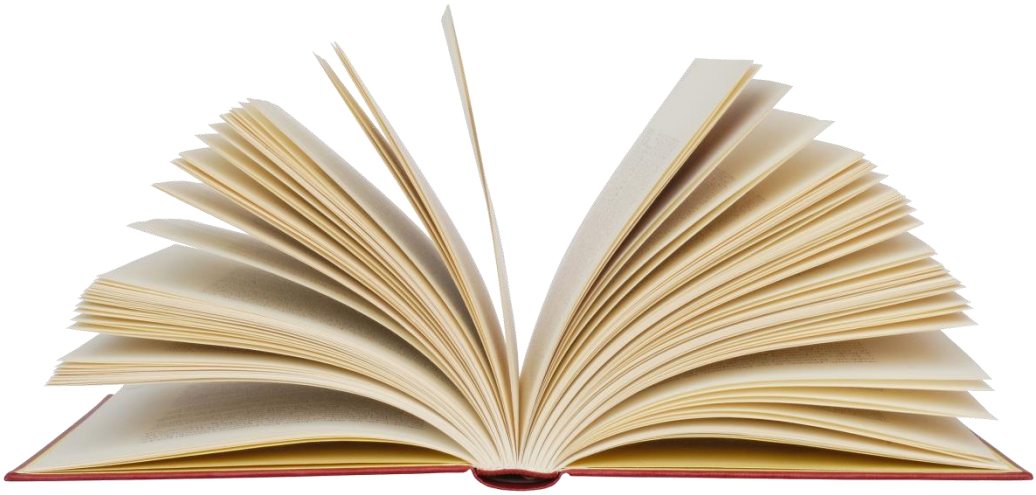
Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
гимназия № 6 г. Сочи

Дневник профессионального самоопределения

ПрофИСПЫТАТЕЛЬ



Дорогой старшеклассник!

Перед тобой стоит важная задача – получить образование, которое явится основой твоей профессиональной деятельности. От того, насколько правильно сделан выбор учебного заведения, зависит и качество образования, и удовлетворенность процессом обучения, и дальнейшее построение карьеры. В настоящее время количество образовательных учреждений постоянно растет, и нужен своеобразный компас, помогающий ориентироваться на рынке образовательных услуг.

Сегодня ты ученик старших классов, скоро тебе предстоит сделать важный выбор траектории своего дальнейшего образования, поступить в высшее учебное заведение. Этот выбор связан с жизненным и профессиональным самоопределением.

Надеемся, что работа над «Дневником профессионального самоопределения» поможет тебе сделать правильный выбор образовательного учреждения для получения необходимой профессии.

Желаем успехов!

Давайте познакомимся

Моя фотография

Я (фамилия)_____

имя_____

отчество_____

класс_____

дата рождения _____

возраст_____

дата начала работы _____

мои ожидания _____

_____

_____

Профориентационная работа

Экскурсии, мероприятия

<table>
<tr><td>Я собираюсь посетить</td><td>На что мне важно посмотреть</td><td>С кем я хотел бы поговорить лично</td></tr>
<tr><td></td><td rowspan="2"></td><td rowspan="2"></td></tr>
<tr><td>Дата _____

Время _____</td></tr>
<tr><td colspan="3">Итоги посещения (мои выводы)</td></tr>
</table>

Экскурсии, мероприятия

Нужно выяснить	Выяснилось, что…

Обсудить _____

_____

Узнать _____

_____

Подумать_____

_____

Встречи с интересными людьми

Дата	
время	
Нужно выяснить	Выяснилось, что …
Заметки	

Обсудить _____

_____

Подумать_____

_____

_____

_____

Источники информации

Вопрос (тема)	Источник информации	Путь поиска

Эссе «Мой выбор»

Путь в профессию

***Задание* № 1.**

Ты знаешь, что профессии различаются по целям, предмету, средствам, условиям труда. Попробуй составить « формулу профессии», которую ты будешь наблюдать на практике. Удачи тебе!

1. Цели труда:

•Оценивать, проверять.
•Исследовать что-либо, делать открытия.
•Перевозить что-либо.
•Изготавливать какие-то предметы.
•Учить, воспитывать, консультировать.
•Творить, создавать новое.
•Руководить людьми.
•Обслуживать кого-либо или что-либо.
•Постоянно работать над собой, «быть в форме».

2. Предмет труда:

•Технические объекты.
•Тексты, графики, числа.
•Экономика и политика.
•Искусство.
•Наука.
•Растения и микроорганизмы.
•Животный мир.
•Люди.
•Детали и материалы.

3. Средства труда:

•Ручные.
•Механические.
•Автоматические.
•Компьютеры.
•Интеллект.
•Выразительные движения, мимика.
•Творческое мышление.
•Возможности организма и органов чувств.
•Голос, интонация.

4. Условия и организация труда:

•Бытовой микроклимат.
•Помещения с большим числом людей.
•Разъезды.
•Самостоятельность.
•Открытый воздух.
•Экстремальные условия.
•Особые условия.
•Изысканные отношения.
•Работа на дому.

Задание №2.

Каждая профессия имеет свои плюсы и минусы. Проанализируйте профессии данного предприятия, записав в колонку «Скептики» - отрицательные, а в колонку «Оптимисты» - положительные моменты.

профессия	***скептики***	***оптимисты***

Задание №3.

Н.А. Добролюбов сказал: « Нет неспособных людей, а есть только неуместные». Слово «неуместные» надо понимать здесь в буквальном смысле не на своём месте. Избежать ошибок в выборе профессии можно, если реально представлять свои возможности, особенности своей нервной системы, памяти, внимания, мышления, уровень подготовленности, интересы и склонности.

Определите свою «рыночную стоимость». Узнайте, каковы Ваши шансы на получение работы на данном предприятии сейчас или в будущем.

качества работника	***требуется***	***имеется у меня***
образование		
способности		
деловые качества		
моральные качества		
эмоционально-волевые качества		
другие требования		

Задание №4.

Далеко не всегда при приёме на работу солидные рекомендации и впечатляющее резюме гарантируют удачу. Главное - это собеседование, или интервью. Попробуйте побыть в роли работодателя и соискателя. В ходе беседы вы можете воспользоваться следующими рекомендациями.

О чём может спросить работодатель	***Чего не следует говорить***	***Как лучше ответить***
Почему вам практика именно на этом предприятии? Почему вы считаете, что справитесь с этой работой в будущем?	Рассказывать свою биографию.	Сообщить о том, что вы умеете и способны сделать.
Как бы вы себя описали? (Охарактеризуйте себя как личность.)	Распространяться о своих религиозных и политических убеждениях, планах на личную жизнь.	Рассказать о себе, делая упор на качества, которые вам понадобятся в данной профессии.
Ваша самая большая слабость?	Торопиться с самокритикой.	Упомяните недостатки, никак не влияющие на Ваши профессиональные качества.
У вас в резюме написано то-то и то-то... Расскажите подробнее.	«К сожалению, резюме было мной составлено сто лет назад, и я уже не помню деталей».	Давайте чёткие и короткие ответы по существу. Подготовьтесь подкрепить фактами каждое утверждение.
Вам нравиться работать в «команде»?	«Я с гораздо большим удовольствием показал бы, на что способен в одиночку».	«Очень нравиться - и вот конкретный пример...»
Если бы вы пришли работать на наше предприятие, то какой стартовый заработок вас устроит?	«Я готов согласиться на нижний предел зарплаты, положенный для конкретной должности»	«Мне хотелось бы больше узнать об этой работе и моих обязанностях»
Каким вы себя видите через пять лет?	«Я занимаю должность, созданную специально «под меня».	«Я собираюсь получить образование, новые навыки в работе. Всё это поможет моему продвижению по службе».

<u>Задание №5.</u>

Составьте личный профессиональный план.

Возможно, вам помогут следующие вопросы и наблюдения во время практики.

1. Стоит ли честно трудиться в наше время? Почему?

2. Нужно ли приобретать серьёзное профессиональное образование или можно и так хорошо прожить? Почему?

3. Изменится ли что-то в России к лучшему? Когда. По-вашему, произойдут позитивные изменения? Какие профессии нужны для новой России больше всего?

4. Насколько хорошо вы знаете то, что выбираете? Напишите название выбираемой вами профессии и то учебное заведение, где вы собираетесь эту профессию приобрести.

5. Кто и что может помешать вам на пути к своей цели (какие люди и обстоятельства)? Укажите три самых неприятных лично для вас момента, связанных с данной профессией и соответствующим учебным заведением.

6. Что вы собираетесь делать с теми людьми и обстоятельствами, которые будут против ваших профессиональных намерений и значительно осложняют реализацию ваших планов?

7.Что в вас самих может помешать при реализации намеченных планов, знаете ли вы собственные недостатки?

8. Как вы собираетесь преодолевать свои недостатки и готовиться к профессии?

9. Есть ли у вас резервные варианты на случай неудачи при реализации намеченных планов?

10. Что вы уже сейчас делаете для достижения намеченных целей (кроме того что вы учитесь в школе)?

Аналитическая карта. Задание № 5.

Образовательная карта

В какие высшие учебные заведения ты планируешь поступать? Сравни плюсы и минусы данных заведений.