

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Республики Татарстан**

**МКУ отдела образования исполнительного комитета Высокогорского**

**муниципального района РТ**

**МБОУ "Дубьязская СОШ"**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

\_\_\_\_\_  
Протокол №1 от «25» 08  
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

ЗДУР

\_\_\_\_\_  
Хидиятова А.Н.  
Протокол №1 от «28» 08  
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

ИО директора школы

\_\_\_\_\_  
Гухватуллаев К.З.  
Приказ №178 от «31» 08  
2023 г.



**Рабочая программа**  
**учебного курса по профориентации**  
**в 8-х классах**  
**«Как выбрать профессию»**

Рассмотрено на заседании

педагогического совета

Протокол № 1

от « 28 » августа 2023 г.

**2023 – 2024 учебный год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Элективный курс «Как выбрать профессию» предназначен для учащихся 8 класса и ориентирован на формирование у обучающихся обоснованного выбора будущего профессионального обучения.

Актуальность курса определяется значимостью формирования у школьников профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии.

**Цели курса:** подготовить учащихся к адекватному профессиональному самоопределению; сформировать у них обоснованное профессиональное намерение; развивать способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях.

### **Задачи курса:**

- Знакомство учащихся с научными основами профессионального самоопределения.
- Повышение профессиональной грамотности учащихся.
- Формирование у учащихся профессиональной направленности, профессионального самосознания и призвания, положительного отношения к себе как субъекту будущей профессиональной деятельности.
- Развитие у учащихся умения анализировать профессии и профессиональную деятельность и соотносить свои способности с требованиями профессии.
- Формирование потребности в профессиональном самосовершенствовании.

### **В результате изучения учащиеся должны:**

**Знать** социальную и личностную значимость правильного профессионального самоопределения; ситуацию выбора профессии; возможные ошибки и затруднения при выборе профессии; правила выбора профессии; понятие о профессиях, специальностях, должностях; отрасли экономики; способы классификации профессий, понятия о психофизиологических особенностях личности, связанных с выбором профессии; сущность и этапы выполнения профессиональных проб; требования к выполнению и оформлению творческого проекта «Выбор профессии».

**Уметь** анализировать профессиональную деятельность по основным признакам; составлять формулу профессии; соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии; составлять план подготовки к профессиональному самоопределению; анализировать профессиограммы и психограммы; выполнять профессиональные пробы; пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования и возможностях трудоустройства; выполнять и защищать творческий проект «Выбор профессии»; заполнять карту самоконтроля готовности к профессиональному самоопределению.

*иметь представление* о смысле и значении труда в жизни человека и общества; о современных формах организации труда; о сущности хозяйственного механизма в рыночных условиях; о предпринимательстве; о рынке труда.

Данный курс знакомит учащихся с многообразием мира профессий, помогает соотнести полученные знания о самом себе с существующими вариантами профессиональной деятельности, знакомит с «технологией» поиска работы.

Ключевыми понятиями в данном курсе являются: профессия, карьера, жизненные цели, личный профессиональный план, профессиограмма, профессиональная пригодность, призвание, технология поиска работы, автобиография, деловое общение.

Методики, используемые на занятиях – дифференциально-диагностический опросник (ДДО) Е.А.Климова, карта интересов А.Е.Голомштока, опросник профессиональных предпочтений Л.Йовайши, методика определения типа личности Дж. Голланда (Холланда), тренинги, игры, психотехнологические упражнения др.

Формы занятий в рамках данного курса – лекции, беседы, диагностические процедуры, сюжетно-ролевые игры.

В ходе лекций и бесед освещаются обозначенные темы занятий и актуализируются имеющиеся знания у учащихся.

Диагностические процедуры, тесты позволяют исследовать качества, способности, возможности каждого участника в соотношении с различными профессиями.

Сюжетно-ролевые игры дают возможность учащимся попробовать себя в различных ролях, достигнуть объективной самооценки, соотнести свои способности и желания с различными профессиями, расширить круг возможного выбора своего жизненного пути и профессионального определения.

## **Элективный курс «Как выбрать профессию»**

### **Тематический план**

№	Наименование темы	Количество часов
1	Основы профессионального самоопределения. Классификация профессий	6
2	Человек и профессия	3
3	Слагаемые выбора профессии	2
4	Профорientационные консультации.	6
	Итого:	17

### **Содержание курса**

## **Тема 1. Основы профессионального самоопределения**

Теоретические сведения. Понятие профессионального и жизненного самоопределения. Пути освоения профессии. Ситуация выбора. Ошибки и затруднения при выборе профессии. Правила выбора профессии.

Понятие о профессии, специальности. Общий обзор классификации профессий. Типы и классы профессий. Отделы и группы профессий. Применение информационных технологий в различных профессиях на современном этапе развития производства. Формула выбора профессии. Понятие профессиограммы и психограммы профессии.

Практическая работа. Знакомство с профессиограммами различных профессий. Составление профессиограммы интересующей профессии.

## **Тема 2. Человек и профессия**

Теоретические сведения. Интересы, склонности, способности. Здоровье и выбор профессии. Сознательность и самостоятельность выбора профессии. Самовоспитание и выбор профессии.

Практическая работа. Определение склонностей и коммуникативно-организаторских способностей.

## **Тема 3. Слагаемые выбора профессии**

Теоретические сведения. Жизненный и профессиональный планы. Карьера. Профессиональная пригодность. Профессиональная консультация. Где получить профессию?

Практическая работа. Определение характера мотивов выбора профессии. Знакомство с интернет-сайтами различных учебных заведений. Составление профессионального личного плана:

## **Тема 4. Профорientационные консультации.**

Теоретический материал. Понятие и специфика медицинских, педагогических, технических, юридических профессий, профессий, связанных с менеджментом и управлением. Профессии будущего. Понятие профессиональной пробы. Ее основные функции в профессиональном становлении личности. Компьютерное моделирование основных ситуаций будущей профессиональной деятельности.

Практическая работа. Определение профессиональной готовности к овладению той или иной профессией. Проведение методики «Опросник профессиональной готовности».

### **Требования к уровню усвоения учащимися материала элективного курса «Профессиональное самоопределение»**

В результате изучения программы элективного курса «Профессиональное самоопределение» учащиеся получают возможность знать:

- возможности личности в профессиональной деятельности
- потребности рынка труда
- социальные проблемы труда
- свойства нервной системы и ограничения при выборе профессии
- классификацию профессий
- понятие о профессиональной карьере
- критерии профессиональной компетентности
- специфику этапов профессионального самоопределения

Учащиеся получают возможность уметь:

- составлять карту интересов
- составлять формулы профессий
- составлять собственное резюме
- получать информацию из объявлений, справочников, компьютерных сетей
- анализировать полученную информацию и на основе анализа составлять личный профессиональный план

#### Календарно-тематический план

№ урока	Тема	Количество часов	Дата план	Дата факт
<b>1. Основы профессионального самоопределения (6 часов)</b>				
1	Понятие профессионального и жизненного самоопределения.	1		
2	Понятие о профессии, специальности. Общий обзор классификации профессий.	1		
3-4	Типы и классы профессий. Отделы и группы профессий.	2		
5	Рынок труда, актуальные профессии.	1		
6	Ошибки и затруднения при выборе профессии. Правила выбора профессии.	1		
<b>2. Человек и профессия (3 часа)</b>				
7 - 8	Интересы, склонности, способности	2		
9	Здоровье и выбор профессии. Профпригодность.	1		
<b>3. Слагаемые выбора профессии (2 часа)</b>				
10	Жизненный и профессиональный планы	1		
11	Профессиограмма.	1		

<b>4. Профориентационные консультации</b>				
12	Профориентация на медицинские профессии	1		
13	Профориентация на педагогические профессии	1		
14	Профориентация на технические профессии	1		
15	Профориентация на профессии, связанные с менеджментом, управлением.	1		
16	Профориентация на юридические профессии	1		
17	Профориентация на профессии будущего	1		
	<b>ИТОГО:</b>	<b>17</b>		

### **Основная литература**

1. Основы производства. Выбор профессии: Пробное учеб. пособие для учащихся 7-8 классов сред, школы: В 2 ч. / Е.А. Климов, С.Н. Чистякова. - 2-е изд. - М.: Просвещение, 1998. - Ч. 2: Выбор профессии. — 64 с.
2. Практикум по выбору профессии 8-11кл./ под ред. Е.Н. Прошицкой, пособие, М: Просвещение, 1995.
3. Технология профессионального успеха. Эксперимент, учебник для 10-11 классов естественно-научного профиля / Под ред. С.Н. Чистяковой. - М.: Просвещение, 2001. - 144 с.
4. Технология: Учебник для учащихся 9 класса общеобраз. школы. / Под ред. В.Д. Симоненко. - М.: Вентана-Граф, 2005. - 288 с.
5. Твоя профессиональная карьера. 8-11кл./ под ред. К.Н. Листяковой, Т.И. Шалавиной, М: Просвещение, 1998.

### **Дополнительная литература**

1. Захаров Н.Н. Профессиональная ориентация школьников. – М.: Просвещение, 1988. – 272 с.
2. Захаров Н.Н., Симоненко В.Д. Профессиональная ориентация школьников. – М.: Просвещение, 1989. – 192 с.
3. Зеер Э.Ф. Психология профессий. – М.: Акад. Проспект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003. – 329 с.
4. Йовайша А.А. Проблема профессиональной ориентации школьников. – М.: Педагогика, 1983. – 128 с.
5. Климов Е.А. Как выбирать профессию. – М.: Просвещение, 1990. – 158 с.

6. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. – Ростов н/Д.: Феникс, 1996. – 512 с.
7. Климов Е.А. Психолого-педагогические проблемы профессиональной консультации. – М.: Знание, 1983. – 96 с.
8. Кулагин Б.В. Основы профессиональной психодиагностики. – М.: Медицина, 1984. – 216 с.
9. Маркова А.К. Психология профессионализма. – М.: Международный гуманитарный фонд «Знание», 1996. – 308 с.
10. Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера» / Под ред. С.Н. Чистяковой, Т.И. Шалавиной. – М.: Просвещение, 1997. – 189 с.
11. Мир профессий. В 6-ти т. – М.: Молодая гвардия, 1985-1988 гг.
12. Ретивых М.В., Симоненко В.Д. Как помочь выбрать профессию. – Тула: Приокск. книжное изд-во, 1990. – 132 с.
13. Ретивых М.В., Симоненко В.Д. Профессиональное самоопределение школьников. – Брянск: Изд-во БГУ, 2005. – 183 с.
14. Сазонов А.Д., Симоненко В.Д., Аванесов В.С. Профессиональная ориентация учащихся. – М.: Просвещение, 1988. – 223 с.
15. Симоненко В.Д. Профессиональное самоопределение // Технология: Учебник для учителя.
16. Твоя профессиональная карьера: Учебник для 8-9 классов общеобр. уч-ний / Под ред. С.Н. Чистяковой, Т.И. Шалавиной. – М.: Просвещение, 2005. – 159 с.
17. Технология профессионального успеха: Экспериментальный учебник для 10-11 кл. общественно-научного профиля / Под ред. С.Н. Чистяковой. – М.: Просвещение, 2001. – 144 с.

### Опросник для выявления начального уровня готовности школьников к профессиональному самоопределению

1. Какие способности, по-вашему мнению, у Вас сформированы в наибольшей степени? (подчеркните один вариант): технические, математические, химико-биологические, организаторские, педагогические, литературно-художественные, спортивные, предпринимательские. Какие еще? (допишите)

2. Избрали ли Вы путь продолжения своего образования после окончания 9 класса?

2.1. – да, определенно.

2.2. – да, неопределенно.

2.3. – нет, об этом еще не думал (а).

3. Выбрали ли Вы для себя будущую профессию?

3.1. – да, определенно.

3.2. – да, неопределенно, нравится несколько профессий.

3.3. – нет, об этом еще не думал (а).

4. Соответствует ли, по Вашему мнению, будущая профессия Вашим способностям и возможностям?

4.1. – да, полностью.

4.2. – да, но не полностью.

4.3. – нет.

4.4. – не знаю, не могу ответить.

5. Согласны ли родители с Вашим выбором?

5.1. – да.

5.2. – нет.

5.3. – не знаю, с ними об этом еще не говорил.

В данном случае уровень готовности учащихся к профессиональному самоопределению можно определить следующим образом:

Уровни	Показатели
Достаточный	Определенно избран путь дальнейшего продолжения образования (2.1), определенно выбрана будущая профессия (3.1), сформировано представление о полном соответствии этой профессии своим способностям и возможностям (4.1), согласованность профессионального намерения с родителями (5.1)
Низкий	Ответы 2.2; 3.2; 4.2; 5.2
Недостаточный	Другие варианты ответов

### АНКЕТА ИНТЕРЕСОВ

Вам необходимо ответить на все вопросы анкеты, не пропуская ни одного. Если то занятие, о котором говорится в вопросе, соответствует вашим интересам (нравится, хотели бы заниматься), то в клеточке, на листе ответов, обозначенной тем же номером, что и вопрос, нужно поставить знак "+", если не соответствует, то знак "-", если не знаете или сомневаетесь - "0".

1. Решать математические задачи и делать сложные математические расчеты.
2. Готовить растворы, смешивать реактивы.
3. Изучать особенности физиологических процессов в различных организмах.
4. Собирать коллекции минералов.
5. Делать (склеивать) модели самолетов, планеров, кораблей.
6. Выполнять работу, используя измерительные и испытательные приборы.
7. Читать произведения классической литературы, мировой литературы.
8. Читать книги о работе милиции.
9. Знакомиться с историей искусства нашего государства.

10. Читать книги о воспитании детей и молодежи, о работе учителей.
11. Читать книги о работе врачей, медицинские журналы.
12. Заботиться об уюте в помещении.
13. Читать военную литературу.
14. Слушать оперную и симфоническую музыку.
15. Читать книги о художниках.
16. Уроки математики.
17. Решать задачи по химии.
18. Изучать анатомическую структуру растений и животных.
19. Читать о разных странах, их экономическом и государственном устройстве.
20. Читать технические журналы ("Техника-молодежи", "Юный техник").
21. Читать статьи и научно-популярные журналы о достижениях в области радиотехники.
22. Анализировать, сравнивать и оценивать литературные произведения.
23. Знакомиться с различными законами, распоряжениями, уставами, инструкциями.
24. Изучать историю города или района, в котором Вы живете.
25. Помогать товарищам, отставшим в учебе, объяснять трудные вопросы.
26. Уроки анатомии и физиологии человека.
27. Составлять и вести картотеки.
28. Знакомиться с военной техникой.
29. Слушать современную популярную музыку.
30. Посещать музеи, художественные выставки.
31. Учиться в математической школе.
32. Уроки химии.
33. Читать книги о растениях и животных.
34. Ездить в экспедиции с геологами.
35. Знакомиться с современными достижениями техники (слушать и смотреть радио- и телепередачи, посещать технические выставки).
36. Заниматься в радиотехническом кружке.
37. Читать литературно-критические и публицистические статьи.
38. Изучать политический строй и социальные изменения в других странах.
39. Читать книги на исторические темы.
40. Выполнять шефскую работу.
41. Знакомиться с достижениями в области медицины.
42. Организовывать питание в походах.
43. Уроки физкультуры.
44. Заниматься в музыкальной школе.
45. Заниматься в изостудии.
46. Решать задачи по алгебре.
47. Делать опыты по химии.
48. Уроки ботаники, зоологии, анатомии.
49. Узнавать об открытии новых месторождений полезных ископаемых.
50. Разбираться в технических чертежах и схемах.
51. Ремонтировать бытовые электроприборы.
52. Пробовать писать рассказы, стихи.
53. Делать сообщения о политических событиях.
54. Смотреть фильмы об исторических событиях в разных странах.
55. Готовить доклады, сообщения и выступать с ними перед младшими.
56. Заботиться о больных, оказывать им помощь.
57. Помочь товарищу выбрать в магазине одежду, которая ему больше всего подходит.
58. Участвовать в военных играх, походах.
59. Декламировать, петь в хоре, выступать на сцене.
60. Оформлять стенгазеты, стенды, выставки.
61. Решить задачи по геометрии.
62. Самостоятельно выводить формулы химических реакций.
63. Изучать с помощью микроскопа живые ткани, наблюдать поведение мельчайших организмов.
64. Уроки географии.
65. Собирать и ремонтировать различные механизмы (велосипед, швейную машинку, часы

- и др.).
66. Собирать и ремонтировать радиоаппаратуру.
  67. Изучать происхождение слов и выражений.
  68. Выступать с докладами, сообщениями перед большим количеством людей.
  69. Знакомиться с древней культурой по раскопкам археологов.
  70. Работать воспитателем в младших классах.
  71. Делать перевязки, оказывать первую помощь при травмах.
  72. Оказывать людям различные бытовые услуги.
  73. Заниматься в спортивной секции.
  74. Играть на музыкальных инструментах.
  75. Рисовать карандашом, фломастером, красками.
  76. Читать научно-популярную литературу о математических открытиях.
  77. Заниматься в химическом кружке.
  78. Ухаживать за растениями и животными.
  79. Совершать длительные и трудные походы, во время которых приходится напряженно работать по заданной программе.
  80. Уроки труда.
  81. Разбираться в сложных радиосхемах.
  82. Работать со словарем, литературными источниками, библиографическими справочниками.
  83. Читать в газетах и смотреть по телевизору политические новости.
  84. Знакомиться с законами исторического развития человечества.
  85. Проводить время с маленькими детьми, рассказывать им, читать книги.
  86. Проявлять заботу и чуткость по отношению к людям.
  87. Проявлять такт, выдержку, самообладание в общении с людьми.
  88. Изучать историю крупных исторических сражений и судьбы выдающихся полководцев.
  89. Смотреть театральные постановки по телевизору.
  90. Знакомиться с картинами, скульптурными памятниками, другими произведениями искусства.
  91. Заниматься в математическом кружке.
  92. Узнавать о новых достижениях в химии.
  93. Участвовать в работе биологического кружка, проводить опыты с растениями и животными.
  94. Составлять географические и геологические карты.
  95. Научиться водить машину и самому ее ремонтировать.
  96. Уроки физики.
  97. Писать сочинения на свободные темы.
  98. Вести дискуссии на политические темы.
  99. Сравнить обычаи и нравы различных народов, знакомиться с историей культуры.
  100. Анализировать свои поступки, поведение в общении с людьми.
  101. Читать медицинскую справочную литературу.
  102. Работать над улучшением условий труда и совершенствованием оборудования.
  103. Заниматься каким-либо видом спорта, участвовать в спортивных мероприятиях.
  104. Участвовать в вечерах школьной самодеятельности, дискотеках.
  105. Выпиливать, выжигать, резать по дереву.
  106. Выполнять работу, требующую знаний математических правил и формул.
  107. Выполнять работу, требующую знаний, принципов и законов химии.
  108. Выполнять работу на открытом воздухе, требующую физической нагрузки.
  109. Длительно работать в полевых условиях.
  110. Выполнять сложные технические работы, требующие большой точности.
  111. Выполнять работу в закрытом помещении, требующую физической нагрузки.
  112. Работу, требующую анализа, обдумывания, умения выражать свои мысли.
  113. Работу, требующую беспристрастного отношения к людям, понимания их психологии.
  114. Работать с книгами, сравнивая и анализируя изученное.
  115. Работу, требующую большого такта, выдержки, самообладания.
  116. Работу, требующую большой любви к людям, внимательного к ним отношения.
  117. Постоянно работать с людьми.
  118. Работу, требующую решительности, выносливости и дисциплинированности.

119. Работу, требующую постоянной подготовки, повторных упражнений.  
 120. Видеть в обыденном прекрасное и стремиться передать это людям.

#### Лист ответов

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	42	44	45
46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75
76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105
106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120

#### Ключ к анкете интересов (по столбикам)

- |                              |  |
|------------------------------|--|
| 1 – математика               | 9 – история и археология               |
| 2 – химия                    | 10 – педагогика                        |
| 3 – биология                 | 11 – медицина                          |
| 4 – геология и география     | 12 – труд в сфере обслуживания         |
| 5 – техника                  | 13 – военное дело и спорт              |
| 6 – электротехника           | 14 – вокальное и театральное искусство |
| 7 – философия и журналистика | 15 – декоративно-прикладное искусство  |
| 8 – юридические науки        |  |

Если в нескольких столбиках насчитывается по 4-5 плюсов, можно говорить о неопределенности интересов. Наличие устойчивого интереса к определенной области деятельности или знаний можно зафиксировать, если в одном из столбиков будет насчитываться 6-8 плюсов.

Выявив интерес, соотнесите его с профессией, которую Вы намерены выбрать.

#### Приложение 3

### ОПРОСНИК ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ГОТОВНОСТИ (ОПГ)<sup>1</sup>

#### Инструкция к ОПГ

Внимательно читайте все 50 высказываний опросника. Прочитав каждое из высказываний, Вы должны будете ответить на три ниже приведенных вопроса и оценить свои ответы в баллах (от 0 до 2):

1. Насколько хорошо Вы умеете делать то, что написано в высказывании?

- делаю, как правило, хорошо - 2 балла
- делаю средне - 1 балл
- делаю плохо (совсем не умею) - 0 баллов

2. Какие ощущения у Вас возникали, когда Вы это делали?

- положительные (приятно, интересно, легко) - 2 балла
- нейтральные (все равно) - 1 балл
- отрицательные (неприятно, неинтересно, трудно) - 0 баллов

3. Хотели бы Вы, чтобы описанное в высказывании действие было включено в Вашу будущую работу?

- да - 2 балла
- все равно - 1 балл
- нет - 0 баллов

Свои оценки в баллах Вы заносите в "Таблицу ответов" (номер клетки в таблице соответствует номеру высказывания).

<sup>1</sup> Автор Л.Н. Кабардова.

В каждую клетку "Таблицы ответов" Вы должны поставить баллы, соответствующие Вашим ответам на все три вопроса. Для каждого высказывания Вы оцениваете сначала Ваше умение (1), затем – отношение (2), затем – желание (3). В этой же последовательности Вы и проставляете оценочные баллы в клетках "Таблицы ответов".

Если Вы никогда не делали того, что описано в высказывании, то вместо баллов поставьте в клетку прочерки в первых двух вопросах (1 и 2) и попробуйте ответить только на третий вопрос.

Читая высказывание, обязательно обращайтесь внимание на слова: "часто", "легко", "систематически" др. Ваш ответ должен учитывать смысл этих слов.

Если из перечисленных в вопросе нескольких действий Вы умеете делать что-то одно, то именно это действие Вы и оцениваете тремя оценками.

Работайте внимательно!

#### ТЕКСТ ОПГ

1. Делать выписки, вырезки из различных текстов и группировать по определенному признаку.

2. Выполнять практические задания на лабораторных работах по физике (составлять и собирать схемы, устранять в них неисправности, разбираться в принципе действия прибора и т.п.).

3. Длительное время (более 1 года) самостоятельно, терпеливо выполнять все работы, обеспечивающие рост и развитие растений (поливать, удобрять, пересаживать и пр.).

4. Сочинять стихи, рассказы, заметки, писать сочинения, признаваемые многими интересными, достойными внимания.

5. Сдерживать себя, не "выливать" на окружающих свое раздражение, гнев, обиду, плохое настроение.

6. Выделять из текста основные мысли и составлять на их основе краткий конспект, план, новый текст.

7. Разбираться в физических процессах и закономерностях, решать задачи по физике.

8. Вести регулярное наблюдение за развивающимися растениями и записывать данные наблюдения в специальный дневник.

9. Мастерить изделия своими руками: из дерева, из металла, ниток, засушенных растений.

10. Терпеливо, без раздражения объяснять кому-либо, что он хочет знать, даже если приходится повторять несколько раз.

11. В письменных работах по русскому языку, литературе легко находить ошибки.

12. Разбираться в химических процессах, свойствах химических элементов, решать задачи по химии.

13. Разбираться в особенностях развития и во внешних отличительных признаках многочисленных видов растений.

14. Создавать законченные произведения живописи, графики, скульптуры.

15. Много и часто общаться с разными людьми, не уставая от этого.

16. На уроках иностранного языка отвечать на вопросы и задавать их, пересказывать тексты и составленные рассказы по заданной теме.

17. Отлаживать какие-либо механизмы (велосипед, мотоцикл, машину), ремонтировать электрические приборы (пылесос, утюг, светильник).

18. Преимущественно свое свободное время тратить на уход и наблюдение за каким-нибудь животным.

19. Сочинять музыку, песни, имеющие успех у сверстников и взрослых.

20. Внимательно, терпеливо, не перебивая выслушивать людей.

21. При выполнении заданий по иностранному языку без особых трудностей работать с иностранными текстами.

22. Налаживать и чинить электронную аппаратуру (приемник, магнитофон, телевизор, аппаратуру для дискотек).

23. Регулярно, без напоминания взрослых, выполнять необходимые для ухода за животными работы: кормить, чистить (животных и клетки), лечить, обучать.

24. Публично, для многих зрителей, разыгрывать роли, подражать, изображать кого-либо, декламировать стихи, прозу.

25. Увлекать делом, игрой, рассказом детей младшего возраста.
26. Выполнять задания по математике, химии, в которых требуется составить логическую цепочку действий, используя при этом различные формулы, законы, теоремы.
27. Ремонтировать замки, краны, мебель, игрушки.
28. Разбираться в породах и видах животных: лошадей, птиц, рыб, насекомых; знать их характерные внешние признаки и повадки.
29. Всегда четко видеть, что сделано писателем, драматургом, режиссером, актером, художником талантливо, а что нет и уметь обосновать это устно или письменно.
30. Организовать людей на какие-либо дела, мероприятия.
31. Выполнять задания по математике, требующие хорошего знания математических формул, законов и умения их правильно применять при решении.
32. Выполнять действия, требующие хорошей координации движений и ловкости рук: работать на станке, на электрической швейной машине, производить монтаж и сборку изделий из мелких деталей.
33. Сразу замечать мельчайшие изменения в поведении или во внешнем виде животного или растения.
34. Играть на музыкальных инструментах, публично исполнять песни, танцевальные номера.
35. Выполнять работу, требующую обязательных контактов с множеством разных людей.
36. Выполнять количественные расчеты, подсчеты данных (по формулам и без них), выводить на основе этого различные закономерности, следствия.
37. Из типовых деталей, предназначенных для сборки определенных моделей, изделий, конструировать новые, придуманных самостоятельно.
38. Специально заниматься углубленным изучением биологии, анатомии, ботаники, зоологии, читать научную литературу, слушать лекции, научные доклады.
39. Создавать на бумаге и в оригинале новые, интересные модели одежды, причесок, упражнений, интерьера помещений, конструкторские новинки.
40. Влиять на людей: убеждать, предотвращать конфликты, улаживать ссоры, разрешать споры.
41. Работать с условно-знаковой информацией: составлять и рисовать карты, схемы, чертежи.
42. Выполнять задания, в которых требуется мгновенно представить расположение предметов или фигур в пространстве.
43. Длительное время заниматься исследовательскими работами в биологических кружках, на биостанциях, в зоокружках и питомниках.
44. Быстрее и чаще других замечать в обычном необычное, удивительное, прекрасное.
45. Сопереживать людям (даже не очень близким), понимать их проблемы, оказывать посильную помощь.
46. Аккуратно и безошибочно выполнять "бумажную" работу: писать, вписывать, проверять, подсчитывать, вычислять.
47. Выбирать наиболее рациональный (простой, короткий) способ решения задачи: технической, математической, логической.
48. При работе с растениями или животными переносить ручной физический труд, неблагоприятные погодные условия, грязь, специфический запах животных.
49. Настойчиво, терпеливо добиваться совершенства в создаваемом или исполняемом произведении (в любой сфере творчества).
50. Говорить, сообщать что-либо, излагать свои мысли вслух.

#### **Обработка результатов ОПГ**

Нижние клетки пяти столбцов обозначить в соответствии с типами профессий слева направо: 1 - "Ч-З", 2 - "Ч-Т", 3 - "Ч-П", 4 - "Ч-Х.О.", 5 - "Ч-Ч". В каждой клетке таблицы опитант ставит 3 оценки в баллах:

- 1 - оценка своих умений;
- 2 - оценка своего эмоционального отношения;
- 3 - оценка своего профессионального пожелания, предпочтения. Приступая к обработке результатов, профконсультант сначала находит в таблице ответов те номера

вопросов (клетки), на которые оптант при оценке умений дал "О" баллов или поставил прочерк ("-"). При подобной оценке умений следующие две оценки на этот же вопрос (2-я и 3-я) при подсчете общих сумм баллов по этим шкалам не учитываются (словно их можно в таблице вычеркнуть). Их профконсультант учитывает только при качественном анализе каждой сферы.

Подсчитывается общая сумма баллов в каждой профессиональной сфере, которую набрали отдельно "умения", отдельно "отношения" и отдельно "профессиональные пожелания". В результате этого подсчета профконсультант имеет наглядную картину соотношений оценок по 3 шкалам: умений оптанта, его эмоционального отношения и профессиональных пожеланий, предпочтений в каждой профессиональной сфере, так и по каждому конкретному вопросу (виду деятельности).

### **Оценка результатов**

Сравнение и выбор наиболее предпочтительной для данного оптанта профессиональной сферы (или нескольких сфер) профконсультант делает на основе сопоставления, во-первых, сумм баллов, набранных разными профессиональными сферами отдельно по шкале "профпредпочтение". Обращается внимание на ту или те профессиональные сферы, в которых эти суммы наибольшие. Затем сравниваются в каждой сфере суммы баллов, набранные по данным 3-м шкалам между собой. Положительно оценивается такое сочетание, в котором оценки по 2 и 3 шкалам сочетаются количественно с реальными умениями оптанта, т.е. с 1 оценкой. Например, соотношение 3-х оценок типа "10-12-11" благоприятнее, чем соотношение "3-18-1". Предпочтения оптанта в первом примере более обоснованы наличием у него соответствующих умений.

Обязательно анализируются во всех сферах вопросы, на которые оптант дал наибольшую оценку в баллах, т.е. "2-2-2" (в первую очередь), а также вопросы, в которых две наивысшие оценки сочетаются со средней ("2-2-1" или "1-2-2"). Это необходимо, во-первых, для того, чтобы сузить профессиональную сферу до некоторых специальностей этой сферы.

Например, работа в области "Ч-3" может осуществляться с "буквами, словами, текстами" - филолог, историк, редактор и др.; с "иностранным знаком, текстом" - технический переводчик, гид-переводчик; с "математическим знаком" - программист, математик, экономист и др. Во-вторых, для того, чтобы "выйти" за пределы одной сферы на профессии, занимающие промежуточное положение между разными сферами. Например, учитель математики ("Ч-Ч" и "Ч 3"), модельер ("Ч-ХО" и "Ч-Т") и т.д.

### **Выводы:**

По результатам ответов испытуемого делается вывод о том, к какой сфере профессиональной деятельности он склонен.

Характер работы с опросником и форма фиксации результатов предоставляют профконсультанту возможность количественно оценивать в сравнительном плане соотношение "умений", "эмоциональных отношений" и "профессиональных предпочтений" оптантов как внутри каждой профессиональной сферы, так и между сферами. Это дает возможность дифференцировать полученные результаты, даже если количественно (по общей сумме баллов) они совпадают в нескольких профессиональных сферах.

Все выводы и гипотезы, сделанные в результате использования ОПГ, должны быть соотнесены со сведениями, полученными с помощью других методических средств, используемых в практике индивидуальной профконсультации.

## **ЛИСТ ОТВЕТОВ (ОПГ)**

Фамилия, имя \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_  
Школа № \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Время \_\_\_\_\_

123123123123123

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31	32	33	34	35
36	37	38	39	40
41	42	43	44	45
46	47	48	49	50

*Приложение 4*

**Анкета мотивов выбора профессии**

**Инструкция:** Из перечисленных мотивов необходимо выбрать те, которые больше других отвечают вашей личной точке зрения; в "Листе ответов" (с. 57) напротив номера вопроса поставьте "+", если данный мотив значим, и "-", если не имеет значения.

**Вопросы**

1. Интерес к содержанию профессии, желание узнать, в чем заключаются обязанности специалиста в избираемой профессии.
2. Стремление к самосовершенствованию, развитию навыков и умений в избираемой сфере трудовой деятельности.
3. Убеждение, что данная профессия имеет **высокий престиж** в обществе.
4. Влияние семейных традиций
5. Желание приобрести материальную независимость от родителей.
6. Хорошая успеваемость в школе по предметам, соответствующим избираемой сфере профессиональной деятельности.
7. Желание руководить другими людьми.
8. Привлекает индивидуальная работа.
9. Мечта заниматься творческой работой, желание открывать новое и неизведанное.
10. Уверенность, что избранная профессия соответствует вашим способностям.
11. Возможность удовлетворить свои материальные потребности.

12. Стремление сделать свою жизнь насыщенной, интересной, увлекательной.
13. Возможность проявить самостоятельность в работе.
14. Привлекает предпринимательская деятельность.
15. Необходимость материально помогать семье
16. Желание приобрести экономические знания.
17. Стремление получить диплом о высшем образовании независимо от специальности.
18. Привлекает профессия, которая не требует длительного обучения.
19. Желание работать в престижном месте
20. Стремление найти удачный способ зарабатывать себе на хлеб.
21. Привлекают модные профессии (менеджер, коммерсант, брокер).
22. Желание приносить пользу людям
23. Интерес к материальной стороне профессиональной деятельности
24. Привлекают внешние свойства профессии (быть в центре внимания, иметь возможность путешествовать, носить специальную форму одежды).

### Лист ответов

А		Б		В	
№	Ответы	№	Ответы	№	Ответы
3		5		1	
4		8		2	
7		11		6	
17		14		9	
18		15		10	
19		16		12	
21		20		13	
24		23		22	

### *Интерпретация анкеты мотивов выбора профессии*

Подсчитать количество плюсов в каждом столбце (А, Б, В) отдельно. Наибольшее количество плюсов означает:

- в столбце А – преобладают мотивы выбора престижной профессии, ярко выражено стремление занять видное положение в обществе, реализовать свой высокий уровень притязаний;
- в столбце Б – больше привлекает материальное благополучие, желание заработать;
- в столбце В – стремление к творческой работе, интерес к новым технологиям, приобретению необходимых навыков и умений, которые требует избираемая профессия.

### Шкала потребности в достижении

Измерить уровень мотивации достижения можно с помощью небольшого теста-опросника. Шкала эта состоит из 22 суждений, по поводу которых возможны два варианта ответов - «да» или «нет». Ответы, совпадающие с ключевыми (по коду), суммируются (по одному баллу за каждый такой ответ).

#### Суждения

1. Думаю, что успех в жизни, скорее, зависит от случая, чем от расчета.
2. Если я лишусь любимого занятия, жизнь для меня потеряет всякий смысл.
3. Для меня в любом деле важнее не его исполнение, а конечный результат.
4. Я считаю, что люди больше страдают от неудач на работе, чем от плохих взаимоотношений с близкими.
5. По моему мнению, большинство людей живут далекими целями, а не близкими.
6. В жизни у меня было больше успехов, чем неудач.
7. Эмоциональные люди мне нравятся больше, чем деятельные.
8. Даже в обычной работе я стараюсь совершенствовать ее некоторые элементы.
9. Поглощенный мыслями об успехе, я могу забыть о мерах предосторожности.
10. Мои близкие считают меня ленивым.
11. Думаю, что в моих неудачах повинны, скорее, обстоятельства, чем я сам.
12. Терпения во мне больше, чем способностей.
13. Мои родители слишком строго контролировали меня.
14. Лень, а не сомнения в успехе вынуждают меня часто отказываться от своих намерений.
15. Думаю, что я уверенный в себе человек.
16. Ради успеха я могу рискнуть, даже если шанс не в мою пользу.
17. Я усердный человек.
18. Когда все идет гладко, моя энергия усиливается.
19. Если бы я был журналистом, я скорее писал бы об оригинальных изобретениях людей, чем о происшествиях.
20. Мои близкие обычно не разделяют моих планов.
21. Уровень моих требований к жизни ниже, чем у моих товарищей.
22. Мне кажется, что настойчивости во мне больше, чем способностей.

#### Таблица для оценки результатов

Уровень мотивации	Сумма баллов
низкий	2-9
средний	10-17
высокий	18-21

**Код:** ответы «да» на вопросы **2, 6, 7, 8, 14, 16, 18, 19, 21, 22;**  
ответы «нет» на вопросы **1, 3, 4, 5, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 20.**

### Опросник темперамента

В опроснике представлены группы высказываний, которые характеризуют различные типы темперамента. В каждой группе, состоящей из четырех высказываний, необходимо найти одно, которое больше всего подходит для характеристики оцениваемого человека. Далее в бланке ответов необходимо найти соответствующую выбранному высказыванию графу и отметить ее крестиком.

На каждой строчке должен стоять один крестик. После окончания работы надо подсчитать количество крестиков в каждом столбце, помеченном буквами А, Б, В, Г. Сумму количества крестиков в столбце следует проставить внизу, в графе «Итог». Графа, где окажется наибольшее количество крестиков, характеризует определенный тип темперамента: 1-я – холерик, 2-я – сангвиник, 3-я – флегматик, 4-я – меланхолик.

Лист вопросов

1. А – настроение часто меняется, бурное веселье может смениться раздражением, легко можно вывести из себя;  
Б – почти всегда веселое, жизнерадостное настроение, которое часто передается окружающим;  
В – настроение всегда ровное, трудно вывести из равновесия;  
Г – часто плохое настроение, редко можно увидеть улыбку, услышать шутку.
2. А – очень активное поведение, но без резких движений и жестов;  
Б – движения, жесты и речь замедлены, голос тихий, неуверенный;  
В – быстрые, резкие движения, торопливая речь, частая суетливость;  
Г – движения, жесты и речь замедлены, сдержанное поведение, ровный и сильный голос.
3. А – при неудачах продолжает работу, упорно достигая цели, но искать другие подходы не любит;  
Б – при неудачах бросает работу или ищет другие подходы;  
В – при неудачах долго переживает, волнуется, не может продолжать работу;  
Г – быстро забывает о неудачах и продолжает работу.
4. А – быстро утомляется, часто предается мечтам и фантазиям;  
Б – может долго и напряженно работать, старается все доделать до конца;  
В – предпочитает работы, в которых можно быстро достичь успеха;  
Г – берется за выполнение любой работы, часто проявляет инициативу.
5. А – бурно реагирует на замечания, спорит, оправдывается.;  
Б – все замечания выслушивает спокойно, не спорит, но может повторять одну и ту же ошибку;  
В – внимательно выслушивает замечания, ошибки сразу же исправляет;  
Г – тяжело воспринимает любые замечания, нервничает, переживает, но не спорит.
6. А – перед тем, как приступить к делу, продумывает все заранее, тщательно все спланирует и рассчитает;  
Б – при возникновении затруднений в работе легко перестраивается;  
В – обычно сразу приступает к делу, не задумываясь, что будет потом;  
Г – часто колеблется перед тем, как начать работу, при неудачах может бросить работу.
7. А – долго раздумывает, размышляет, волнуется перед тем, как принять решение.  
Б – попав в трудное положение, способен на необдуманный, импульсивный поступок;  
В – часто затрудняется найти выход из положения из-за своей медлительности;  
Г – обычно быстро находит выход из положения.
8. А – в общении отличается мягкостью, тактичностью, деликатностью и отзывчивостью;  
Б – в общении всегда активен, стремится всех расшевелить, не любит однообразия;  
В – не ищет встреч с людьми, в одиночестве чувствует себя хорошо;  
Г – постоянно ищет контактов, в одиночестве чувствует себя плохо.
9. А – бурно переживает обиды и огорчения, но быстро забывает их;  
Б – обиды и огорчения переживает глубоко и помнит долго, однако внешне это не проявляется;  
В – долго не может забыть обиды и огорчения; Г – легко, оптимистично переносит обиды и огорчения, быстро забывает их.
10. А – любит шутки, юмор, розыгрыши, не обижается, если попадает на розыгрыш;  
Б – любит и ценит шутки, в розыгрышах предпочитает не участвовать, остроумие проявляет обычно в разговорах с хорошо знакомыми людьми;  
В – любит подшучивать над окружающими, часто не задумываясь, приятно им это или нет;  
Г – редко шутит, часто обижается на шутки.

### Лист ответов

№ вопроса	А	Б	В	Г
1	А	Б	В	Г
2	В	А	Г	Б
3	Б	Г	А	В
4	В	Г	Б	А
	А	В	Б	Г
6	В	Б	А	Г
7	Б	Г	В	А
8	Г	Б	В	А
9	А	Г	Б	В
10	А	В	Б	Г
Итого				

Методика «Мой характер»<sup>2</sup>**Инструкция:**

Внимательно ознакомьтесь с перечнем черт характера, который дается ниже.

1. ОБЩИЕ ЧЕРТЫ		
1.	Целеустремленность – наличие ясной цели, стремление ее достигнуть	Бесцельность
2.	Принципиальность – умение придерживаться твердых взглядов и убеждений	Беспринципность
3.	Честность - прямота, искренность в отношениях	Лживость
4.	Смелость - отсутствие страха, мужество	Трусость
5.	Дисциплинированность – точное и своевременное выполнение обязанностей	Недисциплинированность
6.	Воля - настойчивость и упорство в достижении цели	Безволие
7.	Твердость – умение стоять на своем.	Мягкость
8.	Совесть	Бессовестность
9.	Любознательность – пылливость ума	Нелюбознательность
10.	Бодрость – состояние силы, энергии	Вялость
11.	Уравновешенность – ровный и спокойный характер	Неуравновешенность
II. Черты, выражающие отношение человека к обществу, людям		
1.	Коллективизм – способность поддерживать общую работу	Индивидуализм
2.	Гуманизм – любовь к человеку	Деспотизм
3.	Вежливость – соблюдение правил поведения	Развязность
4.	Доброта – стремление сделать людям что-то хорошее	Злость
5.	Тактичность – чувство меры	Бестактность
6.	Общительность – способность легко входить в общение	Замкнутость
7.	Ответственность – стремление отвечать за свои поступки	Безответственность
8.	Требовательность – строгость	Нетребовательность
9.	Милосердие – готовность помочь людям	Жестокость
10.	Сердечность – искренность в отношениях	Бессердечность
11.	Нежность – проявление любви	Грубость
III. Черты, характеризующие отношение человека к самому себе		

<sup>2</sup> Методика авторская.

1.	Простота – умение естественно вести себя	Чванство
2.	Гордость – чувство собственного достоинства	Униженность
3.	Застенчивость – способность стесняться	Наглость
4.	Уверенность – вера в свои силы	Неуверенность
5.	Самокритичность – объективная оценка себя	Несамокритичность
6.	Требовательность к себе – умение заставлять себя доводить дело до конца	Нетребовательность
7.	Человеколюбие – уважение к другим	Эгоизм
IV. Черты, показывающие отношение человека к труду		
1.	Трудолюбие – любовь к труду	Лень
2.	Работоспособность – способность много и продуктивно работать	Неработоспособность
3.	Вдумчивость – глубокое проникновение в суть дела	Поверхностность
4.	Инициативность – желание увлекать своим примером	Безынициативность
5.	Творческое отношение к труду – стремление искать новые подходы к труду	Нетворческое отношение
6.	Бережливость – бережное отношение к результатам труда	Расточительство
7.	Усидчивость – усердие в том, что требует длительного времени и терпения	Неусидчивость
8.	Аккуратность – сосредоточенность в выполнении деятельности	Неаккуратность
9.	Внимательность – сосредоточенность в выполнении деятельности	Невнимательность
10.	Исполнительность – старательность в выполнении заданий	Неисполнительность

А теперь необходимо положительные и отрицательные качества, которые присущи Вам в наибольшей степени, откровенно отметить знаками «++»; качества, которые у Вас иногда проявляются, отметить знаком «+»; качества, которые Вам не присущи совсем, отметить знаком «-».

В рабочих тетрадях нужно записать качества, отмеченные знаками «++». Эти качества составляют основу Вашего характера.

Особое внимание надо обратить на перечень отрицательных черт характера (правая колонка), которые Вам присущи, и составить программу самовоспитания.

### Методика «Определение склонностей»<sup>3</sup>

#### Обработка и интерпретация результатов

По каждому столбцу листа ответов подсчитывается сумма баллов. Полученные значения вносятся в нижнюю строку. Показатели, относящиеся к соответствующим столбцам листа ответов, характеризуют:

А - склонность к работе с людьми

Б - склонность к умственным видам работ

В - склонность к работе на производстве

Г - склонность к эстетике и искусству

Д - склонность к подвижным видам деятельности

Е - склонность к планово-экономическим видам работ или степени материальной заинтересованности

Уровень выраженности показателей определяется по таблице

Пол	Показатели	Уровень выраженности качества				
		Высокий	Выше среднего	Средний	Ниже среднего	Низкий
Мужской	А	18	16-17	15	13-14	12
	Б	18	17	14-16	13	12
	В	24	22-23	20-21	18-19	17
	Г	17	14-16	12-13	10-22	9
	Д	21	19-20	17-18	14-16	13
	Е	15	13-14	11-12	9-10	8
Женский	А	19	18	16-17	15	14
	Б	18	15-17	13-14	12	11
	В	18	15-17	13-14	11-12	10
	Г	22	20-21	18-19	16-17	15
	Д	21	19-20	17-18	15-16	14
	Е	16	14-15	12-13	10-11	9

**Инструкция к методике «Определение склонностей».** Укажите, какому из двух ответов на вопросы, Вы отдаете предпочтение. Внесите его в соответствующую клетку листа ответов. Некоторые вопросы могут показаться Вам одинаково интересными, в таком случае отдайте все же предпочтение одному из них.

Свои ответы оцените баллами от 0 до 3 следующим образом:

1. Если Вы согласны с положением «а» внесите цифру «3», а в клетку «б» - «0».

2. Если Вы согласны с положением «б», но не согласны с положением «а», то в клетку «б» внесите цифру «3», а в клетку «а» - «0».

3. Если Вы отдаете незначительное предпочтение положению «а», а не «б», то в клетку «а» внесите цифру «2», а в клетку «б» - «1».

4. Если Вы отдаете незначительное предпочтение положению «б», а не «а», то в клетку «а» внесите цифру «1», а в клетку «б» - «2».

Постарайтесь на все вопросы ответить добросовестно, придерживаясь вышеизложенной инструкции.

#### АНКЕТА

1. Некоторые люди считают, что важнее:

<sup>3</sup> Автор Л.А. Йовайша.

- а) много знать, чем
  - б) создавать материальные блага. Правы ли они?
2. Что Вас больше всего привлекает при чтении книг?
- а) прекрасный литературный стиль или
  - б) яркое изображение смелости и храбрости героев.
3. Какое награждение Вас больше бы обрадовало?
- а) за научное изобретение или
  - б) за общественную деятельность на общее благо.
4. Если бы Вам представилась возможность занять определенный пост, какой бы Вы выбрали?
- а) директора универмага или
  - б) главного инженера завода.
5. Что, на Ваш взгляд, следует больше ценить у участников самодеятельности?
- а) то, что они несут людям искусство и красоту или
  - б) то, что они выполняют общественно полезную работу.
6. Какая, на Ваш взгляд, область деятельности человека в будущем будет иметь доминирующее значение?
- а) физика, или
  - б) физическая культура.
7. Если бы Вам предоставили пост директора школы, на что бы Вы обратили большее внимание?
- а) на создание необходимых удобств (образцовая столовая, комната отдыха и пр.) или
  - б) на сплочение дружеского и трудолюбивого коллектива.
8. Вы на выставке. Что Вас больше привлекает в экспонатах?
- а) цвет, совершенство формы или
  - б) их внутреннее устройство (как и из чего они сделаны).
9. Какие черты характера в человеке Вам больше нравятся?
- а) мужество, смелость, выносливость или
  - б) дружелюбие, чуткость, отсутствие корысти.
10. Представьте, что Вы профессор университета. Какому бы предмету Вы отдали предпочтение в свободное от работы время?
- а) занятиям по литературе или
  - б) опытам по физике, химии.
11. Вам предоставляется возможность совершить путешествие в разные страны. В качестве кого бы Вы охотнее поехали?
- а) как известный спортсмен на международные соревнования или
  - б) как известный специалист внешней торговли с целью покупки необходимых товаров для нашей страны.
12. В газете две статьи разного содержания. Какая из них вызвала бы у Вас большую заинтересованность?
- а) статья о машине нового типа или
  - б) статья о новой научной теории.
13. Вы смотрите военный или спортивный парад. Что больше привлекает Ваше внимание?
- а) слаженность ходьбы, бодрость, грациозность участников парада или
  - б) внешнее оформление колонн (знамена, одежда и пр.).
14. Представьте, что у Вас много свободного времени. Чем бы Вы охотнее занялись?
- а) чем-либо практическим (ручным трудом) или
  - б) общественной работой (на добровольных началах).
15. Какую выставку Вы бы с большим удовольствием посмотрели?
- а) выставку новых продовольственных товаров или
  - б) выставку новинок научной аппаратуры (физики, химии, биологии).
16. Если бы в школе было только два кружка, какой бы Вы выбрали?
- а) технический или

- б) музыкальный.
17. Как Вам кажется, на что следовало бы в школе обратить большое внимание?
- а) на успеваемость учащихся, так как это необходимо для их будущего или
- б) на спорт, так как это нужно для укрепления их здоровья.
18. Какие журналы Вы бы с большим удовольствием читали?
- а) научно-популярные или
- б) литературно-художественные.
19. Какая из двух работ на свежем воздухе Вас больше бы привлекала?
- а) работа с машинами или
- б) «ходячая» работа (агроном, лесничий, дорожный мастер).
20. Какая, на Ваш взгляд, задача школы важнее?
- а) подготовить учащихся к практической деятельности, к умению создавать материальные блага или
- б) подготовить учащихся к работе с людьми, чтобы они могли помогать другим в этом.
21. Какими выдающимися учеными Вы больше интересуетесь?
- а) Поповым, Циолковским или
- б) Менделеевым, Павловым.
22. Что важнее для человека?
- а) создавать себе благополучный, удобный быт или
- б) жить без некоторых удобств, но иметь возможность пользоваться сокровищницей искусства, создавать искусство.
23. Для благополучия общества необходимы?
- а) правосудие или
- б) техника.
24. Какую из двух книг Вы с большим удовольствием читали бы?
- а) о достижениях спортсменов в нашей республике или
- б) о развитии промышленности в нашей республике.
25. Что обществу принесет больше пользы?
- а) забота о благосостоянии граждан или
- б) изучение поведения людей.
26. Служба быта оказывает людям разные услуги (изготавливает обувь, шьет одежду и пр.) Считаете ли Вы необходимым?
- а) и впредь развивать эту отрасль, чтобы всесторонне обслуживать людей или
- б) лучше создавать такую технику, которой можно было бы самим воспользоваться в быту.
27. Какие бы лекции Вы с большим удовольствием слушали?
- а) о выдающихся ученых или
- б) выдающихся художниками.
28. Какого характера научную работу Вы бы выбрали?
- а) работу в библиотеке с книгами или
- б) работу на свежем воздухе в экспедиции.
29. Что бы Вас больше заинтересовало в печати?
- а) сообщение о выигрыше денежно-вещевой лотереи или
- б) сообщение о состоявшейся художественной выставке.
30. Вам предоставляется выбор профессии. Которой из них Вы бы отдали предпочтение?
- а) физической культуре или другой работе, связанной с движением или
- б) работе малоподвижной, но по созданию новой техники.

## ЛИСТ ОТВЕТОВ

(Определение склонностей)

Фамилия \_\_\_\_\_,

Имя \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

Школа № \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Время \_\_\_\_\_

№ № вопросов	А	Б	В	Г	Д	Е
1		а				б
2				а	б	
3	б	а				
4			б			а
5	б			а		
6		а			б	
7	б					а
8			б	а		
9	б				а	
10		б		а		
И					а	б
12		б	а			
13				б	а	
14	б		а			
15		б				а
16			а	б		
17	а				б	
18		а		б		
19			а		б	
20	б					а
21		б	а			
22				б		а
23	а		б			
24					а	б
25	а	б				
26			б			а
27	а			б		
28		а			б	
29				б		а
30			б		а	
	Е=	Е=	Е=	Е=	Е=	Е=i

Приложение 9

ТЕСТ «Тип личности»<sup>4</sup>

<sup>4</sup> Автор Дж. Холланд.

Данный тест направлен на выявление социального типа личности.

**Оборудование:** карта - опросник, ключ к тексту, ручка.

**Инструкция:** Испытуемому предлагается карта - опросник, где попарно представлены различные профессии. В каждой паре профессии испытуемому необходимо выбрать ту, которой он отдает предпочтение и поставить знак «+».

**Обработка результатов.** Испытуемый сравнивает полученные ответы с ключом, данным к тесту по каждому типу личности: реалистичный, интеллектуальный, социальный, конвенциональный, предприимчивый, артистический.

Если ответ испытуемого совпал с ключом, то он ставит знак «-» по каждой паре профессий. Затем испытуемый подсчитывает количество плюсов по каждому типу личности. Наибольшее количество плюсов в одной из колонок свидетельствует о характерном для него типе личности, что необходимо учитывать при выборе профессии.

**Карта – опросник**

А. Инженер-техник В. Инженер-контролер	1	А. Вязальщик В. Санитарный врач	2	А. Повар В. Наборщик	3	А. Фотограф В. Заведующий магазином	4
А. Чертежник В. Дизайнер	5	А. Философ В. Психиатр	6	А. Ученый химик В. Бухгалтер	7	А. Редактор научного журнала В. Адвокат	8
А. Лингвист В. Переводчик художественной литературы	9	А. Педиатр В. Статист	10	А. Организатор воспитательной работы В. Председатель профсоюза	11	А. Спортивный Врач В. Фельетонист	12
А. Нотариус В. Снабженец	13	А. Перфоратор В. Карикатурист	14	А. Политический Деятель В. Писатель	15	А. Садовник В. Метеоролог	16
А. Водитель троллейбуса В. Медицинская сестра	17	А. Инженер-электрик В. Секретарь-машинистка	18	А. Маляр В. Художник по металлу	19	А. Биолог В. Главный врач	20
А. Тех. оператор В. Режиссер	21	А. Гидролог В. Ревизор	22	А. Зоолог В. Зоотехник	23	А. Математик В. Архитектор	24
А. Работник ИДН В. Счетовод	25	А. Учитель В. Командир дружинников	26	А. Воспитатель В. Художник по керамике	27	А. Экономист В. Заведующий отделом	28
А. Корректор В. Критик	29	А. Завхоз В. Директор	30	А. Радиоинженер В. Специалист по ядерной физике	31	А. Наладчик В. Механик	32
А. Агроном В. Председатель колхоза	33	А. Закройщик-модельер В. Декоратор	34	А. Археолог В. Эксперт	35	А. Работник музея В. Консультант	36
А. Ученый В. Актер	37	А. Логопед В. Стенографист	38	А. Врач В. Дипломат	39	А. Главный бухгалтер В. Директор	40
А. Поэт В. Психолог	41	А. Архивариус В. Скульптор	42				1

**Ключ к тесту Холланда**

Реалистический тип	Интеллектуальный тип	Социальный тип	Конвенционный тип	Предприимчивый тип	Артистический тип
--------------------	----------------------	----------------	-------------------	--------------------	-------------------

1А	1Б	2Б	3Б	4Б	5Б
2А	6А	6Б	7Б	8Б	9Б
3А	7А	10А	10Б	11Б	12Б
4А	8А	ПА	13А	13Б	14Б
5А	9А	12А	14А	15А	15Б
16А	10Б	17Б	18Б	23Б	19Б
17А	20А	20Б	22Б	26Б	21Б
18А	22А	25Б	25Б	28Б	24Б
19А	23А	26А	28А	30А	27Б
21А	24А	27А	29А	33Б	29Б
31А	31Б	36Б	32Б	35Б	30Б
32А	35А	38А	38Б	37Б	34Б
33А	36А	39А	40А	39Б	41А
34А	37А	41Б	42А	40Б	42Б
С=	С=	С=	С=	С=	С=

### **Интерпретация**

Тип, получивший наибольшее количество баллов, признается доминирующим и в соответствии с этим дается заключение о наиболее предпочтительных для этого социального типа профессиях.

**1. Реалистический тип** – эмоционально стабильный, занимающийся конкретными объектами (вещами, инструментами, машинами), отдает предпочтение занятиям, требующим моторной ловкости, конкретности. Развиты математические, невербальные способности.

Рекомендуемые профессии: механик, электрик, инженер, агроном и т.д.

**2. Интеллектуальный тип** – ориентирован на умственный труд. Он несоциален, независим, оригинален, аналитичен, рационален. Преобладают теоретические ценности, любит решать задачи требующие абстрактного мышления. Гармонично развиты вербальные и невербальные способности.

Интеллектуал предпочитает научные профессии, например, ботаник, астроном, физик, математик и др.

**3. Социальный тип** – обладает социальными умениями и нуждается в контактах. Черты его характера: стремление поучать и воспитывать, психологический настрой на человека, гуманность. Представитель данного типа остается держаться в стороне от интеллектуальных проблем; активен, но часто зависит от мнения группы людей. Проблемы решает, опираясь на эмоции, чувства, умение общаться. Обладает вербальными способностями.

Рекомендуемые занятия: обучение и лечение (учителя, врачи, психологи).

**4. Конвенционный тип** – предпочитает четко структурированную деятельность. Характер стереотипный; не проявляет критичность, оригинальность, консервативен, зависим, не любит смену деятельности. Слабо развиты организаторские способности. Преобладают математические способности.

Предпочтительны профессии связанные с канцелярией и расчетом.

**5. Предприимчивый тип** – избирает цели, ценности и задачи, позволяющие ему проявить энергию, энтузиазм, интеллектуальность, реализовать любовь к приключениям. Представитель данного типа доминантен, любит признание, любит руководить. Ему не нравится практический труд, а также занятия, требующие интеллектуальных усилий, усидчивости, хорошо решает задачи, связанные с руководством, статусом и властью; агрессивен и предприимчив, обладает хорошими вербальными способностями.

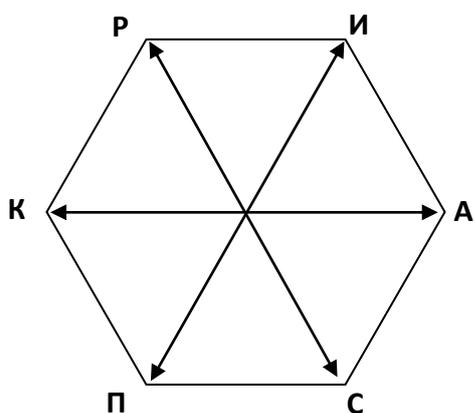
Предпочтительна следующая деятельность: журналист, телеоператор, заведующий, директор, дипломат и т.п.

6.Артистический тип – опирается на эмоции, воображение, интуицию; имеет сложный взгляд на жизнь. Независим в решениях, оригинален. Высоко развиты моторные и вербальные способности. Для представителей данного типа характерен высокий жизненный идеал с утверждением своего «Я». Он не социален в том смысле, что не придерживается условностей общества.

Предпочитает творческие занятия: музыку, рисование, литературное творчество и т.п.

У каждого человека есть свойства всех 6-ти профессиональных типов, однако, доминируют черты лишь одного или двух типов.

Взаимоотношения между шестью социальными типами людей обозначаются шестиугольником, на вершинах которого они расположены в определенном порядке.



**Условные обозначения:**

- Р – реалистический тип
- И – интеллектуальный тип
- А – артистический тип
- С – социальный тип
- П – предприимчивый тип
- К – конвенциональный тип

Типы, расположенные рядом, более схожи друг с другом (например, социальный и артистический). Типы, расположенные на противоположных вершинах шестиугольника, не соответствуют друг другу (например, реалистический и социальный).

Таким образом, данный тест позволяет учащемуся определить, к какому типу личности он относится и в соответствии с этим сделать правильный выбор профессии.

**Карта здоровья**

*Ответьте на вопросы приведенной ниже анкеты*

Подсчитайте результат. По одному баллу начисляется за ответы "нет" на вопросы 2 и 9 и по одному баллу за ответы "да" на остальные вопросы.

Если Вы набрали больше 9 (для мальчиков) или 10 (для девочек) баллов, то вам следует:

- стараться избегать видов деятельности, связанных с нервно-эмоциональными перегрузками, физическим перенапряжением и многими другими неблагоприятными влияниями на здоровье;

- обязательно обратиться к врачу не только за помощью в выборе профессии, но и за консультацией по поводу возможных не выявленных ранее нарушений здоровья.

Утверждения	Варианты ответов	
	да	нет
1. Утром мне трудно встать вовремя, подняться и чувствовать себя бодро	да	нет
2. Когда я принимаюсь за работу, то могу быстро сосредоточиться	да	нет
3. Когда меня что-то расстроило или когда я чего-то заранее опасаясь, то иногда в животе возникает неприятное чувство	Да	нет
4. Даже если я имею возможность плотно позавтракать, утром я ограничиваюсь лишь чашкой чая или кофе с небольшим бутербродом	да	нет
5. Я принадлежу скорее к числу зябких и теплолюбивых людей, нежели наоборот	да	нет
6. Я могу много ходить, однако при длительном стоянии на одном месте мне хочется облокотиться, и, если это невозможно, возникает ощущение возможного обморока	да	нет
7. При резком наклоне у меня кружится голова, рябит или темнеет в глазах	да	нет
8. Иногда в жизни у меня возникало головокружение при взгляде с высоты вниз или же ощущение тревоги при нахождении в закрытом помещении	да	нет
9. Мне очень сложно представить себе, что такое частые головные боли	да	нет
10. Когда мне необходимо сосредоточиться, то я: покачиваю ногой, или грызу ногти, или играю карандашом, или рисую им что-то на бумаге и т.п.	да	нет
11. При подъеме вверх я должен иногда останавливаться, так как затрудняется дыхание	да	нет
12. При публичном выступлении у меня сильно стучит сердце или от сжатия в горле изменяется голос, становясь неузнаваемым	да	нет
13. Когда я слышу от кого-либо, что его «тошнит от голода» я представляю себе, какие ощущения он испытывает	да	нет
14. Иногда днем, при неподвижном сидении на одном месте, меня одолевает непреодолимое желание спать	да	нет
15. Я знаю, что такое «покраснеть по уши» или «до корней волос»	да	нет
16. Случалось, что те или иные события вызывали у меня тошноту или отсутствие аппетита	да	нет

**Тест «Уровень самооценки»**

Варианты ответов: очень часто – 4 балла, часто – 3 балла, иногда – 2 балла, редко – 1 балл, никогда – 0 баллов.

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
2. Постоянно чувствую свою ответственность по работе.
3. Я беспокоюсь о своем будущем.
4. Многие меня ненавидят.
5. Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.
6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние.
7. Я боюсь выглядеть глупцом.
8. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
9. Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми.
10. Я часто допускаю ошибки.
11. Как жаль, что я не умею говорить, как следует с людьми.
12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе.
13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия одобрялись другими чаще.
14. Я слишком скромн.
15. Моя жизнь бесполезна.
16. Многие неправильного мнения обо мне.
17. Мне не с кем поделиться своими мыслями.
18. Люди ждут от меня очень многого.
19. Люди не особенно интересуются моими достижениями.
20. Я слегка смущаюсь.
21. Я чувствую, что многие люди не понимают меня.
22. Я не чувствую себя в безопасности.
23. Я часто волнуюсь, и понапрасну.
24. Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди.
25. Я чувствую себя скованным.
26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.
27. Я уверен, что люди почти все принимают легче, чем я.
28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
29. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
30. Как жаль, что я не так общителен.
31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте.
32. Я думаю о том, чего ждет от меня общественность.

Обработка результатов: Для того, чтобы определить уровень самооценки, необходимо сложить баллы по всем 32 суждениям.

Сумма баллов от 0 до 25 говорит о высоком уровне самооценки, при котором человек, как правило, оказывается неотягощенным «комплексом неполноценности», правильно реагирует на замечания других и редко сомневается в своих действиях.

Сумма баллов от 26 до 45 свидетельствует о среднем уровне самооценки, при котором человек редко страдает от «комплекса неполноценности» и лишь время от времени старается подладиться под мнения других.

Сумма баллов от 46 до 128 указывает на низкий уровень самооценки, при котором человек болезненно переносит критические замечания в свой адрес, старается всегда считаться - с мнениями других и часто страдает от «комплекса неполноценности».

**Творческий проект «Мой выбор: оператор ЭВМ»***1. Обоснование выбора профессии*

Профессиональное самоопределение – важный и ответственный шаг в жизни каждого молодого человека. Из 40 тыс. профессий и специальностей нужно выбрать «свою» профессию.

В Конституции Российской Федерации говорится, что каждый человек имеет право распоряжаться своими способностями к труду, выбирать род деятельности и профессию. Но осуществить свободный выбор профессии очень не просто. Для этого надо многое знать и уметь.

В процессе занятий по курсу «Профессиональное самоопределение» у меня сформировалось твердое намерение приобрести профессию «Оператор ЭВМ», и получены следующие результаты.

<i>Показатели</i>	<i>Содержание</i>
Мои жизненные ценности	Семья, профессия, благополучие
Смысл и цель моей жизни	Приобретение любимой профессии, овладение ею в совершенстве, достижение высокого профессионального мастерства
Предполагаемая профессия	Основной вариант: оператор ЭВМ Запасной вариант: оператор станков с программным управлением
Мотивы выбора профессии	Интерес к профессиям, знание содержания профессиональной деятельности и своих возможностей
Кто оказал наибольшее влияние на выбор профессии	Отец
Характеристики профессии	Тип: Человек – знаковая система Класс: Преобразующая профессия Отдел: Профессия, связанная с использованием автоматов Группа: Труд в бытовых условиях
Формула профессии	ЗПАБ
Профессиональный идеал	Отец

В службе занятости я узнал, что это одна из самых востребованных профессий на рынке труда.

## *2. Профессиограмма профессии «Оператор ЭВМ»*

### *Общая характеристика профессии*

Профессия оператор ЭВМ – новая и перспективная. Нет такой отрасли экономики, где бы не применялась электронно-вычислительная техника.

Для решения широкого круга управленческих, экономических и научно-технических задач создаются системы вычислительных центров.

### *Содержание труда*

Операторы ЭВМ в процессе работы решают стандартные, обусловленные инструкциями задачи. В общих чертах профессиональная деятельность оператора ЭВМ состоит в следующем: он выполняет все необходимые операции на командном пульте ЭВМ, а также на всех ее других устройствах, обеспечивая общее управление электронной системой в соответствии с установленной технологией.

### *Условия труда*

Операторы ЭВМ работают в нормальных бытовых условиях, хорошо освещенных и вентилируемых помещениях. Рабочее положение – сидя за пультом управления ЭВМ. Спецодежда – белый халат.

### *Требования профессии к человеку*

Большую роль в профессиональной деятельности оператора занимают зрительные восприятия. Они участвуют при ознакомлении оператора с заданием и его выполнением. Управление ЭВМ осуществляется в условиях считывания зрительных сигналов на шкалах, размещенных над определенными элементами и устройствами машины. Благодаря этим сигналам он проводит необходимые действия и манипуляции, направленные на пуск

машины, ее остановку, замедление и изменение хода функционирования машины. Такого рода профессиональные задачи предъявляют высокие требования к точности зрительного восприятия и его объему. Оператор должен также хорошо различать световые сигналы различного цвета и интенсивности.

Самая большая нагрузка приходится на внимание и память оператора. Успешное решение профессиональных задач требует от оператора устойчивости концентрации внимания.

Оператор должен постоянно следить за различными сигналами, поэтому он должен обладать высоким уровнем развития распределения и переключения внимания.

У оператора ЭВМ высокой квалификации должна быть также хорошая память. Он должен помнить множество правил и инструкций по обслуживанию машины, знать способы использования различных методов управления ЭВМ.

Высокий темп работы оператора требует от него точных и безошибочных действий. Допущенные ошибки, неточности в работе оператора недопустимы. Все это предъявляет высокие требования к оперативной и кратковременной зрительной памяти специалиста.

Основную роль в профессиональной деятельности оператора ЭВМ играют зрительные представления. Различные сигналы дают оператору информацию в закодированном виде о функционировании ЭВМ. На основании переработки поступающей информации у него возникают представления о ходе выполнения задания и его этапах. В основе этой работы лежит репродуктивное воображение и представление, которое должно быть не ниже среднего уровня.

Успешность профессиональной деятельности оператора в значительной степени зависит от его способности быстро набирать цифры на клавиатуре машины. Опытные операторы набирают числа «слепым» методом, не глядя на клавиатуру. Таким образом, у оператора ЭВМ должен быть очень высокий уровень развития скорости и точности движений.

Труд оператора ЭВМ требует постоянного внимания на протяжении всего рабочего дня. Поэтому с этой работой хорошо справляются специалисты с высоким уровнем развития эмоционально-волевой устойчивости. Недостаточный уровень самообладания создает предпосылки для возникновения у оператора состояния повышенной усталости, нервного напряжения.

Профессия оператора ЭВМ требует от человека высокой ответственности, дисциплинированности, трудолюбия, точности при выполнении задания, самоконтроля, большой работоспособности, настойчивости, стремления к повышению знаний.

Основными противопоказаниями для выбора этой специальности являются: отклонения в эмоционально-волевой и сенсомоторной сферах; низкий уровень развития профессионально значимых свойств внимания, памяти; несформированные профессионально ценные личностные качества; сердечно-сосудистые заболевания.

#### *Необходимые знания*

Оператор ЭВМ должен знать математику, физику, устройство ЭВМ, правила пользования вычислительной техникой, языки программирования, условия безопасной работы.

#### *Где можно получить специальность*

Подготовка операторов ЭВМ осуществляется в профессиональных училищах. Подготовка же специалистов средней квалификации осуществляется в промышленно-экономических, торговых, машиностроительных и других техникумах. Для подготовки специалистов с высоким образованием имеются специальные факультеты при финансово-экономических, инженерно-экономических и других вузах.

### **Психограмма профессии**

Наименование психологических качеств	Величина требования в баллах				
	1	2	3	4	5
1. Точность выполнения правил, инструкций					
2. Концентрация внимания					
3. Переключение внимания					
4. Распределение внимания					

5. Наглядно-образная память					
6. Оперативная память					
7. Пространственные представления					
8. Точность и скорость движений					
9. Самообладание					
10. Дисциплинированность					
11. Ответственность					
12. Организованность					
13. Аккуратность					
14. Настойчивость					
15. Работоспособность					
16. Память на числа					

*3. Профессиональная проба:  
«Компьютерная открытка-поздравление»*

Завершается учебный год. Хочется поблагодарить любимого учителя за труд, за знания, переданные нам. Мне кажется, что открытка-поздравление, изготовленная своими руками, будет наиболее приятна. И компьютер мне поможет в этом.

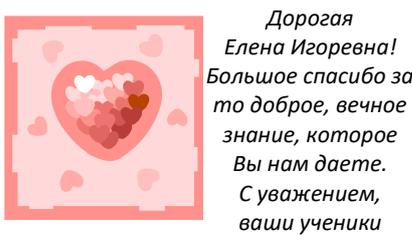
На уроках технологии нас обучали пользованию текстовым редактором «Word», в нем можно создать красивый вариант открытки.

*Проблемы для обдумывания*



**Технологическая карта выполнения работы**

<i>Этапы работы</i>	<i>Компьютерные операции</i>
---------------------	------------------------------

Этапы работы	Компьютерные операции
<p>1. Вставка обрамления</p> 	<p>На панели РИСОВАНИЕ выбрать иконку с прямоугольником. Мышкой указать левый верхний угол, а затем нажать левую кнопку мыши и, не отпуская, вести в правый нижний угол открытки. Затем в том же меню выбрать тип линии обрамления и цвет заливки фона. Мы выбираем розовый</p>
<p>2. Вставка рисунка</p> 	<p>Из перечня рисунков в меню ВСТАВКА РИСУНОК выбрать понравившуюся картинку в зависимости от содержания поздравительной открытки. В данном случае мы собираемся поблагодарить любимого учителя перед началом летних каникул за те знания, которые он нам дал в учебном году. Таким образом, мы выбираем рисунок LOVE. Выбранный рисунок мы вставляем в нужное, отмеченное курсором место открытки, нажимая ENTER</p>
<p>3. Вставка текста</p>  <p><i>Дорогая Елена Игоревна! Большое спасибо за то доброе, вечное знание, которое Вы нам даете. С уважением, ваши ученики</i></p>	<p>Для того, чтобы вставить текст, необходимо в выбранное текстовое поле вставить необходимое содержание</p>
<p>4. Распечатка открытки</p>	<p>Для того, чтобы распечатать нужное количество экземпляров открытки, необходимо в меню ФАЙЛ выбрать пункт ПЕЧАТЬ и, нажав подтверждение, обозначить параметры печати (размеры, количество экземпляров, вид принтера и т.д.). Разумеется, лучший результат будет достигнут при использовании цветного струйного принтера</p>

Таким образом, достигается поставленная цель: любимая учительница получила приятное подтверждение признания своего труда, при этом открытка совершенно оригинальна, единственна в своем роде.

Такую открытку можно или распечатать, или послать электронной почтой.

#### 4. Профессиональная пригодность

<i>Параметры</i>	<i>Требования профессии</i>	<i>Степень соответствия</i>
1. Интересы и склонности	«Человек – знаковая система»	Полная
2. Состояние здоровья	Медицинских противопоказаний нет	Полная
3. Темперамент	Флегматик	Полная
4. Характер	Спокойный, уравновешенный	Полная
5. Тип личности	Конвенциональный	Полная
6. Общие и специальные особенности	Математические, технические, хорошая память на числа и знаки	Полная
7. Знания	Знания математики, физики, основ информатики	Полная
8. Умения	Умение пользоваться компьютером и системой Интернет	Полная

Таким образом, у меня полная пригодность к избираемой профессии.

#### 5. Профессиональное намерение и карьера

<i>Позиции</i>	<i>Содержание</i>
1. Намерение поступить учиться	В колледже по специальности «Информатика»
2. Профиль обучения в старших классах	Технологический по направлению «Информационные технологии»
3. Предполагаемый уровень профессионального мастерства	Высший
4. Предполагаемая должность	Начальник цеха (участка), зав. отделом
5. Предполагаемый заработок в месяц	10 тыс. руб.

#### 6. План подготовки к приобретению профессии

<i>Мероприятия</i>	<i>Сроки</i>
1. Уточняющая профдиагностика	10 кл.
2. Профориентационная экскурсия	10 кл.
3. Профессиональные консультации	10-11 кл.
4. Обучение по профилю	10-11 кл.
5. Подготовительные курсы	11 кл.

#### 7. Готовность к профессиональному самоопределению

##### **Карта самоконтроля готовности к профессиональному самоопределению**

<i>Критерии и показатели</i>	<i>Самооценка в баллах</i>
<b>1. Жизненный план и выбор профессии</b>	
1. Осознание своих жизненных ценностей	2
2. Осознание смысла и цели своей жизни	2
3. Понимание значения выбора профессии в жизни человека и общества	3
4. Знание условий правильного выбора профессии	3
5. Знание возможных ошибок при выборе профессии	3

<i>Критерии и показатели</i>	<i>Самооценка в баллах</i>
6. Знание правил (этапов) выбора профессии	3
7. Выбор будущей профессии (наличие основного и запасного вариантов)	3
8. Сформированность мотивов выбора профессии	3
<b><i>II. Знание будущей профессии</i></b>	
1. Знание типа, класса, отдела, группы, формулы профессии	3
2. Знание содержания труда по избираемой профессии	3
3. Знание условий труда по избираемой профессии	3
4. Знание требований к профессии к человеку	3
5. Знание способа приобретения профессии	3
6. Знание перспектив профессионального роста	3
<b><i>III. Знание своих профессиональных способностей и возможностей</i></b>	
1. Знание своих профессиональных способностей и склонностей	2
2. Знание состояния своего здоровья и медицинских противопоказаний к профессиям	3
3. Знание соответствия особенностей своего темперамента и характера требованиям избираемой профессии	3
4. Знание соответствия типа своей личности требованиям избираемой профессии	3
5. Знание соответствия специальных способностей требованиям избираемой профессии	3
6. Соответствие общеобразовательных знаний и умений требованиям избираемой профессии	3
<b><i>IV. Профессиональное намерение</i></b>	
1. Выбор профессионального учебного заведения для приобретения профессии	3
2. Выбор профиля обучения в старших классах	3
3. Предположение о профессиональной карьере (уровне профессионального мастерства, должности, заработной платы)	3
4. Согласованность профнамерения с родителями	3
5. Наличие плана подготовки к профессиональному самоопределению	3
<b>Итого в баллах</b>	<b>72</b>

Уровни сформированности готовности к профессиональному самоопределению определяются по следующей таблице:

24-41 балл – низкий уровень; 42-58 баллов – средний уровень; 59-75 баллов – высокий уровень.

Таким образом, у меня сформирован высокий уровень готовности к профессиональному самоопределению.

## I. Начальный профориентационный опросник

Опросник позволяет выявить предпочтения и склонности ученика к тому или иному типу профессий. Суть его состоит в том, что школьнику предлагается 20 пар утверждений. После прочтения каждой пары необходимо выбрать один ответ, соответствующий предпочитаемому виду деятельности. В листе ответов в соответствующей графе выбор фиксируется знаком «+» (вместе с буквой «а» или «б»). Если выбрать букву затруднительно, то можно отметить в листе ответов значками «+?» то, что ему ближе.

Если школьник не может самостоятельно ответить, он обращается за разъяснением к учителю или профконсультанту.

Далее в каждом столбике подсчитывается сумма «+».

В опроснике типы профессий подобраны следующим образом:

первый столбик - «человек - природа» (П): садовник, агроном, животновод, зоотехник, пчеловод и т. д.;

второй - «человек - техника» (Т): слесарь, токарь, крановщик, инженер;

третий - «человек - человек» (Ч): учитель, врач, продавец, медсестра;

четвертый - «человек - знаковая система» (З): чертежник, телеграфист, бухгалтер;

пятый - «человек - художественный образ» (Х): актер, чеканщик, художник, певец.

Наибольшее количество плюсов - признак наличия предпочтения, склонности к соответствующему типу профессий. Отсутствие же плюсов свидетельствует или об отрицательном отношении к определенному типу профессий, или об отсутствии информации о профессии, о чем также немаловажно знать учителю.

### ■ Опросник

а	б
1. Вести регулярные наблюдения за состоянием, развитием лесонасаждений. Разбираться в особенностях и признаках различных пород деревьев. Заниматься лесоохранной деятельностью	1. Ремонтировать электробытовые приборы (утюг, плиту, пылесос), игрушки, мебель, замки, краны, отлаживать велосипед, мотоцикл, машину, регулировать приборы
2. Выполнять работу проводника вагона, стюардессы	2. Проверять работы по русскому языку, редактировать тексты сочинений
3. Умение выполнять парикмахерские работы (делать стрижки, маникюр, завивку)	3. Ухаживать за животными (при этом не бояться ручного труда, неблагоприятных условий труда - непогоды, грязи, специфического запаха)
4. Вытачивать на станках детали из дерева, металла для промышленности, строительства, дома, класса	4. Отвечать в походе за обеспечение продуктами, снаряжением. Работать продавцом в магазине, в киоске, на складе, базе
5. Составлять и рисовать географические и топографические карты	5. Обсуждать просмотренный фильм, прочитанную книгу. Давать свою оценку игре актеров
6. Длительное время выращивать растения: удобрять, поливать, пересаживать их, выводить новые сорта	6. Оказывать помощь товарищам в выполнении домашних заданий. Терпеливо разъяснять им непонятный материал
7. Мастерить своими руками из дерева, ниток, папье-маше изделия для украшения жилища	7. Управлять машиной, трактором, подъемным краном, комбайном, бульдозером

8. Работать экскурсоводом, сообщать людям разного рода информацию в службе справочного бюро	8. Участвовать в художественной самодеятельности. Оформлять выставки, витрины магазинов
9. Ремонтировать жилище, вещи, технику и одежду	9. Печатать на пишущей машинке, выполнять стенографическую работу
10. Лечить животных (быть ветеринаром)	10. Производить расчеты (быть экономистом, бухгалтером, кассиром, счетоводом)
11. Заниматься озеленением улиц, дворов, скверов, парков (работать в оранжерее, высаживать цветы в открытый грунт)	11. Проектировать, конструировать новые типы машин, зданий, оборудования
12. Разбираться в ссорах, спорах, конфликтах. Мирить людей, находить к ним подход	12. Уметь разбираться в картах, чертежах, таблицах и составлять их самому
13. Выпиливать, выжигать, заниматься резьбой по дереву, кости	13. Заниматься разведением рыб
14. Производить сборку изделий из мелких деталей (работать на часовом заводе, радиозаводе)	14. Оказывать людям медицинскую помощь при ушибах, отравлении и др.
15. Копировать чертежи, рисунки, карты, схемы	15. Писать стихи, сочинения
16. Собирать гербарий, систематизировать виды растений	16. Обучать и воспитывать младших, рассказывать им сказки, играть с ними
17. Оформлять стенды, участвовать в конкурсах рисунков, украшать интерьер	17. Собирать машины, приборы, механизмы
18. Организовывать культпоходы сверстников в кино, музеи, театры, на выставки	18. Играть на сцене, принимать участие в конкурсах на утренниках и днях рождений, на елках
19. Строить дома, мосты, дороги, туннели	19. Работать наборщиком или корректором в редакции газеты, в издательстве
20. Изучать анатомию человека, хорошо знать назначение каждого органа	20. Быть переводчиком

Лист ответов опросника

### Методика «Двенадцать предметов»

П	Т	Ч	З	Х
1а у	16	2а	26	3а
36	4а	46	5а	56
ба	-	66	-	7а
-	76	8а	-	86
-	9а	-	96	-
10а	-	-	106	-
11а	116	12а	126	13а
136	14а	146	15а	156
16а	-	166	-	17а
-	176	18а	-	186
-	19а	-	196	-
20а	-	-	206	-

*Цель:* диагностика концентрации и сосредоточенности внимания и зрительной памяти.

*Инструкция:* перед вами лежат 12 предметов. В течение 10 с вы внимательно смотрите на них и стараетесь их запомнить, обращая внимание не только на сами предметы, но и на их месторасположение. В течение 5 мин постарайтесь на листе бумаги написать названия в месте нахождения каждого предмета в пределах представляемого вами стола.

П о с л е д о в а т е л ь н о с т ь п р о в е д е н и я э к с п е р и м е н т а:

1. Преподаватель показывает демонстрационный стол с предметами, затем закрывает его. Учащиеся делают записи.
2. Учащиеся обмениваются листами бумаги. Учитель открывает предметы на столе, и школьники проверяют количество совпадений.

#### **Обработка и анализ результатов**

**9—12 верно угаданных предметов** — высокий уровень;

**6—8 верно угаданных предметов** — средний уровень;

**4—5 верно угаданных предметов** — низкий уровень.

### Методика исследования утомляемости и работоспособности

*Цель:* исследование утомляемости, работоспособности, волевых усилий; ее можно использовать для изучения внимания и психического темпа.

*Инструкция:* перед вами лежит таблица. Сложите пары однозначных цифр, напечатанных одна под другой, и под ними запишите результат сложения. Работайте быстро, старайтесь не допускать ошибок. Сложение производите в каждой строчке до тех пор, пока не последует команда «Стоп!». Затем переходите к следующей строчке.

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

**Примечание.** В таблице, которая раздается учащимся, закрашенные строки пустые, в них надо записать суммы от сложения. Сейчас в таблице в этих строках суммы уже написаны.

Последовательность проведения эксперимента:

1. Преподаватель дает сигнал «Стоп!» через каждые 12 с.
2. Учащиеся следуют командам преподавателя.

#### **Обработка и анализ результатов**

С помощью коэффициента работоспособности можно определить утомляемость учащегося. Она практически не наступает, если этот коэффициент равен 1. ( $K_p = S_2/S_1$ , где  $S_2$  — это сумма правильно выполненных сложений последних четырех строк;  $S_1$  — сумма правильно выполненных сложений первых четырех строк.)

### **Упражнения на координацию движений**

*Цель:* исследование координации движений.

*Инструкция:* положите на столе справа и слева от себя по одному листу бумаги и одному карандашу. Четко и одновременно выполняйте все задания.

Последовательность проведения эксперимента:

1. Правой рукой нарисовать вертикальную линию, а левой — круг.

2. Правой рукой нарисовать квадрат, а левой — круг.
3. Правой рукой нарисовать вертикальную линию, левой рукой — круг, сделать по два кивка головой вперед и назад.
4. Правой рукой нарисовать квадрат, левой — треугольник, а одной ногой опишите на полу круг.
5. Начертить циркулем десять кружков диаметром 5 см на расстоянии 2 см друг от друга. В течение 20 с, переходя от круга к кругу справа налево, ставить в каждом по точке. Пройдя весь ряд кругов (с первого по десятый), начать сначала.

#### **Обработка и анализ результатов**

**60 точек** — хорошая координация движений кисти руки;

**50—60 точек и 10—15 промахов** — средняя;

**40 точек и более 16 промахов** — низкая.

### **Методика «Глазомер»**

**1-й вариант.** *Инструкция:* проведите карандашом с помощью линейки две прямые параллельные линии длиной 30 см на расстоянии 2 мм друг от друга. Затем шариковой ручкой или карандашом другого цвета не более чем за 20 с проведите без линейки между двумя параллельными линиями третью.

#### **Обработка результатов**

**2—3 пересечения или касания линий** — высокий уровень развития глазомера;

**4—10 пересечений или касаний линий** — средний уровень;

**более 10 пересечений или касаний линий** — низкий уровень глазомера.

**2-й вариант.** *Инструкция:* проведите на бумаге с помощью карандаша и линейки прямую и пилообразную ломаную линии длиной 30 см. Не более чем за 20 с обведите эти линии ручкой или карандашом другого цвета.

#### **Обработка результатов**

**Не более 5 отклонений от исходной линии и общая длина отклонений не более 2 см** — показатель выше среднего;

**6—10 отклонений от исходной линии и общая длина отклонений 2,1—3,5 см** — средний показатель;

**более 10 отклонений от исходной линии и общая длина отклонений больше 3,5 см** — показатель ниже среднего.

### **Задание «Пятнадцать кружков»**

*Цель:* исследование творческого мышления.

*Инструкция:* в течение 15 мин нарисуйте 15 рисунков, в которых круг является составной частью.

**Обработка и интерпретация результатов** (основной ориентир — число повторений одинаковых рисунков у всех участников эксперимента)

**3 балла** — за рисунок, встретившийся только у одного человека;

**2 балла** — за рисунок, встретившийся у двоих человек;

**1 балл** — за рисунок, встретившийся у четверых-пятерых человек;

**0 баллов** — за рисунок, встретившийся более чем у пятерых человек.

После анализа баллы суммируются. Все учащиеся ранжируются по количеству набранных баллов и делятся на четыре группы по уровню развития творческого мышления.

### **Упражнение «Деление квадрата»**

*Цель:* определение уровня творческого воображения.

*Инструкция:* мысленно представьте себе квадрат, разделенный двумя горизонтальными линиями на три равные части. В нем проведены диагонали. Ответьте: на сколько частей разделена эта фигура?

*Ответ.* На 10 частей.

