

# **ПРОФЕССИЯ ТВОЕГО ВЫБОРА**

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ  
ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
ОРИЕНТАЦИИ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

УДК 372.8

ББК 74.26

П84

П84 Профессия твоего выбора. Методическое пособие для педагогов по профориентации учащихся 5-11 классов / сост. Т. Джороев, М. Иманкулова, Н. Кожогулова, А. Маматкулова. – Б., 2023, - 142 с.

ISBN 978-9967-9470-7-8

Методическое пособие содержит тематические занятия во внеурочное время по профориентации для учащихся 5-11 классов общеобразовательных школ. В нем даны разработки занятий, где в интерактивной форме предложены задания по профессиональной ориентации учащихся общего среднего образования.

В пособии также предложены разработки занятий для родителей, которые могут принимать участие в профессиональной ориентации своих детей.

Пособие адресовано классным руководителям, социальным педагогам, психологам, методистам и др.

ISBN 978-9967-9470-7-8

УДК 372.8

ББК 74.26

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	5
<b>1. Тематика классных часов для 5 класса</b> .....	7
5. 1. Мой характер .....	7
5. 2. Изменение моего настроения и мои чувства .....	10
5.3. Я познаю себя.....	13
5.4. В мире профессий.....	16
<b>Тематика классных часов для 6 класса</b> .....	20
6.1. Мои склонности, увлечения и свободное время.....	20
6.2. Мои склонности и любимая профессия .....	22
6.3. Ценные качества для получения профессии .....	25
6.4. Стереотипы о специальностях .....	28
<b>Тематика классных часов для 7 класса</b> .....	32
7.1. Мои сильные и слабые стороны.....	32
7.2. План выбора профессии.....	34
7.3. Мои навыки, склонности и таланты .....	39
7.4. Анализируем профессии в соответствии с нашими склонностями .....	43
<b>Тематика классных часов для 8 класса</b> .....	46
8.1. Умеем ли мы слушать?.....	46
8. 2. Учимся слушать друг друга с пониманием .....	52
8.3. Современная картина мира труда.....	55
8.4. Основные навыки/компетенции, требуемые в разных профессиях.....	57
<b>Тематика классных часов для 9 класса</b> .....	61
9.1. Учимся неконфликтному общению .....	61
9.2. Профессиональные отрасли .....	64
9.3. Учимся анализировать свои качества и навыки.....	68
9.4. Учеба и профессии. Критерии выбора учебных заведений.....	74
<b>Тематика классных часов для 10 класса</b> .....	78
10.1. Постановка целей и тайм-менеджмент .....	78
10.2. Как соотносятся наши мечты о будущей с реальностью.....	83
10.3. Значение выбранной профессии .....	85
10.4. Мой путь при выборе профессии.....	91
<b>Тематика классных часов для 11 класса</b> .....	93

11.1. Познаем свой внутренний мир .....	93
11.2. Колесо жизненного баланса.....	98
11.3. Непрерывное образование.....	102
11.4. Мое решение.....	106
<b>ТЕМАТИКА РОДИТЕЛЬСКИХ СОБРАНИЙ .....</b>	<b>108</b>
<b>Тематика собраний для 5 класса .....</b>	<b>109</b>
5.5. Развитие ребенка в самопознании и профессии.....	1019
<b>Тематика собраний для 6 класса .....</b>	<b>114</b>
6.5. Значение самосознания в развитии ребенка. Стереотипы, сформированные специальностями .....	114
<b>Тематика собраний для 7 класса .....</b>	<b>118</b>
7.5. Увлечения ребенка .....	118
<b>Тематика собраний для 8 класса .....</b>	<b>123</b>
8.5. Умение слушать внимательно. Умения, свойственные представителям различных профессий.....	123
<b>Тематика собраний для 9 класса .....</b>	<b>126</b>
9.5. Правильный выбор профессии – основа успешной жизни.....	126
<b>Тематика собраний для 10 класса .....</b>	<b>128</b>
10.5. Особенности выбора профессии. Постановка цели.....	128
<b>Тематика собраний для 11 класса .....</b>	<b>132</b>
11.5. Моя профессия – источник моего благополучия.....	132
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....</b>	<b>135</b>
<b>ПРЕДЛАГАЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА .....</b>	<b>136</b>
Приложение для учителя.....	137

# ВВЕДЕНИЕ

Каждый ученик рано или поздно встает перед выбором своей дальнейшей профессии. Эта проблема достаточно сложная, так как активная позиция в этом плане у многих детей еще не сформирована. Для учащихся вопросы профориентации значимы, знакомы, но далеко не все себе представляют, с какой стороны подойти к осознанному их решению. Поэтому важна помощь педагогов, родителей, значимых взрослых на этапе формирования готовности к профессиональному самоопределению.

Те проблемы, которые испытывают учащиеся школ в профессиональном самоопределении, заставляют нас по-новому взглянуть на организацию профориентационной работы в школе. Учащиеся должны владеть не только комплексом необходимых знаний, умений и навыков, но и обладать такими личностными качествами, которые помогут им в будущем реализовать себя в профессиональном и социальном плане.

Существенное отличие современного понимания профориентационной работы заключается в ее нацеленности не на выбор конкретной профессии каждым учеником, а на формирование неких универсальных качеств у учащихся, позволяющих осуществлять осознанный, самостоятельный профессиональный выбор, быть ответственным за свой выбор, быть профессионально мобильным.

Профориентационная работа в школе – это система учебно-воспитательной работы, направленная на усвоение учащимися необходимого объема знаний о социально-экономических и психофизических характеристиках профессий, система наших с вами мероприятий, обеспечивающих научно-обоснованный выбор профессии. Это комплекс психолого-педагогических мер, направленный на самопознание и профессиональное самоопределение школьника. Он реализуется через учебно-воспитательный процесс, внеурочную и внешкольную работу с учащимися.

Естественно, важно помнить, что профориентационная работа в школе приносит только тогда пользу, когда привлечен не только весь педагогический коллектив, но и родительская общественность.

## **Целью профориентационной работы в школе является:**

- Оказание поддержки учащимся в процессе выбора профессии и сферы будущей профессиональной деятельности;
- выработка у учащихся самосознания по профессиональному самоопределению в условиях свободы выбора сферы деятельности, в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда.

## **Задачами профориентационной работы являются:**

- получение данных о предпочтениях, склонностях и возможностях учащихся;
- выработка гибкой системы преемственности между ступенями обучения и воспитания.

Внеурочные занятия, прежде всего, направлены на изучение учащимися своих личностных особенностей, формирование реалистичной самооценки, знакомство с миром профессий, требованиями рынка труда и образовательных услуг, правилами выбора профессии и планирования карьеры. Важной частью этих занятий является помощь учащимся самоопределиться в своей будущей профессии.

Структура пособия состоит из введения, двух частей, заключения и рекомендуемой литературы. Первая часть пособия посвящена классным часам для учащихся 5-11 классов. Содержание распределено по темам с учетом возрастных особенностей учащихся.

Вторая часть пособия посвящена родителям для проведения занятий на собраниях. В процессе общения с родителями отмечается важность роли семьи в выборе профессии, оказание помощи подростку в профессиональном самоопределении, учета его склонностей и интересов.

Материал пособия представлен с применением различных интерактивных методик, в числе которых «мозговой штурм», ролевые игры, упражнения, работа с таблицами. Используются и такие активные формы, как работа в команде, в группе, дискуссии, разбор жизненных ситуаций, презентации и др.

При использовании настоящего методического пособия, педагогу рекомендуется запланировать проведение занятий для каждой параллели (5-11 классов) ежегодно с января по февраль как месячника по профориентации, в рамках классных часов или внеурочных занятий. Последовательное проведение уроков для каждой параллели важно для достижения эффективности и создания целостной картины у учащихся о важности осознанного выбора профессии.

# ТЕМАТИКА КЛАССНЫХ ЧАСОВ ДЛЯ 5 КЛАССА

## 5. 1. Мой характер

**Цель занятия:**

Учащиеся начинают осознавать свою личность.

**Ожидаемые результаты:**

- ✓ учащиеся начинают осознавать свою личность;
- ✓ узнают, какими качествами нужно обладать, чтобы стать личностью;
- ✓ определяют соответствующие качества;
- ✓ умеют называть качества, которыми обладают.

**План занятия:**

№	Метод/этапы проведения занятия	Время	Необходимые средства
1.	Объявление темы, цели и ожидаемых результатов занятия	2 минуты	Ватман, на котором написаны тема, цель и ожидаемые результаты занятия, или проектор
2.	Мозговой штурм	5 минут	
3.	Осмысление Работа в группах	8 минут	Бумага А4, скотч
4.	Рефлексия. Презентация	25 минут	Ватман, бумага, скотч
5.	Обратная связь. Подведение итогов занятия	5 минут	
<b>Всего</b>		<b>45 минут</b>	

**Ход занятия:**

Приветствие с учениками. Учитель объявляет тему занятия.

– Тема нашего сегодняшнего занятия – «Мой характер».

Всем ли понятна тема? *(Если дети поняли тему, вы можете продолжить занятие. Если у них возникнут вопросы, разьясните вместе с детьми. Можете привести словарное определение термина «характер»).*

**Характер** – это признак, различающий людей по поведению, поступкам в типичных обстоятельствах. Характер является неповторимой особенностью каждого индивида, человека.

- Дети, вы можете к концу занятия:
  - Начинать осознавать свою личность.

- Узнать, какими свойствами нужно обладать, чтобы стать личностью.
  - Научиться определять соответствующие качества характера.
  - Уметь называть качества, свойственные вам.
- Хотите ли вы такого результата занятия? (Обсудите вопрос с учениками. При необходимости дополните вышеприведенный перечень. Продолжите занятие, когда убедитесь, что все ученики уверены в достижении ожидаемых результатов).

### Затем проведите обсуждение следующих вопросов:

- Что такое качество?
- Какие виды качества вы знаете?
- Что выражают в человеке качества?

**Качество** – это особенность или свойство, которое составляет характер человека и отличает его от других людей.

Учащиеся делятся на четыре группы, рассчитываясь на «раз... четыре». Каждой группе дается раздаточный материал, который содержит следующие задания.

### Инструкция:

– Ребята, здесь написано по одному качеству каждого человека. Найдите и допишите еще по три качества. На эту работу у вас есть 3 минуты.

мама	учитель	дедушка	младенец
заботливая	образованный	умный	милый

Каждая группа проводит презентацию своей работы. Представители других групп делятся своими идеями. (Учитель должен объяснять смысл некоторых качеств, о которых говорят ученики. Учащиеся должны определить, в каких обстоятельствах хороши, а в каких – нежелательны, и отмечать, причиной каких ситуаций могут стать эти качества).

После этого упражнения учащиеся делятся на две подгруппы, рассчитываясь на «раз-два». Каждому даётся лист формата А4 и кусок бумажного скотча. Те, кто оказался в первой группе, делают 1 шаг и образуют внутренний круг, а те, кто в группе «два» становятся внешним кругом. Учащиеся во внешнем и внутреннем кругах встают лицом друг к другу и образуют пары (если кто-то останется один, с ним пару составит сам учитель). Напарники прикрепят листы на плечи друг-друга. Затем внутренний круг повернется спиной к внешнему.

### **Учитель объясняет условие:**

– Каждый ученик из внешнего круга запишет одно качество на листе, прикрепленном на плече своего напарника. Когда я похлопаю, внешний круг двигается влево и пишут на листе следующего ученика название другого качества. Важно, чтобы они не повторялись. Если вы не найдете нового, можете ничего не писать. Когда запишут все качества, оба круга повернутся во внешнюю сторону. Теперь пишут ученики из внутреннего круга на спинах детей внешнего круга.

Постарайтесь запомнить, чьи качества из одноклассников похожи на ваши. *(Попросите 2-3 учеников повторить инструкции, чтобы убедиться, что все понимают. Начните упражнение, только когда убедитесь, что все понимают).*

*После выполнения задания поблагодарите учеников и попросите их передать листы друг другу. Учащиеся садятся в круг. Дайте им 1-2 минуты, чтобы ознакомились с перечнем качеств, написанных одноклассниками, и раздайте по одному листу формата А4.*

### **Учитель дает следующее задание:**

– Ребята, положите левую руку на лист. Сделайте рисунок, обведя линией пальцы. Напишите свое имя на рисунке ладони. Выберите пять качеств из своего листа, которые считаете наиболее подходящими себе, и запишите на пальцы – большой, указательный, средний, безымянный, мизинец. *(Перед началом работы убедитесь, что все правильно понимают условия задания).*

### **Подведение итогов занятия**

Занятие заканчивается обсуждением следующих вопросов:

- Какие ваши качества правильно определили одноклассники? Почему?
- Какие качества, по вашему мнению, написаны ошибочно? Почему?
- Были ли в списке какие-то качества, которые вас удивили? Почему?
- Какие качества совпадают у большинства учащихся? В чем причина?
- Какое впечатление получили на этом занятии? Почему?

Напомните детям цель и ожидаемые результаты занятия, проведите краткое обсуждение, как они достигаются.

### **Домашнее задание:**

Учитель объясняет условия задания ученикам.

– Уважаемые ученики, заведите отдельную тетрадь для занятий по профориентации. В ней будете выполнять классные и домашние работы.

Поговорите с членами семьи о качествах, написанных на рисунке, и выслушайте их мнение. Заполните дерево качеств для членов семьи, живущих вместе. Напишите имя одного человека в каждой ветви, а его качества – на маленьких ветвях. Если количества веток не хватает, можете дорисовать новые. Подумайте, какие качества преобладают у членов вашей семьи.

## 5.2. Изменение моего настроения и мои чувства

### Цель занятия:

- ✓ Ученики закрепляют свои знания о настроении, причинах его изменения и чувствах.

### Ожидаемые результаты

#### Ученики:

- ✓ дают определение понятию настроение;
- ✓ научатся наблюдать, как влияет настроение на чувства и наоборот;
- ✓ узнают, в каких ситуациях изменяется настроение;
- ✓ научатся управлять настроением и поддерживать позитивные чувства.

### План занятия:

№	Метод/этапы проведения занятия	Время	Необходимые средства
1	Объявление темы, цели и ожидаемых результатов занятия	2 минуты	Ватман, на котором написаны тема, цель и ожидаемые результаты занятия, или проектор
2	Мозговой штурм.	5 минут	
3	Осмысление. Работа в группах	8 минут	
4	Рефлексия. Презентация	25 минут	
5	Обратная связь. Подведение итогов занятия	5 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

На этом занятии требуется 4 парты для работы в группах. Их следует разместить еще до начала занятия в четырех углах классной комнаты. А стулья нужно расставить в круг.

Приветствуя учеников и обращая их внимание на занятие, учитель проверит домашнее задание на основе следующих вопросов (обсуждение ответов следует связать с новой темой):

– Вы поговорили со своими родителями, узнали их мнение о качествах, названия которых написаны на рисунке ладони? Спросили, какие у них положительные качества? Кто хочет поделиться своими мыслями? (Если вы заметили, что кто-то из учащихся стесняется

говорить, подбодрите его, сказав: «Может быть, ты скажешь?» Важно, чтобы беседа постепенно переросла в дискуссию. Необходимо поддерживать учащихся, которые рассказывают о своих качествах. Осуществляйте формативное оценивание. Направляйте обсуждение так, чтобы постепенно перейти к новой теме).

Скажите ученикам, что на прошлом занятии речь шла о том, что важно знать свою личность и свои качества, размышляли о них. А сегодня у нас новая тема: **«Изменение моего настроения и мои чувства»**. На этом занятии мы должны достичь следующих результатов:

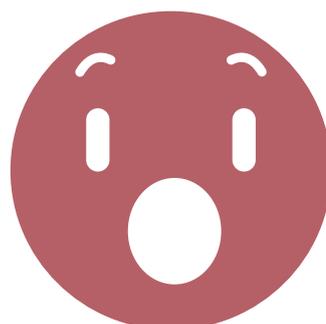
- дать определение понятию настроение;
- научиться наблюдать, как влияют друг на друга настроение и чувства;
- узнать, в каких ситуациях изменяется настроение;
- формируете у себя такие качества, которые способствуют изменению настроения в лучшую сторону и вызовут позитивные чувства.

**Настроение** – это текущее состояние ума и эмоций. Если вы счастливы сейчас, у вас хорошее настроение.

Обсуждайте с учащимися тему и ожидаемые результаты занятия, задавая соответствующие вопросы. При необходимости внесите корректировки.

**В начале следует выполнить следующее упражнение.**

Учитель просит детей обратить внимание на смайлики, висящие на четырех стенах класса. Пусть те, кто пришел на занятия радостно, встанут у смайлика желтого цвета, кто шел из дома с возмущением – у красного, с чувством юмора – у зеленого, а грустные – у синего смайлика. Тут надо рассказать о своем настроении и о соответствующих причинах перед другими группами. Дети должны готовиться заранее, чтобы отчетливо рассказать о состоянии своего настроения.



**В конце презентации будут обсуждаться следующие вопросы:**

- Что стало причиной вашего настроения?
- Что такое настроение?

**Ответы учащихся записываются на ватмане или доске.**

- Что такое чувство?
- Ребята, мы обсудили ваше понимание настроения и написали варианты-тезисы на доске. Теперь посмотрите на сюжет ниже и сравните его идеи со своими мнениями.

Показ видео с 1 секунды до 1 мин. 45 секунд по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=bKZ4WSoXGYw>. Затем задаются следующие вопросы:

- *Ребята, чем вы можете дополнить свои понятия о настроении и чувствах после просмотра сюжета?*
- *Влияет ли настроение на чувства? Каким образом?*

Обсуждение ведется по вышеуказанным вопросам. Работа выполняется в малых группах с прежним составом.

**Группа 1.** Счастливое настроение – желтые смайлики

**Группа 2.** Сердитое, возмущенное – красные смайлики

**Группа 3.** Шутливое, веселое – зеленые смайлики

**Группа 4.** Грустное – синие смайлики

**Каждой малой группе дается конверт с заданиями.**

**Группа 1. У меня настроение отличное.** Какие чувства у вас бывают при этом? (назовите все, например: радуетесь, ...). К чему ведут эмоции? (например, к хорошему, ...). Как сделать ситуацию еще лучше? (Обсудите и свои мысли отображайте на ватмане творчески. Готовьтесь к совместной презентации. Постарайтесь выразить свои мысли интересно, доступно).

**Группа 2. Я зол.** Какие чувства у вас бывают при этом? (Назовите все, например: возмущаетесь, ...). К чему ведут эмоции? (например: к конфликту, ...). Как выйти из ситуации? (Готовьтесь к совместной презентации. Постарайтесь выразить свои мысли на ватмане интересно, доступно).

**Группа 3. Те, кто шутит и веселится.** Какие чувства у вас бывают при этом? (назовите все, например: бодрость, ...). К чему ведут эмоции? (например, к взаимопониманию с другими, ...). Как сделать ситуацию еще лучше? (Готовьтесь к совместной презентации. Постарайтесь выразить свои мысли интересно, доступно).

**Группа 4. У меня плохое настроение.** Какие чувства у вас бывают при этом? (назовите все, например: грусть, ...). К чему ведут эмоции? (например: к обиде, ...). Как выйти из ситуации? (Готовьтесь к совместной презентации. Постарайтесь выразить свои мысли на ватмане интересно, доступно).

### **Презентация работ**

При презентации учитель должен сосредоточиться на том, чтобы начинали и в конце тоже выступили группы с позитивным настроением. Учитель должен поддерживать позитивный настрой.

#### **Подведение итогов занятия:**

*Что ценного вы получили на этом занятии?*

*Что нужно для хорошего, счастливого настроения?*

*Какие выводы сделали вы из этого занятия?*

*Занятие заканчивается обсуждением этих вопросов.*

Учитель напомним цель и ожидаемые результаты занятия и проведет краткое обсуждение о том, как они достигнуты.

**Домашнее задание:** дарить приятное впечатление кому-нибудь из близких или знакомых. Запомнить процесс и рассказать на следующем занятии.

## **5.3. Я познаю себя**

#### **Цель занятия:**

- ✓ Ученики узнают похожие и отличительные черты с другими людьми.

#### **Ожидаемые результаты**

##### **Ученики:**

- ✓ лучше узнают свои личностные качества;
- ✓ начинают различать качества других людей;
- ✓ научатся сравнивать эти качества;
- ✓ размышляют о качествах, способствующих и мешающих достижению успехов;
- ✓ поймут, что качества характера имеют важное значение для достижения успеха;
- ✓ сделают соответствующие выводы.

### План занятия:

№	Метод/этапы проведения занятия	Время	Необходимые средства
1	Объявление темы, цели и ожидаемых результатов занятия	2 минуты	Ватман, на котором написаны тема, цель и ожидаемые результаты занятия, или проектор
2	Мозговой штурм.	5 минут	
3	Осмысление. Работа в группах	8 минут	
4	Рефлексия. Презентация	25 минут	
5	Обратная связь. Подведение итогов занятия	5 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

Приветствуйте учащихся и мотивируйте их на активность. Слушайте ответы учащихся на вопрос: «Какие качества, по вашему мнению, будут больше всего способствовать успеху?» и обсудите домашнее задание. Здесь важно акцентировать внимание на их самопознании и роли качеств в их отношениях с другими учащимися.

После обсуждения учитель может объявить тему занятия и ожидаемые результаты занятия, и спросить мнение учеников по следующему вопросу, чтобы повысить эффективность занятия:

*– В чем разница между учеником, который знает, какой он, и учеником, который не знает?*

Учитель просит учеников встать в круг по центру классной комнаты и делит их на две группы путем расчета на «раз-два». Те, кто вошел в первую группу, образуют внутренний круг. Вторая группа встает во внешний круг. Учащиеся во внешнем и внутреннем кругах встают лицом друг к другу и образуют пары (если кто-то останется один, с ним пару составит сам учитель).

### Инструкция:

Учитель объясняет, что он будет читать вопросы, а ученики должны будут отвечать на них. Когда учитель хлопает один раз, на вопрос ответят ученики из внутреннего круга. При втором хлопке – из внешнего круга. Когда учитель хлопает три раза, внешний круг переместится на шаг влево, т.е. по часовой стрелке. Таким образом образуются новые пары. Действия продолжатся до тех пор, пока не встретятся первые пары вновь.

Работу следует начать после того, как 2-3 ученика ответят утвердительно на вопрос, поняли ли они условия задания полностью.

(Когда определяются все пары, учитель просит участников внимательно выслушать первый вопрос).

*– Как вас звали ласкательно, когда вы были маленькими? Почему?*

(После того как все пары ответят на вопрос, учитель дважды похлопает и задает его ученикам из внешнего круга. Затем похлопает три раза, чтобы образовались новые пары. Еще один хлопок – и учитель прочтет следующий вопрос:

*– Какое твое качество нравится самому себе?*

Когда все пары ответят, учитель похлопает дважды и задает тот же вопрос ученикам из внешнего круга. Затем он похлопает три раза, и создаются новые пары. Задается следующий вопрос.

Так продолжится до тех пор, пока не воссоединятся первые партнеры.

### **Вопросы:**

1. Чьи качества нравятся тебе больше всего из членов семьи? Почему?
2. Какое из твоих качеств нравится тебе самому?
3. Какими видами спорта интересуешься?
4. Какие качества человека ты считаешь хорошими?
5. Какие качества тебе не нравятся?
6. Какое качество у тебя самое сильное?
7. Кто из мультипликационных персонажей тебе нравится? Почему?
8. Какие персонажи тебе не нравятся? Почему?
9. Мог бы ты помогать другим по собственной воле?
10. С какой работой мог бы ты лучше всего справляться в будущем?

Если количество вопросов недостаточно для выполнения упражнения, учитель может составить дополнительные, чтобы ученики размышляли о своих качествах.

Подведение итогов занятия:

- Что оказалось новым для вас на этом занятии?
- О каких качествах вы узнали впервые у своих одноклассников?
- Какие качества у других похожи на ваши?
- Какие качества у других не похожи на ваши?
- Что вас удивило?

Занятие заканчивается обсуждением этих вопросов.

Учитель напомним детям цель и ожидаемые результаты занятия, проведет краткое обсуждение, как они достигаются.

**Домашнее задание:** подумай, вынеси решение и заполни следующую схему:

<p><b>Одноклассники, с которыми совпадают наши качества %</b></p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p><b>Одноклассники, чьи качества не похожи на мои:</b></p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p><b>У нас похожи следующие качества:</b></p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p><b>У нас не похожи следующие качества:</b></p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

**Примечание:** Следующее занятие будет на тему «Что такое сокращение?». Поэтому, принимая во внимание количество учеников, возможности работать в подгруппах, учитель заранее приглашает из числа родителей на занятие представителей трех или четырех разных профессий.

## 5.4. В мире профессий

### Цель занятия:

- ✓ Ученики получают представление о профессиях.

### Ожидаемые результаты

#### Ученики:

- ✓ узнают, что такое профессия;
- ✓ поймут, что профессия – источник жизненных благ;
- ✓ могут сравнить различные профессии.

### План занятия:

№	Метод/этапы проведения занятия	Время	Необходимые средства
1	Объявление темы, цели и ожидаемых результатов занятия.	2 минуты	Ватман, на котором написаны тема, цель и ожидаемые результаты занятия, или проектор.
2	Мозговой штурм	5 минут	
3	Осмысление. Работа в группах.	8 минут	Ватман, маркеры различных цветов, бумажный скотч, цветная бумага.
4	Рефлексия. Презентация.	25 минут	
5	Обратная связь. Подведение итогов занятия.	5 минут	
<b>Всего</b>		<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

Занятие следует начинать без запроса домашней работы. На новом занятии будут закрепляться те знания, которые дети должны были получить, выполняя домашнее задание.

Учитель тепло поздоровается с учениками и объявит тему, цель и ожидаемые результаты нового занятия, обсудит их вместе с детьми. Представит классу приглашенных родителей и поблагодарит их за участие на занятии.

Ученики садятся в круг.

Вначале учитель спросит у учащихся и гостей, что такое профессия. Выслушав ответы, он прочтет определение профессии, чтобы дополнить и обобщить все сказанное.

Профессия – это работа, которой мы посвятим треть своей жизни, чем мы занимаемся. Чтобы получить ее, мы после окончания средней школы поступаем в средние или высшие учебные заведения. Овладев профессией, вы будете зарабатывать на жизнь.

### Инструкция:

Сначала родители расскажут о себе:

1. Кому из класса кем приходится (папой, мамой, дядей и т.п.).
2. Назовут свои имена и профессии.

### Затем учитель объясняет, что ученики должны рассказать гостям о себе:

1. Представиться.
2. Описать свои качества в себе и объяснить их значение. Например: Меня зовут Марат. Я активен. Я выполняю любую работу с увлечением. Меня зовут Айгуль. Я чистоплотная. Люблю наводить чистоту и порядок везде. (Работу следует начинать, когда все ученики поймут условия задания. Чтобы убедиться в этом, спросите у 2-3 из них).

А гостей просит запоминать имена и качества учащихся или записывать их на листке. Гости отмечают тех учеников, чьи качества соответствуют их собственным профессиям, распределяя их между собой примерно поровну.

После того как ученики представляются, учитель дает слово гостям.

### **Инструкция для гостей:**

*Гости по очереди обращаются к учащимся.*

**Гость 1:** *Теперь мы разделим и пригласим вас в наши команды.*

**Гость 2:** *Наши собственные дети будут в команде других.*

**Гость 3:** *Итак, пусть называет себя сын или дочь 1-го родителя и подойдет ко мне в команду.*

**Гость 1:** *А ребенок 2-го родителя – ко мне.*

**Гость 2:** *Я приглашаю сына или дочь 3-го родителя.*

**Гость 3:** *(Назовет имя ученика и пригласит к себе).*

*Так сформируется 3 или 4 малых группы.*

### **Инструкция:**

Учитель обращается к ученикам:

– *Уважаемые ученики, теперь обратите внимание на инструкцию по работе в малых группах. (Инструкция отображается на проекторе или предварительно будет записана на ватмане и висит на видном месте до конца занятия):*

1. Каждая команда садится в круг отдельно.
2. Спросите у гостя – лидера вашей команды, что такое профессия. Дайте определение профессии.
3. Спросите у нашего гостя про его профессию и о том, какие качества требуются для овладения ею.
4. Определите преимущества профессии нашего гостя.
5. Спросите у гостя, люди с какими качествами не могут овладеть этой профессией и почему.

(После ответов гостей выделите время, чтобы дети подготовились к презентации: спланировать, кто и как должен выступить и представить классу согласованное содержание. Объясните, что оценивается также творческий подход. Они могут использовать ватман, маркеры, наклейки, цветные листы и т.д.).

Перед началом презентации все ученики вместе садятся в большой круг, чтобы был виден выступающий и слышен его голос.

### **Занятие продолжится презентациями учеников.**

(Напомните детям, что когда одна команда выступает с презентацией, члены других команд должны внимательно слушать, чтобы затем задавать соответствующие вопросы. Важно, чтобы ответы детей были дополнены комментариями гостей).

### **Подведение итогов занятия:**

После завершения презентаций занятие завершается обсуждением следующих вопросов:

1. Что такое профессия?
2. Какова связь между личными качествами и профессией?

Учитель напомним детям цель и ожидаемые результаты занятия, проведет краткое обсуждение, как они достигаются.

### **Домашнее задание:**

Учащиеся должны побеседовать со старшими членами семьи (родителями, дедушками и бабушками, старшими братьями или сестрами и др.) о том, какие личностные качества способствовали им в достижении успехов в своих профессиях.

# ТЕМАТИКА КЛАССНЫХ ЧАСОВ ДЛЯ 6 КЛАССА

## 6.1. Мои склонности, увлечения и свободное время

### Цель занятия:

- ✓ Научить учеников определять свои склонности, увлечения и, сравнивая их со склонностями и увлечениями других, анализировать, какого рода увлечения могут пригодиться в освоении будущей профессии.

### Ожидаемые результаты

- ✓ Формирование социально-коммуникативной компетентности, а также навыков организации своего свободного времени с ориентиром на будущую профессию.

### План занятия

№	Метод/этап занятия	Время	Ресурсы
1.	Объявление темы и целей занятия	2 минуты	
2.	Инструкция для проведения упражнения	5 минут	
3.	Упражнение «Знакомство с нашими склонностями»	25 минут	<ul style="list-style-type: none"><li>– колонка, запись ритмичной музыки.</li><li>– учитель должен заранее подготовить вопросы, которые будут задаваться учащимся во время занятия.</li><li>– расстановка стульев и парт для создания свободного пространства.</li></ul>
4.	Подведение итогов занятия. Рефлексия	13 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

Занятия профориентации в 5 классе были посвящены самопознанию учащихся и их знакомству друг с другом. На этот раз учащиеся освоят интересные и приятные способы знакомства со склонностями и увлечениями друг друга, применение которых позволит за короткий промежуток времени получить максимум информации о своих одноклассниках. А доброжелательная и позитивная атмосфера занятий будет этому способствовать.

*К сведению учителя:*

Старайтесь, чтобы в упражнении, где нужно делиться своим мнением, вовлекались все учащиеся. Важно учитывать психологические и поведенческие особенности детей данного возраста, уделять внимание стеснительным учащимся, всячески поддерживая их. Подчеркните, что по условиям упражнения необходимо отвечать на все вопросы.

- ✓ Так как вы классный руководитель, при подготовке к занятию учитывайте социальное положение учащихся (полная или неполная семья, и т.д.), наличие у них особенностей здоровья и связанные с инклюзией моменты.
- ✓ Во время выполнения этого упражнения у учащихся не должны возникать чувства дискриминации, неудобства или опасения.
- ✓ Убедитесь, что озвученные вопросы понятны всем; при необходимости можете заменить некоторые из вопросов (но не более 2-3 вопросов).

Учащиеся работают в парах. Если кто-то остался без напарника, то учитель сам может поработать с ним.

### **Ход упражнения**

Учитель просит учеников разделиться на две группы, рассчитавшись на «раз-два». Те, кто оказался в первой группе, делают 1 шаг и образуют внутренний круг, а те, кто остался в группе «два», становятся внешним кругом. Оба круга встают лицом друг к другу и образуют пары. Если кто-то из учащихся останется без пары, то на помощь приходит учитель и становится напарником этого ученика.

Учитель объясняет учащимся, что он будет зачитывать вопросы, на которые они должны отвечать вместе. Когда учитель похлопает один раз, отвечают те учащиеся, которые стоят во внутреннем круге, обращаясь к напарникам во внешнем круге. Когда учитель похлопает два раза, на тот же вопрос отвечают те, которые стоят во внешнем круге, обращаясь каждый к своему напарнику во внутреннем круге. Если же учитель похлопает три раза, внешний круг сдвинется на один шаг влево по часовой стрелке – образуются новые пары. После этого преподаватель озвучивает следующий вопрос и вновь хлопает. Работа продолжится до тех пор, пока учащиеся не сделают полный круг и не встретятся вновь первые пары.

Попросите 2-3-х учащихся повторить условия и только после того, как все поймут правила, начинайте упражнение.

### **Вопросы для упражнения:**

1. Чем ты занимаешься в свободное от занятий время?
2. Каким занятием/курсами ты бы хотел заниматься после занятий? Почему?
3. Кем ты хочешь работать/стать в будущем?
4. Какая у тебя мечта?
5. Какое качество ты хотел бы изменить у себя? Почему?
6. Как ты думаешь, исходя из чего человек должен выбрать себе профессию?
7. Как ты думаешь, какие твои качества помогут достичь тебе успехов в будущей профессии?
8. Есть ли у тебя качества, которые могут помешать тебе в достижении успеха?

9. Какие качества ты ценишь в других людях? Почему?
10. Какой фильм или книга повлияли на формирование твоей личности? Почему?
11. Как ты думаешь, какие люди больше всего остаются в памяти окружающих?
12. Расскажи о случаях, когда ты сделал что-то хорошее другим, например, протянул руку помощи.
13. Какой след в жизни или истории ты бы хотел оставить после себя?

Учителю важно заранее подготовить необходимые вопросы, которые будут способствовать размышлению учащихся о своих качествах.

#### **Подведение итогов занятия:**

Учитель просит всех учащихся сесть на свои места и проводит обратную связь с помощью следующих вопросов:

1. Чьи склонности и увлечения удивили вас?
2. Какие из увлечений одноклассников, которые вы услышали, могли бы помочь ему/вам в будущей профессии?
3. Что было интереснее и неожиданнее всего?
4. Какие увлечения одноклассников, которые прозвучали, могли бы помочь вам в вашей будущей профессии?

**Домашнее задание:** напишите, развитие каких увлечений/интересов и умений помогло бы вам в будущей профессии.

## **6.2. Мои склонности и любимая профессия**

#### **Цель занятия**

- ✓ Выявить сходства и различия увлечений учащихся и способствовать проявлению интереса к новым хобби, которые могут быть полезны в будущей профессии.

#### **Ожидаемые результаты**

- ✓ ученики расширят свои представления о разных видах творческой деятельности и научатся соотносить свои способности, склонности с особенностями других людей;
- ✓ ученики научатся анализировать потребность в творческой самореализации на основе увлечений и интересов, которые могли бы помочь для будущей профессии;
- ✓ ученики будут развивать навыки принятия решений и высказывания своей позиции.

### План занятия:

№	Метод/этап занятия	Время	Ресурсы
1.	Объявление темы и целей занятия	5 минут	
2.	Упражнение «Займи позицию»	25 минут	Скотч, маркер, листы А4, на которых написаны слова: ДА, НЕТ, ВОЗМОЖНО
3.	Подведение итогов занятия	15 минут	Вопросы
ВСЕГО		45 минут	

Учащиеся займут позиции в соответствии с вопросами и утверждениями, сопоставляют их со склонностями и увлечениями одноклассников. Поскольку упражнение выполняется в коллективе, то надо создать такую атмосферу, чтобы все чувствовали себя свободно, никто не стеснялся. Учащиеся учатся быстро мыслить и быстро анализировать, а также оперативно принимать решения. Помимо этого, учащиеся лучше узнают друг друга.

На этом занятии учащиеся активно перемещаются из одной зоны в другую, находя схожие склонности, увлечения, черты друг у друга. Упражнение способствует сплочению и сближению учащихся. При подведении итогов занятия можете подвести детей к выводу о том, что, несмотря на уникальность каждого человека, у нас много схожего, и это объединяет нас! Поэтому, если искать друг в друге не различия, а схожие черты, легче найти общий язык и подружиться.

Разделите помещение класса на три равных пространства и для ориентировки наклейте на полу бумажный скотч, сделав три равных отрезка. Напротив каждого такого отрезка на стене приклейте в перевернутом виде листы бумаги со словами: «ДА» – в первой зоне, «ВОЗМОЖНО» – посередине, «НЕТ» – в последней части.

### Вниманию учителя:

- ✓ при составлении вопросов следует учитывать социальное положение и состояние здоровья учащихся, их психические особенности. Вопросы не должны ставить никого в неудобное положение, подавлять морально и обострять эмоциональное состояние;
- ✓ перед началом упражнения необходимо напомнить, что каждый учащийся уникален и нельзя смеяться над тем, кто оказался один при выборе какого-то варианта ответа;
- ✓ учитель напоминает учащимся, что каждый учащийся должен отвечать за себя – не подражать одноклассникам.

Учитель заранее на одной стене класса вешает 3 листа формата А4 со словами «ДА», «ВОЗМОЖНО», «НЕТ». Желательно, чтобы между листами расстояние было 1,5-2 метра. Листы должны быть приклеены в перевернутом виде, чтобы учащиеся не могли прочитать, что там написано.

После обсуждения домашнего задания учитель просит участников встать напротив стены, где развешаны листы. Затем учитель открывает эти листы и показывает, что на них написано и что помещение класса условно поделено на три части: первая зона для ответа «ДА», вторая – «ВОЗМОЖНО», третья – «НЕТ».

### Учитель обращается к учащимся:

«Ребята, я сейчас буду зачитывать утверждения. Если вы согласны с этим утверждением, то вы встаете в той части помещения, где на стене висит лист со словом «ДА». Если вы считаете, что «ВОЗМОЖНО», то вы встаете там, где висит лист бумаги со словом «ВОЗМОЖНО». И, наконец, напротив листа со словом «НЕТ» встают те, кто не согласен с зачитанным утверждением. Отвечать надо честно. Если на линии окажется несколько учащихся, выстройтесь в ряд, чтобы вас можно было отличить от учащихся, давших другие ответы. Помните, что сначала нужно подумать над утверждением, ответить на него про себя и только потом выбирать, куда становиться. Это очень важно. Пока вы стоите, обратите внимание, кто стоит с вами на одной линии, а кто оказался в другой зоне – с кем-то или один, и запомните, кто какие дал ответы. У каждого есть свои особенности. Поэтому даже если вы окажетесь совершенно одни, оставайтесь там, так как это ваш личный выбор. Если вы остались одни, это не значит, что вы хуже или лучше других. Другие же не должны шутить или издеваться над тем, кто остался один. Нужно помнить, что это личный выбор учащегося и его особенность».

Занятие начинается после того, как 2-3 учащихся правильно озвучат инструкцию, и все в классе поймут правила.

- Учащиеся, которые считают себя таковыми, встают напротив листка с ответом **«ДА»**.
- Те, кто допускает, что они весельчаки, встают напротив листка с ответом **«ВОЗМОЖНО»**.
- И, наконец, напротив листка с ответом «НЕТ» встают те, кто не причисляет себя к весельчакам.

Убедившись в том, что все учащиеся поняли задание, учитель начинает читать вслух утверждения.

### Утверждения:

1. «Я уже выбрал для себя будущую профессию»
2. «Я могу внимательно выслушать другого»
3. «Все мое свободное время связано с будущей профессией»
4. «Я изучаю английский, так как это поможет мне в будущей профессии»
5. «Я люблю давать приказы и управлять процессом»
6. «Я стесняюсь выступать перед аудиторией»
7. «Я всегда планирую свой распорядок дня»
8. «Я считаю, что каждый должен выбрать профессию по своему желанию»
9. «Я думаю, что профессию нужно выбирать исходя из своих интересов, способностей»
10. «Я оптимист»
11. «Я могу быстро найти общий язык в новом коллективе»
12. «Я прямой(ая): могу открыто высказать свое мнение и не волнуюсь, что могу кого-то обидеть»
13. «Я считаю, что человеку нельзя навязывать свое мнение при выборе профессии»

14. «Каждая профессия почетна!»
15. «Я ответственный(ая): мне можно поручить важное задание»
16. «Я организованный(ая): я заранее, тщательно планирую свои дела»
17. «Я пунктуальный(ая): я всегда прихожу вовремя»
18. «Я трудолюбивый(ая): я люблю работать и не сидеть без дела»
19. «Я неконфликтный(ая): мне легче решить любые вопросы мирным путем, без конфликтов»
20. «Я вспыльчивый(ая): мне иногда сложно контролировать свои эмоции».

Упражнение продолжается таким образом. Учитель может периодически обращаться к учащимся, которые расположились у соответствующих листов с ответами «ДА», «НЕТ», «ВОЗМОЖНО», чтобы узнать, почему они так ответили. Можно выслушать ответы одного или нескольких представителей каждой группы. Это позволит услышать разное мнение учащихся и провести упражнение интересно.

#### **Рефлексия и подведение итогов занятия:**

Учитель благодарит учащихся за активное участие и проводит обратную связь с помощью следующих вопросов:

1. Какие мысли у вас возникли, когда вы стояли с кем-то у одного листа?
2. Какие мысли у вас возникли, когда вы оказались у разных листов с кем-то?
3. Какие вопросы вас удивили?
4. Были ли среди вопросов такие, которые заставили вас задуматься? какие?
5. Поможет ли тебе это занятие измениться?

**Домашнее задание:** написать сочинение на тему: «Насколько важно развивать наши навыки в зависимости от нашей будущей профессии?»

## **6.3. Ценные качества для получения профессии**

#### **Цель занятия:**

- ✓ Учащиеся осознают и определяют особые качества в себе, нужные для освоения профессий.

#### **Ожидаемые результаты.**

##### **Учащиеся:**

- ✓ построят пирамиду качеств, важных для получения профессий;
- ✓ анализируют качества, подходящие к разным профессиям.

**План занятия:**

№	Этапы занятия, методы/ способы	Время	Необходимые средства
1.	Орг. момент: приветствие, создание благоприятной атмосферы в классе	2 минуты	
2	Определение ценных качеств	15 минут	Карточки, на которых указаны ценные качества
3	Пирамида ценностей	15 минут	Конверт, в который положен лист с названиями профессий, ватман, маркер, бумажный скотч
4	Презентации групп	10 минут	
6	Подведение итогов занятия	3 минуты	
<b>Всего</b>		<b>45 минут</b>	

**Ход занятия:**

Учитель раздает ученикам карточки с названиями ценных качеств людей.

**Карточка:**

честный	старательный	терпеливый	отзывчивый
понятливый	толерантный	независимый	решительный
внимательный	с развитым воображением	искренний	благодарный
пунктуальный	свободно выбирает	щедрый	сравнивает
способный к сотрудничеству	поддерживает других	уверен в себе	выносливый
справедливый	доверчивый	готов помогать другим	ответственный
пунктуальный	толерантный	не мстительный	эрудированный
общительный	любит знакомиться с людьми	терпеливый	умеет прощать
открытый	умеет поддерживать	надежный	небезразличный

После того как ученики ознакомятся с карточками, учитель предлагает им выбрать по одному из списка качеств, которое присуще себе, дополнить нижеприведенные предложения в соответствии своему пониманию и объяснить свой выбор.

Чтобы все было ясно детям, учитель вывесит ватман со следующей таблицей (или выводит на интерактивной доске):

У меня <b>открытый</b> характер. Потому что я <b>всегда открыто высказываю свои мысли.</b>	У меня .... характер. Потому что.....
Мне нравится быть <b>терпеливым.</b> Потому что терпеливый человек <b>избегает конфликтов.</b>	Мне нравится ..... Потому что .....

Когда ученики запишут о качествах, которые присущи или нравятся им, учитель попросит их прокомментировать свой выбор.

После этого упражнения учитель вместе с учениками построит **пирамиду важных качеств**, относящихся к профессии воспитателя.

#### **Инструкция:**

На вершину пирамиды следует записать название профессии, затем на первый, второй и третий уровни – три качества, которые соответствуют этой профессии. На четвертый и пятый уровни следует записать название двух хороших качеств, а на последний – еще одного важного (см. образец ниже).





Ученики разделятся на три группы, проговаривая по очереди слова **«честный»**, **«терпеливый»** и **«добросовестный»**, и получают ватманы.

Учитель пригласит по одному представителю от каждой команды и предложит выбрать из разложенных на столе конвертов (*их должно быть 5-6. В конвертах будут листки с названием профессии, например: агроном, IT-специалист, автомеханик, веб-дизайнер, медик, эколог, электрик и др.*).

Представители групп откроют конверты и его команда будет строить пирамиду качеств, свойственных соответствующим профессиям. На эту работу отводится 7 минут.

Каждая группа подготовит презентацию по выбранной профессии.

#### **Учитель задает вопросы каждой группе:**

Почему выбрали именно эти качества при постройке пирамиды профессии?

Ответы могут дополнить желающие из остальных групп.

#### **Подведение итогов занятия:**

*– Сегодня мы узнали, что очень важно различать, формировать и развивать качества, которые нужны будут при овладении разными профессиями.*

#### **Домашнее задание:**

Построить пирамиду качеств, соответствующих профессии одного из членов семьи.

## **6.4. Стереотипы о специальностях**

#### **Цель занятия:**

Ученики получают информацию о гендерных стереотипах, связанных с профессиями, и узнают, почему нужно от них избавляться.

## Ожидаемые результаты

### Ученики:

- ✓ поймут, что не следует верить стереотипам, связанным с выбором профессии;
- ✓ задумаются о важности каждой профессии в жизни общества.

### План занятия:

№	Методы/способы	Время	Необходимые средства:
1	Орг. момент	3 минуты	
2	Ознакомление с информацией о стереотипах, связанных с выбором профессии	10 минут	
3	Работа в малых группах. Заполнение диаграммы Венна	8 минут	<ul style="list-style-type: none"><li>– плакатный рисунок женщины и мужчины;</li><li>– карточки с названиями специальностей;</li><li>– фотокадры, отражающие женщин, которые работают в «мужских профессиях», и мужчин, которые выбрали «женские» специальности.</li></ul>
4	Презентации групп	8 минут	Стикер
5	Обсуждение	10 минут	
6	Подведение итогов занятия	6 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

Учитель объявит тему и цель занятия, ознакомит учеников с информацией о стереотипах, связанных с профессиями:

Профессия	Стереотип	Реальность
Юрист	Много зарабатывает.	Мало вакансий, заработная плата небольшая.
Водитель	Грязно одевается, неопрятный, пахнет смазкой.	Зарабатывает честным трудом.
Сотрудник ГАИ	Взяточник.	Среди инспекторов ГАИ много честных профессионалов.
Учитель	Только дает образование.	Много ищет, учится, очень ответственный.
Швея	Для тех, кто не смог получить образование и профессию	Хорошо зарабатывает, может стать отличным дизайнером.

Есть также неверные представления о лицах с ограниченными возможностями. На самом деле, они тоже могут работать как и все другие люди, выбирая любые специальности. Такие стереотипы существуют и по отношению к женщинам.

### Характеристики мужчин и женщин

Учитель предлагает детям записать в таблицу семь качеств, относимых к мужчинам. Они должны объяснить свои ответы.

Мужские черты характера	Женские черты характера
честолюбивость	нежность
храбрость	ласковость

**Чтобы побудить детей к размышлению, учитель задает вопросы:**

– Какие различия заметили между двумя столбиками в таблице?

*Это стереотипы или реальные характеристики?*

**Комментарий учителя:**

– Стереотипы основаны на ложном представлении, будто у всех мужчин одинаковые черты характера, что они резко отличаются от женских. Да, между ними существуют естественные различия, но и те и другие – люди, у которых уникально сочетаются качества, способности и увлечения. Стереотипы часто становятся причиной ненужных трудностей в жизни.

**Стереотипы, связанные с профессиями.**

Учитель делит класс на 3 группы. Предлагает следующие упражнения и раздает стикеры.

**1-й группе:** записать названия профессий, которые считаются **мужскими**.

**2-й группе:** записать названия профессий, которые считаются **женскими**.

**3-й группе:** записать названия профессий, которые считаются и «мужскими», и «женскими».



# ТЕМАТИКА КЛАССНЫХ ЧАСОВ ДЛЯ 7 КЛАССА

## 7.1. Мои сильные и слабые стороны

### Цель занятия:

- ✓ Дети научатся осознавать себя через самоанализ и отображение своих качеств на рисунке.

### Ожидаемые результаты

- ✓ Учащиеся задумаются о своих сильных и слабых сторонах; смогут оценить свои качества, выделить среди них те, которые им нравятся; узнают о качествах друг друга.

### План занятия

№	Метод/этап занятия	Время	Ресурсы
1.	Объявление темы и целей занятия	3 минуты	
2.	Арт-терапия	15 минут	Бумага формата А4, маркеры, цветные карандаши, краски, кисточки и стаканы с водой
3.	Презентация рисунков	22 минуты	
4.	Подведение итогов занятия	5 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### Учителю на заметку

Данное занятие направлено на то, чтобы ученик определил свое наиболее важное качество, которое помогло бы ему в выборе будущей профессии. Это качество он творчески изображает в виде какой-нибудь вещи, животного или неодушевленного предмета, возможно, некоего природного явления. Имеющийся в голове образ учащийся должен постараться передать через рисунок. Некоторые учащиеся могут сказать, что «плохо рисуют или не умеют вообще...». В этих случаях учитель должен их подбодрить: «Здесь важны не художественные способности, а анализ качеств через рисунок, ассоциации и цвета, которыми изобразили свое качество». Также можно добавить: «Возможно, не у всех получится отличный рисунок, но мы все здесь учимся представлять себя, поэтому любой рисунок важен. Закройте глаза и попробуйте представить свой образ, прочувствовать свои качества личности, с чем вы его ассоциируете и после приступить к рисунку...»

### **Важно учесть!**

- ✓ На столах заранее должны быть разложены маркеры, цветные карандаши, краски, кисточки, стаканы с водой и листы бумаги для рисования формата А3 по количеству учащихся.
- ✓ Пространство в классной комнате следует организовать так, чтобы учащиеся свободно рисовали, не мешая друг другу.
- ✓ Во время рисования можете включить спокойную, приятную музыку.
- ✓ Попросите учащихся подойти к выполнению этого упражнения ответственно и со всей душой.
- ✓ Каждый учащийся самостоятельно должен определить свое главное и важное для него/нее одно качество и изобразить его.
- ✓ Учителю не следует давать указаний и советов учащимся по поводу выбора качества. Можно лишь поддержать их и дать направление.
- ✓ Музыка играет лишь во время рисования.

### **Ход занятия**

#### **После объявления темы занятия обсуждаются следующие вопросы:**

- Какие качества, на ваш взгляд, приводят человека к успеху? Почему вы так думаете?
- Какие качества мешают человеку жить хорошо? Почему?

#### **Введение в новую тему.**

*– Ребята, у каждого человека есть свои сильные и слабые стороны. Сейчас каждому из вас надо выбрать среди этих качеств одно, которое для вас является самым главным и важным, отличает вас от других. Оно может быть выбрано как среди ваших сильных качеств, так и среди слабых. Это качество должно быть вашей основой – стержнем, который отображает ваш характер. И его вы изобразите на бумаге. Представьте себе это качество: с чем вы его ассоциируете? Это может быть предмет, природное явление или символ. Подумайте, может ли этот образ полностью отразить ваше качество? Какие детали и краски можно использовать, чтобы изображение было наиболее полным? Теперь выберите себе подходящее место и начинайте рисовать.*

Учитель показывает учащимся удобно расположенные столы, где учащиеся могут сидеть свободно и рисовать, не мешая друг другу, а также расположенные на них необходимые материалы (листы бумаги для рисования формата, краски, кисточки, стаканы с водой, цветные карандаши и т.д.). Очень важно, чтобы учитель помог создать благоприятную обстановку, можно поставить спокойную музыку. Учителю желательно быть просто в позиции «наблюдателя» и не вмешиваться в процесс рисования.

Некоторые учащиеся могут не принять во внимание инструкцию и вместо одного качества нарисовать несколько. Поэтому проследите, чтобы учащиеся правильно поняли инструкцию. Можно подходить к ученикам, не приступившим к выполнению задания.

#### **Учитель дает время на рисование около 15 минут.**

**Примечание:** если учащийся не называет свое главное качество, а говорит лишь общими фразами, то учитель должен уточнить, о каком конкретном **одном** качестве идет речь или помочь ученику определить это качество. Возможно, в силу возраста, у некоторых могут быть сложности, в связи с чем учителю нужно заблаговременно подготовить

список учеников и написать напротив каждого его качество, которое отличает его/ее от других. Данный список может пригодиться учителю в ходе занятия для помощи ученикам, которые затрудняются с выбором.

**Мозговой штурм (после завершения рисования 2 мин.):**

1. При изображении своего главного и важного для вас качества, на что вы обратили внимание?
2. Почему у вас возникла такая ассоциация?

Презентация своих рисунков позволяет учащимся ближе познакомиться друг с другом, узнать об особенностях, достоинствах каждого. Важно в этот момент поддерживать в классе чувство общности. К примеру, в конце занятия учитель может отметить, что учащимся удалось узнать о схожих с кем-то из одноклассников качествах, найти общие черты, появилась возможность пообщаться с теми, кто раньше не раскрывал себя.

Учитель берет по одному рисунку из общей стопки работ, что на прошлом занятии нарисовали учащиеся, и по очереди приглашает к доске авторов рисунка.

После презентации рисунка учитель обращается к учащимся: «Спасибо. Давайте поддержим нашего смелого ученика и похлопаем, ведь он первым провел презентацию».

Упражнение продолжается до тех пор, пока все учащиеся не презентуют свои рисунки.

**Подведение итогов занятия**

**Занятие завершается обсуждением следующих вопросов:**

1. Какие чувства у вас возникали, когда вы презентовали свой рисунок?
2. Что было сложным?
3. Могут ли качества, которые вы отразили, быть полезными для овладения вашей профессией?
4. Какие из перечисленных качеств могут повлиять в будущем на выбор профессии? Или вы уже определились с профессией?

## 7.2. План выбора профессии

**Цель занятия:**

- ✓ Создание условий для составления плана выбора профессии, исходя из индивидуальных особенностей, интересов учащихся – используя формулу выбора профессии.

**Ожидаемые результаты**

- ✓ учащиеся научатся разграничивать понятия *профессия, специальность, должность*;
- ✓ у них формируются навыки работы с диагностическим материалом;
- ✓ создаются предпосылки к развитию у детей мышления и умения составлять план выбора профессии.

## План занятия

№	Метод/этап занятия	Время	Ресурсы
1	Объявление темы и целей занятия	2 минуты	
2	Мозговой штурм	5 минут	– подготовить наглядный материал с определениями: «профессия», «специальность» и «должность»
3	Мини-лекция	8 минут	– подготовить наглядный материал по схеме №1 на доске, либо воспользоваться проектором
4	Работа в парах Презентация	25 минут	– таблица оценки и плана профессии (заранее распечатать по количеству учеников или начертить на доске)
5	Подведение итогов занятия. Рефлексия	5 минут	
<b>ВСЕГО</b>		<b>45 минут</b>	

## Ход занятия

### Вводная часть 2 минуты

Учитель объявляет тему и цели занятия, после чего начинается занятие (мозговой штурм, 5 минут). Задаёт учащимся следующие вопросы:

1. Для начала давайте вспомним, что мы делали на прошлом классном часе?
2. Как вы думаете, могут ли наши сильные и слабые стороны повлиять на выбор профессии?

Очень важно спрашивать мнение не только желающих ответить, но и тех, кто молчит, называя их по имени.

После того как учащиеся ответят на вопросы, учитель плавно переходит к мини-лекции.

### Мини-лекция о важности составления плана выбора профессии (8 минут).

С развитием новых технологий в настоящее время появляются новые профессии, «вымирают» старые. И нужно учитывать то, чтобы выбранная вами профессия была востребована хотя бы лет через 8-12, когда вы закончите обучение.

**Профессия** – это вид трудовой деятельности человека, который владеет комплексом теоретических знаний и практических навыков, приобретённых в результате специальной подготовки и опыта работы, что является экономическим источником существования.

Существует также понятие **«специальность»** – это более узкая разновидность деятельности в рамках одной профессии.

**Нередко понятие профессия путают с понятием должность.**

**Должность** – это определённая статусная характеристика работника, которой соответствуют нагрузка, степень ответственности, требования к работе и должностные обязанности.

*«Если вы не думаете о будущем, то у вас его и не будет».*

**Джон Голсуорси**

Примеры (желательно вывести на экран либо зафиксировать на доске):

профессия	специальность	должность
учитель	учитель химии	Директор
врач	врач-хирург	заведующий отделения
электрик	инженер-электромонтер	начальник РЭС
технолог	технолог молочной продукции	заместитель директора
биолог	микробиолог	младший научный сотрудник

Выбор профессии – это не разовое действие и не решение, которое принимается очень быстро; это целая работа, в результате которой ты определишь свое будущее. Именно поэтому очень важно начать этот процесс как можно раньше, чтобы ты развивал свои качества, навыки и компетенции в том направлении, которое ты выбрал. Это поможет утвердиться в правильном выборе. И к моменту окончания школы у тебя будет крепкий фундамент в виде четкого плана, развитых навыков, которые помогут тебе построить успешную карьеру.

На данном занятии мы с вами попробуем составить **план выбора профессии**. Конечно же, мы должны понимать, что до окончания школы ваш план будет не раз подвергаться изменениям. Самое главное, если вы будете придерживаться этого плана, работать над его усовершенствованием, то вы сможете не ошибиться с выбором профессии, учебного заведения, не упустите возможность и время для усиления своих качеств и навыков, которые вам помогут в будущем.

**Самое главное при выборе будущей профессии – определиться:**

1. Чего вы хотите?
2. Что вы можете?
3. Востребована ли данная профессия и сможете ли вы отвечать ее требованиям?

**Это вопросы, которые исходят из формулы выбора профессии: «Хочу + Могу + Надо».**

**Давайте разберем ее более подробно:**

**«Хочу»** – это твои склонности, хобби.

Это разнообразные хобби и склонности, чем ты занимаешься в свободное время. Ведь если от выбранной профессии человек получает удовольствие, то его деятельность будет максимально продуктивной и эффективной. *«Выбери себе работу по душе, и тебе не придется работать ни одного дня в своей жизни», – говорил Конфуций.*

**«Могу»** – твои способности, качества, возможности здоровья и профессиональные навыки. То что тебе по силам не только в соответствии с состоянием здоровья, но с уровнем



Схема №1

твоих знаний, умений и навыков в разных сферах деятельности. Всегда найдётся что-то, что тебе даётся легко без особых усилий и с хорошими результатами – вот за подобную профессию и стоит браться. А то, что тебе делать тяжело, сложно и не приносит удовольствия – оставьте другим.

**«Надо»** – возможность трудоустроиться, уровень спроса на рынке труда. При этом надо учитывать, что общество стремительно развивается: «вымирают» старые и появляются новые профессии, где нужно выбирать, учитывая актуальность.

### Практическая работа (15 минут)

Часто у школьников на рассмотрении находятся несколько вариантов профессий. Поэтому в таблице ниже предлагается заполнить план на две профессии. Но если учащийся отдаёт предпочтение только одной профессии, то необходимо заполнить одну колонку/столбик. Учащимся необходимо обдуманно ответить на каждый из задаваемых вопросов. Так у них сформируется более широкое представление о профессии. Вторая часть таблицы послужит также планом для развития нужных качеств, навыков и выбора соответствующего места образования в будущем, к выбору которого также необходимо отнестись серьезно.

Составление профессионального плана не только определит дальнейшее направление действий, но и позволит избежать множества ошибок, связанных с необдуманным выбором профессии.

**Таблица диагностики предпочитаемой профессии и плана выбора профессии**

	Вопросы, на которые нужно ответить	Варианты профессий (нужно вписать в столбик)	
		1.	2.
1.	Какие функции выполняет работник данной профессии? Интересно ли тебе это?		
	<b>Сможешь ли ты это?</b>		
2.	Что тебе предстоит изучать и осваивать, обучаясь профессии?		
	<b>Нравится ли тебе изучать связанные с этим предметы?</b>		
3.	Какие профессиональные качества требует профессия от работника?		
	<b>Есть ли у тебя эти качества?</b>		
4.	Какие требования профессия предъявляет к состоянию здоровья?		
	<b>Подходишь ли ты для этого?</b>		

5.	Какие навыки нужны, чтобы работать по данной профессии?		
	<b>Интересно ли это тебе?</b>		
	<b>ПЛАН</b>	<b>Действия</b>	<b>Сроки</b>
	<p>Распиши, какими должны быть твои шаги для достижения успехов в этой профессии?</p> <p>Распиши пошаговые действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– какие навыки тебе нужно развить?</li> <li>– изучению каких предметов стоит уделить особое внимание?</li> <li>– какие качества развивать?</li> <li>– когда начать поиск подходящего ВУЗа/колледжа?</li> </ul>		

В ходе классного часа не все ученики могут заполнить таблицу диагностики профессии и составить планы. В этой связи учителю необходимо дать домашнее задание, чтобы учащиеся завершили свои планы.

– Отвечая на данные вопросы, наверное, ты выбрал более подходящий вариант профессии. Теперь, исходя из этого варианта, следует определить практические шаги к успеху.

Очень важно учителю в ходе выполнения задания обходить учащихся, чтобы убедиться, что ученики заполняют таблицу, и помочь тем, кто испытывает затруднения.

На заполнение таблицы учитель предоставляет 15 минут и на презентацию – 10 минут.

Учитель предлагает тем, кто завершил работу, поделиться планами. Можно предоставить возможность для презентации плана 3-5 учащимся.

### **Подведение итогов занятия**

#### **Вопросы для рефлексии:**

1. Было ли полезно для вас заполнение таблицы? Почему?
2. Какой вопрос был для вас самым сложным? На какой вопрос вам было легко ответить? Почему?
3. Как вы думаете, на что было направлено данное упражнение?
4. У кого из вас поменялось отношение к выбранной профессии?
5. Какие основные выводы вы сделали по результатам сегодняшнего занятия?

### **Подведение итогов занятия**

Учитель завершает занятие следующими словами:

– Дорогие ребята, вот и подошло к концу наше занятие. Сегодня мы с вами поняли, что очень важно посмотреть на выбранную вами профессию со всех сторон. К плану, который мы с вами сегодня попробовали разработать, мы будем возвращаться

неоднократно в ходе занятий по профориентации. Конечно же, он не окончательный и будет пересматриваться вами не раз. Но если вы будете его усовершенствовать и работать над его реализацией, позже он может стать вашим планом успешной карьеры.

**Домашнее задание:**

Доработать план выбора профессии.

## 7.3. Мои навыки, склонности и таланты

**Цель занятия:**

- ✓ учащиеся научатся определять свои таланты, склонности и способности.

**Ожидаемые результаты**

- ✓ учащиеся глубже освоят понятия *навыки* и *талант*;
- ✓ учащиеся определят, чем они интересуются, какие у них хобби и таланты;
- ✓ учащиеся научатся описывать свои склонности, навыки и таланты.

**План занятия:**

№	Методы/способы	Время	Необходимые средства:
1.	Орг.момент	3 минуты	
2	Информация по теме	8 минут	
3.	Работа с листком «В мире навыков и способностей»	30 минут	Рабочий листок
4.	Подведение итогов занятия	4 минуты	
<b>Всего</b>		<b>45 минут</b>	

**Ход занятия:**

Учитель поздоровается с учащимися и объявит тему занятия. Скажет, что на этом занятии они научатся определять свои навыки, склонности и таланты. Затем задает им следующие вопросы:

- Что такое хобби?
- Что такое навыки?
- Что такое талант?

Учитель записывает ответы детей на ватмане. Затем знакомит их с определениями терминов:

**Склонности человека** – это сфера образования или деятельности, которой увлекается и которую стремится осваивать человек, чувствует свою способность (например, политика, мода, психология, дизайн интерьера, макияж и т.п.).

**Навык** – это способность совершать какие-либо действия спонтанно, достигая автоматизма (например, быстро набирать на компьютере, готовить пищу, водить автомобиль, переводить с одного языка на другой и т.п.).

**Талант** – данная от природы способность, позволяющая выполнять какие-то сложные задачи успешно, самостоятельно и оригинальным образом. Талант не освобождает человека от обязанности трудиться, напротив, воодушевляет его на свершение больших, значительных дел, что непосильно простым людям. Только благодаря труду талантливые люди могут достичь высокого мастерства, известности, мировой славы (знаменитые художники, композиторы, писатели и др.).

### Запомните!

- При объяснении терминов нужно привести примеры, чтобы ученики хорошо запомнили.
- Чтобы легче было воспринимать информацию, учитель должен написать определения терминов на ватмане крупным шрифтом или распечатать и развесить на видных всем местах.
- Затем учитель объясняет детям, что у каждого человека есть свои таланты, склонности к чему-либо, поэтому их может лучше всех ощущать он сам.

Часто при выборе профессии мы прислушиваемся к мнению других, но они далеко не всегда могут безошибочно угадывать мечты, склонности и любимые занятия. Поэтому человек сам должен более внимательно относиться к своим желаниям, способностям и формировать соответствующие навыки.

*– Теперь, ребята, приступаем к работе с рабочим листком «В мире навыков и способностей». Чтобы овладеть любой профессией, у человека должны быть определенные навыки и способности. На этом листке вы можете самостоятельно оценить свои способности и навыки. Внимательно прочтите описания всех задатков и способностей.*

Каждый ученик будет работать со шкалой «В мире навыков и способностей». Дети должны отмечать соответствующие пункты, чтобы точно оценить свои наиболее сильные навыки и способности («слабо», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично»).

Навыки	Описание навыков и способностей	Слабо	Удов-но	Хорошо	Отлично
1. Навыки работы вручную	<ul style="list-style-type: none"> <li>– в свободное время заниматься ручным трудом:</li> <li>– чинить вещи,</li> <li>– выбирать гаджеты для быстрого и качественного выполнения работы</li> </ul>				
2. Физические навыки и здоровье	<ul style="list-style-type: none"> <li>– заниматься спортом на открытом воздухе;</li> <li>– физически более способен к работе на улице;</li> <li>– вынослив,</li> <li>– легко привыкает к условиям погоды.</li> </ul>				

3. Внимательность, концентрация мысли	Умение точно выполнять сложные задачи				
4. Отличная память на слова и цифры	Хорошо держит в памяти слова, тексты и цифры				
5. Отличная память на формы и цвета	Хорошо запоминает формы и цвета объектов или лица				
6. Воображение (фантазия) и творчество	Свободно пишет сочинения, выполняет творческие задания				
7. Письмо, чтение	Легко, быстро и свободно читает слова, фразы и тексты. Быстро схватывает правила выполнения заданий, идеи рассказов и различных историй, когда читает книги или журналы				
8. Речь	Умеет правильно и просто говорить, выражать свои мысли кратко и ясно при разговоре по телефону или встрече				
9. Математика	Легко понимает новые темы по математике, физике и всего, что касается расчетов				
10. Черчение и дизайн	Отличные способности к рисованию и черчению				
11. Геометрическое черчение	Отличные способности к черчению, точность при выполнении геометрических и технических чертежей				
12. Технические способности	Навыки быстрого и точного понимания принципов работы конструкций и устройств, навыки пользования техническими и механическими приспособлениями				
13. Навыки работы с оформлением	Черчение, конструирование, моделирование, создание красивых форм или дизайна объектов				

14. Планирование и организация	Умение планировать проведение свободного времени, выполнения домашнего задания, своевременно завершать работы в школе. Умение систематизировать, определять последовательность действий при выполнении сложной работы.				
15. Абстрактное и логическое мышление	Умение быстро, легко и точно понимать теоретические вопросы, правила, научные законы и логические задачи. Например, быстро находить решения вопросов по грамматике, математике, физике, информатике, легко осваивать компьютерные игры				
16. Коммуникативные навыки	Умение войти в контакт с людьми, общаться, достигать взаимопонимания и строить отношения; оставлять позитивное впечатление о себе, быть добродушным				
17. Готовность к помощи	Способность помогать людям в решении их проблем, объяснении им сложных вещей и заботиться о них, разобраться в их мыслях и чувствах; помогать другим, чтобы они чувствовали себя хорошо; вежливость и терпеливость.				

В конечном итоге учащиеся должны осознать, какие таланты и навыки у них имеются.

**Подведение итогов занятия:**

Учитель подводит итоги занятия следующими словами:

– Ребята, как вы видите, у каждого человека есть свои таланты, способности. Но, к сожалению, в повседневной жизни мы не всегда задумываемся о них.

Какие таланты и способности на сегодняшнем занятии вы обнаружили у себя?

**Домашнее задание:** написать сочинение о своих талантах и способностях, о том, какое будут они иметь значение для овладения будущей профессией.

## 7.4. Анализируем профессии в соответствии с нашими склонностями

### Цель занятия:

- ✓ Учащиеся будут анализировать разные профессии в соответствии со своими желаниями или предложениями других.

### Ожидаемые результаты

- ✓ учащиеся попытаются выбрать профессии, которые они считают подходящими для себя;
- ✓ определяют особенности и характерные признаки некоторых профессий;
- ✓ изображают особенности профессии через пантомиму.

### План занятия:

№	Методы/способы	Время	Необходимые средства:
1.	Орг.момент	3 минуты	
2	Упражнение «Найди свою профессию»	18 минут	
3.	Упражнение «Пантомима профессий»	16 минут	
4.	Подведение итогов занятия	8 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

#### Упражнение «Найди свою профессию»

Учитель делит класс на малые группы и раздает им стикеры. Каждая группа садится отдельно в круг. Затем дается инструкция:

– Ребята, сейчас будем выполнять упражнение «Найди свою профессию». Каждый ученик внимательно слушает своего соседа слева, постарается определить, какая профессия подходит ему, и запишет на стикере. Приклеит на его лоб, не показывая записанного. Пишите только названия профессий и ничего лишнего! Понятны условия упражнения?

– При выборе названия профессии для своих одноклассиков учитывайте их способности, характер и склонности. Помните, что нет плохой профессии и что мы не делим их на мужские и женские.

Когда у всех на лбу будут стикеры с названиями профессий, учитель дает следующее указание:

– Теперь, чтобы определить, какую профессию для вас выбрал ваш сосед, задавайте им закрытые вопросы (т.е. требующие только ответы «да» или «нет»).

Например:

- 1) Это медицинская профессия?
  - 2) Одинаково ли одеваются представители этой профессии?
  - 3) Эта профессия связана с технологиями?
- и.т.д.

Если ответ будет «да», то ученик может задавать вопросы до тех пор, пока не услышит «нет». Затем игру продолжают другие пары. Первый этап игры завершится, когда один из учащихся найдет свою профессию. Дальше нужно определить профессии еще двух-трех учеников.

Учитель следит за работой детей и помогает тем, кто не понимает вопросов.

**После выполнения упражнения детьми учитель задает следующие вопросы:**

– Понравились ли вопросы своих соседей по парте? Задумывались ли раньше над этими вопросами?

– Насколько полезным оказалось для вас это упражнение? Почему выбрали для своих соседей эти профессии? Что вы представляли при выборе профессии?

**После того как дети ответят, следует перейти к следующему заданию:**

– Ребята, теперь будем работать с «Пирамидой профессий».

### **Упражнение «Пирамида профессий»**

**Пантомима** – вид сценического искусства, основанный на создании художественных образов посредством пластики тела, не используя слова.

Учитель делит класс на две группы, объявив название упражнения, и дает указания по его выполнению:

– Ребята, выполнение этого упражнения поможет нам попробовать себя в роли представителей различных профессий.

От каждой группы выступают по одному человеку по очереди и указывают по две профессии:

- а) профессию, которую выбирают родители;
- б) профессию, которую выбираете сам;
- в) профессию, которую считаете самой интересной.

– Вы должны представлять профессии с помощью пантомимы. Другая группа будет угадывать. Затем ваши одноклассники расскажут о выбранных ими профессиях, объяснят, почему указывали эту или другую профессию. Команды действуют поочередно.

При этом следует соблюдать следующее правило: называть угаданную профессию нужно только после завершения пантомимы

Учитель следит за процессом и выполняет роль фасилитатора.

**В конце упражнения учитель задает вопросы:**

1. Почему ты хотел представить именно эту профессию?
2. Какую из этих профессий легче и интереснее было показать пантомимой? Выбор какой профессии чаще всего навязывают вам взрослые?
3. Насколько было полезно данное упражнение?

**Подведение итогов занятия:**

Ученики садятся в круг и обмениваются по следующим вопросам учителя:

1. Какой вывод сделали из сегодняшнего занятия?
2. Был ли он вам полезен? Чем?
3. Какие профессии открыли вы для себя сегодня?
4. Какое из этих двух упражнений было вам более полезным? Почему?
5. Что было для вас новым?
6. Помогли ли эти упражнения вам при выборе профессии?
7. Как вы думаете, почему человек должен проверить свои возможности в разных профессиях?
8. Как все это поможет в определении будущей профессии?

**Затем учитель подводит итоги занятию следующими словами:**

– Ребята, очень важно представить себя и попробовать свои силы в разных профессиях. Это позволит почувствовать себя представителем этих профессий. Мы должны прислушиваться к интуиции, когда выбираем профессию, поскольку все ответы заключены в глубине нашего сознания. Когда мы ознакомимся с различными профессиями поближе, у нас будет возможность более реалистично определить свое будущее.

**Домашнее задание:**

**Составить перечень профессий, исходя из следующих критериев:**

- Профессия, которую желаете получить вы сами.
- Профессия, которую предлагают вам взрослые.
- Профессия, которую предлагают ваши друзья.
- Профессия, которую предлагают ваши учителя.

# ТЕМАТИКА КЛАССНЫХ ЧАСОВ ДЛЯ 8 КЛАССА

## 8.1. Умеем ли мы слушать?

### Цель занятия

- ✓ Освоение техники активного слушания, распознавание обстоятельств, которые могут препятствовать этому.

### Ожидаемые результаты

- ✓ учащиеся определяют действия, которые способствуют активному слушанию, и наоборот, мешают ему;
- ✓ знакомятся с техникой активного слушания;
- ✓ начинают практиковать технику активного слушания.
- ✓ развивать свою социально-коммуникативную компетентность, а также компетентность самоорганизации и решения проблем.

### План занятия:

№	Метод/этап занятия	Время	Ресурсы
	Объявление темы и целей занятия	1 минута	
	Упражнение «Три истории»	20 минут	Заранее подготовить 3-х добровольцев
	Мини-лекция «Активное слушание»	12 минут	Ватман, маркеры, скотч, доска.
	Подведение итогов занятия	12 минут	Вопросы

### Подготовка к занятию:

В предупреждении конфликтов важное место занимают как психологические, так и этические факторы. Существуют некие исходные основы, положения этики общения, которые могут быть определены как принципы, без соблюдения которых невозможно бесконфликтное общение. Ущемление в общении какой-либо потребности автоматически может вести к подавлению у партнера чувства собственного достоинства. Проявляться это может в самых разнообразных формах: в поступках, в поведении, в речевом общении – в словах, фразах, оценках, высказываниях, суждениях, жестах, мимике и т.д. Большинство конфликтов в жизни возникает из-за того, что многие не проявляют терпения и такта в общении. А там, где сформирована культура общения, выстраиваются взаимопонимание и уважение.

**На занятии «Умеем ли мы слушать?» искусственно создаются конфликтные ситуации, которые учитель будет контролировать:**

- в определенный момент закончить упражнение;
- поблагодарить за смелость и за помощь в демонстрации игровой ситуации:

«Спасибо, ты мне очень помог показать, как влияет неактивное слушание на собеседника!» и обратиться к группе: «Ребята, давайте поблагодарим всех добровольцев, наших помощников!»

- спросить у учащегося: «Как ты себя чувствуешь?»
- попробовать протестировать его состояние: «Возможно, тебе стало неприятно, неловко?»

В ходе занятия учащиеся знакомятся с активным слушанием и факторами, которые мешают ему. Анализируют, что такое «слушать» и «не слушать». Составляют списки действий, которые способствуют активному слушанию, и наоборот мешают ему. Знакомятся с тремя приемами активного слушания и узнают о его преимуществах при общении. Помимо этого, они настраиваются использовать эти методы в дальнейшем.

### **Примечания:**

- Для того, чтобы учащиеся хорошо слышали друг друга, стулья сдвигаются по кругу.
- Инструкции учащимся, которые находятся в классной комнате, дает учитель. А волонтерам, которые находятся снаружи, указания передает помощник. Это все надо согласовать заранее.
- Вышедшие из класса три волонтера ничего не должны знать об инструкциях, которые будут озвучены остальным учащимся в классе.
- Учитель разъясняет находящимся в классе учащимся их действия, а помощник учителя объясняет трем волонтерам, которые находятся снаружи, их роли.
- Во время составления списка «Что нужно делать и что не нужно делать?» для активного слушания важно оказать помощь учащимся, но при этом оценить и их вклад.
- Как педагог воздержитесь от того, чтобы говорить «это неправильно». Если вы не согласны с каким-то мнением, то правильнее будет спросить у других учащихся: «Эту мысль нужно записывать или можно не писать?».

### **Ход занятия**

#### **Три истории (практическое упражнение)**

Перед началом занятия учитель на время выводит из класса заранее выбранных трех добровольцев и своего помощника. Остальные учащиеся должны сесть в круг. Для добровольца необходимо поставить стул в центре, у доски, чтобы все учащиеся в кругу могли его/ее видеть.

#### **История № 1**

##### **Учитель обращается к оставшимся в классе учащимся:**

*– Ребята, сейчас мы с вами выполним ролевое упражнение. Вышедший из класса первый доброволец сейчас вернется сюда и расскажет нам одну историю. До того как он зайдет в класс, сядет на свой стул и, начнет рассказывать, вы обратите на него внимание. Через 10-15 секунд, как доброволец начнет рассказывать свою историю, вы должны демонстрировать отсутствие интереса к его рассказу: не слушать его, заниматься другими делами, зевать, разговаривать с соседом. Ваше поведение должно быть максимально естественным. Но все же незаметно следите за его состоянием. Условия задания понятны?*

Помощник в это время вне класса объясняет добровольцу: «Сейчас ты должен будешь до конца рассказать жизненную историю за отведенное время». Когда дается знак «можно входить», первый доброволец заходит в класс.

Первый доброволец приглашается в класс только после того, как все учащиеся поймут правила. Учитель сажает этого добровольца так, чтобы его видели все учащиеся и просит того за 2-3 минуты рассказать свою историю.

Когда первый доброволец закончит рассказывать свою историю, учитель задает следующие вопросы и проводит обратную связь с первым добровольцем.

- *Что ты заметил(а) во время своего рассказа?*
- *Как ты себя на этот момент чувствовал?*
- *Какие у тебя были эмоции, когда ты понял(а), что тебя никто не слушает?*
- *А как ты думаешь, в жизни случаются такие ситуации, когда люди остаются неслышанными?*
- *По твоему мнению, к каким последствиям может привести, когда человека не слушают?*

Послушав ответы первого добровольца, учитель просит прощения у этого учащегося – от своего имени и от имени всего класса, пояснив, что учащимся было дано специальное задание – не слушать выступающего. Учитель просит добровольца остаться на своем месте и уже обращается к учащимся:

- *Было ли вам сложно или легко выполнять это задание?*
- *Что было легко, а что далось тяжело?*
- *Какие мысли появились после этой ситуации?*

После обсуждения учитель просит первого добровольца присоединиться к остальным учащимся и сесть в рядом с ними.

## **История № 2**

### **Учитель:**

*– Ребята, сейчас мы с вами продолжим ролевую игру. Когда в класс войдет наш второй доброволец, сядет на стул и начнет рассказывать свою историю, вы все будете внимательно слушать его. Но когда пройдет 10-15 секунд с начала его/ее рассказа, начнете заниматься своими делами, не будете слушать, не будете обращать на него внимания и т.д. Ваше поведение должно быть максимально естественным, чтобы второй доброволец не догадался. При этом продолжайте незаметно следить за состоянием рассказчика. В этот раз только 2-3 из вас будут продолжать слушать его внимательно. Кто из вас хочет слушать второго добровольца от начала до конца?*

По желанию учащихся назначаются 2-3 человека, которые будут слушать выступающего. Учитель обращается к этим учащимся: «Вам необходимо своим поведением, мимикой, жестами продемонстрировать, как вы слушаете второго добровольца. Условия задания вам понятны?».

После того как все учащиеся поймут инструкцию, в класс приглашается второй доброволец.

Учитель усаживает второго волонтера так, чтобы его видели все учащиеся, и просит того за 2-3 минуты рассказать свою историю.

После окончания рассказа учитель благодарит второго добровольца, задает следующие вопросы и проводит обратную связь с первым добровольцем:

- *Что ты заметил(а) во время своего рассказа?*
- *Как ты себя на этот момент чувствовала?*
- *Какие у тебя были эмоции, когда ты понял(а), что тебя никто не слушает?*

Послушав ответы второго добровольца, учитель просит прощения у него от своего имени и от имени всего класса. Учитель объясняет, что учащимся было дано специальное задание – не слушать рассказчика.

**Затем учитель также спрашивает у второго добровольца:**

- *Заметил(а) ли ты кого-нибудь из класса, кто все-таки слушал тебя? Назови их имена, пожалуйста?*
- *Как ты понял, что этот учащийся слушал тебя?*

Если волонтер не сможет правильно ответить, то учитель озвучивает имена 2-3 учащихся в классе, кому поручалось внимательно слушать его.

**Затем учитель обращается с вопросами к тем 2-3 учащимся, которые слушали второго добровольца:**

- *Что вы делали для того, чтобы внимательно слушать выступавшего?*
- *Как вы показывали, что слушаете его/ее, что делали для этого?*

**В последнюю очередь учитель обращается к остальным учащимся:**

- *Каково вам было выполнять это задание? Что было сложным, а что далось легко?*

Выслушав ответы учащихся, учитель благодарит второго добровольца и просит его/ее присоединиться к одноклассникам и сесть в круг.

### **История № 3**

**Учитель:**

– *Ребята, для завершения ролевого упражнения мы сейчас пригласим третьего добровольца, который стоит за дверью. Когда он(а) зайдет в класс, сядет на стул и начнет рассказывать свою историю, вы все должны слушать его очень внимательно. Придавайте значение каждому его слову, смотрите в глаза. Внимательно следите за его состоянием. Дайте возможность добровольцу до конца рассказать свою историю и не перебивайте его/ее вопросами. Условия задания вам понятны?*

После того как все учащиеся поймут инструкцию, в класс приглашается третий волонтер.

Когда третий доброволец закончит свой рассказ, учитель спрашивает у него, как тот себя чувствует

**Когда последний доброволец завершит свой рассказ учитель задает ему/ей следующие вопросы и тем самым завершает дискуссию:**

- *Когда ты рассказывал историю, одноклассники внимательно слушали тебя? Как ты это понял?*
- *Как ты себя чувствовал, когда все внимательно слушали тебя?*

После получения ответов, учитель рассказывает третьему добровольцу о том, что первого добровольца никто не слушал, второго слушали только несколько человек, а последнего слушали уже все учащиеся. Учитель благодарит последнего добровольца и просит занять место в круге.

### **Затем учитель задает вопрос учащимся:**

- *Выполнять это задание вам было легко или наоборот – сложно?*

### **Активное слушание (мини-лекция, 12 минут)**

– *Ребята, в начале занятия мы в трех разных обстановках послушали истории выступавших. Вспомните первую ситуацию, когда никто не слушал рассказчика, и ответьте на следующие вопросы:*

- *Что вы увидели, что заметили?*
- *Как себя чувствовал выступавший?*
- *Насколько часто в жизни встречается такое общение? Где особенно часто можно встретить такое?*

### **Обсуждаются ответы.**

– *Теперь, вспоминая третью ситуацию, когда все слушали внимательно, ответьте на следующие вопросы:*

- *Какие чувства возникали у рассказчика и у слушателя?*
- *Можно ли назвать это активным слушанием, почему?*
- *Какие изменения произошли бы в нашей жизни, если бы все люди общались таким образом?*

### **Учитель:**

- **Теперь я познакомлю вас с техникой активного слушания.**

**1. «Я весь внимание».** Во время активного слушания собеседник уделяет все свое внимание говорящему, слушает его, не перебивая и не прерывая, выражая свой интерес вербально или языком тела, лишь иногда задавая уточняющие вопросы:

- **Поддержка языком тела (невербальное взаимодействие):** кивки головой, податься телом вперед, взгляд в глаза, брови сведены, жесты руками в зависимости от смысла произносимого и т.д.
- **Поддержка голосом:** если вы произносите что-то вроде «угу», «ага», «жаль» и другие подобные восклицания согласно контексту, то это считается признаками активного слушания.
- **Уточняющие вопросы (вербальное взаимодействие):** признаком внимания к говорящему может служить обращение к нему с **редкими**, уточняющими вопросами в действительно необходимых случаях. Это продемонстрирует ваш подлинный интерес к тому, что говорится. Но чтобы собеседник мог озвучить все, что нужно, не рекомендуется задавать ему много вопросов.

**2. Парафраз.** Во время активного слушания для того чтобы выявить, что сказанное рассказчиком понятно полностью и правильно, вам достаточно коротко пересказать это своими словами. Тут не нужно много слов. Парафраз – это не повтор всего услышанного, а лишь выжимка основных мыслей. Для этого необходимо выбрать подходящий момент: если вы дадите обратную связь слишком рано, то можете помешать выступающему, и к тому же у вас будет недостаточно информации для подведения итогов. Но и слишком поздно нельзя, так как вы можете не запомнить всю нужную информацию.

**3. Говорить от «сердца» рассказчика (т.е. отражение чувств рассказчика).** Во время активного слушания вы ставите себя на место говорящего и отражаете его чувства.

### Например:

- Я вижу ты обеспокоен(а) тем, что...;
- Ты был очень расстроен;
- Я понимаю, как ты очень хотел(а) этого;
- Ты рад(а), потому что...;
- Ты грустишь, потому что...;
- Тебе, оказывается, трудно;
- Жаль, я понимаю, что тебе очень грустно;
- Ты вне себя от радости;
- Я понял(а), как ты очень благодарен этому, потому что ....

Если после ваших слов собеседник скажет: «Да, я чувствую сейчас именно это», значит, благодаря этим трем шагам вы достигли целей активного слушания. Если же этого не произошло, тогда необходимо задать уточняющие вопросы, чтобы достичь реального понимания.

До практики этих трех шагов данный процесс может казаться неестественным (искусственным). А если не будет достаточной практики, то и на слух это будет восприниматься как заготовка. Но как бы там ни было, если постараться, то это обогатит общение. Эти приемы можно использовать в различных ситуациях повседневной жизни – при кратком общении с соседями, продавцами или другими людьми.

Помните! Во время «Говорить от «сердца» рассказчика» никогда **1) не критикуйте мнение собеседника, 2) не оценивайте и 3) не давайте советов.** На практике таких случаев бывает много. Но есть разница между отражением чувств и критикой:

Отражение чувств рассказчика	Критика
«Я понял/а, что это тебя сильно разозлило!»	«Да, полностью согласен/согласна, что это, действительно, бездумное решение»
«Вижу, что ты недоволен/недовольна»	«Я бы все высказал/а этому человеку. Как он мог так поступить?»

- В повседневной жизни мы привыкли перебивать, давать непрошенные советы, критиковать и оценивать, но при активном слушании мы лишь ставим себя на место рассказчика, но не смешиваем наше частное мнение с его позициями.

### Подведение итогов занятия (10 минут)

Занятие завершается проведением обратной связи с учащимися с помощью следующих вопросов:

1. К чему приводит то, что люди невнимательно слушают друг друга, почему?
2. Что происходит, когда люди внимательно слушают друг друга, почему?
3. Насколько необходима техника активного слушания? Как можно донести эту методику до других людей?

**Домашнее задание:** Попробуйте рассказать одному из членов семьи какой-нибудь случай, историю из школы и понаблюдайте, как ваш слушатель слушает вас, применяются ли элементы активного слушания.

## 8.2. Учимся слушать друг друга с пониманием

### Цель занятия

- ✓ Формируются социально-коммуникативные компетентности, также развиваются информационная компетентность, компетентность самоорганизации и решения проблем.

### Ожидаемые результаты

- ✓ учащиеся примерят на себя роли «рассказчика», «слушателя» и «наблюдателя»;
- ✓ учатся применять приемы активного слушания;
- ✓ проанализируют трудности применения этих приемов;
- ✓ определяют, к каким результатам приведет применение приемов активного слушания в повседневной жизни.

### План занятия:

№	Метод/этап занятия	Время	Ресурсы
1	Объявление темы и целей занятия	1 минута	
2	Мозговой штурм	9 минут	Видеозапись для демонстрации на занятии, по выбору учителя. 
3	Работа в группах	22 минуты	
4	Подведение итогов занятия	13 минут	Вопросы
	<b>ВСЕГО</b>	<b>45 минут</b>	

### На что следует обратить внимание во время этого занятия?

На этом занятии каждый учащийся апробирует все этапы активного слушания в ходе практического общения и примерит на себя роли рассказчика, слушателя и наблюдателя. Учащиеся испытают, каково это, когда их слушают или наоборот.

Учащиеся узнают, что активное слушание является инструментом, который предотвращает возникновение конфликтов. Проанализируют преимущества бесконфликтного взаимодействия.

**В завершении занятия по технике активного слушания подготовить наглядный материал:**

- Доброжелательный настрой;
- Повернуться всем телом к собеседнику, слегка наклониться в его сторону;
- Поддерживать контакт глаз (ненавязчиво), глаза на одном уровне;
- Периодически задавать уточняющие вопросы;
- Время от времени слегка кивать головой при разговоре и др.

### **Ход занятия**

#### **Мозговой штурм**

**Учитель начинает занятие с обсуждения домашнего задания и задает следующие вопросы:**

- *Какие проблемы возникли при использовании на практике методов активного слушания?*
- *Какие можете дать рекомендации, чтобы этих трудностей не было?*

После обсуждения домашнего задания учитель делит учащихся на группы и дает им следующую инструкцию:

– *Ребята, поделитесь на мини-группы по три человека. Каждому из вас в этой группе будет отведена своя роль: первый из вас будет рассказчиком, второй – слушателем, а третий – наблюдателем.*

*«Рассказчик» и «слушатель» садятся друг напротив друга, а «наблюдатель» садится рядом – примерно между ними, но так, чтобы не мешать процессу общения.*

После того как учащиеся разделились на группы по 3 человека, учитель дает следующую инструкцию:

– *Каждый из вас должен вспомнить историю, которая с ним произошла и оставила настолько сильное впечатление, что захотелось бы о ней рассказать.*

Учитель дает время учащимся, чтобы они вспомнили историю, которой хотят поделиться.

– *Ребята, в первую очередь дайте «рассказчику» возможность поделиться своей жизненной историей. «**Слушатель**» должен внимательно выслушать ее, демонстрируя все элементы активного слушания. «**Наблюдатель**» же должен следить за тем, насколько «слушатель» правильно использует технику активного слушания, а также насколько комфортно чувствует себя «рассказчик». Только после окончания рассказа «наблюдатель» делится результатами своего наблюдения. Обсудите, было ли реализовано активное слушание. Если не было реализовано, выясните причины.*

*Для того чтобы каждый из вас смог побывать во всех этих ролях, мы будем каждые 10 минут давать вам сигнал для смены ролей.*

После разъяснения инструкции преподаватель напоминает учащимся о формуле активного слушания и с помощью двух помощников показывает, как делается упражнение. После демонстрации примера учитель спрашивает у учащихся:

– *Были ли соблюдены в примере все три элемента активного слушания? Если да, то где они это заметили? Если нет, то продемонстрируйте свой вариант с использованием трех элементов активного слушания.*

После обсуждения примера, представленного учителем и его помощниками, мини-группы приступают к практической работе.

**Примечание для учителя:** учащиеся в роли наблюдателя должны следить за тем, правильно ли используется техника активного слушания. Для их удобства рекомендуется на видном месте повесить плакат, где будут записаны все элементы активного слушания.

### **Инструкция учителю по демонстрации примера:**

Учитель с помощниками демонстрирует образец выполнения упражнения: он выступает в роли рассказчика, один из помощников – слушателя, а второй – наблюдателя. Все истории, которые будут обсуждаться на занятии – и та, которую озвучивает преподаватель, и те, которые рассказывают ученики, обязательно должны быть близки и понятны учащимся. Учитель должен следить за тем, чтобы это не была искусственно подобранная тема.

Во время демонстрации трех этапов активного слушания: **«Я весь внимание»**, **«Парафраз»** и **«Говорить от сердца рассказчика»** (т.е. отражение чувств рассказчика) учащиеся должны использовать вербальные и невербальные средства общения. Очень важно, чтобы учащиеся поняли и усвоили особенности каждой ступени и смогли максимально естественно их применять.

После того как все инструкции поняты, начинается работа в малых группах.

### **Учитель:**

*– Ребята, когда рассказчик в вашей группе закончит свою историю, проведите анализ, краткое обсуждение. Основные тезисы записывайте в тетрадь.*

Через 10 минут, когда завершается первый этап работы в мини-группах, учитель обращается к учащимся: «Ребята, теперь поменяйтесь ролями».

В течение 3-х раундов каждый из учащихся примерит на себя роли Рассказчика, Наблюдателя и Слушателя. Все садятся в круг. И учитель проводит обратную связь:

- Что было легким в этом упражнении, а что – сложным?*
- В какой роли было вам легче всего? Почему?*
- В какой роли – сложнее всего? Почему?*
- Какая из групп хотела бы показать практику активного слушания?*

Попросите еще несколько групп продемонстрировать активное слушание.

**После окончания каждой демонстрации, учитель задает следующие вопросы, чтобы убедиться, насколько учащиеся усвоили занятие:**

- Были ли включены в эту демонстрацию все элементы активного слушания?*
- Если да, то на каком этапе и по каким словам, действиям это можно было понять?*
- Если нет, то по какой причине? Как можно было обеспечить это?*

Для того чтобы учащиеся помнили о **методе активного слушания**, рекомендуется расположить на видном месте ватман, на котором записаны все элементы активного слушания (или вывести на табло).

### Подведение итогов занятия:

Для подведения итогов занятия учителю необходимо обсудить с учащимися следующие вопросы:

1. Какие мысли у вас появились после общения с применением приемов активного слушания?
2. Возникли ли трудности при выполнении задания? Если да, то какие?
3. Применение приемов активного слушания в общении может ли изменить ваши взаимоотношения с людьми, если да, то как?
4. Какие результаты дает применение в повседневной жизни техник активного слушания при общении с людьми?

### Домашнее задание:

Поговорите с человеком, при разговоре с которым вы раньше не использовали приемы активного слушания. А на этот раз используйте эти техники. Запишите ваши наблюдения в тетрадь.

## 8.3. Современная картина мира труда

### Цель занятия:

- ✓ Учащиеся получают важные сведения о сегодняшних и будущих профессиях и поймут, как может измениться человеческий труд.

### Ожидаемые результаты

#### Ученики:

- ✓ Проанализируют профессии в соответствии с современными и будущими изменениями человеческого труда;
- ✓ Получат информацию об актуальных профессиях.

### План занятия:

№	Методы/способы	Время	Необходимые средства:
1.	Орг.момент	3 минуты	
2	Ознакомительная игра	4 минуты	
3.	Мини-лекция учителя	7 минут	
4.	Работа в группах	15 минут	Ватман, маркер, стикер
5	Презентации работы групп	10 минут	Бумажный скотч
6.	Подведение итогов занятия	6 минуты	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

Учитель проводит игру «Мое имя и профессия». Здесь каждый ученик называет свое имя и профессию, которая начинается с соответствующей буквы. Например: Элчибек – электрик, Айнура – агрохимик. Игра продолжается до тех пор, пока все ученики успеют называть свои имена и соответствующие профессии.

### Мини-лекция

Учитель рассказывает о современной картине труда в мире: какие появляются новые профессии, требования не только к молодежи, но и тем, кто сегодня работает, в связи с изменениями в этой сфере (развитие технологий, глобализация, организация труда, сдвиги в гендерных ролях, сокращение рабочего дня, распространение видов услуг и профессий, основанных на информационных технологиях и т.п.).

### Слайд 1.

Профессии наших дней и будущего: робототехник, биоинженер, IT-специалист, программист, онлайн-маркетолог, эколог и др.

### Слайд 2.

ТОП 10 профессий, имеющих наибольший спрос на рынке труда в Кыргызстане	ТОП 10 профессий в мире с наиболее высокой зарплатой	ТОП 10 профессий, имеющих наибольший спрос на рынке труда в мире
информационная безопасность	хирург	IT-специалист
информационно-коммуникационные технологии и системы связи	анестезиолог	инженер-проектировщик
горное дело	менеджер высшего звена	педагог
технология геологических разведок	летчик	юрист
технологические машины и оборудования	стоматолог	терапевт
медицина	аналитик рынка	маркетолог
менеджмент и маркетинг	юрист	специалист по найму персонала
агроинженерия	IT-специалист	профессиональный рабочий
строительство	менеджер по рекламе	специалист индустрии красоты
образование	генный инженер	эколог

### **Работа в группах (12-15 мин.)**

Учитель делит класс на три или больше групп в соответствии с количеством учеников (если их будет больше, то одинаковые задания получают несколько групп).

#### **Вопросы группам:**

1-й: На какие профессии высокий спрос на рынке труда?

2-й: Какие знаете профессии, которые появились недавно?

3-й: Какие профессии можно называть современными и будущими?

По завершении работы в группах проводятся презентации на основе следующих вопросов:

#### **Подведение итогов занятия:**

1. Как вы представили современную картину мира труда?

2. Насколько важно выбирать актуальные профессии?

3. Какие профессии наиболее востребованы в Кыргызстане?

4. Было ли полезно вам сегодняшнее занятие?

Учитель проводит обсуждение основных вопросов занятия и подчеркивает, что при выборе профессии очень важно учитывать их актуальность.

#### **Домашнее задание:**

Составить перечень новых профессий и определить, на какие из них наиболее высокий спрос на рынке труда.

## **8.4. Основные навыки/компетенции, требуемые в разных профессиях**

#### **Цель занятия:**

- ✓ Ученики осмысливают современные тенденции на рынке труда и определяют основные навыки/компетенции, которые требуются для их освоения.

#### **Ожидаемые результаты**

##### **Ученики:**

- ✓ понимают важность умений/компетенций для обладания профессиями;
- ✓ определяют, какие требуются навыки для получения специальностей в сферах: обслуживание, человек-техника и человек-искусство;
- ✓ выясняют, какие навыки нужно каждому развивать, чтобы готовиться к освоению своей будущей профессии.

### План занятия:

№	Методы/способы	Время	Необходимые средства:
1.	Орг.момент	3 минуты	
2	Проверка домашнего задания	4 минуты	
3.	Мини-лекция учителя	3 минуты	
4	Работа в группах	10 минут	Ватман, маркер
5	Презентация работы групп	10 минут	
6.	Работа в парах	10 минут	Рабочий листок
7.	Подведение итогов занятия	5 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

Учитель поприветствует класс, проводит опрос по домашнему заданию и задает вопрос: «Почему важно знать основные требования современного рынка труда?». Прозвучат ответы 3-4 учеников.

Учитель выступит с мини-лекцией об основных навыках/компетенциях, связанных с профессионализмом. Может привести по одному примеру на каждый навык.

**Компетенция** – это активная, самостоятельная, ответственная деятельность человека по взаимодействию с окружающей средой. При этом научные знания, умения и навыки являются основой для развития самостоятельности.

### Актуальные на сегодня навыки/компетенции:

- коммуникабельность
- независимость
- самооценка
- стрессоустойчивость
- тайм-менеджмент
- личная ответственность
- личная инициативность
- готовность взять на себя ответственность
- умение работать в команде
- готовность к самореализации
- творческие способности
- готовность учиться всю жизнь
- общительность
- языковые навыки/компетенции
- межкультурные навыки/компетенции
- навыки/компетенции, связанные с информационными технологиями
- мобильность

- гибкость
- готовность и/или открытость к изменениям
- умение адаптироваться
- готовность к риску
- решительность
- экологическая активность
- знания, умения и навыки, связанные с бизнесом (открытием собственного дела) и т.п..

2. Учитель делит класс на три группы и каждой из них дает задание составить перечень навыков/компетенций, связанных с разными профессиями. Например:

– *Возьмем одну конкретную специальность (показывается слайд «Пожарник»):*

- физическая сила и моральный дух
- отвага
- ловкость
- готовность к риску
- умение найти выход из ситуации
- находчивость
- смелость

После выполнения первого примера группы приступают к составлению перечня по профессиям, которые им предложит учитель.

**1-й группе:** Услуги (повар, визажист, электрик, сантехник, менеджер, швея);

**2-й группе:** Человек-техника (программист, инженер, электрик, слесарь, механик);

**3-й группе:** Искусство (певец, танцор, флорист, художник, актер).

По завершению работы в группах проводится презентация. Учитель предлагает сравнить их выводы и обобщить, используя нижеприведенную инструкцию о применении рабочего листка:

– Какими качествами должны обладать работники **сферы услуг (повар, визажист, электрик, сантехник, менеджер, швея):**

- терпеливость
- умение работать в коллективе
- мобильность
- ответственность
- готовность к переменам
- аккуратность

– **Человек-техника:**

- умение работать в коллективе
- ответственность
- коммуникабельность
- креативность
- терпеливость
- пунктуальность
- надежность

### – Люди искусства (певец, танцор, флорист, художник, актер)

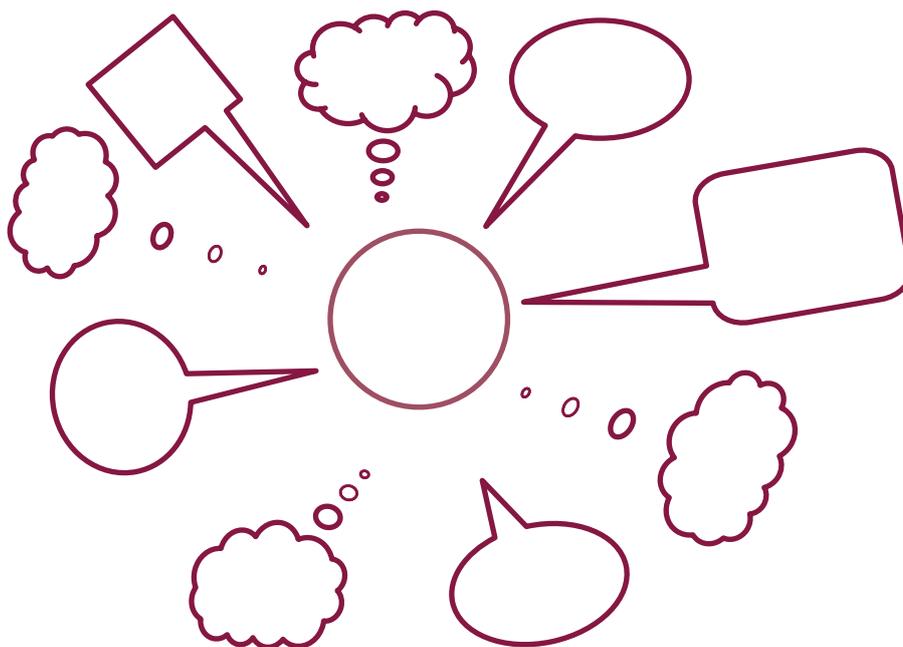
- умение показать себя
- скромность
- креативность
- артистизм
- гибкость
- старательность
- творческие способности

Чтобы ученики закрепляли свои знания о компетентности, предлагается работать в малых группах с рабочими листками.

#### **Инструкция**

В круг посередине рабочего листка следует написать имя одноклассника, а в фигурки вокруг него – основные навыки, учитывая его поведение, характер. Листок повесить (прикрепить) на видном месте.

По возможности рабочий листок нужно приготовить к занятию на каждого ученика. Или ученики сами могут нарисовать по образцу на бумаге А4.



Группы поменяются рабочими листками и обсуждают их содержание.

#### **Учитель задает ученикам вопросы и подводит итоги занятия:**

1. Согласны ли вы с тем, какие ваши навыки отметили одноклассники? Почему?
2. Упоминание каких навыков оказалось для вас неожиданным?
3. О каких навыках/компетенциях, связанных с профессиями, вы узнали?

#### **Домашнее задание:**

Каждому ученику написать перечень основных навыков, которые подходят выбранной профессии.

# ТЕМАТИКА КЛАССНЫХ ЧАСОВ ДЛЯ 9 КЛАССА

## 9.1. Учимся неконфликтному общению

### Цель занятия:

- ✓ Укрепление социально-коммуникативной компетентности, а также компетентности самоорганизации и решения проблем, связанных с конфликтными ситуациями в коллективе.

### Ожидаемые результаты

#### Учащиеся:

- ✓ изучают формулу техники Я-сообщение;
- ✓ знакомятся и обсуждают необходимость владения навыками умения работать в команде и быть устойчивыми к стрессу;
- ✓ развивают навыки предотвращения конфликтов (в перспективе у детей совершенствуются навыки общения, они смогут вести переговоры как в простых жизненных ситуациях, так и на работе).

### План занятия

№	Метод/этап занятия	Время	Ресурсы
	Объявление темы и целей занятия	3 минуты	
	Мозговой штурм	5 минут	
	Мини-лекция	10 минут	– наглядный материал с формулами, примерами и определением стрессоустойчивости
	Работа в группах	20 минут	Карточки с описанием ситуаций
	Подведение итогов занятия. Рефлексия	7 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### Мозговой штурм

Учитель начинает занятие с вопросов и выслушивания ответов учеников:

*– Ребята, как часто случаются ситуации, когда конфликты между людьми возникают из-за простого недопонимания? Можно ли предотвратить такие ситуации? Каким образом?*

## Мини-лекция

В жизни мы нередко сталкиваемся с конфликтами. Более половины человеческих проблем возникает из-за неумения общаться, взаимодействовать с окружающими. Человек хочет сказать одно, а говорит другое, собеседник в этом слышит третье и истолковывает как четвертое. Продолжая месячник по профориентации на этом занятии, мы с вами обсудим на примере конкретной ситуации конфликтного и неконфликтного общения, которые помогут нам быть более стрессоустойчивыми и работать в команде/коллективе. Дабы решить конфликтные ситуации более конструктивным путем, специалисты выделяют формы общения, которые максимально способствуют налаживанию взаимопонимания и сотрудничества. Их называют техниками эффективного общения, коммуникаций. Применять эти техники можно и в семье, и на работе, и при решении различных конфликтных ситуаций. На сегодняшнем занятии мы поговорим с вами об одной из таких техник – «Я-сообщение».

### Что такое «Я-сообщение»?

*«Я-сообщение» – это грамотное высказывание своего недовольства.*

*«Я-сообщение» нужно не для того, чтобы реагировать на поведение другого, а чтобы собеседник услышал и понял вас.*

Обычно, когда мы недовольны, мы высказываемся через «ты-сообщение», когда применяем обвинительный тон. А такого рода диалог отдаляет нас друг от друга. Собеседник отстраняется и принимает оборонительную позицию.

### Формула

Элементы	Пример
Описание факта	Когда приходишь поздно
Описание ощущения факта	Расстраиваюсь, переживаю, огорчаюсь
Разъяснение причины	Потому что не знаю, где ты находишься и что с тобой
Сообщение о вашем желании или пожелании	Я хочу, чтобы ты звонил мне, когда задерживаешься

### Примеры:

Я-сообщение	Ты-сообщение
Я переживаю, меня утомляет, мне не нравится	Ты, тебе, из-за тебя
Я очень устаю после работы, и мне сложно убираться за тобой	Опять ты устроил беспорядок, у меня нет сил убирать все это за тобой!
Мне, как руководителю отдела, крайне неудобно, когда опаздывают мои сотрудники, перед другими коллегами и вышестоящим начальством, было бы хорошо, если бы ты старался не опаздывать	Ты постоянно опаздываешь и позоришь наш отдел перед всем коллективом и начальством!

Владение этой техникой обеспечит вас наличием одного из факторов **стрессоустойчивости и умения работать в коллективе**.

**Умение работать в команде** подразумевает наличие у специалиста целого ряда качеств, которые позволяют ему эффективно взаимодействовать с коллегами и применять собственные способности для достижения общей цели.

**Стрессоустойчивость** – это комплекс черт характера, которые позволяют человеку оставаться здоровым и эффективным даже при больших нагрузках. Под стрессоустойчивостью на работе подразумевается умение спокойно реагировать на конфликтные или неоднозначные ситуации, умение при необходимости работать сверхурочно.

Стрессоустойчивость относится к мягким навыкам (soft skills) и имеет огромное значение для успешной и эффективной работы. Она не только позволяет не обращать внимания на многие факторы, что повышает продуктивность, но и является барьером, который защищает от профессионального выгорания. Уровень стрессоустойчивости демонстрирует способность противостоять возникающим на пути трудностям, показывает возможности личности преодолевать эмоциональный фактор и действовать более обдуманно.

Просмотр ролика по QR-коду справа для закрепления применения техники. Если у учителя ограниченные технические возможности (нет проектора или ноутбука), то можно отправить ссылку видеозанятия в ватсап группу детей для самостоятельного просмотра.



После каждого из примеров, отображенных в видео, проводится обсуждение по нижеприведенным вопросам:

- *Что вы заметили в первом/втором примере?*
- *В какой форме была высказана мысль?*
- *Как она была воспринята?*

### **Работа в группах**

Для развития навыка использования «Я-сообщение» во время практической работы в группах можно предложить участникам варианты ситуаций, описанных на карточках, либо предложить самим придумать ситуации:

**Ситуация 1.** Коллега взял без спроса какую-либо вещь, которая принадлежит вам.

**Ситуация 2.** Клиент/партнер опоздал на встречу, о которой вы договорились. Вы прождали его более получаса.

**Ситуация 3.** Собеседник постоянно перебивает вас.

**Ситуация 4.** Коллега представил на собрании результаты вашей общей работы как свои собственные.

**Задание участникам:** составить «Я-сообщение» по формуле, представленной на занятии, исходя из ситуаций, с которыми они сталкивались (8-10 минут).

Группы составляют фразы (на ватмане) для построения диалога в конкретной ситуации, чтобы был наглядный пример.

При презентации результатов работы каждой группы учителю необходимо выяснить, насколько верно применена техника, и при необходимости подправить.

### Подведение итогов занятия

Учитель завершает занятие обсуждением следующих вопросов:

1. На ваш взгляд, почему эта техника была названа «Я-сообщение»?
2. Как вы думаете, почему навык владения этой техникой может обеспечить работника умением работать в команде и быть устойчивым стрессу?
3. Как вы считаете, почему важно понимать другого человека как себя?
4. По-вашему, на что надо обратить внимание при озвучивании своего мнения тому, кто придерживается другой точки зрения?
5. Ребята, как вы думаете, что изменилось бы во взаимоотношениях с людьми, если бы мы правильно применяли метод «Я-сообщение»?

### Подводя итоги занятия, учителю нужно отметить:

Конечно же, этой технике, как и любой другой, надо учиться применять, оттачивать мастерство, так как результат приходит в зависимости от его частого применения и опыта. Часто в жизни бывает так, что гораздо легче делать «ты – сообщение», чем строить непривычную безличную фразу. Но усвоение навыка общения через «Я-сообщение» сделает вас более конструктивным собеседником в любой конфликтной ситуации.

**Домашнее задание:** практиковать технику «я-сообщение» в ситуациях, когда необходимо выразить недовольство путем конструктивного диалога.

## 9.2. Профессиональные отрасли

### Цель занятия:

- ✓ Учащиеся узнают, какие профессиональные направления им ближе, определяя свои склонности.

### Ожидаемые результаты:

#### Ученики:

- ✓ будут знать виды профессий, относящихся девяти отраслям.
- ✓ узнают, каким направлениям соответствуют их склонности;
- ✓ классифицируют профессии по девяти направлениям.

### План занятия:

№	Методы/способы	Время	Необходимые средства
1.	Орг.момент	2 минуты	
2	Мини-лекция об интересах	4 минуты	
3.	Определение сферы каждой из девяти отраслей	15 минут	
4	Деление на группы	3 минуты	

5.	Работа в группах	15 минут	Карточки с названиями профессий, конверт, ватман
6	Презентация работы групп	6 минут	
<b>Всего</b>		<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

Учитель просит учеников рассказать о своих увлечениях. Выслушав ответы 5-6 детей, он начинает мини-лекцию о 9 отраслях профессий и соответствующих сферах.

<b>Природа:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– находиться на открытом воздухе;</li> <li>– работать на природе;</li> <li>– пасти (кормить) скот.</li> </ul>	<b>Питание, гостиничный бизнес:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– работать с продуктами питания;</li> <li>– приготовление пищи;</li> <li>– сервировка стола и т.п.</li> </ul>	<b>Дизайн:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оформление интерьера;</li> <li>– украшение среды, рисование;</li> <li>– осуществление идей.</li> </ul>
<b>Строительство, бытовая техника, внутреннее оборудование, обработка дерева:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– физическая работа;</li> <li>– занятие ремеслом.</li> </ul>	<b>Технические профессии:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– аппаратура;</li> <li>– машины;</li> <li>– электротехника;</li> <li>– работа с электроникой.</li> </ul>	<b>Планирование, технический чертёж, исследования, информатика:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планирование;</li> <li>– расчеты;</li> <li>– техническое рисование;</li> <li>– исследования;</li> <li>– освоение;</li> <li>– информатика.</li> </ul>
<b>Торговля, реализация, управление, поставки, экономика, безопасность:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– закупка и реализация товаров;</li> <li>– работа в офисе;</li> <li>– организация;</li> <li>– управление.</li> </ul>	<b>Языки, коммуникация, театр, искусство, гуманитарные науки:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– работа, связанная с языками и информацией;</li> <li>– обучение;</li> <li>– развлечения.</li> </ul>	<b>Взаимодействие с людьми, образование, здравоохранение, консультации, обслуживание:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– работа с людьми;</li> <li>– обучение;</li> <li>– забота;</li> <li>– воспитание.</li> </ul>

Знание отраслей и сфер профессий позволяет человеку выбирать профессию в соответствии со своими личными склонностями. Чтобы узнать, какие имеются склонности у себя, ученики используют рабочие листы.

### Инструкция по использованию рабочего листа:

Напротив каждой отрасли нужно ставить птичку в одной из колонок: «нравится», «не знаю» и «не нравится».

Отрасль	Сфера деятельности	нравится	не знаю	не нравится
<p><b>Природа:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>– находиться на открытом, чистом воздухе</li> <li>– работа на природе</li> <li>– пасти (кормить) скот)</li> </ul>			
<p><b>Питание, гостиничный бизнес:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>– работа с продуктами питания</li> <li>– изготовление пищи</li> <li>– сервировка стола и др.</li> </ul>			
<p><b>Дизайн:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>– дизайн</li> <li>– украшение, рисование</li> <li>– осуществление идей</li> </ul>			
<p><b>Строительство, бытовая техника, внутренний интерьер, обработка дерева:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>– физический труд</li> <li>– ремесленничество</li> </ul>			
<p><b>Технические специальности:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>– аппаратура</li> <li>– машины</li> <li>– электротехника</li> <li>– электроника</li> </ul>			
<p><b>Планирование, технический чертёж, исследования, информатика:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>– планирование</li> <li>– расчеты</li> <li>– технический чертёж</li> <li>– исследования</li> <li>– освоение</li> <li>– информатика</li> </ul>			

<p><b>Торговля, управление, поставки, экономика, безопасность:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>– закупка и реализация товаров</li> <li>– офисная работа</li> <li>– организационная работа</li> <li>– управление</li> </ul>			
<p><b>Языки, связь, театр, искусство, гуманитарные науки:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>– работа, связанная со знанием языков, информацией</li> <li>– обучение</li> <li>– шоу, развлечения</li> </ul>			
<p><b>Взаимодействие с людьми, образование, здравоохранение, консультации, обслуживание:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>– работа с людьми</li> <li>– обучение</li> <li>– уход за больными</li> <li>– воспитание</li> </ul>			

**Подведение итогов:**

- Если заполнили таблицу, давайте подсчитаем баллы.
- Какое направление профессии тебя больше всего интересует?
- С каким направлением не совпадают твои склонности?

**Здесь надо обсудить ответы 2-3 учеников.**

Затем учитель делит класс на 3-4 группы и раздает им заранее подготовленные конверты, в которые вложены карточки с названиями профессий и ватманы.

Ученики обсуждают профессии и классифицируют их в 9 направлениях.

**(Учитель может добавить карточки с названиями профессий).**

ТЕАТР И КИНО ПРОДЮСЕРЫ И РЕЖИССЕРЫ	МЕНЕДЖЕР ИНВЕСТИЦИОННОГО БАНКА	ФАРМАЦЕВТ	ЮРИСТ
ТЕХНИК-МЕДИК	ХУДОЖНИК- ОФОРМИТЕЛЬ ПО РЕКЛАМЕ	АРХИТЕКТОР- СТРОИТЕЛЬ	ПЕДАГОГ, РАБОТАЮЩИЙ С ДЕТЬМИ, У КОТОРЫХ ОСОБЫЕ ПОТРЕБНОСТИ
СОЦИОЛОГ	КОСМЕТОЛОГ	ЮВЕЛИР И СПЕЦИАЛИСТ ПО ЦЕННЫМ МЕТАЛЛАМ	ИНЖЕНЕР – ЭКОЛОГ
ИНЖЕНЕР- ЭЛЕКТРОНЩИК	ДИЗАЙНЕР И ОФОРМИТЕЛЬ ИНТЕРЬЕРОВ	РАЗРАБОТЧИК ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ	СУРДОЛОГ И ЛОГОПЕД

ТЕХНОЛОГ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ И НАПИТКОВ	КОНСУЛЬТАНТ ПО ФЕРМЕРСКИМ ХОЗЯЙСТВАМ	СПЕЦИАЛИСТ ПО УХОДУ ЗА РЕБЕНКОМ	ОРГАНИЗАТОР КОНФЕРЕНЦИЙ И РАЗЛИЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КОНСУЛЬТАНТ	ПСИХОЛОГ	ОРГАНИЗАТОР И КОНСУЛЬТАНТ ПО ТУРИСТИЧЕСКИМ ПОЕЗДКАМ	АГЕНТ ПО СТРАХОВАНИЯМ
ПОЖАРНИК	ШВЕЯ	ХОРЕОГРАФ	ТЕХНИК-ОРТОПЕД И ПРОТЕЗИСТ
ОФИЦИАНТ	ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ МЕДСЕСТРА	ОРГАНИЗАТОР И КОНСУЛЬТАНТ ПО ТУРИСТИЧЕСКИМ ПОЕЗДКАМ	ПОВАР

По завершении работы представители групп выступают с презентацией. Вместе сравнивают свои работы.

**Подведение итогов:**

- какая отрасль профессий подходит тебе/вам?
- Насколько было полезно сегодняшнее занятие?

**Домашнее задание:** определить отрасль своей профессии и написать об их особенностях.

## 9.3. Учимся анализировать свои качества и навыки

**Цель занятия:**

- ✓ учащиеся анализируют свои качества и навыки

**Ожидаемые результаты**

**Ученики:**

- ✓ определяют свои личные качества, которые нравятся им самим;
- ✓ дают оценку своим навыкам;
- ✓ узнают, какие навыки и качества следует дальше развивать.

**План занятия:**

№	Методы/способы	Время	Необходимые средства:
1	Орг.момент	3 минуты	
2	Мозговой штурм	6 минут	

3	Работа в группах	20 минут	Конверты с карточками, на которых приведены описания и перечень мягких навыков (по количеству малых групп), флип-чарт, маркеры, клей, ножницы, бумажный скотч
4	Обсуждение	12 минут	
5	Подведение итогов занятия	4 минуты	
<b>Всего</b>		<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

#### Учитель объясняет условия работы:

– Сегодня мы будем учиться анализировать свои качества и навыки. На доске видите вопрос: «Какие особенности моих личных качеств нравятся мне?». На размышление и написание ответов в тетради дается 3 минуты. Работа самостоятельная, поэтому не мешайте друг другу. Если нуждаетесь в помощи, позовите меня. Все понятно?

Чтобы ученикам было легче отвечать, учитель напомним им определение понятия «качество».

Качество – это индивидуальная особенность или свойство характера, которое отличает его от других людей.

Учитель дает время ученикам, чтобы они самостоятельно ответили на вопрос: «Какие особенности моего характера нравятся мне?». Если он заметит, что кто-то из них затрудняется ответить, то может задавать ему наводящие вопросы.

**Примечание:** перечень этих качеств следует дополнить в процессе практической работы, которая описана ниже.

Затем учащиеся делятся на две группы. На двух стенах классной комнаты следует прикрепить по листу формата А4, на которых написаны качества личности. Возле этих мест не должно быть ничего, что отвлекло бы детей от занятия.

При делении класса на группы учитель может творчески использовать любые методы на свое усмотрение.

Ученики по очереди подходят к своим листам на стенах и заполняют перечень, стараясь не помешать друг другу.

1. Каждый ученик запишет те качества, которые имеются у него в данный момент. (В начале занятия следует напомнить, что ученики уже писали о качествах, которые есть у себя, и тех, какие им нравятся. При выполнении этой работы они должны дополнить тот список).

2. Во второй список нужно записать такие качества, которые дети считают нужными для овладения будущей профессией.

Для удобства детям рядом с этими листами можно приклеить карточки с надписью «1 группа» и «2 группа». Учитель напомним детям, что все люди разные, поэтому каждый человек должен отвечать за себя.

### Учитель:

– Ребята, на этих листах написаны разные качества людей. Вы уже писали о тех качествах, которые вам нравятся. Теперь ознакомьтесь с полным перечнем и запишите в первый список те из них, которые присущи вам. Во второй список – те, которые желаете совершенствовать, чтобы стать специалистом по выбранной профессии. Возможно, в настоящее время этих качеств у вас нет, но они будут нужны в работе по профессии, которую выбрали.

Учащиеся делятся на две группы. От каждой группы подходят по очереди к соответствующему листку и записывают на нем: в **первый** список – имеющиеся у себя качества, **во второй** – те, которые необходимо развивать для подготовки к будущей профессии.

Учитель объясняет детям, что, отвечая на первый вопрос, они могут получить краткий список соответствующих качеств, а при ответе на второй – понимать, что нужные для работы по желанной профессии качества у них еще не сформированы.

Список качеств, которые учителю необходимо заранее написать на цветную или обычную бумагу:

1. Я храбрый: умею рисковать.
2. У меня есть мотивация: у меня сильное намерение достичь успехов.
3. Я открытый: со мной легко сотрудничать.
4. Я честный человек: я везде ценю правдивость.
5. Я порядочный: умею проявить себя перед людьми с лучшей стороны.
6. Я человек творческий: умею проявлять свои творческие способности.
7. Я инициативный человек: проявляю увлеченность и умею выступать с инициативой.
8. Уверен в себе: не стесняюсь задавать вопросы.
9. Умею сотрудничать: избегаю конфликтов и умею хорошо ладить с одноклассниками.
10. Я любопытный: мне все интересно, хочу знать все.
11. Я решительный: быстро принимаю решение в разных ситуациях.
12. Я прилежный: всегда стараюсь делать все, что от меня зависит.
13. Умею строить отношения: мне не трудно общаться с людьми.
14. Я аккуратный: все свои дела заранее и детально планирую.
15. Я терпеливый: готов терпеть столько, сколько требуют от меня.
16. Умею убеждать: мне не трудно уговаривать других.
17. Я пунктуальный: всегда прихожу в школу или на место встречи без опозданий.
18. Я толерантный: мне нравится больше слушать, чем говорить.
19. Я ответственный человек: все поручения выполняю своевременно.
20. Я разговорчивый человек: общение с другими людьми всегда начинаю сам.
21. Я надежный человек: не подвожу тех, кто на меня полагается.
22. Я веселый человек: у меня всегда хорошее настроение и я умею поднимать настроение других.
23. Я искренний человек: мне нравятся формальности, я не умею лгать.

24. Я трудолюбивый: мне нравится работать, не люблю тратить свое время впустую.
25. Я справедливый человек: я всегда на стороне честных и правдивых людей.

**Примечание:**

При необходимости учитель сам тоже может помогать детям дополнять список.

После завершения работы учениками, учитель просит их садиться на свои места и приступить к выполнению следующего задания. (У него должно быть заранее приготовленное «колесо навыков» – см. в приложении).

Чтобы ученики легче понимали задание, учитель просит их вспомнить определение понятия «навык».

**Навык** – это способность совершать какие-либо действия спонтанно, достигая автоматизма. Новый способ становится постепенно привычным, благодаря частым, систематическим повторениям.

Затем учитель объясняет ученикам, как заполнить «колесо навыков».

**«Колесо» состоит из четырех секторов:**

1. Навыки общения
2. Навыки уверенности
3. Навыки критического мышления
4. Навыки работы в команде.

Каждый блок «колеса» содержит по четыре навыка.

Например, блок **«НАВЫКИ УВЕРЕННОСТИ»** охватывает следующие виды этой способности:

1. Я всегда планирую свои дела и время.
2. Я держу слово и стараюсь быть ответственным.
3. Если кто-то обратится ко мне за помощью, я постараюсь ему помочь.
4. На меня можно полагаться.

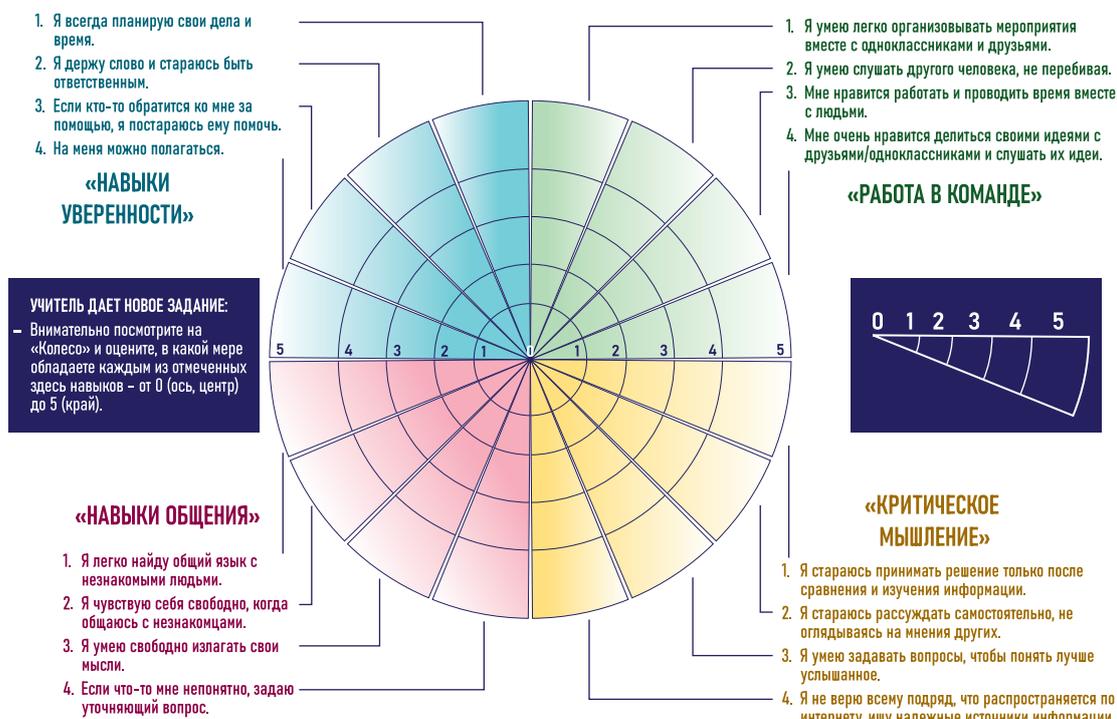
**«РАБОТА В КОМАНДЕ»**

1. Я умею легко организовывать мероприятия вместе с одноклассниками и друзьями.
2. Я умею слушать другого человека, не перебивая.
3. Мне нравится работать и проводить время вместе с людьми.
4. Мне очень нравится делиться своими идеями с друзьями/одноклассниками и слушать их идеи.

**Учитель задает ученикам задание: внимательно прочитать о навыках, описанных в «колесе», и оценить, на каком уровне владеют ими (по пятибалльной шкале, здесь 0 – это центр, а 5 – край «колеса»).**

## «НАВЫКИ ОБЩЕНИЯ»

1. Я легко найду общий язык с незнакомыми людьми.
2. Я чувствую себя свободно, когда общаюсь с незнакомцами.
3. Я умею свободно излагать свои мысли.
4. Если что-то мне непонятно, задаю уточняющий вопрос.



Блок «**КРИТИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ**» охватывает следующие навыки:

1. Я стараюсь принимать решение только после сравнения и изучения информации.
2. Я стараюсь рассуждать самостоятельно, не оглядываясь на мнения других.
3. Я умею задавать вопросы, чтобы понять лучше услышанное.
4. Я не верю всему подряд, что распространяется по интернету, ищу надежные источники информации.

**Учитель дает новое задание:**

– Внимательно посмотрите на «Колесо» и оцените, в какой мере обладаете каждым из отмеченных здесь навыков – от 0 (ось, центр) до 5 (край).

Чтобы объяснить наглядно, учитель должен вначале сам проделать это упражнение, оценив свои навыки соответствующим образом. Например, он показывает, как оценить себя по блоку «Навыки общения».

1. Я легко нахожу общий язык с незнакомыми людьми – оцениваю этот навык на 4 и закрасю эту часть от 0 до 4.
2. Я чувствую себя довольно свободно при выступлении перед новой аудиторией – тут ставлю отметку 3 и закрасю эту часть от 0 до 3.

3. Я умею свободно излагать свою мысль – здесь подходит оценка 5, следовательно, нужно закрасить эту часть от 0 до 5.
4. Если что-то мне непонятно, я могу задавать вопросы – оцениваю этот навык на 4 и закрашу эту часть от 0 до 4.

Учитель показывает раскрашенный рисунок ученикам. Затем раздает шаблон «Колеса навыков» (см. в приложении), чтобы дети оценили свои навыки и закрашили его соответствующим образом.

На выполнение этого упражнения отводится 10 минут.

Если у кого-то возникнут вопросы, то учитель ответит индивидуально.

После завершения работы с шаблоном ученики анализируют свои навыки.

### **Примечание:**

Данное колесо состоит из четырех основных навыков. Учитель может их дополнить по своему усмотрению. Он может также вместо четырех частей вставить другие, которые считает нужными, чтобы ученики могли провести самооценку и самоанализ.

Убедившись, что учащиеся выполнили задание по оценке своих навыков, учитель предлагает учащимся разбиться на пары и в течение пяти минут показать друг другу то, что они написали. В ходе обсуждения вы должны ответить на следующие вопросы:

1. Какие из моих качеств хорошо развиты, а какие я считаю слабыми?
2. Какие навыки мне необходимо развить или приобрести для профессионального роста?

Учащиеся показывают свои работы другим и отвечают на вопросы.

После презентации учитель заканчивает занятие.

### **Подведение итогов занятия:**

Учитель завершает занятие общим обсуждением и задает следующие вопросы:

1. Что вы узнали о своих качествах и способностях?
2. Какие качества и навыки вы хотите развить или улучшить?

### **Домашнее задание:**

Написать сочинение на тему «Каким человеком я хочу быть через пять лет?»

## 9.4. Учеба и профессии. Критерии выбора учебных заведений

**Цель занятия:** учащиеся получают информацию о профессиональных учебных заведениях. Узнают критерии выбора учебных заведений и условия поступления в них.

### Ожидаемые результаты

#### Учащиеся:

- ✓ знакомятся с различными профессиональными учебными заведениями;
- ✓ знакомятся с направлениями профессиональных учебных заведений,
- ✓ узнают, как получить информацию о школе или профессиональном учебном заведении.
- ✓ составят для себя критерии выбора учебного заведения;

#### План занятия:

№	Методы/способы	Время	Необходимые средства:
1.	Орг.момент	3 минуты	
2.	Мини-лекция учителя	5 минут	
3.	Работа в группах	15 минут	Ватман, маркер
4.	Презентации работы групп	8 минут	Бумажный скотч
5.	Составить список критериев выбора учебного заведения	7 минут	
6.	Игра с мячом: продолжить предложение	5 минут	Мяч
7.	Подведение итогов занятия	2 минуты	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

#### Ход занятия:

Учитель: Дорогие ученики, вы заканчиваете 9 класс. Одни из вас выбирают профессии в соответствии со своими склонностями, талантами и способностями и поступают в другие учебные заведения, а другие продолжают учиться в школе. Надеюсь, сегодняшнее занятие будет для вас полезным.

Далее учитель прочтет мини-лекцию о профессиональных учебных заведениях.

### **Основными задачами среднего профессионального образования являются:**

- подготовка специалистов в соответствии с требованиями рынка труда;
- формирование чувства ответственности, умения работать самостоятельно и в команде;
- учить планированию результатов своей работы, принятию решений;
- формирование практических навыков по специальности.

### **В чем преимущество среднего профессионального образования?**

- ✓ относительно легкие условия зачисления;
- ✓ короткий период обучения;
- ✓ практика на профильных предприятиях;
- ✓ ориентация по выбору необходимой профессии;
- ✓ трудоустройство выпускников;
- ✓ подготовка эффективных практиков;
- ✓ соответствие требованиям среднего профессионального уровня на рынке труда.

### **Сведения об учреждениях среднего профессионального образования.**

#### **Учитель:**

– В центрах всех семи областей и во всех городах Кыргызской Республики есть средние профессиональные учебные заведения. Например, профессиональный лицей № 10 имени С.Чокморова в г. Бишкеке.

Этот лицей готовит квалифицированных специалистов, востребованных на рынке труда в Кыргызской Республике, на территории государств-членов ЕАЭС.

#### **В этом лицее:**

**Предметы тестирования при вступлении:** математика, биология, химия, география.

#### **Отделения:**

- Шеф-повар, готовящий национальные и иностранные блюда
- Кондитер
- Шеф-повар
- Парикмахер, визажист

Бюджетное отделение: стипендия. 10 месяцев

Срок обучения по контракту: 12 месяцев

#### **Дополнительные курсы:**

- Основы предпринимательства
- Информатика
- Английский язык

**А профессиональный лицей №100 в г. Бишкеке готовит специалистов по техническим профессиям.**

№	Профессия	Сроки обучения	Отрасль трудоустройства
1	Электромонтажник, электросварщик	3 года	Ремонт и обслуживание электрического оборудования на электрических подстанциях
2	Электромонтажник, электросварщик	10 мес.	Ремонт и обслуживание электрического оборудования на электрических подстанциях
3	Мастер по ремонту автомобилей, слесарь	1 год	Ремонт и обслуживание автомобилей
4	Слесарь по ремонту электрических оборудований	3 месяца	Ремонт и обслуживание электрического оборудования
5	Электромонтер оперативной группы	3 года	Ремонт и обслуживание электрических линий
6	Водители разных категорий	3 года	Вождение автомобилей

Преподаватель делит учащихся на три группы: сельское хозяйство, индустрия красоты и техника. Дает им задание:

– Зайдите на следующие вебсайты и прочтите информацию о профессиональном лицее или ВУЗе, который относится к вашей профессиональной отрасли (сельское хозяйство, индустрия красоты, техника).

**Вебсайт:**

Список профессиональных лицеев: <http://kesip.kg/ru/8>

**Каталог вузов:**

<http://edu.gov.kg/ru/high-education/unis-system/spisok-gosudarstvennyh-i-chastnyh-vuzov/>.

На подготовку и проведение презентации – 10 минут.

После презентации и обсуждения работ перейдите на следующее упражнение.

– Ребята, в этом году вы оканчиваете 9 класс и каждый из вас, наверное, думает о том, где продолжить учебу. Так давайте рассмотрим, по каким мотивам и критериям выберете учебное заведение.

Примечание: результат будет лучше, если учитель приведет примеры, когда объясняет критерии выбора профессии.

Критерии:	ДА	НЕТ
✓ Склонности		
✓ Способности		
✓ Близость учебного заведения		
✓ Престижность учебного заведения		
✓ Возможности трудоустройства после выпуска		
✓ Карьерные перспективы		
✓ Востребованность профессии на рынке труда		
✓ Атмосфера в учебном заведении		
✓ Другое		

**Учитель проводит обсуждение по следующим вопросам:**

- Какие еще критерии вы бы добавили?
- Какие критерии наиболее важны и почему вы так считаете?
- Какие мотивы показались вам интересными?
- В какой мере критерии выбора учебного заведения совпадают с критериями выбора профессии?
- Изменение критериев: какой критерий вы цените выше всего?

**Подведение итогов занятия:**

**Упражнение «Подача мяча»**

Пояснение: Учащиеся должны дополнять предложения. При подаче мяча ученик, который получит мяч, говорит: «Я выбираю ... (название профессионального лица или другого учебного заведения), потому что ... (объяснить свой выбор)».

**Домашнее задание:**

Напишите сообщение о том, в какое учебное заведение вы желаете поступить и какую специальность получить.

# ТЕМАТИКА КЛАССНЫХ ЧАСОВ ДЛЯ 10 КЛАССА

## 10.1. Постановка целей и Тайм-менеджмент

### Цели занятия:

- ✓ Формирование у учащихся умений планирования и эффективного управления своим мнением;
- ✓ Формирование у учащихся представления и ситуациях, в которых происходит потеря времени, и способах организации времени в таких ситуациях;
- ✓ Обучение учащихся планированию времени в учебный период и в свободное от учебных занятий время.
- ✓ Формирование у учащихся бережного отношения к своему времени.

### Ожидаемые результаты

- ✓ На занятии учащиеся учатся правильно ставить цели и разработают планы их достижения. Определяют конкретные задачи для осуществления цели и обозначат сроки их реализации. Выявят отрезок времени, необходимый для достижения цели.

### План занятия

№	Метод/этап занятия	Время	Ресурсы
1.	Объявление темы и целей занятия	1 минута	
2.	Фокусировка внимания Мозговой штурм	4 минуты	Ватман или доска
3.	Мини-лекция	7 минут	
4.	Практическая работа	22 минуты	Таблица по количеству учеников
5.	Рефлексия	8 минут	
6.	Подведение итогов занятия	3 минуты	
<b>ВСЕГО</b>		<b>45 минут</b>	

### Фокусировка внимания 4 минуты

Для перехода к следующей части занятия учителю нужно задать учащимся вопрос чтобы сфокусировать их внимание на важности времени:

- ✓ **как вы относитесь к краже ваших денег?**

Учитель выслушав ответы учеников, задает уточняющий вопрос:

- ✓ **можно ли вернуть украденные деньги?**
- ✓ **как вы думаете, можно ли вернуть или восстановить украденное/потерянное время?**

После того как учащиеся ответят на вопросы, учитель объявляет тему и цели занятия.

### Мини-лекция (7 минут)

Умение управлять временем является важным и необходимым умением как для обучения в школе, так и для успешного планирования карьеры человека.

Тайм-менеджмент позволяет эффективно управлять не только собственной деятельностью, но и жизнью в целом.

Умение управлять временем является очень важной компетенцией. Важно, чтобы умение управлять своим временем стало нашей привычкой с ранних лет.

Задача тайм-менеджмента заключается не в том, чтобы максимально загрузить свой день делами, а в том, чтобы максимально освободить его от ненужных занятий и потери времени. Также в целях наиболее качественного выполнения самых важных и наиболее ответственных дел.

Перед тем как отметить причины пустой траты времени, учителю спросить мнение учеников по этому поводу, так как это станет основой для фокусировки внимания и вовлечения учащихся в процесс обсуждения. Ответы учеников необходимо записывать на ватмане или на доске.

После того как ученики отметят причины неэффективного использования времени, учителю необходимо дополнить этот список причинами, описанными ниже.

Часто причинами нехватки времени и нерационального использования является следующее:

- ✓ много времени отнимает интернет, соцсети и телевизор;
- ✓ нет предварительного планирования дня, поэтому перекладываются дела на потом, и нет четкой картины;
- ✓ легко отвлекаются от важных дел;
- ✓ слишком много времени уходит на выполнение домашнего задания;
- ✓ не доводят начатое до конца;
- ✓ медленный темп работы: чтобы приступить к какому-либо делу, требуется время на «раскачку»;
- ✓ неумение говорить «нет».

Как вы видите, очень много факторов, которые отвлекают нас от эффективного/продуктивного использования нашего времени.

### Практическая работа (22 минуты )

Практическая работа по заполнению графика эффективного использования времени Таблицы № 1.

В данной части занятия учитель предлагает учащимся заполнить таблицы на примере предыдущего дня (только одного дня). Нужно закрасить



**Тайм-менеджмент** – это система приемов, позволяющих человеку эффективно организовать деятельность по достижению поставленных целей.

шивать квадраты в соответствии с реальным графиком предыдущего дня. И последующие дни запланировать таким образом, чтобы отражались планы для достижения цели, запланированной по SMART-критериям.

**(10 минут на выполнение работы и 12 минут на презентацию)**

Учитель заблаговременно может распечатать таблицы на каждого учащегося, если есть возможность, либо показать на проекторе, начертить на доске, чтобы учащиеся смогли срисовать в свои тетради. Очень важно отметить, чтобы каждый учащийся подошел к заполнению графика серьезно и объективно:

- подъем, сборы и прием пищи
- время отдыха, помощь по дому
- дополнительные занятия/курсы
- отметить время учебы
- время, потраченное на игры/соцсети/телевизор

После закрашивания таблицы на примере предыдущего дня каждый ученик должен подсчитать, сколько времени было потрачено впустую, что можно было бы использовать с большим эффектом и пользой. Таблицу по оставшимся дням учитель предлагает заполнить на примере текущей недели дома.

**Таблица № 1. Ведение календаря эффективного использования времени**

	7.00	8.00	9.00	10.00	11.00	12.00	13.00	14.00	15.00	16.00	17.00	18.00	19.00	20.00	21.00	22.00	итог
Пн																	
Вт																	
Ср																	
Чт																	
Пт																	
Сб																	
Вс																	
итог																	

Учащимся в ходе планирования ежедневного графика надо стремиться к тому, чтобы учащиеся фиксировали только самые основные мероприятия и оставляли небольшие окошки для бытовых и мелких непредвиденных дел.

Рефлексия по итогам заполнения таблицы, плана/календаря.

Учителю очень важно уделить особое внимание качественному проведению рефлексии, так как это способствует сделать анализ качественным. Если даже некоторые учащиеся не отвечают на вопросы, они будут делать выводы и для себя, слушая ответы своих одноклассников.

По каждому вопросу нужно дать возможность ответить 2-3 учащимся, в связи с чем на рефлексию необходимо выделить не менее 10 минут.

### Подведение итогов практической работы

#### Вопросы для рефлексии:

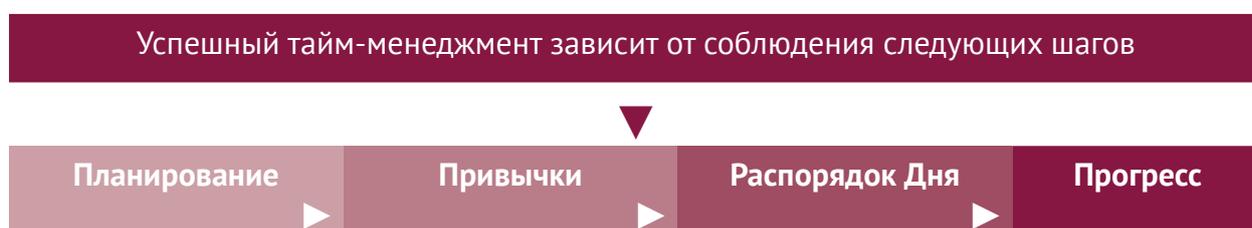
1. Ваши впечатления от заполнения плана: что понравилось, что не понравилось, что было трудным?
2. Сколько времени вы потратили на просмотр телевизора, игры, соцсети, на выполнение уроков, прогулки?
3. Сколько времени потратили на помощь по дому и учебные дела?
4. Тратили ли вы время впустую?
5. На что вы тратили время впустую?
6. Как вы считаете, нужно ли заниматься в выходные полезными делами или можно вовсе не думать об этом?
7. Полезна ли была для вас работа с составлением плана и анализом? Почему?
8. Собираетесь ли вы что-либо изменить в планировании по итогам работы?

Учителю необходимо отметить, что ведение планов в течение двух недель при регулярном анализе результатов позволяет заложить основы формирования привычки целенаправленного ежедневного планирования своего времени.

Если даже некоторые учащиеся не будут применять календарь, то поймут, что у них есть возможность пересмотреть свой день и лучше его спланировать для его эффективного использования.

### Подведение итогов занятия 3 минуты

Учителю, подводя итоги занятия, нужно выделить факторы, от которых зависит успешный тайм-менеджмент, указанный в иллюстрации ниже.



Вечером нужно выделить 5-10 минут времени для анализа своего ежедневного плана и сделать анализ:

- Почему важно планировать свой день/неделю? В чем преимущество?
- Что удалось достигнуть сегодня?
- Что нужно перенести на следующий день?
- Что нужно исключить/делать, чтобы успевать все согласно плану?

При этом нужно помнить, что планировать нужно реально достижимое за день количество пунктов/мероприятий.

**Домашнее задание:** Учитель в рамках выполнения домашнего задания просит учащихся прочитать информацию, которая будет разослана в ватсап-группу учеников и попрактиковать использование формулы SMART.

– Ребята, мы сегодня с вами попробовали распланировать наш день, в неделю, в которых отражаются задачи для достижения определенной цели. Для того чтобы цель была достижима, очень важно уметь сформулировать ее корректно. А в этом нам поможет знание и умение пользоваться формулой -SMART.

Учителю необходимо отметить, что от выполнения ДЗ будет зависеть, насколько качественно они вместе с родителями смогут составить свои SMART-цели.

### Информация для чтения и практики

К сожалению, многие молодые люди теряют время из-за того, что не планируют конкретные задачи для достижения целей. И они винят в этом обстоятельства. Но причина постоянных неудач, чаще всего, заключается в неправильно поставленной цели.

«Ребята, возьмите все лист бумаги/тетради и запишите одну из целей, которые вы ставите перед собой в связи с учебой, будущей профессией».

### Теперь оставьте лист на столе

Ознакомьтесь внимательно с формулой ниже и вернитесь к записанному. Проверьте, правильно ли вы сформулировали свою цель? Если нет, попробуйте составить ее заново используя формулу.

**SMART** – техника постановки цели, которая подразумевает ее конкретность, измеримость, достижимость, важность и четкость сроков.



### Примеры:

Пример постановки цели <b>НЕ</b> по SMART	Пример постановки цели <b>по</b> SMART
Выучить английский, чтобы поступить в вуз	Выучить английский к концу 2023 года на уровне «продвинутый», чтобы поступить в вуз по специальности «программист»

*Пример разобран по цветам исходя из цветов вышеприведенной картины формулы*

*СМАРТ. На это учителю необходимо обратить внимание учеников, используя проектор или заранее подготовленную формулу на флипчарте/плакате, подобрав нужные цвета.*

Запишите снова пару целей и проверьте их по формуле СМАРТ, если они не отвечают критериям, пересмотрите их и напишите, придерживаясь формулы.

## 10.2. Как соотносятся наши мечты о будущей профессии с реальностью

### Цель занятия:

- ✓ Ученики сравнивают свои мечты о профессии с реальностью.

### Ожидаемые результаты

#### Учащиеся:

- ✓ узнают, какие навыки необходимо развивать, чтобы стать конкурентоспособным специалистом;
- ✓ представляют будущее той или иной профессии на рынке труда;
- ✓ выясняют преимущества и недостатки определенных профессий.

### План занятия:

№	Методы/способы	Время	Необходимые средства
1.	Орг.момент	8 минут	
2.	Работа в группах	25 минут	Вопросы, написанные на 17 карточках
3.	Вопросы и ответы	10 минут	
4	Подведение итогов занятия	2 минуты	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

В начале занятия ученики закрывают глаза и представляют, как они закончат желанное учебное заведение и работают по своей специальности.

После того как два-три ученика расскажут о своих представлениях учитель объявляет тему занятия: «Сравним свои мечты с реальным миром».

*– Ребята, сегодня мы проделаем интересное упражнение. Оно поможет нам больше узнать о будущей профессии каждого из нас, взглянуть на нее с другой точки зрения и понять, насколько она востребована сегодня. Для этого мы разделимся на малые группы по четыре человека.*

Малые группы садятся в круг. Затем учитель раскладывает набор из 17 вопросов в середине каждого круга в перевернутом виде.

– Дети, вы сейчас должны искренне отвечать на вопросы. Каждый участник по очереди вытягивает карточку, читает вопрос группе, а затем отвечает на него. Следующий ученик в очереди берет другую карточку и отвечает на вопрос. Упражнение будет продолжаться до тех пор, пока не закончатся карточки.

После того, как все учащиеся ответили на вопросы, учитель предлагает учащимся сесть на свои прежние места и высказать свое мнение.

### 17 карточек

<p>Как выглядит выбранная вами профессия на рынке труда? Пожалуйста, опишите это. *****</p>	<p>Кого вы считаете профессионалом в области выбранной вами профессии? *****</p>	<p>Верят ли ваши родственники, что вы можете зарабатывать деньги с выбранной профессией? Почему так считают? *****</p>
<p>Как вы думаете, кто поддерживает вас в выборе профессии? Почему? *****</p>	<p>Одобрят ли родители выбранную вами профессию? Считают ли они это умным выбором? Почему вы так думаете? *****</p>	<p>Какой вклад вы могли бы внести в выбранной вами профессии и какую пользу вы бы принесли обществу? *****</p>
<p>Насколько работа вашей мечты соответствует среде, в которой вы живете? Или стоит переехать в другое место? Вы готовы переехать в другую страну ради работы своей мечты? *****</p>	<p>Где и как вы можете работать с профессией своей мечты? *****</p>	<p>Вы сами выбрали профессию? Или вы просто послушались чьего-то совета? *****</p>
<p>Чье мнение важно для вас при принятии решения относительно выбора профессии? *****</p>	<p>Что нужно сделать, чтобы стать лучшим специалистом в выбранной профессии? *****</p>	<p>Насколько высока востребованность данной профессии в стране или регионе, где вы живете? *****</p>
<p>Какие минусы, по вашему мнению, есть в выбранной вами профессии? Думали ли вы об этом раньше? *****</p>	<p>Как вы думаете, сможете ли вы найти работу по выбранной вами профессии? *****</p>	<p>Как вы думаете, что вас интересует в выбранной вами профессии? *****</p>
<p>Кто оплачивает ваши услуги в выбранной вами профессии? *****</p>	<p>Что вам нужно улучшить, чтобы быть конкурентоспособным в выбранной вами профессии? Какие навыки и знания вам необходимо развивать? *****</p>	

Учащиеся садятся на свои места. Учитель ждет, пока все сядут, и инициирует обратную связь, задавая вопросы. На каждый вопрос учитель дает высказаться 2-3 ученикам.

1. Было ли это занятие полезно для вас? Почему вы так думаете?
2. Какой вопрос был для вас самым сложным? Почему?
3. Какой вопрос, по вашему мнению, был наиболее полезным? На какой вопрос вы нашли для себя ответ?
4. Как вы думаете, какова была цель этого занятия?
5. Какие основные выводы вы сделали, отвечая на вопросы?
6. Изменилось ли у кого-нибудь из вас отношение к выбранной профессии? Почему это случилось?

#### **Подведение итогов занятия**

##### **Учитель задает обобщающие вопросы:**

- Почему важно смотреть на выбранную профессию с разных сторон?
- Каковы недостатки этой профессии?
- А каковы риски, связанные с вашим выбором?
- Готовы ли вы принять риски и недостатки вашей профессии?
- Востребована ли ваша профессия на рынке труда?
- Приносите ли вы пользу обществу, выбирая ту или иную профессию?

##### **Домашнее задание:**

Учитель дает ученикам задание написать несколько профессий, соответствующих своим склонностям, способностям и талантам.

## **10.3. Значение выбранной профессии**

##### **Цель занятия:**

- ✓ Учащиеся понимают, насколько полезна и важна выбранная профессия в жизни.

##### **Ожидаемые результаты**

##### **Учащиеся:**

- ✓ определяют для себя интересные, актуальные и высокооплачиваемые профессии;
- ✓ готовят рабочий лист об отраслях профессий, соответствующих требованиям и возможностям трудоустройства;
- ✓ понимают связь между особыми требованиями к специальностям и отраслями занятости.

### План занятия:

№	Методы/способы	Время	Необходимые средства
1	Орг.момент	2 минуты	
2	Заполнение рабочих листов	10 минут	Лист А4
3	Освоение связи между особыми требованиями к специальностям и отраслями занятости	20 минут	Рабочий лист
4	Обсуждение	8 минут	
5	Подведение итогов занятия	5 минут	
<b>Всего</b>		<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

После организационного момента учитель просит детей заполнить приведенную ниже таблицу и объясняет условия работы. В первый столбик написать названия 15-20 профессий, во второй – 10 профессий, которые их интересуют, в третий – 5 актуальных и в четвертый – 3 профессии из этих пяти с высокой зарплатой.

### Примечание учителю

Рекомендуется отображать образец таблицы на интерактивной доске или повесить на видное место. Если возможно, раздайте его каждому ученику на листе формата А4 или попросите начертить в тетради.

Профессия	Интересующие	Актуальные	С высокой зарплатой

После того как все заполнят таблицу, выслушайте объяснение 4-5 учащихся и проведите обсуждение. Затем перейдите к следующему рабочему листу.

– *Какая польза от занятия с рабочим листом по трудоустройству, особым требованиям и секторам занятости?*

### Задание 2

**Рабочий лист: Требования и навыки по профессиям, навыки и соответствующие отрасли трудоустройства**

Примечание для учителя: у каждого учащегося должен быть готовый рабочий лист. Объясните учащимся правила заполнения рабочего листа, показав один пример.

<p>Учащиеся узнают о связи между требованиями к конкретным профессиям и областями занятости.</p> <p>Отмечать требования, которые соответствуют своим ожиданиям – зеленым маркером, а требования, по которым следует дальше учиться, – красным.</p>		
ОБЛАСТЬ ЗАНЯТОСТИ	ОСОБЫЕ ТРЕБОВАНИЯ	ОТРАСЛЬ ТРУДОУСТРОЙСТВА
<p>Сельское хозяйство, производство и переработка продуктов питания</p>	<p>Отличные психомоторные навыки, пространственная ориентация и координация, моторика, крепкое телосложение, острые чувства: отличное зрение, вкус, обоняние, отличный слух</p>	<p>Фермерские хозяйства, ветеринарные станции, племенные учреждения, производство и переработка мясных и рыбных продуктов, производство хлебобулочных изделий, производство замороженных продуктов, производство напитков, переработка продуктов питания и овощей, переработка зерна.</p>
<p>Лесное хозяйство и деревообработка</p>	<p>Отличная ориентация в пространстве, понимание пространственных отношений, совершенная память на визуальные детали, правильные и точные движения и отличная координация движений пальцев, отличные механические и числовые навыки, острота чувств: зрение, слух, обоняние</p>	<p>Учреждения, управляющие лесами и общественными парками, производители саженцев и черенков, учреждения деревообрабатывающей промышленности и по производству мебели, дизайнерские агентства, строительные, столярные и др. цеха</p>
<p>Геология, горное дело и металлургия</p>	<p>Отличное понимание механических взаимосвязей, развитое пространственное мышление, зрительная память на детали, подвижность и зрительно-моторная координация, постоянное внимание, крепкое и выносливое телосложение, способность работать под землей, здоровая и устойчивая дыхательная система, сосудистая и сердечно-сосудистая системы, острота ощущений</p>	<p>Горнодобывающая промышленность, строительство, геологические службы, лаборатории, институты осмотра землеройной техники, литейное, металлургическое производство, предприятия по производству меди и цветных металлов, предприятия по производству высококачественной меди и цветных металлов, прокатные станы, кабели, трубы и профили и т.д.</p>

<p>Машиностроение, металлообработка</p>	<p>Развитые способности к пониманию механических связей и физических принципов, использование лучших возможностей числового и пространственного воображения, зрительная память на детали, координация движений, быстрые и точные движения рук, хорошо развитое внимание и способность к прямому вниманию хорошее состояние здоровья, выносливость и крепкое телосложение, умение видеть в глубине и пространстве, цветоразличение</p>	<p>Все отрасли промышленности: машиностроение, металлообработка, электротехника, судостроение, строительство, нефтяная промышленность, транспорт, пищевая промышленность, текстильная и полиграфическая промышленность, горнодобывающая промышленность, металлургия, автомобилестроение, ремесленничество и др.</p>
<p>Электротехника</p>	<p>Отличное понимание физических принципов, отличные вычислительные навыки, отличное понимание пространственных отношений, зрительное внимание к деталям, ловкость рук, развитая координация и быстрое внимание, острота зрения и цветовая дифференциация, глубина, способность работать в экстремальных условиях, отсутствие деформации в конечностях и позвоночнике, а также ограниченный движения</p>	<p>Энергетики и производители оборудования, лифтостроители, производство промышленных трансмиссий, измерительных и регулирующих технических устройств, автоматика, телекоммуникации, радио- и телеаппаратура, автомобилестроение, электротехническое обслуживание сооружений, рыболовные мастерские, и так далее.</p>
<p>Химия, неметаллическая промышленность и полиграфия</p>	<p>Отличное пространственное и механическое представление, отличная координация рук и точные движения пальцев, точная зрительная память, числовые навыки, отличные способности к моделированию, крепкое и выносливое телосложение, зрительные, слуховые и развитые органы осязания, отличная емкость легких и отсутствие ограничений, связанных с позвоночником.</p>	<p>Химическая неметаллическая промышленность, нефтехимическая промышленность и переработка каучука, производство взрывчатых веществ, производство строительных материалов, фармацевтическая промышленность, полиграфическая и бумажная промышленность и др.</p>

Текстильное и коженное производство	Понимание принципов механики и пространственных структур, умение создавать формы и хорошая память на числа, развитое зрение и осязание	Текстильное и швейное производство, производство кожаной одежды и кожгалантереи, обувное производство, ремесленные услуги в производстве обуви, одежды, аксессуаров, перчаток, изделий из кожи и меха
Геодезия и строительство	Развитое пространственное воображение и четкая зрительная память, отличные навыки счета, отличная координация рук и пальцев, крепкое и прочное телосложение, умение работать на высоте и глубине, развитое зрение (четкость, глубина и цветовая дифференциация)	Учреждения по строительным работам и производству строительных элементов, проектные учреждения, институты по реконструкции и реставрации зданий, кадастровые услуги, услуги геодезии и консолидации земель и др.
Транспорт	Эмоциональная устойчивость, явные психомоторные навыки и быстрая реакция на знаки, легкость понимания и применения принципов механики и пространственной ориентации, умение считать, крепкое физическое телосложение, развитые чувства (особенно зрение)	Организации и предприятия, работающие в сфере перевозок, авиации, водного транспорта, наземного и внутреннего транспорта, железнодорожного транспорта, складов, предприятий строительной техники и др.
Коммерция, гостиничный бизнес и туризм	Отличные вычислительные навыки, эмоциональная стабильность, открытость и сострадание в общении, эстетический вкус, отличные вербальные навыки, память на числа, память на человеческие лица и слова, крепкое физическое телосложение, острые чувства, отличная координация движений	Торговые компании (внутренняя торговля, розничная торговля, оптовая торговля), туристические предприятия, гостиницы, рестораны, кафе и т.д.
Экономика, право и управление	Отличные числовые и вербальные навыки, развитое внимание и память на числа, данные и лица людей, отличная координация рук и пальцев; развитые органы зрения и слуха	Торговые компании (по внутренней, розничной и оптовой), банки, финансовые службы, кадровые службы, общие отделы, архивы, машинописные службы, муниципальные, судебные службы и службы общественной безопасности и др.

Погода и прогнозирование	Отличные навыки счета и пространственного мышления, понимание и применение физических принципов, отличная память на числа и визуальную информацию, терпеливость и выносливость, крепкое телосложение, отличное зрение, координация мелкой моторики	Метеорологические агентства, аэропорты, гидроэнергетика, лесное хозяйство, сельское хозяйство, проектные агентства, строительство и ЖКХ.
Культура и общественная информация	Вербальные и интеллектуальные навыки выше среднего, хорошо развитая добросовестность, эстетические чувства, реляционные/коммуникативные, терпение, трудолюбие, терпеливость, музыкальные способности, актерские задатки, развитая координация движений, отличное здоровье, отличное зрение и хороший слух	Новостные и издательские компании, архивы, музеи, театры, радио и телевидение, конструкторские бюро, текстиль, кожа, производство обуви, одежда, товары повседневного спроса, мебельное производство, СММ, таргетологи, художественные ансамбли и т.д.
Здравоохранение, фармацевтика и социальные услуги	Отличная зрительная информационная память, эмоциональная устойчивость (стрессоустойчивость), отличное общее самочувствие, физическая выносливость, острое зрение, слух, обоняние и осязание, руки, ладони и пальцы отличная координация.	Больницы, поликлиники, лазареты, курорты, стоматологические клиники и кабинеты, лаборатории и аптеки, фармацевтическая промышленность и учреждения и т.д.
Индивидуальные услуги	Исключительно хорошая координация и точность движений рук и пальцев, устойчивые и развитые черты характера: коммуникабельность, добросовестность, терпение, трудолюбие, отличное состояние здоровья, крепкое телосложение, здоровые позвоночник и конечности	Малые предприятия, мастерские, различные услуги и др.

#### **Подведение итогов занятия:**

- Была ли полезна для вас работа над рабочим листом по сфере труда, особым требованиям и отраслям занятости?
- Много ли зеленого или красного цвета оказалось при маркировке требований?
- Соответствовали ли выбранные вами выше 3 профессии требованиям, указанным в рабочем листе? Если нет, то какие изменения вы внесете?
- Получили новую информацию? Какая информация?

#### **Домашнее задание:**

Прочитайте требования, отмеченные красным маркером на рабочем листе, т.е. по которым вам следует больше работать.

## 10.4. Мой путь при выборе профессии

### Цель занятия:

- ✓ Учащиеся узнают о преимуществах и недостатках выбранной ими профессии, о том, как выбрать профессию, которая им подходит, и как правильно использовать свое время.

### Ожидаемые результаты

#### Учащиеся:

- ✓ определяют положительные и отрицательные стороны выбранной ими профессии;
- ✓ оценивают три выбранных профессии по 4 критериям;
- ✓ узнают, что правильное использование времени важно при выборе карьеры.

### План занятия:

№	Методы/способы	Время	Необходимые ресурсы:
1.	Орг. момент	3 минуты	
2.	1-е задание	10 минут	лист формата А4 или тетрадь
3.	2-е задание	10 минут	карточка
4	Упражнение «Правильное планирование времени»	12 минут	карточка с вопросами
5	Итоги занятия	10 минут	
<b>Итого</b>		<b>45 минут</b>	

### Начало занятия:

После приветствия и организационного момента учитель попросит учеников определить с помощью таблицы сильные и слабые стороны трех профессий, которые были отображены на прошлом занятии.

Образец таблицы рекомендуется разместить на интерактивной доске или на видном месте.

№	Профессия	плюсы/преимущества	минусы/недостатки

После заполнения таблицы можно выслушать ответы 5-6 учащихся.

Затем ученики запишут 3 выбранных вами профессии в таблицу ниже и оценят их по каждому критерию по 10-балльной шкале (5 мин.)

(Таблица должна быть подготовлена заранее для каждого ученика)

Профессия	Оцените профессию от 1 до 10.			
	Есть спрос на рынке труда на эту профессию?	Достаточно ли у меня развиты навыки и умения, чтобы быть конкурентоспособным в этой профессии?	Готов ли я принимать риски и недостатки этой профессии?	Соответствует ли эта профессия моим личным склонностям?

Когда все учащиеся заполнят таблицу, суммируйте выставленные баллы.

- По какой из трех профессий набралось больше всего баллов?
- По какой из них – меньше всего? Почему?
- Выберите или нет профессию с высоким баллом? Почему?

Затем перейдите к упражнению «Как правильно использовать время?»

Рассказав о курсах, тренингах и др., способствующих освоению профессий, предложите ученикам заполнить следующую таблицу (6 минут).

№	Вопросы	«да»	«нет»
1	Твоя основная цель – поступить на бюджетное место в вузе?		
2	Ты серьезно относишься к выбору профессии?		
3	Ходишь ли ты на курсы или кружки, соответствующие выбранной вами профессии?		
4	Ты готовишься к ОРТ?		
5	Получил ли ты подробную информацию о выбранной профессии?		

После того, как учащиеся заполнили таблицу, проведите обсуждение проделанной работы:

- Стало ли больше отметок в колонке «нет», когда подвели итоги? Почему?
- Вам нужно изменить свое отношение к правильному использованию времени и профессии? Почему?
- Изменились ли ваши представления о выбранной профессии при заполнении таблицы «Да» и «Нет»?

#### **Подведение итогов занятия:**

Обсуждаются вопросы, связанные с отношением к выбору профессии.

#### **Домашнее задание:**

Обсудить с членами семьи выбранную профессию и правильное использование времени.

# ТЕМАТИКА КЛАССНЫХ ЧАСОВ ДЛЯ 11 КЛАССА

## 11.1. Познаем свой внутренний мир

### Цель занятия

- ✓ Дать учащимся возможность соотнести свои приоритеты с ценностями других, тем самым формирование готовности к размышлению о себе, об окружающих, своем состоянии и привитие чувствительности и сопереживания к склонностям и ценностям окружающих.

### Ожидаемые результаты

- ✓ Учащиеся научатся описывать своё состояние, чувства и проводить аналогию с состоянием других.
- ✓ Учащиеся научатся рассказывать о своем актуальном состоянии: оно может быть связано с эмоциями, физиологическим состоянием, это могут быть мысли о семье, друзьях, будущей профессии, смысле жизни и т.д.
- ✓ Формируются информационная и социально-коммуникативная компетентности, а также навыки самоорганизации и решения проблем.

Если среди учащихся есть те, которые находятся в какой-либо сложной ситуации, не забывайте подбадривать их, оказывать поддержку.

### План занятия:

№	Метод/этап занятия	Время	Ресурсы
	Объявление темы и целей занятия	1 минута	
	Мини-лекция	9 минут	– подготовить наглядный материал с определениями: «профессия», «специальность» и «должность»
	Упражнение со стульями	22 минуты	– 6 лишних стульев; – листы с записанными на них видами состояния с рисунками
	Рефлексия. Подведение итогов занятия	13 минут	вопросы
	<b>ВСЕГО</b>	<b>45 минут</b>	

## Мини-лекция

### Перед мини-лекцией проводится опрос учащихся:

1. Как вы думаете, от чего зависит ежедневное состояние человека?

Ученики могут дать следующие ответы: от настроения, успехов, характера, проблем и т.д. Если ученики затрудняются ответить, им необходимо помочь.

2. Может ли человек существовать, добиваться успеха без общества людей?

### Выслушав ответы на второй вопрос, учитель начинает мини-лекцию:

Общество состоит из людей – личностей.

Хождение на двух ногах, развитая речь, умение понимать других людей и действовать сообща с ними, осмысленно пользоваться рукой как инструментом.

Личность – это основная отличительная особенность человека. Каждый человек отличается от другого своей неповторимой личностью. Личность – это интересы, знания и мысли человека. Личность включает в себя также переживания, привычки и способности, черты характера. О привычках и характере человека мы можем узнать по его поступкам, поведению. Словами, речью человека выражает свои мысли, мечты, эмоции, желания, свой внутренний мир. Все грани личности очень тесно связаны между собой.

Конечно же люди общаются друг с другом, так как это необходимое условие человеческой жизни.

### Давайте поговорим, что такое общение

**Общение** – это способ узнавать личность другого человека и проявлять свою собственную. Умеем ли мы правильно общаться, выражать свои эмоции/состояние, чтобы окружающие понимали нас? В ходе общения люди выражают разные эмоции, чувства, в зависимости от своего состояния, настроения. И во многом общение зависит от нашего состояния, на которое влияют следующие факторы:

Наша личность изменяется на протяжении всей жизни.

**Эмоции** – это проявление наших переживаний по отношению к себе, людям и их поступкам, событиям и явлениям природы окружающего мира.

Положительные (счастье, радость, удовольствие, восторг) и отрицательные (горе, печаль, отчаяние, огорчение, недовольство) эмоции.

Правила проявления эмоций относятся к правилам поведения в обществе.

**Настроение** – это внутреннее состояние человека, в котором доминируют положительные или отрицательные эмоции длительное время.

**Чувства** – это эмоции, которые мы испытываем к определенному лицу, предмету или явлению. Их сила и устойчивость не зависят ни от ситуации, ни от времени.

**Тревожность** – эмоциональное состояние, которое возникает у человека в ситуации неопределенности, когда неизвестно, хорошо или плохо кончится та или иная ситуация.

### В состоянии тревоги мы испытываем страх, неуверенность, волнение.

Эти эмоции тем сильнее, чем более важна для нас сама ситуация или человек, предмет, существо, из-за которого мы волнуемся.

Как можно победить свою тревожность? Для этого нужно понять, что тревога напрасна, что для неё нет причин. Убедиться, что в данной ситуации ты зря волнуешься, потому что ты в силах справиться с этой проблемой, у тебя раньше все получалось, получится и в этот раз.

### **Чтобы преодолеть свою тревогу, надо понять, чем она вызвана.**

Научиться владеть собой, управлять своими эмоциями очень важно. Если ты сможешь справляться со своей тревогой, беспокойством, то научишься преодолевать неуверенность в себе, нерешительность и беспомощность. Главное, надо начать.

**Характер** – неповторимое, устойчивое сочетание проявлений личности. Характер, как важная особенность личности, определяет наши поступки, мысли и чувства.

**Оптимист** – это человек, который ждет от жизни только хорошее, редко огорчается неудачам, в душе всегда надеясь, что удача ждет его в будущем.

**Пессимист** – это человек, который не верит в удачу, думает, что жизнь готовит нам только неприятные сюрпризы.

**Самопознание** – размышления о самом себе, о своей личности, своих чертах характера, привычках, интересах, причинах своих поступков. Самопознание начинается с того, что ты пытаешься понять себя, свои поступки, характер, причины своих поступков.

**Наблюдение и сравнение** – способы самопознания.

**Самооценка** – способ оценивания самого себя.

**Самооценка и оценивание** – это основа определения нашего отношения к себе и к другим людям.

Старайся составить о человеке свое собственное мнение и не спеши с окончательными выводами. Симпатии (чувство по отношению к кому-то или чему-то, кто/что нравится мне), антипатии (кто/что не нравится мне).

Общаясь с человеком, мы узнаем его личность, знакомимся с его внутренним миром.

Через отношения к себе и к другим, других к нам мы познаем себя, познаем мир людей и находим свое место в этом мире.

Ежедневно здороваясь на учебе, работе, мы задаем друг другу шаблонные вопросы: «Как дела?» «Надеюсь, у вас все хорошо?». На что, чаще всего получаем такие же шаблонные ответы, которые чаще всего не отражают наше истинное состояние. Зачастую в порыве плохого настроения, мы можем испортить отношения с близкими, окружающими, коллегами, что не всегда заканчивается хорошо. Но и неумение выражения своего состояния, сдерживание эмоций могут отразиться на нашем здоровье.

Сейчас же предлагаю попробовать рассказать о вашем состоянии через проведение одного интересного упражнения.

### **Упражнение:**

**Заранее подготовленные средства.** На листах должны быть по отдельности записаны нижеприведенные словосочетания, к каждому из которых должно подобрать изображение (изображения с наименованиями всех 6 состояний приложены к руководству).

1. Эмоциональное состояние: хобби, юмор, личное время.
2. Внутренний душевный мир: смысл жизни.

3. Социальное состояние: семья, родители, друзья.
4. Выбор профессии: будущая профессия, вознаграждение, любимая работа.
5. Физическое состояние: питание, сон, физическая активность.
6. Интеллектуальное состояние: работа мозга.

У доски размещаются шесть стульев так, чтобы сидящие не мешали друг другу. На спинку каждого из шести стульев вешаются листы бумаги, где написаны разные состояния человека.

Необходимо проявить поддержку каждому учащемуся. Во время проведения упражнения нужно учитывать социальное положение семьи учащегося (полная или неполная), имеющиеся моменты с инклюзией, или сложную жизненную ситуацию в семье. Нужно подчеркнуть, что упражнение надо выполнять честно.

### Ход упражнения

Учитель обращает внимание учащихся на заранее подготовленные стулья и говорит следующее:

– Ребята, вы видите 6 стульев с листами, на которых написаны слова, выражающие состояние души человека. Например, на спинке первого стула вы видите лист, где написано **«1. Эмоциональное состояние: хобби, юмор, личное время»**. Если для вас сейчас актуальны мысли по поводу вашего хобби, личного времени или у вас есть желание повеселиться, то вы садитесь на этот стул и рассказываете об этом вашей группе.

На спинке второго стула висит бумага с надписью **«2. Внутренний душевный мир: смысл жизни»**. И если на данный момент вас одолевают мысли о смысле жизни, вы можете выбрать этот стул и, сев на него, рассказать о своем душевном состоянии.

На третьем стуле лист с надписью **«3. Социальное состояние: семья, родители, друзья»**. Если у вас сейчас имеются особенные чувства и вы думаете о семье, родителях или друзьях, то вы садитесь на этот стул и рассказываете о своем состоянии.

На четвертом стуле написано **«4. Выбор профессии: профессия будущего, любимая работа»**. Его вы выбираете, если вас сейчас занимают мысли о вашей будущей профессии, связанные с этим чувства, вопросы вознаграждения и финансов, а также любимой работы. Об этом состоянии вы рассказываете другим.

На спинке пятого стула висит лист с надписью **«5. Физическое состояние: питание, сон, физическая активность»**. Если у вас сейчас в приоритете физиологические потребности (еда, сон и физическая активность), то вы садитесь на этот стул и рассказываете об этом состоянии.

На последнем, шестом стуле вы видите надпись **«6. Интеллектуальное состояние: работа мозга»**. Если ваш мозг сейчас не дает вам покоя и вы в интеллектуально приподнятом настроении, то садитесь на этот стул, чтобы рассказать о своем настроении.

Учащийся может выбрать несколько стульев и поделиться с другими несколькими своими состояниями».

После озвучивания инструкции, учитель должен в качестве примера рассказать о своем внутреннем состоянии, показав, как выполняется упражнение. Начинайте упражнение только после того, как вы убедитесь, что все учащиеся поняли инструкцию.

### Учитель:

– Ребята, кто в каком состоянии сейчас находится? Кто на какой стул хочет сесть и рассказать о своем настроении?

Для начала учителю необходимо рассказать о своем состоянии, чтобы было понятно учащимся, и тем самым мотивировать учащихся. Если желающих рассказать о своем настроении будет много, то учитель должен дать возможность высказаться каждому из них.

Когда учащиеся рассказывают о своем текущем настроении, другие внимательно слушают его и стараются проявить понимание.

Исходя из выступлений учащихся, их эмоций, можно будет вместе с помощниками/волонтерами определить, насколько упражнение выполнено соответственно требованиям.

### **Подведение итогов упражнения**

Учащиеся садятся в круг и обмениваются мнениями по нижеприведенным вопросам:

1. Похоже ли ваше внутреннее состояние с настроением других?
2. Что в ходе занятия оказалось для вас новостью?
3. Чье настроение вас удивило и почему?
4. Будут ли изменения в ваших взаимоотношениях и если да, то почему?

### **Рефлексия. Подведение итогов занятия (13 минут)**

Учитель завершает занятие обсуждением вопроса «Почему важно знать о текущем внутреннем состоянии одноклассников? Какие это влечет результаты?»

Умение общаться, строить отношения или же мы называем это умение коммуницировать играет важную роль не только в повседневной жизни человека, но и в его профессии.

Коммуникация в коллективе играет важную роль в построении рабочего процесса. Ее эффективность проявляется в слаженной командной работе, разумном распределении обязанностей, установлении взаимопонимания и поддержки.

Также, **коммуникации между сотрудниками** – один из главных помогающих факторов в решении сложных задач и нахождении правильных выходов из неожиданно сложившихся ситуаций. Когда в коллективе поддерживается качественное общение, это способствует созданию командного духа и каждый его член получает удовольствие от рабочего процесса.

Именно поэтому важно придерживаться правил деловых коммуникаций, которые будут способствовать зарождению качественного общения в команде.

Каждому из нас хочется принадлежать к сильному коллективу, где можно найти единомышленников, партнеров, помощников, советчиков и даже друзей. Хочется получать помощь, если мы в ней нуждаемся и при необходимости ее давать.

В этом первостепенную роль играют эффективные коммуникации. Воспользовавшись данными рекомендациями, вы добьетесь больших результатов в работе и сможете построить хорошие отношения в коллективе.

### **Подведение итогов занятия:**

- ✓ Может ли умение выражать свое состояние, эмоции отразиться на коммуникативных способностях человека?
- ✓ Важно ли владеть коммуникативными способностями работая в коллективе?
- ✓ К чему может привести неумение коммуницировать в коллективе?
- ✓ Может ли умение чувствовать состояние своих сотрудников помочь руководителю в управлении коллективом?

**Домашнее задание:** Попробуйте узнать внутреннее состояние членов своей семьи, близких и друзей на примере этого занятия.

## 11.2. Колесо жизненного баланса

### Цель занятия

- ✓ содействие в формировании гармоничной «Я-концепции» учащихся, развитии у них навыка самоанализа, принятии себя, умения формулировать свои цели и находить способы ее достижения.

### Ожидаемые результаты

#### Учащиеся:

- ✓ познакомятся с методикой «Колесо жизненного баланса», позволяющей визуализировать степень успешности человека;
- ✓ углубляется у детей понимание текущего состояния актуальных сфер жизни.

#### План занятия:

№	Метод/этап занятия	Время	Ресурсы
1	Объявление темы и целей занятия	2 минуты	
2	Мини-лекция	8 минут	– наглядный материал с изображением «колеса баланса жизни»
3	Практическое занятие по заполнению «колеса»	25 минут	– шаблон колеса по количеству учащихся, либо можно ученикам самим нарисовать в тетради
4	Подведение итогов занятия	10 минут	
ВСЕГО		45 минут	

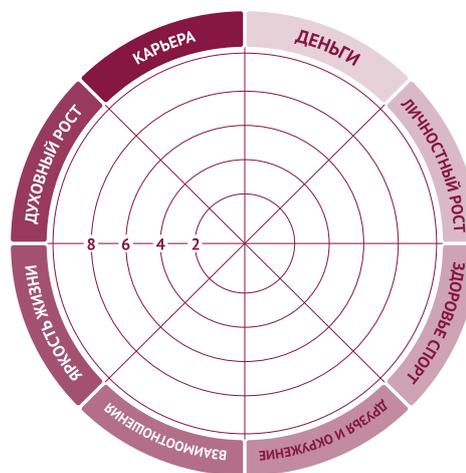
### Мини-лекция.

Сегодня я хочу познакомить вас с методикой «Колесо жизни». Эта методика позволяет оценить текущее состояние основных сфер жизни человека, увидеть проблемные области и стать действенным инструментом для изменения в лучшую сторону. В этом году вы как раз окончите школу, поступите в вуз, а после будете работать и подобного рода инструменты могут помочь вам держать баланс в жизни.

Круг, который вы видите перед собой, олицетворяет «Колесо жизни». Вам предстоит ответить на вопросы и сделать отметки, с помощью закрашивания на каждой из осей этого колеса, настолько то, что вы имеете, соответствует вашим задачам.

Если мы сравним нашу жизнь с колесом, и мы развиваем все сферы жизни относительно одинаково и обращаем внимание на каждую из них, то мы имеем достаточно ровное,

КОЛЕСО БАЛАНСА ЖИЗНИ



не скошенное колесо. Каждому человеку очень важно держать баланс, так как, например, те, кто развил одну область больше всех, он в этой сфере может чувствовать себя комфортно, но у него в провал в другой сфере жизни. Предположим, он легко и очень много работает, зарабатывает деньги, а в области семьи идет отставание, проблемы или несбалансировано в другой области. В такой ситуации некоторые начинают совершенствовать развитую область еще больше, но можно ли купить счастье за деньги? Вот почему очень важно держать все сферы жизни в балансе, чтобы колесо было не скошенное, не треугольное, не квадратное, а относительно круглое, чтобы оно могло крутиться.

### Практическое упражнение

Круг разделен на 8 секторов – сфер жизни: здоровье и спорт, друзья и окружение, отношения и семья, развиваю себя, духовность и творчество, отдых, что вокруг меня. Ваша задача: оценить состояние каждой из сфер на данный момент времени по 10-балльной системе (в рисунке каждое деление 2 балла), где 1 соответствует полному неудовлетворению в определенном секторе, 10 – полное удовлетворение. Оценка эта субъективная, так как основана будет на собственных ощущениях. Но все же вам не нужно лукавить, обманывать себя, выставлять баллы, которые хотелось бы видеть.

Если у учащихся возникнут вопросы по сферам, по примеру можно объяснить, используя информацию ниже:

**Здоровье и спорт.** Здоровье является важным ресурсом для счастливой жизни, и зачастую человек вспоминает о своем здоровье, когда имеет с ним проблемы. Каждый индивид в состоянии проанализировать, когда он был более здоров: в этом году или в прошлом. При оценке этого сектора, помимо сравнения с прошлым, важно обратить внимание на такие вещи как образ жизни и степень физических нагрузок.

**Друзья и окружение.** Здесь человек должен задать самому себе ряд вопросов. Хватает ли вам общения? Насколько оно позитивно? Хотели бы вы изменить что-то в вашем окружении?

**Отношения и семья.** В этом секторе человек должен оценить, насколько он счастлив в семье, удовлетворенность в отношениях с членами семьи.

**Развивать себя.** Знания, умения, привычки и ценности, образующие вашу образованность и воспитанность – важнейший капитал вашей личной успешности. При этом в долгосрочной перспективе ценится не столько объем ваших знаний и умений, а ваша привычка и умение развивать себя, умение развивать себя эффективно. Привычка к саморазвитию – одна из самых лучших привычек успешных людей, однако саморазвитие бывает разного качества. У кого-то это просто естественная тяга каждый день узнавать что-то новое, у другого – направленная и продуманная стратегия, где каждое новое знание и умение завершает прежние шаги и открывает новые перспективы. Кто-то создал себе условия, где его саморазвитие идет легко и успешно, создал для этого нужные знакомства, посещает полезные занятия и тренинги, другой пока таких возможностей не нашел. Или не искал. Как вы оцениваете эффективность своего саморазвития, насколько это работает на ваши жизненные цели?

**Творчество. Яркость жизни.** В первую очередь, этот сектор отвечает за то, чем человек занимается в свободное от работы время, насколько интересно он проводит свой досуг и какие эмоции получает от этого. Если у вас есть какое-то хобби или увлечение, от которого вы получаете положительные эмоции, оценка в этом секторе будет высокой. Примером могут служить всевозможные путешествия, катание на велосипеде, сноуборде, лыжах, отдых на природе и т.д.

**Духовность и творчество.** Достаточно индивидуальный и многогранный сектор. Есть люди, которые постоянно находятся в творческом поиске, есть люди, которые увлекаются астрологией, эзотерикой, нумерологией, мифологией и т.д., задаются вопросами о смысле жизни и тайнах мироздания. Если вы задаете себе такие вопросы, значит, вы находитесь на

пути духовного роста. К творческой деятельности относятся рисование, пение, игра на музыкальных инструментах, танцы, поэзия – все то, что способствует развитию внутреннего «Я».

**Отдых.** Отдых – это дело, которое восстанавливает ваши силы. Отдых у каждого свой: для кого-то отдых означает полежать с книжкой под яблоней, для другого – бегать на футбольном поле. Мы – разные, но качество своих развлечений и своего отдыха каждый может оценить вполне объективно. Если ваш коллега радостно уехал на выходные, а в понедельник приходит и говорит: «Ребята, надо восстанавливаться... Мы так отдохнули конкретно! Денек-другой я не в рабочем состоянии!» – как вы оцените, было ли такое его проведение времени – отдыхом? Он отдыхал? Видимо, это все-таки было не отдыхом. Это, скорее, угар, прожигание жизни, уничтожение здоровья и энергии. Как вы оцениваете свое состояние, насколько вы обычно – отдохнувшие? Насколько внимательно вы следите за своим состоянием, насколько качественно вы отдыхаете?

**Что вокруг меня?** Когда вы сидите за столом, перед вами пространство вашего стола. Насколько вас устраивает то, что перед вами? Стол удобный, не захламлен, хорошо освещен? Ваш стол может быть грязным, заваленным, неудобным – или может быть вашей радостью, куда руки ложатся и за которым работать хочется. Дальше – ваша комната, квартира, ваш рабочий кабинет... Вы живете в этих пространствах: они вам по душе? Дом, в котором вы живете – он вам подходит? Он такой, какой именно он вам нужен, так выглядит, так расположен, в нем есть все, что нужно вам? Вы им любуетесь? Подъезд, через который вы проходите каждый день – вам подходит вполне? Город, в котором живете вы и будут жить ваши дети – это именно тот город, в котором вам нужно жить? Итак, вы просмотрели то, что вокруг вас: насколько это то, что вам нужно, насколько соответствует **вашим целям? Свою оценку поставьте на оси колеса черточкой.**

### Задание

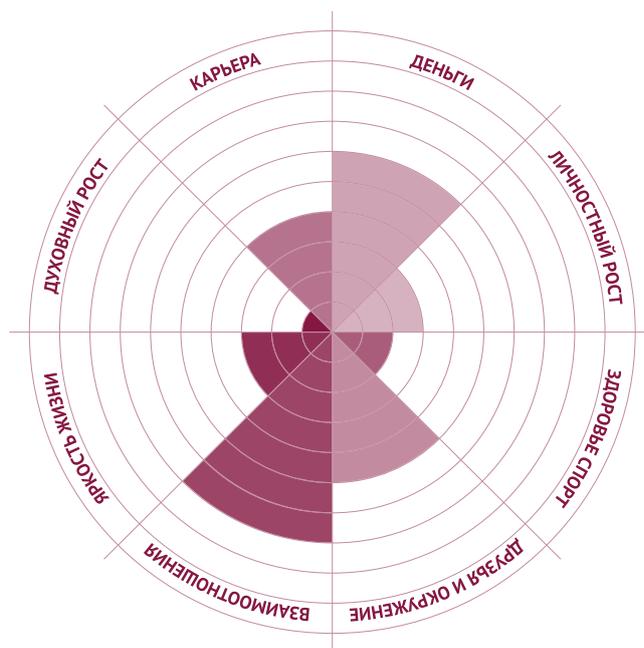
Напоминаю, что свою оценку вы ставите на двух соседних осях, которые ограничивают рассматриваемую сейчас сферу жизни. Теперь вы должны заштриховать каждый сектор. Для этого выберите цветные карандаши.

Как же работать со своим «Колесом жизни»? Давайте проведем анализ по следующим критериям:

Степень ровности краев заштрихованной области, насколько она в действительности похожа на колесо. Другими словами, учитывается равномерность выставленных баллов. В приведенном примере (рис. 2), колесо вышло неровным, т.к. имеет большую амплитуду значений секторов (максимальное значение – 9, минимальное – 1).

2. Диаметр полученного колеса. Чем он больше, тем больше степень удовлетворенности жизнью.

Если у вас ровное, красивое, но маленькое колесико – вы едите по жизни тихо, спокойно, без больших прорывов, но возможно комфортно для вас.



Когда плохо все, на душе возникает даже определенное спокойствие: «Значит, судьба моя такая!» Но если вдруг на фоне общего ровного плохо на одной какой-то оси вспыхивает: «Хорошо, здорово, классно!» – пошла Карьера, начали зарабатывать деньги, улучшились отношения, то прежний уровень вдруг становится ямой, куда так больно падать после жизненного пика. Также, если вы раскрутили свое Колесо Жизни, если по основным осям у вас высокие, сильные показатели, но по какому-то одному пункту – провал, то каждый оборот будет вас больно бить в этом месте.

Посмотрите на полученную фигуру. Определите, в какой одной или нескольких сферах жизни, сделав изменения и повысив на 1-2 единицы, вы сможете «вытянуть» вашу фигуру и приблизить ее форму, близкую к форме колеса? Эти области будут для вас сферы жизни с повышенным приоритетом, куда стоит в ближайшее время (месяцы) направить свои усилия для гармонизации жизни. (как вариант: Теперь необходимо каждому из секторов придумать и записать цели и задачи (можно использовать формулу SMART, которую мы с вами уже проходили), реализация которых возможна уже в ближайшее время, чтобы сбалансировать сферы жизни.

После заполнения учитель может пригласить презентовать свои наработки 5-7 ученикам.

### **Вопросы для рефлексии (подведения итогов практического занятия):**

#### **Посмотрите на свое Колесо Баланса:**

- Какие сферы сильно западают?
- Как вы можете повысить свою удовлетворенность в этих сферах?
- Какие действия вы можете предпринять для этого прямо сейчас?
- Как вы думаете нужно ли периодически делать анализ по колесу баланса?

#### **Подведение итогов занятия**

В этой методике невозможно добиться идеально ровного «Колеса жизни», так как в жизни существует некий закон компенсации: преуспевая в одной области, в другой больших успехов достичь не удастся. Так, тратя значительное количество энергии на продвижение по карьерной лестнице, мужчина или женщина может пренебречь созданием семьи, либо попросту на это уже не будет хватать времени. Это сказано к тому, что достичь максимально ровного колеса практически невозможно. Так или иначе, одни сферы жизни будут являться приоритетными, причем не всегда осознанно.

Количество осей в Колесе жизни может быть разным, как и их наименования в зависимости от интересов человека. Часто имеет смысл предлагать людям на выбор разные оси, чтобы они нарисовали свое Колесо жизни, под свои актуальные жизненные задачи. Целостность достигается за счет разносторонности.

Если вы хотите добиться больших результатов и при этом чувствовать себя целостной и гармоничной личностью, необходимо развитие во всех сферах жизни.

#### **Вопросы для подведения итогов занятия:**

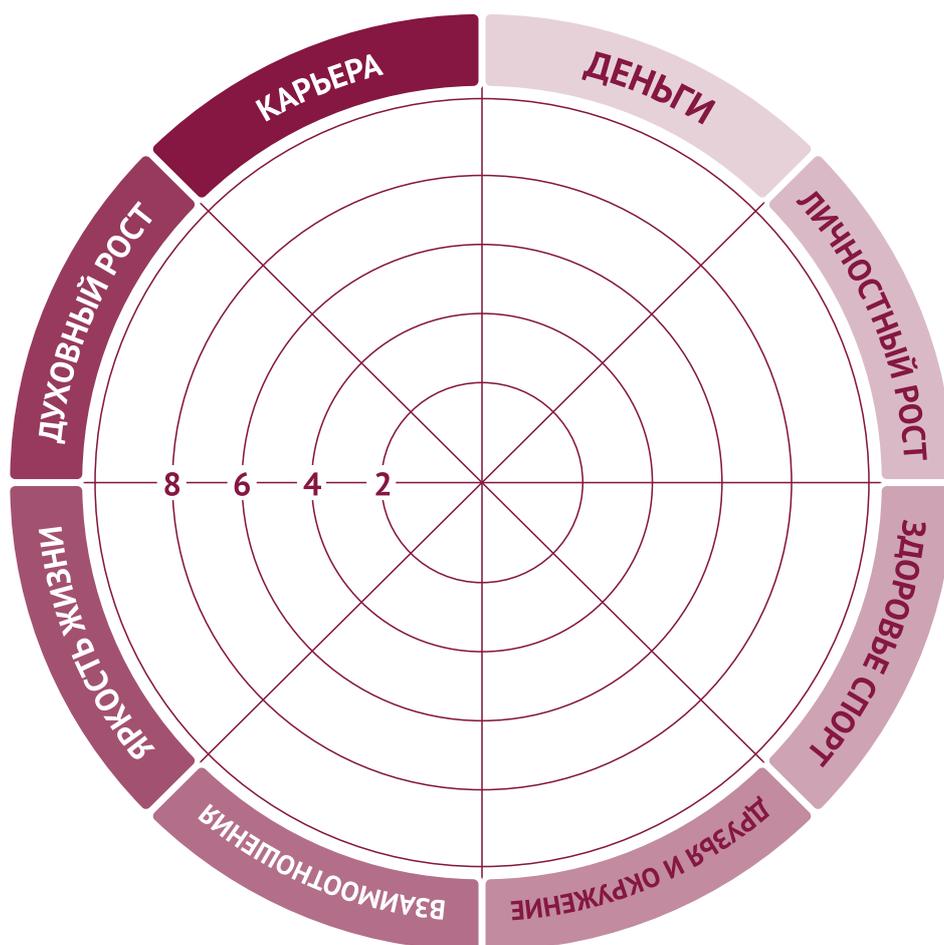
Было ли полезно заполнение круга? Почему?

Какие выводы вы для себя сделали исходя из сегодняшнего занятия?

**Домашнее задание:** попробовать заполнить колесо с членами семьи.

**Приложение/форма для распечатки:**

## КОЛЕСО БАЛАНСА ЖИЗНИ



### 11.3. Непрерывное образование

#### Цель занятия:

- ✓ Учащиеся узнают, что в современном мире людям необходимо постоянно совершенствовать свои знания и навыки.

#### Ожидаемые результаты

##### Учащиеся:

- ✓ получают информацию о непрерывном образовании;
- ✓ узнают, что они добьются успеха при глубоком понимании важности непрерывного образования;
- ✓ получают информацию о принципах непрерывного образования;
- ✓ узнают, что значит быть профессионалом;
- ✓ узнают, что необходимо всегда стремиться к самосовершенствованию.

### План занятия:

№	Используемые методы/способы	Время	средства:
1.	Орг.момент	3 минуты	
2.	Мини-лекция учителя	6 минут	
3.	Обсуждение в группах	5 минут	
4.	Работа в группах	10 минут	Таблица, ватман, маркер
5.	Презентация групп	8 минут	
6.	Сравнение формального образования и непрерывного повышения квалификации	8 минут	Пирамида
7.	Конспект занятий	5 минут	
<b>Всего</b>		<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

Учитель спрашивает учащихся:

1. Что такое обучение на протяжении всей жизни?
2. Для чего нужно непрерывное образование?

В завершении опроса учитель дополняет ответы.

### Слайд 1

Знания и информация имеют свойство терять свою актуальность. Непрерывное образование означает постоянное развитие, обновление своих знаний и навыков, быть в курсе всех новшеств, чтобы быть востребованным на рынке труда.

### Слайд 2

#### Принципы непрерывного образования:

**Формальное образование** (получение диплома о среднем или высшем образовании)

**Неформальное образование** (не связанное с получением официально признанных документов. Например, тренинги, мастер-классы и т.д.)

**Самообразование** – это освоение знаний и навыков, необходимых в работе для содержания семьи. Чаще всего оно происходит на практике, в ходе осмысления своего опыта.

### Слайд 3

Для обеспечения благополучной жизни необходимо постоянно учиться и совершенствовать навыки не только профессиональные, но и важные, нужные и интересные для жизни.

Например, если вы хотите стать блогером или журналистом, чем вы можете заниматься в школе, чтобы достичь своей цели? Можно начинать писать статьи о различных актуальных социальных проблемах, жизни учеников, интересных событиях в школе и публиковать их в социальных сетях. Если у вас вначале возникают трудности из-за того, что вы не являетесь настоящим специалистом, вам следует обратиться за помощью к учителям или найти консультанта.

#### Слайд 4

Необходимо совершенствовать свои знания и навыки, используя различные формы непрерывного профессионального образования, дополнительного обучения, различных бесплатных курсов.

#### Слайд 5

Знаменитые люди, достигшие больших успехов, приобретали знания разными способами, и они не переставали применять свои знания на практике. Например, Джек Ма, самый богатый человек в Азии, в 12 лет понял, что ему необходимо выучить английский язык. Он выбрал сложный, необычный, но очень эффективный способ его изучения. Каждое утро в течение восьми лет он ездил на велосипеде в гостиницу недалеко от своего дома и разговаривал с иностранцами. При этом он старался быстрее достичь своей цели, слушая англоязычные программы по радио.

#### После мини-лекции задаются следующие вопросы:

- Знали ли вы ранее принципы непрерывного образования?
- Приведите доводы в пользу непрерывного образования.
- Была ли интересна для вас информация, полученная на занятии?

#### Работа в группах

После обсуждения учащиеся делятся на три группы и приступают к заполнению таблицы. В таблице записывают различия и сходства между профессионалом, получившим непрерывное образование, и лицом, получившим формальное образование.

На заметку учителю: Покажите образец таблицы на интерактивной доске или повесьте на видное место. Группы готовят презентации на ватмане.

Профессионал, получающий непрерывное образование	Сходства	Лицо с формальным образованием

После презентации групп учителю следует показать полную версию заполненной таблицы.

Профессионал с непрерывным образованием	Сходства	Человек с формальным образованием
Креативный	Учились в вузе	не хочет меняться
Общительный	Имеют профессии	не ищет новых путей
Всегда готов к переменам		не пытается учиться
Знает современные способы получения образования		

Учитель показывает информацию в 2-х пирамидах на интерактивной доске или вешает на видное место.

**Вопросы на обсуждение:**

- Чем отличаются эти пирамиды?
- Какая пирамида вам нравится? Почему?
- Какая пирамида отражает характеристику профессионала?

**Подведение итогов занятия:**



В наше время нельзя ограничиваться формальным образованием, очень важно непрерывное образование. Есть много вариантов и возможностей для самосовершенствования. Вы можете принимать участие в различных курсах и тренингах для личного и профессионального развития и повышения квалификации. Важно использовать возможности практиковать в любимой профессии, познакомиться с интересными людьми и изменить свое мышление в положительную сторону.

**Домашнее задание:**

Мы говорили только об образовании. В каких еще сферах мы можем постоянно развиваться? Подумайте об этом.

## 11.4. Мое решение

### Цель занятия:

- ✓ Учащиеся принимают правильные решения в выборе профессии на основе полученных знаний.

### Ожидаемые результаты

#### Учащиеся:

- ✓ принимают лично решения, используя таблицу «Человеческая фигура»;
- ✓ конкретизируют свои профессию и цель;
- ✓ оптимизируют свои действия, направленные на выбор профессии.

### План занятия:

№	Используемые методы/способы	Время	инструменты:
1.	Орг.момент	3 минуты	
2.	Мое решение	25 минут	Листок с изображением человеческой фигуры
3.	Обсуждение	15 минут	
4.	Подведение итогов занятия	2 минуты	
<b>Всего</b>		<b>45 минут</b>	

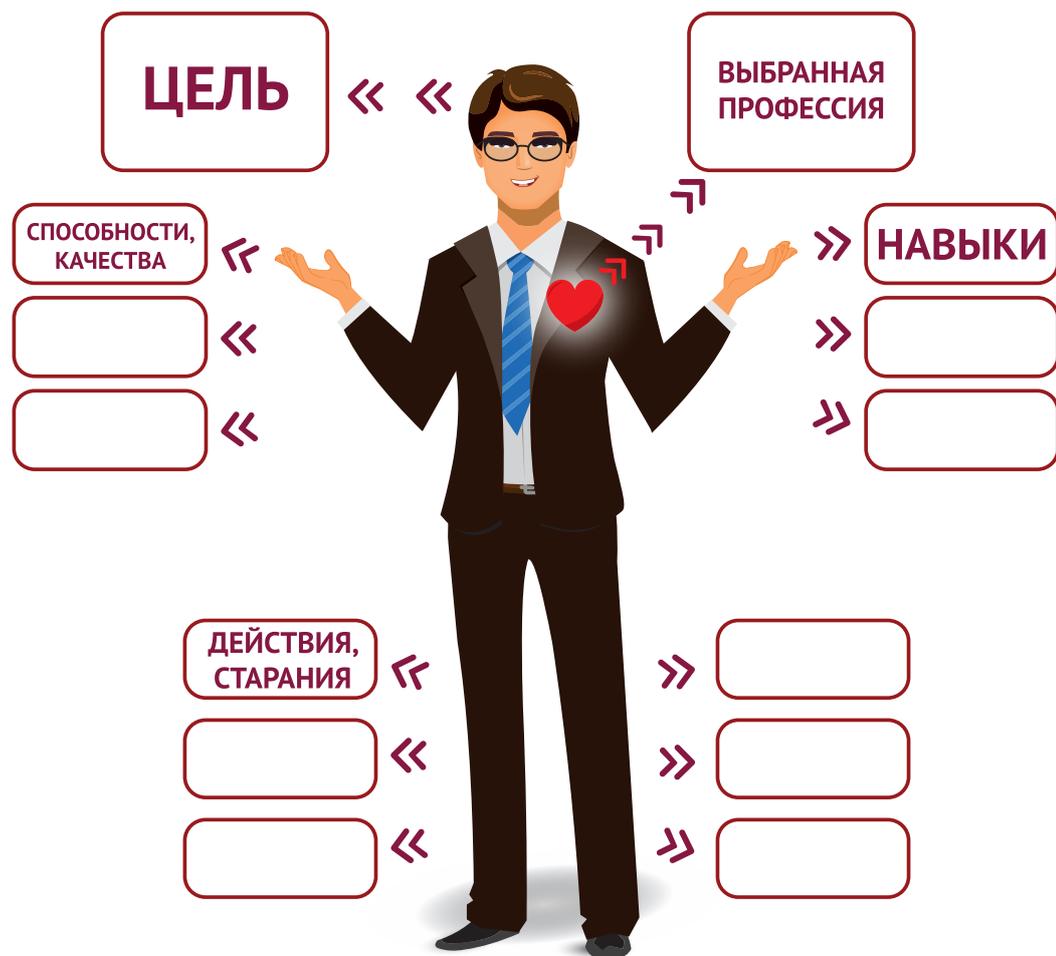
### Ход занятия:

Учитель предлагает учащимся попытаться определить свое решение, используя человеческую фигуру:

- в сердечке учащийся запишет профессию, которую он выбрал;
- на голове – цель;
- справа – способности, таланты, качества, связанные с выбранной профессией;
- слева – знания/компетенции, навыки, связанные с выбранной профессией;
- в ноги – действия учащегося, чтобы стать профессиональным специалистом. Например, серьезная подготовка к ОРТ, посещение курсов, правильное использование времени, получение образования, саморазвитие.

### Примечание:

Листок с изображением человеческой фигуры должен быть распечатан и роздан каждому учащемуся для самостоятельного заполнения или можно нарисовать в тетради



После того, как учащиеся приходят к решению и определяют выбранную профессию и цель, они записывают о своих знаниях/навыках, качествах, интересах, а также действиях, которые совершают для достижения своих целей.

– Дети, не торопитесь и внимательно заполняйте фигурку, учитывая ваши склонности и особенности характера.

#### **Подведение итогов занятия:**

- Какой вывод сделали на этом занятии?
- Вы довольны своими решениями?
- Какие были трудности и препятствия?
- Хотели бы что-то дополнить?
- Может быть, что-то еще уточнить, чтобы представлять свою цель более реальной?

Он выслушает ответы 3-4 учеников, если они хотят поделиться своими решениями.

#### **Домашнее задание:**

Обсудите решение, которое приняли на сегодняшнем занятии, с вашими родителями и сообщите родителям о выбранной вами профессии.

# ТЕМАТИКА РОДИТЕЛЬСКИХ СОБРАНИЙ

Занятия для родителей планируется проводить в феврале для всех параллелей в период проведения занятий по профориентации для учащихся в рамках классных часов.

*Родительские собрания – это один из форматов, где можно проводить эти занятия.*

*В ходе подготовки к проведению занятий для родителей важно отнестись очень серьезно и заблаговременно подготовиться. Так как возможно среди родителей будет мнение, что в 5 классе очень рано поднимать вопрос о будущей профессии учащегося. Родителям на первом занятии нужно рассказать о важности их роли в помощи (а не в указании и навязывании) ребенку в определении профессии исходя из их интересов, склонностей и возможностей.*

*Учителю на первом занятии нужно отметить, что: Профориентация предлагает подойти к проблеме с научной точки зрения. Определить, какая профессия подойдет ребенку. Весь процесс профориентации – это постепенная передача ответственности за выбор профессии на самого ребенка, суть не в том, чтобы диагностировать, распознать и сказать: «Все, эта профессия тебе подходит». Важно, что ребенок получает информацию о профессиях. Профориентация – это не какое-то одномоментное решение, а процесс, растянутый во времени. Определиться со склонностями помогает выбор дополнительных занятий. В дошкольном и младшем школьном возрасте пробовать новые и искать интересные занятия можно бесконечно – на это есть время. Важно прислушиваться к желаниям ребенка и роль родителя в этом очень большая.*

*Чтобы обеспечить максимальное участие родителей, учитель может написать стандартное письмо приглашения, чтобы родители отнеслись серьезно и наверняка пришли на собрание/занятие/урок.*

# ТЕМАТИКА СОБРАНИЙ ДЛЯ 5 КЛАССА

## 5.5. Развитие ребенка в самопознании и профессии

### Цель занятия: Понимание

- ✓ осмысление ребенком своего развития через самосознание.

### Ожидаемые результаты

#### Учащиеся:

- ✓ приходят к выводу, переживая процесс;
- ✓ осознают важность самосознания;
- ✓ узнают много интересного о своих ровесниках;
- ✓ ориентируются на выбор профессии через самосознание.

### План занятия:

№	Методика занятия/этапы занятия	Время	Необходимые средства
1	Объявление темы, цели и ожидаемых результатов занятия	2 минуты	Флипчарт или проектор с указанием темы занятия, цели и ожидаемых результатов
2	Мозговой штурм. Приглашение	5 минут	«Шкала знакомства»
3	Осмысление. Работа в группах	8 минут	Проектор, флипчарт, цветные фломастеры
4	Рефлексия. Презентация	25 минут	
5	Обратная связь. Подведение итогов занятия	5 минут	«Шкала знакомства»
<b>Всего</b>		<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

Поздороваться с гостями и попросить их садиться. Знакомство с темой, целью и ожидаемыми результатами занятия.

### Инструкция:

После того, как гости рассядутся, рекомендуется задать им следующий вопрос:

- Насколько хорошо вы знаете друг друга? Конечно, в прошлом, на родительских со-

браниях, мероприятиях и других местах вы могли встречаться, некоторые имеете близкие отношения друг с другом. Все же, пожалуйста, обратите внимание на эту «Шкалу узнавания друг друга» (она должна быть подготовлена заранее и вывешена на видном для всех месте).

0 \_\_\_ 10 \_\_\_ 20 \_\_\_ 30 \_\_\_ 40 \_\_\_ 50 \_\_\_ 60 \_\_\_ 70 \_\_\_ 80 \_\_\_ 90 \_\_\_ 100%

Здесь уровни от 0 до 100%. Теперь вам будут раздавать красные смайлики. Вы все узнаете, насколько хорошо вы знаете друг друга. Полное знание – 100%. Во сколько процентов оцениваете свое знание других родителей, приблизительно? Прошу приклеить смайлики в соответствующие места шкалы. *(Примечание: убедитесь, что всем понятно условие).*

Затем родители садятся на стулья, расставленные в круг.

– Уважаемые гости, а теперь давайте познакомимся поближе. Для этого сообщите нам свое имя и чей вы родитель или родственник. Постарайтесь запоминать других.

- Меня зовут Сыргак. Я отец Аяра.
- Меня зовут Сайкал. Я мать Медины.
- Меня зовут Апал. Я мать Алинура.

Затем участникам группы рекомендуется выполнить упражнение «Поднятие рук» для более глубокого знакомства друг с другом.

#### **Инструкция:**

– Уважаемые родители, сейчас я прочту несколько утверждений. Те, кого касаются эти сведения, высоко поднимают правую руку. Например, если я говорю «младше 30 лет», то люди моложе 30 лет высоко поднимают правую руку. Когда я говорю «до 40», поднимают правую руку те, кому до 40 лет *(Попросите 2-3 участников повторить инструкцию, чтобы убедиться, что всем она понятна)*. Но главное не это, а то, чтобы вы все постарались запомнить, кто поднимал руку, чей родитель или те, кто замещает его, кто на кого похож, кто как отличается от остальных и т.п. Чтобы лучше запоминать, вы можете задавать уточняющие вопросы и делать комментарии *(начинайте упражнение только после того, как инструкции будут понятны каждому участнику)*.

#### **Утверждения:**

- те, кому до 30 лет;
- те, кому до 40 лет;
- те, кто моложе 50 лет;
- те, кто старше 50 лет;
- те, чей дом находится менее чем в 1 км от школы;
- те, чей дом находится в 1 км от школы;
- те, у кого 3 детей;
- те, у кого 5 детей;
- те, у кого более 5 детей;
- те, кто знает, чем интересуется их ребенок;
- те, кто может назвать 10 качеств своего ребенка;
- те, кто может называть, что ребенку не нравится;
- те, кто не находит время, чтобы помогать своему ребенку;
- те, кто предсказывает будущую профессию своего ребенка, исходя из его качеств;

- те, кто всегда проводят отпуск со своей семьей;
- те, кто знает, в каких канцелярских товарах нуждаются их дети в настоящее время;
- те, кто ведет доверительные беседы со своими детьми.

**Примечание:** Гостям необходимо хорошо узнать друг друга и надолго запомнить информацию. Для этого желательно прерывать упражнение, и задавать конкретные вопросы, чтобы вовлечь участников в обсуждение. Например, после вопроса о «тех, кому меньше 30», повернитесь к конкретному человеку и спросите: «Можно уточнить, сколько вам лет?». Важно, чтобы отвечали свободно, по своему желанию. Кто не желает отвечать на какой-нибудь вопрос, могут молча покачать головой. Не забудьте поддержать тех, кто ответил. «Вы такой молодой отец или мать. Поздравляем. Очень хорошо, пусть ваши дети оправдают ваши лучшие ожидания. Постарайтесь, чтобы общение проходило в хорошей психологической обстановке.

Когда все начинают говорить увлеченно, вы должны правильно направлять общение, чтобы не отклоняться от темы. Необходимо так управлять ситуацией, чтобы запоминались вопросы, заданные по каждому направлению. *(Утверждения могут быть немного изменены в зависимости от ситуации. Можно включить и дополнительные вопросы).*

По истечении времени, отведенного на упражнение, проводится рефлексия на основе следующих вопросов:

- Какую новую информацию вы получили при знакомстве друг с другом?
- Вы нашли кого-то похожего на себя?
- Есть ли люди, не похожие на вас?

После обсуждения вопросов упражнение завершается следующим вопросом:

- Как могут такие упражнения влиять на развитие ребенка через самопознание и узнавание других?

По окончании обсуждения разделите гостей на 4 малые группы. Они садятся в круги в каждом углу класса.

### **Инструкция:**

Уважаемые гости, до этого мы проводили четыре занятия по саморазвитию и профорientации с вашими детьми. После каждого занятия, как вы, наверное, знаете, мы давали домашнее задание. Теперь мы дадим каждой группе образец этого домашнего задания *(будут розданы заранее подготовленные раздаточные материалы).*

### **Группе 1:**

Поговорите с членами семьи, названными на рисунке ладони – «Дерево качеств». На каждой ветке напишите имя человека, а на маленьких веточках – известные вам их качества. Если количества веток недостаточно, необходимо нарисовать больше. Какие качества преобладают?



**2-й группе** дается задание: доставить приятное ощущение нужному человеку и, запомнив процесс, рассказать о нем на занятии.

**Для группы 3:** Заполните таблицу ниже. Подумайте. К какому решению вы пришли?

<p>Мой одноклассник, чьи качества похожи на мои:</p> <hr/> <hr/>	<p>Мой одноклассник, который не похож на меня:</p> <hr/> <hr/>
<p>Похожи наши следующие качества:</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Не похожи наши следующие качества:</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

**4 группе:**

- Расскажите о том, какие качества старших в доме людей (родители, бабушки и дедушки, дяди и тети и т.д.) принесли успех в их профессии.

Обсудите в своих группах характер задания по следующим вопросам (*вопросы вывешиваются на видном месте или отображаются на проекторе*):

- Как такие задания влияют на развитие ребенка?
- Насколько важно расширение понимания профессий?

По истечении времени, отведенного на беседу, учитель просит гостей снова сесть в большой круг.

– Спасибо за успешное обсуждение вопросов. Желающие, пожалуйста, поднимайте руку и свободно выражайте свои мысли.

Как модератор, преподаватель должен отмечать повторяющиеся ответы, уделять время каждому поднявшему руку, а главное, поощрять и побуждать гостей к открытию контента. Он завершает круглый стол, указав на логическую связь между вопросами.

**Подведение итогов занятия:**

– *Что вы хотите сказать о развитии детского самосознания и профессиональном образовании?*

После того, как гости выскажут свое мнение, им раздают зеленые стикеры. Попросив всех встать, учитель говорит:

– В начале занятия вы заполнили «Шкалу узнавания друг друга», указав, насколько хорошо вы знаете друг друга. Теперь вернемся снова к этой шкале. Насколько хорошо вы узнали друг друга к концу занятия? Поместите смайлики в те места, которые вы определили.

В конце процесса воспитатель просит гостей рассказать, почему они приклеили смайлики на другие места.

**Домашнее задание:**

Каждому родителю рекомендуется обращать внимание на своих детей и всегда помогать им в самопознании

# ТЕМАТИКА СОБРАНИЙ ДЛЯ 6 КЛАССА

## 6.5. Значение самосознания в развитии ребенка. Стереотипы, сформированные специальностями

### Цель обучения:

- ✓ Родители поймут важность самосознания в развитии ребенка.
- ✓ У них изменятся взгляды на стереотипы о профессиях.

### Ожидаемые результаты.

#### Родители:

- ✓ понимают, что такое самосознание;
- ✓ узнают важность познания себя и других в жизни;
- ✓ будут различать истинность и ложность устоявшихся представлений о профессиях;
- ✓ высказывать свое мнение о стереотипах;
- ✓ стараются учитывать способности своих детей в профессиональном образовании.

### План занятия:

№	Методика занятия /этапы занятия	Время	Необходимые средства
1.	Орг.момент	2 минуты	Флипчарт или проектор с указанием темы занятия, цели и ожидаемых результатов
2.	Мозговой штурм. Задание	5 минут	Категории, написанные на листах бумаги зеленого цвета формата А4, разрезанных вдоль пополам, а также характеристики, написанные на бумаге желтого цвета (примеры приведены в упражнении ниже)
3.	Осмысление. Работа в группах	8 минут	Категории, написанные на листах зеленой бумаги формата А4, разрезанных вдоль пополам, а также характеристики, написанные на желтой бумаге (примеры приведены в разработке ниже)
4.	Рефлексия. Презентация	25 минут	
5.	Обратная связь.	5 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### **Ход занятия:**

В начале занятия учитель:

Радушно приветствует гостей и предлагает им сесть на стулья, расставленные по кругу. Он благодарит их за то, что они пришли на занятие, поскольку заботятся о будущем своих детей, об их жизни, развитии, образовании. Знакомит с темой, целью и ожидаемыми результатами занятия, отвечает на вопросы.

### **Инструкция:**

*– Уважаемые гости, в качестве первой цели нашего занятия мы отметили важность самосознания в развитии ребенка. Нам, как родителям, очень важно знать насколько хорошо мы знаем себя и друг друга. Итак, попробуем найти ответ на этот вопрос, выполнив следующее упражнение. Обратите внимание на инструкцию к упражнению, которое будете выполнять вы.*

#### **Учитель отодвигает стул и дает указания**

– Уважаемые родители, я буду дополнять утверждение: «Солнце светит...» Каждый раз те, кто согласен с новыми дополнениями, встают со своих мест и меняются местами. Например, если я скажу: «Солнце светит тем, кто каждый день разговаривает со своими детьми», пересядут те, кто разговаривает со своими детьми каждый день. Когда я говорю: «Солнце светит женщинам», женщины должны встать со своих мест и сесть на другие свободные места. Основная цель упражнения не в том, чтобы поменяться местами, а выяснить, какие общие качества у вас и какие – разные. Кто пересядет при одном утверждении, те имеют схожие качества, а кто остается на прежних местах, те отличается от первых. Всем ли понятна инструкция?

**Примечание:** Попросите 2-3 родителей повторить инструкцию, чтобы убедиться, насколько они поняли, на что обратить внимание.

#### **Когда инструкция полностью понята, можно начинать проводить упражнение:**

1. «Солнце светит тем, кто каждый день общается со своими детьми».

Затем воспитатель читает второе утверждение:

2. «Солнце светит тем, кто может рассказать об увлечениях своих детей».

Упражнение продолжается так. К родителям, которые пересели, можно время от времени подходить и спрашивать, почему они сменили место. Это позволит вам услышать разные мнения и сделать упражнение увлекательным.

#### **Дополнительные утверждения:**

1. «Солнце светит родителям детей, которые любят спать».
2. «Солнце светит родителям тех, кто умеет внимательно слушать».
3. «Солнце светит тем, кто знает таланты своих детей».
4. «Солнце светит тем, кто вместе обсуждает качества своих детей».
5. «Солнце светит на родственников тех, кто стыдится выступить публично».
6. «Солнце светит тем, кто умеет быстро ладить с другими».
7. «Солнце светит тем, кто анализирует профессию вместе со своими детьми».
8. «Солнце светит родителям, чьи дети ходят в клубы».
9. «Солнце светит родным тех, кто любит гулять среди толпы».

После завершения упражнения, все садятся в круг, и проводится обсуждение следующих вопросов:

- Насколько занятие помогло в познании себя и других? Почему?
- Насколько самосознание влияет на успех?
- После упражнения вы бы сказали, что достаточно хорошо знаете своего ребенка? Если «Да/Нет», почему?
- Как вы думаете, в какой степени самосознание ребенка связано с его будущей профессией?
- Можете ли вы рассказать нам о важности упражнений и обсуждений для выбора будущей профессии вашего сына/дочери?

После того, как будут подведены итоги, их спросят, как они понимают слово «стереотип». Комментарии родителей к этому слову записываются на доске в виде списка идей. После того, как фиксируются все варианты ответов на доске, учитель спрашивает, какими словами можно определить понятие «стереотип». Затем участникам предлагается еще одно упражнение для лучшего усвоения темы.

– На зеленых листиках в моей руке записаны категории, а их характеристики – на желтых. Вот я смешаю их и разложу на пол. Ваша задача – обсудить их значения и составить фразы.

Объяснив условия, приступайте к упражнению. Учитель может задавать наводящие вопросы, чтобы родителям было легче составлять фразы со стереотипными понятиями и соответствующими категориями. Возможно образуются следующие фразы:

Все программисты зарабатывают много денег.

Переводчики часто путешествуют.

Юристы живут богато.

Работа учителей непростая.

Торговцы обманывают.

У строителей тяжелая работа.

У экономистов много денег.

После выполнения задания начнется чтение фраз и обсуждение полученных результатов.

- Были ли споры при составлении фраз? Легко ли было договориться? Почему?
- Насколько утверждения соответствуют действительности? Могут ли они оказаться неверными? Приведите пример.
- Если вам в жизни не попадались представители этих профессий, то на чем вы основывали свое описание?
- Если вы встречали их, можно ли с уверенностью сказать, что все представители той профессии такие?

В ходе обсуждения следует подчеркнуть, что стереотипы не специфичны для групп, а являются лишь некоторыми обобщенными понятиями. Каждый человек уникален, поэтому важно осознавать, что стереотипы не соответствуют реалиям жизни.

Затем учитель предлагает, как изменить стереотипные фразы так, чтобы превратить в нестереотипные. Лучший способ упорядочить понятия – расположить профессии посередине,

а характеристики – вокруг них в виде ромашки. А выводы необходимо обсудить обязательно. Самое главное, надо осознать, что люди одних и тех же профессий могут иметь разные характеристики.

**Упражнение завершается следующими вопросами.**

- Задача была сложной? Почему?
- Как стереотипы влияют на отношения между людьми или группами в реальной жизни?
- Как бы вы отреагировали на стереотипы при выборе профессии вашими детьми?
- Как могут измениться ваши взгляды после этого занятия о профессиональных стереотипах, о важности самосознания (знания сильных и слабых качеств, культуры общения, умения ставить цели и др.), когда помогаете своему ребенку в выборе профессии? Почему?
- Какой вывод вы сделали из занятия?

**Учитель благодарит родителей за работу.**

**Домашнее задание:**

Рекомендуется обсудить с детьми, что стереотипы о профессиях неверны.

# ТЕМАТИКА СОБРАНИЙ ДЛЯ 7 КЛАССА

## 7.5. Увлечения ребенка

### Цель занятия:

- ✓ Родители узнают состояние, склонности детей переходного возраста и о том, что им необходима поддержка взрослых.

### Ожидаемые результаты.

#### Родители:

- ✓ узнают, что такое переходный возраст;
- ✓ узнают об интересах детей в этом возрасте;
- ✓ определяют соотношение интересов и профессий;
- ✓ обсудят способы поддержки интересов своих детей и выбора профессии в переходный период.

### План занятия:

№	Метод перехода/этапы занятия	Время	Необходимые средства
1.	Объявление темы, цели и ожидаемых результатов занятия	2 минуты	Флипчарт или проектор с указанием темы занятия, цели и ожидаемых результатов
2.	Мозговой штурм	5 минут	Рисунок, описывающий переходный период
3.	Работа в группах	8 минут	Листы с заданиями для работы в группах (задания написаны в методичке)
4.	Рефлексия. Презентация	25 минут	Флипчарт, разноцветные маркеры, цветные листы, скотч. Слайды, отражающие актуальные склонности подростков
5.	Обратная связь. Подведение итогов занятия	5 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

Учитель тепло приветствует родителей и предлагает сесть на стулья, расставленные по кругу. Убедившись, что все удобно уселись, он представит и обсудит тему, цель и задачи занятия, ответит на любые вопросы. Затем показывает следующее изображение с проектора или напечатанное на бумаге.



Проведите обсуждение по следующим вопросам: «Какому возрасту соответствует этот рисунок? Почему вы так думаете?» Затем прочитайте следующее утверждение и попросите гостей прокомментировать его значение. Разместите это утверждение на видном месте.

**Самый трудный период в жизни человека – это переходный возраст. В этот период дети хотят вести себя как взрослые, но при этом все еще остаются детьми. Дети также сталкиваются со стрессом, так как они не являются полноценными взрослыми или маленькими детьми, при этом происходят и физиологические изменения.**

(<https://kyrgyzmedia.kg/2021/01/13/psihologdon-ke-esh-tk-l-kuraktagy-bala-menen-kantip-til-tabyshuu-kerek/>)

Не забывайте обращать внимание на смысл слова «стресс». Выслушав мнения о значении этого слова, разделите родителей на 3 группы. Каждая группа должна сесть в отдельный круг.

**Задание для 1 группы:** Помните свой переходный период? С какими трудностями вы сталкивались в следующих ситуациях?

- Время сексуальной и психологической зрелости.

Определите и обсудите проблемы. Вам кто-нибудь помог тогда выбраться из беды или нет? Если да, то кто помог? Как?

**Задание для 2 группы:** Помните свой переходный период? С какими трудностями вы сталкивались в следующих ситуациях?

- Время, когда происходили перемены в душе и увлечениях.
- Определите и обсудите проблемы. Вам кто-нибудь помог тогда выбраться из беды или нет? Если да, то кто помог? Как?

**Задание для 3 группы:** Помните свой переходный период? С какими трудностями вы сталкивались в следующих ситуациях?

- Моменты, когда вы хотели выразить свое чувство: «Теперь я вырос!»

Определите и обсудите проблемы. Вам кто-нибудь помог тогда выбраться из беды или нет? Если да, то кто помог? Как?

Родителям следует быть открытыми при работе в группах. Групповые презентации рекомендуется проводить в свободной форме и творчески. По истечении времени, отведенного на подготовку презентации к обсуждению, родители снова рассаживаются на места в круг. Напоминаем каждой группе, что нужно внимательно слушать, когда они представляют свои идеи, задают вопросы, комментируют, делятся своими воспоминаниями и обсуждают после презентации. Следует обсуждать, как помогать родителям, чтобы их дети не испытывали таких же трудностей.

### **Затем педагог выступит с мини-лекцией об актуальных интересах подростков:**

– Подростковый возраст – сложный период полового и психологического созревания. Это время, когда происходят особые изменения в душе, интересах и самосознании ребенка. В этих условиях подросток пытается выразить свое «взрослое» чувство, достичь «свободы» взросления.

В этот период родители должны следить, не сковывая его самостоятельности, чтобы подросток чувствовал меру в своих увлечениях. Если он слишком увлекается чем-то и из-за этого перестает учиться в школе и общаться со сверстниками, то следует с ним поработать вместе, общаться больше. Если его чрезмерная увлеченность приведет к странным изменениям в характере, необходимо консультироваться у психолога.

Независимо от возраста, всем нравится общаться со сверстниками. Человек не может жить без общения. Но в подростковом возрасте взаимодействие сверстников и групп принимает совершенно иной характер.

Прежде чем полностью сформируется жизненный опыт ребенка, он ищет понимания у сверстников и друзей, делится своими мыслями, заводит новые знакомства.

Подростки часто сравнивают себя с другими людьми. Они очень беспокоятся, если их оценивают ниже того уровня, которого, по их мнению, они заслуживают. Они ищут людей, которые принимают себя такими, какие они есть, не сравнивая ни с кем, не критикуя и не «поправляя» других.

С помощью социальных сетей и Интернета современные подростки могут быстро удовлетворить свою потребность в общении. Но в этом есть и свои риски.

### Слайд 1

**Интерес к электронике и технике.** Кто-то увлекается мото- и автотехникой, а кому-то нравится собирать и ремонтировать компьютеры. Достижения технического прогресса увлекают и девочек-подростков. Сейчас практически у каждого подростка есть планшет, компьютер и смартфон. В процессе использования этих гаджетов они приобретают определенный уровень знаний и навыков.

### Слайд 2

**Интерес к различным видам спорта.** Спорт не вредит растущему организму. Поэтому необходимо поддерживать интерес подростка к любому виду спорта.

### Слайд 3

В последнее время повысился **интерес к чтению**. Причиной этого является возможность читать книги на различные темы. Разнообразие электронных книг также способствует этому. Чтение – очень полезное занятие для подростков. Однако важно, чтобы они придерживались здорового режима дня. Необходимо сочетать занятие хобби, физическую активность и другую полезную работу.

### Слайд 4

**Внимание к внешности.** Главная причина – повышенный интерес к противоположному полу. Девочки стараются понравиться мальчикам, мальчики пытаются произвести впечатление на девочек. В то время как девочки начинают обращать внимание на косметику, мальчики начинают больше интересоваться укреплением мышц, стильными и модными новинками.

### Слайд 5

**Танец** привлекателен для подростков как способ самовыражения и развлечения. Хотя они и не занимаются танцами профессионально, но ходят в клубы и на дискотеки. Танец сочетается с общением и прослушиванием музыки.

### Слайд 6

**Сериалы и различные художественные фильмы.** Их сегодня очень много смотрят благодаря интернету. Вы можете скачать и просмотреть все серии подряд и так увлечься, что не останется времени ни на что иное...

### Слайд 7

Сегодня **фотографии** снимают очень легко и делятся с ровесниками. Кроме того, у подростков много интересов.

**Примечание:** Слайды должны быть оформлены соответствующими картинками.

**После демонстрации слайдов следует продолжить беседу по этим вопросам:**

- Чем в данный момент интересуются ваши дети?
- Не выходят ли за рамки разумной увлеченности ваших детей? Почему так думаете?
- Можно ли рассматривать хобби вашего ребенка как отправную точку для будущей карьеры? Почему?
- Как склонности могут быть связаны с будущей профессией?
- Как вы можете помочь своему сыну или дочери, чтобы он/она правильно определил(а) свои склонности и выбрали профессию?

**Подведение итогов занятия**

Занятие завершается обменом мнениями по следующим вопросам:

- Какие выводы вы сделали из сегодняшнего занятия?
- Как вы считаете, достигли ли мы целей и задач, о которых говорилось в начале занятия? Почему?

**Домашнее задание**

Узнать склонности своего ребенка, чтобы помочь ему с выбором профессии.

# ТЕМАТИКА СОБРАНИЙ ДЛЯ 8 КЛАССА

## 8.5. Умение слушать внимательно. Умения, свойственные представителям различных профессий

### Цель занятия:

- ✓ Родители научатся слушать внимательно и связывать это умение с профессиональными навыками.

### Ожидаемые результаты.

#### Родители:

- ✓ различают случаи внимательного и невнимательного слушания;
- ✓ анализируют последствия внимательного и невнимательного слушания;
- ✓ лучше осознают значимость профессиональных навыков;
- ✓ анализируют знания, которые соответствуют или нет определенным профессиям;
- ✓ понимают, как важно развивать навыки слушания для освоения будущей профессии;
- ✓ научатся поддерживать своих детей лучше.

### План занятия:

№	Методика/этапы занятия	Время	Необходимые средства
1	Объявление	2 минуты	Флипчарт или проектор, на которых представлены тема, цель и ожидаемые результаты занятия
2	Мозговой штурм	5 минут	Красный, желтый и зеленый конверты
3	Рефлексия. Работа в группах	8 минут	Занятия курса самопознания и личностного развития. Пособие для учителей, Бишкек, 2021 (сюжеты из пособия)
4	Рефлексия. Презентация	25 минут	Красные, желтые и зеленые конверты, в которые вложены карточки со словами «Ситуации», «Оценка» и «Решение»
5	Краткое содержание занятия	5 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### **Ход занятия:**

Учитель приветствует родителей и предлагает каждому выбрать один из конвертов (красного, желтого или зеленого цвета) на подносе. И все садятся за столы, на которых поставлены знаки соответствующего цвета. Стулья расставляются вокруг стола с заранее подготовленными красными, желтыми и зелеными флажками.

После объявления темы, цели и задач занятия начнется обсуждение основного вопроса: «Как вы понимаете, что такое «слушать внимательно?»». Затем рекомендуется вскрыть выбранные конверты и прочитать написанную на карточке инструкцию о проведении обсуждения в группах.

**1-я группа – красный конверт.** Внимательно посмотрите сцену 1, вспомните похожие ситуации, связанные со склонностями вашего ребенка/дочери, с выбором будущей профессии, расскажите и обсудите с участниками группы.

**2 группа – желтый конверт.** Внимательно посмотрите сцену 1 и оцените действия участников ситуации, не критикуя их. Обсудите в группе.

**3 группа – зеленый конверт.** Внимательно посмотрите сцену 1, подумайте о последствиях такой ситуации, расскажите и обсудите с участниками группы.

**Демонстрируется первая сцена.** (Занятия курса самопознания и личностного развития, пособие для учителей, Бишкек, 2021, пособие. См. 1 в ссылке на стр. 52.)

За ходом самостоятельной работы групп, дискуссии, подготовки к докладам внимательно следит преподаватель. Он поддерживает свободное, содержательное обсуждение. Не забудьте выделить время для подготовки к презентации.



Пока одна группа представляет свою работу, напомните другим группам, чтобы они внимательно слушали выступающих, старались понять все, вспоминали соответствующие ситуации и приготовили/записывали вопросы. После завершения презентаций и обсуждения они меняют флажки на своих столах по часовой стрелке и получают новые задания для групп.

**Группа 1 – красный флаг. Внимательно посмотрите сцену 2 и ответьте на следующие вопросы.**

- Что такое внимательное слушание? Дайте определение.
- В каких условиях можно внимательно слушать друг друга?
- Как должен человек сидеть или стоять, чтобы внимательно слушать?
- Что нужно сделать при слушании, чтобы говорящий смог выразить свои мысли более полно?
- Этично ли оценивать и критиковать, когда внимательно слушаем? Почему?

**2 группа – желтый флаг.** Не критикуйте участников сцены 2, а оценивайте и обсуждайте их действия.

**Группа 3 – зеленый флаг.** К чему приводит ситуация в сцене 2? Почему? Докажите свою точку зрения.

**Демонстрируется вторая сцена.** (Занятия курса самопознания и личностного развития, пособие для учителей, Бишкек, 2021, пособие. Сцена 2 по ссылке на стр. 52.)



Преподаватель внимательно следит за ходом самостоятельной работы групп: дискуссии, подготовки к докладам. Он поддерживает свободное, содержательное обсуждение. Выделит время для подготовки к презентации.

Пока одна группа представляет свою работу, напомните другим группам, чтобы они внимательно слушали выступающих, старались понять все, вспоминали соответствующие ситуации и приготовили/записывали вопросы. Обобщив обсуждения презентаций, учитель попросит родителей занять свои места посередине класса.

– Уважаемые родители, давайте поговорим о важной для нашего занятия теме «Навыки для профессий». У каждого своя профессия, разные специальности, вы – обладатели профессий разного направления, требующих разных знаний, изученных и приобретенных в разное время. У каждого из вас своя профессия. Займите теперь места в соответствии с указателями.

Группа 1 – красный флаг. Места для тех, кто в настоящее время по известным причинам не работает или находится в отпуске.

Группа 2 – желтый флаг. Для тех, кто любит свою профессию.

Группа 3 – зеленый флаг. Для тех, кто сменил бы свою профессию при возможности.

### **Задания для групп:**

**1 группа – красный флажок.** Какие навыки (компетенции) мешают успешной работе по профессии? Почему?

**2 группа – желтый флаг.** Какие навыки (компетенции) позволят вам успешно работать по профессии? Почему?

**3 группа – зеленый флаг.** Какие навыки (компетенции) могут стать причиной смены профессии? Почему?

Преподаватель внимательно следит за ходом самостоятельной работы групп: дискуссии, подготовки к докладам. Он поддерживает свободное, содержательное обсуждение. Выделит время для подготовки к презентации.

Пока одна группа представляет свою работу, напомните другим группам, чтобы они внимательно слушали выступающих, старались понять все, вспоминали соответствующие ситуации и приготовили/записывали вопросы.

### **Подведение итогов занятия**

Учитель завершает занятие обсуждением следующих вопросов:

- Какие профессиональные навыки формируются у ваших детей? Почему вы так думаете?
- Какие идеи были созданы на сегодняшнем занятии, чтобы повысить интерес ваших детей к своим будущим профессиям?
- Насколько важно слушать своих детей в разговорах об их будущей профессии? Почему?

### **Домашнее задание**

Беседовать со своими детьми о выборе профессии.

# ТЕМАТИКА СОБРАНИЙ ДЛЯ 9 КЛАССА

## 9.5. Правильный выбор профессии – залог успешной жизни

### Цель занятия:

- ✓ Родители помогают своим сыновьям и дочерям правильно выбрать профессию.

### Ожидаемые результаты

#### Родители:

- ✓ расскажут о причинах успеха в своей нынешней профессии;
- ✓ назовут причины смены нынешней профессии;
- ✓ анализируют правильность выбранной профессии сыновьями и дочерьми;
- ✓ помогут своим детям выбрать правильно профессию.

### План занятия:

№	Метод/этапы занятия	Время	Необходимые средства
	Объявление темы, цели и ожидаемых результатов занятия	2 минуты	Флипчарт или проектор с указанием темы, цели и результатов занятия
	Мозговой штурм	5 минут	
	Осмысление. Работа в группах	8 минут	
	Рефлексия. Презентация	25 минут	
	Обратная связь. Подведение итогов занятия	5 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### Ход занятия:

Учитель тепло приветствует родителей и объясняет цель занятия. Отвечает на вопросы и вносит дополнения по теме. Затем предлагает посмотреть небольшой видеоролик. Здесь нужно попросить, чтобы они при просмотре видео вспомнили свое детство и пережитые события, связанные с темой.

от 1 секунды до 1 минуты 36 секунд ролика по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?vö7OCwXEX047s>.

После ролика педагог просит желающих вкратце рассказать, какую профессию они выбрали в детстве. Затем напоминает, что выбор профессии – это одно из важнейших решений в жизни человека. Однако следует отметить, что есть люди, которые совершили ошибку с этим выбором профессии и поэтому сталкиваются с трудностями в жизни.

После краткого обсуждения ролика участники делятся на 3 группы – по тому, кому какое из этих утверждений больше соответствует:

**Группа 1.** «Я правильно выбрал профессию. Потому что...»

**Группа 2.** «Меня не устраивает моя нынешняя работа. Потому что...»

**Группа 3.** «Я сменил профессию. Потому что...»

**Группа 4.** «Я не учился в спецшколе и не получил специальность. Потому что...»

Преподаватель дает каждому представителю группы высказаться по очереди и организует обсуждение. В ходе обсуждения следует акцентировать внимание на выявлении причин, когда люди ошибаются с выбором профессии и решают менять ее. А те, кто любит свою профессию и доволен своей жизнью, пусть расскажут, какими правилами они руководствовались при выборе специальности. Надо дать высказаться и тем, кто не смог продолжить учебу после школы, но чувствуют себя вполне счастливыми – у них, возможно, хорошая семья, работают они с удовольствием, внося вклад в развитие общества. Записывая основные мнения на флипчарте, можно повысить эффективность занятия.

В конце беседы учитель говорит, что возможно многие родители уже определились с будущими профессиями своих детей, а также выбрали учебные заведения, куда решили поступить. Тех, кто уверен, что их дети сделали правильный выбор, попросите поделиться своими мыслями. Затем дайте слово тем, кто не согласен с выбором своих детей. Пусть не останутся в стороне и те, кто еще не обсуждал со своими детьми эти вопросы.

Обобщая записанные тезисы на флипчарте, проведите небольшую дискуссию по вопросу: «Как вы можете помочь своим детям сейчас, чтобы они не ошибались с выбором жизненного пути?»

### **Подведение итогов занятия**

Просмотр и обсуждение ролика (с 20 сек. по 3 мин. 23 сек.):

[https://24.kg/kyrgyzcha/55005\\_laquokyirgyizfilmraquo\\_mugalimderge\\_arnalgan\\_sotsialdyik\\_rolik\\_tarttyi/](https://24.kg/kyrgyzcha/55005_laquokyirgyizfilmraquo_mugalimderge_arnalgan_sotsialdyik_rolik_tarttyi/).

### **Домашнее задание**

Побеседовать с детьми на тему «Правильно выбранная профессия – основа успешной жизни».

# ТЕМАТИКА СОБРАНИЙ ДЛЯ 10 КЛАССА

## 10.5. Особенности выбора профессии. Постановка цели

### Цель занятия:

- ✓ Обсудить особенности выбора профессии и узнать о роли критериев SMART в постановке целей.

### Ожидаемые результаты

#### Родители:

- ✓ обсуждают свои нереализованные мечты в детстве, выясняют причины;
- ✓ обсуждают особенности выбора профессии;
- ✓ они знают и умеют использовать критерии SMART для получения профессии.

### План занятия:

№	Методика занятия/ этапы занятия	Время	Необходимые средства
1.	Объявление темы, цели и ожидаемых результатов занятия	2 минуты	Флипчарт или проектор с указанием темы занятия, цели и ожидаемых результатов
2.	Мозговой штурм	5 минут	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=LRzKRqBlzjY">https://www.youtube.com/watch?v=LRzKRqBlzjY</a> с 4 минуты 8 секунд до 6 минут 8 секунд.
3.	Осмысление. Работа в группах	8 минут	Маркеры, листы формата А4 Изготовлены из двухцветной бумаги: зеленый, красный страховочные шарики (пять-десять штук) <a href="https://ky.wikipedia.org/wiki/Что_такое_подделка?">https://ky.wikipedia.org/wiki/Что такое подделка?</a>
4.	Отражение. Презентация	25 минут	
5.	Обратная связь Подведение итогов занятия	5 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### **Ход занятия:**

Учитель тепло приветствует родителей и объясняет цели занятия. Он ответит на вопросы и согласует с участниками ожидаемые результаты занятия.

– Профессия – это работа, которой мы посвящаем треть своей жизни, это то, чем мы занимаемся. Думается, чтобы правильно выбрать профессию, человек должен стремиться к личностному развитию.

Уважаемые родители, а теперь послушаем мнения наших детей младшего возраста о профессии и ее выборе. Во время просмотра истории постарайтесь вспомнить свое детство, свои детские мечты.

<https://www.youtube.com/watch?v=LRzKRqBlzjY> (с 4 минуты 8 секунд – до 6 минут 8 секунд).

– Кем бы вы хотели быть в детстве?

– Расскажите о причинах, почему не сбылись некоторые ваши мечты.

После обсуждения учитель раздает листы формата А4 с маркерами. Нужно сложить его пополам и на одной стороне написать нынешнюю цель (на ближайшую перспективу – 3-4 года). Когда родители закончат записи, попросите их отложить листы, чтобы вернуться к ним позже.

Учитель выбирает двух родителей и записывает их имена на флипчарте. Обращается ко всем участникам:

– *Мы сейчас вместе с вами выполним упражнение.*

Обычно никто не спрашивает, какое именно упражнение. Он дает в руки ассистентам мячи и ставит 2 ведра или урны в одном конце класса.

– *Теперь мы кое-чему научимся.*

Иногда участники спрашивают, чему конкретно. Чтобы заинтриговать, ответьте на вопрос вопросом: «Чему мы можем научиться?» Родители могут ответить по-разному.

### **Учитель объясняет условия игры:**

– Двое наших родителей-добровольцев должны бросить свои мячи с обозначенного места (с одного конца класса до другого) в ведерки. Отмечаем в таблице, сколько раз попадают. По очереди бросайте мячи. Отмечаем, сколько групп попало в ведро следующим образом.

**Имя первого родителя**

**Имя второго родителя**

1)

1)

2)

2)

3)

3)

После первой попытки подсчитаем, кто сколько раз попал в ведерко. Количество мячей в ведре записывается в таблицу. Учитель спрашивает родителей, почему они не смогли собрать все мячи в ведро. Выслушав ответы, воспитатель соглашается немного (на 2-3 метра) сократить дистанцию. Процесс повторяется.

И на этот раз не все мячи попадут в ведро. Назовут причины неудачных бросков. Счет отмечается в таблице.

А в третий раз нужно разрешить бросать мяч каждому с любого расстояния, удобного ему лично. Поэтому в ведро попадут почти все мячи. Снова записывается в таблицу количество удачных бросков и отмечается общий результат.

После этого упражнения учитель благодарит родителей за участие и просит их занять свои места. Затем крепит у доски готовый флипчарт с аббревиатурой SMART и ее расшифровкой. По мере того, как родители объясняют каждый критерий, их можно прикрыть листом.

### **Воспитатель:**

*– Дорогие родители, каждый из нас ставит перед собой цель. Но, к сожалению, многие люди тратят свое время зря, поскольку не ставят перед собой четкой цели. И начинает винить в этом себя или обстоятельства. Часто люди выбирают неправильную цель. Сейчас я расскажу вам о методе постановки SMART-целей. Здесь каждая буква имеет свое значение. В начале занятия я обратился к вам так: «Сейчас мы кое-чему научимся. У вас есть вопросы?» К сожалению, большинство из вас не задавало никаких вопросов. Лишь немногие переспрашивали: «Что мы узнаем?»*

*Наша цель должна быть **конкретной и ясной**. Если мы сформулируем нашу цель слишком большим количеством слов или предложений, понять ее будет трудно. Из-за того, что в ходе выполнения упражнения для достижения цели не были заданы вопросы: «Чему мы научимся?» «Как мы учимся?», мы не знали, что делать.*

### **SMART-цели**

#### **S – должно быть конкретным, понятным**

Мы записали в таблицу, сколько шаров, брошенных каждым родителем, попало в ведро. Почему? Мы отметили это для того, чтобы определить, кто в какой степени достигает цели. Поэтому наша цель должна быть **измеримой**. Количество мячей, попавших в ведро, означает здесь, насколько мы достигли нашей цели, какая часть еще осталась недостигнутой и на чем нам нужно было сосредоточиться, чтобы достичь ее. Если наша цель в жизни поставлена таким образом, то мы будем знать, сколько уже достигнуто и что нужно сделать.

#### **M – должен быть измеримым**

В последний раз, когда родители самостоятельно выбирали оптимальное расстояние до ведра для задания, количество мячей, приземлившихся в ведро, было выше. Потому что цель, которую мы перед собой ставим, **соизмерима** с нашими возможностями и интересна. У нас должны быть ресурсы для ее достижения. Очень сложно, невозможно достичь цели, когда она далека от реальной черты достижения – как при первой попытке родителей. Ведь мы не можем попасть мячом в ведро, не рассчитавшись со своими силами. Нужно ли ставить цель, которая нам недоступна?..

#### **A – она должна быть достижимой**

Двое родителей либо не смогли бросить мячи в ведро при первой попытке, либо попадали очень мало. Потому что они находились слишком далеко от ведра. Поэтому любая цель должна быть реалистичной и близкой к истине. Невозможно достичь цели, не связанной с реальной жизнью.

#### **R – должна быть реальной, ближе к истине**

Если не отмечены сроки достижения цели, то неясно, когда она будет осуществлена. Только цели, которые верно рассчитаны на определенный период времени, могут быть достигнуты.

## Т – должно быть определено время

При объяснении темы целеполагания с использованием технологии SMART педагог может привести примеры, чтобы родители могли понять суть использования данного метода.

Расплывчато	Конкретно
Сдаю документы в высшее учебное заведение/университет	Поступлю в IT-академию, чтобы стать разработчиком мобильных приложений
Буду путешествовать	Ездить в качестве туриста в Японию, Европу, Сингапур, США и др. страны
Стану богатым (пустое понятие)	Хочу иметь счет в банке с крупной суммой, недвижимость (что именно? где?) и т.д.

Учитель просит родителей прочитать пример по каждой цели SMART и объяснить, где и как учитываются 5 критериев. Убедившись, что они поняли этот материал, он продолжает упражнение следующим образом:

– Уважаемые родители! В начале занятия снова возьмите в руки листы, на которых написаны ваши цели. Проанализируйте их по критериям SMART. Затем скорректируйте формулировки своей цели в соответствии с этими критериями.

Будут определены цели, соответствующие критериям SMART. Обсуждается, какие цели и идеи пересмотрены.

## Подведение итогов занятия

### Занятие завершится обсуждением следующих вопросов:

- Чем было интересно данное занятие?
- Какую новую полезную информацию вы получили?
- В чем необходимость использования технологии SMART при постановке целей?
- Нужно ли ставить перед сыном или дочерью высокие критерии и почему?

### Домашнее задание:

– Определите цель вашего сына или дочери в соответствии с критериями SMART и вместе составьте план ее реализации в нижеприведенной форме.

– Планируйте свою деятельность на каждый месяц и год на основе критериев SMART.



# ТЕМАТИКА СОБРАНИЙ ДЛЯ 11 КЛАССА

## 11.5. Моя профессия – источник моего благополучия

### Цель занятия:

Родители сверяют, насколько профессии, выбранные их сыновьями и дочерьми, соответствуют условиям реального мира.

### Ожидаемые результаты

#### Родители:

- ✓ анализируют, насколько их дети могут быть конкурентоспособными на рынке труда с выбранными профессиями;
- ✓ узнают, какие навыки необходимо развивать их детям, чтобы получить желаемую профессию;
- ✓ обсудят, насколько профессии, выбранные их сыновьями и дочерьми, соответствуют условиям реального мира.

**Примечание:** каждый родитель до этого занятия должен обсудить со своим сыном или дочерью о выбранной профессии.

### План занятия:

№	Методика/этапы занятия	Время	Необходимые средства
1	Объявление темы, цели и ожидаемых результатов занятия	2 минуты	Флипчарт или проектор с указанием темы занятия, цели и ожидаемых результатов
2	Мозговой штурм	5 минут	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=M_IUrpQm2wo">https://www.youtube.com/watch?v=M_IUrpQm2wo</a> с 1 секунды до 3 минут.
3	Осмысление. Работа в группах	25 минут	Раздаточные материалы и конверты с достаточным количеством вопросов для работы в малых группах. Раздаточный материал с 17 вопросами следует вложить в шесть конвертов.
4	Рефлексия. Обратная связь. Подведение итогов занятия	13 минут	
	<b>Всего</b>	<b>45 минут</b>	

### **Ход занятия:**

Родители сидят на стульях, расставленных в круг. Столы не нужны. Учитель тепло здоровается с родителями и объясняет цель и задачи занятия. В частности, он говорит, что нужно обсудить, насколько выбранная ими профессия соответствует условиям реального мира. Отвечает на вопросы и, при необходимости, вносит дополнения в перечень обсуждаемых вопросов.

После выслушивания мнений участников о том, почему занятие называется «Моя профессия – источник моего благосостояния», будет показан сюжет о представителе одной профессии.

[https://www.youtube.com/watch?v=M\\_IUrpQm2wo](https://www.youtube.com/watch?v=M_IUrpQm2wo) (с первой секунды до третьей минуты).

Вопросы для обсуждения:

- Можно ли сказать, что Индира, героиня рассказа, – это человек, который достиг успехов благодаря своей профессии? Почему?
- Насколько ее профессия соответствует требованиям рынка труда? Почему?

Затем приступают к изучению новой темы. Учитель обращается к родителям:

– Уважаемые родители, сегодня мы выполним интересное упражнение. Оно поможет нам глубже познакомиться с выбранной нашими детьми профессией, посмотреть на нее с другой стороны и понять, насколько она необходима в наше время. Давайте поделимся на малые группы по четыре человека – с теми, кто сидит ближе.

После того, как группы образовали круги, учитель дает конверт с 17 вопросами одному из родителей в каждом круге.

*Примечание:* Отвечать на вопросы необходимо с учетом выбранной ребенком профессии. Учителю рекомендуется подходить к малым группам и внимательно слушать, чтобы убедиться, что родители правильно выполняют задание. Убедитесь, что разговор был искренним.

### **Инструкция:**

– Я раздал по конверту каждой группе. В нем 17 раздаточных материалов с вопросами. На них будете отвечать по очереди: достаете карточки из конверта, читаете вслух вопросы и отвечаете. Упражнение будет продолжаться до тех пор, пока не закончатся карточки.

После того как на 17 вопросов ответит каждый, гости снова займут прежние места.

### **Подведение итогов занятия**

#### **Вопросы для обратной связи:**

1. Было ли занятие полезным для вас? Почему?
2. Какой вопрос был самым сложным? Почему?
3. Ответ на какой вопрос больше подходит вам лично?
4. Как вы думаете, какова была цель этого занятия?
5. К какому важному выводу пришли, отвечая на вопросы?
6. Изменилось ли у кого-нибудь из вас отношение к выбранной своими детьми профессии? Почему?

### Учитель завершает занятие следующими словами:

– Уважаемые родители, на этом занятии мы, кажется, нашли ответы на ряд вопросов: Почему так важно посмотреть на профессию, которую выбирают наши дети, со всех сторон? Каковы недостатки выбранной ими профессии? И какие риски связаны с их выбором? Готовы ли наши дети осознанно выбрать профессию со всеми ее преимуществами и недостатками? Востребована ли выбранная профессия на рынке труда? Могут ли они принести пользу обществу, выбрав ту или иную профессию?

### Домашнее задание:

Обсудить с детьми выводы занятия, чтобы помочь им стать достойными представителями выбранной ими профессии.

**Важно!!!** Если ваш ребенок затрудняется с выбором или выбирает не ту профессию, которая вам нравится, не критикуйте его и не навязывайте свое мнение. Помогите ему принять решение, основываясь на своих интересах, навыках, учитывая реальную ситуацию на рынке труда.

### Образцы вопросов на карточках:

Какое положение занимает выбранная вашим ребенком профессия на рынке труда? Пожалуйста, опишите.	Кого вы считаете профессионалом в выбранной вами сфере деятельности?
Верят ли ваши родственники, что можно неплохо зарабатывать с выбранной ребенком профессией? Почему так считают?	Как вы думаете, одобряют ли члены семьи выбор вашего ребенка профессии? Если нет, то что нужно сделать, чтобы переубедить их?
Согласны ли вы с выбором профессии вашего ребенка? Как вы думаете, это мудрое решение? Почему?	Как ваш ребенок может принести пользу обществу, работая по своей профессии?
Насколько профессия, о которой мечтает ваш ребенок, востребована в районе, где вы живете? Или стоит переехать? Вы готовы переехать в другую страну ради работы своей мечты?	Где и как ваш ребенок может работать по профессии, о которой он мечтает?
Сам ли выбрал себе профессию ваш ребенок? Или прислушался совету кого-нибудь другого?	Чье мнение для вас важно, когда выбираете профессию для своего ребенка?

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Новое осмысление вопросов профессионального самоопределения учащихся школ вызвано постоянно меняющимися обстоятельствами в политике, экономике, в образовании и социальной жизни. Условия нестабильного рынка труда, изменение ценностно-нравственных ориентиров в обществе, недостаток компетентности в решении вопросов профессиональной ориентации часто делают выбор профессии для учащихся школ непосильной задачей.

Ситуация, сложившаяся с профессиональным выбором учащихся школ, показывает, что есть необходимость в более раннем самостоятельном поиске будущей профессиональной деятельности, и оказании в этом процессе целенаправленной превентивной и оперативной поддержки со стороны педагогического коллектива, родителей и представителей других учреждений.

Основной целью работы педагога является помощь и поддержка в профессиональном самоопределении, результатом которой выступает готовность учащихся к совместному с педагогами и родителями компетентному проектированию маршрута будущей профессии на каждой из ступеней обучения.

### **Успешность поддерживающей работы по профессиональному самоопределению учащихся в соответствии с возрастными особенностями обеспечивается:**

- повышением потенциала профориентации за счёт доминирования целей личностного развития;
- опорой на субъективный жизненный опыт учащихся;
- применением методов интерактивного диалогового взаимодействия педагогов и учащихся, способствующего формированию информированности и соотнесению знаний о себе и требований профессии в процессе их социализации, ориентации на профессии, востребованные реальным сектором экономики страны.

Организация работы по профессиональному самоопределению учащихся – системный и поэтапный процесс. Это определяет важность освоения комплекса психолого-педагогических, методических и диагностических средств поддержки в решении проблем, связанных с их успешным жизненным и профессиональным самоопределением.

## ПРЕДЛАГАЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Уроки самопознания и личностного развития для подростков. Пособие для педагогов 2-е дополненное издание/авт.-сост. Джороев Т., Акылбек кызы Н., Абдраимова А., Маматкулова А. – Б.: 2022. – 172 с.
2. Иманкулова М., Тезина Н., Темирова Н., Огонбаева Л. Шаги к будущей профессии. Методическое пособие для классных руководителей 5-9 классов. – Б.: 2022. – 132 с..
3. Профориентация учащихся старшей школы. Методическое пособие для педагогов/сост. М.Иманкулова М., Н. Темирова. – Б.: 2022. – 48 с.
4. Профориентация в 9 классе: Пособие для учителей [Текст] / Программа «Содействие трудоустройству и профессиональному обучению». - Города Бонн и Эшборн, 2018.

# ПРИЛОЖЕНИЕ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ:

## Приложение № 1

### Глоссарий

**Инновация** – нововведение в области техники, технологии, организации труда или управления, основанное на использовании достижений науки и передового опыта, обеспечивающее качественное повышение эффективности производственной системы или качества продукции.

**Качества** человека – это перечень характеристик личности как положительные, так и отрицательные, которые определяют отношение личности к окружающему миру. Характер каждого различен, личные человеческие качества – важные компоненты, собрав которые вместе, можно увидеть психологический образ личности. **Примеры качеств человека (положительные и нейтральные):** Воспитанность, аккуратность, дружелюбие, отзывчивость, доброта, скромность, верность, бескорыстие, пунктуальность, коммуникабельность, бережливость, ответственность, самокритичность, решимость, смелость, трудолюбие, ответственность, толерантность, честность, милосердие, уверенность в себе, уважение к другим, чувство собственного достоинства, оптимизм, упорство, терпеливость, искренность, непосредственность, честность, рассудительность, нравственность, целеустремленность, жизнерадостность, инициативность, амбициозность, бережливость, мечтательность, порядочность, осторожность, эрудированность.

**Компетенции** как умения, необходимые для того, чтобы добиться успеха на работе, в учебе и в жизни. Компетенция (в переводе с латинского языка) означает круг вопросов, в которых человек хорошо осведомлен, обладает познаниями и опытом.

**Компетенция** – готовность личности эффективно организовать внутренние и внешние ресурсы для постановки и достижения цели. Под внутренними ресурсами понимаются знания, умения, навыки, надпредметные умения.

**Компетентность** – владение, обладание человеком соответствующей компетенцией, включающей его опыт, личностное отношение к предмету деятельности.

**Коммуникация** – это общение, конструктивный процесс взаимодействия между людьми или их группами с целью передачи информации либо обмена сведениями.

**Стереотип** – это устоявшийся шаблон мышления, предрассудок, часто имеющий мало общего с реальностью. Слово стереотип – греческое, составное. *Стерео* означает «твёрдый», *типос* – «отпечаток». Поэтому буквальное значение этого слова – «твёрдый штамп мышления, отпечаток головного мозга».

### Перечень некоторых профессий будущего:

**Урбанист-эколог** – проектировщик новых городов на основе экологических биотехнологий, специализируется в областях строительства, энергетики и контроля загрязнения среды.

**ГМО-агроном** – специалист по использованию генно-модифицированных продуктов в сельском хозяйстве; занимается внедрением биотехнологических достижений и получением продуктов с заданными свойствами.

**Биофармаколог** – специалист по проектированию новых биопрепаратов с заданными свойствами или по замене искусственно синтезированных препаратов на биопрепараты.

**Биоэтик** – специалист по нормативно-правовым и этическим аспектам деятельности медицинских, диагностических и биоинженерных центров, в которых осуществляется трансплантология и генетическое моделирование.

**Менеджер здравоохранения** – специалист по обеспечению коммуникации между исследовательскими, лечебно-диагностическими и профилактическими учреждениями, управляющий программами кооперации и совместными проектами.

**Оператор медицинских роботов** – специалист по программированию диагностических, лечебных и хирургических роботов.

**Проектировщик энергонакопителей** – проектировщик систем накопления энергии: высокоемкостные аккумуляторы, тепловые накопители, маховики и др., позволяющие сберегать энергию для перераспределения в «умных сетях» между пиками и падениями.

**Энергоаудитор** – специалист, который проверяет частные дома, жилые комплексы, офисы, заводы и другие сооружения на наличие энергопотерь с целью оптимизации энергопотребления, дает рекомендации по замене оборудования и модернизации зданий.

## Приложение № 2

### Энерджайзеры

Список энерджайзеров для применения учителем во время занятий для разминки. Их лучше применять в зависимости от возможностей помещения, возраста и физической активности участников.

#### 1. «Ветер дует»

В начале игры стулья расставляются в форме круга, с расчетом, что один участник (ведущий) окажется без стула. Все рассаживаются. Ведущий должен объяснить правила игры. Когда он говорит: «Ветер дует на того, у кого часы (вместо часов может быть названа любая вещь либо что-то из внешности, телосложения или другое)». Участники, у которых есть часы, должны вставать и меняться местами, при этом ведущий тоже должен быстро сесть на освободившееся место. Тот, кто остался без места дальше ведет игру. Игрок, который три раза остался без стула, считается проигравшим, и он должен исполнить одно желание участников.

#### 2. «МОЛЕКУЛЫ»

Участники (атомы) двигаются вокруг друг друга. Ведущий объясняет, что когда он назовет цифру, например, три, все должны создать группы по три человека. Тот, кто останется без группы лишним выходит из игры. (можно использовать для разделения участников на малые группы в конце назвав количество атомов по количеству лиц, которые должны быть в группе).

#### 3. «МЫШКИ-ДОМИКИ»

Участники делятся на пары по три человека, из которых двое берутся за руки, они будут домиком, а третий (мышка) встает внутри домика. Ведущий объясняет, что:

- если, он скажет домики, меняются домики, и они ищут себе новую мышку, а мышки стоят на месте;
- если, он скажет мышки, то меняются мышки, а домики стоят на месте;
- если, он говорит землетрясение, меняются все, мышки могут образовать домики, а домики стать мышками. Игрок, который останется без домика дальше ведет игру.

#### 4. «Мы делили апельсин»

**Мы** – обе руки через стороны к груди (показываем)

**Делили** – туловище поворачивает вправо, руки разводим в стороны

**Апельсин** – туловище прямо, руками описываем перед собой круг (апельсин)

**Много** – туловище поворачиваем влево

**Нас** – руки в стороны

**А он один** – туловище прямо, руками описываем круг

**Эта долька** – правая рука вперед

**Для ежа** – руки над головой, пальцы растопырены

**Эта долька** – левая рука вперед

**Для чижа** – руками «дудим» в дудочку

**Эта долька** – правая рука вперед

**Для котят** – руки к ушам, ладони развернуты, как ушки, голова покачивается то вправо, то влево

**Эта долька** – левая рука вперед

**Для бельчат** – руки вверх, ладошки, как «кисточки» на ушках бельчат

**Эта долька** – правая рука вперед

**Для меня** – руки к груди

**Для меня и для тебя** – показываем на соседа

### **5. «Электрический ток (Цепная реакция)»**

Участники делятся на две команды и встают в линию, параллельно друг другу. Впереди команд на стул нужно поставить любой предмет, так чтобы он был в центре обеих команд. Ведущий должен встать сзади и подавать сигнал (нажать на плечи участников, стоящих в конце). Как только игроки получают сигнал, они передают его дальше, тем же путем, которым получили (нажимая на плечи впереди стоящих ребят). Когда сигнал дойдет до первого участника, он должен быстро схватить предмет. Тот участник, который первым взял предмет, переходит назад и члены команды меняются местами, продвигаясь вперед (то есть первый участник идет назад, второй встает на его место, третий на второе и т.д.). Таким образом, выигрывает та команда, состав, который по кругу один раз полностью поменялся местами.

### **6. «Самсон – Далила – Лев»**

Участники делятся на две команды. В ходе игры они должны изображать три персонажа: Самсона, Далилу и Льва. В начале игры, прежде чем показывать персонажей они отворачиваются, группируются и совещаются о том, кого будут изображать. Затем обратно поворачиваются, встают параллельно лицом к лицу друг другу и по расчету раз, два, три показывают персонажей.

Победители определяются, исходя из показанных персонажей, следующим образом: Самсон выигрывает Льва, Лев – Далилу, а Далила – Самсона. Если *Самсон* – руки на уровне шеи, локти согнуты (мускулы). *Далила* – девушка делает реверанс. *Лев* – руки вперед, пальцы согнуты как когти и издается рычание.

### **7. «Одеяло»**

Эта игра проводится для закрепления знакомства. Участники делятся на две команды, и два человека (ведущие) держат одеяло между ними. Команды садятся, и по одному участнику выходят на центр, рядом с одеялом, так чтобы соперники не видели его. По сигналу ведущие опускают одеяло, и эти два игрока должны назвать имя друг друга. Участник, который первым назовет имя соперника, выигрывает, а тот, кто проиграл, переходит в команду победителя. Игра продолжается до тех пор, пока одна команда полностью не перейдет в другую команду.

### **8. «Руки вверх»**

В игре принимают участие 8 и более человек. Необходимо иметь 1 монету. Все делятся на 2 команды и садятся напротив друг друга за стол. Одна команда получает монету, и участники передают ее друг другу под столом. Командир противоположной команды медленно (можно про себя) считает до десяти, а затем говорит: «Руки вверх!» Игроки команды, передававшей монету, тут же должны поднять руки вверх, причем руки сжаты в кулаки. Затем командир говорит: «Руки вниз!» – и игроки должны положить руки ладонями вниз на стол. Тот, у кого монета, старается прикрыть ее ладонью. Теперь игроки противоположной команды совещаются, решают, у кого монета. Если они отгадали правильно, монета переходит к ним, если нет – остается у той же самой команды.

### **9. «Семейка Адамсов»**

Трое (четверо, пятеро и т.д.) добровольцев выходят из комнаты. Остальные встают в круг, берутся за руки. Затем заводят первого добровольца, который встает в центре, и участники должны покружиться вокруг него, при этом два раза повторив заранее выученные слова: «Мы, семейка Адамсов, ты должен рассмешить нас так, чтобы мы тебе захлопали». После этого, они останавливаются и начинают повторять за всеми его движениями, словами, мимикой. Это продолжается до тех пор, пока игрок не додумается захлопать в ладоши либо сами участники не скажут ему об этом. Все это также повторяется и со следующими игроками.

### **10. «7 ир»**

Участники встают в круг и начинают быстро рассчитываться на первого, второго, третьего, четвертого, пятого, шестого, а седьмой должен сказать «7 ир». Если он скажет седьмой, то он проигрывает и выходит из игры. Так продолжается до конца, пока не останется несколько участников.

### **11. «Фраза по кругу»**

Предлагается одну любую фразу проговорить по-разному (эмоционально, грустно, выкрикнуть, пропеть и т.д.).

### **12. «Цепочка»**

Для игры понадобятся воздушные шарик – на один меньше числа игроков. Участники строятся цепочкой, положив руки на плечи впереди стоящего; между животом одного играющего и спиной другого зажат воздушный шарик, который запрещается поправлять и придерживать руками. Теперь цепочка получает задание: пройти по маршруту, преодолеть все препятствия (перевернутые стулья, натянутые веревки, повороты в самых неожиданных местах). Практически сразу участникам становится ясно, что успех общего дела зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с действиями остальных.

### **13. «Контакт»**

Участники игры делятся на две команды. Первая втайне загадывает какое-либо понятие (например, «дееспособность»), затем выбирает одного человека из второй команды и называет ему задуманное слово. Последний без слов, только жестами, мимикой, некоторыми условными знаками, которые будут выработаны во время игрового общения, должен «объяснить» своей команде замысел соперников.

### **13. «Хвост дракона»**

Участники встают в одну шеренгу, держа руками крепко впереди стоящего человека.

Начальный первый игрок будет «головой» дракона, последний «хвостом», а остальные «туловищем». Задание: «Голова» должна схватить «хвост», а тот в свою очередь стараться убежать от головы. Туловище помогает хвосту и всячески мешает голове схватить его.

### **14. «Укротитель диких зверей»**

Поставьте в комнате стулья, на один меньше, чем участников. Все занимают стулья, а один из играющих становится укротителем диких зверей. Он медленно идет по кругу и называет подряд всех животных. Тот, чье животное названо (играющие предварительно выбирают их для себя), встает и начинает медленно идти вслед за своим укротителем. Как только укротитель произносит слова «Внимание, охотники!», все играющие, включая укротителя, стараются занять пустые стулья. Тот, кому места не хватило, становится укротителем диких зверей.

### **15. Оркестр**

Это очень забавная игра, в нее интересно играть, когда много народа. Каждый из участников выбирает для себя музыкальный инструмент, на котором он впоследствии будет «играть». Лучше всего, если выберут разные инструменты. Выбирается ведущий – «дирижер». Он становится лицом к «оркестру», и по сигналу «оркестр» начинает играть! Дирижер делает движения, будто он играет на своем инструменте (например, изображает барабанный бой, надувает щеки, будто играет на флейте и т.д.). Остальные участники оркестра делают такие движения, будто играют каждый на своем инструменте, но при этом не сводят глаз с дирижера. Вдруг дирижер «переходит» на другой инструмент – начинает изображать игру на музыкальном инструменте, выбранном другим участником. Игрок, на чьем инструменте начал играть дирижер, тут же должен прекратить все движения и зажать уши руками. Все остальные участники игры теперь переключаются на тот инструмент, который выбрал дирижер. Через некоторое время дирижер возвращается к своему первоначальному инструменту, и участники тоже.

Итак, дирижер «играет» то на своем, то на чужом музыкальном инструменте, а игроки стараются уловить его движения и не ошибиться.