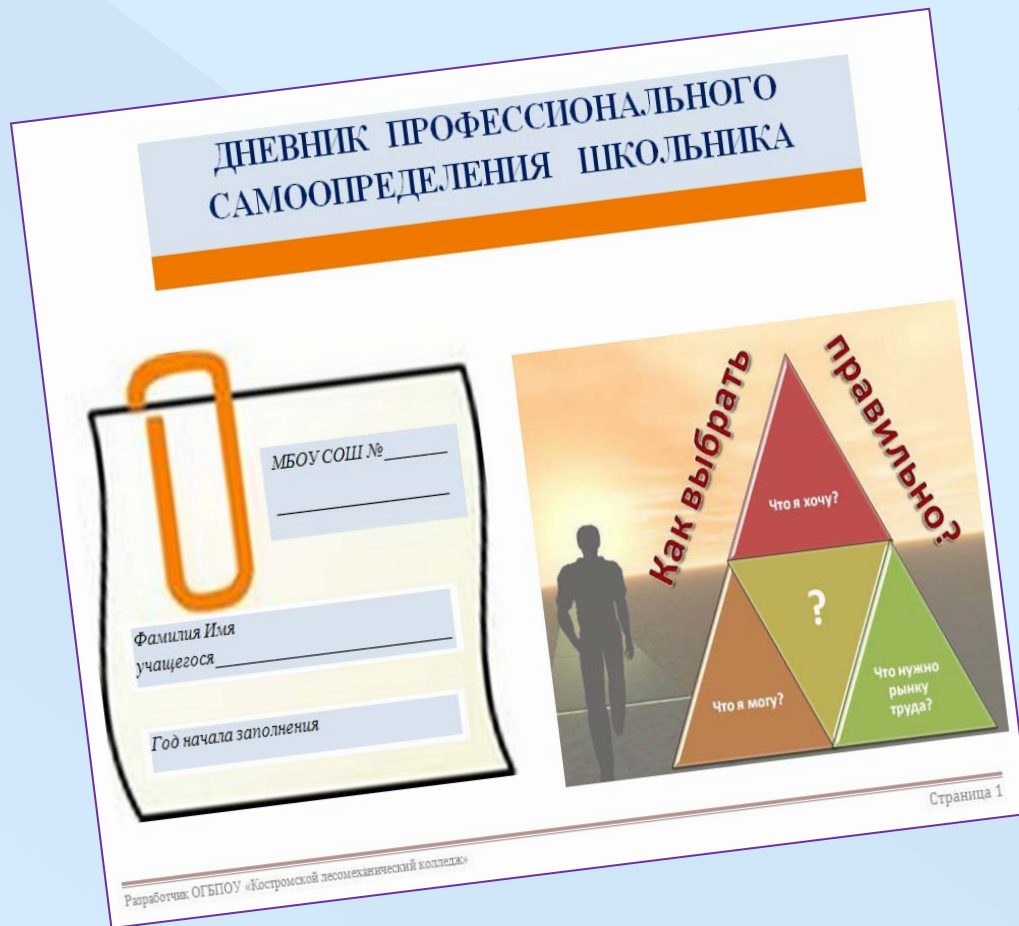


# Дневник профессионального самоопределения школьника как инструментарий педагогического сопровождения выбора профессии



# **ФГОС ООО и ФГОС СОО ориентированы на становление личностных характеристик выпускника («портрет выпускника школы»):**



*Ориентироваться  
в мире профессий*



*Понимать значение  
профессиональной  
деятельности для  
человека  
(ФГОС ООО 5-9кл)*



*Быть  
подготовленным к  
осознанному выбору  
профессии  
(ФГОС СОО 10-11кл)*

# Цели разработки Дневника профессионального самоопределения



# Содержание дневника



# Содержание дневника

## НАЧАЛЬНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ (1-4 кл.)

этап формирования элементарных представлений о многообразии профессий и о роли современного производства в жизни человека и общества

## ОСНОВНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ (5-7 кл.)

этап развития личностного смысла в приобретении познавательного опыта и интереса к определенной профессиональной деятельности



# Содержание дневника

## ОСНОВНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ (8-9 кл.)

Этап первичного профессионального выбора и проектирования личной профессиональной перспективы

### Первый блок

Оценка профессиональной предрасположенности

### Второй блок

Группы профессий и подготовка к профессии

### Третий блок

Прохождение профессиональных проб

### Четвертый блок

Построение индивидуальной профессиональной траектории  
+Дневник тьюторской консультации

Разработчик ОГБПОУ "Костромской лесомеханический колледж"

## СРЕДНЕЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ (10-11 кл.)

Этап проектирования послешкольного образовательно-профессионального маршрута

### Первый блок

Знакомство со специфическими особенностями конкретных выбираемых профессий

### Второй блок

Развитие навыков самопрезентации

### Третий блок

Прохождение профессиональных проб

### Четвертый блок

Построение (внесение изменений) в индивидуальную профессиональную траекторию

**Активно-поисковый период**

**Система поискового продвижения с помощью активных ссылок**

# Условные обозначения Дневника



**Выполни  
самостоятельно  
письменно**



**Познакомься с  
информационным  
ресурсом в  
Интернете**



**Полезная  
информация,  
прими к сведенью**



**Заполни по  
результатам  
прохождения  
профессиональной  
пробы**



**Работа с  
тьютором,  
консультантом по  
профориентации**

# Возможности дневника

## ПЕРВЫЙ БЛОК Диагностика профессиональной предрасположенности



### Онлайн тестирование

по дифференциально-диагностическому опроснику по классификации Е.А. Климова с получением немедленного результата, определяющего

степень выраженности склонности к определенному типу взаимодействий:

**человек – человек,  
человек – природа,  
человек – художественный образ,  
человек – техника,  
человек – знак**

**Абитуриент** Самоанализ

Дневный тест называется "Дифференциально-диагностический опросник" и предназначен для того, чтобы Вы смогли определить тип профессии, который наиболее подходит Вам в зависимости от Ваших интересов, склонностей, темперамента.

**Назначение:** выберите из перечня предложенных действий одно, которое бы Вы выполняли с большим удовольствием, pleasure и максимальной радостью с удовольствием. Если Вам не нравятся ни один из предложенных вариантов, постарайтесь определить, какой для Вас все же предпочтительнее, иначе достоверность результатов резко снизится.

Желаем удачи!

|                                                                                                       |                       |                                                                                                                      |                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Узнавать за животных                                                                                  | <input type="radio"/> | Обслуживать машины, приборы (регулировать, следить за ними)                                                          | <input type="radio"/> |
| Помогать больным людям, лечить их                                                                     | <input type="radio"/> | Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин                                                        | <input type="radio"/> |
| Следить за качеством изготовления изделий, товаров, журналов, грамот, пасп. и т.д.                    | <input type="radio"/> | Следить за состоянием различных растений                                                                             | <input type="radio"/> |
| Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмасса и т.д.)                                     | <input type="radio"/> | Доводить товары до потребителей (рекламировать, продавать)                                                           | <input type="radio"/> |
| Обсуждать научно-популярные книги, статьи                                                             | <input type="radio"/> | Обсуждать художественные книги (книжки, комиксы)                                                                     | <input type="radio"/> |
| Выращивать животных (различной породы)                                                                | <input type="radio"/> | Тренировать товарищей (испытателей) в выполнении каких-либо действий (тренировки, учебные, спортивные)               | <input type="radio"/> |
| Копировать рисунки, изображения (или рисовать) муляжные инструменты)                                  | <input type="radio"/> | Управлять машиной-либо грузовой (подъемной или транспортными) средствами (подъемным краном, трактором, экскаватором) | <input type="radio"/> |
| Собирать, различать плоды, изучать их сведения (в справочном бюро, на экскурсиях)                     | <input type="radio"/> | Оформлять выставки, инвентарь (или участвовать в подготовке пьес, концертов)                                         | <input type="radio"/> |
| Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), машины                                                 | <input type="radio"/> | Исправлять, исправлять ошибки в текстах, рисунках                                                                    | <input type="radio"/> |
| Лечить животных                                                                                       | <input type="radio"/> | Выполнять вычисления, расчеты                                                                                        | <input type="radio"/> |
| Выводить новые сорта растений                                                                         | <input type="radio"/> | Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания)               | <input type="radio"/> |
| Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, доказывать, поощрять                       | <input type="radio"/> | Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)                                  | <input type="radio"/> |
| Наблюдать, изучать работу музеев, художественной самодеятельности                                     | <input type="radio"/> | Наблюдать, изучать жизнь животных                                                                                    | <input type="radio"/> |
| Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты                                                 | <input type="radio"/> | Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ударах, ожогах                                                      | <input type="radio"/> |
| Составлять точные описания -- отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеренных объектах            | <input type="radio"/> | Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые или представленные)                                         | <input type="radio"/> |
| Выполнять лабораторные анализы в больнице                                                             | <input type="radio"/> | Принимать, оказывать помощь, беседовать с ними, лечить                                                               | <input type="radio"/> |
| Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий                                          | <input type="radio"/> | Осуществлять монтаж зданий или сборку машин, приборов                                                                | <input type="radio"/> |
| Организовывать музеев, театров, цирков, экскурсий (в театры, музеи), экскурсий, туристические поездки | <input type="radio"/> | Играть на сцене, принимать участие в концертах                                                                       | <input type="radio"/> |
| Изготавливать по чертежам детали изделий (машины, одежду), строить здания                             | <input type="radio"/> | Заниматься черчением, копировать чертежи, карты                                                                      | <input type="radio"/> |
| Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада                                           | <input type="radio"/> | Работать на станках, машинах (швейной, ткацкой, телеграфной, наборной машине)                                        | <input type="radio"/> |

[Получить результат](#) [Очистить форму](#)

**Самоанализ**

Результат тестирования

Ваши интересы широки и неярко выражены. Ваши профессиональные склонности осознаются Вами недостаточно. Необходимо уточнить ваши ответы.

**Человек-природа**  
Степень выраженности склонности: 2

**Человек-техника**  
Степень выраженности склонности: 2

**Человек-человек**  
Степень выраженности склонности: 3

**Человек-знаковая система**  
Степень выраженности склонности: 5

Вас, видимо, могут заинтересовать профессии, труд в которых направлен на обработку информации, представленной в виде условных знаков на оформление документов и схематическое изображение объектов.

Человеку, выбирающему профессии типа "Человек-знаковая система", необходимы: устойчивое внимание, хорошая память, аккуратность, дисциплинированность, усидчивость, способность к логическому мышлению.

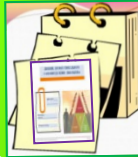
Примеры профессий этого типа: программист, наборщик в типографии, кассир, экономист, бухгалтер, телеграфист, библиограф, секретарь-машинистка, фармацевт, геодезист, учёный-математик и др.

**Человек-художественный образ**  
Степень выраженности склонности: 3

[назад](#)

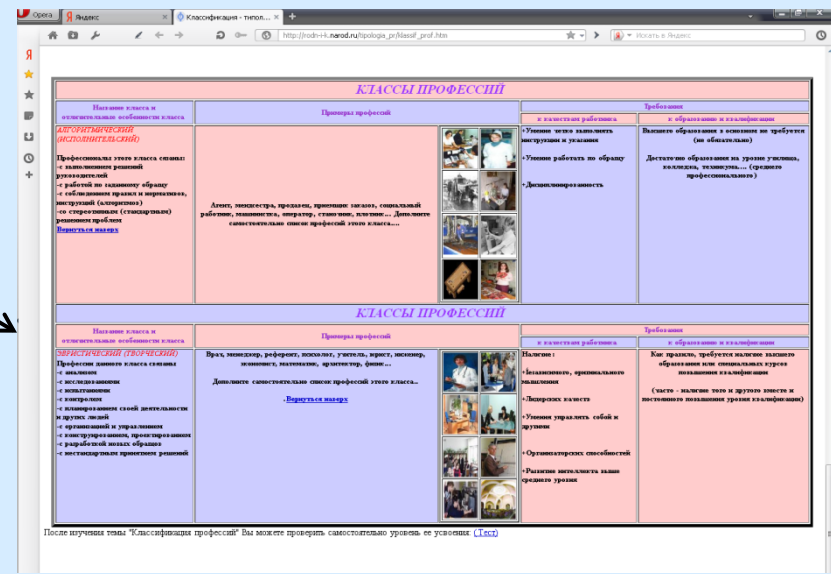
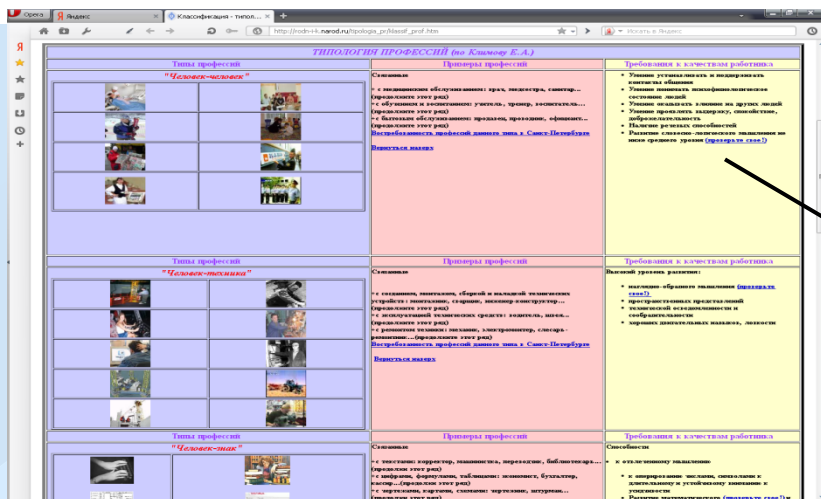
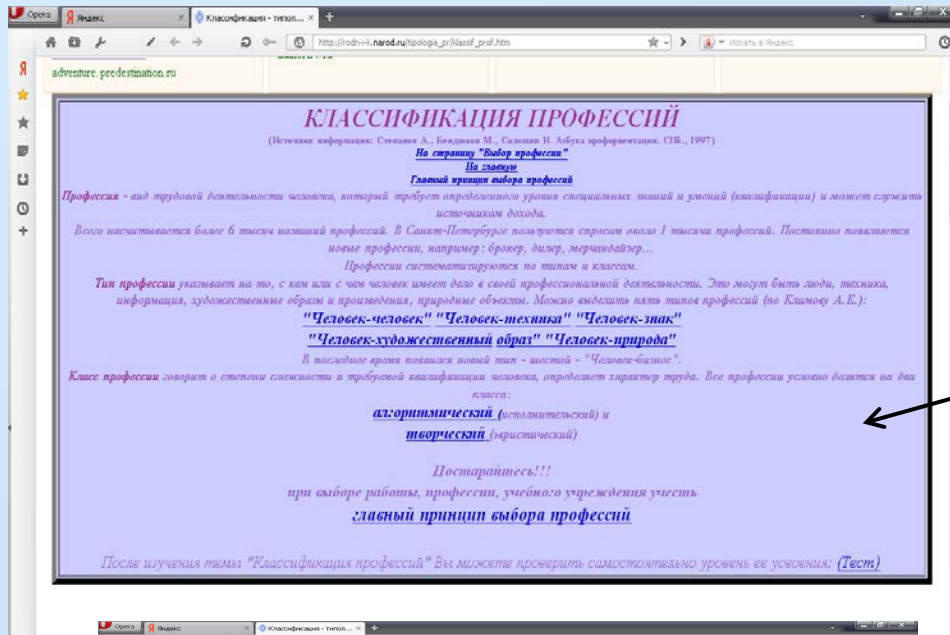
# Возможности дневника

## ПЕРВЫЙ БЛОК Диагностика профессиональной предрасположенности



**Работа на сайтах,**  
где содержатся подробные  
списки профессий, относящихся к  
полученному типу взаимодействия

**Классификация – типология профессий:**  
[http://rodn-i-k.narod.ru/tipologia\\_pr/klassif\\_prof.htm](http://rodn-i-k.narod.ru/tipologia_pr/klassif_prof.htm)



Разработчик ОГБПОУ "Костромской лесомеханический колледж"

# Возможности дневника

## ПЕРВЫЙ БЛОК Диагностика профессиональной предрасположенности



### Работа с Онлайн - программой по теории Холланда,

в результате которой школьник получает конкретный список профессий и профиль своей личности.

Программа вычисляет также количественное (в процентах) соответствие психологического типа школьника каждой из 6-ти групп профессий.

Теория Холланда  
(выбор профессии)

Каждый год миллионы людей приходят к пониманию важности точного определения круга своих профессиональных интересов. Уже более 10 млн. человек воспользовались данной методикой для изучения данных о себе. Она была изучена исследователями во многих странах и показала прекрасные результаты. Она дает не только скрупулезное описание типов индивидуумов и профессий, но и дает возможность определить соответствующую рабочую среду.

Тест изучает Ваши склонности, стремления и умения и, в отличие от других тестов, которые вы можете найти, выдает не абстрактные рекомендации, а конкретный список профессий из более чем 1600, имеющихся в базе данных.

Как и многие основательные теории, теория Холланда сравнительно проста. В ее основе лежат 5 основных принципов.

1. Люди могут быть классифицированы по 6-ти основным типам: РЕАЛИСТИЧЕСКИЙ, ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ, АРТИСТИЧЕСКИЙ, СОЦИАЛЬНЫЙ, ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКИЙ и ТРАДИЦИОННЫЙ. Каждый тип характеризуется определенными интересами, оценками и отношениями.
2. Тип, которому, в основном, соответствует индивидуум формируется под воздействием многих факторов: влияние семьи и других значимых людей, возможности получения образования и квалификации, опыт предыдущей работы, социокультурное влияние и множество других детерминант, которые формируют интересы, оценки и отношения.
3. Профессии могут быть расклассифицированы по наличию в них элементов 6-ти базисных типов.
4. Рабочая среда, которая определяется совокупностью взаимодействующих относительно различных профессий, также может классифицироваться как имеющая признаки этих 6-ти базисных типов.
5. ЛЮДИ, занятые в профессии, соответствующей их типу, и попавшие в профессиональную (рабочую) среду, также соответствующую их виду, более удовлетворены своей карьерой, ее процессом, работают с максимальной эффективностью и их ценят в своих организациях.

ТИПЫ ХОЛЛАНДА

### Теория Холланда

<http://www.exist.h1.ru/test/holland.htm>

Ниже приведен пример с результатами тестирования

ПОЛУЧЕН СПИСОК ПРОФЕССИЙ  
( для вычисленного кода Холланда = " АСП ")

- 1 - композитор
- 2 - издатель научно-технических публикаций
- 3 - юморист
- 4 - лирик
- 5 - драматург
- 6 - издатель рассказов
- 7 - биограф
- 8 - педагог сценического искусства
- 9 - дизайнер-оформитель выставок
- 10 - учитель танцев
- 11 - художник, выполняющий эскизы
- 12 - репортер

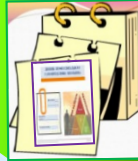
52 - фотограф-кинооператор  
53 - фотограф (рекламные съемки)  
54 - координатор программы (развлечение и отдых)  
55 - певец (развлечение и отдых)  
56 - консультант по церемонии бракосочетания (работник ЗАГСа)

| Тип профессии.      | Ваша склонность к профессиям этого типа. |
|---------------------|------------------------------------------|
| Реалистический      | 10 %                                     |
| Исследовательский   | 4 %                                      |
| Артистический       | 39 %                                     |
| Социальный          | 24 %                                     |
| Предпринимательский | 12 %                                     |
| Традиционный        | 1 %                                      |

[Вернуться к вопросам теста.](#) [К описанию теста.](#) [На главную страницу сайта.](#)

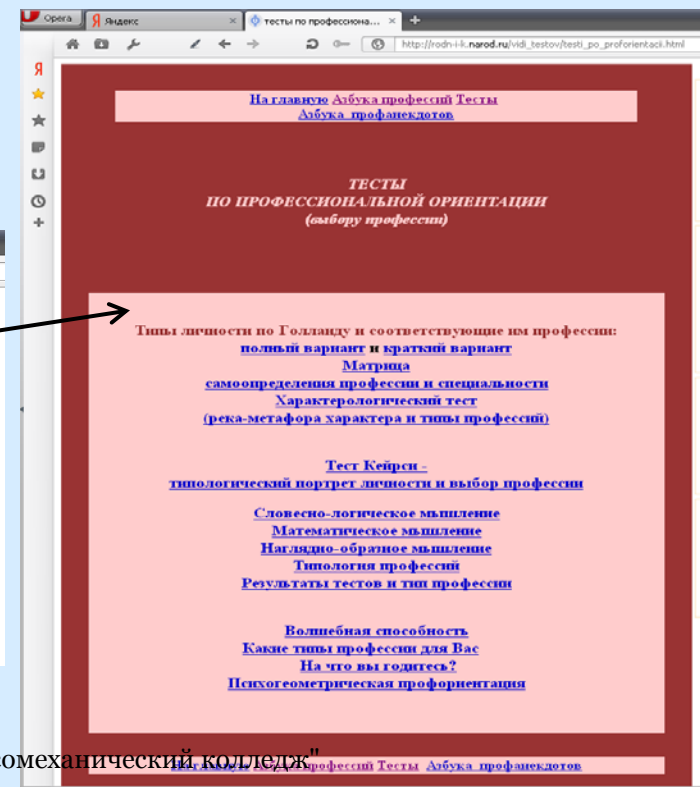
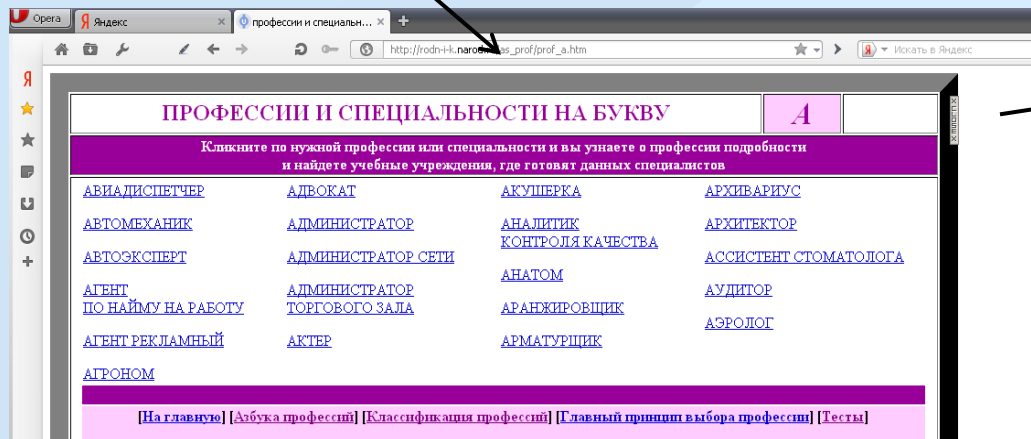
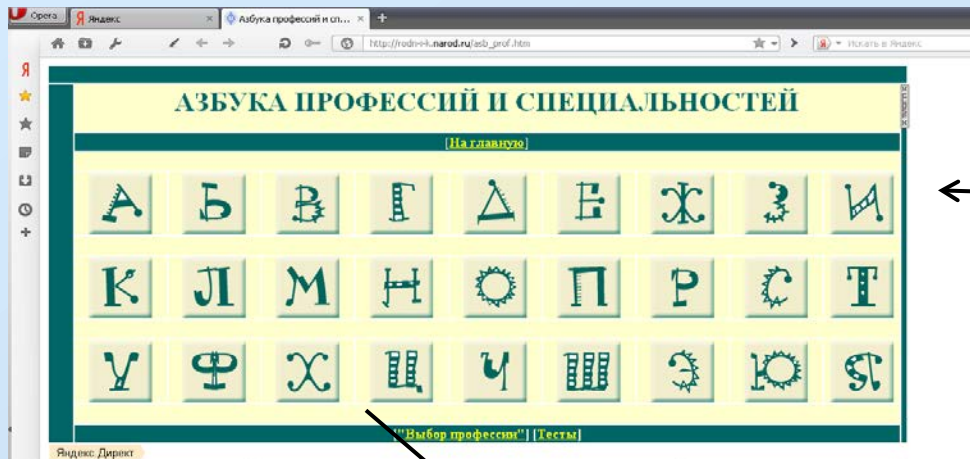
[Тест Холланда - протестироваться](#)

# Возможности дневника



**Поиск  
соответствующих  
профессий** по профилю личности  
на портале «Азбука профессий»

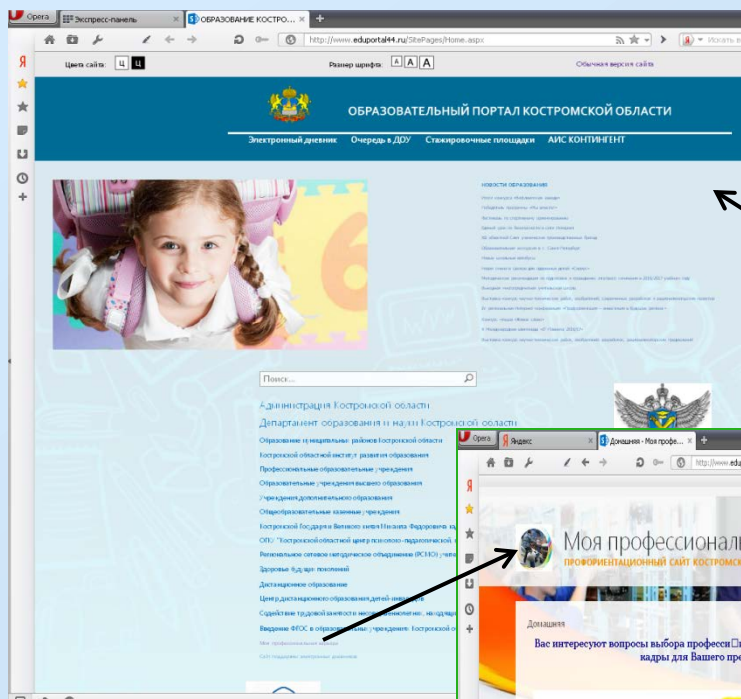
**Азбука профессий и специальностей**  
[http://rodni-k.narod.ru/asb\\_prof.htm](http://rodni-k.narod.ru/asb_prof.htm)



## ВТОРОЙ БЛОК Группы профессий и подготовка к профессии

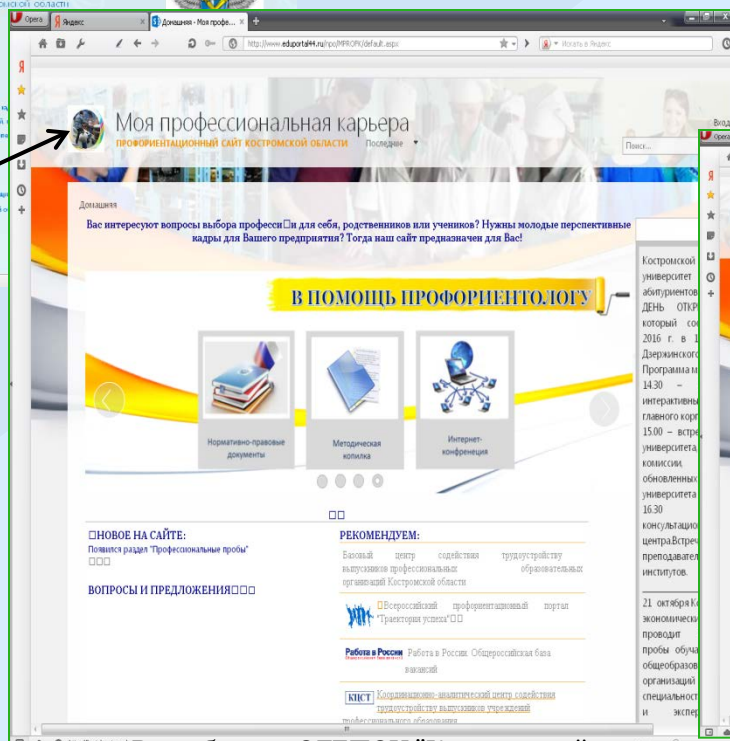
# Возможности дневника

Доступ к электронным  
ресурсам Костромской  
области для детального  
изучения выбранной  
профессии



Профориентационный сайт Костромской области  
«Моя профессиональная карьера»:

<http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx>

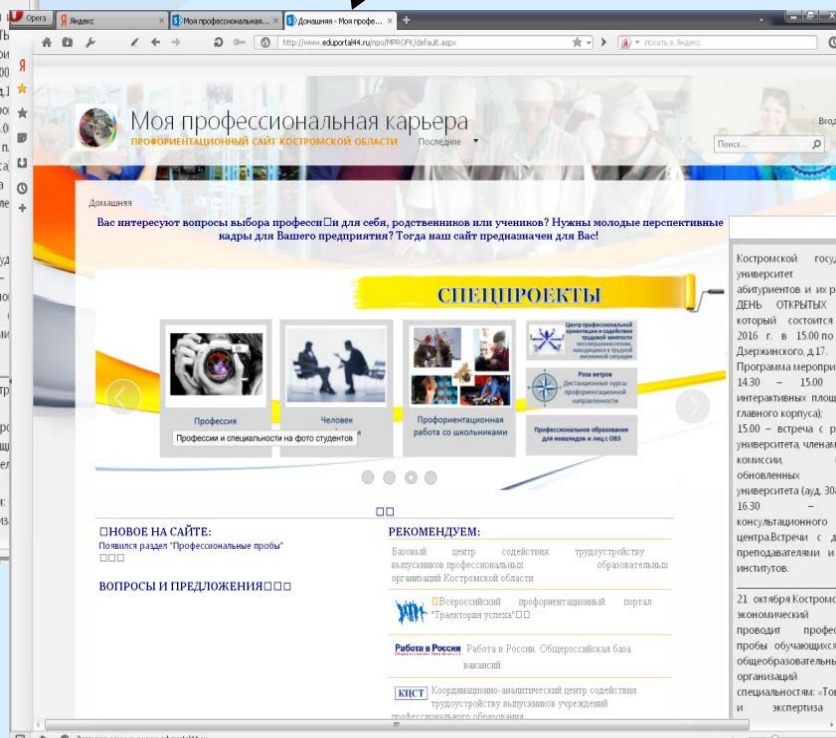
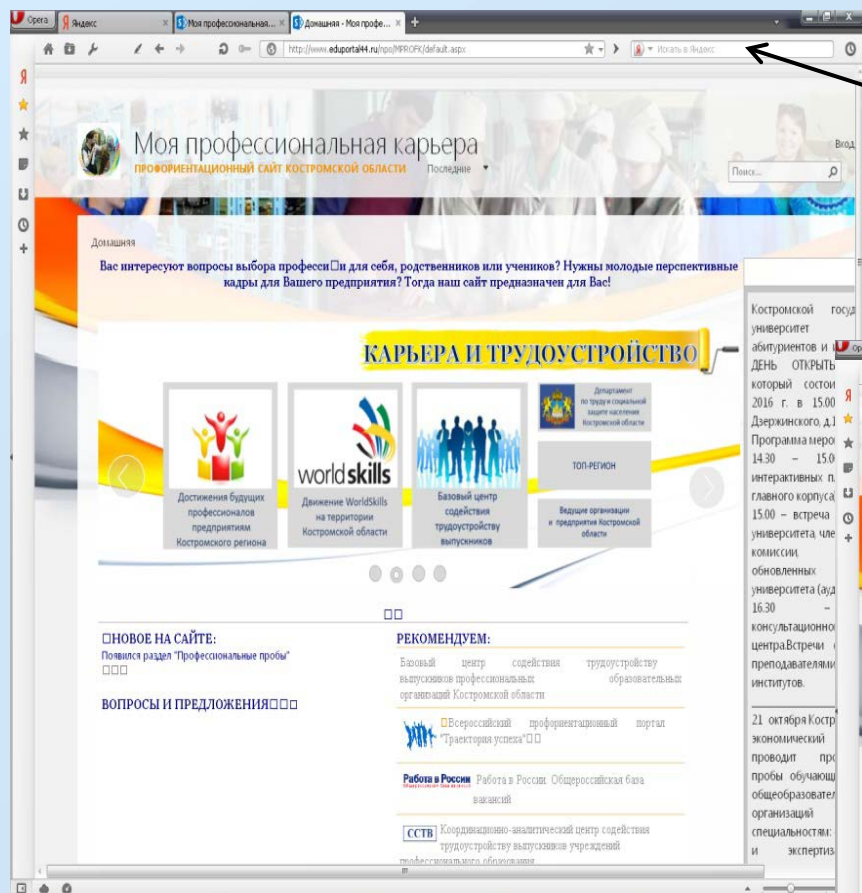


Разработчик ОГБПОУ "Костромской лесомеханический колледж"

# Возможности дневника

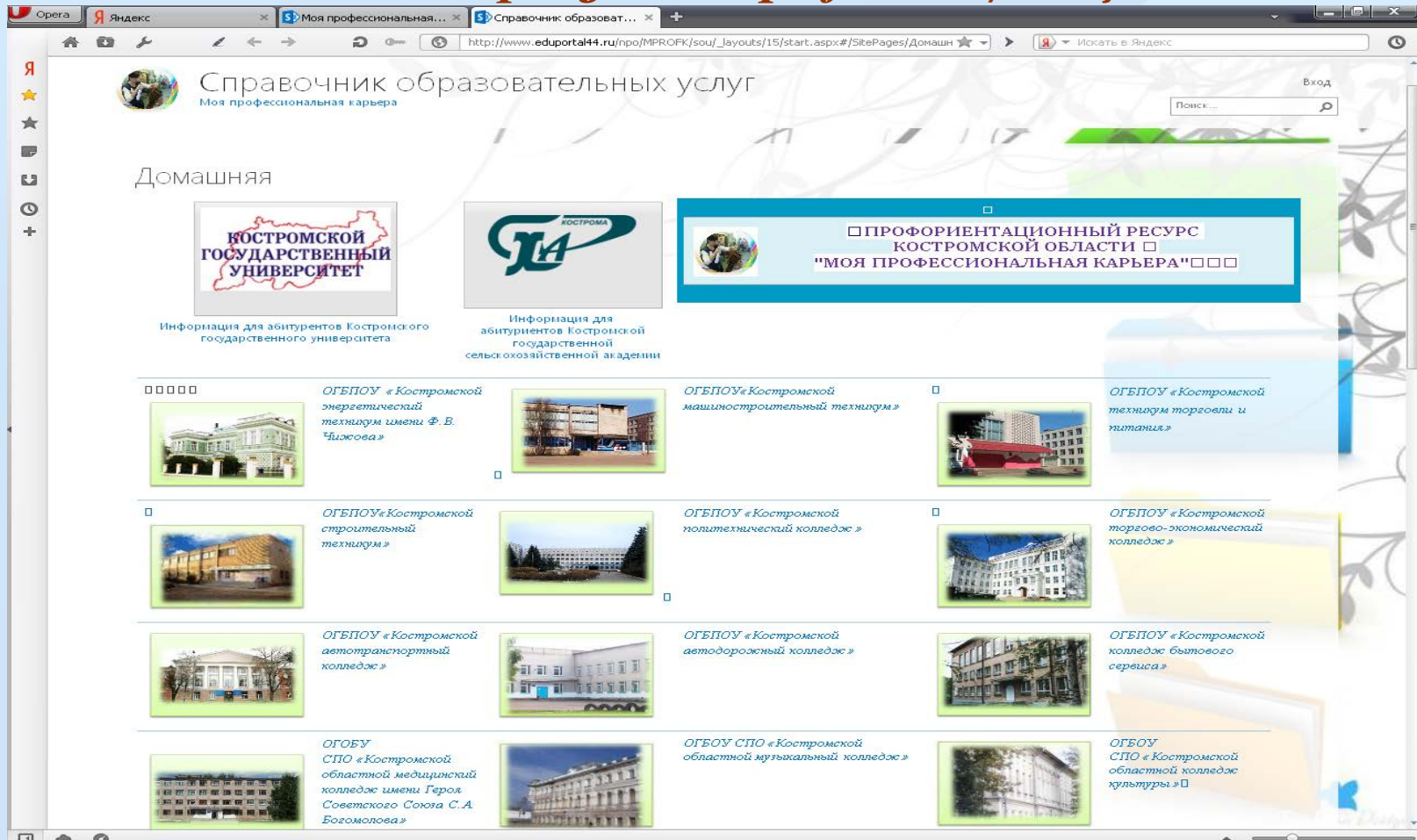
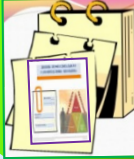


**Доступ к электронным ресурсам для  
детального изучения  
выбранной профессии  
(нескольких профессий)**



# Возможности дневника

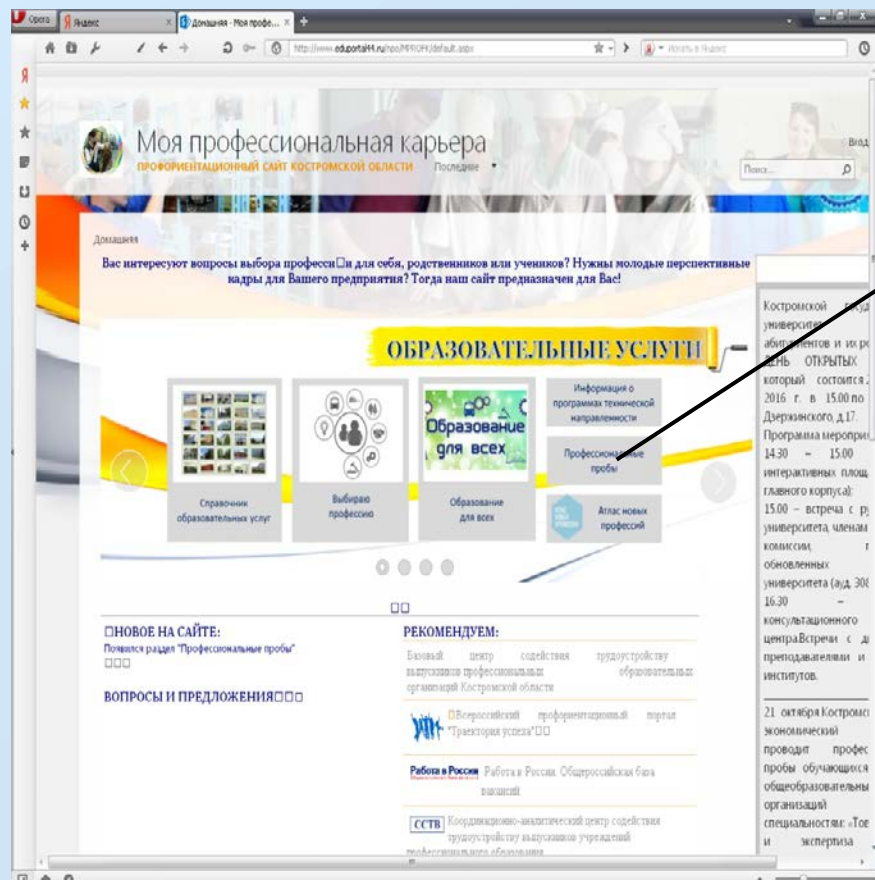
**Самостоятельная работа учащихся с сетевыми ресурсами образовательных учреждений, реализующих программы подготовки по требуемой профессии /специальности**



# ТРЕТИЙ БЛОК Прохождение профессиональных проб

## Самостоятельный выбор профессиональных проб

# Возможности дневника



**ПАСПОРТ**  
Профессиональной пробы  
по специальности Лесное и лесопарковое хозяйство  
**ВИРТУАЛЬНОЕ ПАТРУЛИРОВАНИЕ  
ЛЕСНОГО УЧАСТКА**

Место проведения профессиональной пробы: г. Кострома ул. Советская д. 52

Пробу проводит: И.И. Демидов, руководитель научной группы по исследованию лесных ресурсов Костромской области

Цель профессиональной пробы: Тебе предстоит принять участие, на 2 часа познакомиться с лесом, с его структурой, с его значением для человека.

Продолжительность профессиональной пробы: 2 часа

Содержание профессиональной пробы: Сопровождение лесного участка, проведение работ по его обследованию, составлению плана участка, на 2 часа познакомиться с лесом, с его структурой, с его значением для человека.

Продолжительность профессиональной пробы: 2 часа

Содержание профессиональной пробы: Сопровождение лесного участка, проведение работ по его обследованию, составлению плана участка, на 2 часа познакомиться с лесом, с его структурой, с его значением для человека.

Контакты: Тел./факс: (4942) 31-40-10, (4942) 37-45-11  
E-mail: sekretar@klnk.ru

**ПАСПОРТ**  
Профессиональной пробы  
по специальности Садово-парковое и ландшафтное строительство  
**ЛАНДШАФТНАЯ АРХИТЕКТУРА**

Место проведения профессиональной пробы: г. Кострома ул. Советская д. 52

Пробу проводит: И.И. Демидов, руководитель научной группы по исследованию лесных ресурсов Костромской области

Цель профессиональной пробы: Тебе предстоит принять участие, на 2 часа познакомиться с ландшафтной архитектурой, с ее значением для человека.

Продолжительность профессиональной пробы: 2 часа

Содержание профессиональной пробы: Сопровождение ландшафтного участка, проведение работ по его обследованию, составлению плана участка, на 2 часа познакомиться с ландшафтной архитектурой, с ее значением для человека.

Продолжительность профессиональной пробы: 2 часа

Содержание профессиональной пробы: Сопровождение ландшафтного участка, проведение работ по его обследованию, составлению плана участка, на 2 часа познакомиться с ландшафтной архитектурой, с ее значением для человека.

Контакты: Тел./факс: (4942) 31-40-10, (4942) 37-45-11  
E-mail: sekretar@klnk.ru

**ПАСПОРТ**  
Профессиональной пробы  
по специальности Экономика и бухгалтерский учет  
**ДЕНЬГИ. ЛЮБИТ СЧЕТ**

Место проведения профессиональной пробы: г. Кострома ул. Советская д. 52

Пробу проводит: И.И. Демидов, руководитель научной группы по исследованию лесных ресурсов Костромской области

Цель профессиональной пробы: Тебе предстоит принять участие, на 2 часа познакомиться с экономикой и бухгалтерским учетом, с их значением для человека.

Продолжительность профессиональной пробы: 2 часа

Содержание профессиональной пробы: Сопровождение экономического участка, проведение работ по его обследованию, составлению плана участка, на 2 часа познакомиться с экономикой и бухгалтерским учетом, с их значением для человека.

Продолжительность профессиональной пробы: 2 часа

Содержание профессиональной пробы: Сопровождение экономического участка, проведение работ по его обследованию, составлению плана участка, на 2 часа познакомиться с экономикой и бухгалтерским учетом, с их значением для человека.

Контакты: Тел./факс: (4942) 31-40-10, (4942) 37-45-11  
E-mail: sekretar@klnk.ru

**ПАСПОРТ**  
Профессиональной пробы  
по специальности Технология деревообработки  
**ЧУДО ПРЕОБРАЖЕНИЯ ДРЕВЕСИНЫ: ОТ СТАНДАРТА ДО ЭКСКЛЮЗИВА**

Место проведения профессиональной пробы: г. Кострома ул. Советская д. 52

Пробу проводит: И.И. Демидов, руководитель научной группы по исследованию лесных ресурсов Костромской области

Цель профессиональной пробы: Тебе предстоит принять участие, на 2 часа познакомиться с технологией деревообработки, с ее значением для человека.

Продолжительность профессиональной пробы: 2 часа

Содержание профессиональной пробы: Сопровождение технологического участка, проведение работ по его обследованию, составлению плана участка, на 2 часа познакомиться с технологией деревообработки, с ее значением для человека.

Продолжительность профессиональной пробы: 2 часа

Содержание профессиональной пробы: Сопровождение технологического участка, проведение работ по его обследованию, составлению плана участка, на 2 часа познакомиться с технологией деревообработки, с ее значением для человека.

Контакты: Тел./факс: (4942) 31-40-10, (4942) 37-45-11  
E-mail: sekretar@klnk.ru

**ПАСПОРТ**  
Профессиональной пробы  
по специальности Монтаж, наладка и эксплуатация электрооборудования промышленных и гражданских зданий  
**ОТ ПРОВОДОВ ДО МАГИИ СВЕТА**

Место проведения профессиональной пробы: г. Кострома ул. Никольская д. 26а

Пробу проводит: И.И. Демидов, руководитель научной группы по исследованию лесных ресурсов Костромской области

Цель профессиональной пробы: Тебе предстоит принять участие, на 2 часа познакомиться с монтажом, наладкой и эксплуатацией электрооборудования, с их значением для человека.

Продолжительность профессиональной пробы: 2 часа

Содержание профессиональной пробы: Сопровождение монтажного участка, проведение работ по его обследованию, составлению плана участка, на 2 часа познакомиться с монтажом, наладкой и эксплуатацией электрооборудования, с их значением для человека.

Продолжительность профессиональной пробы: 2 часа

Содержание профессиональной пробы: Сопровождение монтажного участка, проведение работ по его обследованию, составлению плана участка, на 2 часа познакомиться с монтажом, наладкой и эксплуатацией электрооборудования, с их значением для человека.

Контакты: Тел./факс: (4942) 31-40-10, (4942) 37-45-11  
E-mail: sekretar@klnk.ru

# Возможности дневника

## Самостоятельная работа по оценке качества профессиональной пробы, защите проекта по результатам профпробы



 ЛИСТОК УЧАСТНИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОБЫ

Ф.И.О. участника \_\_\_\_\_

Школа \_\_\_\_\_

класс \_\_\_\_\_

Профессиональные предпочтения  
(профессия, направление деятельности, профессиональная область, на определился) \_\_\_\_\_

Наименование профессиональной пробы \_\_\_\_\_

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

### Защита профессиональной пробы



Оформи свой проект в виде слайдов в программе PowerPoint, слайды должны быть украшены диаграммами, ссылками, рисунками, фотографиями с места прохождения проб, личными выводами-высказываниями.

Обязательные слайды:

Слайд №1 «Творческое название проекта», автор

Слайд №2- 4 «Краткая характеристика профессии»

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

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

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

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

Слайд №7 «Что тебе лично понравилось во время профессиональной пробы, в целом в профессии, а что нет»

Слайд №8 «Вывод: почему я не изменю или изменю своему выбору»

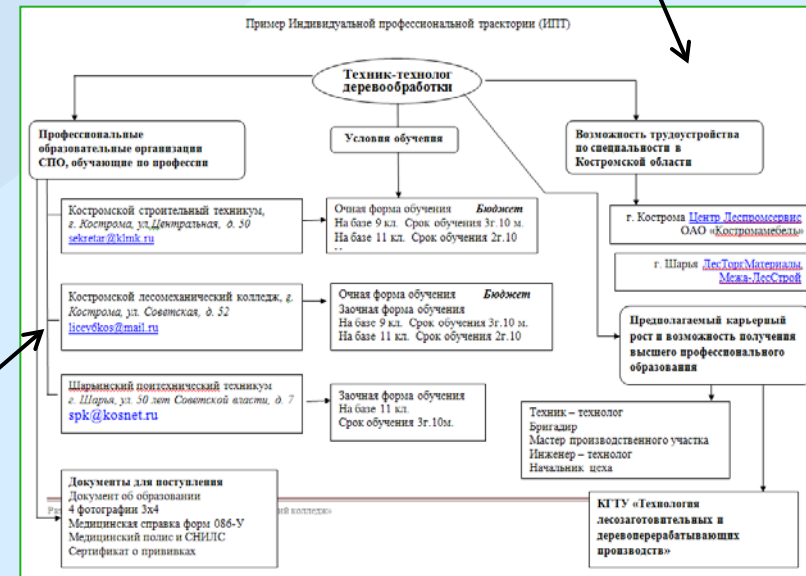
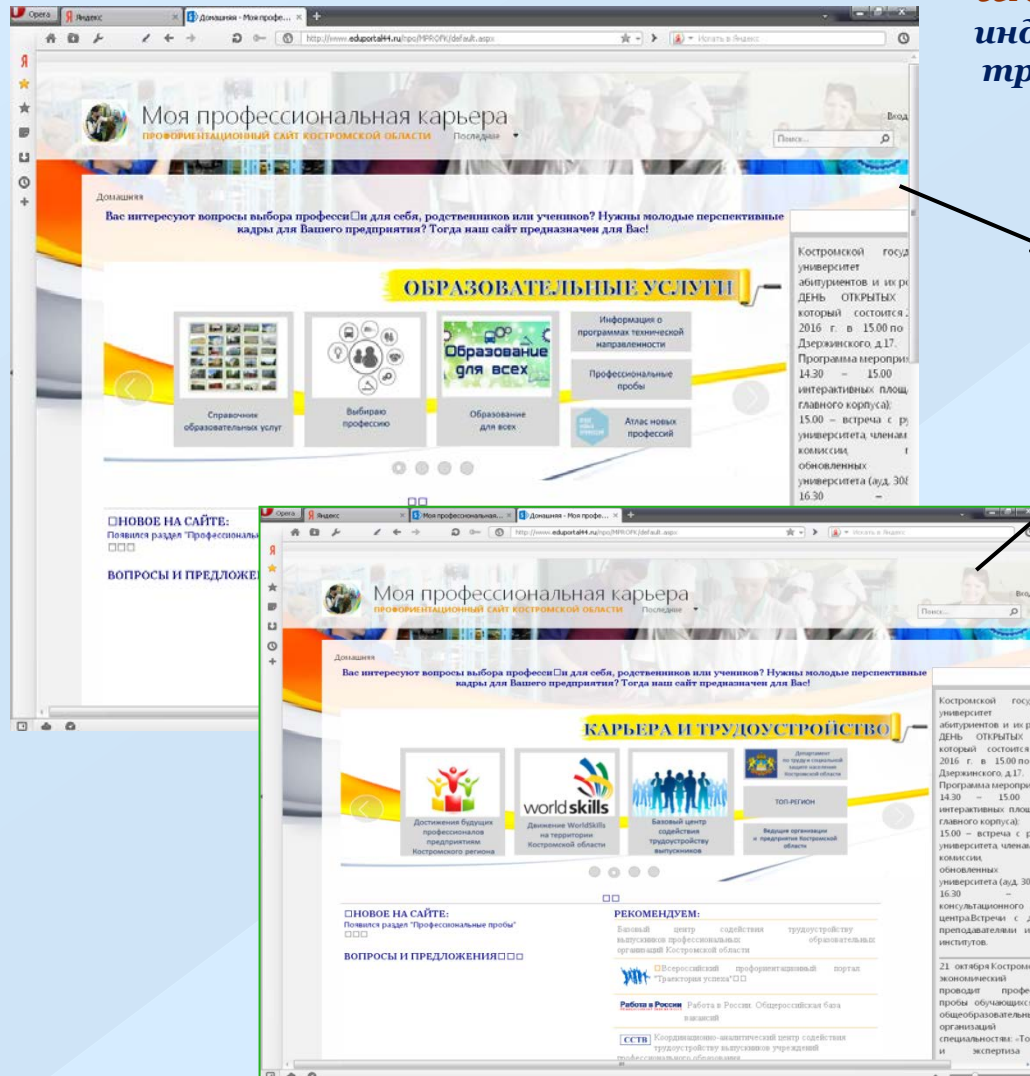
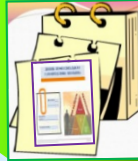
 Точки моего удивления во время прохождения профессиональной пробы

|                                         |                                                                                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Мои эмоции                              |  |  |  |  |
| Мои комментарии<br>(когда, что, почему) |                                                                                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |

# ЧЕТВЕРТЫЙ БЛОК Построение индивидуальной профессиональной траектории

## Возможности дневника

**Самостоятельный поиск информации** для построения индивидуальной профессиональной траектории по заданному алгоритму

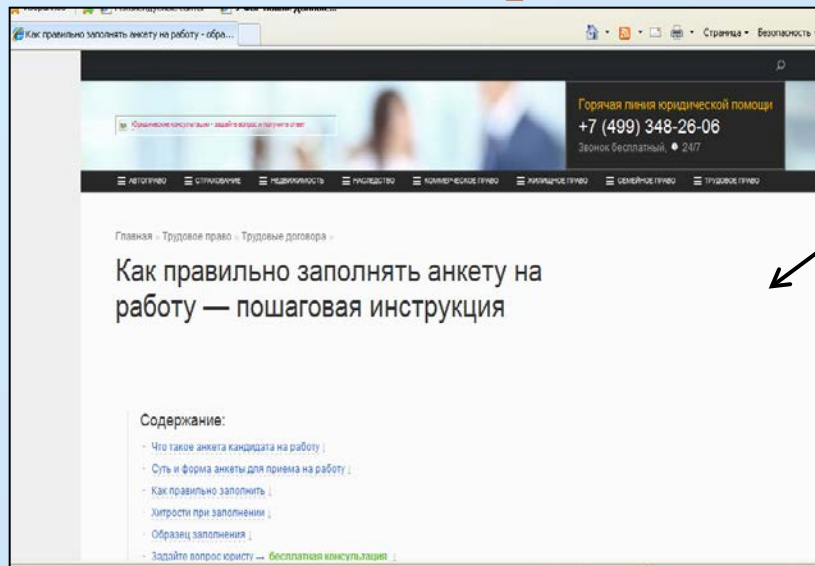


**Пример индивидуальной профессиональной траектории**

Разработчик ОГБПОУ "Костромской лесомеханический колледж"

# Возможности дневника

**Доступ к онлайн консультированию  
по развитию навыков самопрезентации**



**Советы по карьере — как правильно заполнить анкету о приеме на работу:**

<http://prostopozvonite.com/trud/dogovor/anketu.html>

**Вопросы, которые можно услышать на собеседовании.**

**Советы психолога по прохождению собеседования:**

<http://jungterra.ru/kak-otvechat-na-neudobnye-voprosy-na-sobesedovanii-sovet-psixologa/>



**Советы по карьере — что делать, если собеседование прошло не совсем удачно:**

[http://old.executive.ru/career/newfolder7328/article\\_924/](http://old.executive.ru/career/newfolder7328/article_924/)

