



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 11 ГОРОДА НЕВИННОМЫССКА
ИМЕНИ КАВАЛЕРА ОРДЕНА МУЖЕСТВА Э.В. СКРИПНИКА

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №11

Методическая разработка урока по профориентации с элементами тренинга
Тема: Профессиональное самоопределение обучающихся
«Уроки осознанного выбора»

Цель: развитие психологической компетентности старшеклассников в области профессионального самоопределения. Приобретение обучающимися знаний и умений, необходимых для адекватного выбора будущей профессии. Формирование способности соотносить свои индивидуально-психологические особенности с требованиями выбираемой профессии.

Задачи:

- познакомить с понятием «профессиональное самоопределение»;
- познакомить с понятиями «профессия», «специальность», «должность», «классификация»;
- познакомить с факторами влияния на выбор профессии;
- познакомить с формулой выбора профессии;
- познакомить с ошибками при выборе профессии;
- развитие рефлексии.

Форма работы: занятие с элементами тренинга.

Методы работы:

Словесные: беседа, теоретическая часть, обсуждение вопросов.

Наглядные: индивидуальные бланки с таблицами, оформление записи на доске «Осознанный выбор – путь к успеху!», плакат «Профессиональная характеристика», плакат с таблицей «Хочу. Могу. Надо».

Практические: профориентационные упражнения и игры, работа с таблицей.

Целевая группа: 88 – 11 классы.

Время проведения: 40 минут.

Материалы и оборудование: доска, мел, плакаты, бланки, листы А4, простые карандаши.

Ход занятия.

Профессиональное самоопределение.

Учитель: Здравствуйте, ребята! Сегодня наше занятие будет посвящено профессиональному самоопределению. И первое на что я хотела бы обратить ваше внимание – это на то, что же такое самоопределение. Самоопределение – это самостоятельное, осознанное и добровольное построение, корректировка и реализация профессиональных перспектив, предполагающие выбор профессии, получение профессионального образования и совершенствование себя в данной профессиональной деятельности.

Ребята, прошу обратить ваше внимание на фразу «самостоятельное, осознанное и добровольное построение»!

Упражнение «Автопортрет»

Цель игры - в шутильной форме повысить у игроков способность соотносить внешние характеристики и образы людей с различными профессиями.

Процедура методики следующая: ребятам раздаются листы бумаги А4 и простые карандаши и объясняется суть задания, которая состоит в том, что каждый должен нарисовать на листке самого себя (сделать автопортрет). Рисунок должен быть на всю страницу, по центру, только лицо. Желательно нарисовать его быстро, как бы «на одном дыхании». Подписывать листок не надо.

Учитель быстро собирает листочки с автопортретами и демонстративно их перемешивает, как бы показывая, что ему не важно кто именно на них нарисован. Тут же учитель раздает игрокам листочки, но уже в случайном порядке.

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

Далее учитель быстро собирает листочки, перемешивает их и начинает подведение итогов. Берется первый листочек, участникам игры показывается изображение на нем (спрашивать «чей это листок» не нужно!) и зачитываются выписанные на обратной стороне профессии, соответствующие данному автопортрету. Листочки после упражнения просто кладутся на стол и учитель предлагает игрокам самим найти свои автопортреты и взять их себе на память после занятия.

Как вариант Учитель может сам принять участие в задании и начать подведение итогов с себя, таким образом обезопасит школьников от риска быть первыми при очень даже веселом подведении итогов, а также даст возможность в установлении со школьниками доверительных отношений.

***Учитель:** Трудно ли было, ориентируясь на портрет, понять какая профессия подходит? На что ориентировались в портрете при выборе профессии?*

Профессиональное самоопределение – это одновременно:

- активный, долговременный процесс выбора профессии;
- внутренние психологические обоснования этого выбора;
- результат процесса выбора профессии.

***Учитель.** А сейчас мы попробуем разобраться в понятиях, которые часто путают друг с другом, а именно: «профессия», «специальность», «должность», «классификация» (Учитель обращает внимание учащихся на доску, где прикреплен ватман с профессиональной характеристикой и объясняет каждое понятие).*

Профессиональная характеристика

- **Профессия** – трудовая деятельность человека, которая дает ему средства для существования и развития.
- **Специальность** – вид занятий в рамках одной профессии.
- **Должность** – место, занимаемое человеком в организации.
- **Квалификация** – степень готовности к какому-либо виду труда, уровень подготовленности, которые подтверждены определённым документом.

*данный вид характеристик может быть изначально подготовлен и представлен на ватмане в виде схемы или графически изображён на доске во время занятия.

Учитель. Ребята, а сейчас я предлагаю вам самостоятельно выполнить упражнение. Перед вами лежит бланк с таблицей и перемешанными профессиями, должностями и специальностями. Глядя на нашу схему, я предлагаю вам предложенные варианты распределить согласно названиям колонок.

Например: (бухгалтер, завуч, кассир, учитель, продавец, бригадир, токарь, декан факультета, педиатр, заведующий ДУ, инженер – электрик, полицейский, преподаватель музыки, старшая сестра, пианист)

В заключении, после заполнения таблицы ребятами, она будет выглядеть таким образом:

Профессия	Должность	Специальность
бухгалтер	завуч	педиатр
учитель	декан факультета	пианист
продавец	старшая сестра	кассир
токарь	бригадир	преподаватель музыки
полицейский	заведующая ДУ	инженер - электрик

Упражнение «День из жизни...»

Цель упражнения - повысить уровень осознания участниками типического и специфического в профессиональной деятельности того или иного специалиста. Упражнение проводится в кругу.

Этап проведения. Учитель определяет вместе с остальными игроками, какую профессию интересно было бы рассмотреть. Например, выбор остановился на профессии «полицейский».

Инструкция: «Сейчас мы совместными усилиями постараемся составить рассказ о типичном трудовом дне нашего работника - полицейского. Это будет рассказ только из существительных. Например, 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. В этой игре мы посмотрим, насколько хорошо мы представляем себе работу полицейского, а также выясним, способны ли мы к коллективному творчеству, ведь в игре существует серьезная опасность каким-то неуместным существительным испортить весь рассказ. Важное условие: прежде, чем назвать новое существительное, каждый игрок обязательно должен повторить все, что было названо до него. Тогда наш рассказ будет восприниматься как целостное произведение. Чтобы лучше было запоминать названные существительные, советую внимательно смотреть на всех говорящих, как бы связывая слово с конкретным человеком».

При подведении итогов игры можно спросить у участников, получился целостный рассказ или нет? не испортил ли кто-то общий рассказ своим неудачным существованием? Если рассказ получился путанным и сумбурным, то можно попросить кого-то из игроков своими словами рассказать, о чем же был составленный рассказ, что там происходило (и происходило ли?). Можно также обсудить, насколько правдиво и типично был представлен трудовой день рассматриваемого профессионала.

Учитель. *Какая была основная трудность при выполнении данного упражнения?*

Что же влияет на выбор профессии?

Как правило, выделяется ряд ключевых факторов, влияющих на процесс профессионального самоопределения:

- 1) наличие определенных интересов и склонностей;
- 2) уровень развития способностей, необходимых в интересующей профессиональной сфере;
- 3) престижность выбираемой профессии;
- 4) уровень информированности о ней;
- 5) мнение родителей;
- 6) мнение одноклассников, друзей и сверстников;
- 7) учет потребностей производства или рынка труда;
- 8) навыки построения определенной программы действий по выбору и достижению профессиональных целей;
- 9) уровень притязаний и самооценка;
- 10) позиция учителей, психологов и т.д.

Причина выбора может быть и глубже! На выборе профессии могут сказываться и наши внутренние конфликты. Через профессию мы можем реализовывать неудовлетворенные с детства насущные потребности. Например, если в детстве человеку не хватало внимания, не будет ничего удивительного, если мы увидим его преподавателем, актером, авторитетным политиком, блогером и т.д. Поэтому очень важно изучать не только рынок профессий, но и себя, как личность.

«ХОЧУ. МОГУ. НАДО»

Учитель. *Ребята, давайте мы вернёмся в самое начало занятия и попробуем дать определение термину «осознанный выбор»? (дети дают свои ответы). Итак, осознанный выбор – это такой выбор, при котором человек учитывает и личные устремления (ХОЧУ) и свои возможности (МОГУ), и потребности общества в этой профессии именно в данный момент (НАДО).*

Итак, мы с вами плавно перешли к формуле выбора профессии (Учитель обращает внимание ребят на доску, где висит ватман с таблицей «ХОЧУ. МОГУ. НАДО» и объясняет таблицу).

Формула выбора профессии

ХОЧУ	МОГУ	НАДО
• жизненные ценности • мои увлечения	Способности: • общие (интеллектуальные,	Рынок труда: • востребованность - профессий на рынке труда

профессиональные интересы · профессиональные склонности	коммуникативные, способность саморегуляции) · специальные (математические, художественные, литературные и т.д) · личностные особенности (темперамент, характер) · состояние здоровья (медицинские противопоказания к труду)	к· содержание профессии и основные действия профессионала · условие и характер труда · требования к качеству по подготовке профессионала · требование профессии к личностным качествам Рынок образования: к· перечень учебных заведений региона (Россия) · условия поступления в учебное заведение профессионального образования
--	--	--

Упражнение «Цепочка профессий».

Упражнение используется для развития умения выделять общее в различных видах трудовой деятельности. Данное умение может оказаться полезным в случаях, когда человек, ориентируясь на конкретные характеристики труда, сильно ограничивает себя в выборе (как бы «заикливаясь» на одной-двух профессиях с этими характеристиками), но ведь такие же характеристики могут встречаться во многих профессиях. Упражнение проводится в кругу.

Этап проведения. Инструкция: «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.»

По ходу игры Учитель иногда задает уточняющие вопросы, типа: “В чем же сходство вашей профессии с только что названной?”. Окончательное решение о том, удачно названа профессия или нет, принимает группа.

Учитель. Ребята, обратите внимание, что между самыми разными профессиями иногда могут обнаруживаться интереснейшие общие линии сходства. Такие неожиданные связи между самыми разными профессиями свидетельствуют о том, что не следует ограничиваться только одним профессиональным выбором, ведь очень часто то, что вы ищете в одной профессии, может оказаться в других, более доступных профессиях...

Игра «Советчик»

Цель игры - получение обобщенных представлений о профессиональном будущем каждого из участников на основании групповых рекомендаций, сделанных товарищами- одноклассниками.

Процедура состоит в следующем: участникам раздаются бланки с заведомо заполненной первой колонкой (с фамилиями и именами одноклассников). Всем дается задание, напротив каждой фамилии (включая собственную) проставить наиболее подходящие профессии и соответствующие учебные заведения, которые можно было бы порекомендовать данному человеку. Желательно не пропускать никого.

Учитель собирает листочки и начинает подведение итогов. Берется первый листочек и зачитывается первая по списку фамилия. Сразу же зачитывается рекомендуемая профессия и учебное заведение. После этого берется второй листочек, зачитывается эта же фамилия и соответствующие рекомендации и т.д. После того, как зачитывается всё по первому человеку учитель переходит ко второму и т.д

Образец бланка:

Ф.И.О. всех уч-ся в классе (в строго определенном порядке и по номерам)	Рекомендуемая профессия	Рекомендуемое учебное заведение (или место работы) после школы
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7... и т.д.		

Данное упражнение занимает не так много времени, как может показаться на

Учитель. Ребята, я всё же хочу посоветовать тем, кто еще не определился с выбором прислушаться к советам своих товарищей, но в конечном итоге сделать осознанный и самостоятельный выбор (многие ребята просят переписать на листочек полученные результаты под своей фамилией).

Ошибки при выборе профессии.

Учитель. Выбор профессии хотя бы раз в жизни встает перед каждым. Зачастую бывает так, что идешь учиться, получать профессию за компанию или по подсказке родителей. И хорошо, если профессия придется по душе, но иногда бывает так, что спустя некоторое время понимаешь, что выбрал профессию не свою. Сейчас я вас познакомлю с основными ошибками при выборе профессии.

Ошибки при выборе профессии:

- увлечение внешней или частной стороной профессии, не учитывая её «минусов»;

- незнание мира профессий;
- следование чужим советам, выбор «за компанию»;
- неумение разбираться в своих способностях, склонностях, знаниях и особенностях характера;
- недооценивание/переоценивание своих физических способностей;
- неумение разбираться в мотивах выбора;
- незнание пути получения профессии;
- неправильное отношение к различным обстоятельствам выбора;
- выбор близлежащего учебного заведения;
- перенос отношения к человеку – представителю той или иной профессии – на отношение к самой профессии;
- выбор внешне привлекательной, престижной профессии;
- отождествление школьного учебного предмета с профессией;
- избегание трудностей обучения;
- устарелое представление о характере труда в сфере материального производства.

Учитель. *Ребята, очень важно сделать правильный выбор, от этого будет зависеть ваш успех и ваша жизнь!*

Игра «Ловушки-капканчики».

Цель игры – повышение уровня осознания возможных препятствий (ловушек) на пути к профессиональным целям и представления о путях преодоления этих препятствий. Данное игровое упражнение проводится в круге.

Этап проведения. Совместно с группой определяется конкретная профессиональная цель (поступление в конкретное учебное заведение; окончание данного заведения; оформление на конкретное место работы или конкретное профессиональное достижение, включая построение карьеры и получение наград, премий и прочего).

В группе выбирается доброволец, который будет «представлять» какого-то вымышленного человека (если доброволец пожелает, то он может представлять и самого себя). При этом для вымышленного человека необходимо сразу же определить его основные характеристики: пол, возраст (желательно, чтобы возраст соответствовал возрасту большинства присутствующих, что сделает упражнение более актуальным для играющих), образование, семейное положение и др. Но таких характеристик не должно быть слишком много!

Общая инструкция: «Сейчас каждый, уже зная, к каким целям стремится наш главный герой, должен будет придумать для него некоторые трудности на пути к профессиональной цели. Особое внимание обращаем на то, что трудности могут быть как внешними, исходящими от других людей или от каких-то обстоятельств, так и внутренними, заключенными в самом человека (например, в нашем главном герое) и именно об этих, внутренних трудностях многие часто забывают. Выделяя такие трудности, каждый обязательно должен подумать и о том, как преодолеть их. После этого по очереди каждый будет называть по одной трудности-ловушки, а главный игрок сразу же (без размышления) должен будет сказать, как можно было бы эту трудность преодолеть. Если преодоление трудности не будет совпадать с мнением игрока на этот счет, то игрок делится тем, как бы он поступил в данной ситуации».

Далее, учитель с помощью группы определяет, чей вариант преодоления данной трудности оказался наиболее оптимальным. Если к концу игры у главного игрока окажется больше плюсов, то значит, он сумел преодолеть основные трудности (ловушки-капканчики) на пути к своей цели.

Учитель. Вывод. У каждого в жизни наступает такой этап, когда ему приходится делать важный выбор, определяющий все дальнейшее будущее. Уже в подростковом возрасте вы сталкиваетесь с необходимостью принимать ответственное решение о выборе профессионального пути, по сути, не имея для этого определенной подготовки и нередко можете совершить ошибки. Благодаря сегодняшнему занятию, вы узнали, что такое профессиональное самоопределение, что означает термин «осознанный выбор». Мы разобрались с вами с понятиями «профессия», «специальность», «должность», «классификация». Узнали о факторах, влияющих на выбор профессии и ошибках, которые можете допустить при выборе профессии.

Желаю вам не ошибиться и принять верное для вас решение!

Список литературы

1. Бендюков М.А., Соломин И.Л. Диалоги о выборе профессии. – СПб: Издательский дом «РОСТ», 2001. – 336 с.
2. Климов Е.А. «Учительия профессионального самоопределения». – Ростов н/Д.:2010,-125с.
3. Пряжников Н.С. «Профессиональное самоопределение: теория и практика». – М.: «Академия», 2007. – с.
4. Шмидт В.Р. Классные часы и беседы по профориентации для старшеклассников: 8-11 класс. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 128 с.