
39			40	

Подсчитывается количество «плюсов» в каждом столбике. Столбик, набравший наибольшее количество баллов, свидетельствует о выраженной сфере.

Человек — природа. Сюда входят профессии, в которых человек имеет дело с различными явлениями неживой и живой природы, например биолог, географ, геолог, математик, физик, химик и другие профессии, относящиеся к разряду естественных наук.

Человек — техника. В эту группу профессий включены различные виды трудовой деятельности, в которых человек имеет дело с техникой, её использованием или конструированием. Например, профессия инженера, оператора, машиниста, механизатора, сварщика и т.п.

Человек — человек. Сюда включены все виды профессий, предполагающих взаимодействие людей. Например, политика, религия, педагогика, психология, медицина, торговля, право.

Человек — знаковая система. В эту группу включены профессии, касающиеся создания, изучения и использования различных знаковых систем. Например, лингвистика, языки математического программирования, способы графического представления результатов наблюдений и т.п.

Человек — художественный образ. Эта группа профессий представляет собой различные виды художественно-творческого труда. Например, литература, музыка, театр, изобразительное искусство.

После работы с тестом проводится подбор профессий, соответствующих результатам диагностики, по сборнику «Куда пойти учиться» или «Куда пойти учиться детям с ОВЗ», составленные специалистами Алтайского краевого центра ППМС-помощи [23].

Карточки-картинки к вопросам:



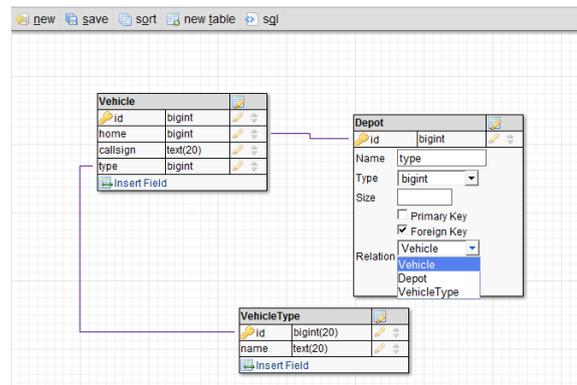
1. Ухаживать за животными



2. Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)



3. Помогать больным людям, лечить их



4. Составлять таблицы, схемы, программы вычислительных машин



5. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок



7. Обработать материалы (дерево, ткань, пластмассу и т.д.)

6. Следить за состоянием, развитием растений



8. Доводить товары до потребителя (рекламировать, продавать)



8. Обсуждать научно-популярные книги, статьи

9.



10. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты)



11. Выращивать молодняк (животных)



12. Тренировать сверстников (или)

какой-либо породы).



13. Копировать рисунки, изображения, настраивать музыкальные инструменты

младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)



14. Управлять каким-либо грузовым, подъемным, транспортным средством (подъемным краном, машиной и т.п.)



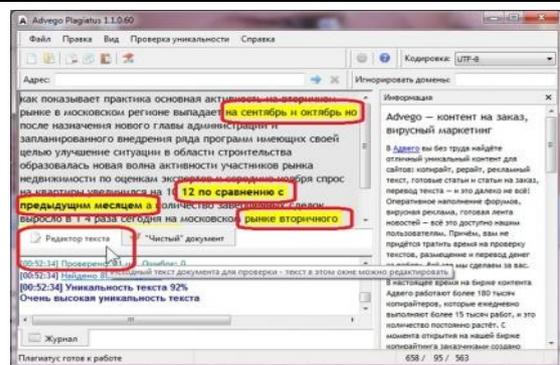
15. Сообщать, разъяснять людям нужные для них сведения в справочном бюро, во время экскурсии и т.д.



16. Художественно оформлять выставки, витрины, участвовать в подготовке концертов, пьес и т.п.



17. Ремонтировать изделия, вещи (одежду, технику), жилище



18. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках



19. Лечить животных



20. Выполнять расчёты, вычисления



21. Выводить новые сорта растений



22. Конструировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома и т.д.)



23. Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, поощрять, наказывать



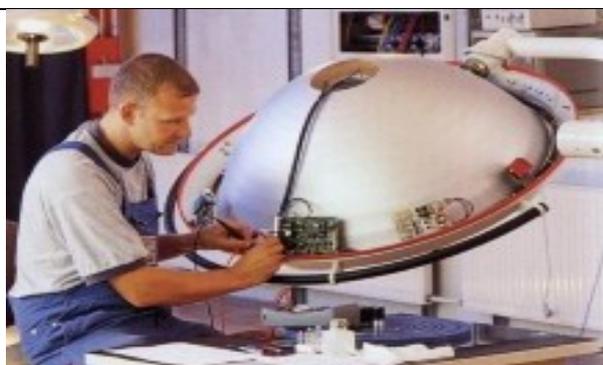
24. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)



25. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности



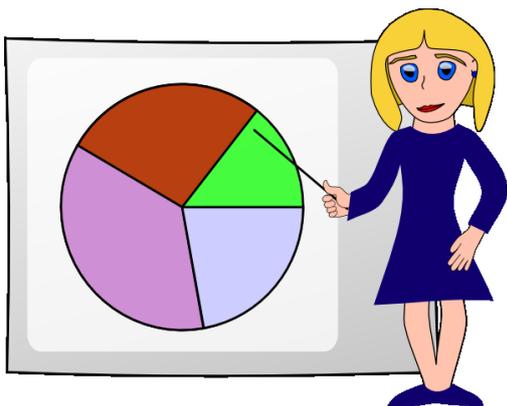
26. Наблюдать, изучать жизнь микробов



27. Обслуживать, налаживать медицинские приборы и аппараты



28. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.



29. Составлять точные описания, отчёты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.



30. Художественно описывать, изображать события наблюдаемые или представляемые



31. Делать лабораторные анализы в больнице



32. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение



33. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий



34. Осуществлять монтаж здания или сборку машин, приборов



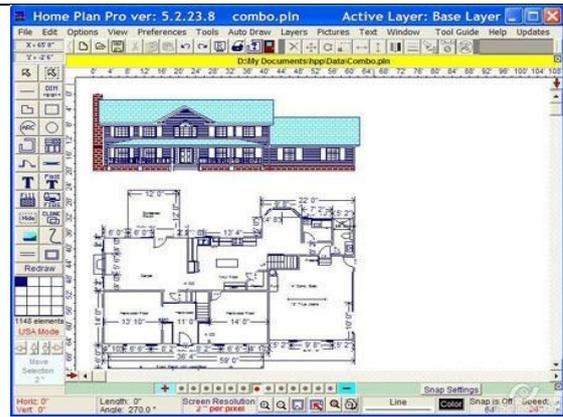
35. Организовывать культ. походы людей в театры, музеи, на экскурсии, в туристические путешествия и т.п.



36. Играть на сцене, принимать участие в концертах



37. Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания



38. Заниматься черчением, копировать карты, чертежи



39. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада



40. Работать на машинах (пишущая машина, компьютер)

Для проведения профдиагностики слабовидящих обучающихся целесообразно использовать бланки методик в увеличенном масштабе

Лист ответов ДДО

Фамилия,Имя _____ класс _____ школа _____

П	Т	Ч	З	Х
1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11		12		13
	14	15		16
	17		18	
19			20	
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31		32		33
	34	35		36
	37		38	
39			40	

Данный кейс затрагивает проблему осознания учеником научного вопроса о том, что человек и его душа могут становиться объектом наблюдения и исследования. Основной метод исследования – самонаблюдение (интроспекция). Правильных или неправильных ответов в этом кейсе не существует, многое зависит от самооценки ученика. По завершении кейса только на усмотрение педагога (соц. педагога) может быть организована либо дискуссия, либо индивидуальная беседа с учащимся. Именно в этом кейсе только педагог знает, какая форма заключительного разговора о кейсе может оказаться наиболее полезной.

Что посмотреть-почитать?

- «Мирный воин», реж. Виктор Сальва. – Германия, 2006.
- «В погоне за счастьем», реж. Габриэле Муччино. – США, 2006.
- «Трасса 60», реж. Боб Гейл. – США, 2001.
- «Легенда 17», реж. Николай Лебедев. – Россия, 2013.

Контекст кейса

В 1970-м году Далай Лама публично высказал, что структура головного мозга способна изменяться под воздействием мысли. Западные ученые, естественно, сочли это смехотворным. Но уже с 1983-го года несколько передовых ученых с помощью сложной аппаратуры начали изучать работу мозга и возможность изменяться самому под действием собственных мыслей. Это свойство мозга получило название нейропластичность.

Чтобы продемонстрировать этот феномен, мы расскажем об одном интересном эксперименте, который был проведен учеными-психологами. Ученые задались вопросами: «Можно ли утверждать, что оптимисты живут дольше, чем пессимисты? Люди, которые верят в лучшее, живут дольше тех, кто ожидает неблагоприятного развития событий?»

Но существует так много вещей, от которых может зависеть длина жизни человека, например, стресс, состояние здоровья, режим питания, вредные привычки и т.д. В связи с этим сложно доказать, что именно состояние духа продлевает жизнь.

Тогда три опытных и догадливых психолога: Дэннер, Сноудон и Фризен – выбрали в качестве доказательства необычный объект – монахинь крупного американского монастыря «Школы Сестер Нотр Дам». В этом случае они могли быть уверены, что стиль и ритм жизни, род занятий, режим питания более-менее одинаковы.

Ученые изучили письма почти 180 послушниц. Все они написали эти письма своей матери-настоятельнице в возрасте 20 лет, в момент своего вступления в орден.

Исследователи выделили группу писем, в которой преобладали высказывания позитивных эмоций («Меня переполняет глубочайшее счастье оттого, что я могу посвятить себя Господу...», «Для меня огромная радость стать частью ордена...» т.д.) Исследователей интересовало одно – средняя продолжительность жизни тех, кто попал в группу, написавших позитивные письма и тех, кто не попал в эту группу. Результаты превзошли все ожидания! Женщины из группы «оптимистов» прожили на 7 лет дольше своих духовных сестер, не склонных к позитивному восприятию мира. Среди 95-летних монахинь оптимисток было в два раза больше, чем пессимисток.

Данное исследование является классическим в психологии и обезоруживает простотой своих выводов: оптимисты живут дольше.

Источник: <https://www.apa.org/pubs/journals/releases/psp805804.pdf>

Что нужно делать?

Давай проведем эксперимент. Он довольно прост. Каждый день в течение месяца у тебя в кармане сумки или куртки будет лежать горсть фасолин. Фасолины – это счетчик твоих достижений и успехов. Когда в течение дня ты можешь воскликнуть: «Да!!! Победа!!! Я молодец!» – или, – Уфф... Хорошо... Я справился с этой задачей. Я молодец!» – то одновременно с этим внутренним ощущением ты перекладываешь одну фасолину из кармана, где она лежала до этого, в другой.

Для удобства можно иметь усебя два мешочка: один с горстью фасоли, которую ты положил утром, а другой – для фасолин «личных достижений и успеха».

Второй мешочек наполняется в течение дня. Только ты сам знаешь себя и свои чувства: когда ты очень рад, что у тебя что-то получилось, когда сделал, то, что давно собирался сделать, закончил начатое, быстро принял правильное решение, додумался до чего-то, до чего раньше никто не додумывался, преодолел собственный страх или сделал что-то, чего раньше не делал, и т.д.

Определять, что попадет в список достижений, ты свободен сам. Иногда тебя будет кто-то хвалить: учитель, родители, тьютор, твой друг – но только ты сам сможешь оценить, действительно ли это твое личное достижение и успех, и принять решение переложить одну фасолину из одного кармана (мешочка) в другой.

В конце дня ты записываешь в таблички ниже, сколько фасолин «достижений и успеха» тебе удалось переложить из одного кармана в другой, сколько раз ты смог сказать себе: «Я молодец! Я сделал это! Я додумался! У меня получилось!» У тебя будет четыре недели и четыре таблички для записисвоих результатов. В конце каждой недели ты можешь подсчитать общую сумму фасолин «достижений и успеха» и сравнить с результатами других недель.

Таблички для подсчета количества фасолин «достижений и успеха»

Неделя 1	1-й день	2 –й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день	Всего за 7 дней
Дата								
Количество фасолин «достижений и успеха»								

Неделя 2	1-й день	2 –й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день	Всего за 7 дней
Дата								
Количество фасолин «достижений и успеха»								

Неделя 3	1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день	Всего за 7 дней
Дата								
Количество фасолин «достижений и успеха»								

Неделя 4	1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день	Всего за 7 дней
Дата								
Количество фасолин «достижений и успеха»								

Вторая часть эксперимента связана с наблюдениями за своими ожиданиями относительно событий твоего дня.

Каждый день ты просыпаешься, и у тебя есть план дня, пусть и не записанный на бумаге. Кроме того, у тебя наверняка есть ожидание того, как день пройдет. Вторая часть эксперимента заключается в том, чтобы оценить, насколько ожидания от грядущего дня оправдались. Когда ты берешь шоколадку в очень красивой обертке, у тебя есть ожидание того, насколько вкусной она окажется. Твои ожидания могут полностью оправдаться, если она фантастически вкусная, или, наоборот, тебя может постигнуть разочарование, потому что конфета будет невкусной, а фантик окажется лишь привлекательной уловкой. То же самое и с ожиданиями, связанными с грядущим днем.

Необходимо будет оценить, насколько оправдались ожидания от каждого дня: от ощущения абсолютной удовлетворенности до принятия чувства разочарования.

Каждый вечер мы предлагаем тебе искренне отвечать на один вопрос: «Насколько этот день оправдал мои ожидания?».

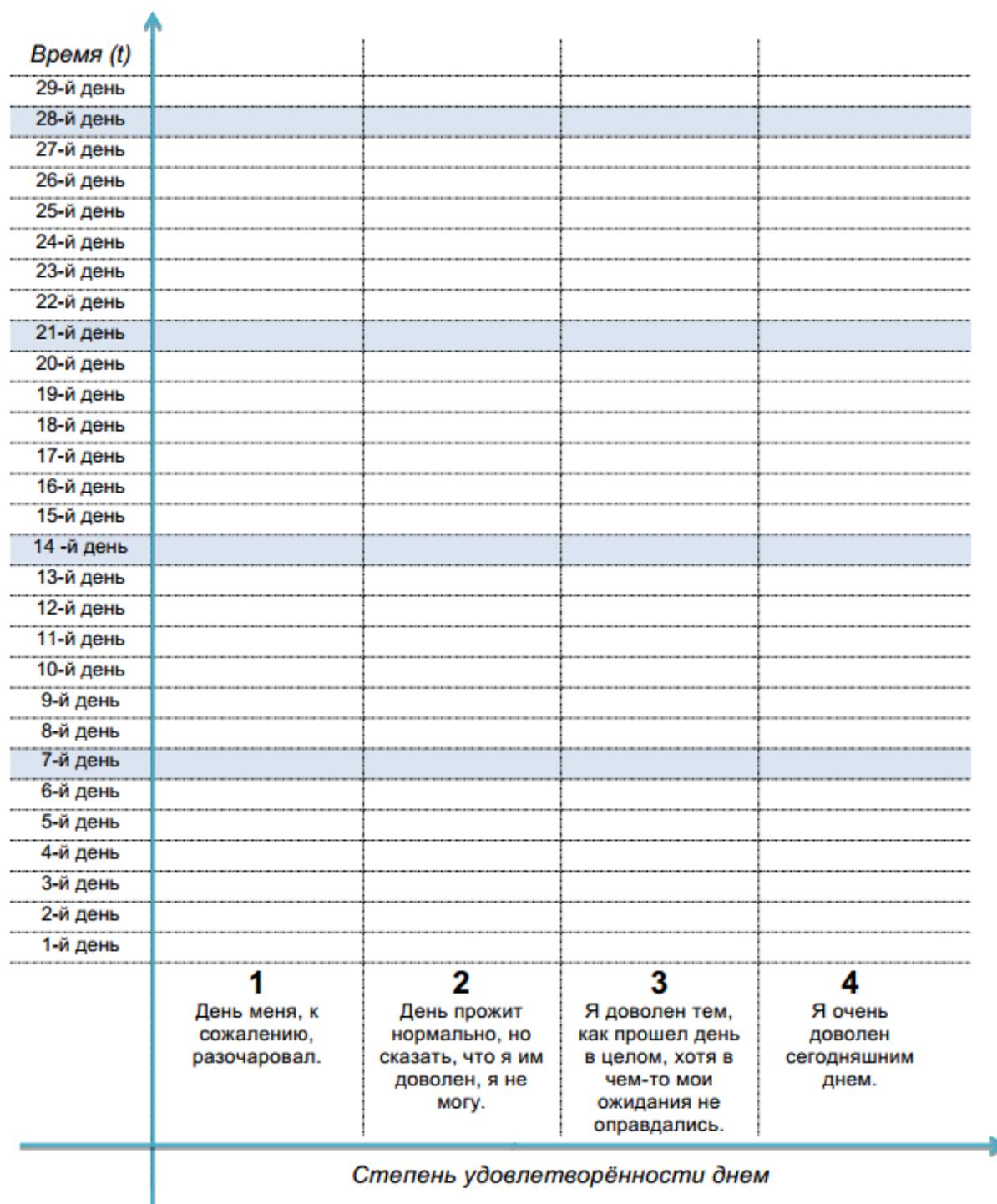
Оцените, насколько оправдались ожидания от сегодняшнего дня:

4 - Я очень доволен сегодняшним днем.

3 - Я доволен тем, как прошел день в целом, хотя в чем-то мои ожидания не оправдались.

2- День прожит нормально, но сказать, что я им доволен, я не могу.

1 - День меня, к сожалению, разочаровал.



Понравился ли тебе кейс?		
Интересно	6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1	Неинтересно
Трудоемко	6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1	Легко
Понятно	6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1	Сложно
Полезно	6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1	Бесполезно
Что более всего удивило тебя при выполнении кейса (факт, идея, процесс, мысль)?		

Приложение 3 Активизирующая профориентационная игра «Шанс и выбор»

Цель: формировать у подростков понятия о жизни, достойной человека; подвести к осмыслению воли субъекта в своей судьбе; учить действовать в соответствии с выбранной целью.

Задачи: развитие навыков делового общения, умения договариваться, доказывать, используя позитивные приемы; развитие саморегуляции; выработка и закрепление адекватных форм поведения и реагирования; формирование реалистического мироощущения.

Возраст и количество участников: 15–17 лет, 16–20 человек.

Материалы к игре

Карточки:

1. Я хочу получить профессию агронома.
2. Я хочу иметь роскошный автомобиль.
3. Я хочу, чтобы у меня было много хороших и преданных друзей.
4. Я хочу быть закаленным и физически крепким.
5. Я хочу отправиться в Швейцарию покататься на горных лыжах.
6. Я хочу стать бухгалтером.
7. Я хочу получить профессию механика.
8. Я хочу быть программистом.
9. Я хочу получить профессию учителя.
10. Из сумки впереди идущего человека что-то падает... Я поступлю так...
11. Во время урока кто-то обидел учительницу... Я сделаю так...
12. На дне рождения приятеля мне предложили выпить вина. Я поступлю так...

Ход игры

Сегодня жизнь каждого человека перегружена проблемами, тревогами и даже страхами.

Нам важно чувствовать себя уверенно, быть в ладу с собой, с семьей, с окружающими нас людьми, справляться со своей жизнью и достигать чего-то большего и лучшего, чем мы в настоящую минуту имеем. Очень многое здесь зависит от нашего психологического состояния, внутренней структуры нашей личности и от того, как мы научились заботиться о себе, принимать и понимать себя и получать поддержку от других людей.

Выдающийся ученый В. Франкл писал: «Быть человеком означает постоянно сталкиваться с ситуацией, которая одновременно шанс и выбор» (запись на доске). Как вы понимаете это высказывание?

Участники игры делятся своими мнениями.

- Что такое шанс? (*Шанс — это вероятность осуществления чего-либо.*)
- Что значит предоставить шанс? (*Дать возможность осуществить что-либо.*)
- Что значит уметь использовать предоставленный вам шанс? (*Учесть предоставленную возможность и начать осуществлять то, что в данный момент возможно.*)

Участники делятся своими мыслями после каждого предложенного им вопроса.

Ведущий: Жизнь очень часто предоставляет нам шанс, но мы по разным причинам не всегда его используем. Давайте рассмотрим шанс, который предоставила вам школа, — получить среднее образование.

Как вы использовали этот шанс?

Каких добились успехов?

Почему у всех разные успехи? *(Все использовали этот шанс по-разному и добились разных успехов.)*

Участники игры делятся своими мнениями.

Ведущий: Продолжите фразу: «Я в полной мере использовал этот шанс потому, что...» или «Я не в полной мере использовал этот шанс потому, что ...».

Итак, мы пришли к выводу, что, если разным людям выпадает один и тот же шанс, они его используют по-разному. Почему же это происходит?

На этот вопрос нам поможет ответить игра «Шанс и выбор». Каждый человек имеет не только шанс и выбор, но и желания, мечты, стремления. Сегодня в игре вы будете иметь шанс сделать свой выбор, получите возможность желать и мечтать.

Фабула игры

Группа (класс) делится на две команды: первая команда «Хочу» (выбор), вторая — «Надо» (шанс). Игроки команды «Хочу» поочередно берут карточки с желаниями и зачитывают их. Команда «Надо» после минутного обсуждения выдвигает ряд условий (игроки отвечают на вопрос: «Что нужно сделать для того, чтобы желание исполнилось?»). Каждый игрок из команды «Хочу» решает самостоятельно, реально ли для него исполнение этого желания сейчас. Если нереально и он объясняет почему, то уходит в область мечты — в специально отведенное место, где должен подумать, реально ли в дальнейшем использовать предоставленный ему шанс, и наметить план действий. В этом случае команда «Надо» получает 1 балл (все это фиксируется на доске). Если же выполнение желания реально и игрок предоставляет свой план действий для достижения цели, то 1 балл получает его команда. Побеждает команда, набравшая большее количество баллов. Игроку, взявшему карточку и прочитавшему текст, предлагается произнести: «Я вижу, что ситуация предоставляет шанс проявить себя как человека активного, и я выбираю (не выбираю) этот шанс». Потом он отвечает на вопрос «почему?».

После того как все игроки команды «Хочу» сделали выбор и объяснили его, игроки, попавшие в область мечты, предоставляют свои планы достижения цели, если это, по их мнению, возможно. Обсуждение планов.

Ведущий: Какой мы можем сделать вывод? Почему же люди, имея одинаковые шансы, добиваются в жизни разных успехов? *Участники делятся своими мнениями и делают вывод: прежде всего, необходимо сделать правильный выбор, продумать, реально ли осуществить свое желание сейчас и что нужно для его осуществления?*

Как вы понимаете термин «активность»?

Какого человека можно назвать уверенным в себе? (Человека — активного строителя своей жизни.)

Составьте план действий уверенного в себе человека с точки зрения достижения цели в деятельности.

Примерный план:

- Определиться с целью (мечта).
- Иметь шанс.
- Сделать правильный выбор.

- Реально оценить свои возможности и ситуацию.
- Уметь планировать этапы достижения цели.
- Довести начатое дело до конца, преодолевая препятствия и прилагая волевые усилия.

Обсуждение предложенных планов.

Ведущий: Проблемы возникают в жизни многих людей, и, чтобы добиться успеха, каждый должен выбрать самый рациональный путь их разрешения.

Помогут ли наркотики, алкоголь решить какую-нибудь проблему?

Что в жизни каждого человека самое важное — здоровье, счастливая семейная жизнь, профессия, материальное благополучие, независимость, познание, власть над людьми, друзья?

Проранжируйте перечисленные ценностные ориентации по степени значимости для вас.

Обсуждаются первые три позиции. (Мы выбираем здоровый образ жизни!)

Рефлексия

Продолжи фразу: «Я, как человек достойный, в жизни добьюсь успеха, потому что...»

(На этапе рефлексии возможен вывод: жизнь предоставляет шанс быть достойным человеком, но такой же шанс стать низким человеком — значит, всё решит выбор, который сделает сам человек.)

Желаю вам успеха! Не упустите в жизни свой шанс и сделайте достойный выбор, который всегда предполагает стремление к истине, добру и красоте... И ставьте перед собой реальные цели. Как вы, наверное, поняли из сегодняшней игры, реалистичность - путь к успеху.

