Департамент образования Администрации городского округа Самара

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ»

ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА

Принята на заседании
методического совета
от «__31__» __05___ 2023_г.
Протокол № ___4_____

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ЦЭВДМ г.о. Самара
_____ И.Ф. Шамина
Приказ № 573\02-од_____
«__05__» ___06____ 2023___г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Путь к профессии»

(базовый уровень)

Направленность: социально-гуманитарная

Возраст обучающихся: 12-13 лет,14-15 лет

Срок реализации: 2 года

Разработчик:
педагог дополнительного образования
МБУ ДО ЦЭВДМ г. о. Самара
Панова Анна Ивановна

Самара, 2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

стр.

1. Пояснительная записка……... 3
2. Учебный план……..11
3. Учебно-тематический план…… …… 17
4. Ресурсное обеспечение программы……...… 40
5. Список литературы……..46
6. Приложение……..47

1.**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа реализуется с 2020 года. Данная программа является редакцией 2023 года

Подростковый возраст-время для самоопределения своего места в жизни, своей стартовой площадки, с которой начинается разбег по дорожке профессиональной карьеры. «Все профессии хороши, выбирай на вкус…» Но часто в подростковом возрасте люди не знают, чего хотят. А если и знают, то не уверены в том, что их выбор правильный. Важность принятия решения и собственная ответственность за принятое решение заставляют человека постоянно откладывать решение вопроса. С другой стороны, время требует определяться как можно скорей. Профессиональное самоопределение - событие, которое часто в корне меняет все течение жизни, затрагивая все ее сферы. Любимая работа - важнейшая составляющая жизни. Заниматься в жизни любимым делом - значит жить в согласии с собой. Люди, нашедшие «свою» работу, могут четко осознавать: «Я на своем месте, это верно сделанный выбор». И выбор должен осуществить тот, кому дальше жить с этим выбором. То есть сам подросток. Предлагаемая программа профориентации помогает сделать оптимальный выбор через ситуации профессионального самоопределения. Профориентационные занятия могут содействовать осмысленному выбору школьником своего профессионального пути. Также программа направлена на оказание психолого-педагогической и информационной поддержки обучающихся в выборе ими направления дальнейшего обучения в учреждениях профессионального образования, а также в социальном, профессиональном самоопределении.

При разработке дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы основными нормативными документами являются следующие:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция)
- Концепция развития дополнительного образования в Российской Федерации до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р)
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года №2. «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
- Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями на 06.11.2019, в ред. Приказа министерства образования и науки Самарской области N 379-од)
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09- 3242;
- Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ (Приложение к письму Министерства образования и науки Самарской области 12.09.2022 №МО/1141-ТУ);
- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Письмо Министерства просвещения России от 19.03.2020 № ГД-39/04);
- Приказ Минобрнауки России N 882, Минпросвещения России N 391 от 05.08.2020 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»)
- Методические рекомендации по обеспечению доступности услуг организациями дополнительного образования для детей с различными образовательными потребностями и возможностями (в том числе с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами, одаренными, находящимися в трудной жизненной ситуации) (ГБОУ ДО СО СОДДЮТ, 2021 г.)
- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр эстетического воспитания детей и молодёжи» г.о. Самара.

Направленность программы – социально - педагогическая. Уровень освоения – базовый.

Актуальность программы.

Актуальность профориентационной помощи детям очевидна. Формирование полноценных граждан своей страны во многом зависит от того, чем будут заниматься повзрослевшие школьники, какую профессию они изберут, и где будут работать. Кроме того, грамотно построенная профориентационная работа позволяет решать и многие насущные проблемы воспитания, особенно в старших классах. Давно известно, что оптимистичная перспектива жизни (и прежде всего, реальная и привлекательная профессиональная перспектива) уберегает многих подростков от необдуманных шагов. Таким образом, профориентационная работа с детьми — это также вклад в решение острых социальных проблем.

Новизна данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что особое внимание будет уделяться профессиям, связанным с педагогической деятельностью, так как , 2023 год обьявлен « Годом Педагога и Наставника».

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она способствует социализации и профессиональному самоопределению обучающихся через формирование системы знаний, представлений о себе, собственных ресурсах, возможностях и способностях, представлений о рынке труда и рынке образовательных услуг, а также активизации личностной позиции обучающихся в ситуации профессионального выбора.

Программа предполагает **работу с одаренными детьми.**

Одаренными и талантливыми детьми называют тех, которые по оценке опытных специалистов, в силу выдающихся способностей демонстрируют высокие достижения.

Сегодня актуальным является желание помочь детям стать творцами своего будущего и построить свою индивидуальную образовательную траекторию, которая обеспечит их востребованной и интересной профессией. Ведь современному молодому человеку важно соответствовать требованиям быстро развивающегося и меняющегося внешнего мира.

В данной программе предусмотрена поддержка и сопровождение одаренных учащихся, так как одаренного подростка часто отличает многообразие познавательных интересов и склонностей. Многие из них обладают широкой сферой интересов, показывают великолепные успехи в большинстве учебных предметов, активно участвуют в различных внешкольных занятиях (в кружках, ансамблях, студиях, в различных факультативах и т.д.). Так как их способности высокоразвиты, их достижения в разных областях часто бывают высокими: победы в конкурсах, на олимпиадах и т.п.

В связи с этим процесс профессионального самоопределения одаренных детей требует целенаправленного психолого-педагогического сопровождения. Программа предполагает организацию профессионального самоопределения обучающихся с использованием системно-деятельностного подхода, а также комплексную работу. В основе этой деятельности лежит расширение возможностей использования информационных технологий, электронных образовательных ресурсов в данной области, использование виртуальной площадки для приобретения первичных профессиональных навыков, повышения познавательной мотивации обучающихся к дальнейшему самоопределению.

В основе профориентационой работы с одаренными детьми лежат всем известные формы и средства – это наглядность, информационные технологии и проведение разнообразных мероприятий. Эффективными формами профессионального самоопределения выступают экскурсии, встречи со специалистами, беседы, диспуты, написание сочинений-раздумий, эссе, самостоятельные профессиографические исследования, просмотр фильмов, игровые мероприятия. Разнообразить арсенал используемых средств позволило использование интернет-площадок для проведения профессиональных проб, новых электронных диагностических методик, которые помогают детям в выборе профессии и сферы применения своих знаний и навыков, учитывая личные наклонности, ориентируя обучающихся на подходящий род занятий, имеющий спрос на современном рынке труда.

Программа предусматривает **работу с детьми с ограниченными возможностями здоровья.** Для этого будут созданы благоприятные условия для развития личности на основе применения арт-терапии. Педагог должен стремиться создать ситуацию успеха для каждого ребенка, применяя принцип индивидуально - дифференцированного обучения.

Целью психолого-педагогического сопровождения ребенка с ОВЗ является обеспечение оптимального развития ребенка, успешная интеграция в социум.

В процессе решения проблемы сознательного выбора профессии детьми с ОВЗ следует иметь в виду необходимость разработки комплексного подхода к профориентационной работе, одним из важнейших аспектов которого является подбор и модификация методического инструментария с учетом индивидуальных особенностей здоровья. Не менее важным для решения вопроса о профессиональном будущем каждого подростка является диагностика способностей, личностных особенностей, интересов и склонностей, которые зависят как от условий воспитания и обучения, так и от природных задатков. Подбор методического инструментария с учетом специфики лиц с ОВЗ позволяет дать более точную оценку актуального состояния оптанта, благодаря чему с ним строится дальнейшая индивидуальная или групповая работа.

Таким образом, можно выделить следующие факторы, которые необходимо учитывать при организации работы с подростками, имеющими особенности здоровья:

- позиция родителей;
- учет состояния здоровья, соотнесение его с требованиями профессии;
- знание своих личностных особенностей, возможностей и способностей;
- информированность о многообразии профессиональных направлений для дальнейшего выбора той профессии, которая соответствует индивидуальным способностям;
- поддержка со стороны педагогов.

Формы профессионально-ориентационной работы с детьми и подростками, имеющими отклонения в развитии:

- профессионально – ориентационные беседы;
- экскурсии на предприятия, в профессиональные учебные учреждения, в службу занятости;
- встречи со специалистами;
- участие в «днях открытых дверей»;
- участие в конкурсах, выставках, ярмарках изделий;
- использование средств массовой агитации: стендов, стенгазет, фотоальбомов и др.

Для подростка с ограничениями здоровья и жизнедеятельности правильность выбора сферы трудовой деятельности принципиально важна в силу ряда обстоятельств:

- во-первых, выбор в значительной мере взаимосвязан с характером течения заболевания, когда род и условия профессиональной деятельности могут оказать на него позитивное или негативное влияние;

- во-вторых, возможность успешного включения ребенка в систему трудовых отношений – один из основных механизмов социальной интеграции в целом, итоговая цель всего комплекса реабилитационных мероприятий;

- в-третьих, сама возможность адекватного профессионального выбора затруднена из-за объективных ограничений видов профессиональной деятельности, в которых может проявить себя человек с отклонениями и нарушениями в развитии и в силу искаженных представлений о собственных возможностях.

Эти обстоятельства предопределяют специфику профориентации учащихся с нарушением в развитии и необходимость совместных усилий педагогов по подготовке учащегося к самостоятельной жизнедеятельности совместно с учреждениями начального и среднего профессионального образования.

Поэтому особое внимание должно уделяться:

- комплексной диагностической оценке (преимущественно исходя из характера клинико-функциональных и психологических параметров) возможностей ребенка овладеть теми или иными видами профессиональной деятельности;

- развитию наиболее универсальных умений, навыков и качеств, которые необходимы для профессиональной (трудовой) самореализации;

- формированию таких интересов и установок, которые максимально ориентируют именно на показанные профессии.

Цель программы - ориентация обучающихся на профессиональное и личностное самоопределение, помощь в моделировании дальнейшего жизненного пути с учетом потребностей рынка труда; развитие способностей к профессиональной адаптации в современных социально – экономических условиях.

Задачи программы

Обучающие задачи:

- освоить основные понятия и категории, влияющие на выбор профессии;
- сформировать у обучающихся систему знаний, представлений о себе, собственных ресурсах, возможностях и способностях.

Развивающие задачи:

- содействовать развитию зрелости интересов обучающихся;
- развить у обучающихся навыки рефлексии, в том числе навыки анализа своих интересов, способностей, возможностей, анализа собственного опыта познания.

Воспитательные задачи:

- содействовать самоопределению подростков, активизировав их личностную позицию в ситуации профессионального выбора;
- сформировать у обучающихся представления о рынке труда и рынке образовательных услуг.

Возраст обучающихся: 12-15 лет (12-13, 14-15 лет).

В этом возрасте происходит смена ведущей деятельности. Роль ведущей в подростковом возрасте играет социально-значимая деятельность, средством реализации которой служит: учение, общение, общественно-полезный труд.

Именно в процессе обучения происходит усвоение мышления в понятиях, без которого “нет понимания отношений, лежащих за явлениями” (Л. С. Выготский, 1984). Мышление в понятиях дает возможность проникать в сущность вещей, понимать закономерности отношений между ними. Поэтому в результате усвоения новых знаний перестраиваются и способы мышления. Знания становятся личным достоянием ученика, перерастая в его

убеждения, что, в свою очередь, приводит к изменению взглядов на окружающую действительност. Таким образом, “полная социализация мышления заключается в функции образования понятий. Изменяется и характер познавательных интересов — возникает интерес по отношению к определенному предмету, конкретный интерес к содержанию предмета . Ведущим мотивом поведения подростка является стремление найти свое место среди сверстников. В общении как деятельности происходит усвоение ребенком социальных норм, переоценка ценностей, удовлетворяется потребность в признании и самоутверждении.

Пытаясь утвердиться в новой социальной позиции, подросток старается выйти за рамки ученических дел в другую сферу, имеющую социальную значимость. Для реализации потребности в активной социальной позиции ему нужна деятельность, получающая признание других людей, деятельность, которая может придать ему значение как члену общества. Характерно, что когда подросток оказывается перед выбором общения с товарищами и возможности участия в общественно-значимых делах, подтверждающих его социальную значимость, он чаще всего выбирает общественные дела. Общественно полезная деятельность является для подростка той сферой, где он может реализовать свои возросшие возможности, стремление к самостоятельности, удовлетворив потребность в признании со стороны взрослых, “создает возможность реализации своей индивидуальности.

Происходит изменение мышления от наглядно-образного мышления и начальных форм словесно-логического к гипотетико-рассуждающему мышлению, в основе которого лежит высокая степень обобщённости и абстрактности.

Необходимым условием формирования такого типа мышления является способность сделать объектом своей мысли саму мысль. И именно в подростковом возрасте появляются все условия для этого.

У детей появляется желание иметь свою точку зрения, всё взвесить и осмыслить, потребность в раздумьях о себе и окружающих, в размышлениях о предметах и явлениях.

Срок реализации: 2 года. Программа рассчитана на 144 часа в каждом году обучения (36 учебных недель, 3 модуля по 12 недель), с нагрузкой 4 часа в неделю.

Форма обучения: групповая (10-15 человек)

Режим занятий: занятия проводятся два раза в неделю по два часа. Продолжительность одного часа – 40 минут с перерывом – 10 минут.

Ожидаемые результаты:

Учащийся должен **знать:**

- основные виды профессиональной деятельности;
- собственные предпочтения по направлению профессиональной деятельности;
-правила выбора профессии;
-значение профессионального определения;
-психологические особенности основных видов деятельности;
- навыки самоконтроля;
- учебные заведения Самарской области;
- общие понятия о рынке труда;
-нормы профессиональной этики;
-специфику построения профессиональной карьеры.

Учащийся должен **уметь:**

-анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности;
-составлять личный профессиональный план;
-использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
-объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью;
-преодолевать стрессовые ситуации;
- принимать осознанное решение при выборе учебного заведения;
-определять требования к своей профессии и ее конкурентоспособность;
-использовать технологии трудоустройства;
-создавать пакет документов для трудоустройства.

Система оценки результатов

- Проекты
- Письменный или устный опрос
- Тестирование (стандартизированное)
- Анкетирование (стандартизированное)
- Стартовый, текущий и итоговый контроль

Критерии и способы определения результативности.

К основным результативным критериям и показателям эффективности профориентационной программы, прежде всего, относятся;

1. *достаточная информация о профессии и путях ее получения.* Без ясного представления о содержании и условиях труда в избираемой профессии обучающийся не сможет сделать обоснованного ее выбора. Показателем достаточности информации в данном случае

является ясное представление им требований профессии к человеку, конкретного места ее получения, потребностей общества в данных специалистах;

2. *потребность в обоснованном выборе профессии.* Показатели сформированности потребности в обоснованном профессиональном выборе профессии – это самостоятельно проявляемая подростком активность по получению необходимой информации о той или иной профессии, желание (не обязательно реализуемое, но проявляемое) пробы своих сил в конкретных областях деятельности;
3. *уверенность обучающегося в социальной значимости труда*, т. е. сформированное отношение к нему как к жизненной ценности.

Основные критерии готовности личности к самоопределению можно подразделить на когнитивные (информационные), эмоционально-оценочные, действенно-практические (деятельностный, поведенческий).

В основе предлагаемых критериев эффективности профориентационной работы лежит личное понимание ее целей и факторов психологической готовности подростков к выбору профессии.

Критерии	**Показатели**	**Методы диагностики (способы определения результативности)**
Мотивационно-прогностический	умение развивать мотивацию профориентации; умение ставить цели и планировать действия по выбору профессии	- психогеометрический тест (методика Деллингер). - определение темперамента и эмоциональной устойчивости (тест Айзенка);
Когнитивно-действенный	умение анализировать и систематизировать знания о выборе профессии; умение решать задачи профориентации, приобретать опыт его осуществления	- определение направленности личности (опросник Басса); - стремление к успеху (методика Эллерса);
Рефлексивно-результативный	умение осуществлять рефлексию успешности профориентации; умение оценивать собственные резервы в выборе профессии и проводить реконструкцию	- дифференциально-диагностический опросник (по Климову); - опросник профессиональных предпочтений (типология Холланда);

	накопленного опыта	
Уровни оценки эффективности профориентационной работы: элементарный, достаточный, продвинутый		

Формы подведения итогов реализации программы: тесты, опросники, выполнение теоретического задания; «конкурсные» творческие задания; портфолио обучающихся.

2. Учебный план

Первый год обучения

№ п.п.	Наименование модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Модуль «Все профессии нужны, все профессии важны»	32	16	48
2	Модуль «Я в мире профессий»	35	13	48
3	Модуль «Психологические аспекты осознанного выбора профессии»	35	13	48
	Итого:	**102**	**42**	**144**

Второй год обучения

№ п.п.	Наименование модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Модуль «На пути к учебному заведению»	20	28	48
2	Модуль «Основы поиска работы и трудоустройства»	40	8	48
3	Модуль «Планирование профессиональной деятельности»	30	18	48
	Итого:	**90**	**54**	**144**

3.Учебно-тематический план

3.1 ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Модуль 1 «Все профессии нужны, все профессии важны»

Для того, чтобы выбрать профессию, человек должен обладать значительным объемом информации: знать целый мир профессий, предмет цели труда, уметь выделять, понимать основные требования профессии к человеку.

Особое место в профессиональном самоопределении подростков занимает профориентационная работа. Ее смысл заключается в том, чтобы помочь детям правильно и своевременно сориентироваться в мире современных профессий и не ошибиться в выборе будущего.

Мир профессий широк и многообразен. Некоторые профессии перестают быть актуальными, востребованными, появляется множество новых профессий, расширяются функции существующих. Порой бывает непросто самостоятельно разобраться в этом быстро изменяющемся мире, и поэтому **цель** этого модуля:

формирование у обучающихся конкретно-наглядных представлений о существующих профессиях и целях профессиональной деятельности.

Задачи:

- сформировать актуальное для подростков “информационное поле” мира профессий;
- расширить знания о производственной деятельности людей;
- воспитать уважение к людям труда;
- сформировать понимание значения труда в жизни человека;
- расширить и углубить представление о различных профессиях;
- научить разбираться в содержании профессиональной деятельности;
- научить соотносить требования, предъявляемые профессией, с индивидуальными качествами.

Планируемые результаты

Учащиеся должны

знать:

-определения понятий «профессия», «специальность», «специализация», «квалификация», «характеристика труда», «классификация профессий», «цели труда», «орудия труда», «формула профессии», «профессиограмма», «тип профессии»;

- основные виды направлений профессиональной деятельности;
- собственные предпочтения по направлению профессиональной деятельности;

уметь:

- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;

- анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности.

Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Знакомство	2	2		Входящая диагностика, беседа
2	Что изучает профориентация?	2	2		
3	Знакомство с понятиями «Профессия, специальность, должность»	2	2		
4	Тестирование «Осведомленность в мире профессии»	2	1	1	
5	Типология профессий	2	2		
6	Характеристика профессий типа «Человек – природа»	2	2		
7	Характеристика профессий типа «Человек- человек»	2	2		
8	Характеристика профессий типа «Человек- техника»	2	2		
9	Характеристика профессий типа «Человек- художественный образ»	2	2		Наблюдение, беседа
10	Характеристика профессий типа «Человек – знаковая система»	2	2		
11	Презентация детей «Профессии моей семьи»	2		2	
12	«Модные профессии»	2	2		
13	«Профессии, которые обеспечивают жизнь»	2	2		Промежуточное тестирование

14	«Профессии по призванию»	2	2		
15	Профессии XXI века	2	2		
16	Предпринимательство как сфера трудовой деятельности	2	2		
17	Игра- практикум «Я – предприниматель»	2		2	Устный ответ, беседа
18	Практикум составление каталога профессий	2		2	
19	Знакомство с профессиограммой	2	2		
20	Практикум «Учимся составлять профессиограмму»	2		2	
21	Тренинг «Необитаемый остров»	2		2	
22	Встреча с интересными людьми «Мастер своего дела»	2		2	
23	Экскурсия на предприятие	2		2	
24	Подведение итогов. Викторина «Ярмарка профессий»	2		2	Тестирование
	Итого:	48	31	17	

Содержание программы

Тема 1.Вводное занятие. Знакомство

Теория. Знакомство с направлением модуля. Беседа о многообразии профессий в нашем мире.

Тема 2.Что изучает профориентация?

Теория. Знакомство с понятием «профориентация». Лекция о том, что изучает профориентация.

Тема 3. Знакомство с понятиями «Профессия, специальность, должность»

Теория. Раскрытие понятий «Профессия, должность, специальность» Нахождение между различий между ними.

Тема 4. Тестирование «Осведомленность в мире профессии»

Теория. Подготовка к тестированию.

Практика. Тестирование, которое помогает узнать, насколько ученики осведомлены в мире профессий.

Тема 5.Типология профессий

Теория. Знакомство с типологией профессий Е.А Климова

Тема 6.Характеристика профессий типа «Человек – природа»

Теория. Изучение характеристики профессий типа «Человек-природа»

Тема 7. Характеристика профессий типа «Человек- человек»

Теория. Изучение характеристики профессий типа «Человек-человек»

Тема 8.Характеристика профессий типа «Человек - техника»

Теория. Изучение характеристики профессий типа «Человек-техника».

Тема 9.Характеристика профессий типа «Человек - художественный образ»

Теория. Изучение характеристики профессий типа «Человек - художественный образ»

Тема 10. Характеристика профессий типа «Человек – знаковая система»

Теория. Изучение характеристики профессий типа «Человек - знаковая система»

Тема 11.Презентация детей «Профессии моей семьи»

Практика. Подготовка учащимися презентаций, их просмотр и обсуждение

Тема 12. «Модные профессии»

Теория. Знакомство с профессиями. которые пользуются популярностью в современном обществе

Тема 13 «Профессии, которые обеспечивают жизнь»

Теория. Знакомство с профессиями, без которых не может существовать общество.

Тема 14. «Профессии по призванию»

Теория. Знакомство с профессиями, которые требуют особого отношения.

Тема 15. Профессии XXI века

Теория. Знакомство с новыми профессиями.

Тема 16.Предпринимательство как сфера трудовой деятельности

Теория. Знакомство с предпринимательством, как особым видом деятельности.

Тема 17. Игра - практикум « Я – предприниматель»

Практика. Отработка полученных знаний в игре. Проба своих сил и возможностей.

Тема 18.Практикум составление каталога профессий

Практика. Знакомство с понятием «каталог профессий». Практика составления каталога профессии.

Тема 19.Знакомство с профессиограммой

Теория. Знакомство с профессиограмой и ее значением.

Тема 20. Практикум «Учимся составлять профессиограмму»

Практика. Составления профессиограмм разных профессий.

Тема 21.Тренинг «Необитаемый остров»

Практика. Проведение тренинга «Необитаемый остров» позволяет детям лучше узнать, без каких профессий точно не может обойтись общество. Проба своих сил в разных профессиях

Тема 22.Встреча с интересными людьми «Мастер своего дела»

Практика. Приглашение человека определенной профессии. Рассказ об особенностях профессии. Возможность у детей задать вопросы, которые их интересуют

Тема 23.Экскурсия на предприятие

Практика. Проведение экскурсии на предприятие. Возможность учащимся увидеть условия производства.

Тема 24.Подведение итогов. Викторина «Ярмарка профессий»

Практика. Проведение викторины, которая позволяет проверить знания учащихся

Модуль 2 «Я в мире профессий»

Выбор профессии – важное решение, которое необходимо принять в подростковом возрасте. К сожалению, многие подростки недостаточно знают об особенностях каждого вида деятельности и не всегда учитывают свои профессиональные интересы и склонности, выбирая профессию.

Любой выбор профессии можно рассматривать как взаимодействие двух сторон: подростка - с его индивидуальными особенностями, которые проявляются в физическом развитии, в возможностях, интересах, склонностях, характере и темпераменте, и специальности - с теми требованиями, которые она предъявляет человеку. Очень часто старшеклассник находится в растерянности, не зная, с какой стороны подступиться к выбору, на что обратить внимание.

Цель

Формирование у школьников устойчивой потребности в саморазвитии и социально – профессиональной самореализации на основе самопознания, самообразования и самовоспитания.

Задачи:

- обобщить знания обучающихся о сферах трудовой деятельности и разнообразии профессий;
- выявить интересы, склонности обучающихся, направленность личности, первичные профнамерения;
- сформировать готовность к самоанализу и самооценке, реальному уровню притязаний;
- развить потребность в трудовой деятельности, самовоспитании, саморазвитии и самореализации.

Планируемые результаты

Учащиеся должны

знать:

-значение профессионального самоопределения, требования к составлению профессионального плана;

- собственные предпочтения в выборе профессии;

- правила выбора профессии;

уметь:

- исследовать собственные познавательные интересы и способности;

- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;

- объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью.

Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	2		Входящая диагностика, беседа
2	Понятие о личности. Методы изучения личности	2	2		
3	Образ «Я» как система представлений о себе	2	2		
4	Структура образа «Я»	2	2		
5	Влияние представлений о себе на правильный выбор профессии	2	2		
6	Урок самопознания и откровенности	2	2		
7	Исследование самооценки.	2		2	
8	Жизненные ценности	2	2		
9	В человеке все должно быть прекрасно	2	2		Наблюдение, беседа
10	Что такое самореализация?	2	2		
11	Профессиональные и жизненные	2	1	1	Промежуточное

	планы				тестирование
12	Игровые пробы	2		2	
13	Интересы и склонности в выборе человека	2	2		
14	Тестирование «Профессиональные склонности»	2		2	
15	Профессия и здоровье.	2	2		
16	Типы профессий по медицинским противопоказаниям	2	2		
17	Работоспособность и эффективность работы	2	2		Анкетирование
18	Работа с анкетой здоровья	2		2	
19	Как укрепить здоровье?	2	1	1	
20	Профессиональная игра «Профессии выбирают человека»	2		2	
21	Определение профессионального типа личности	2	1	1	
22	Знакомство с профессиями интеллектуального типа личности и социального типа личности.	2	2		
23	Знакомство с профессиями предпринимательского типа личности и конвенционального типа личности	2	2		
24	Подведение итогов. Эссе «Я и моя будущая профессия»	2		2	Тестирование
	Итого:	48	33	15	

Содержание программы

Тема 1.Вводное занятие.

Теория. Знакомство с направлением модуля.

Тема 2. Понятие о личности. Методы изучения личности

Теория. Знакомство с понятием личности и с методами ее изучения

Тема 3. Образ «Я» как система представлений о себе

Теория. Раскрытие понятия образ «Я»

Тема 4. Структура образа «Я»

Теория. Изучение структуры образа «Я»

Тема 5. Влияние представлений о себе на правильный выбор профессии

Теория. Исследование взаимосвязи представления о себе и выбора профессии.

Тема 6.Урок самопознания и откровенности

Теория. Беседа о том, что такое самопознание. С помощью методик учимся познавать себя. Значение важности откровенности перед самим собой.

Тема 7.Исследование самооценки.

Практика. Исследование самооценки с помощью тестирования

Тема 8. Жизненные ценности

Теория. Беседа о жизненных ценностях

Тема 9.В человеке все должно быть прекрасно

Теория. Беседа о значимости самосовершенствования.

Тема 10. Что такое самореализация?

Теория. Знакомство с понятием «самореализация» и как она проявляется.

Тема 11.Профессиональные и жизненные планы

Теория. Беседа о том, как важно правильно уметь составлять профессиональные и жизненные планы.

Практика. Рассказы детей о своих жизненных планов.

Тема 12.Игровые пробы

Практика. Игра «Я в мире профессий», игра «Призвание»

Тема 13.Интересы и склонности в выборе человека

Теория. Беседа о том, как важно уметь определять свои интересы и склонности.

Тема 14. Тестирование «Профессиональные склонности»

Практика. Проведение теста на определение профессиональных склонностей

Тема 15.Профессия и здоровье.

Теория. Лекция о том, как здоровье влияет на выбор профессии.

Тема 16.Типы профессий по медицинским противопоказаниям

Теория. Знакомства с типами профессиями. где имеются строгие медицинские противопоказания.

Тема 17.Работоспособность и эффективность работы

Теория. Лекция о том, как влияет работоспособность на эффективность работы

Тема 18.Работа с анкетой здоровья

Практика. Анкетирование учащихся по состоянию здоровья

Тема 19. Как укрепить здоровье?

Теория. Лекция о том, как укрепить здоровье

Практика. Упражнения на укрепление здоровья.

Тема 20.Профессиональная игра «Профессии выбирают человека»

Практика. Проведение игры «Профессии выбирают человека»

Тема 21.Определение профессионального типа личности

Теория. Знакомство с типами личности

Практика. Тестирование на определение типа личности

Тема 22.Знакомство с профессиями интеллектуального типа личности и социального типа личности.

Теория. Лекция о профессиях интеллектуального типа личности и социального типа личности.

Тема 23.Знакомство с профессиями предпринимательского типа личности и конвенционального типа личности.

Теория. Лекция о профессиях предпринимательского типа личности и конвенционального типа личности.

Тема 24. Подведение итогов. Эссе «Я и моя будущая профессия»

Практика. Эссе «Я и моя будущая профессия»

Модуль 3 «Психологические аспекты осознанного выбора профессии»

В настоящее время кардинально меняется рынок труда. Повышаются требования к специалистам. Эти изменения накладывают отпечаток на проблему выбора профессии.

Психологи выделяют ряд специфических психологических проблем подрастающего поколения в профессиональном самоопределении, в выборе своего профессионального будущего. Специфичность этих проблем связана с нестабильной ситуаций в стране и мире, обострением противоречий в общественном и индивидуальном самосознании, отсутствии стабильных социальных норм в отношении профессии и самостоятельности индивида, а также ломка определенных установок, касающихся престижности профессий.

Сделать социально зрелый и глубоко личностный выбор в профессиональном самоопределении – задача очень трудная. Важно отметить, что от правильности этого выбора будет зависеть общественная ценность человека, его социальная позиция, удовлетворенность работой, физическое и нервно-психическое здоровье и удовлетворенность жизнью в целом. В связи с этим назрела необходимость активной психологической помощи личности на одной из первых стадий профессионального развития – стадии выбора профессии.

Цель

Формирование психологической готовности к совершению осознанного профессионального выбора с учётом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся.

З**адачи:**

- повысить уровень психологической компетентности обучающихся за счет получения соответствующих знаний и умений, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребностей в самосовершенствовании;

- сформировать у обучающихся способности к планированию времени и собственной деятельности, умения прогнозировать собственное профессиональное развитие;

- способствовать созданию у обучающихся формирования такого психического состояния, которое будет способствовать осознанному выбору профессиональной деятельности (способности к выделению собственных профессиональных приоритетов, план собственного развития, самостоятельности и т.д);

- формировать положительное отношение к себе, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;

- способствовать у обучающихся готовности быть субъектами труда.

Планируемые результаты

Учащиеся должны

знать:

- отношение человека к деятельности и к себе как деятелю;
- психологические особенности основных видов деятельности;
- основные свойства нервной системы;
- методы развития памяти и внимания;
- методы преодоления стрессовых ситуаций, методы работы в стрессовых ситуациях;

уметь:

- взаимодействовать в коллективе;
- слушать и слышать других;
- оценивать, анализировать социальную обусловленность человеческой психики и поведения;
- формировать представления о профессионально значимых способностях и личностных качествах.

Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Количество часов	Форма

		Всего	Теория	Практика	аттестации
1	Введение. Психология и как она помогает при выборе профессии	2	2		Входящая диагностика, беседа
2	Внутренний мир человека и возможности его самопознания	2	2		
3	Что такое психодиагностика, как она помогает в выборе профессии.	2	2		
4	Свойства нервной системы. Темперамент и характер.	2	2		
5	История изучения темперамента: от Гиппократа до Павлова.	2	2		
6	Типы темперамента, их влияние на профессиональную деятельность	2	2		
7	Опросник «Определение преобладающего типа темперамента» (Модификация Белова А.)	2		2	
8	Память. Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации	2	2		
9	Знакомство с мнемотехниками.	2	1	1	Наблюдение беседа
10	Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания. Методики «Зрительная память», «Вербальная (словесная) память».	2		2	
11	Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание	2	2		Промежуточное тестирование
12	Структура и характеристики внимания: объем, распределение, переключение, концентрация,	2	2		

	устойчивость.				
13	Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания	2	2		
14	Изучение индивидуальных особенностей внимания: «Тест Э. Ландольта»	2		2	
15	Приемы развития внимания.	2		2	
16	Воля. Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли.	2	2		
17	Опросник «Какая у меня воля?», методики «Исследование волевой организации личности»	2		2	Устный ответ
18	Формы эмоциональных переживаний – настроение, стрессовые ситуации, фрустрация.	2	2		
19	Тест «Знаете ли вы себя?»	2		2	
20	«Определение психологической гибкости»	2	1	1	
21	Мышление и воображение.	2	2		
22	Интеллектуальные способности.	2	2		
23	Профессии, требующие высоких интеллектуальных способностей	2	2		
24	Подведение итогов	2	1	1	Тестирование
	Итого:	48	33	15	

Содержание модуля

Тема 1.Введение. Психология и как она помогает при выборе профессии

Теория. Психология и как она помогает при выборе профессии

Тема 2.Внутренний мир человека и возможности его самопознания

Теория. Беседа о том, что такое внутренний мир человека и какие возможности его познания.

Тема 3.Что такое психодиагностика, как она помогает в выборе профессии.

Теория. Знакомство с понятием психодиагностика и ее роли в выборе профессии.

Тема 4.Свойства нервной системы. Темперамент и характер.

Теория. Изучение свойств нервной системы. Темперамент и характер

Тема 5.*История изучения темперамента: от Гиппократа до Павлова*

Теория. Лекция по истории изучения темперамента.

Тема 6.*Типы темперамента, их влияние на профессиональную деятельность*

Теория. Знакомство с типами темперамента и тем как они влияют на выбор профессии.

Тема 7..Опросник «Определение преобладающего типа темперамента» (Модификация Белова А.)

Практика. Прохождение опроса на определение типа темперамента.

Тема 8.Память. Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации

Теория. Изучение памяти как важного психического свойства человека.

Тема 9.Знакомство с мнемотехниками

Теория. Беседа о том, как мнемотехника помогает развивать и улучшать свою память.

Практика. Показ упражнений.

Тема 10.Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания. Методики «Зрительная память», «Вербальная (словесная) память».

Практика. Определяем объём кратковременной памяти и ведущего способа запоминания Использование методики «Зрительная память», «Вербальная память»

Тема 11.Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание

Теория. Изучение внимание, как важного процесса психической деятельности. Виды внимания.

Тема 12.Структура и характеристики внимания: объем, распределение, переключение, концентрация, устойчивость.

Теория. Изучение характеристики внимания.

Тема 13.Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания

Теория. Знакомство с профессиями, в которых предъявляются повышенные требования к развитию внимания.

Тема 14.Изучение индивидуальных особенностей внимания: «Тест Э. Ландольта»

Практика. Определение индивидуальных особенностей внимания при помощи Теста Э.Ландольта

Тема 15.Приемы развития внимания.

Практика. Изучение приемов развития внимания. Показ упражнений на развитие внимание.

Тема 16.Воля. Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли

Теория. Изучение воли, как важного психического процесса. Рассматриваем специфику волевого поведения.

Тема 17.Опросник «Какая у меня воля?», методики «Исследование волевой организации личности»

Практика. Прохождение опроса «Какая у меня воля?» Использование методики « Исследование волевой организации личности» для определения уровня развития воли учащихся.

Тема 18.Формы эмоциональных переживаний – настроение, стрессовые ситуации, фрустрация

Теория. Рассматриваем формы эмоциональных переживаний и их связь с профессиями.

Тема 19.Тест «Знаете ли вы себя?»

Практика. Тестирование «Знаете ли вы себя?» помогает учащимся лучше узнать свои способности и возможности.

Тема 20.«Определение психологической гибкости»

Теория. Знакомство с понятием психологическая гибкость и ее роли в профессиях определенного типа.

Практика. Проведение тестирование на определение психологической гибкости у обучающихся.

Тема 21.Мышление и воображение

Теория. Изучение мышления и воображения, как важных психологических свойств личности. Зависимость мышления и воображения и выбора профессии.

Тема 22.Интеллектуальные способности

Теория. Рассматривание интеллектуальных способностей и их влияние на выбор профессии.

Тема 23.Профессии, требующие высоких интеллектуальных способностей

Теория. Знакомство с профессиями, которые требуют высоких интеллектуальных способностей.

Тема 24.Подведение итогов

Теория. Закрепление изученного материала.

Практика. Тестирование на определение усвоения знаний

3.2 ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Модуль 1«На пути к учебному заведению»

Актуальность психологической подготовки к экзаменам трудно недооценить. Это связано и с тем, что любой экзамен является стрессовой ситуацией, и с тем, что ЕГЭ и ОГЭ как форма экзамена появились сравнительно недавно и ввиду внедрения каждый год меняются требования к проведению экзамена, и с тем, что такая форма проведения экзамена для многих выпускников является непривычной и пугающей.

Под психологической готовностью к сдаче экзаменов подразумевается сформированность у школьника психологических свойств и социальных компетенций (психофизиологической, личностной, технологической, мотивационной, самооценочной), без которых невозможна успешная сдача экзаменов. А выбор экзаменов напрямую связан с выбором того учебного заведения, где выпускник готов продолжить обучение для приобретения профессии.

Немаловажным является вопрос выбора учебного заведения. На сегодняшний день их существует масса. Поэтому перед тем, как подавать документы в тот или иной ВУЗ или колледж, необходимо удостовериться в том, что он подходит именно тебе. Нередко для того, чтобы разобраться в этом вопросе, необходимо проанализировать и разобрать большое количество данных. Поэтому часть этого модуля направлена на то, чтобы помочь сориентироваться обучающимся в решении данной задачи.

Цель

Отработка стратегии и тактики поведения в период подготовки к единому государственному экзамену и государственной итоговой аттестации; подготовка к поступлению в учебное заведение.

Задачи:

- повысить сопротивляемость стрессу, отработать навыки уверенного поведения;
- развить эмоционально-волевую сферу, развить чувства эмпатии, внимания к себе и доверия к окружающим;
- развить навыки самоконтроля с опорой на внутренние резервы;
- помочь в осознании собственной ответственности за поступки, в анализе своих установок;
- обучить навыкам конструктивного взаимодействия;
- помочь с выбором учебного заведения.

Планируемые результаты

Учащийся должен

знать:

- методы преодоления стрессовых ситуация в условиях высоких интеллектуальных и эмоциональных нагрузок;

- способы саморегуляции для достижения стабильного эмоционального состояния в условиях подготовки к экзаменам;

- навыки самоконтроля;

- функции среднего и высшего образования;

- учебные заведения Самарской области;

- критерии оценки учебного заведения, направлений, подготовки.

уметь:

- преодолевать стрессовые ситуации;

- выполнять саморегуляцию психоэмоционального состояния в условиях подготовки к выпускным экзаменам;

- сохранять стабильное психоэмоциональное состояние в процессе экзаменов;

- выполнять анализ учебных заведений на предмет их соответствия предпочитаемым критериям;

- принимать осознанное решение при выборе учебного заведения.

Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		Входящая диагностика, беседа
2	На пороге экзаменов. Значение экзаменов в дальнейшей профессиональной деятельности	2	2		
3	Как лучше подготовиться к экзаменам	2	2		
4	Упражнения для стимуляции познавательных способностей	2		2	
5	Как повысить стрессоустойчивость	2	1	1	
6	Способы снятия нервно-психического напряжения	2		2	
7	Как управлять эмоциями	2	1	1	
8	Пути получения профессионального	2	2		

	образования				
9	Функции среднего и высшего образования	2	2		Наблюдение, беседа
10	Профориентационная методика «Будь готов»	2		2	
11	Рынок образовательных услуг. Профессиональные учебные заведения Самарской области	2	2		Промежуточное тестирование
12	Обзор учебных заведений высшего образования Самарской области.	2	2		
13	Экскурсия в Самарский Политехнический Университет	2		2	
14	Экскурсия в Самарский Государственный Университет	2		2	
15	Экскурсия в Самарский Медицинский Университет	2		2	
16	Экскурсия в Самарский Педагогический Университет	2		2	
17	Обзор учебных заведений среднего профессионального образования Самарской области	2	2		Устный ответ
18	Экскурсия в Самарский Кулинарный Техникум	2		2	
19	Экскурсия в Самарский Колледж Сервисных Технологий	2		2	
20	Экскурсия в Самарский Технический Колледж	2		2	
21	Экскурсия в Самарский Медицинский Колледж	2		2	
22	Экскурсия в Самарский Архитектурно- Строительный	2		2	

	Колледж				
23	Обзор популярных учебных заведений России	2	2		
24	Подведение итогов	2	1	1	Тестирование
	Итого:	48	21	27	

Соджержание программы

Тема 1.Вводное занятие.

Теория. Знакомство с направлением модуля. Беседа о его значимости при выборе профессии.

Тема 2.На пороге экзаменов. Значение экзаменов в дальнейшей профессиональной деятельности.

Теория. Беседа о значимости экзаменов и в дальнейшем жизненном самоопределении.

Тема 3.Как лучше подготовиться к экзаменам.

Теория. Советы по подготовке к экзаменам

Тема 4.Упражнения для стимуляции познавательных способностей

Практика. Показ упражнений, которые помогают стимулировать познавательные способности.

Тема 5.Как повысить стрессоустойчивость

Теория. Беседа о том, что такое стрессоустойчивость, почему она необходима в работе. Знакомство с профессиями, которые требуют особой стрессоустойчивости.

Практика. Показ упражнений, которые помогают сохранять спокойствие

Тема 6.Способы снятия нервно-психического напряжения

Практика. Показ упражнений, которые помогают снять нервно-психическое напряжение.

Тема 7.Как управлять эмоциями

Теория. Беседа о том, как правильно управлять эмоциями и почему это так важно.

Практика. Показ упражнений на управление эмоций.

Тема 8.Пути получения профессионального образования

Теория. Лекция о возможных путях получения информации.

Тема 9. Функции среднего и высшего образования

Теория. Лекция о назначении среднего и высшего образования. Сходства и различия.

Тема 10.Профоориентационная методика «Будь готов»

Практика. Использование методики «Будь готов», которая помогает обучающимся подготовиться к выбору учебного заведения.

Тема 11.Рынок образовательных услуг. Профессиональные учебные заведения Самарской области

Теория. Изучения понятия рынок образовательных услуг и что в него входит. Ознакомление с профессиональными учебными заведениями Самарской области.

Тема 12.Обзор учебных заведений высшего образования Самарской области.

Теория. Знакомство с учебными заведениями Самарской области.

Тема 13.Экскурсия в Самарский Политехнический Университет

Практика. Проведение Экскурсии в Самарский Политехнический Университет. Знакомство с правилами и условиями поступления, а также перечнем предоставляемых направлений обучения.

Тема 14.Экскурсия в Самарский Государственный Университет

Практика. Проведение Экскурсии в Самарский Государственный Университет. Знакомство с правилами и условиями поступления, а также перечнем предоставляемых направлений обучения

Тема 15.Экскурсия в Самарский Медицинский Университет

Практика. Проведение Экскурсии в Самарский Медицинский Университет. Знакомство с правилами и условиями поступления, а также перечнем предоставляемых направлений обучения.

Тема 16.Экскурсия в Самарский Педагогический Университет

Практика. Проведение экскурсии в Самарский Педагогический Университет. Знакомство с правилами и условиями поступления, а также перечнем предоставляемых направлений обучения.

Тема 17.Обзор учебных заведений среднего профессионального образования Самарской области

Теория. Знакомство с учебными заведениями среднего профессионального образования Самарской области. Знакомство с правилами и условиями поступления, а также перечнем предоставляемых направлений обучения.

Тема 18.Экскурсия в Самарский Кулинарный Техникум

Практика. Проведение экскурсии в Самарский Кулинарный Техникум. Знакомство с правилами и условиями поступления, а также перечнем предоставляемых направлений обучения.

Тема 19 Проведение экскурсии в Самарский Колледж Сервисных Технологий.

Практика. Знакомство с правилами и условиями поступления, а также перечнем предоставляемых направлений обучения.

Тема 20. Экскурсия в Самарский Технический Колледж

Практика. Проведение экскурсии в Самарский Технический Колледж. Знакомство с правилами и условиями поступления, а также перечнем предоставляемых направлений обучения.

Тема 21. Экскурсия в Самарский Медицинский Колледж

Практика. Проведение Экскурсии в Самарский Медицинский Колледж. Знакомство с правилами и условиями поступления, а также перечнем предоставляемых направлений обучения.

Тема 22. Экскурсия в Самарский Архитектурно- Строительный Колледж

Практика. Проведение Экскурсии в Самарский Архитектурно-Строительный Колледж. Знакомство с правилами и условиями поступления, а также перечнем предоставляемых направлений обучения.

Тема 23. Обзор популярных учебных заведений России

Теория. Знакомство с популярными учебными заведениями России.

Тема 24. Подведение итогов.

Теория. Закрепление изученного материала

Практика. Тестирование по итогам модуля

Модуль 2 «Основы поиска работы и трудоустройства»

Работа - это то, что необходимо каждому. Очень часто неудачи в поиске работы связаны с неумением ее поиска. Порой недостаточно несколько раз выслать свое резюме и ждать решения проблемы. Трудоустройство — гораздо более кропотливый процесс, и каждому необходимо знать о способах поиска работы, так как любой из них может пригодиться и ускорить этот процесс. Поэтому в рамках данного модуля обучающимся предлагается узнать, как искать работу, какие существуют методы и способы трудоустройства, как составлять резюме и проходить собеседование и т.д.

Цель

Содействие обучающимся в получении умений и знаний, которые необходимы для поиска работы и успешного трудоустройства.

Задачи:

-помочь ориентироваться на рынке труда региона;

-сформировать общие сведения об экономической жизни общества, экономике предприятия и роли персонала в деятельности организации;

- научить оформлять резюме, сопроводительное письмо, автобиографию, заполнять анкеты при трудоустройстве;

- дать понятие о профессиональной этике;

- ознакомить с нормативной базой при трудоустройстве.

Планируемые результаты:

Учащийся должен

знать:

- общие сведения об экономической жизни общества, экономике предприятия и роли персонала в деятельности организации;
- понятие рынка труда и конкуренции на рынке труда, «конкурентоспособность» своей профессии;
- типы, виды и режимы профессиональной деятельности;
- основы законодательства РФ в области трудоустройства;
- психологические особенности делового общения при проведении собеседования с кандидатом на замещение вакансии;
- виды собеседования и правила диалога;
- основные причины отказа в приеме на работу;
- причины, виды конфликтов, возникающих при трудоустройстве и в первые дни работы, способы их разрешения;
- роль личности в профессиональной адаптации;
- правила этикета при трудоустройстве;
- нормы профессиональной этики.

уметь:

- ориентироваться на рынке труда региона;
- определять требования к своей профессии, и ее конкурентоспособность;
- определять личностные достоинства и недостатки для избранной профессии;
- использовать технологии трудоустройства и применять правила поиска работы;
- соблюдать правила протокола и этикета при трудоустройстве;
- оформлять резюме, сопроводительное письмо, автобиографию, заполнять анкеты при трудоустройстве;
- поддерживать внешний вид соискателя вакансии;
- применять различные средства и техники эффективного общения при ведении диалога с работодателем;
- определять тактику поведения в конфликтных ситуациях, возникающих при трудоустройстве;
- производить хорошее впечатление на работодателя;
- адаптироваться на новом месте работы;
- пользоваться нормативной базой при трудоустройстве.

Изучение технологий эффективного собеседования. Игровые ситуации, проведение собеседований.

Изучение причин появления конфликтов. Советы конструктивного решения конфликтов.

Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		Входящая диагностика, беседа
2	Рынок труда	2	2		
3	Человек в новых социально-экономических условиях	2	2		
4	Развитие производственной структуры	2	2		
5	Сфера услуг	2	2		
6	Развитие сельского хозяйства. Фермерство	2	2		
7	Менеджмент и маркетинг	2	2		
8	Современный рынок труда и его требования к профессионалу	2	2		
9	Состояние рынка труда Самарской области	2	2		Наблюдение беседа
10	Спрос и предложение, методы их регулирования	2	2		
11	Занятость населения. Безработица	2	2		Промежуточное тестирование
12	Правила поведения на рынке труда	2	2		
13	Как правильно настроиться на поиск работы	2	2		
14	Правила позитивного влияния на работодателя	2	2		
15	Установки, которые мешают достигать успеха в ситуации трудоустройства	2	2		
16	Деловая этика	2	2		

17	Имидж и этикет делового человека	2	2		Устный ответ
18	Искусство самопрезентации	2	1	1	
19	Технология эффективного собеседования	2	1	1	
20	Как правильно подготовить документы для трудоустройства	2	1	1	
21	Как составить резюме? Практика написания	2	1	1	
22	Динамика «врастания нового сотрудника в коллектив, сложности, подстерегающие на пути.	2	2		
23	Конфликты и умение их решать.	2	1	1	
24	Итоговое занятие. Деловая игра «День приема на работу»	2		2	Тестирование
	Итого:	48	41	7	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие

Теория. Знакомство с направлением модуля.

Тема 2. Рынок труда

Теория. Изучения понятие рынок труда. Основные принципы формирования рынка труда, его функция и структура. Правила поведения на рынке труда.

Тема 3. Человек в новых социально-экономических условиях

Теория. Изучение социально-экономических условий в современном мире.

Тема 4. Развитие производственной структуры

Теория. Лекция о развитии производственной структуры.

Тема 5. Сфера услуг

Теория. Знакомство с профессиями, которые входят в сферу услуг

Тема 6. Развитие сельского хозяйства. Фермерство

Теория. Изучение тенденции развития сельского хозяйства. Значение фермерства в современном обществе.

Тема 7. Менеджмент и маркетинг

Теория. Рассматривание менеджмента и маркетинга. Их развитие на рынке труда.

Тема 8. Современный рынок труда и его требования к профессионалу

Теория. Лекция о том, какие требования к человеку предъявляет рынок труда.

Тема 9. Состояние рынка труда Самарской области

Теория. Рассматривание особенностей рынка труда Самарской области

Тема 10. Спрос и предложение, методы их регулирования

Теория. Знакомство с понятиями спрос и предложение, как они формируют современный рынок труда.

Тема 11. Занятость населения. Безработица

Теория. Знакомство с понятиями занятость населения и безработица. Причины, влияющие на их появление.

Тема 12. Правила поведения на рынке труда

Теория. Изучение правил поведения на рынке труда.

Тема 13. Как правильно настроиться на поиск работы

Теория. Советы о том, как правильно настраиваться на поиск работы.

Тема 14. Правила позитивного влияния на работодателя

Теория. Знакомство с правилами позитивного влияния на работодателя.

Тема 15. Установки, которые мешают достигать успеха в ситуации трудоустройства

Теория. Раскрытие установок, которые мешают в процессе трудоустройства

Тема 16. Деловая этика

Теория. Изучение понятия деловая этика. Для чего она необходима.

Тема 17. Имидж и этикет делового человека

Теория. Влияние имиджа и знания делового этикета на успешность в профессиональной деятельности.

Тема 18. Искусство самопрезентации.

Теория. Знакомство с искусством самопрезентации.

Практика. Пробы самопрезентации

Тема 19. Технология эффективного собеседования

Теория. Изучение технологий эффективного собеседования.

\Практика. Игровые ситуации, проведение собеседований.

Тема 20. Как правильно подготовить документы для трудоустройства

Теория. Изучение документов, которые необходимы для трудоустройства.

Практика. Знакомство с правилами подготовки документов.

Тема 21. Как составить резюме? Практика написания

Теория. Обучение навыкам составления резюме.

Практика. Практика написания резюме

Тема 22. Динамика «врастания нового сотрудника в коллектив, сложности, подстерегающие на пути.

Теория. Знакомство с динамикой «врастания нового сотрудника в коллектив». Изучение сложностей, которые могут возникнуть у сотрудника в новом коллективе.

Тема 23. Конфликты и умение их решать.

Теория. Изучение причин появления конфликтов.

Практика. Советы конструктивного решения конфликтов.

Тема 24. Итоговое занятие.

Практика. Деловая игра «День приема на работу»

Модуль 3 «Планирование профессиональной деятельности»

По мнению большинства психологов, определяющим фактором для развития личности в зрелости является стремление к наиболее полной самореализации в различных сферах жизни - профессиональной, семейной, творческой. Для любого современного человека профессиональная деятельность является важнейшей составляющей его жизни. В основном, граждане проводят больше времени на работе, чем у себя дома. К тому же, удовлетворенность или неудовлетворенность жизнью примерно на 50 процентов связана с любимой или нелюбимой работой, а остальные 50 процентов - с благополучием в семейно-брачных отношениях.

Именно из-за всё более растущей важности работы в жизни наших современников следует продуманно и взвешенно подходить как к выбору своей будущей специальности, так и к последующему построению своей карьеры. Начиная со школьной скамьи, молодым людям предлагают задуматься над вопросом: "А кем я хочу стать?". На профессиональное самоопределение в школе и в других организациях, работающих с детьми, направлены самые разнообразные программы. Однако вопрос профессиональной карьеры становится ещё более значимым для людей, которые уже обучаются определённой профессии. Очень важно вовремя понять: "Мне подходит выбранная специальность?". И если ответ оказывается утвердительным, то работа над профессиональной карьерой только начинается, т.к. правильно выбрать специальность и старательно обучаться ей - это ещё не всё.

Цель

Содействие формированию эффективной стратегии адаптации на рынке труда, профессиональной направленности и самореализации, готовности к выбору профессионального или карьерного пути.

Задачи:

- сформировать базовые понятия о рынке труда и показать возможные пути выхода на рынок труда;

- развить практические навыки и умения самопрезентации учащихся;

- сформировать активную жизненную позицию, нацеленную на реализацию творческого потенциала личности в процессе самопознания и личностного роста;

- формировать положительное отношение к себе, чувство изначальной ценности как индивидуальности, уверенность в своих способностях применительно к реализации себя в будущей профессии;

- формировать навыки вербального и невербального общения;

- развить умения определять наиболее эффективные пути, средства и методы достижения успеха в профессиональном и должностном росте;

- формировать мотивацию к развитию карьеры.

Планируемые результаты

Учащиеся должны

знать:

- отношение человека к деятельности и к себе как деятелю;
- психологические особенности основных видов деятельности;
- основные свойства нервной системы;
- методы развития памяти и внимания;
- методы преодоления стрессовых ситуаций, методы работы в стрессовых ситуациях;

уметь:

- взаимодействовать в коллективе;
- слушать и слышать других;
- оценивать, анализировать социальную обусловленность человеческой психики и поведения;
- формировать представления о профессионально значимых способностях и личностных качествах.

Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		Входящая диагностика, беседа
2	Карьерно-профессиональное развитие	2	2		
3	Компоненты профессиональной карьеры	2	2		

4	Правила карьерной стратегии	2	2		
5	Этапы карьерного роста	2	2		
6	Карьерные тенденции современности	2	2		
7	Развитие индивидуальных способностей и личностных качеств	2	2		
8	Тренинг «На пороге взрослой жизни»	2		2	
9	Анкета «Самоанализ возможного будущего»	2		2	Наблюдение, беседа
10	Встреча с интересными людьми «Мастер своего дела»	2		2	
11	Экскурсия на предприятие	2		2	Промежуточное тестирование
12	Ошибки в выборе профессии	2	2		
13	Стратегия выбора профессии «Хочу-могу-надо»	2	2		
14	Иерархия потребностей Маслоу	2	2		
15	Игра «Оптимисты и скептики»	2		2	
16	Игра «Клуб знатоков профессий»	2		2	
17	Основы трудового права	2	2		Устный ответ
18	Оформление дневника профессиональной карьеры	2		2	
19	Критерии профессиональной компетентности	2	2		
20	Программа личностного и профессионального роста	2	2		
21	Профессиональное прогнозирование	2	2		
22	Самоменеджмент и в чем его необходимость	2	1	1	
23	Экскурсия в Центр занятости населения	2		2	
24	Итоговое занятие.	2	1	1	Тестирование
	Итого:	48	30	18	

Содержание программы

Тема 1.Вводное занятие

Теория. Знакомство с направлением модуля.

Тема 2.Карьерно-профессиональное развитие

Теория. Изучение понятия карьерно-профессиональное развитие

Тема 3.Компоненты профессиональной карьеры

Теория. Изучение компонентов профессиональной карьеры

Тема 4.Правила карьерной стратегии

Теория. Знакомство с правилами карьерной стратегии

Тема 5.Этапы карьерного роста

Теория. Изучение этапов карьерного роста.

Тема 6.Карьерные тенденции современности

Теория. Знакомство с карьерными тенденциями в современном обществе

Тема 7.Развитие индивидуальных способностей и личностных качеств

Теория. Беседа о важности развития индивидуальных и личностных качеств в развитии карьеры.

Тема 8.Тренинг «На пороге взрослой жизни»

Практика. Проведение Тренинга «На пороге взрослой жизни», который помогает обучающимся осознать насколько они готовы к выбору жизненного профессионального пути.

Тема 9.Анкета «Самоанализ возможного будущего»

Практика. Проведение анкеты «Самоанализ возможного будущего», дает учащимся понимание своего возможного профессионального будущего.

Тема 10.Встреча с интересными людьми «Мастер своего дела»

Практика. Встреча с профессионалом в своей области. Рассказ об особенности своей профессии. Ответы на вопросы учащихся

Тема 11.Экскурсия на предприятие

Практика. Проведение экскурсии на предприятие. Знакомство со спецификой работы предприятия, условиями и особенностями труда сотрудников.

Тема 12.Ошибки в выборе профессии

Теория. Рассматривание ошибок, которые подстерегают в выборе профессии. Дискуссия.

Тема 13.Стратегия выбора профессии «Хочу-могу-надо»

Теория. Знакомство с трехфакторной стратегией «Хочу-могу-надо». Ее значимость в выборе профессии.

Тема 14.Иерархия потребностей Маслоу

Теория. Рассматривание иерархии потребностей Маслоу. Как она влияет на выбор профессионального пути.

Тема 15.Игра «Оптимисты и скептики»

Практика. Проведение игры «Оптимисты и скептики» Помогает детям высказать свое отношение к выбору профессий.

Тема 16.Игра «Клуб знатоков профессий»

Практика. Проведение Игры «Клуб знатоков» Помогает закрепить и расширить свои знаний о профессиях.

Тема 17.Основы трудового права

Теория. Знакомство с трудовым законодательством РФ.

Тема 18.Оформление дневника профессиональной карьеры

Практика. Практика оформления дневника профессиональной карьеры

Тема 19.Критерии профессиональной компетентности

Теория. Рассматривание критерий профессиональной компетентности

Тема 20.Программа личностного и профессионального роста

Теория. Знакомство с понятием программа личностного роста

Тема 21.Профессиональное прогнозирование

Теория. Лекция на тему Профессиональное прогнозирование.

Тема 22.Самоменеджмент и в чем его необходимость

*Теория. З*накомство с понятием самоменеджмент. Его цели с задачи.

Практика. Практика занятия самоменеджементом

Тема 23.Экскурсия в Центр занятости населения

Практика. Проведение экскурсии в Центр занятости населения. Знакомство с профессиями, которые востребованы в настоящее время.

Тема 24.Итоговое занятие.

Теория. Закрепление полученных знаний.

Практика. Анкетирование.

4. Ресурсное обеспечение программы

Принципы построения педагогического процесса

Поскольку объектом профориентационной деятельности является процесс социально-профессионального самоопределения человека, важно в первую очередь сформулировать группу принципов, которыми руководствуются (или должны руководствоваться) обучающиеся, выбирая себе профессию и место в социальной структуре общества.

Принцип сознательности в выборе профессии выражается в стремлении удовлетворить своим выбором не только личностные потребности в трудовой деятельности, но и принести как можно больше пользы обществу.

Принцип соответствия выбираемой профессии интересам, склонностям, способностям личности и одновременно потребностям общества в кадрах определенной профессии, выражает связь личностного и общественного аспектов выбора профессии.

Принцип активности в выборе профессии характеризует тип деятельности личности в процессе профессионального самоопределения. Профессию надо активно искать самому. В этом большую роль призваны сыграть: практическая проба сил самих учащихся в процессе трудовой и профессиональной подготовки, советы родителей и их профессиональный опыт, поиск и чтение (по интересующей теме) литературы, работа во время практики и многое другое.

Принцип развития отражает идею выбора такой профессии, которая давала бы личности возможность повышения квалификации, увеличение заработка, по мере роста опыта и профессионального мастерства, возможность активно участвовать в общественной работе, удовлетворять культурные потребности личности, потребность в жилье, отдыхе и т.п.

В профессиональной ориентации есть группа принципов, тесно связанных (и во многом пересекающимися) с общепедагогическими принципами:

• связь профориентации с жизнью, трудом, практикой, предусматривающей оказание помощи человеку в выборе его будущей профессии в органичном единстве с потребностями народного хозяйства в квалифицированных кадрах;

• связь профориентации с трудовой подготовкой подростков – это принцип, предусматривающий хорошую постановку трудового воспитания и обучения. В отрыве от трудовой подготовки профориентация приобретает черты абстрактности, оторванности от практики, от общих задач трудового и профессионального становления личности;

• взаимосвязь школы, семьи, базового предприятия, средних профессиональных учебных заведений и общественности в профориентации учащихся предусматривает тесный контакт по оказанию помощи молодым людям в выборе профессии. При этом предполагается усиление целенаправленности и координации в совместной деятельности;

• воспитывающий характер профориентации состоит в необходимости осуществления профориентационной работы в соответствии с задачами формирования гармоничной личности, в единстве трудового, экономического, нравственного, эстетического, правового и физического воспитания;

• взаимосвязь диагностического и воспитательного подходов к проведению профориентационной работы - принцип, предполагающий недопустимость противопоставления одного подхода другому. Каждый из них решает свои задачи;

• дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся в зависимости от возраста и уровня сформированности их профессиональных интересов, от различий в ценностных ориентациях и жизненных планов, от уровня успеваемости. Дифференциация учащихся по группам позволяет точнее определять средства воздействия, которые, будучи эффективными в одной группе, могут оказаться неэффективными в другой. Дифференциация создает условия для реализации индивидуального подхода;

• оптимальное сочетание массовых, групповых и индивидуальных форм профориентационной работы с учащимися и их родителями, утверждающих необходимость использования разных форм, отхода от традиционно используемых одних только массовых форм, усиление внимания к сбалансированному сочетанию всех форм работы;

• соответствие содержания форм и методов профориентационной работы потребностям профессионального развития личности и одновременно потребностям района (города, региона) в кадрах определенных профессий и требуемого уровня квалификации.

Методы и приемы обучения.

Пассивные методы (просветительское направление):

• Беседы, лекции, просмотр видеофильмов;

• Профдиагностика, профконсультации для учащихся;

• Посещение «ярмарок профессий»;

• Знакомство с «образовательной картой» города, района.

Активные методы (обучающе-развивающее направление):

• Экскурсии учащихся в учебные заведения - организация экскурсий в учебные заведения, где можно увидеть реальные условия будущей учебы, познакомиться с историей учебного заведения, пообщаться со студентами;

• «Активная проба сил» учащимися на мастер-классах с руководителями творческих объединений (демонстрация разных техник работы с материалами, участие в играх и т.д.);

• Использование сюжетно - ролевых игр по профориентации посредством игры: учащимся предоставляется возможность «смоделировать», проанализировать и проиграть те жизненные ситуации, которые могут возникнуть в реальной жизни. Участвуя в подобных играх, ребята раскрывают свои таланты, учатся высказывать свои мысли, развивают ораторское мастерство и многое другое.

Работа с родителями

Работа с родителями является важным звеном в системе профориентации обучающихся. Практика показывает, что родители принимают активное участие в определении жизненных и профессиональных планов своих детей. Именно родители могут в большей мере помочь своим детям определить их возможности и интересы к определенной профессии. Например, многие обучающиеся выбирают еще в детстве профессию своих родителей. Часто случается, что удовлетворенность или неудовлетворенность родителей своей профессией может стать достаточным стимулом для положительного или негативного отношения к ней детей. Вместе с тем, вопросы выбора профессии и определения путей продолжения образования представляют трудную задачу как для самих обучающихся, так и для их родителей. Советы последних часто не соответствуют реальным потребностям различных областей народного хозяйства в кадрах. Не всегда родители знают и объективно оценивают интересы и способности детей. Желания родителей и профессиональные намерения обучающихся во многих случаях не совпадают. Главная цель работы педагога с родителями по профориентации обучающихся - оказание помощи семье в подготовке их детей к личностному росту и профессиональному самоопределению с выходом в самостоятельную жизнь.

Формы профориентационной работы с родителями:

1. Тематические родительские собрания.
2. Мероприятия с привлечением родителей.
3. Родительские лектории по вопросам профориентации.
4. Индивидуальные консультации с родителями по вопросу выбора обучающимися профессий.
5. Анкетирование родителей обучающихся.
6. Информирование родителей.
7. Помощь родителям в организации временного трудоустройства обучающихся в каникулярное время.

Программа разработана с учётом современных образовательных технологий, которые выражаются:

-в принципах обучения (индивидуальность, доступность, преемственность);

-в формах и методах обучения (активное, дифференцированное);

-в методах контроля (тесты, анкетирование);

-в средствах обучения (видеофильмы, книги).

Здоровьесберегающие технологии являются приоритетным звеном в программе, где разработаны и проводятся следующие мероприятия по сохранению здоровьесберегающей среды:

-проведение инструктажей по технике безопасности;

-правильное распределение нагрузки в течение всего занятия от простого к сложному;

-проведение релаксационных игровых пауз для отдыха воспитанников;

- проведение бесед о режиме дня и личной гигиене ребенка;

- соблюдение регламента учебного времени занятия;

- проветривание помещения.

Материально-техническая база соответствует задачам реализации программы профессиональной ориентации образовательного учреждения:

• лекционные аудитории;

• административные и иные помещения, оснащённые необходимым оборудованием, в том числе для организации учебного процесса с детьми-инвалидами и детьми с ограниченными возможностями здоровья;

• мультимедийные средства представления информации (проектор, интерактивная доска);

• ИКТ-технологии (работа с Интернет-ресурсами).

Применение технологий дистанционного обучения. Дистанционное обучение базируется на использовании компьютеров и телекоммуникационной сети. Компьютерные средства связи снимают проблемы расстояний и делают более оперативной связь между преподавателем и учеником. Современные средства информационных технологий позволяют использовать при обучении разнообразные формы представления материала: вербальные и образные (звук, графика, видео, анимация).

В процессе проведения обучения в дистанционном режиме подразумевается использование:

- ПК с веб-камерой и подключением к скоростному интернету;
- программы для видеосвязи, мессенджеры для удобного общения;
- специализированный сайт для управления обучением, для более удобного перехода по ссылкам интернет-школы.

Для общения обучающегося с педагогом и непосредственно обучения используются следующие **формы взаимодействия**:

- электронная переписка – для рассылки заданий и отправки выполненных работ;
- телеконференции – позволяют организовывать настоящие дискуссии между учениками, если того требует тема.

Категории детей, нуждающихся в образовании по системе дистанционного обучения:

- дети с ОВЗ;
- часто болеющие дети (карантин);
- одаренные дети;
- дети, выезжающие вместе с родителями в другие города.

5.Список литературы

1.Березина А. В. Дорожная карта : профориентационная работа с детьми и подростками в библиотеке / А. В. Березина, Н. Г. Малахова, С. С. Кукушкина // Школ. б-ка: сегодня и завтра. — 2021. — № 10. — С. 6 — 72.

2.Беспалова Е. А. «ЕВРАЗ — класс» — энергия будущего» : (модель профессионального самоопределения старшеклассников в условиях сетевого взаимодействия) / Е. А. Беспалова // Управление современной школой. Завуч. — 2021. — № 7. — С. 49-69.

3.Боловцова Ю. А. Практика проведения педагогической мастерской «Использование профориентационных социально-моделирующих игр в воспитательной деятельности» / Ю. А. Боловцова // Методист. — 2021. — № 4. — С. 12-14.

4.Киселёв С. М. Профориентационная работа с обучающимися и их родителями – основа предпрофессиональной подготовки / С. М. Киселёв // Доп. образование и воспитание. — 2020. — **№ 6. — С. 54-55**

5.Кропивянская С. О. К вопросу об эффективности профориентационной работы в современной школе / С. О. Кропивянская // Шк. и пр-во. — 2020. — **№ 5. — С. 49-57**

6.Майорова Г. В. Залог успешного завтра: от интересов ребенка к профессиональному пути / Г. В. Майорова // Доп. образование и воспитание. — 2021. — № 1. — С. 33-36.

7. Мельникова М. А. Организация и проведение профориентационной работы / М. А. Мельникова, А. А. Васильев // Среднее проф. образование. — 2021. — № 12. — С. 37-39.

8. Мендаева Д. Как помочь школьникам узнать о профессиях. Конспект занятия / Д. Мендаева // Упр. нач. шк. — 2021. — № 3. — С. 40-47.

9.Мелетичев В. В. Профессиональные склонности и мотивация обучающихся как условие успешности выбора и освоения профессии [Текст] / В. В. Мелетичев, Е. В. Харитонова // Педагогика. — 2020. — **№ 1. — С. 87-93**. — Библиогр. в конце ст.

10.Седлачкова Я. Кем я стану, когда вырасту? Выбери профессию своей мечты. – М.: Клевер,2018

11.Фадеева Е. И. Выбирая профессию, выбираем образ жизни / Е.И. Фадеева, М.В. Ясюкевич. - Москва: СПб. : Питер, 2021. - 307 с.

6.Приложения.

Приложение 1

Календарный учебный график

педагога дополнительного образования

Пановой Анны Ивановны

Путь к профессии (базовый)

1 год обучения

№ П/п	Дата проведения занятия	Группа/ Время проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения (школа, кабинет)	Форма контроля
Модуль 1 «Все профессии нужны, все профессии важны»							
1.			2	Вводное занятие. Знакомство	Вводное занятие		опрос
2			2	Что изучает профориентация?	Беседа		опрос
3			2	Знакомство с понятиями «Профессия, специальность, должность»	Беседа		опрос

4			2	Тестирование «Осведомленность в мире профессии»	беседа		опрос
5			2	Типология профессий	Беседа		опрос
6			2	Характеристика профессий типа «Человек – природа	Беседа		Опрос
7			2	Характеристика профессий типа «Человек- человек»	Беседа		Опрос
8			2	Характеристика профессий типа «Человек- техника»	Беседа		Опрос
9			2	Характеристика профессий типа «Человек- художественный образ»	Беседа		Опрос
10			2	Характеристика профессий типа «Человек – знаковая система»	Беседа		Опрос
11			2	Презентация детей «Профессии моей семьи»	Беседа		Опрос
12			2	«Модные профессии»	Беседа		Опрос
13			2	«Профессии, которые обеспечивают жизнь»	Беседа		Опрос
14			2	«Профессии по призванию»	Беседа		Опрос
15			2	Профессии XXI века	Викторина		Викторина
16			2	Предпринимательство как сфера трудовой деятельности	Викторина		Викторина
17			2	Игра- практикум «Я – предприниматель»	Беседа		Опрос

18			2	Практикум составление каталога профессий	Беседа		Опрос
19			2	Знакомство с профессиограммой	Беседа		Опрос
20			2	Практикум «Учимся составлять профессиограмму»	Беседа		Опрос
21			2	Тренинг «Необитаемый остров»	Беседа		Опрос
22			2	Встреча с интересными людьми «Мастер своего дела»	Беседа		Опрос
23			2	Экскурсия на предприятие	Беседа		Опрос
24			2	Подведение итогов. Викторина «Ярмарка профессий»	Беседа		Опрос
Модуль 2 «Я в мире профессий»							
1			**2**	Вводное занятие	Беседа		Игра
2			2	Понятие о личности. Методы изучения личности	Беседа		Игра
3			2	Образ «Я» как система представлений о себе	Беседа		Опрос
4			2	Структура образа «Я»	Беседа		Опрос
5			2	Влияние представлений о себе на правильный выбор профессии.	Беседа		Опрос
6			2	Урок самопознания и откровенности	Беседа		Опрос
7			2	Исследование самооценки.	Беседа		Опрос
8			2	Жизненные ценности	Беседа		Опрос

9			2	В человеке все должно быть прекрасно	Беседа		Опрос
10			2	Что такое самореализация?	Беседа		Опрос
11			2	Профессиональные и жизненные планы	Беседа		Опрос
12			2	Игровые пробы	Беседа		Опрос
13			2	Интересы и склонности в выборе человека	Беседа		Опрос
14			2	Тестирование «Профессиональные склонности»	Беседа		Опрос
15			2	Профессия и здоровье.	Беседа		Опрос
16			2	Типы профессий по медицинским противопоказаниям	Беседа		Опрос
17			2	Работоспособность и эффективность работы	Беседа		Опрос
18			2	Работа с анкетой здоровья	Беседа		Опрос
19			2	Как укрепить здоровье?	Игра		Игра
20			2	Профессиональная игра «Профессии выбирают человека»	Игра		Игра
21			2	Определение профессионального типа личности	Беседа		Тест
22			2	Знакомство с профессиями интеллектуального типа личности и социального типа личности.	Беседа		Тест
23			2	Знакомство с профессиями предпринимательского типа личности и конвенционального типа личности	Беседа		Опрос
24			2	Подведение итогов. Эссе «Я и моя	Беседа		Опрос

				будущая профессия»			
Модуль 3 «Планирование профессиональной деятельности»							
1			2	Введение. Психология и как она помогает при выборе профессии	Беседа		Опрос
2			2	Внутренний мир человека и возможности его самопознания	Беседа		Опрос
3			2	Что такое психодиагностика, как она помогает в выборе профессии.	Беседа		Опрос
4			2	Свойства нервной системы. Темперамент и характер.	Беседа		Опрос
5			2	История изучения темперамента: от Гиппократа до Павлова.	Беседа		Опрос
6			2	Типы темперамента, их влияние на профессиональную деятельность	Беседа		Опрос
7			2	Опросник «Определение преобладающего типа темперамента» (Модификация Белова А.)	Практическая работа		Тестирование
8			2	Память. Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации	Практическая работа		Тестирование
9			2	Знакомство с мнемотехниками.	Практическая работа		Тестирование
10			2	Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания. Методики	Практическая работа		Тестирование

				«Зрительная память», «Вербальная (словесная) память».			
11			2	Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание	Беседа		Опрос
12			2	Структура и характеристики внимания: объем, распределение, переключение, концентрация, устойчивость.	Беседа		Опрос
13			2	Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания	Беседа		Опрос
14			2	Изучение индивидуальных особенностей внимания: «Тест Э. Ландольта»	Беседа		Опрос
15			2	Приемы развития внимания.	Беседа		Опрос
16			2	Воля. Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли.	Беседа		Опрос
17			2	Опросник «Какая у меня воля?», методики «Исследование волевой организации личности»	Игра		Опрос
18			2	Формы эмоциональных переживаний – настроение, стрессовые ситуации, фрустрация.	Игра		Опрос
19			2	тест «Знаете ли вы себя?»,	Беседа		Опрос

20			2	«Определение психологической гибкости»	Беседа		Опрос
21			2	Мышление и воображение.	Беседа		Опрос
22			2	Интеллектуальные способности.	Беседа		Опрос
23			2	Профессии, требующие высоких интеллектуальных способностей	Беседа		Опрос
24			2	Подведение итогов	Беседа		Опрос

Календарный учебный график

педагога дополнительного образования

Пановой Анны Ивановны

Путь к профессии (базовый)

2 год обучения

Модуль 1«На пути к учебному заведению»						
1			2	Вводное занятие	Беседа	
2			2	На пороге экзаменов. Значение экзаменов в дальнейшей профессиональной деятельности	Беседа	
3			2	Как лучше подготовиться к экзаменам	Беседа	
4			2	Упражнения для стимуляции познавательных способностей	Беседа	

5			2	Как повысить стрессоустойчивость	Беседа	
6			2	Способы снятия нервно-психического напряжения	Беседа	
7			2	Как управлять эмоциями	Беседа	
8			2	Пути получения профессионального образования	Беседа	
9			2	Функции среднего и высшего образования	Викторина	
10			2	Профориентационная методика «Будь готов»	Викторина	
11			2	Рынок образовательных услуг. Профессиональные учебные заведения Самарской области	Беседа	
12			2	Обзор учебных заведений высшего образования Самарской области.	Беседа	
13			2	Экскурсия в Самарский Политехнический Университет	Беседа	
14			2	Экскурсия в Самарский Государственный Университет	Беседа	
15			2	Экскурсия в Самарский Медицинский Университет	Беседа	
16			2	Экскурсия в Самарский Педагогический Университет	Беседа	
17			2	Обзор учебных заведений среднего профессионального образования Самарской области	Практика	

18			2	Экскурсия в Самарский Кулинарный Техникум	Практика	
19			2	Экскурсия в Самарский Колледж Сервисных Технологий	Беседа	
20			2	Экскурсия в Самарский Технический Колледж	Беседа	
21			2	Экскурсия в Самарский Медицинский Колледж	Беседа	
22			2	Экскурсия в Самарский Архитектурно-Строительный Колледж	Беседа	
23			2	Обзор популярных учебных заведений России	Беседа	
24			2	Подведение итогов	Беседа	
Модуль 2 «Основы поиска работы и трудоустройства»						
1			2	Вводное занятие	Беседа	
2			2	Рынок труда	Беседа	
3			2	Человек в новых социально-экономических условиях	Беседа	
4			2	Развитие производственной структуры	Беседа	
5			2	Сфера услуг	Беседа	
6			2	Развитие сельского хозяйства. Фермерство	Беседа	
7			2	Менеджмент и маркетинг	Беседа	
8			2	Современный рынок труда и его требования	Беседа	

				к профессионалу		
9			2	Состояние рынка труда Самарской области	Беседа	
10			2	Спрос и предложение, методы их регулирования	Беседа	
11			2	Занятость населения. Безработица	Беседа	
12			2	Правила поведения на рынке труда	Беседа	
13			2	Как правильно настроиться на поиск работы	Беседа	
14			2	Правила позитивного влияния на работодателя	Беседа	
15			2	Установки, которые мешают достигать успеха в ситуации трудоустройства	Беседа	
16			2	Деловая этика	Беседа	
17			2	Имидж и этикет делового человека	Беседа	
18			2	Искусство самопрезентации	Беседа	
19			2	Технология эффективного собеседования	Беседа	
20			2	Как правильно подготовить документы для трудоустройства	Беседа	
21			2	Как составить резюме? Практика написания	Беседа	
22			2	Динамика «врастания нового сотрудника в коллектив, сложности, подстерегающие на пути.	Беседа	
23			2	Конфликты и умение их решать.	Беседа	
24			2	Итоговое занятие. Деловая игра «День приема на работу»	Беседа	
Модуль 3 «Планирование профессиональной деятельности»						

1			2	Вводное занятие	Беседа	
2			2	Карьерно-профессиональное развитие	Беседа	
3			2	Компоненты профессиональной карьеры	Беседа	
4			2	Правила карьерной стратегии	Беседа	
5			2	Этапы карьерного роста	Беседа	
6			2	Карьерные тенденции современности	Беседа	
7			2	Развитие индивидуальных способностей и личностных качеств	Беседа	
8			2	Тренинг «На пороге взрослой жизни»	Беседа	
9			2	Анкета «Самоанализ возможного будущего»	Беседа	
10			2	Встреча с интересными людьми «Мастер своего дела»	Беседа	
11			2	Экскурсия на предприятие	Беседа	
12			2	Ошибки в выборе профессии	Беседа	
13			2	Стратегия выбора профессии «Хочу-могу-надо»	Беседа	
14			2	Иерархия потребностей Маслоу	Беседа	
15			2	Игра «Оптимисты и скептики»	Беседа	
16			2	Игра «Клуб знатоков профессий»	Беседа	
17			2	Основы трудового права	Беседа	
18			2	Оформление дневника профессиональной карьеры	Беседа	
19			2	Критерии профессиональной компетентности	Игра	
20			2	Программа личностного и профессионального	Игра	

				роста		
21			2	Профессиональное прогнозирование	Беседа	
22			2	Самоменеджмент и в чем его необходимость	Беседа	
23				Экскурсия в Центр занятости населения		
24				Итоговое занятие.		

Приложение 2

ОПРОСНИК. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРЕОБЛАДАЮЩЕГО ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА

Лица с четко выраженными свойствами, относящимися только к одному типу темперамента, встречаются сравнительно редко. Гораздо чаще людям свойственны смешанные типы темперамента, характеризующиеся наличием свойств, характерных для разных типов темперамента с преобладанием одного из них.

Для преобладающего типа темперамента и выявления представленное в нем свойств других типов можно использовать метод идентификации, предложенный А. Беловым в 1971 г. Испытуемому последовательно предъявляются четыре карточки, на каждой из которых написано по 20 свойств, характерных для представителей каждого типа темперамента: I карточка — холерика, II — сангвиника, III — флегматика, IV — меланхолика.

Инструкция требует внимательно прочитать перечень свойств и поставить знак «+», если испытуемый считает, что это свойство ему присуще, и знак «-» — если оно у него отсутствует. В сомнительных случаях ничего не ставится.

ХОЛЕРИК

1. Неусидчивость, суетливость.

2. Невыдержанность, вспыльчивость.

3. Нетерпеливость.

4. Резкость и прямолинейность в отношениях с людьми.

5. Решительность и инициативность.

6. Упрямство.

7. Находчивость в споре.

8. Неритмичность в работе.

9. Склонность к риску

10. Незлопамятность, необидчивость.

11. Быстрота и страстность речи.

12. Неуравновешенность и склонность к горячности.

13. Нетерпимость к недостаткам.

14. Агрессивность забияки.

15. Выразительность мимики.

16. Способность быстро действовать и решать.

17. Неустанное стремление к новому.

18. Резкость, порывистость в движениях.

19. Настойчивость в достижении поставленной цели.

20. Склонность к резкой смене настроения.

САНГВИНИК

1. Жизнерадостность.

2. Энергичность и деловитость.

3. Недоведение начатого дела до конца.

4. Склонность переоценивать себя.

5. Способность быстро схватывать новое.

6. Неустойчивость в интересах и склонностях.

7. Легкое переживание неудачи и неприятностей.

8. Легкое приспособление к разным обстоятельствам.

9. Увлеченность любым делом.

10. Быстрое остывание, когда дело перестает интересовать.

11. Быстрое включение в новую работу и переключение с одного вида работы на другой.

12. Тяготение однообразной, будничной, кропотливой работой.

13. Общительность и отзывчивость, не скованность в общении с другими людьми.

14. Выносливость и работоспособность.

15. Громкая, быстрая, отчетливая речь.

16. Сохранение самообладания в неожиданной, сложной ситуации.

17. Обладание всегда добрым настроением.

18. Быстрое засыпание и пробуждение.

19. Частая несобранность, поспешность в решениях.

20. Склонность иногда скользить по поверхности, отвлекаться.

ФЛЕГМАТИК

1. Спокойствие и хладнокровие.

2. Последовательность и обстоятельность в делах.

3. Осторожность и рассудительность.

4. Умение ждать.

5. Молчаливость, нежелание болтать по пустякам.

6. Обладание спокойной, равномерной речью, без резко выраженных эмоций, жестикуляций и мимики.

7. Сдержанность и терпеливость.

8. Доведение начатого дела до конца.

9. Умение применять свои силы в дело (не растрачивать их по пустякам).

10. Строгое придерживание выработанного распорядка жизни, системы в работе.

11. Легкое сдерживание порывов.

12. Маловосприимчивость к одобрению и порицанию.

13. Незлобивость, проявление снисходительного отношения к колкостям в свой адрес.

14. Постоянство в своих отношениях и интересах.

15. Медленное вовлечение в работу и переключение с одного вида работы на другой.

16. Ровность в отношениях со всеми.

17. Аккуратность и порядок во всем.

18. Трудное приспособление к новой обстановке.

19. Обладание выдержкой.

20. Постепенное схождение с новыми людьми.

МЕЛАНХОЛИК

1. Стеснительность и застенчивость.

2. Растерянность в новой обстановке.

3. Затруднительность в установлении контактов с незнакомыми людьми.

4. Неверие в свои силы.

5. Легкое перенесение одиночества.

6. Чувство подавленности и растерянности при неудачах.

7. Склонность уходить в себя.

8. Быстрая утомляемость.

9. Обладание тихой речью, иногда снижающейся до шепота.

10. Невольное приспособление к характеру собеседника.

11. Впечатлительность до слезливости.

12. Чрезвычайная восприимчивость к одобрению и порицанию.

13. Предъявление высоких требований к себе и окружающим.

14. Склонность к подозрительности, мнительности.

15. Беспечная чувствительность и легкая ранимость.

16. Чрезмерная обидчивость.

17. Скрытность и необщительность, нежелание делиться своими мыслями.

18. Малоактивность и робость.

19. Безропотность и покорность.

20. Стремление вызвать сочувствие и помощь окружающих.

Обработка результатов

1. Подсчитать количество плюсов по каждой карточке отдельно.

2. Вычислить процент положительных ответов по каждому типу темперамента:

$X = (A_X : A) \times 100$;

$C = (A_C : A) \times 100$;

$Ф = (A_Ф : A) \times 100$;

$M = (A_M : A) \times 100$,

где X, C, Ф, M — типы темперамента;

A_X, A_C, $A_Ф$, A_M — число положительных ответов по карточкам;

A — общее число положительных ответов по 4 карточкам.

В конечном виде «формула темперамента» может приобрести, например, такой вид:

Т = 35 % Х + 30 % С + 14 % Ф + 21 % М.

Это значит, что данный темперамент на 35 % — холерический, на 30 % сангвинический, на 14 % — флегматический и на 21 % — меланхолический.

Если число положительных ответов по какому-либо типу темперамента составляет 40% и выше, значит, данный тип темперамента является доминирующим.

Приложение 3

Опросник профессиональных предпочтений Дж. Холланда.

1. Реалистический тип – эмоционально стабилен, ориентирован на настоящее. Нравятся занятия, требующие моторных навыков, ловкости и конкретности. Математические, а не вербальные способности.
2. Интеллектуальный тип – ориентирован на труд, рационален, независим, оригинален. Нравится решать задачи, требующие абстрактного мышления. Развиты как вербальные, так и невербальные способности.
3. Социальный тип (преподаватель) – ориентирован на контакт с социальной средой, нуждается в социальных контактах. Общителен, стремится поучать и воспитывать, гуманен. Проблемы решает, ориентируясь на эмоции, зависим от группы. Развиты вербальные способности.
4. Конвенциональный тип – предпочитает чётко структурированную деятельность, хороший подчинённый. Традиционалист, подход к проблемам носит стереотипный, практичный и конкретный характер. Ригидный, зависимый. Развиты невербальные математические способности.
5. Предприимчивый тип – энергичен, импульсивен, доминантен, агрессивен, любит приключения. Предпочитает руководящие роли. Испытывает потребность быть признанным. Предпочитает неясные вербальные задачи, связанные с руководством и властью.
6. Артистический тип – присущ сложный взгляд на мир и жизнь, гибкость, оригинальность, независимость в суждениях и решениях. В отношениях опирается на эмоции, воображение, интуицию. Предпочитает задачи творческого характера. Чаще обладает вербальными способностями.

Текст опросника Дж. Холладна

Деятельности. Ниже приводятся различные виды деятельности, которые отражают широкий круг интересов. Обведите букву «Д» если данный вид деятельности вам нравится, или вы считаете, что он вам подойдёт. Если наоборот, от обведите «Н».

Деятельности Р

1. Пройти курс обучения работы по дереву.
2. Работать на легковом автомобиле.
3. Ремонтировать хозяйственные постройки.
4. Ремонтировать электроприборы.
5. Настраивать музыкальные стереосистемы.

6. Мастерить по дому.
7. Работать на дачном участке.
8. Пройти курс обучения на автомеханика.
9. Самостоятельно ремонтировать квартиру.
10. Решать технические проблемы.
11. Реставрировать, ремонтировать старые приборы (часы, пишущую машинку и т.п.).

Деятельности И

1. Работать в научно-исследовательской лаборатории
2. Применять математику для решения практических проблем.
3. Изучать научные теории.
4. Анализировать информацию для разработки новых предложений и рекомендаций.
5. Читать научные книги и журналы.
6. Находить решения сложных проблем.
7. Посещать научный музей.
8. Систематизировать и классифицировать данные по разным проблемам.
9. Пройти курс математической статистики.
10. Размышлять над научными проблемами.
11. Осваивать новую научную дисциплину.

Деятельности А

1. Играть на музыкальных инструментах.
2. Писать для журнала или газеты.
3. Воплощать рассказ в драматическое произведение.
4. Играть в ансамбле, группе, оркестре.
5. Конструировать мебель или одежду.
6. Писать портреты или заниматься фотографией.
7. Пройти курсы по дизайну.
8. Выпускать журнал или газету.
9. Заниматься рисунком или живописью.
10. Читать или писать поэтические произведения.
11. Создавать декоративные изделия (чеканка, резьба).

Деятельности С

1. Работать в сфере социальной поддержки и защиты.
2. Обучаться на курсах по психологии человеческих отношений.

3. Изучать факты нарушения закона несовершеннолетними.
4. Дискутировать по вопросам отношений между людьми.
5. Обучать других выполнять какую-либо работу.
6. Читать книги по социологии.
7. Помогать людям. страдающим физическими недостатками.
8. Помогать советом в трудных ситуациях.
9. Преподавать в учебных заведениях.
10. Заботиться о детях или помогать пожилым людям.
11. Обучаться на курсах гидов или экскурсоводов.

Деятельности П

1. Быть руководителем проекта или какого-либо мероприятия.
2. Пройти курсы или семинар для руководителей.
3. Читать о руководителях в бизнесе или правительстве.
4. Участвовать в политических компаниях.
5. Организовывать собственное дело и руководить им.
6. Принимать решения в важных и ответственных делах.
7. Оказывать влияние на других людей.
8. Присутствовать на аукционах и торгах.
9. Руководить работой других.
10. Следить за конъюнктурой на рынке.
11. Организовывать и проводить выборные кампании.

Деятельности К

1. Содержать свой рабочий стол и служебное помещение в порядке.
2. Работать с микрокалькулятором.
3. Проводить инвентаризации материальных ресурсов.
4. Записывать свои расходы.
5. Проводить проверку документации на предмет выявления ошибки или пропажи.
6. Проводить математические расчёты в бухгалтерии или бизнесе.
7. Вести деловую переписку.
8. Управлять оргтехникой, вычислительными машинами в учреждении.
9. Заполнять стандартные формы, подробные анкеты.
10. Обучаться на бухгалтерских курсах.
11. Оформлять и печатать деловые бумаги.

Способности.

Обведите Д для тех умений, которыми Вы обладаете и которые можете применять грамотно и компетентно. Обведите Н для тех умений и способностей, которыми Вы никогда не обладали и деятельность не осуществляли или осуществляли плохо.

Способности Р

1. Я могу выполнять простой ремонт телевизора или радиоприёмника.
2. Я могу ремонтировать мебель.
3. Я могу использовать электромеханические инструменты (пилу, дрель, токарный станок) для работы по дереву.
4. Я могу читать чертежи, эскизы, схемы.
5. Я могу сделать простой электрический ремонт.
6. Я могу заменить масло или резину в легковой машине.
7. Я могу сделать масштабный чертёж.
8. Я могу пользоваться большинством столярных инструментов.
9. Я могу произвести простой слесарный ремонт.
10. Я могу рассчитать количество материала для проведения ремонта.
11. Я могу использовать электроизмерительные приборы.

Способности И

1. Я могу использовать компьютер при изучении научных проблем.
2. Я могу разобраться в физических свойствах многих веществ.
3. Я могу расшифровать простые химические формулы.
4. Я могу использовать калькулятор или логарифмическую линейку для научных исследований.
5. Я могу применять микроскоп для решения научных задач.
6. Я могу использовать математическую статистику для решения научных проблем.
7. Я могу описать основные функции человеческого организма.
8. Я могу применять логарифмические таблицы.
9. Я могу написать реферат по проблеме.
10. Я могу назвать 3 блюда с высоким содержанием белка.
11. Я могу кратко и чётко изложить какую-либо научную теорию.

Способности А

1. Я могу написать рассказ.
2. Я могу создать рекламный плакат.

3. Я могу писать красками, акварелью, лепить скульптуру.
4. Я могу обрисовать или описать человека так, что его можно узнать.
5. Я могу создать сценическое воплощение идеи или сюжета.
6. Я могу написать рекламное объявление.
7. Я могу разработать дизайн для упаковки продуктов.
8. Я могу декорировать рабочее помещение учреждений.
9. Я могу играть в пьесе.
10. Я могу сам изготовить простые украшения для дома.
11. Я могу выполнить художественный фотоснимок, слайд.

Способности С

1. Я могу хорошо принять гостей.
2. Мне легко помогать другим в принятии решений.
3. Я участвовал в акциях благотворительности.
4. Мне легко объяснять какие-либо вещи другим.
5. Я могу возглавить групповую дискуссию
6. Мне легко удаётся создать людям хорошее настроение.
7. Мне легко разговаривать с любыми людьми.
8. Мне легко удаётся помогать людям планировать их будущее.
9. Мне легко тренировать других.
10. Мне легко учить других.
11. Я хорошо разбираюсь в людях.

Способности П

1. Я могу организовывать работу других.
2. Я легко оцениваю собственные достоинства.
3. Я легко могу заинтересовать других.
4. Я могу организовать и управлять кампанией по продаже.
5. Я хороший продавец.
6. Я легко планирую стратегию для достижения цели.
7. Я хороший публичный оратор.
8. Я знаю, как стать лидером, добивающимся успехов.
9. Я могу отстаивать свою точку зрения.
10. Я могу начать своё собственное дело.
11. Я могу развить в себе желаемые качества.

Способности К

1. Я могу обрабатывать корреспонденцию и другие документы.
2. Я могу легко получить необходимую информацию по телефону.
3. Я могу вести учёт доходов и расходов.
4. Я могу использовать компьютер для анализа данных бизнеса.
5. Я могу печатать на машинке достаточно быстро.
6. Я могу составлять деловые письма.
7. Я могу управлять компьютерным текстовым редактором.
8. Я могу создавать обстановку для деловых встреч.
9. Я могу работать на копировальной машине.
10. Я могу быстро замечать ошибки в расчётах и текстах.
11. Я могу успешно пользоваться каталогами.

Карьеры.

Ниже приводится перечень карьер в бизнесе, промышленности, государственных учреждениях. Да – виды карьер, которые Вас интересуют. Нет – не интересуют.

Карьеры Р

1. Плотник.
2. Фермер.
3. Автомеханик.
4. Специалист по электронной аппаратуре.
5. Лесник.
6. Шофёр
7. Сварщик.
8. Радиоинженер.
9. Инженер-механик
10. Гравировщик, изготовитель печатных штампов.
11. Экономист – плановик производства.
12. Инженер-конструктор по разработке инструментов.
13. Ювелир, специалист по обработке дорогих камней.
14. Оператор энергетической установки.

Карьеры И

1. Инженер-конструктор.
2. Техник медицинской лаборатории.
3. Физик.
4. Химик.
5. Издатель научных журналов.
6. Ботаник.
7. Хирург.
8. Антрополог.
9. Семейный врач.
10. Метеоролог.
11. Научный работник в области социальных наук.
12. Биолог.
13. Научный работник исследовательской лаборатории.
14. Автор научно-популярных книг и статей.

Карьеры А

1. Писатель.
2. Фотограф
3. Музыкант-аранжировщик.
4. Художник.
5. Певец.
6. Автор художественных произведений.
7. Музыкант-исполнитель.
8. Эксперт по животным.
9. Журналист.
10. Художник по костюмам.
11. Издатель газеты.
12. Актёр.
13. Архитектор.
14. Дизайнер.

Карьеры С

1. Преподаватель высшей школы.
2. Работник в социальной области.
3. Логопед.
4. Учитель школы.

5. Психолог.
6. Специалист по семейному консультированию.
7. Преподаватель общественных и социальных наук.
8. Сотрудник службы социальной поддержки.
9. Инструктор молодёжного лагеря.
10. Консультант по выбору профессии.
11. Социолог.
12. Инспектор по делам несовершеннолетних.
13. Сотрудник службы «телефон доверия»
14. Священнослужитель.

Карьеры П

1. Управляющий фирмой.
2. Управляющий гостиницей.
3. Директор на радио и телевидении.
4. Агент по продаже недвижимости.
5. Управляющий распродажей.
6. Заведующий отделом маркетинга.
7. Управляющий магазином.
8. Адвокат.
9. Директор рекламного агентства.
10. Посредник в торговых операциях.
11. Продавец, торговый работник.
12. Судья
13. Брокер на бирже.
14. Начальник спортивной команды.

Карьеры И

1. Экономист.
2. Счетовод.
3. Секретарь-машинистка.
4. Кассир в банке.
5. Инспектор в банке.
6. Налоговый инспектор.
7. Ревизор.
8. Контролёр кредитов.

9. Оператор ЭВМ.
10. Судебный инспектор.
11. Архивариус.
12. Бухгалтер.
13. Нотариус.
14. Библиотекарь.

Инструкция Данный опросник профессиональных предпочтений разработан для исследования профессиональных интересов и предпочтений человека. Он поможет Вам соотнести Ваши склонности, способности и интересы с различными конкретными профессиями, окажет содействие при планировании вашей профессиональной карьеры.

Опросник профессиональных предпочтений включает 3 субтеста «Деятельность», «Способности», «Карьеры». Каждая из которых предваряется инструкцией.

Обработка Нужно подсчитать количество ответов «да» для шкалы Р субтеста «деятельность» и записать это число под шкалой. То же самое с остальными: И, А, С, П, К. Аналогичным образом обрабатываются ответы по субтесту «Способности» и «Карьеры». Затем необходимо сложить все 3 числа, которые относятся к шкале Р и вписать в графу «Сумма Да». То же подсчитать для И, А, С, П, К. Затем следует вписать букву с самым высоким баллом в первую клетку графы «Код». Во вторую клетку, следующую по величине. Буква с третьим по величине количеством баллов вписывается в третью клетку. Если двум буквам соответствует одинаковое количество баллов, то они обе заносятся в графу «Код» в любом порядке. Полученный набор букв – код данного испытуемого.

Интерпретация

1. Полученный код испытуемого показывает степень его соответствия каждому из 6 типов. Первая буква кода указывает на тип, которому испытуемый соответствует больше всего, вторая – чуть меньше, третья – ещё меньше.
2. Используя гексагон Холланда можно определить однородность и дифференцированность личности испытуемого. Если в код входят буквы, которые расположены рядом друг с другом в 6-угольнике, то можно говорить об однородности личности. Если же в состав кода испытуемого входят буквы далеко отстоящие друг от друга, то а) если первые 2 буквы кода: РИ, РК, ИР, ИА, АИ, АС, СА, СП, ПС, ПК, КП, КР то можно говорить о высокой однородности интересов личности б) если первые 2 буквы кода: РА, РП, ИС, ИК, АР, АП, СИ, СК, ПА,

ПР, КС, КИ то однородность личности средняя в) если первые 2 буквы кода испытуемого: РС, ИП, АК, СР, ПИ, КА то однородность личности низкая.

Индивиды с кодами высокой и средней однородности легче найдут удовлетворение профессией, если их код хорошо совместим с кодом их профессии. Испытуемые с кодами низкой однородности труднее находят удовлетворение профессией, даже если их код хорошо подходит к коду профессии.

Одним из путей помощи обследуемому с низкой однородностью личности является подбор профессии или карьеры по первой букве кода. Интересы же, относящиеся к противоположному типу, могут удовлетворяться в хобби и досуге. Для помощи таким людям в приложении к данному руководству приводится перечень различного досуга, который соответствует разным типам личности.

Для определения дифференцированности интересов личности необходимо определить разность между баллами. Если разность меньше 8, то она считается незначительной. Это свидетельствует о слабой дифференцированности интересов личности. Например, Р = 30 И = 25 п = 23. Это слабо дифференцированная сфера интересов т.к. составные части кода фактически одинаковы.

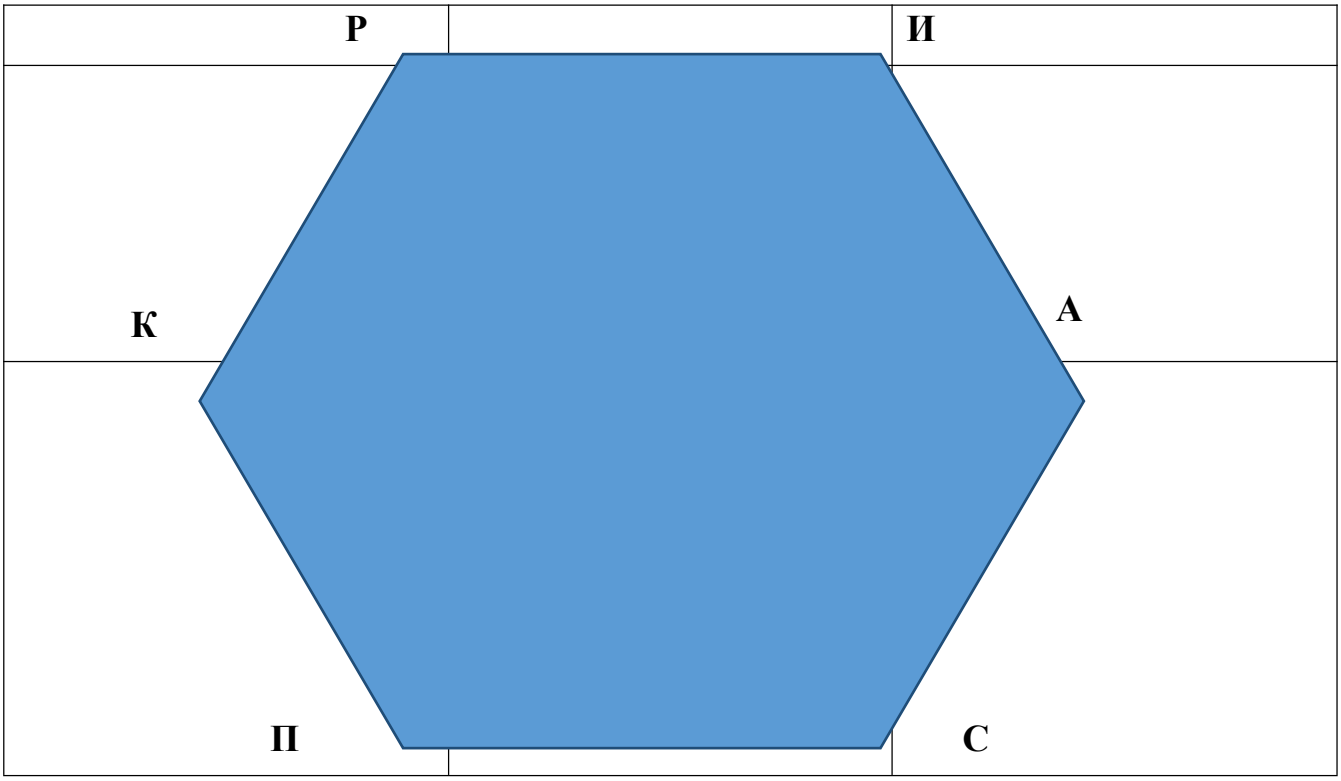
Сходную интерпретацию можно провести по разности между высокими и низкими баллами по всем 6 шкалам. Если разность между высшей и низшей суммой 19 и более, то можно говорить о достаточно чёткой определённости сферы интересов личности. Если разность между высшими и низшими баллами 15 и меньше, то круг интересов недостаточно определён. Интересы примерно одинаковы для 6-ти типов. Люди с плохо дифференцированным кругом интересов часто испытывают трудности в составлении списка профессий, плохо осознают, чего они хотят от своей профессиональной карьеры и требуют длительной консультативной работы.

1. Однородность. Данное понятие применяется как к типам личности, так и к типам окружения. Одни типы более схожи друг с другом чем другие. Так социальный и артистический типы более схожи друг с другом, чем, например, исследовательский и предпринимательский. Поскольку реальная личность (как и окружение) содержит в себе элементы разных типов, то она может быть более или менее однородной. Одна из функций гексагона – определить однородность личности и (или) окружения. Чем ближе друг к другу на гексагоне расположены типы, составляющие содержание конкретной личности, тем более она однородна. Например, реалистический индивид, который

также имеет интерес к исследовательской и конвенциональной деятельности (РИК) личностно более однороден, чем реалист, ориентированный на социальную и предпринимательскую активность (РПС).

2. Дифференцированность. Индивиды или окружение в которых разные типы представлены примерно в равных пропорциях рассматриваются как слабо дифференцированные. Дифференцированные – напротив – более «чистые» типы. Степень дифференцированности определяется по разности баллов.
3. Конгруэнтность. О конгруэнтности можно говорить, если человек живёт и работает в окружении того же типа, к которому принадлежит он сам. Неконгруэнтность будет иметь место если, например, реалистический тип будет жить и работать в окружении социального типа. Для определения степени конгруэнтности личности и окружения можно использовать гексагон Холланда, однако это легче сделать с помощью таблицы, построенной на его основе.

Гексагон Шестиугольник.



Тип окружения

Тип личности	Р	И	А	С	П	К
Р	++	+	-	- -	-	+
И	+	++	+	-	- -	-
А	-	+	++	+	-	- -
С	- -	-	+	++	+	-
П	-	- -	-	+	++	+
К	+	-	- -	-	+	++

Сущность теории Дж. Холланда.

1. В западной культуре большинство людей могут быть отнесены к одному из 6 типов. Р – реалисты, И – исследователи, А - артистические, С – социальные, П – предпринимательские, К – конвенциональные. Каждый тип является своеобразным эталоном, с которым сравниваются реальные личности. Тип характеризуется своими психологическими особенностями: способностями, интересами, складом характера, предпочитаемым окружением.
2. Существуют 6 видов окружения, в которых действует личность: реалистическое, исследовательское, артистическое, социальное, предпринимательское, конвенциональное. В каждом окружении действует соответствующий тип. Например, в социальном окружении больше людей С-типа (социального), чем Р-типа (реалистического).
3. Люди ищут такое окружение, которое позволило бы им упражнять свои навыки, выражать свои установки и убеждения, решать волнующие их проблемы. Р-тип ищут реалистическое окружение. С-тип – социальное и т.п. Профессии также могут быть расклассифицированы по наличию в них элементов 6-ти типов. Другой составной частью окружения является досуг.

Реалистический тип – мужской, несоциальный, стабильный, ориентированный на настоящее, занимается конкретными объектами (вещами, животными, машинами) и их практическим использованием.

Предпочитаемые виды деятельности

- механические виды деятельности. управление большими машинами, тяжёлым оборудованием, использование инструментов, требующих точности, ловкости, тонкой двигательной координации.

- строительство, ремонт, военные виды деятельности, конструкторская работа.

- любая деятельность, которая даёт ощутимый результат, предпочитают действие мышлению, конкретные задачи трудным и абстрактным проблемам.

Способности.

- физическая сила, психомоторные навыки, ручная ловкость

- механические способности, изобретательность

- математические способности

Личные качества и ценности.

- эмоциональная стабильность, надёжность

- практичность, бережливость

- упорство, настойчивость, уверенность в себе. склонность к риску, целеустремлённость

- скромность, откровенность, искренность, естественность

- независимость, консервативность, склонность к поддержке традиционных ценностей

- ригидность, медленное принятие новых идей, подчиняемость, конформность

- работу выполняет без лишних разговоров, работает тщательно, аккуратно, систематически

- предпочитает чёткую регламентацию работы, желает знать, что, как и когда надо делать

- не любит длинных разговоров, переговоров, обсуждений

- более всего не схож с С-типом. Взаимодействие с этим типом может вызывать недружественность, резкость, непонимание. Наиболее близок к И- и К- типам, предпочитает работать с ними.

Предпочитаемое окружение.

- природа, сельская местность

- наименьшее взаимодействие с другими людьми

- ситуации, требующие небрежной одежды

- организации, требующие жёсткую иерархию, подчинённость и авторитарность (вооружённые силы, УВД и т.п.)

- фирмы, производящие конкретные, ощутимые продукты

- транспорт, инженерные, технические, энергетические предприятия

Типичные хобби.

- реставрация старых механизмов (автомобилей, часов, фотоаппаратов), ремонт, конструирование

- строительство и восстановительные работы

- фермерство, обустройство дачи, садоводство

- охота, рыболовство, туризм

- управление моторными видами транспорта

Профессии Р-типа.

Плотник, картограф, фермер, инженер, лесничий, пилот, полицейский, ветеринар, водитель, сварщик.

Исследовательский тип. Предпочитает виды деятельности

- сбор информации, её систематизацию и анализ

- выполнение сложных абстрактных заданий

- анализ гипотез и теорий

- независимая самостоятельная работа

- выполнение научной и лабораторной работы

- предпочтение размышлений действиям.

Способности И-типа

- математические

- аналитические

- научные

- навыки письменного изложения мысли

- рациональность

Личные качества и ценности

- независимость, самостоятельность, погружённость в работу

- сдержанность, интроспективность, методичность

- любознательность, оригинальность, креативность, эрудированность

- уверенность в себе, ориентированность на нетрадиционные ценности и установки

- стиль работы: выясняет множество деталей, хочет знать причины, которые стоят за теми или иными явлениями, часто затрудняется высказать своё мнение или принять решение без того, чтобы заново просмотреть информацию

- более всего несхож с П-типом. Взаимодействие с этим типом порождают для И-тиа слишком много проблем. Наиболее схож с Р и А типами.

Предпочитает окружение

- слабо структурированные организации, предоставляющие свободу в рабочих действиях

- организации, ориентированные на достижение, исследовательские и проектные лаборатории университетов, институтов

- ограниченность общения с другими людьми

Типичные хобби

- работа – часто поглощён работой и работает много часов в день

- сложные виды деятельности (яхтенный спорт, подводное плавание, альпинизм)

- компьютеры

- чтение научной литературы.

<u>Артистический тип.</u>

Предпочитает виды деятельности

- художественное творчество (живопись, скульптура, литературное творчество)

- игра на музыкальных инструментах

- исполнение актёрской деятельности

Способности А-типа

- воображение, креативность

- музыкальные способности

- артистические способности

- вербально-лингвистические способности

- чувство гармонии, вкус

Личностные качества и ценности

- независимость, самостоятельность, нонконформизм

- импульсивность, эмоциональность, чувствительность

- непрактичность, беспорядочность

- интуитивность, эстетичность, образность, «правополушарное» мышление

- стремление к самовыражению, демонстративность

- оригинальность, открытость, свобода от условностей

- допускает альтернативные варианты решения проблем

- более всего несхож с Т-типом, близок к И- и С-типу

Предпочитаемое окружение

- неструктурированные, гибкие организации (театры, концертные залы) дающие возможность для самовыражения

- организация обучения артистическим навыкам (художественные школы)

- музеи, библиотеки, дизайнерские фирмы

Типичные хобби

- фото, живопись, рисование

- посещение музеев, концертов

- сочинение поэм

- игра на музыкальных инструментах, танцы

Профессии А-типа: артист, архитектор, скульптор, фотограф, учитель музыки, директор музея.

Социальный тип.

Предпочитаемые виды деятельности

- работа с людьми

- обучение, объяснение, разъяснение

- оказание помощи, консультирование

- ведение дискуссий

Способности С-типа

- вербальные

- навыки общения и взаимодействия

- преподавание, ораторские способности

- навыки слушания.

Личностные характеристики и ценности

- гуманизм, идеализм, моральность, ответственность

- настрой на других, кооперация

- тактичность, оптимизм, жизнерадостность, эмоциональная теплота

- более всего несхож с Р-типом, близок к А и П-типам

Предпочитаемое окружение

- социальные организации, школы, религиозные организации, учреждения по отбору персонала

- медицинские учреждения, психиатрия, психология. Консультирование, психотерапия

- агентства социальной защиты.

Типичные хобби

- организация развлечений других

- посещение общественных мероприятий

- добровольное выполнение общественной благотворительной работы

Профессии С-типа: учитель, воспитатель, социальный работник, психолог, священнослужитель.

Предпринимательский тип.

Предпочитаемые виды деятельности

- работа с людьми в организации для достижения организационного успеха и экономического успеха

- финансовый и межличностный риск, участие в соревновательной деятельности

- продажа, покупка

- проведение собраний, управление людьми

- проведение политических кампаний, выборов, презентаций

Способности

- организаторские, ораторские, способность убеждать

- руководительские, лидерские

- навыки межличностного взаимодействия

- склонность к предпринимательству

Личностные качества и ценности

- стремление к власти, высокому статусу

- амбициозность, азартность, доминантность, самоуверенность, агрессивность, авантюризм

- экстравертированность, коммуникабельность

- ориентация на деньги, власть, материальное благополучие

- оптимистичность, энергичность, любовь к популярности

- более всего затрудняется взаимодействовать с И-типом, лучше всего работает с С- и К-типами

Предпочитаемое окружение

- посты в государственных и политических организациях с властью распоряжаться крупными финансами

- промышленные фирмы, компании по различной оптовой торговле. Агентства по недвижимости, брокерские конторы

Типичные хобби

- членство в клубах

- спортивные состязания, богатый отдых

- вечеринки, увеселения

- политическая деятельность

Профессии П-типа: коммерсант, биржевой брокер, адвокат, страховой агент, менеджер.

Конвенциональный тип.

Предпочитаемые виды деятельности

- работа, требующая аккуратности

- управление офисным оборудованием

- ведение картотек, записей

- написание деловых отчётов, подготовка схем, таблиц, диаграмм

Способности

- арифметические

- канцелярские

- тонкая ручная моторика

- пунктуальность, педантичность, аккуратность

Личностные качества

- упорство, практичность, честность, сознательность

- самоконтроль, консерватизм, осторожность

- бережливость, стремление к материальному благополучию

- нуждается в чётком плане, хорошо работает в группе

- наиболее несхож с типом А, ближе всего к типам Р и П

Предпочитаемое окружение

- также как тип П хорошо работает в больших организациях, но предпочитает не руководить, а подчиняться

- большие корпорации, банки, бухгалтерии

- архивы, картотеки, инспекции

- организации с хорошо развитой иерархической структурой

Типичные хобби

- коллекционирование

- моделирование

- участие в общественных организациях

- улучшение жилища

- игры с ясными правилами

Профессии: бухгалтер, кассир, счетовод, банкир, секретарь.

Приложение 4

Анкета. Определение направленности личности (Б. Басса)

Для определения личностной направленности в настоящее время используется ориентационная анкета, впервые опубликованная Б. Бассом в 1967 г. Анкета состоит из 27 пунктов-суждений, по каждому из которых возможны три варианта ответов, соответствующие трем видам направленности личности. Респондент должен выбрать один ответ, который в наибольшей степени выражает его мнение или соответствует реальности, и еще один, который, наоборот, наиболее далек от его мнения или же наименее соответствует реальности. Ответ "наиболее" получает 2 балла, "наименее" - 0, оставшийся невыбранным - 1 балл. Баллы, набранные по всем 27 пунктам, суммируются для каждого вида направленности отдельно.

С помощью методики выявляются следующие направленности:

1. Направленность на себя (Я) - ориентация на прямое вознаграждение и удовлетворение безотносительно работы и сотрудников, агрессивность в достижении статуса, властность, склонность к соперничеству, раздражительность, тревожность, интровертированность.

2. Направленность на общение (О) - стремление при любых условиях поддерживать отношения с людьми, ориентация на совместную деятельность, но часто в ущерб выполнению конкретных заданий или оказанию искренней помощи людям, ориентация на социальное одобрение, зависимость от группы, потребность в привязанности и эмоциональных отношениях с людьми.

3. Направленность на дело (Д) - заинтересованность в решении деловых проблем, выполнение работы как можно лучше, ориентация на деловое сотрудничество, способность отстаивать в интересах дела собственное мнение, которое полезно для достижения общей цели.

Инструкция: Опросный лист состоит из 27 пунктов. По каждому из них возможны три варианта ответов: А, Б, В.

1. Из ответов на каждый из пунктов выберите тот, который лучше всего выражает Вашу точку зрения по данному вопросу. Возможно, что какие-то из вариантов ответов покажутся Вам равноценными. Тем не менее, мы просим Вас отобрать из них только один, а именно тот, который в наибольшей степени отвечает Вашему мнению и более всего ценен для Вас. Букву, которой обозначен ответ (А, Б, В), напишите на листе для записи ответов рядом с номером соответствующего пункта (1-27) под рубрикой "больше всего".

2. Затем из ответов на каждый из пунктов выберите тот, который дальше всего стоит от Вашей точки зрения, наименее для Вас ценен. Букву, которой обозначен ответ, вновь напишите на листе для записи ответов рядом с номером соответствующего пункта, в столбце под рубрикой "меньше всего".

3. Таким образом, для ответа на каждый из вопросов Вы используете две буквы, которые и запишите в соответствующие столбцы. Остальные ответы нигде не записываются. Старайтесь быть максимально правдивым. Среди вариантов ответа нет "хороших" или "плохих", поэтому не старайтесь угадать, какой из ответов является "правильным" или "лучшим" для Вас.

Анкета

1. Наибольшее удовлетворение я получаю от:

   А. Одобрения моей работы;

   Б. Сознания того, что работа сделана хорошо;

   В. Сознания того, что меня окружают друзья.

2. Если бы я играл в футбол (волейбол, баскетбол), то я хотел бы быть:

   А. Тренером, который разрабатывает тактику игры;

   Б. Известным игроком;

   В. Выбранным капитаном команды.

3. По-моему, лучшим педагогом является тот, кто:

4. А. Проявляет интерес к учащимся и к каждому имеет индивидуальный подход

   Б. Вызывает интерес к предмету так, что учащиеся с удовольствием углубляют свои знания в этом предмете;

   В. Создает в коллективе такую атмосферу, при которой никто не боится высказать свое мнение.

5. Мне нравится, когда люди:

А. Радуются выполненной работе;

Б. С удовольствием работают в коллективе;

В. Стремятся выполнить свою работу лучше других.

6. Я хотел бы, чтобы мои друзья:

А. Были отзывчивы и помогали людям, когда для этого представляются возможности

Б. Были верны и преданы мне;

В. Были умными и интересными людьми.

7. Лучшими друзьями я считаю тех:

А. С кем складываются хорошие взаимоотношения;

Б. На кого всегда можно положиться;

В. Кто может многого достичь в жизни.

8. Больше всего я не люблю:

А. Когда у меня что-то не получается;

Б. Когда портятся отношения с товарищами;

В. Когда меня критикуют.

9. По-моему, хуже всего, когда педагог:

А. Не скрывает, что некоторые учащиеся ему несимпатичны, насмехается и подшучивает над ними;

Б. Вызывает дух соперничества в коллективе;

В. Недостаточно хорошо знает свой предмет.

10. В детстве мне больше всего нравилось:

А. Проводить время с друзьями;

Б. Ощущение выполненных дел;

В. Когда меня за что-нибудь хвалили.

11. Я хотел бы быть похожим на тех, кто:

А. Добился успеха в жизни;

Б. По-настоящему увлечен своим делом;

В. Отличается дружелюбием и доброжелательностью.

12. В первую очередь школа должна:

А. Научить решать задачи, которые ставит жизнь;

Б. Развивать прежде всего индивидуальные способности ученика;

В. Воспитывать качества, помогающие взаимодействовать с людьми.

13. Если бы у меня было больше свободного времени, охотнее всего я использовал бы его:

А. Для общения с друзьями;

Б. Для отдыха и развлечений;

В. Для своих любимых дел и самообразования.

14. Наибольших успехов я добиваюсь, когда:

А. Работаю с людьми, которые мне симпатичны;

Б. У меня интересная работа;

В. Мои усилия хорошо вознаграждаются.

15. Я люблю, когда:

А. Другие люди меня ценят;

Б. Испытывать удовлетворение от выполненной работы;

В. Приятно провожу время с друзьями.

16. Если бы обо мне решили написать в газете, мне бы хотелось, чтобы:

А. Рассказали о каком-либо интересном деле, связанным с учебой, работой, спортом и т.п., в котором мне довелось участвовать;

Б. Написали о моей деятельности;

В. Обязательно рассказали о коллективе, в котором я работаю.

17. Лучше всего я учусь, если преподаватель:

А. Имеет ко мне индивидуальный подход;

Б. Сумеет вызвать у меня интерес к предмету;

В. Устраивает коллективные обсуждения изучаемых проблем.

18. Для меня нет ничего хуже, чем:

А. Оскорбление личного достоинства;

Б. Неудача при выполнении важного дела;

В. Потеря друзей.

19. Больше всего я ценю:

А. Успех;

Б. Возможности хорошей совместной работы;

В. Здравый практичный ум и смекалку.

20. Я не люблю людей, которые:

А. Считают себя хуже других;

Б. Часто ссорятся и конфликтуют;

В. Возражают против всего нового.

21. Приятно, когда:

А. Работаешь над важным для всех делом;

Б. Имеешь много друзей;

В. Вызываешь восхищение и всем нравишься.

22. По-моему, в первую очередь руководитель должен быть:

А. Доступным;

Б. Авторитетным;

В. Требовательным.

23. В свободное время я охотно прочитал бы книги:

А. О том, как заводить друзей и поддерживать хорошие отношения с людьми;

Б. О жизни знаменитых и интересных людей;

В. О последних достижениях науки и техники.

24. Если бы у меня были способности к музыке, я предпочел бы быть:

А. Дирижером;

Б. Композитором;

В. Солистом.

25. Мне бы хотелось:

А. Придумать интересный конкурс;

Б. Победить в конкурсе;

В. Организовать конкурс и руководить им.

26. Для меня важнее всего знать:

А. Что я хочу сделать;

Б. Как достичь цели;

В. Как организовать людей для достижения цели.

27. Человек должен стремиться к тому, чтобы:

А. Другие были им довольны;

Б. Прежде всего выполнить свою задачу;

В. Его не нужно было упрекать за выполненную работу.

28. Лучше всего я отдыхаю в свободное время:

А. В общении с друзьями;

Б. Просматривая развлекательные фильмы;

В. Занимаясь своим любимым делом.

Бланк тестируемого _____

№	больше всего	меньше всего	№	больше всего	меньше всего
1			15		
2			16		
3			17		
4			18		

5			19		
6			20		
7			21		
8			22		
9			23		
10			24		
11			25		
12			26		
13			27		
14					

Ключ

№	Я	О	Д	№	Я	О	Д
1	А	В	Б	15	Б	В	А
2	Б	В	А	16	А	В	Б
3	А	В	Б	17	А	В	Б
4	В	Б	А	18	А	Б	В
5	Б	А	В	19	А	Б	В
6	В	А	Б	20	В	Б	А
7	В	Б	А	21	Б	А	В
8	А	Б	В	22	Б	А	В
9	В	А	Б	23	В	А	Б
10	А	В	Б	24	Б	В	А
11	Б	А	В	25	А	В	Б
12	Б	А	В	26	В	А	Б
13	В	А	Б	27	Б	А	В
14	А	Б	В				

Приложение 5

ТЕСТ НА ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТЕМПЕРАМЕНТА

Тест разработан А. Беловым для определения ***преобладающего типа темперамента.***

Разделите лист на четыре части и для удобства пронумеруйте эти части от единицы до четырех. Далее вам будет представлено четыре блока с описаниями свойств личности. Читайте эти свойства, и если они подходят вам, то есть характеризуют вас, то ставьте плюс на

той части листа, которая относится к данному блоку. Если не подходит, то, соответственно, ставьте минус.

Первый блок.

Вы неусидчивы и суетливы.

Проявляются невыдержанность или вспыльчивость.

Вы нетерпеливы.

Проявляются резкость, прямолинейность по отношению к людям.

Вы решительны и инициативны.

Проявляется упрямство.

Находчивы в спорах.

У вас есть неритмичность в производимых вами работах.

Склонны к риску.

Вы незлопамятны.

У вас быстрая и эмоциональная речь.

Неуравновешенны и склонны к поступкам, совершаемым сгоряча.

Нетерпимы к недостаткам.

Агрессивны.

Хорошо выражаете эмоции с помощью мимики.

Способны быстро действовать и принимать решения.

Стремитесь к новому.

У вас резкие, порывистые движения.

Настойчивы при достижении цели.

Резко меняется настроение.

Второй блок.

Вы жизнерадостны.

Вы энергичны и деловиты.

Не доводите начатое дело до конца.

Склонны переоценивать свои возможности.

Есть способность быстро учиться новому.

Неустойчивы в интересах и различных склонностях.

Почти не переживаете из-за неудач и неприятностей.

Быстро приспосабливаетесь.

С увлечением занимаетесь разными делами.

Быстро отходите от дела, когда оно становится неинтересным.

Быстро принимаетесь за работу и можете также быстро менять вид работы.

Любите однообразную работу.

Раскованны, легко общаетесь.

Выносливы и работоспособны.

У вас громкая, быстрая, отчетливая речь.

Сохраняете самообладание в неожиданной и сложной ситуации.

Преобладает доброе настроение.

Быстро засыпаете и встаете.

Несобранны и поспешны в решениях.

Склонны «скользить» по поверхности и отвлекаться.

Третий блок.

Спокойны и хладнокровны.

Последовательны в своих делах.

Осторожны и рассудительны.

Присутствует умение выжидать.

Молчаливы, говорите только по делу.

У вас спокойная речь, без выражения эмоций и жестикуляций.

Сдержанны и терпеливы.

Доводите начатое до конца.

Силы применяете для дела, не раскидываясь ими по пустякам.

Живете по выработанному распорядку.

Легко сдерживаете свои порывы.

Слабовосприимчивы к одобрению и порицанию.

Не держите зла за оскорбления в свой адрес.

У вас постоянные интересы.

Медленно приступаете к работе и не любите ее менять.

Одинаково относитесь ко всем людям.

Аккуратны абсолютно во всем.

Не любите смену обстановки.

У вас хорошая выдержка.

Медленно сходитесь с новыми знакомыми.

Четвертый блок.

Вы стеснительны и застенчивы.

Растеряны при смене обстановки.

С трудом идете на контакт с новыми людьми.

Не верите в свои силы.

Спокойно относитесь к одиночеству.

Вы подавлены и растеряны при неудачах.

Можете уйти в себя.

Очень быстро утомляетесь.

Тихо разговариваете, можете перейти на шепот.

Приспосабливаетесь к человеку, с которым ведете беседу.

Очень впечатлительны, иногда до проявления слез.

Очень восприимчивы к похвале и критике.

Очень требовательны к своей персоне.

Подозрительны и мнительны.

Чувствительны и ранимы.

Обидчивы.

Очень скрыты, не желаете делиться своими переживаниями.

Неактивны и робки.

Покорны.

Хотите вызвать сочувствие к себе со стороны окружающих вас людей.

Подведение результатов.

Теперь, когда вы проставили минусы и плюсы над каждым проявлением характера, выделили присущие вам и те, которых у вас нет, можно переходить к подведению результатов.

Для начала сосчитайте количество положительных ответов в каждом блоке. Затем сложите общее количество положительных ответов.

Первый блок отвечает за холериков. Второй блок относится к сангвиникам. Третий – это флегматики, а четвертый – меланхолики.

Для определения преобладания каждого типа поделите число положительных ответов в той или иной группе на общее количество правильных ответов. В общей сложности, если вы произведете деление по каждой группе, то сумма ответов должна составить единицу.

Когда вы получите результаты, то тот тип, который получил значение от 0,4 и выше, преобладает у вас. Если значение от 0,3 до 0,39, то он ярко выражен у вас.

Тип, у которого значение получился в диапазоне от 0,2 до 0,29, слабо выражен у вас, и наконец, тип со значением от 0,1 до 0,19 почти не выражен у вас и проявляются крайне редко.