

**Курс «Найди свой путь»: Технология оптимального самоопределения
для предпрофильной подготовки**

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Пояснительная записка

Актуальность. Актуальность курса для учащихся 9-х классов «Найди свой путь» (технология оптимального самоопределения) в образовательном пространстве школы обусловлена:

- новым содержанием социального заказа общеобразовательной школе, включающим как одну из главных задач самоопределение выпускников основной школы (требование ФГОС);
- необходимостью специальной работы со способными и одаренными детьми, развитие их индивидуальных природных данных с целью дальнейшей наиболее эффективной отдачи результатов обществу;
- необходимостью психологического сопровождения детей с ОВЗ, с целью выявления их личностных ресурсов и развития способности к социальной адаптации;
- необходимостью опережающей политики в школьном образовании, ориентацией на будущее.

Инновационная технология оптимального самоопределения представляет углубленную разработку одного из главных составных разделов технологии саморазвития личности А.А. Ухтомского – Г.К. Селевко. Системообразующим компонентом в построении инновационной технологии является учебный курс «Самоопределение личности» и учебное пособие для 9 класса «Найди свой путь» (авторы Г.К. Селевко, О.Ю.Соловьева). Программа составлена с учетом требований ФГОС.

Технология оптимального самоопределения представляет модель, в которой профильное (профессиональное) самоопределение происходит в условиях целостного самоопределения с учетом:

- всех сфер личности: сознательной, эмоциональной, моторной;
- всех сфер жизнедеятельности: труда, учебы, досуга, отдыха;
- всех направлений человеческих потребностей и способностей;
- всех сфер самоопределения (жизненного, личностного, личностно-нравственного, духовно-нравственного, социального, культурного, ученического, профессионального);
- всех масштабов (ситуативное, ближнее, среднее, дальнее);
- всех уровней формирования решения (эмоционально-рефлекторного, интеллектуально-рефлективного (сознательного)).

Целью курса «Найди свой путь» является содействие формированию личности, самоопределяющейся в своем саморазвитии и самосовершенствовании, для которой характерны:

- связь мотивов работы над собой с духовным ядром личности;
- целостность, устойчивость самоопределения;
- высокий уровень самостоятельности и познавательно-трудовой активности;
- творческий характер деятельности.

Задачи курса:

1. Формировать знания подростка о самом себе, о современных профессиях и рынке труда.
2. Формировать у учащихся установку на положительные ценностные ориентации.
3. Стимулировать действия подростков по самоопределению, объективной оценке себя, своей личностной позиции.
4. Обеспечить школьников психологическими средствами, приемами анализа и осознания социальной обстановки, решения социальных проблем.
5. Обучить проектно-прогностической деятельности по составлению жизненных планов.
6. Способствовать созданию у подростков базы для культурного самоопределения.
- 7.

Планируемые результаты

В результате освоения программы учащиеся приобретут:
метапредметные УУД

- представления о современных профессиях и рынке труда;
- представления о самоопределении, самовоспитании, самообразовании;
- знание методов выбора, решения задач, принятия решений;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Личностные УУД

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Критерии реализации программы

Показатели уровня самоопределения

Уровни	Оптимальный	Высокий	Средний	Низкий	Неудовлетворительный	Способ количественной оценки показателя
Показатели (критерии) оценки						
Владение важнейшими компонентами теории и деятельности самоопределения	Осознанность, знание методов выбора, решения задач, принятия решений	Наличие самодиагностики интересов, способности, самообоснованность выбора	Частичное осознание выбора, учет данных диагностики	Первичная профориентация, недостаточная диагностическая база	Отсутствие информации, неосознанный выбор	Зачет, собеседование, наблюдение, самооценка, самодиагностика
Баллы	5	4	3	2	1	
Портфолио (в баллах)	5	4	3	2	1	Экспертная оценка
Ширина охвата поля самоопределения, % сделанных выборов из числа возможных	75% и выше	50 – 75%	25 – 50%	До 25%	До 10%	Анкета №1 «Количество»
Баллы	5	4	3	2	1	
Количество сфер состоявшегося самоопределения	Наличие 8 – 9 сфер	5 – 7 сфер	3 – 4 сферы	2 – 3 сферы	Достаточное качество самоопределения лишь в одной из сфер профильного самоопределения	Анкета №1 «Количество»
Баллы	5	4	3	2	1	
Пространственно-временная характеристика выборов	Наличие долгосрочной перспективы, включая окончание школы	Среднесрочная перспектива	Ближняя перспектива	Ситуативное самоопределение в текущей жизнедеятельности и учебе	Самоопределение отсутствует	Собеседование, наблюдение, экспертный метод
Балл	5	4	3	2	1	
Качество (направленность) самоопределения	4,5 – 5 баллов	3,5 – 4,5 баллов	2,5 – 3,5 баллов	1,5 – 2,5 баллов	Менее 1,5 баллов	Анкета №2 «Качество»
Эмоциональный фон выбора	Уверенность, убежденность в правильности своего выбора	Надежда, осознаваемость правильности своего выбора	Неуверенность, недовольство несопадением профессионального выбора и профиля	Неустойчивость выбора, переживание стресса	Отказ от выбора, равнодушие	Собеседование, наблюдение, экспертный метод
Балл	5	4	3	2	1	
Соответствие выбора возможностям подростка и социальному заказу	Полное соответствие, отражение социального заказа	Есть резервы возможностей. Требования к себе больше требований других (социума)	Завышенные притязания (на лидерство, на получение удовлетворения потребностей)	Требования к себе меньше требований других (социума)	Заниженные притязания, неучет социального заказа	Собеседование, наблюдение, экспертный метод
Балл	5	4	3	2	1	
Комплексный уровень самоопределения	5 – 4,5 баллов	4,5 – 3,5 баллов	3,2 – 2,5 баллов	2,5 – 1,5 баллов	Менее 1,5 баллов	Методика расчета общего уровня самоопределения

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
Дополнительной общеразвивающей программы

«Курс «Найди свой путь»»: Технология оптимального самоопределения для предпрофильной подготовки»

Цель: содействие формированию личности, самоопределяющейся в своем саморазвитии и самосовершенствовании

Категория слушателей: учащиеся 9-х классов

Срок обучения: 1 год

Форма обучения: очная

Режим занятий 1 час в неделю (34 часа в год)

Режим занятий: не более 8 академических часов в день

Год реализации	2014 - 15год		2015 - 16год		2016 - 17год		2017 - 18год		2018 - 19год	
Сроки/Количество слушателей	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
	31	31	32		26		31		35	

Учебный план

**Дополнительной общеразвивающей программы
«Курс «Найди свой путь»»: Технология оптимального самоопределения для предпрофильной подготовки»**

Цель: содействие формированию личности, самоопределяющейся в своем саморазвитии и самосовершенствовании

Категория слушателей: учащиеся 9-х классов

Срок обучения: 1 год

Форма обучения: очная

Режим занятий 1 час в неделю (34 часа в год)

№ п/п	Наименование тем (разделов, модулей)	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			лекции	практические занятия	
1.	Самоопределение личности	5	2	3	Анкета «Я в этом мире» (уровень самоопределения), самооценка своих представлений о себе
2.	Ученическое самоопределение	2		2	Самооценка, наблюдение, тест «Уровень ваших умений самовоспитания»
3.	Профессиональное и профильное самоопределение	5	2,5	2,5	Опросник-тест Е.А.Климова «Что вы предпочтете?»
4.	Потребности и возможности	6		6	Карта интересов, «Карта развития трудовых психофизиологических качеств», Защита профессии, реферат «Моя будущая профессия»

5.	Личностное самоопределение	3	1	2	Собеседование, тест «Ваша уличная компания», наблюдение
6.	Культурное самоопределение	3	1,5	1,5	Портфолио «Добро и красота в моей жизни»
7.	Социальное самоопределение	5	1	4	Тест «Насколько вы притязательны?», тест «Лидер ли я?»
8.	Жизненное самоопределение	3		3	Анкета «После школы», анкета «Я в этом мире»
9.	Итоговая аттестация	2		2	Защита личного профессионального плана
	Итого	34			

Рабочая программа
Дополнительная общеразвивающая программа
«Курс «Найди свой путь»: Технология оптимального
самоопределения для предпрофильной подготовки»
Учебно-тематический план

Цель: содействие формированию личности, самоопределяющейся в своем саморазвитии и самосовершенствовании

Категория слушателей: учащиеся 9-х классов

Срок обучения: 1 год

Форма обучения: очная

Режим занятий 1 час в неделю (34 часа в год)

№ п/п	Наименование тем (разделов, модулей)	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			лекции	практические занятия	
1	Самоопределение личности	5	2	3	Анкета «Я в этом мире» (уровень самоопределения), самооценка своих представлений о себе
1.1	Понятие о самоопределении	1	1		
1.2	Вы - личность	1	0,5	0,5	
1.3	Познание себя	1		1	
1.4	Сходство и различие ваших «Я»	1	0,5	0,5	
1.5	Как поживаете, мои «Я»?	1		1	
2.	Ученическое самоопределение	2		2	Самооценка, наблюдение, тест «Уровень ваших умений самовоспитания»
2.1	Самовоспитание	1		1	
2.2	Самообразование	1		1	
3.	Профессиональное и профильное самоопределение	5	2,5	2,5	Опросник-тест Е.А.Климова «Что вы предпочтете?»

3.1	На распутье	1	0,5	0,5	
3.2	Дорога труда		0,5	0,5	
3.3	Мир профессий	2	1	1	
3.4	Ее величество «Экономика»	1	0,5	0,5	
4.	Потребности и возможности	6		6	Карта интересов, «Карта развития трудовых психофизиологических качеств», Защита профессии, реферат «Моя будущая профессия»
4.1	Я – хочу	1		1	
4.2	Я – могу	1		1	
4.3	Я – надо	1		1	
4.4	Компромисс трех «Я»	1		1	
4.5	Защита профессий	2		2	
5.	Личностное самоопределение	3	1	2	Собеседование, тест «Ваша уличная компания», наблюдение
5.1	О любви не говори	1	0,5	0,5	
5.2	Союз личности и коллектива	1		1	
5.3	Круг общения	1	0,5	0,5	
6.	Культурное самоопределение	3	1,5	1,5	Портфолио «Добро и красота в моей жизни»
6.1	Гражданином быть обязан	1		1	
6.2	Духовное самоопределение (научное мировоззрение)	1	1	0	
6.3	Духовное самоопределение (нравственность и религия)	1	0,5	0,5	
7.	Социальное самоопределение	5	1	4	Тест «Насколько вы притязательны?», тест «Лидер ли я?»
7.1	Уровень притязаний	1		1	
7.2	Дорога взросления	1	1		
7.3	Самоопределение + самоутверждение	1		1	
7.4	Карьера	1		1	
7.5	Многоликий лидер	1		1	
8.	Жизненное самоопределение	3		3	Анкета «После школы», анкета «Я в этом мире»
8.1	Святая святых – родительский дом	1		1	
8.2	Человек и судьба. Жизненные планы	1		1	
8.3	В добрый путь!	1		1	

9.	Итоговая аттестация	2		2	Защита личного профессионального плана
	Итого	34	6	28	

Содержание.

Раздел 1. Самоопределение личности. (2/3)

Тема 1. Понятие о самоопределении. (1/0)

Развитие и саморазвитие. Роль самой личности в своем развитии. Самосознание – основа саморазвития. Самоопределение как целеполагание в своем развитии. Самоопределение: выбор, борьба, труд. Виды самоопределения (профессиональное, духовно-нравственное, жизненное и личностное). Ценности самоопределения. Свобода и необходимость, выбор и обязанность.

Тема 2. Вы – личность. (0,5/0,5)

Человек как индивид и как личность. Характеристики личности. Образ «Я», «Я-концепция». *Практическая работа.* Игра «Зеркало», упражнения «Что такое хорошо и что такое плохо?», «Какие качества самые важные?»

Тема 3. Познание себя. (0/1)

Самооценка. Организация самопознания: самоанализ, самонаблюдение, самоконтроль, самооценка, рефлексия. Адекватность самооценки. Знание своих сил и способностей для оптимального самоопределения

Практическая работа. Упражнение-тест «Оценка своих физических данных», упражнения «Самооценка своих представлений о себе», «Адекватная самооценка».

Тема 4. Сходство и различие ваших «Я». (0,5/0,5)

Физическое и психическое содержание человека. Общие и индивидуальные черты людей. *Практическая работа.* Упражнения «Что у нас общего?», «Выяснение сходств и различий», «На канале связи инопланетная цивилизация», «Я индивидуальный».

Тема 5. Как поживаете, мои «Я»? (0/1)

Я-концепция и субличности. Разнообразие «Я» (субличностей) человека. *Практическая работа.* Упражнение «Собрание субличностей», ситуация-проба «Сделка». Самостоятельная работа над составлением «Я-образа» через анализ различных субличностей «Я-концепции».

Раздел 2. Ученическое самоопределение. (0/2)

Тема 1. Самовоспитание. (0/1)

Процессы воспитания и самовоспитания. Роль целевых установок и волевых усилий в этих процессах. Нравственно-волевые качества трудолюбия, трудовой активности, прилежания, сознательности труда. Отношение к труду. Планирование работы над собой. Правила

самовоспитания, образ жизни, стиль жизни, режим, упражнения. *Практическая работа.* Упражнения «Какой у меня характер», «Самооценка воли». Работа с рекомендациями, памятками и правилами. Тест «Уровень ваших умений самовоспитания».

Тема 2. Самообразование. (0/1)

Умения учиться, их составляющие: способности, воля, труд, культура самообразования. Универсальные способности самостоятельной деятельности по получению, добыванию и употреблению учебной информации, развитию компетенций. Умение наметить цели, пути и сроки деятельности. Выполнение домашних заданий. Умение беречь время. *Практическая работа.* Упражнение-тест «Умеете ли вы учиться?» Работа с рекомендациями, памятками и правилами. Составление памятки «Научи себя учиться».

Раздел 3. Профессиональное и профильное самоопределение. (2,5/2,5)

Тема 1. На распутье. (0,5/0,5)

Самоопределение личности. Внутренняя позиция «Я – взрослый»: определение себя в мире, понимание себя и своих возможностей наряду с осознанием своего места и назначения в жизни. Мир профессий современного общества. Последствия случайного выбора в условиях экономического и социального кризиса. *Практическая работа.* Упражнение «Дороги, которые мы выбираем», упражнение-тест «Я определяюсь в этом мире», ситуация-проба «Оценка».

Тема 2. Дорога труда. (0,5/0,5)

Труд как основа жизни, развития человека и всего общества. Культура труда. Отношение к труду.

Практическая работа. Упражнение «Спасибо маме», ситуация-проба «Если уволят». Анкета для размышления «Труд для вас».

Тема 3. Мир профессий. (1/1)

Профессия. Специальность. Отделы профессий. Типы профессий. Формула профессии. Профессиональный путь человека. Склонность к типу профессии. Требования профессии к человеку. Психологические особенности человека и их роль в будущей профессиональной деятельности. *Практическая работа.* Упражнения «В мире профессий», «Я в мире профессий», «Представление о профессиях». Опросник-тест Е.А.Климова «Что вы предпочтете?»

Тема 4. Ее величество «Экономика» (0,5/0,5)

Основные понятия рыночной экономики: собственность, заработная плата, доход, бизнес, конкуренция. Золотые правила предпринимательства. *Практическая работа.* Упражнение «Трата денег», ситуация-проба «Должок».

Раздел 4. Потребности и возможности. (0/6)

Тема 1. Я – хочу. (0/1)

Миры, в которых мы самоопределяемся. Свобода и необходимость, выбор и обязанность. «Я хочу». Желание, мечты. Потребности, интересы, склонности. *Практическая работа.* Упражнения «Карта интересов», «Я хочу быть», ситуация-проба «Джинн».

Тема 2.Я – могу. (0/1)

Способности. Индивидуальность. Самоуправляющийся механизм личности.*Практическая работа.* Упражнения «Карта развития трудовых психофизиологических качеств», «Я могу быть», ситуация-проба «Полоса препятствий».

Тема 3. Я – надо. (0/1)

Свобода и ответственность. Закон.*Практическая работа.* Упражнения «Кто нужен нашему городу?», «Учет обстоятельств», ситуация-проба «Возьмите меня на работу».

Тема 4.Компромисс трех «Я». (0/1)

Качества личности и профессиональная пригодность. Соответствие притязаний человека и его места в обществе, профессиональной карьеры и его личностных качеств с учетом интересов и склонностей.*Практическая работа.* Упражнение «Оптимальный вариант», ситуация-проба «Выбор».

Тема 5. Защита профессий. (0/2)

Оптимальный вариант выбора профиля обучения, дальнейшего образования и будущей сферы труда.Профессиограмма.*Практическая работа.* Реферат «Моя будущая профессия», ситуации-пробы «Можно ли обойтись без профессии?», «Отношения и поступки».

Раздел 5.Личностное самоопределение. (1/2)

Тема 1.О любви не говори. (0,5/0,5)

Человек как индивид и как личность. Физическое и психическое содержание человека. Сознание как основная характеристика человеческой личности. Любовь – основа человеческой жизни, счастья. *Практическая работа.* Упражнения «Сценка о любви», «Я установка на любовь», упражнение-анкета «Моя любовь в разрезе», ситуации-пробы «В вас влюбляются», «Измена», «Отверженный(ая)», «Сломанная судьба».

Тема 2.Союз личности и коллектива. (0/1)

Система ценностей коллектива и индивидуальности. Социальная адаптация–автономизация. Конформность – самостоятельность. Дискуссия «Личность и коллектив».*Практическая работа.* Упражнение «Выбор позиции «Я» в пространстве «индивидуализм – коллективизм», ситуации-пробы «Кража», «Кто виноват?».

Тема 3. Круг общения. (0,5/0,5)

Случайность и расчет в выборе друзей, партнера. Отношение к ценностям быта: богатству и бедности, занятиям, хобби, использованию свободного времени. Правила дружбы и товарищества.*Практическая работа.* Упражнение-тест «Ваша уличная компания», ситуации-пробы «Предки», «Кто вам нужен?».

Раздел 6.Культурное самоопределение.(1,5/1,5)

Тема 1. Гражданином быть обязан. (0/1)

Патриотизм, гражданственность. Наследование, развитие и изменение системы ценностей. *Практическая работа*. Упражнение «Я патриот», ситуации-пробы «Родина одна», «Беженцы».

Тема 2. Духовное самоопределение (научное мировоззрение). (1/0)

Кардинальные вопросы духовного самоопределения. Сущность научного (материалистического) мировоззрения. Образ современного культурного человека. Вопросы смысла жизни.

Тема 3. Духовное самоопределение (нравственность и религия). (0,5/0,5)

Осознание себя в духовно-нравственной сфере. Общечеловеческие ценности (человек, добро, красота, жизнь и др.). Мировые религии. Картина мира в христианстве. Христианские заповеди. Самовоспитание и духовный рост. *Практическая работа*. Упражнение «Я в духовной сфере», ситуация-проба «Жизнь – это игра?».

Раздел 7. Социальное самоопределение.(1/4)

Тема 1. Уровень притязаний. (0/1)

Разновидности социальных положений (богатые, бедные, рабочие, служащие, интеллигенция, крестьяне и т.д.). Социальные притязания. *Практическая работа*. Упражнения «Общество и личность», «Прикидка индивидуальных притязаний», ситуации-пробы «Вас не выбрали», «Угроза», «Родители не обращают внимания». Тест «Насколько вы притязательны?»

Тема 2. Дорога взросления. (1/0)

Социальное взросление, его составляющие: самосознание, самостоятельность, самоопределение. Проблемы безопасности человека в социальной и природной среде. Подготовка себя к психологической самозащите.

Тема 3. Самоопределение + самоутверждение. (0/1)

Баланс личного и индивидуального. Самоутверждение в обществе. Трудность цели. Ближние, средние и дальние перспективы. Выбор между ситуационным решением (сиюминутным наслаждением) и перспективным (будущим благополучием). *Практическая работа*. Упражнения «Карьеры больших людей», «Я в моем имидже», ситуация-проба «Поступок в общении».

Тема 4. Карьера. (0/1)

Рыночные отношения: социально-политический строй. Психологические средства, приемы принятия решения. Условия для успешной карьеры. Имидж. Рекомендации по организации деловой встречи. *Практическая работа*. Упражнения «Как понравиться людям», «Как склонить людей к вашей точке зрения», «Как воздействовать на людей», «Цена улыбки». Игра-шутка «Бизнес-риск-мен».

Тема 5. Многоликий лидер. (0/1)

Социальное самоутверждение. Стремление к лидерству как средство самоутверждения. Качества лидера. *Практическая работа*. Упражнения «Многоликий лидер», «Я деловой», ситуация-проба «Ложная солидарность». Тест «Лидер ли я?».

Раздел 8. Жизненное самоопределение.(0/3)

Тема 1. Святая святых – родительский дом. (0/1)

Проблема смысла жизни и счастья, составляющие счастья. Пять источников несчастья человеческого «Я»; как их избежать. Путь к счастью в личной жизни. Любовь и расчет в личных отношениях. Права и обязанности членов семьи. Качества, необходимые для семейной жизни. Подготовка себя к роли родителей. Генеалогическое древо. Родословная. *Практическая работа.* Упражнения «Генеалогическое древо», «Я сын (дочь)», ситуации-пробы «Неполная семья», «Сбежал из дома». Тест на взаимную любовь детей и родителей.

Тема 2. Человек и судьба. Жизненные планы. (0/1)

Решающая роль человека в своей судьбе. Осмысливание себя в широком контексте жизни. Рефлексивный анализ истекшего периода. Дальнейшее жизненное самосовершенствование. Правильное использование опыта жизни и знание своих возможностей. Расширение своего самосознания. Выбор жизненной стратегии. *Практическая работа.* Упражнения «Дороги, которые мы выбираем», «Жизненные планы». Анкета «После школы».

Тема 3. В добрый путь! (0/1)

Представление о механизмах самоопределения. «Хочу» - «Могу» - «Надо». Компромисс факторов. Модели психики человека. Самоуправляющий механизм личности. Я-концепция. Виды решений (эмоциональные, волевые, интеллектуальные). Самоопределение как решение задачи, задания, требования. Формулирование вопроса, проблемы (целеполагание). Поиск способа решения. Выбор альтернатив. Принятие решения. Рефлексия и проверка решения. *Практическая работа.* Анкета «Я в этом мире». Ситуация-проба «Жизненная стратегия».

Раздел 9. Итоговая аттестация. Защита личного профессионального плана.

НЕОБХОДИМО ДОПОЛНИТЬ РАЗДЕЛ УЧЕНИК НАУЧИТСЯ, УЧЕНИК ПОЛУЧИТ ВОЗМОЖНОСТЬ НАУЧИТЬСЯ **файл ПООП ООО, стр 177**

Литература для учащихся

1. Аргайл М. Психология счастья. – М., 1990.
2. Беркли-Ален М. Забытое искусство слушать. – СПб., 1997.
3. Борисова Е.М., Логинова Г.П. Индивидуальность и профессия. – М., 1991.
4. Ветрова В.В. я – справлюсь. М., 1996.
5. Выбираем профессию: 100 вопросов и 100 ответов. – М., 1990.
6. Гончаров И.Ф. Подвигнут я тобою. – М., 1995.
7. Как стать настоящим мужчиной. – М., 1998.

8. Карнеги Д. Как приобретать друзей и оказывать влияние на людей. – М., 1996.
9. Климов Е.А. Как выбирать профессию? – М., 1990.
10. Козлов Н. Философские сказки для обдумывающих житье, или Веселая книга о свободе и нравственности. – М., 1997.
11. Кон И.С. Дружба. – М., 1987.
12. Маленкова Л.И. Я – Человек! – М., 1996.
13. Мир профессий. В 6-ти т. – М., 1985 – 1989.
14. Моя профессиональная карьера (пособие для учащихся). – М., 1993.
15. Никитин А.Ф. Права человека. – М., 1993.
16. Паскаль Б. Мысли. М., 1995.
17. Проскуров В.С. Азбука предпринимательства. – М., 1993.
18. Прощицкая Е.Н. Выбирайте профессию. – М., 1991.
19. Разумихина Г.П. Будь, пожалуйста, счастлив. – М., 1990.
20. Толстой Л.Н. Путь жизни. – М., 1993.
21. Фролов И.Т. Перспективы человека. – М., 1983.
22. Хасан Б.И., Сергоманов П.А. Разрешение конфликтов и ведение переговоров. – М., 2001.
23. Хесс К. Капитализм для детей. – М., 1994.
24. Честных Ю.Н. Открыть человека. – М., 1991.

Литература для педагогов

1. Басов А.В. и др. Образ жизни и наше здоровье. – Ярославль, 1989.
2. Белкин А.С. Ситуация успеха. Как ее создать. – М.: Просвещение, 1991.
3. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – М.: Прогресс, 1986.
4. Вазина К.Я. Саморазвитие человека как духовно-природный феномен. – М.: ВЛАДОС, 2006.
5. Волков Б.С. Психология подростка. – М., 2001.
6. Волков И.П. Учим творчеству. – М.: Просвещение, 1992.
7. Выготский Л.С. Проблемы возрастной периодизации детского развития. – М.: Прогресс, 1977.
8. Гребенюк О.С. Педагогика индивидуальности. – Калининград, 1995.
9. Гутник И.Ю. Организация педагогической диагностики в профильном обучении/ Под ред. Тряпицыной. – СПб.: КАРО, 2005.
10. Жутикова Н.В. Учителю о практике психологической помощи. – М.: Просвещение, 1988.
11. Кларин М.В. Инновации в обучении: метафоры и модели: Анализ зарубежного опыта. – М.: Наука, 1997.
12. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. – М.: Академия, 2005.
13. Критерии готовности учащихся к профессиональному самоопределению/ Под ред. С.Н. Чистяковой. – М.: Филология, 1998.
14. Куприянов В.В. и др. Организация и методика проведения игр с подростками. – М.: ВЛАДОС, 2001.
15. Левина О.Г. Сборник социально-педагогических задач-проб для учащихся средней школы. – М.: ИПСР РАО, 1997.
16. Лучевникова Т.А. Воспитательная программа "Конкурентноспособная личность - будущее России"// Научно - методический журнал заместителя директора школы по воспитательной работе . - 2011. - № 7.
17. Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера»/Под ред. С.Н. Чистяковой, Т.И. Шалавиной. – М., 1991.
18. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. – М.: Просвещение, 1993.
19. Орлов Ю.М. Восхождение к индивидуальности. – М.: Просвещение, 1991.

20. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера. – М., 1987.
21. Пинский А.А. Предпрофильная подготовка учащихся выпускных классов основной средней школы: результаты первого года эксперимента// Профильная школа. – 2004. - №6.
22. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. – Самара: Бахрах, 1998.
23. Пряжников Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения. - М.: Психоло-о-социальный институт; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2002.
24. Психологическое сопровождение выбора профессии/ Под ред. Л.М. Митиной. – М.: Флинта, 1998.
25. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Рабочая тетрадь учащегося. М.: Генезис, 2007.
26. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2006.
27. Селевко Г.К. Руководство по организации самовоспитания школьников. – М.: Народное образование, 2000.
28. Селевко Г.К., Селевко А.Г. Социально-воспитательные технологии. – М., 2000.
29. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека. – М., 2000.
30. Твоя профессиональная карьера: Учебник для 8 – 9 классов общеобразовательных учреждений/ Под ред. С.Н. Чистяковой, Т.И. Шалавиной. – М.: Просвещение, 2006.
31. Твоя профессиональная карьера: методика: кн. для учителя/ С.Н. Чистякова, И.А. Умовская, Т.И. Шалавина, А.И. Цуканов; Под ред. С.Н. Чистяковой. – М.: Просвещение, 2006.
32. Тутубалина, Н.В. Твоя будущая профессия. - Ростов н/Д.: Феникс, 2006.
33. Успенский В.Б. Профессиональная ориентация – целевая функция школы. – Ярославль: ЯГПУ, 1994.
34. Чистякова С.Н. Критерии и показатели готовности школьников к профессиональному самоопределению. – М., 1997.
35. Шадриков В.Д. Психология деятельности и способности человека. – М.:Изд. Корпорация «Логос», 1996.
36. Щуркова Н.Е. Классное руководство: рабочие диагностики. – М., 2001.

Приложение 1.

Анкета №1. «Количество». Количественная характеристика выборов (% возможных выборов из числа предложенных)

Перед Вами девять блоков анкеты №1, соответствующих основным сферам **вашей жизнедеятельности** (самоопределения).

Из предложенной триады определенных позиций (по горизонтали) выберите одну и отметьте ее знаком «+» в соответствующей колонке. Средняя колонка соответствует отсутствию самоопределения (определенной позиции).

Сфера 1. Жизненное самоопределение			
1.	Я нашел (знаю, наметил) свое дело жизни	Не могу ничего утверждать, не определился	Не нашел, не знаю, не наметил
2.	Довожу дело до конца	Не могу ничего утверждать, не определился	Не довожу
3.	Умею преодолевать трудности	Не могу ничего утверждать, не определился	Пасую перед ними
4.	Регулярно анализирую себя, даже веду дневник	Не могу ничего утверждать, не определился	Нет, не анализирую
5.	Я всегда анализирую итоги работы	Не могу ничего утверждать, не определился	Не анализирую
6.	Я умею общаться с людьми	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
7.	У меня есть жизненные принципы	Не могу ничего утверждать, не определился	У меня принципы отсутствуют
8.	Я готовлю себя к будущему	Не могу ничего утверждать, не определился	Не готовлю
9.	Я понимаю смысл жизни как постоянное развитие, движение вперед	Не могу ничего утверждать, не определился	Нет, не так
10.	Я знаю свои права и обязанности	Не могу ничего утверждать, не определился	Не знаю

Сфера 2. Личностное самоопределение			
1.	Мягкость, уступчивость	Не могу ничего утверждать, не определился	Твердость, настойчивость
2.	Я знаю свои физические данные	Не могу ничего утверждать, не определился	Не знаю
3.	Я знаю свои способности (к чему я способен)	Не могу ничего утверждать, не определился	Не знаю
4.	Я знаю свои потребности (чего мне хочется)	Не могу ничего утверждать, не определился	Не знаю
5.	Я знаю свой характер	Не могу ничего утверждать, не определился	Не знаю
6.	Я человек воли	Не могу ничего утверждать, не определился	Безвольный
7.	Я человек слова	Не могу ничего утверждать, не определился	Не держу слова

8.	Я умею управлять своим поведением	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
9.	Я принимаю людей, какими они есть, целостными	Не могу ничего утверждать, не определился	Не принимаю
10.	Я сумею защититься от агрессии	Не могу ничего утверждать, не определился	Не сумею

Сфера 3. Личностно-нравственное самоопределение

1.	Я могу идти против общего мнения	Не могу ничего утверждать, не определился	Не могу
2.	Я умею управлять своими эмоциями	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
3.	Я знаю, каким быть	Не могу ничего утверждать, не определился	Не знаю
4.	Я имею нравственные убеждения	Не могу ничего утверждать, не определился	Не имею
5.	Я уважаю людей труда	Не могу ничего утверждать, не определился	Не уважаю
6.	Горькая правда	Не могу ничего утверждать, не определился	Искусная ложь
7.	Гибель со славой	Не могу ничего утверждать, не определился	«Бесславных дней позор»
8.	Я испытываю чувство стыда (иногда)	Не могу ничего утверждать, не определился	Никогда
9.	Уважение через трудности	Не могу ничего утверждать, не определился	Дешевый авторитет
10.	Я не позволю унижать себя	Не могу ничего утверждать, не определился	Позволю

Сфера 4. Духовно-нравственное самоопределение

1.	Я выбрал религию	Не могу ничего утверждать, не определился	Не выбрал
2.	Я понимаю смысл жизни как духовное самосовершенствование	Не могу ничего утверждать, не определился	Нет, не так
3.	Я верю в судьбу	Не могу ничего утверждать, не определился	Не верю

4.	Я отношусь к другим так, как к себе	Не могу ничего утверждать, не определился	Иначе
5.	Я владею умениями релаксации	Не могу ничего утверждать, не определился	Не владею
6.	Я не позволяю унижать себя и других	Не могу ничего утверждать, не определился	Позволяю
7.	Я владею умениями самовнушения	Не могу ничего утверждать, не определился	Не владею
8.	Я умею преодолевать страх	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
9.	Жизнь человека – высшая ценность	Не могу ничего утверждать, не определился	Не знаю
10.	Честная бедность	Не могу ничего утверждать, не определился	Сомнительное богатство

Сфера 5. Личностно-интимное самоопределение			
1.	Я знаю особенности своих органов чувств	Не могу ничего утверждать, не определился	Не знаю
2.	Я не чувствую стеснения в общении с другим полом	Не могу ничего утверждать, не определился	Чувствую
3.	У меня есть идеал дружбы	Не могу ничего утверждать, не определился	Нет идеала
4.	Я считаю себя партнером	Не могу ничего утверждать, не определился	Нет, не считаю
5.	У меня есть идеал семейной жизни	Не могу ничего утверждать, не определился	Нет идеала
6.	Я владею умениями рефлексии	Не могу ничего утверждать, не определился	Не владею
7.	Я умею управлять своими эмоциями	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
8.	Я сумею построить свое счастье	Не могу ничего утверждать, не определился	Не сумею
9.	Верность (целомудрие)	Не могу ничего утверждать, не определился	Сексуальная свобода
10.	Отказ от наркотиков	Не могу ничего утверждать, не определился	Употребление

Сфера 6. Социальное самоопределение			
1.	Учитываю мнение других	Не могу ничего утверждать, не определился	Не учитываю
2.	Я не конфликтный человек	Не могу ничего утверждать, не определился	Конфликтный
3.	Для меня все национальности равны	Не могу ничего утверждать, не определился	Не все
4.	Я умею уходить от конфликтов	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
5.	Я нашел (знаю, наметил) свое место в обществе	Не могу ничего утверждать, не определился	Не нашел, не знаю, не наметил
6.	Я достаточно легко адаптируюсь к новым ситуациям	Не могу ничего утверждать, не определился	Не адаптируюсь
7.	Я сумею отказаться от соблазнов, сиюминутных желаний	Не могу ничего утверждать, не определился	Не сумею
8.	Я знаю свои социальные права и обязанности	Не могу ничего утверждать, не определился	Не знаю
9.	Я сумею адаптироваться к рыночным условиям	Не могу ничего утверждать, не определился	Не сумею
10.	Я уважаю закон	Не могу ничего утверждать, не определился	Не уважаю

Сфера 7. Культурное самоопределение			
1.	Я занимаюсь творчеством	Не могу ничего утверждать, не определился	Не занимаюсь
2.	Я не позволяю унижать других	Не могу ничего утверждать, не определился	Позволяю
3.	Я умею управлять своими мыслями	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
4.	Красота	Не могу ничего утверждать, не определился	Безобразие
5.	Цивилизация	Не могу ничего утверждать, не определился	Варварство
6.	Наука	Не могу ничего утверждать, не определился	Практика
7.	Произведения искусства	Не могу ничего утверждать, не определился	Природа

8.	Я стремлюсь к образованию	Не могу ничего утверждать, не определился	Не стремлюсь, ограничиваю себя
9.	Экономичность, практичность	Не могу ничего утверждать, не определился	Мода, расточительность
10.	Некрасивый, но порядочный человек	Не могу ничего утверждать, не определился	Красавец, но негодяй

Сфера 8. Профильное (профессиональное) самоопределение

1.	Я выбрал себе профиль (профессию)	Не могу ничего утверждать, не определился	Не выбрал
2.	Я умею распределять время	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
3.	Я умею выделять главное	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
4.	Уровень моих знаний для получения профессии достаточен	Не могу ничего утверждать, не определился	Не достаточен
5.	Я готовлюсь к своей профессии	Не могу ничего утверждать, не определился	Не готовлюсь
6.	Я знаю, чего я стою	Не могу ничего утверждать, не определился	Не знаю
7.	Я творчески подхожу к делу	Не могу ничего утверждать, не определился	Не творчески
8.	Я сумею адаптироваться к рынку, сделать карьеру	Не могу ничего утверждать, не определился	Не сумею
9.	Увлеченный «трудоголик»	Не могу ничего утверждать, не определился	Рациональный профессионал
10.	Я соблюдаю режим труда и отдыха	Не могу ничего утверждать, не определился	Не соблюдаю

Сфера 9. Ученическое самоопределение

1.	Мне нравится учиться	Не могу ничего утверждать, не определился	Не нравится
2.	Я умею организовать рабочее место	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
3.	Я умею работать с книгой	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею

4.	Я умею конспектировать	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
5.	Я умею наблюдать	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
6.	Я регулярно тренирую память	Не могу ничего утверждать, не определился	Не тренирую
7.	Я умею писать сочинения	Не могу ничего утверждать, не определился	Не умею
8.	Я успеваю выполнить домашние задания	Не могу ничего утверждать, не определился	Не успеваю
9.	Свобода в воспитании	Не могу ничего утверждать, не определился	Строгость, дисциплина
10.	Ученье - свет	Не могу ничего утверждать, не определился	Не ученье – тьма