

**СМОЛЕНСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
Вяземский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних  
«ГАРМОНИЯ»**

✉ 215110, Смоленская обл., г. Вязьма, ул. 25 Октября, д.1 - а  
centr\_garmonia@mail.ru

Т/ф (48131) 2 – 38 – 27; 4 – 21-35

**ПРИНЯТА**  
на заседании  
методического совета  
протокол от 09.12.2024 № 8

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом СОГБУ СРЦН  
«Гармония»  
от 09.01.2025 № 27

**ПРОГРАММА  
по формированию основ профориентации  
и развитию способности к рефлексии  
для воспитанников среднего и старшего подросткового  
возраста  
«ФОРМУЛА ПРОФЕССИИ»**

Составители:  
Принцева О. И.,  
педагог-психолог  
Беликова К.С.,  
педагог-психолог

## **Пояснительная записка**

Современная ситуация в России, те проблемы, которые испытывают выпускники в профессиональном самоопределении заставляют по-новому взглянуть на организацию профориентационной работы. Старшеклассники должны владеть не только комплексом необходимых знаний, но и обладать такими личностными качествами, позволившие бы им реализовать себя в профессиональном и социальном плане. Концепция профильного обучения, предложенная Правительством России предполагает, что к старшей школе ребенок должен определиться с профилем своего дальнейшего обучения.

Существенное отличие современного понимания профориентационной работы заключается в ее нацеленности не на выбор конкретной профессии каждым ребенком, а на формирование неких универсальных качеств, позволяющих осуществлять сознательный, самостоятельный профессиональный выбор, быть ответственными за свой выбор, быть профессионально мобильными.

В широком смысле слова профориентация - система общественного и педагогического воздействия на молодёжь, с целью её подготовки к сознательному выбору профессии, система государственных мероприятий, обеспечивающая научно обоснованный выбор профессии.

В узком смысле слова профориентация - целенаправленная деятельность по формированию внутренней потребности и готовности к сознательному выбору профессии.

Профориентация в личностном смысле - длительный и в достаточной степени необратимый социальный процесс освоения личностью той или иной профессии.

Таким образом, профориентация осуществляется на 2-х уровнях: общественном и личностном. Эти уровни взаимосвязаны.

Программа определяет основные пути развития формирования у подростков профессионального самоопределения. Анализ практики работы с молодежью на рынке труда свидетельствует о наличии проблем в системе профессионального становления.

Спрос на рабочую силу высокой квалификации и несоответствие перечня профессий и программ подготовки специалистов требованиям рынка труда существенно сокращает возможности трудоустройства молодежи. Таким образом, формирование у молодежи мотивации к труду и потребности приобретения востребованной на рынке труда профессии становятся приоритетными в системе общего образования, а роль и значение профессиональной ориентации и психолого-педагогической поддержки в личностно-профессиональном становлении молодежи возрастает.

**Цель программы «Формула профессии»:** оказание профориентационной поддержки подросткам в процессе выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности.

### **Задачи программы «Формула профессии»:**

- научить постановке дальних и ближних профессиональных целей, помочь определить свою готовность к достижению профессиональных целей, осознать трудности в достижении профессиональных целей и найти пути их преодоления;
- помочь сопоставить свои возможности с требованиями выбираемых профессий;
- формировать мотивационную основу для получения начального и среднего профессионального образования;
- повышать информированность об основных профессиях, по которым наблюдается или планируется существенный дефицит кадров.

Реализация поставленных задач осуществляется в рамках групповых занятий.

**Продолжительность** каждого занятия составляет 40 - 45 минут.

Все занятия носят развивающий характер.

### **Структура занятий:**

- 1 этап - приветствие, знакомство, настрой на занятие, установление контакта (5 минут);
- 2 этап - основная часть (30 –35 минут);
- 3 этап - рефлексия (5 минут).

В рамках программы «Формула профессии» подростки учатся понимать и принимать свои сильные и слабые личностные стороны; знакомятся с основными способами и приемами выбора профессиональной деятельности; пробуют разнообразные способы личностного самовыражения. Подростки на практике осваивают новые способы конструктивного межличностного взаимодействия. У воспитанников формируется духовно-нравственная картина мира (они овладевают основными нормами нравственного поведения и сознания).

Содержание программы выстроено в определенной последовательности с учетом степени усложнения материала и возрастных особенностей воспитанников.

### **Тематика представленных занятий разнообразна, что предусматривает:**

- использование в работе различных авторских техник (арт-, игровая, визуализация, использование игрового творческого потенциала);
- моделирование и анализ проблемных ситуаций;
- применение коммуникативной и сюжетно – ролевой игры;
- использование техник мозгового штурма / рациональной беседы;
- использование приемов рефлексии (обсуждение, самоанализ);
- применение техник медитации и самовнушения.

## **Прогнозируемые результаты**

В ходе прохождения программы «Формула профессии» подросток:

- научиться постановке дальних и ближних профессиональных целей, сможет определить свою готовность к достижению профессиональных целей, осознает трудности в достижении профессиональных целей и найдет пути их преодоления;
- научиться сопоставлять свои возможности с требованиями выбираемых профессий;
- сформирует мотивационную основу для получения начального и среднего профессионального образования;
- повысит свою информированность об основных профессиях, по которым наблюдается или планируется существенный дефицит кадров.

## **Критерии оценки эффективности программы «Формула профессии»:**

- целесообразность (направленность на ребенка, средства деятельности, авторитет педагога - психолога);
- продуктивность (уровень решения проблемы, качественное изменение первоначальной ситуации);
- оптимальность в выборе средств и методов работы;
- воспитательная ценность программы;
- рефлексия дидактических принципов (системность и последовательность; преемственность; прочность; личностный подход; сознательность и активность воспитанников; доступность при необходимой степени трудности; наглядность; связь теории и практики; комплексность; единство образовательной, воспитательной и развивающей функции; исследовательская позиция; партнерское общение; объективизация поведения);
- наличие творческого компонента в деятельности педагога – психолога.

## **Методические рекомендации:**

- проводить занятия по программе могут психологи, педагоги – психологи, имеющие специальное образование;
- движения для психогимнастических упражнений педагог – психолог придумывает самостоятельно, основываясь на индивидуальных особенностях воспитанников;
- периодичность проведения занятий педагог – психолог определяет самостоятельно на основании индивидуальных личностных особенностей воспитанников каждой группы;
- педагог – психолог может варьировать последовательность конспектов программы при ее реализации;
- помещение для занятий должно быть постоянным (одним и тем же на всех занятиях), светлым, просторным, легко проветриваемым. Стулья должны быть легко перемещаемыми и не соединяться друг с другом. В помещении не

должно быть предметов, представляющих опасность для здоровья, а также отвлекающих внимание детей.

**Тематическое планирование программы  
«Формула профессии»**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Всего часов</b>
1	Карта профессии	1
2	Интуиция в профессии	1
3	Мой выбор	1
4	Моя профессия	1

## **План-конспект занятия 1. «Карта профессии»**

**Цель:** знакомство участников группы; введение в проблему профессионального и жизненного самоопределения.

**Задачи:**

- формирование чувства сплоченности группы и психологического комфорта ее участников;
- определение профессиональных склонностей у участников группы;
- ознакомление участников с проблемой профессионального самоопределения;
- формирование у членов группы первых умений и навыков по анализу необходимой информации.

**Оборудование:** тетради для записей и выполнения заданий, ручки.

### **Ход занятия**

#### **Упражнение «Поменяйтесь местами»**

Участники должны поменяться местами друг с другом, если им подходят фразы педагога-психолога:

- кто любит есть мороженое;
- кто любит долго спать;
- кто боится пауков;
- кто не любит ходить в школу и т.д.

#### **Диагностическое задание**

ДДО (Климов) (Приложение 1)

#### **Упражнение «Самая зеленая, волосатая... профессия»**

Участники должны заполнить бланк и указать самую-самую профессию... (Приложение 2)

#### **Техника "Невербальное общение"- (15 мин)**

*Педагог-психолог:* А теперь мы с вами вернемся к началу нашего разговора, когда мы говорили о том, что члены круга послужат как бы зеркалом для каждого из нас. Наш образ самого себя формируется в общении с другими людьми. Но очень часто люди совершают ошибку, считая общением лишь разговоры. Огромную часть сигналов о своем состоянии, отношениях мы подаем жестами, движениями, мимикой, т. е. невербально.

Примеры невербального общения: а) противоречие жеста и слов; б) некоторые типичные позы (1-2 примера истолкования поз). Для того чтобы понять невербальное общение глубже, мы выполним одно упражнение".

*Инструкция:* Одного из нас мы выберем ведущим. Мы завяжем ему глаза. Его задача: придумать, каким образом, по какому признаку можно разделить людей на две группы, не разговаривая с ними. После того как он придумает

основание для классификации, он вытянет руки вперед, ладонями вверх. Задача всех остальных — по очереди подойти к ведущему и положить ему на ладони свои. Делать все это надо в полной тишине, чтобы ведущий не понял, кто именно перед ним.

Детей разделяют на две группы — налево и направо. Ощупывать ладони или делать какие-то еще движения при этом нельзя.

В качестве ведущих должны побывать 3-4 человека. Ведущие группы также участвуют в упражнении.

**Обсуждение** после этого ведется по нескольким пунктам.

- 1) Основания классификации и что за психологический смысл несут выдвигаемые классификации. Например: "руки дрожат — не дрожат" — боязнь оценочных ситуаций; "руки кладут уверенно — неуверенно" — особенности характера, которые за этим кроются.
- 2) Каждый ли из присутствующих был согласен с тем, что его определили в данную группу?
- 3) Согласны ли были все, что данный человек попал именно в эту группу?

### **Психологическая суть профессионального самоопределения**

*Педагог-психолог:* Основная тема наших встреч — понять свои особенности, цели в жизни и на основе этого понимания сделать выбор профессии. Поэтому сейчас мы поговорим о том, что такое выбор профессии с психологической точки зрения, какова его структура. Но начнем мы с понятия "профессиональный путь". Существует такое мнение, что, выбирая профессию, человек выбирает себе еще и образ жизни. Это мнение подкрепляется многочисленными примерами.

Достаточно назвать хрестоматийные. Так, когда мы говорим: "Он работает геологом (или полярником)", то мысленно выстраиваем себе и образ жизни такого человека. На "Бухгалтерский учет" экономического факультета очень часто (гораздо чаще, чем на другие) поступают девушки, абсолютно не интересующиеся экономикой и математикой. Они выбирают образ профессии — спокойную, не требующую большой отдачи профессию бухгалтера, которая позволит им быть еще и женщиной — женой, матерью, хозяйкой дома. Таким образом, уже в самом начале, на этапе выбора, они выстраивают не только свой профессиональный, но и жизненный путь,

Речь идет не только о выборе профессии, но и о прогнозировании того, что ждет каждого из вас дальше, после того, как вы начнете работать или учиться. Если анализировать человеческие жизни, то они оказываются похожими друг на друга: все мы рождаемся, учимся, вступаем или нет в общественные организации, имеем друзей, создаем семью, работаем, уходим на пенсию и т.д. Таким образом, жизнь каждого из нас складывается, с одной стороны, из стандартных событий, с другой стороны — из индивидуальных, являющихся вехами на пути только данного конкретного человека.

В то же время к стандартным событиям каждый человек относится по-разному. К примеру, если мы попросим нескольких взрослых людей рассказать, почему они поступили именно на эту работу, то услышим различные ответы: "Больше некуда было податься", "Друг посоветовал", "Попал по распределению" или полное перечисление причин выбора своей работы.

Попробуем разобраться в возможных причинах такого объяснения своего выбора. О чем говорит высказывание "Больше некуда было податься"? Отнюдь не о безвыходности положения, а о том, что человек не анализировал ситуацию и прежде всего не собирал сведений (информацию) о возможных местах приложения своих сил. Только человек, владеющий информацией, может принимать реальные решения. Это относится не только к выбору профессии, но и к любой сфере нашей жизни. Сказать конкретно, какая информация нужна при выборе профессии, очень сложно. Но обязательно нужны знания, во-первых, о мире профессий в целом: его сферах, законах, по которым он живет, и, во-вторых, специфические для данного человека: какие области мира профессий соответствуют интересам, способностям, знаниям личности; что нужно сделать, чтобы осуществить свой выбор.

Таким образом, первый "кирпичик" структуры профессионального выбора — *наличие информации, или информированность*.

Фраза "Больше некуда было податься" говорит о пассивном отношении человека к своей судьбе. Он не чувствует себя хозяином своей жизни, не ценит себя как человека, как личность. Разбору причин такого отношения к себе у нас будет посвящено несколько встреч. А сейчас мы усвоим только одно: человек не ценит себя, если не чувствует своей автономности. Что такое автономность? Коротко говоря, это понимание, с одной стороны, своей принадлежности к миру людей, а с другой — того, что каждый человек и "Я" в том числе — индивидуален и неповторим; понимание своих сильных и слабых сторон; умение определить их в себе и использовать наилучшим образом, знать, как ими управлять; понимание, что только сам человек — хозяин своей судьбы, только он в состоянии сделать себя счастливым и удачливым и добиться всего, что наметил. Узнавая себя, человек получает возможность формировать себя в соответствии со своими намерениями. *Автономность* — второй "кирпичик" структуры профессионального выбора.

От уровня автономности зависит умение принимать решения. По сути, выбор профессии — это решение, которое принимает человек. Но принимать решение, т. е. брать на себя ответственность, может только автономный человек. Принимая решение, человек на основе анализа выбирает путь для дальнейшего развития и совершенствования. Отказ от принятия решения, желание пустить дела на самотек всегда ведет к регрессу и деградации личности. У принятия решения есть свой алгоритм. Его разбору и применению будет посвящена отдельная встреча. Сегодня мы с вами просто запомним, что третий "кирпичик" — это *умение принимать решение*.



Мы уже говорили о том, что жизнь человека — это непрерывный процесс. Каждый настоящий момент — результат всего уже происшедшего с нами и он обязательно влияет на будущее. Поэтому нельзя рассматривать выбор профессии как нечто отдельное, ни с чем не связанное. Принимая решение, мы анализируем прошлое, но при этом мы обязательно заглядываем и в будущее, т. е. планируем. Во всем цивилизованном мире существует термин "планирование жизни, планирование профессионального пути". Не надо воспринимать его как жесткое расписание, хотя и такой вариант возможен. Наиболее типичен другой вид планирования — определение образа жизни, какого человек хочет достичь в 30, 40, 50 лет, и путей (конкретных) его достижения, а также промежуточных сроков.

Чтобы было яснее, разберем пример. Молодой человек хочет к 35-40 годам быть преуспевающим врачом — хорошим специалистом, к которому трудно попасть на прием, и обеспеченным человеком. Это планируемый образ. Теперь планируемые шаги: поступление в медицинский вуз, успешная учеба в нем и успешное окончание; поступление на работу либо в солидную клинику, где есть возможность продвижения, либо туда, где возможна обширная самостоятельная практика. Причем это надо сделать к 25-26 годам, иначе к желаемому сроку не накопится достаточный опыт. Повышение квалификации. Это все относится к профессионализму. Для достижения материального благополучия надо иметь либо ученую степень, либо заняться частной практикой. Кроме того, в имидж преуспевающего человека входит еще и наличие счастливой семьи. И так далее. Таким образом, четвертым "кирпичиком" является **умение планировать**.

И, наконец, пятый "кирпичик" — **эмоциональное отношение к выбору**. Каким тоном можно произнести фразу "Больше некуда было податься"? Скорее всего, удрученным, как минимум безразличным.

Страх перед выбором, страх перед началом самостоятельной жизни, безразличие, излишняя восторженность препятствуют адекватному выбору. Более полезно ровное отношение, радость от достигнутого, то, что называется "здоровая злость, здоровый азарт" и т.д. Они увеличивают силы человека".

### **Техника «Составление информационной карты»**

*Педагог-психолог:* Только что мы говорили о тех знаниях и качествах, которые необходимы при выборе. А теперь от абстрактных знаний перейдем к конкретному анализу.

Начнем с первого "кирпичика" - информированности. Возьмите ручки и тетради и заполните таблицу как можно подробнее и четче, поскольку дальше мы продолжим работу с ней.

Информационная карта оценки мира профессий		
Что мне интересно знать или делать?	В какой профессии я этого смогу достичь?	Что мне нужно для получения этой профессии?

*Примечание:* Записи в таблице должны располагаться блоками "интерес — профессия — необходимые шаги".

*Педагог-психолог:* Сейчас вы пишете все ваши интересы независимо от того, реальны они или нет. Вы определяете максимально широкое поле ваших интересов. В ходе последующих занятий это поле мы будем сужать, дополнять, изменять. Эта таблица — заготовка для нашей будущей работы. Если будут возникать вопросы — задавайте их сразу.

*Примечание:* Если остается время, можно провести краткое обсуждение наиболее часто встречавшегося вопроса или провести игру "Полет фантазии": участники дополняют фразу "Я хочу..." и набирают как можно больше вариантов. Выигрывает тот, кто набрал и записал наибольшее количество вариантов. При низкой активности группы с этой игры можно начать заполнение таблицы. Но важно, чтобы кроме фантастических в таблице присутствовали и реальные варианты.

### **Рефлексия**

Участники по очереди рассказывают педагогу-психологу, что им понравилось / не понравилось на занятии (стараются объяснить почему); что было выполнить легко, а что вызывало трудности (стараются объяснить почему).

*Примерные вопросы для обсуждения:*

- Чем мне запомнилось занятие?
- Что на нем было наиболее важно для меня?
- Что бы я изменил в ходе этого занятия?
- Какие мысли оно у меня вызвало?
- Что вспомнилось после занятия?
- Что захотелось уточнить или обсудить дополнительно?
- Возникла ли потребность еще раз обдумать или с кем-то обсудить свои мысли?

## **План-конспект занятия 2. «Интуиция в профессии»**

**Цель:** актуализация особенностей поведения каждого из участников в межличностном взаимодействии с целью учета этих особенностей в совершении жизненного выбора.

**Задачи:**

- формирование представлений о ролевом общении, о необходимости анализа своей роли в группе и учете этих знаний в общении;
- формирование представлений о необходимости анализа причин принятия той или иной роли для ее изменения;
- актуализация особенностей поведения каждого из участников в межличностном взаимодействии с целью учета этих особенностей в совершении жизненного выбора.

**Оборудование:** тетради для записей и выполнения заданий, ручки, ватман, карандаши, фломастеры.

### **Ход занятия**

#### **Упражнение «Путаница»**

Участники становятся в круг и берутся за руки, затем они должны (не расцепляя рук) запутаться между собой. Задача ведущего – их распутать, чтобы снова получился круг.

#### **Диагностическое задание**

Диагностика КОС (Приложение 3)

#### **Самопрезентация в паре**

Рассказать друг другу о своих качествах и по очереди представить друг друга

#### **Игра «Шестое чувство»**

Игра применяется для более четкой локализации причин неуверенности.

С помощью игры "Шестое чувство" участники могут проверить свою способность оценивать образ мышления группы людей. Количественную оценку получает также способность понять других, увидеть нечто их глазами. Педагог-психолог зачитывает обращения одно за другим через достаточные промежутки времени.

Задача игроков: выбрать ответ, который наиболее вероятно даст большинство участников. Рядом с порядковым номером пункта необходимо написать ответ, который предположительно даст большинство присутствующих. При этом участники не имеют права обмениваться мнениями (жестами, мимикой), лучше всего соблюдать полную тишину. Ответы не должны выражать личные вкусы, привязанности, увлечения, не должны демонстрировать оригинальность и находчивость.

1. Орел или решка?
2. Запишите следующие числа: 7, 13, 99, 100, 258, 555. Обведите кружком одно число.
3. Запишите следующие слова: легкие, сердце, печень, почки. Обведите кружком одно из них.
4. Запишите сочетание цветов: красный и голубой, зеленый и фиолетовый, коричневый и серый. Обведите одно из сочетаний.
5. Нарисуйте кружок, квадратик, треугольник, волнистую линию и обведите одну из фигур.
6. Назовите какой-нибудь из продуктов питания.
7. Напишите букву, на которую не начинается ни одно слово.
8. Поставьте несколько точек (от 1 до 3)
9. Напишите время суток (утро, день, вечер, ночь).

Когда игроки запишут ответ на последний пункт, участники начинают подсчет баллов. На каждый пункт зачитывается вариант ответа. Все игроки, выбравшие его, поднимают руки. Балл равен большинству количеству игроков, выбравших одинаковый вариант ответа, остальные ставят 0

В ходе обсуждения причин выбора того или иного ответа оказывается (особенно у игроков, набравших мало баллов), что член группы выдвигает собственные мотивы, а не мотив "выбор большинством членов группы". Причины подобного расхождения между инструкциями и объяснениями могут стать предметом обсуждения. Об игроках, набравших много баллов, можно сказать, что им хорошо удается "вчувствование" во внутренний мир других и оценка их реакций (хотя доказательства этого имеют лишь вербальный характер).

*Примечание:* об игроках, которые наберут большую сумму баллов, можно сказать, что они обладают способностью устанавливать интеллектуальный контакт с внешним социальным окружением и проявляют к нему повышенный интерес. Обычно они отличаются и более высокой социальной адаптированностью. Игроки, набравшие небольшую сумму очков, непрактичны, относительно мало обращают внимание на свое социальное окружение, бывают, возможно, слишком озабочены собственными проблемами.

### **Упражнение «Автобус»**

Участник должен договориться, чтобы ему уступили место. Заранее установка остальным участникам: сразу место не уступать.

### **Рефлексия**

Участники по очереди рассказывают педагогу-психологу, что им понравилось/не понравилось на занятии (стараются объяснить почему); что было выполнить легко, а что вызывало трудности (стараются объяснить почему).

Примерные вопросы для обсуждения:

- Чем мне запомнилось занятие?
- Что на нем было наиболее важно для меня?
- Что бы я изменил в ходе этого занятия?
- Какие мысли оно у меня вызвало?
- Что вспомнилось после занятия?
- Что захотелось уточнить или обсудить дополнительно?
- Возникла ли потребность еще раз обдумать или с кем-то обсудить свои мысли?

### **План-конспект занятия 3. «Мой выбор»**

**Цель:** осознание собственного эмоционального отношения к выбору профессии и его влияния на этот выбор.

**Задачи:**

- выявление эмоционального отношения к необходимости принятия решения о выборе вида профессиональной деятельности (при помощи техник арт-терапии);
- формирование представлений о влиянии эмоционального отношения к деятельности на ее успешность и степень удовлетворенность ею;
- формирование представлений о составляющих компонентах эмоционального отношения и способах их изменения;
- формирование представления об алгоритме анализа своих сильных и слабых сторон;
- формирование представлений о необходимости самоанализа при принятии серьезных решений.

**Оборудование:** тетради для записей и выполнения заданий, ручки, карандаши.

#### **Ход занятия**

##### **Упражнение «Спор»**

Участники спорят друг с другом в течение 1 мин (один сидит, другой стоит, потом меняются местами).

Обсуждение.

##### **Диагностическое задание**

Самооценка (Ковалев) (Приложение 4)

##### **Профессии в лодке**

В лодке люди разных профессий должны решить, от кого избавляться по очереди, чтобы лодка не утонула. Игра идет до 1 профессии.

##### **Самопрезентация «Лифт»**

За 1 минуту нужно устроиться на работу по профессии

##### **Рисунок по командам «Я через 10 лет»**

Участники по очереди дети (делятся на команду девочек и команду мальчиков) участники подходят и рисуют на ватмане по ОДНОЙ детали для человека. Каждый рисует по несколько раз.

##### **Рефлексия**

Участники по очереди рассказывают педагогу-психологу, что им понравилось / не понравилось на занятии (стараются объяснить почему); что

было выполнить легко, а что вызывало трудности (стараясь объяснить почему).

Примерные вопросы для обсуждения:

- Чем мне запомнилось занятие?
- Что на нем было наиболее важно для меня?
- Что бы я изменил в ходе этого занятия?
- Какие мысли оно у меня вызвало?
- Что вспомнилось после занятия?
- Что захотелось уточнить или обсудить дополнительно?
- Возникла ли потребность еще раз обдумать или с кем-то обсудить свои мысли?

## **План-конспект занятия 4. «Моя профессия»**

**Цель:** закрепление полученных в ходе занятий по самопознанию знания и навыки, применив их к анализу конкретной ситуации; активизация размышлений по поводу собственной ситуации выбора профессии в ходе обсуждения предложенной ситуации.

**Задачи:**

- организация конструктивной дискуссии и самостоятельной работы группы;
- ликвидация пробелов в знаниях, усваивавшихся группой на предыдущих занятиях;
- развитие рефлексивного мышления.

**Оборудование:** тетради для записей и выполнения заданий, ручки, карандаши.

### **Ход занятия**

#### **Упражнение «Спор профессий»**

Участники разделяются на команды по 3-4 человека. Каждой команде дается профессия. Задача каждой команды придумать как можно больше обоснований для необходимости «своей профессии» и доказать, что именно она самая нужная.

#### **Упражнение «Профессии из сказок»**

Участники тренинга должны придумать (разделяются на 2 команды), кем бы могли работать сказочные герои в наше время (Приложение ):

- Золушка
- Крокодил Гена
- Чебурашка
- Кот Матроскин
- Три богатыря
- Красная шапочка
- Дюймовочка
- Три поросенка
- Царевна – лягушка
- Кощей бессмертный

#### **Кроссворд профессий**

Участники должны по командам разгадать кроссворд (Приложение 6), правильно отвечая на вопросы

#### **Моя профессия**

Участники, по очереди, говорят, какую профессию они для себя выбрали и почему.



## **Рефлексия**

Участники по очереди рассказывают педагогу-психологу, что им понравилось / не понравилось на занятии (стараются объяснить почему); что было выполнить легко, а что вызывало трудности (стараются объяснить почему).

Примерные вопросы для обсуждения:

- Чем мне запомнилось занятие?
- Что на нем было наиболее важно для меня?
- Что бы я изменил в ходе этого занятия?
- Какие мысли оно у меня вызвало?
- Что вспомнилось после занятия?
- Что захотелось уточнить или обсудить дополнительно?
- Возникла ли потребность еще раз обдумать или с кем-то обсудить свои мысли

## Приложение 1

**Инструкция к тесту:** «Предположим, что после соответствующего обучения Вы сможете выполнить любую работу. Но если бы Вам пришлось выбирать только из двух возможностей, что бы Вы предпочли?»

### ТЕСТ

1а. Ухаживать за животными	1б. Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)
2а. Помогать больным	2б. Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин
3а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок	3б. Следить за состоянием, развитием растений
4а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т.п.)	4б. Доводить Товары до потребителя, рекламировать, продавать
5а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи	5б. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты)
6а. Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)	6б. Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)
7а. Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты)	7б. Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством – подъемным краном, трактором, тепловозом и др.

<p>8а.</p> <p>Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.)</p>	<p>8б.</p> <p>Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов)</p>
<p>9а.</p> <p>Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище</p>	<p>9б.</p> <p>Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках</p>
<p>10а.</p> <p>Лечить животных</p>	<p>10б.</p> <p>Выполнять вычисления, расчеты</p>
<p>11а.</p> <p>Выводить новые сорта растений</p>	<p>11б.</p> <p>Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т.п.)</p>
<p>12а.</p> <p>Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, наказывать, поощрять</p>	<p>12б.</p> <p>Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)</p>
<p>13а.</p> <p>Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодельности</p>	<p>13б.</p> <p>Наблюдать, изучать жизнь микробов</p>
<p>14а.</p> <p>Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты</p>	<p>14б.</p> <p>Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.</p>

<p>15б.</p> <p>Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые и представляемые)</p>	<p>15а.</p> <p>Составлять точные описания-отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.</p>
<p>16а.</p> <p>Делать лабораторные анализы в больнице</p>	<p>16б.</p> <p>Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение</p>
<p>17а.</p> <p>Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий</p>	<p>17б.</p> <p>Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов</p>
<p>18а.</p> <p>Организовать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, экскурсии, туристические походы и т.п.</p>	<p>18б.</p> <p>Играть на сцене, принимать участие в концертах</p>
<p>19а.</p> <p>Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания</p>	<p>19б.</p> <p>Заниматься черчением, копировать чертежи, карты</p>
<p>20а.</p> <p>Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада</p>	<p>20б.</p> <p>Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине и др.)</p>

<b>1a</b>	<b>1б</b>	<b>2a</b>	<b>2б</b>	<b>3a</b>
<b>3б</b>	<b>4a</b>	<b>4б</b>	<b>5a</b>	<b>5б</b>
<b>6a</b>		<b>6б</b>		<b>7a</b>
	<b>7б</b>	<b>8a</b>		<b>8б</b>
	<b>9a</b>		<b>9б</b>	
<b>10a</b>			<b>10б</b>	
<b>11a</b>	<b>11б</b>	<b>12a</b>	<b>12б</b>	<b>13a</b>
<b>13б</b>	<b>14a</b>	<b>14б</b>	<b>15a</b>	<b>15б</b>
<b>16a</b>		<b>16б</b>		<b>17a</b>
	<b>17б</b>	<b>18a</b>		<b>18б</b>
	<b>19a</b>		<b>19б</b>	
<b>20a</b>			<b>20б</b>	
<b>Сумма Ч-П-</b>	<b>Сумма Ч-Т-</b>	<b>Сумма Ч-Ч-</b>	<b>Сумма Ч-З-</b>	<b>Сумма Ч-Х-</b>

<b>1a</b>	<b>1б</b>	<b>2a</b>	<b>2б</b>	<b>3a</b>
<b>3б</b>	<b>4a</b>	<b>4б</b>	<b>5a</b>	<b>5б</b>
<b>6a</b>		<b>6б</b>		<b>7a</b>
	<b>7б</b>	<b>8a</b>		<b>8б</b>
	<b>9a</b>		<b>9б</b>	
<b>10a</b>			<b>10б</b>	
<b>11a</b>	<b>11б</b>	<b>12a</b>	<b>12б</b>	<b>13a</b>
<b>13б</b>	<b>14a</b>	<b>14б</b>	<b>15a</b>	<b>15б</b>
<b>16a</b>		<b>16б</b>		<b>17a</b>
	<b>17б</b>	<b>18a</b>		<b>18б</b>
	<b>19a</b>		<b>19б</b>	
<b>20a</b>			<b>20б</b>	
<b>Сумма Ч-П-</b>	<b>Сумма Ч-Т-</b>	<b>Сумма Ч-Ч-</b>	<b>Сумма Ч-З-</b>	<b>Сумма Ч-Х-</b>

<b>1a</b>	<b>1б</b>	<b>2a</b>	<b>2б</b>	<b>3a</b>
<b>3б</b>	<b>4a</b>	<b>4б</b>	<b>5a</b>	<b>5б</b>
<b>6a</b>		<b>6б</b>		<b>7a</b>
	<b>7б</b>	<b>8a</b>		<b>8б</b>
	<b>9a</b>		<b>9б</b>	
<b>10a</b>			<b>10б</b>	
<b>11a</b>	<b>11б</b>	<b>12a</b>	<b>12б</b>	<b>13a</b>
<b>13б</b>	<b>14a</b>	<b>14б</b>	<b>15a</b>	<b>15б</b>
<b>16a</b>		<b>16б</b>		<b>17a</b>
	<b>17б</b>	<b>18a</b>		<b>18б</b>
	<b>19a</b>		<b>19б</b>	
<b>20a</b>			<b>20б</b>	
<b>Сумма Ч-П-</b>	<b>Сумма Ч-Т-</b>	<b>Сумма Ч-Ч-</b>	<b>Сумма Ч-З-</b>	<b>Сумма Ч-Х-</b>

Информационная карта оценки мира профессий		
<i>Что мне интересно знать или делать?</i>	<i>В какой профессии я это могу достичь?</i>	<i>Что мне нужно для получения этой профессии?</i>

Информационная карта оценки мира профессий		
<i>Что мне интересно знать или делать?</i>	<i>В какой профессии я это могу достичь?</i>	<i>Что мне нужно для получения этой профессии?</i>

<b>Информационная карта оценки мира профессий</b>		
<i>Что мне интересно знать или делать?</i>	<i>В какой профессии я это могу достичь?</i>	<i>Что мне нужно для получения этой профессии?</i>

**Профессия:**

Самая зеленая \_\_\_\_\_

Самая добрая \_\_\_\_\_

Самая строгая \_\_\_\_\_

Самая денежная \_\_\_\_\_

Самая смешная \_\_\_\_\_

Самая ответственная \_\_\_\_\_

Самая вкусная \_\_\_\_\_

Самая неприличная \_\_\_\_\_

Самая быстрая \_\_\_\_\_

Самая красивая \_\_\_\_\_

Самая злая \_\_\_\_\_

Самая умная \_\_\_\_\_

Самая стыдная \_\_\_\_\_

Самая детская \_\_\_\_\_

Самая лучшая \_\_\_\_\_

Самая честная \_\_\_\_\_

Самая общительная \_\_\_\_\_

Самая мокрая \_\_\_\_\_



**Вопросник КОС**

1. Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли вам удается склонить большинство своих товарищей принятию ими вашего мнения?
3. Долго ли вас беспокоит чувство обиды, причиненное вам кем-то из ваших товарищей?
4. Всегда ли вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Есть ли у вас стремление к установлению новых знакомств разными людьми?
6. Нравится ли вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что вам приятнее и проще проводить время с книгами или с какими-либо другими занятиями, чем с людьми?
8. Если возникли какие-либо помехи в осуществлении ваших намерений, то легко ли вы отступаете от них?
9. Легко ли вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше вас по возрасту?
10. Любите ли вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли вы включаетесь в новую для вас компанию?
12. Часто ли вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли вам удастся устанавливать контакты с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли вы добиваться, чтобы ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?
15. Трудно ли вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обязанностей, обязательств?
17. Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли в решении важных дел вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли вас окружающие люди, и хочется ли Вам побыть одному?
20. Правда ли, что вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для вас обстановке?
21. Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у вас раздражение, если вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что вы утомляетесь от частого общения с товарищами?

25. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы ваших товарищей?
27. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых вам людей?
28. Верно ли, что вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли вы, что вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую вам компанию?
30. Принимаете ли вы участие в общественной работе в школе?
31. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не было сразу принято вашими товарищами?
33. Чувствуете ли вы себя непринужденно, попав в незнакомую компанию?
34. Охотно ли вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у вас много друзей?
38. Часто ли вы оказываетесь в центре внимания своих товарищей?
39. Часто ли вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с незнакомыми людьми?
40. Правда ли, что вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

**Оценка коммуникативных и организаторских склонностей в  
процессе первичной профконсультации  
(методика КОС В.В.Синявского и Б.А.Федоришина).**

**Инструкция:** ответьте на вопросы «Да» или «Нет» и запишите свой ответ в бланке рядом с номером вопроса.

**Бланк ответов**

1		11		21		31	
2		12		22		32	
3		13		23		33	
4		14		24		34	
5		15		25		35	
6		16		26		36	
7		17		27		37	
8		18		28		38	
9		19		29		39	
10		20		30		40	

Кк = \_\_\_\_\_

Ко = \_\_\_\_\_

**ТЕСТ-ОПРОСНИК ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ САМООЦЕНКИ**

*Автор С. В. Ковалев*

	<i>никогда (0)</i>	<i>редко (1)</i>	<i>иногда (2)</i>	<i>часто (3)</i>	<i>очень часто (4)</i>
1 Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.					
2 Постоянно чувствую свою ответственность за работу (учебу).					
3 Я беспокоюсь о своем будущем.					
4 Многие меня ненавидят.					
5 Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.					
6 Я беспокоюсь за свое психическое состояние.					
7 Я боюсь выглядеть глупцом.					
8 Внешний вид других куда лучше, чем мой.					
9 Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми.					
10 Я часто допускаю ошибки.					
11 Как жаль, что я не умею говорить как следует с людьми.					
12 Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе.					
13 Мне бы хотелось, чтобы мои действия ободрялись другими чаще.					

14 Я слишком скромн.					
15 Моя жизнь бесполезна.					
16 Многие неправильного мнения обо мне.					
17 Мне не с кем поделиться своими мыслями.					
18 Люди ждут от меня многого.					
19 Люди не особенно интересуются моими достижениями.					
20 Я слегка смущаюсь.					
21 Я чувствую, что многие люди не понимают меня.					
22 Я не чувствую себя в безопасности.					
23 Я часто понапрасну волнуюсь.					
24 Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди.					
25 Я чувствую себя скованным.					
26 Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.					
27 Я уверен, что люди почти все принимают легче, чем я.					
28 Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.					

29 Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.					
30 Как жаль, что я не так общителен.					
31 В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте.					
32 Я думаю о том, чего ждут от меня люди.					

0 – 25 баллов – высокий уровень  
26 – 45 баллов – средний уровень  
46 – 128 баллов – низкий уровень

**Профессии из сказок:**

Золушка\_\_\_\_\_

Крокодил Гена\_\_\_\_\_

Чебурашка\_\_\_\_\_

Кот Матроскин\_\_\_\_\_

Три богатыря\_\_\_\_\_

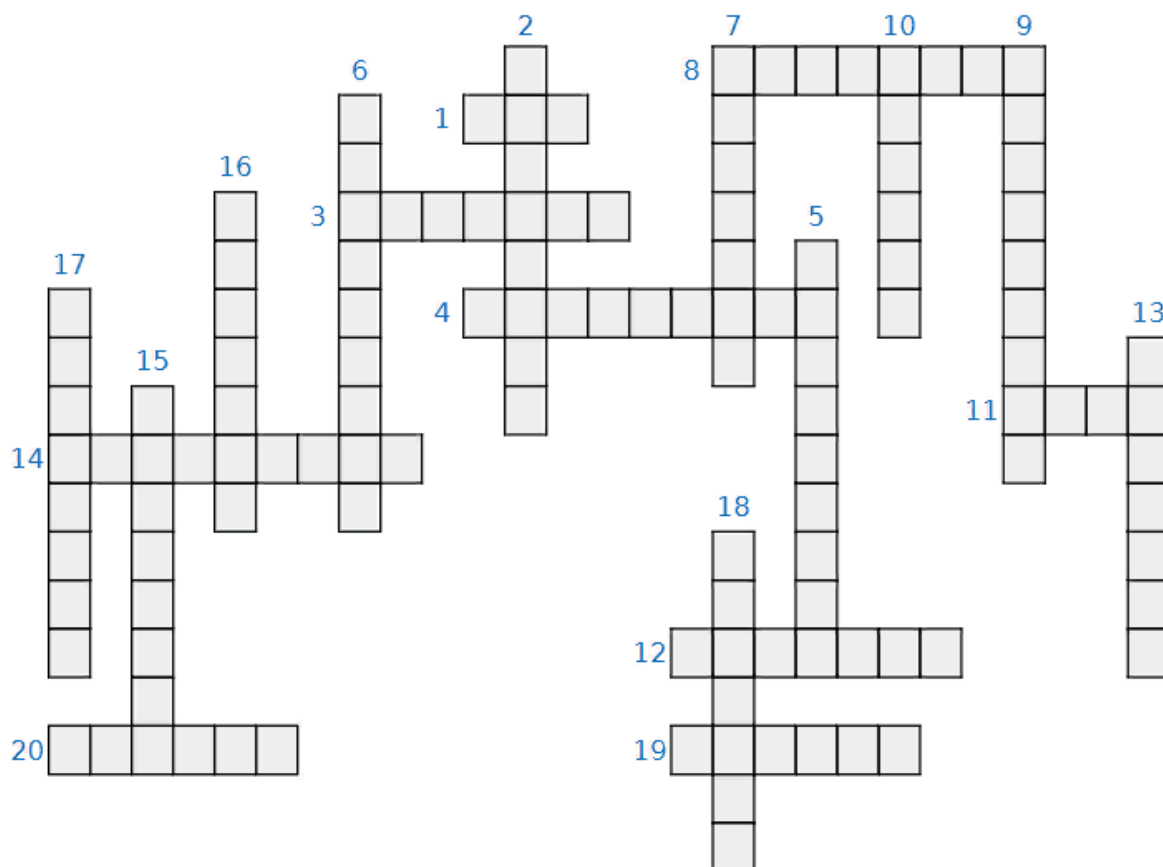
Красная шапочка\_\_\_\_\_

Дюймовочка\_\_\_\_\_

Три поросенка\_\_\_\_\_

Царевна – лягушка\_\_\_\_\_

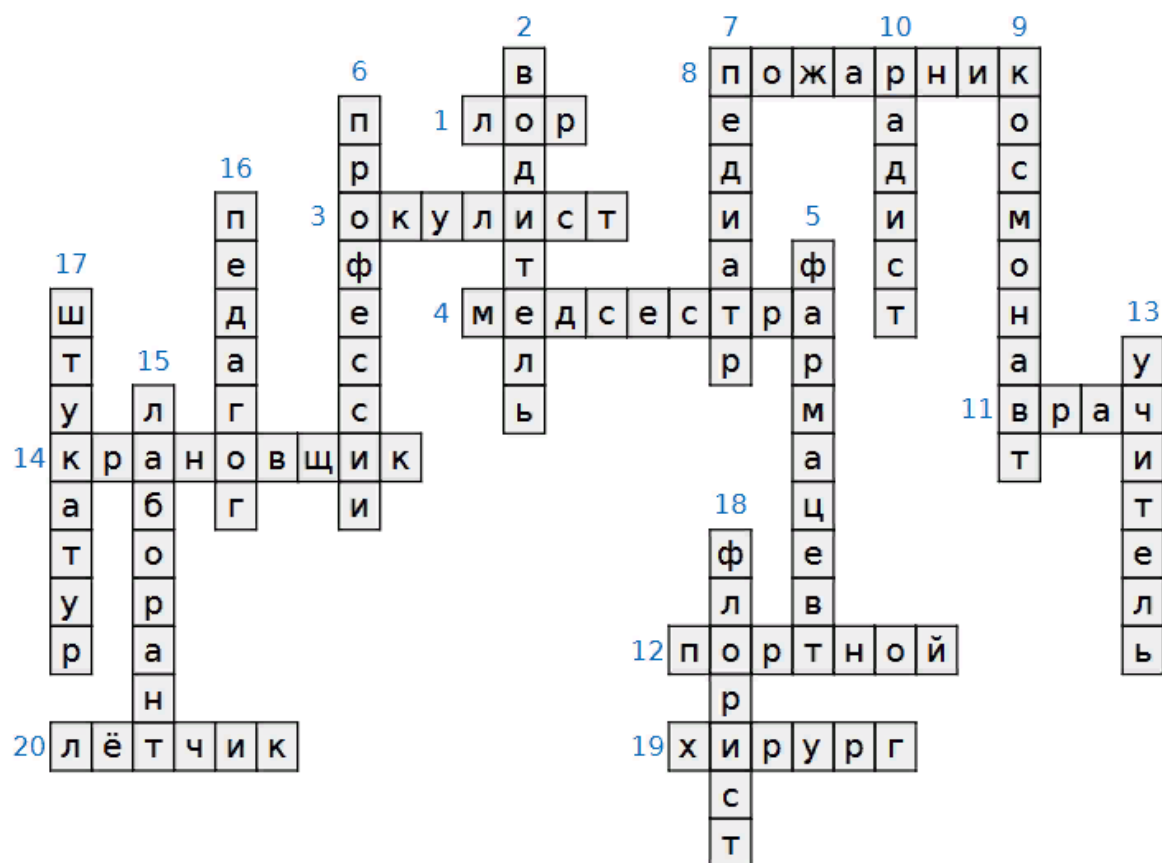
Кощей бессмертный\_\_\_\_\_



1. Врач, который лечит ухо, горло, нос.
2. Если ехать далеко, он поможет, довезет.
3. Врач, который лечащий глаза.
4. Она умело вену найдет и сможет уколоть не больно.
5. Как называется продавец в аптеке?
6. Врач, учитель, космонавт и дворник — это \_\_\_\_\_.
7. Врач для детей.
8. Если где огонь горит, он придет и потушит.
9. Как узнать, что на луне ? Нам поможет \_\_\_\_\_.
10. Человек с идеальным слухом, знающий азбуку Морзе.
11. Профессия человека, который лечит людей.
12. Все может сшить, подшить.
13. Профессия в школе, педагог.
14. В строительстве он незаменим, кирпич подать, бетон(на этажи).
15. Человек, занимающийся сбором и проверкой анализов в поликлинике.
16. Для этой профессии нужно знать педагогику и психологию.
17. Мастер по отделке стен, зданий.
18. Как называется профессия составление букетов?



19. Врач, делающий операции.
20. Человек, покоряющий небо, пилот.



## Список литературы

1. Резапкина, Г.В. Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника / Г.В. Резапкина. – М.: Генезис, 2022.
2. Резапкина, Г.В. Отбор в профильные классы / Г.В. Резапкина. – М.: Генезис, 2020.
3. Кухарчук, А.М. Человек и его профессия: учебное пособие / А.М.Кухарчук. Мн., Современное слово, 2024.
4. Прошицкая. Е.Н. Выбирайте профессию: учеб. пособие для ст. кл. сред. шк. / Е.Н.Прошицкая. – М.: Просвещение, 2010.
5. Хаткевич, О.А. Профессиональная ориентация учащихся / О.А. Хаткевич. Мн.: ИООО «Красико-Принт», 2019.
6. Организация профориентации в общеобразовательной школе. Профессиональное просвещение в 9-11 классах., г.Барнаул, 2021 г.