

## Памятка по работе с дневником профессионального самоопределения

### 1 класс. Второе полугодие

|               |                                                                                                                                                                          |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Февраль       | <i>Заполни раздел «Мои интересы», результаты ответов запишите в дневник.</i>                                                                                             |
| Март - апрель | <i>Заполни раздел «Диагностика»</i>                                                                                                                                      |
|               | 1) Пройди диагностику «Мое отношение к труду»                                                                                                                            |
|               | 2) Ответь на вопросы анкеты «Мои домашние обязанности». Запишите результаты в дневник                                                                                    |
|               | 3) Ответь на вопросы анкеты «Профессии, необходимые нашему городу». Запишите результаты в дневник                                                                        |
|               |                                                                                                                                                                          |
| Май           | <i>Заполни раздел «Мое путешествие в мир профессий», в котором опиши (нарисуй) свои впечатления об экскурсиях и др. мероприятиях о профессиях, на которых ты побывал</i> |

### 2 класс. Второе полугодие

|             |                                                                                                                                                                           |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Февраль     | <i>Заполни раздел «Мои интересы», результаты ответов запишите в дневник.</i>                                                                                              |
| Март-апрель | <i>Заполни раздел «Диагностика»</i>                                                                                                                                       |
|             | 1) Пройди диагностику познавательной потребности                                                                                                                          |
|             | 2) Пройди диагностику познавательной активности                                                                                                                           |
|             | 3) Заполни анкету «В мире профессий»                                                                                                                                      |
|             |                                                                                                                                                                           |
|             |                                                                                                                                                                           |
| Май         | <i>Заполни раздел «Мое путешествие в мир профессий», в котором, опиши (нарисуй) свои впечатления об экскурсиях и др. мероприятиях о профессиях, на которых ты побывал</i> |

### 3 класс. Второе полугодие

|             |                                                                              |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------|
| Февраль     | <i>Заполни раздел «Мои интересы», результаты ответов запишите в дневник.</i> |
| Март-апрель | <i>Заполни раздел «Диагностика»</i>                                          |
|             | 1) Пройди диагностику познавательной потребности                             |
|             | 2) Пройди диагностику познавательной активности                              |
|             | 3) Создай свою карту интересов                                               |
|             |                                                                              |
|             |                                                                              |
| Май         | <i>Заполни раздел «Мое путешествие в мир профессий», в</i>                   |

|  |                                                                                                               |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | котором опиши (нарисуй) свои впечатления об экскурсиях и др. мероприятиях о профессиях, на которых ты побывал |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### 4 класс. Второе полугодие

|             |                                                                                                                                                                   |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Февраль     | Заполни раздел «Мои интересы», результаты ответов запишите в дневник.                                                                                             |
| Март-апрель | Заполни раздел «Диагностика»                                                                                                                                      |
|             | 1) Пройди диагностику познавательной потребности                                                                                                                  |
|             | 2) Пройди диагностику познавательной активности                                                                                                                   |
|             | 3) Создай свою карту интересов                                                                                                                                    |
| Май         | Заполни раздел «Мое путешествие в мир профессий», в котором опиши (нарисуй) свои впечатления об экскурсиях и др. мероприятиях о профессиях, на которых ты побывал |

#### 5, 6, 7 классы. Второе полугодие

|        |                                                                                                                                                                    |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Март   | Заполни раздел «Мои интересы», результаты ответов запишите в дневник.                                                                                              |
| Апрель | Заполни раздел «Диагностика»<br>Пройди диагностические тесты (по выбору) и запиши результаты в дневник                                                             |
| Май    | Заполни раздел «Мое путешествие в мир профессий», в котором опиши (нарисуй) свои впечатления об экскурсиях и др. мероприятиях о профессиях, на которых ты побывал, |

## 8 класс

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Октябрь     | <ul style="list-style-type: none"><li>• Заполни раздел «Мои интересы и мои планы»</li><li>• Познакомься с типичными ошибками при выборе профессии.</li><li>• Изучи формулу выбора профессии</li></ul>                                                                                       |
| Ноябрь-март | <ul style="list-style-type: none"><li>• Заполни первый блок диагностик «ОЦЕНКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ»</li><li>• Пройди дифференциальные диагностики</li><li>• Изучи классификацию – типологию профессий</li></ul>                                                            |
| Апрель      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Начни заполнять второй блок «ГРУППЫ ПРОФЕССИЙ И ПОДГОТОВКА К ПРОФЕССИИ»</li><li>• Изучи информацию о профессиях, используя электронные ссылки в дневнике</li><li>• Изучи информацию, содержащуюся на сайте «Моя профессиональная карьера»</li></ul> |
| Май         | <ul style="list-style-type: none"><li>• Изучи вакансии на рынке труда, результаты запишите в таблицу. Выбери наиболее востребованные профессии</li><li>• Изучи электронные ссылки в разделе «Исследование профессий», информацию о пяти выбранных профессиях запишите в таблицу</li></ul>   |

## 9 класс

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Октябрь - ноябрь     | <ul style="list-style-type: none"><li>• Продолжи заполнять второй блок «ГРУППЫ ПРОФЕССИЙ И ПОДГОТОВКА К ПРОФЕССИИ»</li><li>• Проведи детальное исследование профессий по электронным ссылкам, расположенным в дневнике.</li></ul>                                                          |
| Декабрь              | <ul style="list-style-type: none"><li>• Используя материал, расположенный в дневнике, исследуйте возможности получения профессионального образования.</li><li>• Выбери несколько учебных заведений, где можно получить выбранную профессию/специальность и запишите их в таблицу</li></ul> |
| В течение всего года | <ul style="list-style-type: none"><li>• По мере прохождения профессиональных проб, заполняй третий блок «ПРОХОЖДЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ</li></ul>                                                                                                                                            |

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                         | ПРОБ»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| В течение<br>всего года | Заполняйте дневник тьюторской консультации                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Март-май                | <p><i>Заполни четвертый блок «ПОСТРОЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ТРАЕКТОРИИ»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Используя информацию, содержащуюся в дневнике, выбери не более трех образовательных учреждений среднего профессионального образования (колледжей, техникумов), осуществляющих подготовку по интересующей профессии.</li> <li>• Информацию о данных образовательных учреждениях разместить в дневнике</li> </ul> |

## 10 класс

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Октябрь     | <i>Заполни раздел «Мои интересы и мои планы»</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Ноябрь-март | <p><i>Заполни первый блок «Знакомство со специфическими особенностями конкретных выбираемых профессий»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Изучи различные профессиограммы.</li> <li>• Используя Профессиограммы, размещенные на Web-ресурсе «Моя профессиональная карьера» изучи содержание деятельности выбранной профессии, требования к индивидуальным особенностям, профессиональной подготовке, медицинские противопоказания</li> </ul> |
| Апрель      | <p><i>Заполни второй блок «Развитие навыков самопрезентации»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Продумай информацию о себе, которую необходимо включить в резюме и запишите в таблицу.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                            |
| Май         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Изучи сайты, на которых размещена информация о том, как успешно пройти собеседование. Изучи советы, как правильно заполнить анкету о приеме на работу.</li> <li>• Пройди тренинг - собеседование</li> </ul>                                                                                                                                                                                                       |

## 11 класс

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| В течение всего года | По мере прохождения профессиональных проб, <i>заполняйте третий блок «ПРОХОЖДЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРОБ»</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| В течение всего года | Заполняйте дневник тьюторской консультации                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Март-май             | <p><i>Заполни четвертый блок «ПОСТРОЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ТРАЕКТОРИИ»</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Используя информацию, имеющуюся в дневнике, постройте заново свою профессиональную траекторию.</li><li>• Выбери пять образовательных учреждений среднего или высшего профессионального образования, осуществляющих подготовку по выбранной тобой профессии.</li><li>• Информацию о данных образовательных учреждениях размести в дневнике</li></ul> |