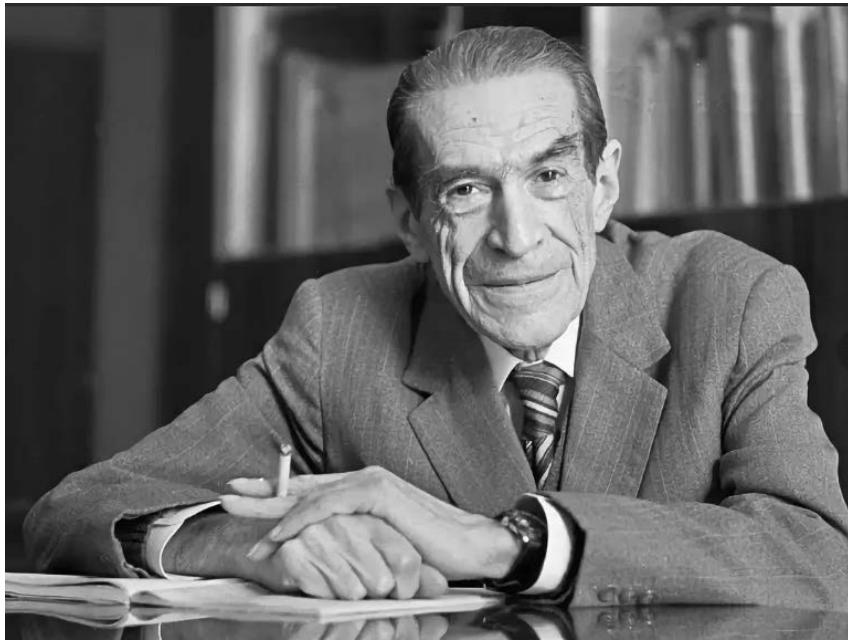


Проектирование своей
индивидуальной траектории
профессионального выбора
(Мой выбор!)

Проектирование жизненных и профессиональных планов



Социологический подход (А.Н. Леонтьев)



- основан на реализации потребностей личности в процессе деятельности. Особое внимание здесь уделяется целевым установкам личности, наличию жизненных смыслов и познавательной мотивации.

Жизненное самоопределение



- это результат социализации человека, его вхождения в социальные структуры общества, усвоения им определенных ценностей, норм и установок, образцов поведения, принятых в различных сферах деятельности.

Жизненное самоопределение



Личностное
самоопреде
ление



Социальное
самоопреде
ление



Семейное
самоопреде
ление



Профессион
альное
самоопреде
ление



Выбор профессии

Выбор профессии – сложный и ответственный шаг в жизни каждого человека. Правильно выбрать профессию – значит найти свое место в жизни.

Профессия – это род трудовой деятельности, требующий специальной подготовки, знаний и опыта и являющийся обычно источником существования.



Профессиональное самоопределение

- это многомерный и многоступенчатый процесс, в котором происходит выделение задач общества и формирование индивидуального стиля жизни, частью которой является профессиональная деятельность.



Критерии профессионального самоопределения (С.Н. Чистякова)

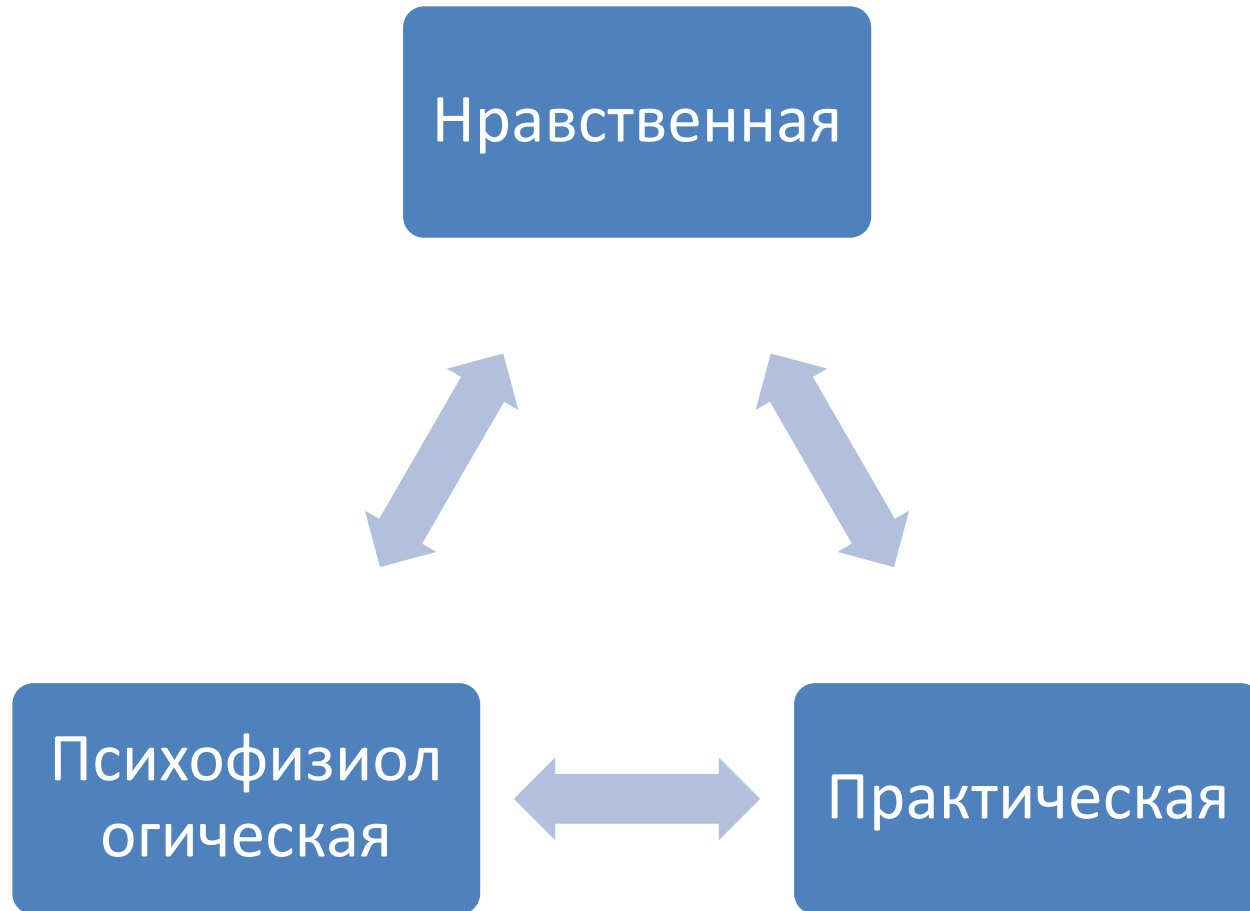
знания об избираемом виде трудовой деятельности

сформированность интересов, склонностей, способностей, психических процессов и соответствие личностных качеств избираемой профессии

убежденность в правильном выборе профессии; наличие адекватной самооценки



Уровни готовности к профессиональному самоопределению (М.В. Ретивых)



Показатели индивидуального уровня подготовленности к выбранной профессии (Е.А. Гилева)

- информационная подготовленность;
- образовательная подготовленность;
- физиологическая готовность;
- психологическая готовность;
- практическая готовность;
- нравственная готовность.



Профессиональный выбор

Самоопределение личности и проектирование жизненной траектории возможно, если школьники:

- осознают смысл профессиональной деятельности;
- ориентируются в мире профессий и информированы о прогнозах развития рынка труда;
- знают требования к видам трудовой деятельности, различным профессиям и перспективам их развития;
- готовы согласовать трудовую (профессиональную) деятельность с другими важными жизненными контекстами;
- способны проектировать личные жизненные планы и стратегию своего профессионального развития.

Правила выбора профессии



Модель подготовки школьников к жизненному и профессиональному самоопределению



Процесс проектирования профессиональной деятельности

- Сбор и систематизация информации о сферах профессиональной деятельности и прогнозах развития рынка труда.
- Построение личного жизненного плана.
- Проведение индивидуальной диагностики и проектирование стратегии будущего профессионального развития.
- Реализация плана построения профессиональной карьеры.

Этапы реализации методики

Подготовительный

Организационный

Обучающий

Проектно-технологический

Личный жизненный план

Скоро ты окончишь школу и вступишь во взрослую жизнь. Тебе предстоит самостоятельно решать все жизненные проблемы. Сегодня мы предлагаем тебе немного помечтать и пофантазировать.

Представь себе, что ты уже взрослый человек, который окончил школу 20 лет назад (т.е. тебе 35-38 лет).

Твои бывшие одноклассники решили организовать вечер встречи выпускников, но по объективным причинам ты не можешь на нем присутствовать. Ты решаешь написать письмо своим одноклассникам, в котором подробно планируешь описать свою жизнь за эти 20 лет. Будем условно считать, что всем твоим одноклассникам предложено ответить на определенные вопросы в письменной форме, а все письма с ответами будут оформлены в летопись вашего класса. Таким образом, каждый твой одноклассник сможет узнать о твоих жизненных достижениях и планах на будущее.

Предлагаем тебе определенный перечень вопросов, на которые необходимо ответить. Собственно, это будет твой личный жизненный план.

Советуем тебе серьезно отнестись к выполнению данного задания и надеемся, что твой «виртуальный» жизненный план будет реальным и успешно реализуется через несколько лет!

Перечень вопросов, которые необходимо отразить в личном жизненном плане

- 1) Фамилия, имя отчество
 - 2) Место жительства (страна, населенный пункт – с указанием всех изменений за 20 лет)
 - 3) Семейное положение (наличие мужа\жены (указать фамилию, возраст, вид деятельности; наличие детей– количество, пол, имя, возраст, место проживания)
 - 4) Отношения с родителями и родственниками
 - 5) Жилищные условия (наличие дома\квартиры с описанием характеристик, благоустройств и интерьеров)
 - 6) Профессиональное образование (указать, где и когда учились; какую(ие) профессию(и) получили и почему сделали такой выбор)
 - 7) Трудовая (профессиональная) деятельность (вид трудовой деятельности, место работы и должность, карьерный рост и повышение профессиональной квалификации, отношения с коллегами, удовлетворенность профессией, возможные проблемы и т.д.)
 - 8) Образ жизни (индивидуальные интересы, хобби – желательно описать все с изменениями за 20 лет)
 - 9) Режим отдыха (как проводите выходные и праздничные дни; где и как отдыхаете в отпуске; чем занимаетесь после работы и т.д.)
 - 10) Общение с друзьями (коллеги, школьные и студенческие друзья и т.д.)
 - 11) Проблемы, которые вы планируете решить в ближайшее время
 - 12) Планы на будущее (в перспективе на 10 лет) /
- ПОЖЕЛАНИЯ БЫВШИМ ОДНОКЛАССНИКАМ

Структура индивидуального проекта «Мой профессиональный выбор»

Информационная часть

Аналитическая часть

Проектная часть

Аналитическая часть

Определение индивидуального уровня подготовленности к данной профессии осуществляется по показателям:

- информационная подготовленность;
- образовательная подготовленность;
- физиологическая готовность;
- психологическая готовность;
- практическая готовность; выполнение профессиональных проб (возможно наличие начального профессионального опыта);
- нравственная готовность.

Показатели степени подготовленности школьников к профессиональному выбору:

- соответствую полностью
- совсем не соответствую
- соответствую частично

Проектная часть

Разработка плана реализации проекта по коррекции профессионально важных качеств и преодолению личного

- уровня несоответствия профессиональной подготовленности на период обучения в старшей школе:
- 1) перечень проблем, которые необходимо решить за период обучения в старшей школе (желательно проранжировать проблемы);
- 2) способы, средства и сроки решения указанных проблем;
- 3) предполагаемые результаты проектной деятельности.

Определение типа профессии: профориентационный тест Климова

<https://postupi.online/test/klimova/>


**поступи
ОНЛАЙН**

Вузы России Программы Специальности Профессии Статьи Абитуриентам

Определение типа профессии: профориентационный тест Климова

Этот профориентационный тест поможет определить подходящий вам тип будущей профессии. Вам нужно выбрать предпочитаемую деятельность из 20 пар видов деятельности. Выполнение онлайн теста займет не более 4-5 минут.

Автор методики: А.Е.Климов



Из каждой пары видов деятельности выберите один, наиболее предпочтительный для вас

Предположим, что после соответствующего обучения Вы сможете выполнить любую работу. Но если бы Вам пришлось выбирать только из двух возможностей, что бы Вы предпочли?



Атлас новых профессий

<https://new.atlas100.ru/>



О проекте

Школам

Вузам

Бизнесу

Регионам

Школьникам и родителям

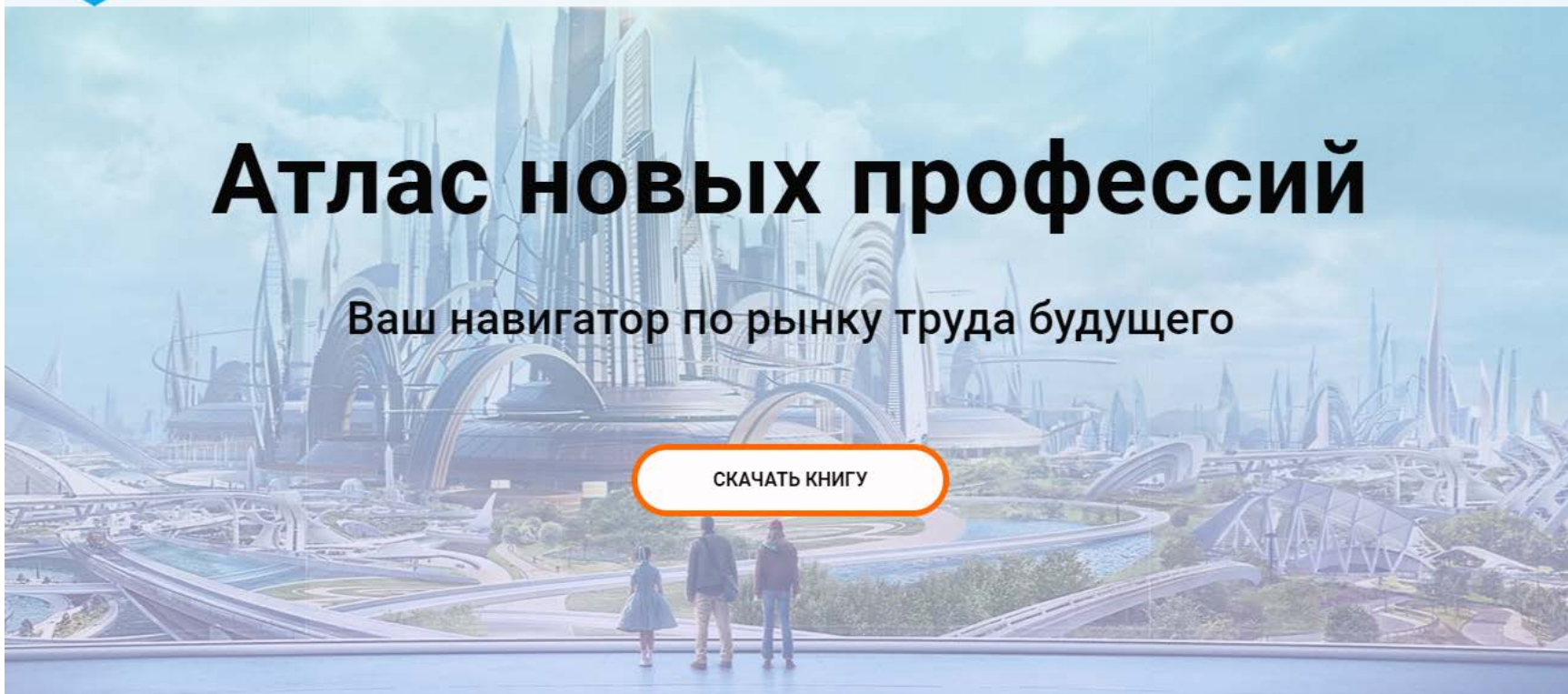
Контакты

En

Атлас новых профессий

Ваш навигатор по рынку труда будущего

СКАЧАТЬ КНИГУ



Время выбирать профессию

http://proftime.edu.ru/index.php?id_catalog=24&id_position=19

 **ВРЕМЯ** - ВЫБИРАТЬ ПРОФЕССИЮ, **МЕСТО** - РОССИЯ

 [Вход](#)
 [Форум](#)
 [Контакты](#)
 [Карта сайта](#)



Первые двенадцать месяцев мы тратим на то, чтобы науч

- О проекте
- Как выбирать профессию
- Слагаемые успеха
- Образование и карьера
- Сопровождение профориентационной работы
- Новости регионов
- Профориентация в лицах
- Мониторинг
- RSS-канал

О проекте

Сайт «Время выбрать профессию» [Федерального института развития образования](#) адресован молодым людям, которые хотят правильно выбрать профессию, и взрослым – родителям, педагогам, психологам, работодателям – которые стараются им в этом помочь.

В разделе [«Как выбирать профессию»](#) можно посмотреть видео [«Стратегия выбора профессии»](#), рекомендациями, пройти экспресс-диагностику по методике [«Матрица выбора профессий»](#), содержащей описание двухсот профессий.

[Раздел Слагаемые успеха](#) содержит видео [«Право на ошибку»](#) и методики профессиональной диагностики.

В разделе [«Образование и карьера»](#) есть видео [«Пути получения профессии»](#), информации о рынке труда и уровнях профессионального образования.

Раздел [«Сопровождение профориентационной работы»](#) адресован специалистам, занимающимся профориентационной работой, и содержит анонсы конференций и [курсов повышения квалификации](#), методические материалы, книги, статьи и рецензии.

В разделах [«Новости регионов»](#) и [«Профориентация в лицах»](#) рассказывается о профориентационных мероприятиях и людях, профессионально помогающих другим найти свое место в жизни.

Все материалы предоставляются бесплатно. [Регистрация](#) на сайте дает возможность пройти все тесты в режиме on-line и получить результаты. По вопросам создания региональных страниц обращайтесь к [администрации сайта](#).



 Нравится 31

 Tweet  Нравится 27

 Поделиться 0

Портал «Проектория»

<https://proektoria.online/about/o-nas>

О НАС

ПОРТАЛ "ПРОЕКТОРИЯ"

Интерактивная цифровая платформа для профориентации школьников, которая была запущена в ноябре 2016 года. Представляет собой онлайн-площадку для коммуникации, выбора профессии и работы над проектными задачами, игровую платформу с конкурсами, опросами и флешмобами, а также интернет-издание с уникальным информационно-образовательным контентом.

О НАС

[ПОЛИТИКА
КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТИ](#)

[ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКОЕ
СОГЛАШЕНИЕ](#)

[ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЙ](#)

[КОНКУРСЫ](#)

[ПОДДЕРЖКА](#)

[АККРЕДИТАЦИЯ СМИ](#)



Мы используем [cookie](#) на сайте. [Стань программистом](#) и узнай, что это такое.

ЗДОРОВО

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ ЛИДЕРЫ РОССИИ»)

Портал «Билет в будущее»

<https://bvbinfo.ru/>

Билет в будущее
Фонд профессионального образования

ШКОЛЬНИКАМ РОДИТЕЛЯМ ПЕДАГОГАМ НОВОСТИ КОНТАКТЫ Войти

Твой путь, ТВОЯ МЕЧТА, ТВОЯ ПРОФЕССИЯ

ПРИМЕРЧАЯ
ПРОФЕССИИ
ПРОФЕССИИ
БУДУЩЕГО

Дорогие гости портала!

Мы проводим исследование о том, как связаны трудовая миграция, профориентация и запрос на определённые профессии среди учеников старших классов. Будем очень благодарны за ваш ответ, он поможет нам видеть объективную картину!

Пройти опрос

Меню сайта

Портал «Профилиум»

<https://profilum.ru/>

ПРОФИЛУМ

ПРОГРАММЫ КАК ЭТО РАБОТАЕТ МИССИЯ ШКОЛАМ



Войти в личный кабинет

Как помочь подростку найти свой путь и реализовать себя?

Образовательное и карьерное сопровождение
подростков и их родителей



Портал «Смартия»

<https://smartia.me/>

Войти

Тесты

Статьи



Профессии

Умения



Смартия помогает принять важные карьерные решения и найти работу по душе.

Разобраться в себе



Какие профессии вам подходят?

С помощью теста Холланда вы можете лучше определить свои профессиональные интересы и найти подходящую профессию.



Что не так с моей работой?

Этот тест поможет разобраться в причинах выгорания, понять, куда уходят силы на работе и что можно изменить.

[Все тесты Смартии](#)

Узнать о профессиях



Продакт-менеджер

Менеджер продукта обязан видеть ситуацию целиком, от подготовки к разработке до получения прибыли.



SMM-специалист

Специалист по CMM (Social Media Marketing) знает, как с помощью Интернета делать популярными бренды, товары и услуги.



Фотограф

Нажатием на кнопку фотограф останавливает время и навсегда сохраняет впечатления.

[Все профессии](#)

Портал «Большая перемена»

<https://bolshayaperemena.online/>

The image shows the homepage of the 'Big Change' portal. At the top left is the logo 'БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА' with a gear icon. Next to it is the text 'проект от росмолодёжь'. To the right is a blue speech bubble containing the text 'ОБРАЗОВАНИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ РОССИИ'. Further right are the words 'Новости', a pink button labeled 'Вход', and a blue button labeled 'Регистрация'. The main content area has a blue background with a grid pattern and floating squares. It features three young people: a girl in a shiny silver outfit, a boy in a blue hoodie, and a girl in an orange hoodie playing a ukulele. A white callout box on the left contains the text: 'Место, где твоим талантам есть место! Регистрируйся в команду единомышленников.' Below this is a red button with the text 'Присоединяйся!'.

БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА

проект от росмолодёжь

ОБРАЗОВАНИЕ
НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

Новости

Вход

Регистрация

**Место, где твоим талантам есть место!
Регистрируйся в команду единомышленников.**

Присоединяйся!

Портал «Инклюзивноеобразование.рф»

<https://инклюзивноеобразование.рф/профе>

Шрифт A A A Интервал ↕ ↕ ↕ Цвет A A A



[Главная](#) [Абитуриентам](#) [Студентам](#) [Вузам](#) [РУМЦ](#) [События](#) [Войти →](#)

Абитуриентам



Профтестирование

Пройдите психологический тест. Узнайте, в каком направлении, гуманитарном или техническом, стоит развивать профессиональные интересы и получите рекомендации.

[Пройти тест](#)

Портал «Инклюзивноеобразование.рф»

<https://инклюзивноеобразование.рф/профе>

Атлас профессий

Узнайте, в каких вузах получить выбранную профессию, какие требования для этого необходимы, изучите обязанности и специфику работы.

Выбрать профессию



Выбери учебное заведение

1124 вуза в регионах России примут в студенты людей с особенностями развития. Задайте свои критерии поиска.



Портал «Инклюзивноеобразование.рф»

<https://инклюзивноеобразование.рф/профе>

Выбери учебное заведение

1124 вуза в регионах России примут в студенты людей с особенностями развития. Задайте свои критерии поиска.



По доступности

Укажите особенности вашего организма, характерные именно для вас



По региону

В каком регионе России вы проживаете или хотели бы учиться?



По профессии

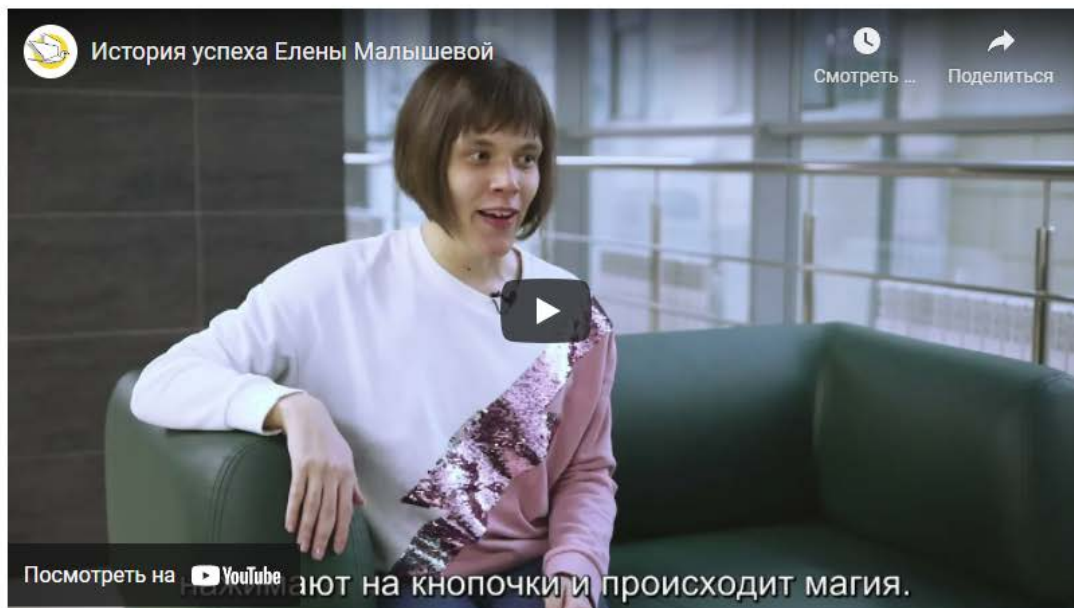
Какую специальность вы хотели бы получить?

Найти учебное заведение

Портал «Инклюзивноеобразование.рф»

<https://инклюзивноеобразование.рф/профе>

Истории успеха



Нет барьеров, если есть крылья

Малышева Елена Сергеевна
бакалавр (09.03.03. "Прикладная информатика",
профиль "Прикладная информатика в
информационной сфере")

Благодарим за внимание!

Кафедра коррекционной психологии и
педагогики, РУМЦ СКФУ

Адрес: г. Ставрополь, ул. Ленина, 133 б, ауд. 214

Телефон: (8652) 33-06-60, доб. 59-71