

Благотворительный Фонд Памяти имени Володи Женова

Муниципальное казенное учреждение
города Новосибирска
«Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей,
«Жемчужина»



Методические рекомендации

**«ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ
ЧЕРЕЗ РЕАЛИЗАЦИЮ ПРОГРАММЫ
«ТРУДОВОЕ ВОСПИТАНИЕ» В РАМКАХ ПРОЕКТА
«МИР ПРОФЕССИЙ. ПЕРВЫЕ ШАГИ»**

Новосибирск
2018

«Организация допрофессиональной подготовки выпускников через реализацию программы «Трудовое воспитание» в рамках проекта «Мир профессий. Первые шаги». Методические рекомендации. – Новосибирск, 2018.–96 с.

Данный сборник методических материалов предназначен методистам, педагогам-психологам и воспитателям учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Он содержит информацию, об опыте реализации в МКУ Центр «Жемчужина» авторской программы по допрофессиональной подготовке «Трудовое воспитание» в рамках проекта «Мир профессий. Первые шаги» Благотворительного Фонда Памяти имени Володи Женова, а также содержит конкретные методические рекомендации по проведению тематических и пропедевтических занятий для детей 7-16 лет и тренингов для детей 14-16 лет.

Ответственные за выпуск:

Т.И. Женова, директор БФ Памяти имени Володи Женова,
Е.П.Молчанова, директор МКУ Центр «Жемчужина»

Составители:

М.А. Вальгер, М.П.Кулибанова, И.А. Светикова, Ю. В. Тимошкова,
Ю.А. Федорова.

Муниципальное казенное учреждение города Новосибирска
«Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей
«Жемчужина»

630048, г. Новосибирск, ул. Ватутина, 30

Тел/факс (383) 314-45-42, электронная почта: ims-metod@yandex.ru, сайт: www.dd-1.nios.ru

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	4
Целевые ориентиры и условия реализации занятий для детей 7 - 11 лет в рамках клуба «Мастер».....	6
Целевые ориентиры и условия реализации тематических и пропедевтических занятий для детей 12-13 лет.....	8
Целевые ориентиры и условия реализации тематических и пропедевтических занятий и тренингов для детей 14 - 16 лет.....	10
Тематическое планирование программы «Трудовое воспитание»....	12
Методические рекомендации по реализации содержания программы «Трудовое воспитание».....	15
Занятия с детьми 7-11 лет.....	15
Занятия с детьми 12-13 лет.....	31
Занятия с детьми 14-16 лет.....	47
Тренинги для детей 14-16 лет.....	76
Заключение.....	86
Список литературы.....	88
Приложение 1. Анкета (для детей 12-13 лет и 14-16 лет).....	89
Приложение 2. Анкета (для детей 7-11 лет).....	92

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящее пособие создано, в первую очередь для того, чтобы оказать методическую поддержку специалистам, осуществляющим работу по профориентации воспитанников учреждений для детей, оставшихся без попечения родителей.

Условия процесса самоопределения для детей из кровных семей во многом определяют члены семьи. Для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, такого определяющего стимула нет. При этом для данной категории детей, в силу специфики условий их воспитания и развития, потребность в самоопределении и выборе «будущего пути, нахождения своего места в труде, в обществе», приобретает особую остроту.

Своеобразие личностного развития воспитанников формируется уже с первых шагов пребывания ребенка в детском учреждении для детей-сирот и затрагивает практически все стороны его психики: интеллектуальную и эмоциональную сферы, систему личностных отношений, характерологические и личностные особенности, — проявляясь (в различной степени) в задержке или искажении интеллектуального и личностного развития на всех возрастных этапах. При этом наиболее выраженные негативные изменения у воспитанников претерпевают коммуникативная и эмоциональная сферы. Для таких детей характерны затруднения при усвоении навыков продуктивного общения, формировании постоянной привязанности, установлении контактов с окружающими; снижение активности в сотрудничестве, эмоциональной насыщенности и содержательности контактов.

Одним из значимых факторов формирования психики детей-сирот, пребывающих в вынужденной ситуации ограничения социального опыта, является существенная недостаточность эталонных норм отношений, затрудняющая адекватное социальное развитие и формирование ценностно-мотивационной сферы. Последнее способно проявляться и на уровне отношения к деятельности, в том числе профессиональной.

Дети, у которых сформированы представления о своем будущем месте в жизни, которые проявляют устойчивый интерес к какой-либо профессии или к какому-нибудь виду деятельности, и те, кто достаточно отчетливо представляют себе, к чему они будут стремиться по окончании школы, как правило, отличаются организованностью поведения, постоянно направленного на достижение поставленных целей. К сожалению, значительное количество выпускников учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, не имеют оформленных представлений о своих профессиональных предпочтениях. Было установлено, что большую часть воспитанников (более 60,0%) отличает низкий уровень готовности к выбору профессии, при котором воспитанник плохо осознает свои возможности и индивидуальные особенности, не ориентируется в мире профессий. Профессиональные планы отсутствуют. К общественно значимой деятельности воспитанник равнодушен, не задумывается о целях того, что делает.

Проблема потребности в самоопределении, рассматриваемом как мотивационный центр, определяющий деятельность детей, их поведение и отношение к окружающему является одним из главных компонентов социальной ситуации развития воспитанников детских учреждений для детей-сирот и детей, проживающих в семьях.

Осознание проблемы и поиск путей ее решения привели к рождению проекта Благотворительного Фонда Памяти имени Володи Женова «Мир профессий. Первые шаги», соисполнителем которого стало муниципальное казенное учреждение города Новосибирска «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, «Жемчужина».

Одним из направлений, реализуемых в рамках проекта, стала программа «Трудовое воспитание», разработанная педагогами-психологами МКУ Центр «Жемчужина». Программа направлена на развитие у детей-сирот и детей оставшихся без попечения родителей, мотивации к познанию трудовой деятельности, как фундаментальной основы ценностных установок личности, обуславливающих

социально-позитивное поведение и социально-трудовую адаптацию в обществе, содействует формированию представлений о характере, назначении и содержании отдельных профессий.

Участниками программы стали воспитанники муниципального казенного учреждения «Центр помощи детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, «Жемчужина», в возрасте от 7 до 16 лет и дети из приемных семей, находящиеся на сопровождении в данном учреждении.

Занятия по программе «Трудовое воспитание» были организованы с учетом трёх возрастных групп:

- 1) для детей от 7 до 11 лет - в форме игры, в рамках клуба «Мастер»;
- 2) для детей от 12 до 13 лет - тематические и пропедевтические занятия;
- 3) для детей от 14 до 16 лет - тематические и пропедевтические занятия, тренинги.

1) Целевые ориентиры и условия реализации занятий для детей 7 - 11 лет в рамках клуба «Мастер»

Цель: формирование у воспитанников ценностного отношения к труду и готовности к профессиональному самоопределению.

Задачи:

- сформировать ценностное отношение к труду;
- сформировать правильные представления о мире профессий;
- развить навыки саморегуляции: снижение тревожности, развитие уверенности;
- развить представление о себе: самопознание, знание своих склонностей и способностей.

Периодичность занятий: 1 раз в неделю.

Продолжительность занятий: 40 минут

Количество занятий: 18

Количество участников: 20 человек, поделены на две подгруппы по 10 человек.

**Прогнозируемые результаты
по итогам работы клуба «Мастер» у детей 7-11 лет**

Прогнозируемые результаты	Оценивание результатов работы
Сформируют правильные представления о мире профессий – 100%	Анкета обратной связи;
Улучшат психоэмоциональное состояние, снизится тревожность – 90% участников	Методика «Шкала личностной тревожности». А.М. Прихожан на вводном и итоговом тестировании
Улучшат представления о самом себе, о своих склонностях и способностях – 70%	<p>Вводная диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Рисунок человека». К.Маховер <p>На занятиях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Исследование процессов запоминания, методика А.Р. Лурия «Запоминание 10 слов»; - Исследование концентрации и распределения внимания, Таблицы Шульте; - Определение типа темперамента, Айзенк; - Тест: «Экспресс-анализ по биологическим признакам» <p>Итоговая диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Методика «Нарисуй человека из геометрических фигур». А.В. Либин; - Анкета обратной связи

2) Целевые ориентиры и условия реализации тематических и пропедевтических занятий для детей 12-13 лет

Цель: формирование у воспитанников ценностного отношения к труду и готовности к профессиональному самоопределению.

Задачи:

- сформировать ценностное отношение к труду;
- развить навыки саморегуляции: снижение тревожности;
- развить коммуникативные навыки: умение сотрудничать в группе;
- развить представление о себе: самопознание, знание своих склонностей и способностей;
- развить навыки оформления и презентации своей работы.

Периодичность занятий: 1 раз в неделю.

Продолжительность занятий:45 минут

Количество занятий:18

Количество участников: 20 человек, поделены на две подгруппы по 10 человек.

Прогнозируемые результаты по итогам тематических и пропедевтических занятий у детей 12-13 лет

Прогнозируемые результаты	Оценивание результатов работы
Сформируют представления о труде взрослых и содержание отдельных профессий;	Анкета обратной связи;
Улучшат психоэмоциональное состояние, снизится тревожность – 90% участников тренинга	Провести методику «шкала личностной тревожности», А.М. Прихожанина в вводном и итоговом тестировании
Сформируют ценностное отношение к труду – у 80% участников тренинга	Анкета обратной связи;

<p>Научатся взаимодействовать и сотрудничать в группе – у 80 % участников тренинга</p>	<p>Методика «Рукавички» Г.А. Цукерман</p>
<p>Сформируют навыки оформления результатов своей работы и ее презентации – у 80% участников тренинга</p>	<p>Занятие 14. Самопрезентация</p>
<p>Повысят свой уровень самосознания: определяют свои личностные склонности и способности</p>	<p>Вводная диагностика: - «Рисунок человека», К. Маховер - Методика «Нарисуй человека из геометрических фигур». А.В. Либин На занятиях: - Исследование процессов запоминания, методика А.Р. Лурия «Запоминание 10 слов»; - Исследование концентрации и распределения внимания, Таблицы Шульте; - определение типа темперамента, Айзенк; - Методика «Тип мышления» (методика в модификации Г. Резапкиной). Итоговая диагностика: - тест Е.А. Климова</p>

3) Целевые ориентиры и условия реализации тематических и пропедевтических занятий и тренингов для детей 14 - 16 лет

Цель: формирование у воспитанников ценностного отношения к труду и готовности к профессиональному самоопределению.

Задачи:

- сформировать ценностное отношение к труду;
- развить навыки саморегуляции: снижение тревожности;
- развить коммуникативные навыки: умение сотрудничать в группе;
- развить представление о себе: самопознание, знание своих склонностей и способностей;
- развить навыки оформления и презентации своей работы.

Периодичность занятий: 1 раз в неделю,

Продолжительность занятий - 90 минут.

Количество занятий:8

Количество участников: 20 человек, поделены на две подгруппы по 10 человек.

Прогнозируемые результаты по итогам тематических и пропедевтических занятий и тренингов у детей 14-16 лет

Прогнозируемые результаты	Оценивание результатов работы
Сформируют представления о труде взрослых и содержание отдельных профессий;	Анкета обратной связи;
Улучшат психоэмоциональное состояние, снизится тревожность – 90% участников тренинга	Тест Школьной тревожности. К. Филлипс на вводном и итоговом тестировании
Сформируют ценностное отношение к труду – у 80% участников тренинга	Анкета обратной связи;

<p>Научатся взаимодействовать и сотрудничать в группе – у 80 % участников тренинга</p>	<p>Методика «Рукавички» Г.А. Цукерман</p>
<p>Сформируют навыки оформления результатов своей работы и ее презентации – у 80% участников тренинга</p>	<p>Упражнение «Самопрезентация»</p>
<p>Повысят свой уровень самосознания: определяют свои личностные склонности и способности</p>	<p>Вводная диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Рисунок человека, К.Маховер - Методика «Нарисуй человека из геометрических фигур», А.В. Либин <p>На занятиях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Исследование процессов запоминания, методика А.Р. Лурия «Запоминание 10 слов»; - Исследование концентрации и распределения внимания, Таблицы Шульте; - определение типа темперамента, Айзенк; - Методика «Тип мышления» (методика в модификации Г. Резапкиной). <p>Итоговая диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Тест Дж. Голланд - Матрица профессий, Г. Резапкина

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОГРАММЫ
«ТРУДОВОЕ ВОСПИТАНИЕ»**

Занятия с детьми 7 - 11 лет

№	ТЕМА	Кол-во часов
1	Знакомство. Коллаж мечты «Когда я вырасту, я буду...»	1
2	Вводная диагностика	1
3	Профессии взрослых. Классификация профессий. Угадай профессию	1
4	Закрепление знаний о профессиях. Лото по профессиям	1
5	Профессии растениеводства. Характеристика. Выращивание гороха	1
6	Профессия строитель. Характеристика. Ролевая игра	1
7	Профессия повар. Характеристика. Готовим кекс. Чаепитие	1
8	Профессия водитель. Характеристика. Ролевая игра	1
9	Профессия парикмахер. Характеристика. Прически, косы	1
10	Профессия швея. Характеристика. Игрушка из фетра	1
11	Профессия продавец. Ролевая игра	1
12	Профессия актер. Характеристика. Постановка басни	1
13	Работа с компьютерными программами. Характеристика PowerPoint	1
14	Мой психологический портрет. Склонности и задатки. Тесты	1
15	Как развивать свои способности	1

16	Тревожность. Способы саморегуляции	1
17	Итоговая диагностика	1
18	Обсуждение результатов. Коллаж: «Профессия моей мечты»	1
Итого		18

Занятия с детьми 12 - 13 лет

№	ТЕМА	Кол-во часов
1	Знакомство. Коллаж: «Через 5 лет»	1
2	Вводная диагностика	1
3	Значение труда в обществе, взаимосвязь профессий между собой	1
4	Профессия. Классификация профессий. Специальность. Должность	1
5	Профессии категории «Человек-Человек». Характеристика. Знаменитые представители профессий.	1
6	Профессии категории «Человек-Природа». Характеристика. Знаменитые представители профессий.	1
7	Профессии категории «Человек-Техника». Характеристика. Знаменитые представители профессий.	1
8	Профессии категории «Человек-Знак». Характеристика. Знаменитые представители профессий.	1
9	Профессии категории «Человек-Художественный образ». Характеристика. Знаменитые представители профессий.	1
10	Мой психологический портрет. Тесты	1
11	Как развивать свои способности. Значение воли	1

12	Тревожность. Саморегуляция	1
13	Коммуникативные навыки. Развитие эмпатии	1
14	Самопрезентация	1
15	История профессии. Востребованные профессии	1
16	Моя идеальная профессия -«Хочу. Могу. Надо». Где можно получить профессию	1
17	Итоговая диагностика	1
18	Коллаж: «Профессия моей мечты» Определение цели	1
Итого		18

Занятия с детьми 14 - 16 лет

№	ТЕМА	Кол-во часов
1	Ценности жизни	1
2	Кто есть кто	1
3	Потребности общество и профессии	1
4	Учимся презентовать себя	1
5	Забавные профессии	1
6	Один день из жизни...	1
7	Профессия-специальность	1
8	Страна профессий	1
9	Собеседование с работодателем	1
10	Учимся определять перспективы: 5 шагов	1
11	Нужные мне люди. Нужные мне вещи	1
12	Знаешь ли ты свою будущую профессию?	1
13	Распределение времени	1
Итого		13

Тренинги с детьми 14 -16 лет

№	ТЕМА	Кол-во часов
1	Знакомство. Вводная диагностика	2
2	Формула Самооценки. Хочу. Могу Надо.	2
3	Формула профессии	2
4	Мой психологический портрет	2
5	Развитие способностей	2
6	Профессионально важные качества. Мышеловки на рынке труда	2
7	Итоговая диагностика	2
8	У меня все получится!	2
Итого		16

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ СОДЕРЖАНИЯ ПРОГРАММЫ «ТРУДОВОЕ ВОСПИТАНИЕ»

ЗАНЯТИЯ С ДЕТЬМИ 7-11 ЛЕТ

ЗАНЯТИЕ 1. ЗНАКОМСТВО. КОЛЛАЖ МЕЧТЫ «КОГДА Я ВЫРАСТУ, Я БУДУ...»

1. Знакомство

Здравствуйте, ребята! Мы рады вас всех видеть в нашем клубе «Мастер»! На данных занятиях мы не только познакомимся с разными профессиями, но проиграем их.

Давайте познакомимся друг с другом. По кругу каждый назовет свое имя и предыдущее имя соседа, чтобы каждый смог друг друга

запомнить. Если кто-то забудет чье-то имя, то будем помогать все вместе.

Все познакомились! Если кто-то забудет, кого, как зовут, то не стесняйтесь спрашивать и уточнять. С первого раза запомнить всех не всегда получается.

А теперь давайте сыграем в еще одну игру, которая называется «Встаньте те, кто» я буду называть признак, и если у вас это есть, то вы встаете рядом со своим местом.

- У кого имя начинается на букву «А»

- Кто сегодня в джинсах

- Те, у кого день рождения летом

- Те, кого голубые глаза

- Те, кто любит мороженое

2. Ритуал приветствия. А теперь давайте сделаем приветствие, которое будем всегда использовать на каждом занятии. Руки согнуты в локтях и развернуты в стороны, ладонями вверх. Каждый кладет свою правую ладонь на левую ладонь соседа справа. Теперь каждый по кругу правой рукой хлопает своей ладонью ладошку соседа слева со словами «Привет!».

Ну, вот мы и поздоровались.

На наших занятиях я хочу рассказать Вам о том, какие у нас есть **правила:**

- Не перебивать

- Спрашивать и уточнять, если что-то будет непонятно

- Не пользоваться мобильными телефонами во время занятий

- Если нужно выйти, то сказать об этом

3. Как Вы думаете: «Как выбирают профессию?»

Наверняка у каждого из Вас есть такое любимое занятие, которое, Вы готовы делать, даже если Вас об этом не просят. Вы это делаете для себя, для своего удовольствия. Кто-то любит рисовать, петь, танцевать, вязать, играть в футбол, готовить, организовывать игры среди сверстников, играть в компьютерные игры и т.д. Иногда бывает так, что

человек не знает, что ему нравится делать, или еще бывает, что нравится несколько дел и так сложно выбрать.

Пусть кто-нибудь из вас поделится тем, кто, что любит делать в свободное время.

4. Создание коллажа. Ребята представьте, что вы выросли и стали взрослыми. Подумайте о том, где вы живете? Чем вы занимаетесь? Что вас окружает? Предлагаю вам это нарисовать или вырезать подходящие картинки в журналах и наклеить на бумаге.

Обсуждение. Посмотрите внимательно на свой коллаж и выделите в нем сферы: отношения, работа, отдых, может быть, у вас будут какие-то другие сферы. Подумайте, сможете ли вы осуществить свою мечту без других людей, которые могут профессионально выполнять ту или иную работу? Например, строитель, продавец, учитель.

5. Ритуал завершения занятия

А теперь давайте сделаем завершение занятия, которое будем всегда. Руки согнуты в локтях и развернуты в стороны, ладонями вверх. Каждый кладет свою правую ладонь на левую ладонь соседа справа. Теперь каждый по кругу правой рукой хлопает своей ладонью ладошку соседа слева со словами «Спасибо тебе за занятие!».

ЗАНЯТИЕ 2. ВВОДНАЯ ДИАГНОСТИКА

1. Ритуал приветствия.

2. Вводная диагностика. Сегодня мы проведем небольшую диагностику, с помощью которой мы сможем определить ваши склонности и особенности к той или иной деятельности. (Приложение 1.)

- Анкета

- Методика «Детский вариант шкалы явной тревожности» СМАС, адаптированный А.М. Прихожан;

- Методика «Рисунок Человека», К. Маховер;

Обсуждение

4. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 3. ПРОФЕССИИ ВЗРОСЛЫХ.

1. Ритуал приветствия.

2. Вступительная беседа.

Ребята, каждое утро взрослые идут на работу. А знаете ли вы, какие бывают профессии? Чем важен их труд? Зачем взрослые ходят на работу?

Молодцы, многие из вас знают разные профессии. Ребята, взрослые выполняют разные работы, трудятся в разных местах. Труд каждого из них важен и полезен. Каждый человек трудится не только для того, чтобы заработать деньги и купить все необходимое - обувь, одежду, пищу, но и для того, чтобы всем нам жилось хорошо. Вот почему каждый человек на своем рабочем месте старается лучше работать.

3. Презентация по профессиям

4. Игра "Пойми меня" («Крокодил»)

Команды по жребию получают карточку с названием одной профессии. Задание: за отведенное время (1-2 минуты) участники должны подготовиться и с помощью пантомимы показать заданную профессию. Отгадывают изображенную профессию болельщики. Учитывается наиболее правильное изображение профессии и количество вовлеченных в процесс участников, творчество.

5. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 4. ЗАКРЕПЛЕНИЕ ЗНАНИЙ О ПРОФЕССИЯХ.

1. Ритуал приветствия.

2. Игра лото по профессиям

Первый этап игры: Дети делятся на две команды. Каждой из команд раздают по восемь карточек-профессий, справа от изображения размещены 3 пустых поля. Разрезанные карточки с инструментами для каждой профессии находятся на общем для всех столе вразброс. Задача каждой команды познакомиться с выпавшими им профессиями, и выбрать на столе необходимые для них карточки с инструментами.

Важно каждой команде за 7 минут подобрать для каждой профессии по три карточки-инструмента.

Второй этап игры: за 5 минут необходимо каждой команде написать дополнительно к этим профессиям еще профессии людей. Команда, у которой окажется список больше – выиграла.

Обсуждение

3. Ритуал завершения.

ЗАНЯТИЕ 5. ПРОФЕССИИ РАСТЕНЕВОДСТВА

1. Ритуал приветствия.

Мастер растениеводства – специалист выращиванию и уходу за растениями.

Агроном. Главный на сельхозпредприятии.

Семеновод. Работает под руководством агронома. Занимается подготовкой семян к посеву, обрабатывает их специальными химикатами для борьбы с болезнями и насекомыми. Ухаживает за растениями.

Инженер-мелиоратор отвечает за подготовку полей к орошению.

2. Презентация по профессии растениеводство

3. Игра Стол игровой город

3. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 6. ОСОБЕНОСТИ ПРОФЕССИИ СТРОИТЕЛЬ.

1. Ритуал приветствия.

2. Просмотр и обсуждение мультфильма «Три поросенка» (м/ф студии У. Диснея или м/ф Р. Саакянца, а также текст сказки «Три поросенка» в сопровождении слайд-шоу иллюстраций К. Ротова или использовать аудиозапись.)

При просмотре целесообразно использовать технику «стоп-кадр»: в ключевых моментах психолог делает паузу и задает детям вопросы на понимание, акцентируя важные идеи произведения.

Примерные вопросы:

1. Из каких материалов строили дом поросята? (из соломы, дерева, кирпича)
2. Почему Ниф-Ниф и Нуф-Нуф выбрали именно эти материалы? («быстрее и проще»)
3. Сколько времени потратил каждый поросенок на строительство своего дома? (один день, несколько дней)
4. Почему Ниф-Ниф и Нуф-Нуф отказались строить общий дом из кирпича с Нуф-Нуфом? (было лень)
5. Как провели они день, который Наф-Наф потратил на строительство дома (развлекались, бездельничали)
6. Что бы случилось с поросятами, если бы Наф-Наф не построил дом из кирпича?
7. Кого из героев известной басни И.А. Крылова напоминают вам три поросенка? (Стрекоза и Муравей)
8. Какие виды сооружений вам известны? (можно показать детям изображения чума, вигвама, иглу, хаты, юрты, избы, шалаша и спросить, как они называются, и кто в них живет).

В большой семье строителей тоже много разных строительных специальностей. Какие вы знаете? Дом проектирует (архитектор). Стены кладет (*каменщик*), крышу делает (*кровельщик*), строительным краном управляет (*крановщик*), стены выравнивает (*штукатур*), а красит (*маляр*), окна вставляет (*стекольщик*). Для того, чтобы было светло, работали компьютеры, телефоны, сигнализация, необходимо электрическое оборудование. За его бесперебойную работу отвечает (*электрик*). В наших краях большую часть года холодно, поэтому очень важна работа отопительной системы, работу которой обеспечивает (*оператор котельной*). Школа не может работать без водопровода и канализации, поэтому так важна работа (*слесаря-сантехника*).

2. Игра «Строитель»

Дети делятся на две команды. Каждой команде дают одно задание: прочитать этапы строительства и на каждом этапе подобрать карточку с подходящим для него специалистом. (Приложение 2)

3. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 7. ПРОФЕССИЯ ПОВАР

1. Ритуал приветствия.

На прошлом занятии вы узнали о людях, которые работают строителями. Как называются их профессии? (строитель, каменщик, крановщик, маляр, электрик, сантехник и т.д.).

2. Игра

Технолог разрабатывает блюдо, таким образом, чтобы оно было вкусным и полезным

Шеф-повар составляет меню на каждый день и управляет поварами

Повара готовят блюда и украшают их

Официанты сервируют стол, подают блюда и заваривают чай

Уборщица моет посуду

Каждый из нас будет во всех ролях кроме шеф-повара и технолога. Мы будем поварами, официантами и уборщиками. Все эти профессии необходимы для того, чтобы у посетителя была возможность не только вкусно и с пользой поесть и тем самым зарядить себя энергией, но и безопасно для своего здоровья. Для начала мы вымоем руки с мылом до локтя, надеваем фартук и убираем волосы. Ногти должны быть короткими, а на руках не должно быть украшений. Вот, теперь вы готовы.

Знакомимся с меню. (Приложение 3). У нас сегодня кекс лимонный. У каждого есть своя кружка, в которую он согласно рецепту готовит кекс. Затем мы его ставим в микроволновую печь на 4 минуты. Кекс готов!

Пока кекс немного остывает. Мы становимся официантами. Ставим чай и накрываем стол скатертью, кладем салфетки, раскладываем приборы. На отдельном столике завариваем чай по всем правилам. Официант разливает чай. Немного этики и правил о том, как вести себя за столом, но для этого мы снимаем рабочую форму, моем руки и садимся за стол. Теперь мы с вами обычные посетители после трудового дня.

А теперь мы становимся уборщиками и убираем посуду.

3. Ритуал завершения занятий.

ЗАНЯТИЕ 8. ПРОФЕССИЯ ВОДИТЕЛЬ

1. Ритуал приветствия.

2. Водитель – это рабочий, управляющий разными видами транспорта, в число которых входят легковые и грузовые автомобили, троллейбусы, автобусы, трамваи и т.д.

Перевозить он может как людей, так и товар. Профессия водителя очень ответственная, так как от качественного выполнения работы зависят жизни людей.

- **водитель автобуса** перевозит людей, их багаж, различные грузы и почту. Чаще всего у него есть определенный график и маршрут, которого он должен строго придерживаться. Водитель автобуса может работать как на территории города, так и осуществлять перевозки на междугородних и международных линиях. Люди, работающие в этой сфере деятельности, должны иметь специальную категорию;

- **водитель трамвая, троллейбуса** перевозит людей по заданному маршруту и отвечает за их безопасность. Он также сообщает пассажирам по микрофону всю требуемую информацию по ходу следования. Человек, выбравший эту специальность, обязан уметь проверять состояние трамвая, а в случае необходимости иметь возможность устранить неполадки в технике во время работы на линии;

- **водитель такси.** Человеку этой профессии стоит обладать недюжинным терпением и быть своего рода психологом, так как приходится иметь дело с разными людьми, многие из которых не отличаются хорошими манерами и тактом.

- **личный водитель** (семейный, персональный) – это особая категория, относящаяся к домашнему персоналу. Помимо своего прямого работодателя перевозит и членов его семьи. При этом шофер должен неукоснительно выполнять все пожелания и рекомендации. Личные качества. Людям, решившим посвятить себя этой профессии, необходимо быть спокойным и не конфликтным человеком. Для успешной работы водителю требуется умение быстро реагировать, быть внимательным, быть ответственным, организованным и аккуратным.

Что нужно уметь и знать, что бы работать водителем:

- управлять автотранспортным средством,
- знать все правила дорожного движения,
- обладать знаниями о техническом устройстве авто, чтобы иметь возможность определить и устранить элементарные неполадки.

3. Игра Наглядные пособия. Стол игровой многофункциональный

4. Ритуал завершения занятий.

ЗАНЯТИЕ 9. ОСОБЕННОСТИ ПАРИКМАХЕРСКОГО ДЕЛА

1. Ритуал приветствия.

2. Парикмахер должен быть чистым и опрятным. В специальном фартуке, все приборы, которыми он пользуется тоже чистые: расческа, резинка, заколки. Также парикмахеру необходимо уметь общаться и договариваться с людьми-клиентами, которые к нему приходят, чтобы они были довольны своим новым образом. Для этого клиенту нужно сказать о своих предпочтениях и желаниях. И самое главное парикмахеру нужно уметь делать красивые и аккуратные прически.

3. ИГРА "НАША ПАРИКМАХЕРСКАЯ"

Игроков разбивают на пары, в каждой паре есть "клиент" и "парикмахер". "Парикмахер" должен сделать клиенту оригинальную прическу. Для этого можно использовать разные резинки и заколки, пенки, гели, муссы. Но все средства должны легко смываться водой.

Когда все прически готовы, можно провести конкурс парикмахеров и моделей и определить самую необычную прическу, а можно поощрить каждую пару. Потом игроки в парах меняются ролями.

4. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 10. ПРОФЕССИЯ ШВЕЯ

1. Ритуал приветствия.

2. Презентация

Швея должна знать:

- виды и типы тканей;
- варианты применения различных швов;

- как работать с различными видами швейных машин;
- владеть приёмами конструирования одежды;
- как ухаживать за швейным оборудованием;
- правила хранения швейных принадлежностей.

Что должна уметь швея?

Профессия швеи подразумевает овладения различными навыками, в том числе:

- подбирать номера нитей и игл;
- регулировать процесс натяжения нити в машинке;
- осуществлять регулировку скорости работы машинки;
- устранять мелкие неполадки в работе машины;
- пользоваться как ручной, так и ножной машинкой, а также автоматическим швейным оборудованием;
- соединять детали различных изделий, используя правильный тип шва;
- кроить различные типы изделий и подготавливать их к работе.

Конечно же, это лишь небольшая часть того, что должна знать профессиональная швея. Однако стоит понимать, что эти знания приходят с опытом. Невозможно узнать обо всём этом, пройдя лишь теоретический курс обучения. Для этого понадобятся годы практики.

3. Игрушка-брелок из фетра

Дети выбирают себе выкройку из предложенных (Приложение) и подходящий для нее фетр. Выкраивают необходимые детали будущей игрушки, сшивают их и украшают. (Приложение 4).

4. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 11. ПРОФЕССИЯ ПРОДАВЕЦ

1. Ритуал приветствия.

2. Что вы знаете о такой часто встречающейся профессии как – продавец?

Основная задача продавца состоит в том, чтобы донести информацию о товаре, который он продает. Для этого необходимо иметь хорошую

память и быть общительным человеком, любить людей. Без этой профессии невозможно было бы реализовать все необходимые товары, в которых нуждаются люди ежедневно

3. Игра. Продавец и покупатель. Дети разбиваются на пары (продавец-покупатель). Задача состоит в том, чтобы продавец рассказал всю необходимую информацию покупателю о товаре, который его интересует, и продать его. Затем дети меняются ролями.

Обсуждение

4. Ритуал завершения занятий.

ЗАНЯТИЕ 12. ПРОФЕССИЯ АКТЕР

1. Ритуал приветствия.

2. Сегодня мы с вами познакомимся с такой профессией как актер. Многие из вас уже имеют опыт выступления на сцене, пробовали себя в роли артиста.

Для того чтобы быть актером нужно не только уметь выступать на сцене, но нужно помнить свой текст, уметь «вживаться» в те роли, которые играешь, а для этого важно уметь чувствовать другого человека, выражать разные эмоции.

3. Басня И. Крылова «Ларчик» (Приложение 5)

Сначала зачитываем басню, затем ее обсуждаем. Дети делятся на две команды. В каждой команде распределяют роли: отец, механик-мудрец, публика, наблюдающая за работой механика.

Обсуждение

4. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 13. РАБОТА С КОМПЬЮТЕРНОЙ ПРОГРАММОЙ POWER POINT

1. Ритуал приветствия.

2. Мы с вами за 12 занятий познакомились с некоторыми профессиями. И у нас накопилось множество фотографий. Я предлагаю собрать все

воедино и сделать презентацию. Сегодня мы научимся с вами делать презентацию.

3. Совместное составление презентаций. Сначала мы готовим три общих слайда совместно, а затем каждый ребенок выходит по одному и выбирает на компьютере свои фотографии и на нескольких слайдах составляет краткий обзор того, чему он научился. Остальные дети в это время составляют краткий текст о том, чему они научились. Затем все совместно просматриваем презентацию.

Обсуждение

4. Ритуал завершения.

ЗАНЯТИЕ 14. МОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ

1. Ритуал приветствия.

2. Диагностика: (Приложение 1)

- Методика «Таблицы Шульте»

- Методика А.Р. Лурии «Запоминание 10 слов»

- Опросник Айзенка (изучение темперамента младшего школьника)

- Тест: "Экспресс-анализ по биологическим признакам"

3. Игра «Круг»

Станьте в круг. Вам необходимо по очереди называть лучшее качество человека, стоящего от вас слева. Первый называет качество; затем второй, повторяет это качество, а также называет качество третьего; третий за первым и вторым повторяет и называет качество четвертого и т.д. по принципу «снежного кома».

4. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 15. КАК РАЗВИВАТЬ СВОИ СПОСОБНОСТИ

1. Ритуал приветствия.

2. Основная часть. Каждый человек от рождения имеет особенности строения тела, органов чувств и мозга. Эти особенности еще называют «здатками», 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, внимание, развитое мышление одним даны от природы, другие развивают их специальными упражнениями. Задатки — это наши возможности, которые в благоприятных условиях могут вырасти в способности, а могут погибнуть, как семена, упавшие на каменистую почву. На основании одних и тех же задатков могут возникнуть различные способности.

Способности развиваются, но для их развития нужно время и терпение. На прошлом тренинге мы провели тестирование на определение вашего темперамента, памяти и внимания. Результаты тестирования мы вам раздали.

Из этих характеристик складывается ваш психологический портрет.

3. Внимание. Память. Темперамент

Внимание. Бывает иногда так, что когда кто-то что-то рассказывает (учитель), то мы хоть и смотрим на человека, но не слышим его, думаем в этот момент о чем-то своем. Это говорит о том, что ваше внимание направленно не на того, кто говорит (учитель). И если нас в этот момент попросят повторить, то, что сказали, то мы не сможем, потому что не слышали, были не внимательны.

А бывает так, что ты идешь по улице и слушаешь музыку и поэтому не замечаешь, что происходит вокруг, и не слышишь ничего кроме музыки. Так может происходить с каждым человеком. Но есть профессии, в которых внимание очень необходимо и важно, ведь от этого зависит то, насколько будет хорошо выполнена работа, а иногда жизнь человека зависит от этого. Например, водитель должен уметь распределять внимание, чтобы замечать все: сигналы светофора, ситуацию на дороге, работу самого автомобиля. Учитель должен контролировать ситуацию в классе и следить за логикой изложения учебного материала. Бухгалтер или ученый должны концентрироваться на своей работе так, чтобы не замечать возможные помехи.

Когда человек устает, то он часто утомляется, начинает отвлекаться, таким образом, организм человеку подсказывает, что пора отдохнуть. Поэтому на любой работе, есть время для отдыха, и чем сосредоточеннее работа, тем больше предоставляется возможности для

небольших перерывов. Иногда достаточно всего 5 минут на отдых, чтобы стать снова внимательным.

Для того, чтобы быть внимательным необходимо, чтобы то, что вы делали в данный момент было для вас интересным. Но в жизни не всегда все бывает интересным, а иногда то, что казалось не интересным - становится интересным, стоит только попробовать найти в чем-то скучном хоть что-нибудь хорошее.

Бывает ли у вас так, что вам нужно что-то сделать, вас об этом просят взрослые, а вам не хочется, и вы никак не можете сосредоточиться на том, что вас просят?

Пусть кто-нибудь из вас поделится тем, что ему совсем не хочется делать, а надо. А мы все вместе, дружно будем искать в этом что-нибудь хорошее, за что можно было бы зацепиться и увлечься.

Внимание, как любая функция, развивается, если ею заниматься, и угасает, если ею не пользоваться. Это упражнение тренирует нашу способность распределять внимание.

Память — это способность запоминать то, что мы видим, слышим, говорим и делаем, сохранять все это и в нужный момент воспроизводить. Запоминание, сохранение, узнавание, воспроизведение — основные функции памяти.

Как и другие функции, память развивается в процессе работы и тренировок.

Бывает так, что даже если мы внимательно слушаем, например учителя, и даже нам это интересно, но все равно запомнить и пересказать, то, что было, рассказано не можешь?

Когда вам нужно что-то запомнить важно чтобы вы смогли «подключить» как можно больше органов чувств: слух, зрение, обоняние, вкус и осязание.

Давайте поэкспериментируем с тем, что нужно было бы сделать, чтобы запомнить все слова из теста, который на прошлом занятии каждый из вас проходил. Каждое из названных слов вы знаете, что он означает, но эти слова друг с другом никак не взаимосвязаны, они как бы отдельные друг от друга — поэтому их сложно запомнить. Один из способов запоминания — это если вы каждое услышанное слово будете

представлять таким, какое оно есть, например: слово стол – вы представляете в воображении стол, и так расставляете мысленно все слова. Вы это делаете в момент, когда вам слова зачитывают. А когда вам нужно их назвать, то вы на основании своих воображаемых картинок их называете.

Я назову 10 слов, а вам нужно повторить, но только одному и вслух. Кто хочет попробовать?

Темперамент. Давайте еще познакомимся с результатами теста на темперамент

Презентация. 4 типа темперамента:

Обсуждение

4. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 16. ТРЕВОЖНОСТЬ

1. Ритуал приветствия.

2. Тревожность – это беспокойство, напряжение, в ожидании опасности или чего-нибудь неизвестного (показать на слайде картинку тревожного человека).

Вспомните и назовите, в каких ситуациях вы тревожитесь?

Виды переживаний: эмоции, чувства, аффекты, настроение.

Какие виды эмоций вы знаете?

3. Игра море волнуется. Ведущий говорит море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три ... (по очереди называют разные эмоции и чувства). Дети должны замирать, изображая названную эмоцию

4. Способы преодоления тревожности:

- физическая активность (бегать, прыгать)

- полное глубокое дыхание

- методы релаксации (показать на слайде)

-Релаксация:

Сядьте спокойно, закройте глаза, медленно расслабьте тело. Представьте, что вы находитесь там, где очень хорошо и не надо ни о чем беспокоиться, например, на пляже, где солнце греет вас своими

лучами. Ни о чем не тревожьтесь, просто слушайте музыку. Выполнять данное упражнение нужно как можно чаще, но не реже чем один раз в день, по 10 минут.

-Дыхание

Считайте в уме до четырех, медленно сделайте глубокий вдох. Задержите дыхание и снова сосчитайте до четырех, медленно выдохните. Повторите 5 раз.

-Рисуем красками под музыку

Обсуждение

4. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 17. ИТОГОВОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ

1. Ритуал приветствия.

2. Итоговое тестирование:

- Анкета обратной связи;
- Методика «Детский вариант шкалы явной тревожности» СМАС, адаптированный А.М. Прихожан;
- Тест "Рисунок человечка из геометрических фигур" А. В. Либин.

3. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 18. КОЛЛАЖ «ПРОФЕССИЯ МОЕЙ МЕЧТЫ»

1. Ритуал приветствия.

Раздать результаты теста.

Обсуждение

2. Коллаж «Профессия моей мечты»

Ребята мы с вами познакомились с профессиями взрослых, определили свои задатки и склонности. Подумайте о том, какие профессии вас больше всего привлекают. Нарисуйте или наклейте подходящие картинки на бумаге про эту профессию или профессии.

Обсуждение

Вы всегда можете прийти к нам на консультацию. Расскажите своими словами, что для вас было важным и интересным на наших занятиях.

3. Ритуал завершения занятий.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ 12-13 ЛЕТ

ЗАНЯТИЕ 1 ЗНАКОМСТВО. КОЛЛАЖ «ЧЕРЕЗ 5 ЛЕТ»

1. Знакомство

Здравствуйте, ребята! Мы рады вас всех видеть на нашем занятии! Давайте познакомимся друг с другом. По кругу каждый назовет свое имя и предыдущее имя соседа, чтобы каждый смог друг друга запомнить. Если кто-то забудет чье-то имя, то будем помогать все вместе.

Все познакомились! Если кто-то забудет, кого, как зовут, то не стесняйтесь спрашивать и уточнять. С первого раза запомнить всех не всегда получается.

На наших занятиях я хочу рассказать Вам о том, какие у нас есть правила:

- Не перебивать друг друга
- Спрашивать и уточнять, если что-то будет непонятно
- Не пользоваться мобильными телефонами во время занятий
- Если нужно выйти, то сказать об этом
- Уважать друг друга и его точку зрения
- Соблюдать конфиденциальность, т.е. то, что будут рассказывать ребята из вашей группы – вы не рассказываете другим и друг другу. Можете рассказывать только про себя.

2. Ритуал приветствия. А теперь давайте сделаем приветствие, которое будем всегда использовать на каждом занятии. Руки согнуты в локтях и развернуты в стороны, ладонями вверх. Каждый кладет свою правую ладонь на левую ладонь соседа справа. Теперь каждый по кругу правой рукой хлопает своей ладонью ладошку соседа слева со словами «Привет!».

3. Коллаж «Через 5 лет»

Давайте с вами представим, что прошло 5 лет, и вы учитесь в выпускном классе, а может быть, уже куда-то поступили учиться. Чем вы

занимаетесь? Что вас окружает? Предлагаю вам это нарисовать или вырезать подходящие картинки в журналах и наклеить на бумаге.

Обсуждение

4. Ритуал прощания. А теперь давайте сделаем завершение занятия, которое будем всегда. Руки согнуты в локтях и развернуты в стороны, ладонями вверх. Каждый кладет свою правую ладонь на левую ладонь соседа справа. Теперь каждый по кругу правой рукой хлопает своей ладонью ладошку соседа слева со словами «Спасибо тебе за занятие!».

ЗАНЯТИЕ 2. ВВОДНАЯ ДИАГНОСТИКА

1. Ритуал приветствия.

2. Вводная диагностика. Сегодня мы проведем небольшую диагностику, с помощью которой мы сможем определить ваши склонности и особенности к той или иной деятельности:

- Методика «Детский вариант шкалы явной тревожности» СМАС, адаптированный А.М. Прихожан;
- Методика «Рисунок Человека», К. Маховер;
- Тест "Рисунок человечка из геометрических фигур" А. В. Либин.

Обсуждение

3. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 3. ЗНАЧЕНИЕ ТРУДА В ОБЩЕСТВЕ

1. Ритуал приветствия.

В мире существует более 50 тыс. профессий. Как найти среди них свою? Сколько из них мы себе более или менее представляем?

2. Упражнение: «Собери пословицу» - мешочек мудрости.

У вас начало пословицы. Вам нужно её продолжить.

- Скучен день до вечера, *коли делать нечего.*
- Труд кормит, *а лень портит.*
- Тяжело тому жить, *кто от работы бежит.*
- Поздно встанешь, *мало сделаешь.*
- Птица крепнет в полете, *а человек - в труде.*

• Кто любит трудиться, *тому без дела не сидится.*

3. Упражнение. «Фарфоровый чайник»

Просмотр Видео «Технология производства фарфора»

Разделитесь на две команды. Каждой команде дают одно задание:

Сколько этапов приготовления фарфора? Как вы думаете, сколько нужно задействовать профессий, чтобы произвести фарфоровый чайник?

Возможно, ли было бы сделать фарфоровый чайник одному человеку?

Обсуждение. Предметы, которые нас окружают, и которыми мы постоянно пользуемся, были изготовлены совместным трудом людей разных профессий. А кем бы хотели быть вы:

- Тем, кто придумывает и чертит эскизы будущего изделия?
- Тем, кто с помощью оборудования и умения своих рук превращает эскиз в реальную, красивую форму, которую можно потрогать, и которую можно использовать по назначению?
- Тем, кто заворачивает изделие в красивую и безопасную упаковку?
- Тем, кто доставляет изделие на транспорте от места производства до магазина?
- Тем, кто продает готовое изделие людям, рассказывая о его преимуществах?

4. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 4. ПРОФЕССИИ. КЛАССИФИКАЦИИ ПРОФЕССИЙ

1. Ритуал приветствия

2. Упражнение "Ассоциации".

Попрошу одного из вас назвать любую профессию. Кто сидит слева от него пусть назовет ассоциацию к данной профессии и свой вариант профессии. Следующий участник продолжит упражнение и озвучит возникшую у него ассоциацию и новую профессию и т.д.

Обсуждение

3. Игра "Пойми меня" («Крокодил»)

Команды по жребию получают карточку с названием одной профессии. Задание: за отведенное время (1-2 минуты) участники должны подготовиться и с помощью пантомимы показать заданную профессию. Отгадывают изображенную профессию болельщики. Учитывается наиболее правильное изображение профессии и количество вовлеченных в процесс участников, творчество.

Раздаточный материал: карточки с названиями профессий (шахтер, электрогазосварщик, официант, врач, пожарник, учитель (Приложение 4)

4. (Приложение 1). Внимательно прочитайте характеристики профессий и подчеркните самые привлекательные для вас цели, предметы, средства и условия труда.

5. Ритуал завершения занятий.

ЗАНЯТИЕ 5. ПРОФЕССИЯ КАТЕГОРИИ «ЧЕЛОВЕК-ЧЕЛОВЕК»

1. Ритуал приветствия.

2. Профессии категории «Человек-человек».

Как вы думаете, какие профессии предполагают общение и взаимодействие с людьми? Перечень профессий: «человек-человек»: парикмахер, продавец, врач, учитель, няня, официант, воспитатель и др. Как вы думаете, какими качествами должен обладать человек, чтобы справиться с профессией из данной категории?

Эмпатия – это способность понимать переживания другого человека и сопереживать его проблемам.

3. Игра «Эмоциональный интеллект» Юлии Гиппенрейтер

Две команды. Ведущие раздают карточки с эмоциями каждой команде. Задача каждому члену команды по очереди вытащить карточку с эмоцией, и сказать в какой ситуации он испытывает эту эмоцию.

4. Знаменитые представители профессии.

На слайде презентации показана фотография и краткая биография знаменитых представителей из категории «Человек-человек»: парикмахер - педагог – Мария Монтесори.

Обсуждение.

Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 6. ПРОФЕССИЯ КАТЕГОРИИ «ЧЕЛОВЕК-ПРИРОДА»

1. Ритуал приветствия.

2. Профессии категории «Человек-Природа».

Какие профессии вы знаете, которые связаны, так или иначе, с взаимодействием растений и животными, а также с защитой природы?

Перечень профессий человек-природа: флорист, садовник, ветеринар, контролер-приемщик фруктов и др.

Как вы думаете, какими качествами должен обладать человек, чтобы справиться с профессией из данной категории?

Самое важное качество – это наблюдательность. Наблюдать и просто смотреть на что-то – не одно и то же. Хотя и то и другое происходит по средствам нашего зрения. Просто смотреть на что-то – значит видеть, но не иметь намерения как-либо это в дальнейшем использовать. Вы стараетесь запомнить или понять значения всего, что видите. В процессе наблюдения мы смотрим вокруг себя и стараемся удержать все увиденное в своем уме, понять значение, задать вопросы по теме. Хороший наблюдатель игнорирует личные чувства и видит вещи такими, какие они есть.

Чтобы быть хорошим наблюдателем нужно замедлиться.

3. Упражнение. Развитие наблюдательности

Выходим из кабинета в другую аудиторию. Возьмите лист бумаги и составьте список всех предметов, которые есть в кабинете, в котором у нас проходит занятие.

Обсуждение.

И еще упражнение которое можно делать ежедневно. Если вы каждый день бываете в одних и тех же местах, постарайтесь уделить им побольше внимания. Что вы заметили в них? Какие изменения происходят? Что остается неизменным? Начните замечать детали того, что оказывается на вашем пути каждый день.

3. Знаменитые представитель профессии.

На слайде презентации показана фотография и краткая биография знаменитых представителей из категории «Человек-Природа»:

5. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 7. ПРОФЕССИЯ КАТЕГОРИИ «ЧЕЛОВЕК-ТЕХНИКА»

1. Ритуал приветствия.

2. Профессии категории «Человек-техника».

Какие профессии вы знаете, которые связаны с обслуживанием техники (ремонт, наладка, установка, управление)?

Перечень профессий человек-техника: слесарь-сборщик, водитель, водолаз, швея, и др.

Как вы думаете, какими качествами должен обладать человек, чтобы справиться с профессией из данной категории?

Самое важное качество – это иметь хорошо развитое пространственное мышление. Пространственное мышление позволяет хорошо ориентироваться в местности, запоминать маршруты следования, представлять форму предметов.

3. Упражнение. Развитие пространственного мышления

По очереди детям завязывают глаза и передают мешочек с разными предметами. Задача на ощупь в течении одной минуты определить и назвать предмет.

Обсуждение.

4. Знаменитые представитель профессии.

На слайде презентации показана фотография и краткая биография знаменитых представителей из категории «Человек-Техника»:

5. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 8. ПРОФЕССИЯ КАТЕГОРИИ «ЧЕЛОВЕК-ЗНАКОВАЯ СИСТЕМА»

1. Ритуал приветствия.

2. Профессии категории «Человек-знак».

Какие профессии вы знаете, которые связаны непосредственно с умственным трудом, с помощью которого происходит создание и использование различных знаковых систем. К предметам труда относятся всевозможные знаковые обозначения, символы, термины. Например, знаки, формулы, схемы, числовые обозначения, карты, рисунки, ноты, таблицы, чертежи, дорожные знаки.

Перечень профессий человек-знак: кассир, языковед, бухгалтер, фотограф, системный администратор и др.

Как вы думаете, какими качествами должен обладать человек, чтобы справиться с профессией из данной категории?

Самое важное качество: терпение, аккуратность, пунктуальность и умение переключать и удерживать внимание.

3. Упражнение. «Глаза-рука»

Сядьте удобно и вытяните в сторону правую руку. Удерживайте в поле вашего внимания пальцы правой руки и одновременно следите за тем, чтобы рука не отклонялась от горизонтального положения. Начинать нужно с 1 минуты. Затем доводить время до 5 минут.

4. Упражнение. Разгибание пальцев

Сжать руки в кулак. Медленно так, будто любое неосторожное движение может повлечь неприятные последствия, разжимайте большой палец. Затем, удерживая его в поле зрения, разжимайте следующий палец. Так же медленно. Затем, держа в поле внимания уже два пальца, также медленно разжимайте следующий. И так - все пальцы на обеих руках.

Обсуждение.

5. Знаменитые представители профессии.

На слайде презентации показана фотография и краткая биография знаменитых представителей из категории «Человек-Знаковая система»:

6. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 9. ПРОФЕССИЯ КАТЕГОРИИ «ЧЕЛОВЕК-ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ОБРАЗ»

1. Ритуал приветствия.

2. Профессии категории «Человек-художественный образ».

Какие профессии вы знаете, которые связаны с созданием чего-то нового и красивого?

Перечень профессий человек-знак: дизайнер, маляр, стеклодув, шлифовальщик камней, лепщик архитектурных деталей, гравер, живописец по фарфору и др.

Как вы думаете, какими качествами должен обладать человек, чтобы справиться с профессией из данной категории?

Самое важное – это развитое воображение. Воображение – это вид творческого мышления человека, при котором, он самостоятельно создает новые образы и идеи. Очень часто именно мечтатели становятся открывателями в самых разнообразных сферах жизни

3. Упражнение «Друдлы»

(На слайде картинка). Посмотрите на картинки на слайде. Попробуйте назвать все, что может быть на ней нарисовано. Запишите. Затем каждый зачитывает свой вариант на каждую картинку. Оцениваем самый оригинальный и нестандартный вариант.

4. Упражнение на развитие воображения.

Совершайте мысленные путешествия. Представьте, как вы прошлись по комнате, коридору. Представьте, как вы идете по улице и вернулись обратно.

Обсуждение.

5. Знаменитые представители профессии.

На слайде презентации показаны фотографии и краткая биография знаменитых представителей из категории «Человек-Художественный образ»: Сергей Павлович Королев мечтал о покорении космоса и стал ведущим разработчиком и конструктором ракет в СССР. Александр Флемминг мечтал о том, что он найдет лекарство от инфекций. Так и случилось, он открыл пенициллин, избавивший многих людей от страшных болезней.

6. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 10. МОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ

1. Ритуал приветствия.

2. Диагностика: (Приложение 1)

- Методика «Таблицы Шульте»

- Методика А.Р.Лурии «Запоминание 10 слов»

- Опросник Айзенка (изучение темперамента младшего школьника)

- Тест: "Экспресс-анализ по биологическим признакам"

3. Игра «Круг»

Станьте в круг. Вам необходимо по очереди называть лучшее качество человека, стоящего от вас слева. Первый называет качество; затем второй, повторяет это качество, а также называет качество третьего; третий за первым и вторым повторяет и называет качество четвертого и т.д. по принципу «снежного кома».

4. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 11. КАК РАЗВИВАТЬ СВОИ СПОСОБНОСТИ

1. Ритуал приветствия.

2. Основная часть. 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, внимание, развитое мышление одним даны от природы, другие развивают их специальными упражнениями. Задатки — это наши возможности, которые в благоприятных условиях могут вырасти в способности, а могут погибнуть, как семена, упавшие на каменистую почву. На основании одних и тех же задатков могут возникнуть различные способности.

Способности развиваются, но для их развития нужно время и терпение. На прошлом тренинге мы провели тестирование на определение вашего

темперамента, памяти и внимания. Результаты тестирования мы вам раздали.

Из этих характеристик складывается ваш психологический портрет.

3. Внимание. Память. Темперамент

Внимание. Бывает иногда так, что когда кто-то что-то рассказывает (учитель), то мы хоть и смотрим на человека, но не слышим его, думаем в этот момент о чем-то своем. Это говорит о том, что ваше внимание направленно не на того, кто говорит (учитель). И если нас в этот момент попросят повторить, то, что сказали, то мы не сможем, потому что не слышали, были не внимательны.

А бывает так, что ты идешь по улице и слушаешь музыку и поэтому не замечаешь, что происходит вокруг, и не слышишь ничего кроме музыки. Так может происходить с каждым человеком. Но есть профессии, в которых внимание очень необходимо и важно, ведь от этого зависит то, насколько будет хорошо выполнена работа, а иногда жизнь человека зависит от этого. Например, водитель должен уметь распределять внимание, чтобы замечать все: сигналы светофора, ситуацию на дороге, работу самого автомобиля. Учитель должен контролировать ситуацию в классе и следить за логикой изложения учебного материала. Бухгалтер или ученый должны концентрироваться на своей работе так, чтобы не замечать возможные помехи.

Когда человек устает, то он часто утомляется, начинает отвлекаться, таким образом, организм человеку подсказывает, что пора отдохнуть. Поэтому на любой работе, есть время для отдыха, и чем сосредоточеннее работа, тем больше предоставляется возможности для небольших перерывов. Иногда достаточно всего 5 минут на отдых, чтобы стать снова внимательным.

Для того, чтобы быть внимательным необходимо, чтобы то, что вы делали в данный момент было для вас интересным. Но в жизни не всегда все бывает интересным, а иногда то, что казалось не интересным - становится интересным, стоит только попробовать найти в чем-то скучном хоть что-нибудь хорошее.

Бывает ли у вас так, что вам нужно что-то сделать, вас об этом просят взрослые, а вам не хочется, и вы никак не можете сосредоточиться на том, что вас просят?

Пусть кто-нибудь из вас поделится тем, что ему совсем не хочется делать, а надо. А мы все вместе, дружно будем искать в этом что-нибудь хорошее, за что можно было бы зацепиться и увлечься.

Внимание, как любая функция, развивается, если ею заниматься, и угасает, если ею не пользоваться. Это упражнение тренирует нашу способность распределять внимание.

Память — это способность запоминать то, что мы видим, слышим, говорим и делаем, сохранять все это и в нужный момент воспроизводить. Запоминание, сохранение, узнавание, воспроизведение — основные функции памяти.

Как и другие функции, память развивается в процессе работы и тренировок.

Бывает так, что даже если мы внимательно слушаем, например, учителя, и даже нам это интересно, но все равно запомнить и пересказать, то, что было, рассказано не можешь?

Когда вам нужно что-то запомнить важно чтобы вы смогли «подключить» как можно больше органов чувств: слух, зрение, обоняние, вкус и осязание.

Давайте поэкспериментируем с тем, что нужно было бы сделать, чтобы запомнить все слова из теста, который на прошлом занятии каждый из вас проходил. Каждое из названных слов вы знаете, что он означает, но эти слова друг с другом никак не взаимосвязаны, они как бы отдельные друг от друга — поэтому их сложно запомнить. Один из способов запоминания — это если вы каждое услышанное слово будете представлять таким, какое оно есть, например, слово стол — вы представляете в воображении стол, и так расставляете мысленно все слова. Вы это делаете в момент, когда вам слова зачитывают. А когда вам нужно их назвать, то вы на основании своих воображаемых картинок их называете.

Я назову 10 слов, а вам нужно повторить, но только одному и вслух. Кто хочет попробовать?

Темперамент. Давайте еще познакомимся с результатами теста на темперамент

Всего существует 4 типа темперамента: (Описание темперамента на слайде)

Обсуждение

О воли человека

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. 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.

Обсуждение.

4. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 12. ТРЕВОЖНОСТЬ И СПОСОБЫ САМОРЕГУЛЯЦИИ

1. Ритуал приветствия.

2. Тревожность – это беспокойство, напряжение, в ожидании опасности или чего-нибудь неизвестного (показать на слайде картинку тревожного человека).

Вспомните и назовите, в каких ситуациях вы тревожитесь?

Виды переживаний: эмоции, чувства, аффекты, настроение.

Какие виды эмоций вы знаете?

3. Игра море волнуется. Ведущий говорит: море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три ... (по очереди называют разные эмоции и чувства). Дети должны замирать, изображая названную эмоцию

4. Способы преодоления тревожности:

- физическая активность (бегать, прыгать)

- полное глубокое дыхание

- методы релаксации (показать на слайде)

- Релаксация:

Сядьте спокойно, закройте глаза, медленно расслабьте тело. Представьте, что вы находитесь там, где очень хорошо и не надо ни о чем беспокоиться, например, на пляже, где солнце греет вас своими лучами. Ни о чем не тревожьтесь, просто слушайте музыку. Выполнять данное упражнение нужно как можно чаще, но не реже чем один раз в день, по 10 минут.

- Дыхание

Считайте в уме до четырех, медленно сделайте глубокий вдох. Задержите дыхание и снова сосчитайте до четырех, медленно выдохните.

Повторите 5 раз.

- Рисуем красками под музыку

Обсуждение

5. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 13. КОММУНИКАТИВНЫЕ НАВЫКИ. РАЗВИТИЕ ЭМПАТИИ

1. Ритуал приветствия.

2. Общаясь, мы оказываем воздействие друг на друга. От того, насколько мы хорошо владеем искусством общения, во многом зависит успех в различных делах.

Искусство коммуникации предполагает умение слышать собеседника, понимать его и выстраивать свою речь и поведение в соответствии с ситуацией.

Развитие коммуникативных навыков предполагает обучение тому, как донести свою мысль до собеседника, стать понятным.

3. Упражнение. «Моя проблема в общении»

Каждый пишет на отдельных листах бумаги в краткой форме ответ на вопрос: «В чем заключается проблема в общении?» Листики не подписываются. Листики сворачивают и складывают в общую кучу. Затем каждый участник произвольно берет любой листок, читает его и пытается найти прием, с помощью которого он смог бы выйти из данной проблемы. Группа слушает его предложения и оценивает, правильно ли понятна соответствующая проблема и действительно ли предлагаемый прием способствует ее разрешению.

Обсуждение.

4. Упражнение. «Перестановка ролей»

Дети делятся по парам. Необходимо каждой паре, узнать друг друга, для этого каждый друг другу отвечает на вопросы:

- Как вас зовут?
- Каков ваш возраст?
- Какие ваши любимые книги?
- Что вы больше всего любите?
- Что вас больше всего печалит?
- Чего вы боитесь?
- На что или на кого вы чаще всего надеетесь

Затем каждый смотрит на ответы своего партнера и пытается понять его. Что он чувствует и почему? После этого важно спросить у партнера, правильны ли догадки о нем. В чем вы ошиблись? Какие чувства вы испытывали, исполняя роль другого человека?

Обсуждение.

5. Методика проведения «Рукавички», Г.А. Цукерман (Приложение 1)

Дети, перед Вами лежат две нарисованные рукавички и карандаши. Рукавички надо украсить так, чтобы получилась пара, - для этого они должны быть одинаковыми. Вы сами можете придумать узор, но сначала надо договориться между собой, какой узор рисовать, а потом приступать к рисованию.

6. Ритуал завершения занятий.

ЗАНЯТИЕ 14. САМОПРЕЗЕНТАЦИЯ

1. Ритуал приветствия

2. Самопрезентация – это умение самостоятельно строить рассказ, о себе исходя из потребностей слушателя.

3. Самопрезентация

Раздаем результаты диагностики. на основании результатов диагностики каждому нужно составить краткую презентацию о себе.

Важно выступать уверенно, речь должна быть грамотной.

Примерная структура рассказа о себе

-Свое полное имя

-Свои уникальные черты и умения

-Перечислите свои положительные качества

-Обозначьте то, в чем бы вам хотелось развиваться, какие для этого есть возможности, а какие необходимо приобрести.

Обсуждение.

4. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 15. ИСТОРИЯ ПРОФЕССИЙ. ВОСТРЕБОВАННЫЕ ПРОФЕССИИ

1. Ритуал приветствия.

2. Презентация про истории профессий. Водитель, каменщик, кассир, парикмахер, пекарь, портной, строитель

3. Самые востребованные профессии (презентация по востребованным профессиям)

-Специалист в области информационных технологий

- Инженер-проектировщик
- Педагог
- Юрист
- Полицейский
- Врач
- Логист
- Повар-кондитер
- Авиатехник
- Системные администраторы
- Автомобильные механики

Обсуждение

4. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 16. МОЯ ИДЕАЛЬНАЯ ПРОФЕССИЯ: «ХОЧУ. МОГУ. НАДО». ГДЕ МОЖНО ПОЛУЧИТЬ ПРОФЕССИЮ?

1. Ритуал приветствия.

2. Презентация на тему «Хочу. Могу. Надо»

Обсуждение

3. Презентация на тему «Куда пойти учиться?»

4. Ритуал завершения занятий

ЗАНЯТИЕ 17. ИТОГОВОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ

1. Ритуал приветствия.

2. Итоговое тестирование: (Приложение 1)

- Анкета обратной связи;
- Методика «Детский вариант шкалы явной тревожности» СМАС, адаптированный А.М. Прихожан;
- Методика на профориентацию, Е.А. Климова
- Тест "Рисунок человечка из геометрических фигур" А. В. Либин.

Обсуждение

3. Ритуал завершения занятия.

ЗАНЯТИЕ 18. КОЛЛАЖ «ПРОФЕССИЯ МОЕЙ МЕЧТЫ»

1. Ритуал приветствия.

Раздать результаты теста.

Обсуждение

2. Коллаж «Профессия моей мечты»

Ребята мы с вами познакомились с профессиями взрослых. Определили свои способности – это то, за что отвечает – «могу»; узнали потребность общества в профессиях на ближайшие 10 лет – это определяет «надо». Сейчас вы можете вновь посмотреть на свой коллаж, который рисовали на первом занятии – это ваше – «хочу». Возможно, оно изменилось. Нарисуйте или наклейте подходящие картинки на бумаге про профессию.

Обсуждение

Расскажите своими словами, что для вас было важным и интересным на наших занятиях. Вы всегда можете прийти к нам на консультацию.

3. Ритуал завершения занятий

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ 14-16 ЛЕТ

Группа детей 14-16 лет

Количество человек: 20 детей

Продолжительность занятия: 60 минут

ЗАНЯТИЕ 1

Притча о ценностях жизни.

Однажды отец богатой семьи решил взять своего маленького сына в деревню, на ферму, чтобы показать сыну насколько бедными могут быть люди.

Они провели день и ночь на ферме у очень бедной семьи. Когда они вернулись домой, отец спросил своего сына:

— Как тебе понравилось путешествие?

— Это было замечательно, папа!

— Ты увидел, насколько бедными могут быть люди? — спросил отец.

— Да.

— И чему ты научился из этого?

Сын ответил:

— Я увидел, что у нас есть собака в доме, а у них четыре пса. У нас есть бассейн посреди сада, а у них — бухта, которой не видно края.

Мы освещаем свой сад лампами, а им светят звёзды.

У нас патио на заднем дворе, а у них — целый горизонт.

Отец лишился дара речи после этого ответа сына. А сын добавил:

— Спасибо, папа, что показал мне, насколько богаты эти люди.

Не правда ли, что всё это зависит от того с какой точки зрения смотреть на мир?

Имея любовь, друзей, семью, здоровье, хорошее настроение и позитивное отношение к жизни, вы получите всё!

Но вот купить что-либо из вышеперечисленных вещей невозможно.

Можно приобрести любые воображаемые материальные блага, даже запастись ими на будущее, но, если ваша душа не наполнена, у вас нет ничего!

Тайна жизни... Она дается один раз, и прожить его нужно так, чтобы не было невыносимо больно за бесцельно прожитые годы, чтобы не жег позор, за подловатое и мелочное прошлое...

Тайна жизни волновала людей всегда с того времени, как они осознали себя живыми существами. Имеет ли жизнь какую-то цель и смысл, и в чем они? Кто руководит человеческой жизнью? Можно сделать ее лучше? Имеет ли человек право уйти из жизни или лишить ее другого человека?

Эти и много других подобных вопросов во все времена привлекали внимание не только философов, а и писателей, художников, ученых и даже обычных людей — каждого, кто хоть раз задумывался над тайной своей жизни.

Упражнение «Ценности»

Цель – осознать и понять важность самого главного в жизни, развитие умения расставлять приоритеты в жизни.

Участникам раздают по шесть листочков и предлагают на каждом из них написать то, что для них ценно в этой жизни. Затем листочки ранжируются таким образом, чтобы самое ценное оказалось на самом

последнем листочке. Ведущий предлагает представить себе, что случилось, что-то страшное и из жизни исчезла та ценность, которая написана на первой бумажке. Нужно смять и отложить бумажку и осознать, как теперь без этого живет. Затем, то же самое происходит с каждой ценностью по порядку. Каждый раз предлагается обратить внимание на внутреннее состояние после потери ценности.

Затем ведущий объявляет, что произошло чудо, и появилась возможность вернуть любую из ценностей, можно выбрать одну из смятых бумажек. И так шесть раз. Затем предлагается осознать, что произошло, можно добавить какие-то ценности и посмотреть, сохранился ли прежний порядок ранжирования.

Упражнение выполняется под медитативную музыку, большое значение имеют интонации и голос ведущего, произносимый текст должен быть простым и гладким. Упражнение провоцирует возникновение очень глубоких переживаний. Обстановка во время его проведения должна быть предельно безопасной — не должно быть лишних звуков, никто не должен входить в помещение, участники не должны мешать друг другу (их можно рассадить на комфортное расстояние друг от друга).

В конце упражнения проводится обсуждение.

ЗАНЯТИЕ 2

Игровое упражнение «Кто есть кто»

Цель игрового упражнения: дать возможность участникам соотнести свой образ с различными профессиями на основании знаний учащихся друг о друге.

Процедура игры:

1. Перед началом самой игры ведущий спрашивает у участников, какие профессии для них наиболее интересны, и выписывает эти профессии (примерно 10-15) на доске; или использует материалы анкет. Это исключит случаи, когда названная профессия будет никому не интересна, а может даже и неприятна.

2. Затем ведущий объясняет правила проведения игры: «Сейчас я буду называть профессии; каждый в течение нескольких секунд должен посмотреть на своих товарищей и определить, кому эта профессия

подойдет в наибольшей степени. Затем все по команде одновременно должны показать на выбранного человека, наиболее подходящего для данной профессии».

3. Показав на своего товарища, все участники должны замереть; ведущий подсчитывает, сколько рук показывает на каждого человека, то есть чей образ, по мнению большинства игроков, в наибольшей степени соответствует данной профессии.

Игровое упражнение «Человек - профессия»

Цель выполнения упражнения: на ассоциативном, образном уровне научить школьников соотносить человека (в том числе и себя) с профессиями и таким образом повысить их готовность различать профессиональные стереотипы.

Игра проводится в круге, рассчитана на количество игроков от 8 до 20.

Основные этапы:

1. Ведущий дает инструкцию участникам: «Сейчас мы загадаем любого из сидящих в круге, а кто-то постарается отгадать этого человека. Но отгадывать он будет с помощью одного-единственного вопроса: с какой профессией ассоциируется загаданный человек. Все участники по кругу должны будут назвать наиболее подходящую для загаданного профессию. Профессии могут повторяться. После этого у отгадывающего будет возможность подумать немного (примерно 30-40 секунд) и назвать свои варианты отгадки. Интересно, какой по счету вариант будет правильным?»

2. Затем выбирается отгадывающий (лучше, если это будет по желанию) и отправляется на некоторое время в коридор, а остальные быстро и тихо выбирают любого из присутствующих. При этом загаданным может быть и сам отгадывающий.

3. Приглашается отгадывающий, садится в круг и начинает всем по очереди задавать вопрос: «С какой профессией ассоциируется загаданный человек?». Каждый должен быстро дать ответ. Ответ должен быть правильным, но в то же время не являться подсказкой.

4. После того как все дали свои варианты ассоциаций, отгадывающий берет немного времени на раздумье и начинает называть тех, кто по его мнению, в наибольшей степени соответствует названным профессиям.

Если игроков немного (8-10 человек), то отгадывающий может обратиться к участникам с этим же вопросом повторно, пройти по второму кругу.

5. Обсуждение организуется следующим образом. Если кого-то назвали по ошибке, то можно спросить у него, так ли уж сильно ошибся отгадывающий? У того человека, которого загадали на самом деле, можно спросить, согласен ли он с названными профессиями, насколько они соответствуют его собственному представлению о себе. У отгадывающего можно поинтересоваться (когда он уже будет знать, кого на самом деле загадали), чьи ответы- профессии помогали, а чьи мешали ему отгадывать.

Игровое упражнение «Вакансии»

Цель: научиться соотносить требования профессии и качества человека. Для игры необходимы доска и заранее заготовленные инструкции.

Ход игры

1. Объявляется название игры и выбираются 2 пары основных участников.

2. Ведущий знакомит всех с общей инструкцией: две группы «великих кинорежиссеров» (две выбранные пары) снимают фильмы. Фильмы разные, но в каждом из фильмов есть сценка из жизни предприятия (школы, автохозяйства и т. д. - в зависимости от разбираемой в игре профессии). «Режиссерам» срочно понадобились артисты для этих сценок. Весь облик артистов должен соответствовать типичному образу хорошего рабочего (учителя, водителя и т. д. - в зависимости от конкретной игры). Выбирать артистов «режиссеры» будут из своего класса, но, чтобы сделать удачный выбор, надо знать главные качества хорошего рабочего, иметь критерии выбора. (Возможна такая организация игры, при которой определяются не требуемые качества, а те, которые явно противопоказаны для данной профессии).

Далее группы «режиссеров» выйдут в коридор и продумают критерии выбора. Через 5-7 минут каждая группа выберет для своего фильма по 2 «артиста», после чего назовет 5 самых главных качеств (или противопоказаний) хорошего рабочего (критерии своего выбора). После

чего мы определим, чей выбор был более удачным.

3. Перед отправкой «режиссеров» в коридор каждой группе дается вспомогательная (письменная) инструкция, с которой они знакомятся в коридоре. Инструкция включает в себя список качеств, необходимых для данной профессии, «режиссеры» в качестве критерия отбора должны выбрать 5 основных качеств или противопоказаний. Они берут с собой бумагу и ручки, чтобы не делать пометок в инструкции.

4. Пока «режиссеры» определяют критерии выбора, ведущий проделявает такую же работу с классом. Классу зачитывается такой же перечень качеств, что и в инструкции, и предлагается выбрать из них 5 наиболее важных (или крайне нежелательных) для разбираемой профессии. При этом ведущий записывает предложения учащихся на доске. Таким образом класс вырабатывает свои критерии, с тем, чтобы лучше оценить критерии «режиссерских групп». Естественно, перед приходом «режиссеров» записи с доски стираются.

5. Группы «режиссеров» по очереди входят в класс и в течение 1 минуты называют выбранных «артистов». «Артисты» при этом остаются на своих местах, а «режиссеры» сразу же называют 5 своих критериев выбора. Если окажется, что одного человека выбрали обе группы, он в выборах больше не участвует, а группы выбирают себе другого «артиста». Дважды выбранному ученику ведущий может сделать комплимент.

6. Для оценки более удачных критериев выбора все варианты критериев (двух групп «режиссеров» и класса) могут быть выписаны на доске, после чего можно устроить небольшое (5-7 минут) обсуждение. Каждая группа соглашается с тем, что другие критерии более удачны, или отстаивает свой вариант. Чтобы спор не затягивался, решающее слово может сказать ведущий.

7. При наличии достаточного количества времени можно играть не с двумя командами, а с тремя и даже четырьмя. В этом случае в игре будет участвовать большее количество школьников.

ЗАНЯТИЕ 3

Игровое упражнение «Остров»

Цель игры: знакомство с потребностями экономики в кадрах, с проблемой непрестижных профессий; игра помогает лучше осознать роль тех или иных профессий в жизни общества.

Ход игры

1. Общая инструкция: «Представьте, что мы все «чудом» попали на необитаемый остров где-то в южных широтах. Когда нас спасут - не известно. Перед нами стоят 2 задачи: первая - выжить, вторая - остаться при этом цивилизованными людьми. За 40 минут мы должны доказать самим себе, что мы сможем решить эти задачи. Мы сидим на берегу океана и обсуждаем, что нам делать дальше. Я, как старший из вас, буду руководителем, но я сразу же хочу установить в нашем обществе демократию. Итак, ваши предложения...».

2. Участники предлагают то, что необходимо для выживания (обычно это постройка жилья, организация питания и т. д.), а ведущий выписывает все предложения на доске.

3. Далее все предложения обсуждаются, в результате чего остаются наиболее важные. Все это отражается на классной доске. Желательно 2-й и 3-й этапы закончить в течение 5-10 минут.

4. Когда установлен перечень работ, необходимых для выживания, следует, исходя из общего количества играющих (в том числе и ведущего), определить, сколько человек необходимо для каждой работы. Определяется это в ходе совместного обсуждения, а ведущий выписывает против каждого вида работ названное участниками количество работников. Время на этот этап - 3-5 минут.

5. Далее ведущий предлагает поднять руки тем, кто хотел бы выполнять ту или иную работу (в соответствии со списком выделенных работ), и независимо от требуемого количества выписать число желающих на доске. Как правило, возникает некоторое несоответствие требуемого и желаемого. (Если времени на игру мало, можно остановиться на этом этапе, организовав после него дискуссию по теме «Несоответствие потребностей общества и профессиональных намерений школьников».)

6. Ведущий объявляет, что «его поразила неизвестная болезнь и через 3 минуты он умрет». За это время надо выбрать из участников Совет, который будет организовывать дальнейшее выживание. Тут же решается вопрос о количественном составе совета и о конкретных кандидатурах.

7. «Умирая», ведущий сообщает, что превращается в «злого духа», который абсолютно неуязвим, но может принести немало бед и трудностей группе. Сказав это, ведущий предлагает совету организовать дальнейшее выживание, а сам уходит на последнюю парту и некоторое время не вмешивается в игру.

8. Совет учащих пытается организовать выживание (добиться соответствия требуемого и желаемого числа работников, организовать работу в конкретных рабочих группах в виде обсуждения предстоящих дел и т. д.). В зависимости от успешности работы Совета ведущий может несколько усложнять работу в виде следующих вмешательств, например: 1) с помощью тропических болезней нейтрализовать наиболее активных школьников (вызвать необходимость медицинской помощи); 2) с помощью ветров, ливней осложнить деятельность некоторых рабочих групп; 3) пригрозив эпидемией, подсказать необходимость сооружения санитарно-гигиенических объектов (выход на непрестижные профессии) и т. д. Если Совет неплохо справляется со своими обязанностями, вмешательство ведущего может и не понадобиться.

9. Обсуждение игры начинается с вопроса «Удалось ли нам выжить?» и «Остались ли мы цивилизованными людьми?». Отвечая на вопросы, участники должны кратко обосновать свое мнение. В случае необходимости ведущий может и сам ответить на эти вопросы.

10. Типичные трудности состоят в том, что богатые возможности игры несут опасность увлечься каким-либо одним ее аспектом (обсуждение конкретных работ, увлечение географическими деталями острова, борьба с «тунеядцами» и т. д.) и потерять главную линию игры - обеспечение конкретных потребностей задач выживания.

Поскольку многие вопросы выживания решаются коллективно, ведущий должен следить за дисциплиной и ввести правила обсуждения:

- хочешь сказать - подними руку;

- один говорит - все молчат;
- время на высказывания - 15-20 секунд.

Чтобы меньше стоять спиной к классу, многочисленные записи на доске можно предложить делать одному из учащихся.

При наличии достаточного количества времени в ходе игры можно обсуждать вопросы соответствия качеств участника требуемой работе и даже организовать игровые группы подготовки кадров.

ЗАНЯТИЕ 4

Игровое упражнение «А вот и я»

Цель упражнения: смоделировать некоторые элементы собеседования при приеме на работу и при поступлении в учебное заведение и таким образом повысить уровень готовности поступающих к подобным собеседованиям. Количество участников - от 6 до 20 человек, время проведения - от 30 до 50 минут.

Ход игры

1. Каждый участник на отдельном листочке выписывает 5-7 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.

2. Ведущий предлагает двум игрокам в течение 7-10 минут разыграть сценку собеседования. Сразу же уточняется, кто будет играть претендента на вакантное место, а кто - руководителя учреждения. Желательно, чтобы вакантное место было достаточно престижным, но в то же время реальным для трудоустройства. Уточнить это должен игрок, которому досталась роль руководителя. Другой игрок - претендент на вакантное место - сразу же уточняет, какими основными качествами обладает его герой, например, указывает его возраст, пол, образование, жизненный опыт.

3. Во время разыгрывания сценки остальные участники внимательно наблюдают за действиями игроков, отмечая для себя, насколько их действия соответствуют выписанным на их листочках правилам

поведения для руководителя и претендента.

4. После разыгрывания ситуации слово дается главным игрокам. Они оценивают себя, соотнося свои действия с выписанными ранее правилами поведения. Затем могут высказаться и остальные участники. Желательно завершить первое обсуждение за 5-7 минут.

5. Перед тем, как начать общую игру, ведущий может зачитать 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 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 себе;
- говорите о том, что интересует вашего собеседника;
- внушайте вашему собеседнику сознание его значительности 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 не всегда свидетельствует об организаторских способностях;
- не переоценивать различные /дипломы «с отличием» (они вполне могут быть «купленными» или полученными без особого труда);
- при первой встрече следует поменьше говорить самому руководителю 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;
- руководитель должен хорошо сам понимать, какой же работник ему нужен (хотя бы примерно представлять, какими качествами и характеристиками он должен обладать, чтобы хорошо выполнять работу или обучаться по конкретной специальности).

6. После этого ведущий предлагает выйти следующему добровольцу на более сложную и интересную роль - претендента, беседующего с приемной комиссией.

7. Доброволец сам определяет, в какое учебное заведение и на какую специальность он собирается поступать, а также кратко называет основные характеристики своего «героя».

8. Роль членов приемной комиссии будут играть все остальные участники. При этом, для большей остроты игры, все делятся на две команды, то есть беседовать с претендентом будет не одна, а сразу две приемные комиссии на конкурсной основе. Каждая комиссия располагается за отдельным столом. 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 (комиссии) проводится небольшое обсуждение и быстро подсчитывается средний балл готовности претендента (по баллам, проставленным в листочках).

9. Наконец, проводится итоговое обсуждение. Если у приемных комиссий разные мнения, то организуется небольшая дискуссия как между командами-комиссиями, так и между отдельными игроками. Общим итогом игры могут стать совместно разработанные и уточненные правила поведения для претендента и для руководителя (члена приемной комиссии).

Возможны и другие варианты проведения данного упражнения. Например: после разыгрывания ситуации собеседования в паре всем предлагается также разделить на пары и воспроизвести эту ситуацию. В других случаях можно заранее выбрать из числа играющих специальное жюри, которое и будет проставлять основные баллы и говорить свое решающее слово. Можно также после первого проигрывания в паре всем разделить на команды, выбрать в каждой команде своего добровольца-претендента и разыграть его беседу с членами приемных комиссий.

Главное для упражнений такого типа - постараться меньше

фантазировать и быть ближе к реальности.

ЗАНЯТИЕ 5

Проориентационная игра "Забавные профессии"

Предназначение.

Процедура группового психологического тренинга. Участники придумывают новые, забавные профессии.

Эта игра направлена на то, чтобы приучить школьников анализировать профессии, вдумываться в характер профессиональной деятельности, а не судить о профессии лишь поверхностно.

Игра ориентирована на учащихся средних классов.

Сам ведущий должен более-менее хорошо разбираться в мире профессий – чтобы в нужном месте проконсультировать участников о характере деятельности тех или иных профессионалов. Желательно, чтобы ведущий был специалистом в области проориентации.

Качества. Профессиональное самоопределение

Содержание

Каждый участник самостоятельно придумывает какую-то новую профессию. Для этого он берет две уже существующие профессии (например, "врач" и "водитель") и объединяет их в одну новую (например, "врач-водитель" или "водитель-врач").

Автор идеи представляет выдуманную профессию другим участникам, вкратце описывает характер работы "новых специалистов". Например, "врач-водитель" это может быть что-то вроде таксиста, который параллельно оказывает медицинскую помощь. Или "фотограф-строитель": он строит дома по фотографиям или строит и одновременно фотографирует.

Каждую такую вымышленную забавную профессию следует довольно хорошо проанализировать, делая упор на то, какие именно операции будет совершать "новый профессионал".

В конце проводится обсуждение:

- чья профессия вам показалась наиболее забавной?
- какая профессия может быть наиболее востребованной? наименее?

- почему таких профессий до сих пор нет?
- вы бы сами какую профессию выбрали из тех, что мы сегодня придумали?

ЗАНЯТИЕ 6

Проориентационная игра "Один день из жизни"

(Данное упражнение является модификацией известной игры "Рассказ из существительных", которая была адаптирована нами к проблематике профессионального самоопределения.)

Смысл игрового упражнения — повысить уровень осознания участниками типического и специфического в профессиональной деятельности того или иного специалиста.

Упражнение проводится в кругу. Количество играющих — от 6—8 до 15—20. Время — от 15 до 25. минут.

Основные этапы:

1. Ведущий определяет вместе с остальными игроками, какую профессию интересно было бы рассмотреть. Например, группа захотела рассмотреть профессию "фотомодель".

2. Общая инструкция: "Сейчас мы совместными усилиями постараемся составить рассказ о типичном трудовом дне наш его работника — фотомодели. Это будет 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. В этой игре мы посмотрим, насколько хорошо мы представляем себе работу фотомодели, а также выясним, способны ли мы к коллективному творчеству, ведь в игре существует серьезная опасность каким-то неудачным штришком (неуместно названным "ради хохмы", дурацким 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, советуем

внимательно смотреть на всех говорящих, как бы связывая слово с конкретным человеком”.

3. Ведущий может назвать первое слово, а остальные игроки по очереди называют свои существительные, обязательно повторяя все, что называлось до них. Если игроков не мало (6—8 человек), то можно пройти два круга, когда каждому придется называть по два существительных.

4. При подведении итогов игры можно спросить у участников, получился целостный рассказ или нет? не испортил ли кто-то общий рассказ своим неудачным существительным? Если рассказ получился путаным 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.

Опыт показывает, что игра обычно проходит достаточно интересно. Участники нередко находятся в творческом напряжении и могут даже немного уставать, поэтому больше двух раз проводить данное игровое упражнение не следует.

Не менее интересно может быть проведено аналогичное упражнение, но уже на тему “СОН ИЗ ЖИЗНИ...” такого-то специалиста. В этом случае возможно более творческое и бурное фантазирование участников, поскольку речь идет о необычной, почти, “мистической” ситуации, связанной с загадочным миром снов...

ЗАНЯТИЕ 7

Профориентационная игра "Профессия - специальность"

Данная игровая методика направлена на повышение у участников уровня осознания таких их понятий как специализация в рамках той или иной профессии и на расширение информированности о многообразии профессионального труда.

Игровое упражнение может проводиться как в круге (от 6—8 до 15—20 участников), так и в работе с целым классом. По времени оно занимает

от 10 до 15—20 минут.

Общая процедура:

1. Участникам объясняется, как соотносятся понятия профессия и специальность: профессия — группа родственных специальностей (например, профессия—учитель, специальность — учитель физкультуры и т.п.).

2. Инструкция: “Сейчас будут называться профессии, а вам нужно будет по очереди называть соответствующие специальности”. Если кто-то из игроков называет сомнительные специальности или откровенно ошибается, ему можно задавать уточняющие вопросы. Допускаются небольшие обсуждения и дискуссии. Желательно, чтобы ведущий сам ориентировался в обсуждаемых профессиях, т. е. еще перед игрой сам попытался бы назвать соответствующие специальности.

Можно несколько усложнить игровую процедуру, предложив участникам называть специальности не по очереди, а по принципу “пинг-понга” (только что назвавший специальность игрок сам определяет, кто должен назвать следующую специальность, и т.д.). Такое усложнение хотя и вносит в игру некоторый сумбур, но заставляет многих находиться в творческом напряжении.

Профориентационная игра "Связанные профессии"

Название. Профориентационная игра "Связанные профессии"

Предназначение.

Процедура программы профориентационного тренинга. Участники выбирают себе профессию, потом выбирают родственную профессию, от которой будет зависеть их собственный труд.

Качества. Профессиональное самоопределение

Содержание

Перед занятием ведущий готовит плакат (подойдет лист ватмана) с перечисленными в алфавитном порядке профессиями:

Автомеханик

Программист

Артист

Продавец

Бухгалтер	Работник банка
Ветеринар	Режиссер
Водитель	Сварщик
Военный	Сельхозработчий
Врач	Строитель
Дворник	Ученый
Инженер	Учитель
Кадровик	Фотограф
Монтажник	Фотомодель
Официант	Художник
Парикмахер	Чиновник
Повар	Экономист
Пожарный	Электрик
Полицейский	Юрист

На свое усмотрение ведущий может сократить или расширить данный список профессий.

Также следует запастись блоком бумажек для записей и картонными карточками (формата А5 или А6).

План игры от участников держится сначала в секрете.

Сначала каждый участник должен на своей карточке втайне от всех написать одну профессию, которую он выбирает (ближе всего). Можно указывать профессию только из перечисленных на плакате.

Далее на этой же карточке каждый участник – тоже пока еще втайне от других – пишет еще две профессии из этого же списка, от которых, на его взгляд, будет зависеть его собственная работа по выбранной профессии. Можно привести пример или примеры:

– Например, кто-то выбрал профессию официанта. От каких двух других профессий эта профессия зависит больше всего. Допустим, от повара и сельхозработного, который выращивает качественные продукты. Эти две профессии и дописываем в свою карточку.

После того, как все участники выбрали свою профессию и связанные с ней, ведущий объявляет:

– Теперь представим следующую ситуацию. Каждый из вас заработал некоторую сумму денег. Что-то вы потратили, но у вас осталось по 2000 рублей, которые вы не знаете куда деть. Вы решили отдать по 1000 рублей тем профессиям, от которых вы зависите.

Далее ведущий вместе с другими участниками по очереди изучает карточки:

– Итак, Женя у нас выбирает профессию программиста. Он считает, что его работа будет зависеть от инженера и юриста. Значит, профессия "инженер" получает тысячу рублей, и профессия "юрист" получает тысячу рублей. Кто у нас себе выбрал профессию "инженер", покажите карточки. Один человек, Лена. Значит Лена получает 1000 рублей (ведущий выписывает ей чек "1000 руб." на листочке и вручает). Кто у нас выбрал профессию "юрист"? Трое человек, значит каждый получает по 333 рубля (выписывает соответствующий чек).

Если не оказалось человека с нужной профессией, эта тысяча рублей пропадает.

В конце производится подсчет заработанных денег. Кто больше всех заработал, тот и объявляется победителем.

Проводится небольшое обсуждение:

– Это, конечно, игра, в реальной жизни все сложнее, но все-таки какие мы можем сделать выводы? Почему победил именно ... ?

ЗАНЯТИЕ 8

Профориентационная игра "Страна профессий"

Содержание

Для игры понадобится большая магнитно-маркерная доска, набор маркеров для доски (стираемых). Понадобятся магнитики: для украшения, дополнительной иллюстрации, голосования.

Ведущий объявляет участникам, что все пространство доски – это одна такая большая "страна профессий". В этой стране есть области. В каждой области сосредоточены родственные друг другу профессии.

– Сейчас эту карту застилает туман. Наша с вами задача – рассеять этот туман. Выяснить, какие же области есть в этой стране профессий, какие города-профессии в этих областях.

Далее ведущий действует по ситуации: он может сам наносить области и города на эту карту, может позволить сделать это кому-то из участников. Если места для новых областей не хватает, можно немного ужать какие-то области с помощью губки.

Основная задача ведущего состоит в том, чтобы было названо как можно больше разных профессий. В этом и состоит смысл игры – расширить представление школьников о мире профессий. Поэтому следует писать названия профессий и областей довольно убористо. Количество областей может быть разным, но желательно стремиться к их количеству в 7-10 единиц.

По ходу упражнения допускаются объединения и разъединение областей. Например, были области "Правоохранительная деятельность" и "Военная служба", их можно объединить в "Силовики".

Чем старше ребята, тем больше они будут называть профессий. Может случиться и так, что места для названия профессий будет не хватать. Тогда ведущий договаривается с участниками, что в той или иной области все названия профессий стираются, остается только одна – самая характерная. Это будет как бы профессия-столица.

В конце каждому участнику выдается магнитик. Он его может поставить в ту область, к которой тяготеет больше всего. Если кто-то

затрудняется, свой магнитик он может поставить на границе двух или даже трех областей.

Профориентационное упражнение «Работа или деятельность»

Содержание

Ведущий задает участникам провокационный вопрос: «Скажите, что лучше, работа или деятельность?».

Довольно скоро участники придут к мысли, что на этот вопрос невозможно ответить без точного определения этих двух понятий.

Ведущий тогда предлагает следующий вопрос: «Вот представим человека, который трудится в поте лица, очень сильно устает. Про него можно сказать, что он упорно работает. А еще можно сказать, что он занят активной деятельностью. Можно сказать, что у него бурная или кипучая работа. Можно сказать, что у него бурная или кипучая деятельность. Что лучше, когда про вас говорят, что у вас бурная работа? или что у вас бурная деятельность?»

Скорее всего, участники в ходе обсуждения согласятся, что слово «работа» приятнее для уха, чем «деятельность», потому что под деятельностью часто понимается изображение активности, бесцельное делание чего-то. Ведущий предлагает на время упражнения считать слово «деятельность» ругательным.

Далее участникам предлагается вспомнить из жизни примеры работы и примеры деятельности. Есть ли профессии, в которых работы почти нет, а есть одна деятельность? А есть ли наоборот?

Далее проводится конкурс рисунков на тему «Работа и деятельность». В рисунках участники должны показать свое отношение к этим понятиям. Вместо конкурса рисунков можно провести конкурс сценок. Участники разбиваются на микрогруппы, в которых сначала продумывают сценку, в которой одни работают, а другие занимаются деятельностью.

В конце проводится обсуждение:

- Чем приятна работа?
- Чем приятна деятельность?

ЗАНЯТИЕ 9

Ролевая игра «Собеседование с работодателем»

Цель упражнения: выработка навыков эффективной самопрезентации. Каждый участник пробует себя в роли соискателя. Также все участники (или некоторые из них) пробуют себя в роли работодателя.

Вызываются два добровольца: «соискатель» и «работодатель». С помощью ведущего задается фабула ролевой игры: что за организация, какая должность у «работодателя», о какой вакансии идет речь, какие личностные особенности у «соискателя». Последнее необязательно – пусть участник играет сам себя.

"Работодателю" можно дать инструкцию, что он сам должен решать в конце, принят человек или нет. Для разнообразия можно сделать и так, что а) решения принимает ведущий, б) решения принимает группа через обсуждение и голосование.

«Работодателю» можно дать секретную инструкцию, в которой, например, дать установку на то, чтобы «валить» «соискателя», или вести себя как-то по-особенному.

Игра пройдет живее, если с каждой новой сценкой вводить новые элементы. Можно, например, ввести собеседование сразу с двумя «соискателями». Или даже наоборот: один «соискатель» против двух «работодателей» (они могут быть из одной фирмы или из двух разных). Другие участники тренинга являются активными наблюдателями. Они должны анализировать и оценивать действия игроков, давать обратную связь «соискателю» относительно эффективности его самопрезентации и поведения на собеседовании.

Обсуждение является важной частью этой процедуры. В нем участники ролевой игры получают развернутую связь, смотрят на себя глазами других участников. Поэтому обсуждение лучше проводить после каждой ролевой игры.

ЗАНЯТИЕ 10

Упражнение «5 шагов»

Смысл упражнения — повысить готовность участников выделять

приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также готовность соотносить свои профессиональные цели и возможности.

Игра может проводиться как в круге (для 6—12 участников), так и при работе с классом. Среднее время на игру — 30—40 минут. Процедура включает следующие этапы:

1. Ведущий предлагает группе 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, так как ее сформулировала группа, выписывается на доске (или на листочке).

2. Ведущий предлагает группе определить, что за воображаемый человек должен достичь эту цель. Участники должны назвать его основные (воображаемые) характеристики последующим позициям: пол, возраст (желательно, чтобы этот человек был сверстником играющих), успеваемость в школе, материальное положение и социальный статус родителей и близких людей. Это все также кратко выписывается на доске.

3. Каждый участник на отдельном листочке должен выделить основные пять этапов (пять шагов), которые обеспечили бы достижение намеченной цели. На это отводится примерно 5 минут.

4. Далее все делятся на микрогруппы по 3—4 человека.

5. 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 группа на новом листочке должна выписать самые оптимальные пять этапов. На все это отводится 5—7 минут.

6. Представитель от каждой группы кратко сообщает о наиболее важных пяти этапах, которые выделены в групповом обсуждении. Остальные участники могут задавать уточняющие вопросы. Возможна небольшая дискуссия (при наличии времени).

7. При общем подведении итогов игры можно посмотреть, насколько совпадают варианты, предложенные разными микрогруппами (нередко

совпадение оказывается значительным). 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 игрового упражнения и по другим процедурным схемам. К примеру, сначала каждый выделяет пять этапов на своих листочках, затем 2—3 желающих (добровольца) выходят к доске и выписывают свои предложения, после чего в общем, обсуждении рассматриваются по порядку этапы, выписанные этими участниками и выделяется наиболее оптимальный вариант.

В другом случае, можно сразу разбить учащихся на группы и предложить им (без индивидуальной предварительной работы) составить общий вариант программы достижения намеченной цели (выписать пять шагов-этапов) для данного человека.

ЗАНЯТИЕ 11

Упражнение «Нужные мне люди»

Материалы: Рабочий листок «Нужные мне люди».

Инструкция: Я хотел бы с помощью этого упражнения дать вам возможность осознать, в каких людях вы действительно нуждаетесь. Каждый из нас имеет дело со многими людьми, которые в разной степени важны для него. В каких-то людях я нуждаюсь редко, в каких-то — часто, и лишь один человек мне нужен постоянно: я сам. Я подготовил для вас Рабочий листок, который вы должны заполнить. У вас есть на это 30 минут. Теперь остановитесь и вернитесь в большой круг. К чему вы пришли?

Подведение итогов:

- Легко ли мне было выделить шесть основных групп?
- Получаю ли я от людей, относящихся к важным для меня категориям,

то, что мне хочется от них получить?

- Каким ценностям соответствует каждая из шести выбранных мной категорий?
- Как я справляюсь с ситуациями, когда рядом нет значимых для меня людей или категорий людей?
- Могу ли я иногда быть один?
- Что является самым важным из того, что мне нужно в жизни?

Рабочий листок:

«Нужные мне люди»

Ниже ты найдешь перечень различных категорий людей, достаточно значимых для мира, в котором мы живем. Прочитай этот список и подчеркни, пожалуйста, те, которые важны для тебя. Когда ты это сделаешь, составь из выбранных тобой категорий последовательность, нумеруя их по убывающей важности и занося соответствующее число в скобки.

(...) Деятели искусства

(...) Родители

(...) Пилоты

(...) Автомеханики

(...) Пекари

(...) Уборщицы

(...) Врачи

(...) Аптекари и фармацевты

(...) Нефтяники

(...) Сапожники

(...) Продавцы

(...) Футболисты

(...) Адвокаты

(...) Актеры

(...) Музыканты

(...) Судьи

(...) Политики

(...) Священники

(...) Бабушки и дедушки

- (...) Шахтеры
- (...) Работники милиции
- (...) Двоюродные братья и сестры
- (...) Психологи
- (...) Учителя
- (...) Крестьяне
- (...) Инженеры
- (...) Опекуну
- (...) Забойщики скота
- (...) Медсестры
- (...) Водители автотранспорта
- (...) Сотрудники уголовного розыска
- (...) Обслуживающий персонал в гостиницах
- (...) Ученые
- (...) Бездомные
- (...) Социальные работники
- (...) Тюремные служащие
- (...) Воспитатели в детских садах
- (...) Владельцы ресторанов
- (...) Братья и сестры
- (...) Прочие родственники
- (...) Правительственные чиновники

Из составленной последовательности выбери шесть наиважнейших категорий, запиши их здесь еще раз и укажи, какими благами тебя обеспечивают представители данных групп. Опиши, с какими последствиями тебе придется столкнуться, если не будут удовлетворены эти твои потребности.

1.
2.
3.
4.
5.
6.

Упражнение «Нужные мне вещи»

Материалы: Рабочий листок «Нужные мне вещи».

Инструкция: В жизни нам необходимы отношения с другими людьми и в каком-то смысле — с имуществом. В этом упражнении я хотел бы предложить вам обратить внимание на то, какие вещи вы считаете важными и что они для вас значат. Я подготовил Рабочий листок, который вам надо заполнить. На это у вас есть 30 минут. Теперь остановитесь и вернитесь в большой круг. К чему вы пришли?

Подведение итогов:

- Насколько мне понравилось это упражнение?
- С кем я разговариваю на тему имущества?
- Какое имущество является самым важным для моего отца?
- Какое — для моей матери?
- Достаточно ли у меня имущества для удовлетворения моих потребностей? Или его у меня слишком много? Или слишком мало?
- Как бы выглядела жизнь, если бы каждый человек владел только тремя самыми важными для него вещами?
- У кого из моих знакомых, по моему мнению, образцовое отношение к имуществу?
- Кто в группе обладает потребностями, схожими с моими?
- Что бы я еще хотел сказать?

Комментарий: Вы можете разнообразить упражнение: можно предложить нескольким добровольцам идентифицировать себя с какими-нибудь предметами и выступить перед группой от имени той или иной вещи. Например, участник может сказать: «Я пылесос. Я заглываю крошки и грязь, забочусь о том, чтобы пол в твоей комнате был все время чистым. Тебе не нужно подметать. Нажми на кнопку — и я буду готов взять эту работу на себя».

Рабочий листок:

«Нужные мне вещи»

Ниже ты найдешь список вещей, которые многие люди считают важными, чтобы жить, быть успешными, счастливыми и хорошо себя чувствовать. Подчеркни те вещи, которые ты сам считаешь важными, и

составь из них последовательность, нумеруя вещи по убывающей важности и занося соответствующее число в скобки:

- (...) Самолет
- (...) Топор
- (...) Футбольный мяч
- (...) Кровать
- (...) Мотоцикл
- (...) Теннисная ракетка
- (...) Обувь
- (...) Веник
- (...) Календарь
- (...) Мобильный телефон
- (...) Стиральная машина
- (...) Часы
- (...) Пылесос
- (...) Картины
- (...) Музыкальный инструмент
- (...) Удочка
- (...) Книги
- (...) Телевизор
- (...) Собственный дом
- (...) Тонومتر
- (...) Радиоприемник
- (...) Своя комната
- (...) Телефон
- (...) Ручка
- (...) Велосипед
- (...) Библия
- (...) Лопата
- (...) Яхта
- (...) CD/MP3-плеер
- (...) Зубная щетка
- (...) Компьютер
- (...) Одежда

- (...) Украшения
- (...) Фотографии
- (...) Нож
- (...) Автомобиль
- (...) Письменный стол

Теперь сосредоточься на трех самых важных вещах и попробуй вкратце описать, что они для тебя значат. При этом учитывай следующие вопросы:

- Какую потребность удовлетворяет эта вещь?
- Какие чувства она в тебе вызывает?
- Откуда эта вещь взялась?
- Что тебе надо сделать, чтобы ее заполучить?
- Какую цену тебе надо заплатить, чтобы получить ее в безраздельное пользование?
- Как бы ты отреагировал на ее потерю?
- Что бы смогло ее заменить?

Запиши сюда названия трех самых важных вещей:

1.
2.
3.

ЗАНЯТИЕ 12

Упражнение «Знаешь ли ты свою будущую профессию?»

Цель упражнения: проверка сформированности личного профессионального плана

Участникам раздаются листки бумаги и карандаши. Участники должны наверху листка написать профессию, которую они для себя выбрали, если выбрали. Если не выбрали - наиболее нравящуюся профессию. После этого участников просят ответить на вопросы анкеты («да» или «нет»):

1. Знаешь ли ты основное содержание профессии?
2. Знаешь ли ты условия труда и оплаты, возможности повышения

квалификации?

3. Знаешь ли ты какие учебные заведения готовят специалистов данной профессии?

4. Есть ли у тебя качества, необходимые для овладения профессией?

5. Считаешь ли ты уровень своих знаний достаточным для овладения избранной профессией?

6. Знаешь ли ты, какие школьные предметы необходимы тебе в большей мере для овладения профессией?

ЗАНЯТИЕ 13

Упражнение «**Распределение времени**»

Материалы: Рабочий листок «Распределение времени».

Инструкция: Сегодня вам предстоит проверить, как вы распределяете ваше время. Для этого я подготовил Рабочий листок. На его заполнение вам отводится 20 минут. Разбейтесь на группы по четыре человека и обменяйтесь мнениями. На это у вас есть 30 минут. Теперь вернитесь в общий круг, чтобы мы могли подвести заключительный итог.

Подведение итогов:

- Понравилось ли мне это упражнение?
- На что мне хотелось бы отводить больше времени? Как я могу этого достичь?
- На что я хотел бы тратить меньше времени? Как я могу этого достичь?
- Какие трудности мне необходимо преодолеть, чтобы распределить свое время в соответствии с моим развитием и желаниями?
- Сколько времени я трачу попусту?
- Позволяю ли я себе в свободное время предаваться досугу, или я считаю, что нужно быть постоянно активным?
- Что еще я хотел бы сказать?

Рабочий листок:

Распределение времени

Следующая диаграмма представляет собой отрезок времени, равный одной неделе. Если бы ты поделил это время равномерно на учебу, работу, досуг, любовь и дружбу, а также на жизненно необходимые действия (еда, питье, сон и т.д.), распределение времени на диаграмме выглядело бы следующим образом:



Сначала опиши в нескольких словах, что ты делаешь в каждой отдельной области:

Учеба

Работа

Любовь и дружба

Досуг

Жизненно необходимые действия

Сколько часов недели, состоящей из 168 часов, ты обычно посвящаешь каждой из областей деятельности? В каждом случае проставь в конце примерное количество часов:

Учеба = ___ часов

Работа = ___ часов

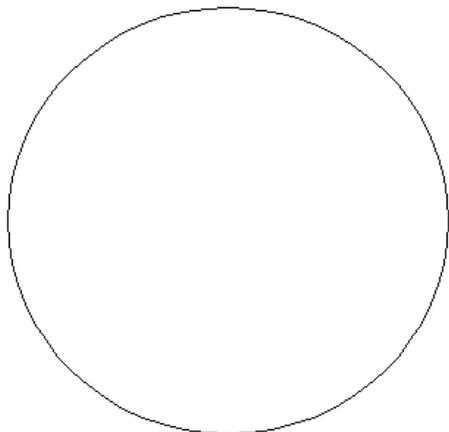
Любовь и дружба = ___ часов

Досуг = ___ часов

Жизненно необходимые действия = ____ часов

Итого = 168 часов

Внеси в пустой круг свое недельное распределение времени.



Теперь спокойно посмотри на получившуюся диаграмму.

- Доволен ли ты тем, как ты распределяешь собственное время?
- Для чего бы ты хотел иметь больше времени?
- На что ты хотел бы тратить меньше времени?
- Что ты можешь реально предпринять, чтобы достичь соответствующих перемен?

ТРЕНИНГИ С ДЕТЬМИ 14-16 ЛЕТ

ТРЕНИНГ 1. НА ПОРОГЕ ВЗРОСЛОЙ ЖИЗНИ

1. Ритуал приветствия

2. Знакомство

Здравствуйте, ребята! Мы рады вас всех видеть на нашем тренинге!
Занятия будем вести мы: Марина Павловна и Юлия Александровна.

Давайте познакомимся друг с другом. По кругу каждый назовет свое имя и предыдущее имя соседа, чтобы каждый смог друг друга запомнить. Если кто-то забудет чье-то имя, то будем помогать все вместе.

Все познакомились! Если кто-то забудет, кого, как зовут, то не стесняйтесь спрашивать и уточнять. С первого раза запомнить всех не всегда получается.

А теперь давайте сыграем в еще одну игру, которая называется «Встаньте те, кто» я буду называть признак, и если у вас это есть, то вы встаете рядом со своим местом.

- У кого имя начинается на букву «А»
- Кто сегодня в джинсах
- объединитесь в группы по знаку зодиаку
- по размеру обуви
- по цвету глаз
- по сезону рождения
- те, кто любит радоваться и отдыхать

А теперь давайте сделаем приветствие, которое будем всегда использовать на каждом занятии. Все согнули руки в локтях, повернули ладошками вверх и развернули руки по бокам. А теперь каждый кладет свою правую ладонь на левую ладонь соседа справа, а на вашей левой ладони сверху лежит рука соседа слева. Теперь каждый по кругу, против часовой стрелки, по очереди правой рукой хлопает ладонью ладошку соседа слева со словами «Привет!».

Ну, вот мы и поздоровались.

На наших занятиях я хочу рассказать Вам о том, какие у нас есть правила:

- **Не перебивать друг друга**
- **Спрашивать и уточнять, если что-то будет непонятно**
- **Не пользоваться мобильными телефонами во время занятий**
- **Если нужно выйти, то сказать об этом**
- **Уважать друг друга и его точку зрения**

- Соблюдать конфиденциальность, т.е, то, что будут рассказывать ребята из вашей группы – вы не рассказываете другим и друг другу. Можете рассказывать только про себя.

Теперь расскажу, что будет на наших тренингах. Для чего они вам нужны и как они связаны с вашей профориентацией.

Тренинг в основном направлен на то, чтобы у вас была возможность лучше себя узнать: свои способности, склонности к той или иной деятельности и узнать о разных профессиях и то, что нужно знать для того, чтобы ее выбрать.

3. Диагностика

- Тест школьной тревожности Филипса;
- Тест "Рисунок человечка из геометрических фигур" А. В. Либин;
- Методика на профориентацию, Е.А. Климова.

Каждый из вас может записаться сегодня в конце занятия на индивидуальные консультации, на которых вы сможете узнать подробнее о результатах вашего тестирования, поможем вам чуть лучше узнать себя и ответить на интересующие вас вопросы. Все что вы нам расскажете, останется между нами.

4. Ритуал завершения занятия. А теперь давайте сделаем завершение занятия, которое будем всегда. Руки согнуты в локтях и развернуты в стороны, ладонями вверх. Каждый кладет свою правую ладонь на левую ладонь соседа справа. Теперь каждый по кругу правой рукой хлопает своей ладонью ладошку соседа слева со словами «Спасибо тебе за занятие!».

ТРЕНИНГ 2. ФОРМУЛА САМООЦЕНКИ.

«ХОЧУ», «МОГУ», «НАДО»

1. Ритуал приветствия.

2. Люди выбирают работу по разным причинам и целям. Я вам расскажу небольшую притчу.

Притча.

У людей, занятых одним делом, спрашивают, что они делают. А отвечают все по-разному. Один говорит: «Я таскаю камни».

Другой: «Зарабатываю на пропитание».

Третий: «Строю храм».

Чем станет работа для вас?

Выбор профессии и места учебы или работы тянет за собой целую цепочку других выборов: интересная работа – низкая зарплата, хороший коллектив – далеко добираться, не ценит начальство – зато есть перспектива карьерного роста и т.д. Какую цену ты готов заплатить за свой выбор? Чем ты будешь расплачиваться за свой выбор? Будущая балерина должна быть готова к ежедневным изнурительным тренировкам и диетам, возможным травмам и стрессам. Летчик – испытатель за возможность заниматься своим любимым делом постоянно рискует своей жизнью.

3. Формула самооценки

Неудачник – это не тот, у кого чего-то мало, а тот, кто страдает, потому что ему надо больше. Уровень претензий должен соответствовать уровню возможностей.

Американский психолог У.Джеймс вывел формулу успеха:

$$\text{Самооценка} = \frac{\text{Успех}}{\text{Уровень притязаний}}$$

Главное в этой формуле – самооценка. От нее зависит очень многое. Самооценка высокая – человеку живется легко и спокойно, он уважает себя и других, открыт и доброжелателен, никого не трогает и ничего не боится. Его достижения превосходят его запросы, он знает себе цену и никому не завидует.

Если достижения скромные, а запросы – непомерные (могу купить только самокат, а хочу джип), человек начинает страдать от того, что не удастся достичь невозможного, завидовать другим, злиться на весь мир. Ему начинает казаться, что ему все должны. Человек с заниженной

самооценкой отравляет жизнь себе и близким. Выхода два – умерить желания или увеличить достижения. Неизвестно, что сложнее.

«Приравняй свои притязания к нулю – и целый мир будет у ног твоих»,
- сказал Т. Карлейль, философ и поэт.

«Делай что должен, и будь что будет». Французская пословица

Правильный выбор профессии позволит тебе полностью реализовать свой потенциал, избежать разочарования. Какой выбор можно считать правильным?

4. Презентация «Хочу. Могу. Надо»

Профессиональная деятельность человека занимает примерно третью часть жизни каждого человека. Это немало. Особенно если учесть, что еще одну треть своей жизни мы проводим во сне. Заниматься столько времени любимым и интересным делом – счастье, которое вполне достижимо. Чтобы правильно выбрать профессию, необходимо знать свои возможности, профессиональные интересы и склонности, а также учитывать требования профессии и ситуацию на рынке труда

5. Упражнение. «Выбор профессии»

Если твоя цель – выбор профессии в соответствии с твоими возможностями и потребностями, задай себе следующие вопросы:

- на какой уровень образования я могу рассчитывать (высшее, среднее, специально, курсы или что-то еще), учитывая свою школьную успеваемость и интеллектуальные возможности;

- 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;

- я хочу работать рядом с домом, или мне это безразлично.

Обсуждение

6. Коллаж «Моя жизнь через 5 лет»

Как ни парадоксально, именно с «хочу» все и начинается, и выбор профессии в том числе. Желание рождает мечту. Бетховен был глухим, Мильтон слепым, но они бессмертны, потому что они умели не только мечтать, но претворять свои мечты в жизнь.

7. Ритуал завершения занятия.

ТРЕНИНГ 3. "ФОРМУЛА ПРОФЕССИИ"

1. Ритуал приветствия.

2. Модификация методики Н.С. Пряжникова. (Приложение 1)

3. «Профессия, специальность, должность» (Презентация)

4. Упражнение «Ассоциации»

Попрошу одного из вас назвать любую профессию. Кто сидит слева от него пусть назовет ассоциацию к данной профессии и свой вариант профессии. Следующий участник продолжит упражнение и озвучит возникшую у него ассоциацию и новую профессию и т.д.

5. Упражнение «Менялки».

В мире насчитывается огромное количество профессий, одни возникают, другие устаревают. Выделяются 5 типов профессий: человек-природа, человек-техника, человек-человек, человек-знаковая система, человек – художественный образ (участники занятия получают таблички с одним из перечисленных типов профессий). Я называю профессию, а вы пересаживаетесь (меняетесь местами): те, кто считает, что данная профессия относится к типу профессий, лист с названием которой вы держите в руках.

6. Ритуал прощания

ТРЕНИНГ 4. МОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ.

1. Ритуал приветствия.

2. 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, внимание, развитое мышление одним даны от природы, другие развивают их специальными упражнениями. Задатки — это наши возможности, которые в благоприятных условиях могут вырасти в способности, а могут погибнуть, как семена, упавшие на каменистую почву.

Способности развиваются, но для их развития нужно время и терпение. На прошлом тренинге мы познакомились с тем, что такое самооценка, и определили ее. Сегодня проведем тестирование на определение вашего темперамента, типа мышления.

3. Диагностика: (Приложение 1)

- Личностный опросник Г. Айзенка на определение типа темперамента (для подростков)

- Тест: "Экспресс-анализ по биологическим признакам"

- Методика «Тип мышления» (методика в модификации Г. Резапкиной)

4. Упражнение «Кто я?» «Какой я?»

Кто я?

В течение пяти 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.

Какой Я?

Оцените свои качества по десятибалльной шкале: Каждый учащийся получает листок, на котором должен написать имена тех девушек и юношей из класса, кого он считает первыми в номинациях «Самый умный», «Самый добрый» и «Самый красивый». Учитель собирает листочки и зачитывает имена. Три-четыре фамилии, которые встречаются чаще всего, записываются на доске. Победителям можно вручить символические призы, грамоты, знаки отличия. Это упражнение заставляет задуматься, насколько собственная оценка совпадает с оценкой других людей.

Обсуждение

5. Ритуал завершения занятия

ТРЕНИНГ 5. РАЗВИТИЕ СПОСОБНОСТЕЙ

1. Ритуал приветствия

Раздаем результаты диагностики.

2. Упражнение «Биография знаменитостей»

Две команды. Каждой команде дают листок с написанной биографией известного человека. Задача каждой команды состоит в том, чтобы прочитать биографию и обсудить, что помогло достичь успеха? Какими качествами этот человек обладает?

Обсуждение. 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. 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.

3. Упражнение подготовка к Самопрезентации.

Самопрезентация – это умение самостоятельно строить рассказ, о себе исходя из потребностей слушателя.

Раздаем результаты диагностики. на основании результатов диагностики каждому нужно составить краткую презентацию о себе.

Важно выступать уверенно, речь должна быть грамотной.

Примерная структура рассказа о себе

- Свое полное имя
 - Свои уникальные черты и умения
 - Перечислите свои положительные качества
 - Обозначьте то, в чем бы вам хотелось развиваться, какие для этого есть возможности, а какие необходимо приобрести.
- 4. Домашнее задание.** написать сочинение-размышление на основании личностных методик.
- 5. Ритуал завершения занятия.**

ТРЕНИНГ 6. ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫЕ КАЧЕСТВА.

1. Ритуал приветствия

2. Самопрезентация

Каждый презентует свое сочинение, которое отвечает на следующие вопросы: «Мое желание. Мои сильные и слабые стороны. Склонности, способности, предпочтения в профессии. Какими навыками я хочу овладеть в дальнейшем?»

3. Упражнение «Мышеловки»

Группа делится на две команды, каждой команде дают по 2 объявления. Прочитайте объявления–мышеловки и определите, что ждет человека, решившего попытаться счастья. (Приложение 7)

Обсуждение

4. Ритуал прощания.

ТРЕНИНГ 7. ИТОГОВАЯ ДИАГНОСТИКА

1. Ритуал приветствия

2. Итоговое тестирование: (Приложение 1)

- Анкета обратной связи;
- Тест школьной тревожности Филипса;
- Методика Дж. Голланда
- Матрица профессий Г.В. Резапкина

Обсуждение

3. Ритуал завершения занятий

ТРЕНИНГ 8. «У МЕНЯ ВСЕ ПОЛУЧИТСЯ».

1. Ритуал приветствия

2. **Выдаем результаты тестирования** и кратко обсуждаем их. Подробно можно обсудить на индивидуальной консультации.

3. Упражнение. Машина времени

- 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 ответить на эти вопросы, подумайте:

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

Запишите, каким вы хотите видеть ваше профессиональное будущее - конкретно, реалистично, позитивно и к определенному сроку (пять лет).

Исходя из результатов, выполненного упражнения сформулируйте профессиональную цель. Определите задачи и необходимые ресурсы для ее достижения.

4. Коллаж «Профессия моей мечты»

Нарисуйте или наклейте подходящие картинки на бумаге про профессию.

5. Ритуал завершения занятий

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эффективность процесса допрофессиональной подготовки воспитанников учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, находится в прямой зависимости от умения работающих в них специалистов определять актуальные для конкретного учреждения, детских групп и определенного временного отрезка задачи, прогнозировать результаты развития личности, проектировать воспитательные ситуации и выстраивать их в той последовательности, которая приведет к запланированным результатам, отбирать педагогические технологии в соответствии с поставленными целями и задачами, создавать необходимые условия для реализации программы.

Программа профессиональной ориентации «Трудовое воспитание», представленная в пособии, апробирована в практике работы с воспитанниками, находящимися в учреждении для детей, оставшихся без попечения родителей, и с детьми из замещающих семей, находящимися на сопровождении в Центре. Она была разработана практикующими педагогами-психологами, стремившимися к созданию некой универсальной программы, которая может быть использована и в других подобных учреждениях как вариант для непосредственной реализации или как образец, от которого можно оттолкнуться в создании других авторских программ по профориентации детей и молодежи. Максимальная приближенность материалов пособия к практике, безусловно, базируется на теоретических выводах педагогов и психологов.

Результативность программы «Трудовое воспитание», реализованной в МКУ Центр «Жемчужина» в рамках проекта

Благотворительного Фонда Памяти имени Володи Женова «Мир профессий. Первые шаги» подтверждена данными мониторинга детей 7-16 лет- участников проекта, отзывами детей и родителей из замещающих семей, находящихся на сопровождении, и их желанием дальнейшего участия в мероприятиях проекта. Анализ данных мониторинга показал достижение следующих показателей:

- у детей 7-11 лет по итогам работы в клубе «Мастер»: сформировано представление о мире профессий на 100%; улучшилось психоэмоциональное состояние у 85%; снизился уровень тревожности у 85%; улучшились представления о себе, о своих склонностях и способностях у 100% участников;

- у детей 12-16 лет по итогам работы программы "Трудовое воспитание": сформировано представление о труде взрослых и содержании отдельных профессий у 100%; улучшилось психоэмоциональное состояние у 85% детей (12-13 лет) и у 90% детей (14-16 лет); улучшилось представление о самом себе, своих склонностях и способностях у 100%; сформировано ценностное отношение к труду у 75% ребят (12-13 лет) и у 85% ребят 14-16 лет; научились взаимодействовать и сотрудничать в группе 75% детей 12-13 лет и 80% детей 14-16 лет; сформированы навыки оформления результатов своей работы и ее презентации у 100% детей 14-16 лет.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Белухин Д.А. Куда идешь? М., 2002.
2. Веллер М.И. Все о жизни. М., 2001.
3. Выбери профессию / О.А. Колесникова и др. Жуковский, 2002.
4. Волкова Т.Р., Мишин А.В. Секреты поиска работы. М., 2003.
5. Гордиевская Е. О, Старобина Е. М. Профессиональный выбор в процессе профессионального самоопределения детей-сирот: методические материалы для специалистов детских учреждений для детей-сирот. – Калининград: Изд-во РГУ им. И. Канта, 2009
6. Грановская Р.М. Конфликты и творчество в зеркале психологии. М., 2001.
7. Громов М.М. Тому, кто хочет летать и работать лучше. М., 1958.
8. Дусавицкий А.К. Формула интереса. М., 1989.
9. Дружинин В.Н. Варианты жизни. М., 2000.
10. Жариков Е.С., Крушельницкий Е.Л. Для тебя и о тебе. М., 1991.
11. Карнеги Д. Малоизвестные факты о хорошо известных людях. М., 1993.
12. Климов Е.А. Как выбирать профессию. М., 1991.
13. Кузин Ф.А. Культура делового общения. М., 2000.
14. Митина Л.М. Психология развития конкурентоспособной личности. М.; Воронеж, 2003.
15. Резапкина. Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно–методическое пособие для психологов и педагогов. — М.: Генезис, 2005.
16. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника. М., 2005.
17. Речицкий В.И. Профессия — изобретатель. М., 1988.
18. Рогов Е.И. Выбор профессии: становление профессионала. М., 2003.
- 19 Салманлы. И. Э. Формирование навыков сотрудничества у младших школьников. Тольятти, 2016.
21. Сборник профориентационных игр, викторин, конкурсов в помощь профконсультанту для проведения профориентационных мероприятий. Метод. пособие, автор-составитель А.К.Лукина, КрасГУ, 2004.

АНКЕТА (для детей 12-13 лет и 14-16 лет)

Какие профессии относятся к категории Человек-Человек?:

- продавец
- актер
- слесарь
- программист
- ветеринар

Какие профессии относятся к категории Человек-Природа?:

- продавец
- актер
- слесарь
- программист
- ветеринар

Какие профессии относятся к категории Человек-Знак?:

- продавец
- актер
- слесарь
- программист
- ветеринар

Какие профессии относятся к категории Человек-Техника?:

- продавец
- актер
- слесарь
- программист
- ветеринар

Какие профессии относятся к категории Человек-Художественный образ?:

- продавец
- актер
- слесарь
- программист
- ветеринар

Перечислите профессии, которые вы знаете?

Как ты думаешь, какие профессии сегодня считаются самыми востребованными?

(напиши) _____

Насколько тебе нравятся следующие учебные предметы?

(отметь одну клетку в каждой строке)

Школьные предметы	Очень нравится	Нравится	Не нравится	Очень не нравится
Алгебра	☐	☐	☐	☐

Геометрия	☑	☑	☑	☑
Русский язык	☑	☑	☑	☑
Литература	☑	☑	☑	☑
История	☑	☑	☑	☑
Обществознание	☑	☑	☑	☑
География	☑	☑	☑	☑
Биология	☑	☑	☑	☑
Физика	☑	☑	☑	☑
Химия	☑	☑	☑	☑
Технология	☑	☑	☑	☑
Иностранный язык	☑	☑	☑	☑
Основы безопасности жизнедеятельности	☑	☑	☑	☑

Другое _____

Достаточно ли у тебя информации о той профессии (профессиях), которые тебя привлекают?

1. Знаю все о той профессии (профессиях), которые нравятся
2. В принципе, знаю, но хотел бы знать больше
3. Информации недостаточно, хотел бы многое узнать

Какие вопросы по профориентации Вас интересуют, и Вы бы хотели получить на них ответ? _____

АНКЕТА (для детей 7 – 11 лет)

ФИО

ВОЗРАСТ

Выбери из списка те игры, в которые ты любишь играть (их может быть несколько):

- Компьютерные игры
- Конструктор Лего
- Футбол
- Волейбол
- Теннис
- Шахматы
- Настольные игры
- Дочки-матери
- Во врача
- В парикмахера
- В магазин
- В школу
- Другое _____

В свободное время люблю:

- Смотреть видео
- Играть в компьютерные игры
- Играть с животными
- Читать
- Рисовать
- Гулять во дворе
- Танцевать
- Плавать

- Лепить
- Вязать
- Плести косички, делать прическу
- Шить
- Петь
- Готовить обед
- Играть на музыкальных инструментах
- Гулять в парке
- Ходить на аттракционы
- Другое _____

Напиши свои любимые фильмы, мультфильмы и любимого героя:

Новосибирск

2018

96