

**Программа
профилактической работы
с детьми и подростками
«Я выбираю!»**

Программа для 11 класса.

Раздел I. Правильный профессиональный выбор – залог жизненного успеха.

Классный час 3. По ступеням выбора профессии.

Цели и задачи:

- оказание помощи старшеклассникам в выборе будущей профессии;
- воспитание профессионально-правовой культуры личности старшеклассника;
- воспитание гражданской позиции школьников.

Описание классного часа

Классный руководитель: Сегодняшний наш разговор посвящен насущной для вас теме — выбору будущей профессии.

Что же такое профессия? Профессией объединены все люди, занятые данным видом труда. Люди одной профессии имеют сходные интересы, знания, навыки, образ жизни. Другой смысл слова «профессия» — «система знаний, умений и навыков, присущая определенному человеку». Говорят: «Он овладел профессией», «У него есть профессия». Профессией также называют разновидность деятельности (то же, что и работа). Наконец, профессией можно назвать необходимую для общества и ограниченную (вследствие разделения труда) область приложения физических и духовных сил человека, дающую ему возможность существования и развития.

Есть еще понятие «специальность». По значению оно близко к понятию «профессия» и соответствует разновидностям областей труда в пределах профессий. Например, ты не встретишь «учителя вообще». Это будет или учитель математики, или географии и т.д. То же самое можно сказать и о других профессиях: врач — педиатр, хирург, стоматолог; юрист — адвокат, прокурор, нотариус; слесарь — слесарь аварийно-восстановительных работ, слесарь-инструментальщик, слесарь механик... и т.д.

Сотрудники Кемеровского областного центра профессиональной ориентации молодежи и психологической поддержки населения утверждают, что в зависимости от предмета труда все профессии подразделяются на пять типов.

1. «Человек—природа».

Здесь главный, ведущий предмет труда — природа.

Профессии: семеновод, мастер-животновод, зоотехник, агроном, кинолог, лаборант химико-бактериологического анализа и др.

Среди профессий типа «человек — природа» можно выделить профессии, предмет труда которых растительные организмы, животные организмы, микроорганизмы.

Указанное деление не означает, конечно, что труд человека направлен только на упомянутые выше предметы. Растениеводы, например, работают в коллективе, используют разнообразную технику, занимаются вопросами экономической оценки своего труда. Но все же главный предмет внимания и забот растениеводов — растения и их среда существования.

При выборе профессии этого типа очень важно разобраться, как именно вы относитесь к природе: как к месту для отдыха или как к мастерской, в которой вы собираетесь отдавать все силы производству.

И еще один момент, который надо учитывать при выборе профессии. Особенность биологических объектов труда состоит в том, что они сложны, изменчивы (по своим внутренним законам), нестандартны. Работнику нужно не просто очень много знать о живых организмах, но предвидеть возможные изменения в них, которые подчас необратимы. От человека требуются инициатива и самостоятельность в решении конкретных трудовых задач, заботливость, дальновидность.

2. «Человек — техника».

Здесь главный, ведущий предмет труда — технические объекты (машины, механизмы), материалы, виды энергии.

Профессии: проходчик, столяр, техник-металлург, инженер-механик, архитектор, электромонтажник, радиомеханик и др.

Конечно, труд работников здесь направлен не только на технику, но все же ведущий предмет профессионального внимания — область технических объектов и их свойств.

Среди профессий типа «человек—техника» можно выделить:

- профессии по добыче, обработке грунтов, горных пород;
- профессии по обработке и использованию неметаллических промышленных материалов, изделий, полуфабрикатов;
- профессии по производству и обработке металла, механической сборки, монтажу машин, приборов;
- профессии по ремонту, наладке, обслуживанию технологических машин, установок, транспортных средств;
- профессии по монтажу, ремонту зданий, сооружений, конструкций;
- профессии по сборке, монтажу электрооборудования, приборов, аппаратов;
- профессии по ремонту, наладке, обслуживанию электрооборудования, приборов, аппаратов;
- профессии, связанные с применением подъемных, транспортных средств, управление ими;
- профессии по переработке продуктов сельского хозяйства.

При обработке, преобразовании, перемещении или оценке технических объектов от работника требуются точность, определенность действий. Поскольку технические объекты практически всегда создаются самим человеком, в мире техники имеются особенно широкие возможности для новаторства, выдумки, технического творчества. Наряду с творческим подходом к делу в обители техники от человека требуется высокая исполнительская дисциплина.

3. «Человек — человек».

Здесь главный, ведущий предмет труда — люди.

Профессии: врач, учитель, психолог, парикмахер, экскурсовод, менеджер, руководитель художественного коллектива и др.

Среди этого типа профессий можно выделить:

- профессии, связанные с обучением и воспитанием людей, организацией детских коллективов;
- профессии, связанные с управлением производством, руководством людьми, коллективами;
- профессии, связанные с бытовым, торговым обслуживанием;
- профессии, связанные с информационным обслуживанием;
- профессии, связанные с информационно-художественным обслуживанием людей и руководством художественными коллективами;
- профессии, связанные с медицинским обслуживанием.

Для успешного труда по профессиям этого типа нужно научиться устанавливать и поддерживать контакты с людьми, понимать людей, разбираться в их особенностях, а также овладеть знаниями в соответствующей области производства, науки, искусства.

Краткий перечень качеств, которые очень важны в работе:

- устойчивое хорошее настроение в процессе работы с людьми;
- потребность в общении;
- способность понимать намерения, помыслы, настроения людей;
- умение быстро разбираться во взаимоотношениях людей;
- умение находить общий язык с разными людьми.

4. «Человек — знаковые системы».

Здесь главный, ведущий предмет труда — условные знаки, цифры, коды, естественные или искусственные языки.

Профессии: переводчик, чертежник, инженер, топограф, секретарь-машинистка, программист и др.

Профессии типа «человек — знаковые системы» включают:

— профессии, связанные с оформлением документов, делопроизводством, анализом текстов или их преобразованием, перекодированием;

— профессии, предметом труда в которых являются числа, количественные соотношения;

— профессии, связанные с обработкой информации в виде системы условных знаков, схематических изображений объектов.

Чтобы успешно работать по профессии, нужны особые способности мысленно погружаться в мир, казалось бы, сухих обозначений, отвлекаться от собственно предметных свойств окружающего мира и сосредоточиваться на сведениях, которые несут в себе те или иные знаки. При обработке информации в виде условных знаков возникают задачи контроля, проверки, учета, обработки сведений, а также создания новых знаков, знаковых систем.

5. «Человек — художественный образ».

Здесь главный, ведущий предмет труда — художественный образ, способы его построения.

Профессии: артист, художник, музыкант, дизайнер, резчик по камню, литературный работник.

Профессии типа «человек — художественный образ» включают:

— профессии, связанные с изобразительной деятельностью;

, — профессии, связанные с музыкальной деятельностью;

— профессии, связанные с литературно-художественной деятельностью;

— профессии, связанные с актерско-сценической деятельностью.

Одна из особенностей профессий типа «человек — художественный образ» состоит в том, что значительная доля трудовых затрат остается скрытой от стороннего наблюдателя. Более того, нередко прилагаются усилия для создания эффекта легкости, непринужденности конечного результата труда.

По условиям труда выделяют четыре группы профессий:

• Труд в условиях обычного (бытового) микроклимата (бухгалтер, инженер, программист, секретарь-референт).

• Труд с пребыванием на открытом воздухе с резкими перепадами температуры, влажности (строитель, пожарник, полевод, агроном).

• Труд в необычных условиях: под землей, под водой, на высоте, в воздухе, в горячих цехах, в цехах с неизбежными производственными вредностями (летчик, шахтер, водолаз, аппаратчик).

• Труд с повышенной моральной ответственностью за здоровье, жизнь людей, за большие общественные, материальные ценности (учитель, врач, инженер по технике безопасности, аудитор).

В зависимости от средств труда профессии подразделяют на четыре отдела:

1. Профессии, связанные с использованием ручного труда (столяр, монтажник радиоаппаратуры, ювелир, музыкант, хирург).

2. Профессии, связанные с использованием машин с ручным управлением (токарь, водитель, машинист, оператор связи).

3. Профессии, связанные с использованием полуавтоматов, автоматов, автоматических линий, робототехнических комплексов (сталевар, печатник, аппаратчик, диспетчер энергосистемы).

4. Профессии, связанные с использованием функциональных средств, орудий труда (преподаватель, актер, дирижер, режиссер, спортсмен).

В зависимости от цели труда можно выделить три класса профессий:

Первый. Гностические: распознать, различить, оценить, проверить (санитарный врач, литературный критик, контролер, товаровед, эксперт, следователь).

Второй. Преобразующие: обработать, переместить, организовать, преобразовать (водитель, живописец, преподаватель, паркетчик, слесарь, портной).

Третий. Изыскательские: изобрести, придумать, найти новый вариант, сконструировать (закройщик, разметчик, селекционер, художник оформитель)

Раздел I. Правильный профессиональный выбор – залог жизненного успеха. Классный час 4. Возможные ошибки при выборе профессии.

Цели и задачи:

- оказание помощи старшеклассникам в выборе будущей профессии;
- воспитание профессионально-правовой культуры личности старшеклассника;
- воспитание гражданской позиции школьников.

Описание классного часа

1. Отношение к выбору профессии как к неизменному. В любой сфере деятельности происходит смена занятий, должностей по мере роста квалификации человека. При этом наибольших успехов достигает тот, кто хорошо прошел начальные ступени.

Проанализируйте ситуацию на рынке труда. Обратите внимание на то, что с каждым годом появляются все новые профессии. Будьте готовы к тому, что придется регулярно повышать квалификацию, осваивать смежные специальности. Не бойтесь того, что выбор профессии сейчас, после окончания 11-го класса, фатальным образом определит всю вашу судьбу. Изменение выбора, освоение новой специальности сделает вас ценным специалистом, востребованным в междисциплинарных областях деятельности. Первая профессия, даже если вы затем передумаете и найдете что-то более привлекательное, пригодится в неожиданных ситуациях. Например, первое образование искусствоведа поможет юристу по своему второму образованию разобраться в сложных вопросах наследования антикварных ценностей...

2. Бытующие мнения о престижности профессии. В отношении профессии предрассудки проявляются в том, что некоторые важные для общества профессии, занятия считаются недостойными, неприличными (например, мусорщик).

Экономист или психолог ничуть не более полезен для общества, чем химик или слесарь. Престижность профессии должна учитываться, но в первую очередь ваши интересы и способности. Иначе будете владеть (если будете) «модной», но не приносящей удовольствия специальностью или окажетесь непригодны к выполнению основных рабочих функций.

3. Выбор профессии под влиянием товарищей (за компанию, чтобы не отстать).

Чувство группы, ориентация на сверстников — очень позитивные особенности ребят твоего возраста. Они нужны для освоения норм поведения в обществе, формирования образа «Я» и самооценки. Поэтому оглядывайся на других, сравнивай (себя с друзьями), а не слепо повторяй. Старайся увидеть, чем ты отличаешься от товарищей и в чем вы сходны.

4. Перенос отношения к человеку, представителю той или иной профессии, на саму профессию.

При выборе профессии надо учитывать прежде всего особенности данного вида деятельности, а не выбирать профессию только потому, что тебе нравится или не нравится человек, который занимается данным видом деятельности.

Особенно опасно очарование преподавателем. Кроме того, часто ребята совершают ошибку, стараясь получить профессию кумира — спортсмена, политика, журналиста, артиста.

5. Увлечение только внешней или какой-нибудь частной стороной профессии.

Не будьте наивны! За внешней обаятельностью актера на экране стоит многолетний кропотливый труд, порой недоедание и длительные командировки, огромные нагрузки и постоянный страх быть «непризнанным». За легкостью, с которой актер создает на сцене образ, стоит напряженный, будничный, порой такой прозаичный труд.

А журналисты не всегда выступают в телепередачах — чаще они перерабатывают массу информации, архивов, разговаривают с десятками людей, прежде чем подготовят 10-минутное сообщение.

6. Отождествление школьного (лицеистского) учебного предмета с профессией или плохое различение этих понятий.

Есть такой предмет, как иностранный язык, а профессий, где требуется способность к языку много: переводчик, экскурсовод, телефонист международной связи и др.

Поэтому при выборе профессии надо учитывать, какие реальные занятия и профессии за этим предметом стоят.

Для этого лучше всего не просто изучить профессиограммы или словари профессий. Стоит проанализировать газеты с вакансиями на бирже труда (там обычно указывается, какое образование требуется для конкретной вакансии).

Профессии обычно могут быть ассоциированы с несколькими школьными предметами (обычно соответствуют вступительным экзаменам в вуз при поступлении на эту специальность). Скажем, будущему экономисту в школе может нравиться одновременно и математика, и география.

7. Устарелые представления о характере труда в сфере материального производства.

Во все профессии и, прежде всего рабочие, внедряется сложная и интересная техника, повышается культура труда. А компьютер внедряется абсолютно во все сферы деятельности — вплоть до животноводства.

8. Неумение (нежелание) разбираться в своих личностных качествах (склонностях, способностях).

Разобраться в себе тебе помогут профконсультанты, родители, учителя, товарищи.

Полезными также могут оказаться психологические тесты, а также статьи и публикации на тему популярной психологии. Однако имей в виду, что среди популярных тестов много непрофессиональных, так что относись критически как к результатам тестов, так и к тому, что пишут в психологических книжках. Задача популярных тестов — активизация деятельности по самопознанию (самонаблюдению, самоанализу), а не выдача тебе готового ответа на вопрос о том, кем быть, или наклеивание ярлыка о том, какой ты. Помни, ни один тест на 100% не определит успехи в твоей будущей профессии.

9. Незнание (недооценка) своих физических особенностей, недостатков, существенных при выборе профессии.

Существуют профессии, которые могут быть тебе противопоказаны, так как они могут ухудшить состояние своего здоровья.

Таких профессий немного, и к ним относятся, в основном, те, в которых требуется длительное напряжение тех или иных физиологических систем. Компьютерщики сильно напрягают глаза, а летчики — сердце и т.д.

10. Незнание основных действий, операций и их порядка при решении, обдумывании задачи при выборе профессии.

Когда ты решаешь задачу по математике, то выполняешь определенные действия в определенной последовательности. Было бы разумно поступить так же и при выборе профессии.

Профориентационная методика (тест) «Карта интересов»

Для проведения исследования потребуется карта интересов — вопросник из 174 вопросов, отражающих направленность интересов в 29 сферах деятельности, и лист ответов, представляющий собой матрицу из шести строк и 29 колонок. Каждая колонка соответствует одной из сфер интересов:

- | | |
|-------------------------------------|-----------------------------|
| 1. Биология. | 9. Электро- и радиотехника. |
| 2. География. | 10. Металлообработка. |
| 3. Геология. | 11. Деревообработка. |
| 4. Медицина. | 12. Строительство. |
| 5. Легкая и пищевая промышленность. | 13. Транспорт. |
| 6. Физика. | 14. Авиация, морское дело. |
| 7. Химия. | 15. Военные специальности. |
| 8. Техника. | 16. История. |
| | 17. Литература. |

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| 18. Журналистика. | 24. Экономика. |
| 19. Общественная деятельность. | 25. Иностранные языки. |
| 20. Педагогика. | 26. Изобразительное искусство. |
| 21. Право, юриспруденция. | 27. Сценическое искусство. |
| 22. Сфера обслуживания, торговля. | 28. Музыка. |
| 23. Математика. | 29. Физкультура и спорт. |

Примечание: Лист ответов находится у педагога, проводящего тестирование. Он будет необходим для подведения итогов теста.

Заполнение ответного бланка может выполняться индивидуально или в группе.

Обработка результатов. В заполненном листе ответов в каждом из столбцов подсчитывается количество положительных ответов.

Анализируя полученные данные, необходимо выделить те сферы, которые содержат наибольшее количество положительных ответов.

Если среди них окажется несколько сфер с одинаковым числом положительных ответов, то следует считать, что более выраженным интересам соответствуют те из них, которые содержат наименьшее количество отрицательных ответов. При оценке направленности интересов следует в первую очередь учитывать сферы с наибольшим количеством положительных ответов, но необходимо обратить внимание также на сферы с наибольшим количеством отрицательных ответов, отвергаемые оптантом. Оценка степени выраженности интересов имеет пять градаций:

- 1) высшая степень отрицания — от —12 до —6;
- 2) интерес отрицается — от —5 до —1;
- 3) интерес выражен слабо — от +1 до +4;
- 4) выраженный интерес — от +5 до +7;
- 5) ярко выраженный интерес — от +8 до +12;

Инструкция для учащихся

(Данную инструкцию необходимо размножить и предоставить каждому респонденту)

Для того чтобы помочь вам выбрать профессию с учетом ваших интересов, предлагаем оценить ряд утверждений о различных видах занятий.

• Если вам очень нравится, очень любите или очень хотели бы заниматься тем, что предлагается в утверждении, то поставьте в соответствующей клетке бланка ответов «++»(два плюса).

• Если просто нравится, любите или хотели бы, «+» (один плюс).

• Если не знаете, сомневаетесь, «0» (ноль).

• Если не нравится, «-»(минус).

• Если очень не нравится, не любите и не хотели бы, «- -»(два минуса).

• Если на один и тот же вопрос у вас возникает два противоположных (полярных) ответа, то поставьте тот знак, который соответствует ответу, более близкому (по вашему мнению) к истине. Отвечайте на каждый вопрос, не пропуская ни одного. Проставляя свои ответы, следите, чтобы номер клетки в бланке ответов не расходился с номером вопроса.

Если вам что-либо непонятно, вы можете сразу же спросить:

ЛЮБИТЕ ЛИ ВЫ? НРАВИТСЯ ЛИ ВАМ? ХОТЕЛИ БЫ ВЫ?

1. Знакомиться с жизнью растений или животных.
2. Уроки географии, чтение учебника по географии.
3. Читать художественную или научно-популярную литературу о геологических экспедициях.
4. Интересоваться строением тела и работой внутренних органов человека.
5. Уроки домоводства или домашние занятия домоводством.
6. Читать научно-популярную литературу о физических открытиях, о жизни и деятельности выдающихся физиков.
7. Читать об открытиях в химии или о жизни и деятельности выдающихся химиков.
8. Читать технические журналы («Техника — молодежи», «Юный техник»).

9. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области электротехники и радиоэлектроники.
10. Знакомиться с разными материалами 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 др.).
14. Читать книги, смотреть фильмы о летчиках, о космонавтах.
15. Знакомиться с военной техникой, встречаться с участниками войн.
16. Читать книги об исторических событиях и исторических деятелях.
17. Читать произведения классиков русской и зарубежной литературы.
18. Читать и обсуждать газетные и журнальные статьи и очерки.
19. Обсуждать текущие дела и события в классе и школе.
20. Читать книги о жизни школы (педагогов).
21. Читать книги, смотреть фильмы о работе милиции.
22. Заботиться о порядке в вещах, о красивом виде помещения, в котором учитесь, живете, работаете.
23. Читать книги типа «Занимательная математика» или «Математический досуг».
24. Знакомиться с организацией промышленности нашей страны.
25. Занятия иностранным языком.
26. Знакомиться с жизнью выдающихся художников, с историей развития изобразительного искусства.
27. Знакомиться с жизнью выдающихся мастеров сцены и кино, с артистами, коллекционировать их фотографии.
28. Знакомиться с жизнью и творчеством выдающихся музыкантов, с музыкальным искусством.
29. Читать спортивные газеты, журналы, книги о выдающихся спортсменах.
30. Изучать ботанику, зоологию, биологию.
31. Знакомиться с различными странами по описаниям и географическим картам.
32. Читать о жизни и деятельности знаменитых геологов.
33. Читать о том, как люди научились бороться с болезнями, о врачах и достижениях в области медицины.
34. Побывать на экскурсии на предприятиях легкой промышленности (швейном, обувном, текстильном и т.д.).
35. Читать книги типа «Занимательная физика», «Физики шутят».
36. Находить химические явления в природе, проводить опыты с различными веществами, следить за ходом реакций.
37. Знакомиться с новейшими достижениями современной техники (слушать и смотреть радио- и телепередачи, читать статьи в газетах и журналах).
38. Посещать радиотехнический кружок или кружок электротехники.
39. Знакомиться с различными измерительными инструментами для металлообработки и работать с ними.
40. Наблюдать за изготовлением изделий из дерева, рассматривать новые образцы мебели и т.д.
41. Встречаться со строителями и наблюдать за их работой.
42. Читать популярную литературу о средствах и правилах передвижения.
43. Читать книги, смотреть фильмы о речниках, о морях.
44. Читать книги, смотреть фильмы на военные темы, знакомиться с историей крупнейших сражений и судьбой выдающихся полководцев.
45. Обсуждать текущие политические события в России и за рубежом.
46. Читать статьи о писателях и их произведениях.
47. Слушать радио- и теленовости, смотреть тематические телепередачи.
48. Узнавать о событиях, происходящих в городе, области, стране.

49. Давать объяснения товарищам, как выполнять учебное задание, если они не могут его сделать.
50. Справедливо рассудить поступок друга, знакомого или литературного героя.
51. Обеспечивать семью продуктами питания, организовывать питание всех во время похода.
52. Читать научно-популярную литературу об открытиях математики, о жизни и деятельности выдающихся математиков.
53. Интересоваться сообщениями в печати об экономических показателях работы предприятий.
54. Читать художественную литературу на иностранном языке.
55. Быть членом редколлегии, заниматься художественным оформлением газет.
56. Посещать драматический театр или театр юного зрителя.
57. Слушать оперную и симфоническую музыку.
58. Посещать спортивные соревнования, слушать и смотреть радио- и телепередачи.
59. Посещать биологический кружок.
60. Заниматься в географическому кружке, изучать природу и жизнь родного края.
61. Составлять и собирать описания, изображения геологических объектов (минералов, слоев земли и т.п.).
62. Изучать организм человека, причины возникновения болезней и пути их лечения.
63. Посещать кружок кулинарии, готовить дома обеды.
64. Проводить опыты по физике.
65. Готовить растворы, взвешивать реактивы.
66. Разбирать и ремонтировать, собирать различные механизмы (часы, утюг, велосипед, телевизор, магнитофон).
67. Пользоваться точными измерительными приборами (вольтметром, амперметром и др.) и производить расчеты.
68. Мастерить различные детали и предметы из металла.
69. Собирать различные образцы древесины или художественно обрабатывать дерево (выпиливать, выжигать, полировать и пр.).
70. Набрасывать строительный эскиз или выполнять чертежи различных построек.
71. Посещать кружок железнодорожников, автолюбителей.
72. Заниматься в секции парашютистов, в кружке авиамоделлистов или в авиаклубе.
73. Заниматься в стрелковой секции.
74. Изучать историю возникновения различных народов и государств.
75. Писать классные или домашние сочинения по литературе.
76. Наблюдать за поступками, поведением, жизнью других людей, анализировать явления или события жизни.
77. Выполнять общественную работу (организовывать, спланировать товарищам на какое-нибудь дело).
78. Проводить время с маленькими детьми (читать им книги, что-либо им рассказывать, помогать им в чем-либо).
79. Устанавливать дисциплину среди сверстников или младших.
80. Наблюдать за работой продавца, повара, официанта.
81. Заниматься в математическом кружке.
82. Изучать развитие промышленности, узнавать о новых достижениях в области планирования и учета на промышленном предприятии.
83. Работать с иностранными словарями, разбираться в малознакомом языке.
84. Посещать музеи, художественные выставки.
85. Выступать на сцене перед зрителями.
86. Играть на одном из музыкальных инструментов.
87. Играть в спортивные игры.
88. Наблюдать за ростом и развитием животных, вести записи наблюдений.
89. Самостоятельно составлять географические карты, собирать различные

географические материалы.

90. Собирать коллекции минералов, собирать экспонаты для геологического музея.
91. Знакомиться с работой медсестры, врача или фармацевта.
92. Посещать кружок кройки и шитья, шить себе и членам семьи.
93. Заниматься в физическом кружке или посещать факультатив по физике.
94. Заниматься в химическом кружке или посещать факультатив по химии.
95. Заниматься в одном из технических кружков (моделировать самолеты, корабли, машины и пр.).
96. Знакомиться с устройством электроприборов, электроаппаратуры и электрических машин, собирать, конструировать, ремонтировать радиоприборы и аппаратуру.
97. Уроки труда в школьных слесарно-станочных мастерских.
98. Заниматься в столярном кружке.
99. Бывать на стройке, наблюдать за ходом строительства, за отделочными работами.
100. Наблюдать за соблюдением правил передвижения пешеходов и транспортных средств.
101. Заниматься в секции гребли, яхтсменов, аквалангистов, бригаде по спасению утопающих.
102. Участвовать в военизированных играх («Зарница», «Орленок» и пр.).
103. Посещать исторические музеи, знакомиться с памятниками культуры народа.
104. Заниматься в литературном кружке, посещать факультативные занятия по литературе и русскому языку
105. Вести личный дневник.
106. Выступать в классе с сообщениями о международном положении, с докладами на различные темы.
107. Выполнять работу водителя.
108. Выяснять причины поведения и поступков людей, которые они хотели бы скрыть.
109. Помогать покупателю в магазине выбирать покупку, которая ему нужна.
110. Решать сложные задачи по математике.
111. Точно вести подсчеты своих денежных доходов и расходов.
112. Заниматься в кружке иностранного языка.
113. Заниматься в художественном кружке, школе или изостудии.
114. Участвовать в смотрах художественной самодеятельности.
115. Заниматься в хоре или одном из музыкальных кружков.
116. Заниматься в какой-либо спортивной секции.
117. Участвовать в биологических олимпиадах или готовить выставки растений или животных.
118. Участвовать в географических экспедициях. А 19. Участвовать в геологических экспедициях. 120. Наблюдать и ухаживать за больными, оказывать им помощь.
121. Участвовать в выставках кулинарных или кондитерских работ (или посещать их).
122. Участвовать в физических олимпиадах.
123. Решать сложные задачи по химии, участвовать в химических олимпиадах.
124. Разбираться в технических чертежах или составлять чертежи самому.
125. Разбираться в сложных радиосхемах.
126. Посещать с экскурсией промышленные предприятия и знакомиться с новыми типами станков, наблюдать за работой на них или за их ремонтом.
127. Мастерить что-нибудь из дерева своими руками.
128. Принимать посильное участие в строительных работах.
129. Принимать посильное участие в обслуживании и ремонте автомобиля, мотоцикла или других транспортных средств.
130. Летать в любую погоду на самолетах «скорой помощи» или управлять сверхскоростными самолетами.
131. Жить по жестко установленному режиму, строго выполняя распорядок дня,

132. Заниматься в историческом кружке (собирать материалы, выступать с докладами на исторические темы).

133. Работать с литературными источниками, библиографическими справочниками, вести дневник впечатлений о прочитанном.

134. Участвовать в диспутах и читательских конференциях.

135. Подготавливать и проводить различные сборы либо собрания и т.д.

136. Шефствовать над трудновоспитуемыми, обсуждать с кем-либо вопросы воспитания детей и подростков.

137. Помогать в работе милиции.

138. Постоянно общаться с разными людьми.

139. Участвовать в математических олимпиадах.

140. Интересоваться стоимостью товаров, пытаться понять вопросы ценообразования, заработной платы, организации труда.

141. Беседовать с товарищем (или знакомым) на иностранном языке.

142. Участвовать в выставках изобразительного искусства.

143. Посещать театральные кружки.

144. Участвовать в музыкальных смотрах-конкурсах.

145. Принимать личное или командное участие в спортивных соревнованиях.

146. Выращивать в саду, на огороде растения или воспитывать животных, ухаживать за ними.

147. Производить топографическую съемку местности.

148. Совершать длительные и трудные походы, во время которых приходится напряженно работать по заданной программе.

149. Работать в больнице, поликлинике или аптеке.

150. Работать специалистом на предприятии легкой или пищевой промышленности (швей, закройщицей, поваром, кондитером, технологом и пр.).

151. Решать сложные задачи по физике.

152. Работать на химическом производстве или в хим-лаборатории.

153. Участвовать в выставках технического творчества.

154. Работать в области энергетики или радиоэлектроники.

155. Работать у станка (в основном стоя), изготавливать различные металлические детали к изделиям.

156. Выполнять по чертежам столярные или модельные работы.

157. Работать в строительной бригаде.

158. Водить пассажиров или грузы, соблюдая правила уличного движения.

159. Работать в штормовую погоду на реке или в открытом море.

160. Быть военным инженером или командиром.

161. Ходить в походы по историческим местам родного края.

162. Писать рассказы, сочинять стихи, басни и т.п.

163. Писать заметки или очерки в стенгазеты или в периодическую печать.

164. Руководить бригадой во время трудового десанта.

165. Организовывать игры и праздники для детей.

166. Работать в юридическом учреждении (в суде, адвокатуре, прокуратуре, юридической консультации и т.п.).

167. Выполнять работы по обслуживанию населения (принимать заказы, помогать выбирать покупки, оказывать бытовые услуги).

168. Выполнять работу, постоянно требующую применения математических знаний.

169. Работать в области экономики, планирования или финансирования предприятий.

170. Участвовать в олимпиадах, конкурсах, конференциях на иностранном языке.

171. Участвовать в выставках изобразительного искусства.

172. Играть на сцене или сниматься в кино.

173. Работать музыкантом, музыкальным режиссером или преподавать музыку.

174. Работать преподавателем физкультуры или тренером.

Раздел I. Правильный профессиональный выбор – залог жизненного успеха. Классный час 5-7. Хочу- могу- надо!

Цели и задачи:

- оказание помощи старшеклассникам в выборе будущей профессии;
- воспитание профессионально-правовой культуры личности старшеклассника;
- воспитание гражданской позиции школьников.

Описание классного часа

Во время проведения классного часа с учениками важно обсудить, во-первых, основные правила выбора профессии с учётом существенных факторов; во-вторых, акцентировать внимание на необходимости осознанного подхода к ситуации выбора, на принятие ответственности за результаты выбора, в-третьих, показать необходимость самопознания, чтобы выбранная профессия (специальность, сфера деятельности) соответствовала индивидуальным особенностям человека.

Анализ перспектив современного рынка труда показывает, что в ближайшем будущем, когда сегодняшние подростки начнут свой профессиональный путь, очень большое значение приобретут такие черты личности, как, например, готовность учиться, постоянно получать новые знания и умения, навыки общения, готовность трудиться, направленность на достижение результата, самостоятельность, ответственность и т.д.

Начать классный час можно со следующего:

Как вы уже поняли, сегодня мы с вами будем говорить о профессиях.

Мир профессий огромен, их насчитывается более 40 тысяч, причем ежегодно появляется около пятисот новых и столько же исчезает или видоизменяется.

Слово "профессия" происходит от двух латинских слов: "professio" - официально указанное занятие, специальность и "profiteor" - Объявляю своим делом. Слово это, как, впрочем, и многие другие термины, многозначно.

Профессия – род трудовой деятельности, требующий определённой подготовки и являющийся обычно источником существования.

Зачастую проблема выбора профессии возникает в жизни не один раз. Наиболее рано профессиональное самоопределение происходит в искусстве, наиболее поздно - в сфере политики и науке.

Требования, предъявляемые профессиями к человеку.

Когда молодой человек выбирает себе профессию, его интересует, чтобы его профессия пользовалась популярностью у работодателей не только сегодня, но и через 10-20 лет. Это называется стабильностью спроса на профессию.

Наряду с “вечными” профессиями – строитель, врач, учитель и т.п., актуальными становятся транспортная, химическая индустрия, высокие технологии, связь, коммуникации, новые профессии на стыке традиционных, управление экономикой, социальная сфера. Одновременно для профессиональной успешности на современном этапе развития общества личностные качества, коммуникативные умения, мотивация человека на труд, готовность к непрерывному повышению своего профессионализма, к переменам приобретают большее значение, чем традиционно понимаемый объём знаний.

Показателем стабильности спроса на профессию является количество рабочих мест по той или иной специальности, имеющихся на разных предприятиях района и области. Достижение цели зависит от желания человека, целеустремленности и воли.

Основные факторы или условия выбора профессии являются аспектами обоснованного профессионального плана, в котором учтены интересы, способности, состояние здоровья, способности выбирающего профессию и потребности общества в кадрах.

Условно, эти составляющие формулы профессий можно обозначить как "хочу",

"могу", "надо".

"Хочу" - (интересы и склонности).

Интерес - стремление к познанию какого-либо предмета или явления, желание изучать его.

Склонности - стремление заниматься какой-либо определенной деятельностью. Интересы и склонности могут совпадать и не совпадать друг с другом, могут быть направлены к одному, нескольким, многим видам деятельности.

"Могу" - (способности, состояние здоровья).

Способности - индивидуальные способности человека, обеспечивающие успешность выполнения какой-либо деятельности, легкость усвоения и овладения данной деятельностью, творческие возможности человека.

"Надо" - (потребности общества в кадрах).

Обществу нужны специалисты разных профессий. Выбирая профессию, нужно согласовывать свой выбор с потребностью общественного производства в кадрах. Сочетание этих трех важных аспектов при обдумывании профессионального плана поможет определить оптимальные пути выбора профессии для каждого человека, что крайне важно для сложившихся на сегодняшний день условий рынка труда.

Общая структура профессионального образования в области

Профессию можно получить в различного рода учебных заведениях в зависимости от того, какой уровень профессионального образования вы выбираете:

Профессиональное образование бывает начальным, средним и высшим.

Начальное профессиональное образование – представлено лицеями, профессионально-техническими училищами, которые дают рабочую специальность.

Среднее профессиональное образование позволяет стать специалистом среднего звена по большинству профессий исполнительного или творческого класса. Среднее профессиональное образование можно получить, имея основное общее, среднее (полное) общее или начальное профессиональное образование.

При этом, если человек уже имеет среднее (полное) общее или начальное профессиональное образование, то получить среднее профессиональное он может по сокращенным ускоренным программам.

Высшее профессиональное образование представлено государственными и негосударственными ВУЗами. При выборе негосударственного учебного заведения необходимо проверить лицензии, аккредитации и аттестации учебного заведения. Без указанных 3-х документов диплом учебного заведения не даёт общегосударственных гарантий трудоустройства.

Где можно получить информацию о профессиональных образовательных учреждениях.

Сведения об учебных заведениях, осуществляющих профессиональное обучение, можно получить:

- в справочниках для поступающих в учебные заведения;
- в телефонных справочниках;
- в компьютерных информационно-поисковых программах в сети INTERNET;
- в рекламных объявлениях;
- в библиотеках;
- в ОППК;
- в районных центрах занятости;
- в беседах с представителями учебных заведений и преподавателями;
- при встречах с учащимися и выпускниками;
- при личных посещениях учебных заведений.

II. Диагностика профессиональных предпочтений и построение личного профессионального плана.

Проведение группового тестирования по методике мини-Голланда.

Интерпретация результатов, беседа о типологии личности и сфер деятельности по Дж.

Голланду.

Описание типов личности в теории ДЖ. Голланда

Реалистический тип (R) – предпочитает реалистические карьеры, работу с какими-то конкретными объектами труда и механизмами более чем с людьми. Обладает механическими и инженерными способностями, любит работать с инструментами и машинами, получает удовлетворение от конкретных результатов своего труда. Управленческие навыки и навыки общения с людьми, как правило, низки. Испытывает трудности в выражении себя, донесения своих чувств и мыслей до других.

Исследовательский тип (I) – ориентирован на науку и научную активность. Обладает математическими и исследовательскими способностями. Получает больше удовлетворения от решения абстрактных проблем, чем перевода их в практическое действие. Предпочитает больше работать с идеями, чем с людьми и предметами. Не расположен к лидерству, избегает монотонных физических или иных действий. Не ощущает дискомфорта в ситуации неопределённости и не любит строго структурированную деятельность с множеством правил.

Артистический тип (A) – предпочитает работать в артистической среде, которая предлагает много возможностей для самовыражения через художественные средства. Проявляют незначительный интерес к проблемам, которые требуют серьезной организационной подготовки для их решения, или применения значительных усилий, предпочитая те, которые могут быть решены через самовыражение в артистической сфере. Наслаждается созданием творческих работ, имеет хорошее воображение, творческие способности.

Социальный тип (S) – предпочитает социальные карьеры, ориентирован на взаимодействие с людьми, любит помогать людям, решать их проблемы. Хорошо самовыражается и выражает себя с другими, любит внимание и ищет ситуации, позволяющие ему быть в центре внимания группы. Избегает деятельности, где нужны механические повторяющиеся действия.

Предпринимательский тип (E) – деятельность, связанная с влиянием на людей, организация их на решение определённых задач. Обладают лидерскими и ораторскими речевыми способностями. Ориентированы на соперничество, часто демонстрируют словесную агрессию. Получают удовлетворение от возможности быть в центре внимания, событий, убеждать других в своей точке зрения. Высокие притязания на власть и материальное богатство. Весьма ценят лидерские и экономические способности, деловые качества, эстетически слабо развиты.

Традиционный тип (C) – предпочитает работать с данными и сведениями, вести работу по переработке и систематизации информации. Склонен к порядку, стремится упорядочить и структурировать окружающую действительность. Избегает сфер деятельности, связанных с убеждением людей. Чувствует себя комфортно, принимая роль участника определенной структуры. Обладает счётными и конторскими способностями.

3. Беседа о типичных ошибках при выборе профессии. Окончательное решение о выборе профессии каждый человек принимает самостоятельно. Существует два типа ошибок:

- следование чужим советам, выбор за компанию;
- выбор близлежащего ВУЗа или внешне привлекательной, престижной профессии;
- отсутствие существенной информации о профессии или специальности, незнание своих личных особенностей и особенностей характера и т.п.

III. Профориентационные игры и упражнения, направленные на активизацию построения личного профессионального плана.

1. Упражнение “Плюс — минус - интересно”.

Упражнение на развитие умений, необходимых при выборе профессии (анализ, разностороннее рассмотрение, расширение представлений о профессиях). Каждый участник должен начертить табличку и описать ситуацию, когда он получил профессию и стал по ней работать, следующим образом:

в первой колонке записать как можно больше положительных моментов (плюсов) этой ситуации;

во второй колонке - как можно больше минусов этой ситуации;

в третью колонку записать как можно больше интересного для себя, связанного с ней.

На упражнение дается 10-15 минут, результаты озвучиваются и обсуждаются.