

ОГБОУ ДПО «Костромской областной институт развития образования»



ДЛЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ШКОЛЬНИКА



МБОУ СОШ

ФИО ученика(цы)

9 КЛАСС

Здравствуй дорогой друг!

В прошлые годы мы вместе определили две из трех составляющих формулы успешного выбора профессии на основании твоих интересов, склонностей, способностей, умений и навыков.

В этом году тебе предстоит закончить составление своей формулы, определить самые востребованные в Костромской области профессии и выстроить свою профессиональную траекторию.

Нас ждет много новых открытий!

Свои впечатления, находки, результаты, увлечения, интересы ты по-прежнему можешь записывать в этот дневник.



Инструкция к дневнику профессионального самоопределения школьника

Условные обозначения, используемые в дневнике

Обозначение	Значение	Обозначение	Значение
	Выполни самостоятельно		Гиперссылка – дополнительный материал по теме Ctrl + левая клавиша мыши* 
	Познакомься с информационным ресурсом в Интернете		Результат прохождения профессиональной пробы
	Полезная информация, прими к сведению		Работа с тьютором (учителем), консультантом по профориентации

Если тебе понадобится помощь в заполнении дневника, обратись к родителям или учителю (тьютору)!

БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН! Дневник нужно заполнять в течение всего года. В верхней части страниц дневника есть вот такой значок-календарь



ДАТА

 * Если ссылка не открывается нажатием, скопируй ее в окно браузера - для этого выдели ссылку полностью, кликни по выделенной ссылке правой кнопкой мышки и выбери из выпадающего меню "Копировать". Затем открой новую вкладку или новое окно браузера, кликни по строке ввода URL-адреса правой кнопкой мышки и выбери из выпадающего меню "Вставить". Ссылка вставится в окно браузера. Затем нажми на клавишу "Ввод".

ОЦЕНКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ

ДАТА

1. Для начала давай вспомним некоторые определения из мира профессий:

1. **Работа** — это
2. **Профессия** — это
3. **Специальность** — это
4. **Должность** — это

Пример:

1. ПРОФЕССИЯ - ВРАЧ
2. СПЕЦИАЛЬНОСТЬ - СТОМАТОЛОГ
3. ДОЛЖНОСТЬ - ГЛАВНЫЙ ВРАЧ



Приведи свой пример

ПРОФЕССИЯ -
СПЕЦИАЛЬНОСТЬ -
ДОЛЖНОСТЬ-



В Костромской области наиболее востребованы **рабочие профессии** отрасли «Производство», в качестве приоритетных направлений выделяются следующие: агропромышленный и пищевой комплекс; лесопользование, лесозаготовка и лесопереработка; электроэнергетика; дорожное хозяйство; жилищное строительство и жилищно-коммунальное хозяйство.

К «плюсам» выбора рабочей профессии можно отнести:

- получение востребованной на рынке труда профессии за меньший срок подготовки;
- получение профессии на бесплатной основе или за доступную плату;
- гарантированное трудоустройство в силу нехватки специалистов рабочих профессий, особенно в условиях кризиса;
- ранняя экономическая самостоятельность;
- сформированность базовых умений и навыков трудовой деятельности, значимых в практике повседневной жизни;
- возможность заниматься предпринимательской деятельностью в сфере оказания услуг населению;
- повышение требований к специалистам рабочих профессий (освоение новых технологий, нового оборудования требует высокой квалификации рабочего);
 - улучшение качества образования в связи с усилением тенденции к заключению трехсторонних договоров: между учреждениями среднего профессионального образования, обучающимися и предприятием, которое предоставляет новейшее оборудование и места для прохождения практики;
- государственная политика на повышение престижа рабочих профессий;
- высокий начальный уровень оплаты труда: дефицит работников определенных профессий даёт им преимущество.

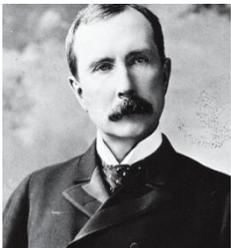
Выбор рабочей профессии — это удачный старт для профессионального и карьерного роста!

*Конечно, есть **и минусы**: возможность неблагоприятных условий труда или стереотип об отсутствии престижа, согласно которому поступление в техникумы считается не лучшим направлением образовательного пути. Тем не менее, возможностей состояться как профессионал своего дела у выпускников техникумов очень много.*

Вот люди, добившиеся значительных жизненных результатов без высшего образования!

ДАТА

2. Приведи здесь свои примеры!

 <p>Генри Форд Автор 161 патентов США. Великий промышленник, который, не имея высшего образования, смог стать владельцем ведущих автомобильных компаний, раскиданных по всему миру.</p>	 <p>Джон Рокфеллер Предприниматель, филантроп, первый миллиардер во всей истории человечества. Не имея высшего образования, он сумел пробиться в верхи европейского общества 20 века. Основатель банковской сети Европы, заработавший миллионы с помощью умения продумывать следующий шаг и чрезвычайного дара анализировать обстановку.</p>	 <p>Майкл Делл В 2013 году попал в сотню самых богатых людей года, заняв 49 позицию в рейтинге с состоянием 16 миллиардов долларов. Основатель компании Dell, тоже не имел высшего образования.</p>	 <p>Стивен Уильям Хокинг Известный астрофизик, один из наиболее влиятельных ученых, соавтор ЛНС. По его собственным словам, известно, что, будучи профессором математики, он никогда не получал никакого математического образования со времен средней школы. В первый год своего преподавания в Оксфорде Хокинг читал учебник, опережая собственных студентов на две недели.</p>

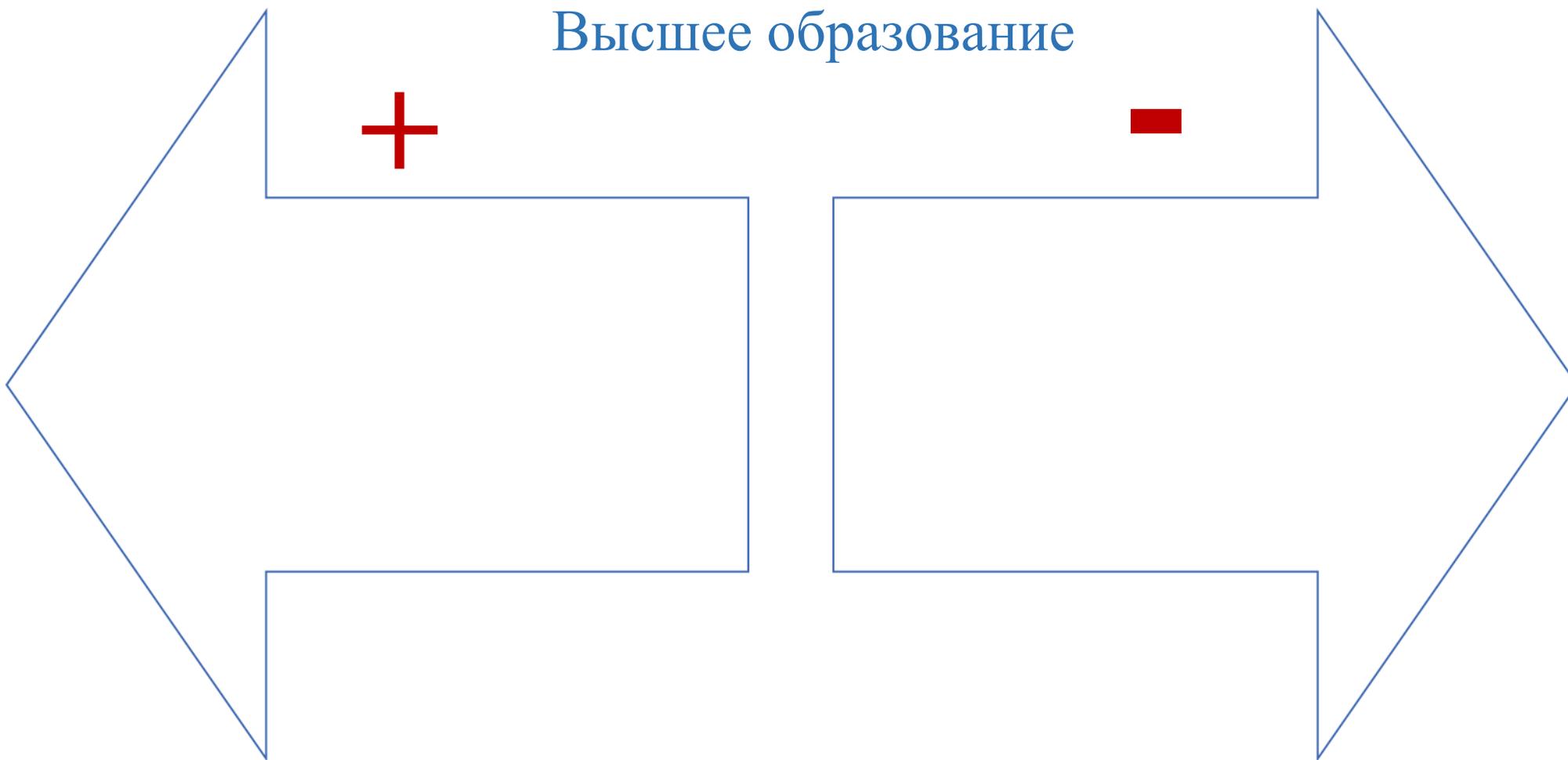
ДАТА

3. Найди аргументы в пользу получения высшего образования и отрицательные стороны такого пути получения образования

Высшее образование

+

-

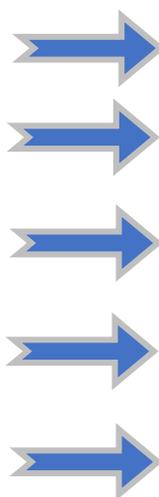


ПОШАГОВЫЙ АЛГОРИТМ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

1. Составь список твоих **требований** к своему профессиональному **будущему** (минимум 20);
2. Составь максимально большой **список профессий**. Постарайся детально разобраться в каждой;
3. Выбери из них список профессий, которые тебе **нравятся** (минимум 10);
4. Выбери из них те профессии которые, по твоей оценке, тебе будут **по способностям**;
5. Спрогнозируй как будут развиваться твои **профессии в будущем** (на 10-15 лет);
6. **Согласуй свой выбор** с родителями, учителями, специалистами, друзьями;
7. Определи конкретные **практические шаги** к успеху (зоны развития, экзамены, учебное заведение) и разработай индивидуальную профессиональную траекторию



4. Список требований к своему профессиональному будущему ты составил(а) в прошлом году, перенеси его сюда:



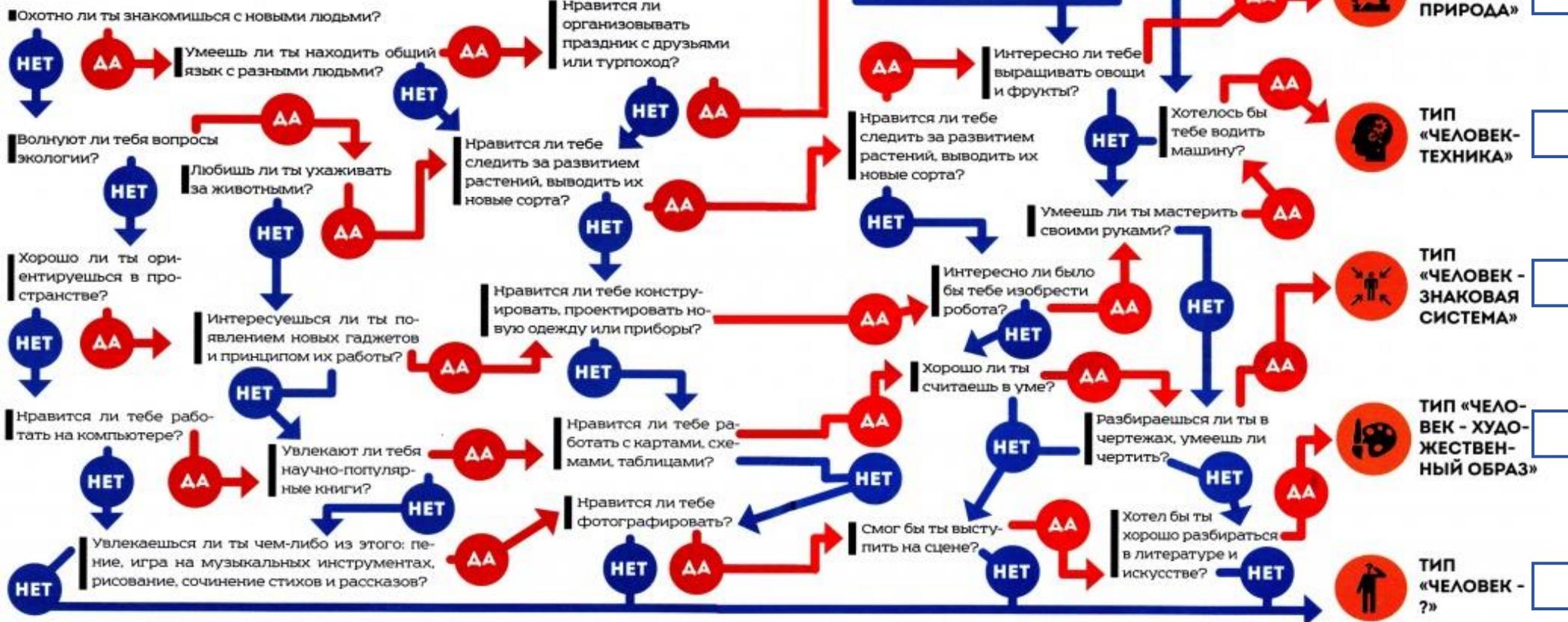


5. Уточни еще раз свой профессиональный тип:

отметь ответ «+» в квадратном поле

КТО ТЫ БУДЕШЬ ТАКОЙ?!

С чего начать выбор профессии? Лучше всего – с познания своего «профессионального типа». Традиционно выделяют пять типов: «человек – человек», «человек – техника», «человек – природа», «человек – знак» и «человек – художественный образ». Конечно, среди нас в основном смешанные типы, и есть даже те, кто «на все горазд». Наша игра-путеводитель поможет определить, к какому типу тяготеешь именно ты.





ДАТА

6. Для уточнения класса профессий вспомни результаты диагностики «Ориентация» И.Л. Соломина (8 класс)

Напоминаю возможные варианты классов профессий: исполнительский, творческий и руководящий.

Если ты не прошел(а) тестирование или не сохранил(а) результат выполни тест еще раз: перейди по ссылке <http://mycareer.karelia.ru/Tests/go/948> и выбери закладку «14-15 лет»

Полный результат запиши здесь:

ЧЕЛОВЕК - _____ ,

Пример представления результата: человек - техника, исполнительский класс



7. По результатам тестирования ознакомься с подробной информацией о профессиях, относящихся к полученному типу взаимодействий: человек – человек, человек – природа, человек – художественный образ, человек – техника, человек – знак.

Информацию можно найти здесь: http://rodn-i-k.narod.ru/tipologia_pr/klassif_prof.htm#hel_hel
или <http://sch854zg.mskobr.ru/files/tmp/tipi%20professii%20po%20klimovu.pdf>

ДАТА



8. Пройди тест интеллектуального потенциала (П. Ржичан)

Перейди по ссылке <http://psyttests.org/iq/testip/ipa-run.html>

Результат зафиксируй тут



IQ =



9. Пройди тест ШТУР-2/А

Ссылка на тест <http://psyttests.org/iq/shtur/shturA-run.html>

Результат теста запиши здесь

Помни! Результаты тестов носят ориентировочный характер, их следует обсудить с тьютором или школьным психологом!



10. Пройди тест «Одно из двух»: <http://psyttests.org/profession/hollandA-run.html> или <http://profchoice.ru/test/test-gollanda>

ДАТА

Данная методика поможет выяснить, к какому типу личности вы относитесь:

Тип личности	Степень выраженности	Комментарий
офисный		
реалистический		
интеллектуальный		
предпринимательский		
артистический		
социальный		

Выдели цветом наиболее выраженный тип твоей личности. Сравни этот результат с подобной диагностикой в 7 классе:

11. Изучи (вспомни) характеристики наиболее выраженного типа твоей личности:



12. Если ты проявил(а) интерес

ДАТА

к работе с людьми и профессиям,
связанным с управлением, обслуживанием,
обучением и воспитанием

к работе с техникой

выполнить методику [Поведение в конфликтах](http://psytests.org/interpersonal/thomas-run.html)
<http://psytests.org/interpersonal/thomas-run.html>

проверить свои способности
с помощью «Теста Бенетта»
<http://www.psiholocator.com/testy-iq/bennet>

	Степень выраженности*!
Соперничество	
Сотрудничество	
Компромисс	
Избегание	
Приспособление	

Впиши результат теста

!
*Количество баллов, набранных по каждой шкале, дает представление о выраженности тенденции к проявлению соответствующих форм поведения в конфликтных ситуациях. Доминирующим считается тип (типы) набравшие максимальное количество баллов.



13. Составь большой перечень профессий, подходящих тебе не только по типу, но и по классу (учетом твоих склонностей):

ДАТА

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15



Для знакомства с профессиями воспользуйся следующими сайтами с размещенными на них материалами о профессиях:

<https://proforientator.ru/professions/#tocontent>

<http://www.shkolniki.ru/klimov/>

<http://www.youtube.com/watch?v=NnRZA3...>

Web- ресурс «Моя профессиональная карьера»

Цикл вебинаров о подготовке специалистов для различных сфер экономики (для окна ввода пароля нажать отмена)

Выбираю профессию (для окна ввода пароля нажать отмена)

Справочник профессий <http://spravochnik.rosmintrud.ru/professions>

Профориентационная работа со школьниками. Подготовка специалистов в области медицины и здравоохранения



1 этап. Подготовительный (21.09 - 24.0.2015г.)

Обязательное заполнение **журнала регистрации** участниками ДМО . (Инструкция по заполнению журнала регистрации).

2 этап. Основной. Режим On-line (24.09.2015г.) 14.30 - 16.00

Вебинар "Профориентационная работа со школьниками. Подготовка специалистов в области медицины и здравоохранения"

В вебинаре участвуют: Недоводеева Татьяна Александровна, заместитель директора ОГБПОУ "Костромской медицинский колледж им. Героя Советского Союза С.А. Богомолова"

Материалы вебинара:

ОГБПОУ "Шарьинский медицинский колледж Костромской области"

ОГБОУ СПО "Костромской медицинский колледж имени Героя Советского Союза С.А. Богомолова"

Нерехтское отделение ОГБОУ СПО "Костромской медицинский колледж имени Героя Советского Союза С.А. Богомолова"

Галичский филиал ОГБОУ СПО "Костромской медицинский колледж имени Героя Советского Союза С.А. Богомолова"



ДАТА

14.Изучи профессии твоего перечня и отбери 10 соответствующих твоему списку требований к профессии

(используй сайт <http://opis.pro/professii>, <http://profitworks.com.ua/professii/professii-v-it-sfereь> или другой источник из приведенного выше списка)

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

ДАТА



15. Запиши информацию об интересных для тебя профессиях по форме:

Наименование профессии	1.	2.	3.	4.	5.
Назначение профессии					
Основные решаемые задачи профессии					
Школьные знания:					
Специальные знания:					
Профессионально –важные качества профессии					
Заболевания, противопоказанные для профессии					
Требования к образованию					



15. Запиши информацию об интересных для тебя профессиях по форме:

ДАТА

	6.	7.	8.	9.	10.
Наименование профессии					
Назначение профессии					
Основные решаемые задачи профессии					
Школьные знания:					
Специальные знания:					
Профессионально–важные качества профессии					
Заболевания, противопоказанные для профессии					
Требования к образованию					

ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОФЕССИЙ – ОБЩИЙ ОБЗОР

Для получения информации о выбранных профессиях рекомендуется ознакомиться со следующими сайтами (изучи не менее двух сайтов):



ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ ПО ПРОФОРИЕНТАЦИИ В КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

1. Портал «Образование Костромской области» <http://www.koipkro.kostroma.ru>
2. Официальный сайт Департамента образования и науки Костромской области <http://www.koipkro.kostroma.ru/deko/default.aspx>
3. Сайт Костромского областного института развития образования <http://www.koipkro.kostroma.ru/koiro/default.aspx>
4. Сайт «Профессиональные образовательные организации» Костромской области <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/sou/SitePages/Домашняя.aspx>
5. Web- ресурс «Моя профессиональная карьера» <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx>
6. Региональное сетевое методическое объединение «Профессиональные образовательные организации» <http://www.koipkro.kostroma.ru/sites/RSMO-test/SitePages/ПОО.aspx>).
7. Центр профессиональной ориентации и содействия трудовой занятости несовершеннолетних, находящихся в трудной жизненной ситуации <http://www.koipkro.kostroma.ru/koiro/CRSO/FZiBG/CPON/default.aspx>
8. Сайт ГКУ «Центр занятости населения по городу Костроме» <http://dfgszn.kostroma.ru/kostroma/index.html>
9. Костромской Интернет-портал Region44.ru http://www.region44.ru/razdel/org/one_org.php?id=278
10. Официальный сайт Департамента по труду и занятости населения Костромской области <http://dfgszn.kostroma.ru/>
11. Информационный портал по профориентации Департамента по труду и занятости населения http://dfgszn.kostroma.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=87&Itemid=315

ДЕТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ПРОФЕССИИ – ПРОФЕССИОГРАММА

Детально изучить профессии тебе поможет профессиограмма.

ДАТА

Профессиограмма - документ, в котором описаны особенности профессии или специальности. Более подробно о профессиограмме можно узнать тут: <http://www.kem.by/proforientir/kak-pravilno-izuchit-professiyu/>

Профессиограмма позволит тебе глубже узнать содержание будущей профессии, оценить свою профпригодность к ней, поможет определить те профессионально важные качества, которые ты должен(на) формировать или развивать у себя. Предложенный шаблон поможет тебе выполнить эту задачу.



16. Из 10 профессий твоего списка выбери 4-5 наиболее полно соответствующих твоим желаниям и возможностям:

1

2

3

4

5



17. Составь профессиограммы для 2-3 профессий наиболее полно соответствующих твоим желаниям и возможностям.



Ознакомься с профессиограммами интересных для тебя профессий, используя следующие ресурсы:

Банк интерактивных профессиограмм тут: <http://prof.eduprof.ru/professiograms/cat3.php>

Банк профессиограмм тут: http://profvibor.ru/catalog/?sort=date&order=desc&SECTION_ID=159

Профессиограммы основных современных профессий: <http://effecton.biz/109.html>

Справочник профессий: <http://spravochnik.rosmintrud.ru/about>

Профессии от А до Я:

<http://www.eduportal44.ru/npo/MPROFK/vp/SitePages/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%B8%20%D0%BE%D1%82%20%D0%90%20%D0%B4%D0%BE%20%D0%AF.aspx>

ДАТА

Алгоритм составления профессиограммы

Профессия:	Общие сведения о профессии	Возникновение профессии			
		Область применения и значимость профессии			
		Известные представители профессии			
		Смежные профессии			
		Спрос на профессию в регионе/мире			
	Характеристика процесса труда	Важнейшие технологические операции, уровень автоматизации и механизации			
		Орудия труда			
		Рабочее место			
		Рабочая поза, преобладающие движения при труде			
		Характер работы	монотонный разнообразный переменный		
		Продукция, результат труда			
	Условия труда	Санитарно-гигиенические		режим труда, отдыха и рабочий ритм	
				микроклиматические условия	шум освещённость чистота
				основные требования к физическому состоянию работающего	
				медицинские противопоказания	
	В чем и как могут проявляться утомляемость после работы, типичные трудности				

ОГБОУ ДПО «Костромской областной институт развития образования»

			основные меры охраны труда		
			возможные профессиональные заболевания, производственные травмы		
			Экономические	зарплата	
				льготы	
				продолжительность отпуска	
	Психологические требования профессии к человеку	Возможные трудности и напряженные ситуации			
			Основные качества, которыми должен обладать работающий	эмоционально-волевые	
		деловые, коммуникативные			
		моторные (двигательные)			
		внимание			
		мышление			
		тип памяти			
	моральные качества				
	Сведения о профессиональной подготовке	Пути получения профессии и условия поступления учебных заведений			
		Продолжительность обучения			
Основные изучаемые дисциплины					
Квалификация выпускника учебного заведения					
Перспективы профессионального роста или продвижения					

ДАТА

Алгоритм составления профессиограммы

Профессия:	Общие сведения о профессии	Возникновение профессии		
		Область применения и значимость профессии		
		Известные представители профессии		
		Смежные профессии		
		Спрос на профессию в регионе/мире		
	Характеристика процесса труда	Важнейшие технологические операции, уровень автоматизации и механизации		
		Орудия труда		
		Рабочее место		
		Рабочая поза, преобладающие движения при труде		
		Характер работы	монотонный разнообразный переменный	
		Продукция, результат труда		
		В чем и как могут проявляться утомляемость после работы, типичные трудности		
	Условия труда	Санитарно-гигиенические	режим труда, отдыха и рабочий ритм	
			микrokлиматические условия	шум освещённость чистота
			основные требования к физическому состоянию работающего	
			медицинские противопоказания	

ОГБОУ ДПО «Костромской областной институт развития образования»

			основные меры охраны труда		
			возможные профессиональные заболевания, производственные травмы		
			Экономические	зарплата	
			льготы		
			продолжительность отпуска		
	Психологические требования профессии к человеку	Возможные трудности и напряженные ситуации			
			Основные качества, которыми должен обладать работающий	эмоционально-волевые	
		деловые, коммуникативные			
		моторные (двигательные)			
		внимание			
мышление					
тип памяти					
моральные качества					
Сведения о профессиональной подготовке	Пути получения профессии и условия поступления учебных заведений				
	Продолжительность обучения				
	Основные изучаемые дисциплины				
	Квалификация выпускника учебного заведения				
	Перспективы профессионального роста или продвижения				

Алгоритм составления профессиограммы

Профессия:	Общие сведения о профессии	Возникновение профессии			
		Область применения и значимость профессии			
		Известные представители профессии			
		Смежные профессии			
		Спрос на профессию в регионе/мире			
	Характеристика процесса труда	Важнейшие технологические операции, уровень автоматизации и механизации			
		Орудия труда			
		Рабочее место			
		Рабочая поза, преобладающие движения при труде			
		Характер работы	монотонный разнообразный переменный		
		Продукция, результат труда			
		В чем и как могут проявляться утомляемость после работы, типичные трудности			
	Условия труда	Санитарно-гигиенические	режим труда, отдыха и рабочий ритм		
			микроклиматические условия	шум	освещённость
			основные требования к физическому состоянию работающего		
медицинские противопоказания					
основные меры охраны труда					

ОГБОУ ДПО «Костромской областной институт развития образования»

			возможные профессиональные заболевания, производственные травмы		
			Экономические	зарплата	
				льготы	
				продолжительность отпуска	
Психологические требования профессии к человеку	Возможные трудности и напряженные ситуации				
		Основные качества, которыми должен обладать работающий	эмоционально-волевые		
	деловые, коммуникативные				
	моторные (двигательные)				
	внимание				
	мышление				
	тип памяти				
	моральные качества				
Сведения о профессиональной подготовке	Пути получения профессии и условия поступления учебных заведений				
	Продолжительность обучения				
	Основные изучаемые дисциплины				
	Квалификация выпускника учебного заведения				
	Перспективы профессионального роста или продвижения				

ДАТА



18. Для приоритетного списка 4-5 профессий уточни к каким сферам экономики они относятся, каковы перспективы развития этих отраслей, будет ли в будущем спрос на данных специалистов. (см. п. 16)



Группа профессий может быть связана с определенной отраслью промышленности или областью деятельности, что отражает ресурс [«Профессии от А до Я»](#) или <https://edunews.ru/professii/obzor/>. Тебе могут помочь: [Отрасли экономики, приоритетные для России в ближайшие годы](#), <http://dep-economy44.ru/>, <http://investkostroma.ru/>.

Ответ представь в графической форме с рассказом об отрасли и ее перспективах (или вставь ссылку на презентацию)



19. Познакомьтесь с Топ-50 профессий, наиболее востребованных на рынке

труда, *новых и перспективных профессий, которые требуют среднего профессионального образования. Список был утвержден 2 ноября приказом Министерства труда и социальной защиты РФ.*

ДАТА

1. Автомеханик	2. Администратор баз данных	3. Графический дизайнер	4. Косметолог
5. Лаборант химического анализа	6. Мастер декоративных работ	7. Мастер столярно-плотницких работ	8. Метролог
9. Мехатроник	10. Мобильный робототехник	11. Наладчик-ремонтник промышленного оборудования	12. Оператор беспилотных летательных аппаратов
13. Оператор станков с программным управлением	14. Оптик-механик	15. Парикмахер	16. Плиточник-облицовщик
17. Повар-кондитер	18. Программист	19. Разработчик Web и мультимедийных приложений	20. Сантехник
21. Сборщик электронных систем (специалист по электронным приборам и устройствам)	22. Сварщик	23. Сетевой и системный администратор	24. Слесарь
25. Специалист в области контрольно-измерительных приборов и автоматики (по отраслям)	26. Специалист по аддитивным технологиям	27. Специалист по гостеприимству	28. Специалист по информационным ресурсам
29. Специалист по информационным системам	30. Специалист по неразрушающему контролю (дефектоскопист)	31. Специалист по обслуживанию и ремонту автомобильных двигателей	32. Специалист по обслуживанию телекоммуникаций
33. Специалист по производству и обслуживанию авиатехники	34. Специалист по тестированию в области информационных технологий	35. Специалист по техническому контролю качества продукции	36. Специалист по технологии машиностроения
37. Специалист по холодильно-вентиляционной технике	38. Техник авиационных двигателей	39. Техник по автоматизированным системам управления технологическими процессами	40. Техник по биотехническим и медицинским аппаратам и системам
41. Техник по защите информации	42. Техник по композитным материалам	43. Техник по обслуживанию роботизированного производства	44. Техник-конструктор
45. Техник-механик в сельском хозяйстве	46. Техник-полиграфист	47. Технический писатель	48. Токарь-универсал
49. Фрезеровщик-универсал	50. Электромонтажник		



20. Познакомься с Топ-50 профессий, наиболее востребованных на рынке труда Костромской области.

ДАТА

Список можно найти по ссылке: <http://www.eduportal44.ru/npo/MPROFK/SitePages/%D0%A2%D0%9E%D0%9F-%D0%A0%D0%95%D0%93%D0%98%D0%9E%D0%9D.aspx>



21. Входят ли профессии твоего приоритетного списка в один из ТОПов?

Если да, то перечисли их?

ДА



22. Каковы, по твоему мнению, перспективы развития в будущем для профессий твоего приоритетного списка?

О новых тенденциях и новых профессиях можно узнать тут:

https://www.youtube.com/watch?v=YRq16pUgaZk&list=PLfZgzqsQWFx_vZEqVYZc9hVusghQ-qam9&index=2

ДАТА



23. Останови выбор на одной профессии из твоего списка приоритетных профессий. Обоснуй выбор профессии после изучения ее профессиограммы, ответив на вопросы:

1. Чем нравится данная профессия (Я-хочу):

2. Что она даёт тебе и другим (Я-надо):

3. Насколько нужна данная профессия сегодня и как она востребована (Я -надо):

4. Насколько эта профессия подходит тебе и насколько ты подходишь для неё (Я-могу):

5. Что ты сейчас делаешь для подготовки к данной профессии:

6. Есть ли у тебя резервные варианты выбора на случай неудачи по основному варианту:

7. Кто и что может помешать тебе реализовать профессиональные планы:

8. Как ты собираешься преодолевать эти внешние препятствия:

ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ПОЛУЧЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ



24. С помощью портала «Образование Костромской области» <http://www.koipkro.kostroma.ru> выдели образовательные учреждения, позволяющие получить требуемую профессию или специальность.



25. Заполни таблицу, указав одно или несколько учебных заведений, где можно получить выбранную тобой профессию/специальность.

Сфера интересов:

Профессия/ специальность	Рекомендуемые образовательные учреждения	Условия поступления	День открытых дверей, экскурсия или другая форма знакомства

ПОСТРОЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ТРАЕКТОРИИ

Заполнение Дневника самоопределения помогло тебе определиться с выбором той или иной профессии/специальности или определить для себя несколько приоритетных направлений профессиональной деятельности/ профессиональной подготовки. **Можно приступить к построению индивидуальной профессиональной траектории.**



26. Используя сайты

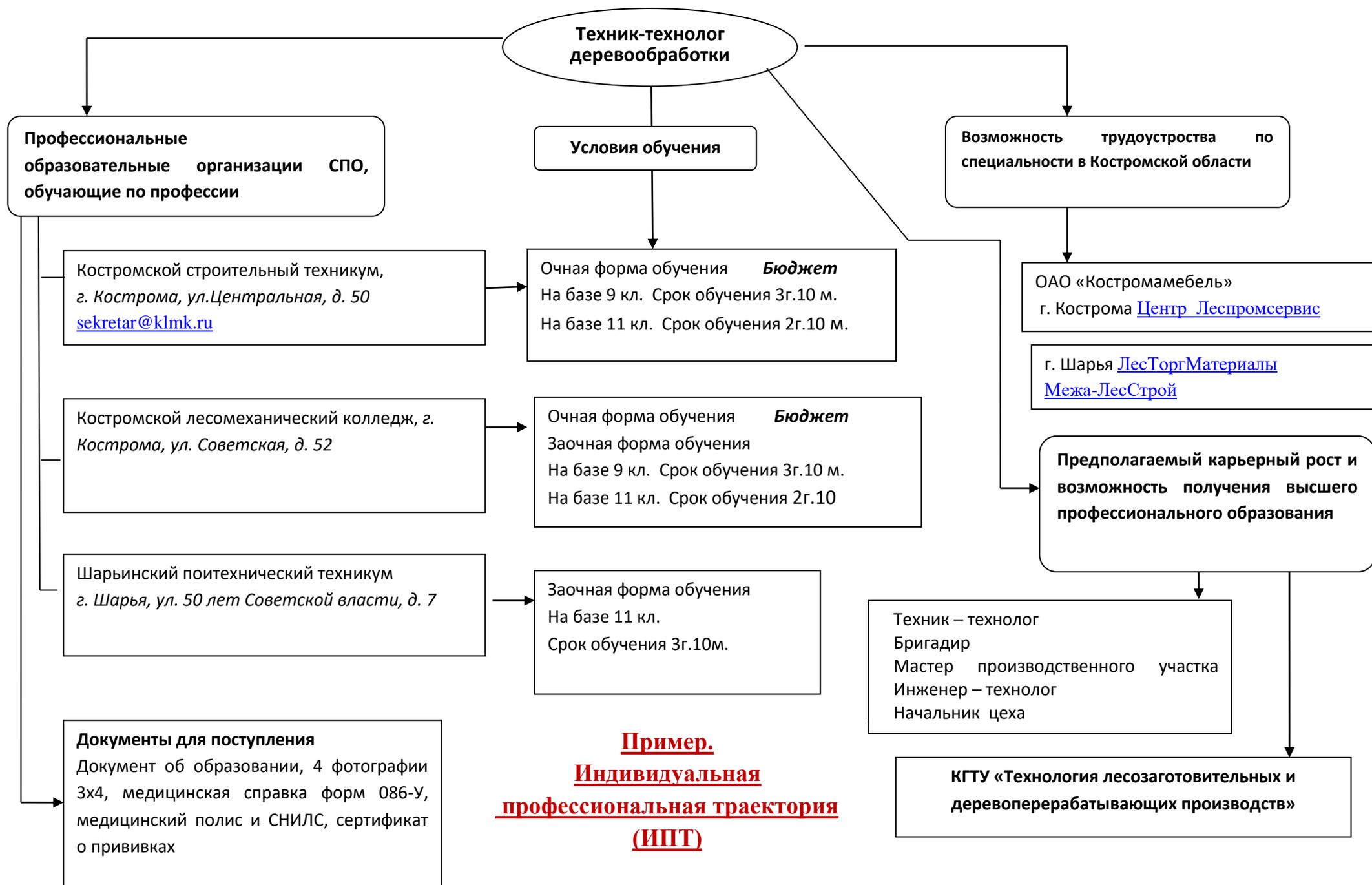
1. Портал «Образование Костромской области» <http://www.koipkro.kostroma.ru>
2. Официальный сайт Департамента образования и науки Костромской области <http://www.koipkro.kostroma.ru/deko/default.aspx>
3. Сайт Костромского областного института развития образования <http://www.koipkro.kostroma.ru/koiro/default.aspx>
4. Сайт «Профессиональные образовательные организации» Костромской области <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/sou/SitePages/Домашняя.aspx>
5. Web- ресурс «Моя профессиональная карьера» <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx>

тебе предстоит:

1. Выбрать не более трех образовательных учреждений среднего профессионального образования (колледжей, техникумов), осуществляющих подготовку по выбранной тобой профессии.
2. В произвольном электронном формате (таблица, схема, презентация, коллаж) выбрать и разместить следующую информацию о каждом образовательном учреждении:
 - название профессиональной образовательной организации;
 - юридический адрес профессиональной образовательной организации;
 - официальный сайт, отделение, в котором планируется обучение;
 - специальность/направление подготовки;
 - условия приема;
 - перечень документов, необходимых для зачисления
3. Подбери информацию о дальнейшей работе по полученной профессии на предприятиях Костромской области
4. Попробуй обозначить точки своего карьерного роста

УДАЧИ!!!

ОГБОУ ДПО «Костромской областной институт развития образования»



Индивидуальная профессиональная траектория

A large empty rectangular frame with a double-line border, intended for a professional trajectory plan. The frame is composed of two parallel lines, one dark brown and one light gray, creating a wide border. The interior of the frame is completely blank white space.



ЗАЩИТА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОБЫ

ДАТА

27. Оформи свой проект в виде слайдов в программе PowerPoint. Слайды должны содержать диаграммы, ссылки, рисунками, фотографиями с места прохождения проб, личными выводами-высказываниями.

Обязательные слайды:

Слайд №1 «Творческое название проекта», автор

Слайд №2- 4 «Краткая характеристика профессии»

Слайд №5 «Востребованность профессии на рынке труда Костромской области»

Слайд №6 «Качества, которые необходимы для успеха в данной профессии»

Слайд №7 Результаты профессиональной пробы (Заполняется после профессиональной пробы)

- Вид деятельности.
- Профессия, должность, конкретная работа или виды работ.
- Что ты попробовал сделать самостоятельно.
- Самое яркое впечатление.
- Рекомендации работодателя.

Слайд №8 «Что тебе лично понравилось во время профессиональной пробы, в целом в профессии, а что нет»

Слайд №9 «Вывод: почему я не изменю или изменю своему выбору»



Лучше принять участие в нескольких профессиональных пробах..

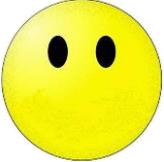
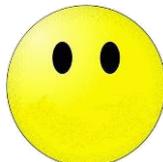
ДАТА

28. По результатам прохождения проб оформи следующие документы:

Дата	Профессиональная проба по профессии	Вид деятельности



Точки моего удивления во время прохождения профессиональной пробы

Мои эмоции				
Мои комментарии (когда, что, почему)				



29. ЛИСТОК УЧАСТНИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОБЫ

ДАТА

Профессиональные предпочтения

(профессия, направление деятельности, профессиональная область, не определен)

Наименование профессиональной пробы

Отчет

О чём узнал?	
Что заинтересовало?	
Какую получил практику?	
Оправдались ожидания или нет?	
Какой этап профессиональной пробы понравился больше всего? (теория, практика)	
Что хочется узнать или попробовать на практике в данном направлении деятельности?	



30. Создай фотоколлаж по итогам прохождения профессиональных проб!

ДАТА



ДОРОГОЙ ДРУГ!

ДАТА

Свои впечатления от мероприятий по профориентации, экскурсий, встреч, поездок, тренингов, передач по телевидению или информации из Internet ты можешь сохранить на этих страницах.

Мероприятие, событие	Дата	Мои впечатления, что нового я узнал(а), увидел(а)

ОГБОУ ДПО «Костромской областной институт развития образования»

Мероприятие, событие	Дата	Мои впечатления, что нового я узнал(а), увидел(а)

ДНЕВНИК ТЬЮТОРСКОЙ КОНСУЛЬТАЦИИ

№ п/п	Дата/время	С каким вопросом обратился	Ресурсы, о которых ты узнал	Результат общения



ОГБОУ ДПО «Костромской областной институт развития образования»

ЗАМЕТКИ

ДОРОГОЙ ДРУГ!

**Наше путешествие было интересным и
плодотворным!**

**У тебя в руках главный план успешной компании
по построению карьеры – твоя личная
профессиональная траектория.**

**УДАЧИ и СВЕРШЕНИЙ
в профессиональном мире!**