

КГУ ШЛ № 53

Рекомендации  
психолога



# План-карта выбора профессии девятиклассником

## ТВОИ ДЕЙСТВИЯ

СЕНТЯБРЬ    ОКТЯБРЬ    НОЯБРЬ    ДЕКАБРЬ    ЯНВАРЬ    ФЕВРАЛЬ    МАРТ    АПРЕЛЬ    МАЙ    ИЮНЬ    ИЮЛЬ    АВГУСТ    СЕНТЯБРЬ

**Шаг 1.** Выбери направление предпрофильной подготовки, курсы по выбору.

1) учти результаты пройденного тобой тестирования на профпригодность.

• При необходимости пройди тестирование повторно (Интернет, образовательные организации начального общего образования (НПО), среднего общего образования (СПО)).

2) посещай все презентации курсов по выбору и учебных программ предпрофильной подготовки в школе.

3) зайдя в сеть Интернет и посмотри "Атлас профессий" (<http://atlas100.ru>, <http://profchoice.ru>).



**Шаг 2.** Выбери образовательную организацию, на базе которой будешь проходить предпрофильную подготовку.

• Прежде чем принять решение о прохождении предпрофильной подготовки в школе, загляни в сеть Интернет, посмотри "Атлас профессий" (<http://profchoice.ru>, <http://atlas100.ru>), зайдя на сайты образовательных организаций НПО/СПО, узнай, какие курсы они предлагают пройти на своей базе.

• Имей в виду, что количество мест в группах предпрофильного обучения на базе образовательных организаций НПО/СПО ограничено.

**Шаг 3.** Согласуй свой выбор с родителями.

**Шаг 4.** Уведоми классного руководителя.



**Шаг 5.** Принимай участие во всех профориентационных мероприятиях, которые проводятся в школе и за ее пределами.

**Шаг 6.** Присутствуй на всех экскурсиях, выставках, конкурсах, которые могут дать тебе информацию о выбранном профиле (профессии), образовательной организации, где можно продолжить обучение после окончания девятого класса.

**Шаг 7.** Во время экскурсии на промышленные предприятия области получи об этих предприятиях как можно больше сведений – возможно, на одном из них ты будешь проходить производственную практику (работать).

**Шаг 8.** Комплектуй Портфель индивидуальных образовательных достижений – портфолио.

**Шаг 9.** Участвуй во всех олимпиадах и конкурсах по профилю дальнейшего обучения (профессиональной подготовки).

• Помни, что участие и победы в олимпиадах и конкурсах дадут дополнительные баллы и повысят рейтинг твоего портфолио.

В зависимости от ответа определись с курсами по выбору и практиками на второе полугодие.

**Шаг 10.** Проанализируй процесс предпрофильной подготовки и ответь на вопрос: хотелось бы тебе продолжить обучение по направлению предпрофильной подготовки?

**Шаг 11.** Выбери (при необходимости) подготовительные курсы, которые ты будешь посещать, чтобы хорошо сдать выпускной экзамен, и регулярно посещай их.

• Шаг 12. Посоветуйся еще раз с родителями и окончательно определись с дальнейшей образовательной траекторией (десятый класс или НПО/СПО).

**Шаг 13.** Сдай хорошо экзамены, в том числе по предмету, который будет профильным на уровне среднего общего образования или образовательной организации НПО/СПО.

• Помни, что при поступлении в образовательную организацию НПО/СПО возможен конкурс.



**Шаг 14.** Окончательно определись с образовательной организацией, где ты намерен обучаться по выбранному профилю или получить профессиональное образование. Уточни требования и перечень документов, необходимых для поступления в выбранную тобой образовательную организацию.

• Еще раз посмотри "Атлас профессий" (<http://atlas100.ru>, <http://profchoice.ru>), загляни на сайты образовательных организаций НПО/СПО.

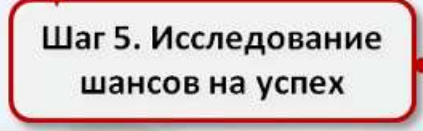
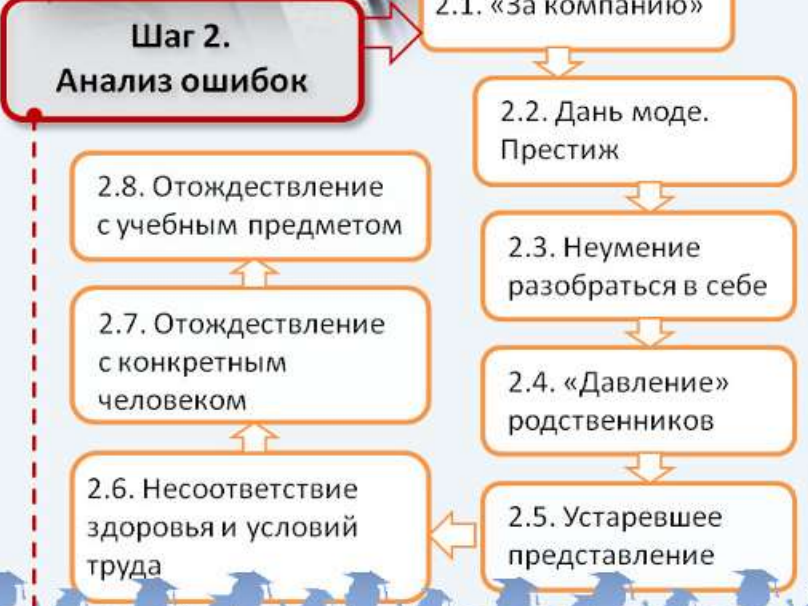
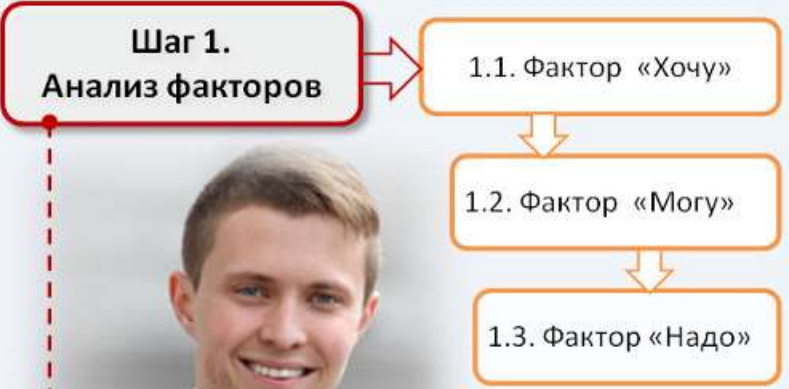
**Шаг 15.** Пересмотри (скомплектуй) портфолио для предъявления его при поступлении на следующий уровень общего образования.

**Шаг 17.** Начни обучение по выбранной профессии (профилю) и строго придерживайся норм и правил, существующих в образовательной организации, где ты продолжаешь обучение.

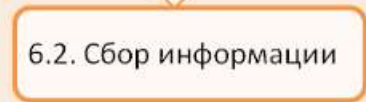
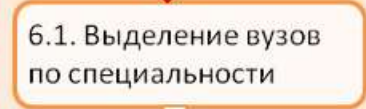
**Шаг 16.** Подай заявление в школу об организации обучения по индивидуальному учебному плану в 10 классе (указать не менее 2-х предметов для изучения на профильном уровне) или собери необходимые документы в образовательную организацию НПО/СПО на обучение по выбранному профилю или направлению профессиональной подготовки.

# Планирование образования и карьеры. Шаги родителей

## Этап 1. Принятие решения о выборе профессии



## Этап 2. Выбор учебного заведения



## Этап 3. Поступление в учебное заведение



# Главный выбор в твоей жизни



**Профессия** – это социальная характеристика человека, указывающая на его принадлежность к определенной категории людей, которые занимаются одинаковым видом трудовой деятельности.



**Определение профессии** включает в себя прежде всего:

- кем быть;
- к какой социальной группе принадлежать;
- какой стиль жизни выбрать;
- какие цели определить для себя в будущем.

## Критерии перспективности профессии

- Хорошая оплата;
- Возможность сделать карьеру;
- Гарантированное трудоустройство.

## СЕМЬ ШАГОВ К ВЗВЕШЕННОМУ РЕШЕНИЮ

### 1. Составить список подходящих профессий:

Составьте список профессий, которые Вам нравятся, интересны, по которым Вы хотели бы работать, которые Вам подходят.

### 2. Составить перечень требований выбираемой профессии:

Составьте список своих требований:

- выбираемая профессия и будущий род занятий;
- выбираемая профессия и жизненные ценности;
- выбираемая профессия и жизненные цели;
- выбираемая профессия и мои сегодняшние горячие проблемы;
- выбираемая профессия и реальное трудоустройство по специальности;
- желательный уровень профессиональной подготовки;
- выбираемая профессия и мои склонности и способности;
- желательное содержание, характер и условия работы.

### 3. Определить значимость каждого требования

Определите, насколько все перечисленные требования значимы. Может быть, есть менее важные требования, которые, по большому счету, можно и не учитывать.

### 4. Оценить свое соответствие требованиям каждой из подходящих профессий

Кроме тех требований, которые есть у Вас к профессии, существуют и требования самой профессии. Проанализируйте, развиты ли у Вас профессиональные качества, отвечают ли ваши интеллектуальные способности, психологические особенности, состояние здоровья требованиям профессии.

### 5. Подсчитать и проанализировать результаты

Проанализируйте, какая профессия из всего списка больше других подходит Вам по всем пунктам.

### 6. Проверить результаты

Чтобы убедиться в правильности Ваших размышлений, обсудите свое решение с друзьями, родителями, учителями, психологом, профконсультантом.

### 7. Определить основные практические шаги к успеху

Итак, Вы приняли решение, теперь важно определить: в каком учебном заведении Вы сможете получить профессиональное образование

# СОВЕТ ВЫПУСКНИКАМ

Выбор профессии - сложный и ответственный шаг в жизни каждого человека, от которого будет зависеть его дальнейшая деятельность.

При решении проблемы **"кем быть"** мы рекомендуем вам воспользоваться следующими правилами.

## Правило первое

**Познайте себя, свое собственное "Я":**

- *здоровье;*
- *интересы и склонности;*
- *способности, знания и умения.*

## Правило второе

**Узнайте все о профессии:**

- *предмет, цель и условия труда;*
- *пути получения профессии;*
- *медицинские противопоказания;*
- *требования профессии к личности (профессионально важные качества);*
- *актуальность выбранной профессии на рынке труда и перспективы ее развития.*

## Правило третье

**Соотнесите свои данные с требованиями выбранной профессии.**

*С профконсультантом вы можете:*

- *обсудить проблемы и планы выбора профессии;*
- *наиболее точно определить сферы деятельности, в которых сможете лучшим образом реализовать себя;*
- *выработать план профессионального самоопределения;*
- *получить информацию о профессиях, учебных заведениях, потребности рынка труда в рабочей силе, положении выпускников учебных заведений на рынке труда области;*
- *посмотреть видеофильмы о профессиях и систематизировать полученную информацию.*

# ОШИБКИ. ВОЗНИКАЮЩИЕ ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ

**1. Отсутствие самостоятельности в принятии решения**



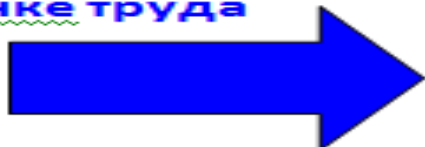
Подумай, действительно ли это твой собственный выбор? Возможно, он сделан под давлением родителей, которые, не считаясь с твоими склонностями, руководствуются исключительно практическими аргументами. А может, ты выбираешь дело жизни «за компанию» со своим другом?

**2. Незнание своих способностей, состояния здоровья и физических особенностей, неумение соотнести их с требованиями профессии**



Мечтать можно о любой профессии, выбирать следует ту, которая «по плечу». Может, ты не учел свои личностно-психологические особенности и автоматически перенес интерес к школьному предмету на будущую профессию? Но ведь одно дело - любить математику, другое - работать бухгалтером.

**3. Игнорирование фактора конкурентоспособности профессии на рынке труда**



Опрометчиво делать выбор, не имея четкой информации о профессии и руководствуясь лишь ее кажущейся привлекательностью. Можно выбрать престижную профессию, гордиться этим. Но оказаться без работы. А можно чем-то поступиться, пойти на компромисс, зато твой труд будет востребован, ибо в нем есть необходимость.

## ВЫБОР ПРОФЕССИИ –

сложный и ответственный шаг в жизни каждого человека, ведь правильно выбрать профессию – значит найти своё место «под солнцем». Работа играет важную роль и оказывает большое влияние на самочувствие человека. Следовательно, правильный выбор профессии является одним из центральных и судьбоносных решений.

Очень часто родители совершают **ошибки, влияющие на правильность** профессионального выбора подростка:

- нередко родители активно предлагают, а иногда даже настаивают на выборе варианта, который в силу различных обстоятельств не удалось осуществить самим. То есть через ребёнка они пытаются реализовать свою мечту;

- часто родительские советы можно определить под рубрикой «полезно для семейной жизни»: «Будь врачом – нас и себя будешь лечить», «Становись поваром – хоть готовить научишься» и т. д.

- ещё одно родительское заблуждение – представление о том, что высшее образование, которое непременно должен получить их ребёнок, автоматически решит проблему хорошо оплачиваемой работы. Зачастую установка родителей на получение высшего образования столь сильна, что не учитываются ни способности, ни склонности ребёнка, ни реальная оценка ситуации на рынке труда. И это, несмотря на то, что по статистике наиболее успешными становятся работники, которые начали свой путь с получения профессии, а уже затем - осознанно поступали и учились в профильном ВУЗе.

**Будьте ответственны в решениях – жизнь не знает черновиков!**

## ФОРМУЛА УСПЕШНОГО ВЫБОРА ПРОФЕССИИ



**ХОЧУ** – личные цели, жизненные ценности, увлечения, интересы.

**МОГУ** – способности, личностные особенности (темперамент, характер).

**НАДО** – востребованность профессии на рынке труда.

Прогноз предприятий металлургической отрасли Белгородской области показывает, что в ближайшие годы востребованными будут именно рабочие профессии. Так, на «ОЗМК» в период 2016–2020 годов **востребованы: слесарь-ремонтник, слесарь по КИПиА, токарь, вальцовщик, электромонтёр, электрогазосварщик.**

Для успешного трудоустройства очень **важно** получить **востребованную профессию**, и те, кто уже сейчас начал правильно планировать своё трудовое будущее, обязательно добьются успеха!



## ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ В ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ

**НЕЗНАНИЕ СЕБЯ** – необъективная оценка своих способностей. Неумение, а иногда и нежелание соотнести свои способности с требованиями профессии.

**НЕЗНАНИЕ ПРАВИЛ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ** – отождествление учебного предмета с профессией. Перенос отношения к человеку на профессию. Выбор профессии «за компанию». Неумение определить пути получения профессии.

**НЕЗНАНИЕ МИРА ПРОФЕССИЙ** – устаревшие представления о характере и условиях труда в конкретной профессии. Предубеждения в отношении престижности профессии.

## Алгоритм выбора профессии

**1. Составить список подходящих профессий тебе профессий**

**2. Составить перечень требований выбираемой профессии**

Составьте список своих требований:

- будущий род занятий;
- жизненные ценности;
- жизненные цели;
- мои сегодняшние горячие проблемы;
- реальное трудоустройство по специальности;
- профессиональной подготовки;
- мои склонности и способности;
- характер и условия работы.

**3. Определить значимость каждого требования**

**4. Оценить свое соответствие требованиям каждой из подходящих профессий**

**5. Определить основные практические шаги к успеху**

Не знаешь какую  
выбрать  
профессию?





# Вот 7 шагов для определения твоей будущей профессии:

1. Определи свое «Хочу», для этого напиши:

- Какое твое хобби?
- Что тебе нравится делать?
- Чему бы ты хотел научиться?

2. Составь список профессий или сфер деятельности, соответствующий твоим желаниям.

3. Определи своё «Могу», для этого напиши:

- Что у тебя получается делать лучше всего?
- Что тебе лучше всего делается?
- Какие способности у тебя развиты уже сейчас?
- Какими способностями ты хочешь обладать?

4. Составь список профессий или сфер деятельности, соответствующий твоим возможностям.

5. Сопоставь оба списка.

- Подчеркни совпадения в обоих списках
- Отметь похожие профессии.

6. Останови свой выбор на одной профессии.

7. Пользуясь справочной литературой, подбери учебные заведения.

