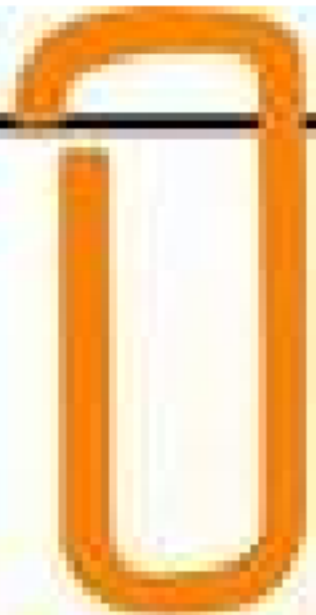


ДНЕВНИК ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ШКОЛЬНИКА



МБОУ СОШ № _____

Фамилия Имя
учащегося _____

Год заполнения _____



Мои родители

Мою маму зовут _____

Профессия моей мамы _____

Моего папу зовут _____

Профессия моего папы _____

НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА

Сейчас я учусь в 1-м классе.

Раздел «Мои интересы»

Моими самыми любимыми предметами являются (Перечисли свои любимые предметы)	
Что мне нравится в любимых предметах (напиши, что нравится в любимых предметах)	
У меня есть увлечения (написать, чем ты любишь заниматься в свободное время)	
Я занимаюсь в секции/объединении/кружке/центре	
Я мечтаю научиться (напиши о своих желаниях)	

Раздел «Диагностика»	
1) Пройди диагностику «Мое отношение к труду»	
2) Ответь на вопросы анкеты «Мои домашние обязанности»	
3) Ответь на вопросы анкеты 2 «Профессии, необходимые нашему городу/населенному пункту»	

Раздел «Мое путешествие в мир профессий»

Я уже познакомился с профессиями (перечисли профессии, с которыми ты познакомился)	
Больше всего мне нравится профессия	
Эта профессия мне нравится потому, что (напиши, почему тебе нравится именно эта профессия)	
В процессе знакомства с профессиями я участвовал в экскурсиях, встречах и т.д. (напиши мероприятия, которые ты запомнил)	



Опиши (нарисуй) свои впечатления об экскурсиях и др. мероприятиях о профессиях, на которых ты побывал

Сейчас я учусь в 2-м классе

Раздел «Мои интересы»

Моими самыми любимыми предметами являются (Перечисли свои любимые предметы)	
Что мне нравится в любимых предметах (напиши, что нравится в любимых предметах)	
У меня есть увлечения (написать, чем ты любишь заниматься в свободное время)	
Я занимаюсь в секции/объединении/кружке/центре	
Я мечтаю научиться (напиши о своих желаниях)	
В приведенных ниже утверждениях выбери одно из двух:	
1) За последний год мои интересы не изменились	
2) За последний год мои интересы изменились, мне стали нравится другие предметы	
Раздел «Диагностика»	
1) Пройди диагностику познавательной потребности младших школьников	
2) Пройди диагностику познавательной активности младших	

ШКОЛЬНИКОВ	
3) Заполни анкету «В мире профессий»	

Раздел «Мое путешествие в мир профессий»

Я уже познакомился с профессиями (перечисли профессии, с которыми ты познакомился)	
Больше всего мне нравится профессия	
Эта профессия мне нравится потому, что (напиши, почему тебе нравится именно эта профессия)	
В процессе знакомства с профессиями я участвовал в экскурсиях, встречах и т.д. (напиши мероприятия, которые ты запомнил)	



Опиши (нарисуй) свои впечатления об экскурсиях и др. мероприятиях о профессиях, на которых ты побывал

Сейчас я учусь в 3-м классе

Раздел «Мои интересы»

Моими самыми любимыми предметами являются (Перечисли свои любимые предметы)	
Что мне нравится в любимых предметах (напиши, что нравится в любимых предметах)	
У меня есть увлечения (написать, чем ты любишь заниматься в свободное время)	
Я мечтаю научиться (напиши о своих желаниях)	
Я занимаюсь в секции/объединении/кружке/центре	
В приведенных ниже утверждениях выбери одно из двух:	
1) За последний год мои интересы не изменились	
2) За последний год мои интересы изменились, мне стали нравятся другие предметы	
Раздел «Диагностика»	
1) Пройди диагностику познавательной потребности младших школьников	
2) Пройди диагностику познавательной активности младших	

ШКОЛЬНИКОВ	
3) Создай свою карту интересов	

Раздел «Мое путешествие в мир профессий»

Я уже познакомился с профессиями (перечисли профессии, с которыми ты познакомился)	
Больше всего мне нравится профессия	
Эта профессия мне нравится потому, что (напиши, почему тебе нравится именно эта профессия)	
В процессе знакомства с профессиями я участвовал в экскурсиях, встречах и т.д. (напиши мероприятия, которые ты запомнил)	



Опиши (нарисуй) свои впечатления об экскурсиях и др. мероприятиях о профессиях, на которых ты побывал

Сейчас я учусь в 4-м классе

Раздел «Мои интересы»

Моими самыми любимыми предметами являются (Перечисли свои любимые предметы)	
Что мне нравится в любимых предметах (напиши, что нравится в любимых предметах)	
У меня есть увлечения (написать, чем ты любишь заниматься в свободное время)	
Я мечтаю научиться (напиши о своих желаниях)	
Я занимаюсь в секции/объединении/кружке/центре	
В приведенных ниже утверждениях выбери одно из двух:	
1) За последний год мои интересы не изменились	
2) За последний год мои интересы изменились, мне стали нравятся другие предметы	
Раздел «Диагностика»	
1) Пройди диагностику познавательной потребности младших школьников	
2) Пройди диагностику познавательной активности младших	

ШКОЛЬНИКОВ	
3) Создай свою карту интересов	

Раздел «Мое путешествие в мир профессий»

Я уже познакомился с профессиями (перечисли профессии, с которыми ты познакомился)	
Больше всего мне нравится профессия	
Эта профессия мне нравится потому, что (напиши, почему тебе нравится именно эта профессия)	
В процессе знакомства с профессиями я участвовал в экскурсиях, встречах и т.д. (напиши мероприятия, которые ты запомнил)	



Опиши (нарисуй) свои впечатления об экскурсиях и др. мероприятиях о профессиях, на которых ты побывал

ОСНОВНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ (5-7 кл.)

Сейчас я учусь в 5 классе

Раздел «Мои интересы»	
Моими самыми любимыми предметами являются (Перечисли свои любимые предметы)	
У меня легко получается учиться на следующих предметах: (перечисли эти предметы)	
У меня вызывают затруднения следующие предметы, перечисли их пожалуйста:	
У меня есть увлечения (напиши, чем ты любишь заниматься в свободное время)	
Я занимаюсь в секции/объединении/кружке/центре	
Я участвую в реализации проектов / исследований	
Я участвую во внеклассной работе	
Я мечтаю научиться (напиши о своих желаниях)	
У меня не получается, но я хочу научиться делать	

Выбрать правильное из двух: 1) За последний год мои интересы изменились, мне стали нравятся другие предметы 2) За последний год мои интересы не изменились	
Раздел «Диагностика» Пройди диагностику, которую рекомендует тебе учитель (психолог) В результате диагностики я узнал(а) (опиши свои впечатления): Я прошел(а) дополнительные диагностики, (указать какие) и получил результат За период обучения в 5 классе я прошел несколько диагностик, всего их (указать число) Из всех диагностик мне самой интересной для меня была	
Раздел «Мир профессий» За последний год я узнал новое о таких профессиях как	

Я узнал информацию о профессиях благодаря следующим мероприятиям: (экскурсия, беседам, встречам с представителями разных профессий, рассказам родителей, рассказам учителя на классных часах, прочитал в интернете или)	
Теперь больше всех мне нравится профессия	
Эта профессия мне понравилась мне потому, что	
Я участвовал в: (экскурсия, беседам, встречам с представителями разных профессий, рассказам родителей, рассказам учителя на классных часах, прочитал в интернете или)	



Напиши свои впечатления об экскурсиях и др. мероприятиях о профессиях, на которых ты побывал

Сейчас я учусь в 6 классе

Раздел «Мои интересы»	
Моими самыми любимыми предметами являются (Перечисли свои любимые предметы)	
У меня легко получается учиться на следующих предметах: (перечисли эти предметы)	
У меня вызывают затруднения следующие предметы, перечисли их пожалуйста:	
У меня есть увлечения (напиши, чем ты любишь заниматься в свободное время)	
Я занимаюсь в секции/объединении/кружке/центре	
Я участвую в реализации проектов / исследований	
Я участвую во внеклассной работе	
Я мечтаю научиться (напиши о своих желаниях)	
У меня не получается, но я хочу научиться делать	
Я уже познакомился со следующими профессиями	
Выбрать правильное из двух:	
1) За последний год мои интересы изменились, мне стали нравиться другие предметы	
2) За последний год мои интересы не изменились	
Раздел «Диагностика»	
Пройди диагностику, которую рекомендует тебе учитель (психолог)	
В результате диагностики я узнал(а) (опиши свои впечатления):	
Я прошел(а) дополнительные диагностики, (указать какие) и	

получил результат	
За период обучения в 6 классе я прошел несколько диагностик, всего их (указать число)	
Из всех диагностик мне самой интересной для меня была	

Раздел «Мир профессий»	
За последний год я узнал новое о таких профессиях как	
Я узнал информацию о профессиях благодаря следующим мероприятиям: (экскурсия, беседам, встречам с представителями разных профессий, рассказам родителей, рассказам учителя на классных часах, прочитал в интернете или)	
Теперь больше всех мне нравится профессия	
Эта профессия мне понравилась мне потому, что	
Я участвовал в: (экскурсия, беседам, встречам с представителями разных профессий, рассказам родителей, рассказам учителя на классных часах, прочитал в интернете или)	
	Напиши свои впечатления об экскурсиях и др. мероприятиях о профессиях, на которых ты побывал _____ _____ _____

Сейчас я учусь в 7 классе

Раздел «Мои интересы»	
Моими самыми любимыми предметами являются (Перечисли свои любимые предметы)	
У меня легко получается учиться на следующих предметах: (перечисли эти предметы)	
У меня вызывают затруднения следующие предметы, перечисли их пожалуйста:	
У меня есть увлечения (напиши, чем ты любишь заниматься в свободное время)	
Я занимаюсь в секции/объединении/кружке/центре	
Я участвую в реализации проектов / исследований	
Я участвую во внеклассной работе	
Я мечтаю научиться (напиши о своих желаниях)	
У меня не получается, но я хочу научиться делать	
Выбрать правильное из двух:	
1) За последний год мои интересы изменились, мне стали нравиться	

другие предметы	
2) За последний год мои интересы не изменились	
Раздел «Диагностика»	
Пройди диагностику, которую рекомендует тебе учитель (психолог)	
В результате диагностики я узнал(а) (опиши свои впечатления):	
Я прошел(а) дополнительные диагностики, (указать какие) и получил результат	
За период обучения в 7 классе я прошел несколько диагностик, всего их (указать число)	
Из всех диагностик мне самой интересной для меня была	

Раздел «Мир профессий»	
За последний год я узнал новое о таких профессиях как	
Я узнал информацию о профессиях благодаря следующим мероприятиям: (экскурсия, беседам, встречам с представителями разных профессий, рассказам родителей, рассказам учителя на классных часах, прочитал в интернете или)	
Теперь больше всех мне нравится профессия	

Эта профессия мне понравилась мне потому, что	
Я участвовал в: (экскурсия, беседам, встречам с представителями разных профессий, рассказам родителей, рассказам учителя на классных часах, прочитал в интернете или)	
Напиши свои впечатления об экскурсиях и др. мероприятиях о профессиях, на которых ты побывал	
Напиши несколько строк по теме « Я через 10 лет»	

ОСНОВНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ (8-9 кл.)

Уважаемый старшеклассник!

Ты уже учишься в 8 классе и перед тобой встает проблема выбора профессии. В мире насчитывается более 50 тыс. профессий, а в России наиболее распространенными являются около 7 тыс. из них. Как же сориентироваться в этом многообразии и выбрать наиболее предпочтительный путь дальнейшего профессионального развития, который соответствует ТВОИМ способностям и желаниям?

Часто люди выбирают профессию под влиянием внешних обстоятельств, учитываются мнение близких, внешняя атрибутика профессии, престижность и ее экономическая выгода. Но, в основном, эти обстоятельства никак не связаны с индивидуальными особенностями и склонностями человека. Ознакомься с типичными ошибками, которые делают при выборе профессии:

Типичные ошибки в выборе профессии



**Выбор профессии
«за компанию»**



**Несоответствие
здоровья и условий
труда**



**Выбор престижной
профессии**



**Устаревшие
представления о
профессии**



**Отождествление
учебного предмета и
профессии**



**Незнание своих
сильных и слабых
сторон**



**Отождествление
конкретного человека
с профессией**



**Выбор профессии
под давлением
родителя**

Выбирая профессию помни, что этот выбор повлияет на всю твою дальнейшую жизнь.

В Костромской области наиболее востребованы **рабочие профессии** отрасли «Производство», в качестве приоритетных направлений выделяются следующие: агропромышленный и пищевой комплекс; лесопользование, лесозаготовка и лесопереработка; электроэнергетика; дорожное хозяйство; жилищное строительство и жилищно-коммунальное хозяйство.

К «плюсам» выбора рабочей профессии можно отнести:

- получение востребованной на рынке труда профессии за меньший срок подготовки;
- получение профессии на бесплатной основе или за доступную плату;
- гарантированное трудоустройство в силу нехватки специалистов рабочих профессий, особенно в условиях кризиса;
- ранняя экономическая самостоятельность;
- сформированность базовых умений и навыков трудовой деятельности, значимых в практике повседневной жизни;
- возможность заниматься предпринимательской деятельностью в сфере оказания услуг населению;
- повышение требований к специалистам рабочих профессий (новые технологии, новое оборудование требуют высокой квалификации);
- улучшение качества образования в связи с усилением тенденции к заключению трехсторонних договоров: между учреждениями начального и среднего профессионального образования, обучающимися и предприятием, которое предоставляет новейшее оборудование и места для прохождения практики;
- повышение престижа работодателей из реального сектора.

Если ты не хочешь плыть по течению, если не хочешь быть «как все», а решил стать личностью, индивидуальностью, тогда поставь перед собой цель, определи, что для тебя важно в жизни, а без чего ты смог бы обойтись. **ВЫБЕРИ ПРОФЕССИЮ САМ!**

Обрати внимание на условные обозначения и ссылки на электронные ресурсы.

УДАЧИ в выборе профессии!

словные обозначения

№ п/п	Обозначение	Значение
1		Выполни самостоятельно письменно
2		Познакомься с информационным ресурсом в Интернете
3		Полезная информация, прими к сведенью
4		Заполни по результатам прохождения профессиональной пробы
5		Работа с тьютором, консультантом по профориентации

Формула выбора профессии



Сделать правильный выбор - значит, найти профессию, которая соответствует:

***Твоим интересам и
склонностям***

Это все, что ты выполняешь в школе и во внеурочное время с интересом, желанием, по собственной инициативе.

Если от выбранного дела ты получишь удовлетворение, то охотнее и эффективнее будешь трудиться и быстрее станешь профессионалом. Твои шансы найти высокооплачиваемую и престижную работу возрастут.

ХОЧУ

***Возможностям и
способностям***

Это деятельность, которая тебе по силам, отвечает уровню твоих знаний, умений, навыков, состоянию здоровья.

Есть дела, в которых ты не можешь добиться высоких результатов, а есть такие, которые ты выполняешь с легкостью, удовольствием, не испытывая затруднений. Выбор должен быть сделан в пользу последних.

МОГУ

Спросу на рынке труда

Необходимо учитывать реальную ситуацию, возможность трудоустройства по выбираемой профессии. «Надо» зачастую находится в противоречии с «хочу». Делая шаг в сторону «надо», следует помнить: безработица - не самое лучшее начало профессиональной карьеры.

НАДО

ВЫБОР ПРОФЕССИИ

МОИ ИНТЕРЕСЫ И МОИ ПЛАНЫ



1. Изучаемый профильный предмет:

1. _____

2. _____

3. _____



Предпрофильные элективные курсы

1. _____

2. _____

3. _____



2. Учебное заведение, где планируешь продолжить обучение



3. Профессия, (которую планируешь выбрать)

ПЕРВЫЙ БЛОК

ОЦЕНКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ

В этом модуле ты предоставляешь результаты оценки своих профессиональных характеристик.

1.1. Метод Биркмена — это методика самооценки, которая помогает выделить личностные профессиональные характеристики, ваши слабые и сильные стороны, преимущества и стиль поведения. Данная методика помогает определить вид деятельности и условия работы, которые максимально вам подходят.

Метод Биркмена использует систему четырех цветов (синего, зеленого, красного и желтого), выбранных для обозначения профессиональных характеристик и видов деятельности. При этом необходимо понимать, что ни один из указанных цветов не хуже и не лучше любого другого, просто он соответствует свойствам, необходимым для успешного освоения той или иной профессии. Каждый цвет выражает то или иное ключевое свойство:

Зелёный коммуникабельность

Синий планирование

Жёлтый управление

Красный эффективность

На основе приведенной ниже таблицы 1 определите цвет ваших профессиональных характеристик.

Подумайте и назовите:

Цвет, которому соответствуют ваши профессиональные характеристики _____

Цвет, которому соответствует предпочитаемый вами вид деятельности: _____

Таблица 1 Метод Биркмена

Цвет	Профессиональные характеристики человека	Виды деятельности
СИНИЙ	Творческий, способный к новаторству, разбирающийся в психологии, внимательный к другим людям; склонен к планированию деятельности, к работе с абстрактными понятиями; предпочитает работу с низким уровнем ответственности	Методичный, последовательный, предусмотрительный, ориентированный на работу в команде, использует методы невербальной коммуникации; предпочитает помогать и консультировать своих коллег, избегает конфронтации; выбирает работу, которая позволяет предварительно обдумать совершаемые действия
ЗЕЛЁНЫЙ	Убедительный, умеющий продавать, стимулирующий продажи; предпочитает консультировать и учить других, мотивирующий людей, любит работу с людьми	Соперничающий, властный, волевой, прямой, независимый, ориентированный на работу в команде, использует прямые методы коммуникации; предпочитает в работе быть дружелюбным, но в то же время властным; выбирает работу, в которой не надо принимать решения — этим занимаются другие люди
КРАСНЫЙ	Практичный, техничный, опытный, организованный; предпочитает работу, связанную с решением различных задач	Целеустремленный, использует прямые методы коммуникации; предпочитает работу, ориентированную на процесс и непосредственную реализацию поставленных задач; выбирает работу, где не надо долго ждать результата
ЖЕЛТЫЙ	Организованный, скрупулезный; нравится работать с цифрами или системами; предпочитает работать с четко поставленными задачами	Коммуникабельный, целеустремленный, использует невербальные методы коммуникации; предпочитает работу с четко поставленными задачами и сроками; выбирает монотонную работу

1.2 Дифференциально-диагностический опросник

С помощью данного опросника ты сможешь определить тип профессии, который наиболее подходит тебе в зависимости от твоих интересов, склонностей, темперамента.



Опросник ДДО находится на сайте: <http://www.urc.ac.ru/abiturient/PsyTest/test1.html>

1. Выполните тест, запишите результаты вашего тестирования: _____

По результатам тестирования ознакомьтесь с информацией на сайтах, где содержатся подробные списки профессий, относящихся к полученному типу взаимодействий: человек – человек, человек – природа, человек – художественный образ, человек – техника, человек – знак:



Классификация – типология профессий:

http://rodn-i-k.narod.ru/tipologia_pr/klassif_prof.htm

1.3 Теория Холланда http://bloggg07.blogspot.ru/2012/03/blog-post_990.html

Кодовая теория доктора Холланда – система распределения профессий по категориям, группам интересов или рабочим атмосферам.



Выбери три группы по теории Холланда и расставь их по порядку привлекательности для тебя

1 _____

2 _____

3 _____



Опиши работу, которую ты для себя считаешь «идеальной», включая основные обязанности, место работы, рабочие часы, коллектив

ВТОРОЙ БЛОК

ГРУППЫ ПРОФЕССИЙ И ПОДГОТОВКА К ПРОФЕССИИ



Чтобы упростить изучение профессий, желательно разбить их на общие категории (группы). Группа может быть связана с определенной отраслью промышленности или областью деятельности. Всякий раз, когда человек соберется искать работу, он должен задуматься, в какой области пригодятся его навыки, образование и опыт.



На этих сайтах ты сможешь найти полезную информацию о профессиях.

Азбука профессий и специальностей http://rodn-i-k.narod.ru/asb_prof.htm

Профориентационный сайт Костромской области «Моя профессиональная карьера»:

<http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx>



Изучи вакансии на рынке труда: <http://headhunter.ru/index.do>

Список наиболее востребованных профессий:

1		9	
2		10	
3		11	
4		12	
5		13	
6		14	
7		15	
8			

Исследование профессий – общий обзор



Для получения информации о выбранных профессиях рекомендуется ознакомиться со следующими сайтами (изучи не менее двух сайтов):

ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ ПО ПРОФОРИЕНТАЦИИ В КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

1. Портал «Образование Костромской области» <http://www.koipkro.kostroma.ru>
2. Официальный сайт Департамента образования и науки Костромской области <http://www.koipkro.kostroma.ru/deko/default.aspx>
3. Сайт Костромского областного института развития образования <http://www.koipkro.kostroma.ru/koiro/default.aspx>
4. Сайт «Профессиональные образовательные организации» Костромской области <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/sou/SitePages/Домашняя.aspx>
5. Web- ресурс «Моя профессиональная карьера» <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx>
6. Региональное сетевое методическое объединение «Профессиональные образовательные организации» <http://www.koipkro.kostroma.ru/sites/RSMO-test/SitePages/ПОО.aspx>).
7. Центр профессиональной ориентации и содействия трудовой занятости несовершеннолетних, находящихся в трудной жизненной ситуации <http://www.koipkro.kostroma.ru/koiro/CRSO/FZiBG/CPON/default.aspx>
8. Сайт ГКУ «Центр занятости населения по городу Костроме» <http://dfgszn.kostroma.ru/kostroma/index.html>
9. Костромской Интернет-портал Region44.ru http://www.region44.ru/razdel/org/one_org.php?id=278
10. Официальный сайт Департамента по труду и занятости населения Костромской области <http://dfgszn.kostroma.ru/>
11. Информационный портал по профориентации Департамента по труду и занятости населения http://dfgszn.kostroma.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=87&Itemid=315

Запиши информацию о пяти выбранных профессиях по следующей форме:

Название профессии	Краткое описание	Требования к образованию	Необходимые навыки	Зарплата	Перспективы
1					
2					
3					
4					
5					



Детальное изучение профессии

Детально изучи одну из выбранных профессий. Для получения информации об анализируемой профессии вновь используйте список сайтов:

1. Портал «Образование Костромской области» <http://www.koipkro.kostroma.ru>
2. Официальный сайт Департамента образования и науки Костромской области <http://www.koipkro.kostroma.ru/deko/default.aspx>
3. Сайт Костромского областного института развития образования <http://www.koipkro.kostroma.ru/koiro/default.aspx>
4. Сайт «Профессиональные образовательные организации» Костромской области <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/sou/SitePages/Домашняя.aspx>
5. Web- ресурс «Моя профессиональная карьера» <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx>
6. Региональное сетевое методическое объединение «Профессиональные образовательные организации» <http://www.koipkro.kostroma.ru/sites/RSMO-test/SitePages/ПОО.aspx>).
7. Центр профессиональной ориентации и содействия трудовой занятости несовершеннолетних, находящихся в трудной жизненной ситуации <http://www.koipkro.kostroma.ru/koiro/CRSO/FZiBG/CPON/default.aspx>
8. Сайт ГКУ «Центр занятости населения по городу Костроме» <http://dfgszn.kostroma.ru/kostroma/index.html>
9. Костромской Интернет-портал Region44.ru http://www.region44.ru/razdel/org/one_org.php?id=278
10. Официальный сайт Департамента по труду и занятости населения Костромской области <http://dfgszn.kostroma.ru/>
11. Информационный портал по профориентации Департамента по труду и занятости населения http://dfgszn.kostroma.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=87&Itemid=315

Исследование возможностей получения образования

С помощью портала «Образование Костромской области» <http://www.koipkro.kostroma.ru> выдели образовательные учреждения, помогающие получить требуемую профессию /специальность.

Заполни таблицу, указав одно или несколько учебных заведений, где можно получить выбранную тобой профессию/специальность.

Сфера интересов:	
Профессия/специальность	Рекомендуемые образовательные учреждения

ТРЕТИЙ БЛОК ПРОХОЖДЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРОБ



Профессиональная проба – это испытание, моделирующее элементы конкретного вида профессиональной деятельности, имеющее завершённый вид, способствующая сознательному, обоснованному выбору профессии. Профессиональная проба помогает "окунуться" в будущую профессию, убедиться в ее достоинствах, определиться в недостатках.

Внимательно ознакомься с Банком профессиональных проб на профориентационном сайте Костромской области «Моя профессиональная карьера»:

<http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx> и выбери желаемую базу для прохождения пробы. Лучше принять участие в нескольких профессиональных пробах. По результатам прохождения проб, следующие документы:

Дата	Профессиональная проба по профессии	Вид деятельности



Точки моего удивления во время прохождения профессиональной пробы

Мои эмоции				
Мои комментарии (когда, что, почему)				

ЛИСТОК УЧАСТНИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОБЫ



Профессиональные предпочтения _____

(профессия, направление деятельности, профессиональная область, не определился)

Наименование профессиональной пробы _____

О чём узнал?	
Что заинтересовало?	
Какую получил практику?	
Оправдались ожидания или нет?	
Какой этап профессиональной пробы понравился больше всего? (теория, практика)	
Что ещё хочется узнать или попробовать на практике в данном направлении деятельности?	



Защита профессиональной пробы

Оформи свой проект в виде слайдов в программе PowerPoint, слайды должны содержать диаграммы, ссылки, рисунками, фотографиями с места прохождения проб, личными выводами-высказываниями.

Обязательные слайды:

Слайд №1 «Творческое название проекта», автор

Слайд №2- 4 «Краткая характеристика профессии»

Слайд №5 «Востребованность профессии на рынке труда Костромской области»

Слайд №6 « Качества, которые необходимы для успеха в данной профессии»

Слайд №7 Результаты профессиональной пробы (Заполняется после профессиональной пробы)

- Вид деятельности.
- Профессия, должность, конкретная работа или виды работ.
- Что ты попробовал сделать самостоятельно.
- Самое яркое впечатление.
- Рекомендации работодателя.

Слайд №7 «Что тебе лично понравилось во время профессиональной пробы, в целом в профессии, а что нет»

Слайд №8 «Вывод: почему я не изменю или изменю своему выбору»



ЧЕТВЕРТЫЙ БЛОК ПОСТРОЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ТРАЕКТОРИИ



Заполнение Дневника самоопределения помогло тебе определиться с выбором той или иной профессии/специальности или определить для себя несколько приоритетных направлений профессиональной деятельности/ профессиональной подготовки. Можно приступить к построению индивидуальной профессиональной траектории.

Используя сайты

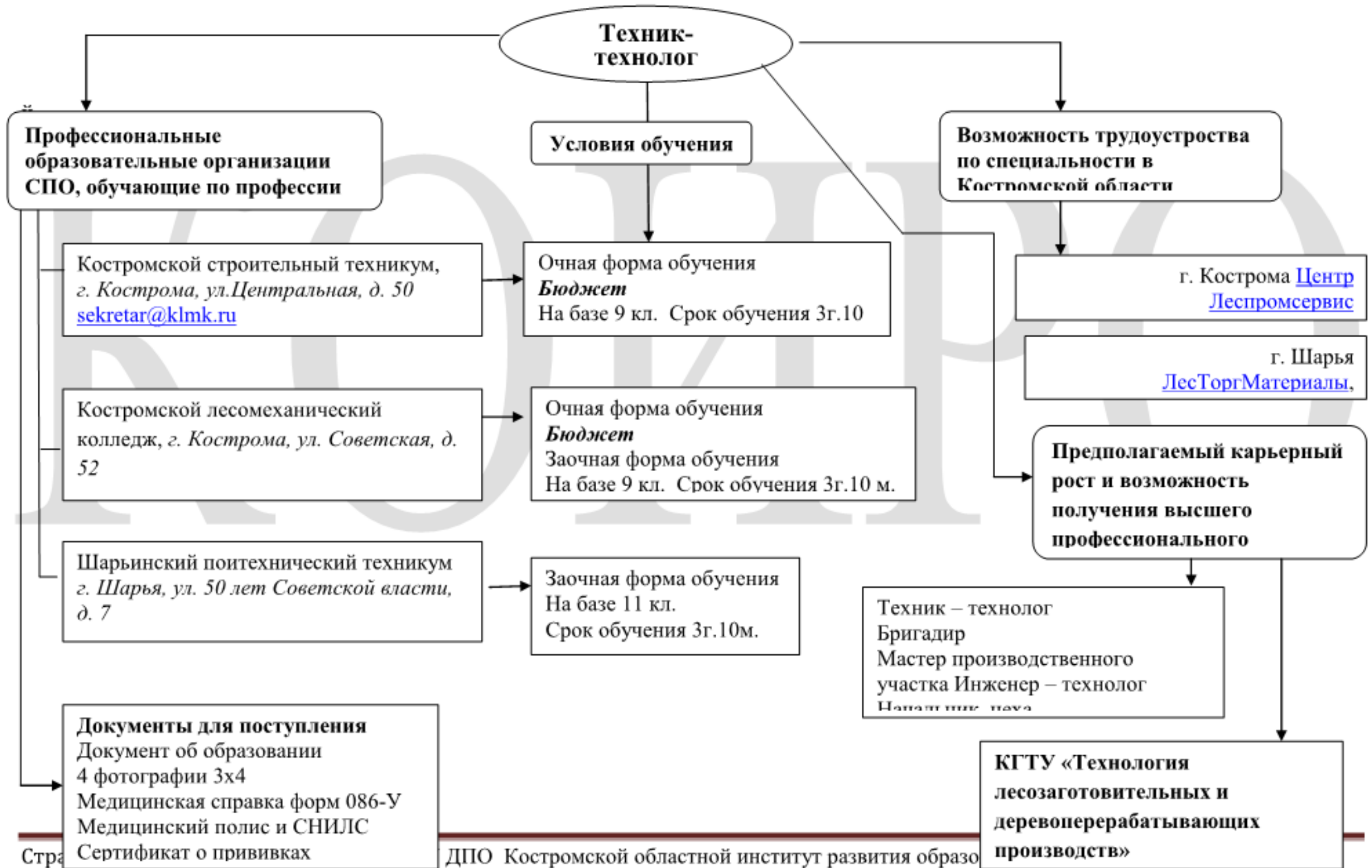
1. Портал «Образование Костромской области» <http://www.koipkro.kostroma.ru>
2. Официальный сайт Департамента образования и науки Костромской области <http://www.koipkro.kostroma.ru/deko/default.aspx>
3. Сайт Костромского областного института развития образования <http://www.koipkro.kostroma.ru/koiro/default.aspx>
4. Сайт «Профессиональные образовательные организации» Костромской области <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/sou/SitePages/Домашняя.aspx>
5. Web- ресурс «Моя профессиональная карьера» <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx>

тебе предстоит:

1. Выбрать не более трех образовательных учреждений среднего профессионального образования (колледжей, техникумов), осуществляющих подготовку по выбранной тобой профессии.
2. В произвольном электронном формате (таблица, схема, презентация, коллаж) выбрать и разместить следующую информацию о каждом образовательном учреждении:
 - название профессиональной образовательной организации;
 - юридический адрес профессиональной образовательной организации;
 - официальный сайт, отделение, в котором планируется обучение;
 - специальность/направление подготовки;
 - условия приема;
 - перечень документов, необходимых для зачисления
3. Подбери информацию о дальнейшей работе по полученной профессии на предприятиях Костромской области
4. Попробуй обозначить точки своего карьерного роста

УДАЧИ!!!

Пример. Индивидуальная профессиональная траектория (ИПТ)



Дневник тьюторской консультации

№ п/п	Дата/время	С каким вопросом обратился	Ресурсы, о которых ты узнал	Результат общения

Для заметок

СРЕДНЕЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ (10-11 кл.)

Проектирование послешкольного образовательно-профессионального маршрута

МОИ ИНТЕРЕСЫ И МОИ ПЛАНЫ

1. Изучаемый профильный предмет:

1. _____
2. _____
3. _____

Профильные элективные курсы

1. _____
2. _____
3. _____

2. Профессия, (профильного направления) _____

3. Учебное заведение, где планируешь продолжить обучение



ПЕРВЫЙ БЛОК ЗНАКОМСТВО СО СПЕЦИФИЧЕСКИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ КОНКРЕТНЫХ ВЫБИРАЕМЫХ ПРОФЕССИЙ

Работа с профессиограммами

Профессиограмма — это описание особенностей конкретной профессии, раскрывающее специфику профессионального труда и требований, которые предъявляются к человеку.

Профессиограммы, размещенные на *Web-ресурсе «Моя профессиональная карьера»* по ссылке <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx> в алфавитном порядке, включают в себя:

- сведения о профессиях, востребованных на территории города Костромы и Костромской области
- требования к знаниям, умениям и навыкам;
- медицинские противопоказания;
- пути получения профессии, список учебных заведений, осуществляющих обучение по данной профессии;
- возможности карьерного развития;
- перечень предприятий, имеющих вакансии по данным профессиям.



Используя **Профессиограммы**, размещенные на *Web-ресурсе «Моя профессиональная карьера»* <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx> изучи содержание деятельности выбранной профессии, требования к индивидуальным особенностям, профессиональной подготовке, медицинские противопоказания⁷. Это позволит оценить, насколько конкретная профессия подходит именно для тебя.

ВТОРОЙ БЛОК РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ

Подготовка карьерного портфолио



Указанные ниже сайты предлагают общую информацию о том, как составить резюме, а также о том, что в него можно включать и что нельзя.

Технология составления резюме:

Существует два подхода к составлению резюме и представлению информации работодателю: хронологический и профессиональный.

1. Хронологическое резюме: информация перечисляется в обратном хронологическом порядке. Это наиболее распространенный способ, он подходит людям, несколько раз менявшим работу.
2. Профессиональное резюме: информация составляется на основе перечисления полученных навыков. Этот способ подходит людям, постоянно работавшим на одном месте.

Составление резюме



Первым шагом при составлении резюме является определение желаемой должности.

Примечание. Не все резюме содержат информацию о должности, особенно если человек сам не знает, кем он хочет или согласен работать.

Описание желаемой должности помогает работодателю понять, что претендент имеет четкое представление о работе, которую он хочет получить.



Описание должности может включать:

- описание специализации компании, в которую человек хочет устроиться на работу;
- название должности;
- основные преимущества, имеющиеся у потенциального работника.

Отрази (придумай) информацию о себе, которую необходимо включить в резюме, в следующей таблице:

Образец резюме:

Фамилия Имя Отчество:		
Адрес:		
Номер телефона:	Электронный адрес:	
Должность:		
Общие навыки:		
Род занятий:		
Образование:	Период обучения:	Институт:
Профессиональный опыт:		
Награды:		
Интересы/увлечения:		
Профессиональный опыт Укажите список работодателей и периоды работы (работа при полной или частичной занятости, сезонные виды работ, разовая работа, практика, исследовательская работа и другие возможные проекты). Обычно перечисление начинают с последнего места работы. Опишите профессиональный опыт — информацию о профессиональных обязанностях; практической работе.		
Навыки (общие) Перечислите и кратко опишите свои сильные стороны (например, знание иностранных языков, умение работать в команде и др.)		
Деятельность Укажите информацию о работе добровольцем или участии в различных клубах или организациях, спортивных секциях и др.		
Образование Укажите информацию об институте и дополнительных образованиях, таких как тренинги, летние курсы, семинары и др.		
Награды Перечислите полученные награды. Если их нет, пропустите этот пункт.		
Интересы/увлечения Перечислите 4-5 тем, которые могут заинтересовать работодателя и не вызовут негативной реакции.		

Собеседование



Сайты, на которых размещена информация о том, как успешно пройти собеседование.

- Советы по карьере — как правильно заполнить анкету о приеме на работу:

<http://prostopozvonite.com/trud/dogovor/anketu.html>

- Вопросы, которые можно услышать на собеседовании. Советы психолога по прохождению собеседования:

<http://jungterra.ru/kak-otvechat-na-neudobnye-voprosy-na-sobesedovanii-sovet-psixologa/>

- Советы по карьере — что делать, если собеседование прошло не совсем удачно:

<http://podborkadrov.com/otbor-personala/sobesedovanie/kak-udachno-projti-sobesedovanie.html>



Тренинг собеседования

Виды вопросов, которые можно задать на собеседовании:

1. Чего вы ждете от кандидата на данную должность?
2. Возможно ли проявление инициативы на этой должности?
3. Каковы возможности продвижения по службе?
4. Это новая должность или я буду кого-то заменять?
5. Какие обязанности предполагает эта должность?
6. Совет: Не спрашивайте о зарплате или надбавках, пока работодатель сам об этом не заговорит.

ТРЕТИЙ БЛОК ПРОХОЖДЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРОБ



Профессиональная проба – это испытание, моделирующее элементы конкретного вида профессиональной деятельности, имеющее завершённый вид, способствующая сознательному, обоснованному выбору профессии. Профессиональная проба помогает "окунуться" в будущую профессию, убедиться в ее достоинствах, определиться в недостатках.

Внимательно ознакомьтесь с **Банком профессиональных проб** на профориентационном сайте Костромской области «Моя профессиональная карьера»:

<http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx> и выбери желаемую базу для прохождения пробы. Лучше принять участие в нескольких профессиональных пробах. По результатам прохождения проб, заполни таблицу о деятельности на профессиональной пробе и лист участника профессиональной пробы:

Дата	Профессиональная проба по профессии	Вид деятельности
------	-------------------------------------	------------------



Точки моего удивления во время прохождения профессиональной пробы

Мои эмоции				
Мои комментарии (когда, что, почему)				

ЛИСТОК УЧАСТНИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОБЫ



Профессиональные предпочтения _____

(профессия, направление деятельности, профессиональная область, на определился)

Наименование профессиональной пробы _____

О чём узнал?	
Что заинтересовало?	
Какую получил практику?	
Оправдались ожидания или нет?	
Какой этап профессиональной пробы понравился больше всего? (теория, практика)	
Что ещё хочется узнать или попробовать на практике в данном направлении деятельности?	

Защита профессиональной пробы



Оформи свой проект в виде слайдов в программе PowerPoint, слайды должны быть украшены диаграммами, ссылками, рисунками, фотографиями с места прохождения проб, личными выводами-высказываниями.

Обязательные слайды:

Слайд №1 «Творческое название проекта», автор

Слайд №2- 4 «Краткая характеристика профессии»

Слайд №5 «Востребованность профессии на рынке труда Костромской области»

Слайд №6 «Качества, которые необходимы для успеха в данной профессии»

Слайд №7 Результаты профессиональной пробы (Заполняется после профессиональной пробы)

- Вид деятельности.
- Профессия, должность, конкретная работа или виды работ.
- Что ты попробовал сделать самостоятельно.
- Самое яркое впечатление.
- Рекомендации работодателя.

Слайд №7 «Что тебе лично понравилось во время профессиональной пробы, в целом в профессии, а что нет»

Слайд №8 «Вывод: почему я не изменю или изменю своему выбору»

ЧЕТВЕРТЫЙ БЛОК

ПОСТРОЕНИЕ (ВНЕСЕНИЕ ИЗМЕНЕНИЙ) В ИНДИВИДУАЛЬНУЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ТРАЕКТОРИЮ



Заполнение Дневника самоопределения помогло тебе определиться с правильностью твоего выбора той или иной профессии, или определить для себя приоритетное направление профессиональной деятельности. Теперь ты можешь заняться корректировкой уже имеющейся профессиональной траектории; если планы в отношении выбора профессии кардинально поменялись, начинай строить профессиональную траекторию заново.



Используя сайты

1. Портал «Образование Костромской области» <http://www.koipkro.kostroma.ru>
2. Официальный сайт Департамента образования и науки Костромской области <http://www.koipkro.kostroma.ru/deko/default.aspx>
3. Сайт Костромского областного института развития образования <http://www.koipkro.kostroma.ru/koiro/default.aspx>
4. Сайт «Профессиональные образовательные организации» Костромской области <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/sou/SitePages/Домашняя.aspx>
5. Web- ресурс «Моя профессиональная карьера» <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx>

чтобы построить индивидуальную профессиональную траекторию нужно:

- 1) Выбрать пять образовательных учреждений среднего или высшего профессионального образования, осуществляющих подготовку по выбранной тобой профессии.
- 2) В произвольном электронном формате (таблица, схема, презентация, коллаж) записать следующую информацию о каждом образовательном учреждении:
 - Название профессиональной образовательной организации;
 - юридический адрес профессиональной образовательной организации;
 - официальный сайт, отделение, в котором планируется обучение;
 - специальность/направление подготовки;

- условия приема;
- результаты каких экзаменов по ЕГЭ необходимы для поступления, количество бюджетных мест, количество мест с полным возмещением затрат; стоимость обучения (руб./год) и пр. (например, участие в олимпиадах, творческие вступительные испытания, особые условия для определенных категорий граждан и др.).

3). Подобрать информацию о дальнейшей работе по полученной профессии на предприятиях Костромской области

4). Попробовать обозначить точки своего карьерного роста

УДАЧИ!!!

Дневник тьюторской консультации

№ п/п	Дата/время	С каким вопросом обратился	Ресурсы, о которых ты узнал	Результат общения
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				