

Администрация Мокроусовского муниципального округа
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Мокроусовский дом детского творчества»

Согласована на заседании
Педагогического совета
от «31» 08 2022 г
протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «Мокроусовский ДДТ»
М.В. Сединкина/
Приказ от «31» августа 2022 г.



Будущий Я

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)
ПРОГРАММА**

Срок реализации – 1,5 года
Возраст учащихся – 14 – 17 лет

Автор -составитель:
Старцева Юлия Николаевна

Мокроусово
2022

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа составлена на основе дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы Будущий Я / авт-сост. Е. А. Нестерова, О.Ю. Чистякова; ГБОУДОД ДЮЦ.

Каждому молодому человеку на протяжении жизненного пути постоянно приходится принимать решения. Проблема принятия решения — не всегда легкая задача, ведь зачастую от верного выбора зависит благополучие человека, а иногда — и его судьба.

Оптимальное решение вопроса «кем быть?», поиском которого неизбежно приходится заниматься каждому на определенном этапе возрастного и социального развития, является жизненно важным не только для него лично, но и для общества в целом.

Выбор направленности обучения, связанного с построением жизненного пути, приходится на старший школьный возраст (14-17 лет). Именно в это время возникают ведущие потребности, происходит дифференциация интересов, совершаются первые профессиональные пробы.

В качестве фактора, способствующего формированию осознанного профессионального выбора учащихся, в Курганской области создана и реализуется региональная модель профориентационной работы. Необходимость профориентации определяется федеральными государственными образовательными стандартами основного и среднего общего образования, где отмечается, что школьники должны ориентироваться в мире профессий, понимать значение профессиональной деятельности в интересах устойчивого развития общества и природы. Следовательно, основной задачей профориентационной работы следует считать сопровождение социально-профессионального самоопределения обучающихся с учетом личностных особенностей, способностей, ценностей и интересов, с одной стороны, общественных потребностей, запросов рынка труда – с другой.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Будущий Я» имеет социально – педагогическую направленность и предназначена для получения школьниками дополнительного образования в области выбора профессии. Она призвана повысить эффективность профориентационной работы средствами дополнительного образования на основе деятельностного подхода. Программа приближает учащихся к реалиям регионального (местного) рынка труда, помогает получить информацию о сегодняшних востребованных профессиях.

Новизна программы «Будущий Я» заключается в том, что учащиеся постоянного состава являются не пассивными участниками профориентационных экскурсий, а активными их организаторами и исполнителями.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы: содействие профессиональному самоопределению подростков через вовлечение их в познавательную и социально значимую деятельность.

Задачи программы:

обучающие:

- формировать представления о рынке труда, массовых профессиях, востребованных в регионе и требованиях, предъявляемых ими к подготовке и личным качествам будущего труженика;

- дать знания по организации и проведению экскурсий, в том числе профориентационных для школьников;

- обучить основам ведения самостоятельной работы с различными источниками информации;

- обучить детей соотносить свои индивидуально – психологические особенности и возможности с требованиями выбираемой профессии.

воспитывающие:

- воспитывать у школьников сознательное уважительное отношение к труду и человеку труда;

- содействовать формированию чувства коллективизма и взаимопомощи;

- воспитывать культуру общения и поведения в социуме.

развивающие:

- развивать основные психические процессы (память, внимание, речь) и творческие способности;

- развивать у детей коммуникативные умения и навыки (учебное сотрудничество и социальное взаимодействие), обеспечивающие совместную деятельность со сверстниками и взрослыми;

- развивать организационно – управленческие умения и навыки.

Экскурсия является одним из видов профориентационной деятельности, т.к. оказывает большое влияние на формирование интереса к профессии, она сочетает в себе наглядность и доступность восприятия с возможностью анализировать, сравнивать, делать выбор. Эффективность экскурсии значительно возрастает, если подготовить экскурсовода, тщательно продумать маршрут и объекты осмотра, создать условия для активного восприятия учащимися информации.

Программа «Будущий Я» рассчитана на работу с учащимися 8, 9 классов. Срок реализации программы 1,5 года. Образовательный процесс по программе осуществляется по модульному принципу с постоянным и временным составом учащихся. Программа «Будущий Я» может быть использована во внеурочной деятельности в рамках ФГОС на основе модели дополнительного образования.

Контингент учащихся постоянного состава формируется на общих основаниях. Предполагается набор в группу учащихся, проявляющих интерес к экскурсионному делу.

Для учащихся постоянного состава занятия проходят в группах по 12 – 15 человек. Основным содержанием модуля является изучение методики подготовки и проведения экскурсии. Продолжительность модуля для группы постоянного состава – 144 часа. В первом полугодии занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа. Со второго полугодия занятия проводятся 1 раз в неделю по 3 часа. Для более эффективной работы объединения, начиная с раздела «Подготовка экскурсий на предприятия», возможно деление на малые группы для одновременной работы учащимися над заданиями.

Для учащихся временного состава предполагается практико–ориентированный модуль продолжительностью 57 часов. При изучении модуля учащиеся знакомятся с психологическими аспектами выбора профессии, а также участвуют в девяти экскурсиях на объекты производственной и социальной сферы населенного пункта (района), где проживают. При проведении каждой экскурсии 1 час отводится на подготовку к ней, 3 часа - на посещение экскурсионных объектов и 2 часа - на подведение итогов.

1.3. Планируемые результаты

Программа «Будущий Я» может быть использована при реализации внеурочной деятельности в рамках ФГОС на основе модели дополнительного образования.

Показателем результативности реализации данной программы следует считать достижение **результатов внеурочной деятельности 1 уровня** (приобретение школьниками социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни в сфере выбора профессии), **2 уровня** (формирование позитивного отношения к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом), **3 уровня** (приобретение школьниками социального опыта самостоятельного социального действия по средствам подготовки и участия в организации и проведении профессионально – ориентированных экскурсий для сверстников) **для группы постоянного состава; 1, 2 уровней - для группы временного состава.**

Планируемые личностные результаты

- готовность и способность учащихся основного состава к профессиональному самоопределению;

Планируемые предметные результаты

Знания:

- типы профессии по Е.А.Климову;
- основные требования к профессии экскурсовода;
- структура и содержание профессиограммы экскурсовода и других профессий;
- техника безопасности при проведении экскурсии;
- признаки, функции и классификации экскурсий;
- основные этапы и правила подготовки и проведения экскурсии;

Умения:

- соотносить различные профессии в соответствии с классификацией Е.А.Климова;
- составлять профессиограмму для различных профессий;
- составлять инструкцию по технике безопасности во время экскурсии;
- составлять экскурсионную справку с использованием различных источников;
- составлять план и маршрут проведения экскурсии;
- проводить профориентационные экскурсии на предприятия со школьниками;
- подводить итоги в различных формах (рефераты, стенгазеты, сочинения, рисунки и т.д.)

Иметь представления:

- об особенностях местного рынка труда и образовательных услуг.
- о своих профессиональных предпочтениях и интересах;
- об истории возникновения экскурсионного дела;
- об особенностях работы со школьниками подросткового возраста;

Планируемые метапредметные результаты

Личностные: мотивация к обучению и целенаправленной познавательной деятельности

Познавательные: поиск, выделение, систематизация, сопоставление, анализ, обобщение информации;

Коммуникативные: умение правильно выражать свои мысли в речи, вести дискуссию, умение слышать, слушать и понимать партнера, планировать и согласованно выполнять совместную деятельность, уметь договариваться.

Регулятивные: навыки взаимо- и самооценки, навыков рефлексии;

Выявление соответствия реальных результатов обучения результатам, требуемым программой, осуществляется при проведении текущего контроля (составление профессиограммы, инструкции по ТБ во время экскурсии, составление экскурсионной справки, «портфеля экскурсовода», решение ситуационных задач), промежуточного контроля, который осуществляется в форме тестирования, сочинения, конкурсов рисунков, в форме практических работ. Итоговая аттестация может быть проведена в форме деловой игры, опроса по степени готовности к профессиональному самоопределению.

Технология мониторинга освоения учащимися дополнительной общеобразовательной программы «Будущий Я» представлена в Приложении 2.

1.4 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Название темы, раздела	Всего часов по программе	Группы постоянный состав			Группы временный состав		
			Всего часов	Теория	Практика	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	2	1	1	-	-	-
2	Психологические аспекты выбора профессии	9	6	3	3	3	1	2
2.1.	Типы профессий (по Е.А. Климову)	6	3	1	2	3	1	2
2.2.	Изучение познавательных интересов и профессиональных намерений	2	2	1	1	-	-	-
2.3.	Особенности местного рынка труда и образовательных услуг	1	1	1	-	-	-	-
3	Введение в профессию экскурсовода	6	6	3	3	-	-	-
3.1.	История возникновения экскурсионного дела	1	1	1	-	-	-	-
3.2.	Личность экскурсовода. Основные требования к профессии экскурсовода. Профессиограмма.	2	2	1	1	-	-	-
3.3.	Ответственность экскурсовода за жизнь и безопасность экскурсантов	3	3	1	2	-	-	-
4.	Экскурсия, ее сущность	6	6	6	0	-	-	-
4.1.	Функции экскурсии. Признаки экскурсии. Классификация экскурсий	2	2	2	-	-	-	-
4.2.	Профессионально – ориентационная экскурсия	2	2	2	-	-	-	-
4.3.	Цели и задачи экскурсии. Образовательное и воспитательное значение экскурсии	2	2	2	-	-	-	-
5	Методика проведения экскурсий	16	16	7	6	-	-	-
5.1.	Основные методические приемы показа и рассказа	1	1	1	0	-	-	-
5.2.	Экскурсионная справка	2	2	1	1	-	-	-
5.3.	«Портфель экскурсовода»	4	4	1	3	-	-	-
5.4.	Публичная речь. Общение с аудиторией. Цитирование. Передача чувств в интонациях.	3	3	1	2	-	-	-
5.5.	Правила работы экскурсовода с группой	2	2	1	1	-	-	-
5.6.	Особенности работы со школьниками среднего возраста	2	2	1	1	-	-	-
5.7.	Внешний вид экскурсовода	2	2	1	1	-	-	-
6	Подготовка экскурсий на предприятие	61	52	7	45	9	9	2
7	Проведение и участие в экскурсии	27	27	-	27	27	-	27
8	Подведение итогов экскурсии	27	27	-	27	18	-	18
9	Итоговое занятие	2	2	-	2	-	-	-
Итого		156	144	27	117	57	10	47

1.1. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ (для групп постоянного состава)

1. Вводное занятие

(2 часа; 1 час - теория, 1 час - практика)

Знакомство с объединением и образовательной программой. Изучение мотивации выбора объединения.

Практическое занятие: мини – сочинение «Кем я хочу быть».

2. Психологические аспекты выбора профессии

(6 часов; 3 часа - теория, 3 часа - практика)

2.1. Типы профессии (3 часа; 1 час – теория, 2 часа - практика)

«Человек - техника», «Человек - человек», «Человек - природа», «Человек – знаковая система», «Человек – художественный образ».

Практическое занятие: Определение типа профессии на основе методики Е.А.Климова.

2.2. Изучение познавательных интересов и профессиональных намерений (2 часа: 1 час - теория, 1 час - практика)

Познавательные интересы и склонности. Выраженность коммуникативных и организаторских способностей. Выявление лидерства и его влияние на выбор интересов и предпочтений.

Практическое занятие: изучение профессиональных интересов, намерений и возможностей: карта интересов (Голомшток); личностный опросник Г. Айзенка; опросник профессиональных предпочтений (Дж. Голланд); и другие.

2.3. Особенности местного рынка труда и образовательных услуг (1 час: 1 час - теория)

Рынок рабочей силы. Спрос. Условия и оплата труда. Трудовое соглашение, контракт. Образовательные учреждения, готовящие специалистов.

3. Введение в профессию экскурсовода

(6 часов: 3 часа - теория, 3 часа - практика)

3.1. История возникновения экскурсионного дела (1 час: 1 час - теория)

Возникновение экскурсионного дела в России во второй половине XVIII века. Основные этапы развития экскурсионного дела в России.

3.2. Личность экскурсовода. Основные требования к профессии экскурсовода. Профессиограмма (2 часа: 1 час- теория, 1 час - практика)

Особенности личности экскурсовода. Индивидуальность экскурсовода. Профессиограмма. Виды профессиограмм. Содержание, структура и основные принципы составления профессиограмм.

Практическое занятие: составление профессиограммы экскурсовода.

3.3. Ответственность экскурсовода за жизнь и безопасность экскурсантов (3 часа: 1 час - теория, 1 час - практика)

Техника безопасности при передвижении на транспорте. Техника безопасности при проведении экскурсии на предприятии.

Практическое занятие: составление инструкции по технике безопасности во время проведения экскурсии на производство.

4. Экскурсия, ее сущность (6 часов: 6 часов - теория)

4.1. Функции экскурсии. Признаки экскурсии. Классификация экскурсий (2 часа: 2 часа - теория)

Функции научной пропаганды. Функция информации. Функции организации культурного досуга. Функция формирования интересов. Функция расширения культурного кругозора. Протяженность; наличие экскурсантов; наличие экскурсовода; наглядность, зрительное восприятие; передвижение участников по заранее составленному маршруту; целенаправленность показа объектов; наличие определенной темы; активная деятельность участников (наблюдение, изучение, исследование объектов). Классификация (по содержанию; по составу и количеству участников; по месту и форме проведения; по способу передвижения)

4.2. Профессионально – ориентационная экскурсия (2 часа: 2 часа - теория).

Цели и задачи профессионально – ориентационной экскурсии. Основные признаки и отличительные особенности.

4.3. Цели и задачи экскурсии. Образовательное и воспитательное значение экскурсии (2 часа: 2 часа - теория).

Воспитание патриотизма. Эстетическое воспитание. Получение дополнительных знаний в различных областях науки и культуры. Обогащение чувственного опыта воспитанников. Установление связи теории с практикой. Развитие чувства любви к родному краю.

5. Методика проведения экскурсий

(16 часов: 7 часов - теория, 8 часов - практика)

5.1. Основные методические приемы показа и рассказа (1 час: 1 час - теория)

Прием предварительного осмотра; прием панорамного показа; прием переключения внимания; методический прием движения. Прием экскурсионной справки; прием описания; прием характеристики; прием объяснения; прием дискуссионной ситуации; прием персонификации; прием отступления.

5.2. Экскурсионная справка (2 часа: 1 час - теория, 1 час - практика)

Назначение и содержание экскурсионной справки. Структура и правила составления экскурсионной справки.

Практическое занятие. Составление экскурсионной справки с использованием различных источников информации.

5.3. «Портфель экскурсовода» (4 часа: 1 час – теория, 3 часа - практика).

Понятие «Портфеля экскурсовода». Задачи «портфеля». Структура «портфеля». Комплектование «портфеля». Техника использования «Портфеля экскурсовода».

Практическое занятие. Подготовка «портфеля», сбор иллюстративного, текстового материала по предприятию (на выбор учащегося).

5.4. Публичная речь. Общение с аудиторией. Цитирование. Передача чувств в интонациях (3 часа: 2 часа - практика, 1 час - теория).

Культура речи экскурсовода. Выразительность речи. Типы приема и передачи информации. Уместность и точность цитирования. Виды общения. Невербальное общение. Средства выразительности речи.

Практическое занятие. Тренинг «Мы умеем общаться». Упражнение на дыхание: «Задувание свечей», «Дом, который построил Джек» Самуила Маршака; скороговорки.

5.5. Правила работы экскурсовода с группой (2 часа: 1 час - теория, 1 час - практика).

Знакомство экскурсовода с группой. Ответы на вопросы экскурсантов. Паузы в экскурсии.

Практическое занятие. Решение ситуационных задач.

5.6. Особенности работы со школьниками среднего возраста (2 часа: 1 час - теория, 1 час - практика).

Позиция экскурсовода. Особенности общения с экскурсантами. Характеристика основных психологических особенностей школьников среднего возраста.

Практическое занятие. Решение ситуационных задач.

5.7. Внешний вид экскурсовода (2 часа: 1 час - теория, 1 час - практика).

Одежда и прическа экскурсовода. Выражение лица, походка, жесты.

Практическое занятие. Тренинги и упражнения на развитие мимики и пантомимики «Аплодисменты», «Сцена знакомства», «Необычная декламация», «Походка», «Эмоциональные ноги», «Находчивые музыканты».

6. Подготовка экскурсий на предприятие
(52 часа: 7 часов - теория, 45 часов - практика)

Определение сферы деятельности предприятия (на каждую экскурсию). Выбор предприятия. Определение цели и задач экскурсии.

Практическое занятие. Разработка маршрутов экскурсии. Определение участников экскурсии. Составление примерного плана проведения экскурсии. Расчет времени.

Подготовка заданий для групп переменного состава.

7. Проведение экскурсий
(27 часов: 27 часов – практика, по 3 часа на экскурсию)

Вступительная беседа о предприятии (учебной организации), коллективе, наиболее массовых профессиях, а также правилах техники безопасности. Рассказ о традициях предприятия, ветеранах труда. Посещение структурных подразделений предприятия (организации), знакомство с технологическими процессами, показ рабочих мест, знакомство с представителями определенных профессий, их профессиографическая характеристика. Заключительная беседа (обсуждение и систематизация полученной информации). Изучение информационных буклетов.

Практическая работа. Посещение предприятий производственной (предприятий машиностроения, пищевой промышленности, деревообрабатывающей, строительных организаций, сельскохозяйственных организаций и т.д.) и непромышленной сферы (профессиональных учебных организаций, библиотек, отделений связи, медицинских учреждений, мастерских и т.д.).

8. Подведение итогов
(27 часов: 27 часов – практика)

Практическая работа. Изготовление стенда, стенгазеты, информационного бюллетеня о предприятии или учебной организации и профессиях. Определение содержания, структуры стенда, буклета, стенгазеты. Подбор и редактирование материала. Подготовка и размещение текста, рисунков, схем, фотографий.

Написание сочинений, эссе. Обдумывание темы творческой работы. Составление плана. Отбор фактического материала, редактирование готовой работы.

Беседа, оформление стенгазет, стендов, буклетов, написание рефератов, сочинения, анкетирование и т.д.

Примерные темы сочинений: «Я б в ... (профессия) пошел!», «Дело моей мечты», «Почему я хочу стать ...?».

9. Итоговое занятие

(2 часа: 2 часа - практика)

Подведение итогов обучения. Профориентационная игра « 20000 дней»

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ (группы временного состава)

1. Психологические аспекты выбора профессии

(3 часа: 1 час - теория, 2 часа - практика)

Типы профессий. Определение типа профессии на основе методики Е.А.Климова.
Практическое занятие: Определение типа профессии на основе методики Е.А.Климова.

2. Подготовка экскурсий на предприятие

(9 часов: 9 часов - теория)

Определение цели, задач и объекта экскурсии. Подготовка к выполнению заданий на экскурсии.

3. Участие в экскурсии

(27 часов: 27 часов - практика)

Практическое занятие: Посещение предприятий согласно классификации Е.А.Климова. «Человек - техника» (столяр, инженер – механик, архитектор, электромонтажник, строитель и т.д.), «Человек - человек» (врач, учитель, парикмахер, менеджер), «Человек - природа» (агроном, кинолог, зоотехник), «Человек – знаковая система» (инженер, программист, секретарь - референт), «Человек – художественный образ» (артист, художник, дизайнер, музыкант).

Вступительная беседа о предприятии (учебной организации), коллективе, наиболее массовых профессиях, а также правилах техники безопасности. Рассказ о традициях предприятия, ветеранах труда. Посещение структурных подразделений предприятия (организации), знакомство с технологическими процессами, показ рабочих мест, знакомство с представителями определенных профессий, их профессиографическая характеристика. Заключительная беседа (обсуждение и систематизация полученной информации). Изучение информационных буклетов.

4. Подведение итогов

(18 часов: 18 часов - практика)

Практическое занятие: Изготовление стенда, стенгазеты, информационного бюллетеня о предприятии или учебной организации и профессиях. Определение содержания, структуры стенда, буклета, стенгазеты. Подбор и редактирование материала. Подготовка и размещение текста, рисунков, схем, фотографий.

Написание сочинений, эссе. Обдумывание темы творческой работы. Составление плана. Отбор фактического материала, редактирование готовой работы.

Сочинение на заранее предложенную тему, конкурс рисунков, изготовление стенгазет, оформление рефератов, анкетирование, беседа, деловая игра, викторина и др.

1.6 Календарный учебный график.

№ п/п	Дата	Кол. часов	Название темы, раздела	Форма проведения	Место проведения	Форма контроля
1		2	Вводное занятие	Лекция, практика, тренинг	школа	мини – сочинение «Кем я хочу быть»
2		9	Психологические аспекты выбора профессии	Лекция, практика, тренинг	школа	
2.1.		6	Типы профессий (по Е.А. Климову)	Лекция, практика, тренинг	школа	анкета
2.2.		2	Изучение познавательных интересов и профессиональных намерений	Лекция, практика, тренинг	школа	личный опросник Г. Айзенка; опросник профессиональных предпочтений (Дж. Голланд)
2.3.		1	Особенности местного рынка труда и образовательных услуг	Лекция, практика, тренинг	школа	
3		6	Введение в профессию экскурсовода		школа	
3.1.		1	История возникновения экскурсионного дела	Лекция, практика, тренинг	школа	
3.2.		2	Личность экскурсовода. Основные требования к профессии экскурсовода. Профессиограмма.	Лекция, практика, тренинг	школа	анкета
3.3.		3	Ответственность экскурсовода за жизнь и безопасность экскурсантов	Лекция, практика, тренинг	школа	
4.		6	Экскурсия, ее сущность		школа	
4.1.		2	Функции экскурсии. Признаки экскурсии. Классификация экскурсий	Лекция, практика, тренинг	школа	
4.2.		2	Профессионально – ориентационная экскурсия	Лекция, практика, тренинг	школа	анкета
4.3.		2	Цели и задачи экскурсии. Образовательное и воспитательное значение экскурсии	Лекция, практика, тренинг	школа	
5		16	Методика проведения экскурсий		школа	
5.1.		1	Основные методические приемы показа и рассказа	Лекция, практика, тренинг	школа	

5.2.		2	Экскурсионная справка	Лекция, практика, тренинг	школа	Решение ситуационных задач
5.3.		4	«Портфель экскурсовода»	Лекция, практика, тренинг	школа	
5.4.		3	Публичная речь. Общение с аудиторией. Цитирование. Передача чувств в интонациях.	Лекция, практика, тренинг	школа	Решение ситуационных задач
5.5.		2	Правила работы экскурсовода с группой	Лекция, практика, тренинг	школа	Решение ситуационных задач
5.6.		2	Особенности работы со школьниками среднего возраста	Лекция, практика, тренинг	школа	
5.7.		2	Внешний вид экскурсовода	Лекция, практика, тренинг	школа	
6		61	Подготовка экскурсий на предприятие	Лекция, практика, тренинг	школа	
7		27	Проведение и участие в экскурсии	практика	ЦНК, музей, библиотека, РДК	
8		27	Подведение итогов экскурсии	Диспут	школа	Изготовление стенда, стенгазеты, информационного бюллетеня о предприятии и или учебной организации и профессиях
9		2	Итоговое занятие	игра	школа	Написание сочинений, эссе.
		156				

Раздел 2. Комплекс организационно- педагогических условий.

2.1. Условия реализации программы.

Для организации процесса обучения используются следующие формы учебных занятий:

- теоретические и практические занятия;
- экскурсии.

От экскурсии на предприятие у учащихся остаются, как правило, яркие впечатления. Но не всегда школьники могут их самостоятельно обобщить и проанализировать, сделать из

этих наблюдений выводы, поэтому после экскурсии со школьниками, как правило, проводятся занятия по обобщению и систематизации ЗУН.

При обучении используется система методов обучения И.Я. Лернера - М.Н. Скаткина, основанная на характере взаимной деятельности педагога и учащегося: объяснительно-иллюстративный метод, репродуктивный метод, метод проблемного изложения материала, частично-поисковый, или эвристический, метод, исследовательский метод.

Реализация программы предполагает сотрудничество с различными социальными партнерами. Привлечение специалистов различных отраслей экономики, научных работников, преподавателей учебных заведений к взаимодействию с учащимися в процессе подготовки и проведения экскурсий приближает выбор профессии к реальным условиям современности. При изучении познавательных интересов, профессиональных намерений, типов профессий и особенностей местного рынка труда возможно сотрудничество с ГКУ ЦЗН г. Кургана и районов Курганской области.

Обязательным условием реализации программы является использование ресурсов сети Интернет.

Для реализации программы необходимы диагностические методики, профессиограммы, подборки упражнений, методические разработки, инструкции по технике безопасности

1. Тесты «Профнавигатор», «Профмастер», «Профориентатор» (онлайн);
2. Карта интересов (Голомшток);
3. Личностный опросник Г. Айзенка;
4. Опросник профессиональных предпочтений (Дж. Голланд)
5. Профессиограммы (учитель, воспитатель, агроном и другие).
6. Инструкции по технике безопасности во время проведения экскурсии на производство.
7. Методические разработки тренингов: «Мы умеем общаться», «Подсказка другу».
8. Подборка упражнений на дыхание («Задувание свечей», «Дом, который построил Джек»).
9. Подборка упражнений («Аплодисменты», «Сцена знакомства», «Необычная декламация», «Птичьи танцы»).
10. Диагностическая методика «Профессиональная готовность» (А.П. Чернявская)
11. Методическая разработка профориентационной игры « 20000 дней »

Материально-техническое оснащение

1. Компьютеры – 10 шт.
2. Мультимедиапроектор – 1 шт.
3. Экран - 1 шт.
- 4.

2.2. Формы аттестации.

Составление профессиограммы экскурсовода.

Составление инструкции по технике безопасности во время проведения экскурсии на производство.

Составление экскурсионной справки с использованием различных источников информации.

Подготовка «портфеля», сбор иллюстративного, текстового материала по предприятию (на выбор учащегося).

Решение ситуационных задач. Разработка маршрутов экскурсии. Определение участников экскурсии. Составление примерного плана проведения экскурсии. Расчет времени.

Изготовление стенда, стенгазеты, информационного бюллетеня о предприятии или учебной организации и профессиях. Определение содержания, структуры стенда, буклета, стенгазеты. Подбор и редактирование материала. Подготовка и размещение текста, рисунков, схем, фотографий.

Написание сочинений, эссе. Обдумывание темы творческой работы. Составление плана. Отбор фактического материала, редактирование готовой работы.

Беседа, оформление стенгазет, стендов, буклетов, написание рефератов, сочинения, анкетирование и т.д.

Примерные темы сочинений: «Я б в ... (профессия) пошел!», «Дело моей мечты», «Почему я хочу стать ...?».

2.3. Оценочные материалы.

Диагностика мотивации

ИНСТРУКЦИЯ: Выбери не более трех вариантов ответа на вопрос «Почему тебе нравится заниматься в объединении?» (выпиши соответствующие цифры в порядке предпочтения):

1. Получение знаний для будущей профессии.
2. Возможность проявить и развить свои творческие и интеллектуальные способности.
3. Интересно общаться с товарищами в объединении.
4. Желание быть духовно богатым, культурным и полезным для общества.
5. Желание иметь авторитет среди товарищей, так как обучение здесь престижно.
6. Провожу свободное время.
7. Не могу ответить определенно.

Технология мониторинга освоения учащимися дополнительной общеобразовательной программы

Параметры результативности	Критерии	Уровни освоения		
		Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Опыт освоения теоретической информации (теоретические знания по основным темам учебно – тематического плана программы, владение специальной терминологией)	Соответствие теоретических знаний программным требованиям. Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Освоена система теоретических знаний, соответствующих программным требованиям, специальные термины употребляются осознанно и в полном соответствии с их содержанием	Теоретические знания не систематизированы, учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой	Фрагментное освоение теоретических знаний специальные термины учащимся не употребляются
Опыт практической деятельности (практические умения и навыки, предусмотренные программой по основным разделам учебно – тематического плана, навыки соблюдения правил безопасности)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям. Соответствие приобретенных навыков по технике безопасности программным требованиям	Способы деятельности (умения и навыки) освоены полностью в соответствии с программными требованиями и выполняются самостоятельно, правила соблюдения техники безопасности выполняются учащимися осознанно	Способы деятельности освоены и выполняются под руководством педагога, правила безопасности выполняются под контролем педагога	Способы деятельности освоены частично, учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием и оснащением, может допускать нарушения в сфере безопасности и требует постоянного контроля

Мотивация и осознание перспективы	Осознание перспективы деятельности ребенка в данной области	Выражено стремление ребенка к дальнейшей деятельности в данной области	Мотивация перспективы проявляется ситуативно, не осознана	Перспектива деятельности не выражена
Коммуникативные действия	Сотрудничество в образовательном процессе	Учащийся всегда обращается за помощью при затруднениях и сам готов помочь товарищам, легко общается с людьми	Учащийся легко общается с людьми, но не всегда обращается за помощью при затруднениях в работе	Учащийся замкнут, плохо идет на контакт с товарищами и педагогом, боится обратиться за помощью
Сформированность самооценки		Корректирует свою деятельность на несколько действий вперед. Контролирует ход выполнения деятельности, корректирует свои действия самостоятельно, вносит поправки, уточнения по результатам деятельности	Корректирует свою деятельность, прибегая к помощи педагога, под его руководством вносит поправки в свою деятельность	Не соотносит свои возможности с предстоящей деятельностью. Не корректирует деятельность на несколько действий вперед

«Карта интересов»

А.Е. Голомшток

Опросник разработан А.Е. Голомштоком. Предназначен для изучения интересов и склонностей школьников старших классов в различных сферах деятельности. Голомшток выделяет 23 таких сферы: физика, математика, химия, астрономия, биология, медицина, сельское хозяйство, филология, журналистика, история, искусство, геология, география, общественная деятельность, право, транспорт, педагогика, рабочие специальности, сфера обслуживания, строительство, легкая промышленность, техника, электротехника.

Инструкция: для определения ведущих интересов Вам предлагается перечень вопросов.

Если Вам очень нравится то, о чем спрашивается в вопросе, в бланке ответов рядом с его номером поставьте два плюса ("++"),
если просто нравится - один плюс ("+"),
если не знаете, сомневаетесь - ноль ("0"),
если не нравится - один минус ("-"),
а если очень не нравится - два минуса ("--").

Отвечайте на вопросы, не пропуская ни одного из них.

Текст опросника

Любите ли Вы? Нравится ли Вам? Хотели бы Вы

1. Знакомиться с жизнью растений и животных.
2. Занятия и чтение книг по географии.
3. Читать художественную или научно-популярную литературу о геологических экспедициях.
4. Уроки и книги по анатомии и физиологии человека.
5. Выполнять ежедневную домашнюю работу.
6. Читать научно-популярную литературу о физических открытиях, жизни и деятельности выдающихся физиков.
7. Читать об открытиях в химии или о жизни и деятельности выдающихся химиков.
8. Читать технические журналы.
9. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области электроники и радиотехники.
10. Знакомиться с разными металлами и их свойствами.
11. Узнавать о разных породах древесины и об их практическом применении.
12. Узнавать о достижениях в области строительства.
13. Читать книги, смотреть фильмы о водителях различных видов транспорта (автомобильного, железнодорожного и т.д.).
14. Читать книги, смотреть фильмы о летчиках.
15. Знакомиться с военной техникой.
16. Читать книги об исторических событиях.
17. Читать произведения классиков русской и зарубежной литературы.
18. Читать и обсуждать публицистические статьи и очерки.
19. Обсуждать текущие дела и события в учебном заведении, городе, стране.
20. Интересоваться педагогической работой.
21. Читать книги, смотреть фильмы о работе милиции
22. Заботиться о порядке в собственных вещах, красивом виде помещения.
23. Читать книги из серии "Занимательная математика".
24. Изучать экономическую географию.
25. Заниматься иностранным языком.
26. Знакомиться с жизнью выдающихся художников, историей искусства.

27. Знакомиться с жизнью выдающихся артистов, встречаться с ними, коллекционировать их фотографии.
28. Знакомиться с жизнью и творчеством выдающихся музыкантов, с вопросами теории музыки.
29. Читать спортивные газеты, журналы, литературу о спорте.
30. Изучать биологию, ботанику, зоологию.
31. Знакомиться с различными странами по книгам и телепередачам.
32. Читать о жизни и деятельности знаменитых геологов.
33. Интересоваться достижениями медицины.
34. Посещать с экскурсиями предприятия легкой промышленности.
35. Читать книги из серии "Занимательная физика".
36. Изучать химические явления в природе.
37. Знакомиться с новейшими достижениями техники.
38. Интересоваться работой радиотехника, электрика.
39. Знакомиться с различными измерительными инструментами, используемыми в процессе металлообработки.
40. Наблюдать за изготовлением изделий из дерева (например, мебели).
41. Наблюдать за работой строителей.
42. Читать литературу о средствах передвижения.
43. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи о морях.
44. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи на военные темы, знакомиться с историей крупных сражений.
45. Обсуждать текущие политические события в стране и за рубежом.
46. Читать литературно-критические статьи.
47. Слушать радио, смотреть теленовости и тематические телепередачи.
48. Узнавать о событиях, происходящих в городе, стране.
49. Объяснять учащимся трудные для понимания вопросы.
50. Справедливо рассудить поступок знакомого или литературного героя.
51. Обеспечивать семью продуктами, организовывать питание членов семьи.
52. Читать научно-популярную литературу об открытиях в математике, о жизни и деятельности выдающихся математиков.
53. Интересоваться экономическими передачами по телевидению.
54. Читать художественную литературу на иностранном языке.
55. Заниматься художественным оформлением праздников.
56. Посещать театр.
57. Слушать оперную или симфоническую музыку.
58. Посещать спортивные соревнования, смотреть спортивные передачи.
59. Посещать дополнительные занятия по биологии.
60. Посещать дополнительные занятия по географии.
61. Коллекционировать минералы.
62. Изучать функции организма человека, причины возникновения и способы лечения болезней человека.
63. Готовить обед дома.
64. Осуществлять демонстрацию физических опытов.
65. Участвовать в организации опытов с химическими веществами.
66. Ремонтировать различные механизмы.
67. Производить замеры в электросетях с помощью приборов (вольтметра, амперметра).
68. Конструировать различные предметы и детали из металла.
69. Художественно обрабатывать дерево (вырезать, выпиливать).
70. Набрасывать эскизы или выполнять чертежи строительных объектов.
71. Проявлять интерес к автомобильному транспорту.
72. Увлечаться парашютным спортом, авиамоделизмом.
73. Заниматься спортивной стрельбой.

74. Изучать историю возникновения различных народов и государств.
75. Писать стихи.
76. Наблюдать за проведением и жизнью других людей.
77. Выполнять организационную общественную работу.
78. Проводить время с маленькими детьми, заниматься и играть с ними.
79. Устанавливать дисциплину среди сверстников.
80. Наблюдать за работой работников сферы обслуживания (повар, официант, продавец).
81. Участвовать в математических олимпиадах.
82. Просматривать экономические обзоры в газетах и журналах.
83. Слушать радиопередачи на иностранном языке.
84. Посещать музеи, художественные выставки.
85. Публично выступать.
86. Играть на музыкальном инструменте.
87. Участвовать в спортивных соревнованиях.
88. Наблюдать за ростом и развитием животных, растений.
89. Сбирать книги по географии.
90. Посещать краеведческий музей.
91. Вникать в работу врача, фармацевта.
92. Шить для себя.
93. Интересоваться физикой.
94. Интересоваться химией.
95. Работать с техникой.
96. Знакомиться с устройством электроаппаратуры.
97. Заниматься слесарным делом.
98. Выполнять столярные работы.
99. Принимать участие в отделочных ремонтных работах.
100. Помогать милиции в работе с пешеходами по правилам уличного движения.
101. Быть членом гребных и яхт-клубов.
102. Участвовать в военизированных играх.
103. Знакомиться с историческими местами.
104. Быть членом литературного клуба.
105. Наблюдать за ведением журналистами телепередач.
106. Публично выступать с сообщениями и докладами.
107. Организовывать работу детей.
108. Устанавливать скрытые причины поступков и поведения людей.
109. Оказывать различные услуги другим людям.
110. Решать сложные математические задачи.
111. Точно вести расчет своих денежных средств.
112. Посещать курсы по изучению иностранного языка.
113. Заниматься в художественной секции.
114. Участвовать в художественной самодеятельности.
115. Посещать музыкальную школу.
116. Заниматься в спортивной секции.
117. Участвовать в биологических олимпиадах и конкурсах.
118. Путешествовать.
119. Принимать участие в геологической экспедиции.
120. Ухаживать за больными.
121. Посещать кулинарные конкурсы и выставки.
122. Участвовать в конкурсных мероприятиях по физике.
123. Решать сложные задачи по химии.
124. Разбираться в технических схемах и чертежах.
125. Разбираться в сложных радиосхемах.
126. Знакомиться с новой техникой, наблюдать за работой промышленного оборудования.

127. Мастерить что-нибудь из дерева своими руками.
128. Помогать в строительных работах.
129. Принимать участие в обслуживании и ремонте автомобиля.
130. Мечтать о самостоятельных полетах на самолете.
131. Строго выполнять распорядок дня.
132. Публично выступать с докладами на исторические темы.
133. Работать с литературными источниками.
134. Принимать участие в дискуссиях, конференциях.
135. Организовывать и проводить коллективные мероприятия.
136. Обсуждать вопросы воспитания детей и подростков.
137. Помогать работникам милиции.
138. Постоянно общаться с различными людьми.
139. Принимать участие в математических олимпиадах, конференциях.
140. Интересоваться вопросами ценообразования, начисления заработной платы.
141. Общаться на иностранном языке.
142. Участвовать в художественных выставках.
143. Принимать участие в театральных постановках.
144. Участвовать в музыкальных конкурсах.
145. Регулярно тренироваться и участвовать в спортивных соревнованиях.
146. Выращивать растения, ухаживать за домашними животными.
147. Проводить топографическую съемку местности.
148. Совершать длительные, трудные походы.
149. Интересоваться деятельностью медицинских работников.
150. Шить, кроить, создавать модели одежды.
151. Решать сложные задачи по физике.
152. Посещать с экскурсиями химические предприятия.
153. Участвовать в выставках технического творчества.
154. Ремонтировать аудиотехнику.
155. Работать на станке.
156. Выполнять по чертежам столярные работы.
157. Принимать сезонное участие в строительстве.
158. Изучать правила дорожного движения для водителей.
159. Изучать морское дело.
160. Читать воспоминания главнокомандующих и полководцев.
161. Знакомиться с историческими местами родного края.
162. Писать рассказы.
163. Писать заметки или очерки в газету.
164. Выполнять общественные поручения.
165. Организовывать детские игровые и праздничные мероприятия.
166. Изучать законодательные документы, гражданское право.
167. Удовлетворять потребности людей в тех или иных услугах.
168. Выполнять математические расчеты по формулам.
169. Интересоваться проблемами региональной экономики.
170. Участвовать в олимпиадах по иностранному языку.
171. Посещать художественные музеи.
172. Играть на сцене в спектаклях.
173. Слушать классическую музыку.
174. Помогать преподавателю физкультуры в проведении занятия.

Обработка и интерпретация результатов

За каждый знак "+" в бланке ответов проставляется +1 балл, за каждый знак "-" проставляется -1 балл, за нулевой ответ - 0 баллов. В каждом из 29 столбцов бланка ответов

подсчитывается количество положительных и отрицательных баллов.

Исходя из структуры бланка ответов определяются следующие виды профессиональных интересов (по столбцам).

Чем больше положительных ответов в столбце, тем выше степень выраженности интереса к данному виду профессиональной деятельности.

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------|
| 1. Биология | 16. История |
| 2. География | 17. Литература |
| 3. Геология | 18. Журналистика |
| 4. Медицина | 19. Общественная деятельность |
| 5. Легкая и пищевая промышленность | 20. Педагогика |
| 6. Физика | 21. Юриспруденция |
| 7. Химия | 22. Сфера обслуживания |
| 8. Техника | 23. Математика |
| 9. Электро- и радиотехника | 24. Экономика |
| 10. Металлообработка | 25. Иностранные языки |
| 11. Деревообработка | 26. Изобразительное искусство |
| 12. Строительство | 27. Сценическое искусство |
| 13. Транспорт | 28. Музыка |
| 14. Авиация, морское дело | 29. Физкультура и спорт |
| 15. Военные специальности | |

уровни выраженности:

от -12 до -6 - высшая степень отрицания данного интереса;

от -5 до -1 - интерес отрицается;

от +1 до +4 - интерес выражен слабо;

от +5 до +7 - выраженный интерес

от +8 до +12 - ярко выраженный интерес.

Бланк ответов к опроснику "Карта интересов"

Ф.И.О.		возраст		дата заполнения																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29																																30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58																																59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87																																88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117																																117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146																																146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175																															
																															30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58																																59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87																																88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117																																117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146																																146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175																																																												
30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58																																59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87																																88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117																																117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146																																146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175																																																																																											
																															59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87																																88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117																																117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146																																146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175																																																																																																																								
59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87																																88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117																																117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146																																146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175																																																																																																																																																							
																															88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117																																117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146																																146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175																																																																																																																																																																																				
88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117																																117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146																																146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175																																																																																																																																																																																																																			
																															117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146																																146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175																																																																																																																																																																																																																																																	
117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146																																146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175																																																																																																																																																																																																																																																																																
																															146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													

Приложение 4

Личностный опросник Г. Айзенка

Вам предлагается ответить на вопросы, касающиеся особенностей вашего поведения. Оцените себя мысленно, согласны или не согласны вы с предлагаемым суждением. Над ответами долго не задумывайтесь, но обязательно отвечайте.

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы "встряхнуться", испытать возбуждение?
2. Часто ли вы нуждаетесь в друзьях, которые могут вас ободрить или утешить?
3. Вы считаете себя человеком беззаботным?
4. Трудно ли вам отказаться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша, предпочитаете подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Обычно вы поступаете и говорите быстро, не раздумывая?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастливы, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что на спор вы готовы решиться на очень многое?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола?
12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли вы действуете под влиянием минутного настроения?
14. Часто ли вы беспокоитесь из-за того, что сделали или сказали что-нибудь такое, чего не следовало бы делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы обычно книги встречам с людьми?
16. Легко ли вас обидеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у вас иногда мысли, которые вы хотели бы скрыть от других?
19. Верно ли, что вы иногда полны энергии, так, что все горит в руках, а иногда совсем вялы?
20. Предпочитаете ли вы иметь поменьше друзей, но зато близких вам?
21. Часто ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, вы отвечаете тем же?
23. Часто ли вас беспокоит чувство вины?
24. Все ли ваши привычки хороши и желательны?
25. Способны ли вы дать волю своим чувствам и всю повеселиться в компании?
26. Можете ли вы сказать, что у вас часто нервы бывают натянуты до предела?
27. Считают ли вас человеком живым и веселым?
28. Часто ли, сделав какое-нибудь важное дело, вы испытываете чувство, что могли бы сделать его лучше?
29. Вы больше молчите, когда находитесь в обществе других людей?
30. Вы иногда сплетничаете?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что разные мысли лезут в голову?
32. Если вы хотите узнать о чем-нибудь, то предпочитаете прочесть об этом в книге, нежели спросить у людей?
33. Бываете ли вы иногда так возбуждены, что не можете усидеть на месте?
34. Нравится ли вам работа, которая требует от вас постоянного внимания?
35. Бывают ли у вас слабость и головокружения?
36. Всегда ли вы платили бы за провоз багажа на транспорте, если бы не опасались проверки?
37. Вам неприятно находиться в обществе, где подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, которая требует быстроты действий?
40. Верно ли, что нередко вам не дают покоя мысли о разных неприятностях и ужасах, которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Вы неторопливы в движениях?

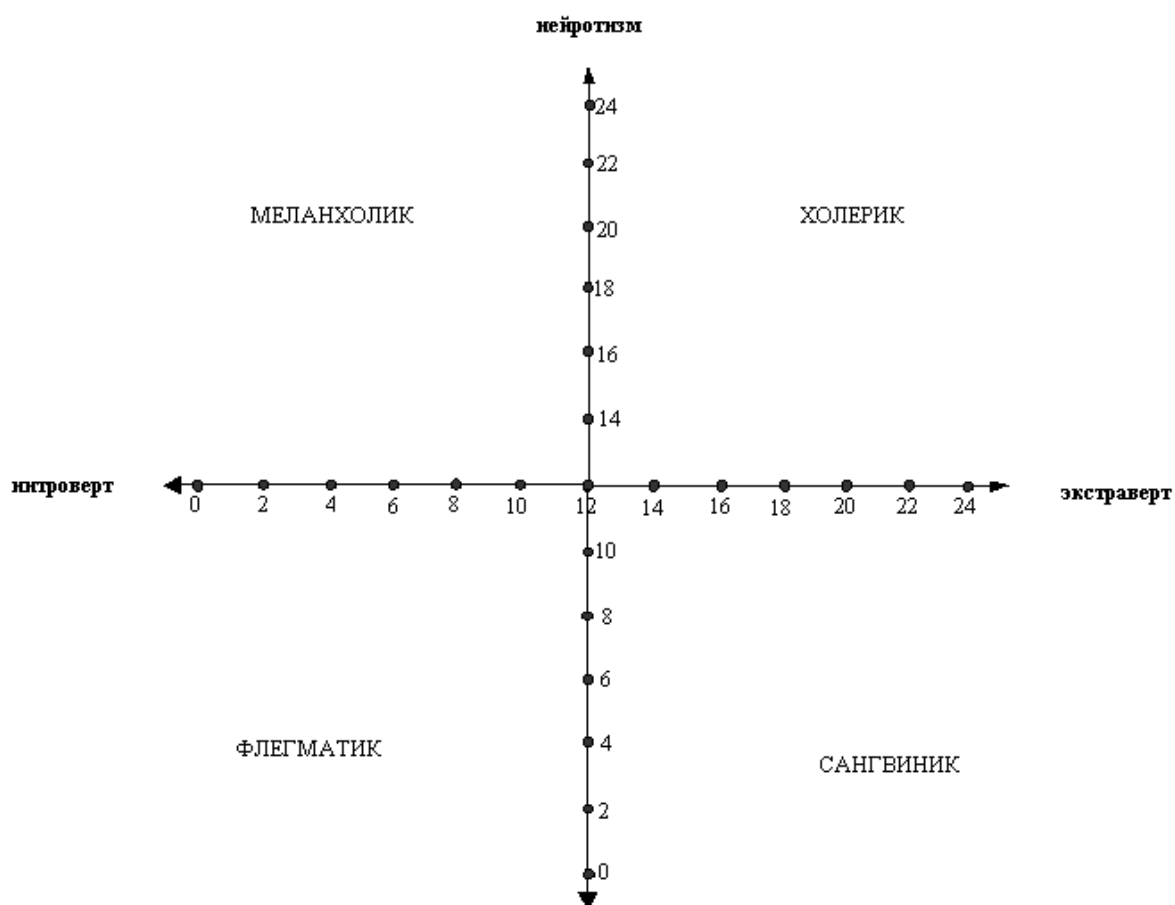
42. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или в школу (на работу)?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что никогда не упустите случая побеседовать с незнакомым человеком?
45. Бывают ли у вас сильные головные боли?
46. Вы бы чувствовали себя несчастным, если бы длительное время были лишены общения с людьми?
47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых люди, которые Вам явно не нравятся?
49. Можете ли вы сказать, что вы весьма уверенный в себе человек?
50. Легко ли вы обижаетесь, когда люди указывают на ваши ошибки в работе или на ваши личные промахи?
51. Вы считаете, что трудно получить настоящее удовольствие от вечеринки?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Легко ли вам внести оживление в довольно скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшучивать над другими?
57. Страдаете ли вы от длительной бессонницы?

Обработка данных.

При совпадении ответов с ключом начисляется один балл. Подсчитайте сумму баллов по трем показателям (А, Б, В) в отдельности.

- Показатель А (искренность ответов)
Присвойте балл каждому ответу "Да", если вы дали его на вопросы №№ 6, 24, 36.
Присвойте балл каждому ответу "Нет", если вы дали его на вопросы №№ 12, 18, 30, 42, 48, 54.
- Показатель Б (экстраверсия, степень общительности, зависимости поведения от мнения окружающих, умение приспосабливаться к новым условиям)
Присвойте балл каждому ответу "Да", если вы дали его на вопросы №№ 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56.
Присвойте балл каждому ответу "Нет", если вы дали его на вопросы №№ 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.
- Показатель В (нейротизм, степень эмоциональной чувствительности, возбудимости)
Присвойте балл каждому ответу "Да", если вы дали его на вопросы №№ 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.
Если по шкале А получено более 4 баллов - результаты считаются недостоверными, так как ответы были неискренни. Для определения типа темперамента нужно найти точку в пространстве по двум координатам: Показатель Б по горизонтальной оси, показатель В - по вертикальной оси.

Круг Айзенка



Если точка попадает на ось (один из показателей равен 12), то проявляется промежуточный темперамент, умеренно выраженный или коммуникативная направленность (показатель Б), или возбудимость (показатель В). Чем ближе точка расположена к центру круга (показатели Б и В имеют значение от 6 до 18), тем более адаптивно поведение, то есть черты темперамента проявляются не в крайней степени, их легко контролировать. Чем больше значения приближаются к максимальным или минимальным, тем тяжелее человеку корректировать своё поведение, так как черты темперамента проявляются достаточно сильно.

Сангвиник

Повышенная активность, возбудимость. Живо и с большим энтузиазмом откликается на всё, привлекающее его внимание. Живая мимика и выразительные движения. По его лицу легко угадать, каково его настроение, каково его отношение к предмету или человеку. Быстро сосредоточивает внимание, при выполнении какого-либо дела работает быстро, может долго работать, не утомляясь, энергично принимается за новое дело. Быстрота ума, находчивость. Чувства, настроения, интересы и стремления очень изменчивы. Он легко сходится с новыми людьми. Легко привыкает к новым требованиям и обстановке. Азартен, склонен к риску. Может быть лидером и вести за собой, умеет увлекать других своими идеями. Не всегда чувствителен к переживаниям и проблемам окружающих, хорошо справляется лишь с той работой, которая для него интересна и важна. Не всегда ответственно выполняет то, что ему не очень нужно или неинтересно.

Холерик

Бывает несдержан, нетерпелив, вспыльчив, но так же легко отходит и забывает об обидах. Устойчивость стремлений и интересов, большая настойчивость, высокая ответственность, переживает за результаты и последствия своих действий, не любит

расстраивать окружающих. Общителен, открыт, умеет сопереживать, сочувствовать, энергичный, работоспособный, быстро переключается с одного дела на другое, но не всегда внимателен и организован. Тревожен, беспокоен, не всегда чётко определяет приоритеты.

Флегматик

Мало эмоционален. Трудно рассмешить, разгневать или опечалить. Когда все смеются по какому-либо поводу, остаётся невозмутимым. При больших неприятностях остаётся спокойным. Мимика и движения не выразительны. Энергичен, отличается терпеливостью, выдержкой, самообладанием. Медленный темп движений и речи, ненаходчив. Медленно сосредоточивает внимание. С трудом переключает внимание, приспосабливается к новой обстановке и перестраивает навыки и привычки. С трудом сходится с новыми людьми и откликается на внешние впечатления.

Меланхолик

Повышенная чувствительность, незначительный повод может вызвать слёзы на глазах. Чрезмерно обидчив, раним, мнителен. Мимика и движения не выразительны. Голос тихий. Плачет и смеётся тихо. Пониженная активность. Нерешителен, не уверен в себе, робок, малейшая трудность заставляет опускать руки, неэнергичен, ненастойчив, легко утомляется и мало работоспособен. Легко отвлекаемое и неустойчивое внимание. Медленный психический темп. Обиды носит в себе, фиксируется на ошибках и неудачах.

Для того, чтобы получить точные портреты, можно использовать следующую схему анализа:

• Б>16, В>16

Вы импульсивный, вспыльчивый, легко возбудимый человек. Вам трудно сдерживать себя и вы бываете излишне резки и прямолинейны. Увлеченно отдаетесь делу, но при неудаче быстро теряете интерес. Люди вашего типа предпочитают работу с ярко выраженной цикличностью, требующую максимального напряжения сил, но не длительную. Их привлекает высокий темп движений, разнообразие, необходимость проявлять смекалку и сообразительность.

Вам больше подходят профессии технической направленности или связанные с преподаванием технических дисциплин, а так же профессии, связанные с переменной обстановки, путешествиями, разъездами (геолог, инженер-радиофизик, инженер-строитель, инженер по связи, инженер-преподаватель, программист и др.).

• Б>16, В<8

Вы человек уравновешенный, умеете себя сдерживать. В сложных жизненных ситуациях можете иногда "потерять голову", но волевым усилием способны восстановить равновесие. Достаточно легко переносите смену обстановки, схватываете новое, гибки в общении с людьми, склонны к активной деятельности. Предпочитаете самостоятельность в делах, работу, требующую смекалки, находчивости, энергичности, напряжения, выдержки. Люди вашего типа лучше справляются с деятельностью, требующей четкого планирования, учета последовательности событий. Чаще всего они становятся лидерами, организаторами.

Вам подходят профессии: преподаватель, психолог, дефектолог, воспитатель, диспетчер, журналист, специалист по связям с общественностью, социолог, экскурсовод, агент по туризму, страховке и другим направлениям, экономист, технолог, переводчик, юрист, водитель разнообразных видов транспорта и т. п.

• Б>16, 8<В<16

Вы человек достаточно живой и общительный, активный, когда видите перед собой ясную задачу и конкретное дело. Неплохо переносите смену обстановки, достаточно быстро к ней приспосабливаетесь, легко схватываете новое. Вы энергичны, способны много работать не утомляясь, сдержанны, спокойны, легко можете включаться в новую деятельность.

Вам подходят разнообразные профессии: геолог, археолог, инженер-физик, педагог, проводник пассажирского поезда, летчик, системный администратор, строитель, юрист,

инженер-конструктор, наладчик оборудования, инженер транспорта, технолог по производству питания, одежды и др.

• **Б<8, В<8**

Вы человек весьма уравновешенный в своих чувствах и действиях. Остаетесь спокойным и ровным в сложных жизненных ситуациях. Очень сдержанны, рассудительны, но медлительны. Труднее приспосабливаетесь к изменяющейся обстановке. Вам требуется время для обдумывания, раскочки, но, начав дело, вы обычно стараетесь довести его до конца, вы малоразговорчивы, не любите говорить по пустякам, вам трудно общаться с людьми. Предпочитаете работу, не требующую частой смены заданий, медленного темпа. Затрудняетесь самостоятельно принимать решения, поэтому вам лучше не брать на себя ответственность за руководство людьми и организацию деятельности других.

Вам больше подходят профессии: оператор станков с программным управлением, оператор связи, компьютерных систем, экономист, бухгалтер, корректор, лесничий, машинист, техник-технолог по разным видам производства и др.

• **Б<8, В>16**

Вы впечатлительный, стеснительный человек, трудно находящий контакты с другими людьми. Зачастую обидчивы, чувствуете себя уверенно лишь в знакомой, привычной обстановке. Люди, мало вас знающие, часто не понимают вас. Вам рекомендуется работать в обстановке, не требующей большого нервного напряжения, быстрых реакций и частой смены характера деятельности.

Вам больше подойдут профессии: ландшафтный дизайнер, микробиолог, лаборант в химлаборатории, библиотекарь, корректор, реставратор, настройщик музыкальных инструментов, сборщик радиодеталей и микросхем, деталей на часовом заводе, чертежник, художник-архитектор, конструктор-модельер, музыкальный работник, технолог в легкой и пищевой промышленности.

• **Б<8, 8<В<16**

Вы человек необщительный, застенчивый, довольно сдержанный в чувствах, вдумчивый, склонный к рассуждениям. В поступках ориентируетесь в основном на собственные чувства, представления. Такой человек сближается только с немногими друзьями. Свои действия планирует заранее, не любит сильных впечатлений, стремится к спокойной, упорядоченной жизни. Людям этого типа предпочтительны профессии, где требуются усидчивость, пунктуальность, внимательность в работе. Они предпочитают работать в одиночку.

Вам больше подойдут профессии: программист, инженер леса, зоолог, биолог, переводчик иностранного текста и др.

• **8<Б<16, В>16**

Вы человек эмоционально неустойчивый, чувствительный. В меру общительный, но в отношениях с людьми не очень выдержанный, легко обижаетесь. Ваши поступки часто зависят от вашего настроения: вы то очень энергичны, то становитесь вялым и апатичным. Непостоянны во взглядах и интересах. У вас хорошо развита интуиция. Люди вашего типа предпочитают работу интересную, связанную с эмоциями, но непродолжительную и не очень напряженную, больше умственную, чем физическую.

Вам подойдут профессии: филолог, актер драмтеатра, певец, архитектор, специалист в легкой и пищевой промышленности, конооператор, журналист, кондитер, фармацевт, ювелир, юрист и т. д.

• **8<Б<16, В<8**

Вы человек спокойный, постоянный в дружбе и интересах. Эмоции не мешают вам видеть вещи реалистично, умеете приспосабливаться к действительности, рассудительны, в меру общительны, но в поведении не зависимы от взглядов других, охотно делитесь советами, не боитесь неудач, пытаетесь разобраться в их причинах. Люди этого типа могут добиться успеха в разнообразных видах деятельности, особенно в тех, где четко определены действия и наглядно представлен конечный результат.

Вам подойдут профессии: геолог, офицер, преподаватель, врач, пилот, специалист в области социологии, права, дизайнер, журналист, переводчик, дипломат и т.д.

• **8<Б<16, 8<В<16**

Вы человек в меру общительный, довольно спокойный, но иногда даете волю эмоциям. Достаточно открытый, не очень тревожный, хорошо переносите одиночество, не очень любите шумные компании. Люди вашего типа в меру активны, универсальны в поведении. Они хорошо работают в разных областях деятельности, но при условии осознания важности работы, наличия перспективы продвижения по службе.

Вам подойдут профессии: специалист в области разнообразных видов транспорта, радиоэлектроники, техники, систем связи, педагог, врач, работник сферы обслуживания и др.

Источник:

1. Долгова В.И., Шумакова О.А., Латышин Я.В. Учебно-методический комплекс по практике в педагогическом училище (IV курс очной формы обучения). – Челябинск, 2004. – 92с. (с. 41-50)
2. Корчуганова И.П. Профессиональное развитие и поддержка педагогов, работающих с детьми группы риска (Методическое пособие). Под науч. Ред. профессора С.А. Лисицына, С.В. Тарасова. СПб.: ЛОИРО, 2006. – 172 с. (с. 65-71)
3. Пугачев В. П. Тесты, деловые игры, тренинги в управлении персоналом: учеб. для студентов вузов. - М. : Аспект Пресс, 2003. - 285 с. (с. 204-211)

Методика Опросник профессиональных предпочтений (модификация теста Голланда)

Каждый человек по своим личностным качествам подходит к определенному типу профессий. Данная модификация теста Голланда, основанная на соотнесении типов профессии с индивидуальными особенностями человека, призвана помочь выбрать профессию с учетом, в первую очередь личностных особенностей...

1 этап

Инструкция: Вам необходимо как бы "примерить" на себя шесть утверждений, касающихся различных типов профессий, найти им место в таблице и отметить.

	Абсолютно верно	Скорее верно	Неверно	Не знаю
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Утверждение 1. Ты - практик, склонный заниматься конкретными делами. Предпочитаешь работу, приносящую конкретные, осязаемые результаты для себя и для других. Тебя не пугает физический труд. Тебя интересует работа с техникой, требующая практического склада ума, хорошо развитых двигательных навыков.

Утверждение 2. Ты, скорее, теоретик, чем практик. Тебе нравится заниматься изучением, исследованием какой-либо проблемы, получением новых знаний. Ты предпочитаешь работу, приносящую радость познания, а иногда и радость открытия, работу, требующую абстрактного склада ума, способностей к анализу и систематизации информации, широкого кругозора.

Утверждение 3. Ты - "коммуникатор", любящий работать с людьми и для людей, поэтому тебя, вероятно, заинтересует работа, связанная с обучением, воспитанием, обслуживанием клиентов, оказанием помощи нуждающимся и т.п. Тебе интересна эмоционально насыщенная, живая работа, предполагающая интенсивное взаимодействие с людьми и умение общаться.

Утверждение 4. Тебе нравится работать с документами, текстами, цифрами, в том числе с использованием компьютерных средств. Работа спокойная, без особого риска, с четким кругом обязанностей. Она может быть связана с обработкой информации, с расчетами, вычислениями, требующими точности, аккуратности, усидчивости. Тебе хотелось бы избежать частого общения, необходимости управлять другими людьми и отвечать за их действия.

Утверждение 5. Ты - организатор, ориентированный на активную преобразовательную деятельность. Ты предпочитаешь работу, дающую относительную свободу, самостоятельность, обеспечивающую положение в обществе, превосходство над другими, материальное благополучие; работу азартную и рисковую, требующую инициативности, предприимчивости, воли, умения брать ответственность на себя.

Утверждение 6. Ты, вероятно, "свободный художник". Тебе подходят виды деятельности, дающие возможность творческого самовыражения, где нет жесткого режима,

формальностей; работу, дающую простор фантазии, воображению, требующую развитого эстетического вкуса, специальных способностей (художественных, литературных, музыкальных).

2 этап.

Инструкция: Предположим, что после соответствующего обучения ты сможешь выполнять любую работу. Из предложенных ниже пар профессий надо выбрать одну, которая тебе больше подходит (исходя из твоих способностей и возможностей). Рядом с названием профессии в скобках стоит код. В бланке ответов, напротив кода выбранной профессии, поставь знак "+". Подсчитай количество плюсов в каждой строке. Например, из пары "инженер" - "социолог" тебе интереснее профессия социолога. Код этой профессии - 2. Значит, в бланке ответов в графе "код профессий" надо поставить "+" рядом с цифрой 2.

Код профессии	Выбор (фиксировать плюсом)	Сумма плюсов
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
Инженер (1) - Социолог (2)		
Кондитер (1) - Священнослужитель(3)		
Повар (1) - Статистик (4)		
Фотограф (1) - Торговый администратор (5)		
Механик (1) - Дизайнер (6)		
Философ (2) - Врач (3)		
Эколог (2) - Бухгалтер (4)		
Программист (2) - Адвокат (5)		
Кинолог (2) - Литературный переводчик (6)		
Страховой агент (3) - Архивист (4)		
Тренер (3) - Телерепортер (5)		
Следователь (3) - Искусствовед (6)		
Нотариус (4) - Брокер (5)		
Оператор (4) - Манекенщица (6)		
Фотокорреспондент (5) - Реставратор (6)		
Озеленитель (1) - Биолог-исследователь (2)		
Водитель (1) - Проводник (3)		
Метролог (1) - Картограф (4)		
Радиомонтажник(1) - Художник по дереву (6)		
Геолог (2) - Переводчик (3)		
Журналист (5) - Режиссер (6)		
Библиограф (2) - Аудитор (4)		
Фармацевт (2) - Юрисконсульт (3)		
Генетик (2) - Архитектор (6)		
Продавец (3) - Оператор почтовой связи (4)		
Социальный работник (3) - Предприниматель (5)		
Преподаватель вуза (3) - Музыкант-исполнитель (6)		
Экономист (4) - Менеджер (5)		
Корректор (4) - Дирижер (6)		
Инспектор таможни (5) - Художник-модельер (6)		
Телефонист (1) - Орнитолог (2)		
Агроном (1) - Топограф (4)		

Лесник (1) - Директор (5)
Мастер по пошиву одежды (1) - Хореограф (6)
Историк (2) - Инспектор ГАИ (4)
Антрополог (2) - Экскурсовод (3)
Вирусолог (2) - Актер (6)
Официант (3) - Товаровед (5)
Главный бухгалтер (4) - Инспектор уголовного розыска (5)
Парикмахер-модельер (6) - Психолог (3)
Пчеловод (1) - Коммерсант (5)
Судья (3) - Стенографист (4)

Подсчитай количество плюсов в бланке ответов. Максимальное количество плюсов указывает на принадлежность к одному из шести профессиональных типов.

1. Реалистический тип

Профессионалы данного типа склонны заниматься конкретными вещами и их использованием, отдают предпочтение занятиям, требующим применения физической силы, ловкости. Ориентированы в основном на практический труд, быстрый результат деятельности. Способности к общению с людьми, формулировке и изложению мыслей развиты слабее.

Чаще люди этого типа выбирают профессии механика, электрика, инженера, агронома, садовода, кондитера, повара и другие профессии, которые предполагают решение конкретных задач, наличие подвижности, настойчивости, связь с техникой. Общение не является ведущим в структуре деятельности.

2. Интеллектуальный тип

Профессионалы данного типа отличаются аналитичностью, рационализмом, независимостью, оригинальностью, не склонны ориентироваться на социальные нормы.

Обладают достаточно развитыми математическими способностями, хорошей формулировкой и изложением мыслей, склонностью к решению логических, абстрактных задач.

Люди этого типа предпочитают профессии научно-исследовательского направления: ботаник, физик, философ, программист и другие, в деятельности которых необходимы творческие способности и нестандартное мышление. Общение не является ведущим видом деятельности. Рекомендуем профессии такие как: бухгалтер, патентовед, нотариус, топограф, корректор и другие, направленные на обработку информации, предоставленной в виде условных знаков, цифр, формул, текстов.

Сфера общения в таких видах деятельности ограничена и не является ведущей, что вполне устраивает данный тип личности. Коммуникативные и организаторские способности развиты слабо, но зато прекрасно развиты исполнительские качества.

3. Социальный тип

Профессионалы данного типа гуманны, чувствительны, активны, ориентированы на социальные нормы, способны к сопереживанию, умению понять эмоциональное состояние другого человека.

Обладают хорошими вербальными (словесными) способностями, с удовольствием общаются с людьми. Математические способности развиты слабее. Люди этого типа ориентированы на труд, главным содержанием которого является взаимодействие с другими людьми, возможность решать задачи, предполагающие анализ поведения и обучения людей. Возможные сферы деятельности: обучение, лечение, обслуживание и другие, требующие постоянного контакта и общения с людьми, способностей к убеждению.

4. Артистический тип

Профессионалы данного типа оригинальны, независимы в принятии решений, редко ориентируются на социальные нормы и одобрение, обладают необычным взглядом на жизнь, гибкостью и скоростью мышления, высокой эмоциональной чувствительностью. Отношения с людьми строят, опираясь на свои ощущения, эмоции, воображение, интуицию. Обладают хорошей реакцией и обостренным восприятием. Любят и умеют общаться. Профессиональная предрасположенность в наибольшей степени связана с актерско-сценической, музыкальной, изобразительной деятельностью.

5. Предприимчивый тип

Профессионалы данного типа находчивы, практичны, быстро ориентируются в сложной обстановке, склонны к самостоятельному принятию решений, социальной активности, лидерству; имеют тягу к приключениям (возможно, авантурным). Обладают достаточно развитыми коммуникативными способностями.

Не предрасположены к занятиям, требующим усидчивости, большой и длительной концентрации внимания. Предпочитают деятельность, требующую энергии, организаторских способностей. Профессии: предприниматель, менеджер, продюсер и другие, связанные с руководством, управлением и влиянием на разных людей в разных ситуациях.

6. Конвенциональный тип

Профессионалы данного типа практичны, конкретны, не любят отступать от задуманного, энергичны, ориентированы на социальные нормы. Предпочитают четко определенную деятельность, выбирают из окружающей среды цели и задачи, поставленные перед ними обычаями и обществом. В основном выбирают профессии, связанные с канцелярскими и расчетными работами, созданием и оформлением документов, установлением количественных соотношений между числами, системами условных знаков.

Профессиограмма учителя

Профессия учителя (педагога) столь же древняя, как и история культурного человечества. Вместе с тем, педагогика как наука зародилась в V веке до нашей эры в Древней Греции. Уже тогда сложились афинская и спартанская системы обучения и воспитания подрастающего поколения. Выражаясь точно, учитель – это человек, который обучает учащихся, передает им знания и навыки по определенному предмету. Педагог – лицо, занимающееся преподавательской и воспитательной работой.

В профессии учителя различают ряд специальностей: преподаватели в колледжах, университетах и других вузах; преподаватель в системе дошкольного воспитания и обучения, преподаватель начальной школы, преподаватель в системе специального образования, преподаватель-организатор, социальный педагог, педагог дополнительного образования, педагог-психолог, педагог по физической культуре, педагог профессионального обучения и другие.

Учитель – одна из тех профессий, в которой редко встречаются случайные люди. В основном преподавателями работают специалисты по призванию, эрудированные, увлеченные своей работой, искренне преданные образовательному процессу, бескорыстно заинтересованные в успехах своих учеников.

В нашей стране учитель (педагог, преподаватель) – это массовая профессия, одна из самых уважаемых и востребованных на рынке труда.

Преимущества профессии: удовольствие от взаимодействия с подрастающим поколением, от процесса преподавания, передачи своих знаний и опыта учащимся; реализация постоянного стремления к совершенствованию в своем предмете, к самообучению.

Ограничения профессии: значительные психоэмоциональные нагрузки (при ведении большого количества учебных групп, от взаимодействия с трудными учащимися); ненормированное рабочее время; низкий уровень заработной платы; повышенная нагрузка на ноги.

Тип и класс профессии

Профессия учителя относится к типу: «Человек – Человек», она ориентирована на общение и взаимодействие с людьми. Для успешного выполнения такой работы требуется умение устанавливать и поддерживать деловые контакты, понимать людей и разбираться в человеческих взаимоотношениях, проявлять активность, общительность и контактность, обладать развитыми речевыми способностями и вербальным мышлением, обладать эмоциональной устойчивостью и лидерскими наклонностями.

Дополнительный тип профессии: «Человек- Знак», поскольку учитель работает со знаковой информацией (цифрами, формулами, текстами, таблицами, схемами). Для этого требуются логические способности, умение сосредотачиваться, интерес к работе с информацией, развитое внимание и усидчивость, точность и аккуратность.

Профессия учителя относится к классу эвристических. Она предполагает профессиональную деятельность, связанную с планированием процесса обучения, управлением другими людьми. Она предъявляет высокие требования к эрудиции специалиста, к гибкости и оригинальности мышления. В этой профессии очень ярко выражено стремление к развитию и постоянному обучению.

Вместе с тем, в профессии учителя есть и алгоритмические элементы, связанные с работой по заданному образцу, соблюдением имеющихся правил и нормативов, следованием ведомственным инструкциям Министерства образования, что требует также высокой организованности и исполнительности.

Содержание деятельности

Преподаватель отвечает за образовательный процесс, он обучает, передает учащимся знания по определенному предмету в разных форматах (уроки, лекции, семинары, тренинги). Учитель способствует тому, чтобы учащиеся стремились к освоению новых знаний, он помогает ученикам раскрыть свой творческий потенциал, способности и возможности, создавая для учащихся «зону развития». Он участвует в разработке и внедрении образовательных учебных программ, составляет тематические и урочные планы.

При этом он строит программу обучения с учетом возрастных особенностей учащихся. Учитель объясняет новый материал доступными, подходящими для возраста и индивидуальных особенностей учащихся средствами, разбирает примеры на закрепление материала, контролирует его усвоение учащимися.

Учитель использует различные наглядные пособия, презентации на интерактивных досках и другие современные технические устройства.

Учитель оформляет документацию (журналы посещаемости, успеваемости, отчеты). Учитель изучает индивидуальные особенности учащихся и при необходимости оказывает на них воспитательное, психолого-педагогическое влияние, проводит разъяснительную работу. Также он организует групповые внеклассные мероприятия, дополнительные занятия, факультативы, кружки, проводит собрания (в том числе родительские).

Требования к знаниям и умениям специалиста

Квалифицированный учитель должен знать:

- учебные программы по своему предмету (предметам),
- педагогику, возрастную и педагогическую психологию,
- дидактику и методику преподавания,
- основы законодательства в области образования в стране,
- нормативные документы, определяющие деятельность образовательного учреждения, в котором он трудится.

Квалифицированный учитель должен уметь:

- увлечь, заинтересовать учебным материалом, повести за собой,
- организовать процесс обучения в группе учащихся, обеспечить дисциплину на уроке,
- доходчиво, четко, ясно и убедительно объяснять учащимся материал по своему предмету,
- иметь навыки общения и взаимодействия с разными людьми,
- противостоять воздействию стрессогенных факторов, контролировать ситуацию в учебной группе, проявляя психическую и эмоциональную уравновешенность,
- уверенно пользоваться современными техническими устройствами (персональным компьютером, интерактивными досками и т.п.),
- распределять свое внимание по ходу урока, одновременно фиксируя в сознании логику изложения материала, а также все, что в это время происходит в классе,
- проявлять эмпатию к эмоциональному состоянию учащихся.

Требования к индивидуальным особенностям специалиста

Для успешной деятельности в качестве учителя необходимо наличие следующих профессионально-важных качеств:

- интерес к познанию, самопознанию и саморазвитию,
- артистизм,
- требовательность к себе и к другим,
- организованность,
- наблюдательность и эмпатичность,
- ведущая склонность к работе в сфере общения,
- выраженная склонность к работе с информацией,
- отлично развитая способность к концентрации внимания,
- развитые лексические способности,
- логические способности,

- высокая эмоциональная устойчивость.

Условия труда

Как правило, учитель работает в помещении. Большую часть времени он проводит стоя либо двигаясь по учебному классу, в режиме интенсивного общения с учениками.

Главные средства труда учителя: его профессионализм, интеллектуальные способности и познания в предметной области. Также важным рабочим инструментом любого учителя являются голосовые связки.

При этом бывают исключения. Так, в случае учителя физической культуры, танцев скорее стоит говорить о выраженной мобильности и физической нагрузке.

Из особых условий труда следует выделить высокую моральную ответственность за качество своей работы.

Медицинские противопоказания

Медицинские ограничения для учителя:

- вирусносительство,
- выраженные дефекты речи,
- эмоциональная неустойчивость,
- расстройство памяти,
- наличие зависимостей (алкогольной, наркотической),
- нервно-психические заболевания.

Базовое образование

Базовые знания по профессии учителя, как правило, можно получить в учреждениях высшего профессионального образования. В то же время, учителей младших классов выпускают учреждения среднего профессионального образования.

Области применения профессии

Большинство учителей трудится непосредственно в сфере образования. Часть высококвалифицированных преподавателей трудится в Российской академии образования. Учителя востребованы в социальных организациях и в правоохранительных органах. Рабочим местом учителя могут являться:

- школы,
- учреждения среднего и высшего профессионального образования,
- детские сады,
- детские дома, интернаты,
- приюты, детские приемники-распределители,
- колонии для малолетних нарушителей,
- детские центры творчества и досуга,
- городские и муниципальные учебно-методические центры.

Перспективы карьерного роста

Возможные пути развития для учителя.

Повышение квалификации.

Начальная ступень учителя – это преподаватель-стажер. Оставаясь преподавателем-предметником, учитель может год от года не просто нарабатывать преподавательский стаж, но также совершенствовать свои знания, умения, навыки в рамках конкретной предметной области, тем самым повышая свой тарифный разряд и заработную плату.

Административный, управленческий путь

При выборе данного направления профессиональной карьеры в школе со временем можно стать завучем или даже директором школы, отвечая за образовательный процесс уже в рамках всего учебного заведения. В вузе в перспективе можно стать старшим преподавателем, заведующим кафедрой, деканом факультета или даже ректором.

Научная карьера

Занимаясь преподаванием, можно параллельно проводить научные исследования, защитить научную работу и получить ученую степень кандидата или даже доктора наук (педагогических, биологических, т.д.).

Освоение родственных профессий

Имея профессию учителя, можно переучиться на родственные профессии типа «Человек-Человек». Например, во времена перестройки в нашей стране резко увеличился спрос на работников сферы услуг. В результате часть учителей переквалифицировалась в продавцов непродовольственных товаров, умело пользуясь наработанными навыками уверенного поведения, эффективно взаимодействуя с потенциальными клиентами и с удовольствием делясь с ними знаниями о качествах заинтересовавшего их товара.

Организация собственного дела

Данный карьерный путь предполагает, что достигнув определенного профессионального веса и опыта, преуспевающий учитель может решить работать на себя. Например, за последние годы некоторые преподаватели сами открыли частные образовательные учреждения. При выборе данного направления карьеры рекомендуется развивать предпринимательские умения, дополнительно осваивать такие профессии, как менеджер проекта, предприниматель.

Профессиограмма агронома

Профессия агронома является одной из древнейших профессий. Человечество многие тысячелетия занимается выращиванием различных растительных культур. Уже несколько тысяч лет назад земледельцы Древнего Египта, Китая, Греции, Рима и Индии знали, как правильно обрабатывать и облагораживать почву, выращивать различные сельскохозяйственные культуры. Первыми агрономами были люди, которые занимались окультуриванием дикорастущих растений. За время развития сельского хозяйства специфика профессии агронома претерпела множество изменений, но по сей день значимой частью науки агрономии остается выращивание культурных сельскохозяйственных растений.

Агроном - это специалист, который занимается сельскохозяйственным производством, управляет трудом рабочих сельскохозяйственного сектора. Агроном является основным проводником науки в сельском хозяйстве, он определяет технологию труда и его организацию. Профессиональный агроном планирует проведение сельскохозяйственных работ с учетом особенностей местности.

Сегодня профессия агронома востребована в различных крупных сельскохозяйственных комплексах, а также в небольших фермерских хозяйствах, оранжереях, питомниках и теплицах. Агроном рассчитывает время начала посева и сбора урожая, определяет способы борьбы с полевыми вредителями, принимает меры по организации устранения последствий стихийных бедствий и природных катаклизмов на территории.

Преимущества профессии: разнообразие деятельности, полезность и значимость для общества.

Ограничения профессии: неблагоприятные условия труда, зависимость результатов труда от климатических условий.

Тип и класс профессии

Профессия агронома относится к типу «Человек - Природа», она ориентирована на наблюдение и взаимодействие с живой природой, связана с уходом за почвой и растениями, с профилактикой и лечением заболеваний растений, защитой от паразитов и вредителей. В этой профессии требуется высокий уровень наблюдательности, склонности и интерес к работе с живыми объектами природы.

Профессия агронома относится к классу **«эвристических»**, она связана с анализом, контролем и планированием, управлением людьми. Эта профессия требует высокой эрудиции, оригинальности мышления, стремления к развитию и постоянному обучению.

Содержание деятельности

Агроном является специалистом в области сельского хозяйства. В обязанности агронома входит: планирование и контроль агрономических процессов, организация работы подчиненных, творческое использование знаний мировой агрономии. Кроме того, агроном проводит научные агрономические исследования, изучает и внедряет современные технологии борьбы с вредителями, работает над повышением урожайности. Важной частью работы агронома является контроль над сбором урожая сельхозкультур, отчетность по итогам данных мероприятий.

Значительное место в деятельности агронома занимает планирование производственного процесса. Он определяет необходимый комплекс полевых работ, их последовательность, начало и окончание, содержание полевых опытов, распределяет средства производства и т.д. По существу, он ведет не только производственную, но и научно-производственную работу - внимательно изучает эффективность сортовых посевов, методов обработки почвы, применения различных видов удобрений. Агроном имеет дело не только с землей, семенами, удобрениями, но и с людьми. В его задачи входит планирование и организация труда, оказание необходимой помощи, обучение эффективным методам и приемам труда. Агроном должен обладать организаторскими навыками и способностями. От того, насколько четко планирует работу агроном, во многом зависит производительность труда всего коллектива.

Требования к знаниям и умениям специалиста

Для успешного освоения профессии агронома необходимы базовые знания по природоведению, ботанике, химии и т.п.

Квалифицированный агроном должен знать:

- технологию сельскохозяйственного производства и передовой сельскохозяйственный опыт;
- методы проведения научных исследований в области агрономии;
- методы возделывания полевых, садовых, огородных культур;
- основы экономики, организации производства, труда и управления, системы оплаты труда, материального и морального стимулирования, методы нормирования труда и т.п.

Квалифицированный агроном должен уметь:

- производить работы по выращиванию и уходу за сельскохозяйственными культурами и растениями;
- осуществлять химическую защиту посевов от болезней и вредителей;
- организовать и планировать работу по сбору, транспортировке и хранению собранного урожая;
- готовить научную документацию и отчеты;
- взаимодействовать с людьми и т.п.

Требования к индивидуальным особенностям специалиста

Для успешной деятельности в качестве агронома необходимо наличие следующих профессионально-важных качеств:

- склонность к работе с объектами природы
- склонность к работе с информацией
- развитые логические способности
- способность к концентрации внимания
- развитые математические способности

- эмоциональная устойчивость
- физическая выносливость

Условия труда

Агроном может работать как самостоятельно, так и в коллективе из нескольких специалистов. Чаще всего представители данной профессии работают на открытом воздухе. Это могут быть фермерские хозяйства, земельные угодья. Как правило, это подвижная деятельность, связанная с общением с людьми.

Агроном достаточно самостоятелен в своей деятельности. Он может принимать собственные решения в рамках поставленных задач, проявлять разумную инициативу, но при этом должен четко руководствоваться правилами и нормами своей профессии.

Медицинские противопоказания

Медицинские ограничения для агронома:

- заболевания опорно-двигательного аппарата;
- заболевания нервной системы;
- заболевания сердечнососудистой системы;
- заболевания органов слуха и зрения;
- аллергические реакции (особенно на растения).

При наличии этих заболеваний работа по профессии агронома может приводить к ухудшению здоровья, а также создавать непреодолимые препятствия для освоения и роста в рамках этой профессии.

Базовое образование

Базовые знания по профессии агронома можно получить в учреждениях среднего и высшего профессионального образования. Однако работодатели предпочитают специалистов с высшим образованием.

Пути получения профессии

В профессию агронома приходят люди с выраженным интересом к живой природе (особенно ботанике). Подготовка включает изучение общебиологических дисциплин, особенностей возделывания разных видов сельскохозяйственных растений, организации агротехнического труда.

Профессия агронома для многих людей становится делом на всю жизнь, для других – способом переквалифицироваться из смежных профессий и получить новое образование.

Области применения профессии

Специалисты с профессией агронома могут работать в таких организациях и сферах, как:

- Сельское хозяйство;
- Фермерские хозяйства;
- Тепличные комплексы, оранжереи;
- Научно-исследовательские институты и т.п.

Перспективы карьерного роста

Возможные пути развития агронома:

Специализация и освоение смежных областей.

Агрономы могут специализироваться в различных сферах сельского хозяйства, научно-практической деятельности и т.п. При этом не стоит забывать, что профессия агронома является одновременно и управленческой профессией, поэтому агроном может развиваться и в административном направлении, совершенствуя свои менеджерские навыки.

Также человек с профессией агронома может осваивать смежные специализации, такие как: зоолог, биотехнолог и т.п.

Научный путь развития.

В данном случае человек с профессией агронома может заниматься исследовательской деятельностью, написать кандидатские и докторские диссертации, прежде всего, в области селекции, создания новых сортов сельскохозяйственных растений.

При этом профессия агронома может предполагать и предпринимательский путь развития. В данном случае человек может начать заниматься собственным делом, открыть свое фермерское хозяйство и т.п.

В случае данного направления карьерного роста рекомендуется развивать предпринимательские умения, осваивать такие профессии, как: предприниматель, менеджер.

Профессиограмма водителя

Профессия водителя тесно связана с историей развития самодвижущихся транспортных средств. Первые водители (шоферы) появились в Европе в конце XVIII века. Они управляли паровыми повозками, которые могли развивать скорость не более 7 километров в час. В восьмидесятые годы XIX века Даймер и Бенц создали первый в мире бензиновый двигатель внутреннего сгорания, который был установлен на безрельсовой самодвижущейся повозке, получившей название «автомобиль». В России первый автомобиль появился в 1895 году.

На сегодняшний день в нашей стране водитель автотранспорта – это массовая профессия. Несмотря на то, что традиционно эта профессия считается прерогативой мужчин, все чаще за рулем можно увидеть водителя-женщину.

В профессии водителя различают много специальностей: водитель автомобиля, трамвая, троллейбуса, транспортно-уборочной машины, аэросаней, вездехода, дрезины, мототранспортных средств, погрузчика, электро- и автотележки, водитель-испытатель.

При желании научиться управлять транспортными средствами могут многие, но не у всех есть к этому призвание. Настоящие водители буквально «сливаются» со своим транспортным средством и за счет этого прекрасно маневрируют, получая удовольствие от процесса движения по дороге, от смены ландшафта, людей, городов. Они успешно и практически безаварийно умеют ездить по любым дорогам, в любых условиях: ночью, зимой, в туман, в гололед, в больших городах, по незнакомой местности.

Преимущества профессии: не требуется длительный период обучения; возможность мобильно перемещаться, побывать во многих местах.

Ограничения профессии: повышенный риск для жизни и здоровья (вероятность дорожно-транспортных происшествий).

Тип и класс профессии

Профессия водителя относится к типу: «Человек – Техника», она ориентирована на использование и обслуживание движущихся технических устройств. Для успешного выполнения такой работы требуются оперативность, точность, определенность действий и исполнительность, дисциплинированность.

Дополнительный тип профессии: «Человек- Знак», поскольку работа водителя связана с работой со знаковой информацией (показаниями приборов, цифрами, показаниями приборов, схемами, картами). Для эффективного выполнения своей работы водителю требуется развитое внимание.

Профессия водителя относится к классу исполнительских, она предполагает совершение действий согласно определенным алгоритмам.

Содержание деятельности

Водитель управляет транспортом (автомобилем, автобусом, трамваем и др.) и осуществляет пассажирские или грузовые перевозки. Он анализирует оперативную обстановку на дороге через лобовое стекло и зеркала бокового и заднего вида, считывает

показания приборов с приборной доски, использует средства управления транспортным средством с учетом дорожных знаков, погодных условий, дорожного покрытия, интенсивности движения потока и других важных факторов.

Водитель обеспечивает правильную эксплуатацию транспортного средства, в том числе обкатку новой машины. Он регулярно проводит профилактические осмотры и техническое обслуживание автомобиля (мойка, заправка топливом, смазка, проверка состояния шин, давления масла в системе смазки двигателя, температуры охлаждающей жидкости, т.п.). Водитель обеспечивает своевременную смену расходных материалов и жидкостей машины.

В случае поломки транспортного средства на дороге водитель по возможности устраняет возникшие неисправности, а также участвует в ремонте автомобиля в гараже.

Требования к знаниям и умениям специалиста

Квалифицированный водитель должен знать:

- правила дорожного движения (с учетом специфики страны),
- назначение, устройство и схемы взаимодействия механизмов и приборов транспортного средства,
- правила оказания первой медицинской помощи,
- правильный порядок и периодичность выполнения работ по техническому обслуживанию вверенного ему транспортного средства.

Квалифицированный водитель должен уметь:

- уверенно действовать на дороге, усвоить навыки практического вождения до уровня автоматизмов,
- анализировать и прогнозировать развитие дорожной ситуации на короткий промежуток времени, быть внимательным,
- совершая маневры, использовать пространственное мышление, точный глазомер, проявлять рассудительность и разумную осторожность, во избежание аварийных ситуаций,
- сохранять уравновешенность и самообладание в любых, даже критических обстоятельствах,
- принимать верные решения в быстро изменяющейся дорожной ситуации, по ходу движения,
- проявлять выносливость, устойчивость к монотонии (уметь сохранять бодрое состояние длительное время, в условиях движения по трассе),
- вовремя обнаруживать и устранять неисправности транспортного средства.

Требования к индивидуальным особенностям специалиста

Для успешной деятельности в качестве водителя необходимо наличие следующих профессионально-важных качеств:

- развитое пространственное мышление,
- острое зрение,
- точная мелкая моторика (ловкость и координация движений конечностей),
- выраженная лабильность,
- склонность к работе с техникой.
- склонность к ручному труду.
- развитая способность к концентрации внимания.
- высокая эмоциональная устойчивость.
- физическая выносливость.
- активность и физическая подвижность.

Условия труда

Большую часть времени водитель находится вне помещения, в дороге, в любое время суток и в любую погоду. Условия работы сидячие. Специфика рабочего места: микроклимат внутри автомобиля.

Главными рабочими инструментами водителя являются механические и электрические средства управления автотранспортом. Для мелкого ремонта водитель также использует ручные инструменты (баллонник, домкрат, отвертки, т.п.).

Медицинские противопоказания

Медицинские ограничения для водителя:

- дальтонизм (неразличение красного и зеленого цветов),
- слабый вестибулярный аппарат (такого человека легко «укачивает»),
- невнимательность, рассеянность,
- снижение остроты зрения и слуха,
- эмоциональная неустойчивость,
- заболевания опорно-двигательной системы,
- злоупотребление спиртными напитками (наркотическими средствами, т.п.),
- хронические заболевания желудочно-кишечного тракта (для водителей-«дальнобойщиков»),
- нервно-психические заболевания (эпилепсия и др.).

Базовое образование

Профессия водителя не требует получения высшего профессионального образования. Чтобы стать водителем, достаточно получить базовые профильные знания в учреждениях начального или среднего профессионального образования.

Пути получения профессии

Профессию водителя автотранспортных средств категорий «В» и «С» (легковых и грузовых автомобилей) можно получить довольно быстро, на уровне начального профессионального образования. Для этого достаточно пройти теоретическую и практическую подготовку по вождению на специализированных курсах по месту жительства (в школьном автокомбинате, в автошколе, в армии), успешно сдать экзамены и получить водительское удостоверение.

Области применения профессии

Водители работают в сфере пассажирских или грузовых транспортных перевозок. Они востребованы в самых разных областях:

- на автотранспортных предприятиях,
- на промышленных предприятиях,
- в торговле,
- в отраслях сельского хозяйства,
- в сфере услуг,
- в условиях индивидуального бизнеса,
- в автомобильном спорте.

Перспективы карьерного роста

Возможные пути развития водителя.

Специализация, повышение квалификации

Работая водителем, в дальнейшем можно повышать тарифный разряд, до 8-го. При желании можно выбрать высшее образование по специальности «Эксплуатация транспортных средств» и получить диплом бакалавра или магистра техники и технологии.

Имея профессию водителя, можно переучиться на родственные профессии, например: машинист электропоезда (в железнодорожных колледжах), летчик (в авиационных техникумах), специалист по судовождению.

Данный карьерный путь предполагает, что при достижении определенного уровня профессионального мастерства и жизненного опыта, водитель может решить работать на себя. Например, он может организовать коммерческий таксопарк для частного извоза пассажиров. При выборе данного направления карьеры рекомендуется развивать

предпринимательские умения, дополнительно осваивать такие профессии, как менеджер проекта, предприниматель.

2.4. Методические материалы.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ НА ЭКСКУРСИЯХ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ

Общие требования безопасности

1. На экскурсии допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности.
2. Опасность возникновения травм:
 - при переходе улиц и перекрёстков;
 - при посещении производственных предприятий;
 - при нарушении инструкции по ТБ
3. У руководителя экскурсии должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
4. Экскурсия не должна превышать 3 часов.

Требования безопасности перед началом занятий

1. Внимательно выслушать инструктаж по ТБ при проведении экскурсии.
2. Получить учебное задание.
3. Оденьтесь соответственно погоде.
4. При жаркой солнечной погоде одеть головной убор.
7. Не начинать движение без указания учителя-руководителя.

Требования безопасности во время занятий

1. Выполнять все действия только по указанию руководителя.
2. Идти только по маршруту, указанному руководителем, не нарушая правил дорожного движения при переходе улиц, перекрёстков.
3. Выполнять только работу, определённую заданием.
4. Не делать резких движений, не трогать посторонних предметов.
5. Соблюдать порядок и дисциплину.
6. Без разрешения руководителя никуда не отлучаться.
7. При посещении производственных предприятий двигаться компактной группой, не создавая помех рабочему персоналу.
8. Не прикасаться к производственному оборудованию, корпусам работающих машин, электродвигателей, питающим электрическим кабелям и т.д.

Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. При плохом самочувствии сообщить об этом руководителю.
2. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся учителю.

Требования безопасности по окончании экскурсии

1. Проверьте присутствие всех своих товарищей.
2. Просмотрите свои записи в черновиках по результатам экскурсии.
3. О всех недостатках, обнаруженных во время работы, сообщите руководителю.

Тренинг на формирование навыков общения "Мы умеем общаться"

Среда сверстников является одной из наиболее важных областей социального поведения подростков. Общение со сверстниками необходимо формирующейся личности для развития коммуникативных навыков и самосознания. Опыт общения, приобретённый в подростковом возрасте, играет важную роль при вступлении во взрослую жизнь. Общаясь, подростки отрабатывают навыки социального взаимодействия.

Общение даёт подростку возможность пережить эмоциональный контакт с группой, чувство солидарности, групповой принадлежности, взаимной поддержки. А это приводит к переживанию подростком не только чувства автономии от взрослых, но и чувства устойчивости и эмоционального комфорта. Общение является основой социального сравнения подростком себя с равными по возрасту, но имеющими разные личные качества сверстниками. Это также способствует развитию самосознания личности подростка.

Подростковый коллектив – это своеобразный социальный “полигон”, на котором отрабатываются и усваиваются мужские и женские роли, устанавливаются более зрелые отношения со сверстниками, формируется социально ответственное поведение.

Цель программы: формирование у учащихся коммуникативных навыков, умения сотрудничать и сплочение коллектива

Задачи:

1. Формирование доброжелательного отношения детей друг к другу;
2. Создание положительного эмоционального фона, атмосферы доверия;
3. Формирование адекватной оценки себя и других;
4. Активизация процесса познания себя и окружающих;
5. Отработка навыков общения и взаимодействия с людьми.

К окончанию программы подростки должны научиться:

- контролировать свое поведение;
- различным способам взаимодействия с людьми;
- осознавать свои эмоции и мотивы поведения, а также понимать мотивы, чувства и поведение других людей.
- уважать себя и окружающих.

Форма занятий: групповая.

Содержание программы.

Вступление (5 мин)

Здравствуйте Ребята. Мы начинаем наши занятия по формированию навыков общения и взаимодействия с противоположным полом. Для того чтоб успешно знакомиться и быть интересным собеседником, необходимо знать некоторые секреты общения.

Так чему же ВЫ НАУЧИТЕСЬ

На тренинге можно научиться по-новому воспринимать себя и других (более позитивно, более конструктивно), можно научиться навыкам эффективного общения, можно научиться лучше чувствовать себя и других людей, осознавать себя и свои состояния.

Для того чтоб наши занятия принесли пользу и нам было интересно, необходимо ввести некоторые правила.

Какие правила на ваш взгляд могут нам помочь?

Правила работы группы:

1. Говорить по одному.
2. Все внимательно слушают говорящего не перебивая.
3. Для вступления в разговор вне очереди необходимо поднять руку.
4. Говорить откровенно: что ты чувствуешь и думаешь в данный момент.
5. Никого не оскорблять: оценивать только поступок, а не человека.

Знакомство -10 мин.

Мы уже с вами знакомы, но я предлагаю попробовать узнать друг друга по лучше.

1. Упражнение. Имя + что обо мне никто не знает. – 5 мин

Цель: познакомиться. Открыть для участников новые грани одноклассников.

Инструкция:

Сейчас тот у кого в руках мячик должен назвать свое имя и то, что о нем никто не знает, и перекинуть мячик любому участнику. Все остальные должны внимательно слушать и запоминать что говорят. Пример: « Я Маргарита Николаевна, никто не знает что я.....»

2 часть: А теперь мы с вами делаем наоборот, тот у кого мячик кидает его любому участнику и называет его имя и то что о нем узнал. Например : Ваня, я узнала что ты...»

2. Упражнение. Продолжи фразу. – 5 мин.

Цель. Узнать друг друга. Саморефлексия.

Инструкция. Сейчас по кругу, я буду передавать фразу. Ваша задача не задумываясь продолжить ее. Пример Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня.... (мне улыбаются). Следующая фраза в другом направлении.

Фразы:

- Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня.
- Особенно меня раздражает, что я...
- Мне бывает стыдно, когда я....
- Верю что я...
- Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это....
- Иногда люди не понимают меня, потому что я....

Этап создания мотивации – 25мин

Цель: Показать участникам, что навыкам общения надо учиться.

1. Разминка. – 2 мин

Я хочу вам рассказать одну притчу: В одном селе умирал глава большой семьи. Он попросил принести веник и предложил своим сыновьям сломать его. Каждый попытался, но хотя все они были сильные люди, ни одному не удалось справиться. Тогда отец попросил разрезать проволоку, связывающую веник, и предложил сыновьям сломать рассыпавшиеся прутья. Они с легкостью сделали это. Отец сказал: «Когда меня не будет, держитесь вместе, и любые испытания вам не страшны. А поодиночке вас легко сломать как эти прутья».

И сейчас мы посмотрим, насколько вам удастся действовать вместе. Начинаем.

Упражнение «Строй». -7мин.

Вы можете легко и быстро построиться по росту. А я попрошу вас построиться по цвету волос: от самого светлого, до самого темного... А теперь – по алфавиту, но сделать это молча. (Варианты – по цвету глаз, по дате рождения и др.) В конце упражнения задание поделится на тройки по тем признакам, которые присутствуют в группе.

Цель: Разминка, групповое взаимодействие, сплочение группы.

2. Упражнение «Дискуссия» - 10мин

Цель: формирование невербальных навыков общения; совершенствование взаимопонимания партнеров по общению.

Инструкция.

Вы разбились на тройки. В каждой тройке распределяются обязанности. Один из участников играет роль «глухого и немого»: он ничего не слышит, не может говорить, но в его распоряжении зрение, жесты, пантомимика; второй участник играет роль «глухого и паралика»: он может говорить и видеть; третий «слепой и немой»: он способен только слышать и показывать. Всей тройке предлагается задание, например, договориться о месте, времени и цели встречи.

3. Обсуждение в кругу – 5 мин.

Что получилось, что нет, удалось ли договориться.

Что мешает нам общаться?

Сейчас мы с вами сделаем небольшой перерыв, и вернемся к работе.

Этап обучения.

Навык: определение и отделение вербальной и невербальной информации

Теория: 5 мин

Цель: Получение и закрепление информации о вербальном и невербальном общении.

Перед перерывом мы с вами выяснили, что мешает нам общаться, (Перечислить, что назвала группа).

Итак, общение – это установление и развитие контактов между людьми.

Наше общение состоит из слов, т.е. вербальная часть и движений тела, невербальная часть. Ученые подсчитали, что вербальная, словесная информация в общении составляет 1/6, а язык поз, интонаций, дыхания и ритма - несловесная информация - 5/6.

При этом 55% - это Язык Тела (позы, движения, мимика),

около 38% - Голос (тон, интонации, ритм, тембр) и около 7% собственно слова.

Естественно, в разных контекстах эти соотношения могут немного отличаться, но общая тенденция останется. Например, во время телефонного разговора, Язык Тела будет практически отсутствовать, а большая часть информации будет передаваться при помощи Голоса.

И это именно та часть общения, которую мы не осознаем, но которая является главной в любом общении. Нас с детства много обучали тому, что говорить, но очень мало тому - как.

Есть еще одно, очень забавное правило. Если сознание говорит одно, а подсознание совершенно другое - обычно побеждает подсознание. А сознание находит логичное объяснение уже совершенному поступку. Этим, как раз, и пользуются профессиональные мошенники. Им могут доверить посторожить вещи самые бдительные люди, а потом сильно удивляться тому, что пропал не только новый чрезвычайно приятный знакомый, но и чемоданы.

При общении мы выражаем то что хотим сказать (да и то, что не хотим тоже) в виде жестов, мимики, поз, движений, интонаций и только в последнюю очередь собственно слов. Но в связи с тем, что мы не осознаем этой большой невербальной части, мы обычно получаем только не совсем нам понятные сообщения из нашего бессознательного. И часто бывает совершенно не понятно, что вызвало напряжение у собеседника или почему он так чему-то обрадовался. (картинки или слайды с позами, мимикой.)

1.Сухое упражнение. 1.Упражнение: Передай чувство мимикой. – 5 минут

Цель: Отработка навыка невербального проявления эмоций.

Инструкция: На доске написана фраза. На бумажке написано чувство, ваша задача продемонстрировать чувство, только с помощью мимики. Задача зрителей определить, что за чувство.

1.2.Упражнение. Передай чувство, только голосом. – 5 минут

Инструкция: На бумажке написано чувство, ваша задача произнести фразу, вложив в нее это чувство. Лицо при этом закрыто, или ребенок должен отвернуться. Задача остальных определить чувство.

1.3.Обсуждение в кругу: В каком упражнении было проще понять человека.-2 мин

2. Полусухое упражнение.2.1. Упражнение. Толстое стекло. – 5 мин

Цель: отработка навыка вербального общения.

Инструкция. Представьте что между вами и вашим партнером толстое стекло. Ваша задача договориться о побеге из тюрьмы при помощи мимики и жестов. Речь использовать нельзя.

3.Ролевая игра «Подсказка другу».-8мин

Инструкция: Ученик у доски. Группе раздаются фразы из стихотворения. Один ученик. Один учитель. Задача группы без помощи речи определить порядок фраз в стихотворении и по очереди «подсказывать» ученику. Задача ученика вербально воспроизвести стихотворение. Задача учителя сверить рассказанное стихотворение с оригиналом.

Анализ результатов: Что получилось, что нет. Какие виды общения использовались, какие еще есть варианты.

Этап окончания – 5-8 мин

Сегодня мы с вами поговорили про вербальное, невербальное общение. Узнали, что в большинстве случаев мы воспринимаем информацию, которую дает нам тело собеседника, научились распознавать невербальные сигналы общения.

Что для вас было сегодня нового? Чему научились? Ваши чувства, эмоции.

Ну что ж на этом наше занятие заканчивается. В следующий раз мы поговорим о территориях общения, и что значит уметь слушать.

А в заключении попрошу вас встать в круг, и передавая улыбку по кругу, поблагодарить друг друга за работу. Спасибо Маша, мне было приятно с тобой сегодня быть в паре.

Приложение 9

Упражнения на развитие дыхания

Упражнение 1. Задувание свечей. Представьте, что вам нужно задуть 3 свечи. Наберите в грудь достаточно воздуха, и подуйте на каждую из трехвоображаемых свечей. Теперь сделайте то же самое для большего количества свечей, и увеличивайте их количество постепенно: 4, 5, 6, 7. Как только вы почувствуете, что устали – остановитесь и отдохните. После этого попробуйте выпрямиться и вдыхать больше и глубже, задействуя мышцы диафрагмы (у нижних ребер), а выдыхать более спокойно и направленно. После этого повторяйте упражнение, пытаясь задуть больше воображаемых свечей, но ни в коем случае не перенапрягайтесь, иначе от недостатка воздуха у вас может закружиться голова.

Упражнение 2. «Дом, который построил Джек». Научиться правильно использовать выдыхаемый воздух - одна из сложнейших задач. Для тренировки оптимальной техники выдоха вымажете воспользоваться стихотворением Самуила Маршака «Дом, который построил Джек», старайтесь на одном дыхании произносить каждую часть стихотворения. Рекомендации тут такие же, как и в предыдущем упражнении для развития речевого дыхания.

Дом, который построил Джек Самуил Маршак

*Вот дом,
Который построил Джек.
А это пшеница,
Которая в тёмном чулане хранится
В доме,
Который построил Джек.
А это весёлая птица-синица,
Которая часто ворует пшеницу,
Которая в тёмном чулане хранится
В доме,*

*А это старушка, седая и строгая,
Которая доит корову безрогую,
Лягнувшую старого пса без хвоста,
Который за шиворот треплет кота,
Который пугает и ловит синицу,
Которая часто ворует пшеницу,
Которая в тёмном чулане хранится
В доме,
Который построил Джек.
А это ленивый и толстый пастух,*

*Который построил Джек.
Вот кот,
Который пугает и ловит синицу,
Которая часто ворует пшеницу,
Которая в тёмном чулане хранится
В доме,
Который построил Джек.
Вот пёс без хвоста,
Который за шиворот треплет кота,
Который пугает и ловит синицу,
Которая часто ворует пшеницу,
Которая в тёмном чулане хранится
В доме,
Который построил Джек.
А это корова безрогая,
Лягнувшая старого пса без хвоста,
Который за шиворот треплет кота,
Который пугает и ловит синицу,
Которая часто ворует пшеницу,
Которая в тёмном чулане хранится
В доме,
Который построил Джек.*

*Который бранится с коровницей строгою,
Которая доит корову безрогую,
Лягнувшую старого пса без хвоста,
Который за шиворот треплет кота,
Который пугает и ловит синицу,
Которая часто ворует пшеницу,
Которая в тёмном чулане хранится
В доме,
Который построил Джек.
Вот два петуха,
Которые будят того пастуха,
Который бранится с коровницей строгою,
Которая доит корову безрогую,
Лягнувшую старого пса без хвоста,
Который за шиворот треплет кота,
Который пугает и ловит синицу,
Которая часто ворует пшеницу,
Которая в тёмном чулане хранится
В доме,
Который построил Джек.*

Приложение 10

Тренинги и упражнения на развитие мимики и пантомимики

Предлагаем вам серию игр для детей школьного возраста, направленных на развитие навыков общения и развития речи.

Мимикой и жестами мы пользуемся каждый день. Умение владеть языком тела может в значительной степени облегчить общение с окружающими, в том числе с друзьями, родными и близкими.

Язык тела важен не только в общении с человеком «один на один». Так, в группе люди обычно не говорят все одновременно. Обычно говорит кто-то один, а все остальные его слушают. Поэтому, чем лучше развиты у вас навыки языка жестов, тем на большее количество людей вы сможете произвести приятное впечатление, тем легче вам будет добиться взаимопонимания или даже оказать давление.

Аплодисменты

Чаще всего люди аплодируют на концертах и на собраниях. С помощью аплодисментов они выражают свое отношение к тому, кто выступает на этом концерте или собрании. Поскольку отношение к выступающему может быть разным, разными бывают и аплодисменты. Изобразите аплодисменты, которые можно было бы определить как...

- бурные, восторженные;
- громкие, подбадривающие;
- сдержанные, деликатные;
- ленивые, снисходительные;
- заискивающие, подхалимские.

Сцена знакомства

Каждый человек постоянно с кем-то знакомится. Существуют даже всевозможные советы, как правильно познакомиться, чтобы создать о себе хорошее впечатление. Но эти правила действуют только в привычных, обыденных условиях. А если предстоит невероятное знакомство и нужно преодолеть языковой барьер? Как тогда вести себя? Представьте и инсценируйте ситуацию, в которой знакомятся...

- космонавты с инопланетянами;

- охотники со снежным человеком;
- новый владелец замка с обитающими в нем привидениями;
- моряк, выброшенный после кораблекрушения на берег, с племенем людоедов.

Необычная декламация

Декламация — это выразительное чтение стихов. Но иногда красиво продекламировать стихи бывает просто невозможно. Попробуйте прочесть стихотворение М.Ю. Лермонтова «Парус», но так, словно...

- вы сильно замерзли;
- вам придавило ногу;
- у вас во рту горячая картошка;
- вы очень сильно хотите спать;
- вас сейчас расстреляют.

Походка

Каждый человек обладает своей индивидуальной походкой. У одного походка — гордая, уверенная, у другого — суетливая, спешащая, у третьего — вальяжная, ленивая. Попробуйте изобразить походку человека...

- который только что пообедал;
- у которого жмут ботинки;
- который неудачно пнул кирпич;
- у которого начался острый приступ радикулита;
- который оказался ночью в лесу.

Эмоциональные ноги

Человек — очень эмоциональное существо. Мы, люди, пользуемся огромным арсеналом средств для выражения своих эмоций. Конечно, в первую очередь мы демонстрируем эмоции мимикой лица, но не менее выразительными могут быть спина, плечи, кончики пальцев и даже уши. Попробуйте только с помощью ног продемонстрировать такие эмоциональные состояния, как...

- гнев;
- почтение;
- страх;
- восторг;
- презрение.

Находчивые музыканты

Когда музыкант играет на своем инструменте, у него, как правило, заняты обе руки. А вдруг в это время с ним что-нибудь случится? Попробуйте изобразить, как будет действовать музыкант, если во время выступления с ним случится непредвиденное. Инсценируйте ситуацию:

- скрипач, у которого по лбу ползет муха;
- трубач, у которого сваливаются брюки;
- пианист, у которого внезапно заболел живот;
- баянист, у которого к ботинку прилипла жвачка;
- гитарист, у которого жутко зачесалась спина.

Приложение 11

Методика «Профессиональная готовность» (А.П. Чернявская)

Краткая характеристика методики

1. Методика представляет собой опросник, состоящий из 99 вопросов.
2. Форма ответов на вопросы — дихотомическая (да, нет).
3. Форма проведения — индивидуальная и групповая.

4. Опросник состоит из пяти шкал: автономность — 20 вопросов, информированность — 17 вопросов, ориентация во времени — 20 вопросов, принятие решения — 20 вопросов, эмоциональное отношение — 22 вопроса. Вопросы отдельных шкал распределены в методике в случайном порядке.

5. Все вопросы прошли проверку на трудность и дискриминативность и соответствуют критериям отбора заданий методики.

6. Надежность отдельных шкал методики колеблется от 0,670 до 0,839 и находится на уровне, допустимом для данного типа методик.

7. Ре-тестовая надежность находится в пределах от 0,617 до 0,885.

8. Конструктивная валидность методики определялась при сравнении результатов данной методики и результатов методик «Тест структуры интеллекта» и «Уровень субъективного контроля». Проверкой доказано наличие конструктивной валидности.

9. Критериальная валидность определялась методом экспертных оценок, сравнением результатов групп юношей и девушек и по результатам факторного анализа. Методика обладает критериальной валидностью.

10. Методика может применяться для определения уровня готовности консультируемого совершить адекватный профессиональный выбор

Опросник

1. Я отношусь к тем людям, которые выбирают не конкретную профессию, а уровень образования.

2. Я не принимаю серьезных решений мгновенно.

3. Когда мне нужно решиться на какое-то важное дело, я самым серьезным образом оцениваю свои способности.

4. Я знаю, в каких условиях я буду работать.

5. Я анализирую своё прошлое.

6. Я тяжело переношу неудачи в жизни.

7. Я знаю обязанности, которые я буду выполнять на работе.

8. Меня обязательно будут уважать за мои знания и опыт.

9. Я ищу в прошлом истоки того, что со мной происходит в настоящем.

10. Мне не нравится, что поиск дела по душе требует больших усилий.

11. Все мои действия подчинены определённым целям.

12. У меня вошло в привычку думать о том, что со мной происходило раньше.

13. По моему мнению, знание будущей работы до мельчайших подробностей не гарантирует от разочарований.

14. Я приложу все усилия, чтобы иметь высокие знания и навыки хотя бы в одной области (практической или теоретической).

15. У меня стало привычкой анализировать важные события моей жизни.

16. Я ничего не делаю без причины.

17. Меня вполне устраивает моя пассивность.

18. Я задумываюсь о том, что меня ждёт в будущем.

19. Я предпочитаю спокойную, малоответственную работу.

20. Я отношусь к тем людям, которые поступают необдуманно.

21. Я буду менять места работы до тех пор, пока не найду то, что мне нужно.

22. Первая же крупная неудача может «выбить меня из седла».

23. Я не задумываюсь о своём будущем.

24. Я не выберу работу, требующую большой отдачи.

25. Я знаю самого себя.

26. Я буду добиваться своего, даже если это вызовет недовольство родных и близких.

27. Чем больше профессий я знаю, тем легче мне будет выбирать.

28. Мне не нравится быть самостоятельным.

29. Я не собираюсь заранее планировать уровень образования, который я хотел бы получить.
30. Меня страшат ситуации, в которых я должен сам принимать решения.
31. Я не жалею времени на обдумывание вариантов сложных математических задач.
32. Когда меня постигают неудачи, я начинаю думать, что ни на что не способен.
33. Я не представляю себя работником, решающим производственные и личные проблемы, связанные с производством.
34. Я вряд ли смог бы выполнить производственные задания без помощи руководителя.
35. Мне трудно узнать о перспективах, которые даёт та или иная профессия.
36. Я считаю, что интуиция основана на знании.
37. Чтение справочников о профессиях ничего мне не даёт.
38. У меня нет устойчивых взглядов на моё профессиональное будущее.
39. В моей жизни мало успехов.
40. Я стремлюсь целенаправленно узнавать о профессиях, учебных заведениях и местах работы.
41. Я очень беспокоюсь, смогу ли я справиться с трудностями, а может, и неудачами в своей профессиональной жизни.
42. Я признаю только обдуманый риск.
43. Многие мои планы срываются из-за моей неуверенности в себе.
44. Я отношусь к тем людям, которые живут настоящим.
45. Я с детства привык доводить начатое до конца.
46. Я боюсь делать важные шаги в своей жизни.
47. Я зная, что мне интересно.
48. Было время, когда я строил образ «идеальной профессии» без конкретного названия.
49. Когда я иду на компромисс, у меня портится настроение.
50. Я готов приложить много усилий, чтобы добиться того, что мне нужно.
51. Я знаю, чего я добьюсь в жизни.
52. Я могу назвать профессии, которые интересовали меня в детстве.
53. Я мало задумываюсь о своей жизни.
54. Я не могу определить своего отношения к тому, что мне необходимо принимать решения.
55. В оценке профессий эмоции для меня играют большую роль.
56. Если я чего-то очень захочу, я преодолю любые препятствия.
57. У меня нет определённых требований к будущему.
58. При принятии решений я полагаюсь на интуицию.
59. Мне не нравится, когда от меня требуют инициативы и активности.
60. Я знаю, что у меня есть такие черты характера, которые совершенно необходимы для моей профессии.
61. Я – соломинка, влекомая течением жизни.
62. Когда я думаю о том, что мне нужно выбирать профессию и место работы (учёбы), у меня портится настроение.
63. При выборе из двух или нескольких возможностей я полагаюсь на ту, которая внешне более привлекательна.
64. Своим поведением в настоящем я строю фундамент для будущего.
65. Если что-то помешает мне получить выбранную профессию, я легко поменяю её на другую.
66. Я никогда не задумываюсь, по каким законам устроен мир профессий.
67. Я считаю, что люди, которые много достигли в жизни, знали, почему они поступали так, а не иначе.

68. Практическая работа (в кружках, на УПК, практике) очень помогла мне в понимании мира профессий.
69. Я с трудом уживаюсь с другими людьми.
70. Я сознательно стремлюсь к достижению намеченных целей.
71. Любой совет, данный мне со стороны, может поколебать мой выбор профессии.
72. Я знаю, что для меня в жизни важно.
73. Я не доверяю тому, что написано в книгах о профессиях.
74. Я планирую свою жизнь хотя бы на неделю вперёд.
75. Я знаю, почему я выбрал именно эту профессию.
76. Лучший способ познакомиться с профессией – поговорить с тем, кто по ней работает.
77. Мне не нравится, когда много думают о будущем.
78. В учебном заведении я получаю все необходимые знания и больше никогда учиться не буду.
79. Я знаю область, в которой я добьюсь больших успехов, чем в других.
80. Заранее известных способов изучения мира профессий не существует.
81. Мне не нравится, когда много рассуждают о том, кем быть.
82. Мне трудно спланировать свою жизнь даже на неделю вперёд.
83. Я считаю, что в обществе все равны по своему положению.
84. Большинство сведений о профессиях я воспринимаю как ненужные.
85. Фактически я выбрал (выбираю) учебное заведение, не думая, где я буду работать после его окончания.
86. Мне всё равно, будут ли уважать меня на работе как профессионала.
87. В своих поступках я всегда опираюсь на проверенные сведения.
88. Всё, что со мной происходит, - дело случая.
89. Мне не хочется брать на себя ответственность за выбор профессии.
90. В важных решениях я не иду на компромиссы.
91. Я не доверяю рекламе профессий.
92. Я не понимаю причин многих моих поступков.
93. Мои самооценки совпадают с тем, как оценивают меня друзья.
94. Я не понимаю самого себя.
95. Я начинаю нервничать, когда задумываюсь о том, что меня ожидает.
96. Мой опыт показывает, что от анализа своих мыслей и переживаний пользы мало.
97. Я не знаю, как осуществить свой профессиональный выбор.
98. Я могу отказаться от многого, сейчас ценного для меня, ради перспективных профессиональных целей
99. Я представляю, каким я буду через 10 лет.

Ключ

Автономность (А)

№	8	14	19	24	30	34	45	50	53	57
Знак	+	+	-	-	-	-	+	+	-	-
№	61	65	71	75	78	83	86	92	94	96
Знак	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Информированность (И)

№	1	4	7	13	21	27	35	37	40
Знак	+	+	+	-	+	+	-	-	+

№	48	66	68	73	76	80	84	91	
Знак	+	-	+	-	-	-	-	-	

Принятие решений (Р)

№	2	3	11	16	20	25	31	36	42	47
Знак	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+
№	51	56	58	63	67	72	79	87	90	93
Знак	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+

Планирование (П)

№	5	9	12	15	18	23	29	38	44	52
Знак	+	+	+	+	+	-	-	-	-	+
№	60	64	70	74	82	85	88	97	98	99
Знак	+	+	+	+	-	-	-	-	+	+

Эмоциональное отношение (Э)

№	6	10	17	22	26	28	32	33	39	41	43
Знак	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-
№	46	49	54	55	59	62	69	77	81	89	95
Знак	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Приложение 12

Игра «20 000 дней»

Цель игры: осознание своего жизненного плана, построение или вынесение во внешний план иерархии ценностных ориентаций, а также их «апробирование» в столкновении с «реалиями» игровой ситуации.

Данную игру можно причислить к процедурам и техникам с условным названием «техники линии жизни». Общим для них является то, что участнику предлагается представить значительный промежуток его жизни, как прошлой, так и будущей. Разница заключается в том, какой цели служит этот прием. В данном случае линия жизни – вспомогательное средство для доведения до сознания участников игры двух основных идей:

1. Жизненные достижения растянуты по времени.
2. Жизненные достижения требуют наиболее ценного капитала, которым располагает человек – времени.

Первая идея кажется удивительной особенно для подростков – им кажется, что всего через несколько лет вполне реально достижение не только выдающегося материального благополучия, но и других ценностей в масштабах, которые редко достигает человек в молодом возрасте. Вторая идея часто кажется надуманной и вызывает сопротивление, особенно в современной России, где важнейшей ценностью представляются деньги.

Данная игра носит характер ориентировочной деятельности, а не направлена на развитие умения строить адекватные и реалистичные планы и распоряжаться своим временем.

Ход игры: Участниками игры становятся 4-8 человек. Возможно проведение данной игры с группой 16 человек, в таком случае остальные 8 участников становятся либо зрителями, либо присоединяются к другим участникам и образуют пару, выступающую как единая команда. По времени игра занимает примерно 1,5 – 2 часа. В качестве реквизита и оснащения для проведения игры понадобятся наборы игровых карточек с обозначениями

ценностей, доска для фиксации «жизненного пути» участников, игровые столы, за которыми располагаются игроки.

Участникам предлагается «проиграть» свой жизненный путь: наметить основные ценности, которые каждый собирается приобрести в игре, а также затратить усилия для их достижения. Начальная фаза игры совпадает с началом игры «Аукцион ценностей», когда ведущий предлагает участникам список жизненных ценностей, в котором нужно оценить каждый пункт по степени важности. Затем ведущий по правилам, аналогичным правилам «Аукциона ценностей», подсчитывает игровую «цену» и количество ценностей, которые будут разыграны. Затем участникам также предлагается составить «план жизни» по достижению ценностей.

Далее ведущий информирует, что средний срок оставшейся жизни участников – около двадцати тысяч дней (средний возраст жизни в России составляет около 65 лет). Основной платой за ценности служит время, которое участники потратят на их достижение. Стоимость каждой ценности списка выписывается на доске. Затем участникам предоставляется возможность изменить свои планы в соответствии с объявленными «ценами».

В ходе основной фазы игры ведущий объявляет наступление очередного временного промежутка протяженностью в две тысячи дней (около 5 лет). Каждый участник называет ценность, на которую он тратит это время. Если количество затраченного времени совпадает с «ценой», участник приобретает ценность. Если количество имеющихся ценностей меньше желающих их приобрести, организуется аукцион, на котором претенденты используют свое будущее время.

Спустя 10 000 дней (середина жизни) «стоимость» отдельных ценностей изменяется (например, цена таких ценностей как «Здоровье», «Образование» повышается, а «Мудрость» снижается). Ведущий может обосновать это естественными закономерностями – организм человека со временем теряет свои способности, в более старшем возрасте сложнее учиться и т.п.

Ход игры отражается на доске. По окончании игры организуется обсуждение, каждый участник рассказывает о своей жизни. Ведущий может предложить оценить «прожитое» по разным шкалам – удовлетворенность, ценность для других, соответствие той или иной профессии и другим. Игра может завершиться элементом игры «Эпитафия» (Н.С. Пряжников), когда участник может составить эпилог к пройденному игровому пути, а также написанием «Послания к своему потомку». Ведущий может усилить компонент обратной связи в игре, попросив участников составить пожелания партнерам по игре. Также в игру можно включить элемент психодрамы, попросив участников изобразить разговор «заслуженных пенсионеров», беседующих друг с другом о прожитой жизни на основе игровых достижений.

Профориентационную направленность игры можно усилить, включив в список ценностей наиболее значимые профессиональные достижения, а также изменив правила, приблизив их к реалиям профессии (например, время выхода на пенсию для лиц отдельных профессий).

2.5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ-ИСТОЧНИКОВ

Для педагога

Нормативно – правовые документы

1. Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ // Российская газета. 2012. 31 декабря.
2. О ведомственной целевой программе Главного управления образования Курганской области «Развитие воспитательной компоненты в общеобразовательных организациях Курганской области на 2014-2015 годы: Распоряжение Правительства Курганской области от 23 декабря 2013 г. №452-р.

Литература

1. Будущий Я. Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа / авт-сост. Е. А. Нестерова, О.Ю. Чистякова; ГБОУДОД ДЮОЦ. Курган, 2014. – 58 с.
2. Борисова Е.М. Индивидуальность и профессия /Е.М.Борисова, Г.П.Логинова. - М.: Знание, 1991.-78с.
3. Добрина Н. А. Экскурсоведение: учеб. пособие /Н.А. Добрина. - М.: Флинта : МПСИ, 2012. – 286 с.
4. Калита С.П. Теория и история экскурсионного дела в России: учеб. пособие / С.П. Калита. - Тула: ТулГУ, 2004.- 284с.
5. Климов Е.А. Психология и профессиональное самоопределение личности / Е.А. Климов.- Ростов – на – Дону: Феникс, 1996. – 356с.
6. Меляков Н.И. Хрестоматия по педагогической профориентации / Н.И. Меляков. - М.: НИИ нац.шк., 1991. – 174с.
7. Овсянникова С.К. Организация профориентационной работы в школе: методическое пособие / С.К.Овсянникова. — Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гос. ун-та, 2013. — 362 с.
8. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8 – 11 класс)/ Н.С. Пряжников – М,: Вако, 2005. – 288с.
9. Пути развития системы профессиональной ориентации. Сб. научных трудов. - М.:НИИ труда, 2012. – 144с.
10. Резапкина Г.В. Я и моя профессия/ Г.В. Резапкина. – М., 2001 – 231с.
11. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками. С чего начать?/ Д.В.Рязанова// Пособие для психолога и педагога. – М.: Генезис, 2013. – 138с.
12. Савина Н.В. Экскурсоведение: Учебно-практическое пособие / Н.В. Савина - Минск, 2001.
13. Скобельцина А.С. Экскурсоведение: Учебное пособие / А.С. Скобельцина - СПб., 2007.
14. Степаненков Н.К. Профориентация учащихся: учебное пособие для студентов педагогических вузов/ Н.К. Степаненков - Минск, 2013 – 157с.
15. Хуусконен Н.М., Глушанок Т.М. Практика экскурсионной деятельности / Н.М.Хуусконен, Т.М.Глушанок. — СПб.: Издательский дом Герда, 2006 – 208с.

Интернет - источники

1. Прищепёнок Н.С. Роль производственной экскурсии в развитии личности ребёнка/ Н.С. Прищепёнок – Режим доступа: <http://ext.spb.ru/index.php/2011-03-29-09-03-14/144-preschool-edu/3045-2013-06-06-12-32-22.html>
2. Сетевой инновационный проект «Воспитание для всех» – Режим доступа: <http://45profor.ru/index.php/proekty/vospitanie-dlya-vsekh>
3. Вакансии, обучение, карьера – Режим доступа: www.zarplata.ru/
4. Все о карьере – Режим доступа: www.e-career.ru/
5. Информация о профессиях – Режим доступа: www.betapress.ru/
6. Профориентационный сайт Курганской области – Режим доступа: <http://45profor.ru/>

Для учащихся

Литература

1. Резапкина Г.В. Я и моя профессия. Программа профессионального самоопределения для подростков / Г.В.Резапкина – М., 2012.
2. Рогов Е.И. Выбор профессии: Становление профессионала / Е.И. Рогов – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.
3. Рогов Е.И. Как стать взрослым / Е.И.Рогов. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2012.
4. Рогов Е.И. Психология человека / Е.И.Рогов. – М.: ВЛАДОС, 2011.
5. Родичев Н.Ф. Профессии, которые мы выбираем / Н.Ф.Родичев // Абитуриент. – 2002 - №7.

Интернет - источники

1. Вакансии, обучение, карьера – Режим доступа: www.zarplata.ru/
2. Все о карьере – Режим доступа: www.e-career.ru/

3. Занятость населения – Режим доступа: <http://trud.admtumen.ru/>
4. Информация о профессиях – Режим доступа: www.betapress.ru/
5. Профориентационный сайт Курганской – Режим доступа: <http://45profor.ru/>
6. Тесты на выбор профессии – Режим доступа: http://www.moeobrazovanie.ru/testy_na_vybor_professii/
7. Школа- профориентация. РФ
8. Электронный музей профессий – Режим доступа: <http://www.profvibor.ru/>

Приложение 1

Диагностика мотивации

ИНСТРУКЦИЯ: Выбери не более трех вариантов ответа на вопрос «Почему тебе нравится заниматься в объединении?» (выпиши соответствующие цифры в порядке предпочтения):

8. Получение знаний для будущей профессии.
9. Возможность проявить и развить свои творческие и интеллектуальные способности.
10. Интересно общаться с товарищами в объединении.
11. Желание быть духовно богатым, культурным и полезным для общества.
12. Желание иметь авторитет среди товарищей, так как обучение здесь престижно.
13. Провожу свободное время.
14. Не могу ответить определенно.

Технология мониторинга освоения учащимися дополнительной общеобразовательной программы

Параметры результативности	Критерии	Уровни освоения		
		Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Опыт освоения теоретической информации (теоретические знания по основным темам учебно – тематического плана программы, владение специальной терминологией)	Соответствие теоретических знаний программным требованиям. Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Освоена система теоретических знаний, соответствующих программным требованиям, специальные термины употребляются осознанно и в полном соответствии с их содержанием	Теоретические знания не систематизированы, учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой	Фрагментное освоение теоретических знаний, специальные термины учащимся не употребляются
Опыт практической деятельности (практические умения и навыки, предусмотренные программой по основным разделам учебно – тематического плана, навыки соблюдения правил безопасности)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям. Соответствие приобретенных навыков по технике безопасности программным требованиям	Способы деятельности (умения и навыки) освоены полностью в соответствии с программными требованиями и выполняются самостоятельно, правила соблюдения техники безопасности выполняются учащимися осознанно	Способы деятельности освоены и выполняются под руководством педагога, правила безопасности выполняются под контролем педагога	Способы деятельности освоены частично, учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием и оснащением, может допускать нарушения в сфере безопасности и требует постоянного контроля

Мотивация и осознание перспективы	Осознание перспективы деятельности ребенка в данной области	Выражено стремление ребенка к дальнейшей деятельности в данной области	Мотивация перспективы проявляется ситуативно, не осознана	Перспектива деятельности не выражена
Коммуникативные действия	Сотрудничество в образовательном процессе	Учащийся всегда обращается за помощью при затруднениях и сам готов помочь товарищам, легко общается с людьми	Учащийся легко общается с людьми, но не всегда обращается за помощью при затруднениях в работе	Учащийся замкнут, плохо идет на контакт с товарищами и педагогом, боится обратиться за помощью
Сформированность самооценки		Корректирует свою деятельность на несколько действий вперед. Контролирует ход выполнения деятельности, корректирует свои действия самостоятельно, вносит поправки, уточнения по результатам деятельности	Корректирует свою деятельность, прибегая к помощи педагога, под его руководством вносит поправки в свою деятельность	Не соотносит свои возможности с предстоящей деятельностью. Не корректирует деятельность на несколько действий вперед

«Карта интересов»

А.Е. Голомшток

Опросник разработан А.Е. Голомштоком. Предназначен для изучения интересов и склонностей школьников старших классов в различных сферах деятельности. Голомшток выделяет 23 таких сферы: физика, математика, химия, астрономия, биология, медицина, сельское хозяйство, филология, журналистика, история, искусство, геология, география, общественная деятельность, право, транспорт, педагогика, рабочие специальности, сфера обслуживания, строительство, легкая промышленность, техника, электротехника.

Инструкция: для определения ведущих интересов Вам предлагается перечень вопросов.

Если Вам очень нравится то, о чем спрашивается в вопросе, в бланке ответов рядом с его номером поставьте два плюса ("++"),
если просто нравится - один плюс ("+"),
если не знаете, сомневаетесь - ноль ("0"),
если не нравится - один минус ("-"),
а если очень не нравится - два минуса ("--").

Отвечайте на вопросы, не пропуская ни одного из них.

Текст опросника

Любите ли Вы? Нравится ли Вам? Хотели бы Вы

175. Знакомиться с жизнью растений и животных.
176. Занятия и чтение книг по географии.
177. Читать художественную или научно-популярную литературу о геологических экспедициях.
178. Уроки и книги по анатомии и физиологии человека.
179. Выполнять ежедневную домашнюю работу.
180. Читать научно-популярную литературу о физических открытиях, жизни и деятельности выдающихся физиков.
181. Читать об открытиях в химии или о жизни и деятельности выдающихся химиков.
182. Читать технические журналы.
183. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области электроники и радиотехники.
184. Знакомиться с разными металлами и их свойствами.
185. Узнавать о разных породах древесины и об их практическом применении.
186. Узнавать о достижениях в области строительства.
187. Читать книги, смотреть фильмы о водителях различных видов транспорта (автомобильного, железнодорожного и т.д.).
188. Читать книги, смотреть фильмы о летчиках.
189. Знакомиться с военной техникой.
190. Читать книги об исторических событиях.
191. Читать произведения классиков русской и зарубежной литературы.
192. Читать и обсуждать публицистические статьи и очерки.
193. Обсуждать текущие дела и события в учебном заведении, городе, стране.
194. Интересоваться педагогической работой.
195. Читать книги, смотреть фильмы о работе милиции
196. Заботиться о порядке в собственных вещах, красивом виде помещения.
197. Читать книги из серии "Занимательная математика".
198. Изучать экономическую географию.
199. Заниматься иностранным языком.

200. Знакомиться с жизнью выдающихся художников, историей искусства.
201. Знакомиться с жизнью выдающихся артистов, встречаться с ними, коллекционировать их фотографии.
202. Знакомиться с жизнью и творчеством выдающихся музыкантов, с вопросами теории музыки.
203. Читать спортивные газеты, журналы, литературу о спорте.
204. Изучать биологию, ботанику, зоологию.
205. Знакомиться с различными странами по книгам и телепередачам.
206. Читать о жизни и деятельности знаменитых геологов.
207. Интересоваться достижениями медицины.
208. Посещать с экскурсиями предприятия легкой промышленности.
209. Читать книги из серии "Занимательная физика".
210. Изучать химические явления в природе.
211. Знакомиться с новейшими достижениями техники.
212. Интересоваться работой радиотехника, электрика.
213. Знакомиться с различными измерительными инструментами, используемыми в процессе металлообработки.
214. Наблюдать за изготовлением изделий из дерева (например, мебели).
215. Наблюдать за работой строителей.
216. Читать литературу о средствах передвижения.
217. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи о морях.
218. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи на военные темы, знакомиться с историей крупных сражений.
219. Обсуждать текущие политические события в стране и за рубежом.
220. Читать литературно-критические статьи.
221. Слушать радио, смотреть теленовости и тематические телепередачи.
222. Узнавать о событиях, происходящих в городе, стране.
223. Объяснять учащимся трудные для понимания вопросы.
224. Справедливо рассудить поступок знакомого или литературного героя.
225. Обеспечивать семью продуктами, организовывать питание членов семьи.
226. Читать научно-популярную литературу об открытиях в математике, о жизни и деятельности выдающихся математиков.
227. Интересоваться экономическими передачами по телевидению.
228. Читать художественную литературу на иностранном языке.
229. Заниматься художественным оформлением праздников.
230. Посещать театр.
231. Слушать оперную или симфоническую музыку.
232. Посещать спортивные соревнования, смотреть спортивные передачи.
233. Посещать дополнительные занятия по биологии.
234. Посещать дополнительные занятия по географии.
235. Коллекционировать минералы.
236. Изучать функции организма человека, причины возникновения и способы лечения болезней человека.
237. Готовить обед дома.
238. Осуществлять демонстрацию физических опытов.
239. Участвовать в организации опытов с химическими веществами.
240. Ремонтировать различные механизмы.
241. Производить замеры в электросетях с помощью приборов (вольтметра, амперметра).
242. Конструировать различные предметы и детали из металла.
243. Художественно обрабатывать дерево (вырезать, выпиливать).
244. Набрасывать эскизы или выполнять чертежи строительных объектов.
245. Проявлять интерес к автомобильному транспорту.

246. Увлекаться парашютным спортом, авиамоделизмом.
247. Заниматься спортивной стрельбой.
248. Изучать историю возникновения различных народов и государств.
249. Писать стихи.
250. Наблюдать за проведением и жизнью других людей.
251. Выполнять организационную общественную работу.
252. Проводить время с маленькими детьми, заниматься и играть с ними.
253. Устанавливать дисциплину среди сверстников.
254. Наблюдать за работой работников сферы обслуживания (повар, официант, продавец).
255. Участвовать в математических олимпиадах.
256. Просматривать экономические обзоры в газетах и журналах.
257. Слушать радиопередачи на иностранном языке.
258. Посещать музеи, художественные выставки.
259. Публично выступать.
260. Играть на музыкальном инструменте.
261. Участвовать в спортивных соревнованиях.
262. Наблюдать за ростом и развитием животных, растений.
263. Собирать книги по географии.
264. Посещать краеведческий музей.
265. Вникать в работу врача, фармацевта.
266. Шить для себя.
267. Интересоваться физикой.
268. Интересоваться химией.
269. Работать с техникой.
270. Знакомиться с устройством электроаппаратуры.
271. Заниматься слесарным делом.
272. Выполнять столярные работы.
273. Принимать участие в отделочных ремонтных работах.
274. Помогать милиции в работе с пешеходами по правилам уличного движения.
275. Быть членом гребных и яхт-клубов.
276. Участвовать в военизированных играх.
277. Знакомиться с историческими местами.
278. Быть членом литературного клуба.
279. Наблюдать за ведением журналистами телепередач.
280. Публично выступать с сообщениями и докладами.
281. Организовывать работу детей.
282. Устанавливать скрытые причины поступков и поведения людей.
283. Оказывать различные услуги другим людям.
284. Решать сложные математические задачи.
285. Точно вести расчет своих денежных средств.
286. Посещать курсы по изучению иностранного языка.
287. Заниматься в художественной секции.
288. Участвовать в художественной самодеятельности.
289. Посещать музыкальную школу.
290. Заниматься в спортивной секции.
291. Участвовать в биологических олимпиадах и конкурсах.
292. Путешествовать.
293. Принимать участие в геологической экспедиции.
294. Ухаживать за больными.
295. Посещать кулинарные конкурсы и выставки.
296. Участвовать в конкурсных мероприятиях по физике.
297. Решать сложные задачи по химии.

298. Разбираться в технических схемах и чертежах.
299. Разбираться в сложных радиосхемах.
300. Знакомиться с новой техникой, наблюдать за работой промышленного оборудования.
301. Мастерить что-нибудь из дерева своими руками.
302. Помогать в строительных работах.
303. Принимать участие в обслуживании и ремонте автомобиля.
304. Мечтать о самостоятельных полетах на самолете.
305. Строго выполнять распорядок дня.
306. Публично выступать с докладами на исторические темы.
307. Работать с литературными источниками.
308. Принимать участие в дискуссиях, конференциях.
309. Организовывать и проводить коллективные мероприятия.
310. Обсуждать вопросы воспитания детей и подростков.
311. Помогать работникам милиции.
312. Постоянно общаться с различными людьми.
313. Принимать участие в математических олимпиадах, конференциях.
314. Интересоваться вопросами ценообразования, начисления заработной платы.
315. Общаться на иностранном языке.
316. Участвовать в художественных выставках.
317. Принимать участие в театральных постановках.
318. Участвовать в музыкальных конкурсах.
319. Регулярно тренироваться и участвовать в спортивных соревнованиях.
320. Выращивать растения, ухаживать за домашними животными.
321. Проводить топографическую съемку местности.
322. Совершать длительные, трудные походы.
323. Интересоваться деятельностью медицинских работников.
324. Шить, кроить, создавать модели одежды.
325. Решать сложные задачи по физике.
326. Посещать с экскурсиями химические предприятия.
327. Участвовать в выставках технического творчества.
328. Ремонтировать аудиотехнику.
329. Работать на станке.
330. Выполнять по чертежам столярные работы.
331. Принимать сезонное участие в строительстве.
332. Изучать правила дорожного движения для водителей.
333. Изучать морское дело.
334. Читать воспоминания главнокомандующих и полководцев.
335. Знакомиться с историческими местами родного края.
336. Писать рассказы.
337. Писать заметки или очерки в газету.
338. Выполнять общественные поручения.
339. Организовывать детские игровые и праздничные мероприятия.
340. Изучать законодательные документы, гражданское право.
341. Удовлетворять потребности людей в тех или иных услугах.
342. Выполнять математические расчеты по формулам.
343. Интересоваться проблемами региональной экономики.
344. Участвовать в олимпиадах по иностранному языку.
345. Посещать художественные музеи.
346. Играть на сцене в спектаклях.
347. Слушать классическую музыку.
348. Помогать преподавателю физкультуры в проведении занятия.

Обработка и интерпретация результатов

За каждый знак "+" в бланке ответов проставляется +1 балл, за каждый знак "-" проставляется -1 балл, за нулевой ответ - 0 баллов. В каждом из 29 столбцов бланка ответов подсчитывается количество положительных и отрицательных баллов.

Исходя из структуры бланка ответов определяются следующие виды профессиональных интересов (по столбцам).

Чем больше положительных ответов в столбце, тем выше степень выраженности интереса к данному виду профессиональной деятельности.

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------|
| 1. Биология | 16. История |
| 2. География | 17. Литература |
| 3. Геология | 18. Журналистика |
| 4. Медицина | 19. Общественная деятельность |
| 5. Легкая и пищевая промышленность | 20. Педагогика |
| 6. Физика | 21. Юриспруденция |
| 7. Химия | 22. Сфера обслуживания |
| 8. Техника | 23. Математика |
| 9. Электро- и радиотехника | 24. Экономика |
| 10. Металлообработка | 25. Иностранные языки |
| 11. Деревообработка | 26. Изобразительное искусство |
| 12. Строительство | 27. Сценическое искусство |
| 13. Транспорт | 28. Музыка |
| 14. Авиация, морское дело | 29. Физкультура и спорт |
| 15. Военные специальности | |

уровни выраженности:

от -12 до -6 - высшая степень отрицания данного интереса;

от -5 до -1 - интерес отрицается;

от +1 до +4 - интерес выражен слабо;

от +5 до +7 - выраженный интерес

от +8 до +12 - ярко выраженный интерес.

Бланк ответов к опроснику "Карта интересов"

Ф.И.О. _____ возраст _____ дата заполнения _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58
59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87
88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116
117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145
146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174

Личностный опросник Г. Айзенка

Вам предлагается ответить на вопросы, касающиеся особенностей вашего поведения. Оцените себя мысленно, согласны или не согласны вы с предлагаемым суждением. Над ответами долго не задумывайтесь, но обязательно отвечайте.

58. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы "встряхнуться", испытать возбуждение?
59. Часто ли вы нуждаетесь в друзьях, которые могут вас ободрить или утешить?
60. Вы считаете себя человеком беззаботным?
61. Трудно ли вам отказаться от своих намерений?
62. Обдумываете ли вы свои дела не спеша, предпочитаете подождать, прежде чем действовать?
63. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания?
64. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
65. Обычно вы поступаете и говорите быстро, не раздумывая?
66. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастливы, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
67. Верно ли, что на спор вы готовы решиться на очень многое?
68. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола?
69. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
70. Часто ли вы действуете под влиянием минутного настроения?
71. Часто ли вы беспокоитесь из-за того, что сделали или сказали что-нибудь такое, чего не следовало бы делать или говорить?
72. Предпочитаете ли вы обычно книги встречам с людьми?
73. Легко ли вас обидеть?
74. Любите ли вы часто бывать в компании?
75. Бывают ли у вас иногда мысли, которые вы хотели бы скрыть от других?
76. Верно ли, что вы иногда полны энергии, так, что все горит в руках, а иногда совсем вялы?
77. Предпочитаете ли вы иметь поменьше друзей, но зато близких вам?
78. Часто ли вы мечтаете?
79. Когда на вас кричат, вы отвечаете тем же?
80. Часто ли вас беспокоит чувство вины?
81. Все ли ваши привычки хороши и желательны?
82. Способны ли вы дать волю своим чувствам и повсюду повеселиться в компании?
83. Можете ли вы сказать, что у вас часто нервы бывают натянуты до предела?
84. Считают ли вас человеком живым и веселым?
85. Часто ли, сделав какое-нибудь важное дело, вы испытываете чувство, что могли бы сделать его лучше?
86. Вы больше молчите, когда находитесь в обществе других людей?
87. Вы иногда сплетничаете?
88. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что разные мысли лезут в голову?
89. Если вы хотите узнать о чем-нибудь, то предпочитаете прочесть об этом в книге, нежели спросить у людей?
90. Бываете ли вы иногда так возбуждены, что не можете усидеть на месте?
91. Нравится ли вам работа, которая требует от вас постоянного внимания?
92. Бывают ли у вас слабость и головокружения?
93. Всегда ли вы платили бы за провоз багажа на транспорте, если бы не опасались проверки?

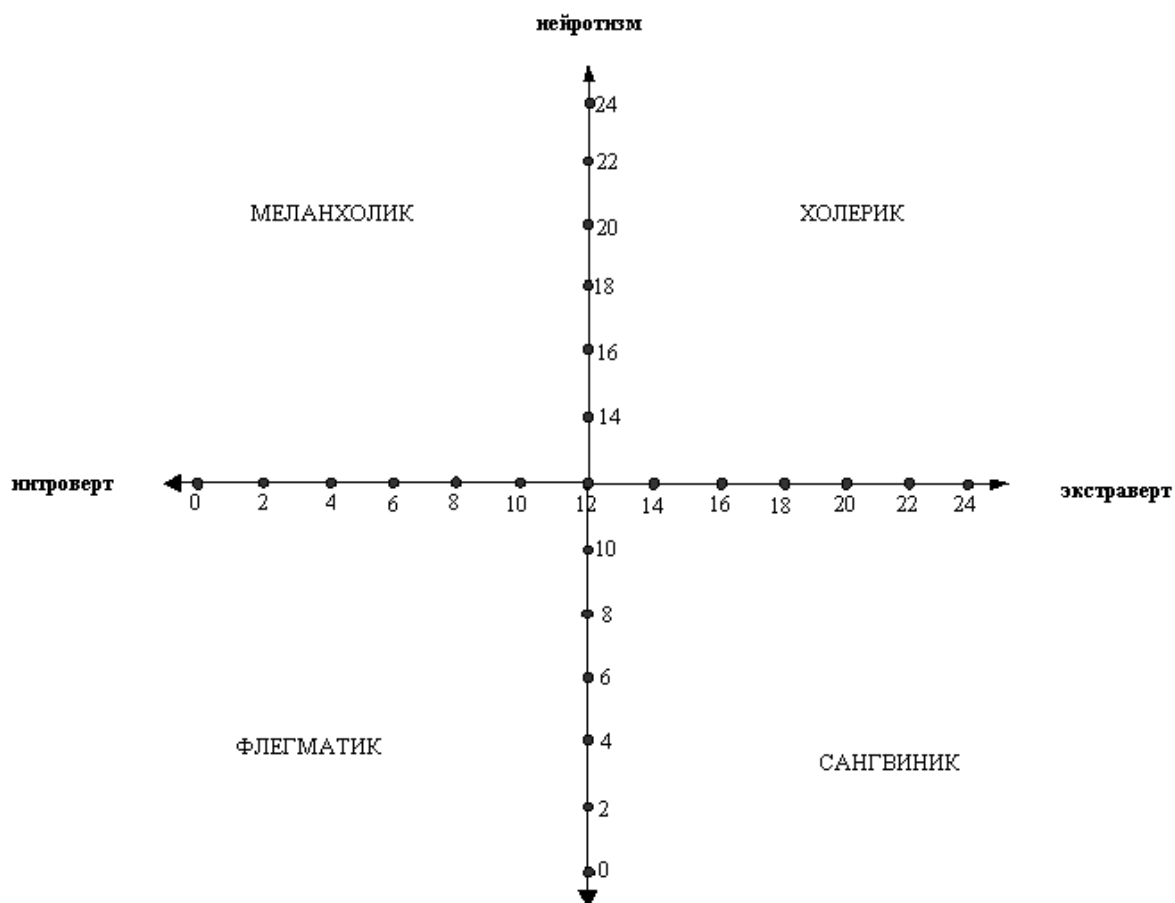
94. Вам неприятно находиться в обществе, где подшучивают друг над другом?
95. Раздражительны ли вы?
96. Нравится ли вам работа, которая требует быстроты действий?
97. Верно ли, что нередко вам не дают покоя мысли о разных неприятностях и ужасах, которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
98. Вы неторопливы в движениях?
99. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или в школу (на работу)?
100. Часто ли вам снятся кошмары?
101. Верно ли, что вы так любите поговорить, что никогда не упустите случая побеседовать с незнакомым человеком?
102. Бывают ли у вас сильные головные боли?
103. Вы бы чувствовали себя несчастным, если бы длительное время были лишены общения с людьми?
104. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
105. Есть ли среди ваших знакомых люди, которые Вам явно не нравятся?
106. Можете ли вы сказать, что вы весьма уверенный в себе человек?
107. Легко ли вы обижаетесь, когда люди указывают на ваши ошибки в работе или на ваши личные промахи?
108. Вы считаете, что трудно получить настоящее удовольствие от вечеринки?
109. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
110. Легко ли вам внести оживление в довольно скучную компанию?
111. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых не разбираетесь?
112. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
113. Любите ли вы подшучивать над другими?
114. Страдаете ли вы от длительной бессонницы?

Обработка данных.

При совпадении ответов с ключом начисляется один балл. Подсчитайте сумму баллов по трем показателям (А, Б, В) в отдельности.

- Показатель А (искренность ответов)
Присвойте балл каждому ответу "Да", если вы дали его на вопросы №№ 6, 24, 36.
Присвойте балл каждому ответу "Нет", если вы дали его на вопросы №№ 12, 18, 30, 42, 48, 54.
- Показатель Б (экстраверсия, степень общительности, зависимости поведения от мнения окружающих, умение приспосабливаться к новым условиям)
Присвойте балл каждому ответу "Да", если вы дали его на вопросы №№ 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56.
Присвойте балл каждому ответу "Нет", если вы дали его на вопросы №№ 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.
- Показатель В (нейротизм, степень эмоциональной чувствительности, возбудимости)
Присвойте балл каждому ответу "Да", если вы дали его на вопросы №№ 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.
Если по шкале А получено более 4 баллов - результаты считаются недостоверными, так как ответы были неискренни. Для определения типа темперамента нужно найти точку в пространстве по двум координатам: Показатель Б по горизонтальной оси, показатель В - по вертикальной оси.

Круг Айзенка



Если точка попадает на ось (один из показателей равен 12), то проявляется промежуточный темперамент, умеренно выраженный или коммуникативная направленность (показатель Б), или возбудимость (показатель В). Чем ближе точка расположена к центру круга (показатели Б и В имеют значение от 6 до 18), тем более адаптивно поведение, то есть черты темперамента проявляются не в крайней степени, их легко контролировать. Чем больше значения приближаются к максимальным или минимальным, тем тяжелее человеку корректировать своё поведение, так как черты темперамента проявляются достаточно сильно.

Сангвиник

Повышенная активность, возбудимость. Живо и с большим энтузиазмом откликается на всё, привлекающее его внимание. Живая мимика и выразительные движения. По его лицу легко угадать, каково его настроение, каково его отношение к предмету или человеку. Быстро сосредоточивает внимание, при выполнении какого-либо дела работает быстро, может долго работать, не утомляясь, энергично принимается за новое дело. Быстрота ума, находчивость. Чувства, настроения, интересы и стремления очень изменчивы. Он легко сходится с новыми людьми. Легко привыкает к новым требованиям и обстановке. Азартен, склонен к риску. Может быть лидером и вести за собой, умеет увлекать других своими идеями. Не всегда чувствителен к переживаниям и проблемам окружающих, хорошо справляется лишь с той работой, которая для него интересна и важна. Не всегда ответственно выполняет то, что ему не очень нужно или неинтересно.

Холерик

Бывает несдержан, нетерпелив, вспыльчив, но так же легко отходит и забывает об обидах. Устойчивость стремлений и интересов, большая настойчивость, высокая

ответственность, переживает за результаты и последствия своих действий, не любит расстраивать окружающих. Общителен, открыт, умеет сопереживать, сочувствовать, энергичный, работоспособный, быстро переключается с одного дела на другое, но не всегда внимателен и организован. Тревожен, беспокоен, не всегда чётко определяет приоритеты.

Флегматик

Мало эмоционален. Трудно рассмешить, разгневать или опечалить. Когда все смеются по какому-либо поводу, остаётся невозмутимым. При больших неприятностях остаётся спокойным. Мимика и движения не выразительны. Энергичен, отличается терпеливостью, выдержкой, самообладанием. Медленный темп движений и речи, ненаходчив. Медленно сосредоточивает внимание. С трудом переключает внимание, приспосабливается к новой обстановке и перестраивает навыки и привычки. С трудом сходится с новыми людьми и откликается на внешние впечатления.

Меланхолик

Повышенная чувствительность, незначительный повод может вызвать слёзы на глазах. Чрезмерно обидчив, раним, мнителен. Мимика и движения не выразительны. Голос тихий. Плачет и смеётся тихо. Пониженная активность. Нерешителен, не уверен в себе, робок, малейшая трудность заставляет опускать руки, неэнергичен, ненастойчив, легко утомляется и мало работоспособен. Легко отвлекаемое и неустойчивое внимание. Медленный психический темп. Обиды носит в себе, фиксируется на ошибках и неудачах.

Для того, чтобы получить точные портреты, можно использовать следующую схему анализа:

• Б>16, В>16

Вы импульсивный, вспыльчивый, легко возбудимый человек. Вам трудно сдерживать себя и вы бываете излишне резки и прямолинейны. Увлеченно отдаетесь делу, но при неудаче быстро теряете интерес. Люди вашего типа предпочитают работу с ярко выраженной цикличностью, требующую максимального напряжения сил, но не длительную. Их привлекает высокий темп движений, разнообразие, необходимость проявлять смекалку и сообразительность.

Вам больше подходят профессии технической направленности или связанные с преподаванием технических дисциплин, а так же профессии, связанные с переменной обстановки, путешествиями, разъездами (геолог, инженер-радиофизик, инженер-строитель, инженер по связи, инженер-преподаватель, программист и др.).

• Б>16, В<8

Вы человек уравновешенный, умеете себя сдерживать. В сложных жизненных ситуациях можете иногда "потерять голову", но волевым усилием способны восстановить равновесие. Достаточно легко переносите смену обстановки, схватываете новое, гибки в общении с людьми, склонны к активной деятельности. Предпочитаете самостоятельность в делах, работу, требующую смекалки, находчивости, энергичности, напряжения, выдержки. Люди вашего типа лучше справляются с деятельностью, требующей четкого планирования, учета последовательности событий. Чаще всего они становятся лидерами, организаторами.

Вам подходят профессии: преподаватель, психолог, дефектолог, воспитатель, диспетчер, журналист, специалист по связям с общественностью, социолог, экскурсовод, агент по туризму, страховке и другим направлениям, экономист, технолог, переводчик, юрист, водитель разнообразных видов транспорта и т. п.

• Б>16, 8<В<16

Вы человек достаточно живой и общительный, активный, когда видите перед собой ясную задачу и конкретное дело. Неплохо переносите смену обстановки, достаточно быстро к ней приспосабливаетесь, легко схватываете новое. Вы энергичны, способны много работать не утомляясь, сдержанны, спокойны, легко можете включаться в новую деятельность.

Вам подходят разнообразные профессии: геолог, археолог, инженер-физик, педагог, проводник пассажирского поезда, летчик, системный администратор, строитель, юрист, инженер-конструктор, наладчик оборудования, инженер транспорта, технолог по производству питания, одежды и др.

• **Б<8, В<8**

Вы человек весьма уравновешенный в своих чувствах и действиях. Остаетесь спокойным и ровным в сложных жизненных ситуациях. Очень сдержанны, рассудительны, но медлительны. Труднее приспосабливаетесь к изменяющейся обстановке. Вам требуется время для обдумывания, раскочки, но, начав дело, вы обычно стараетесь довести его до конца, вы малоразговорчивы, не любите говорить по пустякам, вам трудно общаться с людьми. Предпочитаете работу, не требующую частой смены заданий, медленного темпа. Затрудняетесь самостоятельно принимать решения, поэтому вам лучше не брать на себя ответственность за руководство людьми и организацию деятельности других.

Вам больше подходят профессии: оператор станков с программным управлением, оператор связи, компьютерных систем, экономист, бухгалтер, корректор, лесничий, машинист, техник-технолог по разным видам производства и др.

• **Б<8, В>16**

Вы впечатлительный, стеснительный человек, трудно находящий контакты с другими людьми. Зачастую обидчивы, чувствуете себя уверенно лишь в знакомой, привычной обстановке. Люди, мало вас знающие, часто не понимают вас. Вам рекомендуется работать в обстановке, не требующей большого нервного напряжения, быстрых реакций и частой смены характера деятельности.

Вам больше подойдут профессии: ландшафтный дизайнер, микробиолог, лаборант в химлаборатории, библиотекарь, корректор, реставратор, настройщик музыкальных инструментов, сборщик радиодеталей и микросхем, деталей на часовом заводе, чертежник, художник-архитектор, конструктор-модельер, музыкальный работник, технолог в легкой и пищевой промышленности.

• **Б<8, 8<В<16**

Вы человек необщительный, застенчивый, довольно сдержанный в чувствах, вдумчивый, склонный к рассуждениям. В поступках ориентируетесь в основном на собственные чувства, представления. Такой человек сближается только с немногими друзьями. Свои действия планирует заранее, не любит сильных впечатлений, стремится к спокойной, упорядоченной жизни. Людям этого типа предпочтительны профессии, где требуются усидчивость, пунктуальность, внимательность в работе. Они предпочитают работать в одиночку.

Вам больше подойдут профессии: программист, инженер леса, зоолог, биолог, переводчик иностранного текста и др.

• **8<Б<16, В>16**

Вы человек эмоционально неустойчивый, чувствительный. В меру общительный, но в отношениях с людьми не очень выдержанный, легко обижаемый. Ваши поступки часто зависят от вашего настроения: вы то очень энергичны, то становитесь вялым и апатичным. Непостоянны во взглядах и интересах. У вас хорошо развита интуиция. Люди вашего типа предпочитают работу интересную, связанную с эмоциями, но непродолжительную и не очень напряженную, больше умственную, чем физическую.

Вам подойдут профессии: филолог, актер драмтеатра, певец, архитектор, специалист в легкой и пищевой промышленности, конооператор, журналист, кондитер, фармацевт, ювелир, юрист и т. д.

• **8<Б<16, В<8**

Вы человек спокойный, постоянный в дружбе и интересах. Эмоции не мешают вам видеть вещи реалистично, умеете приспосабливаться к действительности, рассудительны, в меру общительны, но в поведении не зависимы от взглядов других, охотно делитесь советами, не боитесь неудач, пытаетесь разобраться в их причинах. Люди этого типа могут

добиться успеха в разнообразных видах деятельности, особенно в тех, где четко определены действия и наглядно представлен конечный результат.

Вам подойдут профессии: геолог, офицер, преподаватель, врач, пилот, специалист в области социологии, права, дизайнер, журналист, переводчик, дипломат и т.д.

• **8<B<16, 8<B<16**

Вы человек в меру общительный, довольно спокойный, но иногда даете волю эмоциям. Достаточно открытый, не очень тревожный, хорошо переносите одиночество, не очень любите шумные компании. Люди вашего типа в меру активны, универсальны в поведении. Они хорошо работают в разных областях деятельности, но при условии осознания важности работы, наличия перспективы продвижения по службе.

Вам подойдут профессии: специалист в области разнообразных видов транспорта, радиоэлектроники, техники, систем связи, педагог, врач, работник сферы обслуживания и др.

Источник:

6. Долгова В.И., Шумакова О.А., Латышин Я.В. Учебно-методический комплекс по практике в педагогическом училище (IV курс очной формы обучения). – Челябинск, 2004. – 92с. (с. 41-50)
7. Корчуганова И.П. Профессиональное развитие и поддержка педагогов, работающих с детьми группы риска (Методическое пособие). Под науч. Ред. профессора С.А. Лисицына, С.В. Тарасова. СПб.: ЛОИРО, 2006. – 172 с. (с. 65-71)
8. Пугачев В. П. Тесты, деловые игры, тренинги в управлении персоналом: учеб. для студентов вузов. - М. : Аспект Пресс, 2003. - 285 с. (с. 204-211)

Методика Опросник профессиональных предпочтений (модификация теста Голланда)

Каждый человек по своим личностным качествам подходит к определенному типу профессий. Данная модификация теста Голланда, основанная на соотношении типов профессии с индивидуальными особенностями человека, призвана помочь выбрать профессию с учетом, в первую очередь личностных особенностей...

1 этап

Инструкция: Вам необходимо как бы "примерить" на себя шесть утверждений, касающихся различных типов профессий, найти им место в таблице и отметить.

	Абсолютно верно	Скорее верно	Неверно	Не знаю
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Утверждение 1. Ты - практик, склонный заниматься конкретными делами. Предпочитаешь работу, приносящую конкретные, осязаемые результаты для себя и для других. Тебя не пугает физический труд. Тебя интересует работа с техникой, требующая практического склада ума, хорошо развитых двигательных навыков.

Утверждение 2. Ты, скорее, теоретик, чем практик. Тебе нравится заниматься изучением, исследованием какой-либо проблемы, получением новых знаний. Ты предпочитаешь работу, приносящую радость познания, а иногда и радость открытия, работу, требующую абстрактного склада ума, способностей к анализу и систематизации информации, широкого кругозора.

Утверждение 3. Ты - "коммуникатор", любящий работать с людьми и для людей, поэтому тебя, вероятно, заинтересует работа, связанная с обучением, воспитанием, обслуживанием клиентов, оказанием помощи нуждающимся и т.п. Тебе интересна эмоционально насыщенная, живая работа, предполагающая интенсивное взаимодействие с людьми и умение общаться.

Утверждение 4. Тебе нравится работать с документами, текстами, цифрами, в том числе с использованием компьютерных средств. Работа спокойная, без особого риска, с четким кругом обязанностей. Она может быть связана с обработкой информации, с расчетами, вычислениями, требующими точности, аккуратности, усидчивости. Тебе хотелось бы избежать частого общения, необходимости управлять другими людьми и отвечать за их действия.

Утверждение 5. Ты - организатор, ориентированный на активную преобразовательную деятельность. Ты предпочитаешь работу, дающую относительную свободу, самостоятельность, обеспечивающую положение в обществе, превосходство над другими, материальное благополучие; работу азартную и рисковую, требующую инициативности, предприимчивости, воли, умения брать ответственность на себя.

Утверждение 6. Ты, вероятно, "свободный художник". Тебе подходят виды деятельности,

дающие возможность творческого самовыражения, где нет жесткого режима, формальностей; работу, дающую простор фантазии, воображению, требующую развитого эстетического вкуса, специальных способностей (художественных, литературных, музыкальных).

2 этап.

Инструкция: Предположим, что после соответствующего обучения ты сможешь выполнять любую работу. Из предложенных ниже пар профессий надо выбрать одну, которая тебе больше подходит (исходя из твоих способностей и возможностей). Рядом с названием профессии в скобках стоит код. В бланке ответов, напротив кода выбранной профессии, поставь знак "+". Подсчитай количество плюсов в каждой строке. Например, из пары "инженер" - "социолог" тебе интереснее профессия социолога. Код этой профессии - 2. Значит, в бланке ответов в графе "код профессий" надо поставить "+" рядом с цифрой 2.

Код профессии	Выбор (фиксировать плюсом)	Сумма плюсов
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
Инженер (1) - Социолог (2)		
Кондитер (1) - Священнослужитель(3)		
Повар (1) - Статистик (4)		
Фотограф (1) - Торговый администратор (5)		
Механик (1) - Дизайнер (6)		
Философ (2) - Врач (3)		
Эколог (2) - Бухгалтер (4)		
Программист (2) - Адвокат (5)		
Кинолог (2) - Литературный переводчик (6)		
Страховой агент (3) - Архивист (4)		
Тренер (3) - Телерепортер (5)		
Следователь (3) - Искусствовед (6)		
Нотариус (4) - Брокер (5)		
Оператор (4) - Манекенщица (6)		
Фотокорреспондент (5) - Реставратор (6)		
Озеленитель (1) - Биолог-исследователь (2)		
Водитель (1) - Проводник (3)		
Метролог (1) - Картограф (4)		
Радиомонтажник(1) - Художник по дереву (6)		
Геолог (2) - Переводчик (3)		
Журналист (5) - Режиссер (6)		
Библиограф (2) - Аудитор (4)		
Фармацевт (2) - Юрисконсульт (3)		
Генетик (2) - Архитектор (6)		
Продавец (3) - Оператор почтовой связи (4)		
Социальный работник (3) - Предприниматель (5)		
Преподаватель вуза (3) - Музыкант-исполнитель (6)		
Экономист (4) - Менеджер (5)		
Корректор (4) - Дирижер (6)		
Инспектор таможни (5) - Художник-модельер (6)		

Телефонист (1) - Орнитолог (2)
Агроном (1) - Топограф (4)
Лесник (1) - Директор (5)
Мастер по пошиву одежды (1) - Хореограф (6)
Историк (2) - Инспектор ГАИ (4)
Антрополог (2) - Экскурсовод (3)
Вирусолог (2) - Актер (6)
Официант (3) - Товаровед (5)
Главный бухгалтер (4) - Инспектор уголовного розыска (5)
Парикмахер-модельер (6) - Психолог (3)
Пчеловод (1) - Коммерсант (5)
Судья (3) - Стенографист (4)

Подсчитай количество плюсов в бланке ответов. Максимальное количество плюсов указывает на принадлежность к одному из шести профессиональных типов.

1. Реалистический тип

Профессионалы данного типа склонны заниматься конкретными вещами и их использованием, отдают предпочтение занятиям, требующим применения физической силы, ловкости. Ориентированы в основном на практический труд, быстрый результат деятельности. Способности к общению с людьми, формулировке и изложению мыслей развиты слабее.

Чаще люди этого типа выбирают профессии механика, электрика, инженера, агронома, садовода, кондитера, повара и другие профессии, которые предполагают решение конкретных задач, наличие подвижности, настойчивости, связь с техникой. Общение не является ведущим в структуре деятельности.

2. Интеллектуальный тип

Профессионалы данного типа отличаются аналитичностью, рационализмом, независимостью, оригинальностью, не склонны ориентироваться на социальные нормы.

Обладают достаточно развитыми математическими способностями, хорошей формулировкой и изложением мыслей, склонностью к решению логических, абстрактных задач.

Люди этого типа предпочитают профессии научно-исследовательского направления: ботаник, физик, философ, программист и другие, в деятельности которых необходимы творческие способности и нестандартное мышление. Общение не является ведущим видом деятельности. Рекомендуем профессии такие как: бухгалтер, патентовед, нотариус, топограф, корректор и другие, направленные на обработку информации, предоставленной в виде условных знаков, цифр, формул, текстов.

Сфера общения в таких видах деятельности ограничена и не является ведущей, что вполне устраивает данный тип личности. Коммуникативные и организаторские способности развиты слабо, но зато прекрасно развиты исполнительские качества.

3. Социальный тип

Профессионалы данного типа гуманны, чувствительны, активны, ориентированы на социальные нормы, способны к сопереживанию, умению понять эмоциональное состояние другого человека.

Обладают хорошими вербальными (словесными) способностями, с удовольствием общаются с людьми. Математические способности развиты слабее. Люди этого типа ориентированы на труд, главным содержанием которого является взаимодействие с другими людьми, возможность решать задачи, предполагающие анализ поведения и обучения людей. Возможные сферы деятельности: обучение, лечение, обслуживание и другие, требующие

постоянного контакта и общения с людьми, способностей к убеждению.

9. Артистический тип

Профессионалы данного типа оригинальны, независимы в принятии решений, редко ориентируются на социальные нормы и одобрение, обладают необычным взглядом на жизнь, гибкостью и скоростью мышления, высокой эмоциональной чувствительностью. Отношения с людьми строят, опираясь на свои ощущения, эмоции, воображение, интуицию. Обладают хорошей реакцией и обостренным восприятием. Любят и умеют общаться. Профессиональная предрасположенность в наибольшей степени связана с актерско-сценической, музыкальной, изобразительной деятельностью.

10. Предприимчивый тип

Профессионалы данного типа находчивы, практичны, быстро ориентируются в сложной обстановке, склонны к самостоятельному принятию решений, социальной активности, лидерству; имеют тягу к приключениям (возможно, авантюрным). Обладают достаточно развитыми коммуникативными способностями.

Не предрасположены к занятиям, требующим усидчивости, большой и длительной концентрации внимания. Предпочитают деятельность, требующую энергии, организаторских способностей. Профессии: предприниматель, менеджер, продюсер и другие, связанные с руководством, управлением и влиянием на разных людей в разных ситуациях.

6. Конвенциональный тип

Профессионалы данного типа практичны, конкретны, не любят отступать от задуманного, энергичны, ориентированы на социальные нормы. Предпочитают четко определенную деятельность, выбирают из окружающей среды цели и задачи, поставленные перед ними обычаями и обществом. В основном выбирают профессии, связанные с канцелярскими и расчетными работами, созданием и оформлением документов, установлением количественных соотношений между числами, системами условных знаков.

Профессиограмма учителя

Профессия учителя (педагога) столь же древняя, как и история культурного человечества. Вместе с тем, педагогика как наука зародилась в V веке до нашей эры в Древней Греции. Уже тогда сложились афинская и спартанская системы обучения и воспитания подрастающего поколения. Выражаясь точно, учитель – это человек, который обучает учащихся, передает им знания и навыки по определенному предмету. Педагог – лицо, занимающееся преподавательской и воспитательной работой.

В профессии учителя различают ряд специальностей: преподаватели в колледжах, университетах и других вузах; преподаватель в системе дошкольного воспитания и обучения, преподаватель начальной школы, преподаватель в системе специального образования, преподаватель-организатор, социальный педагог, педагог дополнительного образования, педагог-психолог, педагог по физической культуре, педагог профессионального обучения и другие.

Учитель – одна из тех профессий, в которой редко встречаются случайные люди. В основном преподавателями работают специалисты по призванию, эрудированные, увлеченные своей работой, искренне преданные образовательному процессу, бескорыстно заинтересованные в успехах своих учеников.

В нашей стране учитель (педагог, преподаватель) – это массовая профессия, одна из самых уважаемых и востребованных на рынке труда.

Преимущества профессии: удовольствие от взаимодействия с подрастающим поколением, от процесса преподавания, передачи своих знаний и опыта учащимся; реализация постоянного стремления к совершенствованию в своем предмете, к самообучению.

Ограничения профессии: значительные психоэмоциональные нагрузки (при ведении большого количества учебных групп, от взаимодействия с трудными учащимися); ненормированное рабочее время; низкий уровень заработной платы; повышенная нагрузка на ноги.

Тип и класс профессии

Профессия учителя относится к типу: «Человек – Человек», она ориентирована на общение и взаимодействие с людьми. Для успешного выполнения такой работы требуется умение устанавливать и поддерживать деловые контакты, понимать людей и разбираться в человеческих взаимоотношениях, проявлять активность, общительность и контактность, обладать развитыми речевыми способностями и вербальным мышлением, обладать эмоциональной устойчивостью и лидерскими наклонностями.

Дополнительный тип профессии: «Человек- Знак», поскольку учитель работает со знаковой информацией (цифрами, формулами, текстами, таблицами, схемами). Для этого требуются логические способности, умение сосредотачиваться, интерес к работе с информацией, развитое внимание и усидчивость, точность и аккуратность.

Профессия учителя относится к классу эвристических. Она предполагает профессиональную деятельность, связанную с планированием процесса обучения, управлением другими людьми. Она предъявляет высокие требования к эрудиции специалиста, к гибкости и оригинальности мышления. В этой профессии очень ярко выражено стремление к развитию и постоянному обучению.

Вместе с тем, в профессии учителя есть и алгоритмические элементы, связанные с работой по заданному образцу, соблюдением имеющихся правил и нормативов, следованием ведомственным инструкциям Министерства образования, что требует также высокой организованности и исполнительности.

Содержание деятельности

Преподаватель отвечает за образовательный процесс, он обучает, передает учащимся знания по определенному предмету в разных форматах (уроки, лекции, семинары, тренинги). Учитель способствует тому, чтобы учащиеся стремились к освоению новых знаний, он помогает ученикам раскрыть свой творческий потенциал, способности и возможности, создавая для учащихся «зону развития». Он участвует в разработке и внедрении образовательных учебных программ, составляет тематические и урочные планы.

При этом он строит программу обучения с учетом возрастных особенностей учащихся. Учитель объясняет новый материал доступными, подходящими для возраста и индивидуальных особенностей учащихся средствами, разбирает примеры на закрепление материала, контролирует его усвоение учащимися.

Учитель использует различные наглядные пособия, презентации на интерактивных досках и другие современные технические устройства.

Учитель оформляет документацию (журналы посещаемости, успеваемости, отчеты). Учитель изучает индивидуальные особенности учащихся и при необходимости оказывает на них воспитательное, психолого-педагогическое влияние, проводит разъяснительную работу. Также он организует групповые внеклассные мероприятия, дополнительные занятия, факультативы, кружки, проводит собрания (в том числе родительские).

Требования к знаниям и умениям специалиста

Квалифицированный учитель должен знать:

- учебные программы по своему предмету (предметам),
- педагогику, возрастную и педагогическую психологию,
- дидактику и методику преподавания,
- основы законодательства в области образования в стране,
- нормативные документы, определяющие деятельность образовательного учреждения, в котором он трудится.

Квалифицированный учитель должен уметь:

- увлечь, заинтересовать учебным материалом, повести за собой,
- организовать процесс обучения в группе учащихся, обеспечить дисциплину на уроке,
- доходчиво, четко, ясно и убедительно объяснять учащимся материал по своему предмету,
- иметь навыки общения и взаимодействия с разными людьми,
- противостоять воздействию стрессогенных факторов, контролировать ситуацию в учебной группе, проявляя психическую и эмоциональную уравновешенность,
- уверенно пользоваться современными техническими устройствами (персональным компьютером, интерактивными досками и т.п.),
- распределять свое внимание по ходу урока, одновременно фиксируя в сознании логику изложения материала, а также все, что в это время происходит в классе,
- проявлять эмпатию к эмоциональному состоянию учащихся.

Требования к индивидуальным особенностям специалиста

Для успешной деятельности в качестве учителя необходимо наличие следующих профессионально-важных качеств:

- интерес к познанию, самопознанию и саморазвитию,
- артистизм,
- требовательность к себе и к другим,
- организованность,
- наблюдательность и эмпатичность,
- ведущая склонность к работе в сфере общения,
- выраженная склонность к работе с информацией,
- отлично развитая способность к концентрации внимания,
- развитые лексические способности,

- логические способности,
- высокая эмоциональная устойчивость.

Условия труда

Как правило, учитель работает в помещении. Большую часть времени он проводит стоя либо двигаясь по учебному классу, в режиме интенсивного общения с учениками.

Главные средства труда учителя: его профессионализм, интеллектуальные способности и познания в предметной области. Также важным рабочим инструментом любого учителя являются голосовые связки.

При этом бывают исключения. Так, в случае учителя физической культуры, танцев скорее стоит говорить о выраженной мобильности и физической нагрузке.

Из особых условий труда следует выделить высокую моральную ответственность за качество своей работы.

Медицинские противопоказания

Медицинские ограничения для учителя:

- вирусносительство,
- выраженные дефекты речи,
- эмоциональная неустойчивость,
- расстройство памяти,
- наличие зависимостей (алкогольной, наркотической),
- нервно-психические заболевания.

Базовое образование

Базовые знания по профессии учителя, как правило, можно получить в учреждениях высшего профессионального образования. В то же время, учителей младших классов выпускают учреждения среднего профессионального образования.

Области применения профессии

Большинство учителей трудится непосредственно в сфере образования. Часть высококвалифицированных преподавателей трудится в Российской академии образования. Учителя востребованы в социальных организациях и в правоохранительных органах. Рабочим местом учителя могут являться:

- школы,
- учреждения среднего и высшего профессионального образования,
- детские сады,
- детские дома, интернаты,
- приюты, детские приемники-распределители,
- колонии для малолетних нарушителей,
- детские центры творчества и досуга,
- городские и муниципальные учебно-методические центры.

Перспективы карьерного роста

Возможные пути развития для учителя.

Повышение квалификации.

Начальная ступень учителя – это преподаватель-стажер. Оставаясь преподавателем-предметником, учитель может год от года не просто нарабатывать преподавательский стаж, но также совершенствовать свои знания, умения, навыки в рамках конкретной предметной области, тем самым повышая свой тарифный разряд и заработную плату.

Административный, управленческий путь

При выборе данного направления профессиональной карьеры в школе со временем можно стать завучем или даже директором школы, отвечая за образовательный процесс уже в рамках всего учебного заведения. В вузе в перспективе можно стать старшим преподавателем, заведующим кафедрой, деканом факультета или даже ректором.

Научная карьера

Занимаясь преподаванием, можно параллельно проводить научные исследования, защитить научную работу и получить ученую степень кандидата или даже доктора наук (педагогических, биологических, т.д.).

Освоение родственных профессий

Имея профессию учителя, можно переучиться на родственные профессии типа «Человек-Человек». Например, во времена перестройки в нашей стране резко увеличился спрос на работников сферы услуг. В результате часть учителей переквалифицировалась в продавцов непродовольственных товаров, умело пользуясь наработанными навыками уверенного поведения, эффективно взаимодействуя с потенциальными клиентами и с удовольствием делаясь с ними знаниями о качествах заинтересовавшего их товара.

Организация собственного дела

Данный карьерный путь предполагает, что достигнув определенного профессионального веса и опыта, преуспевающий учитель может решить работать на себя. Например, за последние годы некоторые преподаватели сами открыли частные образовательные учреждения. При выборе данного направления карьеры рекомендуется развивать предпринимательские умения, дополнительно осваивать такие профессии, как менеджер проекта, предприниматель.

Профессиограмма агронома

Профессия агронома является одной из древнейших профессий. Человечество многие тысячелетия занимается выращиванием различных растительных культур. Уже несколько тысяч лет назад земледельцы Древнего Египта, Китая, Греции, Рима и Индии знали, как правильно обрабатывать и облагораживать почву, выращивать различные сельскохозяйственные культуры. Первыми агрономами были люди, которые занимались окультуриванием дикорастущих растений. За время развития сельского хозяйства специфика профессии агронома претерпела множество изменений, но по сей день значимой частью науки агрономии остается выращивание культурных сельскохозяйственных растений.

Агроном - это специалист, который занимается сельскохозяйственным производством, управляет трудом рабочих сельскохозяйственного сектора. Агроном является основным проводником науки в сельском хозяйстве, он определяет технологию труда и его организацию. Профессиональный агроном планирует проведение сельскохозяйственных работ с учетом особенностей местности.

Сегодня профессия агронома востребована в различных крупных сельскохозяйственных комплексах, а также в небольших фермерских хозяйствах, оранжереях, питомниках и теплицах. Агроном рассчитывает время начала посева и сбора урожая, определяет способы борьбы с полевыми вредителями, принимает меры по организации устранения последствий стихийных бедствий и природных катаклизмов на территории.

Преимущества профессии: разнообразие деятельности, полезность и значимость для общества.

Ограничения профессии: неблагоприятные условия труда, зависимость результатов труда от климатических условий.

Тип и класс профессии

Профессия агронома относится к типу «Человек - Природа», она ориентирована на наблюдение и взаимодействие с живой природой, связана с уходом за почвой и растениями, с профилактикой и лечением заболеваний растений, защитой от паразитов и вредителей. В этой профессии требуется высокий уровень наблюдательности, склонности и интерес к работе с живыми объектами природы.

Профессия агронома относится к классу **«эвристических»**, она связана с анализом, контролем и планированием, управлением людьми. Эта профессия требует высокой эрудиции, оригинальности мышления, стремления к развитию и постоянному обучению.

Содержание деятельности

Агроном является специалистом в области сельского хозяйства. В обязанности агронома входит: планирование и контроль агрономических процессов, организация работы подчиненных, творческое использование знаний мировой агрономии. Кроме того, агроном проводит научные агрономические исследования, изучает и внедряет современные технологии борьбы с вредителями, работает над повышением урожайности. Важной частью работы агронома является контроль над сбором урожая сельхозкультур, отчетность по итогам данных мероприятий.

Значительное место в деятельности агронома занимает планирование производственного процесса. Он определяет необходимый комплекс полевых работ, их последовательность, начало и окончание, содержание полевых опытов, распределяет средства производства и т.д. По существу, он ведет не только производственную, но и научно-производственную работу - внимательно изучает эффективность сортовых посевов, методов обработки почвы, применения различных видов удобрений. Агроном имеет дело не только с землей, семенами, удобрениями, но и с людьми. В его задачи входит планирование и организация труда, оказание необходимой помощи, обучение эффективным методам и приемам труда. Агроном должен обладать организаторскими навыками и способностями. От того, насколько четко планирует работу агроном, во многом зависит производительность труда всего коллектива.

Требования к знаниям и умениям специалиста

Для успешного освоения профессии агронома необходимы базовые знания по природоведению, ботанике, химии и т.п.

Квалифицированный агроном должен знать:

- технологию сельскохозяйственного производства и передовой сельскохозяйственный опыт;
- методы проведения научных исследований в области агрономии;
- методы возделывания полевых, садовых, огородных культур;
- основы экономики, организации производства, труда и управления, системы оплаты труда, материального и морального стимулирования, методы нормирования труда и т.п.

Квалифицированный агроном должен уметь:

- производить работы по выращиванию и уходу за сельскохозяйственными культурами и растениями;
- осуществлять химическую защиту посевов от болезней и вредителей;
- организовать и планировать работу по сбору, транспортировке и хранению собранного урожая;
- готовить научную документацию и отчеты;
- взаимодействовать с людьми и т.п.

Требования к индивидуальным особенностям специалиста

Для успешной деятельности в качестве агронома необходимо наличие следующих профессионально-важных качеств:

- склонность к работе с объектами природы
- склонность к работе с информацией
- развитые логические способности
- способность к концентрации внимания

- развитые математические способности
- эмоциональная устойчивость
- физическая выносливость

Условия труда

Агроном может работать как самостоятельно, так и в коллективе из нескольких специалистов. Чаще всего представители данной профессии работают на открытом воздухе. Это могут быть фермерские хозяйства, земельные угодья. Как правило, это подвижная деятельность, связанная с общением с людьми.

Агроном достаточно самостоятелен в своей деятельности. Он может принимать собственные решения в рамках поставленных задач, проявлять разумную инициативу, но при этом должен четко руководствоваться правилами и нормами своей профессии.

Медицинские противопоказания

Медицинские ограничения для агронома:

- заболевания опорно-двигательного аппарата;
- заболевания нервной системы;
- заболевания сердечнососудистой системы;
- заболевания органов слуха и зрения;
- аллергические реакции (особенно на растения).

При наличии этих заболеваний работа по профессии агронома может приводить к ухудшению здоровья, а также создавать непреодолимые препятствия для освоения и роста в рамках этой профессии.

Базовое образование

Базовые знания по профессии агронома можно получить в учреждениях среднего и высшего профессионального образования. Однако работодатели предпочитают специалистов с высшим образованием.

Пути получения профессии

В профессию агронома приходят люди с выраженным интересом к живой природе (особенно ботанике). Подготовка включает изучение общебиологических дисциплин, особенностей возделывания разных видов сельскохозяйственных растений, организации агротехнического труда.

Профессия агронома для многих людей становится делом на всю жизнь, для других – способом переквалифицироваться из смежных профессий и получить новое образование.

Области применения профессии

Специалисты с профессией агронома могут работать в таких организациях и сферах, как:

- Сельское хозяйство;
- Фермерские хозяйства;
- Тепличные комплексы, оранжереи;
- Научно-исследовательские институты и т.п.

Перспективы карьерного роста

Возможные пути развития агронома:

Специализация и освоение смежных областей.

Агрономы могут специализироваться в различных сферах сельского хозяйства, научно-практической деятельности и т.п. При этом не стоит забывать, что профессия агронома является одновременно и управленческой профессией, поэтому агроном может развиваться и в административном направлении, совершенствуя свои менеджерские навыки.

Также человек с профессией агронома может осваивать смежные специализации, такие как: зоолог, биотехнолог и т.п.

Научный путь развития.

В данном случае человек с профессией агронома может заниматься исследовательской деятельностью, написать кандидатские и докторские диссертации, прежде всего, в области селекции, создания новых сортов сельскохозяйственных растений.

При этом профессия агронома может предполагать и предпринимательский путь развития. В данном случае человек может начать заниматься собственным делом, открыть свое фермерское хозяйство и т.п.

В случае данного направления карьерного роста рекомендуется развивать предпринимательские умения, осваивать такие профессии, как: предприниматель, менеджер.

Профессиограмма водителя

Профессия водителя тесно связана с историей развития самодвижущихся транспортных средств. Первые водители (шоферы) появились в Европе в конце XVIII века. Они управляли паровыми повозками, которые могли развивать скорость не более 7 километров в час. В восьмидесятые годы XIX века Даймер и Бенц создали первый в мире бензиновый двигатель внутреннего сгорания, который был установлен на безрельсовой самодвижущейся повозке, получившей название «автомобиль». В России первый автомобиль появился в 1895 году.

На сегодняшний день в нашей стране водитель автотранспорта – это массовая профессия. Несмотря на то, что традиционно эта профессия считается прерогативой мужчин, все чаще за рулем можно увидеть водителя-женщину.

В профессии водителя различают много специальностей: водитель автомобиля, трамвая, троллейбуса, транспортно-уборочной машины, аэросаней, вездехода, дрезины, мототранспортных средств, погрузчика, электро- и автотележки, водитель-испытатель.

При желании научиться управлять транспортными средствами могут многие, но не у всех есть к этому призвание. Настоящие водители буквально «сливаются» со своим транспортным средством и за счет этого прекрасно маневрируют, получая удовольствие от процесса движения по дороге, от смены ландшафта, людей, городов. Они успешно и практически безаварийно умеют ездить по любым дорогам, в любых условиях: ночью, зимой, в туман, в гололед, в больших городах, по незнакомой местности.

Преимущества профессии: не требуется длительный период обучения; возможность мобильно перемещаться, побывать во многих местах.

Ограничения профессии: повышенный риск для жизни и здоровья (вероятность дорожно-транспортных происшествий).

Тип и класс профессии

Профессия водителя относится к типу: «Человек – Техника», она ориентирована на использование и обслуживание движущихся технических устройств. Для успешного выполнения такой работы требуются оперативность, точность, определенность действий и исполнительность, дисциплинированность.

Дополнительный тип профессии: «Человек- Знак», поскольку работа водителя связана с работой со знаковой информацией (показаниями приборов, цифрами, показаниями приборов, схемами, картами). Для эффективного выполнения своей работы водителю требуется развитое внимание.

Профессия водителя относится к классу исполнительских, она предполагает совершение действий согласно определенным алгоритмам.

Содержание деятельности

Водитель управляет транспортом (автомобилем, автобусом, трамваем и др.) и осуществляет пассажирские или грузовые перевозки. Он анализирует оперативную обстановку на дороге через лобовое стекло и зеркала бокового и заднего вида, считывает показания приборов с приборной доски, использует средства управления транспортным средством с учетом дорожных знаков, погодных условий, дорожного покрытия, интенсивности движения потока и других важных факторов.

Водитель обеспечивает правильную эксплуатацию транспортного средства, в том числе обкатку новой машины. Он регулярно проводит профилактические осмотры и техническое обслуживание автомобиля (мойка, заправка топливом, смазка, проверка состояния шин, давления масла в системе смазки двигателя, температуры охлаждающей жидкости, т.п.). Водитель обеспечивает своевременную смену расходных материалов и жидкостей машины.

В случае поломки транспортного средства на дороге водитель по возможности устраняет возникшие неисправности, а также участвует в ремонте автомобиля в гараже.

Требования к знаниям и умениям специалиста

Квалифицированный водитель должен знать:

- правила дорожного движения (с учетом специфики страны),
- назначение, устройство и схемы взаимодействия механизмов и приборов транспортного средства,
- правила оказания первой медицинской помощи,
- правильный порядок и периодичность выполнения работ по техническому обслуживанию вверенного ему транспортного средства.

Квалифицированный водитель должен уметь:

- уверенно действовать на дороге, усвоить навыки практического вождения до уровня автоматизмов,
- анализировать и прогнозировать развитие дорожной ситуации на короткий промежуток времени, быть внимательным,
- совершая маневры, использовать пространственное мышление, точный глазомер, проявлять рассудительность и разумную осторожность, во избежание аварийных ситуаций,
- сохранять уравновешенность и самообладание в любых, даже критических обстоятельствах,
- принимать верные решения в быстро изменяющейся дорожной ситуации, по ходу движения,
- проявлять выносливость, устойчивость к монотонии (уметь сохранять бодрое состояние длительное время, в условиях движения по трассе),
- вовремя обнаруживать и устранять неисправности транспортного средства.

Требования к индивидуальным особенностям специалиста

Для успешной деятельности в качестве водителя необходимо наличие следующих профессионально-важных качеств:

- развитое пространственное мышление,
- острое зрение,
- точная мелкая моторика (ловкость и координация движений конечностей),
- выраженная лабильность,
- склонность к работе с техникой.
- склонность к ручному труду.
- развитая способность к концентрации внимания.
- высокая эмоциональная устойчивость.
- физическая выносливость.
- активность и физическая подвижность.

Условия труда

Большую часть времени водитель находится вне помещения, в дороге, в любое время суток и в любую погоду. Условия работы сидячие. Специфика рабочего места: микроклимат внутри автомобиля.

Главными рабочими инструментами водителя являются механические и электрические средства управления автотранспортом. Для мелкого ремонта водитель также использует ручные инструменты (баллонник, домкрат, отвертки, т.п.).

Медицинские противопоказания

Медицинские ограничения для водителя:

- дальтонизм (неразличение красного и зеленого цветов),
- слабый вестибулярный аппарат (такого человека легко «укачивает»),
- невнимательность, рассеянность,
- снижение остроты зрения и слуха,
- эмоциональная неустойчивость,
- заболевания опорно-двигательной системы,
- злоупотребление спиртными напитками (наркотическими средствами, т.п.),
- хронические заболевания желудочно-кишечного тракта (для водителей-«дальнобойщиков»),
- нервно-психические заболевания (эпилепсия и др.).

Базовое образование

Профессия водителя не требует получения высшего профессионального образования. Чтобы стать водителем, достаточно получить базовые профильные знания в учреждениях начального или среднего профессионального образования.

Пути получения профессии

Профессию водителя автотранспортных средств категорий «В» и «С» (легковых и грузовых автомобилей) можно получить довольно быстро, на уровне начального профессионального образования. Для этого достаточно пройти теоретическую и практическую подготовку по вождению на специализированных курсах по месту жительства (в школьном автокомбинате, в автошколе, в армии), успешно сдать экзамены и получить водительское удостоверение.

Области применения профессии

Водители работают в сфере пассажирских или грузовых транспортных перевозок. Они востребованы в самых разных областях:

- на автотранспортных предприятиях,
- на промышленных предприятиях,
- в торговле,
- в отраслях сельского хозяйства,
- в сфере услуг,
- в условиях индивидуального бизнеса,
- в автомобильном спорте.

Перспективы карьерного роста

Возможные пути развития водителя.

Специализация, повышение квалификации

Работая водителем, в дальнейшем можно повышать тарифный разряд, до 8-го. При желании можно выбрать высшее образование по специальности «Эксплуатация транспортных средств» и получить диплом бакалавра или магистра техники и технологии.

Имея профессию водителя, можно переучиться на родственные профессии, например: машинист электропоезда (в железнодорожных колледжах), летчик (в авиационных техникумах), специалист по судовождению.

Данный карьерный путь предполагает, что при достижении определенного уровня профессионального мастерства и жизненного опыта, водитель может решить работать на себя. Например, он может организовать коммерческий таксопарк для частного извоза пассажиров. При выборе данного направления карьеры рекомендуется развивать предпринимательские умения, дополнительно осваивать такие профессии, как менеджер проекта, предприниматель.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ НА ЭКСКУРСИЯХ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ

Общие требования безопасности

4. На экскурсии допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности.
2. Опасность возникновения травм:
 - при переходе улиц и перекрёстков;
 - при посещении производственных предприятий;
 - при нарушении инструкции по ТБ
4. У руководителя экскурсии должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
4. Экскурсия не должна превышать 3 часов.

Требования безопасности перед началом занятий

5. Внимательно выслушать инструктаж по ТБ при проведении экскурсии.
6. Получить учебное задание.
7. Одеться соответственно погоде.
8. При жаркой солнечной погоде одеть головной убор.
7. Не начинать движение без указания учителя-руководителя.

Требования безопасности во время занятий

1. Выполнять все действия только по указанию руководителя.
5. Идти только по маршруту, указанному руководителем, не нарушая правил дорожного движения при переходе улиц, перекрёстков.
6. Выполнять только работу, определённую заданием.
4. Не делать резких движений, не трогать посторонних предметов.
6. Соблюдать порядок и дисциплину.
9. Без разрешения руководителя никуда не отлучаться.
10. При посещении производственных предприятий двигаться компактной группой, не создавая помех рабочему персоналу.
11. Не прикасаться к производственному оборудованию, корпусам работающих машин, электродвигателей, питающим электрическим кабелям и т.д.

Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. При плохом самочувствии сообщить об этом руководителю.
2. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся учителю.

Требования безопасности по окончании экскурсии

1. Проверьте присутствие всех своих товарищей.
2. Просмотрите свои записи в черновиках по результатам экскурсии.
4. О всех недостатках, обнаруженных во время работы, сообщите руководителю.

Тренинг на формирование навыков общения "Мы умеем общаться"

Среда сверстников является одной из наиболее важных областей социального поведения подростков. Общение со сверстниками необходимо формирующейся личности для развития коммуникативных навыков и самосознания. Опыт общения, приобретённый в подростковом возрасте, играет важную роль при вступлении во взрослую жизнь. Общаясь, подростки отработывают навыки социального взаимодействия.

Общение даёт подростку возможность пережить эмоциональный контакт с группой, чувство солидарности, групповой принадлежности, взаимной поддержки. А это приводит к переживанию подростком не только чувства автономии от взрослых, но и чувства устойчивости и эмоционального комфорта. Общение является основой социального сравнения подростком себя с равными по возрасту, но имеющими разные личные качества сверстниками. Это также способствует развитию самосознания личности подростка.

Подростковый коллектив – это своеобразный социальный “полигон”, на котором отработываются и усваиваются мужские и женские роли, устанавливаются более зрелые отношения со сверстниками, формируется социально ответственное поведение.

Цель программы: формирование у учащихся коммуникативных навыков, умения сотрудничать и сплочение коллектива

Задачи:

6. Формирование доброжелательного отношения детей друг к другу;
7. Создание положительного эмоционального фона, атмосферы доверия;
8. Формирование адекватной оценки себя и других;
9. Активизация процесса познания себя и окружающих;
10. Отработка навыков общения и взаимодействия с людьми.

К окончанию программы подростки должны научиться:

- контролировать свое поведение;
- различным способам взаимодействия с людьми;
- осознавать свои эмоции и мотивы поведения, а также понимать мотивы, чувства и поведение других людей.
- уважать себя и окружающих.

Форма занятий: групповая.

Содержание программы.

Вступление (5 мин)

Здравствуйте Ребята. Мы начинаем наши занятия по формированию навыков общения и взаимодействия с противоположным полом. Для того чтоб успешно знакомиться и быть интересным собеседником, необходимо знать некоторые секреты общения.

Так чему же ВЫ НАУЧИТЕСЬ

На тренинге можно научиться по-новому воспринимать себя и других (более позитивно, более конструктивно), можно научиться навыкам эффективного общения, можно научиться лучше чувствовать себя и других людей, осознавать себя и свои состояния.

Для того чтоб наши занятия принесли пользу и нам было интересно, необходимо ввести некоторые правила.

Какие правила на ваш взгляд могут нам помочь?

Правила работы группы:

6. Говорить по одному.
7. Все внимательно слушают говорящего не перебивая.
8. Для вступления в разговор вне очереди необходимо поднять руку.
9. Говорить откровенно: что ты чувствуешь и думаешь в данный момент.

10. Никого не оскорблять: оценивать только поступок, а не человека.

Знакомство -10 мин.

Мы уже с вами знакомы, но я предлагаю попробовать узнать друг друга по лучше.

2. Упражнение. Имя + что обо мне никто не знает. – 5 мин

Цель: познакомиться. Открыть для участников новые грани одноклассников.

Инструкция:

Сейчас тот у кого в руках мячик должен назвать свое имя и то, что о нем никто не знает, и перекинуть мячик любому участнику. Все остальные должны внимательно слушать и запоминать что говорят. Пример: « Я Маргарита Николаевна, никто не знает что я.....»

2часть: А теперь мы с вами делаем наоборот, тот у кого мячик кидает его любому участнику и называет его имя и то что о нем узнал. Например : Ваня, я узнала что ты...»

3. Упражнение. Продолжи фразу. – 5 мин.

Цель. Узнать друг друга. Саморефлексия.

Инструкция. Сейчас по кругу, я буду передавать фразу. Ваша задача не задумываясь продолжить ее. Пример Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня.... (мне улыбаются). Следующая фраза в другом направлении.

Фразы:

- Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня.
- Особенно меня раздражает, что я...
- Мне бывает стыдно, когда я....
- Верю что я...
- Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это....
- Иногда люди не понимают меня, потому что я....

Этап создания мотивации – 25мин

Цель: Показать участникам, что навыкам общения надо учиться.

2. Разминка. – 2 мин

Я хочу вам рассказать одну притчу: В одном селе умирал глава большой семьи. Он попросил принести веник и предложил своим сыновьям сломать его. Каждый попытался, но хотя все они были сильные люди, ни одному не удалось справиться. Тогда отец попросил разрезать проволоку, связывающую веник, и предложил сыновьям сломать рассыпавшиеся прутья. Они с легкостью сделали это. Отец сказал: «Когда меня не будет, держитесь вместе, и любые испытания вам не страшны. А поодиночке вас легко сломать как эти прутья».

И сейчас мы посмотрим, насколько вам удастся действовать вместе. Начинаем.

Упражнение «Строй». -7мин.

Вы можете легко и быстро построиться по росту. А я попрошу вас построиться по цвету волос: от самого светлого, до самого темного... А теперь – по алфавиту, но сделать это молча. (Варианты – по цвету глаз, по дате рождения и др.) В конце упражнения задание поделится на тройки по тем признакам, которые присутствуют в группе.

Цель: Разминка, групповое взаимодействие, сплочение группы.

3. Упражнение «Дискуссия» - 10мин

Цель: формирование невербальных навыков общения; совершенствование взаимопонимания партнеров по общению.

Инструкция.

Вы разбились на тройки. В каждой тройке распределяются обязанности. Один из участников играет роль «глухого и немого»: он ничего не слышит, не может говорить, но в его распоряжении зрение, жесты, пантомимика; второй участник играет роль «глухого и паралика»: он может говорить и видеть; третий «слепой и немой»: он способен только слышать и показывать. Всей тройке предлагается задание, например, договориться о месте, времени и цели встречи.

4. Обсуждение в кругу – 5 мин.

Что получилось, что нет, удалось ли договориться.

Что мешает нам общаться?

Сейчас мы с вами сделаем небольшой перерыв, и вернемся к работе.

Этап обучения.

Навык: определение и отделение вербальной и невербальной информации

Теория: 5 мин

Цель: Получение и закрепление информации о вербальном и невербальном общении.

Перед перерывом мы с вами выяснили, что мешает нам общаться, (Перечислить, что назвала группа).

Итак, общение – это установление и развитие контактов между людьми.

Наше общение состоит из слов, т.е. вербальная часть и движений тела, невербальная часть. Ученые подсчитали, что вербальная, словесная информация в общении составляет 1/6, а язык поз, интонаций, дыхания и ритма - несловесная информация - 5/6.

При этом 55% - это Язык Тела (позы, движения, мимика),

около 38% - Голос (тон, интонации, ритм, тембр) и около 7% собственно слова.

Естественно, в разных контекстах эти соотношения могут немного отличаться, но общая тенденция останется. Например, во время телефонного разговора, Язык Тела будет практически отсутствовать, а большая часть информации будет передаваться при помощи Голоса.

И это именно та часть общения, которую мы не осознаем, но которая является главной в любом общении. Нас с детства много обучали тому, что говорить, но очень мало тому - как.

Есть еще одно, очень забавное правило. Если сознание говорит одно, а подсознание совершенно другое - обычно побеждает подсознание. А сознание находит логичное объяснение уже совершенному поступку. Этим, как раз, и пользуются профессиональные мошенники. Им могут доверить посторожить вещи самые бдительные люди, а потом сильно удивляться тому, что пропал не только новый чрезвычайно приятный знакомый, но и чемоданы.

При общении мы выражаем то что хотим сказать (да и то, что не хотим тоже) в виде жестов, мимики, поз, движений, интонаций и только в последнюю очередь собственно слов. Но в связи с тем, что мы не осознаем этой большой невербальной части, мы обычно получаем только не совсем нам понятные сообщения из нашего бессознательного. И часто бывает совершенно не понятно, что вызвало напряжение у собеседника или почему он так чему-то обрадовался. (картинки или слайды с позами, мимикой.)

1.Сухое упражнение. 1.Упражнение: Передай чувство мимикой. – 5 минут

Цель: Отработка навыка невербального проявления эмоций.

Инструкция: На доске написана фраза. На бумажке написано чувство, ваша задача продемонстрировать чувство, только с помощью мимики. Задача зрителей определить , что за чувство.

1.2.Упражнение. Передай чувство, только голосом. – 5 минут

Инструкция: На бумажке написано чувство, ваша задача произнести фразу, вложив в нее это чувство. Лицо при этом закрыто, или ребенок должен отвернуться. Задача остальных определить чувство.

1.3.Обсуждение в кругу: В каком упражнении было проще понять человека.-2 мин

2. Полусухое упражнение.2.1. Упражнение. Толстое стекло. – 5 мин

Цель: отработка навыка вербального общения.

Инструкция. Представьте что между вами и вашим партнером толстое стекло. Ваша задача договориться о побеге из тюрьмы при помощи мимики и жестов. Речь использовать нельзя.

3.Ролевая игра «Подсказка другу».-8мин

Инструкция: Ученик у доски. Группе раздаются фразы из стихотворения. Один ученик. Один учитель. Задача группы без помощи речи определить порядок фраз в стихотворении и

по очереди «подсказывать» ученику. Задача ученика вербально воспроизвести стихотворение. Задача учителя сверить рассказанное стихотворение с оригиналом.

Анализ результатов: Что получилось, что нет. Какие виды общения использовались, какие еще есть варианты.

Этап окончания – 5-8 мин

Сегодня мы с вами поговорили про вербальное, невербальное общение. Узнали, что в большинстве случаев мы воспринимаем информацию, которую дает нам тело собеседника, научились распознавать невербальные сигналы общения.

Что для вас было сегодня нового? Чему научились? Ваши чувства, эмоции.

Ну что ж на этом наше занятие заканчивается. В следующий раз мы поговорим о территориях общения, и что значит уметь слушать.

А в заключении попрошу вас встать в круг, и передавая улыбку по кругу, поблагодарить друг друга за работу. Спасибо Маша, мне было приятно с тобой сегодня быть в паре.

Упражнения на развитие дыхания

Упражнение 1. Задувание свечей. Представьте, что вам нужно задуть 3 свечи. Наберите в грудь достаточно воздуха, и подуйте на каждую из трехвоображаемых свечей. Теперь сделайте то же самое для большего количества свечей, и увеличивайте их количество постепенно: 4, 5, 6, 7. Как только вы почувствуете, что устали – остановитесь и отдохните. После этого попробуйте выпрямиться и вдыхать больше и глубже, задействуя мышцы диафрагмы (у нижних ребер), а выдыхать более спокойно и направленно. После этого повторяйте упражнение, пытаясь задуть больше воображаемых свечей, но ни в коем случае не перенапрягайтесь, иначе от недостатка воздуха у вас может закружиться голова.

Упражнение 2. «Дом, который построил Джек». Научиться правильно использовать выдыхаемый воздух - одна из сложнейших задач. Для тренировки оптимальной техники выдоха вымажете воспользоваться стихотворением Самуила Маршака «Дом, который построил Джек», старайтесь на одном дыхании произносить каждую часть стихотворения. Рекомендации тут такие же, как и в предыдущем упражнении для развития речевого дыхания.

Дом, который построил Джек

Самуил Маршак

<i>Вот дом,</i>	<i>А это старушка, седая и строгая,</i>
<i>Который построил Джек.</i>	<i>Которая доит корову безрогую,</i>
<i>А это пшеница,</i>	<i>Лягнувшую старого пса без хвоста,</i>
<i>Которая в тёмном чулане хранится</i>	<i>Который за шиворот треплет кота,</i>
<i>В доме,</i>	<i>Который пугает и ловит синицу,</i>
<i>Который построил Джек.</i>	<i>Которая часто ворует пшеницу,</i>
<i>А это весёлая птица-синица,</i>	<i>Которая в тёмном чулане хранится</i>
<i>Которая часто ворует пшеницу,</i>	<i>В доме,</i>
<i>Которая в тёмном чулане хранится</i>	<i>Который построил Джек.</i>
<i>В доме,</i>	<i>А это ленивый и толстый пастух,</i>
<i>Который построил Джек.</i>	<i>Который бранится с коровницей строгою,</i>
<i>Вот кот,</i>	<i>Которая доит корову безрогую,</i>
<i>Который пугает и ловит синицу,</i>	<i>Лягнувшую старого пса без хвоста,</i>
<i>Которая часто ворует пшеницу,</i>	<i>Который за шиворот треплет кота,</i>
<i>Которая в тёмном чулане хранится</i>	<i>Который пугает и ловит синицу,</i>
<i>В доме,</i>	<i>Которая часто ворует пшеницу,</i>
<i>Который построил Джек.</i>	<i>Которая в тёмном чулане хранится</i>
<i>Вот пёс без хвоста,</i>	<i>В доме,</i>
<i>Который за шиворот треплет кота,</i>	<i>Который построил Джек.</i>
<i>Который пугает и ловит синицу,</i>	<i>Вот два петуха,</i>
<i>Которая часто ворует пшеницу,</i>	<i>Которые будят того пастуха,</i>
<i>Которая в тёмном чулане хранится</i>	<i>Который бранится с коровницей строгою,</i>
<i>В доме,</i>	<i>Которая доит корову безрогую,</i>
<i>Который построил Джек.</i>	<i>Лягнувшую старого пса без хвоста,</i>
<i>А это корова безрогая,</i>	<i>Который за шиворот треплет кота,</i>
<i>Лягнувшая старого пса без хвоста,</i>	<i>Который пугает и ловит синицу,</i>
<i>Который за шиворот треплет кота,</i>	<i>Которая часто ворует пшеницу,</i>
<i>Который пугает и ловит синицу,</i>	<i>Которая в тёмном чулане хранится</i>
<i>Которая часто ворует пшеницу,</i>	<i>В доме,</i>
<i>Которая в тёмном чулане хранится</i>	<i>Который построил Джек.</i>
<i>В доме,</i>	
<i>Который построил Джек.</i>	

Тренинги и упражнения на развитие мимики и пантомимики

Предлагаем вам серию игр для детей школьного возраста, направленных на развитие навыков общения и развития речи.

Мимикой и жестами мы пользуемся каждый день. Умение владеть языком тела может в значительной степени облегчить общение с окружающими, в том числе с друзьями, родными и близкими.

Язык тела важен не только в общении с человеком «один на один». Так, в группе люди обычно не говорят все одновременно. Обычно говорит кто-то один, а все остальные его слушают. Поэтому, чем лучше развиты у вас навыки языка жестов, тем на большее количество людей вы сможете произвести приятное впечатление, тем легче вам будет добиться взаимопонимания или даже оказать давление.

Аплодисменты

Чаще всего люди аплодируют на концертах и на собраниях. С помощью аплодисментов они выражают свое отношение к тому, кто выступает на этом концерте или собрании. Поскольку отношение к выступающему может быть разным, разными бывают и аплодисменты. Изобразите аплодисменты, которые можно было бы определить как...

- бурные, восторженные;
- громкие, подбадривающие;
- сдержанные, деликатные;
- ленивые, снисходительные;
- заискивающие, подхалимские.

Сцена знакомства

Каждый человек постоянно с кем-то знакомится. Существуют даже всевозможные советы, как правильно познакомиться, чтобы создать о себе хорошее впечатление. Но эти правила действуют только в привычных, обыденных условиях. А если предстоит невероятное знакомство и нужно преодолеть языковой барьер? Как тогда вести себя? Представьте и инсценируйте ситуацию, в которой знакомятся...

- космонавты с инопланетянами;
- охотники со снежным человеком;
- новый владелец замка с обитающими в нем привидениями;
- моряк, выброшенный после кораблекрушения на берег, с племенем людоедов.

Необычная декламация

Декламация — это выразительное чтение стихов. Но иногда красиво продекламировать стихи бывает просто невозможно. Попробуйте прочесть стихотворение М.Ю. Лермонтова «Парус», но так, словно...

- вы сильно замерзли;
- вам придавило ногу;
- у вас во рту горячая картошка;
- вы очень сильно хотите спать;
- вас сейчас расстреляют.

Походка

Каждый человек обладает своей индивидуальной походкой. У одного походка — гордая, уверенная, у другого — суетливая, спешащая, у третьего — вальяжная, ленивая. Попробуйте изобразить походку человека...

- который только что пообедал;
- у которого жмут ботинки;
- который неудачно пнул кирпич;
- у которого начался острый приступ радикулита;
- который оказался ночью в лесу.

Эмоциональные ноги

Человек — очень эмоциональное существо. Мы, люди, пользуемся огромным арсеналом средств для выражения своих эмоций. Конечно, в первую очередь мы демонстрируем эмоции мимикой лица, но не менее выразительными могут быть спина, плечи, кончики пальцев и даже уши. Попробуйте только с помощью ног продемонстрировать такие эмоциональные состояния, как...

- гнев;
- почтение;
- страх;
- восторг;
- презрение.

Находчивые музыканты

Когда музыкант играет на своем инструменте, у него, как правило, заняты обе руки. А вдруг в это время с ним что-нибудь случится? Попробуйте изобразить, как будет действовать музыкант, если во время выступления с ним случится непредвиденное. Инсценируйте ситуацию:

- скрипач, у которого по лбу ползет муха;
- трубач, у которого сваливаются брюки;
- пианист, у которого внезапно заболел живот;
- баянист, у которого к ботинку прилипла жвачка;
- гитарист, у которого жутко зачесалась спина.

Методика «Профессиональная готовность» (А.П. Чернявская)

Краткая характеристика методики

11. Методика представляет собой опросник, состоящий из 99 вопросов.
12. Форма ответов на вопросы — дихотомическая (да, нет).
13. Форма проведения — индивидуальная и групповая.
14. Опросник состоит из пяти шкал: автономность — 20 вопросов, информированность — 17 вопросов, ориентация во времени — 20 вопросов, принятие решения — 20 вопросов, эмоциональное отношение — 22 вопроса. Вопросы отдельных шкал распределены в методике в случайном порядке.
15. Все вопросы прошли проверку на трудность и дискриминативность и соответствуют критериям отбора заданий методики.
16. Надежность отдельных шкал методики колеблется от 0,670 до 0,839 и находится на уровне, допустимом для данного типа методик.
17. Ре-тестовая надежность находится в пределах от 0,617 до 0,885.
18. Конструктивная валидность методики определялась при сравнении результатов данной методики и результатов методик «Тест структуры интеллекта» и «Уровень субъективного контроля». Проверкой доказано наличие конструктивной валидности.
19. Критериальная валидность определялась методом экспертных оценок, сравнением результатов групп юношей и девушек и по результатам факторного анализа. Методика обладает критериальной валидностью.
20. Методика может применяться для определения уровня готовности консультируемого совершить адекватный профессиональный выбор

Опросник

100. Я отношусь к тем людям, которые выбирают не конкретную профессию, а уровень образования.
101. Я не принимаю серьезных решений мгновенно.
102. Когда мне нужно решиться на какое-то важное дело, я самым серьезным образом оцениваю свои способности.
103. Я знаю, в каких условиях я буду работать.
104. Я анализирую своё прошлое.
105. Я тяжело переношу неудачи в жизни.
106. Я знаю обязанности, которые я буду выполнять на работе.
107. Меня обязательно будут уважать за мои знания и опыт.
108. Я ищу в прошлом истоки того, что со мной происходит в настоящем.
109. Мне не нравится, что поиск дела по душе требует больших усилий.
110. Все мои действия подчинены определённым целям.
111. У меня вошло в привычку думать о том, что со мной происходило раньше.
112. По моему мнению, знание будущей работы до мельчайших подробностей не гарантирует от разочарований.
113. Я приложу все усилия, чтобы иметь высокие знания и навыки хотя бы в одной области (практической или теоретической).
114. У меня стало привычкой анализировать важные события моей жизни.
115. Я ничего не делаю без причины.
116. Меня вполне устраивает моя пассивность.
117. Я задумываюсь о том, что меня ждёт в будущем.
118. Я предпочитаю спокойную, малоответственную работу.
119. Я отношусь к тем людям, которые поступают необдуманно.

120. Я буду менять места работы до тех пор, пока не найду то, что мне нужно.
121. Первая же крупная неудача может «выбить меня из седла».
122. Я не задумываюсь о своём будущем.
123. Я не выберу работу, требующую большой отдачи.
124. Я знаю самого себя.
125. Я буду добиваться своего, даже если это вызовет недовольство родных и близких.
126. Чем больше профессий я знаю, тем легче мне будет выбирать.
127. Мне не нравится быть самостоятельным.
128. Я не собираюсь заранее планировать уровень образования, который я хотел бы получить.
129. Меня страшат ситуации, в которых я должен сам принимать решения.
130. Я не жалею времени на обдумывание вариантов сложных математических задач.
131. Когда меня постигают неудачи, я начинаю думать, что ни на что не способен.
132. Я не представляю себя работником, решающим производственные и личные проблемы, связанные с производством.
133. Я вряд ли смог бы выполнить производственные задания без помощи руководителя.
134. Мне трудно узнать о перспективах, которые даёт та или иная профессия.
135. Я считаю, что интуиция основана на знании.
136. Чтение справочников о профессиях ничего мне не даёт.
137. У меня нет устойчивых взглядов на моё профессиональное будущее.
138. В моей жизни мало успехов.
139. Я стремлюсь целенаправленно узнавать о профессиях, учебных заведениях и местах работы.
140. Я очень беспокоюсь, смогу ли я справиться с трудностями, а может, и неудачами в своей профессиональной жизни.
141. Я признаю только обдуманый риск.
142. Многие мои планы срываются из-за моей неуверенности в себе.
143. Я отношусь к тем людям, которые живут настоящим.
144. Я с детства привык доводить начатое до конца.
145. Я боюсь делать важные шаги в своей жизни.
146. Я знаю, что мне интересно.
147. Было время, когда я строил образ «идеальной профессии» без конкретного названия.
148. Когда я иду на компромисс, у меня портится настроение.
149. Я готов приложить много усилий, чтобы добиться того, что мне нужно.
150. Я знаю, чего я добьюсь в жизни.
151. Я могу назвать профессии, которые интересовали меня в детстве.
152. Я мало задумываюсь о своей жизни.
153. Я не могу определить своего отношения к тому, что мне необходимо принимать решения.
154. В оценке профессий эмоции для меня играют большую роль.
155. Если я чего-то очень захочу, я преодолею любые препятствия.
156. У меня нет определённых требований к будущему.
157. При принятии решений я полагаюсь на интуицию.
158. Мне не нравится, когда от меня требуют инициативы и активности.
159. Я знаю, что у меня есть такие черты характера, которые совершенно необходимы для моей профессии.
160. Я – соломинка, влекомая течением жизни.

161. Когда я думаю о том, что мне нужно выбирать профессию и место работы (учёбы), у меня портится настроение.
162. При выборе из двух или нескольких возможностей я полагаюсь на ту, которая внешне более привлекательна.
163. Своим поведением в настоящем я строю фундамент для будущего.
164. Если что-то помешает мне получить выбранную профессию, я легко поменяю её на другую.
165. Я никогда не задумываюсь, по каким законам устроен мир профессий.
166. Я считаю, что люди, которые много достигли в жизни, знали, почему они поступали так, а не иначе.
167. Практическая работа (в кружках, на УПК, практике) очень помогла мне в понимании мира профессий.
168. Я с трудом уживаюсь с другими людьми.
169. Я сознательно стремлюсь к достижению намеченных целей.
170. Любой совет, данный мне со стороны, может поколебать мой выбор профессии.
171. Я знаю, что для меня в жизни важно.
172. Я не доверяю тому, что написано в книгах о профессиях.
173. Я планирую свою жизнь хотя бы на неделю вперёд.
174. Я знаю, почему я выбрал именно эту профессию.
175. Лучший способ познакомиться с профессией – поговорить с тем, кто по ней работает.
176. Мне не нравится, когда много думают о будущем.
177. В учебном заведении я получу все необходимые знания и больше никогда учиться не буду.
178. Я знаю область, в которой я добьюсь больших успехов, чем в других.
179. Заранее известных способов изучения мира профессий не существует.
180. Мне не нравится, когда много рассуждают о том, кем быть.
181. Мне трудно спланировать свою жизнь даже на неделю вперёд.
182. Я считаю, что в обществе все равны по своему положению.
183. Большинство сведений о профессиях я воспринимаю как ненужные.
184. Фактически я выбрал (выбираю) учебное заведение, не думая, где я буду работать после его окончания.
185. Мне всё равно, будут ли уважать меня на работе как профессионала.
186. В своих поступках я всегда опираюсь на проверенные сведения.
187. Всё, что со мной происходит, - дело случая.
188. Мне не хочется брать на себя ответственность за выбор профессии.
189. В важных решениях я не иду на компромиссы.
190. Я не доверяю рекламе профессий.
191. Я не понимаю причин многих моих поступков.
192. Мои самооценки совпадают с тем, как оценивают меня друзья.
193. Я не понимаю самого себя.
194. Я начинаю нервничать, когда задумываюсь о том, что меня ожидает.
195. Мой опыт показывает, что от анализа своих мыслей и переживаний пользы мало.
196. Я не знаю, как осуществить свой профессиональный выбор.
197. Я могу отказаться от многого, сейчас ценного для меня, ради перспективных профессиональных целей
198. Я представляю, каким я буду через 10 лет.

Ключ

Автономность (А)

№	8	14	19	24	30	34	45	50	53	57
Знак	+	+	-	-	-	-	+	+	-	-
№	61	65	71	75	78	83	86	92	94	96
Знак	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Информированность (И)

№	1	4	7	13	21	27	35	37	40
Знак	+	+	+	-	+	+	-	-	+
№	48	66	68	73	76	80	84	91	
Знак	+	-	+	-	-	-	-	-	

Принятие решений (Р)

№	2	3	11	16	20	25	31	36	42	47
Знак	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+
№	51	56	58	63	67	72	79	87	90	93
Знак	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+

Планирование (П)

№	5	9	12	15	18	23	29	38	44	52
Знак	+	+	+	+	+	-	-	-	-	+
№	60	64	70	74	82	85	88	97	98	99
Знак	+	+	+	+	-	-	-	-	+	+

Эмоциональное отношение (Э)

№	6	10	17	22	26	28	32	33	39	41	43
Знак	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-
№	46	49	54	55	59	62	69	77	81	89	95
Знак	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Игра «20 000 дней»

Цель игры: осознание своего жизненного плана, построение или вынесение во внешний план иерархии ценностных ориентаций, а также их «апробирование» в столкновении с «реалиями» игровой ситуации.

Данную игру можно причислить к процедурам и техникам с условным названием «техники линии жизни». Общим для них является то, что участнику предлагается представить значительный промежуток его жизни, как прошлой, так и будущей. Разница заключается в том, какой цели служит этот прием. В данном случае линия жизни – вспомогательное средство для доведения до сознания участников игры двух основных идей:

3. Жизненные достижения растянуты по времени.

4. Жизненные достижения требуют наиболее ценного капитала, которым располагает человек – времени.

Первая идея кажется удивительной особенно для подростков – им кажется, что всего через несколько лет вполне реально достижение не только выдающегося материального благополучия, но и других ценностей в масштабах, которые редко достигает человек в молодом возрасте. Вторая идея часто кажется надуманной и вызывает сопротивление, особенно в современной России, где важнейшей ценностью представляются деньги.

Данная игра носит характер ориентировочной деятельности, а не направлена на развитие умения строить адекватные и реалистичные планы и распоряжаться своим временем.

Ход игры: Участниками игры становятся 4-8 человек. Возможно проведение данной игры с группой 16 человек, в таком случае остальные 8 участников становятся либо зрителями, либо присоединяются к другим участникам и образуют пару, выступающую как единая команда. По времени игра занимает примерно 1,5 – 2 часа. В качестве реквизита и оснащения для проведения игры понадобятся наборы игровых карточек с обозначениями ценностей, доска для фиксации «жизненного пути» участников, игровые столы, за которыми располагаются игроки.

Участникам предлагается «проиграть» свой жизненный путь: наметить основные ценности, которые каждый собирается приобрести в игре, а также затратить усилия для их достижения. Начальная фаза игры совпадает с началом игры «Аукцион ценностей», когда ведущий предлагает участникам список жизненных ценностей, в котором нужно оценить каждый пункт по степени важности. Затем ведущий по правилам, аналогичным правилам «Аукциона ценностей», подсчитывает игровую «цену» и количество ценностей, которые будут разыграны. Затем участникам также предлагается составить «план жизни» по достижению ценностей.

Далее ведущий информирует, что средний срок оставшейся жизни участников – около двадцати тысяч дней (средний возраст жизни в России составляет около 65 лет). Основной платой за ценности служит время, которое участники потратят на их достижение. Стоимость каждой ценности списка выписывается на доске. Затем участникам предоставляется возможность изменить свои планы в соответствии с объявленными «ценами».

В ходе основной фазы игры ведущий объявляет наступление очередного временного промежутка протяженностью в две тысячи дней (около 5 лет). Каждый участник называет ценность, на которую он тратит это время. Если количество затраченного времени совпадает с «ценой», участник приобретает ценность. Если количество имеющихся ценностей меньше желающих их приобрести, организуется аукцион, на котором претенденты используют свое будущее время.

Спустя 10 000 дней (середина жизни) «стоимость» отдельных ценностей изменяется (например, цена таких ценностей как «Здоровье», «Образование» повышается, а «Мудрость» снижается). Ведущий может обосновать это естественными закономерностями – организм

человека со временем теряет свои способности, в более старшем возрасте сложнее учиться и т.п.

Ход игры отражается на доске. По окончании игры организуется обсуждение, каждый участник рассказывает о своей жизни. Ведущий может предложить оценить «прожитое» по разным шкалам – удовлетворенность, ценность для других, соответствие той или иной профессии и другим. Игра может завершиться элементом игры «Эпитафия» (Н.С. Пряжников), когда участник может составить эпилог к пройденному игровому пути, а также написанием «Послания к своему потомку». Ведущий может усилить компонент обратной связи в игре, попросив участников составить пожелания партнерам по игре. Также в игру можно включить элемент психодрамы, попросив участников изобразить разговор «заслуженных пенсионеров», беседующих друг с другом о прожитой жизни на основе игровых достижений.

Профориентационную направленность игры можно усилить, включив в список ценностей наиболее значимые профессиональные достижения, а также изменив правила, приблизив их к реалиям профессии (например, время выхода на пенсию для лиц отдельных профессий).