



УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ДЕТСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР «ЗУБРЕНОК»

**ПРАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ  
ПО ТРУДОВОМУ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ  
ВОСПИТАНИЮ В ВОСПИТАТЕЛЬНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ  
ОБРАЗОВАНИЯ**

Коллектив авторов под общей редакцией Н.Г.Онуфриевой

Данное издание содержит практические материалы из опыта работы НДЦ «Зубренок» по трудовому и профессиональному воспитанию в процессе реализации программ смены (программы факультативных занятий и разработки занятий, программы объединений по интересам и разработки занятий к ним).

Адресуется педагогам, занимающимся организацией воспитательной работы в воспитательно-оздоровительных учреждениях образования.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРОГРАММА ФАКУЛЬТАТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ «ПРОФЕССИЯ МОЕЙ МЕЧТЫ».....	4
ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ «ВЫБОР ПРОФЕССИИ – ДЕЛО СЕРЬЕЗНОЕ».....	45
ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ «ПРОФНАВИГАТОР» .....	79
ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ «АКАДЕМИЯ «КЛАСС!».....	114
ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ «АКАДЕМИЯ ВОЖАТСКОГО МАСТЕРСТВА».....	138

ПРОГРАММЫ ФАКУЛЬТАТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ, ОБЪЕДИНЕНИЙ ПО ИНТЕРЕСАМ  
ПО ТРУДОВОМУ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ ВОСПИТАНИЮПРОГРАММА ФАКУЛЬТАТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ  
«ПРОФЕССИЯ МОЕЙ МЕЧТЫ»

для IX-XI классов

## Пояснительная записка

Для выпускников средней школы актуальным является учебно-профессиональное самоопределение – осознанный выбор путей дальнейшего образования и профессиональной подготовки. Выбор будущей профессии является для учащихся важным жизненным проектом, над которым они работают совместно с педагогами, родителями, одноклассниками.

Актуальность программы «Профессия моей мечты» обусловлена как потребностями самих учащихся, так и социально-экономической динамикой и потребностями общества, необходимостью решения современных воспитательных задач, которые поставлены государством перед общеобразовательными учреждениями. Одним из основных направлений воспитания обучающихся является трудовое и профессиональное воспитание, направленное на понимание учащимися труда как личностной и социальной ценности, осознание профессионального выбора, социальной значимости профессиональной деятельности.

В образовательном процессе на уровнях национальной системы образования профессиональная ориентация рассматривается как одна из функций современного образования, связанная с обеспечением условий для повышения уровня обоснованности осознанного выбора личностью своей будущей профессии и реализации профессиональных планов.

Неопределенность в выборе профессии у большинства выпускников учреждений общего среднего образования, появление избытка специалистов в одних отраслях хозяйственного комплекса Беларуси и дефицит специалистов нового типа по новым рыночным специальностям и ряду рабочих профессий во всех сферах экономики не способствуют эффективному социально-экономическому развитию страны.

Для устранения указанных недостатков учреждениям системы общего среднего образования рекомендуется систематически и целенаправленно, исходя из возрастных и психологических особенностей развития личности, организовывать работу по профессиональной ориентации учащихся. В качестве приоритетных задач данной работы на уровне общего среднего образования определены следующие:

формирование у учащихся готовности и способности к выбору сферы профессиональной деятельности, оптимально соответствующей личностным особенностям и запросам рынка труда;

повышение их конкурентоспособности в условиях рынка труда;

формирование умений планирования и реализации карьерных

целей.

Реализация программы факультативных занятий по профориентации «Профессия моей мечты» будет способствовать решению перечисленных задач.

Факультативные занятия «Профессия моей мечты» призваны помочь учащимся осуществить выбор профессии, дают возможность оценить степень собственной готовности к профессиональному самоопределению, повысить ее уровень, что будет способствовать личностному росту учащихся.

**Цель** – актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счет получения знаний о себе, о мире профессий, их соотнесения в процессе профессиональных проб.

**Задачи:**

оказание информационной поддержки учащимся в процессе выбора сферы будущей профессиональной деятельности;

выработка у учащихся положительного эмоционального отношения к процессу выбора сферы будущей профессиональной деятельности;

обеспечение участников непротиворечивой информацией об особенностях современного рынка труда, о способах получения профессионального образования;

развитие рефлексии, навыков самодиагностирования профессионально важных качеств;

формирование умения построения личных профессиональных планов;

отработка навыков самопрезентации и рационального поведения на рынке труда;

развитие навыков групповой работы.

Успешной реализации цели и задач факультатива способствуют разнообразные формы и методы профориентационной работы, как традиционно используемые в профориентационной работе (презентации профессий, работа с профессиограммами и др.), так и инновационные (включение в занятия элементов социально-психологического тренинга, использование проектной работы и др.).

***Принципы организации занятий с элементами социально-психологического тренинга***

Организация взаимодействия в интерактивном ключе, построение диалога между участниками.

Постоянный и неизменный состав группы.

Динамичный характер проведения занятий. Поскольку занятия ориентированы на урок – 40 минут, то важным для ведущего является инициирование обсуждения, ориентирование на время выполнения работы над заданиями, использование «разогревающих» упражнений.

Разумное сочетание психологических упражнений и работы над содержательной стороной занятия.

Результаты работы над заданиями, упражнениями, результаты диагностической работы должны фиксироваться учащимися в рабочих тетрадях с целью запоминания, анализа и использования в дальнейшей работе.

Условиями реализации программы занятий являются мотивирование и привлечение всех учащихся к коллективной работе; последовательное решение задач, поставленных данной программой; учет санитарных и гигиенических требований; требований техники безопасности; наличие материальной базы: канцелярские товары, мультимедийная аппаратура.

**Учебно-тематический план**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>
1-2	Вводное занятие. Понятие о рынке труда	2
3	Выбор профессии – зачем превращать мечту в цель? Секрет успеха. Самооценка и уровень притязаний. Слагаемые успеха	1
4	Профессионально важные качества. Профессия и здоровье	1
5	Навыки самопрезентации. Резюме	1
6	Презентация профессий и специальностей	1
	<b>Всего часов</b>	<b>6</b>

1. Вводное занятие. Знакомство участников. Обсуждение ожиданий и опасений участников. Выработка правил поведения и работы в группе. Понятие о рынке труда. Рынок труда в Республике Беларусь. Самые востребованные профессии. Профессии будущего. Республиканские и международные конкурсы профессионального мастерства. Конкурс WorldSkills.

2. Выбор профессии – зачем превращать мечту в цель? Постановка целей при выборе профессии. Слагаемые успеха: хочу, могу, надо. Интересы и склонности. Способности и профессиональная пригодность.

3. Темперамент и профессия. Темперамент и свойства нервной системы. Определение темперамента.

4. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье. Требования профессий к человеку.

5. Навыки самопрезентации. Внешний вид. Ошибки в речи. Резюме.

6. Презентация профессий и специальностей: необходимые личные данные и качества, необходимые для работы по данной специальности, учебные заведения РБ, в которых можно получить данную специальность, условия поступления.

**Ожидаемые результаты**

В процессе освоения содержания факультативных занятий учащиеся смогут:

прояснить критерии выбора профессии и того, как стать профессионалом в стремительно развивающемся мире;

осознать свои потребности профессиональных достижений;

обучиться принципам правильной презентации себя и своего продукта;

увидеть возможные препятствия на пути к целям и научиться преодолевать их;

познакомиться со схемой анализа профессии;

проанализировать влияние внутренних и внешних сил на успешную карьеру;

выработать конструктивное отношение к безработице, созданию условий для активного поиска выхода из негативной ситуации;

исследовать пути самореализации через профессию;

определить приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив;

осознать основные личностные смыслы той или иной профессиональной деятельности для человека и соотнести эти смыслы со своим собственным представлением о счастье.

Важнейший результат факультативных занятий – создание молодёжной среды, в которой важно и интересно обсуждать проблемы общества, размышлять над будущим, читать, смотреть фильмы, думать, становиться культурным образованным человеком, иметь позицию и брать на себя ответственность за то, что происходит вокруг.

## ЗАНЯТИЕ 1

### ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. ПОНЯТИЕ О РЫНКЕ ТРУДА

*Делайте маленькое дело,  
но овладевайте им в совершенстве  
и относитесь к нему как к делу великому.*

*А.Моруа*

**Цель:** активизация мотивации профессионального самоопределения учащихся, формирование представления о современном рынке труда, развитие сферы знаний о факторах, влияющих на качество жизни каждого человека, знакомство с самыми востребованными профессиями в Беларуси, формирование представления о постоянной изменчивости рынка труда.

#### Ход занятия

##### Вступительное слово

Выбор профессии – такая же вечная тема, как любовь. И последствия профессионального выбора для каждого человека не менее значительны, чем выбор спутника жизни. Едва ли когда-нибудь будут созданы программы, позволяющие и в том, и в другом случае сделать безошибочный выбор. И это хорошо. Потому что решение, принятое, за человека, навязанное, подсказанное, пусть из самых лучших побуждений, а не выстраданное, будет вызывать отторжение, если только человек не полностью лишен воли и способен отвечать за свои поступки. Есть ли шанс сделать такой выбор, чтобы «не было больно за бесцельно прожитые годы»? Есть. Для этого надо иметь исходные данные. Как без них решить задачу? Данные, которые необходимо учитывать при выборе профессии и планировании профессиональной карьеры – это, в первую очередь, психологические особенности человека. И внутренняя жизнь человека, и ее внешние проявления строятся по определенным законам, которые изучает и описывает

психология. Незнание этих законов не освобождает нас от наказания, которое иногда кажется слишком суровым: человек, ненавидящий свою работу, способен отравить жизнь не только себе, но и окружающим.

На каждом занятии вы будете узнавать что-то новое о себе или о профессиях с помощью специальных заданий и упражнений. Информация, полученная с помощью психологических тестов, является конфиденциальной, то есть секретной. Таким образом, первое условие нашей работы – **конфиденциальность**. Еще одно важное условие – **искренность при ответе на вопросы**. Если вы даете заведомо ложные ответы на вопросы, касающиеся вашего поведения в различных ситуациях, то результаты тестов будут недостоверны.

Большинство тестов основано на самооценке. Чтобы точно оценить свои возможности, недостаточно иметь в своем распоряжении специально подобранные и проверенные методики. Необходимо знать ту шкалу, по которой мы себя оцениваем. А она у всех разная. Древние считали, что **человек – мера всех вещей**.

*Как вы понимаете данное высказывание?*

Вывод: значит, сколько людей – столько и измерительных приборов?

### **I. Задание «Кто Я?»**

В течение 5 минут десять раз по-разному ответьте на вопрос: «Кто Я?». Записывайте ответы так, как они приходят вам в голову.

*Вам знакомо слово «презентация»? Оно означает публичное представление, открытие чего-то или кого-то – новой песни, книги, ресторана. На презентации стараются показать товар лицом – подчеркнуть его преимущества и скрыть недостатки.*

*Самопрезентация – это представление или открытие себя другим людям. Мы представляем себя, когда появляемся в новой компании, поступаем в институт, устраиваемся на работу. Цель презентации – создать у людей благоприятное впечатление о себе. Психологи считают, что впечатление о человеке складывается в первую минуту общения с ним. И почти всегда оказывается верным. Испортить хорошее впечатление легко: для этого надо регулярно опаздывать на важные встречи, нарушать договоренности, безвкусно одеваться, говорить невпопад и т.д. Исправить плохое впечатление намного сложнее.*

*Отвечая на вопрос «Кто Я?», вы обозначаете то место, которое занимаете в этом мире, конструируете образ своего «Я». Если вы смогли придумать себе не более 5 характеристик, вероятно, вы или не хотите раскрываться даже перед собой, или редко задумываетесь о себе, пользуясь лишь самыми очевидными характеристиками («Я – человек, ученик» и т.д.) Возможно, вам этого достаточно. Но если вы будете так сдержанны в реальной презентации, вашему собеседнику придется самому «достраивать» ваш образ.*

*Проанализируем содержание ответов. Встречаются ли среди них критические замечания? Возможно, и в жизни вы склонны преувеличивать свои недостатки, выпячивать их. Следуйте совету Андре Моруа: «Никогда не говорите о себе плохо. За вас это сделают ваши друзья».*

*Чаще всего встречаются ролевые и биографические характеристики («юноша», «девушка», «сын», «дочь»). Обратите внимание, сколько таких характеристик в вашем автопортрете. Если их большинство, возможно, вы предъявляете себя в жизни как носителя формальных характеристик, под которыми могут подписаться миллионы людей. Где ваша индивидуальность? Вы про нее забыли или ее нет?*

*Бывает, что разные ответы крутятся вокруг одной и той же темы – своих увлечений, отношений с другими людьми, планов на будущее. Подчас так проявляются проблемы, которые неосознанно определяют ваши поступки.*

*В каком времени стоят глаголы в ваших ответах – в настоящем, будущем или прошедшем? Или они вне времени? Если большинство ответов относится к прошлому («я был перспективным спортсменом»), возможно, вы до сих пор цепляетесь за него, перебирая, словно старые фотографии, вчерашние успехи.*

*Бывает так, что человек не живет, а готовится к жизни. «Когда я вырасту..., Когда выучусь ..., Когда женюсь ..., Когда куплю машину ..., Когда построю дом ...» и так далее до бесконечности. Планирование – дело хорошее и даже необходимое. Однако бывает, что жизнь превращается в долгий изнурительный забег с промежуточными финишами. Возлагая все надежды на будущее, что вы оставляете сегодняшнему дню и сегодняшнему себе?*

Не переживай Будущее – оно еще не родилось.

Похорони Прошлое – оно умерло.

Живи Настоящим!

Только в нем душа трудится вместе с Богом!

*Генри Лонгфелло, американский поэт, 19 век*

*Если в ваших ответах присутствует прошлое, настоящее и будущее, значит, у вас есть полноценное ощущение своей жизни.*

*Тест, который вы только что выполнили, основан на вашей самооценке.*

*Самооценка — это способность оценивать себя самого. Это измерительный прибор, который всегда с собой.*

### **Рынок труда**

Рынок труда – экономическая среда, на которой в результате конкуренции между экономическими агентами через механизм спроса и предложения устанавливается определенный объем занятости и уровень оплаты труда.

#### **Функции рынка труда**

Функции рынка труда определяются ролью труда в жизни общества. С экономической точки зрения труд – важнейший производственный ресурс. В соответствии с этим выделяют **две главные функции** рынка труда:

**Социальная функция** заключается в обеспечении нормального уровня доходов и благосостояния людей, нормального уровня воспроизводства производственных способностей работников.

**Экономическая функция** рынка труда заключается в рациональном вовлечении, распределении, регулировании и использовании труда.

### **Спрос и предложение труда**

Спрос на рабочую силу определяется потребностями работодателей в найме определенного количества работников необходимой квалификации для производства товаров и услуг.

Спрос на рабочую силу находится в обратной зависимости от ставки реальной заработной платы, которая определяется как отношение номинальной зарплаты к уровню цен.

Предложение труда определяется численностью населения, долей в нем трудоспособного населения, средним числом часов, отработанных рабочим за год, качеством труда и квалификацией рабочих.

Предложение труда зависит от величины заработной платы.

### **Изменения структуры рабочей силы**

К рабочей силе статистика в развитых странах обычно относит всех занятых (включая военнослужащих) и безработных. Синонимом понятию является категория «экономически активное население». В статистике также выделяется гражданская рабочая сила, исключая военнослужащих.

В изменениях, происходящих в отраслевой структуре рабочей силы в последние десятилетия, прослеживаются две важнейшие тенденции: резкое сокращение численности занятых в сельском хозяйстве и существенное увеличение их в сфере услуг в связи с ее расширением и превращением в ведущую сферу приложения общественного труда.

В 70-80-х годах происходит также ускоренный рост занятости в наукоемких отраслях экономики. Занятость здесь растет в два раза быстрее, чем в промышленности в целом.

Заметна эволюция и профессионально-квалификационного состава рабочей силы. Само понятие "профессионально-квалификационная структура рабочей силы" неоднозначно. Оно включает **три самостоятельных**, хотя и тесно связанных между собой, **понятия**:

**Профессиональная структура** – совокупность представителей различных профессий и профессиональных групп.

**Квалификационная структура** – совокупность работников различных уровней квалификации.

Квалификация различных профессий представляет набор требуемых для выполнения данной работы навыков, знаний, опыта, других компонентов квалификации.

Особенно быстро растет численность специалистов принципиально новых профессий, связанных с развитием научно-технического прогресса, аналитиков систем, специалистов в области генной инженерии, инженеров по электронно-вычислительной технике. В то же время внедрение ЭВМ и иной информационной техники сокращает потребность в ряде категорий высококвалифицированных

служащих и низшего управленческого персонала, занятых сбором, систематизацией и первичной обработкой экономической информации.

Говоря о квалифицированной структуре, необходимо отметить, что характерной чертой качественной эволюции современной рабочей силы является рост ее образовательного уровня.

Научно-техническая революция вызывает неоднозначные сдвиги в квалификации рабочей силы. **В принципе воздействие новой технологии на содержание труда может быть трояким — в результате внедрения могут быть ликвидированы некоторые производственные функции, созданы новые функции и, наконец, сами функции, сохранившись, переданы машине.**

Основное направление происходящей эволюции в содержании квалификации состоит в переходе от преимущественно физической работы, состоящей в ручном управлении станками и агрегатами, к преимущественно не физическому труду, выражающемуся в анализе и контроле производственных процессов. Разумеется, это лишь тенденция, в таком положении находятся еще меньшинство рабочих, поскольку новая технология не является господствующей.

Особенности рынка труда

Особенность национального рынка заключается в том, что в нем не может быть достигнуто состояние полной занятости населения. Это связано с тем, что для развития национальной экономики необходимо наличие незадействованных или еще не освоенных ресурсов, к числу которых относятся трудовые ресурсы. Наличие свободных трудовых ресурсов, не задействованных в экономике, позволяет ей развиваться. При тотальной занятости развитие либо полностью прекращается, либо происходит медленными темпами.

По отношению к рынку труда выделяются следующие категории населения:

экономически неактивная часть населения. Это население, которое не выполняет никаких экономических функций либо по причине нахождения в нетрудоспособном возрасте, либо в силу неспособности к ней по физическим причинам — инвалиды. Оно не участвует в функционировании экономики, а поэтому не рассматривается как часть рынка труда;

экономически активная часть населения. Это население, которое принимает активное участие в экономической деятельности, находится в трудоспособном возрасте и обладает физическими возможностями к осуществлению экономической деятельности. Его делят на население занятое и не занятое в национальной экономике. Рынок труда состоит именно из этой второй группы населения, которая и определяет его функционирование.

На особенности функционирования рынка труда оказывают влияние:

динамика оплаты труда;

состояние национальной экономики. Рынок труда является одним из наиболее подверженных влиянию других рынков. Например, изменение стоимости потребительских товаров неизбежно повлечет изменение уровня оплаты труда;

динамика доходов, не формирующихся под влиянием рынка труда. Например, рост объемов пособий на ребенка приведет к изменению состояния рынка труда;

динамика досуговых предпочтений населения;

изменение психологического восприятия определенных профессий. Например, снижение престижа определенной профессии приведет к трансформации рынка труда;

динамика демографической ситуации.

Таким образом, рынок труда является основополагающим элементом национальной экономики. От его динамики и состояния зависит функционирование национальной экономики. В процессе своего функционирования он подвержен влиянию множества факторов.

### **Спрос и предложение на рынке труда**

Функционирование рынка труда основано на том, что население, для того чтобы вести нормальную жизнедеятельность, вынуждено продавать свой труд за вознаграждение, которое представлено в форме оплаты труда. Здесь специфическим товаром является труд – определенная совокупность интеллектуальных, духовных, физических способностей человека, которые, в общем, представляют собой индивидуальный трудовой потенциал. С другой стороны, другая часть населения согласна оплачивать труд наемных работников. На рынке труда они являются работодателями.

**Спрос** на рынке труда представляет собой совокупность спроса на ресурсы труда страны при любой цене на них.

**Предложение** на рынке труда – это совокупное предложение ресурсов труда работников в стране при всех возможных ценах на труд.

### **Факторы, влияющие на спрос и предложение на рынке труда**

Основным показателем рынка труда является оплата труда, которая определяется в том числе исходя из совокупной стоимости благ, необходимых для обеспечения нормальной жизнедеятельности человека. Эта точка является отправной, ниже которой невозможно установление заработной платы. Конечный уровень оплаты труда определяется под воздействием множества факторов, к основным из которых относится спрос и предложение на рынке труда.

Основными факторами, под влиянием которых формируется **размер оплаты труда**, относятся:

возрастная и половая структура рынка труда. Большое влияние на рынок труда оказывает количество на нем людей различных возрастных и половых групп;

уровень жизни населения;

характер интенсивности общественного труда;

производительность общественного труда;

уровень социально-экономического развития национальной экономики;

уровень научно-технического развития национальной экономики;

географическое, природное и климатическое размещение трудовых ресурсов.

Изменение уровня и размера оплаты труда находится в прямом взаимодействии с изменением спроса и предложения на рынке труда. Другим важным фактором, который оказывает определяющее воздействие на функционирование рынка труда, является спрос – потребность работодателя в сотрудниках, отличающихся определенной квалификационной и профессиональной характеристикой.

**Спрос на рынке труда** формируется под влиянием следующих факторов:

- структуры общественного производства;
- уровня развития и масштабов структуры общественного производства;
- доминирующих форм общественного производства;
- объемов общественного производства;
- уровня научно-технического развития и оснащенности национальной экономики;
- темпов роста и развития национальной экономики.

**Предложение на рынке труда** формируется под влиянием следующих основных факторов:

- среднего уровня оплаты труда;
- количества населения и в целом демографической ситуации;
- профессиональной структуры рынка труда (заключается в переизбытке или недостатке определенных профессий);
- мобильности населения;
- этнических, религиозных, культурных, психологических особенностей населения.

**Субъектами спроса на рынке труда** выступают бизнес и государство, а **субъектами предложения** – домашние хозяйства.

На рынке совершенной конкуренции количество нанимаемых предпринимателем работников определяется двумя показателями - размером заработной платы и предельным продуктом труда в денежном выражении.

Привлечение дополнительной единицы труда прекратится, когда эти показатели сравняются.

Если ставка заработной платы выше уровня равновесной, предложение на рынке труда превышает спрос. В этой ситуации происходит отклонение от положения полной занятости, рабочих мест не хватает на всех желающих продать свой труд при высокой заработной плате. Возникает избыток предложения труда.

В случае снижения ставки заработной платы по сравнению с равновесной спрос на рынке труда превышает предложение. В результате этого образуются незаполненные рабочие места вследствие нехватки работников, согласных на более низкую заработную плату.

Обе эти ситуации (безработица и наличие незанятых рабочих мест) не могут быть устойчивыми (долгосрочными), они корректируются рыночным механизмом в направлении восстановления положения полной занятости.

Таким образом, рынок труда развивается, как и любой рынок, по законам спроса и предложения, равновесие на нем восстанавливается, а продолжительной безработицы не может быть.

Однако безработица существует.

Наличие же устойчивой безработицы свидетельствует лишь о том, что на рынке труда отсутствуют условия совершенной конкуренции: свободный перелив ресурсов на различных сегментах рынка труда, гибкая заработная плата, совершенная информация и т.д. На рынке труда присутствуют так называемые внеконкурентные факторы, к которым следует отнести различные институты. Во-первых, к ним относится государство, активно регулирующее рынок труда, лишая заработную плату рыночной гибкости. Во-вторых, профсоюзы, оказывающие большое влияние на уровень заработной платы в направлении ее повышения по сравнению с равновесным уровнем. В-третьих, крупные корпорации тяготеют к установлению сравнительно стабильной во времени стандартной ставки заработной платы, отказываясь слишком часто пересматривать ее в зависимости от соотношения спроса и предложения на рынке труда.

Регулирование рынка труда предполагает воздействие как на спрос, так и на предложение труда. Объектами регулирования выступают заработная плата, продолжительность рабочей недели и отпусков, порядок найма и увольнения, различные виды социального обеспечения и др.

#### Уровень безработицы

Уровень зарегистрированной безработицы на конец \_\_\_\_\_ года составил \_\_\_\_\_ процента к численности экономически активного населения.

#### Спрос и предложение рабочей силы

Спрос на рабочую силу по сравнению с аналогичным периодом прошлого года повысился. На конец \_\_\_\_\_ года в органы по труду, занятости и социальной защите поступили сведения о наличии \_\_\_\_\_ тыс. вакансий. Потребность в работниках по рабочим профессиям составила \_\_\_\_\_ процента от общего числа вакансий.

Численность безработных, состоящих на учете в органах по труду, занятости и социальной защите, на 1 января \_\_\_\_\_ составила \_\_\_\_\_ человек.

Коэффициент напряженности на рынке труда республики снизился с \_\_\_\_\_ на 1 января \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_ безработных на одну вакансию на 1 января \_\_\_\_\_.

#### Профессии будущего

##### 1. IT-специалист игровой индустрии

Сегодня практически все игры онлайн. Даже если игра ориентирована на прохождение одним игроком, то она либо имеет социальный или онлайн-компонент, либо должна взаимодействовать с серверами платформодержателя.

Люди, которые работают по этой специальности, находятся на острие прогресса. Самые передовые открытия в области математики

внедряются в криптографии. Самые мощные компьютеры и большие вычислительные нагрузки – в онлайн-играх.

**Серверный программист** создает программное обеспечение, которое обслуживает миллионы игроков. Оно включает как игровую логику (к примеру, посчитать попадание, если игрок А выстрелил в игрока Б), так и защиту от игровых мошенников (компьютер игрока А сообщает, что попал в игрока Б, но игрок Б находился слишком далеко от игрока А) и работу под нагрузкой (миллион игроков в сети и все стреляют одновременно).

**Специалисты по безопасности** разрабатывают защиту от внеигрового мошенничества. Например, от DDOS-атак, когда миллионы зараженных компьютеров притворяются игроками и пытаются "попасть" в игру. Сюда же входит базовое шифрование, потому что чем дальше, тем больше будет попыток вмешиваться в обмен данными между игроком и игрой, чтобы повлиять на игру или похитить данные. Сейчас такие подходы применяются в основном во взломе интернет-магазинов и банков.

#### **Где учиться**

Чтобы стать специалистом по серверным технологиям и безопасности, нужно получить классическое образование в области компьютерных технологий. Это можно сделать в **Белорусском государственном университете информатики и радиоэлектроники** и **Белорусском государственном университете**. Помимо этого, не менее важно постоянное самообразование.

Сейчас существует масса возможностей расширить свой профессиональный кругозор при помощи онлайн-курсов и семинаров. Например, образовательная платформа Coursera предлагает материалы от ведущих мировых университетов: Массачусетского технологического института, Стэнфордского университета, Калифорнийского университета Беркли, Калифорнийского технологического института.

#### **Сколько можно заработать**

Игровая индустрия живет по законам рынка, и потому зарплаты определяются уровнем развития отрасли и специалистов. Судя по данным сегодняшних вакансий, серверному программисту с опытом работы от года до трех лет предлагают зарплату от 2500 рублей в месяц.

## **2. Финансовый консультант**

Профессия финансового консультанта появилась на Западе. Суть работы таких специалистов в консультировании людей по обслуживанию их личных финансов: начиная от составления личного финансового плана и заканчивая работой с пенсионными сбережениями.

Белорусскому бизнесу более 20 лет. А это значит, что вскоре собственники начнут задумываться о том, что дальше делать с бизнесом: продавать, остаться учредителями и получать дивиденды, передавать компанию родным. Этот момент и станет импульсом для роста потребности в финансовом консультировании. Бизнесмены будут нуждаться в рекомендациях насчет того, как оценить бизнес и что оптимальнее всего с ним сделать.

#### **Где учиться**

Молодым людям, которые хотят стать финансовыми консультантами, для начала стоит получить экономическое образование. В Беларуси это можно в **Белорусском государственном университете** и **Белорусском государственном экономическом университете**.

Чтобы получить опыт работы, который затем можно будет применить в консультировании, стоит потрудиться в банках и страховых компаниях.

В плане самообразования также не мешало бы ознакомиться с дистанционными курсами образовательной площадки Coursera и посещать отраслевые конференции, например, Международный форум "Рынок капитала в Беларуси".

### **Сколько можно заработать**

В некоторых случаях один час консультаций может стоить в районе 300 рублей. В месяц реальнее всего заработать более 2000 рублей. Годовой заработок специалистов на Западе составляет 150 тысяч долларов.

### **3. Эколог-инженер на производстве**

Если школьник увлечен заботой о природе и хочет внести вклад в ее защиту, то с профессией эколога он не пропадет. Особенно сейчас, когда общество со всех сторон пугают экологической катастрофой.

Эколог на предприятии может работать в отделе охраны окружающей среды или в санитарно-аналитической лаборатории.

В лаборатории он будет заниматься анализом отобранных проб, например, воздуха, сточных вод, почвы, отходов. В отделе охраны окружающей среды – разрабатывать документы по охране: инструкции, оформлять разрешения на захоронение отходов на полигонах, на выбросы загрязняющих веществ, на специальное водопользование, участвовать в проведении инвентаризации источников выбросов.

### **Где учиться**

Получить образование можно в **Белорусском государственном технологическом университете** (здесь учат инженеров - химиков - экологов, которые готовы к работе на промышленном предприятии), **Международном государственном экологическом университете имени Андрея Сахарова**, **Белорусском государственном университете**, **Гомельском государственном университете имени Франциска Скорины**, **Белорусской государственной орденов Октябрьской Революции и Трудового Красного Знамени сельскохозяйственной академии**, **Барановичском государственном университете**.

### **Сколько можно заработать**

Пока со стажем работы два года зарплата может варьироваться от 600 до 800 рублей. Но через пять лет суммы, по прогнозам специалистов, будут серьезнее.

### **4. Специалист по защите информации**

В мире всепоглощающей информации всегда найдутся те, кто захочет сведения украсть. Поэтому специалисты по защите информации как коммерческого, так и государственного плана будут все востребованнее на рынке труда.

Они могут работать как в банковской сфере, в исследовательских организациях, так и в области высоких технологий. Одним словом, везде, где нужно препятствовать утечке информации. Но, например, выпускники специальности "защита информации в телекоммуникациях" Белорусского государственного университета информатики и радиоэлектроники работают еще и в подразделениях МВД.

#### **Где учиться**

В Беларуси образование в этой области можно получить на кафедре защиты информации **БГУИРа**, факультете радиофизики и компьютерных технологий **БГУ**, на кафедре технологий программирования **Полоцкого государственного университета** и факультете математики и информатики **Гродненского государственного университета имени Янки Купалы**.

#### **Сколько можно заработать**

Чаще всего зарплаты таких специалистов хранятся в тайне. Но представители компании озвучивали размер зарплаты для выпускников. Он начинался с суммы от 1000 рублей.

#### **5. Кредитный консультант**

Кредитный консультант – это специалист, который работает не на банк, а на клиента.

Например, человек хочет взять кредит и купить трехкомнатную квартиру в центре Минска, но не знает, в каком банке сделать это выгоднее, что нужно для того, чтобы не отказали в выдаче денег. За гонорар кредитный консультант порекомендует оптимальный вариант кредитования, поможет оформить документы. В обязанности такого специалиста также входит мониторинг и анализ предложений банков и других финансовых организаций.

#### **Где учиться**

Кредитному консультанту важно понимать требования банков к клиентам, поэтому будущим специалистам лучше всего получать образование по специальности "банковское дело". Такого рода специальность есть в **Полесском государственном университете, Белорусском торгово-экономическом университете потребительской кооперации, Белорусском государственном экономическом университете и Белорусско-российском университете**.

#### **Сколько можно заработать**

Зарплата зависит от гонорара, который будут платить люди за консультации. Но она может быть в пределах зарплат других финансовых аналитиков - в районе 2800 рублей в месяц.

#### **Конкурс WorldSkills**

**WorldSkills** – это международное некоммерческое движение, целью которого является **повышение престижа рабочих профессий и развитие профессионального образования** путем гармонизации лучших практик и профессиональных стандартов во всем мире посредством организации и проведения конкурсов профессионального мастерства, как в каждой отдельной стране, так и во всем мире в целом.

WorldSkills — центр совершенствования и развития навыков мастерства. Благодаря международному сотрудничеству и развитию связей между производствами, правительствами, организациями и институтами, WorldSkills показывает преимущества и необходимость в квалифицированных специалистах через проведение соревнований, организацию совместных проектов и обмена опытом. WorldSkills подчеркивает важность профессиональной подготовки и обучения для молодежи, промышленности и общества, помогает молодым специалистам стать лучшими в выбранной ими профессии.

Проведение такого формата конкурсов стало возможным **благодаря вступлению Беларуси в 2014 году** в международную некоммерческую ассоциацию **WorldSkills International (WSI)**, целью которой является популяризация рабочих профессий и специальностей, повышение статуса и стандартов профессиональной подготовки и квалификаций по всему миру. Сегодня в движении WorldSkills International участвуют 76 стран, охватывающих более 70% населения земного шара, включая такие ведущие и активно развивающиеся страны мира, как Германия, Франция, Китай, Южная Корея, США, Канада, Бразилия, Россия и другие.

Международные чемпионаты WSC проводятся один раз в два года в одной из стран-участниц, что способствует систематическому обмену информацией, демонстрации молодыми рабочими и специалистами своих достижений и сравнение своих навыков с высочайшими профессиональными стандартами, принятыми в развитых странах мира. По всему миру эти соревнования посещают тысячи школьников, что делает движение WSI мощнейшим механизмом профориентации молодежи.

На сегодняшний день, это известное во всем мире и крупнейшее соревнование, своеобразная **«Олимпиада рабочих рук»**, где принимают участие, как молодые квалифицированные рабочие, студенты университетов и колледжей в качестве участников в возрасте до 22 лет, так и известные профессионалы, специалисты, мастера производственного обучения и наставники – в качестве экспертов, оценивающих выполнение задания.

**Республика Беларусь впервые приняла участие в 43-м международном чемпионате профессионального мастерства «WorldSkills Competition 2015», который проходил в августе 2015 года в Бразилии.** Республиканская команда «WorldSkills Belarus» выступала по 15 компетенциям и привезла в Беларусь 2 медали **«Medallion for Excellence»**: **Алеся Назарова** по компетенции "Парикмахерское искусство" и **Ольга Закревская** по компетенции "Дизайн одежды", показавшая лучший результат по своей номинации среди стран Европы.

**Впервые для чемпионата «WorldSkills Belarus-2016» станет проведение республиканского конкурса среди учащихся учреждений общего среднего образования «JuniorSkillsBelarus».** Соревнования проводятся для школьников в возрасте 10-17 лет с целью осуществления ранней профориентации учащихся, освоения современных профессиональных компетенций: мобильная робототехника; промышленная робототехника; прототипирование;

системное администрирование; инженерный дизайн САД; нейропилотирование; технологии беспилотных летательных аппаратов. С этого года соревнования среди юниоров включены в общую программу чемпионата.

Участие в соревнованиях WorldSkills, кроме повышения престижа рабочих профессий, мотивирует молодежь к выбору наиболее нужных на производстве специальностей, а для учреждений образования это великолепная возможность для установления партнерских отношений с предприятиями и организациями-заказчиками кадров, получение доступа к передовым технологиям, приобретение опыта синхронизации профессиональных и образовательных стандартов для эффективной подготовки специалистов в соответствии с международными требованиями.

**Перечень компетенций Второго республиканского конкурса «WorldSkillsBelarus»:**

Каменные работы.

1. Изготовление мебели.
2. Плотницкие работы.
3. Электромонтажные работы.
4. Столярные работы.
5. Малярные и декоративные работы.
6. Сухое строительство и штукатурные работы.
7. Сантехника и отопление.
8. Техника холодильных установок и кондиционирования воздуха.
9. Облицовочные работы.
10. Дизайн одежды.
11. Визуальный мерчендайзинг и оформление витрин.
12. Графический дизайн.
13. Администрирование сетевых информационных систем.
14. Программное обеспечение для бизнеса.
15. Информационные кабельные сети.
16. Веб-дизайн.
17. Фрезерные работы на станках с ПУ.
18. Токарные работы на станках с ПУ.
19. Электроника.
20. Техническое проектирование САД.
21. Мехатроника.
22. Мобильная робототехника.
23. Сварочные работы.
24. Выпечка хлебобулочных изделий.
25. Косметология.
26. Кулинарное искусство.
27. Парикмахерское искусство.
28. Медико-санитарная помощь и социальный уход.
29. Кондитерское искусство.
30. Ресторанный сервис.
31. Кузовной ремонт автомобиля.
32. Автомобильные технологии.

## ЗАНЯТИЕ 2 САМООЦЕНКА И УРОВЕНЬ ПРИТЯЗАНИЙ. СЛАГАЕМЫЕ УСПЕХА

**Цель:** развитие понимания соотносить свои способности и желания, воспитание осознанного подхода к выбору профессии.

### Ход занятия

#### Слагаемые успеха

Правильный выбор профессии позволит вам полностью реализовать свой потенциал, избежать разочарования, оградить себя и свою семью от нищеты и неуверенности в завтрашнем дне. Как и любое дело, выбор профессии начинается с постановки цели. Цели должны быть:

**конкретными** (хочу получить Нобелевскую премию в области литературы, купить домик в деревне на берегу озера, стать самым крутым бизнесменом в нашем городе, хочу получить хорошее образование, пробежать марафонскую дистанцию за три часа и т.д.);

**реалистичными**, то есть соотнесенными с собственными возможностями – физическими, интеллектуальными, финансовыми, возрастными и т.д. (если нет литературных способностей, то Нобелевская премия в области литературы – цель нереалистичная, если никогда не бегал, то лучше не выходить на марафонскую дистанцию);

**ограниченными во времени** («цель – это мечта, которая должна осуществиться точно к назначенному сроку»).

Французский писатель и философ Ларошфуко писал: «Умный человек определяет место для каждого из своих желаний и затем исполняет их по порядку. Наша жадность часто нарушает этот порядок и заставляет преследовать одновременно такое множество целей, что в погоне за пустяками мы упускаем главное».

**Цели** должны быть обеспечены внутренними ресурсами – личностными особенностями, склонностями, способностями, профессионально важными качествами, а не внешними – деньги, связи, случай. При планировании профессиональной карьеры необходимо выделить следующие **моменты**:

**главная цель** (кем хочу стать, чего хочу достичь, каким хочу быть);

**цепочка ближних и дальних конкретных целей** (занятия в кружках, секциях, знакомство с будущей профессией, возможным местом учебы или работы);

**пути и средства достижения целей** (знания и умения, связи и деньги);

**внешние условия достижения целей** (выбор места учебы или работы, возможные препятствия и пути их преодоления);

**внутренние условия достижения целей** (способности, сила воли, здоровье);

**запасные варианты и пути их достижения** (это как запасной парашют).

Если ваша цель – выбор профессии в соответствии с вашими возможностями и потребностями, задайте себе следующие **вопросы**:

На какой уровень образования (высшее, среднее специальное, курсы или что-то еще) я могу рассчитывать, учитывая свою школьную успеваемость и интеллектуальные возможности, умения?

Каким должно быть содержание профессии, чтобы мне было интересно работать?

Какое материальное вознаграждение я хочу получить за свой труд – реальный минимум заработной платы?

Какой образ жизни я хочу вести: напряженный, когда приходится уделять работе не только рабочее, но и личное время, или свободный, позволяющий много времени отдавать семье, друзьям и любимому делу?

Хочу я работать рядом с домом, или мне это безразлично?

Выбор можно считать правильным, если соблюдаются следующие условия.

Во-первых, вы должны обладать набором профессионально важных для этой работы качеств – интеллектуальных, физических, личностных.

Во-вторых, эта профессия должна пользоваться спросом на рынке труда.

В-третьих, будущая работа должна быть в радость, а не в тягость.

Представим эти условия в виде трех окружностей – «ХОЧУ», «МОГУ», «НАДО», и посмотрим, что означает несовпадение или частичное совпадение этих окружностей.

1 вариант. Требования рынка труда, возможности и желания самого человека и требования рынка труда не пересекаются. Результат описан в известной басне И.А.Крылова «Лебедь, рак и щука». Можно только пожалеть человека, который хочет делать то, чего делать не может в ситуации, когда это никому не надо. Кстати, таких чудачков немало – больше половины всех выпускников. Только они об этом пока не знают.

2 вариант. Требования рынка, профессиональной успешности. По мере освоения профессии могу расти возможности и желания человека пересекаются, хотя и не совпадают с требованиями рынка. Этот случай не так безнадежен, как первый, потому что можно найти компромисс между тремя условиями. Чем выше профессионализм, тем больше шансов на рынке труда.

3 вариант. Счастливое совпадение требований рынка, возможностей и желаний человека. К сожалению, самый редкий вариант, дающий возможность получать достойное вознаграждение за работу, приносящую удовольствие.

«То, что я делаю, я не назвал бы работой. Это высокое наслаждение, удовольствие, огромная радость, ни с чем не сравнимая», — писал о своей работе лауреат Нобелевской премии по физике академик Лев Ландау.

«ХОЧУ», «МОГУ», «НАДО» - это слагаемые успеха.

Интересы и склонности

*...Отец часто рассказывал сыну мифы о героях Древней Греции, читал вслух Гомера. Однажды он подарил сыну иллюстрированную "Всемирную историю для детей". Там была изображена охваченная*

огнем Троя. "Где находится этот город?" - спросил мальчик. "Никому еще не удавалось найти его, - ответил отец. "Когда я вырасту, я найду его!" - воскликнул сын.

С 14 лет он - ученик в лавке, затем - юнга на корабле. Корреспондент, бухгалтер, основатель собственного торгового дома, владелец банка. За 2,5 года он овладел английским, французским, голландским, испанским, португальским языками. Потом русским - за 6 недель! Затем шведским, польским, новогреческим. Он совершает путешествие вокруг света. Пишет книги. Становится миллионером. Внезапно в 46 лет все бросает и погружается в археологию. Дилетант занялся наукой.

Остальное похоже на чудо. Все его сбережения отданы идее. Он трудился без сна и отдыха, преодолевая невероятные препятствия: малярию, несговорчивость рабочих, недоверие ученых всего мира, считавших его, мягко говоря, чудаком. Он буквально следовал детским впечатлениям: начал копать там, где указал Гомер. Переворошил 250 тысяч кубометров земли. И сказка стала действительностью. Руки Шлимана держали сокровища царей, четыре тысячи лет пролежавшие в земле.

Известны случаи, когда интересы ребенка шли вразрез с планами родителей.

«У тебя на уме только стрельба, возня с собаками и ловля крыс, ты будешь позором для всей семьи», — стыдил мистер Дарвин своего сына Чарльза.

Большинство великих людей — ученых, писателей, композиторов, художников — уже в детском возрасте проявляли интересы и склонности к занятиям наукой, литературой, музыкой, изобразительным искусством. Но интерес этот возникал не на пустом месте. На формирование интересов влияет окружающая среда, воспитание и образование. У каждого человека есть своя «программа», которую психологи называют жизненным сценарием. Сценарий складывается еще в раннем детстве в основном под влиянием родителей.

Как управлять своими интересами и склонностями

Вспомним страницы романа Марка Твена «Приключения Тома Сойера».

... Том вышел на улицу с ведром известки и длинной кистью. Он окинул взглядом забор, и радость в одно мгновение улетела у него из души. Тридцать ярдов деревянного забора в девять футов вышины! Жизнь показалась ему бессмыслицей, существование - тяжелою ношей... И вдруг в эту черную минуту отчаяния на Тома снизошло вдохновение! Именно вдохновение - блестящая, гениальная мысль.

Он взял кисть и спокойно принялся за работу. Вот вдали показался тот самый мальчишка, насмешек которого он боялся больше всего.

- Что, брат, заставляют работать?

Том круто повернулся к нему:

- А, это ты, Бен! А я и не заметил.

- Слушай-ка, я иду купаться. Но тебе, конечно, нельзя, придется работать.

*Том посмотрел на него и сказал:*

*- Что ты называешь работой?*

*- А разве это не работа?*

*- Может, работа, а может, и нет. Я знаю только одно: Тому Сойеру она по душе... Разве мальчишкам каждый день достается белить заборы?... Из тысячи... даже, пожалуй, из двух тысяч мальчиков найдется только один, кто сумел бы выполнить это как следует...*

Если бы известка не кончилась, он разорил бы всех ребят этого города. Сам того не ведая, он открыл закон, управляющий поступками людей, а именно: для того, чтобы человек страстно захотел обладать какой-либо вещью, эта вещь должна достаться ему как можно труднее.

Тому удалось сделать привлекательной, по крайней мере, в восприятии товарищей, скучную, неинтересную работу. Он убедил ребят, что белить заборы – большая честь и редкое удовольствие. И самое главное, что они испытали эти чувства на самом деле.

Если влиять на интересы других людей можно, то управлять своими собственными интересами просто необходимо. Для это нужно соблюдать следующие условия:

**добровольность** — цели, поставленные перед собой самим человеком, достигаются легче, чем цели, навязанные другими;

**постепенность** — следует дозировать усилия, увеличивая их постепенно;

**положительные эмоции** — “усилие на грани приятного” — заниматься до тех пор, пока дело в радость, а не в тягость.

Интерес формируется в реальном деле — пока не попробуешь, не поймешь, твое это или нет. Поэтому постарайтесь попробовать себя в разных видах деятельности — спорте, литературе, искусстве, науке – в том объеме и на том уровне, на каком это возможно в школьных кружках и секциях, музыкальных школах и т.п.

Следующее необходимое условие правильного выбора профессии – учет своих профессиональных возможностей, то есть способностей.

### **Способности и профессиональная пригодность**

Каждый человек от рождения имеет особенности строения тела, органов чувств и мозга. Эти особенности еще называют “задатками”, то есть заранее данными от природы качествами. К задаткам относят силу, уравновешенность и подвижность нервных процессов, скорость и точность реакции, врожденные особенности зрения и слуха.

Хорошая память и внимание могут быть даны человеку от природы, но их можно и развить специальными упражнениями. На основании одних и тех же задатков возникают различные способности. Способности — это индивидуально-психологические особенности человека.

Темперамент оказывает некоторое влияние на стратегию поведения. Меланхолик страдает от одной мысли, что надо принимать решение. Холерик делает выбор под влиянием настроения. Флегматик думает слишком долго. Сангвиник принимает решение легко и непринужденно. Выбирая профессию, учитывайте особенности своего темперамента.

В будничных радостях и горестях жизни нужно быть сангвиником, в важных событиях жизни - меланхоликом, относительно влечений, глубоко затрагивающих наши интересы, - холериком, в исполнении своих решений - флегматиком.

*Когда юный Моцарт в семилетнем возрасте давал концерты во Франкюрте-на-Майне, к нему подошел мальчик лет четырнадцати.*

*- Как замечательно ты играешь! Мне никогда так не научиться.*

*- Отчего же? Ты ведь совсем большой. Попробуй, а если не получится, начни писать ноты.*

*- Да я пишу... Стихи ...*

*- Это ведь тоже интересно. Писать хорошие стихи, вероятно, еще труднее, чем сочинять музыку.*

*- Отчего же, совсем легко. Ты попробуй ...*

*Собеседником Моцарта был Гете...*

Если у человека есть способности, например, литературные или музыкальные, это не значит, что он может расслабиться и ждать, когда к нему придет слава. Человек, не наделенный от природы, выдающимися способностями, может догнать и обогнать баловня природы благодаря упорным занятиям. Человек с прекрасными физическими данными, богатырским здоровьем и молниеносной реакцией может проиграть слабому сопернику, если будет пропускать тренировки и нарушать спортивный режим. Многие щедро одаренные от природы спортсмены, артисты, писатели бесславно закончили свой земной путь, потому что остановились в профессиональном развитии, переоценив свои способности.

Каждому человеку свойственны определенные способности. По тому, насколько они соответствуют требованиям, предъявляемым конкретной профессией к человеку, обычно и судят о его профессиональной пригодности.

Требования профессии называют еще профессионально важными качествами.

Работа врача, учителя, продавца требует от человека доброжелательности, отзывчивости, умения контролировать свои эмоции. Для диспетчера или оператора профессионально важными качествами являются хорошее внимание, умение работать с разнородной информацией и оперативно принимать решение. Оперативный работник, сотрудник МЧС, пожарный должны быть эмоционально устойчивыми и хладнокровными, обладать мгновенной реакцией, силой и выносливостью. Недостаток этих качеств может стоить им здоровья или жизни.

Как быть, если у человека нет всех способностей, необходимых для избранной профессии? В этом случае возможны два пути: или изменить выбор, или компенсировать недостающие или слабовыраженные способности полезными привычками и эффективными приемами организации труда. Забывчивость можно компенсировать систематическим ведением различных записей, медлительность – тщательностью выполнения работы, слабость пространственного и образного мышления – использованием макетов и наглядных пособий.

Но есть универсальные качества, например, порядочность и ответственность, которые ничем нельзя компенсировать. Непорядочный или безответственный человек на своем рабочем месте способен создать много проблем, и чем выше его должность, тем он опаснее для окружающих.

В подростковом возрасте идет интенсивное развитие общих и специальных способностей. В этом возрасте активно формируются и развиваются межличностные коммуникативные способности, включающие умение вступать в контакт с людьми, добиваться их расположения и взаимопонимания, достигать поставленных целей. Это возраст повышенной интеллектуальной активности. Именно в старшем школьном возрасте, когда осуществляется формирование профессиональных планов и происходит личностное самоопределение, необходимо знать и правильно оценивать свои способности и возможности, соотносить их с успешностью будущей деятельности и выбираемой профессии.

Ясность, гибкость, оригинальность и острота мышления, настойчивость, дисциплинированность, уверенность и самообладание формируются и развиваются в молодом возрасте. Наличие этих качеств и обеспечивает способность к труду.

*Бывают люди, похожие на нули:  
им всегда необходимо, чтобы  
впереди них были цифры.*

*Оноре де Бальзак, французский писатель*

По данным социологических исследований, примерно половина людей, стоящих перед выбором профессии, собирается управлять другими людьми или финансами и планирует стать менеджером, предпринимателем или просто руководителем. Хотя мировой опыт свидетельствует, что только 5-7% трудоспособного населения имеет необходимые склонности и способности к такого рода деятельности.

Высший уровень профессиональной пригодности называют призванием. Это не только абсолютное совпадение требований профессии и личностных, физиологических, интеллектуальных особенностей человека, но и ярко выраженный интерес к этому виду деятельности, граничащий с любовью.

*Находясь на гастролях в Риге, Леонид Утесов зашел к местному портному. «Мне нужно два костюма. Только быстро, по-стахановски, чтобы первый был готов через неделю!» «Я ваших стахановских методов не знаю, - отвечал портной, - приходите через три дня и забирайте оба!». Утесов опешил от такой дерзости. «Вы, наверное, не поняли. Мне нужны очень хорошие костюмы. Как тот, который на мне». Портной презрительно осмотрел костюм и спросил: «Кто вам его шил?» «Его шил сам Затирка (знаменитый портной – прим.)» – гордо отвечал артист. «Я не спрашиваю, как его фамилия, я спрашиваю, кто он по профессии?» – парировал портной. Утесов был в восторге от остроумия портного. А через три дня – от новых костюмов.*

Творцов, мастеров своего дела во все времена были единицы, и ценились они на весь золота. Если кому-то кажется, что этот уровень для него недоступен, не стоит опускать руки: во-первых, вы только в

самом начале профессионального пути, во-вторых, вы еще не знаете, на что вы способны, а в-третьих, выдающихся успехов эти люди добились тоже не сразу.

Обычный человек использует только 10% своих физических и умственных способностей. Разница между той долей способностей, которую он использует, и той, которая действительно имеется в его распоряжении, – это разница между тем, что он есть, и тем, кем он может быть.

Итак, «Могу» – значит, обладаю ресурсами, необходимыми для того, чтобы стать профессионалом. Это, прежде всего способности и профессионально важные качества.

Что скрывается за энергичным словом «Надо»?

Рынок труда, или рынок рабочей силы – это система социально-экономических взаимоотношений между работодателями и теми, кто ищет работу. В этом смысле человека, ищущего работу, можно считать продавцом, потому что он предлагает себя как профессионала тому, кто готов платить за его работу. Работодателя в этой ситуации можно рассматривать как покупателя, выбирающего подходящего специалиста для ведения производственной, коммерческой или иной деятельности. Эти отношения равноправны, хотя каждая сторона преследует свои цели. Если цели совпадают, то есть работа устраивает специалиста, а специалист – работодателя, то в результате выигрывают обе стороны.

Идеальный вариант – число специалистов, предлагающих свои услуги, равно числу требуемых специалистов. Такая ситуация называется рыночным равновесием.

Спрос на профессии постоянно меняется, его трудно прогнозировать. Век некоторых профессий недолог – 5-15 лет. Затем они умирают или изменяются. Поэтому ценность специалиста возрастает, если он владеет несколькими смежными профессиями.

Динамичный и непредсказуемый современный рынок труда требует от молодого специалиста не только профессионализма, но и умения ориентироваться в разных сферах деятельности и адаптироваться к меняющимся условиям.

Юная англичанка по имени Маргарет решила стать химиком, закончила Оксфордский университет и даже устроилась на завод по изготовлению пластмасс. Но вскоре поняла, что ошиблась в выборе профессии, и круто изменила свою жизнь. Не став великим химиком, Маргарет Тетчер стала великим политиком.

*Для того чтобы люди находили счастье  
в своей работе, необходимы три условия:  
работа должна быть им по силам,  
она не должна быть изнуряющей,  
и ей, обязательно, должен сопутствовать успех.*

*Дж. Рескин, английский писатель*

Потребность в труде для нормального человека так же естественна, как потребность в питании и отдыхе. Непосильная работа или безделье так же вредны для здоровья, как избыток или дефицит сна и пищи. Болезнь может спровоцировать и нелюбимая работа.

**Десять шагов уверенности в себе**

Признайтесь себе в своих сильных и слабых сторонах и соответственно сформулируйте, чего вы хотите от жизни.

Никогда не говорите о себе плохо, за вас это сделают другие.

Позвольте себе расслабиться, прислушаться к своим мыслям, заняться тем, что вам по душе.

Ваши друзья и близкие тоже испытывают неуверенность. Постарайтесь им помочь.

Наметьте для себя две-три главные цели в жизни.

Подумайте, какие промежуточные цели необходимо достичь для достижения главных целей.

Решите, что необходимо предпринять для их достижения, и выполняйте свое решение.

Радуйтесь каждому своему успеху на пути к этим целям, хвалите себя.

Помните, что вы – воплощение надежд ваших родителей, вы – образ и подобие Бога, вы – творец своей жизни.

Если вы уверены в себе, то препятствие станет для вас вызовом, а вызов побуждает к действиям.

Настоящий профессионал бережно относится к своему инструменту, будь то компьютер, скальпель, фотоаппарат или станок. Наш организм – больше, чем инструмент. И самое главное, он дается нам один раз на всю жизнь. Ваше здоровье – этот один из факторов успешной профессиональной карьеры.

**II. Подведение итогов. Индивидуальное задание.**

Займись чем-нибудь, что тебе приносит удовольствие, а потом найди кого-нибудь, кто готов тебе за это платить.



Заполните круги слагаемых успеха, в соответствии с вашими индивидуальными и личностными характеристиками и знаниями. Проанализируйте результат.

### ЗАНЯТИЕ 3 ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫЕ КАЧЕСТВА

**Цель:** знакомство учащихся с профессионально важными качествами различных типов профессий; развитие навыков самопознания и рефлексии; создание условий для развития познавательного интереса к выбираемой профессии; формирование представлений о требованиях профессий различного типа к человеку и соотнесение их с собственными личностными качествами, способностями и мотивами.

#### Ход занятия

*Компетентных людей на всех не хватает,  
вот и приходится иметь дело  
с некомпетентными адвокатами и докторами.*

*Б. Шоу*

Не только человек выбирает профессию. Любая профессиональная деятельность отбирает людей, обладающих набором черт качеств, необходимых для успешности этой деятельности. Эти качества называются профессионально важными. Работа врача, учителя, продавца требует от человека доброжелательности, отзывчивости, умения контролировать свои эмоции. Для диспетчера или оператора профессионально важными качествами являются хорошее внимание, умение работать с разнородной информацией и оперативно принимать решение. Оперативный работник, сотрудник МЧС, пожарный должны быть эмоционально устойчивыми и хладнокровными, обладать мгновенной реакцией, силой и выносливостью. Недостаток этих качеств может стоить им здоровья или жизни.

#### Работа в микрогруппах

Заполните таблицу в группах.

	<b>Черты характера</b>	<b>Особенности мышления</b>	<b>Свойства нервной системы</b>
<b>Реалистический</b>			
<b>Интеллектуальный</b>			
<b>Социальный</b>			
<b>Офисный</b>			
<b>Предпринимательский</b>			
<b>Артистический</b>			

Если вы уверены, что обладаете какими-то из перечисленных качеств, подчеркните их.

**Игра «Молчание – знак согласия»**

Один ученик выходит из класса, а в это время остальные придумывают профессию, которую он должен отгадать, перечисляя необходимые для нее профессионально важные качества. Учащиеся молчат, если качество названо правильно, и хором говорят «нет», если это качество не является профессионально важным для данной профессии. После того, как профессия будет отгадана, за дверь выходит другой ученик. Выигрывает тот, кому для решения задачи потребуется наименьшее число вопросов.

Хорошо, если интерес к профессии сочетается с набором качеств, профессионально важных для этой профессии. А если этих качеств нет? Если профессиональный интерес слабый или неустойчивый, лучше изменить свой выбор: «Не получится из меня хорошего артиста – не больно и хотелось, пойду в юристы!»

*...Однажды к Герою Советского Союза летчику-испытателю М.М. Громову обратился молодой человек с просьбой принять его. «Мне хочется стать таким же отличным летчиком, как Вы», – объяснил он. Громов назначил встречу. Юноша явился с опозданием, объяснив, что забыл завести часы. Громов долго рассказывал ему о профессии летчика, а потом назвал адрес учреждения, куда нужно было обратиться. Юноша лихорадочно стал ощупывать карманы в поисках ручки или карандаша. «Вы всегда носите карандаш в одном и том же кармане?» – спросил Громов. Юноша не знал, что ответить. Адрес он записал небрежно и вспыхнул, когда ему сделали замечание. «Когда он ушел, – пишет Громов, – я невольно подумал, насколько не подготовлен он к избранной профессии. Достаточно было непродолжительного общения, чтобы заметить уже укоренившиеся недостатки в нем, которые в авиационной профессии могут сыграть плохую роль. Юноша неточен, небрежен, неорганизован, у него плохая память, он не умеет владеть собой».*

А вот как описывает требования к летной профессии академик В.А. Пономаренко, автор концепции «человеческого фактора в авиации»:

*«Начиная с перехода на последние модификации самолетов, от человека летящего потребовалось сохранение духа и резкое наращивание ума... В авиации учеба – это нравственная ценность, ибо она – залог сохранения жизни... Хотя в авиацию, несмотря ни на что, приходили одержимые духом, но он отнюдь не был эквивалентом глубины интеллекта, с помощью которого надо было формировать новый уровень летных способностей... И в данном случае речь идет не о масштабе, а о специфике ума. Ум – это качество психики видеть и чувствовать то, что в будущем окажется главным. Ум летчика – видеть за горизонтом».*

Если человек не может отказаться от своей мечты, то в его силах развить необходимые качества или компенсировать их отсутствие полезными привычками и эффективными приемами организации труда.

Справиться с забывчивостью помогает систематическое ведение различных записей, преодолеть страх высоты – сила воли и самообладание, слабость пространственного и образного мышления – использование макетов и наглядных пособий. Например, отсутствие выраженных аналитических способностей юрист может компенсировать усидчивостью, высокой работоспособностью. Но есть качества, отсутствие которых ничем нельзя компенсировать, например, порядочность, ответственность, трудолюбие. Непорядочный, ленивый или безответственный человек на своем рабочем месте способен создать много проблем, и чем ответственнее его работа, тем он опаснее для окружающих.

*Известный писатель-фантаст Р.Шекли описывает порядки на планете Транай: «Все должностные лица носили на груди медальон – знак почета и власти. Если сумма претензий к этому лицу превышала некоторый порог, медальон взрывался, и хозяин его погибал. О землянах транайцы рассуждали так: "Вы хотите обладать властью при условии, что она не влечет за собой никакой ответственности и никакого риска. Неправильное отношение..."»*

**Нравится ли вам этот закон?**

**Как изменилась бы наша жизнь, если бы все должностные лица в нашей стране носили подобный медальон?**

Бывает так, что человек достигает профессионального успеха вопреки, казалось бы, непреодолимым обстоятельствам. Бетховен был глухим, Мильтон слепым, но они бессмертны, потому что они умели не только мечтать, но и претворять свои мечты в жизнь.

*Только один человек сохранял спокойствие в аудитории Академии педагогических наук. Это была невысокая женщина в строгом черном костюме. А между тем именно из-за нее и пришли сюда профессора, педагоги, врачи... Спокойным, ровным голосом говорит Ольга Скороходова о своей работе, которая представлена на соискание ученой степени кандидата педагогических наук. Быстро отвечает на вопросы. Даже не верится, что это человек, лишенный зрения и слуха. Только внимательно присмотревшись, можно заметить, что Ольга Ивановна правой рукой быстро водит по наколотой (по системе Брайля) бумаге и время от времени дотрагивается до горла, проверяя, говорит ли она. Она не слышит ни звука, а вопросы ей через руку специальной азбукой передает переводчик. В качестве диссертации Скороходова защищала свою ставшую широко известной книгу «Как я воспринимаю и представляю окружающий мир». Перед ученым советом лежали чешское, китайское, румынское, немецкое издания. Книга Скороходовой не развивала, не продолжала – она создавала науку. А ее автором был человек, который завоевал свое место в жизни, победив мрак и безмолвие.*

**Подведение итогов. Индивидуальное задание.**

Перечислите универсальные черты характера, отличающие успешного специалиста в любой области. Какими из них вы обладаете?

## ЗАНЯТИЕ 4 ПРОФЕССИЯ И ЗДОРОВЬЕ

**Цель:** определение взаимосвязи между выбором профессии и здоровьем человека; соотношение состояние здоровья с требованием конкретной профессии; закрепление представления о смысле и значении труда в жизни человека и общества; расширение и закрепление словаря по теме, активизация речевой и мыслительной деятельности воспитанников на занятии.

*Чтобы люди находили счастье в своей работе, необходимы три условия: работа должна быть им по силам, она не должна быть изнуряющей, и ей должен сопутствовать успех.*

*Дж. Рескин*

Потребность в труде для нормального человека так же естественна, как потребность в питании и отдыхе. Непосильная работа или безделье так же вредны для здоровья, как избыток или дефицит сна и пищи. Болезнь может спровоцировать и нелюбимая работа.

Несмотря на все достижения цивилизации, врачи отмечают рост числа психосоматических заболеваний: расстройства сердечно-сосудистой системы, поражения желудочно-кишечного тракта, неврозы, психозы и т. д. Очень часто эти заболевания профессионально обусловлены. Предприниматели, менеджеры, администраторы, руководители наиболее часто испытывают стрессовые ситуации, вызванные необходимостью принимать решения и брать ответственность на себя, обострением конкуренции и боязнью потерять свой статус. В последние годы резко возросло число менеджеров. Профессия стала модной. И сразу появился новый диагноз – «синдром менеджера». Его симптомы – хроническая усталость, снижения иммунитета, плохое настроение, рассеянность, забывчивость – наблюдается у ответственных людей, которые занимаются не своим делом. Их организм таким образом сигнализирует, что надо снизить нагрузки. Если человек не прислушивается к этим сигналам, его ждут серьезные проблемы со здоровьем.

Особую группу риска составляют люди с завышенным уровнем притязания — те, которые стремятся занять место, не соответствующее их возможностям.

Практически все профессии предъявляют свои требования к здоровью человека. Условно все эти требования можно разделить на четыре группы:

**двигательные:** координация движений, сила и мышечная выносливость;

**анализаторные:** зрение, слух, обоняние, осязание, вкус;

**нервно-психические:** сила, подвижность, уравновешенность нервной системы;

**интеллектуальные:** свойства мышления, внимания и памяти.

Одни профессии предъявляют повышенные требования к здоровью человека, потому что могут быть связаны со значительным

напряжением зрения (оператор, часовщик, ювелир), длительным стоянием на ногах (продавец, зубной врач, парикмахер), высоким нервно-психическим напряжением (учитель, администратор). Другие профессии требуют специального отбора (профотбора), который включает определение годности кандидата по состоянию здоровья, на основе социально-психологического и психофизиологического изучения личности кандидата. Профотбор абитуриентов проводят многие военные учебные заведения, учреждения МЧС, ФСБ и других федеральных служб.

По условиям труда врачи делят профессии на четыре группы:  
бытовые условия;

умеренное или непостоянное неблагоприятное воздействие;

одновременное воздействие нескольких неблагоприятных факторов;

тяжелые и вредные условия труда.

Выбирая профессию, надо задуматься, как она повлияет на здоровье: не вызовет ли обострение имеющихся хронических заболеваний или возникновение новых?

#### Медицинские ограничения профессиональной пригодности

Отметьте факторы, которые могут ограничить ваш профессиональный выбор.

Если вы имеете эти заболевания,	то вам противопоказаны следующие условия работы
<b>Органов дыхания</b>	Неблагоприятный микроклимат, загазованность, запыленность, контакт с токсическими веществами, значительное физическое напряжение.
<b>Сердечно-сосудистой системы</b>	Значительное физическое напряжение, неблагоприятный микроклимат, контакт с токсическими веществами, работа на высоте у движущихся механизмов.
<b>Органов зрения</b>	Работа с мелкими деталями, значительное физическое напряжение, запыленность.
<b>Нервной системы</b>	Нервно-эмоциональное напряжение, шум и вибрация, неблагоприятный микроклимат, контакт с токсическими веществами.
<b>Опорно-двигательного аппарата</b>	Статичная рабочая поза, значительное физическое напряжение (подъем и перенос тяжестей), работа на высоте у движущихся механизмов.
<b>Органов пищеварения</b>	Контакт с токсическими веществами, значительное физическое и нервное напряжение, рабочая поза, связанная с

	напряжением мышц живота, с нарушением режима питания.
<b>Почек и мочевых путей</b>	Неблагоприятный микроклимат, контакт с токсическими веществами, вынужденная рабочая поза, работа, связанная с нарушением режима питания.

Проблемы со здоровьем могут осложнить профессиональную деятельность, но и нелюбимая работа может привести человека к нервному срыву, заболеваниям психосоматического характера, потере интереса к жизни, если, конечно, у человека нет других ценностей, кроме карьеры и материального благополучия.

А вот любимая работа по силам сохраняет и укрепляет здоровье.

*Немецкие медики обратили внимание на странное явление: эпидемия гриппа, которая охватывает население в декабре, не затрагивает почтальонов. Почему? Да потому что им некогда болеть: накануне Рождества и Нового года почта едва справляется с потоком поздравительных писем и телеграмм.*

Поведение человека может быть направлено или на саморазрушение, или на самосохранение. Многие ученые отмечали связь между здоровьем человека и его эмоциями и характером. Зависть, гнев и раздражение уносят жизни больше, чем эпидемии. Остатки здоровья отнимают вредные привычки: алкоголизм, курение, лень и обжорство, свойственные людям слабым и безвольным. Привычки формируются в детстве, поэтому в старшем возрасте нужны значительные усилия, чтобы избавиться от тех, которые будут мешать всю жизнь, и сформировать те, которые помогут сохранить здоровье и достичь успеха. Оценить состояние своего здоровья вам поможет следующая методика.

### Мое здоровье

Прочитайте утверждения и подумайте, насколько они похожи на ваши собственные ощущения.

1. Утром мне трудно встать вовремя, я не чувствую себя бодрым.
2. Мне трудно сосредоточиться, когда я принимаюсь за работу.
3. Когда меня что-то расстроило, или когда я чего-то боюсь, то в животе возникает неприятное чувство.
4. Утром я ограничиваюсь лишь чашкой чая или кофе.
5. Я часто мерзну.
6. Когда приходится долго стоять, мне хочется облокотиться на что-нибудь.
7. При резком наклоне у меня кружится голова или темнеет в глазах.
8. Мне становится не по себе, если я нахожусь на большой высоте или в закрытом помещении.
9. У меня часто бывают головные боли.
10. Когда мне надо сосредоточиться, то я могу покачивать ногой, грызть ногти, что-то рисовать и т. п.

11. Обычно я пользуюсь лифтом, потому что мне трудно подниматься по лестнице.

12. При публичном выступлении у меня учащается сердцебиение, перехватывает горло, потеют руки.

13. При неподвижном сидении на одном месте меня одолевает сон.

14. Я знаю, что такое «покраснеть до корней волос».

15. Некоторые события вызывали у меня тошноту или отсутствие аппетита.

### **Обработка и интерпретация результатов**

Чем больше «нет», тем меньше у вас поводов для беспокойства о своем здоровье. Больше половины положительных ответов — сигнал неблагополучия. Обратите внимание на свой образ жизни, режим труда и отдыха.

Если больше чем в десяти утверждениях говорится о знакомых вам ощущениях, уделите внимание своему самочувствию. Если вы намерены выбрать работу, связанную с хроническими нервно-эмоциональными и физическими нагрузками, проконсультируйтесь с врачом.

### **Десять шагов уверенности в себе**

1. Признайтесь себе в своих сильных и слабых сторонах и соответственно сформулируйте, чего вы хотите от жизни.

2. Никогда не говорите о себе плохо, за вас это сделают другие.

3. Позвольте себе расслабиться, прислушаться к своим мыслям, заняться тем, что вам по душе.

4. Ваши друзья и близкие тоже испытывают неуверенность. Постарайтесь им помочь.

5. Наметьте для себя две-три главные цели в жизни.

6. Подумайте, какие промежуточные задачи надо решить, чтобы достичь главных целей.

7. Решите, что необходимо предпринять для их достижения, и выполняйте свое решение.

8. Радуйтесь каждому своему успеху на пути к этим целям, хвалите себя.

9. Помните, что вы — воплощение надежд ваших родителей, вы — творец своей жизни.

10. Если вы уверены в себе, то препятствие станет для вас вызовом, а вызов побуждает к действиям.

Настоящий профессионал бережно относится к своему инструменту, будь то компьютер, скальпель, фотоаппарат или станок. Наш организм — больше, чем инструмент. И самое главное, он дается нам один раз на всю жизнь. Ваше здоровье — этот один из факторов успешной профессиональной карьеры.

### **Подведение итогов**

Как вы понимаете следующие слова: *человек, которому некогда позаботиться о своем здоровье, подобен ремесленнику, которому некогда наточить свои инструменты.*

## ЗАНЯТИЕ 5 НАВЫКИ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ

**Цель:** знакомство обучающихся с основами самопрезентации; формирование умений и навыков установления контактов; развитие речевых навыков, аргументация; обучение навыкам самопрезентации, коммуникативного поведения.

### Ход занятия

*Чтобы понравиться другим, нужно говорить с ними о том, что их занимает, уклоняться от споров о предметах маловажных, редко задавать вопросы и ни в коем случае не дать им заподозрить, что можно быть умней, чем они.*

*Ф. Ларошфуко*

Многочисленные пособия учат, как произвести хорошее впечатление на собеседника, партнера, начальника. Все знают о «правиле тридцати секунд», за которые формируется отношение к человеку. Но мало кто берется учить, как сохранить это хорошее впечатление, если оно не подкреплено ни способностями, ни мотивацией. Потому что невозможно долгое время казаться не тем, кто ты есть на самом деле. Навыки самопрезентации иногда помогают получить хорошую работу, но для того, чтобы на ней закрепиться, их недостаточно.

На самом первом уроке мы говорили о самопрезентации. Что это такое? Вернитесь к самому первому заданию в вашей тетради и прочитайте свои ответы. Вы хотели бы что-нибудь изменить в них?

С помощью невербальных средств общения — мимики, жестов, телодвижений — передается от 60 до 80% информации. Если учесть, что оставшиеся 20-40% передаются со значительными искажениями и потерями, можно только удивляться, как еще нам иногда удается понимать друг друга.

Коснемся некоторых важных моментов самопрезентации.

Элегантная походка, правильная осанка, изящные жесты не просто доставляют эстетическое наслаждение, но и вызывают чувство доверия и симпатии. Очень редко человек наделен грациозностью от природы. Чаще всего эти качества приобретаются ценой немалых усилий. Конечно, большую помощь в совершенствовании движений могут оказать занятия спортом, танцами. Но многое зависит и от внутреннего состояния человека: по осанке и походке всегда можно понять настроение человека. Психологи считают, что между внутренним состоянием человека и его внешними проявлениями существует двусторонняя связь. Тело сигнализирует об эмоциональном состоянии человека. Но и телесные проявления могут влиять на эмоции. Улучшить настроение можно, вспомнив, какие ощущения вы испытывали в момент радости, эмоционального подъема.

Все сказанное относится и к мимике. С помощью мимики можно не только выражать свои чувства, но и управлять ими. На лице, пластичном и подвижном в молодости, с годами появляются следы

характерных эмоций — так называемые мимические морщины. Лоб гневливого человека прорезает вертикальная складка, рот унылого становится похожим на висячий замок, и только лицо веселого, доброго человека с годами не теряет своей привлекательности.

*Французский ученый Дюшен еще в XIX веке пришел к выводу, что в появлении улыбки могут участвовать две группы лицевых мышц: большая скуловая мышца, поднимающая губы, и круговые мышцы глаза, подтягивающие кожу к глазам. Если задействованы обе группы мышц, значит, радость человека неподдельна, а улыбка — искренна. Ее так и называют — «улыбка Дюшена». Если улыбка искусственная, то круговые мышцы глаз не работают: человек улыбается одним ртом. Такую улыбку называют социальной, или маскировочной.*

Большинство деловых людей считают необходимым начинать общение с улыбки. Однако нередко маскировочная улыбка вызывает обратный эффект.

У каждого народа улыбка несет разную информационную нагрузку. Если для американца постоянная улыбка привычна, а громкий смех допустим, поскольку «работает» на создание имиджа здорового и преуспевающего человека, то в русской традиции постоянная улыбка на лице собеседника, тем более смех без причины — «признак дурачины».

Также специфична и дистанция общения, которую необходимо соблюдать для успешного взаимодействия. Ее диапазон — от 30 см у южных народов до 80 см у северных. Нарушение дистанции может рассматриваться как вторжение в личное пространство, осложняя переговоры, а увеличение дистанции — как проявление высокомерия.

#### **Тренинг «Личное пространство». Работа в парах**

Два человека выходят и становятся лицом друг к другу на расстоянии 3–4 метров. Затем один начинает медленно приближаться к другому. Стоящий неподвижно должен сказать «стоп», когда почувствует, что другой вторгается в его личное пространство. Ученые установили: чем агрессивней человек, тем больше его личное пространство.

«Вторая кожа» — так модельеры называют одежду. К одежде делового человека предъявляются довольно жесткие требования. Платья, свитера, трикотажные кофты — все это прекрасно дома или на прогулке, но для деловой одежды неприемлемо. Покрой и цвет костюма выбирают с учетом фигуры, комплекции, цвета волос, возраста, рода занятий. Для делового костюма наиболее подходящими цветами являются оттенки темно-синего, темно-зеленого, серого, бордо. Блузку или рубашку подбирают в тон костюму или по контрасту. Ювелирные украшения и бижутерию принято носить после 19 часов. Они будут очень хороши с вечерним платьем, а в деловой одежде неуместны. Исключение — обручальное кольцо.

Туфли и сумка непременно должны сочетаться друг с другом и с костюмом. Деловая женщина не должна надевать туфли на босую ногу. В деловой одежде недопустимы просвечивающие ткани, глубокие вырезы и короткие рукава. Длина юбки подбирается индивидуально с учетом пропорций фигуры, однако не должна быть ни слишком

длинной, ни слишком короткой. Деловой стиль диктует требования и к верхней одежде: длинное пальто уместнее, чем куртка.

Все сказанное не относится к одежде представителей «свободных» профессий: художников, музыкантов, писателей, артистов, спортсменов. И вообще, главное — одеваться соответственно месту, времени, возрасту и статусу. Нередко человеку отказывают в приеме на работу только из-за того, что на нем вызывающе дорогой костюм или часы. А он, бедолага, взял их напрокат.

*Один индийский астроном отправился на международную конференцию. Ученый сделал доклад о своем открытии и был удивлен недоверием коллег. Через три года астроном прочитал с большим успехом тот же самый доклад перед той же аудиторией. Вся разница была в том, что первый раз индус выступал в своей национальной одежде, а второй раз — во фраке.*

Несколько слов о моде. Чем бесполезнее вещь, тем активнее ее вам навязывают. В сознание успешно внедряется стереотип: модно — значит, стильно и красиво. Против манипуляции такого рода может устоять только человек с развитым эстетическим вкусом.

Безупречный внешний вид — это только половина успеха. Некоторые известные люди производят хорошее впечатление только до тех пор, пока не раскроют рот. Речь человека — это визитная карточка, которая всегда с собой.

Грамотная речь — один из компонентов профессиональной компетенции руководителей всех уровней, политиков, преподавателей, юристов, работников радио и телевидения, менеджеров, дипломатов, определяющий их конкурентоспособность на рынке труда. Для общения в целом, в том числе и для делового общения, важно соблюдение норм литературного языка. Незнание и непонимание языковых норм деловой речи может отрицательно сказаться на продвижении по службе. Поэтому так высоко ценятся специалисты, способные грамотно и точно выражать свои мысли в устной и письменной речи.

Несмотря на то, что в начале XXI века изменились формы и содержание делового общения, нормы русского языка со времен Пушкина и Гоголя остались прежними. Правда, в России стало меньше людей, в совершенстве владеющих русским языком. Если раньше речь дикторов радио и телевидения считалась эталоном, то теперь на всю страну транслируется безграмотная, неряшливая речь, а пассажи государственных чиновников и политиков без конца цитируют юмористы. Речь неразрывно связана с мышлением, а речевые ошибки нередко являются следствием дезорганизации мышления.

### **Задание «Работа над ошибками»**

Прочитайте задания и выполните их самостоятельно.

Одна из распространенных ошибок — неумение различать *паронимы*, то есть слова, близкие по звучанию, но разные по значению. Причина неуместного употребления этих слов — бедный словарный запас и недостаточная эрудиция. Ниже приведены примеры паронимов. Почувствуйте разницу между этими словами и составьте с ними словосочетания:

Представить	Предоставить
Освоить	Усвоить
Командировочный	Командированный
Договор	Договоренность
Значение	Значимость

При затруднении уточните значение слов-паронимов по толковому словарю.

Другая речевая ошибка — неудачный выбор *синонимов*, то есть слов, близких по смыслу. Например: дефект – недостаток, ритуал – церемония, результаты – итоги.

В следующих предложениях замените выделенные слова более удачными синонимами:

*Подведем результаты встречи. Недостатки конструкции обнаружили при первом испытании. Во время ритуала открытия памятника прогремел взрыв. В выступлении было много дефектов.*

Нарушением норм речи является наличие в тексте *плеоназмов* — нескольких близких по смыслу и потому лишних слов, например: *совместное сотрудничество* (если сотрудничество, ясно, что не порознь); *биография жизни* (в переводе означает жизнеописание); *реальная действительность* (если нереальная, значит, это не действительность); *коллега по работе* (коллега — означает сотрудник); *свободная вакансия* (вакансия — свободное место); *в августе месяце* (ясно, что август — это месяц, а не день недели); *ведущий лидер* (лидер и есть ведущий). Чаще всего эти ошибки допускают люди, смутно представляющие себе значения иностранных слов.

В следующем предложении плеоназмы встречаются пять раз. Найдите и уберите их. *В конечном итоге ведущий лидер партии призвал коллег по работе к совместному сотрудничеству и рассказал о перспективах на будущее.*

Повторение внутри предложения или в соседних предложениях одного и того же слова или однокоренных слов делает фразу неблагозвучной и затрудняет ее восприятие. Такой речевой недостаток называется тавтология. К этой же группе изъянов можно отнести многословия, или речевую избыточность.

В деловой речи широко используются устойчивые словосочетания (нанести визит, принять меры, играть роль, иметь значение, представлять интерес, довести до сведения, отдавать себе отчет и т. д.). Однако не все слова сочетаются друг с другом. Так, нередко можно слышать: «это не играет значения» вместо «не имеет значения» или «имеет роль» вместо «играет роль».

Составьте словосочетания, используя глаголы из первой колонки и подходящие по смыслу существительные из правой колонки:

Играть	Решение
Оказать	Внимание
Принять	Попытка
Оплатить	Недочеты
Уделить	Проезд
Предпринять	Ошибки
Исправить	Меры
Устранить	Роль
Обосновать	Влияние

И наконец, несколько слов о неоправданном использовании иноязычных слов. Русский язык, как и любой другой, содержит огромное количество заимствованных слов. Эти слова пришли в наш язык так давно, что уже воспринимаются как родные, например: диван, пальто, альбом, шоссе, аудитория, лекция и т.д. Мертвый латинский язык дал жизнь многочисленной группе романских языков и обогатил все остальные, немецкий язык одарил другие языки военной лексикой, итальянский — музыкальной и поэтической терминологией. Сейчас идет иной процесс: в русский язык активно проникают иностранные слова, вытесняющие русские. Речь идет не о замене общепринятых терминов типа «спикер» словом «говорун», а о неоправданном заимствовании иностранных слов, нередко искажающих смысл традиционных понятий. Замените неоправданно использованные заимствованные слова. *Срок действия договора может быть пролонгирован. Презентация книги состоится в следующую субботу. Обе стороны пришли к консенсусу.*

Впечатление от вашей речи могут испортить слова-паразиты: «как бы», «типа», «на самом деле», «короче», «там», «вот» и т.п. Они сигнализируют о вашей неуверенности и несобранности.

Существует прямая зависимость между социальным статусом человека и его словарным запасом: чем выше социальное положение человека, тем выше уровень речевого общения.

### Резюме

Не всем приходится выступать на совещаниях и конференциях, но каждый человек, заинтересованный в успешной профессиональной карьере, должен уметь правильно составить резюме. Резюме — первый шаг к успешной карьере. Но он может оказаться последним, если ваше резюме составлено безграмотно и неаккуратно, а содержащаяся в нем информация в лучшем случае может позабавить менеджера по персоналу вожделенной компании.

#### Рассмотрим обязательные компоненты резюме.

Фамилия, имя и отчество пишутся по центру вверху крупными буквами (размер шрифта — 18-20).

Контактная информация: средства связи, по которым с вами можно быстро и оперативно связаться.

Цель: должность, на которую вы претендуете, или работа, которую хотите получить.

Образование: учебные заведения, курсы повышения квалификации, семинары, стажировки, расположенные в обратном хронологическом порядке или по значимости.

Опыт работы: период занятости (месяц, год), название и статус организации, ваша должность, результаты и достижения.

Дополнительная информация: знание языков, наличие водительских прав, различные знания и умения, которые окажутся важными для будущей работы.

Личные данные. Краткое описание любимых занятий, интересов, а также личностных и деловых качеств.

Оптимальный объем резюме — страница печатного текста (размер шрифта – 12-14).

Обратите внимание на качество бумаги и печати.

Иногда вам могут предложить ответить на вопросы анкеты, которая содержит не только стандартные вопросы о вашем образовании и опыте работы, но и вопросы, которые, на ваш взгляд, не имеют никакого отношения к будущей работе. Обычно эти анкеты разрабатывают специалисты, поэтому каждый вопрос имеет свой подтекст.

Например, информация о ваших любимых занятиях помогает соотнести ваши интересы с интересами организации. Например, любовь к классической музыке, коллекционирование бабочек или календариков могут оказаться неочевидными, например, в частном охранном предприятии. Не стоит увлекаться перечислением ваших внепрофессиональных интересов, иначе у работодателя может возникнуть справедливый вопрос: «А когда эта многогранная личность собирается работать?» Не бойтесь подвоха и не старайтесь выглядеть лучше, чем вы есть на самом деле. Помните, что работодатель так же заинтересован в подборе хорошего сотрудника, как и вы в поиске работы. Поэтому лучшая стратегия — честность и объективность.

### **Индивидуальное задание**

Представьте, что осуществились ваши самые смелые мечты — вы получили профессиональное образование, овладели любимой профессией и решили осчастливить некую фирму, предложив ей свои услуги. Заполните анкету от имени молодого специалиста, заинтересованного в получении работы. Отнеситесь к этой работе серьезно, потому что вы таким образом моделируете свое профессиональное будущее

#### ***Анкета кандидата на должность в компанию***

1. Анкетные данные (фамилия, имя, отчество, возраст, семейное положение,
2. адрес, телефон).
3. Образование (полное название учебного заведения, год окончания, название факультета, специальность по диплому).
4. Ваши дополнительные навыки и умения.
5. Ваши увлечения.

6. Назовите Ваши главные достоинства.
7. Назовите Ваши главные недостатки.
8. Ваши достижения (награды, премии, открытия, публикации и т.п.).

- 
9. Ваше профессиональное кредо (девиз).
  10. Почему Вы хотите работать в нашей компании?
  11. Какие профессиональные цели Вы ставите перед собой?
  12. На что Вы рассчитываете при достижении этих целей?
  13. Какое вознаграждение Вы хотели бы получать за свою работу?
- 

## ЗАНЯТИЕ 6 ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОФЕССИЙ И СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

**Цель:** расширение кругозора и представления учащихся о разнообразии профессий; подведение итогов факультативных занятий.

### **1 вариант презентации**

Учащимся необходимо заранее подготовить и на факультативном занятии представить презентацию профессии, которая им нравится, которую они выбрали для себя.

### **2 вариант презентации**

Учащимся необходимо подготовить сценарий рекламы одной из профессий. Продолжительность рекламы не должна превышать 5 минут. При разработке сценария требуется продумать роли, выбрать действующих лиц, звуковое оформление и т.п.

### **Подведение итогов**

#### **Рефлексия**

Учащиеся высказываются одним предложением, выбирая начало фразы из рефлексивного экрана на слайде:

1. на факультативе я узнал...
2. было интересно...
3. было трудно...
4. я выполнял задания...
5. я понял, что...
6. теперь я могу...
7. я почувствовал, что...
8. я приобрел...
9. я научился...
10. у меня получилось ...
11. я смог...
12. я попробую...
13. меня удивило...
14. факультатив дал мне для жизни...
15. мне захотелось...

## ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Александрова, Е.А. Педагогическое сопровождение самоопределения старших школьников / Е.А. Александрова. – М. : НИИ школьных технологий, 2010. – 335 с.
2. Вачков, И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: учебное пособие / И.В. Вачков. – М. : Ось-89, 2007. – 255 с.
3. Гобова, Е.С. Цель. Дело. Мечта: психологический портрет поколения: [ориентиры самоопределения старшеклассников] / Е.С. Гобова, О.Н. Игнатова. – М. : Флагман, 2009. – 230 с.
4. Григорьева, Г.Е. Профессиональный ориентир: учеб.-метод. пособие для классных руководителей / сост.: Г.Е. Григорьева, И.С. Литвина, А.В. Карабан. – Минск : Современное слово, 2009. – 157 с.
5. Григорьева, Е.Е.Я выбираю профессию: Комплексная программа активного профессионального самоопределения школьников. / О.А. Махаева, Е.Е. Григорьева. – М. : УЦ «Перспектива», 2006. – 52 с.
6. Зеер, Э.Ф. Психология профессий: учебное пособие для высших учебных заведений / Э.Ф. Зеер. – М. : Академический проект: Фонд "Мир", 2005. – 329 с.
7. Кореко, А.В. ИКТ в профессиональном самоопределении старшеклассников: проект "Азбука выбора", рекомендации, диагностический материал / автор-составитель А.В. Кореко. – Волгоград : Учитель, печ. 2009 (макет 2010) – 199 с.
8. Кухарчук, А.М. Тесты в профориентации: для школьных психологов, учителей-предметников, классных руководителей / сост.: А.М. Кухарчук, В.В. Лях. – Минск : Экоперспектива, 2009.
9. Леванова, Е.Л. Родители и подростки: навстречу друг другу / Е.Л. Леванова, С.И. Шевченко, М.В. Ковалевская / Под общ. ред. Е.А. Левановой. – М. : «Педагогическая литература», 2010. – 240 с.
10. Максимов, С.В. Обзор профориентационных игр, используемых в качестве средств формирования у учащихся умений строить личные профессиональные планы / Ин-т развития образования. – Ставрополь, 1994. – 18 с.
11. Михайлина, М.Ю. Сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников: диагностика, рекомендации, занятия / сост. М.Ю. Михайлина, М.А. Павлова, Я.К. Нелюбова. – Волгоград : Учитель, 2009. – 283 с.
12. Никитина, Н.Н. Развитие навыков самоопределения у юношества. / Н.Н. Никитина, И.Ю. Шустова – М. : «Педагогическая литература», 2010. – 168 с.
13. Новаторов, В.Е. Маркетинг личности: формула жизненного успеха: цикл бесед для подростков / авт.-сост. В.Е. Новаторов. – Волгоград : Учитель, 2009. – 303 с.
14. Организация и проведение профориентационных экскурсий школьников на предприятия, в организации, учреждения, учебные заведения. Методические рекомендации. [Электронный

ресурс]. Режим доступа:  
ww.oonrv.lersh.by/uploads/.../018\_Organizatsiya\_ekskursiy.doc

15. Первые шаги школьника к профессии: методические рекомендации по управлению профессиональным самоопределением учащихся сельских школ для студентов психологических специальностей / Министерство образования Республики Беларусь, Учреждение образования "Барановичский государственный университет". – Барановичи : РИО БарГУ, 2009. – 24, [3] с.

16. Прутченков, А.С. Социально-психологический тренинг в школе / А.С. Прутченков. – М. : ЭКСМО-пресс, 2001. – 638 с.

17. Савченко, М.Ю. Профорентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам: 9–11 классы. – М. : ВАКО, 2008. – 240 с.

18. Собчик, Л. Н. Психодиагностика в профорентации и кадровом отборе / Собчик Л. Н. – СПб.: Речь, 2002. – 66 с.

19. Степанский, В.И. Психологические факторы выбора профессии. Теория. Эксперимент. – М. : Московский психолого-социальный институт, 2006. – 112 с.

20. Тарасевич, С.В. Профорентация в школе / сост.: С.В. Тарасевич, Н.А. Шалима, О.А. Купревич, Е.Н. Пастушкова. – Минск : Красико-Принт, 2007. – 128 с.

21. Фадеева, Е.И. От выбора профессии к успеху в жизни. Учебно-методическое пособие. / Е.И. Фадеева, М.В. Ясюкевич : УЦ Перспектива, 2008 – 128с.

22. Хаткевич, О.А. Профессиональная ориентация учащихся / Сост. О.А. Хаткевич. – Минск : Красико-Принт, 2004. – 173 с.

23. Шевченко, М.Ф. Тренинг "Профорентация для старшеклассников" / М. Ф. Шевченко. – Санкт-Петербург : Речь, 2007. – 167 с.

#### ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

1. Гапоненко, А.В. Технология: профессиональный успех : учеб. для 10–11 кл. / [А.В. Гапоненко, С.О. Крапивянская, О.В. Кузина и др.]; под ред. С.Н. Чистяковой. – М. : Просвещение, 2007. – 176 с.

2. Гинзбург, М.Р. Путь к себе / М.Р. Гинзбург. – М. : Педагогика, 1991. – 159 с.

3. Грецов, А.Г. Выбираем профессию: советы практического психолога / А.Г. Грецов. – Санкт-Петербург [и др.]: Питер : Питер Пресс, 2009. – 214 с.

4. Кухарчук, А. М. Тесты для выбирающих профессию / сост.: А.М. Кухарчук, В.В. Лях, С.Г. Макарова. – Минск : Современная школа, 2008. – 288 с.

5. Кухарчук, А. М. Человек и его профессия: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / А .М. Кухарчук, В.В.Лях, А.Б.Широкова. – Минск : Современное слово, 2006. – 544 с.

6. Лернер, П.С. Твоя профессиональная карьера : учеб. для 8–9 кл. общеобразоват. учреждений / [П.С. Лернер, Г.Ф. Михальченко, А.В. Прудило и др.]; под ред. С.Н. Чистяковой. – М. : Просвещение, 2007. – 159 с.

7. Прошицкая, Е.Н. Моё профессиональное будущее : учеб. пособие для 10-го кл. общеобразоват. учреждений с рус. языком

обучения с 12-летним сроком обучения (базовый уровень) / Е.Н. Прощицкая. – Минск : НИО, 2007. – 232 с.

8. Резапкина, Г.В. Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника / Г. В. Резапкина. – 2-е изд. – М. : Генезис, 2007. – 139 с.

9. Резапкина, Г.В. Я и моя профессия : Программа проф. самоопределения для подростков : Учеб.-метод. пособие для шк. психологов и педагогов / Г.В. Резапкина. – 2-е изд., испр. – М. : Генезис, 2004. – 125 с.

10. Селевко, Г.К. Найди свой путь / Г.К. Селевко. – М. : Народное образование, 2006. – 110 с.

11. Шифф, Н.Р. Очень странные профессии / Нэнси Рика Шифф. – М. : Добрая книга, 2007. – 141 с.

#### ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. <http://rcpom.edu.by>
2. <http://kudapostupat.by>
3. <http://kariera.by>
4. <http://www.interstudy.by>
5. <http://www.abiturient.by>
6. <http://www.proforientator.ru>
7. <http://vyborprofessia.narod.ru>
8. <http://centerpost.org>
9. <http://www.raboohee-mesto.com>
10. <http://www.superjob.ru>
11. <http://technology-of-career.narod.ru>

## ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ «ВЫБОР ПРОФЕССИИ – ДЕЛО СЕРЬЕЗНОЕ»

*Нет профессий с большим будущим,  
но есть профессионалы с большим будущим*

### Пояснительная записка

Выбор профессии – один из важных шагов в человеческой жизни. Для учащихся старших классов выбор профессии – самый главный вопрос их образовательного развития. Его разрешение поможет им сориентироваться в перспективности выбора дальнейших путей получения образования, определиться с будущей сферой профессиональной деятельности.

Актуальность профориентационной помощи учащимся очевидна. Во-первых, формирование полноценных граждан страны во многом зависит от того, чем будут заниматься повзрослевшие учащиеся, какую профессию они изберут и где будут работать.

Во-вторых, в эпоху социально-экономической нестабильности проблема престижа выбираемой деятельности приобретает особый смысл. Большинство молодых людей выбирают профессию не потому, что их привлекает содержание труда, он скорее выбирает определенный образ жизни, где профессия – лишь одно из средств построения счастья.

Однако со временем престижность профессии меняется, и тогда у подростка есть риск ошибиться, что может привести разного рода проблемам.

В-третьих, профориентационная работа позволяет решать и многие насущные проблемы в период школьного обучения. Давно известно, что оптимистичная перспектива жизни (и прежде всего, реальная и привлекательная профессиональная перспектива) оберегает многих подростков от необдуманных шагов еще в период обучения в школе. Например, если подросток серьезно намеревается получить сложную и престижную профессию, к которой ему следует готовиться, то он тысячу раз подумает, стоит ли ему включаться в криминал или наркоманию.

Таким образом, профориентационная работа – это не только решение завтрашних проблем, но и важный вклад в решение проблем сегодняшних.

В программу включены занятия по выявлению способностей и склонностей к тому или иному типу профессий. Также необходим навык планирования и управления таким ресурсом, как время. Освоение навыков тайм-менеджмента и управления своими эмоциональными состояниями необходимо не только для подготовки к экзаменам, но и для успешного освоения любой профессии.

Целью программы является оказание психологической помощи старшим подросткам в личностном и профессиональном самоопределении и выборе профессии с учетом интересов, склонностей, индивидуальных особенностей и потребностей.

Задачи:  
 актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся;  
 организовать исследование учащимися своих способностей и возможностей;  
 учить построению жизненной перспективы.

**Учебно-тематический план**

Тема	Часы
Интересы и склонности при выборе профессии. Диагностика интересов и склонностей	1
Мышление и его особенности. Диагностика особенностей мышления и интеллектуального потенциала	1
Темперамент и профессия	1
Тайм-менеджмент для жизни и профессии	1
Внешние и внутренние мотивы выбора профессии	1
Профориентационные игры	1
Стратегия выбора профессии	1
<b>Итого</b>	<b>7</b>

**Содержание программы**

*Тема 1. Интересы и склонности при выборе профессии. Диагностика интересов и склонностей (1 ч.)*

Понятие интересов, склонностей и способностей. Виды и группы интересов, склонностей и способностей. Роль интересов, склонностей и способностей в жизни человека и при выборе профессии. Типы труда. Диагностика интересов и склонностей.

*Тема 2. Мышление и его особенности. Диагностика особенностей мышления и интеллектуального потенциала (1 ч.)*

Понятия «мышление» и «интеллект». Типы мышления. Типы интеллекта. Определение типа мышления.

*Тема 3. Темперамент и профессия (1 ч.)*

Понятие характера и темперамента. Типы людей по складу характера. Типы темперамента и рекомендуемые профессии. Знаменитости и их тип темперамента. Диагностика типов темперамента.

*Тема 4. Тайм-менеджмент для жизни и профессии (1 ч.)*

Понятие тайм-менеджмента. Советы и способы управления временем. Практические упражнения по тайм-менеджменту.

*Тема 5. Внешние и внутренние мотивы выбора профессии (1 ч.)*

Понятие «мотив». Внешние и внутренние мотивы. Группы мотивов выбора профессии. Определение мотивации.

*Тема 6. Профориентационные игры (1 ч.)*

Понятие «профориентационная игра». Задачи профориентационных игр.

*Тема 7. Стратегия выбора профессии (1 ч.)*

Понятие стратегии. Компоненты успешной стратегии выбора профессии.

**Ожидаемые результаты**

В результате подростки должны освоить значение профессионального самоопределения; понятие об интересах, мотивах

профессионального труда; понятие о темпераменте, интеллектуальных способностях и приобрести знания, представления о видах профессиональной деятельности; умения планировать деятельность и управлять временем.

### РАЗРАБОТКИ ЗАНЯТИЙ

#### ТЕМА 1. «ИНТЕРЕСЫ И СКЛОННОСТИ ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ. ДИАГНОСТИКА ИНТЕРЕСОВ И СКЛОННОСТЕЙ»

##### Задачи:

познакомить с признаками проявления интереса, со значением интересов в жизни человека;

способствовать выявлению особенностей своих интересов и склонностей и их соотнесению с требованиями различных профессий.

##### Ход занятия

##### I. Организационный момент

##### II. Знакомство с задачами и темой занятия

##### III. Теоретическая часть

В современном мире знание и представление требований, предъявляемых к человеку различными профессиями, а также знание своих индивидуально-психологических особенностей позволит сделать правильный выбор профессии. Для самореализации в профессиональном плане, прежде всего, имеют значение интересы, склонности, которые обозначаются как «хочу» и способности человека – «могу». Кроме того, необходимо знать и учитывать рынок труда – «надо».

Любая профессия предъявляет требования к интересам: в одних случаях это интерес к новому, в других – к практической деятельности, процессу труда или его результату. *Интерес* – это индивидуальная психологическая особенность человека, которая характеризуется избирательной направленностью к явлениям действительности. Применительно к выбору профессии интересы – это положительное отношение к определенной области труда, стремление к познанию и деятельности в этом направлении. Проявляется интерес в положительной эмоциональной реакции и интеллектуальной познавательной активности. Только при наличии этих двух признаков можно считать, что у человека есть тот или иной интерес.

Значение интересов в жизни человека велико: они побуждают овладевать знаниями, расширять кругозор, помогают преодолевать трудности, препятствия, которые встречаются и в труде.

Интересы различаются по содержанию (например, музыкальные, технические и т. п.), по широте (широкие, т. е. разносторонние, или узкие, направленные только на один предмет или его сторону), по глубине (глубокие или поверхностные), по длительности (устойчивые и неустойчивые). Содержание и широта интересов отражают кругозор и любознательность человека. Глубина и длительность интересов характеризуют их устойчивость. В своем развитии интересы проходят несколько этапов. Сначала они носят характер временных, эпизодических и проявляются в положительном отношении к определенному предмету. Такие интересы, если их не развивать, могут

скоро ослабеть или совсем угаснуть. По мере глубокого и систематического изучения того или иного предмета, проникновения в заинтересовавшую область трудовой деятельности интересы закрепляются, усиливаются и постепенно могут стать устойчивыми. Такие интересы часто перерастают в склонности.

*Склонности* – стремление, желание, побуждения, потребность заниматься определенной деятельностью. Настоящая склонность обычно сочетает в себе устойчивый интерес к тем или иным явлениям действительности и устойчивое стремление самому действовать в этом направлении (направленность не только на результат, но и на сам процесс). Между интересами и склонностями много общего, но есть и различие. Можно, например, проявлять интерес к кинематографу: с удовольствием ходить каждый день в кинотеатр, читать книги по киноискусству, изучать биографии артистов, собирать их фотографии. Но самому при этом совершенно не стремиться к деятельности в области кино, т. е. не заниматься в кружке выразительного чтения, кукольном, фотокружке и т. п. Или существует множество любителей спорта, которые не пропускают ни одного спортивного состязания по телевизору или на стадионе, но не делают даже утренней гимнастики. Это именно те случаи, когда интерес есть, а склонность отсутствует. Интересы можно будет выразить формулой «хочу знать», а склонность — «хочу сделать». Склонности не только проявляются, но и формируются в деятельности. Только активная деятельность, причем в разных направлениях, позволит познать и проверить склонности человека.

Большую роль при выборе профессии имеют не только интересы, склонности, но также и *способности*: способности обучаться новому, запоминать, рассуждать, воображать, анализировать ситуацию, принимать решение, понимать окружающих людей, оказывать на них влияние, улаживать конфликты, формулировать свои мысли, разбираться в технике, управлять машинами, искать и устранять неисправности, читать, считать, рисовать, планировать, контролировать свои чувства, преодолевать препятствия, отвечать за себя и других, переносить физические нагрузки, работать руками или головой. Разные люди обладают разными способностями или способности людей различаются.

Способности тесно связаны с интересами и склонностями и являются неотъемлемой частью профессиональной пригодности человека. *Способности* – это умения, то есть, такие индивидуальные качества человека, от которых зависит возможность успешного осуществления деятельности. Например, если человек хорошо различает запахи и помнит их, то эта способность очень нужна химику, дегустатору, повару и др. Если человек хорошо удерживает в памяти много цифр, букв, слов или внешних признаков, может комбинировать их в уме, то это способность, которая нужна математику, программисту, конструктору и т.д. Любая деятельность требует совокупности определенных способностей. Например, лаборант должен иметь развитую координацию движений, хороший глазомер, наблюдательность и аккуратность.

Способности делятся на общие (необходимые для всех или многих профессий и видов деятельности. Например, способность к творчеству – для всех; организаторские способности – для учителя, менеджера, предпринимателя); и специальные способности (важны для отдельной профессии или относительно узкого круга профессий: устойчивость к монотонным раздражителям – водителю транспортных средств; хорошо развитое пространственное представление – изготавливающим сложные изделия по чертежам и т.д.).

Успешная работа в любой профессии возможна только при сочетании общих и специальных способностей.

Общие способности можно разделить на три группы:

- способности к зрительному, слуховому и осязательному восприятию информации, двигательным реакциям, координации движений и формированию двигательных навыков (т.е. связанные с психофизиологией);
- способности к обучению и познавательной деятельности (умственные способности и интеллект);
- способности к общению и саморегуляции (тесно связанные с характером человека).

Профессию лучше выбирать в соответствии со своими устойчивыми интересами и склонностями, способностями. Если человек выбирает профессию, которая ему не интересна, то он никогда не получит удовлетворения от своего труда и маловероятно, что будет успешен в профессиональной деятельности.

#### IV. Практическая часть

##### Тест 1. «Дифференциально-диагностический опросник Е. И. Климова»

Инструкция: *определите свои склонности, выполнив задания опросника. Впишите в лист ответов (возле каждого пункта) знак «+», если указанная деятельность вам нравится, или «-» если выполнять данную деятельность вам не нравится. Ответы старайтесь давать быстро.*

Например: 3а +, 3б – и т. д.

Лист ответов:

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

Карта самооценки склонностей

- 1а. Ухаживать за животными.
- 1б. Обслуживать машины, приборы (следить за ними, регулировать их).
- 2а. Помогать больным людям, лечить их.
- 2б. Составлять таблицы, схемы, программы ЭВМ.

- 3а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, грампластинок.
- 3б. Следить за состоянием, развитием растений.
- 4а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, пластмассу).
- 4б. Доводить товары до потребителя (рекламировать, продавать).
- 5а. Обсуждать научно популярные книги, статьи.
- 5б. Обсуждать художественные книги, пьесы, концерты.
- 6а. Выращивать молодняк, животных какой-нибудь породы.
- 6б. Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких либо действий (трудовых, учебных, спортивных).
- 7а. Копировать рисунки, изображения или настраивать музыкальные инструменты.
- 7б. Управлять каким – либо грузовым (подъемным или транспортным) средством.
- 8а. Отыскивать и разъяснять людям нужные им сведения в справочном бюро, на экскурсии.
- 8б. Художественно оформлять выставки, витрины или участвовать в подготовке пьес, концертов.
- 9а. Ремонтировать вещи, одежду, жилище.
- 9б. Искать и исправлять ошибки в тексте, таблицах, рисунках.
- 10а. Лечить животных.
- 10б. Выполнять вычисления, расчеты.
- 11а. Выводить новые сорта растений.
- 11б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий.
- 12а. Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, поощрять.
- 12б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах.
- 13а. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности.
- 13б. Наблюдать, изучать жизнь микробов.
- 14а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы.
- 14б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях.
- 15а. Составлять точные описания отчеты о наблюдаемых явлениях.
- 15б. Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые или представляемые).
- 16а. Делать лабораторные анализы в больницах.
- 16б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение.
- 17а. Красить или расписывать стены помещений либо поверхности изделий.
- 17б. Осуществлять монтаж зданий, сборку машин, приборов.
- 18а. Организовывать культпоходы сверстников или младших, экскурсии, походы и т. д.
- 18б. Играть на сцене, принимать участие в концертах.
- 19а. Изготавливать по чертежам детали, изделия, строить здания.
- 19б. Заниматься черчением, копировать чертежи, карты.
- 20а. Вести работу с болезнями растений, вредителями леса, сада.
- 20б. Работать на клавишных машинах: пишущей машинке, наборной машине.

*Обработка результатов:* подсчитывается, сколько всего плюсов получилось в каждом столбике, затем – сколько минусов в каждом столбике. Результаты вписываются в пустые клетки под столбиками.

*Интерпретация результатов:*

каждый столбик пронумерован и соответствует одному из типов труда:

– «человек – природа». Этот тип объединяет профессии, представители которых имеют дело с объектами, явлениями и процессами живой и неживой природы. Это все профессии, связанные с растениеводством, животноводством, лесным хозяйством, с охраной окружающей среды (ветеринар, агроном, овощевод, зоотехник, ветврач и т. д.);

– «человек – техника». Это профессии, связанные с техникой (механик, строитель, электрик и т. д.);

– «человек – человек». Это профессии, связанные с обслуживанием людей (учитель, врач, воспитатель, следователь, журналист и т. д.);

– «человек – знаковая система». Это профессии, связанные с подсчетами, цифровыми и буквенными знаками (чертежник, корректор, бухгалтер, операторы ЭВМ и т. д.);

– «человек – художественный образ». Это все творческие профессии (писатель, актер, художник, музыкант и т. д.);

Анализ проводится в два этапа:

1) сначала выявляются склонности по положительному отношению к видам профессий, и для этого сравнивают количество плюсов в разных столбиках. Наибольший результат говорит о предпочтении вида труда. Если два вида труда предпочтительны, то говорят о профессии, которая лежит на стыке двух видов труда;

2) на втором этапе можно скорректировать результат. Для этого из количества плюсов в каждом столбике вычисляют соответствующее количество минусов. Затем анализ повторяется, как было показано раньше. В том случае, когда результаты в большинстве столбиков почти одинаковые, говорят, что склонности не выявлены и предпочтения к отдельным видам профессий нет.

### **Тест 2. «Методика «Твои способности»**

*Перед началом работы необходимо раздать контрольные листы следующей формы:*

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
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

*После этого зачитываются вопросы, а учащиеся ставят рядом с цифрой ответ.*

Верно ли, что в детстве вы очень любили:

подолгу играть в подвижные игры;

продумывать игры и верховодить в них;

играть в шашки, шахматы;

ломать игрушки, чтобы посмотреть, что внутри;

читать стихи или петь песни;  
 разговаривать с незнакомыми людьми или задавать вопросы;  
 слушать или сочинять музыку;  
 рисовать самостоятельно или наблюдать;  
 слушать или сочинять сказки или истории.  
 Нравится ли вам сейчас:  
 заниматься на уроках физкультуры или в спортивной школе, секции.  
 добровольно брать на себя обязанности организатора дела;  
 помогать ребятам решать математические задачи;  
 читать об известных открытиях и изобретениях;  
 участвовать в художественной самодеятельности.  
 помогать другим людям разбираться в их проблемах;  
 читать или узнавать что-то новое об искусстве;  
 заниматься в изостудии, изокружке;  
 писать сочинение на свободную тему.  
 Получаете ли вы особое удовольствие:  
 от участия и борьбы в спортивном соревновании;  
 от своего умения расставить людей, распределить работу;  
 от решения трудных математических задач;  
 от исправления бытовых электро- и радиоприборов;  
 от игры на сцене;  
 от общения с людьми;  
 от знакомств с новыми музыкальными инструментами, музыкальными произведениями.  
 от посещения художественной выставки;  
 от пересказа какого-то события, прочитанного или увиденного.  
 Часто ли вас тянет:  
 к длительным физическим упражнениям;  
 к делам в группе, требующим вашей инициативы или настойчивости;  
 к разгадыванию математических шарад;  
 к изготовлению каких-либо деталей;  
 участвовать в постановке спектаклей;  
 помогать людям, посочувствовать им;  
 поиграть на музыкальном инструменте.  
 порисовать красками или карандашами;  
 писать стихи или просто вести дневник;  
 Любите ли вы долгое время:  
 заниматься спортом или физическим трудом;  
 энергично работать вместе с другими;  
 заниматься черчением или играть в шахматы;  
 копаться в механизмах, приборах;  
 заботиться о младших, слабых и больных людях;  
 думать над судьбами людей;  
 исполнять музыкальные пьесы;  
 рисовать, лепить, фантазируя при этом;  
 готовиться к докладу, сообщению, сочинению;.

*Результаты*

Каждый столбец по вертикали характеризует одно из направлений в развитии способностей личности.

- I. Физические (1,10,19,28,37).
- II. Организационные (2,11,20,29,38).
- III. Математические (3, 12, 21, 30, 39).
- IV. Конструкторско-технические (4, 13, 22, 31, 40).
- V. Эмоционально-изобразительные (артистические) – (5, 14, 23, 32, 41).
- VI. Коммуникативные (6, 15, 24, 33, 42).
- VII. Музыкальные (7, 16, 25, 34, 43).
- VIII. Художественно-изобразительные (8, 17, 26, 35, 44).
- IX. Филологические (9, 18, 27, 36, 45).

При обработке данных подсчитывается сумма положительных ответов по каждому столбцу.

*Обсуждение результатов исследования.*

#### **V. Рефлексия**

##### **Вопросы и задания**

1. По каким признакам судят о наличии интересов к определенной области у человека?
2. Как различаются интересы?
3. Что такое склонности и как они проявляются?
4. Может ли сам человек управлять своими интересами?
5. Какую роль играют интересы и склонности в выборе профессии?
6. Если человек занимается неинтересным делом, проигрывает не только он, но и общество в целом. Почему?
7. Вместо точек в нижеприведенном тексте вставьте пропущенные слова:
  - а) Применительно к выбору профессии интересы – это ... отношение к определенной области труда, стремление к ... и деятельности.
  - б) В том случае, когда с интересами связаны ... планы, говорят о профессиональных интересах.
  - в) Интерес – это не свойство вещи, а свойство ...
8. Подумайте, у кого из кратко описанных учащихся более ярко выражены склонности к практическому преобразованию окружающей общественной среды.

А. Проявляет повышенный интерес к событиям в стране и за рубежом. Много читает, хорошо играет в шахматы, в летнем лагере был назначен старостой шахматного кружка. На занятиях кружка хорошо объясняет и показывает позиции, ведет учет посещаемости. Часто увлекается игрой сам. Работает в основном с теми, кто хорошо играет, а от непосед и шалунов старается отстраниться, избавиться.

Ученица Н. Хорошо учится, активна в учебе, в труде и спорте, в художественной самодеятельности, хотя ни в одном из этих видов деятельности не выделяется среди других. Н.— большой реалист. Когда на школьном совете обсуждали вопрос об организации комбината «Своими руками», она встала и минут пять, загибая пальцы, перечисляла, что нужно сделать. Когда же ей поручили организовать группу сильных мальчиков для переноски столов, а самый сильный из ребят отказался, Н., высказалась: «Сейчас соберу одних девчонок и ребят из младших классов, они посильнее некоторых, что с гантелями». Слово сработало.

## ТЕМА 2. «МЫШЛЕНИЕ И ЕГО ОСОБЕННОСТИ. ДИАГНОСТИКА ОСОБЕННОСТЕЙ МЫШЛЕНИЯ И ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА»

### Задачи:

познакомить с особенностями и типами мышления;  
способствовать определению типа мышления.

### Ход занятия

- I. Организационный момент
- II. Знакомство с задачами и темой занятия
- III. Теоретическая часть

Группа способностей, связанная с умственным развитием – это то, что необходимо для успешного обучения, усвоения знаний, приобретения навыков внимания, памяти и мышления, для овладения широким кругом профессий; для успешного решения профессиональных задач в области творческих специальностей. Достаточно высокий уровень общего умственного развития является условием успешной профессиональной деятельности в таких профессиях, как учитель, врач, менеджер, юрист, психолог, коммерсант, секретарь-референт, инженер, бухгалтер, экономист, программист, физик, химик.

Уровень умственного развития определяется как природными задатками и наследственностью человека, так и его жизненным опытом, образованием, воспитанием и чертами характера. Тип мышления — это индивидуальный способ преобразования информации. Зная свой тип мышления, можно прогнозировать успешность в определенных видах профессиональной деятельности.

Способность к мышлению – главный признак человека, выделяющий его из многообразного животного мира. *Мышление* – это психический познавательный процесс, высшая форма отражения человеческим мозгом окружающего мира, целенаправленное умственное действие. Способность человека к отвлеченному мышлению, логическим рассуждениям, пространственному воображению, сосредоточению внимания, запоминанию, усвоению и использованию знаний называется *интеллектом*.

Процесс мышления характеризуется следующими особенностями: носит опосредствованный характер; всегда протекает с опорой на имеющиеся знания; исходит из живого созерцания, но не сводится к нему: мышление дает возможность познать глубинную сущность объективного мира, законы его существования; предполагает отражение связей и отношений в словесной форме; связано с практической деятельностью человека: позволяет предвидеть будущее, планировать практическую деятельность.

Мышление человека как форма умственной активности совершается при помощи следующих мыслительных операций: сравнение, анализ, синтез, абстрагирование (отвлечение), конкретизация, обобщение, систематизация.

С физиологической точки зрения, процесс мышления представляет собой сложную аналитико-синтетическую деятельность коры больших полушарий головного мозга. Для процесса мышления,

прежде всего, имеют значение те сложные временные связи, которые образуются между мозговыми концами анализаторов.

Различают четыре типа мышления:

- предметно-действенное;
- наглядно-образное;
- абстрактно-символическое;
- словесно-логическое.

Человеку, склонному к предметно-действенному типу мышления, легче всего думать, видя объект своего мышления. За мыслью у него следует конкретное действие, на базе которого возникает следующая мысль, и так далее. О таком человеке часто говорят, что он «мыслит руками». Ясно, что лучше всего он сможет проявить себя в практических областях деятельности, например, на производстве. Люди, обладающие данным типом мышления, водят машины, стоят у станков, собирают компьютеры. Без них невозможно реализовать самую блестящую идею. Этим мышлением обладают и многие выдающиеся спортсмены, танцоры.

Наглядно-образное мышление – это мышление по представлению. Человеку с таким мышлением легко представить себе образ объекта, предмета или явления своих мыслей. Эти образы всегда конкретны и неповторимы, потому что, как правило, в мышлении таких людей в первую очередь возникает операция синтеза. Люди, склонные к наглядно-образному типу мышления, становятся изобретателями, художниками, дизайнерами, поэтами, писателями, артистами, режиссерами.

Абстрактно-символическим типом мышления обладают многие люди науки: физики-теоретики, математики, экономисты, аналитики, программисты. Это мышление, которое опирается на общие и отвлеченные понятия. Люди с таким типом мышления могут усваивать информацию с помощью математических кодов, формул, операций, с помощью того, что невозможно потрогать. В противоположность художникам такие люди больше всего склонны к анализу, обобщению и абстрагированию. Благодаря особенностям такого мышления на основе гипотез сделаны многие открытия во всех областях науки.

Словесно-логическое мышление: оно характерно для людей с ярко выраженными вербальными способностями. Благодаря развитому словесно-логическому мышлению ученый, преподаватель, переводчик, писатель, филолог, журналист могут ясно, четко и образно сформулировать свои мысли и донести их до общественности.

Нельзя сказать, что типы мышления взаимно исключают друг друга. Нет такого человека, который в своей мыслительной деятельности мог бы обойтись только одним типом мышления.

Развитый ум – это гармоничное сочетание всех типов мышления при бесспорном преобладании одного из них. Преобладающий тип мышления является важнейшей индивидуальной характеристикой человека, которая определяет склонности, способности и интересы. По всей видимости, самый разумный путь – развивать тот тип мышления, к которому обнаруживается наибольшая склонность. Соответственно ему и следует выбирать будущую профессию.

Отличаются люди и по *типу интеллекта*. Одни люди в большей степени способны к логическим рассуждениям, пониманию абстрактных понятий, владению языком, работе с текстами. Такой тип интеллекта позволяет наиболее успешно работать в сфере профессий «человек - человек». Другие могут с большим успехом оперировать точными количественными величинами, производить вычисления, работать с таблицами. Этот тип интеллекта позволяет достичь наибольших успехов в сфере профессий «человек - знаковая система». Третьи отличаются способностью к пространственным представлениям, воображению, работе с графиками, чертежами, картами и схемами. Такой тип интеллекта является наиболее подходящим для успешной работы в сфере профессий «человек - техника».

Активная учебная деятельность позволяет каждому развивать умственные способности, ясность, логичность, самостоятельность и оригинальность мышления, сообразительность, гибкость ума.

#### IV. Практическая часть

##### Тест 1. «Опросник на определение типа мышления»

*Инструкция.* Прочитайте высказывания. Если вы согласны с приведенным высказыванием, в бланке ответов поставьте «+», если не согласны – «-».

п-д	а-с	с-л	н-о	к
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

Мне легче что-либо сделать самому, чем объяснить другому.

Мне интересно составлять компьютерные программы.

Я люблю читать книги.

Мне нравится живопись, скульптура, архитектура.

Даже в отлаженном деле я стараюсь что-то улучшить.

Я лучше понимаю, если мне объясняют на предметах или рисунках.

Я люблю играть в шахматы.

Я легко излагаю свои мысли как в устной, так и в письменной форме.

Когда я читаю книгу, я четко вижу ее героев и описываемые события.

Мне не нравится жестко регламентированная работа.

Мне нравится все делать своими руками.

В детстве я создавал (а) свой шифр для переписки с друзьями.  
Я придаю большое значение сказанному слову.  
Знакомые мелодии вызывают у меня в голове определенные картины.  
Разнообразные увлечения делают жизнь человека богаче и ярче.  
При решении задачи мне легче идти методом проб и ошибок.  
Мне интересно разбираться в природе физических явлений.  
Мне интересна работа ведущего телерадиопрограмм, журналиста.  
Мне легко представить предмет или животное, которых нет в природе.  
Мне больше нравится процесс деятельности, чем сам результат.  
Мне нравилось в детстве собирать конструктор из деталей Лего.  
Я предпочитаю точные науки (математику, физику).  
Меня восхищает точность и глубина некоторых стихов.  
Знакомый запах вызывает в моей памяти прошлые события.  
Я не хотел (а) бы подчинять свою жизнь определенной системе.  
Когда я слышу музыку, мне хочется танцевать.  
Я понимаю красоту математических формул.  
Мне легко говорить перед любой аудиторией.  
Я люблю посещать выставки, спектакли, концерты.  
Я сомневаюсь даже в том, что для других очевидно.  
Я люблю заниматься рукоделием, что-то мастерить.  
Мне интересно было бы расшифровать древние тайнописи.  
Я легко усваиваю грамматические конструкции языка.  
Я согласен с утверждением, что красота спасет мир.  
Не люблю ходить одним и тем же путем.  
Истинно только то, что можно потрогать руками.  
Я легко запоминаю формулы, символы, условные обозначения.  
Друзья любят слушать, когда я им что-то рассказываю.  
Я легко могу представить в образах содержание рассказа или фильма.  
Я не могу успокоиться, пока не доведу свою работу до совершенства.  
*Обработка результатов.* Подсчитайте количество плюсов в каждой из пяти колонок и запишите полученное число в пустой нижней клетке бланка. Каждая колонка соответствует определенному типу мышления. Количество баллов в каждой колонке указывает на уровень развития данного типа мышления (0—2 — низкий, 3—5 — средний, 6—8 — высокий).

- 1 Предметно-действенное мышление.
- 2 Абстрактно-символическое мышление.
- 3 Словесно-логическое мышление.
- 4 Наглядно-образное мышление.
- 5 Креативность — это способность мыслить творчески, находить нестандартные решения задачи. Креативностью может обладать человек с любым типом мышления. Это редкое и ничем не заменимое качество, отличающее талантливых и успешных людей в любой сфере деятельности.

## V. Рефлексия

### Контрольные вопросы и задания:

1. Развитое абстрактно-символическое мышление необходимо:  
а) танцору; б) дизайнеру; в) программисту; г) агроному.
2. Ведущий тип мышления журналиста:

а) предметно-действенный; б) абстрактно-символический; в) словесно-логический; г) наглядно-образный.

3. Креативность важнее всего в работе:

а) медсестры; б) официанта; в) ученого; г) строителя.

4. Какой тип мышления необходим в работе архитектора:

а) предметно-действенный; б) абстрактно-символический; в) словесно-логический; г) наглядно-образный.

5. Предметно-действенное мышление необходимо:

а) на производстве; б) в работе с людьми; в) в планово-экономической деятельности; г) в умственном труде.

### ТЕМА 3. «ТЕМПЕРАМЕНТ И ПРОФЕССИЯ»

#### Задачи:

познакомить с понятиями «характер», «темперамент», их особенностями и связью с выбором профессии; выявить особенности темперамента.

#### Ход занятия

##### I. Организационный момент

##### II. Знакомство с задачами и темой занятия

##### III. Теоретическая часть

Каждая специальность, профессия требует от человека определенных черт характера, наклонностей, врожденных привычек, склад ума. Где-то нужны «креативщики», а где-то аналитики. Немаловажную роль в выборе будущей профессии играет характер и темперамент.

*Характер* – это особые приметы, которые приобретает человек, живя в обществе; это совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающаяся и проявляющаяся в деятельности и общении, обуславливающая типичные для индивида способы поведения. По складу характера люди делятся на два классических типа, которые в психологии получили название интровертов и экстравертов. Экстраверсия – это направленность человека на внешний мир, конкретные явления, людей и предметы. Интроверсия – направленность на внутренний мир, абстрактные понятия, идеи, мысли, символы.

Для разных типов людей можно рекомендовать в качестве наиболее подходящих и разные типы профессий. Высокая степень экстраверсии в большей мере способствует достижению успешности в профессиях типа «человек – человек», в то время как интровертированность личности делает ее практически незаменимой в профессиях типа «человек – знаковая система», требующих общения скорее с информацией, чем непосредственно с людьми. В то же время, слишком высокая степень экстраверсии, как и слишком высокая степень интроверсии, могут быть препятствием на пути к успешной деятельности в профессиях типа «человек – техника». Ведь излишняя общительность может отвлекать человека от работы с неодоушевленной техникой, а излишняя склонность к абстрактному мышлению может мешать овладению вполне конкретными и материальными техническими устройствами. Поэтому наиболее подходящим для профессий типа «человек-техника» может быть характер не слишком

экстраверсированный, но и не слишком интровертированный, так называемый средний тип – амбиверт.

Другой чертой характера, по которой люди различаются между собой и которая важна в профессиональной деятельности человека, является эмоциональность (свойства человека, характеризующие содержание, качество и динамику его эмоций и чувств). Как интроверты, так и экстраверты могут характеризоваться либо высокой, либо низкой эмоциональностью.

Люди высокоэмоциональные отличаются повышенной чувствительностью, у них легко возникают эмоциональные реакции даже в ответ на незначительные раздражители, их эмоции довольно сильны. Они часто испытывают эмоциональную напряженность, склонны к тревожности. Их настроение непостоянно, оно быстро и легко меняется, подвержено колебаниям в зависимости от внешних условий или от внутреннего состояния человека. Таким людям бывает трудно преодолевать различные жизненные затруднения, они не всегда контролируют свое поведение и чувства. Но такие люди обладают и рядом достоинств. Во-первых, они чувствительны к таким оттенкам и нюансам переживаний и отношений, которые другие люди просто не замечают. Во-вторых, они отличаются развитой интуицией, которая позволяет им принимать решения быстро, почти мгновенно. В-третьих, они в состоянии принимать весьма нестандартные, оригинальные и необычные решения. Таким образом, высокий уровень эмоциональности может быть полезным качеством человека прежде всего в сфере профессий типа «человек – художественный образ» и «человек – природа». Люди низкоэмоциональные, как правило, спокойны, отличаются стабильным настроением. Их поведение устойчиво и предсказуемо. Они хорошо себя контролируют, терпеливы и легко справляются с различными трудностями. Люди этого типа более универсальны и могут работать в любых типах профессий практически без ограничений. Поэтому их профессиональный выбор определяется интересами и склонностями, степенью интроверсии-экстраверсии, интеллектуальными возможностями, другими профессионально-важными качествами, способствующими успешному освоению деятельности.

Характер, обнаруживает зависимость от физиологии и прежде всего от типа нервной системы. На проявления характера накладывают свой отпечаток свойства темперамента. *Темпераментом* называют совокупность свойств, характеризующих динамические особенности протекания психических процессов и поведения человека: силу, скорость, возникновение, прекращение и изменение. Различают четыре типа темперамента: холерик, сангвиник, флегматик и меланхолик.

#### *Холерический темперамент и профессия*

##### 1. Деловые качества

Работники-холерики выгодно отличаются от остальных типов темперамента тем, что они наименее подвержены стрессам. Даже если у них на работе сложилась напряжённая обстановка, они очень быстро восстанавливают силы и вновь рвутся в бой. Чаще всего холерики являются прекрасными лидерами, поэтому они могут легко и

эффективно руководить любыми процессами – из них получаются самые хорошие, хоть и строгие, начальники.

#### 2. Рекомендуемые профессии

Им подойдут те профессии, которые требуют кипучей энергии и повышенной концентрации внимания: телерепортёр, артист, товаровед, дипломат, снабженец, журналист, предприниматель, лётчик, хирург, диспетчер, тренер, водитель, менеджер, режиссёр, строитель, повар, геолог, следователь, электрик.

#### 3. Противопоказанные профессии

Холерический темперамент и профессия, которая требует однообразной и монотонной работы, несовместимы: от неё энергичные и стремительные холерики просто зачахнут: библиотекарь, бухгалтер, флорист.

#### 4. Знаменитые холерики

Среди знаменитых холериков, которые достигли наибольших успехов в жизни, можно выделить следующих людей: Пётр I, А. В. Суворов, А. С. Пушкин, Д. И. Менделеев.

#### *Флегматический темперамент и выбор профессии*

##### 1. Деловые качества

Главная черта флегматиков, которая делает их наиболее сильными, – это медлительность. В возникших на работе стрессовых ситуациях только флегматики способны совершенно спокойно проанализировать сложившееся положение и принять самое верное решение. Они долго «раскачиваются», но порученное задание будет выполнено идеально. Однако больше или лучше того, что от них требуют, они делать не будут.

##### 2. Рекомендуемые профессии

Флегматики наиболее продуктивны в монотонной и однообразной работе, точных науках: механик, работник сельского хозяйства, электрик, инженер, врач-терапевт, агроном, водитель, экономист, ботаник, физик, астроном, математик.

##### 3. Противопоказанные профессии

Флегматический темперамент и выбор профессии, которая потребует яркой, публичной жизни, – ошибочная комбинация, которая измучает в конце концов размеренного и тихого флегматика. Ему категорически противопоказаны следующие профессии: хирург, менеджер, артист, телерепортёр, дирижёр, бизнесмен.

##### 4. Знаменитые флегматики

Многие из флегматиков своей размеренностью и неторопливостью достигли больших успехов и стали знаменитыми: И. А. Крылов, И. Ньютон, М. И. Кутузов.

#### *Профессия по темпераменту для сангвиников*

##### 1. Деловые качества

Сангвиник рождён для того, чтобы занимать должности руководителя. Именно из них получаются самые приятные и душевные начальники. Это всегда очень расчётливый человек, который умеет уговорить и расположить к себе. Единственное, что может вызвать у них ступор – это некоторые технические моменты, в которых они совсем не сильны.

##### 2. Рекомендуемые профессии

Для сангвиников можно рекомендовать яркие, живые профессии, которые требуют общения с другими людьми, открытие новых горизонтов и проявления креативности: менеджер, официант, врач, учитель, психолог, организатор, воспитатель, продавец, инженер-технолог.

### 3. Противопоказанные профессии

Монотонная и конвейерная работа, которая будет требовать постоянного внимания, явно не для сангвиников. Так что некоторые профессии можно сразу исключить: ткач, делопроизводитель, бухгалтер, мастер-часовщик, радиомонтажник, библиограф, архивист, реставратор.

### 4. Знаменитые сангвиники

Истории известны имена следующих знаменитых сангвиников, которым выбранная профессия по темпераменту принесла славу и всемирную известность: Н. Бонапарт, А. И. Герцен, П. Бомарше.

#### *Меланхолический темперамент и профессия*

##### 1. Деловые качества

Меланхолики любят работать в одиночестве. Эти люди очень эмоциональны и чувствительны, а потому легко улавливают тонкости в поведении окружающих людей. Они прекрасно способны чувствовать искусство, музыку, литературу. Они наблюдательны. Меланхолики впадают в депрессию от малейшей неудачи, они очень тревожны и часто беспричинно печальны и грустны.

##### 2. Рекомендуемые профессии

Меланхоликам нужно выбирать профессии, которые обеспечат им спокойную и безопасную обстановку, не требующую от них частой перемены деятельности или быстрой реакции: педагог, художник, модельер, дизайнер, композитор, писатель, геолог, ветеринар, агроном, зоотехник, бухгалтер, токарь, слесарь, радиомеханик.

##### 3. Противопоказанные профессии

Меланхолический темперамент и выбор профессии, которая потребует постоянного общения с людьми, будет ошибочным вариантом. Тонкая нервная организация меланхоликов не выдержит напряжения таких профессий, как: врач (особенно хирург), спасатель, лётчик, диспетчер.

##### 4. Знаменитые меланхолики

Среди знаменитых меланхоликов очень много деятелей культуры: Н. В. Гоголь, А. А. Блок, П. И. Чайковский, М. Ю. Лермонтов.

При выборе профессии не стоит игнорировать тип темперамента. Выбранная профессия по темпераменту поможет достичь гораздо больше успехов в карьерном росте, чем работа, выбранная в зависимости от зарплаты или близости к дому.

## IV. Практическая часть

### Тест 1. «Опросник Г. Айзенка на определение типа темперамента»

*Данная методика рассчитана на контингент испытуемых в возрасте от 12 до 17 лет.*

*Инструкция.* Вам предлагается ряд вопросов об особенностях Вашего поведения. Если Вы отвечаете на вопрос утвердительно («согласен»), то поставьте знак «+», если отрицательно, то знак

«—». Отвечайте на вопросы быстро, не раздумывая, так как важна первая реакция.

Текст опросника

1. Любишь ли ты шум и суету вокруг себя?
2. Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые могли бы тебя поддержать или утешить?
3. Ты всегда находишь быстрый ответ, когда тебя о чем-нибудь спрашивают, если это не на уроке?
4. Бывает ли так, что ты раздражен чем-нибудь, сердит, злишься?
5. Часто ли у тебя меняется настроение?
6. Верно ли, что тебе легче и приятнее с книгами, чем с ребятами?
7. Часто ли тебе мешают уснуть разные мысли?
8. Ты всегда делаешь так, как тебе говорят?
9. Любишь ли ты подшутить над кем-нибудь?
10. Ты когда-нибудь чувствовал себя несчастным, хотя для этого не было настоящей причины?
11. Можешь ли ты сказать о себе, что ты веселый, живой человек?
12. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?
13. Верно ли, что многое раздражает тебя?
14. Нравится ли тебе такая работа, где надо делать все быстро?
15. Ты переживаешь из-за всяких страшных событий, которые чуть было не произошли, хотя все кончилось хорошо?
16. Тебе можно доверить любую тайну?
17. Можешь ли ты без особого труда внести оживление в скучную компанию сверстников?
18. Бывает ли так, что у тебя без всякой причины (физической нагрузки) сильно бьется сердце?
19. Делаешь ли ты обычно первый шаг для того, чтобы подружиться с кем-нибудь?
20. Ты когда-нибудь говорил неправду?
21. Ты легко расстраиваешься, когда критикуют тебя и твою работу?
22. Ты часто шутишь и рассказываешь смешные истории своим друзьям?
23. Ты часто чувствуешь себя усталым без всякой причины?
24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а все остальное потом?
25. Ты обычно весел и всем доволен?
26. Обидчив ли ты?
27. Любишь ли ты разговаривать и играть с другими ребятами?
28. Всегда ли ты выполняешь просьбы родных о помощи по хозяйству?
29. У тебя бывают головокружения?
30. Бывает ли так, что твои действия и поступки ставят других людей в неловкое положение?
31. Ты часто чувствуешь, что тебе что-нибудь очень надоело?
32. Любишь ли ты иногда похвастаться?
33. Ты чаще всего сидишь и молчишь, когда попадаешь в общество незнакомых людей?
34. Волнуешься ли ты иногда так, что не можешь усидеть на месте?
35. Ты обычно быстро принимаешь решения?
36. Ты никогда не шумишь в классе, даже когда нет учителя?
37. Тебе часто снятся страшные сны?

38. Можешь ли ты забыть обо всем и повеселиться в обществе друзей?
39. Тебя легко огорчить?
40. Случалось ли тебе плохо говорить о ком-нибудь?
41. Верно ли, что ты обычно говоришь и действуешь быстро, не задерживаясь особенно на обдумывание?
42. Если оказываешься в глупом положении, то потом долго переживаешь?
43. Тебе очень нравятся шумные и веселые игры?
44. Ты всегда ешь то, что тебе подают?
45. Тебе трудно ответить «нет», когда тебя о чем-нибудь просят?
46. Ты любишь часто ходить в гости?
47. Бывают ли такие моменты, когда тебе не хочется жить?
48. Был ли ты когда-нибудь груб с родителями?
49. Считают ли тебя ребята веселым и живым человеком?
50. Ты часто отвлекаешься, когда делаешь уроки?
51. Ты чаще сидишь и смотришь, чем принимаешь активное участие в общем веселье?
52. Тебе обычно бывает трудно уснуть из-за разных мыслей?
53. Бываешь ли ты обычно уверен, что сможешь справиться с делом, которое должен выполнить?
54. Бывает ли, что ты чувствуешь себя одиноким?
55. Ты стесняешься заговорить первым с незнакомыми людьми?
56. Ты часто спохватываешься, когда уже поздно что-нибудь исправить?
57. Когда кто-нибудь из ребят кричит на тебя, ты тоже кричишь в ответ?
58. Бывает ли так, что ты иногда чувствуешь себя веселым или печальным без всякой причины?
59. Ты считаешь, что трудно получить настоящее удовольствие от оживленной компании сверстников?
60. Тебе часто приходится волноваться из-за того, что ты сделал что-нибудь не подумав?

Ключ

1. Экстраверсия — интроверсия:

«да» («+») 1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43, 46, 49, 53, 57;

«нет» («-») 6, 33, 51, 55, 59.

2. Нейротизм:

«да» («+») 2, 5, 7, 10, 13, 15, 17, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 50, 51, 52, 56, 58, 60.

3. Показатель лжи:

«да» («+») 8, 16, 24, 28, 44;

«нет» («-») 4, 12, 20, 32, 36, 40, 48.

*Интерпретация результатов. Обсуждение результатов теста.*

### Тест 2 «Определение темперамента»

*Инструкция 1.* Вам будет зачитан ряд утверждений, касающихся ваших чувств и реакций в различных ситуациях. Если вы согласны с утверждением, поставьте в бланке рядом с его номером +, если нет -.

*Инструкция 2.* Ответьте «да» или «нет» на вопросы, касающиеся ваших чувств и реакций в различных ситуациях, поставив в бланке под номером вопроса «+» или «—».

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

Общительность \_\_\_\_\_ Самообладание \_\_\_\_\_

1. Я часто испытываю потребность в новых впечатлениях.
2. Мне бывает трудно отказаться от своих планов.
3. Обычно я действую и говорю быстро, долго не раздумывая.
4. Иногда я чувствую себя несчастным без всякой причины.
5. На спор я могу совершить необычный поступок.
6. Иногда я нарушаю свои обещания.
7. У меня часто меняется настроение.
8. Мне нравятся азартные игры.
9. У меня бывает учащенное сердцебиение.
10. Я часто переживаю из-за того, что сказал или сделал что-то не так.
11. Мне нравится работа, которая требует быстроты.
12. Мне приходилось плохо отзываться о своих знакомых.
13. Меня легко обидеть.
14. Лучше иметь много приятелей, чем мало друзей.
15. Временами меня переполняет энергия, а иногда все валится из рук.
16. Мне приятнее находиться в компании, чем быть одному.
17. Я долго переживаю неудачу.
18. У меня бывают мысли, которые хотелось бы скрыть от других.
19. Я могу дать волю своим чувствам и от души повеселиться в компании.
20. Мои нервы часто натянуты до предела.
21. Думаю, что меня считают веселым человеком.
22. Я часто жалею о сказанных или несказанных вовремя словах.
23. На грубость я отвечаю грубостью.
24. Я могу опоздать.
25. Обычно мне легко и приятно в шумной компании.
26. Иногда мне мешают уснуть разные мысли.
27. Мне проще спросить о чем-то у других, чем прочитать самому.
28. Я часто испытываю чувство вины.
29. Мне нравится быть в центре внимания.
30. Иногда я говорю о вещах, в которых не разбираюсь.
31. Мне часто снятся кошмары.
32. Мне легко общаться с незнакомым человеком.
33. Иногда мне кажется, что я чем-то хуже других.
34. Думаю, что я – уверенный в себе человек.
35. Меня задевает критика.

- 36. У меня есть кое-какие вредные привычки.
- 37. Я могу внести оживление в скучную компанию.
- 38. Я беспокоюсь о своем здоровье.
- 39. Я люблю подшучивать над другими.
- 40. Мне трудно ответить «нет», когда меня о чем-то просят.

Каждый отрицательный ответ на вопросы 6, 12, 18, 24, 30, 36 оценивается в один балл. Чем меньше вы набрали баллов по этой шкале, тем выше достоверность результатов теста. Если вы набрали больше трех баллов, это не обязательно означает вашу неискренность.

Цель теста не проверка вашей честности, а определение некоторых особенностей вашей нервной системы.

*Подсчитайте количество положительных ответов на вопросы 1, 3, 5, 8, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 25, 27, 29, 32, 34, 37, 39. Запишите полученную сумму на строке Общительность («Интроверсия — экстраверсия»)*

До 5 баллов. На необитаемом острове вы не страдали бы от одиночества. Ваш внутренний мир, вероятно, настолько богат и интересен, что вам хватает своего общества. И если есть способности, вы добьетесь успеха в видах деятельности, связанных с наукой, искусством, ремеслом, требующих точности, аккуратности и концентрации внимания. Потребность в общении у вас выражена меньше, чем у других людей. Вы, вероятно, очень разборчивы в контактах. Поэтому вынужденное общение, сопутствующее профессиям продавца, врача, учителя, юриста, журналиста, менеджера, будет вас утомлять. Обратите внимание на те виды деятельности, которые напрямую не связаны с широкими человеческими контактами: программирование, конструирование, творчество, работа с текстами, с животными и растениями.

6 - 11 баллов. Вы избирательны в общении. Вам нравится быть с людьми, но вам не все равно, кто вас окружает. Вы хорошо чувствуете себя в компании, но легко можете от нее отказаться. Одиночество вас не пугает. Вам подходят не только профессии, связанные с общением, но и профессии, требующие умения работать одному.

12 - 17 баллов. Потребность в общении у вас выражена больше, чем у других. Вам нравится быть в центре внимания. Для вас очень значимо мнение окружающих. Иногда ради компании вы можете пренебречь другими делами. Занятия, требующие усидчивости и терпения, даются вам усилием воли. Вероятно, вам подошли бы профессии, предполагающие интенсивное общение с покупателями, клиентами, пациентами, учениками, студентами, пассажирами и т. д.

1-6 баллов. Если вы набрали меньше 6 баллов, вы интроверт.

7-11 баллов – амбиверт

12-17 баллов – экстраверт.

Если вы не только любите, но и умеете общаться, то будете успешны в любой профессии, связанной с большим количеством ежедневных встреч, переговоров, советов, консультаций. Однако профессии, требующие терпения и усидчивости (работа с компьютером, исследовательская работа, расчеты и вычисления), будут даваться вам ценой больших волевых усилий и нервного напряжения.

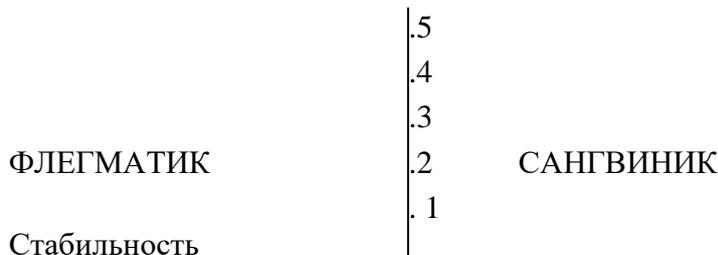
Подсчитайте количество положительных ответов на вопросы 2, 4, 7, 9, 10, 13, 15, 17, 20, 22, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40. Запишите сумму на строке Самообладание («Стабильность — чувствительность»).

0 - 5 баллов. Вашему самообладанию можно позавидовать. Вас трудно вывести из равновесия. Вы хладнокровны и невозмутимы. Переживания многих людей вам непонятны. Вы скорее поможете делом, чем будете на словах выражать свое сочувствие. Профессии, требующие риска, хладнокровия и умения контролировать себя, как будто созданы для вас. Если только это не маска супермена (или супервумен). Вы способны выдерживать большие эмоциональные нагрузки. Обратите внимание на профессии хирурга, военного, сотрудника правоохранительных органов, испытателя техники, спасателя.

6 - 11 баллов. Эмоциональная стабильность. В вас удачно сочетаются устойчивость и чувствительность нервной системы. Вы легче многих справляетесь с жизненными трудностями и при этом способны понять и почувствовать эмоциональное состояние другого человека, поддержать его. Если у вас при этом есть потребность в общении с другими людьми, обратите внимание на такие сферы деятельности, как обслуживание, обучение, воспитание, медицина, управление.

12 - 17 баллов. Вероятно, вы принимаете близко к сердцу не только свои проблемы, но и проблемы своих друзей и знакомых. Ваша готовность прийти на помощь другим, вероятно, нравится людям. Есть масса профессий, где это качество является профессионально важным. Например, все профессии социальной сферы. Люди искусства также обладают особой восприимчивостью, чуткостью и ранимостью. Природа наградила вас более тонкой нервной системой, чем других людей. Если помнить об этом, то окружающий мир будет восприниматься намного спокойнее. Ваша отзывчивость наверняка притягивает людей, которые нуждаются в вашем сочувствии. Но в первую очередь вы должны помочь себе обрести силу и уверенность. Мы определили два параметра — экстраверсию и стабильность. Их соотношение поможет понять рисунок:

	17'	Чувствительность										
МЕЛАНХОЛИК	16,	ХОЛЕРИК										
	15.											
	14.											
	13.											
	12.											
	11 .											
	10.											
Интроверсия	9	10	11	12	13	14	15	16	17 <sub>w</sub>			
1 2 3 4 5 6	7 8	.8	Экстраверсия									
		.7										
		.6										



Отметив на осях координат обе точки, можно легко определить свой темперамент. Чем дальше от центра, тем ярче выражены черты одного из четырех темпераментов. Если точка оказалась на одной из двух осей, значит, вам удастся сочетать черты двух темпераментов. Если вы «попали в яблочко», то есть в центр, вы сочетаете черты всех четырех темпераментов.

*Верхний правый квадрат. Холерический темперамент*

Люди этого темперамента быстры, подвижны, возбудимы. У холерика выразительная мимика, живая речь, резкие движения. Его чувства обычно быстро возникают и ярко проявляются. Холерик с увлечением берется за дело, работает с подъемом, преодолевая трудности. Когда запас энергии истощается, настроение резко падает. В общении с людьми холерик может быть резок, провоцируя конфликтные ситуации. Поскольку потребность в общении у холериков повышена, они часто выбирают профессии, связанные с общением, – сфера обслуживания, юриспруденция, политика, администрирование. А это как раз те виды деятельности, которые требуют от человека умения эффективно общаться.

*Нижний левый квадрат. Флегматический темперамент*

Флегматики медлительны и уравновешенны. Они, как правило, доводят начатое дело до конца. Их чувства глубоки, но скрыты от посторонних глаз. Флегматика трудно вывести из себя. Человеку флегматического темперамента легко выработать выдержку, хладнокровие, спокойствие. Но флегматику следует развивать недостающие ему качества – большую подвижность, активность, не допускать, чтобы он проявлял безразличие к деятельности, вялость, инертность, которые очень легко могут сформироваться в определенных условиях. У флегматиков есть склонность к систематической работе, умение концентрироваться на поставленной задаче, вдумчивость – необходимые профессиональные качества ученого, исследователя.

*Нижний правый квадрат. Сангвинический темперамент*

Сангвиник быстро сходится с людьми, жизнерадостен, легко переключается с одного вида деятельности на другой, но не любит однообразной работы. Он без труда контролирует свои эмоции, быстро осваивается в новой обстановке, любит общение. У сангвиника скоро возникают чувства радости, горя, привязанности и враждебности, но эти чувства неглубоки. Настроение сангвиника быстро меняется, но, как правило, преобладает хорошее настроение. Сангвинический темперамент не накладывает никаких ограничений на выбор профессии.

*Верхний левый квадрат. Меланхолический темперамент*

Чувства и эмоциональные состояния у людей меланхолического темперамента отличаются глубиной, большой силой и длительностью. Меланхолики тяжело переносят обиды, огорчения, хотя внешне это может слабо проявляться. Они избегают новых людей, чувствуют себя неловко в новой обстановке. В привычной и спокойной обстановке люди с таким темпераментом работают очень продуктивно. Меланхоликам свойственны глубина и постоянство, тонкость восприятия.

#### **V. Рефлексия**

##### **Вопросы и задания**

1. Какие типы темперамента вы знаете?
2. Чем отличается характер от темперамента?
3. Чем отличается экстраверсия от интроверсии?

### **ТЕМА 4. «ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ ДЛЯ ЖИЗНИ И ПРОФЕССИИ»**

#### **Задача:**

обучить способам управления временем и принципам планирования деятельности.

#### **Ход занятия**

##### **I. Организационный момент**

##### **II. Знакомство с задачами и темой занятия**

##### **III. Теоретическая часть**

Ритм, в котором живет большинство людей, вряд ли можно назвать спокойным и размеренным. Нехватка времени, аврал являются испытаниями, справиться с которыми под силу далеко не каждому. Эмоциональное напряжение блокирует производительность, приводит к быстрой утомляемости и апатии. Поэтому, чтобы не стать жертвой стресса или синдрома хронической усталости необходимо уметь управлять временем.

Управление временем или тайм-менеджмент – это действие или процесс тренировки сознательного контроля над количеством времени, потраченного на конкретные виды деятельности, при котором специально увеличиваются эффективность и продуктивность. Управление временем может помочь получить ряд навыков, инструментов и методов, используемых при выполнении конкретных задач, проектов и целей. Этот набор включает в себя широкий спектр деятельности, а именно: планирование, распределение, постановку целей, делегирование, анализ временных затрат, мониторинг, организация, составление списков и расстановка приоритетов.

Тайм-менеджмент необходим для жизни каждого человека, для взрослого и студента, а также для ученика. Планирование высвобождает время. Те, кто добился успеха в своей жизни, много времени посвящают планированию. Ежедневное планирование просто необходимо для повышения производительности и эффективного управления временем.

Правило «П» гласит: правильное предварительное планирование предотвращает плохие показатели.

Можно выделить несколько важных и полезных советов, необходимых для правильного планирования:

1. Планировать и думать нужно всегда на бумаге. Если цели нет на бумаге, то она не существует. Перечень задач – это своего рода карта, которая не даст вам сбиться с пути к намеченной цели.

2. Планируйте от большего к меньшему, от долгосрочного к краткосрочному, от целей жизни до плана на день. Каждой задаче ставьте фиксированные сроки.

3. Сложную задачу всегда делите на мелкие подзадачи. Здесь хорошо помогает дерево решений, где ключевая задача – дерево, а подзадачи для ее выполнения – ветви. Продолжайте «разветвление» до тех пор, пока процесс выполнения всей задачи не станет простым и прозрачным.

4. Перед тем, как начать что-либо делать, вспомните о правиле 10/90: 10% времени, затраченного на планирование до начала выполнения задачи, экономит 90% времени при ее решении.

5. Ежедневно задавайте себе 3 вопроса:

Какие дела самые важные и ценные?

Что могу сделать я и только я, что значительно улучшит положение?

Как использовать свое время с наибольшей пользой?

Ответы на эти вопросы позволят удвоить вашу производительность.

#### IV. Практическая часть.

##### Упражнение 1. Разминка «Отыщи того, кто...»

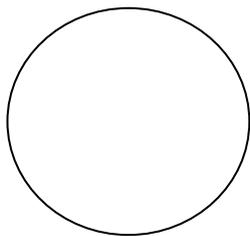
Инструкция. Объединиться в группы по 5-6 человек, осуществить опрос по вышеперечисленным вопросам. Далее кто-нибудь из группы презентует команду согласно опросу (+можно задавать уточняющие вопросы друг другу: например, если ты считаешь, что невозможно воплотить мечту, почему? или опаздываешь? часто ли? на сколько? и т.д.). Тренер подводит общие итоги и дает характеристику группы с точки зрения учета времени.

Кто не любит планировать	Кто часто опаздывает	Кто каждый год подводит личные итоги
Кто каждый день уделяет внимание вечерним прогулкам	Кто любит с утра поваляться в постели	Кто когда-нибудь зачеркивал дни недели или числа в календарике
Кто считает невозможным воплотить свою мечту	Кто считает, что много времени в жизни потратил зря	Кто умеет ценить момент

##### Упражнение 2. «Индивидуальный фонд времени»

Инструкция. Необходимо определить и отразить в структурной схеме траты времени по следующим критериям: рабочее время, свободное время, домашний труд и связанное с работой нерабочее время, самообслуживание.

Моя структурная схема



### Упражнение 3. «Матрица Эйзенхауэра»

*Инструкция.* Необходимо заполнить таблицу важных срочных и несрочных дел, а также неважных срочных и несрочных дел, и определить ценность и значимость данной деятельности.

Основной закон времени как стратегического ресурса  
 время работы = цель x (способ работы + энергия) – помехи

	СРОЧНЫЕ ДЕЛА	НЕСРОЧНЫЕ ДЕЛА
В А Ж Н Ы Е	I	II
	Разрешение кризисов Неотложные задачи Проекты, у которых подходят сроки сдачи	Планирование новых проектов Оценка полученных результатов Профилактические мероприятия Налаживание отношений Определение новых перспектив, альтернативных проектов
Н Е В А Ж Н Ы Е	III	IV
	Прерывания, перерывы Некоторые телефонные звонки Некоторые совещания Рассмотрение неотложных материалов Общественная деятельность	Рутинная работа Некоторые письма Некоторые телефонные звонки «Пожиратели» времени Развлечения

### Упражнение 4. «Пирамида»

*Инструкция.* Чтобы достичь чего-то, мы сначала должны знать, чего мы хотим. Только наличие четкой цели дает возможность достигнуть многого. Не спешите сразу браться за глобальное – начните с того, что сформулируйте главные цели вашей профессиональной жизни, исходя из них, определите долгосрочные цели на ближайшие 5-10 лет, определите 4 главные цели в год, затем определите цель на 1 месяц. И то, что вы делаете в течение дня, недели, месяца, приближает вас к этой крупной и далекой цели. Давайте попробуем выполнить упражнение по системе Бенджамина Франклина. Заполните все предложенные ступени пирамиды под названием «Успех».

#### V. Рефлексия

##### Вопросы

1. Что такое тайм-менеджмент?
2. Какие способы планирования вы знаете?

**ТЕМА 5. «ВНУТРЕННИЕ И ВНЕШНИЕ  
МОТИВЫ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ»**

**Задачи:**

познакомить с понятием и видами мотива;  
диагностировать личные мотивы.

**Ход занятия**

**I. Организационный момент**

**II. Знакомство с задачами и темой занятия**

**III. Теоретическая часть**

При выборе профессии человек может руководствоваться различными мотивами: общественной значимостью профессии, престижем, заработком, возможностью продвижения по службе и т.д. *Мотив* (от лат. *movere* - приводит в движение, толкать) – совокупность внешних и внутренних условий, вызывающих активность субъекта и определяющих направленность деятельности. Именно мотив, побуждая к деятельности, определяет ее направленность, т. е. определяет ее цели и задачи. Все мотивы можно разделить на внутренние и внешние.

Внутренние мотивы выбора той или иной профессии – ее общественная и личная значимость; удовлетворение, которое приносит работа благодаря ее творческому характеру; возможность общения, руководства другими людьми и т.д. Внутренняя мотивация возникает из потребностей самого человека, поэтому на ее основе человек трудится с удовольствием, без внешнего давления.

Внешняя мотивация – это заработок, стремление к престижу, боязнь осуждения, неудачи и т.д. Внешние мотивы можно разделить на положительные и отрицательные. К положительным мотивам относятся: материальное стимулирование, возможность продвижения по службе, одобрение коллектива, престиж, т.е. стимулы, ради которых человек считает нужным приложить свои усилия. К отрицательным мотивам относятся воздействия на личность путем давления, наказаний, критики, осуждения и других санкций негативного характера.

Преобладание внутренних мотивов и положительной внешней мотивации наиболее эффективно с точки зрения удовлетворенности трудом и его производительности.

Выделяют несколько групп мотивов выбора профессии:

1. Социальные (желание своим трудом способствовать общественному процессу, занять достойное место в обществе в соответствии с интересами и возможностями).
2. Моральные (приносить пользу людям, оказывать им помощь, общение).
3. Эстетические (стремление к красоте, гармонии, желание работать по специальности, связанной с прекрасным).
4. Познавательные (связаны со стремлением к овладению специальными знаниями, проникновением в сущность профессиональной деятельности).
5. Творческие (возможность быть оригинальным, неповторимым).

6. Материальные (стремление иметь высокооплачиваемую работу, льготы).
7. Престижные (стремления, позволяющие достичь видного положения в обществе, избрание профессии, обеспечивающей быстрое продвижение по службе, профессии, которая ценится среди друзей и знакомых).
8. Утилитарные (возможность работать в городе, иметь «чистую работу», близко к дому, легкость поступления в вуз, на работу, советы и примеры друзей и знакомых).

Сознательным выбор профессии будет лишь в том случае, если он глубоко мотивирован: человек правильно оценивает свои возможности и знает содержание той деятельности, которую ему предстоит осуществлять.

#### IV. Практическая часть

##### Тест 1. «Мотивы выбора профессии» (Р.В. Овчарова)

Данная методика позволяет определить ведущий тип мотивации при выборе профессии. Текст опросника состоит из двадцати утверждений, характеризующих любую профессию. Необходимо оценить, в какой мере каждое из них влияет на выбор профессии. С помощью методики можно выявить преобладающий вид мотивации (внутренние индивидуально-значимые мотивы, внутренние социально-значимые мотивы, внешние положительные мотивы и внешние отрицательные мотивы).

*Инструкция.* Ниже приведены утверждения. Прочтите и оцените, в какой мере каждое из них влияет на ваш выбор профессии.

Ответы могут быть 5 видов:

- «очень сильно влияет» - 5 баллов;
- «сильно» - 4 балла;
- «средне» - 3 балла;
- «слабо» - 2 балла;
- «никак» - 1 балл.

*Поставьте напротив каждого утверждения соответствующий вашему ответу балл.*

1. Требуется общения с разными людьми.
2. Нравится родителям.
3. Предполагает высокое чувство ответственности.
4. Требуется переезда на новое место жительства.
5. Соответствует моим способностям.
6. Позволяет ограничиться имеющимся оборудованием.
7. Дает возможность приносить пользу людям.
8. Способствует умственному и физическому развитию.
9. Является высокооплачиваемой.
10. Позволяет работать близко от дома.
11. Является престижной.
12. Дает возможности для роста профессионального мастерства.
13. Единственно возможная в сложившихся обстоятельствах.
14. Позволяет реализовать способности к руководящей работе.
15. Является привлекательной.
16. Близка к любимому школьному предмету.

17. Позволяет сразу получить хороший результат труда для других.
18. Избрана моими друзьями.
19. Позволяет использовать профессиональные умения вне работы.
20. Дает большие возможности проявить творчество.

*Обработка данных*

Внутренние индивидуально значимые мотивы: 1, 5, 8, 15, 20.

Внутренние социально значимые мотивы: 3, 7, 12, 14, 17.

Внешние положительные мотивы: 4, 9, 10, 16, 19.

Внешние отрицательные мотивы: 2, 6, 11, 13, 18.

Исследования показывают, что преобладание внутренних мотивов наиболее эффективно с точки зрения удовлетворенности трудом и его производительностью. То же самое можно сказать и относительно положительной внешней мотивации.

**Тест 2. «Определение мотивации» (Методика Е.А. Головахи)**

*Инструкция. Прочитайте суждения о профессиях и выберите два из них, наиболее соответствующие вашим взглядам.*

1. В наибольшей степени реализовать свои физические возможности, проявить силу, ловкость, волевые качества.	4. Проявлять творческую инициативу, полностью раскрыть свои интеллектуальные способности.
2. Достичь высокого общественного положения, известности, славы, получить признание окружающих.	5. Работать в хороших условиях, в таких, чтобы работа не была утомительной, не вызывала отрицательных эмоций.
3. Получать высокий заработок, обеспечивающий хорошие материальные условия.	6. Сохранить достаточно энергии и времени для увлечений, общения с друзьями и близкими.

*Интерпретация результатов.*

Если выбранные вами суждения находятся в левой части таблицы (профессиональная мотивация), значит, в данный момент для вас актуальна профессиональная самореализация (выбор профессии и путей ее получения, профессиональный рост и карьера).

Если выбранные суждения находятся в правой части таблицы (внепрофессиональная мотивация), значит, в данный момент для вас важнее вопросы, не связанные с профессиональной самореализацией (семья, здоровье, личностный рост, который не всегда связан с профессиональным).

Если выбранные вами суждения оказались в разных частях таблицы, значит, ваша мотивация носит противоречивый характер. Решите, что для вас в данный момент важнее – профессиональное самоопределение или другие вопросы.

**V. Рефлексия**

**Вопросы и задания**

1. Проанализируйте список мотивов по отношению к себе, проранжировав их. Ранжирование проводится следующим образом: первое место присваивается наиболее значимым для вас мотивам, второе – вторым по значимости и т.д.

2. Какие профессии соответствуют главным для вас мотивам?

## ТЕМА 6. «ПРОФОРИЕНТАЦИОННЫЕ ИГРЫ»

### Задачи:

познакомить с понятием профориентационной игры;  
повысить у подростков уровень профессиональной зрелости;  
дать возможность участникам соотнести свой образ с различными профессиями

### Ход занятия

- I. Организационный момент**
- II. Знакомство с задачами и темой занятия**
- III. Теоретическая часть**

Каждый человек в своей жизни должен принять несколько ключевых решений, определяющих дальнейшую судьбу, и выбор профессии – это одно из них. С малых лет мы думаем, кем стать. Девочки хотят стать учительницами, врачами или моделями, мальчики мечтают быть автогонщиками, пилотами или бизнесменами. Мы растем, мечты меняются, и приходит время делать выбор. Нужно выбрать учреждение образования, которое позволит воплотить желаемое в реальность. Но многие даже к окончанию школы так и не могут определиться.

Выбор профессии – это достаточно серьезный вопрос, к которому стоит подходить обдуманно и не в последний момент. Нужно обязательно прислушиваться к себе, учитывать личные интересы и владеть информацией о профессиях, пробовать заниматься различными видами спорта, посещать творческие кружки, студии и музыкальные занятия, тогда с большой вероятностью можно сказать, что ответ на вопрос «Как выбрать профессию по душе?» будет найден.

Профориентационные игры и упражнения – один из способов, который позволит в интересной форме познакомиться с многообразием профессий и побывать в роли специалистов различного профиля и направления, выявить свое отношение к различным сферам деятельности, проверить знания о мире профессий.

Профориентационная игра – вид, способ деятельности, направленный на выявление личностных особенностей, интересов и способностей у каждого человека, формирование осознанного выбора профессии.

### **IV. Практическая часть**

#### **Игра 1. «Профессиональный крокодил»**

Содержание. Группа объединяется в две команды. Первой команде необходимо «показать» жестами, мимикой, пантомимикой профессию (не используя слова), второй команде необходимо отгадать данную профессию. Вторая команда сама выбирает область профессий (тип профессий, труда).

#### **Игра 2. «Цепочка профессий»**

Содержание. Участникам игры необходимо составить цепочку профессий.

Инструкция 1. Сейчас мы по кругу выстроим «цепочку профессий». Я назову первую профессию, например, металлург, следующий назовет

профессию, в чем-то близкую металлургу, например, повар. Следующий называет профессию, близкую к повару и т.д. Важно, чтобы каждый сумел объяснить, в чем сходство названных профессий, например, и металлург, и повар имеют дело с огнем, с высокими температурами, с печами.

Окончательное решение о том, удачно названа профессия или нет, принимает группа.

**Инструкция 2.** Один из участников называет какую-либо профессию, например, агроном. Следующий называет профессию, которая начинается на последнюю букву предыдущей профессии, например, менеджер и т.д.

**Игра 3. «Один день из жизни» или «Профессиональный снежный ком»**

**Содержание.** Ведущий определяет вместе с игроками, какую профессию интересно было бы рассмотреть: составить рассказ о типичном трудовом дне нашего работника. Например, «учитель». Это должен быть рассказ только из существительных. К примеру, рассказ о трудовом дне учителя мог бы быть таким: звонок – завтрак – звонок – урок – двоечники – вопрос – ответ – тройка – учительская – директор – скандал – урок – отличники – звонок – дом – постель. Важное условие: прежде, чем назвать новое существительное, каждый игрок обязательно должен повторить все, что было названо до него. Тогда рассказ будет восприниматься как целостное произведение. Чтобы лучше было запоминать названные существительные, необходимо внимательно смотреть на всех говорящих, как бы связывая слово с конкретным человеком.

Список профессий: врач, директор школы, повар, строитель и любые другие профессии.

**Игра 4. «Ловушки – капканчики»**

**Содержание.** Совместно с группой определяется доброволец (определяем пол, возраст, образование, семейное положение), который будет представлять конкретную профессиональную цель (поступление в конкретное УЗ; окончание УЗ, оформление на конкретное место работы или конкретное профессиональное достижение, включая построение карьеры и получение наград, премий и пр.). Задача каждого, зная к каким целям стремится главный герой, определить (или придумать) для него некоторые трудности на пути к профессиональной цели, по очереди их называть (знать способ их преодоления). Главный игрок сразу же (без размышления) должен будет сказать, как можно было бы эту трудность преодолеть. За быстрый и наиболее оптимальный способ решения проблемы игроку ставится «+». Победил тот, у кого больше «+».

**Игра 5. «Персонажи и профессии»**

**Содержание.** Каждый участник по очереди берет из заранее подготовленных двух коробочек с карточками по карточке («Популярные профессии» и «Известные персонажи»). Далее участник рассуждает, как, на его взгляд, смог бы работать данный персонаж по данной профессии: какие у него были бы сильные стороны, какие слабые. Остальные участники могут помогать.

Примеры известных персонажей книг и фильмов:

- Балда из сказки Пушкина;
- Обломов;
- Герасим из "Муму";
- Раскольников;
- Андрей Болконский;
- Гамлет;
- Д'Артаньян;
- Том Сойер;
- Фродо из "Властелина колец";
- Гарри Поттер.

Примеры популярных профессий:

- экономист;
- юрист;
- программист;
- милиционер;
- водитель;
- автомеханик;
- артист;
- модель;
- учитель;
- врач.

#### **Игра 6. «Холодно или горячо»**

Содержание. Участники по очереди загадывают профессии. Остальные (включая и ведущего) стараются отгадать. Для этого задаются наводящие вопросы, в которых отражен характер деятельности по этой профессии:

- Пилит доски?
- Работает на компьютере?
- Дает другим указания?

Загадавший отвечает как в известной игре: «Холодно... Очень холодно... Тепло... Теплее... Горячо... Опять холодно...»

#### **V. Рефлексия**

Вопросы и задания.

1. Что такое профориентационная игра?
2. Какие профориентационные игры вы знаете, каковы их задачи?
3. Были ли трудности в распознавании профессий?

### **ТЕМА 7. «СТРАТЕГИЯ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ»**

#### **Задача:**

познакомить с компонентами успешного выбора профессии

#### **Ход занятия**

#### **I. Организационный момент**

#### **II. Знакомство с задачами и темой занятия**

#### **III. Теоретическая часть**

Жизнь на каждом шагу предлагает примеры того, каких высот достигают люди, способные реализовать себя в современных условиях в связи с планированием, выбором профессионального будущего, устройством своей карьеры. Можно научиться многим и разным делам,

но не всем сразу. Человеку приходится делать выбор. С выбора профессии начинается профессиональное самоопределение, которое связано с планированием, обдумыванием профессионального жизненного пути. Конечно, при планировании профессионального пути невозможно обдумать все заранее. Человек будет делать выбор с учетом предоставляемых жизнью возможностей. Каждый выбирающий профессию оказывается в сложной конкретной обстановке. Приходится принимать во внимание не только сведения об особенностях профессии, но и такие факторы, как: позиция старших членов семьи, позиция сверстников, позиция учителей, способности, умения, уровень притязаний на общественное признание, уровень информированности, склонности к тем или иным видам деятельности, сложившиеся к данному моменту личные профессиональные планы (наличие некоторой программы действий по получению и освоению профессии). Какая стратегия выбора профессии правильная? Какой выбор профессии можно считать успешным? Правильная стратегия – стратегия, в которой совпадают три В: ВОЗМОЖНОСТЬ (наличие способностей и склонностей именно к этой профессии, а также отсутствие медицинских и психологических противопоказаний), ВЛЕЧЕНИЕ (желание выполнять конкретную работу, интерес к ней, увлечённость), ВОСТРЕБОВАННОСТЬ (потребность общества в работниках именно этого профиля, определяется спросом на рынке труда и готовностью работодателей платить достойную зарплату). Другими словами условия успешного выбора - это МОГУ работать в этой сфере, ХОЧУ заниматься этим трудом, НАДО обществу то, что я делаю. Задачей стратегии выбора профессии является эффективное использование наличных ресурсов для достижения основной цели. Тактика поведения является инструментом реализации стратегии и подчинена основной цели стратегии. Стратегия достигает основной цели через решение промежуточных тактических задач по оси «ресурсы – цель». То есть, чтобы прийти к взвешенному решению выбора профессии необходимо:

1. Составить список подходящих профессий, по которым вы хотели бы работать.
2. Составить перечень требований выбираемой профессии и список своих требований к профессии.
3. Определить значимость каждого требования.
4. Оценить соответствие своих индивидуально-психологических качеств требованиям каждой из выбираемых профессий.
5. Проанализировать, какая профессия из всего списка больше других подходит вам по всем пунктам.
6. Проверить результаты, обсудить свое решение с друзьями, родителями, учителями, психологом, профконсультантом.
7. Определить основные практические шаги к успеху

При планировании профессиональной карьеры необходимо выделить следующие моменты:

- главная цель (кем хочу стать, чего хочу достичь, каким хочу быть);
- цепочка ближних и дальних конкретных целей (занятия в кружках, секциях, знакомство с будущей профессией, возможным местом учебы или работы);

- пути и средства достижения целей (знания и умения, связи и деньги);
- внешние условия достижения целей (выбор места учебы или работы, возможные препятствия и пути их преодоления);
- внутренние условия достижения целей (способности, сила воли, здоровье);
- запасные варианты и пути их достижения.

Если ваша цель – выбор профессии в соответствии с вашими возможностями и потребностями, задайте себе следующие вопросы:

- на какой уровень образования (высшее, среднее специальное, курсы) я могу рассчитывать, учитывая свою школьную успеваемость и интеллектуальные возможности, умения;
  - каким должно быть содержание профессии, чтобы мне было интересно работать;
  - какое материальное вознаграждение я хочу получить за свой труд – реальный минимум заработной платы;
  - какой образ жизни я хочу вести: напряженный, когда приходится уделять работе не только рабочее, но и личное время, или свободный, позволяющий много времени отдавать семье, друзьям и любимому делу
- Правильный выбор профессии позволяет реализовать свой творческий потенциал, избежать разочарования, оградить себя и свою семью от нищеты и неуверенности в завтрашнем дне.

#### IV. Задание «Машина времени»

Инструкция. Представьте, что вы перенеслись на несколько лет вперед. Каким вы представляете себе свое профессиональное будущее? Где и кем вы работаете? Опишите свой рабочий день. Какие отношения сложились с коллегами? Все ли вас устраивает? Какие препятствия вам пришлось преодолеть (получение специальности, поиск работы) и каким образом? Кто и как помогал вам в осуществлении ваших планов? Какие личные качества и навыки помогли вам реализовать свои профессиональные планы?

Если вам удалось хотя бы мысленно ответить на эти вопросы, подумайте:

1. Осуществим ли этот образ будущего?
2. Стоит ли тратить время и энергию на его осуществление?
3. Действительно ли вы хотите его осуществить?

Запишите, каким вы хотите видеть ваше профессиональное будущее — конкретно, реалистично, позитивно и к определенному сроку (от шести месяцев до пяти лет).

#### V. Рефлексия

##### Вопросы

1. Что такое стратегия?
2. Какой выбор профессии считается успешным?

## ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ «ПРОФНАВИГАТОР»

### Пояснительная записка

Выбор профессии – одно из важнейших решений, принимаемых человеком в жизни. В определении выбора неоценимую роль играет профориентационная работа. Своё будущее выпускники школ связывают с интересной, престижной работой, которая поможет им состояться как личностям, добиться материального благополучия, экономической независимости. Для этого необходимо, прежде всего, правильно выбрать профессию.

Взросшие требования современного высокотехнологичного производства к уровню профессиональной подготовки кадров актуализируют проблемы профессиональной ориентации молодежи, поскольку профессиональные намерения значительной части выпускников зачастую не соответствуют потребностям экономики Беларуси в кадрах определенной профессии. Рыночные отношения кардинально меняют характер и цели труда: возрастает его интенсивность, усиливается напряженность, необходима подготовка компетентного специалиста, способного к функциональной адаптации в различных сферах деятельности, умеющего самостоятельно проектировать и реализовывать свои образовательные и профессиональные ценности, саморазвиваться на протяжении всей жизни.

Очень важно научить подростков стремиться к успеху в жизни, быть не просто исполнителями, а проявлять максимум усилий для создания нового продукта. Необходимо ежедневно делать шаг на пути к успеху.

Цель. Создание условий для формирования представления учащихся о многообразии профессий, необходимости выбора профессии с учетом не только предрасположенности к определенным видам деятельности, но и ситуации на рынке труда.

Задачи:

познакомить учащихся с системой образования Республики Беларусь;

познакомить с изменениями на рынке труда на современном этапе;

познакомить с основными приемами повышения качества самоподготовки и борьбы со стрессом во время вступительной кампании.

Срок реализации программы.

Программа занятий объединения по интересам реализуется на протяжении смены «Примерь профессию на себя».

Возраст участников программы.

Программа предназначена для учащихся 9-11 классов.

### Методические условия реализации

Обучающий курс рассчитан на 7 учебных занятий: 4 часа теоретических и 3 часа практических. Занятия проводятся три раза в

неделю продолжительностью один академический час каждое. Обучение ведется во временных детских объединениях (ВДО) и предполагает реализацию полученных знаний на практике в процессе организации жизнедеятельности ВДО и в период последствий – по месту жительства и учебы.

В ходе организации образовательного процесса используются лекционные занятия, практикумы, проблемное обсуждение, выполнение упражнений, проведение мини-дискуссий.

Лекционный курс проводится в режиме интерактивного взаимодействия участников.

Итогом проведения занятий по программе объединения по интересам «Профнавигатор» является образовательный форум «Вектор на будущее».

#### Учебно-тематический план

№ п\п	Название темы занятия	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Ориентация в мире профессий. Классификация профессий	1	0,5	0,5
2.	Секреты выбора профессии. Способности и профессиональная пригодность	1	0,5	0,5
3.	Профессиональные компетенции. Профессиональная диагностика	1	0,5	0,5
4.	Профессиограмма как эталонная модель успешного специалиста	1	0,5	0,5
5.	Понятие «Качество жизни». Влияние образования на качество жизни	1	0,5	0,5
6.	Учись учиться: как успешно подготовиться к экзаменам	1	0,5	0,5
7.	Образовательный форум «Вектор на будущее»	1	1	-
ИТОГО		7	4	3

#### Содержание Программы

**Тема 1.** Ориентация в мире профессий. Классификация профессий.

Типы профессий. Классы профессий. Отделы профессий. Группы профессий.

**Практическое задание.** Упражнение «Профессиональные пробы».

**Тема 2.** Секреты выбора профессии. Способности и профессиональная пригодность.

Секреты выбора профессии: «Хочу» - «Могу» - «Надо».

Общие и специальные способности. Профессионально важные качества. Профпригодность. Здоровье человека и выбор профессии.

**Практическое задание.** Задание «Хочу. Могу. Надо»

**Тема 3. Профессиональные компетенции. Профессиональная диагностика.**

Понятие «Компетенция». Профессиональная компетенция. Подходы к понятию профессиональных компетенций.

**Практическое задание.** Составление описания профессиональной компетенции. Опросник профессиональных склонностей. Упражнение «Профессиональная пригодность».

**Тема 4. Профессиограмма как эталонная модель успешного специалиста.**

Понятие «Профессиограмма». Характеристика профессии. Медицинские противопоказания. Родственные профессии.

**Практическое задание.** Составление профессиограммы.

**Тема 5. Понятие «Качество жизни». Влияние образования на качество жизни.**

Понятие «Качество жизни». Понятие «Уровень жизни». Индекс качества жизни. Качество образования.

**Практическое задание.** Дискуссионная площадка «Осознанный выбор: оправдана ли гонка за высшим образованием». Упражнение «Пять шагов».

**Тема 6. Учись учиться: как успешно подготовиться к экзаменам.**

Правила эффективной самоподготовки. Как избежать волнения.

**Практическое задание.** Упражнение «А вот и я!», тест «Умеете ли вы учиться?», составление собственного списка успешной подготовки к экзаменам, упражнение «Мой секрет успешной подготовки к экзаменам».

**Тема 7. Образовательный форум «Вектор на будущее»**

### **Предполагаемый результат**

За время пребывания в центре у учащихся будет сформировано представление о необходимости получения профессионального образования, о роли саморазвития в процессе профессиональной самореализации.

В результате освоения программы объединения по интересам учащиеся должны:

#### **Знать:**

- степень влияния образования на качество жизни;
- типологию профессий;
- понятие профессиональной компетенции;
- пути получения образования;
- способы составления профессиограммы;
- особенности вступительной кампании.

#### **Уметь:**

- определять факторы, влияющие на выбор профессии;
- составлять описание профессиональной компетенции;
- пользоваться средствами массовой информации для поиска работы;

составлять личный профессиональный план;  
составлять профиограммы.

## **ЗАНЯТИЕ 1. ОРИЕНТАЦИЯ В МИРЕ ПРОФЕССИЙ. КЛАССИФИКАЦИЯ ПРОФЕССИЙ**

**Цель.** Ознакомление воспитанников с основными типами профессий.

### **Задачи:**

определить основные факторы, влияющие на выбор профессии;  
способствовать определению воспитанниками собственного типа профессии;

способствовать развитию понимания соотносить свои способности и желания;

познакомить учащихся со спросом и предложениями по профессиям, востребованными на рынке труда Республики Беларусь.

### **Ход занятия**

#### **1. Введение**

Педагог предлагает учащимся выполнить задание в «Рабочей тетради», которое заключается в следующем: необходимо по 10-бальной системе оценить важность (лично для каждого учащегося) выбора будущей профессии. После того, как каждый выполнит задание, рекомендуется обобщить данные, продемонстрировать их на доске. (*Обсуждение полученного результата*). Далее продолжается обсуждение и работа в «Рабочих тетрадях». Учащимся предлагается записать пять причин, почему они так считают, а также чем они будут руководствоваться при выборе будущей профессии. После выполнения задания педагог предлагает учащимся озвучить и обсудить результаты. (*Организация обсуждения*).

Задание: на доске педагог записывает (или демонстрирует на слайде) перечень факторов, влияющих на выбор человеком профессии. Педагог предлагает учащимся выделить три основных (по их мнению) фактора, в «Рабочих тетрадях» напротив выбранных факторов поставить цифры 1, 2, 3 и в процессе обсуждения обосновать свой выбор.

Перечень факторов, влияющих на выбор человеком профессии:

- наличие склонностей;
- наличие способностей;
- предпочтения;
- мнение семьи;
- мнение сверстников;
- личный профессиональный план;
- знания о профессии;
- популярность данной профессии;
- востребованность профессии на рынке труда;
- потребности общества.

Педагогу необходимо подвести детей к мысли о том, что выбор будущей профессии является важным процессом для каждого человека, равнодушного к своему будущему. Выбор профессии – процесс достаточно сложный, который требует определенного объема знаний

как о себе самом, о своих возможностях и способностях, так и о мире профессий.

## 2. Основная часть. Знакомство с классификацией профессий

Классификация – это осмысленный порядок вещей, явлений, разделение их на разновидности по каким-то важным признакам. Классификация профессий – объединение сходных профессий в различные группы по каким-либо признакам.

1. Профессии можно разделить на 2 группы по характеру труда – физического и умственного, или исполнительского и творческого. Профессии исполнительского класса связаны с выполнением решений, работой по заданному образцу, соблюдений имеющихся правил и нормативов, следованиям инструкциям, стереотипным подходам к решению проблем (кассир, телефонист, водитель, продавец, машинист). В большинстве случаев профессии этого класса не требуют высшего образования.

Профессии творческого класса связаны с анализом, исследованием, испытанием, контролем, планированием, организацией и управлением, проектированием, разработкой новых образцов, принятием нестандартных решений; требуют независимого и оригинального мышления, высокого уровня умственного развития и, как правило, высшего образования (врач, менеджер, программист, учитель, юрист).

2. Профессии различают по уровню квалификации, требующемуся от специалиста:

- высшего образования – инженер, врач, учитель;
- высокой квалификации от работника, получаемой в системе среднего специального образования – оператор, бухгалтер;
- массовые профессии, требующие квалификации – агент, продавец;
- профессии, не требующие квалификации – подсобный рабочий, грузчик, сторож, техник.

3. Существует и квалификация по уровню жесткости требований, предъявляемых к человеку, когда профессии делятся на массовые (которыми может овладеть практически любой человек) и такие где от человека требуются определенные качества (космонавт, дегустатор, артист).

4. Есть классификация профессий по отраслям хозяйства (например, промышленность, строительство, медицина и др.).

5. Наиболее известная и интересная классификация по типам профессий была предложена академиком Е. А. Климовым и детально разработана его сотрудниками.

### Типы профессий.

а) Предмет труда – техника, система «человек-техника» (Ч-Т). Это профессии, связанные с производством и техническим обслуживанием. Это, как правило, рабочие специальности: водитель, слесарь, токарь, столяр, строитель, наладчик автоматизированного оборудования и т. д.

б) Предмет труда – животный и растительный мир, система «человек – природа» (Ч-П). Это профессии, связанные с сельским хозяйством, лесной отраслью, природоохранной деятельностью,

биотехнологиями, метеорологией, геодезией и т. д. Пример: эколог, геолог, биолог, зоотехник, егерь.

в) Предмет труда – схемы, знаки, устная и письменная речь, цифры, ноты, химические и физические символы, а система «человек – знак» (Ч-Зн.). Этот вид деятельности относится к умственному труду. Пример: бухгалтер, оператор ПК, физик, кассир и т. д.

г) Предмет труда – изобразительная, музыкальная, литературно-художественная, актерская деятельность, а система «человек – художественный образ» (Ч-Хо). Пример: дизайнер, декоратор, визажист, журналист, вокалист и т. д.

д) Предмет труда – человек, система (тип) «человек – человек» (Ч-Ч). В процессе своей деятельности одни люди постоянно и непосредственно общаются с другими людьми, то есть, главное содержание труда сводится к взаимодействию между людьми. К этому типу относятся профессии, связанные с медицинским обслуживанием, обучением и воспитанием, бытовым обслуживанием, правовой защитой. Это такие профессии, как врач, медсестра, воспитатель, учитель, продавец, проводник, участковый инспектор.

**Классы профессий.** Внутри типы профессии делятся на классы в соответствии с целями труда (конечная цель):

а) Гностические (от лат. «gnosis»). Цель – узнать, распознать, проконтролировать, классифицировать, проверить по заранее известному признаку.

б) Преобразующие. Цель – изготовить по образцу.

в) Изыскательские. Цель – придумать, изобрести, вывести новую схему или формулу.

Инженер-конструктор придумывает схему новой машины, выполняя рабочие чертежи. Цель – изобрести. Это изыскательская профессия. Инженер-технолог контролирует процесс по созданным схемам, выдает рекомендации по улучшению работы. Цель – преобразовать. Это преобразующая профессия.

Инженер-испытатель проводит проверку опытного образца с тем, чтобы в серийное производство попала машина с наименьшим числом дефектов. Цель – проверить. Это гностическая профессия.

**Отделы профессий.** Классы профессий подразделяются на отделы, в зависимости от орудий труда:

а) С использованием ручных орудий труда; это, в основном, рабочие специальности, например, каменщик – мастерок, маляр – кисть и т. д.

б) С использованием машин с ручным и ножным управлением; пример: машинист, водитель.

в) С использованием автоматизированного оборудования; пример: оператор персонального компьютера.

г) С использованием функциональных возможностей (средств) организма; пример: профессиональные спортсмены, актеры, дикторы и т. д.

**Группы профессий.** Профессии также делятся на группы в зависимости от условий труда:

а) Труд в обычных бытовых условиях. Например, бухгалтер, учитель и т. д.

б) Труд на открытом воздухе. Например, строители, работники сельского хозяйства и т. д.

в) Труд в необычных условиях. Например, водолазы, шахтеры и т. д.

г) Труд, сопряженный с повышенной моральной ответственностью за здоровье, жизнь человека или за большие материальные ценности. Пример: инкассаторы, врачи и т. д.

### 3. Практическая часть

#### Упражнение «Профессиональные пробы»

Педагог предлагает объединиться в 5 групп, каждая из которых является командой специалистов, представляющих один из типов профессий. Далее происходит распределение поручений между соответствующими группами. Педагог предлагает учащимся принять участие в «профессиональных пробах».

«Техникам» необходимо создать макет здания, которое можно построить в «Зубренке». Свой проект необходимо представить.

Группа «Человек-человек» представляет собой рекламное агентство, которому необходимо оригинально презентовать продукт, которым является вешалка для верхней одежды.

Группа «Человек-художественный образ» должна пантомимой что-либо изобразить. Все остальные участники отгадывают, что это может быть.

Группе «Человек-знак» предлагается несколько головоломок, которые необходимо разгадать.

К предложенным словам необходимо подобрать анаграммы. Анаграмма – это перестановка букв в слове, приводящая к новому слову. Например, луг – гул, адрес – среда и др.

Набор слов, к которым нужно подобрать анаграммы: верность, водопад, выбор, вход, материк, потеха, слово, стирка, уборка. (*Ответ: ревность, подвода, обрыв, вдох, метрика, пехота, волос, старик, кобура.*)

Группе «Человек-природа» необходимо придумать ландшафтный объект, который можно разместить на территории «Зубренка».

Затем группы презентуют результаты своей работы. По окончании презентации педагог предлагает учащимся определить качества, которыми необходимо обладать представителям каждого типа профессии. Сначала называют участники, затем ребята из других групп, потом педагог дополняет их варианты.

Профессии типа «Человек-техника»: точность, творчество, интерес к технике, техническое мышление, аккуратность, высокая дисциплина. Обязательно обсудите, почему именно эти качества присущи данному типу.

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

Профессии типа «Человек-знак»: способность сосредотачиваться, усидчивость и др.

Профессии типа «Человек-художественный образ»: хороший вкус, творческое воображение, богатая фантазия, наличие специальных способностей.

Профессии типа «Человек-природа»: любовь к природе, энтузиазм, наблюдательность, склонность к ведению записей.

#### 4. Рефлексия. Подведение итогов

Педагог предлагает воспитанникам ответить на следующие вопросы:

При выполнении какого задания вы чувствовали себя максимально уверенно?

Узнали ли вы что-то новое о профессиях?

Задумались ли вы о качествах, которые необходимо в себе развивать?

Что вы ожидаете от смены?

### ЗАНЯТИЕ 2. СЕКРЕТЫ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ. СПОСОБНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРИГОДНОСТЬ

**Цель.** Формирование установки на необходимость профессионального самоопределения.

#### **Задачи:**

развивать навыки работы с диагностическим материалом;  
поддерживать убеждения в необходимости развития способностей, нужных для получения избираемой профессии, с учетом потребностей экономики, бизнеса и общества в квалифицированных кадрах;

способствовать воспитанию осознанного подхода к выбору профессии.

#### **Ход занятия**

##### **1. Повторение пройденного материала**

##### **2. Введение. Актуализация знаний учащихся**

Как правильно выбрать будущую профессию? Ведь, по сути, выбирая профессию, каждый выбирает свое будущее. Если провести опрос людей, которые уже определились со сферой деятельности, то вряд ли можно будет составить единый перечень правил, которые однозначно помогли бы определиться с будущей деятельностью. Здесь, как говорится, все индивидуально. Однозначно одно – чем больше выпускники школ будут знать о мире профессий, тем больше и глубже они будут задумываться перед тем, как сделать серьезный выбор в своей жизни.

#### **Задание «Моя будущая профессия»**

Педагог предлагает учащимся в рабочих тетрадях написать название своей будущей профессии. Далее на доске выписывается перечень профессий и составляется их рейтинг.

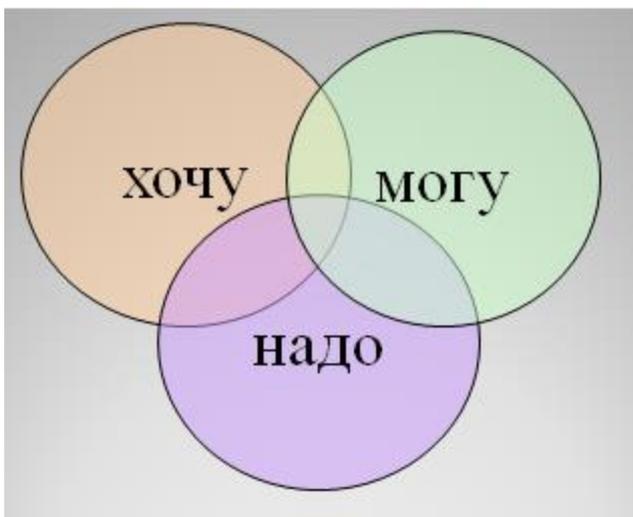
Организуется анализ полученных результатов по следующим критериям:

- чем определялся ваш выбор профессии?
- имеются ли у вас необходимые личностные и профессиональные качества?
- можно ли развить личностные качества? Каким образом?

– можно ли развить профессиональные качества? Каким образом?

– необходимы ли обществу в таком количестве те или иные специалисты?

Педагог должен подвести учащихся к тому, что к выбору профессии необходимо подходить взвешенно. Существует один неоспоримый совет, которому советуют следовать психологи при выборе будущей профессии: «Если пытаетесь выбрать профессию, подумайте о том, что бы вы делали, если бы не нужно было работать».



### Секреты выбора профессии

В жизни каждого человека наступает момент, когда приходится решать, где продолжать учиться или куда пойти работать, т. е., практически выбрать профессию, а вместе с этим и свой жизненный путь. При многих обязанностях

человека в обществе о нем судят, прежде всего, по его профессиональной деятельности. Как найти себя в этой жизни? Что поможет нам сделать тот единственный, правильный выбор?

Существует три главных требования, которым должна удовлетворять выбранная профессия. Во-первых, профессия должна быть интересной. Во-вторых, чтобы можно было найти работу по специальности. И, в-третьих, чтобы профессия соответствовала вашим возможностям.

Итак, три главных составляющих условия выбора профессии:

«**хочу**» – это личные цели и ценности (профессиональные интересы и склонности);

«**могу**» – познание себя, своих возможностей, способностей, состояния здоровья;

«**надо**» – знание профессиональной сферы, путей и средств достижения цели, потребностей рынка труда.

Следовательно, для того, чтобы правильно выбрать себе профессию, человеку необходимо сориентироваться в трех вещах:

– необходимо определить свои профессиональные интересы и склонности, т. е. условно это можно назвать «я хочу»;

– оценить свои профессиональные качества: здоровье, квалификацию и способности, которые определяют профессиональную пригодность и возможности. То, что условно можно назвать «я могу»;

– узнать, какие профессии пользуются спросом на рынке труда, какие из них перспективные, по каким профессиям наиболее востребованы специалисты, т. е. что сегодня «надо» обществу.

Ответственность за правильный выбор профессии лежит на самом человеке. Только в том случае, если человек сумеет совместить свое «хочу», «могу» и «надо», его профессиональный выбор будет удачным, и отдача от такого человека в процессе профессиональной деятельности будет, как показали исследования, все 100%.

Если же нет интереса к профессии, то полезная отдача от такого человека – 85%, а если нет интереса и способностей, а только отдельные умения и навыки, то лишь 30%.

### **3. Практическая часть**

#### **Задание «Хочу. Могу. Надо» (работа в тетрадах)**

Учащимся предлагается подумать и выбрать свою будущую профессию, исходя из своих желаний. Т. е., каждый должен определить, кем он себя представляет, если бы в основе выбора его будущей профессии лежало бы только «Хочу». Далее учащимся необходимо определить свою будущую профессию, исходя из своих возможностей, т. е., «Могу». Также учащиеся должны определить, кем бы они работали, учитывая состояние рынка труда, т. е., исходя из позиции «Надо».

Все три профессии необходимо записать в соответствующие круги. В центр (место пересечения плоскостей всех трех кругов) необходимо записать профессию (если такова имеется), которая указывается два или все три раза.

После выполнения задания организуется обсуждение:

Почему профессии совпадают (не совпадают)?

От чего это зависит?

Какой результат можно получить, если при выборе будущей профессии не учитывать принцип «Хочу. Могу. Надо»?

О чем говорит совпадение (несовпадение) записанных профессий?

#### **Несколько правил при выборе профессии:**

Обдумайте, чего вы хотите от будущей профессии.

Учитывайте свои склонности, способности, интересы и желания.

Если не уверены в своих достижениях, спросите об этом у окружающих.

Пройдите профориентационное тестирование.

Учитывайте состояние своего здоровья.

Подробно изучите профессиограммы.

Проанализируйте рынок труда.

Проанализируйте финансовое положение вашей семьи.

Прислушивайтесь к советам, но делайте выбор самостоятельно.

Проанализируйте будущую финансовую стабильность.

Пообщайтесь с людьми, которые работают по интересующим вас профессиям.

Оцените свои профессиональные качества.

#### **Способности и профессиональная пригодность**

*(Данный блок воспитатель на свое усмотрение может дополнить разнообразными приемами активизации деятельности детей)*

Каждый человек от рождения имеет особенности строения тела, органов чувств и мозга. Эти особенности еще называют «задатками», то есть заранее данными от природы качествами. К задаткам относят силу, уравновешенность и подвижность нервных процессов, скорость и точность реакции, врожденные особенности зрения и слуха.

Хорошая память и внимание могут быть даны человеку от природы, но их можно и развить специальными упражнениями. На основании одних и тех же задатков возникают различные способности.

**Способности** – это индивидуально-психологические особенности человека.

Способности бывают **общие** и **специальные**.

К **общим** относят способности, которые есть у всех людей (но развиты у каждого в разной степени) и которые важны для самых разных видов деятельности.

Например, **физические способности** необходимы представителям многих профессий. Сотрудник правоохранительных органов, официант, массажист, тренер должны быть сильными, выносливыми и ловкими. Высокий уровень физического развития необходим и тем, кто выбрал профессии, связанные с военной службой, охраной, спортом, пожарными, водолазными и аварийно-спасательными работами.

Высокий уровень общего **умственного или интеллектуального развития** является условием успешной работы учителя, врача, юриста, психолога, инженера, экономиста, программиста и т. п. Уровень умственного развития определяется как природными задатками и наследственностью человека, так и его жизненным опытом, образованием, воспитанием и чертами характера. Тип мышления – это индивидуальный способ преобразования информации. Зная свой тип мышления, можно прогнозировать успешность в определенных видах профессиональной деятельности.

**Коммуникативные способности** для большинства профессий не менее важны, чем другие. Многие профессии связаны с обслуживанием, обучением, воспитанием других людей если не прямо, то косвенно. Успешность юриста, врача, учителя, менеджера во многом зависит от их эмоциональной устойчивости и умения общаться.

С помощью тестов можно оценить уровень развития некоторых общих способностей.

Однако существуют способности, наличие или отсутствие которых может определить только специалист. Это – **специальные способности** – артистические, литературные, математические, лингвистические, музыкальные, – определяющие успешность в конкретных видах деятельности.

Каждому человеку свойственны определенные способности. По тому, насколько они соответствуют требованиям, предъявляемым конкретной профессией к человеку, обычно и судят о его **профессиональной пригодности**.

Требования профессии называют еще **профессионально важными качествами**.

Работа врача, учителя, продавца требует от человека доброжелательности, отзывчивости, умения контролировать свои эмоции. Для диспетчера или оператора профессионально важными качествами являются хорошее внимание, умение работать с разнородной информацией и оперативно принимать решение. Оперативный работник, сотрудник МЧС, пожарный должны быть эмоционально устойчивыми и хладнокровными, обладать мгновенной реакцией, силой и выносливостью. Недостаток этих качеств может стоить им здоровья или жизни.

Как быть, если у человека нет всех способностей, необходимых для избранной профессии? В этом случае возможны два пути: или изменить выбор, или компенсировать недостающие или слабовыраженные способности полезными привычками и эффективными приемами организации труда. Забывчивость можно компенсировать систематическим ведением различных записей, медлительность – тщательностью выполнения работы, слабость пространственного и образного мышления – использованием макетов и наглядных пособий.

Но есть универсальные качества, например, порядочность и ответственность, которые ничем нельзя компенсировать. Непорядочный или безответственный человек на своем рабочем месте способен создать много проблем, и чем выше его должность, тем он опаснее для окружающих.

#### **Занимательный факт**

*По данным социологических исследований, примерно половина людей, стоящих перед выбором профессии, собирается управлять другими людьми или финансами и планирует стать менеджером, предпринимателем или просто руководителем. Хотя мировой опыт свидетельствует, что только 5-7% трудоспособного населения имеет необходимые склонности и способности к такого рода деятельности.*

Высший уровень профессиональной пригодности называют **призванием**. Это не только абсолютное совпадение требований профессии и личностных, физиологических, интеллектуальных особенностей человека, но и ярко выраженный интерес к этому виду деятельности, граничащий с любовью.

Обычный человек использует только 10% своих физических и умственных способностей. Разница между той долей способностей, которую он использует, и той, которая действительно имеется в его распоряжении, – это разница между тем, что он есть, и тем, кем он может быть.

#### **Здоровье человека и выбор профессии**

Общее понятие здоровья (по определению Всемирной организации здравоохранения) включает в себя, кроме физического здоровья, душевное и социальное благополучие. Если трудовая деятельность соответствует физическим возможностям человека, то она благоприятно сказывается на общем состоянии здоровья. И наоборот, неправильно выбранная профессия может привести к резкому

ухудшению здоровья, снижению трудоспособности, а порой и к ее полной потере.

Каждый поступающий на работу или учебу человек проходит медицинский осмотр. Чтобы заключение врача не расстроило ваши жизненные планы, мечты, к медицинскому отбору надо готовиться заранее. Намечая для себя профессиональную деятельность, надо учесть факторы, неблагоприятно влияющие на организм в процессе ее выполнения.

Это могут быть:

*большие физические нагрузки;*

*постоянно низкая или высокая температура;*

*повышенная запыленность воздуха;*

*контакт с токсическими веществами, шум, вибрация и др.*

По своему влиянию на организм человека все профессии и специальности можно условно разделить на шесть групп:

**Первая группа** включает профессии, в условиях работы которых полностью отсутствуют неблагоприятные производственные факторы. Это многочисленная группа профессий: продавец промышленных товаров, оператор ЭВМ, менеджер, художник-модельер и др. Рекомендовать их можно почти всем лицам, имеющим к ним склонность и способности.

Профессии **второй** группы отличает непостоянное или умеренное воздействие какого-либо неблагоприятного производственного фактора, например, повышенной или пониженной температуры воздуха, влажности. Профессии этой группы (повар, продавец овощного магазина и др.) могут быть рекомендованы только тем, у кого хорошо развита терморегуляция, нет заболеваний сердечно-сосудистой системы и органов дыхания и нет склонности к простудным заболеваниям.

**Третья** группа включает такие профессии и специальности, для которых характерно воздействие не одного, а нескольких неблагоприятных производственных факторов. Поэтому, даже если воздействие каждого из факторов незначительное, оно усиливается их взаимодействием. К таким профессиям можно отнести ткачиху (повышенная температура воздуха, запыленность, интенсивный постоянный шум), печатника (запыленность воздуха, постоянный шум) и др. Эти профессии не могут быть рекомендованы лицам с заболеваниями сердечно-сосудистой и дыхательной систем, органов слуха. Допустимые нормы отклонений от общего нормального физического состояния тут значительно выше, чем во второй группе.

К **четвертой** группе относятся профессии и специальности с тяжелыми и вредными условиями труда, например, сталевар, шахтер, аппаратчик химического производства, водолаз и др. К работе допускаются только лица, достигшие 18-летнего возраста. Причем индекс общего физического состояния организма у них должен быть очень высок.

**Пятая** группа – это профессии и специальности, предметы труда которых требуют особо бережного отношения со стороны работника. Так, чтобы исключить возможность заражения детей, продуктов питания и т. п., к контакту с ними не допускаются бациллоносители или

люди с хроническими инфекционными заболеваниями. Это в равной мере относится к таким профессиям, как воспитатель детского сада, повар, кондитер, фармацевт и др.

**Шестая** группа – это профессии и специальности, требующие повышенной напряженности работы определенных органов. И если эти органы недостаточно выносливы и здоровы у человека, то такая производственная деятельность ему **противопоказана**.

Например:

нарушения органов зрения – чертежник, сборщик часов, вышивальщица, сборщик микросхем;

органов слуха – стенографистка, автослесарь; органов обоняния – повар и др.

#### 4. Рефлексия. Подведение итогов занятия

### ЗАНЯТИЕ 3. ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА

**Цель.** Формирование представления о профессиональной компетенции.

**Задачи:**

научить составлять описание профессиональной компетенции;  
способствовать развитию умения объективной оценки собственных качеств, знаний и умений;

способствовать воспитанию осознанного подхода к выбору профессии.

#### Ход занятия

##### 1. Повторение пройденного материала

Педагог предлагает учащимся вспомнить, какие основные типы профессий можно выделить.

##### 2. Введение. Знакомство с понятием «компетенция»

Педагог предлагает учащимся ответить на вопросы:

Что такое, по вашему мнению, компетенция?

Кого можно назвать компетентным человеком? Почему?

Считаете ли вы себя компетентным в каком-либо вопросе?

##### 3. Основная часть

##### Профессиональные компетенции

*Профессиональная компетенция* – способность сотрудника выполнять задачи в соответствии с заданными стандартами.

Каждая профессиональная компетенция может быть описана с помощью определенных индикаторов. Они представляют собой стандарты поведения человека.

Существуют два подхода к понятию профессиональных компетенций: личностный и функциональный. Личностный подход включает знания, умения и способности специалиста.

Функциональный подход не учитывает, за счет чего будет достигнут результат: опыта или знаний, способностей или повышенной мотивации работника – главное, что работа будет выполнена на должном уровне. В современной практике термин «профессиональная компетенция» чаще всего определяет способность субъекта профессиональной деятельности выполнять задачи с заданными стандартами.

**4. Практическая часть****Практикум «Составление описания профессиональной компетенции»**

Для того, чтобы глубже понять степень того, насколько вы подходите для той или иной работы, можно попробовать составить описание одной из компетенций выбранной профессии. Сначала необходимо совместно с учащимися составить описание любой профессии. Например, переводчика. Описание формируется по следующим пунктам:

- требуемые знания;
- требуемые умения;
- требуемые навыки;
- знания, требуемые в конкретной области применения (например, переводчик с испанского);
- прикладные знания.

Ниже представлено практическое содержание каждого пункта. (Можете дополнить своими содержательными частями): высокий уровень активного владения языком оригинала и языком перевода, быстрота реакции, четкая дикция, умение сосредоточиться, помехоустойчивость, психическая устойчивость, хорошая физическая форма, спокойствие, общительность, умение не растеряться на публике, глубокое знание языка оригинала, включая фразеологию, знание основной терминологии современной науки и техники на языке оригинала и на языке перевода, профессиональное владение письменной формой языка перевода, элементарная грамотность, владение компьютером и компьютерными программами на уровне, достаточном для работы с переводимыми текстами, владение Интернетом для оперативного получения и отправки переводимых материалов, умение находить информацию в Интернете, усидчивость, умение работать со словарями и справочниками.

**5. Профессиональная диагностика**

**Педагог.** А сейчас я предлагаю вам пройти несколько тестов на определение профессиональных склонностей.

**Опросник профессиональных склонностей**

**Инструкция.** Для того, чтобы определить свои профессиональные склонности, выберите один из трех вариантов – «а», «б» или «в» – и отметьте его в бланке.

**Образец бланка**

1	А			Б		В
2		А		Б	В	
3	А	Б		В		
4			А		Б	В
5	А	Б	В			
6	А	Б				В
7		А	Б	В		
8	А				Б	В
9		А		Б	В	

10				А	Б	В
11	А	Б	В			
12			А	Б	В	
13	А				Б	В
14		А		Б	В	
15	А		Б		В	
16	А		Б			В
17				А	Б	В
18	А	Б	В			
19			А		Б	В
20	А		Б			В
21		А	Б	В		
22		А	Б	В		
23		А		Б		В
24	А				Б	В
Сумма баллов	I	II	III	IV	V	VI

**1. Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности:**

- а) общаться с самыми разными людьми;
- б) снимать фильмы, писать книги, рисовать, выступать на сцене и т. д.

в) заниматься расчетами; вести документацию.

**2. В книге или кинофильме меня больше всего привлекает:**

- а) возможность следить за ходом мыслей автора;
- б) художественная форма, мастерство писателя или режиссера;
- в) сюжет, действия героев.

**3. Меня больше обрадует Нобелевская премия:**

- а) за общественную деятельность;
- б) в области науки;
- в) в области искусства.

**4. Я скорее соглашусь стать:**

- а) главным механиком;
- б) начальником экспедиции;
- в) главным бухгалтером.

**5. Будущее людей определяют:**

- а) взаимопонимание между людьми;
- б) научные открытия;
- в) развитие производства.

**6. Если я стану руководителем, то в первую очередь займусь:**

- а) созданием дружного, сплоченного коллектива;
- б) разработкой новых технологий обучения;
- в) работой с документами.

**7. На технической выставке меня больше привлечет:**

- а) внутреннее устройство экспонатов;
- б) их практическое применение;
- в) внешний вид экспонатов (цвет, форма).

**8. В людях я ценю, прежде всего:**

- а) дружелюбие и отзывчивость;
- б) смелость и выносливость;
- в) обязательность и аккуратность.

**9. В свободное время мне хотелось бы:**

- а) ставить различные опыты, эксперименты;
- б) писать стихи, сочинять музыку или рисовать;
- в) тренироваться.

**10. В зарубежных поездках меня скорее заинтересует:**

- а) возможность знакомства с историей и культурой другой страны;
- б) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи);
- в) деловое общение.

**11. интереснее беседовать о:**

- а) человеческих взаимоотношениях;
- б) новой научной гипотезе;
- в) технических характеристиках новой модели машины, компьютера.

**12. Если бы в моей школе было всего три кружка, я бы выбрал:**

- а) технический;
- б) музыкальный;
- в) спортивный.

**13. В школе следует обратить особое внимание на:**

- а) улучшение взаимопонимания между учителями и учениками;
- б) поддержание здоровья учащихся, занятия спортом;
- в) укрепление дисциплины.

**14. Я с большим удовольствием смотрю:**

- а) научно-популярные фильмы;
- б) программы о культуре и искусстве;
- в) спортивные программы.

**15. Мне хотелось бы работать:**

- а) с детьми или сверстниками;
- б) с машинами, механизмами;
- в) с объектами природы.

**16. Школа в первую очередь должна:**

- а) учить общению с другими людьми;
- б) давать знания;
- в) обучать навыкам работы.

**17. Главное в жизни:**

- а) иметь возможность заниматься творчеством;
- б) вести здоровый образ жизни;
- в) тщательно планировать свои дела.

**18. Государство должно, в первую очередь, заботиться о:**

- а) защите интересов и прав граждан;
- б) достижениях в области науки и техники;
- в) материальном благополучии граждан.

**19. Мне больше всего нравятся уроки:**

- а) труда;

- б) физкультуры;
- в) математики.

**20. Мне интереснее было бы:**

- а) заниматься сбытом товаров;
- б) изготавливать изделия;
- в) планировать производство товаров.

**21. Я предпочитаю читать статьи о:**

- а) выдающихся ученых и их открытиях;
- б) интересных изобретениях;
- в) жизни и творчестве писателей, художников, музыкантов.

**22. Свободное время я люблю:**

- а) читать, думать, рассуждать;
- б) что-нибудь мастерить, шить, ухаживать за животными, растениями;
- в) ходить на выставки, концерты, в музеи.

**23. Большой интерес у меня вызовет сообщение о:**

- а) научном открытии;
- б) художественной выставке;
- в) экономической ситуации.

**24. Я предпочту работать:**

- а) в помещении, где много людей;
- б) в необычных условиях;
- в) в обычном кабинете.

**Обработка.** Подсчитайте число обведенных букв в каждом из шести столбцов и запишите эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

10-12 баллов – ярко выраженная профессиональная склонность.

7-9 баллов – склонность к определенному виду деятельности.

4-6 баллов – слабо выраженная профессиональная склонность.

0-3 баллов – профессиональная склонность не выражена.

Шесть столбцов – это шесть видов деятельности. Обратите внимание на те виды деятельности, которые набрали большее количество баллов. Совпадает ли ваш выбор профессии с полученными результатами?

1 – склонность к работе с людьми. Профессии, связанные с управлением, обучением, воспитанием, обслуживанием (бытовым, медицинским, справочно-информационным). Людей, успешных в профессиях этой группы, отличает общительность, способность находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения.

2 – склонность к исследовательской (интеллектуальной) работе. Профессии, связанные с научной деятельностью. Кроме специальных знаний такие люди обычно отличаются рациональностью, независимостью суждений, аналитическим складом ума.

3 – склонность к практической деятельности. Круг этих профессий очень широк: производство и обработка металла; сборка, монтаж приборов и механизмов; ремонт, наладка, обслуживание электронного и механического оборудования; монтаж, ремонт зданий, конструкций; управление транспортом; изготовление изделий.

4 – склонность к эстетическим видам деятельности. Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий кроме специальных способностей (музыкальных, литературных, актерских) отличает оригинальность и независимость.

5 – склонность к экстремальным видам деятельности. Профессии, связанные с занятиями спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельностью, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью, волевым качествам.

6 – склонность к планово-экономическим видам деятельности. Профессии, связанные с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом текстов и их преобразованием (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертежник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

#### **Упражнение «Профессиональная пригодность»**

Учащимся предлагается составить рейтинг своих самых сильных сторон с точки зрения профессиональной пригодности.

#### **6. Рефлексия. Подведение итогов**

### **ЗАНЯТИЕ 4. ПРОФЕССИОГРАММА КАК ЭТАЛОННАЯ МОДЕЛЬ УСПЕШНОГО СПЕЦИАЛИСТА**

**Цель.** Формирование представления о профессиограммах и их составлении.

#### **Задачи:**

развивать умение анализировать составляющие профессии;  
научить составлять профессиограммы;  
воспитывать понимание необходимости составления личного плана.

#### **Ход занятия**

##### **1. Повторение пройденного материала.**

##### **2. Активизация внимания учащихся.**

#### **Упражнение «Автопортрет»**

Каждый учащийся должен нарисовать в рабочих тетрадях на определенной странице самого себя (сделать автопортрет). Рисунок должен быть на всю страницу, по центру. Нарисовано должно быть только лицо. Желательно нарисовать его быстро, как бы «на одном дыхании». Далее педагог собирает тетради, перемешивает их. После этого тетради раздаются учащимся в случайном порядке. Учащиеся должны посмотреть на полученное изображение и постараться понять, что это за человек, на что он способен, при этом не требуется узнавать, кто здесь нарисован. В отведенном месте необходимо написать одну профессию, которая, по мнению учащегося, больше всего соответствует изображенному лицу. После этого тетради передаются по кругу. Если учащийся получает свою собственную тетрадь, то ему также необходимо подобрать к рисунку профессию. Таким образом, все

тетради должны пройти круг. Профессии в одной тетради могут повторяться.

Далее педагог снова собирает тетради и начинает подведение итогов. Берется первая тетрадь, учащимся показывается изображение в ней и зачитываются выписанные профессии, соответствующие данному автопортрету. Ни в коем случае нельзя тут же спрашивать, чья это тетрадь, да еще вручать ее автору, т. к. обычно над изображениями смеются и далеко не каждый может чувствовать себя при этом уверенно. Тетради после упражнения просто кладутся на стол, и педагог предлагает учащимся самим найти свои автопортреты.

Данное игровое упражнение является разминочным и в немалой степени развлекательным, но ведь известно, что во многих шутках часто заложен очень даже глубокий смысл. Например, в данном упражнении каждый рисунок – это своеобразная проекция учащихся своего представления о себе, а шутовское соотнесение рисунков с профессиями – это еще один шаг к пониманию образа профессионала.

### **3. Основная часть. Введение понятийного аппарата.**

Педагог предлагает учащимся вспомнить типы профессий и основные требования к ним.

**Педагог.** Сегодня нам предстоит познакомиться с понятием «профессиограмма» и научиться ее составлять. Но сначала необходимо узнать, что это означает и для чего используется. Попробуйте самостоятельно догадаться, что такое профессиограмма. (*Учащиеся предлагают варианты*).

Профессиограмма – это документ, устанавливающий внутренние и внешние факторы труда, условия труда, описание объективных и субъективных его характеристик. Это обобщенная эталонная модель успешного специалиста в данной области, хотя иногда отмечается, что в профессиограмме надо учитывать и варианты выполнения профессиональной деятельности на «среднем» уровне.

#### **Рассмотрение понятия «профессиограмма»**

**Педагог.** Как вы думаете, для чего нужна профессиограмма? (*Ответы учащихся*).

Размышляя, какую выбрать в будущем профессию, каждый из вас, так или иначе, собирает информацию о заинтересовавших видах труда. Собранные сведения вы анализируете, критически оцениваете, систематизируете, и на их основе у вас складывается представление об определенной профессиональной деятельности. Фактически вы на простейшем уровне занимаетесь составлением профессиограмм – характеристик профессий с требованиями, которые они предъявляют к личности работающего.

Работа по составлению профессиограммы позволяет глубже узнать содержание будущей профессии, оценить профпригодность к ней. Кроме того, она поможет определить и те качества, которые нужно развить у себя.

Предлагаю вам рассмотреть один из примеров профессиограммы. Она составлена для менеджера.

#### **I. Общая характеристика профессии.**

Организует и координирует, оценивает и стимулирует деятельность персонала с целью повышения производительности и

качества труда, экономии ресурсов, роста конкурентоспособности товаров и услуг, прибыли (доходов) и благосостояния, удовлетворенности профессией (должностью) каждого работника. Изучает спрос и предложение рынка, обновляет продукцию, разрабатывает бизнес-план и руководит реализацией. Обеспечивает анализ и решение организационно-технических, экономических и социально-психологических вопросов в их взаимосвязи, регулирует процессы приема, подбора и профессионально-квалификационного роста работников, их перемещения по вертикали и горизонтали. Содержание и особенности труда менеджера в значительной мере определяются сферой и степенью разнообразия его деятельности, а также экономическим статусом предприятия (менеджер-собственник, менеджер – наемный работник). Рабочий день менеджера строго не нормирован, нередко возникают стрессовые ситуации, требующие принятия оперативных решений, сопряженных с риском.

**II. Требования к индивидуальным особенностям специалиста.**

Хорошая память, высокая эмоционально-волевая устойчивость, развитые коммуникативные и организаторские способности, готовность к разумному риску, внятная речь, смелость, решительность, обязательность, самокритичность, терпение, компетентность, чувство юмора, эмпатия.

**III. Медицинские противопоказания.**

Работа не рекомендуется лицам, страдающим заболеваниями сердечно-сосудистой и нервной систем, а также имеющим дефекты речи и физические недостатки.

**IV. Требования к профессиональной подготовке.**

Необходима хорошая подготовка в области экономики, права, социальной психологии труда, управления. Должен знать трудовое законодательство, закономерности ценообразования, налогообложения, маркетинга, рекламы, технику ведения коммерческих переговоров, организацию производства. Должен ориентироваться в вопросах занятости, социальной защиты граждан, безопасности труда, конфликтологии, профессионального подбора, владеть навыками общения с людьми. Желательны знание иностранного языка и умение работать с компьютером.

**V. Пути получения профессии.**

Экономические и технические вузы, частные учебные заведения.

**VI. Возможности предпринимательской и индивидуальной трудовой деятельности.**

Широкие возможности в области предпринимательства.

**VII. Родственные профессии (специальности).**

Широкий спектр занятий, связанных с организацией учебных, трудовых, туристических, досуговых и других групп, а также консультированием, преподаванием, отдельными направлениями предпринимательской деятельности (брокер, маркетолог, аналитик-прогнозист).

**5. Практическая часть**

**Самостоятельное составление профессиограммы**

**Педагог.** Сейчас я предлагаю вам самостоятельно составить профессиограммы по выбранной вами специальности.

Примерный план составления профессиограммы:

а) Общая характеристика профессии. (Возникновение профессии, важнейшие технологические операции, характер работы, рабочее место, спрос на профессию, режим труда, рабочий ритм, рабочая поза, преобладающая при труде).

б) Требования к индивидуальным особенностям специалиста (основные качества, которыми должен обладать представитель данной профессии).

в) Медицинские противопоказания.

г) Требования к профессиональной подготовке (основные изучаемые дисциплины).

д) Пути получения профессии (учебные заведения в городе, области).

е) Возможности предпринимательской и индивидуальной трудовой деятельности.

ж) Родственные профессии (специальности).

*(Учащиеся составляют профессиограмму. Оформленные профессиограммы сдаются на следующий день куратору смены)*

#### **6. Рефлексия. Подведение итогов.**

Педагог предлагает воспитанникам проанализировать, насколько составление профессиограммы помогло им глубже задуматься о профессии и ее особенностях.

### **ЗАНЯТИЕ 5. ПОНЯТИЕ «КАЧЕСТВО ЖИЗНИ». ВЛИЯНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ НА КАЧЕСТВО ЖИЗНИ**

**Цель.** Знакомство с понятием «качество жизни».

**Задачи:**

развивать сферу знаний о факторах, влияющих на качество жизни каждого человека;

формировать навыки бережливого отношения к ресурсам, необходимым для жизни человека;

показать влияние образования на качество жизни.

**Оборудование:** 8 карточек со следующим содержанием: «Комфорт», «Активный образ жизни», «Чистота окружающей среды», «Еда», «Свет», «Тепло», «Вода», «Одежда».

**Рекомендовано:**

использовать наглядный материал;

предоставлять учащимся возможность рассуждать;

вносить тезисы в общую таблицу.

#### **Ход проведения**

##### **1. Повторение пройденного материала**

##### **2. Игровая ситуация для актуализации внимания**

*На доске записано слово «ЖИЗНЬ», заготовлены 8 карточек со следующим содержанием: «Комфорт», «Активный образ жизни», «Чистота окружающей среды», «Еда», «Свет», «Тепло», «Вода», «Одежда».*

**Педагог.** Перед тем как познакомиться с темой занятия, хотелось бы с вами немного порассуждать. Вы видите на доске слово «жизнь».

Задумайтесь, что такое жизнь для каждого из вас? Дайте одним словом либо словосочетанием определение понятию «жизнь».

*Высказывания учащихся. Педагог отмечает для себя тех, кто обладает более глубоким пониманием*

**Педагог.** Перед вами 8 слов (слова, которые написаны на карточках). Ваша задача: в одном-двух предложениях объяснить, какую роль играет в нашей жизни выбранное вами понятие.

*Данное задание выполняют те, кого выделил для себя педагог в ходе предыдущего задания. По мере выбора карточек педагог фиксирует первые буквы слов на доске.*

*По итогу на доске остается набор букв «К, А, Ч, Е, С, Т, В, О»*

**Педагог.** А теперь постарайтесь из полученного набора букв сложить одно очень важное для каждого из нас слово.

*Учащиеся складывают слово «качество».*

### **3. Теоретический блок. Знакомство с понятием «качество жизни»**

**Педагог.** Понятие «качество жизни» будет ключевым на протяжении сегодняшнего занятия.

Мы часто задаем себе вопрос: как улучшить качество своей жизни так, чтоб наслаждаться каждым прожитым днем? И многие убеждены, чтобы этого достичь, надо обладать огромным количеством денег. На самом деле, это не совсем так. Качество нашей жизни – в наших руках!

Улучшить качество жизни можно, проанализировав свое поведение и изменив его – вы удивитесь, какие мелочи способны влиять на жизнь человека. Как изменение нашего отношения к воде, электроэнергии, продуктам питания, материальным благам, своему времени и здоровью может повлиять на качество нашей жизни.

И сегодня тема нашего занятия звучит так: «Понятие «качество жизни»».

«Качество жизни» – понятие очень объемное по содержанию. Под качеством жизни понимают комплексную характеристику социально-экономических, политических, культурно-идеологических, экологических факторов и условий существования личности, положения человека в обществе. Показателей качества жизни населения достаточно много, и каждый из них требует детального рассмотрения и понимания. Доходы населения, качество питания, одежды, комфорт жилища, качество здравоохранения, социальных услуг, образования, культуры, сферы обслуживания, окружающей среды, структура досуга, демографические тенденции, безопасность и др.

Понятия «качество жизни» и «уровень жизни» нередко переплетаются и подменяют друг друга, что не вполне корректно. При этом уровень жизни определяется как показатель, характеризующий количество и качество потребляемых товаров и услуг. Качество жизни, как уже упоминалось выше, это широкое понятие, характеризующее общее благосостояние людей. Оно включает не только экономические параметры, но и уровень здравоохранения, образования, состояние окружающей среды и т. д. Говоря о качестве жизни, переходят к таким количественным характеристикам уровня жизни, как потребительская корзина. Данное понятие означает минимальный набор продуктов

питания, непродовольственных товаров и услуг, необходимых для сохранения здоровья человека и обеспечения его жизнедеятельности в заданных количествах с фиксируемыми ценами.

Центральными задачами качества жизни являются:

обеспечение физического и морального здоровья человека;

расширение употребления населением экологически чистых продуктов питания;

гармонизация условия труда и т. д.

В мире есть множество организаций, которые исследуют качество жизни в разных странах. В каждой из подобных организаций критерии, по которым формируется индекс качества жизни, несколько расходятся. Эти индексы зачастую носят разные названия. Организация ООН опубликовала новый индекс, который называется Индекс Человеческого Развития за 2016 год. В данном рейтинге Беларусь заняла 53 место из 176 стран, что соответствует высокому уровню.

Данный Индекс выявляется с помощью 11 самых важных аспектов жизни каждого человека: здоровье, жилищные условия, доход, экология, безопасность и т. д. Все эти аспекты, в свою очередь, состоят из более конкретных показателей.

Аспекты жизни	Показатели
<b>Жилищные условия</b>	удовлетворенность жилищными условиями: количество комнат на человека, условия коммунальных удобств
<b>Доход</b>	деньги, которые домохозяйство имеет в наличии для приобретения услуг и товаров
<b>Работа</b>	уровень занятости; уровень длительной безработицы; средняя заработная плата; гарантия занятости
<b>Общество</b>	сеть социальной поддержки
<b>Образование</b>	уровень образования; годы, потраченные на получение образования; уровень полученных навыков
<b>Экология</b>	загрязнение воздуха; качество воды и другие
<b>Гражданские права</b>	степень доверия к государственным учреждениям и государственной администрации; активность избирателей
<b>Здоровье</b>	средняя продолжительность жизни; самостоятельная оценка состояния здоровья
<b>Удовлетворенность</b>	личная оценка здоровья, образования, дохода, самореализации личности и социальных условий отдельного человека
<b>Безопасность</b>	показатель количества нападений; показатель количества убийств; показатель количества террористических актов

<b>Работа/отдых</b>	соответствие количества времени, потраченного на работу и на отдых
---------------------	--

### **Влияние образования на качество жизни человека**

**Педагог.** Качество образования – востребованность полученных знаний в конкретных условиях их применения для достижения конкретной цели и повышения качества жизни. Качество знаний определяется их фундаментальностью, глубиной и востребованностью в работе после окончания обучения.

А теперь я вам предлагаю поучаствовать в мини-дискуссии. Для этого объединимся в две группы. Одна группа будет поддерживать мои утверждения, другая – их опровергать. А обсуждать мы будем следующие вопросы влияния образования на качество нашей жизни.

Перечень вопросов для обсуждения:

1. В современном обществе необходим высокий уровень образования.
2. Годы, потраченные на образование – это годы, проведенные с пользой.
3. Конкретные знания, полученные в университете, обязательно должны пригодиться в дальнейшей работе.

*(Организуется дискуссия, формулируется вывод об относительной тождественности качества образования на качество жизни)*

### **4. Практический блок**

**Педагог.** Давайте подумаем, как мы можем улучшить качество своей жизни через такой показатель, как уровень образования? *(Предлагается заполнить таблицу)*

<b>Показатель качества жизни</b>	<b>Основные понятия</b>	<b>Способы улучшения</b>	<b>Частные правила</b>
Уровень образования			

### **Упражнение «Пять шагов»**

Смысл упражнения – повысить готовность учащихся выделять приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также готовность соотносить свои профессиональные цели и возможности.

Педагог предлагает учащимся определить какую-либо интересную профессиональную цель, например, поступить в какое-то учебное заведение, оформиться на интересную работу, а может даже – совершить в перспективе что-то выдающееся на работе. Эта цель записывается на доске в том виде, в каком ее сформулировали учащиеся.

Педагог предлагает учащимся определить, что за воображаемый человек должен достичь эту цель. Учащиеся должны назвать его основные (воображаемые) характеристики по следующим позициям: пол, возраст (желательно, чтобы этот человек был сверстником учащихся), успеваемость в школе, материальное положение и

социальный статус родителей и близких людей. Это все также кратко выписывается на доске.

Дальше каждый учащийся в рабочей тетради должен выделить основные пять этапов (пять шагов), которые обеспечили бы достижение намеченной цели. На это отводится примерно 5 минут.

Далее необходимо сформировать микрогруппы по 3-4 человека. В каждой микрогруппе организуется обсуждение, чей вариант этапов достижения выделенной цели наиболее оптимальный и интересный (с учетом особенностей обозначенного выше человека). В итоге обсуждения каждая микрогруппа в рабочих тетрадях должна выписать самые оптимальные пять этапов (шагов). На все это отводится 5-7 минут.

Представитель от каждой микрогруппы кратко сообщает о наиболее важных пяти этапах (шагах), которые выделены в групповом обсуждении. Остальные учащиеся могут задавать уточняющие вопросы. Возможна небольшая дискуссия (при наличии времени).

При общем подведении итогов игры можно посмотреть, насколько совпадают варианты, предложенные разными микрогруппами. Также в итоговой дискуссии можно оценить совместными усилиями, насколько учитывались особенности человека, для которого и выделялись пять этапов достижения профессиональной цели. Важно также определить, насколько выделенные этапы (шаги) реалистичны и соответствуют конкретной социально-экономической ситуации в стране, т.е. насколько общая ситуация в обществе позволяет (или не позволяет) осуществлять те или иные профессиональные и жизненные мечты.

Вполне возможно проведение данного упражнения и по другим процедурным схемам. Например, сначала каждый выделяет пять этапов (шагов) на своих листочках, затем 2-3 учащихся выходят к доске и выписывают свои предложения, после чего в общем обсуждении рассматриваются по порядку этапы, выписанные этими учащимися, и выделяется наиболее оптимальный вариант.

В другом случае можно сразу сформировать микрогруппы и предложить им (без предварительной индивидуальной работы) составить общий вариант программы достижения намеченной цели (выписать пять шагов-этапов) для данного человека.

#### **Заключение**

**Педагог.** И в завершение хочется отметить то, что если каждый человек задумается о качестве своей жизни, то, в общем, качество жизни всего населения станет заметно лучше. Начинать нужно с малого – с самого себя.

#### **5. Рефлексия. Подведение итогов**

### **ЗАНЯТИЕ 6. УЧИСЬ УЧИТЬСЯ: КАК УСПЕШНО ПОДГОТОВИТЬСЯ К ЭКЗАМЕНАМ**

**Цель.** Формирование представления об основах эффективной учебы.

**Задачи:**

познакомить учащихся с основными правилами организации самостоятельного обучения;

научить методам успешной подготовки к экзаменам;

способствовать воспитанию понимания необходимости самоконтроля.

#### Ход занятия

### 1. Повторение пройденного материала

### 2. Актуализация внимания учащихся

#### Упражнение «А вот и я!»

Упражнение позволяет смоделировать некоторые элементы собеседования при поступлении в учебное заведение и при приеме на работу и, таким образом, повысить уровень готовности поступающих к подобным собеседованиям.

Учащимся объясняется общий смысл упражнения – проверить и, по возможности, повысить готовность к прохождению собеседования при поступлении в учебное заведение или при трудоустройстве. Само название упражнения как бы говорит: «Вот я пришел, посмотрите. Подхожу ли я для вашего заведения?» По условиям выполнения упражнения предполагается, что итоги собеседования являются решающим фактором поступления на учебу или зачисления на работу. Каждый участник на отдельном листочке выписывает 5-7 самых главных правил поведения для поступающего и 5-7 главных правил проведения беседы для члена приемной комиссии, которые позволили бы ему не ошибиться при выборе претендента. На это отводится примерно 5-7 минут.

После подготовки правил педагог предлагает двум учащимся выполнить первое задание: в течение 7-10 минут разыграть сценку собеседования. Сразу же уточняется, кто будет играть претендента на вакантное место, а кто руководителя заведения. При этом обязательно следует уточнить, что это за заведение (конкретный вуз, фирма и т. п.), а также, какая именно вакансия предлагается для претендента, т. е. о чем пойдет речь. Желательно, чтобы заведение и вакантное место в нем были достаточно престижными, но в то же время реалистичными для трудоустройства. Уточнить это должен учащийся, изображающий руководителя.

Другой учащийся – претендент – сразу же уточняет, какими основными характеристиками и качествами обладает его герой, например, его возраст, пол, жизненный опыт и т. п.

Во время проигрывания остальные учащиеся внимательно наблюдают за действиями руководителя и претендента, отмечая для себя, насколько их действия соответствуют выписанным ими правилам поведения для руководителя и претендента.

После первого проигрывания всем (включая главных участников) дается задание: по 5-балльной шкале оценить успешность действий отдельно для претендента и для руководителя.

Первое слово предоставляется главным участникам. Сначала они по очереди называют свои оценки (и самооценки), а потом кратко комментируют их, не забыв соотнести свои оценки с выписанными

ранее правилами поведения для руководителя и для претендента. После этого могут кратко высказываться и остальные учащиеся. Желательно завершить первое обсуждение за 5-7 минут. При наличии большего времени можно даже быстро подсчитать, сколько баллов набрали руководитель и претендент по оценкам остальных учащихся.

Перед тем, как начать общую игру, ведущий может зачитать (для общего развития) основные правила для человека, желающего произвести хорошее впечатление и для руководителя, который не хочет ошибиться в своем выборе.

Например, чтобы понравиться другим людям, можно ориентироваться на следующие известные правила, выделенные Д. Карнеги:

- искренне интересуйтесь другими людьми;
- улыбайтесь;
- помните, что имя человека – это самый сладостный и самый важный для него звук на любом языке;
- будьте хорошим слушателем, поощряйте других говорить о самих себе;
- говорите о том, что интересует вашего собеседника;
- внушайте вашему собеседнику сознание его значимости и делайте это искренне.

Для руководителей можно порекомендовать следующее:

- не поддаваться первому впечатлению от внешности претендента (важнее для работы все-таки деловые качества);
- не переоценивать «красноречие» претендента, которое далеко не всегда свидетельствует об организаторских способностях;
- при первой встрече следует поменьше говорить самому руководителю (рассказывать об организации) и побольше слушать претендента;
- даже если претендент поначалу и не произвел впечатления, не следует ему отказывать сразу, можно вежливо предложить ему позвонить через несколько дней секретарю;
- руководитель должен сам хорошо понимать, какой же работник ему нужен (хотя бы примерно представлять, какими качествами и характеристиками он должен обладать, чтобы выполнять конкретную работу или обучаться по конкретной специальности).

После этого педагог предлагает выйти следующему учащемуся на более сложную и интересную роль – претендента, беседующего с целой Приемной комиссией.

Учащийся сам определяет, в какое заведение и на какую вакансию (специальность) он собирается оформиться, а также кратко называет основные характеристики своего «героя».

Роль руководителей, а точнее членов Приемной комиссии, будут играть все остальные учащиеся, при этом, для большей остроты, все делятся на две команды, т. е. беседовать с претендентом будет не одна, а сразу две Приемные комиссии на конкурсной основе. Каждая комиссия располагается за отдельным столом.

Смысл дальнейшего задания заключается в том, что члены комиссий будут по очереди задавать претенденту различные вопросы, а он должен сразу же на них отвечать. Примерно через 5-7 минут таких вопросов-ответов члены комиссий должны будут на листочках по 5-балльной шкале оценить, насколько готов претендент к зачислению в их организацию. После этого в каждой команде (в каждой комиссии) проводится небольшое обсуждение и быстро подсчитывается средний балл готовности претендента (по баллам, проставленным в листочках).

В конце проводится итоговое обсуждение. Если у Приемных комиссий разные мнения, то организуется небольшая дискуссия, как между командами-комиссиями, так и между отдельными учащимися. Общим итогом выполнения упражнения могут стать совместно разработанные и уточненные правила поведения для претендента и для руководителя (члена Приемной комиссии).

Главное для упражнений такого типа – постараться меньше фантазировать и быть ближе к реальности. Для этого требуется и самому педагогу лучше представлять, какие сложности ожидают претендентов при поступлении в те или иные учебные заведения, а также при оформлении в государственные организации и частные фирмы.

**Педагог.** На протяжении занятий в академии мы с вами много узнали о профессиях, которые хотим получить и что нам необходимо для этого сделать. Но самое главное, в дальнейшей профессиональной деятельности – это овладеть какой-либо специальностью. На данном этапе очень важным фактором является умение организовать самостоятельную подготовку, обучение. Предлагаю вам пройти тест.

**Тест «Умеете ли вы учиться?»**

*Учащимся необходимо проанализировать себя по каждому из перечисленных ниже умений и дать обобщенные оценки по пятибалльной шкале следующих умений.*

1. Мне нравится учиться.
2. Я умею организовать рабочее место.
3. Я соблюдаю режим труда и отдыха.
4. Я всегда планирую свои занятия.
5. Я умею распределять время.
6. Я умею работать с книгой.
7. Я умею конспектировать.
8. Я всегда внимателен на уроках.
9. Я умею наблюдать.
10. Я регулярно тренирую память.
11. Я умею работать с компьютером.
12. Я умею логически мыслить.
13. Я умею выделять главное.
14. Я умею писать сочинения.
15. Я всегда добиваюсь решения задачи.
16. Я успеваю выполнить домашние задания.
17. Я всегда анализирую итоги работы.
18. Я могу объективно оценить себя.

*Для оценки нижеследующих умений необходимо сложить полученные баллы указанных пунктов и сравнить с максимально возможной суммой*

Умение планировать – п. 4, 5 (максимальное количество полученных баллов – 10).

Умение организации деятельности – п. 2, 3, 16 (максимальное количество полученных баллов – 15).

Умение работать с информацией – п. 6, 7, 8, 9, 11 (максимальное количество полученных баллов – 25).

Уровень мыслительной деятельности – п. 11, 12, 13, 14, 15 (максимальное количество полученных баллов – 25).

Умение самоконтроля – п. 17, 18 (максимальное количество полученных баллов – 10).

*Каждый учащийся оценивает свое умение учиться*

### **3. Практическая часть.**

**Практическое задание (10 минут).** Работая по методу «1x2x4», учащимся необходимо составить советы эффективной организации самоподготовки. По прошествии времени группы представляют результаты деятельности. Результаты оформляются в виде памятки учащимся.

Примерный перечень советов:

1. Постановка цели. Ответьте на вопрос: «Зачем мне это нужно?» Чем точнее, тем лучше.

2. Правильная фоновая музыка, 60-72 удара в минуту.

3. Мелкая моторика повышает интеллект: пальцевая гимнастика на развитие левой и правой руки, гимнастика для глаз.

4. Перерыв каждые полчаса.

5. Учиться по графику 30 мин работы /5 минут перерыва /30/5/30/15.

6. Правильные запахи: запах цитрусовых плодов увеличивает эффективность работы на 20-25%.

7. Нужное количество: кислород (проветривание помещений), чистая питьевая вода, не чай или сок, энергия (например, немного шоколада).

8. Правильные рефлексы: перед обучением делаем одни и те же действия, например, надеваем синюю футболку, дома сидим на определенном стуле. Т. е., один стул для обучения, другой для игр, а если нет такой возможности, то можно использовать синее покрывало для стула, когда сидите на нем во время занятий и т. д.

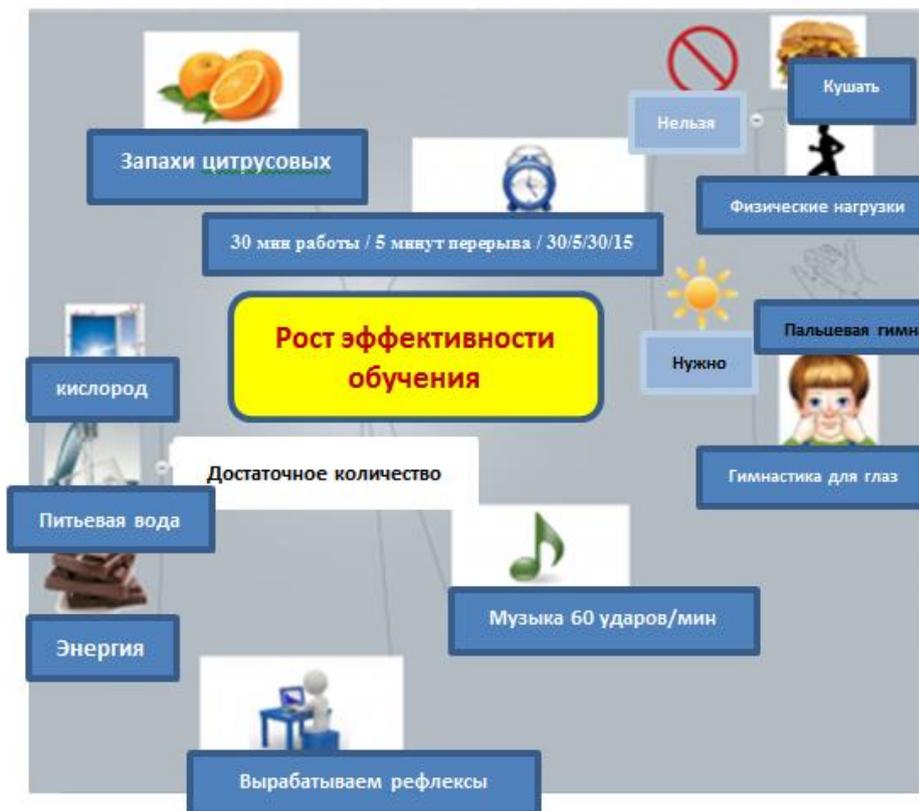
9. Нельзя: принимать пищу, кровь перетекает к желудку.

Заниматься тяжелыми физическими упражнениями.

После еды и упражнений в течение 1 часа нельзя заниматься – бесполезно.

10. Получаемую информацию рисуем в виде схем. Это даст возможность углубиться в изучаемый вопрос, понять его и прочувствовать. Так как заучивание материала не дает результата необходимого качества.

Или:



1. Подъем. Для того чтобы у вас было достаточно времени, всегда вставайте во столько, во сколько запланировали с вечера, и ни в коем случае не позволяйте себе давать слабину. Поговорка «Кто рано встает, тому Бог дает» имеет вполне правдивое и рациональное объяснение. Дело в том, что с восьми до полудня, у человека наивысший показатель активности мозга. Соответственно, он может выполнить множество полезных и нужных дел.

2. Обязательное планирование. Для того чтобы все успевать и правильно распределять время, всегда нужно планировать. Без плана действий вы начинаете хвататься за все подряд, и в итоге не успеваете ничего. Поэтому, если вы должны выполнить много различных дел, обязательно напишите себе план. Во время составления своего расписания четко указывайте границы времени на определенные занятия. Когда вы составили план, помните о том, что вы должны неукоснительно его выполнять.

3. Не поддавайтесь соблазну. Если вы решили, что должны выполнить за день определенное количество важных дел, никогда не позволяйте себе отвлекаться.

4. Не отвлекайтесь. Много не успеваем именно из-за того, что постоянно отвлекаемся. Поэтому, если вы сели за работу, не стоит включать телевизор. Так что, если вы хотите быстро управиться с делом, создайте максимально комфортные условия для ее выполнения, без внешних раздражителей.

5. Не беритесь за сто дел сразу. Никогда не пытайтесь сделать все и сразу. Если вы и выполните все задания, то результат получится

весьма некачественным и вместо того чтобы сэкономить время, вы потратите его еще больше, ведь все придется доделывать, а то и переделывать. Помните о том, что качественно можно выполнить только одно дело за раз. Вы должны быть полностью сконцентрированы на выполнении задачи, а если принимаетесь за решение многих проблем одновременно, то ваше внимание рассеивается, и вы попросту начинаете путаться и теряться. Выполняйте дела по очереди, и тогда вы увидите, насколько увеличится скорость разрешения задач, а соответственно, и количество вашего свободного времени.

#### **Справочно. Метод «1х2х4»**

*Метод позволяет создать условия для выработки общей формулировки из возможных вариантов путем дискуссии, предъявления аргументов.*

*Этапы проведения:*

*1 этап «Индивидуальный». Первоначально каждому участнику необходимо самостоятельно подумать и письменно продолжить предложение.*

*2 этап «Парный». На данном этапе участники объединяются по парам и на основании индивидуальных формулировок вырабатывают и записывают такое определение, которое устраивает каждого из партнеров.*

*3 этап «Групповой». На данном этапе каждые две пары объединяются в малые группы по четыре человека и из двух утверждений формулируют одно, принимаемое каждым в этой четверке.*

*Полученный результат фиксируется на большом листе бумаги и презентуется каждой группой.*

#### **Как эффективно подготовиться к тестированию и экзаменам?**

Последние месяц-два перед тестированием – самые напряженные, самые горячие и самые волнительные. Нужно собраться с мыслями и в максимально короткие сроки вложить в голову максимальное количество материала. Невыученное – выучить. Недоученное – доучить. Повторить уже пройденное. Разложить в голове все по полочкам. И настроиться на победу.

#### **Упражнение «Эффективный совет»**

Педагогу необходимо сформировать 5 рабочих групп. В рабочих тетрадях представлен перечень советов для эффективной подготовки к тестированию и экзаменам. Представленные советы объединены в пять групп. Каждая группа учащихся работает с одной группой советов. Их задача заключается в том, чтобы изучить данные советы, по возможности дополнить их и познакомить с ними своих сверстников. Причем не просто познакомить, а доказать, что данные советы являются самыми эффективными.

#### **1 группа**

Готовиться лучше заранее. Составить план, когда, в какой день, что будете учить, разбить материал или предмет на блоки, части и учить постепенно. Когда готовитесь, лучше отметить вопросы, которые вы

хорошо знаете, которые не очень хорошо знаете, которые совсем не знаете. Чтобы была картинка того, что нужно сделать. И тому, чего совсем не знаете, нужно посвятить больше времени и т. д.

Чтение и запоминание текста индивидуально. Желательно сразу прочитать текст, потом выделить в нем главные мысли, потом разделить текст на части, составить план текста, выделить логическую связь между этими пунктами и потом еще раз перечитать и пересказать. Лучше не зубрить. Главное – понять смысл того, что вы читаете. Число 7 – это максимальное число объектов, которое человек может запомнить одновременно. Т. е., лучше какую-то информацию при запоминании делить на блоки, чтоб их было не больше семи, и выстраивать между ними логическую цепочку.

### **2 группа**

Желательно готовиться не с утра до ночи, а делать перерывы. Например, через каждый час на десять минут, через три часа на час. Желательно делать какие-то физические упражнения или пойти погулять, подышать свежим воздухом, хорошо питаться. Кому-то привычнее учить утром, кому-то вечером... Хорошо, когда учение материала происходит в обычном режиме, т. к. это было в школе.

### **3 группа**

Также важно хорошо выспаться. Когда слишком много информации поступает в мозг, он может, как компьютер, зависнуть.

*Как избежать волнения?*

Во-первых, нужно понимать, что тревога перед экзаменом – это вполне естественное состояние. Если человек совсем не тревожится – это ненормально, потому что небольшой уровень тревоги помогает мобилизовать организм.

Во-вторых, когда человек настраивается на экзамен, на тестирование, нужно научиться думать о позитиве, рисовать себе мысленно картинку уверенного четкого ответа, поведения, что «у меня все получится». Желательно в деталях заранее проиграть ситуацию: представить, как вы заходите в аудиторию, как заранее рассаживаетесь, концентрируете внимание, начинаете выполнять задания теста. Тогда ситуация тестирования не будет такой неожиданной и не вызовет столько тревоги.

### **4 группа**

Перед самым тестированием можно использовать техники самовнушения, расслабления. Давать себе позитивные внушаемые команды, что «я смогу все вспомнить», «у меня все будет хорошо». Не нужно себе говорить «я не боюсь», «я не провалюсь»... Сознание наше частичку «не» не воспринимает и, наоборот, получается, что «провалюсь» и «боюсь».

Также во время подготовки можно представить себе подробно все варианты развития ситуации. Иногда можно настроиться, что «все сделаю, все решу», а потом неправильно написать, допустить ошибку. И это может вылиться еще большим стрессом. Нужно представить или написать на бумаге все варианты развития события и то, что в той или

иной ситуации будешь делать. Когда наша психика видит различные варианты, она заблаговременно к этому готова.

### **5 группа**

Различные успокоительные лекарства во время подготовки и особенно перед тестированием лучше не принимать. Потому что неизвестно, как отреагирует организм в состоянии стресса, волнения. Наоборот, процесс торможения может пойти. Успокаивает лучше аутогенная тренировка, расслабление: сели, расслабились, представили позитивную картину. Например, в мелочах представили, как вы были с друзьями где-то на пикнике и т. д. Эффективны для успокоения дыхательные упражнения: глубокий вдох на раз-два-три и на четыре-пять – выдох. Если человек физически расслабляется, то в мозг поступает информация, что ты находишься в нормальном спокойном состоянии. Эмоциональное напряжение снимают физические упражнения: например, пробежаться во время отдыха.

#### *Что лучше кушать?*

В рационе должны присутствовать овощи, фрукты, а также такие поставщики белка, как творог, молоко, сыр, яйцо. Также должны присутствовать обязательно мясо, рыба. Причем овощей и фруктов должно присутствовать в рационе не менее 350-400 грамм ежедневно для старшеклассников, потому что они стимулируют деятельность желудочно-кишечного тракта, улучшают самочувствие и являются поставщиками микроэлементов, витаминов, минералов и клетчатки.

Также можно включать в рацион такие продукты как мед, горький шоколад и другие сладости, как зефир и мармелад. Потому что они содержат в своем составе пектин и являются абсорбентом всех бесполезных продуктов, которые могут попасть в организм человека. А мед и горький шоколад – основной источник питания для клеток мозга, потому что содержат глюкозу (единственный источник питания клеток мозга). К тому же, мед является единственным по своей структуре уникальным природным компонентом, который включает в себя максимальное количество витаминов, минералов, которые служат прекрасным способом борьбы со стрессом и усталостью.

Ограничить лучше такие продукты, как чипсы, газированные напитки, энергетические стимуляторы. Доказано, что зеленый чай обладает более тонизирующим действием, чем кофе. Разрешенная доза кофеина от 40 до 70 мг в сутки, т. е. это порядка 6 чашек настоящего крепко заваренного кофе. Естественно, не следует его применять как дополнительный стимулятор. Кофе, какао, чай можно употреблять, но не стоит делать на нем акцент. Те же овощи, фрукты, мясо, рыба, молочные продукты – более качественные поставщики жизненно необходимых элементов для нормальной работы организма.

В этот период пищу нужно разнообразить, глюкоза должна присутствовать в организме, но нужно не забывать, что питание прежде всего должно быть сбалансированным. Заменой рыбе с овощами (если нет возможности нормального приема пищи) не должны служить чипсы и газировка, а лучше – орехи (миндаль, фундук, грецкие орехи). Также источниками питания могут служить сухофрукты – курага, инжир,

изюм... Т. е. те продукты, которые в своем составе содержат и глюкозу, и клетчатку, и витамины, и минералы.

**Упражнение «Мой секрет успешной подготовки к экзаменам»**

После того как учащиеся познакомятся с перечнем советов по подготовке к тестированию и сдаче экзаменов, им предлагается поделиться друг с другом своими секретами, которыми они пользуются при длительной умственной нагрузке.

Во время рассказов учащихся на доске составляется рейтинг «секретов», после чего понравившаяся информация учащимися фиксируется в рабочих тетрадях.

**Рефлексия. Подведение итогов**

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

Батаршев, А. В. Учебно-профессиональная мотивация молодежи / А. В. Батаршев – М. : Издательский центр «Академия», 2009. – 192 с.

Пряжников, Н. С. Профессиональное самоопределение. Теория и практика / Н. С. Пряжников. – М. : Издательский центр «Академия», 2008. – 320 с.

Пряжников, Н. С. Активизирующая профконсультация. Теория, методы, программы / Н. С. Пряжников. – М. : Издательский центр «Академия», 2014. – 416 с.

Юшкевич, Г. И. Отбор в профильные классы. Развивающая профдиагностика для 8-9 классов «Выбираю профиль» / Г. И. Юшкевич, Л. М. Лазарашвили – Минск : Зорны Верасок, 2015. – 100 с.

## ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ «АКАДЕМИЯ «КЛАСС!»

Основной сущностной характеристикой, системообразующим понятием смены являются педагогические способности. Действительно, молодому человеку, будущему педагогу, важно знать о тех требованиях, которые предъявляются к педагогической работе.

Отличие педагогических способностей от педагогических умений заключается в том, что педагогические способности - это особенности личности, а педагогические умения - это отдельные акты педагогической деятельности, осуществляемые человеком на высоком уровне. В свое время А. С. Макаренко выступил против разговоров о педагогической талантливости. Он ратовал за педагогическое мастерство, которым может и должен овладеть каждый педагог (Макаренко А. С. Пед. соч. – М., 1984. – Т4. – С.171,236.).

Педагогические способности исследовали многие ученые. В наиболее обобщенном виде педагогические способности были представлены учёным В. А. Крутецким, который и дал им соответствующие определения. Именно эти определения являются основополагающими в образовательном компоненте, *программе занятий объединения по интересам «Академия «Класс!»*

«Академия «Класс!» – это форма профориентационной работы со старшеклассниками, которая в доступной форме знакомит учащихся с основными требованиями, предъявляемыми к педагогической профессии.

В отличие от курса «Введение в педагогическую профессию», занятия в «Академии «Класс!» направлены на углубленное изучение компетенций с уклоном в практическую составляющую.

**Цель программы:** знакомство учащихся с видами способностей, с качествами характера, которые необходимы для организации эффективной педагогической деятельности; создание условий для педагогического и творческого взаимодействия между участниками смены и педагогами.

**Задачи программы:**

формирование у воспитанников положительного отношения к педагогической профессии;

приобретение и совершенствование педагогических умений и навыков для работы в качестве волонтера в детском оздоровительном центре (лагере);

развитие лидерских качеств, творческих инициатив.

**Ожидаемые результаты:**

В результате реализации программы учащиеся

*должны знать:*

основные требования, предъявляемые к педагогической профессии;

понятия «профессиограмма», «профессиограмма учителя», «педагогическая компетентность» и т. д.

перечень педагогических способностей.

*должны уметь:*

организовывать самоуправление в детском коллективе.

проводить небольшие тренинги, упражнения по развитию педагогических способностей; проводить игры малой и средней интенсивности в детском коллективе.

### Учебно-тематический план

Тема	Количество часов
Профессии педагога: профессиограмма и компетентность	1
Компетенция: организаторские способности	1
Компетенция: человеческие способности	1
Как стать педагогом!» (из опыта воспитателей НДЦ «Зубренок»)	1
Компетенция: творческие способности	1
Компетенция: коммуникативные и артистические способности	1
Компетенция: педагогическое воображение; аналитические способности	1
Итоговое занятие	1

### Содержание

#### **Тема 1. Профессии педагога: профессиограмма и компетентность**

Знакомство учащихся с понятием профессиональная компетентность, с профессиональными качествами педагога, с требованиями, предъявляемыми к профессии педагога.

*Практическая часть.*

Метод «Профессиограмма». Метод «Идеальный педагог или модель профессиональной компетентности». Метод «Вопрос»

*Основные понятия.*

Профессиональная компетентность. Профессиограмма.

#### **Тема 2. Компетенция: организаторские способности**

Знакомство учащихся с понятиями «организаторские способности педагога», «командные способности педагога»; знакомство с основными правилами командообразования.

*Практическая часть.*

Метод «Авторитет и авторитарность». Игра «Полиглот». Игра «Авангард».

*Основные понятия.*

Командные способности. Авторитет. Организаторские способности.

**Тема 3. Компетенция: человеческие способности**

Знакомство учащихся с понятиями перцептивные способности, педагогический такт.

*Практическая часть.*

Метод «Антонимы». Метод «Хобби, или конь на карусели». Тест «Характер и почерк».

*Основные понятия.*

Перцептивные способности. Педагогический такт.

**Тема 4. Модель компетентности: как стать педагогом! (из опыта воспитателей НДЦ «Зубренок»)**

Знакомство с высшими учебными заведениями Республики Беларусь. Знакомство с понятиями дидактические способности, академические способности, интеллектуальные способности.

*Основные понятия.*

Высшее учебное заведение Республики Беларусь. Дидактические способности. Академические способности. Интеллектуальные способности.

**Тема 5. Компетенция: творческие способности**

Знакомство учащихся с понятиями творчество, педагогическое творчество.

*Практическая часть.*

Метод «Одно слово». Метод «Состарившийся маркер». Метод «Анаграмма». Метод «Башни мира» Метод «Педагогический символ и ладони».

*Основные понятия.*

Педагогические способности. Педагогическое творчество.

**Тема 6. Компетенция: коммуникативные и артистические способности**

Знакомство учащихся с понятиями коммуникативные способности педагога, речевые способности педагога, артистические способности педагога.

*Практическая часть.*

Метод. «Оратор». Метод «Передача информации». Метод «Чистоговорка». Метод «Сидя на стуле...».

*Основные понятия.*

Коммуникативные способности. Речевые способности педагога. Артистические способности.

**Тема 7. Компетенция: педагогическое воображение; аналитические способности**

Знакомство учащихся с понятиями педагогическое воображение, прогностические способности.

*Практическая часть.*

Метод «Как развить прогностические и аналитические способности?». Метод «6 невозможных вещей». Метод «Найди сходство».

*Основные понятия.*

Педагогическое воображение. Прогностические способности.

### **ЗАНЯТИЕ 1.**

**Тема:** Профессии педагога: профессиограмма и компетентность

**Цель занятия:** познакомить учащихся с понятием «профессиограмма», с профессиональными качествами педагога, с общими требованиями, предъявляемыми к профессии педагога.

**Тип занятия:** получение нового знания.

**Возраст:** 8-11 классы.

**Оборудование и реквизит:** карточки для упражнений (см. ниже), мультимедиа, ручки, листки бумаги.

**Ход занятия:**

**I ЭТАП. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ** (до 2 минут).

**Цель этапа:** психологическая готовность учащихся к занятию, организация их внимания.

*Организирую внимание, доброжелательный настрой всех учащихся, используя прием «Интересный факт». Сообщаю детям:*

- Знаете ли вы, что термин «школа» происходит от греческого «сколе» и означает всего «досуг». Но развлекаться с вами мы не будем, а займёмся серьёзным и важным делом! Добрый день!

**II ЭТАП. ОСНОВНОЙ ЭТАП (знакомство с новой темой, до 35 минут).**

*Вступительное слово:*

- Уважаемые друзья! Сегодня в этом уютном классе мы с вами начинаем нашу академию, которая называется «Класс!». Такое название академия получила не только потому, что проходит в классе, а и потому, что после ее завершения каждый из вас сможет сказать: класс, я узнал новое и я научился новому! Наша Академия познакомит вас с теми требованиями, которые необходимы современному учителю. Хотя, эти способности вполне могут пригодиться в любой профессии.

**Метод 1-й. «Почему?»**

*Спрашиваю у учащихся:*

- Скажите, почему в детских оздоровительных центрах (лагерях) работает так много помощников вожатых, юных волонтеров?

*Принимаю ответы, обобщаю:*

- Действительно, два воспитателя, которые работают с отрядом младшего школьного возраста, не могут в полной мере проявить индивидуальный подход, качественно организовать утренние подъемы, режимные моменты, приемы пищи и т. д. На помощь приходят волонтеры! И особенно хорошо, если эти волонтеры – сами дети, только старшего школьного возраста!

*Спрашиваю у учащихся:*

- Как вы думаете, с какого возраста дети могут работать с детьми?

*Принимаю ответы, обобщаю:*

- Помогать вожатым можно с любого возраста, согласитесь. Но лучше всего с 15 лет. Какими же качествами должны обладать те, кто работают с детьми. Попробуем разобраться!

**Метод 2-й. «Профессиограмма»**

*Спрашиваю у учащихся:*

- Знаете ли вы, что такое профессиограмма?

*Принимаю ответы, обобщаю:*

- Профессиограмма – это научное описание той или иной профессии, раскрывающее специфику профессионального труда и требований, которые предъявляются к человеку. Она необходима для поиска подходящей профессии по личным качествам человека, давая ему возможность заниматься таким делом, которое ему нравится. Существуют профессиограммы учителя, врача, повара, космонавта, водителя и т. д. Профессиограмма включает (*прошу записать*): предмет труда, цели труда, содержание труда, условия труда, требования к сотруднику и т. д.

*Предлагаю учащимся объединиться в 4 группы - «Вожатый», «Учитель», «Педагог дополнительного образования», «Директор школы».*

- Итак, правильная профессиограмма должна отвечать на следующие вопросы. Давайте вместе с вами составим профессиограмму разных, но педагогических профессий.

1. В чем суть педагогической профессии? (*т. е., предмет труда*)

*Принимаю ответы от каждой группы.*

2. Зачем данная профессия существует? (*т. е., цель труда*)

*Принимаю ответы от каждой группы.*

3. Чем конкретно должен заниматься сотрудник? (*т. е., содержание труда*)

*Принимаю ответы от каждой группы. Приблизительные ответы:* обеспечивать охрану жизни и здоровья учащихся; обучать, воспитывать и развивать учащихся, качественно и творчески реализовывать образовательные программы; создавать в отряде (классе) атмосферу доверия, благополучия и успеха, прогнозировать и решать конфликтные ситуации; принимать участие вместе с детьми в массовых, спортивно-оздоровительных мероприятиях, привлекать учащихся к их подготовке и проведению; совместно с органами детского самоуправления планировать деятельность коллектива (класса, группы);

4. В каких условиях происходит труд? (*т. е., условия труда*)

*Принимаю ответы от каждой группы. Приблизительные ответы:* 8-часовой рабочий день (волонтеры – 4 часа в день)

5. Легко ли трудоустроиться обладателям данной профессии?

*Принимаю ответы от каждой группы. Даю задание: выяснить, какой был проходной бал в ВУЗах Республики Беларусь на педагогические специальности в 2015 году*

6. Каковы возможности для карьерного роста?

*Принимаю ответы от каждой группы, обобщаю:*

- Педагог – это лицо, ведущее преподавательскую или воспитательную работу: школьный учитель, воспитатель, вожатый, руководитель клуба и т.д. А какие способности нужны для успешного овладения профессией, мы узнаем после физкультминутки!

**Физкультминутка** (*прошу физорга отряда провести физкультминутку, которую он подготовит заранее*)

**Метод 3-й. «Идеальный педагог!»**

*Спрашиваю учащихся:*

- Как вы думаете, какими качествами должны обладать педагоги, люди, работающие с детьми?

1. Активность личности, целеустремленность	7. Академические способности	16. Коммуникабельность
2. Уравновешенность	8. Современность	17. Любовь к детям
3. Желание работать	9. Эрудиция	18. Артистизм
4. Обаяние, красота, внешние данные	10. Педагогический такт	19. Креативность.
	11. Умение организовать	20. Чувство юмора
	12. Послушание	21. Лидерство
	13. Оптимизм	22. Умение видеть проблему
	14. Требовательность	23. Ораторские способности

Принимаю ответы учащихся от каждой группы. Предлагаю участникам занятия ранжировать, т. е. составить рейтинг самых главных педагогических качеств, выбрав семь из списка представленного ниже:

После сообщаю учащимся, что вместе мы составили модель профессиональной компетентности педагога

### III ЭТАП. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ (до 4 минут).

**Цель этапа:** подвести итоги занятия, отметить активных учащихся.

Организуя рефлексию, задаю вопросы, активизирую познавательную деятельность подростков.

1. Скажите, что такое профессиограмма?
2. Что должно входить в профессиограмму?
3. Что такое модель профессиональной компетентности?
4. Какой момент нашей встречи был для вас самым интересным?
5. А какой момент нашего занятия вам показался уже знакомым и не актуальным?

Выражаю слова благодарности всем участникам занятия. Прошу учащихся отметить результаты собственной активности в рефлексивных методах

Электронные источники:

1. Дата доступа: 11.09.2016.  
Режим доступа: <http://www.profigrama.ru/>
2. Дата доступа: 12.09.2016  
Режим доступа: <http://psylist.net/pedagogika/00040.htm>
3. Дата доступа: 09.09.2016.  
Режим доступа: <http://gov.cap.ru>

### ЗАНЯТИЕ 2

**Тема:** Модель компетентности: организаторские способности

**Цель занятия:** познакомить учащихся с понятиями «организаторские способности» педагога, «командные способности» педагога, с требованиями, предъявляемыми к профессии педагога; знакомство с основными правилами командообразования; развитие коммуникативных качеств, организаторских способностей.

**Тип занятия:** комбинированная форма (получение нового знания + практическое занятие-тренинг).

**Возраст:** 8-11 кл.

**Ход занятия:**

**I этап. Организационный (до 2 минут).**

**Цель этапа (планируемый результат):** психологическая готовность учащихся к занятию, организация их внимания.

**Педагогическая задача:** организовать и подготовить учащихся к учебной и творческой деятельности.

*Организуя внимание учащихся, используя прием «Интересный факт».*

*Спрашиваю учащихся:*

- А знаете ли вы, что самое долгое обучение было в Великобритании. Некий Роберт Кронин обучался 52 года и закончил учиться в возрасте 72 лет. Думаю, таких учеников в нашем классе нет. Продолжаем академию «Класс!».

**II этап. Повторение пройденного материала (до 5 минут).**

- Друзья! На теоретическом занятии вы познакомились с понятием профессиограмма. Сейчас мы попробуем выяснить, насколько вы усвоили данный материал.

*Задаю вопросы по теме:*

1. Скажите, какими качествами должен обладать вожатый?
2. Что такое профессиограмма и из чего она состоит?
3. Что такое модель профессиональной компетентности?

**III этап. Изучение новой темы (до 15 минут).**

**Цель этапа (планируемый результат):** познакомить учащихся с организаторскими и командными способностями

*Сообщаю участникам занятия:*

- Каждый учитель должен быть лидером в своем классе. Иначе организовать учебный процесс будет очень и очень сложно. Сегодня мы поговорим о способностях, которые позволяют эффективно организовать урочную и внеурочную деятельность учащихся – об организаторских и командных способностях. Как вы думаете, что такое организаторские способности?

*Принимаю ответы учащихся, затем сообщаю:*

- Организаторские способности - это, во-первых, способность организовать ученический коллектив, сплотить его, воодушевить на решение важных задач и, во-вторых, способность правильно организовать свою собственную работу. Я надеюсь, что вы будете самым организованным классом. С организаторскими способностями тесно связаны и командные навыки, которые многие ученые называют авторитарными. Как вы думаете, что такое авторитарные способности?

*Принимаю ответы учащихся, затем сообщаю учащимся:*

- Конечно, все любят демократических учителей. Но авторитарные способности тоже необходимы. Это способности непосредственного эмоционально-волевого влияния на учащихся и умение на этой основе добиваться у них авторитета.

**Метод 1. «Авторитет и авторитарность»**

*Прошу учащихся поделиться опытом и рассказать, встречали ли они в жизни излишне авторитарных учителей, есть ли у них учитель-авторитет.*

**IV этап. Закрепление учебного материала (до 15 минут)**

**Цель этапа:** закрепление учебного материала посредством организации тренингов, игровых методов и упражнений.

*Сообщаю участникам занятия:*

- Сплоченность коллектива – важный показатель прочности, единства межличностных взаимоотношений в группе. Сплочённость коллектива – это всегда взаимная эмоциональная притягательность. Это уровень свидетельствует об уровне организаторских способностей педагога. Сегодня мы разучим несколько тренингов, игровых упражнений и методов, выполнение которых сможет объединить класс, а также развить лидерские способности будущих педагогов!

– Прежде, чем мы начнем наше практическое занятие, я предлагаю объединиться в 4 группы. *Использую прием «До-Ре-Ля-Фа» (поочередно присваиваю учащимся названия тех или иных нот, а затем предлагаю объединиться в соответствующие команды). Предлагаю осуществить перестановку мебели (стульев) для удобства работы. Выбираю жюри.*

*Далее упражнения проводят учащиеся (по одному от каждой команды). Примеры представлены ниже.*

**Игровое упражнение «Полиглот».**

Ведущий предлагает детям поговорить на разных языках. Выбирается песня, которая известна всем (например, «Пусть бегут неуклюже»), все гласные в этой песне заменяются одной, например, «а». Например, «ПасттьББАГАтНааклажа» и т. д. Жюри подводит итоги на предмет лучшей организации метода. Если останется время, то можно поиграть и в другие лидерские игры, представленные в главе «День за днём, День третий».

**IV этап. Подведение итогов (до 5 минут).**

**Цель этапа:** подвести итоги занятия, организовать рефлексию.

*Органирую рефлексию, задаю вопросы, активизирую аналитические способности учащихся:*

1. Скажите, что такое организаторские способности?
2. Скажите, что такое авторитарные способности?
3. Скажите, какой момент нашей встречи был для вас самым интересным?
4. Скажите, какой момент нашей встречи был для вас самым полезным?

*Заключительное слово:*

- Организаторские способности – это способности, которые развиваются только в практике. Пробуйте! Больше организуйте! И тогда окружающие со временем обязательно наградят вас почетным титулом, «Организатор»!

*Выражаю слова благодарности всем участникам занятия. Прошу учащихся отметить результаты собственной активности в рефлексивных методах.*

**ЗАНЯТИЕ 3.**

**Тема:** Модель компетентности: перцептивные способности, педагогический такт

**Цель занятия:** познакомить учащихся с понятиями «перцептивные способности», «педагогический такт», с требованиями, предъявляемыми к профессии педагога; развитие коммуникативных качеств и организаторских способностей, совершенствование творческого, индивидуального стиля в социально значимой деятельности.

**Тип занятия:** комбинированная форма (получение нового знания + практическое занятие-тренинг).

**Возраст:** 8-11 кл.

**Ход занятия:**

**I этап. Организационный** (до 2 минут).

**Цель этапа** (планируемый результат): психологическая готовность учащихся к занятию, организация их внимания.

**Педагогическая задача:** организовать и подготовить учащихся к учебной и творческой деятельности.

*Организуя внимание, доброжелательный настрой всех детей, используя прием «Интересный факт».*

– Кстати, а знаете ли вы, почему взрослые не слышат то, что могут слышать дети и подростки? Дело в том, что чем старше человек, тем меньше верхних звуковых частот он может слышать. Этот принцип полицейские в западных странах использовали для того, чтобы разгонять толпы подростков именно таким высокочастотным звуком, который слышат они, но не слышат взрослые (за редкими исключениями). Но впоследствии подростки сумели обратить феномен себе на службу: они ставят на телефон специальный рингтон и могут принимать смс-ки во время уроков, пока учителя ничего не подозревают. Правда это или неправда?.. Проверьте! Но сегодня, я надеюсь, вы будете очень внимательно меня слушать!

**II этап. Повторение пройденного материала** (до 5 минут).

- Друзья! На теоретическом занятии вы познакомились с организаторскими способностями! Сейчас мы попробуем выяснить, насколько вы усвоили данный материал.

*Задаю вопросы по теме:*

1. Скажите, что такое организаторские способности?

2. Скажите, что такое авторитарные способности?

3. Проявили ли вы себя в качестве организатора чего-нибудь в «Зубрёнке»?

*Подвожу итоги, обобщаю.*

**III этап. Изучение новой темы** (до 7 минут).

**Цель этапа:** познакомить учащихся с понятиями «перцептивные способности» (человеческие), «педагогический такт».

- Мы продолжаем знакомиться с теми качествами, которые необходимы педагогам. И сегодня поговорим о самых человеческих качествах, которые психологи называют перцептивными способностями. Встречались ли вы с таким термином? (*Принимаю ответы учащихся*)?

- Перцепция – это тоже самое, что и восприятие. Педагогическая перцепция - это способность проникать во внутренний мир ученика, воспитанника, психологическая наблюдательность, понимание личности ученика. Это своеобразное умение видеть!

- Для учителя важно и такое качество, как педагогический такт. Как вы понимаете следующее определение педагогического такта. *Зачитываю:*

- Педагогический такт - это чувство меры, это соблюдение педагогом принципов гуманизма в общении с детьми в самых разнообразных сферах деятельности, это умение выбрать правильный подход к учащимся. В основе лежит знание психологии ребенка, уважение к его личности.

*Принимаются ответы учащихся, спрашиваю учащихся:*

- Как вы думаете, в каких профессиях данное качество является обязательным!

*Принимаю ответы учащихся, подвожу к тому, что хороший учитель – это еще и хороший психолог. Сообщаю учащимся:*

- И сегодня мы с вами проведем несколько психологических тренингов, которые помогут вам больше понять самих себя, а значит развить перцептивные способности.

**IV этап. Закрепление учебного материала (до 25 минут)**

**Цель этапа (планируемый результат):** закрепление учебного материала посредством организации тренингов, игровых методов и упражнений.

- Прежде, чем вы выполните условия следующих игровых упражнений, предлагаю объединиться в 4 группы (*использую прием «Я-ты-он-она», поочередно присваиваю детям названия местоимений, а затем предлагаю объединиться в команды «Я», «Ты», «Он», «Она» соответственно. Предлагаю осуществить перестановку мебели (стульев). Выбираю жюри (2-3 учащихся).*

**Упражнение 1. «Антонимы».** Условие: называю качество характера, а учащиеся должны предложить его противоположное значение:

*умный – глупый, отважный – трусливый, гордость – скромность, властность – кротость, хамство – вежливость, скупость (жадность) – щедрость, наглость – деликатность, лживость – правдивость (честность), лень – энергичность, нежность – грубость, оптимистичность – пессимистичность, хитрость – искренность, наивность – расчетливость, душевность – черствость, эгоизм – доброта, раздражительность – спокойствие, аккуратность – неряшливость и т. д.*

*Жюри подводит итоги*

**Упражнение «Хобби, или конь на карусели».** *Предварительно детям разъясняется название метода. Как и конь-качалка («хобби», а затем – конь на карусели) раскачивается в двух направлениях, так и содержание метода предполагает сочетание полярной (противоположной) информации из жизненного опыта учащихся. Суть метода: предлагается написать 7 пар словосочетаний. В левой колонке учащиеся пишут то, чем они любят заниматься, что они больше всего*

умеют. В правой, наоборот, информируют о деятельности, которая не вызывает у них позитивных эмоций. Например,

играть в футбол – *писать сочинения*;  
 собирать грибы – *собирать ягоды*;  
 общаться с друзьями – *сидеть в воскресенье дома*;  
 заниматься выжиганием – *что-то клеить и т.д.*

*Затем предлагаю ответить на вопрос:*

- Ответьте для себя, почему вы любите делать то, что записано в левой части упражнения и не любите делать того, что написано в правой.

*Учащиеся отвечают на вопросы.*

**Упражнение 3. «Характер и почерк»** (в случае наличия времени)

*Предлагаю провести тест, в котором черты характера можно определить по почерку.*

Условие: возьмите лист белой бумаги, ни в коем случае не разлинованной, твердый карандаш и линейку. Сядьте поудобнее, напишите три-четыре строчки любого текста.

Интерпретация теста.

*1. Размеры букв:*

Не больше 2-3 миллиметров. *3 балла*

4 - 5 миллиметров. *7 баллов*

6 - 7 миллиметров. *17 баллов*

Более 7 миллиметров. *20 баллов*

*2. Наклон букв:*

Сильный влево. *2 балла*

Очень легкий влево. *5 баллов*

Без наклона. *10 баллов*

Очень легкий вправо. *6 баллов*

Сильный вправо. *14 баллов*

*3. Очертания букв:*

Округлые. *9 баллов*

Трудно определить. *10 баллов*

Угловатые. *19 баллов*

*4. Расположение строки относительно верхнего края бумаги:*

Расположена параллельно верхнему краю. *12 баллов*

Строка смещается вверх. *16 баллов*

Строка смещается вниз. *1 балл*

*5. Сила нажима на карандаш:*

Легкая. *8 баллов*; Средняя. *15 баллов*; Сильная. *21 балл*

*6. Характер написания букв:*

Слитное написание букв. *11 баллов*

Раздельное написание букв. *18 баллов*

*7. Общая оценка написания букв:*

Все слова легко читаются, почерк аккуратный. *13 баллов*

Почерк аккуратный, но некоторые слова читаются с трудом. *9 баллов*

Почерк неразборчивый. *4 балла*

Суммируйте все набранные баллы. Для большей точности проведите тестирование несколько раз в течение суток. Потом сложите все баллы и поделите на количество тестирований.

ОТ 38 ДО 51 БАЛЛОВ. Люди, обладающие подобным почерком, обычно оторваны от жизни, часто не способны справляться с трудными ситуациями, уходят в себя, в свои интересы. Болезненно воспринимают неудачи. Нередко попадают под чужое влияние. У таких людей наблюдается повышенная склонность к разнообразной зависимости. К этой же группе относятся фанаты компьютерных игр и футбольные болельщики.

ОТ 52 ДО 63 БАЛЛОВ. Люди из этой группы, как правило, не обладают выраженной силой воли, они робкие, часто растерянные в критических ситуациях. По многим вопросам проявляют пассивность. Они еще не успели осознать себя как личность. Уходят в свои мечты, которые редко воплощаются в жизнь.

ОТ 64 ДО 75 БАЛЛОВ. Подобные люди скромны, обладают мягким характером, уважают мнение окружающих. Вследствие их природной доверчивости их легко обмануть искушенному человеку. Такие люди легко внушаемы. Заниженная самооценка приводит к тому, что они часто подстраиваются под других людей, забывая про собственное Я. В критических ситуациях пытаются бороться, но часто пасуют перед хамством. К этой группе также относятся цветоводы, голубятники, уличные торговцы мелким товаром.

ОТ 76 ДО 87 БАЛЛОВ. Люди, обладающие подобным почерком, чистосердечны, открыты, прямолинейны. Всегда отстаивают свою точку зрения, но с терпимостью относятся и к чужой. Считают предательство худшей чертой человека и никогда его не прощают. Зато с друзьями преданы, пойдут ради них в огонь и в воду. Способны на поступок ради высшей цели. Такие почерки были выявлены у работников правоохранительных органов, служащих страховых компаний и, как ни странно, у киноактеров.

ОТ 88 ДО 98 БАЛЛОВ. Наиболее распространенная категория. Люди этой группы порядочны, не способны на обман, обладают уравновешенным характером, выдержкой. В критических ситуациях отважны, настроены на победу. У них в голове всегда много планов, немногим из которых, правда, суждено осуществиться. Сообразительны, ко всему относятся с юмором. Это люди, выросшие в крепких семьях со здоровой семейной атмосферой.

ОТ 99 ДО 109 БАЛЛОВ. Люди этой группы - независимы в суждениях и поступках. У них на все есть собственное мнение. Они обладают цепким умом и хорошей памятью. В некоторых ситуациях способны вести себя вздорно. Любят все прекрасное, нередко сами посвящают себя творчеству. Такой почерк бывает у журналистов, музыкантов, руководящих работников, менеджеров.

ОТ 110 ДО 121 БАЛЛА. Подобные люди властны, требуют подчинения собственным желаниям и капризам. Любую критику в свой адрес воспринимают как посягательство на права собственности и не прощают. С дисциплиной здесь тоже проблемы, они часто дают людям понять, что уже делают вам одолжение, просто общаясь с вами.

**V этап. Подведение итогов** (до 5 минут).

**Цель этапа** (планируемый результат): подвести итоги занятия, наградить победителей.

*Организирую рефлексию посредством метода «Вопрос» (задаю вопросы, активизирую аналитические способности детей)*

1. Скажите, что такое перцептивные способности?
2. Скажите, что такое педагогический такт?
3. Скажите, какой момент нашей встречи был для вас самым интересным?
4. Какой игровой метод оказался самым сложным и почему?
5. Какой игровой метод оказался самым легким и почему?

*Предоставляю слово жюри. Награждение осуществляю совместно с учащимися.*

*Заключительное слово:*

- Перцептивные способности – важные качества будущего педагога! Они развиваются! Впрочем, сложно сказать, как развивать человеческие качества. Попробуйте читать книги о Человеке и смотреть человеческое кино! Удачи!

*Выражаю слова благодарности всем участникам занятия. Прошу учащихся отметить результаты собственной активности в рефлексивных методах.*

#### **ЗАНЯТИЕ 4.**

*Содержание разрабатывается отрядными педагогами самостоятельно*

**Тема: Модель компетентности: как стать педагогом!**

**Цель занятия:** рассказать о высших учебных заведениях страны, в которых можно получить педагогическую профессию; познакомить с понятиями «академические способности», «дидактические способности», «интеллектуальные способности»; развивать коммуникативные навыки, творческий потенциал, умение взаимодействовать.

**Тип занятия:** получение нового знания.

**Возраст:** 8-11 классы.

**Оборудование и реквизит:** мультимедиа, ручки, листки бумаги.

Основная идея – занятие разрабатывается педагогами самостоятельно, в ходе которого воспитатели рассказывают о высшем учебном заведении, в котором они получили педагогическую профессию, специальность. Желательно, чтобы оба воспитателя рассказали о своем ВУЗе. Наличие мультимедийной презентации – необходимое условие.

Рассказ можно осуществить по следующей схеме:

1. Оргмомент, вступительное слово.
2. Подведение итогов предыдущего занятия.
3. Название высшего учебного заведения.
4. Факультет, специальность, иная информация.

5. Организационная информация о ВУЗе: количество факультетов, самые популярные специальности, сроки и условия обучения, адрес и т.д.

6. Самые сложные и самые легкие специальности.

7. Описание мотивов выбора высшего учебного заведения.

8. Знакомство учащихся с процедурой правильного построения личных профессиональных планов (от выбора факультета до подачи заявления).

9. Рассказ о забавных историях из студенческой жизни!

#### **Физкультминутка**

*Сообщаю условие:* участникам необходимо встать в свободном порядке. По команде необходимо в течение 1 минуты коснуться 4-х углов комнаты, предмета желтого цвета, одного деревянного предмета и 6-ти пар колен и 5-ти локтей. Кто первый заканчивает – издает победный клич!

Также необходимо в ознакомительном порядке рассказать об академических, дидактических, интеллектуальных способностях.

*Внимание! Данный этап могут провести сами учащиеся!*

*Организуйте данный процесс!*

#### **Вид способностей: дидактические.**

- Возможно, некоторые из вас слышали слова «дидактика», «дидактические». Как вы думаете, что они обозначают? *Принимаются ответы учащихся.* Дидактические способности – это способности передавать ученикам учебный материал, делая его доступным для учащихся, преподносить им материал или проблему ясно и понятно, вызывать интерес к предмету, возбуждать у учащихся активную самостоятельную мысль. Надеюсь, и мы сегодня будем активны и самостоятельны! Как развить дидактические способности? Попробуйте друзьям рассказывать интересные истории просто, ясно и понятно! Тренируйтесь!

#### **Вид способностей: академические.**

- Поговорим предметно! Академические способности - способности к соответствующей области наук (*к математике, физике, биологии, литературе и т.д.*). Какие у вас любимые предметы? (*принимаются ответы учащихся.*)

#### **Вид способностей: интеллектуальные.**

- Для будущих педагогов важно быть эрудированным, поскольку материал из сфер, далеких от профессиональной деятельности, нередко служит источником оригинальных идей и нестандартных решений. А развить интеллектуальные способности можно, участвуя в интеллектуальных играх!

**Подведение итогов (до 5 минут).** Вопросы, заключительное слово педагоги разрабатывают самостоятельно.

## **ЗАНЯТИЕ 5.**

**Тема:** Модель компетентности: творческие способности

**Цель занятия:** познакомить учащихся с понятиями «творчество», «педагогическое творчество», с требованиями, предъявляемыми к профессии педагога; развивать творческий

потенциал подростков, коммуникативные навыки, эстетический вкус, волю и настойчивости.

**Тип занятия:** комбинированная форма (получение нового знания + практическое занятие-тренинг).

**Возраст:** 8-11 кл.

**Ход занятия:**

**I этап. Организационный** (до 2 минут)

**Цель этапа:** психологическая готовность учащихся к занятию, организация их внимания.

**Педагогическая задача:** организовать и подготовить учащихся к учебной и творческой деятельности

*Организуя внимание, доброжелательной настрой всех учащихся, используя прием «Интересный факт». Сообщаю:*

– Кстати, а знаете ли вы, что существуют разные школы, в том числе и «кочевые школы», «подземные школы», «школы познания через музыку», «плавучие школы» и даже «школы без дисциплины». Надеюсь, мне сегодня не понадобится обращать внимание на дисциплину. Добрый день!

– Прежде, чем мы начнем наше практическое занятие, я предлагаю объединиться в 4 группы. *Использую метод «Весна-Лето–Осень–Зима» (поочередно присваиваю детям названия пор года, а затем предлагаю объединиться в соответствующие команды). Предлагаю осуществить перестановку мебели. Выбираю жюри.*

**II этап. Теоретический этап** (до 10 минут)

**Педагогическая задача:** посредством игровых тренингов, методов и упражнений развивать в детях коммуникативные способности, творческий потенциал, умение взаимодействовать.

**Вступительное слово:**

– Каждый из вас слышал выражение «творческий, креативный человек» и каждый из вас по-своему понимает это выражение. А как вы понимаете данное выражение?

*Принимаю ответы учащихся, сообщаю:*

– Кем бы в будущем не стали, шеф-поваром ресторана, учителем, доктором наук, инженером, программистом, директором банка и т. д., творчество всегда будет способствовать достижению цели, решению различных проблем. Творчество – это залог жизненного успеха. И, безусловно, творческие способности необходимы учителю!

**Метод «Одно слово»**

– Что же такое творчество? Давайте попробуем разобраться. Предлагаю выполнить следующее задание: завершите одним словом фразу «Творчество – это...».

*Подвожу итоги метода. Знакомлю с разными определениями понятия «творчество», использую мультимедиа.*

– В литературе встречаются различные трактовки понятия «творчество». Психолог Л. С. Выготский рассматривал творчество как создание нового. Исследователь С. Д. Рубинштейн определял творчество как «деятельность, создающая нечто новое, оригинальное, что потом входит в историю не только самого творчества, но и науки, искусства». А. В. Брушлинский приоритетную задачу творчества видел в преодолении стереотипов и шаблонов. Т. А. Маслоу считает, что

подлинная креативность проявляется у человека в повседневной жизни, каждодневном выборе жизненных ситуаций, в разных формах самовыражения.

*Спрашиваю учащихся:*

- Какое слово встречается почти во всех определениях?

*Подвожу к мысли, что во всех трактовках встречается слово «новое». Вывожу определение понятия «творчество».*

- Итак, творчество – это деятельность, результатом которой является создание новых, совершенных материальных либо духовных ценностей. *Спрашиваю учащихся:*

- А как вы думаете, что такое «педагогическое творчество»?

*Принимаю ответы, обобщаю.*

- Педагогическое творчество – это педагогическая деятельность, которая отличается новизной и оригинальностью и проявляется в нестандартных подходах к решению проблем, в разработке новых методов, форм, приемов, их оригинальных сочетаний.

**III этап. Практический этап** (*закрепление учебного материала, до 25 минут*).

**Цель этапа:** закрепление учебного материала посредством организации интерактивных методов и творческих игр

**Педагогическая задача:** активизация творческой активности учащихся

*Внимание!*

*Некоторые из этих методов могут провести сами учащиеся!*

*Организуйте данный процесс!*

### **Упражнение 1. «Состарившийся маркер»**

*Сообщаю условие метода:* необходимо придумать новые применения старому исписанному маркеру. Версии могут быть самые фантастические, прошу учащихся не ограничивать себя в фантазии. На выполнение – не более 4 минут.

*Подвожу итоги следующим образом:* по истечению времени листки с ответами собираю, а затем раздаю каждой команде для оглашения. Начинает команда «Весна».

*Жюри подводит итоги.*

### **Упражнение 2. «Анаграмма»**

*Вступительное слово:*

- Друзья. Все вы помните сказку Г. Х. Андерсена «Снежная королева». Какое слово безуспешно пытался из льдинок сложить Кай? Правильно, это слово «вечность». Сейчас мы попробуем выполнить следующее задание, похожее на задание Кая. Предлагаю из букв слова «бесконечность» составить максимальное количество новых слов. Букву можно использовать только один раз. На выполнение – не более 4 минут. Начинает команда «Лето».

*Подвожу итоги следующим образом:* по истечении времени команда зачитывает один ответ из своего списка. Далее, по кругу, свой вариант предлагает следующая команда и т.д. Жюри фиксирует ответы, подводит итоги.

### **Упражнение 3. «Башни мира»**

*Сообщаю условие метода. Каждая команда получает карточки, на которых изображена та или иная башня, по одной на каждой карточке.*

1. «Эйфелева башня».
2. «Пизанская башня».
3. «Спасская башня Кремля».
4. «Останкинская башня».

Необходимо силами собственной команды соорудить соответствующую башню. Использовать можно любой подручный материал. На выполнение – не более 4 минут. Начинает демонстрацию команда «Осень». Подведение итогов осуществляет жюри.

#### **Упражнение 4. «Педагогический символ и ладони»**

*Командам необходимо придумать и сотворить из ладоней участников команды изображение какого-нибудь животного, словно это символ педагогической деятельности.*

На выполнение – не более 4 минут. Начинает демонстрацию команда «Зима». Подведение итогов осуществляет жюри.

#### **IV этап. Подведение итогов (до 7 минут).**

**Цель этапа (планируемый результат):** подвести итоги практического занятия, наградить победителей.

*Организуя рефлексию, задаю вопросы, активизирую аналитические способности учащихся.*

Скажите, что такое педагогическое творчество?

1. Скажите, какой момент нашей встречи был для вас самым интересным?
2. Какой игровой метод оказался самым сложным и почему?
3. Какой игровой метод оказался самым легким и почему?

*Предоставляю слово жюри. Награждение осуществляю совместно с детьми. Прошу учащихся отметить результаты собственной активности в отрядных рефлексивных методиках.*

*Заключительное слово.*

- Творческие способности – это важное педагогическое качество! А развить его можно самыми разными способами. Об этом мы еще с вами поговорим на занятии, которое будет называться «Прогностические способности». Удачи в творчестве!

#### **ЗАНЯТИЕ 6.**

**Тема:** Модель компетентности: коммуникативные, речевые и артистические способности

**Цель занятия:** познакомить учащихся с понятиями «коммуникативные способности педагога», «речевые способности педагога» «артистические способности педагога», с требованиями, предъявляемыми к профессии педагога; развитие коммуникативных качеств и лидерских способностей, совершенствование творческого, индивидуального стиля в социально значимой деятельности.

**Тип занятия:** комбинированная форма (получение нового знания + практическое занятие-тренинг).

**Возраст:** 8-11 кл.

**Ход занятия:**

**I этап. Организационный (до 2 минут).**

**Цель этапа:** психологическая готовность учащихся к занятию, организация их внимания.

**Педагогическая задача:** организовать и подготовить учащихся к учебной и творческой деятельности.

*Организирую внимание, доброжелательный настрой всех детей, используя прием «Интересный факт»:*

- Кстати, а знаете ли вы, выражение «И ежу понятно!» стало популярным благодаря советским интернатам для одаренных детей. Дети, уже имеющие опыт занятий по нестандартной программе, учились в классах А, Б, В, Г, Д, а новичков определяли в классы Е, Ж, И. Чувствуя свое превосходство, более опытные дети называли новичков «ежи» и подтрунивали над ними: «это и ежу понятно, не то что нам!». Это, наверное, шутка. А мы серьёзно продолжаем нашу академию!

**II этап. Повторение пройденного материала (до 5 минут).**

- На прошлом занятии мы познакомились с такими важными качествами педагога, как творческие способности! Скажите, что такое педагогическое творчество?

*Принимаю ответы детей, спрашиваю.*

*- Как можно развить творческие способности?*

*Принимаю ответы детей, комментирую, дополняю.*

**III этап. Изучение новой темы (до 10 минут)**

- Мы продолжаем знакомиться с теми качествами, которые необходимы педагогам. И сегодня поговорим о коммуникативных способностях. Как вы думаете, что это такое и почему это важно.

*Принимаю ответы учащихся.*

- Правильно! Коммуникативные способности – это способность к общению с детьми, умение найти правильный подход к учащимся, установить с ними целесообразные взаимоотношения, наличие педагогического такта. С данными способностями очень тесно связаны и речевые способности. Как вы думаете, чем отличаются коммуникативные способности от речевых? Что такое речевые способности?

*Принимаю ответы учащихся.*

*Сообщаю учащимся:*

- Речевые способности - это способность ясно и четко выражать свои мысли, чувства с помощью речи, а также мимики и пантомимики. А это – очень важно для педагога! Как вы думаете, почему?

*Принимаю ответы учащихся.*

- Говорят, что учитель должен уметь сказать фразу: «Иди сюда» с 30 оттенками. А это способен сделать настоящий артист! Любой педагог должен уметь перевоплощаться. Это не исключает мудрого принципа «Быть самим собой». Тем не менее, решение разнообразных проблем, подача информации, умение разнообразить обыденный день – немислимы без артистических способностей. Артистические способности – способность к выразительному перевоплощению. А мы с вами попробуем развить коммуникативные, речевые и артистические способности в следующих игровых упражнениях.

**IV этап. Закрепление учебного материала (до 25 минут)**

**Цель этапа** (*планируемый результат*): закрепление учебного материала посредством организации тренингов, игровых упражнений.

*Внимание! Некоторые из этих методов могут провести сами учащиеся! Организуйте данный процесс!*

– Прежде, чем мы начнем наше практическое занятие, предлагаю объединиться в 4 команды. *Использую прием «Ампула» (поочередно присваиваю учащимся названия актерских ампула, а затем предлагаю объединиться в команды «Комик», «Трагик», «Герой», «Лирик» соответственно). Выбираю жюри (2-3 учащихся).*

**Упражнение 1. «Оратор»**

Необходимо прочитать план на день:

1. Команде «Комик» – шепотом, но бодро и весело.
2. Команде «Трагик» – с максимальной громкостью, но сонно и вяло.
3. Команде «Герой» – как будто замерзли, но бодро и весело.
4. Команде «Лирик» – как будто во рту горячая каша, но сонно и вяло.

*Трактовка произвольная. На подготовку – не более 2 минут. Начинает команда «Комик». Подведение итогов осуществляет жюри.*

**Упражнение 2. «И жнец, и чтец»**

*Необходимо прочитать случайно выбранный абзац из книги (дети сами называют страницу):*

1. Команде «Комик» - как будто вы иностранный учитель!
2. Команде «Трагик» - как будто вы очень добрый учитель!
3. Команде «Герой» - как будто вас слушает все человечество, а вы этим должны объяснить, как важно стремиться делать добро друг другу, а других слов у вас нет.
4. Команде «Лирик» - как будто вы объясняетесь в любви.

*Трактовка произвольная (количество участников, реквизит и т. д.)*

*На подготовку – не более 2 минут. Начинает команда «Трагик». Подведение итогов осуществляет жюри.*

**Упражнение 3. «Передача информации»**

Условие – необходимо в течение 30 секунд передать определённую информацию при помощи жестов и мимики (*раздаю листки, на которых написаны фразы, каждой команде по одной; показывает один человек от команды, остальные учащиеся угадывают*):

«Сегодня в 19:30 состоится дискотека для младших».

«Бассейн переносится с 16:00 на 17:00».

«Завтра у меня выходной»

«Заведи моих детей на кинофильм, а я пойду в корпус».

*На подготовку – не более 2 минут. Начинает команда «Герой». Подведение итогов осуществляет жюри.*

**Упражнение 4. «Чистоговорка»**

- Чистоговорка – малый жанр фольклора; народно-поэтическая шутка, заключается в умышленном подборе слов, трудных для правильной артикуляции при быстром и многократном повторении. И сегодня мы с вами посоревнуемся в произношении чистогоговорок. Условие конкурса: предлагается чистоговорка. Каждая команда должна

как можно быстрее и правильнее ее произнести. Начинает команда «Лирик». Текст представлен ниже:

*И потом протокол про протокол протоколом запротоколировал, как интервьюером интервьюируемый лигурийский регулировщик речисто, да не чисто рапортовал, да так зарпортовался про размокропогодившуюся погоду, что дабы инцидент не стал претендентом на судебный прецедент, лигурийский регулировщик акклиматизировался в неконституционном Константинополе, где хохлатые хохотушки хохотом хохотали и кричали турке, что придет бомбардир из Бранденбурга — бомбами забомбардирует за то, что некто чернорылый у него полдвора изрыл, вырыл и подрыл; но на самом деле турка не был в деле.*

Подведение итогов осуществляет жюри.

#### **Упражнение 5. «Сидя на стуле...»**

*Предлагаю учащимся выполнить следующие условия:*

##### Вариант 1.

Не сходя со стула, посидите на нем так, как сидит бюрократ, пчела на цветке, кассир на рабочем месте, человек-паук, невеста на свадьбе, Гамлет, преступник на скамье подсудимых, ночной дежурный вожатый рано утром.

*Жюри подводит итоги, максимальное количество баллов – 2, минимальное – 1.*

##### Вариант 2.

Нахмурьтесь как король Лир, ребенок, у которого отняли игрушку, Наполеон, человек, желающий скрыть улыбку, рассерженный попугай, ночной дежурный вожатый.

*Данные упражнения позволяют тренировать, регулировать внутреннее состояние, научиться управлять им. Внимание и воображение помогут создать внутренние интонации движений, жестов, способов проявления чувств, демонстрации мыслей.*

*Сообщаю учащимся:*

– В завершении нашей встречи я предлагаю вам улыбнуться!

1. ...как улыбается очень вежливый японец;
2. ...как улыбается собака своему хозяину;
3. ...как улыбается кот – мышке;
4. ...как улыбается влюбленный юноша своей девушке.

*Подведение итогов осуществляет жюри.*

#### **V этап. Подведение итогов (до 4 минут)**

**Цель этапа (планируемый результат):** подвести итоги практического занятия, наградить победителей.

*Органирую рефлексию, задаю вопросы, активизирую аналитические способности детей.*

1. Скажите, что такое коммуникативные способности?
2. Скажите, что такое речевые способности?
3. Скажите, что такое артистические способности?
4. Скажите, какой момент нашей встречи был для вас самым интересным?
5. Какой игровой метод оказался самым сложным и почему?
6. Какой игровой метод оказался самым легким и почему?

7. Что бы вы пожелали сами себе?

*Предоставляю слово жюри. Награждение осуществляю совместно с учащимися. Прошу отметить результаты собственной активности в личностных методиках.*

*Заключительное слово:*

- Коммуникативные и речевые способности необходимы для педагога. Развить их можно, конечно же, общаясь друг с другом! Больше читайте, больше узнавайте, больше испытывайте! Удачи вам!

### **ЗАНЯТИЕ 7.**

**Тема:** Модель компетентности: прогностические и аналитические способности

**Цель занятия:** познакомить учащихся с понятием «педагогическое воображение», «прогностические способности», с требованиями, предъявляемыми к профессии педагога; развивать творческий потенциал подростков, коммуникативные навыки, эстетический вкус, волю и настойчивость.

**Тип занятия:** комбинированная форма (*получение нового знания + практическое занятие-тренинг*)

**Возраст:** 8-11 кл.

**Ход занятия:**

**I этап. Организационный** (*до 2 минут*)

**Цель этапа:** психологическая готовность учащихся к занятию, организация их внимания.

**Педагогическая задача:** организовать и подготовить учащихся к учебной и творческой деятельности.

*Органирую внимание, доброжелательный настрой всех учащихся, используя прием «Кстати». Спрашиваю учащихся:*

- Кстати, а знаете ли вы, сколько в одном году – секунд?

*Принимаю ответы учащихся, сообщаю:*

- Правильный ответ мы узнаем в конце нашего занятия! Не будем зря тратить время, а сразу приступим к новому занятию. Добрый день!

- Прежде, чем мы начнем наше практическое занятие, предлагаю объединиться в 4 группы. *Использую метод «Студент - Доцент-Профессор - Академик» (поочередно присваиваю детям те или иные статусы, а затем предлагаю объединиться в соответствующие команды). Предлагаю осуществить перестановку мебели. Выбираю жюри.*

**II этап. Основной этап** (*теоретический, до 15 минут*)

**Педагогическая задача:** познакомить учащихся с прогностическими способностями

**I. Задаю учащимся вопрос:**

- Как вы думаете, что такое воображение? *Принимаю ответы учащихся, сообщаю:*

- Воображение – это мысленное воспроизведение чего-либо или кого-либо, фантазия. Оно тесно связано с мышлением, так как образ и мысль всегда выступают в единстве. Воображение способствует предвосхищению будущего и как бы оживляет прошлое.

*Спрашиваю учащихся.*

– Скажите, а зачем людям, которые занимаются педагогической деятельностью, необходимо воображение?

*Принимаю ответы учащихся, сообщаю.*

– Для учителя, педагога очень важно педагогическое воображение или, как его еще называют, прогностические способности. Прогностические способности (от слова «прогноз») - это способности, выражающиеся в предвидении последствий своих действий, в проектировании личности учащегося, связанного с представлением о том, что из ученика получится в будущем. С прогностическими способностями тесно связаны и аналитические навыки, т. е. способность оценить происшедшее в широком смысле.

*Спрашиваю учащихся:*

– Скажите, как вы думаете, что такое педагогическое воображение?

*Принимаю ответы учащихся, сообщаю:*

– Педагогическое воображение – способность предугадать, каким может стать ученик в будущем; это умение представлять педагогические ситуации и пути их решения.

**Метод «Как развить?»**

- Можно ли развить прогностические и аналитические способности? Вот несколько советов:

1. Прогностические способности, воображение развивается в играх со словами (*прошу учащихся привести примеры*).

2. Прогностические способности, воображение развивается в любом сочинительстве (*прошу учащихся привести примеры*).

3. Прогностические способности, воображение развивается при чтении книг.

4. Развитию прогностических способностей способствует изучение разных географических карт (*прошу учащихся пояснить*).

5. Прогностические способности совершенствуются при внимательном рассматривании чертежей, проекций.

6. Техническое творчество, изобретательская и рационализаторская деятельность – важный путь развития прогностических способностей.

7. Для развития воображения важны жизненный опыт и широкий круг знаний (*прошу учащихся привести примеры, прокомментировать*).

**III этап. Основной этап (практический, до 25 минут)**

**Педагогическая задача:** посредством игровых тренингов, методов и упражнений развивать в детях коммуникативные способности, творческий потенциал, умение взаимодействовать.

*Внимание! Некоторые из этих методов могут провести сами учащиеся! Организуйте данный процесс!*

**Упражнение 1. «Шесть невозможных вещей»**

*Вступительное слово к методу:*

- Многие из вас читали удивительное произведение Л. Кэрлла «Алиса в стране чудес». Помните, у Алисы было правило: «Подумать до завтрака о шести невозможных вещах». Что же, попробуем помочь Алисе и придумать шесть невозможных вещей, но применимых (или

вернее, неприменимых!) в «Зубренке». Попробуйте увидеть простое в сложном и сложное – в простом. На листе бумаги записываем шесть, но оглашаем одно, самое невозможное событие. Итак, вы проснулись и...

На подготовку – не более 4 минут.

*Подвожу итоги следующим образом: по истечении времени собираю листы бумаги, зачитываю ответы. Начинает команда «Студент». Жюри подводит итоги.*

### **Упражнение 2. «Найди сходство»**

*Сообщаю условие:*

- Первая команда произносит два случайных слова. Вторая в течение 15 секунд называет общие для этих двух слов признак, а затем называет своё, третье слово (желательно, имя существительное) и т. д. по кругу. Тот, кто не сумеет за данное время назвать ни одного общего для двух слов понятия, выбывает из игры. Жюри подводит итоги в т. ч. и по самому оригинальному ответу.

*Начинает команда «Доцент». На выполнение – не более 6 минут.*

### **Упражнение 3. «если...»**

Необходимо придумать три оригинальных ответа на вопрос, что изменится в мире, если:

*...дети научатся летать;*

*...вожатые превратятся в пятнистых жирафов;*

*...учителя придумают способ читать мысли;*

*...к вам на отрядное место придет пингвин.*

На подготовку – не более 4 минут. Начинает команда «Профессор». Жюри подводит итоги.

### **Упражнение 4. «...то»**

Необходимо придумать пять оригинальных причин, которые будут начинаться со слова «если», на следующие утверждения:

*...то птицы увидят Солнце;*

*...то дети перестанут кричать;*

*... то исчезнет любовь;*

*...то к нам в гости придет зима.*

На подготовку – не более 4 минут. Начинает команда «Академик». Жюри подводит итоги

### **IV этап. Подведение итогов (до 4 минут)**

**Цель этапа:** подвести итоги занятия, наградить победителей.

*Органирую рефлекссию, задаю вопросы, активизирую аналитические способности учащихся.*

1. Скажите, что такое прогностические способности?

2. Какой игровой метод оказался самым сложным и почему?

3. Какой игровой метод оказался самым легким и почему?

4. Что бы вы пожелали сами себе?

*Предоставляю слово жюри. Награждение осуществляю совместно с детьми. Прошу учащихся отметить результаты активности в личностных методиках.*

*Заключительное слово*

- Наша академия завершила свою работу. В конце я бы хотел (а) сказать, что главными способностями педагога являются его любовь к своей работе и любовь к детям. Всё остальное – зависит от вас! Удачи вам в вашей будущей педагогической деятельности!

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Конституция Республики Беларусь [Текст] = Канстытуцыя Рэспублікі Беларусь = Constitution of the Republic of Belarus. – Минск : НЦПІ РБ, 2014. – 155, [5] с. – ББК 67.400.11(4Бей)..
2. Программа непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь.
3. Белорусская педагогическая энциклопедия [Текст]: [в 2 т. Т. 2. Н - Я / редкол.: Н. П. Баранова и др.; науч. ред.: С. П. Самуэль, З. И. Малейко]. – Минск : Адукацыя і выхаванне, 2015. – 726, [2] с.: ил., цв. ил., табл. – ББК 74 я2.
4. Богданович, О. Н. Современные формы организации учебно-воспитательного процесса. / О. Н. Богданович.– Мозырь. 2009.
5. Загвязинский, В. И. Методология и методы психолого-педагогического исследования: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – 2-е изд., стер. В. И. Загвязинский, Р. Атаханов. – М. : Академия, 2005. – 208 с.
6. Коломинский, Я. Л. Основы психологии. Учебник для учащихся старших классов и студентов первых курсов высших учебных заведений / Я. Коломинский. – М. : АСТ; Владимир : ВКТ, 2010. – 352 с.
7. Немов, Р. С. Психология. Учебн. для студентов высш. пед. учебн. заведений. В 3 кн. Кн. 1. Общие основы психологии. – 2-е изд. – М. : Просвещение: ВЛАДОС, 1995. – 576 с.
8. Российская педагогическая энциклопедия : в 2 т. / гл. ред. В. В. Давыдов. – М. : Большая рос. энцикл., 1993-1999.
9. Современный словарь по педагогике / Сост. Рапацевич Е. С. – Минск : Современное слово, 2001. – 928 с.

### Ресурсы удаленного доступа

1. Психологическая библиотека. [Электронный ресурс]. - 2016. Режим доступа: <http://bookap.info/bod/cinesica/gl9.shtm>. – Дата доступа: 24.01.2012
2. Притчи. [Электронный ресурс]. - 2016. Режим доступа: [http://pritchi.ru/id\\_9344](http://pritchi.ru/id_9344). – Дата доступа: 24.09.2016

## ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ «АКАДЕМИЯ ВОЖАТСКОГО МАСТЕРСТВА»

### Пояснительная записка

Помощь тем, кто в этом нуждается – благородное дело! Забота о человеке двигает вперед общественную мысль, ибо воплощение идеи зачастую требует быстрых действий. В последнее время широкое распространение получило социальное волонтерство, т. е. помощь старикам, инвалидам и, безусловно, детям. Особенно такая помощь необходима в детских оздоровительных центрах (лагерях). Стремительный ритм развития становления детской группы иногда не позволяет уделить много времени каждому ребенку, включить его в жизнедеятельность центра, помочь разобраться и справиться с возникшими адаптационными ситуациями. Вот здесь на помощь и приходят волонтеры, юные вожатые и педагоги.

«Академия вожатских наук» – это программа занятий объединения по интересам, направленная на привлечение учащихся к работе в детских центрах (лагерях), а также на популяризацию педагогической профессии.

**Задачи** программы «Академия вожатских наук» следующие:

формирование у воспитанников положительного отношения к педагогической профессии;

приобретение и совершенствование педагогических умений и навыков для работы в качестве волонтера в детском оздоровительном центре (лагере);

развитие лидерских качеств, творческих инициатив.

### Принципы программы

1. Принцип добровольности включения, участия ребенка в творческо-образовательном, коммуникативном процессе.

2. Принцип вариативности – предоставление возможности ребенку попробовать себя в различных видах деятельности, ролях, действиях; предоставляет право выбора среды общения в соответствии со своими желаниями, потребностями, опытом.

3. Принцип эвристического характера деятельности, который заключается в том, что деятельность должна инициировать развитие творческих способностей детей.

### Ожидаемые результаты

В результате реализации программы учащиеся

*должны знать:*

историю волонтерского движения, его значение для общества в целом и для образовательной среды в частности;

виды волонтерского движения;

понятия «профессиограмма вожатого», «смена», «самоуправление», «игра» и т. д.;

классификацию игр, используемую в детском оздоровительном центре (лагере) и т. д.

*Учащиеся должны уметь:*

определять роль волонтерского и молодежного движения в государстве и современном обществе;

уметь организовывать самоуправление в детском коллективе;

уметь проводить игры малой и средней интенсивности в детском коллективе;

применять опыт волонтерских объединений Беларуси для организации работы местных организаций волонтеров.

**Учебно-тематический план программы**

№	Тема	Количество часов		
		Теория	Практика	Итого
1.	Компетентный педагог	1	-	1
2.	Что такое смена?	1	-	1
3.	Командообразование, или как сделать классный класс или отряд!	0,5	0,5	2
4.	Педагогическое воображение	1	1	2
5.	Что такое игра. Классификация игр	1	2	3
6.	Итоговое занятие	-	1	1
Итого		6	5	11

**Тема 1. Компетентный педагог**

*Теоретическое занятие*

Компетентность. Педагогическая компетентность. Профессиограмма. История вожатской профессии. Метод «Идеальный вожатый или модель профессиональной компетентности».

*Основные понятия* Компетентность. Профессиограмма.

**Тема 2. Что такое смена?**

*Теоретическое занятие*

Понятия «Смена», «Продолжительность смены». Организационный период смены. Основной период смены. Заключительный период смены. Программа воспитания. Упражнение «Планирование и проектирование». Упражнение «Лучший вопрос занятия».

*Основные понятия* Смена. Периоды смены.

**Тема 3. Командообразование, или как сделать классный класс или отряд!**

*Теоретическое занятие*

Понятия «Коллектив», «Признаки коллектива». Этапы становления коллектива. Метод «Лучший момент занятия».

*Основные понятия*

Коллектив.

*Практическое занятие*

Упражнение «Кораблик на реке». Упражнение «Слон». Упражнение «Красные, синие, желтый». Упражнение «Твистер». Упражнение «Рукопожатие». Упражнение «Лучший момент занятия».

**Тема 4. Педагогическое воображение***Теоретическое занятие*

Понятия «Способности». Виды педагогических способностей. Упражнение «Спасибо, способности».

*Практическое занятие*

Упражнение «Клякса». Упражнение «Ладони». Упражнение «Найди сходство». Упражнение «Если...». Упражнение «...то».

**Тема 5. Что такое игра? Классификация игр***Теоретическое занятие*

Понятия «Игра». Функции игры. Упражнение «Совет ученых». Упражнение «Афоризмы великих». Упражнение «Глаголы игры».

**Тема 6.***Практическое занятие*

Игры на знакомство. Игры на сплочение и выявление лидеров. Игры в зале. Игры в автобусе. Игры на улице. Игры в минуты ожидания. Игры-шутки.

В рамках школы организуются факультативные занятия **«Коммуникативные способности педагога: как овладеть искусством общения?»**. Целью данных занятий является усвоение базовых, личностно-значимых знаний о коммуникативных способностях педагога, формирование навыков общения, активизация умений с наибольшей отдачей реализовать свои инициативы, развитие социальной гибкости, коммуникативной толерантности. Учебно-тематический план данных занятий представлен ниже.

№	Тем названия	Количество часов		
		Теория	Практика	Итого
1.	«Общение – роскошь или необходимость»	1	-	1
2.	«Я в группе и группа для меня»	1	-	1
3.	«Толерантность или конформность»	1	-	1
4.	«Как себя вести в конфликтной ситуации»	1	-	1
5.	«Лики общения в современном мире»	1	-	1
6.	«Общение – залог успеха»	-	1	1
Итого		5	1	6

**Содержание****Тема 1. «Общение – роскошь или необходимость?»**

Роль общения в жизни человека. В чем сила общения? Общение как социальная потребность.

1. **Тема 2. «Я в группе и группа для меня»**
2. Разнообразие социальных ролей. Правила организации совместных действий. Проблема лидера и исполнителя.
3. **Тема 3. «Толерантность или конформность?»**
4. Альтруизм или эгоизм? «Мы» или «Я»? Факторы, влияющие на сплоченность группы.  
**Тема 4. «Как себя вести в конфликтной ситуации?»**  
Управление конфликтом и самоконтроль в конфликтных ситуациях. Пути выхода из конфликтной ситуации.  
**Тема 5. «Лики общения в современном мире»**  
Эволюция форм общения. Особенности Интернет-общения.  
**Тема 6. «Общение – залог успеха»**  
Принципы эффективного общения. Практикум. Постигаем азы «общения без слов».

*Учащиеся должны уметь:*  
использовать приемы самоанализа, саморазвития и саморегуляции;  
участвовать в дискуссии и дебатах;  
строить гармоничные взаимоотношения с людьми в социуме;  
диагностировать и анализировать ситуации общения;  
принимать и признавать правомерность различных точек зрения у своих собеседников, терпимо относиться к взглядам других.

*Учащиеся должны владеть:*  
приемами описания и анализа конфликтных ситуаций, основными ресурсами для выбора наиболее адекватных и продуктивных способов понимания и разрешения конфликтных ситуаций;  
основными видами публичных выступлений (дискуссия, диспут, дебаты), следования этическим нормам и правилам ведения диспута.

## ЗАНЯТИЕ 1.

**Тема:** Компетентный педагог

**Цель занятия:** знакомство детей с понятием «профессиональная компетентность», с профессиональными качествами педагога, с требованиями, предъявляемыми к профессии воспитателя загородного центра (лагеря).

**Тип занятия:** получение новых знаний.

**Возраст:** 8-11 классы.

**Оборудование и реквизит:** мультимедиа, ручки, листки бумаги.

### Ход занятия:

#### I этап. Организационный (до 2 минут)

**Цель этапа:** психологическая готовность детей к занятию, организация их внимания.

*Органирую внимание, доброжелательный настрой всех детей, используя прием «Интересный факт». Сообщаю детям:*

– Знаете ли вы, что известный поэт-песенник Юрий Энтин был в свое время признан лучшим вожатым СССР! Как вы уже догадались, сегодня мы с вами поговорим о вожатых, точнее – о профессии вожатого!

#### II этап. Основной этап (знакомство с новой темой, до 35 минут)

*Вступительное слово*

– Уважаемые друзья! Мы с вами продолжаем нашу академию. Прежде, чем начать, мне хотелось бы задать вам несколько вопросов по нашему прошлому занятию.

1. Скажите, кто такой волонтер?
2. Какие основные направления работы волонтерства вы знаете?
3. А что такое социальное волонтерство?

*Принимаю ответы детей, обобщаю.*

– Правильно, ребята. Социальное направление предполагает помощь всем тем, кто в ней нуждается, кто попал в сложную жизненную ситуацию. Это инвалиды, старики, больные и, конечно же, дети. Особенно им необходима помощь в загородном центре (лагере). Итак, тема нашего занятия – «Как стать компетентным педагогом!».

#### **1-ый этап. Метод «Почему?»**

*Спрашиваю у детей:*

– Скажите, почему в детских оздоровительных центрах (лагерях) работает так много помощников вожатых, юных волонтеров?

*Принимаю ответы, обобщаю:*

– Действительно, два воспитателя, которые работают с отрядом младшего школьного возраста, не могут в полной мере проявить индивидуальный подход, качественно организовать утренние подъемы, режимные моменты, приемы пищи и т. д. На помощь приходят волонтеры! И особенно хорошо, если эти волонтеры – сами дети, только старшего школьного возраста!

*Спрашиваю у детей:*

– Как вы думаете, с какого возраста дети могут работать с детьми?

*Принимаю ответы, обобщаю:*

– Помогать вожатым можно с любого возраста, согласитесь. Но лучше всего с 14 лет. Какими же качествами должны обладать те, кто работают с детьми. Попробуем разобраться!

## **2-й этап. Метод «Профессиограмма»**

*Спрашиваю у детей:*

– Знаете ли вы, что такое профессиограмма?

*Принимаю ответы, обобщаю:*

– Профессиограмма – это научное описание той или иной профессии, раскрывающее специфику профессионального труда и требований, которые предъявляются к человеку.

Она необходима для поиска подходящей профессии по личным качествам человека, давая ему возможность заниматься таким делом, которое ему нравится. Существуют профессиограммы учителя, врача, повара, космонавта, водителя и т. д. Профессиограмма включает: предмет труда, цели труда, содержание труда, условия труда, требования к сотруднику и т. д. Правильная профессиограмма должна отвечать на следующие вопросы (*предлагаю детям ответить на каждый вопрос, предварительно объединившись в 4 группы*).

7. В чем суть профессии вожатого? (*предмет труда*)

*Приблизительные ответы: ребенок, его поведение, жизнедеятельность коллектива.*

8. Зачем данная профессия? (*цель труда*)

*Приблизительные ответы: создание условий для духовного и творческого развития личности ребенка, его оздоровления и отдыха.*

9. Чем конкретно должен заниматься сотрудник? (*содержание труда*)

*Приблизительные ответы:*

- обеспечивать охрану жизни и здоровья детей;
- качественно и творчески реализовывать программу воспитания;
- создавать в отряде атмосферу доверия, благополучия и успеха, прогнозировать и решать конфликтные ситуации;
- принимать участие вместе с детьми в массовых, спортивно-оздоровительных мероприятиях центра (лагеря), привлекать детей к их подготовке и проведению;
- совместно с органами детского самоуправления планировать деятельность коллектива на смену;
- осуществлять ежедневное планирование деятельности отряда;
- организовывать и проводить отрядные, корпусные и общелагерные мероприятия.

10. В каких условиях происходит труд? (*условия труда*)

*Приблизительные ответы: 8-часовой рабочий день (волонтеры – от 4 до 8 часов в день).*

11. Какие требования предъявляются к уровню подготовки работников?

*Приблизительные ответы см. ниже.*

12. Какие способности нужны для успешного овладения профессией?

*Приблизительные ответы см. ниже.*

13. Легко ли трудоустроиться обладателям данной профессии?

14. Каковы возможности для карьерного роста?

*Принимаю ответы, обобщаю:*

– Слово «вожатый» происходит от понятия «вести», «идти во главе». Вожатый является непосредственным организатором и руководителем детского коллектива, основным лицом, обеспечивающим охрану жизни и здоровья детей и подростков, непосредственным, организатором программы воспитания, которая реализуется в лагере (центре). Успешная организация летнего отдыха детей во многом зависит от личности вожатого лагерной смены и уровня его мастерства. Какими способностями должен обладать вожатый, мы поговорим чуть позже, а пока – немного истории...

### **3-й этап. «История вожатской профессии»**

*– Прошу заранее подготовленных детей рассказать историю.*

*Приблизительный текст представлен ниже.*

– Сложно сказать, когда впервые появились вожатые. Но в нашем понимании данной профессии предшественниками вожатых были энтузиасты, работающие с детьми в разных городах и селах страны, создавшие в первые годы после революции детские лагеря, объединения. В 1922 году была создана пионерская организация, но деятельность вожатого не сразу стала профессией. Сначала вожатыми были рабочие парни и девчата, для которых работа с пионерами, являлась общественным поручением, выполняемым после рабочего дня. В 50-е годы началась подготовка вожатых в педагогических училищах. Позднее (с 1961 г.) вожатых было решено готовить в 9-11 классах средних школ с производственным обучением. С 1966 года в ряде педагогических институтов открылись историко-педагогические факультеты, выпускники которых получали сразу две специальности: учителя истории и методиста по пионерской работе.

Сегодня в Республике Беларусь профессию «вожатый» не готовит ни одно высшее учебное заведение, но данное мастерство оттачивается в детских оздоровительных лагерях и центрах страны, в деятельности детских общественных организаций и объединений, в различных волонтерских проектах и т.д.

**4-й этап. Физкультминутка** (*прошу физорга отряда провести физкультминутку, которую он подготовит заранее*).

*Вариант: упражнение «Карниз» (Н. Самоукина)*

*Цель упражнения:* укрепление в коллективе доброжелательности, открытости и взаимопомощи по отношению друг к другу.

*Условие проведения:* участники встают друг за другом, соприкасаясь плечами и ориентируясь на прямую линию (например, край ковра), обозначенную воспитателем. Педагог сообщает, что данная линия – карниз высотного дома. Один человек из группы, по желанию, конечно, должен пройти по карнизу и не упасть вниз. Задача группы – помочь ему в этом. Разрешаются поддержки в виде физических контактов, краткие разговоры. Главное – это пройти по карнизу. Затем участник, который «шел по карнизу дома», рассказывает о своих впечатлениях: на каких отрезках пути он чувствовал поддержку, где ему было трудно справиться с игровой задачей и

почему. Члены группы также обмениваются мнениями, почему в одних случаях поддержка была успешной, а в других – нет.

**5-й этап. Метод «Идеальный вожатый или модель профессиональной компетентности»**

*Спрашиваю детей:*

– Как вы думаете, какими качествами должны обладать вожатые (воспитатели), работающие в загородном центре (лагере)?

*Принимаю ответы детей. Предлагаю участникам занятия ранжировать, т.е. составить рейтинг самых главных качеств вожатого, выбрав 7 качеств из списка представленного ниже.*

1. Активность личности, целеустремленность.
2. Уравновешенность.
3. Желание работать.
4. Обаяние, красота, внешние данные.
5. Честность, справедливость.
6. Современность.
7. Эрудиция.
8. Педагогический такт.
9. Дисциплинированность.
10. Оптимизм.
11. Требовательность.
12. Ответственность.
13. Коммуникабельность.
14. Любовь к детям.
15. Артистизм.
16. Креативность.
17. Чувство юмора.

*Сообщаю детям, что вместе мы составили модель профессиональной компетентности вожатого.*

**III этап. Подведение итогов (до 4 минут)**

**Цель этапа:** подведение итогов занятия, отметить активных детей.

*Организую рефлексию посредством метода «Вопрос» (задаю вопросы, активизирую познавательную деятельность подростков).*

6. Скажите, что такое профессиограмма?
7. Что должно входить в профессиограмму?
8. Расскажите кратко об истории профессии «вожатый».
9. Что такое модель профессиональной компетентности?
10. Какой момент нашей встречи был для вас самым интересным?
11. А какой момент нашего занятия вам показался уже знакомыми не актуальным?

*Выражаю слова благодарности всем участникам занятия. Прошу детей отметить результаты собственной активности в отрядных личностных методиках.*

Электронные источники:

4. Дата доступа: 29.03.2012.  
Режим доступа: <http://www.profigrama.ru/>

5. Дата доступа: 29.03.2012.  
Режим доступа: <http://psylist.net/pedagogika/00040.htm>

6. Дата доступа: 29.03.2012.  
Режим доступа: <http://gov.cap.ru>

## **ЗАНЯТИЕ 2.**

**Тема: Что такое смена?**

**Цель занятия:** знакомство с понятием «смена», с ее структурой, особенностями планирования и проектирования; развитие коммуникативных качеств, активизация познавательного интереса.

**Тип занятия:** получение новых знаний.

**Возраст:** 8-11 классы.

**Оборудование и реквизит:** мультимедиа, ручки, листки бумаги.

### **Ход занятия**

**Подготовительная работа.** За два дня до начала данного занятия объединяю детей в четыре группы. Определяю задание: проанализировать вожатские сайты, а также сайты летних оздоровительных центров (лагерей) и определить 10 самых популярных слов контентов данных сайтов.

**I этап. Организационный (до 2 минут)**

**Цель этапа:** психологическая готовность детей к занятию, организация их внимания.

*Организирую внимание, доброжелательный настрой всех детей, используя прием «Кто слышит меня». Сообщаю условие: «Поднимите правую руку те, кто меня слышит». Благодарю и приветствую всех.*

**II этап. Основной этап (знакомство с новой темой, до 40 минут)**

*Вступительное слово*

– Уважаемые друзья! Мы с вами продолжаем нашу академию. Сядьте поудобнее, приготовьте ручку и лист бумаги, сконцентрируйтесь и сосредоточьтесь: сегодня у нас – сложное занятие, но звучит оно просто: «Что такое смена?».

**1-й этап. Метод «10 самых главных слов»**

*Подвожу итоги подготовительного этапа данного занятия.*

*Каждая группа зачитывает свой рейтинг педагогических слов.*

*Акцентирую внимание на слове «смена».*

**2-й этап. Метод «Как вы думаете...»**

*Спрашиваю у детей:*

– Скажите, ребята, а что такое смена?

*Принимаю ответы*

– А почему смена длится 18-21 день?

*Принимаю ответы, обобщаю:*

– Под **сменой** в детском загородном центре (лагере) понимают период времени, в течение которого осуществляется оздоровительный и воспитательный процесс, реализуется программа воспитания. Оздоровительный эффект, по мнению ученых, наступает на 18-ый день. Соответственно, это и должно являться основным критерием в определении продолжительности смены в центре (лагере).

– В каждой смене должна реализовываться программа воспитания. Опыт Национального детского центра «Зубренок» свидетельствует,

что для реализации той или иной программы, оптимальная продолжительность смены должна быть не менее 18 дней.

### 3-й этап. «Три периода смены»

*Сообщаю детям:*

– В каждой смене можно выделить три периода вне зависимости от программы, которая в ней реализуется. Обычно выделяют:

- организационный;
- основной;
- заключительный.

Некоторые специалисты добавляют еще два периода:

- подготовительный;
- постлагерный.

**Организационный период** – это первые 3-4 дня смены. Главная задача в этот период – адаптация (т.е. привыкание) к новым условиям жизни. Вся деятельность вожатого в первые дни должна быть направлена на изучение индивидуальных особенностей детей, их интересов, увлечений, установок, а также состояния здоровья. В организационный период важно.

1. Познакомить детей друг с другом, с лагерем, с условиями проживания, с режимом, с окружающими людьми.

2. Выработать и принять общие правила, нормы проживания и совместной деятельности.

3. Сформировать представление и определить перспективу жизнедеятельности в центре (лагере).

4. Сформировать основы самоуправления в детском коллективе.

**Основной период** – это период, в котором происходит реализация поставленных целей и задач, выполнение программы смены. Это период самореализации, это время разнообразных коллективных, групповых и индивидуальных видов деятельности. Все основные события смены происходят в этот период. Большое значение начинает играть общественное мнение, складывающееся в условиях детского коллектива.

**Заключительный период** (последние 2-3 дня смены) характеризуется относительно невысокой активностью детей, эмоциональным спадом. Данный период включает в себе подведение итогов деятельности детского коллектива в целом и каждого – в отдельности. Задачи периода следующие:

1. подведение итогов жизнедеятельности детского коллектива, детской группы;
2. оценка и самооценка участниками смены лично-значимых результатов участия в программе;
3. создание эмоционально-позитивного пространства;
4. подготовка к отъезду.

**4-й этап. Физкультминутка** (*прошу физорга отряда провести физкультминутку, которую он подготовит заранее*).

### 5-й этап. «Планирование и проектирование»

*Сообщаю участникам занятия:*

– Неоднократно за период проведения нашего занятия я употреблял слово «программа». Как вы думаете, что такое программа и для чего она нужна?

*Принимаю ответы, обобщаю:*

– Программа смены – это документ, излагающий цели и содержание деятельности педагогического коллектива (в том числе – и работу волонтеров) на период смены. Программа описывает игровую модель, дела, мероприятия, конкурсы, творческие задания и т.д., которые пройдут в смене. В «Зубренке» программа смены называется «программа воспитания» и содержит еще одну важную подпрограмму, которая называется «образовательная программа». Скажите, как называется образовательная программа нашей смены

*Принимаю ответы, обобщаю:*

– Правильно, программа воспитания нашей смены, как и смена, называется «Дорогою добра», а образовательная программа – «Академия юного вожатого».

– Как вы думаете, что необходимо, чтобы написать хорошую программу смены?

*Принимаю ответы, обобщаю, сообщаю требования к написанию программы:*

– Итак, условия и требования написания программы.

1. Знание непосредственных участников смены.
2. Учет индивидуальных и возрастных особенностей детей, а значит учет их интересов.
3. Программа должна быть актуальна.
4. В программе должны звучать реальные цели и задачи.
5. Программа должна быть современной.
6. Летняя программа должна быть комплексной, сочетать полезное и интересное!

#### **6-й этап. Метод «Лучший вопрос занятия»**

*Объединяю детей в 4 группы, сообщаю детям условие метода:*

– Итак, наше занятие подходит к завершению. Возможно, у всех вас появилось много вопросов. Поэтому сейчас мы организуем конкурс на самый лучший вопрос по итогам нашего занятия. Каждая команда должна подготовить два оригинальных, нестандартных вопроса по теме, а команды должны на них ответить. Время для написания вопросов 2 минуты.

*Выполняют условие конкурса, отвечают на вопросы, затем вместе определяем лучший вопрос, а также самую активную команду.*

#### **III этап. Подведение итогов (до 4 минут)**

**Цель этапа:** подведение итогов занятия, отметить активных детей.

*Организую рефлексию посредством метода «Вопрос» (задаю вопросы, активизирую познавательную деятельность подростков).*

1. Скажите, что такое смена?
2. Почему смена не должна быть меньше 18 дней?
3. Перечислите основные периоды любой смены.
4. Что такое программа воспитания?
5. Что необходимо, чтобы написать программу воспитания?
6. Какой момент нашей встречи был для вас самым интересным?
7. А какой момент нашего занятия вам показался уже знакомым и не актуальным?

*Выражаю слова благодарности всем участникам занятия. Прошу детей отметить результаты собственной активности в отрядных личностных методиках.*

### **ЗАНЯТИЕ 3.**

**Тема: Командообразование, или как сделать классный класс или отряд!**

**Цель занятия:** знакомство с основными правилами командообразования; развитие коммуникативных качеств, лидерских способностей.

**Тип занятия:** закрепление полученного знания.

**Возраст:** 8-11 классы.

**Место проведения:** свободная площадка, желательно на улице.

#### **Ход занятия**

##### **I этап. Организационный (до 2 минут)**

**Цель этапа:** психологическая готовность детей к занятию, организация их внимания.

*Организирую внимание, доброжелательный настрой всех детей, используя прием «Прикоснись!». Сообщаю условие: участникам необходимо встать в свободном порядке. По команде необходимо в течение 1 минуты коснуться 4-х углов комнаты, предмета желтого цвета, одного деревянного предмета и 6-ти пар колен и 5-ти локтей. Кто первый заканчивает – издает победный клич!*

##### **II этап. Повторение пройденного материала (до 7 минут)**

– Друзья! На теоретическом занятии вы познакомились с теорией коллектива. Сейчас мы попробуем выяснить, насколько вы усвоили данный материал.

*Задаю вопросы по теме*

4. Скажите, какими качествами должен обладать вожатый?
5. Что такое профессиограмма и из чего она состоит?
6. Расскажите кратко об истории профессии «вожатый».
7. Что такое модель профессиональной компетентности?

##### **III этап. Закрепление учебного материала (до 35 минут)**

**Цель этапа (планируемый результат):** закрепление учебного материала посредством организации тренингов, игровых методов и упражнений.

*Сообщаю участникам занятия:*

– Сплоченность коллектива – это показатель прочности, единства и устойчивости межличностных взаимодействий и взаимоотношений в группе, характеризующийся взаимной эмоциональной притягательностью. Сегодня мы разучим несколько тренингов, игровых упражнений и методов, выполнение которых сможет объединить коллектив.

##### **1. Метод «Кораблик на реке»**

– Участники встают в два ряда лицом друг к другу. Расстояние между участниками должно быть чуть больше вытянутой руки. Педагог сообщает, что все дети – это вода одной реки: тёплая, понимающая,

ласковая. По реке по очереди плывут «кораблики» (дети, расположенные в конце рядов), причем сами «кораблики» определяют скорость движения. Желательно «корабликам» закрыть глаза. «Вода» должна помочь «корабликам» найти правильное направление. Все по очереди проходят сквозь реку и встают в конце строя. Важно, чтобы «кораблики» никто не толкал. После проведения метода педагог подводит итоги, просит высказаться об ощущениях в процессе «плавания по реке».

#### 2. Метод «Слон»

Все участники, используя подручные материалы (ручки, карандаши, ветки, шишки и др.) за ограниченное время должны выложить на полу изображение слона. Задание необходимо выполнять в полной тишине. После проведения метода педагог подводит итоги, определяются самые инициативные ребята.

#### 3. Метод «Красные, синие, желтый»

Участники образуют круг или встают в шеренгу. Ведущий (воспитатель) каждому участнику на спину прикрепляет лист определённого цвета. По сигналу все участники должны выстроиться в соответствующие цветовые колонны. Строиться в полной тишине. Задание можно усложнить следующим образом: предложить построиться в фиолетовый ряд, (красные и синие), в зеленый (синие и желтые) и т. д. После проведения метода педагог подводит итоги, определяются самые инициативные ребята.

#### 4. Метод «Твистер»

Все участники объединяются в пары. Ведущий сообщает те или иные команды, например: «Рука», «Плечо» и т.д. Играющие должны прикоснуться друг другу соответствующими частями тела. Затем произносятся новые команды, но старые команды остаются в силе. Надо как можно дольше продержаться и не упасть. После проведения метода педагог подводит итоги, определяются самые инициативные ребята.

#### 5. Метод «Агенты 007»

Каждому участнику метода раздается пустая кассета от фотоленки. Внутри данных кассет могут быть камушки, песок, соль, мука и т. д. Задача участников: не открывая кассету, по звуку найти свою пару.

#### 6. Метод «Рукопожатие» (на финал)

Один из участников становится в центр круга, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное времяпровождение». Оба остаются внутри круга и по-прежнему держатся за руки. Затем подходит третий ученик, берет свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное времяпровождение!» и т. д. Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к группе присоединится последний участник, педагог замыкает внутренний круг, сообщая всем: «Спасибо за приятное времяпровождение» Этим метод и завершается.

### IV этап. Подведение итогов (до 5 минут)

**Цель этапа (планируемый результат):** подведение итогов практического занятия.

*Организирую рефлексию посредством метода «Вопрос» (задаю вопросы, активизирую аналитические способности детей).*

5. Скажите, какой момент нашей встречи был для вас самым интересным?

6. Какой метод вам понравился больше всего и почему?

7. Что бы вы пожелали сами себе, что организаторам занятий?

*Выражаю слова благодарности всем участникам занятия.*

*Прошу детей отметить результаты собственной активности в отрядных личностных методиках.*

Электронные источники: Дата доступа: 02.04.2012

Режим доступа: <http://summercamp.ru>

#### **ЗАНЯТИЕ 4.**

**Тема:** Педагогическое воображение

**Задачи занятия:**

**Развивающая:** развивать творческий потенциал детей и подростков, совершенствовать индивидуальный стиль в социально значимой деятельности детей.

**Воспитательная:** посредством материала занятия оказывать влияние на формирование внутреннего мира детей, вырабатывать ценностные ориентиры, развивать эстетический вкус, волю и настойчивость.

**Тип занятия:** практическое занятие-тренинг.

**Возраст:** 7-10 кл.

#### **Ход занятия**

**I этап. Организационный (до 2 минут)**

**Цель этапа (планируемый результат):** психологическая готовность детей к занятию, организация их внимания.

**Педагогическая задача:** организовать и подготовить детей к творческой деятельности.

#### **Деятельность педагога**

*Организирую внимание, доброжелательный настрой всех детей, используя прием «Поумнеть за... 10 секунд». Сообщаю:*

– Кстати, а знаете ли вы, что можно поумнеть за 10 секунд. Мысленно выстраивая цепочки ассоциативных связей, мы одновременно активизируем межклеточные связи в мозгу. Таким образом, мы модернизируем свой биологический компьютер. Это значит, что наш мозг, который сейчас пытается разобраться в сути данного текста, уже не такой, каким был несколько минут назад.

– Прежде, чем мы начнем наше практическое занятие, я предлагаю объединиться в 4 группы.

*Использую метод «Студент-Доцент-Профессор-Академик» (поочередно присваиваю детям те или иные статусы, а затем предлагаю объединиться в соответствующие команды).*

*Предлагаю осуществить перестановку мебели (стульев) для удобства обсуждения. Выбирая жюри.*

**II этап. Основной этап (до 30 минут)**

**Педагогическая задача:** посредством игровых тренингов, методов и упражнений развивать в детях коммуникативные способности, творческий потенциал, умение взаимодействовать.

<b>Деятельность педагога</b>
<p><i>Сообщаю условие метода «Клякса». Командам необходимо придумать оригинальные подписи к предлагаемому изображению кляксы.</i></p> <p>На выполнение – не более 2 минут. Начинает команда «Студент». Жюри подводит итоги.</p>
<p><i>Сообщаю условие метода «Ладони». Командам необходимо придумать и сотворить из ладоней членов команды изображение какого-нибудь животного</i></p> <p>На выполнение – не более 2 минут. Начинает команда «Доцент». Жюри подводит итоги.</p>
<p><i>Сообщаю условие игры-метода «Найди сходство.</i></p> <p>Первая команда произносит два случайных слова. Вторая в течение 15 секунд называет общие для них признаки, а затем называет свое, третье слово. Следующая команда также в течение 15 секунд описывает второе и третье слово. Затем к третьему слову добавляет свое и задает эту пару четвертому игроку. И так далее по кругу. Тот, кто не сумеет за данное время назвать ни одного общего для двух слов понятия, выбывает из игры. Начинает команда «Профессор». Жюри подводит итоги в т.ч. и по самому оригинальному ответу.</p> <p>На выполнение – не более 7 минут.</p>
<p><i>Сообщаю условие метода «если...»</i></p> <p>Необходимо придумать 3 оригинальных ответов на вопрос «что изменится в мире, если:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ...дети научатся летать;</li> <li>• ...вожатые превратятся в пятнистых жирафов;</li> <li>• ...учителя придумают способ читать мысли;</li> <li>• ...к вам на отрядное место придет пингвин»</li> </ul> <p>На выполнение – не более 5 минут. Начинает команда «Академик». Жюри подводит итоги.</p>
<p><i>Сообщаю условие метода «...то»</i></p> <p>Необходимо придумать 5 оригинальных причин на следующие утверждения, которые будут начинаться словом «если»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ...то птицы увидят Солнце;</li> <li>• ...то дети перестанут кричать;</li> <li>• ... то исчезнет любовь;</li> <li>• ...то к нам в гости придет Весна».</li> </ul> <p>На выполнение – не более 7 минут. Команды выступают по желанию. Жюри подводит итоги.</p>

### **III этап. Подведение итогов (до 4 минут)**

**Цель этапа (планируемый результат):** подведение итогов практического занятия, наградить победителей.

<b>Деятельность педагога</b>
------------------------------

*Организирую рефлексию посредством метода «Вопрос» (задаю вопросы, активизирую аналитические способности детей).*

5. Скажите, какой момент нашей встречи был для вас самым интересным?
6. Какой игровой метод оказался самым сложным и почему?
7. Какой игровой метод оказался самым легким и почему?
8. Что бы вы пожелали сами себе?

Предоставляю слово жюри. Награждение осуществляю совместно с детьми. Прошу детей отметить результаты собственной активности в отрядных личностных методиках.

## **ЗАНЯТИЕ 6.**

**Тема:** Что такое игра?

**Цель занятия:** знакомство учащихся с понятием «игра», с функциями игры, ее типологией и классификацией.

**Тип занятия:** получение нового знания.

**Возраст:** 8-11 классы.

**Оборудование и реквизит:** мультимедиа, ручки, листки бумаги.

### **Ход занятия**

**I этап. Организационный (до 2 минут)**

**Цель этапа:** психологическая готовность детей к занятию, организация их внимания.

*Организирую внимание, доброжелательный настрой всех детей, используя игровой прием «Интересный факт о игре».*

– Знаете ли вы, какая игра официально признана одной из наиболее культурно существенных игр за последние 200 лет? Это игра, придуманная студентом МГУ Дмитрием Давыдовым в 1986 г., называется «Мафия».

**II этап. Основной этап (знакомство с новой темой, до 35 минут)**

*Вступительное слово*

– Играть любят все – и взрослые, и дети! Это – правда! Наверное, самое любимое занятие в детстве – это игра. У всех есть или когда-то были любимые игрушки, дети играют во дворе или на спортивной площадке, родители с удовольствием вспоминают об играх своего детства. Игра – это всегда творчество, познание и самопознание, возможность фантазировать и обучаться. Игра – неотъемлемая часть детства, более того, игра – часть национальной и мировой культуры.

**1-й этап. Метод «Что такое игра?»**

*Спрашиваю детей:*

– Как вы думаете, что такое игра?

*Принимаю ответы, обобщаю, делаю выводы.*

– Игра – вид деятельности, направленный на удовлетворение потребностей в развлечении, удовольствии, снятия напряжения, а также на развитие определенных навыков и умений.

**2-й этап. Метод «Совет ученых»**

- А сейчас – немного науки (можно раздать текст детям и разыграть театрализованными средствами сценку «Совет ученых»).
- Согласно теории ученого Грооса, игра представляет собой подготовку к дальнейшей деятельности. Играя, ребёнок осваивает новые роли, развивает навыки и расширяет жизненный опыт.
- Нет, уважаемый друг. Теория удовольствия ученого К. Бюлера рассматривает удовольствие, получаемое непосредственно от игрового процесса в качестве главной мотивации в игре.
- Я предполагаю, что согласно концепции игры, разработанной Гербертом Спенсером под влиянием идей Ф. Шиллера, игра является средством избавления от нереализованной энергии.
- А мне кажется, что игра с древних времён выступает как форма обучения, как первичная школа воспроизводства реальных практических ситуаций с целью их освоения.

*Сообщаю детям:*

- Исторически одной из целей игры являлась выработка необходимых человеческих черт, качеств, навыков и привычек, развития способностей (прошу детей прокомментировать последний тезис)

### **3-й этап. «Функции игры»**

*Спрашиваю у детей:*

- Как вы думаете, для чего нужна игра? Какие ее основные функции? (Прошу детей объяснить слово «функция»).

*Принимаю ответы, обобщаю, делаю выводы, перечисляю функции игры.*

1. *Развивающая функция* – в процессе игры происходит развитие различных умений и навыков, а также развитие памяти, внимания, восприятия, воли и др.
2. *Коммуникативная функция* – в процессе игры формируются коммуникативные навыки, участники игры получают опыт общения.
3. *Творческая функция* – игра позволяет раскрыть творческий потенциал, развить креативные способности.
4. *Развлекательная функция* – при помощи игры создается благоприятная атмосфера на занятиях, уроках и т. д., процесс обучения становится увлекательным и интересным.
5. *Релаксационная функция* – снятие эмоционального напряжения, вызванного нагрузкой на нервную систему при интенсивном учении, труде и т. д.

**4-й этап. Физкультминутка, игровая пауза** (прошу физорга отряда и командира провести игровую физкультминутку, которую они подготовят заранее).

### **5-й этап. Метод «Афоризмы великих»**

*Сообщаю детям афоризмы и высказывания известных людей об игре, предлагаю учащимся их прокомментировать*

- Решить задачу – значит выиграть сражение. Но выиграть сражение – не значит решить задачу (Жан Ростан).
- Правила игры нужно знать, но лучше устанавливать их самому (Анджей Сток).
- Выигравший никогда не скажет: «Это всего лишь игра» (Глория Коупленд).

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игроку тяжелее всего дается не проигрыш, а то что нельзя продолжать игру (<i>Анна Луиза Жермена де Сталь</i>).</li> <li>• В игре выигрывает тот, кто ошибается последним (<i>Савелий Тартаковер</i>).</li> </ul>
<p><b>6-й этап. Метод «Игровые глаголы»</b>                  Предлагаю детям выбрать блок глаголов (А, Б или С) которые, по их мнению, наиболее адекватно отражают смысл игры.  <i>А. учит, формирует, изменяет, воспитывает.</i>  <i>Б. играет, проверяет, наказывает, поощряет.</i>  <i>В. воспитывает, развивает, интегрирует.</i>                  Подвожу итог</p>
<p><b>7-й этап. «Классификация игр»</b>                  Спрашиваю у детей:                  – Уважаемые друзья! Как вы думаете, какие бывают игры?                  Принимаю ответы, обобщаю, делаю выводы, называю классификацию игр.                  – Существует много различных классификаций игр: спортивные, интеллектуальные, компьютерные, сюжетно-ролевые, творческие и т. д. В «Зубренке» и в других детских центрах (лагерях) существует следующая классификация игр.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игры с аудиторией:                         <ul style="list-style-type: none"> <li>• игры в зале;</li> <li>• игры со зрителями.</li> </ul> </li> <li>2. Игры в автобусе.</li> <li>3. Игры на знакомство.</li> <li>4. Игры на сплочение и выявление лидеров</li> <li>5. Игры на улице.</li> <li>6. Игры в минуты ожидания.</li> <li>7. Игры-шутки.</li> </ol> <p>– Подробнее о каждой игре мы с вами поговорим на следующем занятии «Академии юного вожатого».</p>

**III этап. Подведение итогов (до 6 минут)**

**Цель этапа:** подведение итогов занятия, выявление активных детей.

*Организирую рефлексию посредством метода «Вопрос» (задаю вопросы, активизирую познавательную деятельность подростков).*

1. Скажите, как вы понимаете фразу «Игра – дело серьезное»?
2. Какие основные предназначения (функции) игры?
3. Какие группы игр существуют в лагерях и оздоровительных центрах?
4. Какой момент нашей встречи был для вас самым интересным?
5. А какой момент нашего занятия вам показался уже знакомыми не актуальным?

*Выражаю слова благодарности всем участникам занятия. Прошу детей отметить результаты собственной активности в отрядных личностных методиках.*

Электронные источники:

1. Дата доступа: 25.03.2012.

Режим доступа: <http://dedovkgu.narod.ru/rest/rest19.htm>

2. Дата доступа: 25.03.2012.  
Режим доступа: <http://www.ymbaby.ru>
3. Дата доступа: 25.03.2012.  
Режим доступа: <http://kunakova.ru/myportfolio.php>
4. Дата доступа: 25.03.2012.  
Режим доступа:  
[http://www.rae.ru/snt/?section=content&op=show\\_article&article\\_id=2069](http://www.rae.ru/snt/?section=content&op=show_article&article_id=2069)
5. Дата доступа: 25.03.2012.  
Режим доступа: <http://nsportal.ru>

### **ЗАНЯТИЕ 7-8.**

**Тема:** Классификация игр

**Цель занятия:** развитие творческих и вербальных способностей детей, закрепление теоретических знаний по теме «Что такое игра?».

**Тип занятия:** закрепление нового знания, практическое занятие

**Возраст:** 8-11 классы.

**Оборудование и реквизит:** стулья.

**Место проведения:** свободная площадка, желательно на улице.

#### **Ход занятия**

**I этап. Организационный** (до 2 минут)

**Цель этапа:** психологическая готовность детей к занятию, организация их внимания.

#### **Подготовительная часть занятия**

*Отряд объединяю в 6 команд, каждая команда по жребью определяет тот или иной тип игр.*

1. Игры в зале (организуются и проводятся в рамках 8-го занятия академии).
2. Игры в автобусе (организуются и проводятся в рамках 8-го занятия академии).
3. Игры на знакомство (организуются и проводятся в рамках 8-го занятия академии).
4. Игры на сплочение и выявление лидеров (организуются и проводятся в рамках 9-го занятия академии).
5. Игры на улице, игры в минуты ожидания (организуются и проводятся в рамках 9-го занятия академии).
6. Игры-шутки (организуются и проводятся в рамках 9-го занятия академии).

*Каждая группа готовит краткий рассказ о данных играх, список и рекомендации по проведению. Три игры команда должна продемонстрировать в рамках двух последующих практических занятий.*

**II этап. Повторение пройденного материала** (до 7 минут)

#### **Деятельность педагога**

– Друзья! На теоретическом занятии вы познакомились с теорией игры. Сейчас мы попробуем выяснить, насколько полно вы усвоили данный материал.

*Задаю вопросы по теме.*

1. Что такое игра?

2. Как вы объясните фразу Альберта Эйнштейна: «Решение физических проблем – это детская игра по сравнению с исследованиями детской игры».
3. Зачем волонтеру, который будет работать с детьми в летнем лагере, необходимо знать так много различных игр?
4. Какие группы игр существуют в лагерях и оздоровительных центрах?

### III этап. Закрепление учебного материала (до 35 минут)

**Цель этапа (планируемый результат):** закрепление учебного материала посредством организации игровых методов и упражнений.

**Педагогическая задача:** активизация творческой активности детей.

*Предлагаю участникам занятия кратко рассказать о подготовленном виде игр. Обязательно команды должны представить рекомендации по проведению тех или иных игр. В случае затруднений рекомендуется обратиться к авторам и организаторам программы «От увлечения к педагогической профессии».*

*Вариант описания того или иного вида игр представлен ниже.*

#### **Игры в автобусе**

Конечно, для многих поездка в автобусе увлекательное путешествие! Новые знакомства, ожидания, встречи! Но разлука с родственниками, с друзьями немного омрачает данное приключение. Выход из ситуации есть – организация и проведение интересной игровой минутки, которая поможет снять эмоциональное напряжение, вызванное расставанием с близкими. Для этой цели вполне подойдут следующие игры: «Чихание слона», «Хлопки», «Коллективный лозунг», «Самое короткое имя», «Самая оригинальная фамилия», «Рыбка», «Часы» и т. д. А еще в автобусе можно разучить классные песни!

#### **Игры с аудиторией**

– Для того, чтобы открытие смены, вожатский вечер, игровые программы и другие дела прошли великолепно, ярко и красочно, необходимо дать эмоциональный старт! Таким толчком вполне могут быть игры с аудиторией. А самые популярные игры – это «Поехали!», «Футбол», «Самая лучшая армия», «Зубренок - супер!», «Пирог», «Дождь» и т. д.

#### **Игры на знакомство**

– Первые дни смены... Никто ничего не знает... Никто никого не знает... Все чуждо и незнакомо... На помощь приходят игры на знакомство! Они необходимы для быстрой и эффективной адаптации к новым условиям, к режиму дня, к новому коллективу и т. д. Да и просто, игры на знакомство – это очень интересно! Вот, к примеру такие игры: «Снежный ком», «Жовжелить», «Круг знакомств», «МПС», «Шерлок Холмс», «Домино», «Мы идем в поход», «Змея» и т. д.

**Лидерские игры**

Задача каждого вожатого сделать из своего отряда коллектив. Лучше узнать друг друга и сплотить детей помогут игры на выявление лидерских качеств и организаторских способностей. Это очень сложная задача, поскольку в «Зубренок» приезжают лидеры детских общественных организаций и объединений, активисты школьного самоуправления. Выбрать лидера из лидеров – ох, какая сложная задача! А проявить инициативу вам помогут следующие игры: «Пальцы», «Семейная фотография», «Полет на Марс», «Портретная галерея», «Досчитай до 10», «Паровозик», «Авангард» и т. д.

**Игры на свежем воздухе, в минуты ожидания**

На дворе хорошая погода? Есть свободное время? Зачем тогда сидеть в помещении?! Намного полезнее и продуктивнее будет организация игр на свежем воздухе! И время пролетит незаметно! Рекомендуем «Снайпер», «Сантики-фантики», «Белые медведи», «Летел лебедь», «Себе – соседу», «Парки, улицы, аллеи», «Ноги» и т. д.

**Игры-шутки**

Эти игры помогают создать положительный эмоциональный фон. Они раскрепощают, создают доверительную обстановку, благоприятно влияют на психологический климат. Вполне приемлемы «Смеющийся платочек», «Зоопарк», «Гусеница», «Кошечки», «Это мой нос», «Гипноз», «Стена», «Луноход» и т. д.

**IV этап. Подведение итогов (до 7 минут)**

**Цель этапа (планируемый результат):** подведение итогов практического занятия.

*Органирую рефлексию посредством метода «Вопрос» (задаю вопросы, активизирую аналитические способности детей).*

1. Скажите, какой момент нашей встречи был для вас самым интересным?
2. Какой вид игр вам понравился больше всего и почему?
3. Какой момент нашего занятия вам запомнился больше всего?
4. Что бы вы пожелали сами себе, что организаторам занятий?

*Выражаю слова благодарности всем участникам занятия. Прошу детей отметить результаты собственной активности в отрядных личностных методиках.*

Издатель  
Учреждение образования  
«Национальный детский образовательно-оздоровительный  
центр «Зубренок»  
info@zubronok.by  
пос. Зубренок, Мядельский район, Минская область,  
Республика Беларусь,  
222397

Формат издания 60x84/8.  
Гарнитура Times New Roman.  
Усл. печ. л. 18,6. Усл. изд. л. 8,75  
Печать цветная

---

160

---