

Профессиональное самоопределение



Составитель:
А.В. Гилёва

«Технология» - одна из КОМПЛЕКСНЫХ ДИСЦИПЛИН ПЕДАГОГИКИ

- Электронное пособие, составленное мною на основе программы «Технология» относится к разделу «Профессиональное самоопределение»
- Содержание пособия направлено на самопознание, самовыражение, профессиональную пробу с учетом характеристики здоровья, жизненных планов и других мотивов.
- Цель – сформировать готовность учащихся к обоснованному выбору профессий с учетом своих склонностей, состояния здоровья и потребностей рынка труда.

Содержание раздела

I.

Методы и приемы организации образовательного процесса

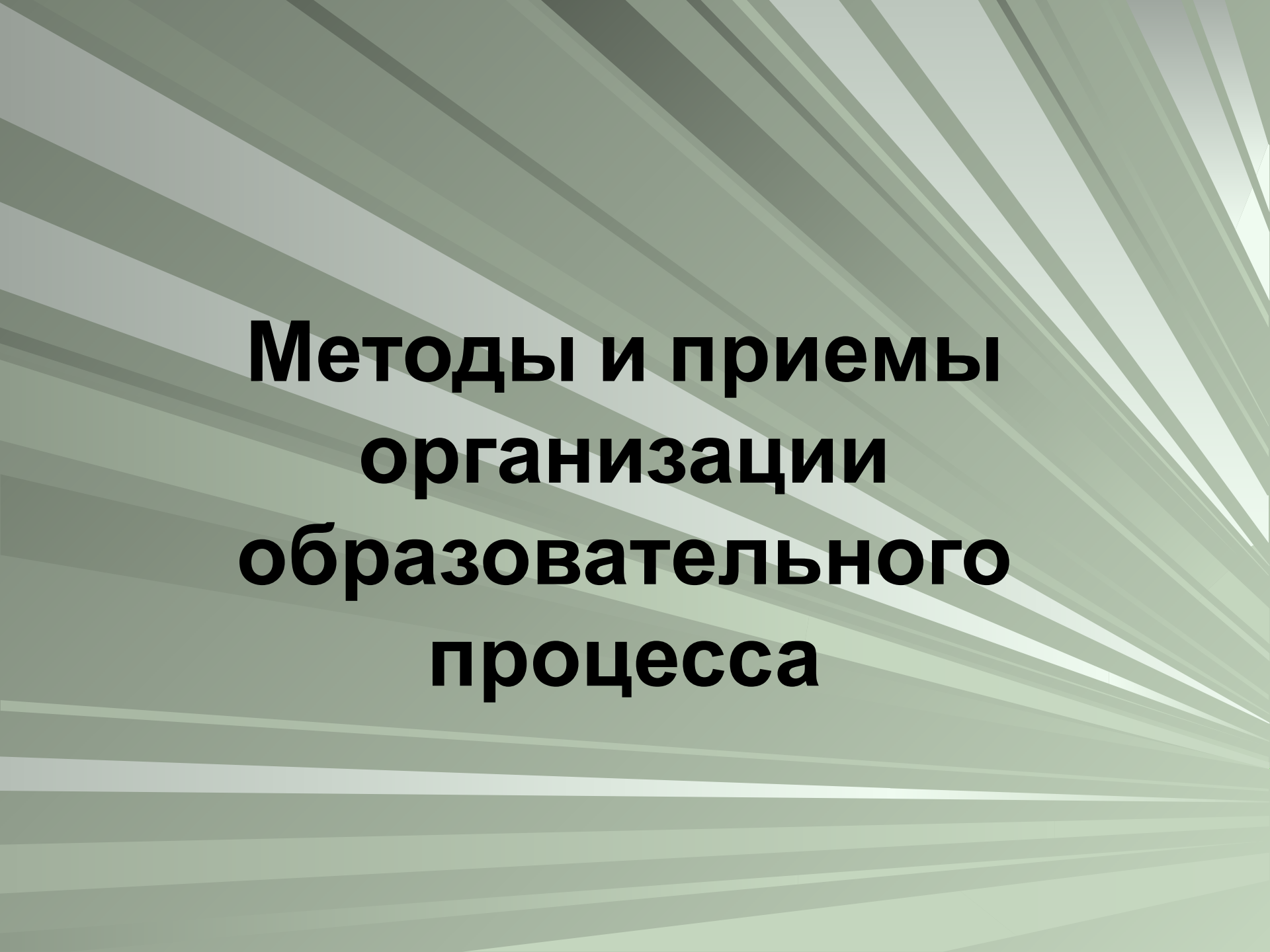
II.

Материал для учащихся для самостоятельном изучения

Тематическое планирование

- Внутренний мир человека и система представлений о себе. 2 часа
- Профессиональные интересы и склонности 2 часа
- Способности, условия их проявления и развития 2 часа
- Природные свойства нервной системы 2 часа
- Психические процессы и их роль в профессиональной деятельности 2 часа
- Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении 2 часа
- Профессиональные и жизненные планы. Профессиональная пригодность 2 часа
- Здоровье и выбор профессии 2 часа
- Отрасли общественного производства профессии, специальности, должности 2 часа
- Профессиональная проба 2 часа

Итого: 20 часов



**Методы и приемы
организации
образовательного
процесса**

**приемы педагогической
деятельности на уроках технологии
в разделе «Профессиональное
самоопределение»**

- **Метод обратной мозговой атаки**
- **Синетика**
- **Морфологический анализ**
- **Функционально-стоимостный анализ**
- **Творческие проекты**



Предлагаемые формы уроков

- Урок - погружения
- Урок – деловые игры
- Урок – пресс-конференция
- Урок – соревнования
- Театрализованные уроки
- Урок – консультация
- Компьютерные уроки
- Урок – взаимообучения
- Уроки с групповой формой работы
- Урок – аукцион
- Урок – творчества
- Урок – зачет
- Урок – сомнения
- Урок – творческий отчет
- Урок – конкурс
- Урок – обобщения
- Урок – фантазий
- Урок – игра
- Урок – поиска истины
- Урок – лекции «Парадоксы»
- Урок – диалоги
- Уроки – деловые игры
- Уроки – ролевой игры
- Интегрированные уроки
- Урок – экскурсия
- Урок – игра «Поле чудес»

Психогимнастика и её структура

Структура психогимнастики

- **Психогимнастика** - предназначена детям с чрезмерной утомляемостью, вспыльчивым, нервно-психическими расстройствами на границе здоровья и болезни.
- **Психогимнастика** – направлена на обучение элементам техники выразительности движений, воспитание эмоций высших чувств и на приобретение навыков в саморасслаблении.
- **Психогимнастика** - помогает преодолеть барьеры в общении, лучше понять себя и других, снять психическое напряжение, дает возможность самовыражения.

Есть множество упражнений психогимнастики, помогающие педагогу сохранить психическое здоровье учащихся.

Этюды на выражение качеств характера, эмоций.
Психомышечная тренировка. Сочинение историй.

- 1.Разминка.
- 2.Гимнастика (*Разнообразные мышечные - эмоциональные нагрузки*)
 - «**Злые кошки**» (*не трогать никого руками, работая в паре*)
 - «**Зайцы стучат на барабане**» (*чередование напряжения и расслабления*)
- 3.Эмоции (*управление эмоциями*)
- 4.Общение (*рукопожатие*)
- 5.Поведение (*проиграть типичные ситуации*)
- 6.Завершение (*закрепление положительного эффекта, «зеркало»*)

Урок – Пресс – конференция

Тема: Промышленная значимость профессий в ХМАО-Югра

- **Цель:** Кратко и аргументировано показать достоинства и недостатки профессий наиболее популярные в Ханты-Мансийском автономном округе – Югра.
- **Задачи:** Развивать навыки структурированного ответа. Умение отстаивать свое мнение. В подготовке ответа использовать ПК. Воспитывать интерес к профессиональной карьере.
- **Материальное обеспечение урока:** матрицы, таблицы, компьютер, экран

Ход урока

- **Игровая ситуация:** Прошел семинар «Лучшая профессия 21 века». На пресс-конференции участники семинара делятся впечатлениями с журналистами.
- **Учащиеся делятся на две группы** – журналисты и ведущие, один из учеников (или учитель) становится ведущим пресс-конференции.
- **Подготовительная работа:** составить список вопросов, «Выбор профессии по морфологической матрице», таблица сравнительной характеристики профессий, технологическое сопровождение к ответам участников конференции.
- **Практическая работа:** составить таблицу «Рейтинг профессий в ХМАО - Югра», электронная презентация профессий.
- **Материальное обеспечение урока:** матрицы, таблицы, компьютер, экран
- **Итог урока:** оценить качество представления профессий выбранные учащимися. Определить наиболее популярные профессии в Ханты-Мансийском автономном округе – Югра.

Урок – фантазий

Тема: Профессии будущего

- Цель: Перспективное развитие промышленной отрасли России и востребованности профессий, в разрешении социальных запросов населения.
- Задачи: Развивать умение прогнозировать востребованность профессий на рынке труда.
- Формировать навык присоединения характерных качеств нескольких профессий в одну.
- Развивать творческое мышление.
- Материальное обеспечение урока: компьютер, экран, магнитофон, видеоманитофон.

Ход урока

- 1этап: Вводный инструктаж педагога.
- 2этап: Презентация проектных работ учащихся
- С использованием схем, пиктограмм, символов, фотографий, видеосъемок, рисунков, слайдов.
- 3 этап: Практическая работа: учащиеся заполняют таблицу, отмечая достоинства и недостатки представленных профессий. Придумывают версии названия будущих профессий.
- Анализ урока: оценить качество представленных проектных работ, отметить успешность анализа промышленного развития России, знание социальной проблем общества.

Организация и проведение ролевых и деловых игр при изучении раздела «Профессиональное самоопределение»

Требование к организации и проведения ролевых и деловых игр на уроках.

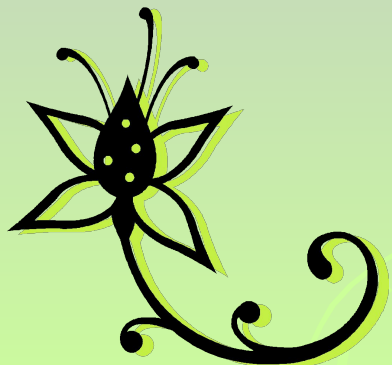
- Готовность учащихся обсуждать вопросы выбора профессии.
- Наличие определенных (программных) знаний
- Желание учащихся попасть в игровую группу
- Эмоциональная активность группы
- Стремление учащихся к самостоятельности и самовыражению
- Подготовительная работа учителя к игре
- Предварительное проигрывание педагогом игровой ситуации, на уроках
- Разминка «Разрешение проблемных ситуаций»
- Основным содержанием игры должен быть анализ конкретной профориентационной ситуации
- Разработка игроками вариантов решения задач, обсуждение разнообразных вариантов, представление и защита оптимального решения
- Подведение итогов игры.

Методические рекомендации к проектной деятельности учащихся в изучении модуля «Профессиональное самоопределение»

- Определить к какому типу профессий вы себя относите
- Выбрать интересующую вас профессию
- Собрать и обработать информацию о выбранной профессии, должности, специальности
- Составить профессиограмму и психограмму необходимой вам профессии
- Разработать содержание профессиональной пробы. Определить уровень ее сложности
- Выполнить практическую часть работы
- Проанализировать успешность выполненной вами профессиональной пробы
- Подготовить презентацию проектной работы

Этапы творческих проектов

- ситуационных (*что необходимо сделать?*),
- технологических (*как необходимо сделать?*)

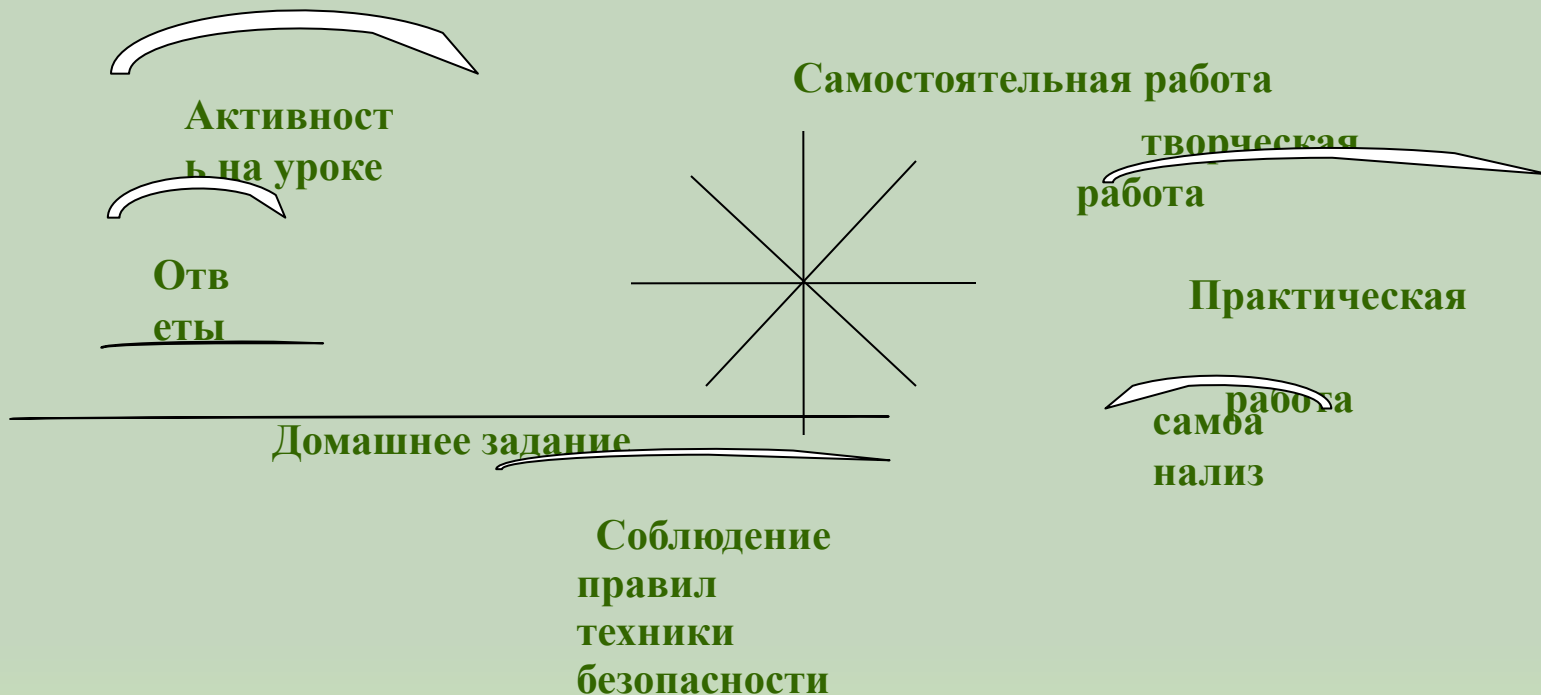


Варианты анализа успешности и продуктивности урока

- **Алгоритм рецензирования образовательного процесса урока**
- Анализ всех компонентов урока
- Продуктивность видов деятельности на уроке (на основе содержания самостоятельной работы учащихся)
- Уровень достижения целей урока
- Анализ ошибок (если оно есть)
- Предложения дальнейшей деятельности (Д/З)

Анализ урока

Диаграмма «Паучок»



Учащиеся самостоятельно анализируют успешность изучения темы урока, оценивая деятельность на каждом этапе

Перечень контрольно-оценочных мероприятий и заданий.

- Конкурс исследовательских работ по теме “Профессиональное самоопределение”.
- Творческий проект.
- Экскурсии и оформление впечатлений.
- Видео проект.
- Выступление в СМИ.
- Специальная фиксация по этапам изучения темы.
- Разработка сценариев деловых игр.
- Экспозиционная практика «Выбор профессии».
- Ролевые игры.
- Составление тестовых заданий.
- Разработка анкет и их обработка.
- Конкурс «Проф-шоу».
- Оценка и рецензирование проектов.
- Многоэтапное соревнование по каждому уроку.
- Журнал самообразования по теме «Профессиональное самоопределение»
- Оформление стенда
- Разработка положения конкурса «Лучшая профессия»
- Презентация профессии.
- Доклад с мультимедийным сопровождением.
- Экскурсия в интернет сайт.
- Рейтинговая оценка профессий в городе Югорске.
- Составить каталог специальной литературы по изучению темы «Профессиональное самоопределение».
- Перечень экскурсионных маршрутов с фото комментариями.
- План самообразования и саморазвития по теме «Профессиональное самоопределение».

Система контроля и оценки деятельности, учащихся по теме «Профессиональное самоопределение»

Контрольно- оценочные методы



- Зачетные мероприятия по теме
- Сквозные мероприятия на весь период изучения темы
- Очно-заочные курсы
- Тематические чтения
- Предпрофильный конкурсы
- Экспресс
- Многоэтапные соревнования
- Игровые зачеты
- Экстерн занятия

Листок контроля ЗУН+К

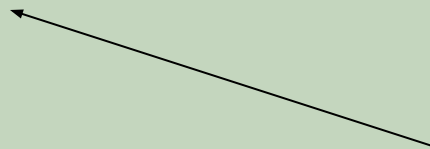
№	Критерии	показатели	результативность
1	Результаты тестирования, выводы	Самоопределение качеств личности, умение сделать вывод	Представление результата
2	Содержания параграфа	< Знать содержание параграфа, отвечать на вопросы	Устные ответы
3	Углубление и расширение ЗУН+К	Демонстрация дополнительных знаний по теме	Доклад, сообщение по теме
4	Творческие задания	Составление схем, таблиц, графиков, умение видоизменять материал	Представление схем, таблиц
5	Творческий проект	Оформление творческого решения проблемы, задач	Варианты решения проблемы, задачи
6	Презентация творческого проекта с использованием ПК	Представление творческой работы , с использованием ПК	Презентация работы
7	Защита творческого проекта	Аргументированное представление творческого решения проблем, задач. Красноречие, убедительность	Устная защита проекта

Влияние профессий на организм человека

Профессии, специальности	Профессиональные требования к людям имеющую эту специальность	Факторы влияния
Менеджер, художник-модельер	отсутствуют	Нет неблагоприятных факторов
Повар, продавец овощей	Хорошо развита терморегуляция, нет заболеваний сердечно сосудистой системы, отсутствует склонность к простудным заболеваниям	Понижение, повышение температуры
ткачиха	Отсутствуют заболевания сердечно сосудистой системы, органов слуха	Воздействие ни одного фактора, запыленность, интенсивно повышенный шум
Сталевар, шахтер, водолаз,	Очень высокий индекс здоровья, трудоустройство после 18 лет	Тяжелые и вредные условия труда
Воспитатель д/с, фармацевт, кондитер, повар	Не должно быть бациллоносителей, хронических инфекционных заболеваний	Особо бережное отношение к работе
Сборщик микросхем, стенографистка, чертежник	Выносливость, хорошее здоровье	Повышенное напряжение отдельных органов

**Материал
для
самостоятельного
изучения**

Карта поиска пути личного выбора профессии



Вид задания / средства контроля	Собеседование	зачет	Доклад, реферат	Представление отчетное ти	Мини проект проф. проба	Творческий отчет
Работа с понятийным аппаратом п\ф 2,6						
Разработка «Я - концепции»						
Поиск путей выбора профессии п\ф 1-2						
Составление психограммы, профессиограммы п\ф 3,5						
Маршрут личного выбора профессии п\ф 8						
Демонстрация уровня знаний п\ф4						
Здоровье и выбор профессии п\ф 9						
Презентация профессии						
Исследования «Популярность и востребованность профессий»						
Творческий отчет по теме « Профессиональное самоопределение»						
Проектная работа «Профессиональная проба»						

Перечень практических, творческих заданий

- 1 «Я концепция»
- 2 Оценка эффективности профессиональных рекомендаций
- 3 Выбор профессии по морфологической матрице
- 4 Составление резюме
- Составление схемы « Мои психические процессы»
- Виртуальная экскурсия
- Мини проект (ситуационный)
- Мини проект «Мои жизненные профессиональные планы»
- Мини проект «Как достичь профессионального успеха», «Здоровье и выбор профессии»
- Составление формулы выбора профессии
- Проект « Профессиональный успех человека 21 века»
- Разработать сценарий деловой (ролевой) игры
- Презентация профессии (с использованием ПК)
- Исследования «Популярность и востребованность профессии»

Темы творческих проектов

- Перспективы послешкольной жизни
- Варианты ЭП «Познай мир и себя»
- Где и как получить профессию дизайнера
- Профессии будущего (фантастическая реальность)
- Самые перспективные профессии ХМАО
- Здоровые люди – здоровое общество (видеофильм)
- Самые распространенные профессии города Югорска

профессия	Профессиональная проба
Дизайнер	Варианты оформления, озеленения офиса,
Флорист	школьного участка, комнаты
Садовник	
Эколог	Описание экологической ситуации в городе
Фотограф	Серия снимков по заданной теме
Журналист	Проба пера
Экскурсовод	Организация и проведение экскурсии
Социальный работник	Помощь пожилым людям, ветеранам
Вышивальщица	Приглашение, пригласительная открытка
Оператор ЭВМ	Изготовление изделия
Ювелир	Выполнение операций с использованием ПК
Менеджер	Изготовление изделия
Бухгалтер	Бизнес-план, организация производства
Экономист	Расчитать доходы и расходы семьи
Учитель	Планирование предпринимательского успеха
воспитатель	Организация и проведение мероприятия
Психолог	
Чертежник	Психотренинг
Редактор	Выполнить чертеж
Художник	Редактирование и представление рецензий на
Музыкант	печатный материал
Хореограф	
Водитель	Постановка танца
Закройщик	«Тайны успеха вождения»
Модельер	Моделирование одежды
Писатель	«хочу жить вечно»
	Проба пера «Жизнь как чудо»

Ситуационный проект к разделу Технологии «Профессиональное самоопределение»

*Последовательность выполнения
проектной работы*

1. Проблемный вопрос «Что должно
стать результатом работы?»

2. Цель

□ *Изучение информации*

□ *Описание основной мысли*

□ *Выполнить действия*

3. Возможность попробовать свои силы,
определить глубину и
устойчивость личных интересов и
склонностей.

*Определить, уточнить и развить свои
способности.*

4. Перечень основных характеристик
профессий

□ *предмет труда*

□ *цели труда*

□ *средства труда*

□ *условия труда*

□ *характер общения в труде*

□ *ответственность в труде*

□ *особенности труда*

□ *типичные трудности*

□ *минимальный уровень*

образования для работы

5. Показать межпредметную связь
базовых дисциплин

□ *(согласуя их с выбранной
специальностью)*

6. Конечный результат

□ *(Приложение: профессиональная
проба)*

7. Анализ, вывод

□ *Успешность выполнения
проектной работы*

8 Презентация проектной работы.

Электронная версия

Как написать резюме

Вариант №1

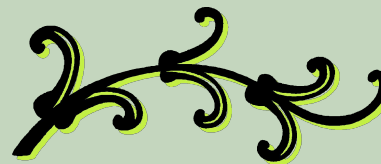
- Дата *написания резюме*
- ФИО
- Должность
- Адрес по прописке
- Адрес фактического проживания
- Дата и место рождения:
- Цель: работа
- Образование: (в обратном хронологическом порядке)
- Опыт работы: (в обратном хронологическом порядке)
- Дополнительные сведения

Вариант №2

- ФИО
- Личные сведения
- Адрес
- Контактный телефон (домашний, рабочий)
- Возраст
- Семейное положение:
- Образование:
- Трудовая деятельность:
- Профессиональные навыки:
- Дополнительные сведения:
- Увлечения:

Пример плана резюме

- **Цель написания резюме** – воздействие на работодателя, привлечения внимания к Вам в тот момент, когда его читают в первый раз. Как правило, на просмотр резюме затрачивают не более 1-2 минут. Ваша цель – добиться того, чтобы читающий работодатель захотел с Вами встретиться лично.
- Основные требования к стилю написания резюме: краткость, конкретность, честность, «активность» стиля изложения (использовать энергичные глаголы, показывающие Вашу активность; не употреблять слова: «участвовал», «оказывал помощь» и т. п., так как может показаться, что Вы стояли в стороне или от случая к случаю оказывали разовые услуги).



- **Пример плана резюме**
- Фамилия, имя, отчество (заголовок)
- Основные личные данные (адрес, телефон, дата и место рождения, гражданство, семейное положение)
- Цель в поиске работы. Из формулировки цели должно быть ясно, какую работу Вы хотите делать, а иногда еще и на каких условиях. То, на что Вы претендуете, косвенно показывает, каким специалистом Вы себя считаете.
- Опыт работы (если он у Вас есть): в обратном хронологическом порядке указывают даты, места работы, должности, основные функции и достижения.
- Образование. Чем больше времени прошло после окончания школы, тем меньше места эта часть должна занимать в резюме. Для выпускников и студентов лучше помещать этот пункт перед предыдущим, так как опыт работы не значительный. Можно добавить награды, подчеркнуть изученные дисциплины, которые соответствуют Вашей цели.
- Дополнительная информация. Сюда рекомендуется
- Дата составления резюме. Это добавляет ему четкость и корректность. Желательно, чтобы представляемое резюме всегда имело, свежую дату.

Практическое задание №1

Приведите примеры профессий, для которых характерны перечисленные неблагоприятные влияния на здоровье

Факторы ,воздействующие на здоровье

- Изодня в день постоянная психоэмоциональная нагрузка
- Интенсивный изматывающий ритм работы
- Продолжительное пребывание на жаре или холоде, на открытом воздухе, в неотапливаемом помещении
- Шум и вибрация
- Влияние промышленной пыли или токсических веществ
- Длительная нагрузка на зрение
- Необходимость работать в ночное время
- Продолжительное нахождение на ногах, физические нагрузки
- Повышенная опасность травматизма

Примеры профессий или видов деятельности, сопровождающихся ими.



Практическое задание №2

Перед вами специально подобранные примеры нескольких профессий. Постарайтесь определить, какое замечание относится к описанию той или иной профессии. Объясните, почему вы так думаете

Профессии

Заболевания, при которых профессия противопоказана

□ Коммерсант – предприниматель

- 1.язва желудка и гипертония
2. плоскостопие
- 3.заболевание почек

□ Отделочник (маляр, плиточник)

- 1.язва желудка и гипертония
- 2.плоскостопие
- 3.невротические расстройства

□ Секретарь – референт

- 1.заболевание органов дыхания
2. заболевание суставов рук
3. заболевание печени



Практическое задание № 3

Перед вами список некоторых возможных воздействий профессиональной деятельности на организм, которые могут неблагоприятно сказаться на состоянии здоровья:

- А – нервно-эмоциональное здоровье
- Б - интенсивный ритм работы;
- В - повышенная ответственность;
- Г - микроклимат
- Д - метеоусловия
- Е - шум
- Ж - вибрация
- З - электромагнитные поля
- И - воздействие промышленной пыли
- К - воздействие токсических веществ
- Л - неудобная рабочая поза
- М - значительная зрительная нагрузка
- Н - ходьба, стояние, переноска грузов
- О - физическое напряжение
- П - работа на высоте
- Р - работа с движущимися механизмами
- С - управление транспортом
- Т - опасность общего травматизма
- У - необходимость работы в ночное время
-

С какими, по вашему мнению, из перечисленных влияний на здоровье сталкиваются представители следующих профессий (укажите только соответствующие буквы):

- Авиадиспетчер _____
- Программист _____
- Продавец с лотка _____
- _____
- Кондитер _____
- Врач реаниматор _____
- Страховой агент _____
- Швея _____
- Менеджер _____
- Парикмахер _____
- Официант _____
- Водитель спецавтомобиля _____

Вариант практической работы

1	ИНТЕРЕСЫ		СКЛОННОСТИ	
	1. Человек - знаковая система		1. Человек - художественный образ	
	2. Человек-творец		2. Человек-творец	
2	ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ ПРОФЕССИИ			
	1. Бухгалтер		1. Дизайнер	
	2. Экономист		2. Модельер	
	3. Программист		3. Писатель	
	4. Секретарь		4. Художник-оформитель	
	5. Диспетчер		5. Актер	
3	СПОСОБНОСТИ			
3.1.	ТРЕБУЕМЫЕ	МОИ	ТРЕБУЕМЫЕ	МОИ
	1. Умение работать с ПК	В*	1. Усидчивость	С
	2. Умение выполнять расчеты	С	2. Фантазия	В
	3. Логика	В	3. Работа с цветом	В
	4. Фантазия	В		

Пример оценки эффективности поиска пути в выборе профессии

ВЫВОД:

- учитывая свои интересы и зная свои способности, я могу выбрать такие профессии как: программист (а именно программист-экономист) или модельер. Для профессии программист мне нужно научиться более лучше выполнять расчеты. Для профессии модельер мне нужно развить усидчивость.

- -(В – высокий уровень
С – средний уровень
Н – низкий уровень)

Список литературы

- И.П. Арефьев г. Шуя 1994 «Занимательная профориентация»
- М.А. Бендюкова, И.Л. Соломин, Л.А. Ясюкова Санкт-Петербург 2002 «Твой компас на рынке труда»
- Е.Е. Смирнова Санкт-Петербург 2003 «Каро» «На пути выбора профессии»
- «Сборник программ и методических рекомендаций курсов по выбору в рамках профессиональной подготовки 8-9 класс»
- С.Н. Чистякова Москва Просвещение 2003 «Технология профессионального успеха»
- А.П. Черняковская Владос - пресс 2001 «Психологическое консультирование»
- С.Н. Чистякова Москва Просвещение 2000»Твоя профессиональная карьера»