

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ ХМАО – ЮГРЫ
АУ ДПО ХМАО – ЮГРЫ
«ИНСТИТУТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И
ИССЛЕДОВАНИЯ РЫНКА ТРУДА»

Центр инновационной и профориентационной работы

Примерная рабочая программа
профориентационного курса для учащихся 5-7 классов
общеобразовательных учреждений

Методические рекомендации

Ханты-Мансийск
2014г.

Рекомендовано научно-методическим советом
АУ «Институт профессионального образования
и исследования рынка труда»

Протокол № 4 от 05.09. 2014г.

Составители:

В.А.Рудаков, Заведующий центром инновационной и профориентационной работы, к. п. н.;

О.В.Иванова, и. о. научного сотрудника центра инновационной и профориентационной работы.

Рецензенты:

Н.В. Коптилова, заместитель директора АУ «Институт профессионального образования и исследования рынка труда»;

А.С. Родиков, декан факультета дополнительного образования БУ ВПО «Нижевартровский государственный гуманитарный университет», к. п. н., доцент.

Примерная рабочая программа профориентационного курса для учащихся 5-7-х классов общеобразовательных учреждений: Методические рекомендации / составители В.А. Рудаков, О.В. Иванова. – АУ ИПОиИРТ. – Ханты-Мансийск, 2014. – 67 с.

Настоящее издание содержит примерную рабочую программу и методические рекомендации, которые раскрывают содержание занятий по программе профориентационного курса для учащихся 5-7-х классов. Предлагаемый курс является составной частью системы профессиональной ориентации в общеобразовательном учреждении. В программе учтены возрастные особенности учащихся 5-7-х классов, предусмотрена преемственность в содержании, формах и методах профориентационной работы в начальной и основной ступенях школы. Занятия по курсу проводятся в различной форме: профориентационные игры, самодиагностика, экскурсии, беседы и другие. Содержание курса направлено на самопознание обучающихся, расширение их знаний о профессиях Югры, особенностях профессиональной деятельности в различных сферах. Содержание рекомендаций поможет педагогам в проведении профориентационных занятий, в формировании готовности обучающихся к выбору и социализации. Рекомендации составлены в помощь классным руководителям, педагогам-психологам, социальным педагогам и другим педагогическим работникам системы общего образования Ханты-Мансийского автономного округа-Югры, занимающимся профориентационной деятельностью.

ПРИМЕРНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПРОФОРИЕНТАЦИОННОГО КУРСА ДЛЯ РАБОТЫ С УЧАЩИМИСЯ 5-7 КЛАССОВ

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

АННОТАЦИЯ

Примерная рабочая программа курса «Профориентационная работа в 5-7 классах» предназначена для учителей, классных руководителей и других педагогов общеобразовательных учреждений, занимающихся формированием профессионального самоопределения учащихся на ступени основного общего образования.

Программа призвана помочь специалистам общеобразовательной школы в организации системной профориентационной работы с учащимися 5-7 классов, направленной на выявление и развитие у обучающихся интересов и склонностей, начальных знаний об особенностях различных профессий, а также формирование навыков самопознания и саморазвития.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Время требует, чтобы современная школа формировала компетентную личность, способную к саморазвитию и профессиональному самоопределению, готовую к максимальной профессиональной мобильности, а значит, конкурентоспособную на рынке труда. В этой связи профориентационная работа в школе заключается не только в нацеленности на выбор конкретной профессии каждым школьником, но и на выявление и развитие способностей, интересов, склонностей, формирование универсальных качеств у учащихся, помогающих осуществлять сознательный, самостоятельный профессиональный выбор. Предлагаемая примерная рабочая программа рассматривается как важный элемент системы профессиональной ориентации в образовательном учреждении. Она учитывает особенности формирования психологических свойств школьников данного возраста. Программа концептуально связана с предстоящей предпрофильной подготовкой в 8-9 –м классах и профильным обучением на старшей ступени общего образования. Структура и содержание программы отражает позицию Г.В. Резапкиной по особенностям профориентационной работы в основной ступени школы. В частности её взгляд на то, что акцент в содержании профориентационной деятельности с учащимися 5-7-х классов необходимо делать на выявление и развитие способностей и интересов школьников, на организацию самопознания и развитие личностных качеств. По мнению Г. Резапкиной, «правильный выбор профессии – это выбор с учетом своих реальных возможностей и ограничений, своих интересов, склонностей и способностей». Профориентационная работа с учащимися школьного возраста направлена на развитие у школьников личностного смысла в приобретении познавательного опыта и интереса к профессиональной деятельности; представления о собственных интересах и возможностях (формирование образа “Я”). Также школьники 5-7 классов приобретают определенные знания о различных сферах социально-профессиональной практики в автономном округе: строительстве, транспорте, нефтяной промышленности, энергетике, здравоохранении, рыболовстве, лесном хозяйстве, образовании, культуре и др.

В 5-7 классах к воспитанию и просвещению, которые использовались в начальной школе, добавляется *диагностика*– изучение личности школьника в целях профориентации. В процессе психолого-педагогической диагностики школьники смогут изучить свои личностные особенности: ценностные ориентации, интересы, способности, склонности, мотивы, профессиональные предпочтения. Это позволит школьникам осмыслить и овладеть набором универсальных учебных действий, жизненно и профессионально важных качеств – интеллектуальных, физических, личностных - и попытаться найти ответы на важные вопросы: кем хочу стать?; чего хочу достичь?; каким хочу быть?

Цель Программы: сформировать у учащихся 5-7 классов навыки самопознания, саморазвития, подготовки к выбору, соответствующему способностям и возможностям школьника, особенностям и потребностям регионального рынка труда.

Задачи:

1. Способствовать формированию у учащихся потребности в профессиональном самоопределении в соответствии с интересами, способностями и возможностями личности.
2. Расширить представления школьников о профессиях, содержании профессиональной деятельности и требованиях различных профессий к личностным качествам.
3. Сформировать знания о различных сферах социально-профессиональной практики в автономном округе, об особенностях современного производства и оборудования.
4. Научить учащихся анализировать свои возможности и способности, оценивать качества личности и соотносить их с требованиями, предъявляемыми той или иной профессией.
5. Способствовать формированию начальных навыков самостоятельного и осознанного принятия решения в построении дальнейшего образовательного маршрута.
6. Оказать адресную психолого-педагогическую помощь учащимся в самопознании, формировании образа “Я”.

СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

Программа профориентационного курса с учащимися 5 - 7 классов составлена на основе системы классных часов, предложенных Г. Резапкиной, дополнена профориентационными играми, экскурсиями и встречами с квалифицированными специалистами, профессионалами своего дела. В ней учтены возрастные особенности учащихся данного возраста, предусмотрена преемственность в содержании, формах и методах профориентационной работы в начальной и основной ступенях школы.

Структура профориентационного курса:

- 5 класс – 6 занятий по 1 часу.
- 6 класс - 6 занятий по 1 часу.
- 7 класс – 6 занятий по 1 часу.

Возможны несколько вариантов проведения курса: либо занятия проводить один раз в месяц, либо провести все занятия в короткий отрезок учебного года – 1-ое или 2-ое полугодие. Календарное планирование может быть следующим: октябрь, ноябрь, декабрь, февраль, март, апрель. Сроки проведения занятий могут быть изменены организаторами с учетом режима работы школы. Продолжительность занятия 45 минут.

Программа является примерной, что позволяет каждому образовательному учреждению на её основе подготовить свою программу с учетом особенностей населенного пункта, специфики

деятельности и сложившихся традиций школы. Вместе с тем, программа обеспечивает обязательный минимум профориентационной работы со школьниками данной возрастной группы и должна стать частью системы профориентационной работы в каждом образовательном учреждении. Мы предлагаем облегченный вариант программы, чтобы исключить перегрузку учащихся. Организаторы профориентационной работы могут изменить сроки проведения занятий, дополнить количество часов на изучение предлагаемых тем, проведение экскурсий и профориентационных игр.

Программа реализуется в условиях взаимодействия общеобразовательного учреждения с другими субъектами: семьей; предприятиями, учреждениями, организациями населенных пунктов ХМАО – Югры. В содержание курса могут быть внесены дополнения, отражающие специфику социально-экономической сферы конкретного места расположения школы.

Организация в 5-7 классах профориентационной работы, на наш взгляд, позволит учащимся разобраться в своих интересах и склонностях, подготовиться к осознанному выбору после 9 класса - пойти получать профессиональное образование и планировать дальнейшую профессиональную карьеру или продолжить обучение на старшей ступени школы по программам профильного уровня.

Образовательные технологии, используемые при реализации курса:

Информационно-коммуникационная, игровая, проблемно - деятельностная технологии. Практическая часть представлена в виде профориентационных игр, презентаций, экскурсий, организации самостоятельной работы.

Методическое обеспечение программы: опросники и диагностические методики, профориентационные игры и тренинги, вопросы для собеседования, анкета для проведения рефлексии учащимися.

Организация, формы и методы работы:

Формы работы определяются в соответствии с возрастными особенностями.

Система занятий выстроена таким образом, что в каждом классе важнейшие темы, связанные с личностным и профессиональным самоопределением - формированием реалистичной самооценки - последовательно изучаются с учетом возрастных особенностей учащихся. Диагностика особенностей интеллектуальной сферы проводится в целях выявления склонностей к разным видам деятельности; уточнения интересов и склонностей. Беседы и экскурсии предназначены для ознакомления школьников с миром профессий автономного округа и своего населенного пункта.

При проведении занятий используются:

- профориентационные игры;
- диагностика личностных качеств и интересов человека, соотнесение их с требованиями различных профессий;
- групповые занятия с элементами тренинга;
- презентации;
- экскурсии;
- встречи, беседы со специалистами.

Для организации самопознания школьников предлагаем в 5-7 классах проводить диагностику личности по достаточно широко применяющимся в практике методикам, которые помогут школьникам уточнить свои интересы и склонности, узнать особенности мышления и интеллектуальный потенциал.

Повышению результативности профориентационной работы с учащимися 5-7 классов будут способствовать:

- понимание учителями, классными руководителями и другими педагогами общеобразовательных учреждений значимости комплексного, интегративного подходов к формированию готовности к профессиональному самоопределению школьников;
- осуществление психолого-педагогического сопровождения учащихся в их профессиональном самоопределении;
- применение активных методов и приемов профориентационной работы, которые способствуют наиболее полному раскрытию личностного потенциала ребенка.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Время проведения	Содержание
1.	Кто я?	октябрь	Выполнение задания развивает способности оценивать самого себя, психические характеристики личности: ответственность, самостоятельность, усердие, дисциплинированность и др. Занятие поможет разобраться в положительных и отрицательных чертах характера человека, его отношении к людям, труду; ученики смогут сделать вывод об ответственности человека за свой характер. Упражнение «Двойной счет», игра «Муха», «Как тренировать память». Задания основаны на самооценке, то есть способности человека оценивать самого себя, понимать, что мышление, память, внимание помогают человеку развивать общие и специальные способности.
2.	Что я знаю о профессиях?	ноябрь	Ознакомление с индивидуальными особенностями профессий шести типов: с природой, техникой, людьми, со знаковой системой, с художественным образом, бизнесом (классификация Е. А. Климова) Игра «Аукцион» расширяет знания ученика о различных профессиях.
3.	Мои задатки, склонности и интересы.	декабрь	Проводится диагностика профессиональных склонностей (методика Л.Йовайши в модификации Резапкиной), которая поможет учащимся понять, что на основании задатков возникают способности — индивидуально-психологические особенности человека, способствующие выбору профессии.
4.	Профориентационная игра.	февраль	Игра "Путешествие по морям профессий" и игровые профориентационные упражнения: "Профессия на букву...", "Маскарадный костюм". "Угадай профессию» расширяют представление о профессиях; помогают учащимся выявить способности к определенному виду деятельности; повысить интерес к профессиям и расширить их кругозор.
5.	Беседы о профессиях.	март	Встречи с профессионалами: продавец, медицинский работник, бухгалтер, автомеханик (водитель), музыкант (художник) - (предлагаем выбрать 1-2 профессии).

6.	Экскурсия на производство, в учреждение.	апрель	Ознакомление учащихся с практической направленностью профессии, организацией и орудиями труда. Встречи со специалистами производства или учреждения.
----	--	--------	--

6 КЛАСС

№ п\п	Тема занятия	Время проведения	Содержание
1.	Мои достоинства и недостатки.	октябрь	Занятие поможет учащимся понять значения: недостатки и достоинства характера, «работать над характером», «сила воли»; поможет избавиться от черт характера, которые в будущем способны испортить жизнь и воспитать те, которые помогут стать счастливым, научиться работать с недостатками, превращая их в достоинства.
2.	Мыслитель или художник?	ноябрь	Индивидуальная работа учащегося с методикой ДДО Климова, «или-или» помогает «пережить» разнообразные игровые ситуации, когда у школьника возникает необходимость вынужденного предпочтения одних "ценностей" другим, что сближает игру с жизненным опытом выбора. Методика помогает участникам сравнить свои оценки эмоциональных переживаний, поведенческих реакций с реакциями других участников, что способствует развитию адекватной самооценки.
3.	Мои эмоции.	декабрь	На занятии школьники продолжают путь самопознания. Творчество учащихся - «нарисуй эмоцию, угадай эмоцию, назови эмоцию» - позволит им понять, что эмоции насыщают нашу жизнь, делают её интересной; научат понимать своё эмоциональное состояние, управлять негативными эмоциями, такими как: гнев, раздражение, агрессия и др.
4.	Профориентационная игра.	февраль	С учащимися 6 класса можно провести фрагмент игры, разработанной педагогом-психологом В.Н.Петелиной «Своя игра». Игра позволит учащимся продемонстрировать знания в области известных профессий, расширить представления о своих возможностях, способствует развитию навыков работе в команде.
5.	Беседы о профессиях.	март	Встречи с профессионалами: адвокат (судья), педагогический работник, экономист, системный администратор (программист), хореограф, флорист - предлагается 1-2 на выбор.
6.	Экскурсия на производство, в учреждение.	апрель	Продолжить ознакомление уч-ся с практической направленностью профессии, организацией и орудиями труда. Встречи со специалистами производства и учреждения.

7 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Время проведения	Содержание
1.	Мои мечты, возможности и цели.	октябрь	Занятие поможет 7-классникам разобраться в жизненных целях (кем хочу стать?, чего хочу достичь?, каким хочу быть?), средствах и условиях достижения целей; сопоставить цели с личностными способностями и возможностями.
2.	Интеллектуальный потенциал.	ноябрь	На занятии проводится диагностика – тест интеллектуального потенциала П.Ржичан. Тест интеллектуального потенциала (ТИП) — один из 25 тестов, утвержденных ЮНЕСКО для психологического исследования личности и направлен на выявление уровня развития невербального интеллекта. Испытуемые учащиеся демонстрируют способность выводить закономерности на основе анализа и синтеза невербальной информации.
3.	Как вести себя в конфликтах.	декабрь	Занятие направлено на развитие эмоционально-волевой сферы учащихся, предоставляет школьникам возможность увидеть некоторые особенности своего поведения в конфликтных ситуациях, обеспечивает практическую направленность критического оценивания; происходит отработка умений и навыков сглаживания конфликтов и правильного выхода из них.
4.	Тренинг личностного роста.	февраль	Тренинг развивает навыки саморефлексии, повышает уверенность в себе, развивает позитивное мышление, принятие себя, способствует определению перспективных жизненных целей.
5.	Как достичь успеха? Свобода и ответственность.	март	Занятие предоставляет учащимся возможность самостоятельно осмыслить взаимосвязь понятий «свобода» и «ответственность», разработать своеобразный алгоритм достижений успеха. Такая работа значима для профессионального и личностного самоопределения подростка.
6.	Экскурсия на производство, в учреждение.	апрель	Ознакомление уч-ся с практической направленностью профессии, организацией и орудиями труда. Встречи со специалистами производства и учреждения.

Содержание занятия по каждой теме достаточно подробно представлено в методических рекомендациях для педагогов.

Оценка эффективности реализации Программы

Реализация Программы позволит:

- расширить представления школьников о различных профессиях, их требованиях к личности, о содержании профессиональной деятельности, различных сферах социально-профессиональной практики в автономном округе;
- оказать адресную психологическую помощь учащимся в самопознании и способствовать формированию адекватной самооценки;
- научить учащихся анализировать свои возможности и способности, оценивать качества личности и соотносить их с требованиями, предъявляемыми той или иной профессией;
- помочь выявить интересы и способности, сформировать цели на личностное развитие.

Результативность освоения школьниками данной программы можно выявить при помощи рефлексии, которую проводить желательно после заключительного занятия. Рефлексия проводится посредством индивидуального письменного опроса учащихся.

Рефлексия является своеобразным показателем активности ученика в его осмыслении полученной информации о профессиях, о себе. По завершению занятий в 5, 6, 7 классе мы рекомендуем проводить рефлексию, которая станет своеобразным подведением итогов в получении школьниками профориентационных знаний и навыков самопознания. Цель рефлексии: во-первых, зафиксировать результат освоения программы; во-вторых, получить опыт самоанализа, самооценки и корректирования своего развития, путем выявления области незнания и поиска необходимого знания. Рефлексия является своеобразным показателем саморазвития ученика в подростковом возрасте, способствует формированию и развитию новых способов самовыражения учащихся.

Можно предложить учащимся заполнить анкету.

Анкета для пятиклассников.

1. Занятия мне понравились (не понравились) потому, что

2. Самым интересным было занятие (отметить)

- 1) Кто я? (упражнение «Двойной счет», игра «Муха», Как тренировать память).
- 2) Что я знаю о профессиях? (Игра «Аукцион»).
- 3) Мои задатки, склонности и интересы
- 4) Профориентационная игра "Путешествие по морям профессий".
- 5) Беседы о профессиях (о какой профессии) _____
- 6) Экскурсия на производство, в учреждение. _____

3. Я узнал новое: о профессии _____
о моих возможностях _____

4. Ещё бы я хотел узнать о _____

5. Мне пригодятся знания о (указать, какие) _____

Анкета для шестиклассников.

1. Занятия мне понравились (не понравились) потому, что

2. Самым интересным было занятие (отметить)

- 1) Мои достоинства и недостатки.
- 2) Мыслитель или художник?
- 3) Мои эмоции.
- 4) ПрофорIENTATIONная игра.
- 5) Беседы о профессиях (о какой профессии) _____
- 6) Экскурсия (куда?) _____

3. Я узнал новое о профессии _____

о моих возможностях _____

4. Ещё бы я хотел узнать о _____

5. Мне пригодятся знания о (указать, какие) _____

Анкета для семиклассников.

1. Занятия мне понравились (не понравились) потому, что

2. Самым интересным, на мой взгляд, было занятие (отметить)

- 1) Мои мечты, возможности и цели.
- 2) Интеллектуальный потенциал.
- 3) Как вести себя в конфликтах.
- 4) Тренинг личностного роста.
- 5) Как достичь успеха? Свобода и ответственность.
- 6) Экскурсия (куда?) _____

3. Я узнал новое о профессиях _____

о моих возможностях _____

4. Ещё бы я хотел узнать о _____

5. Мне пригодятся полученные знания о (указать, в какой ситуации пригодятся полученные знания)

6. Если бы я еще раз участвовал в занятиях, то я бы предложил следующее

7. Помогли тебе занятия в подготовке к выбору будущей профессии? (да, нет, не знаю)

8. Помогли тебе занятия в понимании своих интересов, способностей? (да, нет, не знаю)

Литература

1. Бедов, А. Профессиональное самоопределение в проектной деятельности / Александр Бедов // Народное образование. - 2009. - №2. - С. 202-207.
2. Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения./ Е.А. Климов. - М.: изд. центр «Academia», 2007.
3. Пряжникова, Е.Ю. Профориентация : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.Ю. Пряжникова, Н.С. Пряжников. – 4-е изд., стер. - М.: изд. центр «Академия», 2008. – 496с.
4. Резапкина, Г.В. Правильные выбор профессии : система классных часов для учащихся 5-9-х классов // Спутник классного руководителя. - 2011. - №№ 2,3,4.
5. Резапкина, Г.В. Профориентационная работа в школе (практикум для педагогов и родителей) / Библиотека журнала «Директор школы», № 5, 2011.
6. Резапкина, Г.В. Как помочь детям найти свое место в жизни. Стратегии воспитательной работы в школе, М. ФИРО, 2013.
7. Резапкина, Г.В. Готовимся к родительскому собранию. Родителям о самоопределении детей и подростков. Вестник практической психологии образования, №№1-3, 2012.
8. Субочева, И.Н. Новые формы профориентационной работы в школе // Справочник заместителя директора школы. – 2009. - №5. - С. 39-41
9. Телепенко, Ю.А. Организация предпрофильной подготовки учащихся с первой ступени обучения // Справочник заместителя директора школы. - 2008. - №11 - С. 38-40

Методические рекомендации
по организации профориентационной работы
с учащимися 5-7 классов общеобразовательных учреждений

ВВЕДЕНИЕ

Современная школа ориентируется на формирование активной, инициативной, творческой личности, максимально реализующей себя в жизни, в профессиональной деятельности. Личности мобильной и гибкой, адекватно меняющейся в соответствии с социально - экономическими изменениями в обществе. Сегодня одной из главных задач школы является воспитание человека, умеющего ставить перед собой достижимые цели, выбирать оптимальный путь их достижения, анализировать результаты деятельности, извлекать уроки из неудач и брать на себя ответственность за свои поступки, обладающего потребностью в саморазвитии. Решению этих задач способствует, в том числе, и система профессиональной ориентации, направленная на формирование готовности школьников к профессиональному самоопределению.

Во многих документах и методических статьях отмечается, что профессиональное самоопределение имеет многоступенчатый и динамический характер, поэтому формирование готовности к осознанному выбору профессии необходимо начинать не перед выпуском из школы, а как можно раньше. При этом, следует помнить, что каждому возрасту обучающихся присущи свои психологические особенности, которые очень важно учитывать при разработке планов профориентационной работы. Известно, что в начальной школе, наряду с учебной, актуальной является и игровая деятельность. В связи с этим, профориентацию в начальной школе мы предлагаем проводить в игровой форме. Для учащихся основной ступени возрастные особенности характеризуются познанием себя и изменений в физиологии, психике, стремлением к самостоятельности, к авторитетам, к дружеским отношениям, фантазированием на предмет будущего и т.п.

Предлагаемая система профориентационных занятий в 5-7 классах отражает потребности в самопознании, характерные для 11-13-летних детей. Школьникам 5-7 классов предстоит научиться оценивать собственные способности, выявлять интересы и склонности, чтобы к окончанию основной школы принять решение, где продолжать образование и какую профессию выбрать.

Настоящие методические рекомендации раскрывают содержание примерной рабочей программы профориентационного курса для работы с учащимися 5-7 классов общеобразовательных учреждений. Здесь представлены различные формы: профориентационные игры; самодиагностика - методика «Профиль», опросник типа мышления (сокращенный вариант), «Карта интересов» (модификация Г. Резапкиной); тренинг личностного роста. Методические рекомендации предназначены для педагогов общеобразовательных учреждений, работающих с учащимися 5-7 классов и ответственных за профориентационную работу в школе.

Предлагаемый курс может помочь учащимся 5-7 классов в самопознании и осознании своих интересов, способностей, социальных ценностей, что крайне важно при выборе будущей профессиональной деятельности.

5 класс

Занятие 1. Кто Я?

«... Однажды учитель истории рассказал нам о древних греках, которые начертали на фронтоне одного из знаменитых храмов: «Познай самого себя». Я учился в пятом классе и, естественно, подумал о том. Что эти греки – довольно странные люди, если сочли нужным сделать именно эту надпись. Мой «пятиклассный ум» не мог представить, что в этом требовании могло содержаться что-то значительное, так как я был совершенно уверен, что знаю себя достаточно хорошо, чтобы над этим задумываться».

Ю.М.Орлов. Восхождение к индивидуальности

На каждом уроке вы будете открывать в себе что-то новое. Вы узнаете особенности своего мышления и нервной системы, свои интересы и склонности, уточните черты характера. Эта информация принадлежит только вам, поэтому мы должны соблюдать **конфиденциальность**, т.е. закрытость, секретность этой информации. Информация может быть полезной только в том случае, если она достоверна. Поэтому в ваших интересах добросовестно выполнять все задания.

Большинство заданий основано на самооценке, то есть способности человека оценивать самого себя. А она у всех разная. Один, обладая скромными способностями, вполне доволен собой. Другой, несмотря на высокие достижения, страдает от собственного несовершенства. Древние считали, что человек – мера всех вещей. Значит, сколько людей – столько и измерительных приборов?

Ученикам можно предложить оценить самого себя, заполнив таблицу.

«Знаете ли вы себя?»

Я знаю свои физические данные	5	4	3	2	1
Я знаю свой характер	5	4	3	2	1
Я знаю особенности своих органов чувств	5	4	3	2	1
Я знаю свои способности (к чему я способен)	5	4	3	2	1
Я знаю свои потребности (чего мне хочется)	5	4	3	2	1

Оценка выставляется по 5-балльной шкале: 5 – знаю в полной мере; 4 – достаточно хорошо знаю, 3 – в основном знаю, 2 – думаю, что знаю недостаточно, 1 – знаю плохо.

Это задание косвенно свидетельствует о реалистичности самооценки учащихся. Можно детям объяснить, что данная самооценка поможет им выявить то, что они ещё недостаточно хорошо знают о себе для своего дальнейшего развития.

Задание. В течение 5 минут запишите пять разных ответов на вопрос: «Кто Я?». Записывайте ответы так, как они приходят вам в голову. Ответы могут отражать ваши увлечения (музыкант, спортсмен, фанат, геймер...) или человеческие качества (ответственный, ленивый, добрый, веселый...). Какие из них можно отнести к положительным, а какие – к отрицательным? Каких характеристик больше? Обратите внимание детей, что это упражнение помогает человеку лучше понять себя, свое место в жизни. Получается достаточно интересный «самопортрет».

Внимательны ли вы? Что такое внимание? Зачем нужно развивать внимание?

Внимание — это направленность нашего сознания на определенный объект. Внимание обладает рядом свойств: устойчивостью, объемом, переключаемостью, распределением, концентрацией. Многие профессии предъявляют особые требования к вниманию. Например, водитель должен уметь распределять внимание, чтобы замечать все: сигналы светофора, ситуацию на дороге, работу самого автомобиля. Учитель должен контролировать ситуацию в классе и следить за логикой изложения учебного материала. Бухгалтер или ученый должны концентрироваться на своей работе так, чтобы не замечать возможные помехи. Говорят,

Юлий Цезарь мог одновременно выполнять несколько дел. Попробуйте выполнить одновременно хотя бы два элементарных действия.

Упражнение «Двойной счет»

Задание. Записывайте числа от 1 до 20, одновременно ведя вслух обратный отсчет. Например, пишете «1», а вслух говорите «20», «2» — «19» и т. д.

Когда вы делали больше ошибок: в начале или в конце задания?

Выводы. Обычно в конце работы ошибок и затруднений бывает меньше, чем в начале: внимание, как любая функция, развивается, если ею заниматься, и угасает, если ею не пользоваться. Это упражнение тренирует нашу способность распределять внимание.

Игра «Муха»

Задание. На доске чертится девятиклеточное игровое поле (3 x 3). Воображаемая муха находится в центре поля. Учащиеся по очереди (порядок может определять учитель) дают «мухе» одну из четырех команд (вверх, вниз, вправо, влево). Все ученики должны внимательно следить за перемещениями воображаемой мухи: достаточно на секунду отвлечься, чтобы потерять «муху» и выйти из игры. Выигрывает тот, кто останется.

Память — это способность запоминать то, что мы видим, слышим, говорим и делаем, сохранять все это, и в нужный момент воспроизводить. Запоминание, сохранение, узнавание, воспроизведение — основные функции памяти.

Продуктивность памяти характеризуется объемом и скоростью запоминания информации, длительностью ее сохранения и точностью воспроизведения. По характеру усваиваемой информации различают слуховую, зрительную, моторную, эмоциональную, логическую память.

В быту и на работе иногда приходится делать усилия, чтобы что-то вспомнить. Наверное, каждый оказывался в неловкой ситуации, когда тут же забывал имя человека, с которым его только что познакомили. В этом случае помогает метод ассоциаций. Например, вас познакомили с человеком, которого зовут Николай Васильевич. Как Гоголя. Легко запомнить, если вы, конечно, знаете, кто такой Гоголь и как его звали. Можно найти ассоциации с именами близких родственников, друзей, школьных учителей, артистов.

Задание. Проверьте произвольную память и внимание, ответив на эти вопросы:

- Какой фонарь у светофора находится сверху: красный или зеленый?
- В каком порядке расположены цвета российского флага?
- Нарисуйте по памяти, как расположены кнопки на вашем телефоне.
- Куда открывается дверь в классе: наружу или внутрь?

Рекомендации: Как тренировать память

○ Плохая память нередко следствие плохого внимания. Чтобы сконцентрироваться на задаче, недостаточно просто думать о ней. Необходимо зрительно представить или проиграть ситуацию выявить новые детали, рассмотреть задачу с различных сторон, поставив себя на место других людей.

○ Тренируйте зрительную память, пытаясь перед сном как можно ярче представить дневные события. Мысленно всмотритесь в лица и предметы, стараясь увидеть детали.

○ Тренируйте слуховую память. Попробуйте повторить сказанное диктором с интервалом в несколько секунд, как это делает переводчик-синхронист. Выпишите понравившиеся интересные афоризмы и цитаты. Ежедневно запоминая хотя бы одну из них, вы не только улучшите память, но и обогатите свою речь.

Занятие 2. Что я знаю о профессиях?

В мире насчитывается около сорока тысяч профессий, причем каждый год исчезают десятки старых и возникают сотни новых, точно также, как на смену старым предметам обихода приходят новые. Некоторые профессии кокетливо меняют названия, прикидываясь современными. Не сразу поймешь, что бармен — это буфетчик, а менеджер — управляющий. Профессия прачки исчезла вместе со стиральной доской. Тяжелую работу теперь выполняет стиральная машина.

Что такое редкая профессия? Это или очень старое, или очень новое дело. Или настолько сложное, что им владеют не многие.

Сейчас большая редкость – пишущая машинка. Ей на смену пришел компьютер с клавиатурой. Поэтому и профессия машинистки видоизменилась (желательно проиллюстрировать рассказ картинками, слайдами или фотографиями).

А сколько «устаревших профессий»: **бурлак** – наёмный рабочий, который, идя по берегу, тянул речное судно; **мельник** – ремесленник, занимавшийся производством муки из зерна; **трубочист**; **ямщик**; **скоморох**, **фонарщик** и другие.

Все знают, чем занимается врач? А какие качества необходимы врачу? (Любовь к людям, отзывчивое сердце - милосердие, глубокие профессиональные знания, умелые руки, хорошая память, внимательность, самоотверженность, чувство долга и др.)

Исследовательский центр портала SuperJob.ru провел опрос среди населения России. 1800 человек ответили только на один вопрос: «Какую профессию в России Вы считаете самой опасной в настоящее время?»

Вот что получилось: самой опасной оказалась работа **шахтера**; на втором месте по степени риска находится профессия **спасателя**; на третьем месте – **пожарные**. Ещё россияне считают, что очень рискованно быть за рулем и выделили профессию **водителя**. **Полицейский**, **военный**, **летчик**, **водолаз-подводник**, **космонавт** – опасные профессии, требующие отваги и мужества.

Английские ученые провели исследования и составили список профессий будущего. Как считают исследователи, в ближайшем будущем в мире будут необходимы следующие профессии:

- * **производители биомеханических протезов;**
- * **наномедики;**
- * **фермеры, которые занимаются генетически модифицированными продуктами;**
- * **нейрохирурги, улучшающие память людей.**

Всемирно известный журнал Форбс (журнал, который любит считать деньги) опубликовал в 2009 году рейтинг самых высокооплачиваемых профессий в Америке. Самые частые представители этого списка оказались медики, в основном **хирурги** и **стоматологи**. Но это в Америке, а как у нас? Как сообщает тот же Форбс, в России самые доходные профессии связаны с бизнесом. Списки высокооплачиваемых профессий у нас возглавляют **банкиры** и **финансисты**. Так же много зарабатывают **юристы**, главные **бухгалтера**, **руководители** и **управленцы** высшего звена.

Вопрос учащимся: Что такое профессия? (учитель может записать ответы детей на доске).

«Профессия – основной род занятий, трудовой деятельности» (Толковый Словарь Ожегова).

Какие профессии вы знаете?

- Какие профессии упоминали на уроках истории? (Историк, архитектор, реставратор, археолог, кораблестроитель, изобретатель, книгопечатник и др.)
- О каких профессиях говорили на уроках русского языка?
- Назовите профессии, которые связаны со здоровьем человека.

Проводится игра «Аукцион».

Задание. Первый учащийся с места называет любую профессию, второй – профессию, начинающуюся на последнюю букву предыдущей и т.д. Если ученик затрудняется назвать профессию, учитель считает до трех, после чего ученик выбывает из игры, а право хода переходит следующему игроку. Выигрывает последний. В качестве атрибутов игры можно использовать импровизированный гонг и молоток, приз победителю.

Рефлексия. Ответьте на вопросы

Что такое «труд»? (учитель может записать ответы детей на доске)

Труд – целесообразная деятельность человека, направленная на создание с помощью орудий производства материальных и духовных ценностей» (Толковый Словарь Ожегова).

Какие вы знаете пословицы о труде?

Примеры пословиц:

- С мастерством люди не родятся, а добытым ремеслом гордятся. /Русская пословица/
- Не хлеб за брюхом ходит, а брюхо за хлебом. /Русская пословица/
- Малый топор может срубить большое дерево. /Албанская пословица/
- Душу вложишь - все сможешь. /Русская пословица/
- Клади картошку в окрошку, а любовь в дело. /Русская пословица/
- Без труда жить - только небо коптить. /Русская пословица/

В левой части дано начало пословицы. Найдите в правой части таблицы их окончание.

Уменье и труд	а в одном отличись.
Готовь сани летом	созреет - само упадет.
За много дел не берись,	а говори, что сделал.
Не говори, что делал,	а телегу - зимой.
Поспешишь -	пока горячо.
Без труда	всё перетрут.
Не тряс яблоко пока зелено:	а начавши - делай.
Не начавши - думай,	людей насмешишь.
Кто рано встает, все грибы соберет,	не вынешь и рыбки из пруда.
Куй железо,	а сонливый пойдет за крапивой.

Упражнение «Найди пару»

Найдите каждой профессии левого столбика ее пару в правом, соединив их линиями. Если в этом списке нет выбранной вами профессии, запишите внизу ее название и ее «пару»:

Врач	Покупатель
Учитель	Клиент
Парикмахер	Пациент

Экскурсовод	Читатель
Библиотекарь	Слушатель
Продавец	Ученик
Воспитатель	Воспитанник
Продавец	Турист
.....

В заключении учитель или подготовленный ученик читает стихотворение Р.Сефа «Странное дело». Предложите ребятам подумать над этим стихотворением. В каких смыслах употребляются здесь слова «художник» и «сапожник»? Кого из героев стихотворения можно назвать мастером, профессионалом? Кто вызывает уважение?

Странное дело, а может быть нет.
Жил-был на свете когда-то сапожник.
Был он сапожником 45 лет,
Но про него говорили: Художник!

Странное дело, а может быть нет.
Жил-был на свете когда-то художник.
Был он художником 70 лет,
Но про него говорили: Сапожник!

Странное дело, а может быть нет?

(При разработке использованы материалы педагога-психолога В.Н.Петелиной)

Занятие 3. Задатки, склонности и интересы

Каждый человек от рождения имеет особенности строения тела, органов чувств и мозга, которые называют «задатками», то есть заранее данными качествами, дарами, которые мы получаем при рождении. Хорошая память, внимание, ум одним даны от природы, другие развивают их упражнениями. Задатки — это наши возможности, которые в благоприятных условиях могут вырасти в способности, а могут погибнуть, как семена, упавшие на каменистую почву.

На основании задатков возникают способности — индивидуально-психологические особенности человека. Способности бывают общими и специальными. Общие способности зависят от сформированности мышления, памяти, внимания.

Способный человек, как правило, обладает многими талантами. Пушкин и Лермонтов были не только великими поэтами, но и замечательными художниками и умнейшими людьми. Литературный талант Грибоедова соперничал с музыкальным и дипломатическим. Выдающийся советский штангист Юрий Власов, уйдя из спорта, стал хорошим писателем. Кажется, что обилие дарований может затруднить выбор профессии. Но это тот случай, когда любое решение — выигрышное.

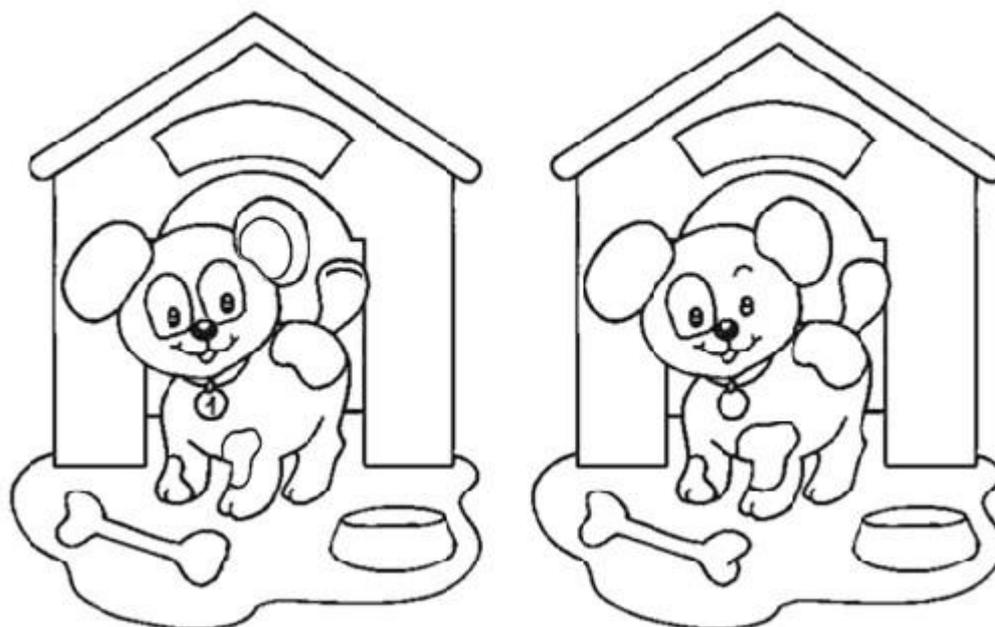
Внимание, память, мышление можно развивать при помощи специальных упражнений. Сразу же следует сказать о том, что плохой памяти не бывает, просто некоторые люди не умеют правильно ее использовать. То, насколько ваша память эффективна, зависит во многом от того, как развито у вас внимание. Именно внимание определяет то, насколько яркими и

точными будут ваши воспоминания. Ведь для того, чтобы запомнить что-то с наибольшей точностью, вы должны сосредоточиться на нем, сконцентрировать свое внимание и не отвлекаться.

Упражнение на внимание. Найдите и прочитайте по порядку цифры от 0 до 9.



Упражнение «Найдите различия».



Сколько вы нашли различий в изображении щенка на правом и левом рисунке? Сколько потребовалось времени?

Можно усложнить задачу. Посмотрите на левый рисунок 1 минуту и попытайтесь по памяти его нарисовать.

Примечание. Школьникам можно порекомендовать самостоятельно тренировать свои внимание и память. Посмотрите на любой предмет в течение 30 секунд. Закройте глаза и постарайтесь воспроизвести увиденное в своем воображении. Если какие-то детали вы вспомнить не смогли — повторите упражнение. Повторяйте его до тех пор. Пока не научитесь воспроизводить увиденное в мельчайших подробностях.

Чтобы выявить какой вид памяти у вас преобладает, можно провести такое упражнение. Номер телефона из 9 цифр: продиктовать, написать на листе или ученику самому записать под диктовку. Какой способ дает лучший результат, такой вид памяти у школьника и преобладает: слуховая, зрительная, механическая.

Упражнение на тренировку внимания.

жёлтый зелёный черный красный
белый синий оранжевый голубой
красный зелёный синий розовый
фиолетовый жёлтый коричневый
синий красный серый фиолетовый

Перед вами лист со словами, написанными разным цветом. Быстро постарайтесь назвать цвет, которым написаны слова. Не читайте слова, только называйте цвет. Вначале это упражнение очень трудно выполнить, так как за восприятие текста и цвета отвечают разные полушария головного мозга. Это упражнение помогает устанавливать новые связи между полушариями, помогает мозгу работать более эффективно и отлично тренирует концентрацию внимания.

Упражнение «Я умею...»

Предложите ребятам по цепочке закончить эту фразу. Если трудно начать, первую фразу может сказать учитель, например, «я умею печь пироги, играть в теннис, дрессировать хомячков» и т.д. Высказывания ребят не комментируются и не оцениваются. Если кто-то в течение 3 сек. не может ничего придумать, слово переходит к следующему.

Для практических видов деятельности особое значение имеют способности к зрительному, слуховому и осязательному восприятию информации, двигательные навыки. Сотрудник правоохранительных органов, официант, массажист, тренер должны быть сильными, выносливыми и ловкими. Высокий уровень физического развития необходим тем, кто выбрал профессии, связанные с военной службой, охраной, спортом, пожарными, водолазными, аварийно-спасательными работами. Проверить способность ориентироваться в пространстве поможет следующее упражнение.

Упражнение «Кто ближе?»

Ученик выходит к доске. На расстоянии 3-4 метра от него находится предмет – мяч, портфель, стул. Учитель завязывает глаза ученику. После этого ученик должен как можно ближе подойти к этому предмету, не задев его. Выигрывает тот, кто подойдет ближе всех.

Какие способности вы развиваете на уроках физкультуры, математики, русского языка, музыки, изобразительного искусства? Подумайте, какие еще вы имеете возможности для развития различных способностей?

Существуют способности, необходимые для любой деятельности. Назовите эти способности (зрение, слух, осязание, речь). К счастью, мы обладаем этими способностями.

Но иногда человек достигает профессионального успеха вопреки обстоятельствам. Бетховен был глухим, Мильтон слепым, но они бессмертны, потому что они умели не только мечтать, но и претворять свои мечты в жизнь. Сто лет назад в России жил и творил иконописец Григорий Журавлев, который родился без рук и ног. Император Николай II высоко оценил подвиг мастера, который в одиночку, держа кисть в зубах, расписал Утевский

Троицкий собор в Самарской губернии. Иконы, созданные Григорием Журавлевым, сохранились до наших дней в храмах и музейных коллекциях.

Ольга Скороходова, лишенная зрения и слуха, совершила научный подвиг, написав книгу «Как я воспринимаю и представляю окружающий мир» и защитив диссертацию, в которой доказала, что возможности человека безграничны.

- Знаете ли вы людей, которые добились профессионального успеха вопреки жизненным обстоятельствам?**
- Перечислите универсальные черты характера, отличающие успешного специалиста в любой области. Какими из них вы обладаете?**
- Всегда ли мы ценим дары, которыми так щедро наделены?**
- Задумываетесь ли вы о том, как лучше распорядиться своими способностями?**

Занятие 4. Путешествие по морям профессий

Игра "Путешествие по морям профессий" помогает учащимся выявить способности к определенному виду деятельности; повысить интерес учащихся к профессиям и расширить их кругозор, развивает интеллектуальные и творческие способности ребенка, стимулировать учащихся к самопознанию. При проведении игры можно:

- 1) Предложить детям подготовить небольшие сочинения на тему «Кем я хочу быть».
- 2) Подготовить рисунки «Моя будущая профессия».
- 3) Провести анкетирование с детьми и родителями.
- 4) Комментирование слайдов о профессиях:
 - А что значит слово «профессия»? (Слово «профессия» произошло от латинского «profiteer», что переводится как «объявлять своим делом», «говорить публично», «заявлять». Профессия означает род трудовой деятельности, требующей определенной подготовки и являющейся источником существования)
 - Ребята, как вы думаете, почему появились разные профессии?
 - «Калейдоскоп» профессий. Чтение мини- сочинений, обсуждение выбранных профессий.

Путешествие. 1 станция -Шуточный кроссворд:

По горизонтали:

1. Пассажиров он встречает
Их билеты проверяет,
Говорит, куда пройти,
Чаем потчует в пути. (проводник)
2. Кто по адресу любому
Подвезёт вас прямо к дому
На авто зеленоглазом?
Отвечайте, дети, сразу!
(Таксист.)
3. Мне мигает светофор,
Знает он, что я ...
(Шофёр.)
4. Он природу охраняет,
Браконьеров прогоняет,
А зимою у кормушек
В гости ждёт лесных зверюшек.
(Лесник.)

По вертикали:

1. У слона иль мышки жар -
Их спасёт ...
(Ветеринар.)
2. Варит кашу и бульон
Добрый, толстый ...
(Не почтальон, а повар.)
3. Под оркестр поёт наш хор,
Впереди нас - ...
(Дирижёр.)
4. Чёрный весь, как будто грач,
С нашей крыши лезет ...
(Не врач, а трубочист.)
5. Складки, карманы и ровнёнький кант -
Платье красивое сшил ...
(Не музыкант, а портной.)
6. Под куполом цирка в опасный полёт
Отправится смелый и сильный ...

5. Стены выкрасила ярко
В нашей комнате ...
(Не доярка, а маляр.)

6. Булки нам и калачи
Каждый день пекут ...
(Не врачи, а пекари.)

7. Говорят про звуки парные
В школе нам с тобой ...
(Не пожарные, а учителя.)

8. Подметает чисто двор
В шесть утра, конечно, ...
(Не вор, а дворник.)

(Не пилот, а воздушный гимнаст.)

7. Если роль забыл актёр
И без слов руками машет,
Кто на выручку придёт
И слова ему подскажет?
(Суфлёр.)

2 станция «Новые профессии. Кто такой?»

Только один ответ (из трех предложенных) является правильным.

1. Логист (слайд)

- 1) Занимается логикой;
- 2) специалист по управлению транспортировкой продукции;
- 3) организует конференции и научные саммиты.

Логист – специалист по организации транспортировки продукции. Профессия приобретает все больший спрос, для ее получения необходимы экономическое образование и курсы специализации.

2. Веб – мастер (слайд)

- 1) Работает на компьютере;
- 2) разрабатывает программы;
- 3) работает с сетями, разрабатывает проекты сайтов

Веб – мастер - работает с сетями, разрабатывает проекты сайтов. В настоящее время наблюдается пик востребованности профессии. Спрос со временем упадет, но веб-мастер может легко переqualificироваться в менеджера информационных сетей, специалиста по информационным технологиям. Для этого важно иметь образование в области экономики или управления.

3. PR- агент (слайд)

- 1) Связан с политикой;
- 2) специалист по рекламе и связям с общественностью;
- 3) выполняет посреднические услуги между организациями и людьми.

PR- агент - специалист по рекламе и связям с общественностью. Необходимо гуманитарное образование, например «политолог» или «журналист». В России эта профессия часто называется «пресс – секретарь» и пользуется неизменным спросом, как на предприятиях, так и в различных общественно-политических объединениях.

3 станция - Шуточное тестирование

Проводится шуточный тест с геометрическими фигурами. Используя три геометрические фигуры- треугольник, круг и квадрат, нарисуйте человечка, состоящего из 10 элементов. Должны быть использованы все три вида фигур. Качество рисунка не имеет значения. Время выполнения – 1 минута. Дети выполняют задание. Теперь подсчитаем количество треугольников.

Ключ к тесту.

Первый тип: 6-8 треугольников. Тип руководителя, хорошие преподаватели. Ярко выражено стремление к лидерству, хорошо разбираются в людях.

Второй тип: 5 треугольников. Очень ответственные люди, хорошие организаторские способности. До мелочей продумывает свою деятельность.

Третий тип: 4 треугольника. Разнообразие интересов и талантов. Склонность к индивидуальной работе.

Четвёртый тип: 3 треугольника. Тип учёного. Рационален, объективен, легко переключается с одного вида деятельности на другой.

Пятый тип: 2 треугольника. Интерес к искусству и человеку. Тонко чувствует всё новое и необычное.

Шестой тип: 1 треугольник. Изобретатель, конструктор, художник. Обладает богатым воображением.

Выводы. Конечно, тест не отражает всё многообразие ваших талантов. Но, может быть, он поможет вам задуматься о себе, о своих возможностях и начать развивать эти способности. В конечном итоге это поможет в выборе жизненного пути.

4 станция - «Флаги на кораблях».

Тысячи тропок готовит судьба,
Сотни загадок в запасе хранит.
Какой она будет – тропинка твоя
Это тебе доказать предстоит.
Будешь ли ты водить корабли,
Или секреты веков узнавать,
Постройшь ли мост от Луны до Земли
Может, ты станешь железо ковать.
Вырастешь клоуном – самым смешным –
И улыбками мир расцветет.
Клоуны тоже на свете нужны –
Они отправляют наши души в полет.
Выбрать какую тропинку себе –
Не узнаешь, пока не откроется дверь.
Человеком старайся пройти по тропе.
Поверь в свои силы, в победу поверь.

Задание. Каждый ребенок - капитан. Он ведет свой корабль по океану жизни к мечте. Какие качества вы возьмете с собой на борт? Какими качествами должен обладать человек, чтобы воплотить свою мечту в жизнь? Чтобы о нем сказали – «мастер своего дела»? Можно предложить работать в группах, парах.

К выполнению задания подготовлены флажки (по числу участников). Дети записывают то качество, или качества личности, которые считают самыми главными для достижения мечты. Фантазия не ограничивается, можно придумать девиз, можно ограничиться одним словом. Чтобы ваши флаги были видны всем встречным кораблям, предлагается их раскрасить и прикрепить. Каждая группа, пара (или лично) представляет свой флаг.

Рефлексия. У каждого на парте лежит листок обратной связи, который учащиеся заполняют.

Оценка мероприятия обучающимися.

Листок обратной связи

1. Занятие мне понравилось: 5 4 3 2 1
2. Я извлек для себя много полезного: 5 4 3 2 1
3. Мне особенно понравилось...
4. Я бы хотел еще узнать _____

Примечание. При проведении данной игры можно провести анкетирование пятиклассников. Вопросы для школьника:

1. Кем бы ты хотел быть:
а) после окончания школы;

- б) через 5 - 7 лет;
- в) через 20 лет.
- 2. Какую профессию ты собираешься избрать? Почему именно ее?
- 3. Каковы твои увлечения?
- 4. Какие свои качества ты считаешь положительными?
- 5. Какие свои качества ты считаешь отрицательными?

При наличии времени предлагаем провести профориентационные упражнения: "Профессия на букву...", "Маскарадный костюм". Данный материал взят из учебно – методического пособия Н.С. Пряжникова «Методы активизации профессионального и личностного саморазвития».

Упражнение "Профессия на букву..."

Смысл данного упражнения - расширение у участников знаний о мире профессионального труда или актуализация уже имеющихся знаний о профессиях. Упражнение можно проводить в круге (примерно с 10-15 участниками), а можно использовать и при работе с целым классом. Данная игровая методика очень компактна и занимает совсем немного времени (от 5-7 до 10-15 минут) и носит скорее разминочный характер. Процедура упражнения следующая (при работе в круге):

1. Общая инструкция: "Сейчас будет названа какая-то буква. Наша задача - показать, что мы знаем много профессий, начинающихся с этой буквы, то есть показать, насколько мы знаем мир профессий. Каждый по кругу будет называть по одной профессии на данную букву".

2. Ведущий называет первую букву, а участники по очереди называют профессии. Если называется совершенно непонятная профессия, ведущий просит пояснить, о чем идет речь. Если игрок не может это объяснить, то считается, что профессия не названа и ход передается следующему по очереди игроку (по более жестким правилам, тот, кто не смог назвать профессию, выбывает из игры и выходит на время из круга). При этом совсем не обязательно требовать от участников официальных (безукоризненно "правильных") названий профессий, поскольку на данный момент ни один справочник не является исчерпывающим. Важно хотя бы приблизительно обозначить ту или иную профессиональную деятельность и суметь ответить на уточняющие вопросы.

Желательно больше 5-7 букв не предлагать, иначе игра перестанет казаться увлекательной. При проведении данной игровой методики начинать следует с простых букв, по которым легко называть профессии (буквы: м, н, о...), постепенно предлагая участникам более сложные буквы (ч, ц, я...).

При работе с целым классом можно разбиться на 2-3 команды (например, по рядам парт) и уже таким образом выяснить, какая команда является более эрудированной. При этом ведущий должен фиксировать успешность действий каждой команды на доске (например, каждый удачный ответ помечается плюсом, а неудачный - минусом), тогда игра станет более наглядной и интересной.

Опыт показывает, что у ведущего в данном упражнении имеются довольно большие возможности для ненавязчивой коррекции представлений учащихся о тех или иных профессиях. Несмотря на всю простоту (и кажущуюся примитивность, "детсадовскость") данного упражнения, проходит оно обычно достаточно интересно. Опыт проведения данного упражнения неоднократно показывал, что даже у специалистов могут возникать определенные затруднения в назывании профессий.

У ведущего в данном упражнении имеются возможности для ненавязчивой коррекции представлений учащихся о тех или иных профессиях. Можно разнообразить игру подсказкой, предложив ученикам слайд - шоу профессий (или иллюстраций), начинающихся с предлагаемой буквы.

Упражнение: "Маскарадный костюм".

В данном игровом упражнении несколько необычным образом специально организуется обсуждение некоторых особенностей конкретной рассматриваемой профессии, что позволяет участникам лучше осознать специфические моменты данной профессиональной деятельности. Упражнение проводится в круге. Количество участников: от 6-8 до 15-20. Время проведения: от 15-20 до 30-40 минут.

В игре "Маскарад" участники придумывают наиболее интересный и необычный маскарадный костюм для заранее определенной профессии. Используя идею автора, мы интерпретировали её для работы с пятиклассниками. Например, для профессии военного это могут быть элементы костюма в виде камуфляжной одежды, эмблемы головных уборов различных родов войск (берет- зелёный, черный, краповый, фуражка – с голубым, зеленым, красным околышком, пилотка); для профессии врача - белый халат и специальные инструменты – скальпель, медицинский пинцет, зажим, отоскоп, стетоскоп, шприц и др. (можно использовать картинки); для профессии фоторепортера – фотоаппарат; для профессии художника - палитра, этюдник, кисти, краски; для профессии повара – колпак, терка, разделочная доска, фартук. Важно при этом суметь обосновать, почему именно такой костюм больше всего подойдет для данной профессии.

Также может быть проведена **викторина «Кому принадлежат эти вещи?»**.

На столе выставляются инструменты, (вещи), учащиеся должны назвать профессию человека. Например, микроскоп – микробиолог, лаборант; ручка, карандаш, блокнот, - журналист; щиток (или маска), брезентовые рукавицы, электрод – сварщик; глина, пластилин, губка, кисть, стеки различной величины, циркуль, шпатель для моделирования, блюдце с водой, ветошь – скульптор; отрез ткани, нитки, пуговицы, замок-молния, булавки, лекала (либо выкройки) – портной, закройщик; плитка, малярная кисть, шпатель – штукатур-маляр, и т.д.

Данные игровые упражнения при всей своей юмористической направленности (и даже "несерьезности") воспринимаются участниками с интересом и позволяют рассматривать особенности профессий в неожиданных ракурсах, следовательно, лучше осознавать эти особенности.

Занятие 5. Беседа о профессиях

В пятом классе мы предлагаем провести беседу о профессиях по выбору учителя из различных групп: либо связанных с взаимодействием с человеком и требующих развития коммуникативных навыков; либо с профессиями, отражающими склонности к технике, конструированию; либо связанных с развитием творческих способностей.

Рекомендации по подготовке и проведению беседы в приложении 1.

Занятие 6. Экскурсия на производство, в учреждение

Экскурсии для 5-классников на предприятия и в учреждения предполагают ознакомление учащихся с практической направленностью профессии, организацией и орудиями труда. Экскурсии способствуют выявлению и раскрытию познавательного интереса, умения наблюдать за работой специалиста. Содержание экскурсии может иметь непосредственную связь с проведенной накануне встречей со специалистом или сопровождаться подготовительной беседой о производстве (учреждении). В тоже время, полученные на экскурсиях представления, результаты наблюдений можно оформить в виде работ учащихся: фотовыставки, рисунки, мини-сочинения, заметки в газету и т.д.

Учитывая возрастные особенности школьников, можно предложить следующие виды **экскурсий** (согласно типологии Е.А. Климова):

1. «Человек-техника». Экскурсия в отделение связи. Экскурсия в автотранспортное предприятие.
 - 2.«Человек- человек».Экскурсия в поликлинику (аптеку, стоматологию). Экскурсия в парикмахерскую.
 - 3.«Человек- художественный образ». Экскурсия в музей (мастерскую художника, центр культуры, музыкальную школу и др.)
 - 4.«Человек - знаковая система». Экскурсия в бухгалтерию учреждения (предприятия).
 5. «Человек – природа». Экскурсия в лесничество.
- Рекомендации по подготовке и проведению экскурсии в приложении 2.

6 класс

Занятие 1.Мои достоинства и недостатки

Эпиграф. Наши пороки сперва прохожие, потом гости и, в конце концов, наши хозяева.

Учитель предлагает загадку: «Он может быть тяжелый и легкий, сильный и слабый. Его вообще может не быть. Что это такое?» (Характер)

Примечание. Если загадка вызовет затруднение, нарисуйте на доске восемь черточек, обозначающих восемь букв слова «характер», и предложите ребятам угадать правильный ответ. Можно предложить им открыть буквы, как в игре «Поле чудес». Этот прием можно время от времени использовать для активизации внимания ребят.

Характер – это устойчивое сочетание разных человеческих качеств. Трусливый человек может совершить решительный поступок, а вежливый – наглубить. Но смелым или грубым называют человека, для которого такое поведение типично, то есть характерно. Сочетание качеств, свойственных человеку, называют «характером». Слово «характер» в переводе с древнегреческого языка означает «чеканка, печать». Как вы думаете, кто «чеканит» характер? Характер накладывает печать на все поступки, мысли и чувства человека, на всю его жизнь. Чем старше человек, тем сложнее изменить ему свой характер. Пока ваш характер еще не застыл, вы можете избавиться от черт, которые в будущем способны испортить жизнь вам и вашим близким и воспитать те, которые помогут вам стать счастливым.

«На планете Маленького принца, как на любой другой планете, растут травы полезные и вредные. А значит, есть там хорошие семена хороших, полезных трав и вредные семена дурной, сорной травы. Но ведь семена невидимы. Они спят глубоко под землей, пока одно из них не вздумает проснуться. Тогда оно пускает росток; он расправляется и тянется к солнцу, сперва такой милый и безобидный. Если это будущий редис или розовый куст, пусть растет на здоровье. Но если это какая-нибудь дурная трава, надо вырвать ее с корнем, как только ее узнаешь. И вот на планете Маленького принца есть ужасные, зловредные семена... это семена баобабов. Почва планеты вся заражена ими. А если баобаб не распознать вовремя, потом от него уже не избавишься. Он завладеет всей планетой. Он пронизет ее насквозь своими корнями. И если планета очень маленькая, а баобабов много, они разорвут ее на клочки.» /Сент-Экзюпери. Маленький принц./

Хорошие и дурные качества вырастают из мелких поступков, как из семян. Кроме нас никто не прополет сорняки нашей души. Никто не любит жадных, ленивых, злых, несправедливых и завистливых людей.

Угадайте слова, пропущенные в этих афоризмах:

..., – скорбь по благополучию близких. /Василий Великий/ (зависть).

Ничего не делайте под воздействием ..., ... или /Александр Невский/ (гнева, раздражения или зависти)

Среди влияний, укорачивающих жизнь, главное место занимают ..., ..., ..., ..., ..., /Вильгельм Гюфеланд/ (страх, печаль, уныние, тоска, малодушие, зависть, ненависть)

Примечание. Если ребята будут испытывать трудности, можно подсказать им. Эту часть занятия можно провести в виде викторины, наградив самых активных символическими призами.

Обсуждение

Цель нашей жизни заключается в том, чтобы искоренить недостатки и заменить их противоположными достоинствами. Назовите противоположные качества.

Во время своих странствий Маленький принц встречал очень разных людей. Встречались ли вам в жизни такие характеры? (чтение учителем или ребятами по ролям)

«На второй планете жил честолюбец.

- О, вот и почитатель явился! - воскликнул он, еще издали завидев Маленького принца. Ведь тщеславным людям кажется, что все ими восхищаются.

- Добрый день, - сказал Маленький принц. - Какая у вас забавная шляпа.

- Это чтобы раскланиваться, - объяснил честолюбец. - Чтобы раскланиваться, когда меня приветствуют. К несчастью, сюда никто не заглядывает. - Вот как? - промолвил Маленький принц: он ничего не понял.

- Похлопай-ка в ладоши, - сказал ему честолюбец.

Маленький принц захлопал в ладоши. Честолюбец снял шляпу и скромно раскланялся.

"Здесь веселее, чем у старого короля", - подумал Маленький принц. И опять стал хлопать в ладоши. А честолюбец опять стал раскланиваться, снимая шляпу.

Так минут пять подряд повторялось одно и то же, и Маленькому принцу это наскучило.

- А что надо сделать, чтобы шляпа упала? - спросил он.

Но честолюбец не слышал. Тщеславные люди глухи ко всему, кроме похвал».

Хотелось бы вам дружить с тщеславным человеком? Почему?

«На следующей планете жил пьяница. Маленький принц пробыл у него совсем недолго, но стало ему после этого очень невесело. Когда он явился на эту планету, пьяница молча сидел и смотрел на выстроившиеся перед ним полчища бутылок - пустых и полных.

- Что это ты делаешь? - спросил Маленький принц.

- Пью, - мрачно ответил пьяница.

- Зачем?

- Чтобы забыть.

- О чем забыть? - спросил Маленький принц; ему стало жаль пьяницу.

- Хочу забыть, что мне совестно, - признался пьяница и повесил голову.

- Отчего же тебе совестно? - спросил Маленький принц.

- Совестно пить! - объяснил пьяница, и больше от него нельзя было добиться ни слова.

И Маленький принц отправился дальше, растерянный и недоумевающий».

Бороться с недостатками надо начинать как можно раньше, иначе они могут поработить человека. Как вы думаете, какие черты характера приводят человека к пьянству? Как вы понимаете эпиграф к уроку?

«Пятая планета была очень занятная. Она оказалась меньше всех. На ней только и помещалось что фонарь да фонарщик. Маленький принц никак не мог понять, для чего на крохотной, затерявшейся в небе планетке, где нет ни домов, ни жителей, нужны фонарь и фонарщик. Но он подумал: «Может быть, этот человек и нелеп. Но он не так нелеп, как король, честолюбец, делец и пьяница. В его работе все-таки есть смысл».

Почему фонарщик зажигал фонарь на пустынной планете? Чем он понравился Маленькому принцу?

Какое качество олицетворяет фонарщик?(ответственность)

В каждом человеке есть недостатки. Но не каждый имеет смелость признать это. Поэтому так важно знать и уважать мнение о себе других людей.

Задание «Цветок моей души».

Нарисуйте цветок с семью лепестками. На каждом лепестке напишите качество характера, которым вы хотели бы обладать. Оторвите лепесток и подарите тому, с кем вы хотите поделиться этим качеством.

Занятие 2. Мыслитель или художник?

Занятие на самодиагностику школьников при помощи опросника. Опросник предназначен для отбора на различные типы профессий в соответствии с классификацией типов профессий Е. А. Климова. Дифференциально-диагностический опросник (ДДО) Е.А. Климова состоит из 20 пар вопросов.

Из двух предложенных видов деятельности выбрать вариант (**а** или **б**), который более привлекателен.

Первый вариант	Второй вариант
1а. Ухаживать за животными.	1б. Обслуживать приборы, машины (следить, регулировать)
2а. Помогать больным	2б. Составлять таблицы, схемы для вычислительных машин
3а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток	3б. Следить за состоянием и ростом 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 (пьесы, концерты)
6а. Выращивать животных (молодняк)	6б. Тренировать товарищей (или младших школьников) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)
7а. Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты)	7б. Управлять каким-либо грузовым (подъёмным или транспортным) средством — подъёмным краном, трактором, тепловозом и др.
8а. Сообщать людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т. д.)	8б. Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке спектаклей, концертов)
9а. Ремонтировать различные изделия (одежду, технику), жилище	9б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
10а. Лечить животных	10б. Выполнять вычисления, расчёты
11а. Выводить новые сорта растений	11б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т. п.)
12а. Разбирать споры и ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, наказывать, поощрять	12б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)
13а. Участвовать в работе кружков художественной самодеятельности	13б. Изучать микроорганизмы
14а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты	14б. Оказывать людям медицинскую помощь
15а. Составлять точные описания, отчёты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.	15б. Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые и представляемые)
16а. Делать лабораторные анализы в больнице	16б. Принимать и осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
17а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий	17б. Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов
18а. Организовывать туристические походы, экскурсии, групповые выходы в	18б. Играть на сцене, принимать участие в концертах

театры, музеи 19а. Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания 20а. Вести борьбу с болезнями растений, вредителями леса, сада	19б. Чертить, копировать чертежи, карты 20б. Работать на клавишных машинах (компьютере, телетайпе и др.)
--	---

Бланк ответов

человек-природа (Ч-П)	человек-техника (Ч-Т)	человек-человек (Ч-Ч)	человек-знаковая система (Ч-З)	человек-худож.образ (Ч-Х)
1а	1б	2а	2б	3а
3б	4а	4б	5а	5б
6а	7б	6б	9б	7а
10а	9а	8а	10б	8б
11а	11б	12а	12б	13а
13а	14а	14б	15а	15б
16а	17б	16б	19б	17б
20а	19а	18а	20б	18б
сумма:	сумма:	сумма:	сумма:	сумма:

После заполнения бланка ответов подсчитываются итоговые числовые значения по пяти группам профессий. Колонки, набравшие наибольшее количество баллов будут соответствовать тем группам профессий, которые более подходят для конкретного человека, а набравшие меньшее количество — которые не подходят.

2 вариант занятия

Ученые провели эксперимент, поочередно отключая оба полушария, и установили, что человек, у которого активно левое полушарие, становится смешливым, возбужденным и болтливym. Рассудок сохраняется, а творческие способности, если они, конечно, были, куда-то исчезают. Если левое полушарие отключить, творческие способности останутся, но пропадет хорошее настроение.

У большинства художников, скульпторов, музыкантов, актеров доминирует правое полушарие. Благодаря этому у них возникают яркие зрительные или слуховые образы, которые они передают нам в виде произведений искусства.

«Мыслитель или художник»

Прочитайте данные утверждения и оцените, насколько они точно отражают ваше поведение по десятибалльной шкале от 1 – совершенно не соответствует до 10 – соответствует полностью, обведите нужное число.

1. Я не вижу причин для печали.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. Прослушав мелодию, я могу точно воспроизвести ее.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. Я помню то, чему меня учили несколько лет назад.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

4. Когда я слышу чей-то рассказ, я будто вижу, как все происходит.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. Я считаю, что эмоции только мешают в разговоре.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6. Мне трудно дается алгебра.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. Мне легко первому начать разговор.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8. Я легко запоминаю незнакомые лица.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9. Если кто-то выдвигает идеи, я требую аргументов.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10. Я не вижу особых причин для радости.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Обработка результатов.

Подсчитайте сумму баллов отдельно по нечетным и по четным пунктам утверждений. Если первая сумма (Л) больше, чем на 5 превышает вторую (П), вы принадлежите к логическому типу. Вы склонны действовать под влиянием разума, а не эмоций. При принятии решений чаще полагаетесь на расчет, чем на интуицию. Больше доверяете внешней информации, чем внутренним впечатлениям. Ваша сильная сторона – логика. Вы оптимистичны, жизнерадостны и общительны. Вы можете стать математиком, преподавателем, программистом, конструктором, инженером.

Если вторая сумма (П) больше, чем на 5 превышает первую (Л), вы – человек художественного типа. Вероятно, вы принимаете решения на интуитивном уровне, больше полагаясь на эмоции, чем на рассудок, доверяете больше своим чувствам, чем внешней информации. Вы ранимы и впечатлительны, поэтому не испытываете потребности в широком круге общения, цените независимость. При наличии специальных способностей можете быть успешны в эстетических видах деятельности.

Чем больше разница между двумя суммами, тем сильнее доминирует соответствующее полушарие (Л - левое, П - правое). Если разница мала, значит, вы в равной степени сочетаете характеристики «мыслителя» и «художника». Умение мыслить образно и логично, анализировать и синтезировать информацию, руководствоваться при принятии решений не только разумом, но и сердцем открывает перед вами широкое поле деятельности.

Уточнить свою принадлежность к «мыслителям» или «художникам» можно с помощью простого теста:

1. Сцепите руки в замок, переплетя пальцы. Большой палец левой или правой руки оказался сверху?
2. Сделайте в листе бумаги отверстие размером с монету и посмотрите сквозь него на какой-нибудь предмет двумя глазами. Закройте поочередно левый и правый глаз. Предмет исчезает из поля зрения, если вы смотрите на него левым или правым глазом?
3. Встаньте в позу Наполеона, скрестив руки на груди. Какая рука оказалась сверху – левая или правая?
4. Похлопайте в ладоши. Какая рука оказалась сверху – левая или правая?

Правое полушарие управляет левой частью тела, а левое полушарие – правой. Поэтому активность правой руки и правого глаза означает активность левого полушария, и наоборот – активность левой руки связана с доминированием правого полушария.

Занятие 3. «Мои эмоции».

Особое место в системе познания особенностей личности занимают занятия развития эмоционально – волевой сферы. Наши чувства и эмоции — это выражение нашего отношения к людям, событиям, явлениям. Наряду со способностью человека чувствовать природа наделила его способностью эти чувства выражать. Слово — универсальный способ самовыражения. Просто не все умеют им пользоваться. Другой способ выражения чувств и эмоций — это мимика.

Такие негативные эмоции, как гнев, печаль, страх, сожаление, разочарование, беспокойство, смущение, ревность, обида, неуверенность и стыд, не только естественны и нормальны, но и важные составляющие роста.

Пол Экман выделил семь базовых эмоций человека:

Радость (счастье). Удовлетворение от позитивного контакта с окружающим миром.

Удивление (любопытство). Заинтересованность в контакте для получения определенных ресурсов.

Грусть (печаль). Данная эмоция появляется после утраты определенного источника ресурсов (энергетических, материальных, эмоциональных и т.д.) Организм пытается заполнить образовавшуюся пустоту, и в первую очередь приходит именно данная эмоция.

Страх возникает, когда человек сталкивается с опасностью. Естественная реакция организма избежать угрозы, спрятаться. Отсюда могут появиться стойкие реакции в дальнейшем – фобии.

Гнев (злость). Эмоция, имеющая направленность на источник раздражения. Данное состояние появляется при утрате комфортного состояния и направлено на устранение угрозы. Данная эмоция требует выхода на внешний раздражитель, если он недоступен, энергия направляется обратно к источнику, что может иметь разрушительные последствия для индивида.

Отвращение появляется при непосредственной опасности жизнедеятельности организма. Это оберегающая эмоция, призванная помочь избежать нежелательного контакта или проникновения в организм отравляющих веществ.

Презрение – самая новая эмоция, появившаяся в социуме с иерархическим расположением участников. Данная эмоция возможна при сравнении индивидуумов, расположенных на одном уровне. Когда один из них выбивается чуть выше остальных, либо наоборот в чем-то теряет свои позиции. В зависимости от ситуации он может стать либо источником презрения, либо объектом, на который направлены данная эмоция от других участников социума.

□ **Дрессировщикам в цирке проще работать со львами, чем с медведями.** Почему? (Львы живут прайдами, то есть семьями. Они постоянно общаются со своими сородичами. Поэтому их эмоции написаны у них на морде. Медведь живет один. Общаться ему не с кем. Поэтому мимика у медведей практически отсутствует, и дрессировщику трудно понять, что у медведя на уме).

Задание «Угадай эмоцию».

К доске вызывается пятерка ребят. Им раздаются листочки, на которых написаны слова «радость», «обида», «гнев», «страх», «удивление». Ребята должны изобразить эти эмоции, а остальные угадать, что было задано.

Задание «Назови эмоцию» (выполняется на доске).

В левую колонку запишите чувства и эмоции, которые мешают человеку жить, делая его несчастным, а в правую — те, которые помогают жить в согласии с собой и другими людьми.

ЧТО ДЕЛАЕТ НЕСЧАСТНЫМ	ЧТО ДЕЛАЕТ СЧАСТЛИВЫМ
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ненависть ▪ Гнев ▪ Зависть ▪ Жадность ▪ Обидчивость ▪ Подозрительность ▪ Тщеславие 	<ul style="list-style-type: none"> • Любовь • Доброта • Великодушие • Щедрость • Способность прощать • Доверчивость • Скромность

Подчеркните чувства и эмоции, которые вы испытываете по отношению к людям. Зачеркните чувства и эмоции, которые мешают вам общаться с людьми.

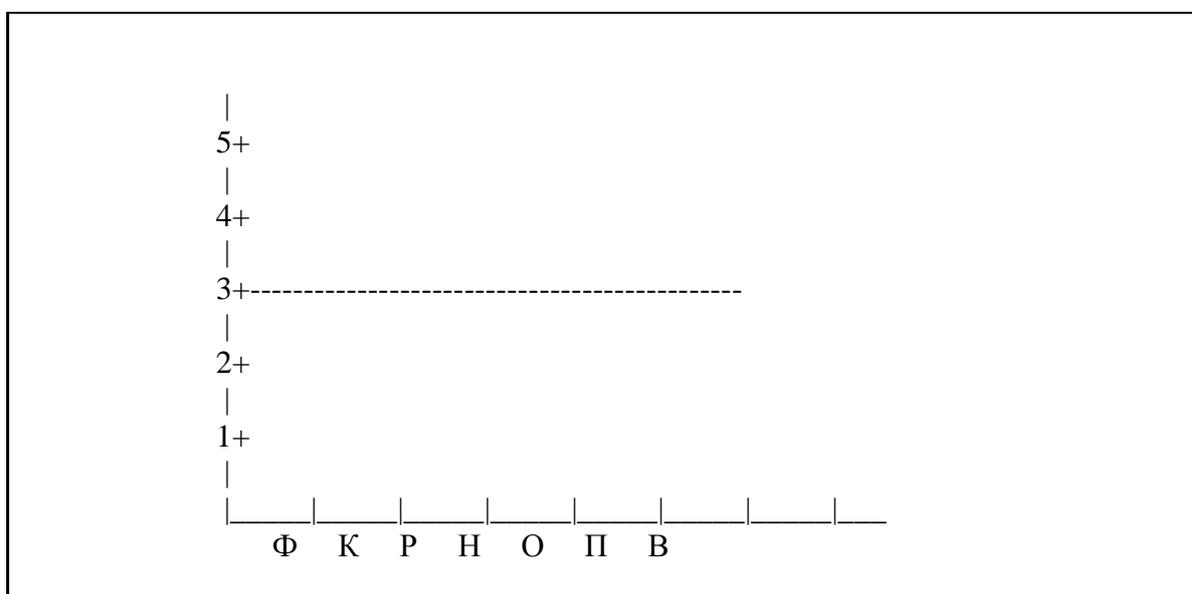
«Тест эмоций» (модификация теста Басса-Дарки).

Каждый оказывался в ситуации, когда трудно сдерживать свои эмоции. Прослушайте следующие утверждения. Если вы реагируете похожим образом, обведите в бланке номер вопроса.

1	8	15	22	29	Физическая агрессия (Ф) -
2	9	16	23	30	Косвенная агрессия (К) -
3	10	17	24	31	Раздражительность (Р) -
4	11	18	25	32	Негативизм (Н) -
5	12	19	26	33	Обидчивость (О) -
6	13	20	27	34	Подозрительность (П) -
7	14	21	28	35	Вербальная агрессия (В) -

1. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь.
2. Иногда я раздражаюсь настолько, что швыряю какой-нибудь предмет.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Пока меня не попросят по-хорошему, я не выполню просьбу.
5. Мне кажется, что судьба ко мне несправедлива.
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за спиной.
7. Я не могу удержаться от спора, если со мной не согласны.
8. Мне не раз приходилось драться.
9. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверьми.
10. Иногда люди раздражают меня просто своим присутствием.
11. Я нарушаю законы и правила, которые мне не нравятся.
12. Иногда меня гложет зависть, хотя я этого не показываю.
13. Я думаю, что многие люди не любят меня.
14. Я требую, чтобы люди уважали мои права.
15. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки.
16. Иногда я выражаю гнев тем, что стучу по столу.
17. Я часто чувствую, что могу взорваться, как пороховая бочка.
18. Если кто-то пытается мною командовать, я поступаю ему наперекор.
19. Меня легко обидеть.
20. Многие люди мне завидуют.

21. Если я злюсь, я могу выругаться.
22. Если не понимают слов, я применяю силу.
23. Иногда я хватаю первый попавшийся под руку предмет и ломаю его.
24. Я могу наругать людям, которые мне не нравятся.
25. Когда со мной разговаривают свысока, мне ничего не хочется делать.
26. Обычно я стараюсь скрывать плохое отношение к людям.
27. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
28. Если кто-то раздражает меня, я говорю все, что о нем думаю.
29. На удар я отвечаю ударом.
30. В споре я часто повышаю голос.
31. Я раздражаюсь из-за мелочей.
32. Того, кто любит командовать, я стараюсь поставить на место.
33. Я заслуживаю больше похвал и внимания, чем получаю.
34. У меня есть враги, которые хотели бы мне навредить.
35. Я могу угрожать, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.



Подсчитайте число обведенных номеров в каждой строчке. Число на каждой строчке означает уровень ваших негативных эмоций. Отметьте на графике эти семь чисел и соедините их линией. Если ваши точки на графике расположены выше средней линии, можно говорить о выраженности следующих форм агрессии.

Физическая агрессия (Ф): вы склонны к самому примитивному виду агрессии. Вам свойственно решать вопросы с позиции силы. Задумайтесь о том, что существуют более эффективные методы взаимодействия.

Косвенная агрессия (К): переориентированная агрессия (битье посуды, хлопанье дверями, пинки подвернувшимся под ногу домашним любимцам) свойственна тем, кто не может управлять своими эмоциями, но понимает, что неосмотрительно направлять их на людей, которые могут пригодиться (родители, друзья, учителя).

Раздражение (Р): скрываемая агрессия не сразу приведет к разрыву отношений с другим человеком, но будет разъедать вас изнутри, как серная кислота, пока не прорвется наружу. Когда прорвется — см. «физическая и косвенная агрессия».

Негативизм (Н): реакция, типичная для подростка, совершающего бессмысленные и даже разрушительные для себя поступки из чувства протеста. Суть ее в пословице «выбью себе глаз, пусть у тещи будет зять кривой».

Обидчивость (О): готовность видеть в словах и поступках других людей насмешку, пренебрежение, желание унижить. Здорово отравляет жизнь.

Подозрительность (П): готовность видеть в словах и поступках других скрытый умысел, направленный против вас. В крайних своих проявлениях может быть симптомом нездоровья.

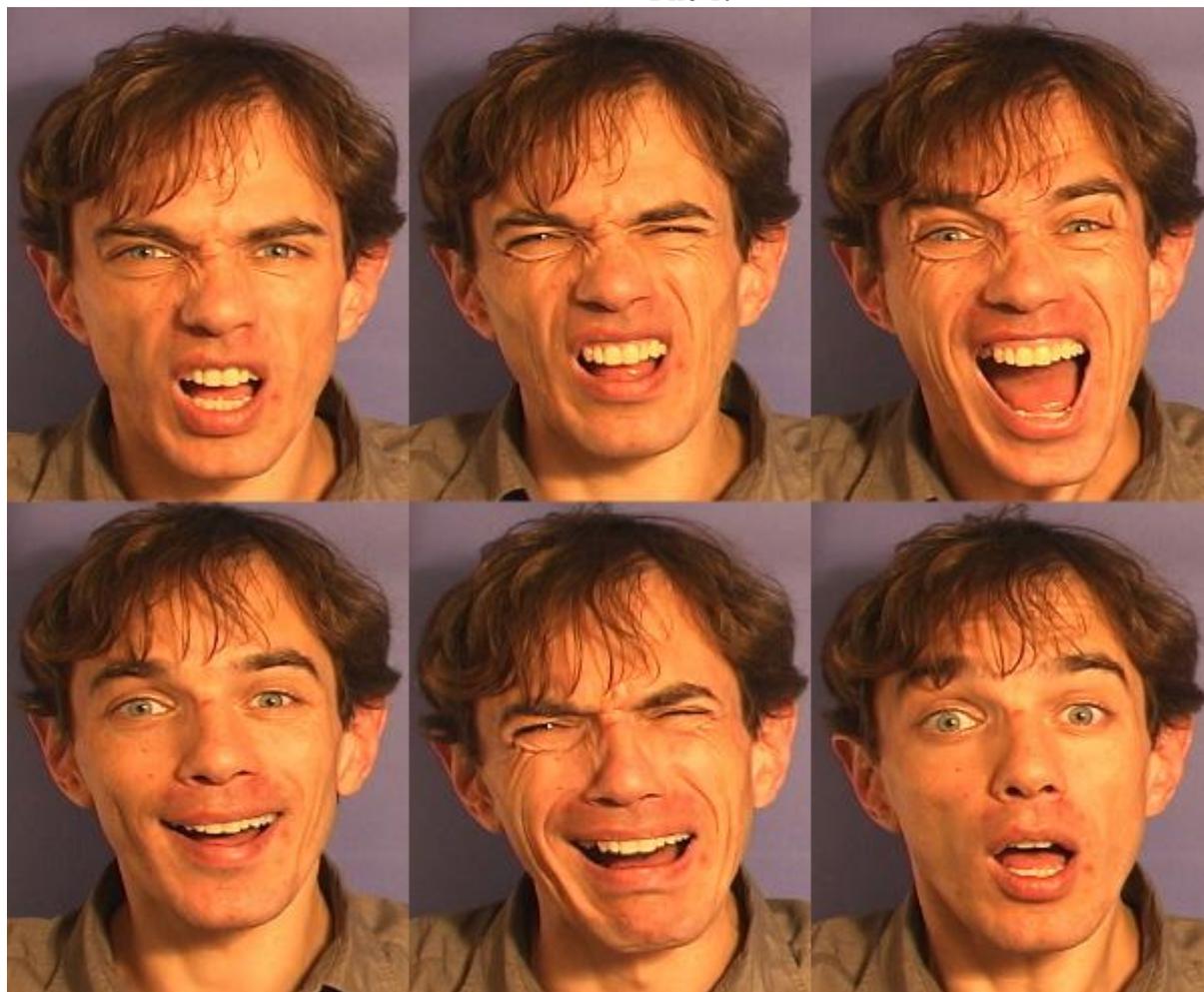
Вербальная агрессия (В): за словом в карман вы не полезете. А зря. Последствия необдуманного слова могут быть куда более разрушительными, чем последствия драки. Впрочем, одно другому не мешает.

Тест основан на самооценке. Его точность зависит от вашей откровенности. Если у вас повышенный уровень агрессии, прежде всего, надо об этом знать. Агрессивное поведение разрушает отношения между людьми и провоцирует конфликты. Людям с повышенным уровнем агрессии необходимо учиться контролировать свои эмоции. Попробуйте направить их в мирное русло — спорт, творчество.

Людям, которые не умеют управлять своими эмоциями, не следует выбирать профессии, связанные с общением, обслуживанием, воспитанием, обучением. Обращение с животными также требует умения контролировать себя, сдерживать гнев и раздражение. Низкие значения по этому тесту (точки расположены ниже пунктирной линии) свидетельствуют о вашей уступчивости и бесконфликтности. Однако вам может не хватать упорства в достижении своих целей и отстаивании своей позиции.

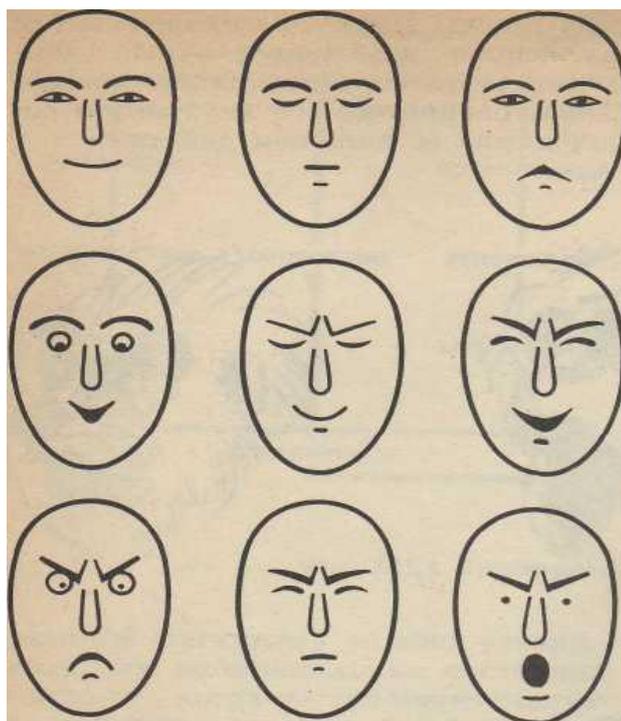
Упражнение на распознавание эмоций. Предлагаем ученикам познакомиться с выражением эмоций на лице человека.

Рис 1.



Задание. На рис.2 отметить (подписать) эмоции по аналогии с рис.1

Рис 2.



Во время занятий можно предложить учащимся тест на самопознание «Рисованное настроение».

Психологи утверждают: спонтанные рисунки — это портрет нашей внутренней жизни: скрытых эмоций, неосознанных конфликтов. О чем могут рассказать узоры, рожицы или геометрические фигуры, которые вы нарисовали, говоря по телефону или участвуя в скучном заседании?

Слова

Слово, обведенное в рамочку, — это знак самоутверждения и убежденности в своей правоте, он также может означать желание убедить в этом всех остальных.

Слово, подчеркнутое прямой и ровной чертой, выражает ваше стойкое намерение, твердость мыслей на этот счет.

Подчеркнутое волнисто — говорит о вашей сентиментальности и некоторой нерешительности.

Написанное «паутиной», еле заметно — вы сомневаетесь или у вас есть предположения, догадки о чем-то.

Цветочки, солнце, гирлянды

На душе у вас вовсе не так радостно, как это может показаться, скорее наоборот. Вы больше всего мечтаете о дружбе и нежности, а слова, которые вертятся на языке, невольно переносите на бумагу: «Обратите на меня внимание!». Если ваша рука начинает выводить цветочки, поспешите навестить друзей.

Человечки

Пусть их веселый вид не вводит в заблуждение. Это изображение — признак беспомощности или желания уклониться от какой-то обязанности. Люди обычно рисуют человечков в момент, когда им следовало бы сказать решительное «нет». Но они не могут заставить себя произнести это слово. Так что человечка надо воспринимать как

предупреждение и сказать себе: «Не сдавайся!». Откажитесь, иначе потом будете сокрушаться из-за собственной слабости.

Узоры, как на обоях

Острые углы и плавные овалы соединяются в мотив, повторяющийся до бесконечности. Такой узор говорит о том, что вам скучно, надоел телефонный разговор, а может быть, вообще весь ваш образ жизни. Разрушите однообразие, которое действует на вас угнетающе.

Пчелиные соты

Говорят о стремлении к спокойствию, гармонии, к упорядоченной жизни. Они могут означать и желание создать семейное гнездо. Вероятно, ваша проблема — в нежелании признать перед самой собой существование такой мечты.

Шахматные поля

По-видимому, вы оказались в весьма неприятном или, по крайней мере, затруднительном положении. Вы мечтаете о ясном и надежном пути, который выведет вас из него. В данный момент не следует что-либо скрывать или замалчивать. Если такие изображения появляются часто, то вы, веро ятнее всего, страдаете от скрытых комплексов.

Сетки

Скорее всего, вы попали в неловкое положение. Каждая решительная, жирная линия — это атака, которую вы не решаетесь предпринять. Если под конец вы обведете свой рисунок — это значит, что с проблемой покончено, по крайней мере, внешне. Вы склонны проглатывать обиду. А это таит в себе опасность: в душе накапливается разочарование.

Кресты

Они встречаются довольно часто. Женщины придают им вид украшений, у мужчин они более строгих очертаний. В обоих случаях кресты выражают чувство вины, возникшее, скорее всего, в ходе телефонного разговора. Что-то вас тяготит: или вы себя укоряете сами, или вас упрекнул собеседник. Надо постараться найти истину.

Квадраты

Ясно одно: вас легко не проведешь. У вас четкие цели и убеждения, вы почти никогда не скрываете своего мнения и редко испытываете страх перед своими противниками и конкурентами. Чем более угловаты геометрические формы, тем более вы агрессивны, хотя внешне это и не всегда заметно. Постарайтесь смотреть на вещи проще.

Спирали, волнистые линии

Чужие проблемы не слишком вас заботят или вообще не интересуют. Все ваше внимание в настоящий момент сосредоточено на собственной персоне. Если вы заметили, что начинаете рисовать спирали, имейте в виду: сейчас вам необходимо особо следить за собой, чтобы не вспылить и не нанести собеседнику оскорбление.

Круг

Большой и полный — символ замкнутости в себе. Он выражает ваше желание почувствовать себя в безопасности, спрятаться от навязчивого и жестокого мира за сильным плечом.

Правильный пятиугольник — Пентагон

Символ благополучия и здоровья. Вы чувствуете, что ваша жизнь вполне налажена, и стремитесь все это закрепить. Вам важно чувствовать, что вы твердо стоите на ногах.

Правильный шестиугольник — гексагон

Означает красоту и гармонию. Вам хочется достичь истинного жизненного равновесия.

Занятие 4. Профориентационная игра

Мы предлагаем фрагмент игры «Своя игра» разработанной педагогом-психологом В.Н.Петелиной. Игра способствует формированию положительной мотивации к изучению профессий, формированию выбора профессии.

Класс делится на команды, которые выбирают по очереди область знаний и цену вопроса в соответствии с таблицей раунда. Ведущий зачитывает вопрос. После 5-10 сек. обдумывания команды дают ответ. За правильный ответ команда получает баллы в соответствии с ценой вопроса, при неправильном ответе столько же баллов снимается. Если команда, выбравшая вопрос, затрудняется с ответом, то отвечает та команда, которая первой подняла руку. Если ответа нет, его дает ведущий. В конце игры звучит музыкальная пауза, подводятся итоги.

Область знаний	Баллы			
	5	10	15	20
ЧЕЛОВЕК				
ПРИРОДА				
ТЕХНИКА				
ЗНАК				
ОРУДИЯ ТРУДА				

1. Человек

5 баллов. Кто по профессии был А. П. Чехов? (врач, писатель)

10 баллов. Кем бы могли работать в наши дни: Волк из сказки «Волк и семеро козлят» (пародистом); Красная Шапочка (социальным работником); Кот Матроскин из мультфильма «Каникулы в Простоквашино» (коммерсантом, животноводом, фермером).

15 баллов. Кто учит детишек читать и писать, природу любить, стариков уважать? (Учитель)

20 баллов. Кто в дни болезней всех полезней и лечит нас от всех болезней? (Доктор)

Специалист, оказывающий юридическую помощь гражданам и организациям. (Адвокат)

2. Природа

5 баллов. Расшифруйте анаграммы: тюльпан, ромашка, роза, василек.

10 баллов. Он не сеет и не пашет, но отвечает за урожай. Кто он? (агроном)

15 баллов. Кто от дыма получает работу? (трубочист)

20 баллов. Мальчик розу увидел, розу в чистом поле, аромат ее впивал, любовался вволю.

Эти строки принадлежат великому немецкому поэту Гете. В какой еще области человеческой деятельности известно его имя? (Гете – автор работы о растениях «Опыт о метаморфозе растений». Эти стихи – подсказка.)

3. Техника

5 баллов. Что общего у коровы и ЭВМ? (профессия человека, их обслуживающего, называется оператор).

10 баллов. Наведёт стеклянный глаз, щёлкнет раз – помним вас (фотограф)

15 баллов. Назовите профессию, изменение окончания в которой совершенно меняет ее назначение (машинист - машинистка)

20 баллов. Кто не может жить без мха и клиньев? (плотник)

4. Знак

5 баллов. Перечислите профессии, начинающиеся с названия музыкальных нот (до-ктор, ре-жиссер, ми-лиционер, фа-рмацевт, сол-ист, си-ноптик)

10 баллов. «От меня зависит работа целого коллектива. Эта профессия требует постоянного движения и крепких нервов. Не всегда меня знают в лицо, так как чаще видят мою спину. Назовите мою профессию?» (дирижер)

15 баллов. Чем занимается провизор? (готовит лекарство)

20 баллов. Загадка - КОТ в МЕШКЕ (Молоток стук-постук – торчит в стене сук, постучу опять – будет не видать (гвоздь).

5. Искусство

5 баллов.

Мы на закате с поля возвращались,
Ядреным потом стылый воздух пах.

У каждого обветренно качалась
По-за плечом рубашка на граблях.

Назовите профессию человека, написавшего эти строки?(поэт)

10 баллов. Человек, профессия которого помогает людям иметь красивые причёски (парикмахер)

15 баллов. В прошлый раз был педагогом, послезавтра - машинист. Должен знать он очень много, потому, что он ... (артист)

20 баллов. Кто был профессионалом:
в литературе и медицине (А.П. Чехов);
в музыке и химии (А.П. Бородин);
в литературе и дипломатии (А.С. Грибоедов).

6. Орудия труда

5 баллов. Кто первый – мужчины или женщины – начали вязать на спицах? (Мужчины)

10 баллов. Орудие труда, используемое в работе музыканта, сталевара, врача (ложка – музыканты-ложечники; врач в домашних условиях проверяет зев больного обычной ложкой; сталевары берут пробу стали специальной ложкой)

15 баллов. Кто из царей знал 14 ремесел? Назовите царя и не менее 6 ремесел, которыми он владел (Петр I – плотник, кораблестроитель, кузнец, токарь, оружейник, моряк и др.)

20 баллов. Кто на все руки мастер? (перчаточник)

Команда, набравшая большее число баллов, награждается символическими призами. При наличии времени игру можно продолжить, проведя следующие конкурсы.

«Четвертый лишний»

Из четырёх названных слов, одно слово лишнее по смыслу (средство труда).

Выбрать это слово и объяснить почему?

1. Программист, компьютер, закройщик, оператор.
2. Актёр, режиссёр, кинофильм, кинооператор.
3. Экономист, калькулятор, бухгалтер, кассир.
4. Чертёж, инженер, конструктор, мастер.
5. Ученик, учитель, книга, воспитатель.

«Пословицы». Распределите пословицы на следующие группы :

1. Интерес, стремление к трудовой деятельности.
2. Эмоциональное отношение к работе.
3. Трудолюбие.
4. Нерадивость.
5. Труд, как жизненная потребность.

Пословицы

1. Без волнения, без заботы не жди радости от работы.
2. Болтуна видно по слову, а рыбака по улову.
3. Была бы охота, заладится всякая работа.
4. Глаз труслив, рука смела.
5. Один с сошкой, семеро с ложкой.
6. Разговором сыт не будешь, если хлеба не добудешь.
7. Сам молчун, да руки громкие.
8. Своя упряжка никому не тяжка.
9. Спящему коту мышь в рот не прибежит.
10. Спать не молотить, спина не болит.
11. Тот труда не боится, кто умеет трудиться.
12. То завтракаю, то обедаю, а погулять когда не ведаю.
13. Труд не калечит, а лечит.
14. У лодыря Егорки, всегда отговорки.
15. Утреннюю работу не оставляй до вечера.
16. Хорошая работа и старика молодит.

Занятие 5. Беседа о профессиях

В шестом классе мы предлагаем провести беседу о профессиях по выбору учителя из различных групп: либо связанных с правовой системой и требующих развития коммуникативных навыков, мышления, нравственных качеств; либо с профессиями, отражающими склонности к компьютерной технике; либо связанных со знаковыми системами, математическими знаниями; либо связанных с природой.

Рекомендации по подготовке и проведению беседы в приложении 1.

Занятие 6. Экскурсия на производство, в учреждение

Экскурсии для 6-классников на предприятия и в учреждения расширяют знания учащихся о различных сферах деятельности человека, практической направленности профессии, организации труда. Предлагаем следующую **тематику экскурсий**:

1. «Человек – человек». Экскурсия в библиотеку.
2. «Человек – техника». Экскурсия в учреждение, где используются компьютер и телекоммуникационные технологии.
3. «Человек – художественный образ». Экскурсия в учреждение культуры. Возможно посещение художественной выставки.
4. «Человек–природа». Экскурсия в ветлечебницу. Экскурсия в аптеку.
5. «Человек – знаковая система». Экскурсия в технический отдел предприятия.

В процессе проведения экскурсии шестиклассники развивают навыки правильно организованных наблюдений, что позволяет формировать очень важное качество личности - умение наблюдать. Для этого перед экскурсией необходимо поставить перед учениками задачи, например, запомнить: как специалист готовит свое рабочее место, какие инструменты он использует, каков порядок действий. Учащиеся должны знать, на что надо обратить особое внимание.

Возможно проведение интерактивных экскурсий. Интерактивные экскурсии – это *экскурсионные программы*, в которых дети не только слушают экскурсовода, но и принимают активное участие в мероприятии.

7 класс

Занятие 1. Мои мечты, возможности и цели

Чтобы помочь 7-классникам разобраться в собственных возможностях, соотнести их с жизненными целями мы предлагаем провести тесты (на выбор, исходя из уровня подготовленности класса):

1 тест - по методике «Карта интересов» А.Е. Голомштока (модифицированный С. Я. Карпиловской). Чтобы пройти тест понадобятся лист бумаги и ручка.

Тест проводится с целью выявления индивидуальных интересов личности.

Описание: Интересы являются важной составной частью направленности личности, ее мотивационной сферы и представляют собой форму проявления потребностей. В.Н.Мясищев, рассматривая интересы в тесной связи с потребностями личности, в то же время отмечал своеобразие интересов, заключающееся в том, что они выражают познавательное отношение к предмету, тогда как потребности отражают тенденцию к реальному овладению ими. Профессиональные интересы у подростка формируются на основе имеющихся познавательных интересов и тесно с ними взаимосвязаны.

Инструкция:

Для определения Ваших ведущих интересов предлагаем перечень вопросов. Подумайте перед ответом на каждый вопрос и постарайтесь дать как можно более точный ответ.

Если Вам:

- очень нравится делать то, о чем говорится в вопросе, то поставьте в бланке протокола ответов в клетке под тем же номером два плюса «++»;
- если просто нравится - поставьте один плюс «+»;
- если не знаете, сомневаетесь - поставьте ноль «0»;
- если не нравится - поставьте один минус «-»;
- если очень не нравится - поставьте два минуса «--».

Отвечайте на вопросы, не пропуская ни одного из них. Если у Вас возникают вопросы, спрашивайте сразу же.

Тестовое задание:

Любите ли Вы (нравится ли Вам, хотели бы Вы)...

1. Читать книги типа «Занимательная физика», «Физики шутят».
2. Читать книги типа «Занимательная математика», «Математические досуги».
3. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области радиопизики.
4. Читать технические журналы «Юный техник», «Техника – молодежи».
5. Читать об открытиях в химии, о жизни и деятельности выдающихся химиков.
6. Читать о жизни растений и животных.
7. Читать о том, как люди научились бороться с болезнями, о врачах, о достижениях в области медицины.
8. Знакомиться с различными странами по описаниям и географическим картам.
9. Читать книги об исторических личностях и событиях.
10. Читать произведения классиков мировой литературы.
11. Интересоваться историей развития искусства, слушать оперную, симфоническую, джазовую музыку.
12. Читать книги о жизни школы.
13. Интересоваться искусством кулинарии, моделирования одежды, конструирования мебели.
14. Читать книги о войнах и сражениях.
15. Читать спортивные газеты, журналы, книги о спорте и выдающихся спортсменах.

16. Читать об экономике разных стран, достоинствах и недостатках разных экономических путей развития.
17. Читать научно-популярную литературу о физических открытиях, о жизни и деятельности выдающихся физиков.
18. Читать научно-популярную литературу о математических открытиях, о жизни и деятельности выдающихся математиков.
19. Разбираться в схемах радиоаппаратуры.
20. Посещать технические выставки или слушать (смотреть) передачи о новинках техники.
21. Находить химические явления в природе, проводить опыты по химии, следить за ходом химических реакций.
22. Изучать биологию, ботанику, зоологию.
23. Изучать анатомию и физиологию
24. Узнавать об исследованиях новых месторождений полезных ископаемых
25. Изучать историю возникновения различных народов и государств.
26. Читать литературно-критические статьи.
27. Обсуждать кинофильмы, театральные постановки, художественные выставки.
28. Объяснять товарищам, как выполнять учебные задания, если они не могут выполнить эти задания самостоятельно.
29. Шить, вышивать, готовить пищу, изготавливать, совершенствовать или ремонтировать домашние бытовые приборы и устройства, мебель и т.п.
30. Знакомиться с военной техникой.
31. Ходить на матчи и спортивные состязания.
32. Читать газеты «Коммерсант», «Деловой мир», а также статьи о бизнесе, предпринимательстве, деловых людях.
33. Проводить опыты по физике.
34. Решать математические задачи.
35. Выяснять устройства электро- и радиоприборов.
36. Разбираться в технических чертежах, схемах.
37. Готовить растворы, взвешивать реактивы.
38. Работать в саду, на огороде, ухаживать за растениями и животными.
39. Изучать причины возникновения разных болезней.
40. Собирать коллекцию минералов.
41. Обсуждать текущие политические события в СНГ и других странах.
42. Изучать иностранные языки.
43. Декламировать, петь, выступать на сцене.
44. Читать книги малышам, помогать им что-нибудь делать, рассказывать, сочинять сказки.
45. Заботиться об уюте в доме, в классе, школе, приводить в порядок свое помещение.
46. Принимать участие в военизированных походах.
47. Играть в спортивные игры.
48. Изучать динамику курса акций на биржах (например, с помощью газеты «Коммерсант»).
49. Заниматься в физическом кружке.
50. Заниматься в математическом кружке.
51. Исправлять электроприборы и повреждения в электросети.
52. Собирать и ремонтировать различные механизмы.
53. Заниматься в химическом кружке.
54. Заниматься в биологическом кружке.
55. Ухаживать за больным.
56. Составлять геологические и географические карты.
57. Посещать исторические музеи, знакомиться с памятниками культуры, ходить в археологические экспедиции.
58. Письменно излагать свои мысли, наблюдения, вести дневник.
59. Заниматься в драматическом кружке.

60. Обсуждать вопросы воспитания детей и подростков, шефствовать над трудновоспитуемыми.
61. Оказывать людям различные бытовые услуги.
62. Участвовать в военных играх и походах.
63. Принимать участие в спортивных соревнованиях.
64. Играть в настольные и компьютерные игры, имитирующие деятельность менеджера, бизнесмена (например, «монополия» и др.).
65. Участвовать в физических олимпиадах.
66. Участвовать в математических конкурсах, олимпиадах.
67. Собирать и ремонтировать радиоаппаратуру.
68. Собирать модели самолетов, планеров, кораблей или какие-либо иные конструкции.
69. Участвовать в химических олимпиадах.
70. Участвовать в биологических олимпиадах.
71. Знакомиться с работой медсестры и врача.
72. Производить топографическую съемку местности.
73. Выступать с сообщениями по истории, заниматься в историческом (или археологическом) кружке.
74. Заниматься в литературном или лингвистическом кружке.
75. Играть на музыкальных инструментах, рисовать, резать по дереву.
76. Руководить работой других.
77. Заботиться об экономии семейного бюджета.
78. Быть организатором в играх или походах.
79. Заниматься в спортивной секции.
80. Обсуждать с родителями бюджет семьи, планировать расход денег, покупки.
81. Выступать с докладами о новых физических открытиях, организовывать конкурсы по физике.
82. Организовывать математические досуги.
83. Заниматься в радиокружке.
84. Организовывать технические выставки, смотры технического творчества.
85. Организовывать вечера типа «Химия вокруг нас».
86. Проводить опытные работы по биологии.
87. Заниматься в кружке санитаров.
88. Участвовать в географических или геологических экспедициях.
89. Организовывать походы по родному краю с целью его изучения.
90. Писать сценарии литературных вечеров, организовывать литературные юбилеи, праздники.
91. Принимать участие в олимпиадах художественной самодеятельности.
92. Организовывать игры и праздники детей.
93. Готовить еду во время походов или оборудовать походную стоянку всем необходимым для участников похода.
94. Изучать военное дело.
95. Тренировать детские спортивные команды.
96. Интересоваться теми качествами, которые необходимы человеку для успешной работы в сфере управления, экономике, бизнесе.

Бланк ответов:

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	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.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	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.
+																
-																
Сумма																

Интерпретация теста:

При обработке результатов в каждой из строк подсчитываем количество плюсов и минусов и находим их алгебраическую сумму (т.е. к числу плюсов прибавить число минусов: $+8 + (-4) = +4$) — это один из способов обработки. Другой способ заключается в подсчитывании количества плюсов и минусов. Результаты записываются в свободные клеточки в конце каждой строки: в первой — количество плюсов, во второй — количество минусов. Каждая строка листа ответов благодаря специальной группировке вопросов соответствует той или иной области интересов.

Анализируя полученные данные, необходимо выделить строки, содержащие наибольшее количество плюсов. Если среди них окажется несколько строк с одинаковым числом плюсов, то более выраженным интересам соответствуют те из них, которые имеют наименьшее число минусов. При оценке направленности интересов необходимо, прежде всего, учитывать строки с наибольшим количеством плюсов, но необходимо обратить внимание также на строки с наибольшим количеством минусов как на сферы деятельности, отвергаемые оптантом. Оценка выраженности интересов имеет пять градаций: высшая степень отрицания — от -12 до -6 , интерес отрицается — от -5 до -1 , интерес выражен слабо — от $+1$ до $+4$, выраженный интерес — от $+5$ до $+7$, ярко выраженный интерес — от $+8$ до $+12$.

Если используется 1 способ обработки, анализируется алгебраическая сумма. Оценка выраженности такая же, как описано выше. Достоверные результаты получаются и в том случае, когда экспериментатор зачитывает вопросы группе испытуемых, хотя в этом случае искусственно ограничивается время ответа.

Опросник включает в себя 96 вопросов, которые распределяются в пределах 16 видов деятельности: физика, математика, электронная радиотехника, техника, химия, биология, медицина, география и геология, история, филология и журналистика, искусство, педагогика, сфера бытового обслуживания, военное дело, спорт, предпринимательство и бизнес.

Ключ к тесту:

Столбцы листа ответов соответствуют следующим интересам:

1. физика
2. математика
3. электронная радиотехника
4. техника
5. химия
6. биология
7. медицина
8. география и геология
9. история
10. филология и журналистика
11. искусство
12. педагогика
13. сфера бытового обслуживания

- 14. военное дело
- 15. спорт
- 16. предпринимательство, бизнес

2 тест– Тест Д.Голланда по определению типа личности.

Изучая индивидуальные особенности людей, психолог Д.Голланд разработал методику для определения социальной направленности личности (социального характерологического типа), выделив шесть типов:

- Реалистический тип (Р)
- Интеллектуальный тип (И)
- Социальный тип (С)
- Конвенциальный (офисный) тип (К)
- Предприимчивый (предпринимательский) тип (П)
- Артистический тип (А)

Инструкция: "Из каждой пары профессий нужно указать одну, предпочитаемую. Всего 42 выбора".

Таблица 1

№	а	б
1	инженер-техник	инженер-конструктор
2	ювелир	санитарный врач
3	повар	наборщик
4	фотограф	зав. магазином
5	массажист	дизайнер
6	искусствовед	психиатр
7	ученый-химик	бухгалтер
8	программист	адвокат
9	лингвист	переводчик художественной литературы
10	педиатр	статистик
11	организатор воспитательной работы	предприниматель
12	спортивный врач	фельетонист
13	нотариус	логистик
14	администратор	карикатурист
15	маркетолог	писатель
16	садовник	метеоролог
17	водитель	медсестра
18	инженер-электрик	секретарь-машинистка
19	маляр	художник по металлу
20	биолог	главный врач
21	телеоператор	режиссер
22	гидролог	ревизор

23	зоолог	зоотехник
24	математик	архитектор
25	работник ИДН	диспетчер
26	учитель	редактор
27	воспитатель	художник по керамике
28	экономист	заведующий отделом
29	корректор	критик
30	брокер	директор
31	радиоинженер	специалист по ядерной физике
32	слесарь-водопроводчик	наборщик
33	агроном	заготовитель сельхозпродукции
34	закройщик-модельер	декоратор
35	археолог	менеджер по продажам
36	редактор научного журнала	экскурсовод
37	ученый	актер
38	логопед	стенографист
39	юрисконсульт	дипломат
40	главный бухгалтер	директор
41	поэт	психолог
42	архивариус	скульптор

Ключ к тесту

- Реалистический тип:
1а, 2а, 3а, 4а, 5а, 16а, 17а, 18а, 19а, 21а, 31а, 32а, 33а, 34а.
- Интеллектуальный тип:
1б, 6а, 7а, 8а, 9а, 16б, 20а, 22а, 23а, 24а, 31б, 35а, 36а, 37а.
- Социальный тип:
2б, 6б, 10а, 11а, 12а, 17б, 29б, 25а, 26а, 27а, 36б, 38а, 39а, 41б.
- Конвенциальный тип:
3б, 7б, 10б, 13а, 14а, 18б, 22б, 25б, 28а, 29а, 32б, 38б, 40а, 42а.
- Предприимчивый тип:
4б, 8б, 11б, 13б, 15а, 23б, 28б, 30а, 33б, 35б, 37б, 39б, 40б.
- Артистический тип:
5б, 9б, 12б, 14б, 15б, 19б, 21б, 24а, 27б, 29б, 30б, 34б, 41а, 42б.

Интерпретация

Каждый тип личности характеризуется некоторыми особенностями:

- определенными чертами характера и складом ума;
- способностями к определенным видам деятельности;
- предпочтениями определенного рода занятий;
- содержанием увлечений;
- профессиональными возможностями.

Каждому типу личности соответствует определенный тип профессий. В том случае, если человек выбирает профессию соответствующую типу его личности, то он может достичь в ней наибольших успехов и получить наибольшее удовлетворение от работы. Ниже, в таблице приведены описания каждого из шести типов личности. Однако сделать однозначный вывод о принадлежности к одному определенному типу личности можно только, в том случае, если оценка по этому типу на несколько баллов выше, чем оценки по другим типам.

Таблица 2

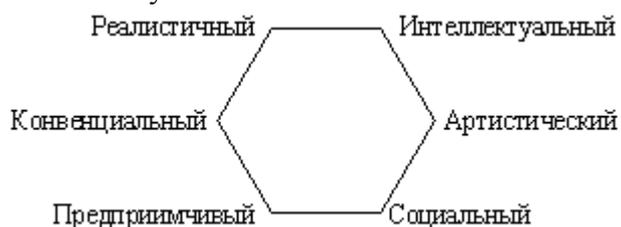
Типы профессиональной направленности личности

Типы	Психологические характеристики, особенности личности, способности	Ориентация, направленность, предпочтения	Профессиональная среда	Конкретные профессии
Р	Активность, агрессивность, деловитость, настойчивость, рациональность, практическое мышление, развитые двигательные навыки, пространственное воображение, технические способности	Конкретный результат, настоящее, вещи, предметы и их практическое использование, занятия, требующие физического развития, ловкости, хорошей координации движений, навыков практической работы, в работе предпочитают четкие и конкретные указания	Техника, сельское хозяйство, военное дело. Решение конкретных задач, требующих подвижности, двигательных умений, физической силы. Социальные навыки нужны в минимальной мере и связаны с приемом – передачей ограниченной информации.	механик, электрик, инженер, фермер, зоотехник, агроном, садовод, автослесарь, шофер, ювелир и т.д.
И	Аналитический ум, независимость и оригинальность суждений, гармоничное развитие языковых и математических способностей, критичность, любознательность, склонность к фантазии, интенсивная внутренняя жизнь, низкая физическая активность	Идеи, теоретические ценности, умственный труд, решение интеллектуальных творческих задач, требующих абстрактного мышления, отсутствие ориентации на общение в деятельности, информационный характер общения	Наука. Решение задач, требующих абстрактного мышления и творческих способностей. Межличностные отношения играют незначительную роль, хотя необходимо уметь передавать и воспринимать сложные идеи	физик, астроном, биолог-исследователь, искусствовед, программист и др.
С	Умение общаться, гуманность, способность к сопереживанию,	Люди, общение, установление контактов с окружающими,	Образование, здравоохранение, социальное обеспечение,	врач, педагог, психолог, журналист, гиды т.п.

	активность, зависимость от окружающих и общественного мнения, приспособление, решение проблем с опорой на эмоции и чувства, преобладание языковых способностей	стремление учить, воспитывать, избегание интеллектуальных проблем	обслуживание, спорт. Ситуации и проблемы, связанные с умением разбираться в поведении людей, требующие постоянного личного общения, умения убеждать.	
К	Способности к переработке числовой информации, стереотипный подход к проблемам, консервативный характер, подчиняемость, зависимость, следование обычаям, конформность, исполнительность, преобладание математических способностей	Порядок, четко расписанная деятельность, работа по инструкции, заданным алгоритмам, избегание неопределенных ситуаций, социальной активности и физического напряжения, принятие позиции руководства	Экономика, связь, расчеты, бухгалтерия, делопроизводство. Деятельность, требующая способностей к обработке рутинной информации и числовых данных	бухгалтер, финансист, экономист, канцелярский служащий, корректор, лаборант и др.
П	Энергия, импульсивность, энтузиазм, предприимчивость, агрессивность, готовность к риску, оптимизм, уверенность в себе, преобладание языковых способностей, развитые организаторские способности	Лидерство, признание, руководство, власть, личный статус, избегание занятий, требующих усидчивости, большого труда, двигательных навыков и концентрации внимания, интерес к экономике и политике	Решение неясных задач, общение с представителями различных типов в разнообразных ситуациях, требующих умения разбираться в мотивах поведения других людей и красноречия	бизнесмен, маркетолог, менеджер, директор, продюсер, дипломат, юрист, брокер и т.д.
А	Воображение и интуиция, эмоционально сложный взгляд на жизнь, независимость, гибкость и оригинальность	Эмоции и чувства, самовыражение, творческие занятия, избегание деятельности, требующей физической силы, регламентированного	Изобразительное искусство, музыка, литература. Решение проблем, требующих художественного вкуса и воображения	музыкант, художник, фотограф, актер, режиссер, дизайнер и т.д.

	мышления, развитые двигательные способности и восприятие	рабочего времени, следования правилам и традициям		
--	--	---	--	--

Более точный вывод о профессиональной направленности личности можно сделать, учитывая не максимальную оценку по одному из типов, а определив три типа, имеющие наибольшие оценки. Дело в том, что в соответствии с теорией Дж.Голланда шесть типов личности сгруппированы друг с другом по степени сходства в форме шестиугольника (см. рис.) Каждый тип наиболее сходен со своими соседями по шестиугольнику и наиболее отличается от противоположного в шестиугольнике типа личности.



Например, социальный тип наиболее похож на предприимчивый и артистический, смежные с ним, и наиболее отличается от реалистического, находящегося по другую сторону шестиугольника. В том случае, если три типа, получившие наибольшие оценки, являются смежными, то есть находятся с одной стороны шестиугольника, то ваш профессиональный выбор наиболее обоснован и последователен. При этом вы можете отдать предпочтение не только типу, имеющему максимальную оценку, но также тому типу, который находится посередине между двумя остальными. Если же три наиболее предпочитаемых типа находятся по разные стороны шестиугольника, то сделать выбор гораздо сложнее. В этом случае будет разумным привлечь для своего решения другие основания, например другие тесты, книги или консультации.

Типы профессиональной направленности личности, определяемые по методике Голланда, в некоторой мере соответствуют классификации профессий по предмету труда. Так, «реалистичный» тип личности в наибольшей степени соответствует профессиям типа «человек-техника» и «человек – природа» и характеризует направленность на рабочие и инженерно-технические специальности и должности. «Интеллектуальный» тип личности в большей степени связан со сферой общественных и естественных наук, то есть с профессиями типа «человек – человек» и «человек – природа». «Социальный» тип определяет склонность к профессиям в сфере обслуживания, образования и медицины типа «человек – человек». «Конвенциальный» тип характеризует склонность к профессиям типа «человек – знаковая система». «Предприимчивый тип однозначно не связан с каким-либо одним предметом труда, хотя ориентация на управленческие профессии и должности более тесно связывает представителей этого типа с профессиями типа «человек- человек». Наконец, «артистический» тип личности можно отнести к профессиям типа «человек – художественный образ».

Упражнение "Автопортрет"

Задание. Представьте себе, что вам предстоит встреча с незнакомым человеком и нужно, чтобы он узнал вас. Опишите себя. Найдите такие признаки, которые выделяют вас из толпы. Опишите свой внешний вид, походку, манеру говорить, одеваться; может быть вам присущи обращающие на себя внимание, жесты.

Работа проходит в парах. В процессе выступления одного из партнеров другой может задавать уточняющие вопросы, для того, чтобы "автопортрет" был более полным. На обсуждение в парах отводится 15-20 минут. По окончании задания участники садятся в круг и делятся впечатлениями.

Как форму рефлексии можно использовать предлагаемую проективную методику.

Проективная методика «Мой жизненный выбор»

Цель моей жизни — это

Мои родители знают, что моя цель жизни — это

Я знаю, что для реализации моих жизненных целей нужно

Для реализации моих целей сегодня у меня получается

Сегодня у меня пока не получается

Поддержка в достижении моих жизненных целей -

Препятствие в достижении моих жизненных целей -

Для того чтобы достичь цели, я должен

Для того чтобы достичь цели, я не должен

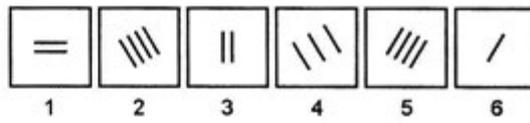
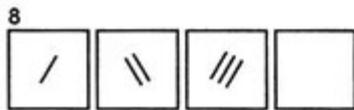
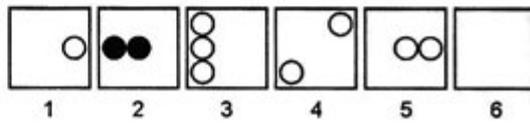
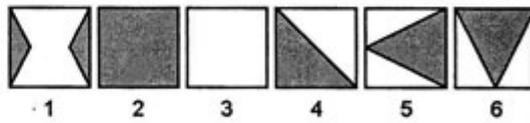
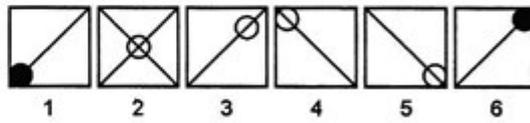
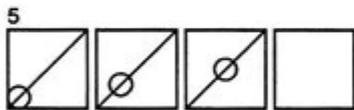
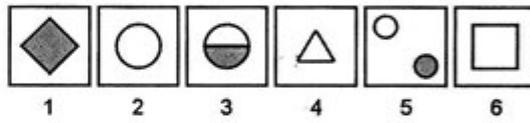
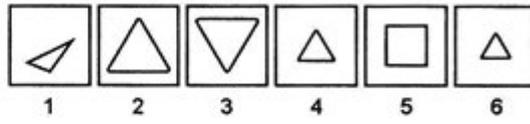
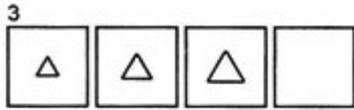
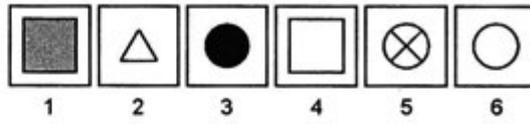
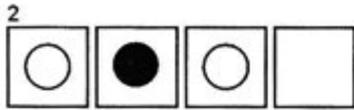
Занятие 2.Интеллектуальный потенциал

При выборе профессии важно понимать, что есть профессии, требующие высокого интеллектуального развития. Мыслительные способности – особый дар. Мы предлагаем провести диагностику интеллектуального потенциала школьников, используя тест П.Ржичан(адаптирован Г.В. Резапкиной).С помощью Теста можно узнать, насколько у вас развита логика и способность устанавливать связи между предметами и явлениями.

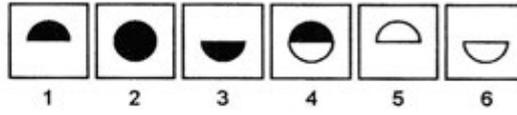
Инструкция. Каждое задание занимает одну строку, в левой ее части – четыре квадрата, три из которых заполнены рисунками, а четвертый – пустой. Рисунки в левой части находятся в определенной последовательности, которая не закончена. Ваша задача – найти подходящий рисунок в правой части задания и записать его номер в бланке рядом с номером задания, завершив, таким образом, последовательность.

1 -	2 -	3 -	4 -	5 -
6 -	7 -	8 -	9 -	10 -
11 -	12 -	13 -	14 -	15 -
16 -	17 -	18 -	19 -	20 -

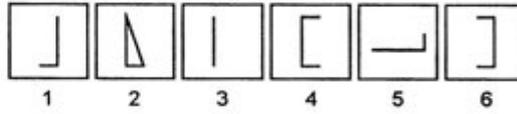
Учитель разбирает вместе с учащимися тренировочные задания, акцентируя внимание, на том, что имеется только одно правильное решение. Убедившись, что все поняли инструкцию, дает команду приступить к выполнению основного задания.



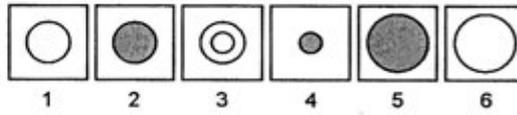
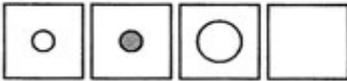
9



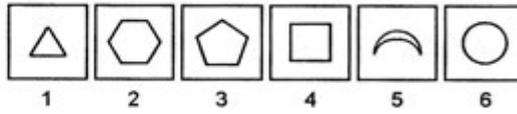
10



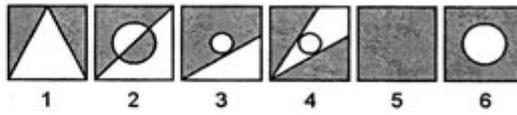
11



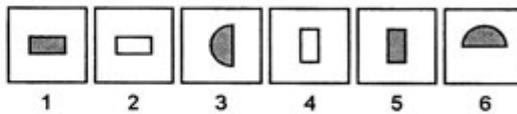
12



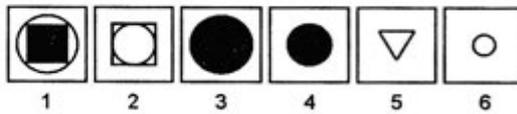
13



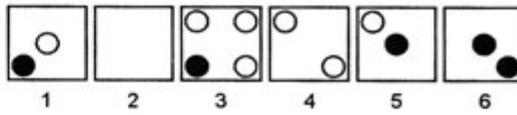
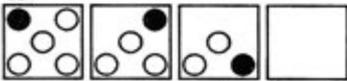
14

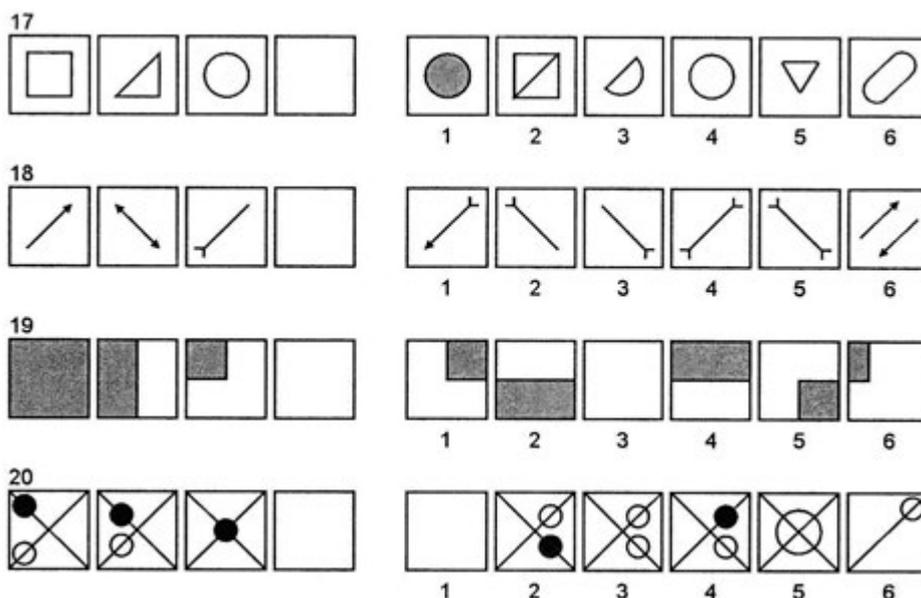


15



16





Правильные ответы:

1 - 2	2 - 3	3 - 2	4 - 6	5 - 3
6 - 5	7 - 6	8 - 2	9 - 3	10 - 3
11 - 2	12 - 2	13 - 2	14 - 6	15 - 5
16 - 1	17 - 3	18 - 5	19 - 6	20 - 2

Рекомендации. Как развивать мышление.

- Информация для мышления – все равно, что пища для тела. Источники информации – общение с людьми и книгами, экскурсии, путешествия, интернет. Как и пища, информация должна быть качественной.
- Мышление активизируется, когда стандартные решения не дают результатов. Поэтому так важно развивать у себя умение видеть предмет или явление с разных сторон, замечать необычное в обычном.
- Мышление и речь – неразрывны. Мышление развивается, когда вы рассказываете о прочитанном или увиденном, участвуете в дискуссиях, излагаете свои или чужие мысли в письменной форме.

Высокий уровень общего умственного развития является условием успешной профессиональной деятельности учителя, врача, юриста, психолога, инженера, экономиста, программиста и др. Определяется он как природными задатками и наследственностью человека, так и его жизненным опытом, образованием, воспитанием и чертами характера.

Примечание. Тест принадлежит к группе практических (невербальных) тестов и направлен на выявление уровня развития невербального интеллекта. В пособии представлен сокращенный вариант. Методика помогает определить способности к выводу закономерностей на основе анализа и синтеза невербальной информации. Успешность выполнения теста зависит от умения логически мыслить, устанавливать существенные связи между предметами и явлениями.

После того, как учащиеся ознакомились с инструкцией, педагог разбирает вместе с ними тренировочные задания, акцентируя внимание, на том, что имеется только одно правильное решение. Затем, убедившись, что все поняли, что от них требуется, дает команду приступить к выполнению основного задания. Поскольку работа носит не столько диагностический, сколько развивающий характер, целесообразно провести обработку в классе, зачитав правильные ответы и попросив ребят самостоятельно проверить свои ответы. Узнавая правильный ответ, ребята видят, в чем они ошиблись.

Высокие результаты по данному тесту коррелируют с успехами по физике и математике. Расхождение результатов тестирования со школьной успеваемостью (высокие результаты – низкая успеваемость), а также отставание вербального мышления от невербального – признак педагогической запущенности, так как развитие вербального мышления напрямую зависит от условий воспитания и образования. ТИП может быть использован для оценки реалистичности ориентации школьника на высшее техническое и естественнонаучное образование, исследовательскую деятельность, на профессии, требующие высокого уровня развития пространственно-зрительных представлений.

Занятие 3. Как вести себя в конфликте

В качестве эпитафии к нашему занятию можно использовать слова Генри Тэйлора: *“Ничто так не показывает превосходство характера, как хорошее поведение в ссоре, которой нельзя избежать”*.

Учитель. Как вы думаете, что значит понятие конфликт? (Выслушиваются ответы школьников) Как видите, каждый понимает конфликт по-разному. Одно из определений понятия конфликт означает следующее. **Конфликт** – это столкновение интересов, планов, действий разных людей; потребностей одного человека.

Эта проблема наиболее актуальна именно в вашем возрасте. Как вы уже знаете по себе, подростки очень ранимы, обидчивы, страстны (до максимализма), стремятся во что бы то ни стало отстаивать свою точку зрения; при этом им не хватает жизненного опыта, они не умеют вести себя в сложных ситуациях. Очень часто причиной конфликта выступает недовольство собой, чувство неполноценности, потребность в самоутверждении, мысль о своей исключительности, неудовлетворенное желание занять достойное место в коллективе.

Скажите, пожалуйста, зачем нужны конфликты? (Выслушиваются ответы школьников)

Да, действительно, в конфликте часто мы находим новые, нестандартные способы решения проблемы. Но также необходимо сказать о таком неблагоприятном действии конфликта, как разрыв отношений между конфликтующими сторонами. Однако конфликты присутствуют в жизни каждого человека, независимо от его желания. Конфликт может привести или к улучшению жизни в классе, или, наоборот, к ещё большей несправедливости. Наше занятие будет посвящено тому, чтобы научиться достойно выходить из конфликтных ситуаций, то есть научиться конфликтовать таким образом, чтобы не задевать личность оппонента.

Конфликт это не трагедия, он имеет право на существование. Внутри любой группы людей неизбежно возникает соревнование или соперничество между ее членами. Бесконфликтная жизнь – иллюзия. При неумелом разрешении конфликта разрушаются деловые и дружеские контакты между людьми, затрудняются или делаются невозможными их совместные координированные действия.

Как правило, конфликтующие стороны неадекватно воспринимают друг друга. Подобные ошибки восприятия, заблуждения затрудняют процесс примирения. Е. Мелибрда выделил 4 типичных искажения восприятия:

- “Иллюзия собственного благородства” – когда мы считаем, что являемся жертвой злобного противника, а сами ведём себя образцово. В большинстве случаев обе конфликтующие стороны уверены в своей правоте, нередко готовы разрешить конфликт и убеждены, что дело в оппоненте, который этого не хочет.
- “Поиск соломинки в глазу другого” – замечание малейших нюансов поведения оппонента. В конфликте чрезвычайно важно контролировать каждое свое слово и поступок, а не только оппонента.
- “Двойная этика” – человеку свойственно приукрашивать собственное поведение даже перед самим собой. Собственные действия мы всегда стараемся представить как разумные, уважительные по отношению к сопернику, а чужие – как недопустимые, нечестные.
- “Все ясно” – упрощение ситуации конфликта.

Таким образом, все эти ошибки несут одну и ту же цель: представить собственные действия и поступки желательными, благородными, а действия оппонента – непозволительными, безобразными, неадекватными ситуации. Признаемся, что так поступаем и мы с вами, особенно в ситуациях, когда затронуты наши личные интересы.

С. Шенкман предлагает следующие способы преодоления конфликтных ситуаций (используется слайд-презентация).

1. Не оставаться наедине со своими неприятностями. Надо рассказать о неприятностях человеку, которому вы доверяете. В трудную минуту особенно важно почувствовать участие, искреннюю заинтересованность в твоих делах другого человека.
2. Уметь вовремя отвлечься от своих забот. Заняться каким-то требующим внимания делом, привычной работой.
3. Не позволять себе раздражения, гневного состояния.
4. Не упрямиться, не позволять себе быть капризным.
5. Нельзя быть совершенством во всем всегда. Не ругать себя, если что-то не получается на высоком уровне.
6. Не предъявлять чрезмерных требований окружающим, принимать людей такими, какие они есть.

В ссоре старайтесь говорить только о самом разногласии. Ни в чем не обвиняйте оппонента. Не говорите друг другу обидных слов. Это поможет вам сохранить конфликт на деловом уровне, не “спуститься” на личностный уровень конфликта.

Психолог К. Томас выделил пять основных стилей разрешения конфликта:

Конкуренция – человек, использующий этот стиль, активен и предпочитает разрешить конфликт естественным путем. Он не заинтересован в сотрудничестве с другими, но способен на волевые решения.

Избегание – когда человек не отстаивает свои права, не хочет сотрудничать, просто уходит от конфликта, избегает его.

Приспособление – человек действует совместно с партнером по общению и не пытается отстаивать свои интересы.

Сотрудничество – человек активно участвует в разрешении конфликта и устанавливает свои интересы, но при этом учитывает и интересы партнера.

Компромисс – партнеры по общению сходятся на “золотой середине”, то есть на частичном удовлетворении интересов каждого из партнеров.

Выводы. Жизнь не прожить без конфликтов, но разумный, культурный человек всегда сможет эффективно уладить споры и разногласия, гибко используя различные стратегии: в одних случаях жестко настоит на своем, в других – уступит, в третьих – найдет компромисс. А чтобы не ошибиться в выборе стратегии поведения, нужен жизненный опыт, мудрость и знания.

- Самое главное, чтобы обе стороны желали разрешения конфликта.
- Разберитесь в истинных причинах и сосредоточьте внимание на проблеме и на том, как ее разрешить.
- В прощении ваше освобождение от того негатива, который накопился в результате конфликта.
- Дайте возможность партнеру высказаться, внимательно его выслушайте.
- Предоставьте собеседнику психологическую паузу для снятия эмоционального накала.
- Признавайте свои ошибки до того, как собеседник начнет вас критиковать.
- Не спешите реагировать на чужое раздражение.
- Идите на все возможные компромиссы.
- Не критикуйте личность партнера. Никогда не наносите эмоциональный ущерб личности.
- Уступайте в мелочах, чтобы добиться победы в главном.

- Создайте возможность достойного выхода из конфликта, чтобы сохранить время и здоровье.
- Не избегайте конфликтов (они неизбежны!), а старайтесь их разрешить или избежать отрицательных последствий.
- Помните, что безвыходных ситуаций не бывает.

С учетом возраста и актуализации неуравновешенности в поведении подростков предлагаем провести ролевую игру «Контакты и конфликты».

Задание. Рассмотрите ситуации и оцените поведение их участников. Попробуйте спрогнозировать последствия каждого инцидента.

Ситуация 1.

... В прошлом году окончил 7 класс Виктор В. Все годы Виктор усиленно работал над собой, был исполнительным. Из всех выпускников он самый эрудированный, политически грамотный. До 7 класса он был предметом насмешек, издевательств. Ребята (значительно слабее его по учебе) диктовали ему свою волю, а в случае неподчинения избивали. Виктор стойко переносил оскорбления, никогда не жаловался. Почему ребята не приняли его?

Задание : Посоветуйте ребятам, как подружиться с Виктором. Посоветуйте Виктору, как изменить отношения одноклассников.

Ситуация 2.

Участники: 1) ученица 7 класса Люда, очень развитая, хорошая общественница; 2) ученик 7 класса Сережа, способный, но уроки не учит, неорганизованный, но хороший товарищ.

Как-то на перемене Люда очень метко подметила, что Сережа очень похож лицом на древнего человека, изображенного в учебнике 7 класса по истории. Это подхватил класс. У Люды и Сережи начались ссоры.

На уроке немецкого языка, отвечая, Люда допустила оплошность. Класс засмеялся. Сережа захохотал громче всех. Люда взяла учебник истории, быстро открыла страницу с древним человеком, показала Сереже. Тот побагровел и в адрес Люды сказал: «Тварь». Люда подошла к нему и ударила по щеке...

Задание: Как разрешить этот конфликт? Что должна была сделать Люда?

Ситуация 3.

Недавно на встрече со школьниками мне задали такой вопрос: а что делать, если я иду по школе, там стоит пятеро ребят, и они говорят на своем языке? Я сказал, что, конечно, они стоят впятером, и это нормально, что они говорят на своем языке, но когда ты к ним подходишь, то с точки зрения этики, нормальной человеческой этики, они должны перейти на тот язык, на котором говорят все. И это серьезные вопросы, которые кажутся нам очень мелкими, ну, подумаешь, прошел в коридоре мимо, это не те случаи, которыми занимаются комиссии по делам несовершеннолетних. Но это та атмосфера школы, на которой все зиждется.

Ваше мнение.

При проведении этого занятия можно использовать следующий материал.

1. Упражнение “Приветствие”. Цель упражнения: создание доброжелательной атмосферы, настрой на плодотворную работу. Участники тренингового занятия передают друг другу мягкую игрушку со словами: “Привет, я хочу тебе подарить...”.

Время проведения упражнения – 5 минут.

Предложить учащимся вспомнить человека, с которым они часто ссорятся. Подумайте над тем, какие эмоции он у вас вызывает, что вы чувствуете в конфликтных ситуациях. Давайте выполним упражнение “Карикатура на врага”.

2. Упражнение “Карикатура на врага”. Нарисуйте своего “врага” в виде сказочного животного. Да пострашнее! С рогами, клыками, копытами. Время на выполнение этого задания – 5 минут.

И дальше с ним можно поиграть. К примеру, у вас конфликты с одноклассницей (-ком). Вот и нарисуйте ее (его) в виде огнедышащего дракона. А потом “посадите” в клетку с огромными замками. Или отправьте ее (его) на другую планету в большущей ракете. Все, конфликт исчерпан!

А теперь прислушайтесь к своим эмоциям. Как вы думаете, почему, нарисовав карикатуру на своего врага, да еще и отправив его в клетку или на далекую планету, вам стало легче? Таким рисунком, карикатурой вы прорабатываете свои негативные эмоции и снимаете плохие установки. Когда вы видите “врага” в клетке, ваше сознание фиксирует: он не опасен.

Формула успешного решения школьных конфликтов

1. Доброжелательность.
2. Установить причину конфликта, стараясь услышать друг друга, и правильно понять друг друга.
3. Тактичность.
4. Разговор по существу.
5. Поиск компромисса
6. Способность признать свою ошибку; Помните: только дураки и покойники не меняют своего мнения
7. Соблюдение чужого персонального пространства
8. Правильный выбор роли
9. Умение слушать и слышать друг друга
10. Справедливость.

Подведение итогов.

Учитель просит учащихся **всегда помнить закон жизни.**

Правда.

Справедливость выше правды, но выше справедливости *милосердие*.

Если бы наше общество жило по закону “око за око”, весь мир был бы незрячим.

Правила поведения в конфликтной ситуации

1. Если возник спор, обсуждайте только его предмет, не переходя на личности.
2. У каждого человека может быть свое личное мнение. Уважайте мнение партнера. Выслушайте его до конца, не перебивая, быть может, оно в чем-то совпадает с вашим.
3. Улыбка и доброжелательность – лучшие помощники в решении самых спорных вопросов.
4. Сохраняйте «свое» лицо. Гнев, злоба и крик явно его «испортят».
5. Проявляйте чувство юмора – хорошая и уместная шутка может «разрядить» обстановку и помочь в решении даже самых напряженных вопросов.

Занятие 4. Тренинг личностного роста

Для проведения занятий предлагаем на выбор упражнения, которые помогут учащимся развивать навыки саморефлексии, позитивное мышление, повышать уверенность в себе, и будут способствовать саморазвитию.

Тест «Вверх по лестнице».

Это простой, но тем не менее, довольно точный тест самооценки. Он позволит Вам буквально в течение нескольких секунд оценить представления о самом себе по различным критериям. При чем, эти критерии Вы сможете выбрать сами.



Инструкция: Представьте себе, что перед Вами находится лестница из 10 огромных ступеней, на каждой из которых расположены все люди мира. При чем, стоят они так, что на самой нижней, первой ступени расположены самые плохие, нехорошие люди, в то время, как на самой верхней, десятой ступени стоят самые лучшие представители рода человеческого, обладающие массой положительных черт. Вам тоже нужно занять место на одной из ступеней. Какая из них Ваша?

Теперь ответьте самому себе на несколько вопросов:

1. Почему Вы выбрали именно это место?
2. Каких людей Вы относите к самым лучшим, хорошим?
3. Что Вам помешало отнести себя к ним (если помешало)?
4. Каких людей Вы считаете плохими?
5. Почему Вы не отнесли себя к ним?

Точно также Вы можете оценить в себя по другим характеристикам: ум, здоровье, успех, счастье, удовлетворенность работой и т.д.

Теперь, когда Вы определились и с местом, и с теми причинами, почему именно это место Вы себе отвели, давайте приступим к анализу ситуации.

Анализ:

Адекватному уровню самооценки соответствуют ступени 6 и 7. Именно эти места, находящиеся чуть выше середины, отводят себе большинство людей.

Восьмую ступень тоже можно отнести к уровню адекватной самооценки, хотя принято считать, что в этом случае самооценка слегка завышена.

Цифры 9 и 10 соответствуют завышенной самооценке. Такие позиции выбирают себе люди, считающие себя значительно лучше других. Они полагают, что по своим качествам приближаются к идеалу.

Степени 4 и 5 выбирают люди, которые не вполне удовлетворены текущим положением вещей, их самооценка занижена.

И, наконец, с 1-й по 3-ю ступени выбирают люди с крайне низкой самооценкой, либо те, кто находится в кризисном состоянии.

Дело в том, что на выбор своего места на лестнице самооценки может влиять не только сложившиеся на протяжении жизни представления о себе, но и текущее душевное состояние, предшествовавшее прохождению теста. Какие-то негативные события и тяжелые переживания вполне могут заставить человека опустить себя на 1-2, а то и 3 пункта ниже. В то время как головокружительный успех способствует самовозвеличиванию и перемещению вверх по лестнице самооценки.

Упражнения личностного роста направлены на развитие навыков саморефлексии, анализ возможных точек личностного роста, повышение уверенности в себе, на развитие позитивного мышления, определение перспективных жизненных целей. Предлагаемые упражнения, на наш взгляд, помогут разнообразить классные часы и беседы по

профориентации и будут способствовать более глубокому осознанию своего «Я», формированию адекватной самооценки.

Упражнение «Образ Я».

Каждому участнику предлагается произнести слово "Я" с только ему присущей интонацией, мимикой, жестах. Нужно сделать это так, чтобы одним словом как можно полнее выразить восприятие своего "Я", свою интонацию. Процедура "Я-реальное и Я-идеальное"

Цель упражнения: помочь участникам выстраивать адекватную самооценку. Участникам раздаются по 2 листа бумаги и карандаши. Ведущий просит нарисовать себя в "двух ипостасях": Я-реальное и Я-идеальное. Дается 10-15 минут. После этого происходит обсуждение:

- Когда вы чувствовали большее напряжение: когда рисовали идеальное или реальное?
- Как вы думаете, что вам необходимо предпринять, чтобы эти два понятия стали едиными?
- Как соединить Индивидуальность и свое место в мире.

Упражнение "Три имени".

Каждому участнику выдается по три карточки. На карточках нужно написать три варианта своего имени (например, как вас называют родственники, сослуживцы и близкие друзья). Затем каждый член группы представляется, используя эти имена и описывая ту сторону своего характера, которая соответствует этому имени, а может быть послужила причиной возникновения этого имени.

Процедура "Ответственность (незаконченные предложения)".

Предложения записываются под диктовку; во время паузы участники должны эти предложения закончить; наиболее верна первая реакция; если какое-то предложение не подходит, его можно пропустить; в конце дается немного времени для того, чтобы все завершить.

- Быть ответственным для меня означает...
- Некоторые люди более ответственны, чем другие, - это люди, которые...
- Безответственные люди - это...
- Свою ответственность к другим людям я проявляю через...
- Вид ответственности, который, как я чувствую, более тяжел для меня - это...
- Ответственного человека я узнаю по...
- Чем сильнее моя ответственность, тем больше я...
- Я побоялся бы нести ответственность за...
- Быть ответственным по отношению к самому себе - это...
- Я несу ответственность за...

Проводится обсуждение в парах и в кругу. Ведущий помогает участникам прояснить их точки зрения и осознать степень своей ответственности за свои чувства, мысли, поступки. При проведении обсуждения можно дать участникам почувствовать достоинства и недостатки двух позиций: "ответственности за других" и "ответственного отношения к другим". Приведенная ниже таблица поможет ведущему сориентироваться в этом вопросе.

Когда я чувствую ответственность за других Я...

исправляю
защищаю
спасаю
контролирую
перенимаю их чувства
не слушаю

Я чувствую...

усталость
тревогу
страх
неуравновешенность

Я беспокоюсь о ...

решении
деталях
ответах
обстоятельствах
том, чтобы не ошибиться
исполнении

Я манипулятор, т.е. использую других
Я думаю, что человек живет в соответствии с моими ожиданиями
То же самое, только Когда я отношусь ответственно к другим

Я...

демонстрирую эмпатию (сопереживание, понимание чувств)
подбадриваю
делюсь
конфликтую
слушаю

Я чувствую...

уравновешенность
свободу
осознанность
самоценность

Я беспокоюсь...

о человеке
о чувствах
с человеком

Я верю, моего присутствия с другим человеком достаточно.
Я помощник/проводник, т.е. сопровождаю другого.
Я думаю, человек сам отвечает за себя и за свои поступки.
Я могу доверять и принимать людей такими, какие они есть.

Занятие 5. «Как достичь успеха? Свобода и ответственность»

Особенности нервной системы, мышления, памяти и внимания играют важную, но не определяющую роль в жизни человека. Есть факторы более существенные. Одним из них способность брать на себя ответственность за то, что происходит в твоей жизни. Следующая методика поможет вам определить сформированность этого качества.

Тест «Определение уровня внутренней свободы»(модификация методики УСК - уровень субъективного контроля).

Прослушайте утверждения и поставьте в бланке ответов рядом с соответствующим номером «+», если вы с ним согласны, и «—», если не согласны.

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.

1. Успешная карьера больше зависит от случая, чем от способностей и усилий человека.
2. Большинство разводов происходит оттого, что люди не хотят приспособиться друг к другу.
3. Болезнь — дело случая: если суждено заболеть, то заболеешь.
4. Люди оказываются одиночками, потому что сами не проявляют интереса и дружелюбия к окружающим.
5. Исполнение моих желаний чаще зависит от случайного стечения обстоятельств.
6. Бесплезно прилагать усилия, чтобы завоевать симпатию других людей.
7. Отношения между людьми зависят от их связей, благосостояния, условий жизни.
8. Я часто чувствую, что мало влияю на то, что происходит со мной.
9. Как правило, руководство более эффективно, когда начальник контролирует действия подчиненных.
10. Мои отметки больше зависели от настроения учителя, чем от моих усилий.
11. Когда я строю планы, то верю в их осуществление.
12. То, что многие считают удачей или везением, на самом деле — результат упорного труда.
13. Если люди не подходят друг другу, то, как бы они не старались наладить отношения, все равно ничего не получится.
14. Все хорошее, что я делаю, другие обычно замечают и ценят.
15. Дети вырастают такими, какими их воспитывают родители.
16. Думаю, что случай или судьба не играют важной роли в моей жизни.
17. Я стараюсь не планировать далеко вперед, потому что многое зависит от того, как сложатся обстоятельства.
18. Мои отметки в школе зависят от моих знаний.
19. В семейных конфликтах я часто чувствую свою вину.
20. Жизнь большинства людей зависит от стечения обстоятельств.
21. Я предпочитаю такое руководство, при котором можно самостоятельно определять, что и как делать.
22. Как правило, неудачное стечение обстоятельств мешает людям добиться успеха.
23. В плохой работе организации виноваты ее сотрудники.
24. Я часто чувствую, что ничего не могу изменить в сложившихся отношениях.
25. Если я захочу, то смогу расположить к себе любого.
26. На молодых людей влияет так много обстоятельств, что усилия родителей по их воспитанию часто оказываются напрасными.
27. То, что со мной случается, зависит от меня самого.
28. Трудно понять, почему взрослые поступают именно так, а не иначе.
29. Человек, который не смог добиться успеха в своей работе, скорее всего, не приложил достаточно усилий.
30. Чаще всего я могу добиться от членов своей семьи того, что мне надо.
31. В моих неудачах чаще всего были виноваты другие.
32. Ребенка всегда можно уберечь от простуды, если за ним следить и правильно одевать.
33. В сложных обстоятельствах я жду, пока проблемы решатся сами собой.
34. Успех является результатом упорной работы и мало зависит от везения.

35. Мне трудно понять, почему я нравлюсь одним и не нравлюсь другим.
36. Обычно я принимаю решения сам, не надеясь на советы других людей.
37. К сожалению, заслуги человека часто остаются непризнанными.
38. Способные люди, не сумевшие реализовать свои возможности, должны винить в этом только себя.
39. Многие мои успехи были возможны только благодаря помощи других.
40. Большинство неудач в моей жизни произошло от моего неумения или лени.

Обработка и интерпретация результатов:

Подсчитайте количество ответов, совпадающих с ключом:

«+»: 2, 4, 11, 12, 14, 15, 16, 18, 19, 21, 23, 25, 27, 29, 30, 32, 34, 36, 38, 40.

«—»: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 13, 17, 20, 22, 24, 26, 28, 31, 33, 35, 37, 39.

Если ваш ответ на вопрос совпал с ключом, зачеркните его. Подсчитайте количество всех зачеркнутых номеров и запишите это число.

Менее 15 баллов. Чем меньше баллов, тем сильнее человек зависит от внешних обстоятельств и мнения окружающих. Такие люди не видят связи между своими действиями и значимыми событиями их жизни, не считают себя способными контролировать их, склонны приписывать ответственность за все, что с ними происходит, другим людям, случаю, судьбе. Они с готовностью принимают общепринятые нормы и традиции, являясь идеальным потребителем, послушным моде и рекламе. Творческие способности блокируются необходимостью быть «как все».

15—25 баллов. Есть потребность следовать моде и образцам, принятым в окружении. Этот человек может принимать решения под давлением обстоятельств и авторитетов. Желание сохранить свою индивидуальность и внутреннюю независимость вступает в противоречие с опасением потерять расположение значимых для него людей, оказавшись «белой вороной», может вызвать внутренний конфликт. Ответственность за сложившиеся отношения и обстоятельства своей жизни полностью не сформирована.

Более 25 баллов. Такие люди меньше, чем другие, зависят от чужого мнения, потому что живут по своим внутренним законам. Они принимают на себя ответственность за все, что происходит в их жизни, объясняя это своим характером и поступками, а не внешними обстоятельствами. Их отличает чувство внутренней свободы. Такие люди не склонны подчиняться давлению других людей, остро реагируют на посягательства на личную свободу, активны и уверены в себе. Общепринятые ценности они принимают только в том случае, если те совпадают с их ценностями. Если правила игры их не устраивают, они предлагают свои или выходят из игры. Их душевное равновесие зависит от чувства оправданности поступков перед собой. Чувство повышенной ответственности отличает профессионала, успешного в различных сферах деятельности.

По окончании теста можно предложить учащимся задание.

Сравните два высказывания:

1. *«Не стоит прогибаться под изменчивый мир, пусть лучше он прогнетя под нас».*
2. *«Не мы такие — жизнь такая».*

Какое из них вам ближе? Возможны ли другие варианты?

Примечание. Тема, затронутая на этом занятии, настолько значима для профессионального и личностного самоопределения подростка, что лучше воздержаться от оценок и комментариев, дав возможность учащимся самостоятельно осмыслить полученные результаты. Вопрос о третьем варианте возник, когда его предложил один подросток: «Стань лучше, и мир вокруг тебя изменится к лучшему».

Упражнение "Автопортрет по кругу"

Цель — в шуточной форме повысить у игроков способность соотносить внешние характеристики и образы людей с различными профессиями. Игровое упражнение проводится в круге (число участников от 7 до 15 человек). Время — от 20 до 40 минут.

Процедура следующая:

1. Все участники достают чистый с двух сторон листок бумаги.
2. Задание: “Каждый должен нарисовать на листке самого себя (сделать автопортрет). Рисунок должен быть на всю страницу, по центру, только лицо. Желательно нарисовать его быстро, как бы "на одном дыхании". Подписывать листок не надо”, Если кто-то из игроков заявит, что он не умеет рисовать, можно сказать, что рисунок любого человека, особенно ребенка или подростка — гениален (так говорят великие художники...). Если кто-то наотрез откажется рисовать себя, то насильно заставлять его не следует, но если окажется, что таких окажется немало (больше двух-трех человек), то игру лучше не проводить...
3. Ведущий быстро собирает листочки с автопортретами и демонстративно их перемешивает, как бы показывая, что ему не важно кто именно на них нарисован.
4. Тут же ведущий раздает игрокам листочки, но уже в случайном порядке.

Новое задание: “Посмотрите внимательно на изображение, постарайтесь понять, что это за человек, на что он способен, но при этом не старайтесь узнать, кто здесь нарисован. На обратной (чистой) стороне листочка с автопортретом напишите одну профессию, которая, на ваш взгляд, больше всего соответствует изображенному лицу. После этого листок передайте соседу справа, а от соседа слева возьмите новый листок и сделайте то же самое. Если Вы получите листок с собственным автопортретом, то также подберите к нему профессию... Таким образом, все листочки должны пройти круг. Профессии на одном листочке могут повторяться”.

5. Далее ведущий быстро собирает листочки, перемешивает их и начинает подведение итогов. Берется первый листочек, участникам игры показывается изображение на нем и зачитываются выписанные на обратной стороне профессии, соответствующие данному автопортрету. Опыт показывает, что упражнение проходит достаточно весело, а игроки слушают ведущего достаточно заинтересованно.

Ни в коем случае нельзя тут же спрашивать, чей это листок, да еще вручать его автору, т.к. обычно над изображениями смеются и далеко не каждый может чувствовать себя при этом уверенно. Листочки после упражнения просто кладутся на стол и ведущий предлагает игрокам самим найти свои автопортреты и взять их себе на память.

Следующий этический момент связан с тем, что иногда игроки (особенно подростки) из озорства могут выписывать на обратной стороне листочков неприличные виды труда (например, проститутка, старший помощник младшего дворника и т.п.). Ведущему надо быть внимательнее при зачитывании профессий, а неприличные записи просто оставлять без внимания, как будто ничего и не было. А тот, кто сделал “ради хохмы” дурацкую запись сам почувствует себя “дурачком”, поскольку его “творческую на ходу” даже не заметят...

Будет лучше, если ведущий сам нарисует свой автопортрет и поиграет вместе со школьниками. Это даст ему возможность при подведении итогов начать со своего собственного изображения, ведь лучше, когда начнут смеяться над рисунком и соответствующими профессиями сначала над самим психологом, даже если такой смех бывает очень добрым и дружеским. Психологу это поможет в установлении со школьниками доверительных отношений, а школьников сохранит от риска быть первыми при очень даже веселом подведении итогов.

Конечно, данное игровое упражнение является скорее разминочным и в немалой степени развлекательным, но ведь известно, что во многих шутках часто заложен очень даже глубокий смысл. К примеру, в данной игре каждый рисунок — это своеобразная проекция участников своего представления о себе, а шутовское соотнесение рисунков с профессиями — это еще один шаг к пониманию образа профессионала... Как показывает практика, многие участники, игра все-таки заставила их о чем-то задуматься.

Упражнение "Символика" (если осталось время)

Задание. Каждый участник на время должен обзавестись своей собственной личной символикой. Каждому предстоит придумать, изобрести себе три символических атрибута:

во-первых, псевдоним, во-вторых, именной отличительный знак и, в-третьих, девиз. Именной отличительный знак должен быть нарисован на листке. Он должен быть достаточно прост и символичен. Девиз должен быть кратким и образным. **Псевдоним, отличительный знак и девиз.** К примеру, псевдоним — «Дядя Вася», отличительный знак — лопата, девиз — «Рою глубоко». Если задание понятно, можно приступать к работе. Каждый учащийся изобретает себе псевдоним, личный отличительный знак и девиз. Когда работа закончена можно обменяться своими рисунками, обсудить их и попытаться дать каждому из собравшихся его личную характеристику. Кроме того, участникам предстоит оценить, насколько удачны были выбраны символические атрибуты каждым из участников группы. По пятибалльной системе ставится оценка каждому участнику по совокупности выбранного им псевдонима, именного знака и девиза. Далее листочки пускаются по кругу, все по очереди выставляют на них оценки. Подсчитывается суммарный балл и устанавливается, кто лучше сумел выразить себя в такой символической форме.

Упражнение "Ценности" (можно вместо упражнения "Автопортрет по кругу")

Участникам группы раздаются списки возможных человеческих ценностей:

- интересная работа
- хорошая обстановка в стране
- общественное признание
- материальный достаток
- любовь
- семья
- удовольствия, развлечения
- самосовершенствование
- свобода
- справедливость
- доброта
- честность
- искренность
- вера
- целеустремленность и др.

Затем каждому предлагается выбрать из списка пять самых главных для него ценностей и две ценности, которые не очень значимы в данный момент. После этапа индивидуальной работы участники объединяются в малые подгруппы (по 3-4 человека) и обсуждают свои варианты. Затем происходит общеклассное обсуждение, во время которого участники делятся своими впечатлениями.

Занятие 6. Экскурсия на производство, в учреждение

Экскурсии для 7-классников ориентированы на получение учениками профессиональной информации, которую можно использовать в проведении презентаций на классных часах и профориентационных беседах, выпуске плакатов и листовок о профессиях. Содержание экскурсий должно иметь непосредственную связь с ранее проведенной профориентационной работой, например, с ознакомительными беседами или встречами со специалистами. Мы предлагаем следующую **тематику экскурсий:**

1. «Человек – человек». Экскурсия в народный суд (ОВД, прокуратуру).
2. «Человек – техника». Экскурсия в учреждение, где используются телекоммуникационные технологии. Экскурсия в типографию (учреждение профессионального образования).
3. «Человек – знаковая система». Экскурсия в технический отдел предприятия. Возможно посещение технической выставки (если таковая действует).

Цикл занятий по профессиональной ориентации в каждой возрастной группе завершаются беседами о профессиях и экскурсиями на предприятие (или в учреждение). Предлагаем рекомендации об организации и проведении этих мероприятий.

Приложение 1

Как организовать и провести беседу

При организации бесед о профессиях, на наш взгляд уместно делать вступительное слово. Например:

В книге Е. Пермяка "Кем быть?" рассказывается о том, как один известный артист на примерке костюма спросил своего школьного товарища - портного:

- Володя, скажи по совести, доволен ли ты своим портновским делом?

- Вполне, - ответил тот.

- А тебя не унижает, что ты шьешь, что тебе приходится примерять на меня? Все-таки, что не говори, носить костюм куда приятнее, чем его шить...

На это портной ответил своему школьному товарищу-артисту:

- Вася, а тебя не унижает, что приходится надевать забавные парики, наряжаться в невесть какую одежду, говорить не своим голосом, разыгрывать разных прощелыг и смешить меня, когда я сижу в театре? Не унижает ли тебя то, что тебе приходится развлекать меня? Ну, не стесняйся, скажи!

Артист обнял своего товарища и сказал:

- Прости меня, Володя, за то, что я задал тебе такой подлый вопрос.

Цель бесед о профессиях не только в помощи изучения (ознакомления) с миром профессий, но и в перспективе – как не ошибиться в выборе профессии? Во время проведения таких занятий школьники как бы «примеряют» профессию.

Предлагаем примерный алгоритм изучения профессии:

1) место и значение данной профессии в народном хозяйстве страны, города, района; потребность в людях этой профессии;

2) основное содержание деятельности работников данной профессии, применение техники, связь с людьми других профессий;

3) требования, которые предъявляет данная профессия к человеку: какими способностями, знаниями, умениями и навыками, чертами характера должен обладать специалист;

4) что дает эта профессия для духовного и физического развития человека;

5) где и как овладеть этой профессией.

Если беседа поможет школьнику ответить на вопрос "Чем меня привлекает данная профессия?", они научатся не обманываться внешней стороной профессии, не разделять профессии на модные и не модные, почетные и второстепенные. Правильно подготовленная беседа поможет школьнику в решении вопроса "кем быть?" найти себе труд по душе, учась в школе, и после ее окончания пойти работать или учиться туда, где он будет нужнее и где наиболее полно раскроются его способности.

Беседы с приглашенными специалистами

Специалистов нужно готовить и направлять их речь в русло, понятное детям. Обычно, в первую очередь, обращаются к родителям, которые могут прийти и рассказать о своей профессии. Важно помнить, что многие родители стесняются выступить перед аудиторией и сами не смогут составить план выступления – им надо помочь, поэтому мы предлагаем *примерный перечень вопросов*, которые желательно, чтобы раскрыл гость, рассказывая о своей профессии:

1. К какому виду труда можно отнести Вашу профессию? (преимущественно физический или умственный, исполнительский или творческий).
2. Какие встречаются трудности, напряженные ситуации в работе?
3. Какие из эмоционально-волевых качеств личности особенно необходимы в Вашей профессии? (уравновешенность, терпеливость, воспитанность, самообладание, настойчивость, решительность).
4. Какими деловыми качествами должен обладать представитель Вашей профессии? (инициативность, самостоятельность, принципиальность, любознательность, дисциплинированность, организованность).
5. Имеет ли значение в Вашей работе ловкость рук, подвижность, координация движений, физическая сила, быстрота реакций?
6. Какие особенности внимания необходимы в Вашей деятельности? (распределение, переключение, концентрация).
7. Какое мышление должно быть? (наглядно-действенное, образное, понятийное, абстрактно-логическое).
8. Какой тип памяти преобладает в Вашей работе? (зрительный, слуховой, двигательный, вкусовой, осязательный, обонятельный).
9. Как профессия влияет на Вас? (на характер, на развитие способностей, на формирование общего культурного уровня).

Приложение 2

Как подготовить и провести экскурсию на предприятие (в учреждение).

Учебная или познавательная экскурсия учащихся является составной частью профориентационной работы. Как правило, экскурсии на производство организуются и проводятся классными руководителями с целью ознакомления с предприятием (учреждением), и специалистами, работающими на этом предприятии (в учреждении). Организовать и провести экскурсию могут и социальные педагоги.

Экскурсии в общеобразовательном учреждении можно классифицировать следующим образом:

- культурно-досуговые экскурсии в учреждения или на объекты истории и культуры с целью духовно-нравственного и гражданско-патриотического воспитания учащихся;
- ознакомительные экскурсии старшеклассников по объектам учебного заведения;
- учебные экскурсии на предприятия, в учреждения и фирмы в рамках профессиональной ориентации с целью закрепления общих теоретических знаний о мире профессий, работе предприятия (учреждения), специалистов.

При организации и проведении экскурсии классному руководителю, необходимо знать и соблюдать определенный порядок подготовки к экскурсии:

1. Определить конкретную цель экскурсии. Объять необъятное невозможно. Необходимо определить конкретную цель — что необходимо показать или с чем необходимо ознакомиться учащимся в течение часа на данном объекте. Следует помнить, что экскурсия на любое предприятие вряд ли носит культурно-досуговый характер, следовательно, и цели ее должны быть конкретно-учебными.

2. Выбор предприятия (учреждения), на которое будет проведена экскурсия. Это могут быть традиционные для данного учебного заведения предприятия, с которыми налажены творческие взаимоотношения; объекты или отделы предприятий, с администрацией которых могут договориться руководители школы.

3. Знакомство с ответственным лицом на данном предприятии (учреждении), которое непосредственно сможет провести часовую экскурсию с учащимися. С этим человеком необходимо встретиться или, в крайнем случае, обговорить условия проведения экскурсии

по телефону. Как правило, ответственным лицом от производства будет специалист-профессионал в своей отрасли, но мало знакомый с педагогикой. Поэтому организатору (классному руководителю, учителю, социальному педагогу), желательно объяснить ему цель экскурсии, дать краткую характеристику данного класса (т. е. как воспринимают теоретический материал ребята, уровень их интеллекта, степень знаний по данному профилю и т. д.); что конкретно интересует обучающихся в данной экскурсии; что надо показать и о чем поговорить; конкретные сроки и время проведения экскурсии. Запомните, в проведении экскурсии конкретная дата (день недели) и время (час, минуты) имеют важное значение как для учебного процесса школы, так и для производственного процесса предприятия (учреждения). Здесь должно быть все четко оговорено и соблюдено в точности до минуты.

4. Узнать о пропускном режиме на данном предприятии. В современных условиях любое предприятие (учреждение) находится под охраной, следовательно, надо договориться о пропуске на объект учащихся образовательного учреждения. Это может быть список учащихся и учителей с указанием количества людей, их фамилий и возраста, заверенный администрацией учебного заведения и согласованный с администрацией предприятия. **Важно помнить**, что на многие объекты пропустят только по количеству оговоренных лиц без ручной клади (кроме записных книжек).

5. Ознакомление с маршрутом следования до предприятия (учреждения). Организатору экскурсии желательно самому рассчитать время, затрачиваемое на дорогу от учебного заведения до предприятия с учетом использования транспорта или пешеходного следования. Обязательно прибавить резервное время на непредвиденные обстоятельства — лучше 5 мин отдохнуть перед входом на объект, чем на 5 мин опоздать. Чаще всего учебная экскурсия проводится в учебное время, следовательно, на ее проведение будет выделено 2 часа. Постарайтесь уложиться во время с учетом переходов (переездов) и самой экскурсии. Если же экскурсия проводится вне рамок учебного расписания, то время рассчитывается с учетом переходов (переездов) до назначенного времени на экскурсию.

6. Предварительная работа с учащимися. Классному коллективу необходимо поставить конкретную цель экскурсии: что они должны увидеть и услышать, на что особо обратить внимание во время экскурсии. Обязательно (возможно, под запись) определяется задание учащимся, а по возможности — их микрогруппам (по уровню усвоения теоретических знаний). После проведения экскурсии в обязательном порядке классный руководитель должен провести рефлексию (вопросы по увиденному, мини-сочинения, фотовыставку и др.)

7. Перед экскурсией необходимо провести беседу (обязательно, под расписку в специальном журнале) **по технике безопасности во время переездов (переходов) до предприятия и в учреждение**. Педагог кратко характеризует особенности данного объекта и информирует обучающихся о соблюдении конкретных мер безопасности именно на данном объекте (в производственном цехе, отделе, фирме). Необходимо помнить, что за жизнь и здоровье несовершеннолетних во время организации экскурсии в первую очередь несет ответственность педагог.

Проведение собеседования с учащимися об этике поведения на улице и на предприятии. Эта беседа будет не лишней с обучающимися любого возраста.

8. Оформление необходимой документации. Для организованной учебной (да и культурно-досуговой) экскурсии в обязательном порядке издается приказ по учебному заведению с указанием сроков и цели экскурсии, объекта, класса и ответственных лиц. В особых случаях могут понадобиться сведения о состоянии здоровья учащихся, например, во время экскурсии в лечебные, медицинские или пищевые учреждения. Необходим список учащихся с личной подписью врача (медицинской сестры) о состоянии здоровья каждого обучающегося. Может понадобиться заверенный ответственными лицами список при переезде в транспорте — учащиеся во время переезда (кроме такси) в учебных целях пользуются льготами.

Итак, вы прибыли на предприятие.

В условленное время вас ожидает ответственное лицо от предприятия, помогает пройти на объект. Во-первых, как правило, проводится ознакомительная беседа: знакомство с ответственными лицами производства, еще раз объясняется техника безопасности, кратко ставится задача перед учащимися — что и где посмотреть, можно ли прикасаться руками и т. д. (о содержании этой мини-беседы педагог уже заранее договорился с ответственным лицом).

Продолжительность экскурсии не должна превышать 1 часа. В противном случае внимание учащихся рассеивается и эффективность экскурсии снижается.

Содержание самой экскурсии сугубо индивидуально! В общих чертах — на производстве необходимо рассказывать учащимся только о том, что им уже известно из теории.

7-8 класс – пик эмоциональной неуравновешенности. Подростки легко возбуждаются и не всегда могут справиться со своим состоянием.

Специфика данного возраста хорошо описывается с применением частицы НЕ

- Не хотят учиться так, как могут
- Не хотят слушать никаких советов
- Не приходят вовремя
- Не убирают за собой.

А также характерны:

- Непостоянные дружеские связи
- Снижение самооценки
- Борьба за самостоятельность
- Обидчивость, раздражительность, упрямство
- Переутомление, снижение внимания (особенно после 4 урока)

Литература

1. Баранова, Н. А. Классный час-практикум "Мы выбираем" / Н. А. Баранова // Классный руководитель. - 2008. - №7. - С. 26-35.
2. Бедов, А. Профессиональное самоопределение в проектной деятельности / А. Бедов // Народное образование. - 2009. - №2. - С. 202-207.
3. Бедов, А. «Бизнес-фестиваль» в профессиональном самоопределении подростков / А. Бедов // Народное образование. - 2008. - №6. - С. 180-184.
4. Веснина, Н. И. Классный час "Образование и формирование жизненных планов" / Н. И. Веснина // Классный руководитель. - 2008. - №7. - С. 3-11.
5. Битянова, М.Р. Организация психологической работы в школе. – М.: Генезис. - 2000. – 298с.
6. Дьячкова, О. Ф. Классный час "Роль самовоспитания при планировании карьеры" / О.Ф. Дьячкова // Классный руководитель. - 2008. - №7. - С. 15-21.
7. Дьячкова, О. Ф. Классный час "Что может помочь в планировании карьеры" / О.Ф. Дьячкова // Классный руководитель. - 2008. - №7. - С. 21-26.
8. Ильин, Е.П. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников. Мотивация и мотивы. – СПб.: Питер. - 2003. - 267с.
9. Кормакова, В. Н. Педагогическое сопровождение самоопределения старшеклассников в сфере рабочих профессий / В.Н. Кормакова // Воспитание школьников. – 2010. - №1. - С. 34-38
10. Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения./ Е.А. Климов. -М.:Academia. - 2007.
11. Муратова, А.А. Управление профессиональной ориентацией учащихся в сельской школе. [Электронный ресурс]: Всероссийский Интернет-педсовет. Электрон. дан., 2006. - Режим доступа: http://pedsovet.org/mtree/task.viewlink/link_id, свободный. - Загл. с экрана.
12. Платонов, К.К. Профессиональная ориентация молодежи.- М.: Генезис.- 2000. - 315с.
13. Пряжников, Н.С. Направления и методы профориентации. // Директор школы. - 2006. - №2. - 84с.
14. Пряжников, Н.С., Пряжникова Е.Ю. Профессиональное самоопределение. - М.: «Первое сентября». - 2004. – 224с.
15. Пряжников, Н.С. Профориентация в школе и колледже. – М.: «ВАКО», 2006. – 288с.

16. Резапкина, Г.В. Скорая помощь в выборе профессии. - М.: Генезис, 2010.
17. Резапкина, Г.В. Профориентационная работа в школе (практикум для педагогов и родителей) / Библиотека журнала «Директор школы». - 2011. - № 5. – 127 с.
18. Резапкина, Г.В. Как помочь детям найти свое место в жизни. Стратегии воспитательной работы в школе. - М.: ФИРО, 2013.
19. Резапкина, Г.В. Как найти свою будущую профессию в Интернете. // Образовательная политика. – 2011. - № 3 (53).
20. Резапкина, Г.В. Правильный выбор профессии: система классных часов для учащихся 5-9-х классов. / Спутник классного руководителя. – 2011. - № 2,3,4.
21. Резапкина, Г.В. Готовимся к родительскому собранию. Родителям о самоопределении детей и подростков. / Вестник практической психологии образования. - 2012. - №№1-3.
22. Самойлова, М. В. Деловая игра "Выбор профессии" / М.В. Самойлова, Е. Г. Бушаева // Классный руководитель. - 2008. - №7. - С.62-66.
23. Субочева, И.Н. Новые формы профориентационной работы в школе. // Справочник заместителя директора школы. – 2009. -№5. -С. 39-41
24. Телепенко, Ю.А. Организация предпрофильной подготовки учащихся с первой ступени обучения. // Справочник заместителя директора школы.– 2008. - №11. -С. 38-40
25. Тоистева, О. С. Профессиональное самоопределение подростков с девиантным поведением / О.С. Тоистева //Народное образование. - 2010. - №1. - С.257-259.
26. Усова, Н. В. Когда работа в радость: классный час /Н.В.Усова // Читаем, учимся, играем. - 2009. - №7. - С.45-47.
27. Чутко, Л. Классное агентство «Профессионалы будущего» / Людмила Чутко // Здоровье школьника. - 2010. – №1. – С. 91-95; №2. - С. 91-94.