**ДОРОГИЕ СТАРШЕКЛАССНИКИ!**

Многие из вас наверняка задумывались, чем вы будете заниматься по окончании школы, как сложится ваша дальнейшая жизнь: продолжите обучение дальше или пойдете работать, останетесь в родном поселке (городе) или уедете, как строить отношения на новом месте, как в дальнейшем выбрать спутника жизни…

Размышляя, какую выбрать в будущем профессию, каждый из вас, так или иначе, собирает информацию о заинтересовавших видах труда. Собранные сведения вы анализируете, критически оцениваете, систематизируете, и на их основе у вас складывается представление об определенной профессиональной деятельности. Фактически вы на простейшем уровне занимаетесь составлением профессиограмм — характеристик профессий с требованиями, которые они предъявляют к личности работающего. Чтобы профессиограмма отражала истинное положение дела, надо стараться получить как можно больше сведений о той или иной профессии. Источником может служить описание в различной литературе, экскурсии, беседы со специалистами, про- смотр научно-популярных, документальных фильмов. Хочу предложить вам самостоятельно составить характеристику избранной вами профессии – профессиограмму. Работа по составлению профессиограммы позволяет глуб- же узнать содержание будущей профессии, оценить свою профпригодность к ней. Кроме того, она поможет определить и те качества, которые нужно развивать у себя. Профессиограмму желательно составлять по такому плану:

I. Общие сведения о профессии: 1) возникновение профессии, произошедшие изменения ее содержания;

2) смежные профессии;

3) перспективность роста квалификации;

4) спрос на профессию в вашем городе (районе).

II. Характеристика процесса труда:

1) важнейшие технологические операции;

2) орудия труда;

3) рабочее место;

4) рабочая поза, преобладающие движения при труде;

5) продукция;

6) виды брака по вине специалиста и возможности их устранения;

7) характер работы (монотонный или разнообразный, переменный); 8) в чем и как проявляется утомляемость после работы.

III. Санитарно-гигиенические условия труда:

1) режим труда и рабочий ритм;

2) микроклиматические условия (шум, освещенность и др.);

3) основные требования к физическому состоянию организма работающего;

4) медицинские противопоказания;

5) основные меры по охране труда;

6) возможные производственные травмы, профессиональные заболевания.

IV. Психологические требования профессии к человеку:

1) возможные трудности и напряженные ситуации;

2) основные качества, которыми должен обладать работающий:

а) эмоционально-волевые;

б) деловые;

в) моторные (двигательные);

г) внимание;

д) мышление;

е) тип памяти;

ж) моральные качества.

V. Сведения о профессиональной подготовке:

1) пути получения профессии и характеристика учебных заведений;

2) условия поступления;

3) продолжительность обучения;

4) основные изучаемые дисциплины;

5) квалификация выпускника учебного заведения;

6) зарплата работающего;

7) перспективы профессионального роста или продвижения;

8) продолжительность отпуска.

VI. Что можно читать о данной профессии?

Практические работы:

**Задание 1.** Опишите профессию (специальность), которая входит в область ваших интересов, соответствует вашим индивидуальным психологическим особенностям. Придерживайтесь вышеприведенного плана.

**Задание 2.** Ответьте на вопросы предлагаемой анкеты по профессиональному самоопределению.

**Анкета**

1. Выбрали ли вы свою будущую профессию?

2. Назовите выбранную вами профессию.

3. Если вы еще не выбрали профессии, то какие профессии вам нравятся?

4. Ваши намерения после окончания школы:

а) буду работать.

б) попробую поступить в техникум, колледж, ВУЗ.

в) затрудняюсь ответить.

5. Назовите источники ваших знаний о профессии.

6. По какому профилю вы собираетесь продолжить трудовое обучение в старших классах?

7. Почему вы выбрали именно этот профиль обучения?

8. Как вы связываете профиль трудового обучения со своей будущей работой?

а) буду работать по этой специальности.

б) постараюсь приобрести похожую специальность.

в) буду учиться по родственной специальности.

г) буду учиться по этой специальности.

д) выберу другую специальность.

е) затрудняюсь ответить.

9. Хотели бы вы изменить профиль трудового обучения?

а) да.

б) нет.

в) не знаю.

10. Предпринимаете ли вы что-нибудь для подготовки себя к будущей профессии?

а) не вижу в этом необходимости.

б) хотелось бы что-нибудь сделать, но не знаю, с чего начать.

в) частично готовлюсь.

г) да, готовлюсь к будущей профессии.

11. Если вы готовитесь к будущей профессии, то укажите, каким образом вы это делаете.

12. Если бы вам представилась возможность, выбрали бы вы вновь тот же профиль трудового обучения?

а) да.

б) нет.

в) не знаю.

13. Какими, по вашему мнению, основными качествами должен обладать специалист той профессии, которую вы хотите выбрать?

14. Какими из этих качеств вы обладаете?

15. Что вы могли бы порекомендовать прочесть о выбранной вами профессии?

16. Нравится ли вам профиль вашего трудового обучения?

а) очень нравится.

б) скорее нравится, чем не нравится.

в) отношусь безразлично.

г) скорее не нравится.

д) совершенно не нравится.

е) не могу сказать.

17. Если вы не сможете после окончания школы сразу реализовать свои профессиональные намерения, что будете делать?

**Итоговые упражнения 1.** Перечислите, какими качествами должен обладать человек, если предмет его труда;

а) человек;

б) техника;

в) природа;

г) знаковая система;

д) художественный образ.

2. Перечислите, какими качествами должен обладать человек, если цель его труда:

а) распознать, различить, оценить, проверить;

б) преобразовать, обслужить, оказать влияние;

в) изобрести, придумать.

3. Запишите, какими качествами должен обладать человек, если главные орудия его труда:

а) ручные;

б) механизированные;

в) автоматизированные устройства;

г) функциональные средства организма.

4. определите, как зависят требования профессии к человеку от условий труда:

а) в обычном («бытовом») микроклимате;

б) на открытом воздухе с резкими перепадами температуры и влажности;

в) под землей, под водой, на высоте и т. д.;

г) с повышенной моральной ответственностью: за здоровье, жизнь людей, материальные ценности.

5. Определите, какие требования предъявляют к человеку следующие профессии и специальности:

а) учитель;

б) водитель;

в) швея-мотористка;

г) медсестра;

д) агроном;

е) оператор по подготовке данных для эвм;

ж) маляр.

6. Выберите показатели, по которым человек превосходит машину, и показатели, по которым машина превосходит человека:

а) выполнение однообразных очень точных операций в течение длительного времени;

б) обнаружение очень слабых полезных сигналов;

в) обнаружение сигналов при высоком уровне шумов (помех);

г) учет прошлого опыта и изменение в соответствии с ним способов действия;

д) нечувствительность ко многим посторонним воздействиям;

е) плавное и точное приложение больших физических усилий;

ж) опознание образов;

з) нахождение новых решений задач, проблем, а также правильных решений при неполных сведениях о событиях;

и) выполнение сложных вычислений с большой точностью;

к) работа при высоких и низких температурах, в разнообразных химических средах;

л) выполнение тонких операций при непредвиденных обстоятельствах.

7. Проанализируйте все нижеперечисленные примеры и определите, в каких случаях речь идет о способностях, в каких нет:

а) высокий рост баскетболиста;

б) стремление ученика быть чем-то постоянно занятым, трудолюбие;

в) широкая осведомленность в области астрономии;

г) человек хорошо различает оттенки различных цветов;

д) ученик правильно декламирует на уроке стихотворение, выученное дома;

е) школьник быстро запоминает и правильно повторяет мелодию новой песни на уроке музыки; ж) ученица правильно решает у доски задачу.

8. Ниже приводится перечень различных психологических свойств личности. Укажите, какие из них характеризуют способности, необходимые для овладения каждой из указанных профессий:

а) летчик-испытатель;

б) агроном;

в) маляр;

г) учитель;

д) слесарь-сборщик радиоаппаратуры;

е) водитель;

ж) продавец.

Свойства психики: яркость речи, наблюдательность, наглядно-действенное мышление, хорошая двигательная память, быстрая скорость движения, распределяемость внимания, выдержка, умение быстро принимать решение, прочность зрительного запоминания, техническая сообразительность, отзывчивость, организаторские способности, эмоциональность, быстрая реакция, воссоздающее воображение, устойчивость внимания.

9. Ниже даются характеристики учеников. Укажите, к какой профессии: учитель, летчик или водитель — наиболее пригоден, по вашему мнению, каждый из них.

**Ученик А.** Отличается большой собранностью, целеустрем- ленностью. В любой трудной обстановке умеет сохранить самообладание, выдержку, обладает большим чувством самоконтроля, четким мышлением. Движения и 5 действия его быстрые, но не поспешные. Его интересы сосредоточены в области физики.

**Ученик Б.** Поражает какой-то несобранностью, внутренней погруженностью и внешней рассеянностью. Он очень хорошо знает физику. В быту совершенно беспомощен, ненаблюдателен и вечно попадает в смешные истории. Ученица В. Все годы учится только на «четыре» и «пять», любит литературу, музыку, спорт, но больше всего — физику и математику, ищет всюду самостоятельные решения. Сама собрала детекторный приемник. В VIII классе она была прикреплена к неуспевающим ученикам и сразу обратила внимание, что одни из них легко понимают общепринятые варианты решения задач, но не умеют мыслить самостоятельно, другие с трудом усваивают решение даже стереотипных задач. В. увлекли поиски наиболее доступных методов объяснения материала. Здесь она ощутила радость подлинного творчества.

**Ученица С**. Когда занимается со своими подшефными малышами — октябрятами, то вся преображается: становится взрослее, голос звучит мягче, задушевнее. Она снисходительна к шалостям малышей, но настойчива, когда нужно призвать ребят к порядку. С.— выдумщица на всякие игры, и октябрята с нетерпением ждут ее прихода.

10. Подумайте, у кого из кратко описанных учащихся более ярко выражены склонности к практическому преобразованию окружающей общественной среды. Ученик А. Проявляет повышенный интерес к событиям в стране и за рубежом. Много читает, хорошо играет в шахматы. В пионерлагере был назначен старостой шахматного кружка. На занятиях кружка хорошо объясняет и показывает позиции, ведет учет посещаемости. Часто увлекается игрой сам. Работает в основном с теми, кто хорошо играет, а от непосед и шалунов старается отстраниться, избавиться. Ученица Н. Хорошо учится, активна в учебе, в труде и спорте, в художественной самодеятельности, хотя ни в одном из этих видов деятельности не выделяется среди других. Н. — большой реалист. Когда на совете дружины обсуждали вопрос об организации комбината «своими руками», она встала и минут пять, загибая пальцы, перечисляла, что нужно сделать. Когда же ей поручили организовать группу сильных мальчиков для переноски столов, а самый сильный из ребят отказался, Н. высказалась: «сейчас соберу одних девчонок и октябрят, они посильнее некоторых, что с гантелями». Слово сработало.

11. Какие из перечисленных ниже высказываний верны и почему?

а) внимание — необходимое условие выполнения любой деятельности.

б) внимание — врожденная особенность психической деятельности, и развить ее в процессе жизни не представляется возможным.

в) приучать себя внимательно работать в самых разнообразных условиях — вот верный путь формирования внимания.

г) развитие устойчивости внимания человека связано с развитием его волевых качеств.

д) для того чтобы успешно справляться с работой токаря, человеку необязательно иметь хорошо развитое качество устойчивости внимания.

12. О каком свойстве внимания человека можно говорить, прочитав характеристику его поведения в нижеприведенных отрывках? Назовите условия формирования данного качества:

а) «Изумительная работоспособность Н.Г.Чернышевского позволяла ему часто проводить параллельно две работы: нередко он писал статью для «современника», одновременно выполняя другое дело, например диктуя секретарю перевод «всемирной истории» Шлоссера».

б) М. Горький писал: «Вот в Берлине одна дама показывает фокусы: обеими руками в одно время пишет на разных языках — английском, немецком, французском — разные фразы. Даже так делает: в руки берет по два карандаша, в зубы — пятый и одновременно пишет пять различных слов на пяти языках».

13. Проанализируйте нижеприведенные тексты. О каких чертах характера человека можно судить по описанию его поведения?

а) в Мюнхене В.Борзова считали одним из претендентов на медаль. Но были и скептики, не верящие в его победу над американскими спортсменами. Сам Валерий был уверен в победе. В полуфинале он показал лучший результат на стометровке — 10,07 с, в финале был первым. Первым из советских спринтеров он получил золотую олимпийскую медаль. На вопрос одного из журналистов, как он оценивает свою победу, Борзов ответил: «Это не только мой успех. Это победа и тренера, и всей нашей легкой атлетики, а потом уже моя». А в статье, опубликованной в «Литературной Газете», Валерий написал: «когда я стоял на верхней ступени олимпийского пьедестала и алое полотнище под звуки государственного гимна союза СССР медленно поднималось по флагштоку, 80 тысяч различных по вероисповеданию и политическим убеждениям человек, заполнивших в этот день олимпийский стадион в Мюнхене, поднялись со своих мест. Вот когда становится понятным истинное место спорта в жизни людей... И я знаю, что не зря отдаю всего себя большому спорту. Ведь мои победы нужны людям, стране!»

б) шел четвертый день лично-командного первенства профсоюзов СССР. Дан старт первому забегу с барьерами. Среди спортсменов спартаковец Ч. сделав несколько шагов, он сошел с дистанции. Что случилось? Растянул мышцу? «Нога не пошла»,— объяснил позднее спортсмен своему представителю. Действительно неудача. Рассчитывать при этом на хороший результат трудно, но закончить дистанцию и принести своей команде очки можно. Ч. не позаботился о команде, не подумал о том, что «Спартак» после трех дней соревнований находился на 2-м месте в командном зачете, что легкоатлеты «Труда» проигрывали ему всего 200 очков. Сойдя с дистанции, Ч. наказал свою команду сразу на 100 очков и, по существу, лишил ее надежды на 2-е место.

в) штанга становилась все тяжелее, отношение к жизни все легче. Слава вскружила голову. Сколько раз ему говорили: «Учись, у тебя есть все основания стать тренером».— «Кто вы такие, чтобы меня, чемпиона мира, поучать? Я еще себя покажу! Заладили — учись, учись! Мне и так неплохо живется. Вот вы учились, а что, кроме Москвы, видели? А я уже весь мир объездил!»

14. Определите, какие из перечисленных ниже свойств личности входят в ансамбль качеств, составляющий способности к следующим профессиям: а) учитель литературы;

б) гимнаст;

в) математик;

г) токарь-универсал;

д) оператор роботосистем.

Выделите общие и специальные способности (результаты работы сведите в таблицу).

Перечень свойств личности: двигательная память; лаконичность в рассуждениях; трудолюбие; настойчивость; сенсомоторная координация; любовь к детям; хорошее запоминание общих схем обобщенных способов решения задач; эмоциональная устойчивость; умение передавать свои мысли и чувства с помощью слов; скорость и точность реакций и движений; быстрота мыслительных процессов; сообразительность; гибкость мышления; яркость воображения; богатство словарного запаса; пластичность 7 движений; эмоциональность; выдержка и самообладание; умение налаживать контакты; целеустремленность; отзывчивость; память на числа, цифры, формулы; смелость и решительность; устойчивый интерес к делу; широкое распределение и быстрое переключение внимания; воссоздание образов по словесному описанию; умение быстро принимать решение; выносливость; техническая наблюдательность; физическая сила; умение понимать других людей; пространственное воображение; эмоциональная выразительность движений. Схема для анализа Профессия Общие способности Специальные способности Учитель литературы Гимнаст Математик Токарь-универсал Оператор роботосистем.

15. Прочитав нижеприведенные отрывки, выделите признаки, которые являются показателями наличия или отсутствия способностей.

а) в биографии знаменитого десятиборца В. Кузнецова известен такой факт. Как-то на стадионе познакомился Вася с тренером Шуляцким. Спустя неделю мальчик решил попробовать бросить диск. Вася сделал три замаха, потом вошел в поворот и с удовольствием почувствовал, что диск с силой оторвался от руки, взлетел в воздух и красивой дугой опустился на траву. «Вот это здорово!» — удивился тренер. Вася, покраснев от удовольствия, спросил: «метров 25 будет, правда?» «будет, будет наверняка»,— ответил тренер. Но не результаты удивили тренера, а то, как легко и быстро овладел ученик техникой движения, на которую у других уходили месяцы.

б) Софья Ковалевская, не зная еще первых четырех правил арифметики, решала задачи различными оригинальными способами. В возрасте 10 лет она прошла курс арифметики, преподававшийся в пражском университете, затем быстро овладела курсом алгебры и приступила к высшей математике. Интерес к алгебре был так велик, что она даже ночью вставала и изучала материал. Встретив тригонометрические понятия, она самостоятельно разобралась в них.

в) с 3 лет Моцарт начал играть на клавесине, в 4 года уже сочинял небольшие музыкальные произведения, в 6 лет создал концерт для фортепьяно, а в 12 написал первую оперу.

г) один из победителей второго тура физической олимпиады 1962 г. По приморскому краю Саша В. Вызывал большие сомнения у членов жюри. Э. Круглякову предложили проверить его. Неофициальный экзамен длился 7 часов. Саше предлагались задачи — и легкие, и большой сложности, выходящие за рамки школьной программы. Удивительно, но и те и другие он решал мучительно трудно и долго. Когда экзаменатор вдруг спросил Сашу об элементарных законах физики, пройденных еще в VIII и IX классах, то оказалось, что Саша не знал их. Оказывается, чтобы решить задачу, ему приходилось проделывать изнурительную работу — самому открывать и устанавливать закономерности, и, тем не менее, он каждый раз с честью выходил из положения.

д) генеральный авиаконструктор А.С.Яковлев так описывает труд одного рабочего: «я часто останавливался в цехе нашего завода и наблюдал за работой мастера-дюралыцика А.Н.Кирилина. В его руках дюралевый лист приобретает эластичность резины, лист течет, он дышит, он делается живым... Из плоского, ровного листа рождаются детали самой сложной конфигурации. Уму непостижимо, как чувствует материал этот человек! Я 8 уверен, что в тот момент, когда руки Кирилина превращают металлический лист в сложную пространственную трехмерную деталь, мастер не думает о припусках, технологии материала, о его физических свойствах — он их чувствует. Примечательнее всего в этом человеке то, что он постоянно ищет новые трудовые приемы усовершенствования и улучшения по своей специальности.

е) в 1869 г. В Петербургскую академию художеств вступительный экзамен держал Василий Суриков. Выполненные им на испытаниях работы, требующие владения техникой рисунка, вызвали возмущение у инспектора академии, который заявил: «За такие рисунки вам даже мимо академии надо запретить ходить». Всего три месяца В.Суриков работал над техникой рисунка, на повторном экзамене те же преподаватели признали его способности и зачислили в академию.

Ж) в интервью с корреспондентом пеле сказал, что у него такое впечатление, что он родился с мячом в руках. И самое приятное его воспоминание связано с тем, что он целую неделю помогал дяде-художнику, а на заработанные деньги купил первый в своей жизни настоящий футбольный мяч.

з) в записной книжке А. П. Чехова есть такая запись: «бездарный ученый, тупица, прослужил 24 года, не сделав ничего хорошего, дав миру десятки таких же бездарных узких ученых, как он сам. Тайно по ночам он переплетает книги — это его истинное призвание; здесь он артист и испытывает наслаждение. К нему ходит переплетчик, любитель учености. Тайно по ночам занимается наукой».

16. Известный немецкий математик карл гаусс (1777—1855) очень рано обнаружил блестящие способности по математике. Рассказывают, что однажды, когда школьный учитель предложил ученикам найти сумму всех чисел от 1 до 100 включительно, только учитель прочитал задание, как маленький гаусс сказал: «решил! 5050». И он объяснил, что каждая пара чисел, которые одинаково удалены от концов ряда, равна 101 (1+100; 2+99...). Таких пар 50, получается 5050. Попробуйте и вы таким способом найти сумму чисел: а) от 1 до 50; б) от 1 до 1000; в) от 1 до 9; г) от 1 до 99. Если вы быстро справились с заданием, у вас явно есть математические способности.

17. Ниже дан перечень способностей, важных для профессии педагога. Определите, какие из них являются относительно общими, а какие — относительно специальными:

1) творческое отношение к делу;

2) высокий уровень умственных способностей;

3) организаторские способности;

4) способность предвидеть изменения в поведении и развитии личности ученика;

5) способность хорошо владеть собой, управлять своими чувствами;

6) способность быстро запоминать содержание урока;

7) способность понимать внутреннее состояние другого человека;

8) способность объяснять;

9) способность заражать других своим отношением к делу.

18. Ниже перечислены различные черты характера. Определите, какие из них выражают:

а) отношение человека к другим людям;

б) отношение к труду;

в) отношение к своей личности.

Чувство собственного достоинства, гуманность, добросовестность, честность, эгоизм, бережливость, чувства превосходства, лень, замкнутость, скромность, инициативность, чувство нового, аккуратность, высокомерие, общительность, чувство чести.

19. Из приведенного ниже списка различных черт характера выберите волевые качества: Скромность, упорство, наблюдательность, лицемерие, дисциплинированность, выдержанность, замкнутость, целеустремленность, деловитость, бесстрашие, простодушие, сообразительность, стойкость, требовательность.

20. Выберите из нижеприведенных высказываний правильные. Объясните свой выбор.

1. Для того чтобы правильно выбрать для себя профессию, нужно:

а) знать, какую зарплату будешь получать;

б) посоветоваться с друзьями;

в) знать существенные особенности профессии и свои личные качества, уметь их соотнести;

г) иметь представление о существенных признаках деятельности;

д) уметь разбираться в своих способностях.

2. Любая профессиональная деятельность требует от человека:

а) совокупности определенных способностей;

б) развития устойчивости внимания;

в) трудолюбия;

г) соответствия его личных качеств требованиям профессии;

д) хорошей зрительной памяти;

е) высоко развитого образного мышления;

ж) развития волевых качеств.

22. Составьте список ваших любимых занятий в свободное время. Подробно профессиограммы представлены в учебном пособии Е.С.Романовой «99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы». Материалы пособия ориентированы на оказание помощи учащимся средней школы, выбирающим свою будущую профессию, а также на сайте <http://www.proftime.edu.ru/matrix.php>