

ОГБОУ ДПО «Костромской областной институт развития образования»

ДНЕВНИК ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ШКОЛЬНИКА



МБОУ СОШ

ФИО ученика(цы)

10-11 КЛАСС

Здравствуй Дорогой друг!

Старшая школа – это порог самостоятельной профессиональной жизни. Определены профессиональные желания и возможности, есть знания о профессиях, ты знаешь и умеешь использовать различные ресурсы по профессиональному самоопределению, знаком(а) с правилами составления профессиограмм и правилами построения индивидуальной профессиональной траектории. Но впереди самый ответственный шаг: определить пути получения профессионального образования и построения успешной карьеры. Дневник поможет тебе в решении этой задачи, в поиске интересной и полезной информации.

СОЗДАВАТЬ САМОГО СЕБЯ - ЭТО ТРУД, ТРУД НА ВСЮ ЖИЗНЬ.

И начать мы можем прямо сейчас!

Если у тебя возникли трудности в работе с дневником, или в дневнике ты не нашел нужную информацию, или не уверен в понимании результатов диагностик – обратись за помощью к тьютору, учителю или родителям.




Инструкция к дневнику профессионального самоопределения школьника


Условные обозначения, используемые в дневнике

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

Будь внимателен!

Дневник нужно заполнять в течение двух лет. В верхней части страниц дневника для проставления даты заполнения страницы есть вот такой значок - календарь 

ДАТА

 * Если ссылка не открывается нажатием, скопируйте ее в окно браузера - для этого выделите ссылку полностью, кликните по выделенной ссылке правой кнопкой мышки и выберите из выпадающего меню "Копировать".

Затем откройте новую вкладку или новое окно браузера, кликните по строке ввода URL-адреса правой кнопкой мышки и выберите из выпадающего меню "Вставить".

Ссылка вставится в окно браузера. Затем нажмите на клавишу "Ввод".



1. Для выработки оптимального профессионально-образовательного маршрута и построения карьерной траектории тебе необходимо собрать

ДАТА

исходную информацию. Заполни таблицу 1.

Таблица 1. Анкета о выборе профессии

Вопрос/утверждение	10 класс	11 класс
1. Какую профессию и специальность Ты собираешься выбрать?		
а) еще не знаю		
б) собираюсь выбрать одну из следующих (записать):		
в) решил выбрать (укажи профессию, специальность):		
2. Причины, определяющие привлекательность для Тебя избранной профессии (поставь напротив своего выбора знак «+» или напиши слово «Да»)		
2.1 Характер труда:		
привлекает творческий характер труда		
относительная легкость труда		
работа, связанная с романтикой		
повышенная ответственность за результаты труда		
работа требует оперативности в решении сложных и даже опасных ситуаций		
привлекает работа по образцу		
работа позволяет быть самостоятельным в ее выполнении		
больше нравится физический труд		
другие причины		

2.2 Условия труда:		
нравится работа на свежем воздухе		
привлекает свобода передвижения, командировки		
предпочитаю комфортную и спокойную обстановку		
работа требует двигательной энергии		
эта работа имеет большие возможности для творческого роста		
предпочитаю работать в сельской местности		
другие причины		
2.3 Предмет труда:		
нравится работать с людьми		
привлекает работа с техникой		
люблю работать со схемами, цифрами, условными знаками		
другие причины		
3. В каком классе Ты выбрал указанную профессию, специальность? (если еще не выбрал, на этот вопрос отвечать не надо)		
4. О каких профессиях и специальностях Ты думал в младших классах?		
5. Какие условия, по твоему мнению, имеют значение для Твоего профессионального самоопределения? (Запиши их в порядке убывания значимости: 1- самое важное условие):		
а) способности		
б) склонности и интересы		
в) значимость профессии		
г) состояние здоровья		
д) создавшиеся условия		
е) влияние других людей		
ж) стремление стать самостоятельным		

з) семейные обстоятельства		
и) другое (напиши)		
6. Где Ты собираешься приобрести профессию или специальность?		
7. Если еще не знаешь, укажи, в образовательном учреждении какого типа Ты собираешься приобрести специальность?		
а) в ВУЗе;		
б) в техникуме (колледже);		
в) на работе;		
г) не знаю		
8. Каким образом Ты познакомился с выбираемой профессией?		
а) приходилось слышать по радио, видеть по телевизору, читать;		
б) приходилось слышать от представителей этой профессии, от знакомых, учителей, родителей;		
в) систематически слушаю по радио, читаю об этой специальности;		
г) пробую практически работать в области этой профессии, участвую во всем, связанном с ней;		
9. Какие профессионально важные качества необходимы для успешного освоения выбранной Тобой профессии?		
10. Что Ты делаешь для того, чтобы развить в себе эти качества?		
занимаюсь самостоятельно		
посещаю кружок (какой?)		
посещаю факультатив (какой?)		
читаю специальную литературу		
старюсь встречаться с представителями этой профессии		
анализирую свой характер, умения и навыки, интеллектуальные способности, физическую силу и стараюсь улучшать результаты (как именно?)		
изучаю требования этой профессии к человеку		

ничего не предпринимаю		
затрудняюсь ответить на вопрос		
11. Укажи, какие еще профессии Тебе нравятся.		
12. Укажи, какие еще профессии Ты хотел бы выбрать.		
13. Какие учебные предметы Тебе больше всего нравятся.		
14. Какие занятия в свободное время Тебе доставляют самое большое удовольствие?		
15. В деятельности каких факультативов Ты участвуешь?		
16. Что Ты уже сделал в плане ознакомления с будущей профессией?		
17. Что, по Твоему мнению, является самым главным, чтобы человек был доволен своей жизнью и работой? Укажи в порядке очередности, отмечая в скобках самое важное—1, следующее после него условие—2, 3 и т.д.:		
а) хороший заработок;		
б) возможность использовать свои способности;		
в) работа, соответствующая склонностям и интересам;		
г) хорошие бытовые условия;		
д) хорошая оценка работы другими;		
е) хорошие отношения с товарищами по работе;		
ж) хорошие отношения с руководителями;		
з) значимость работы для общества;		
и) не знаю;		
к) хорошая организация труда;		
л) хорошее техническое обеспечение процесса труда;		
м) согласие в семье;		
н) возможность не стоять на месте, совершенствоваться;		

о) возможность творить;		
п)		
15. Что бы Ты делал, если бы не удалось осуществить планируемых профессиональных намерений?		
а) еще не знаю;		
б) поступил бы на работу (укажи куда, кем);		
в) после поступления на работу стремился бы осуществить свои намерения;		
г) поступил бы учиться (укажи куда, по какой специальности);		
д) другое (укажи).		
19. Насколько хорошо ты знаком с выбранной профессией:		
а) хорошо;		
б) в общих чертах;		
в) слабо;		
г) не знаком.		
20. Как относятся родители к Вашему выбору?		
полностью одобряют		
в основном одобряют		
не одобряют и настаивают на изменении Ваших профессиональных планов		
21. Подумай и сформулируй какая помощь необходимых Тебе для подготовки к профессии.		



2. Проанализируй информацию в таблице 1 и определи, каких сведений для уверенного выбора профессии тебе не хватает.

ДАТА

Составь перечень необходимой информации. Источники поиска информации тебе поможет определить учитель или тьютор.



Если заполнение большей части или всей таблицы 1 вызывают у тебя сложности, обратись за помощью к учителю (тьютору), психологу или родителям.



Вернись к материалам Дневника за 7-9 классы, пройди диагностики еще раз.

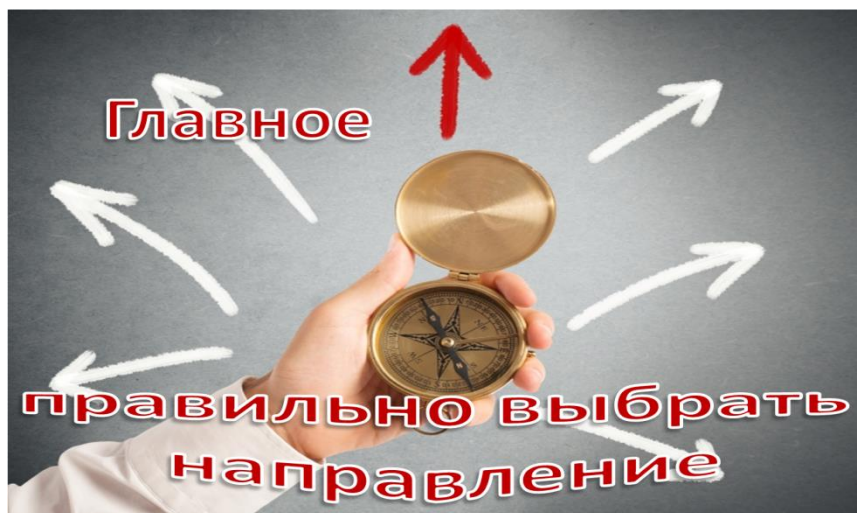
Или обратись за консультацией в организации:

[-Центр профессиональной ориентации обучающихся](#)

[- Отдел сопровождения профориентационной работы и работы с одарёнными детьми](#)

- ОГКУ ЦЗН по городу Костроме по ссылке

<http://kos.socdep.adm44.ru/news/index.aspx?id=19232cf8-e5fb-466f-9882-dce5496e3cc1>



— Скажите, пожалуйста, куда мне отсюда идти?

— А куда ты хочешь попасть? — ответил Кот.

— Мне все равно... — сказала Алиса.

— Тогда все равно, куда и идти, — заметил Кот.

Л. Кэрролл «Алиса в стране чудес»



3. Перед тобой список из одной или нескольких специальностей – возможных будущих вариантов профессионального выбора.

ДАТА

На следующем этапе определи, кем и на каких условиях могут работать выпускники этих специальностей и составь мини-досье на каждую из них.

Для этого сделай 4 шага:

1
На сайте www.hh.ru или www.superjob.ru в строке поиска напиши “образование_название специальности”, например, “образование инженерное”.

2
Найди минимум 3 разные вакансии на разные должности с подробным описанием функционала, то есть того, что будет делать человек, устроившись на эту работу.

3
На основе найденных вакансий, составь портрет профессионала с этой специальностью: функционал, уровень оплаты, необходимые навыки, личные качества.

4
Сформулируй, что будет результатом работы профессионала с этой специальностью, также впиши его в мини-досье

Чем больше вакансий ты рассмотришь, тем точнее получится портрет.

Мини – досье профессии

ДАТА



Важно для меня



Мини - досье профессии

ДАТА

Тип занятости специалиста	
Обязанности специалиста	
Требования к специалисту	
Условия работы	
Необходимый опыт работы	
Уровень заработной платы	

Важно для меня

Мини - досье профессии

ДАТА



Важно для меня

Тип занятости специалиста	
Обязанности специалиста	
Требования к специалисту	
Условия работы	
Необходимый опыт Работы	
Уровень заработной платы	

Мини - досье профессии



Важно для меня

ДАТА

Тип занятости
специалиста

Обязанности
специалиста

Требования к
специалисту

Условия работы

Необходимый
опыт
работы

Уровень
заработной платы

ДАТА

Мини - досье профессии



Важно для меня

Тип занятости специалиста	
Обязанности специалиста	
Требования к специалисту	
Условия работы	
Необходимый опыт работы	
Уровень заработной платы	

ДАТА

Мини - досье профессии



Важно для меня

Тип занятости специалиста	
Обязанности специалиста	
Требования к специалисту	
Условия работы	
Необходимый опыт работы	
Уровень заработной платы	

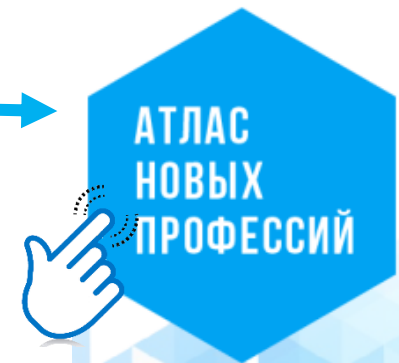


ДАТА



5. При принятии решения о выборе специальности тебе будет полезно узнать мнение экспертов о профессиях будущего

Загляни сюда



<http://atlas100.ru/catalog/>



ДАТА



6. С помощью информации с сайта «Атлас новых профессий» заполни табличку, разместив в ней профессии и специальности, близкие тебе по профилю или те, что заинтересовали тебя своими новыми возможностями:

Профессии/специальности	Отрасль	Тренды	Надпрофессиональные навыки и умения	
			Перечень	Оценка*
			1 2 3 и т.д.	
			1 2 3 и т.д.	
			1 2 3 и т.д.	
			1 2 3 и т.д.	

* Оцени, как ты владеешь надпрофессиональными навыками и умениями:

1-не владею, 2- слабо, 3- средне, 4- хорошо, 5- в совершенстве

СТУПЕНИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫБОРА

ДАТА



7. Найди определения понятиям и запиши их в дневник !

Профессия -

Специальность -

Специализация -

Квалификация–

Должность -

Вакансия -

Отрасль –

Непрерывное образование -



Когда принципиальный выбор направления будущей профессиональной деятельности сделан, можно переходить к следующему этапу работы — **выбору необходимого уровня образования и учебного заведения, где готовят специалистов этого профиля.** В Российской Федерации существуют: система среднего профессионального обучения (СПО- колледжи, техникумы) и две системы высшего профессионального образования: подготовка специалистов и подготовка бакалавров. Обе системы высшего образования равноправны, но между ними есть ряд различий.

Познакомьтесь с системой непрерывного профессионального образования в Российской Федерации.

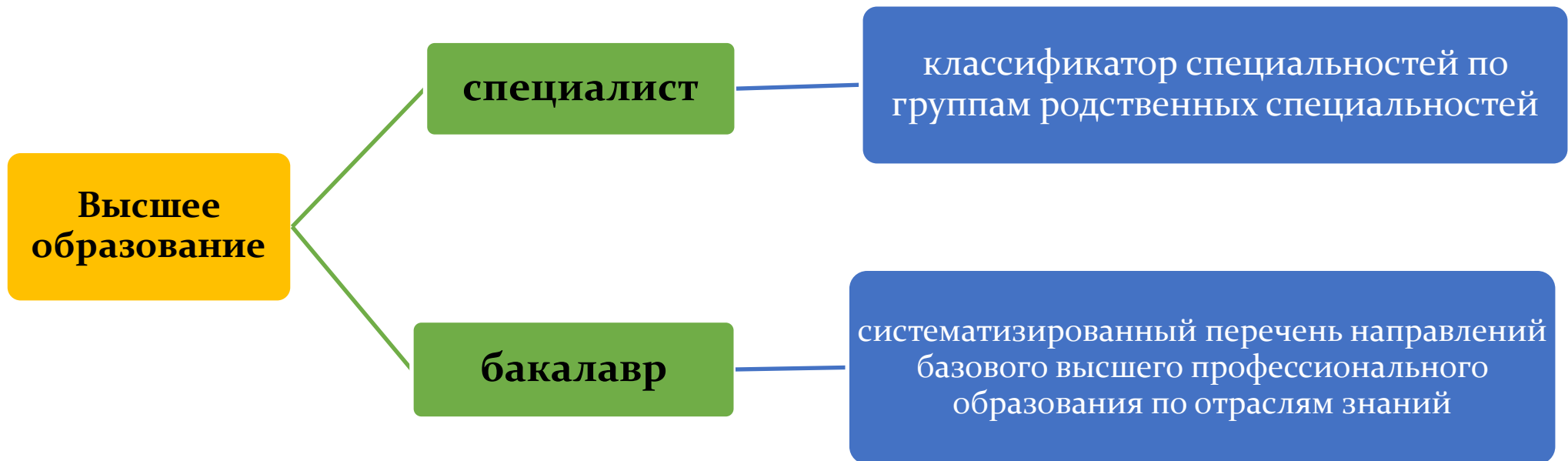
ОСНОВНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТРАЕКТОРИИ



Более подробно о системе непрерывного профессионального образования рассказано здесь: <http://мой-ориентир.пф/%D0%BC%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BA%D0%B0.php?register=yes>



Более подробно о специалистах и бакалаврах ты можешь узнать об этом здесь: http://azbuka.consultant.ru/cons_doc_PB_I_201259/



Классификатор специальностей по группам родственных специальностей можно найти пройдя по

ссылкам: <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=286683>

или http://www.edu.ru/db/cgi-bin/portal/spe/kl_list.plx?gr=0&substr=



[Приказ Министерства образования и науки РФ от 12 сентября 2013 г. N 1061](#)

["Об утверждении перечней специальностей и направлений подготовки высшего образования"](#)

КАРЬЕРА

ДАТА



Дневник приводит три определения слова карьера.

8. Найди дополнительно определения термина «карьера» и выбери (закрась цветом) наиболее близкое тебе по духу определение.

1. Профессиональная карьера - последовательный рост профессионализма, что способствует продвижению по службе.
2. Профессиональная карьера— путь к достижению высшего уровня в профессиональной сфере.
3. Профессиональная карьера – это сложный процесс, в котором задействованы личностные, интеллектуальные, профессиональные качества человека, особенности окружающей среды, общественная специфика.
4. ___
5. ___

Пройдя по этой ссылке, ты найдешь больше информации о карьере. <http://ckovok.com/professionalnaya-karera-opredelenie-put-k-dostizheniyu-vysshego-urovnya-v-professionalnoj-sfere/>

Горизонтальная карьера – это восхождение по ступеням профессионального мастерства.



Умение делать то, чего другие не умеют. Это знания и умения, которые нельзя отобрать, как звездочки с погон

Век некоторых профессий недолог: 5-15 лет.
Затем они умирают или изменяются.

Спрос на профессии постоянно меняется,
его трудно прогнозировать.

Поэтому ценность специалиста возрастает,
если он владеет
несколькими смежными профессиями.

Работодатели отдадут предпочтение человеку,
прошедшему **несколько ступеней карьерной лестницы**,
имеющему не только знания,
но и **практические навыки**, которые можно
получить только в работе.



Не секрет, что более половины выпускников высших учебных заведений работают не по специальности. Нередко только потому, что выбранная профессия на самом деле выглядит совершенно иначе, чем представлялось на расстоянии. **Поэтому, прежде чем штурмовать высшие учебные заведения, подумайте о другой форме получения образования — среднем профессиональном образовании.**

РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ

ДАТА

Важно правильно определить сферу деятельности (исходя из склонностей и возможностей человека и потребностей рынка), важно получить качественное образование по профессии или специальности, но еще важнее **получить работу в выбранной сфере и реализовать себя в ней**. И на этом этапе тебе потребуется освоить **навыки самопрезентации** при прохождении собеседования с рекрутами и сотрудниками кадровых агентств.

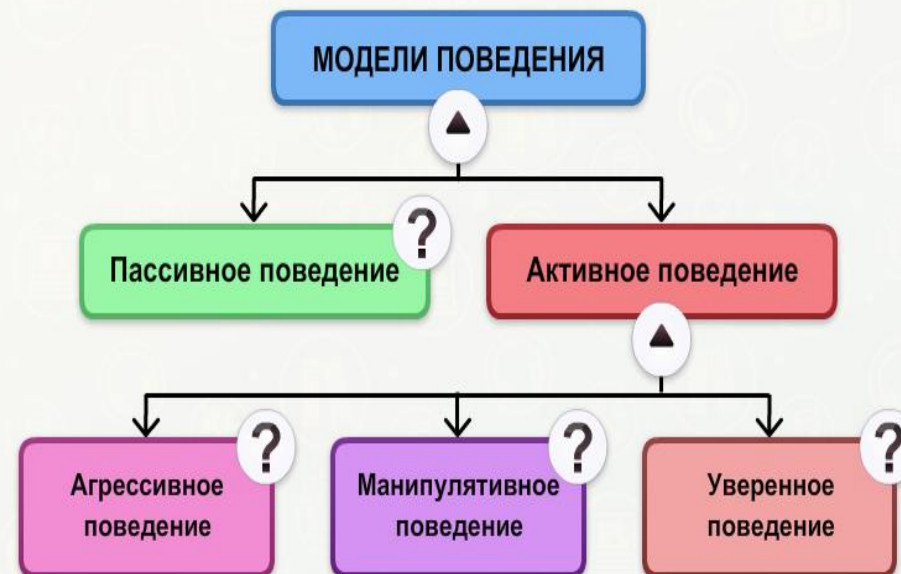
Самопрезентация это:

- преподнесение себя,
- умение человека подать себя с лучшей стороны,
- произвести благоприятное впечатление на людей и сохранять его.

9. Тебе необходимо будет пройти следующие этапы:

- оценить себя в состоянии "как есть",
- выявить и визуализировать свои достоинства,
- оценить как ты коммуницируешь во вне,
- отработать навыки эффективной самопрезентации.

Познакомьтесь с помощью интерактивной схемы с различными моделями поведения. Подумайте, какая из моделей соответствует вашему поведению.





ДАТА

Помогут тебе в этом следующие ресурсы:

- 1) [Как оценить себя и свое поведение](#)
- 2) [Я — реальный, я — идеальный](#)
- 3) [Признаки уверенного поведения](#)
- 4) [Внешний образ собеседника](#)
- 5) [Речь - как способ презентации](#)
- 6) [Структура построения разговора \(структура общения\)](#)
- 7) [Каждое слово важно. Учимся приветствовать и прощаться](#)
- 8) [Правила и нормы обращения к собеседнику \(нормы обращения\)](#)
- 9) [Обмен визитными картами](#)



Техники эффективного собеседования:

- 1) [Телефонные переговоры](#)
- 2) [Виды собеседования](#)
- 3) [Вопросы и ответы при собеседовании](#)
- 4) [Общаемся технично \(техники общения\)](#)

*Чтобы понравиться другим,
нужно говорить с ними о том, что их занимает,
уклоняться от споров о предметах маловажных,
редко задавать вопросы и ни в коем случае
не дать им заподозрить,
что можно быть умней, чем они.*

Ф. Ларошфуко

Заполни колонки и составь план развития навыков самопрезентации

ДАТА

**Мои
навыки самопрезентации
в состоянии "как есть"**

**Навыки самопрезентации,
которые мне надо развить**

**Как и где
я могу развить навыки
самопрезентации**



ПОДГОТОВКА ПОРТФОЛИО (РЕЗЮМЕ)

ДАТА

Резюме – это краткая характеристика себя как профессионала и специалиста, которая является важной частью самопрезентации. Оно необходимо для первого знакомства работодателя с вами.

Правильно составленное резюме – залог успешного трудоустройства.



10. Познакомься со структурой резюме, чтобы именно твое резюме заинтересовало работодателя, и ты получил приглашение на собеседование.

Указанные ниже сайты предлагают общую информацию о том, как составить резюме, а также о том, что в него можно включать и что нельзя:

- 1) [Структура резюме](#)
- 2) [Правила написания резюме](#)

Технология составления резюме:

Существует два подхода к составлению резюме и представлению информации работодателю: хронологический и профессиональный.

1. Хронологическое резюме: информация перечисляется в обратном хронологическом порядке. Это наиболее распространенный способ, он подходит людям, несколько раз менявшим работу.
2. Профессиональное резюме: информация составляется на основе перечисления полученных навыков. Этот способ подходит людям, постоянно работавшим на одном месте.



11. Составь резюме на себя :

Первым шагом при составлении резюме является определение желаемой должности.



Выбери на сайтах <http://kostromskaya-oblast.trud.com/>, <https://kostromskaya-oblast.gorodrabot.ru/> или <https://kostroma.hh.ru/> (укажи в поиске свой город или населенный пункт) любую интересную для тебя вакансию (для примера составления резюме)

Примечание. Не все резюме содержат информацию о должности, особенно если человек сам не знает, кем он хочет или согласен работать.



Описание желаемой должности помогает работодателю понять, что претендент имеет четкое представление о работе, которую он хочет получить. Описание должности может включать:

- описание специализации компании, в которую человек хочет устроиться на работу;
- название должности;
- основные преимущества, имеющиеся у потенциального работника.



Отрази информацию о себе, которую необходимо включить в резюме, в следующей таблице «ОБРАЗЕЦ РЕЗЮМЕ»:

Оптимальный объем резюме — страница печатного текста (размер шрифта — 12—14).

ОБРАЗЕЦ РЕЗЮМЕ:

Фамилия Имя Отчество:
Адрес:
Номер телефона:
Электронный адрес:
Должность:
Общие навыки:
Род занятий:
Образование: Период: Институт:
Профессиональный опыт:
Награды:
Интересы/увлечения:
Профессиональный опыт Укажите список работодателей и периоды работы (работа при полной или частичной занятости, сезонные виды работ, разовая работа, практика, исследовательская работа и другие возможные проекты). Обычно перечисление начинают с последнего места работы. Опишите профессиональный опыт — информацию о профессиональных обязанностях; практической работе.

Навыки (общие)

Перечислите и кратко опишите свои сильные стороны (например, знание иностранных языков, умение работать в команде и др.)

Деятельность

Укажите информацию о работе добровольцем или участии в различных клубах или организациях, спортивных секциях и др.

Образование

Укажите информацию об институте и дополнительных образованиях, таких как тренинги, летние курсы, семинары и др.

Награды

Перечислите полученные награды. Если их нет, пропустите этот пункт.

Интересы/увлечения

Перечислите 4-5 тем, которые могут заинтересовать работодателя и не вызовут негативной реакции.



12. Заполни анкету от имени молодого специалиста, заинтересованного в получении работы. Отнесись к этой работе серьезно, потому что ты таким образом моделируете свое профессиональное будущее.

ДАТА

Анкета кандидата на должность _____

в компанию _____

1. Анкетные данные (фамилия, имя, отчество, возраст, семейное положение, адрес, телефон) _____
2. Образование (полное название учебного заведения, год окончания, название факультета, специальность по диплому) _____
3. Ваши дополнительные навыки и умения _____
4. Ваши увлечения _____
5. Назовите Ваши главные достоинства _____
6. Назовите Ваши главные недостатки _____
7. Ваши достижения (награды, премии, открытия, публикации и т.п.) _____
8. Ваше профессиональное кредо (девиз) _____
9. Почему Вы хотите работать в нашей компании _____
10. Какие профессиональные цели Вы ставите перед собой? _____
11. На что Вы рассчитываете при достижении этих целей? _____
12. Какое вознаграждение Вы хотели бы получать за свою работу? _____

СОБЕСЕДОВАНИЕ С РАБОТОДАТЕЛЕМ

Сайты, на которых размещена информация о том, как успешно пройти собеседование:

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

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

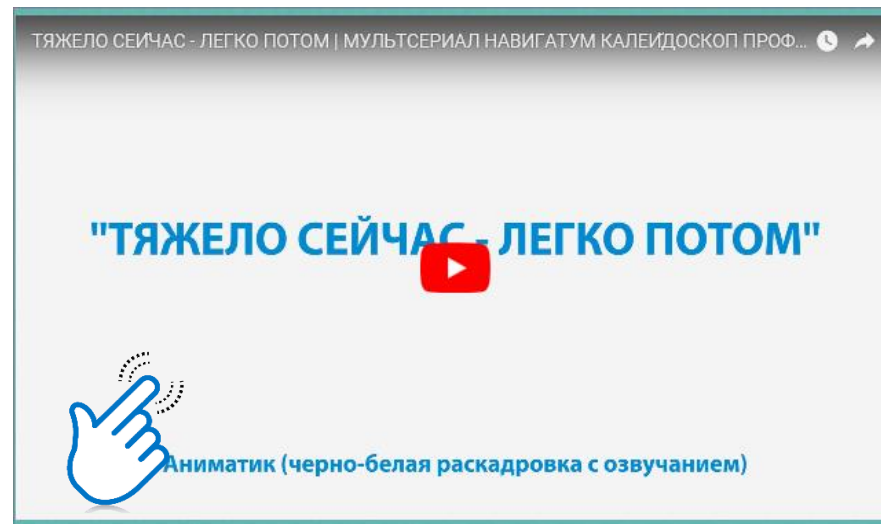
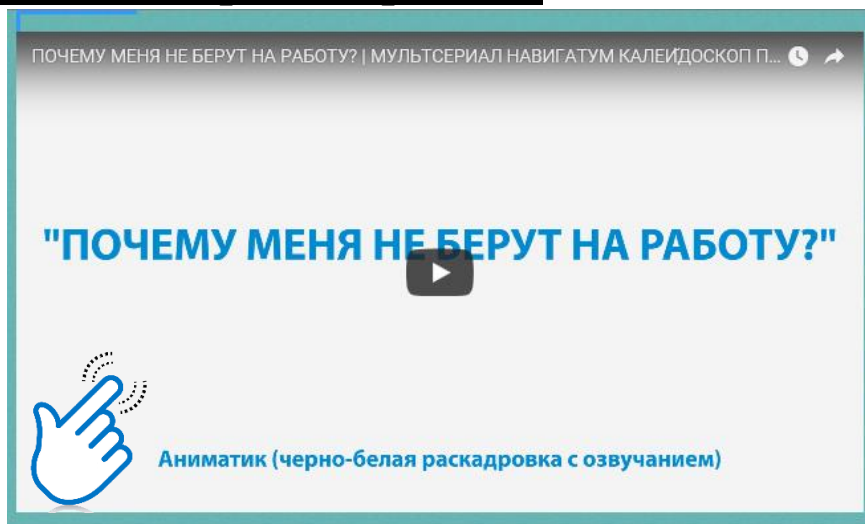
- Вопросы, которые можно услышать на собеседовании. Советы психолога по прохождению собеседования:

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

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

<http://podborkadrov.com/otbor-personala/sobesedovanie/kak-udachno-projti-sobesedovanie.html>

13. Посмотри эти ролики



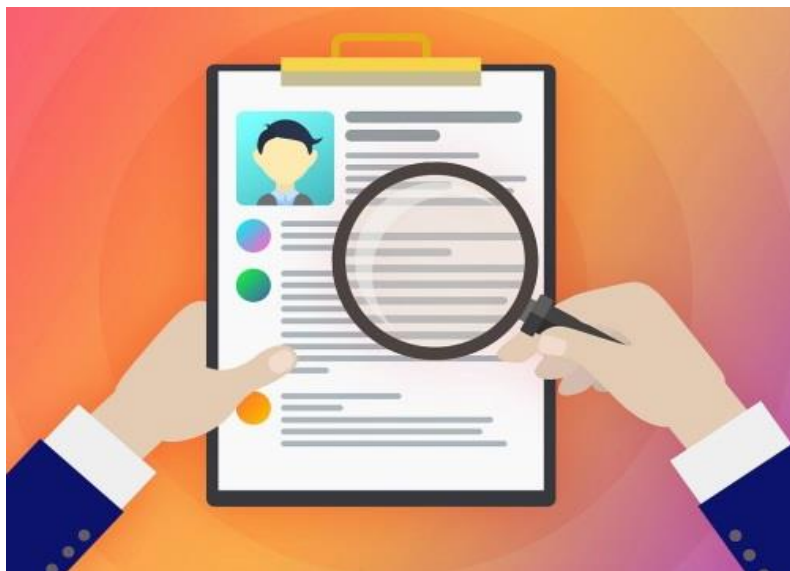


ТРЕНИНГ СОБЕСЕДОВАНИЯ

Виды вопросов, которые соискатель может задать на собеседовании:

1. Что работодатель ждете от кандидата на данную должность?
2. Возможно ли проявление инициативы на этой должности?
3. Каковы возможности продвижения по службе?
4. Это новая должность или я буду кого-то заменять?
5. Какие обязанности предполагает эта должность?

Совет: Не спрашивайте о зарплате или надбавках, пока работодатель сам об этом не заговорит.



ПОСТРОЕНИЕ (ВНЕСЕНИЕ ИЗМЕНЕНИЙ) В ИНДИВИДУАЛЬНУЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ТРАЕКТОРИЮ

Заполнение Дневника помогло тебе определиться с правильностью твоего выбора той или иной профессии, или определить для себя приоритетное направление профессиональной деятельности. Теперь ты можешь заняться корректировкой уже имеющейся профессиональной траектории; если планы в отношении выбора профессии кардинально поменялись, начинай строить профессиональную траекторию заново.



Используй сайты:

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



Чтобы построить индивидуальную профессиональную траекторию нужно:

1) Выбрать пять образовательных учреждений среднего или высшего профессионального образования, осуществляющих подготовку по выбранной тобой профессии.

2) В произвольном электронном формате (таблица, схема, презентация, коллаж) записать следующую информацию о каждом образовательном учреждении:

- Название ОУ;
- юридический адрес;
- официальный сайт, отделение, в котором планируется обучение;
- специальность/направление подготовки;
- условия приема;
- результаты каких экзаменов по ЕГЭ необходимы для поступления, количество бюджетных мест, количество мест с полным возмещением затрат; стоимость обучения (руб./год) и пр. (например, участие в олимпиадах, творческие вступительные испытания, особые условия для определенных категорий граждан и др.).

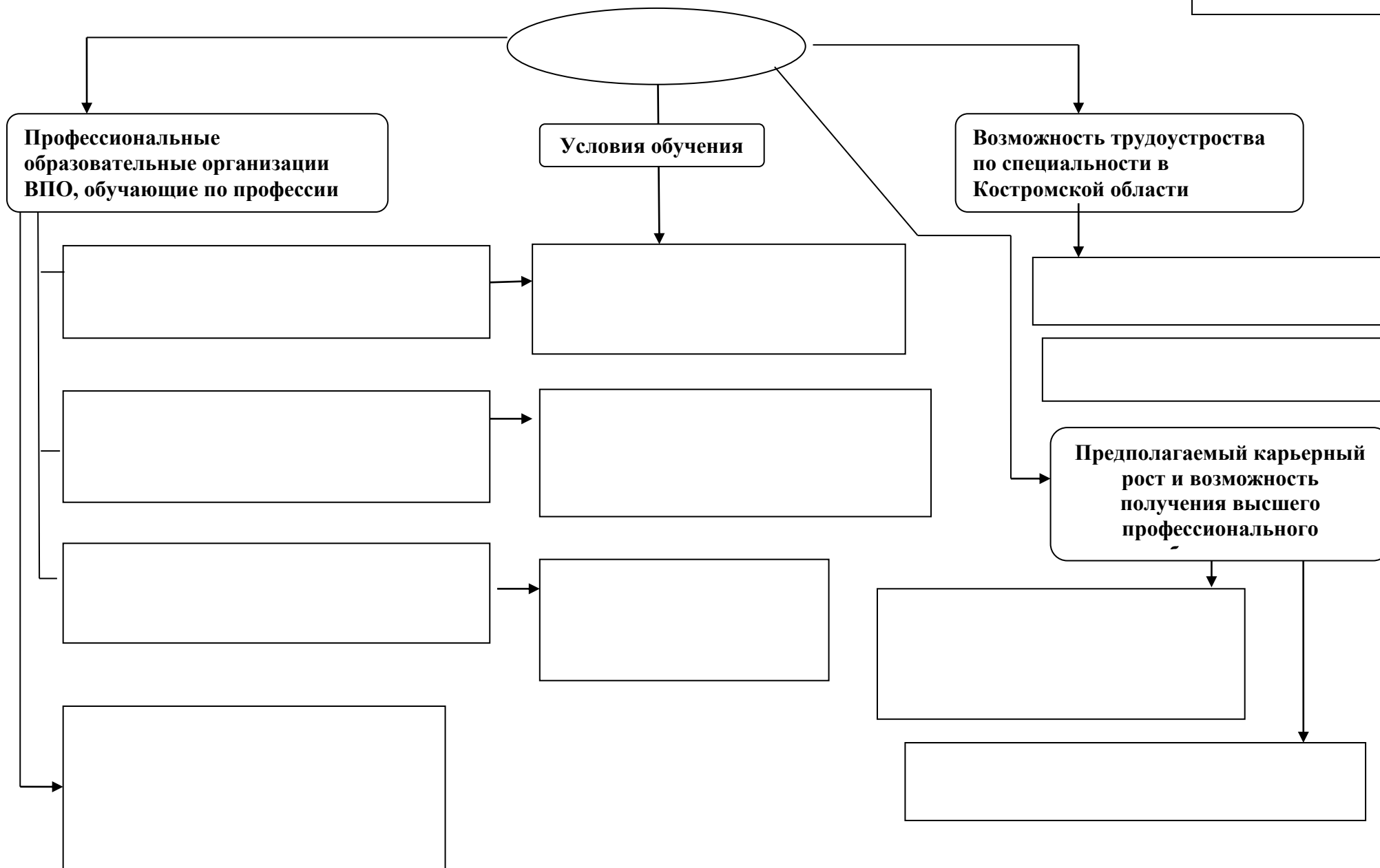
3). Подобрать информацию о дальнейшей работе по полученной профессии на предприятиях Костромской области

4). Попробовать обозначить точки своего карьерного роста



14. Построй свою индивидуальную профессиональную траекторию

ДАТА



ДАТА



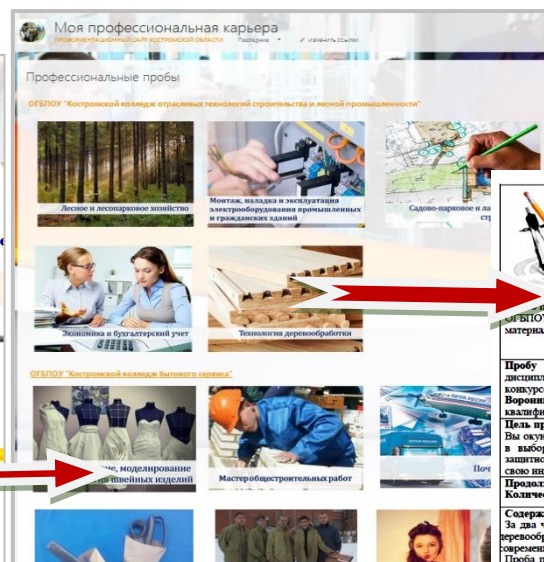
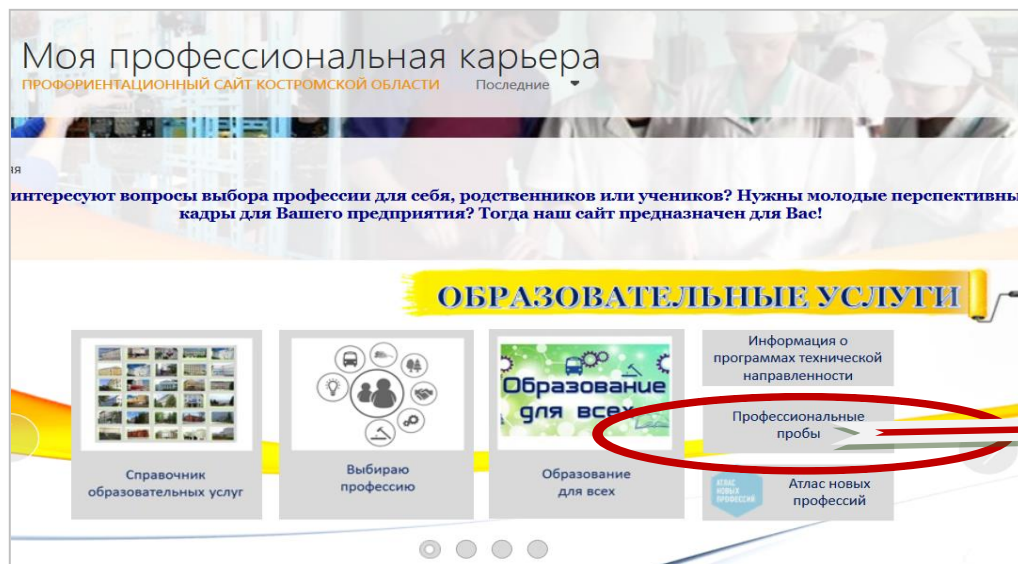
ПРОХОЖДЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРОБ



Профессиональная проба – это испытание, моделирующее элементы конкретного вида профессиональной деятельности, имеющее завершённый вид, способствующая сознательному, обоснованному выбору профессии. Профессиональная проба помогает "окунуться" в будущую профессию, убедиться в ее достоинствах, определиться в недостатках.



Внимательно ознакомьтесь с **Банком профессиональных пробна профориентационном сайте Костромской области «Моя профессиональная карьера»:** <http://www.koipkro.kostroma.ru/npo/MPROFK/default.aspx> и выберите желаемую базу для прохождения пробы.



ПАСПОРТ Профессиональной пробы по специальности Технологии деревообработки ЧУДО ПРЕОБРАЖЕНИЯ ДРЕВЕСИНЫ: ОТ СТАНДАРТА ДО ЭКСКЛЮЗИВА	
Место проведения профессиональной пробы: г. Кострома, ул. Советская, д. 52 ОГБОУ «Костромской лесомеханический колледж», лаборатория древесиноведения и материаловедения	
Проводит: Воронина Ирина Михайловна, преподаватель специальных дисциплин, участник Международных конференций, победитель Российских и Областных конкурсов научно-исследовательских работ по специальности; Воронина Галина Венеровна, преподаватель специальных дисциплин высшей квалификационной категории	
Цель профессиональной пробы: Вы окупаетесь в манящий загадочный мир деревообработки, обретёте практические навыки в выборе материалов для изготовления мебели, поэтапно освоите процесс создания защитно-декоративного покрытия. Попробуйте себя в роли дизайнера мебели, проявите свою индивидуальность и сделайте предмет мебели неповторимым.	
Продолжительность пробы: 2 часа Количество участников: 10-15 человек	
Содержание профессиональной пробы: За два часа стать профи с нуля – это реально! Вы попробуете себя в роли технолога по преобразованию и дизайнера мебели, творчески мыслящего, способного адаптироваться к современным условиям проектной деятельности. Проба предусматривает знакомство с породами древесины и их свойствами, различными видами композиционных и отделочных материалов. Вы изучите интересные особенности отделки ценных пород древесины и плитных материалов. Вы освоите практику подготовки поверхности и создания защитно-декоративного покрытия. Детально разберётесь в элементах модной техники декорирования древесных материалов методом декупажа. При успешном выполнении пробы вы получите сертификат, который может служить достойным материалом для вашего портфолио.	
Контакты: тел. : (4942) 31-49-10, (4942) 37-05-11 e-mail: sekretar@klnk.ru	

ЗАЩИТА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОБЫ

ДАТА



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

Обязательные слайды:

Слайд №1 «Творческое название проекта», автор

Слайд №2- 4 «Краткая характеристика профессии»

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

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

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

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

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

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

ДАТА



16. По результатам прохождения проб, оформи следующие документы:

Дата	Профессиональная проба по профессии	Вид деятельности



Точки моего удивления во время прохождения профессиональной пробы

Мои эмоции					
Мои комментарии (когда, что, почему)					



17. ЛИСТОК УЧАСТНИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОБЫ

ДАТА

Профессиональные предпочтения

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

Наименование профессиональной пробы

Отчет

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

ДОРОГОЙ ДРУГ!

ДАТА

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

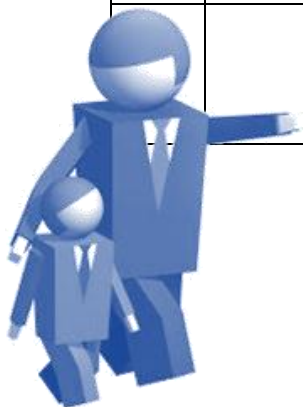
Мероприятие, событие	Дата	Мои впечатления, что нового я узнал(а), увидел(а)

ОГБОУ ДПО «Костромской областной институт развития образования»

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

ДНЕВНИК ТЬЮТОРСКОЙ КОНСУЛЬТАЦИИ

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



ОГБОУ ДПО «Костромской областной институт развития образования»

ЗАМЕТКИ

Дорогой Друг!

Наше путешествие подошло к концу!

ТЫ МОЛОДЕЦ!!!

Ты справился(ась) со всеми трудностями

и готов(а) к продолжению

пути в профессиональный мир без сопровождения Дневника!

В ДОБРЫЙ ПУТЬ!

