



Занятие №2 с элементами тренинга по  
профориентации:  
**"Личный профессиональный план"**

Подготовила воспитатель 10-А класса  
Сечень Татьяна Германовна

### Цели занятия:

Способствовать формированию представления о жизненном и личном профессиональном плане; объективно осуществлять самоанализ уровня развития своих профессионально важных качеств (внутренних условий для достижения цели) и соотносить их с требованиями профессий, сфер трудовой деятельности к человеку.

Развивать основные способы мыслительной деятельности: учить анализировать этапы своего профессионального плана, выделять главное, обобщать и систематизировать.

Воспитывать навыки сознательной дисциплины: собранность и внимательность во время работы; навыки интеллектуальной активности.

Тип занятия: сообщение новых знаний с элементами социально-психологического тренинга.

Методы занятия: словесный, наглядный, практический.



# Ход занятия

## Информационный блок

1. ТРЕНИНГОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ «АУКЦИОН ПРОФЕССИЙ».

2. УПРАЖНЕНИЕ «МОИ ЖИЗНЕННЫЕ ПРИОРИТЕТЫ».

3. СХЕМА ЛИЧНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЛАНА.

## Практический блок

4. ПЕРВИЧНОЕ ЗАКРЕПЛЕНИЕ ЗНАНИЙ.

## Диагностический блок

5. МЕТОДИКА АДАПТИРОВАНИЯ.

6. КАДРОВЫЙ СЛОВАРЬ – КОПИРАЙТОР.

7. ПРАКТИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ: «Я – КОПИРАЙТЕР»

## Заключительный блок

8. Рефлексия. «Я – высказывание».

## Цитата дня:

**Нельзя вести домашнее хозяйство, не подходя к плите. Нельзя поймать рыбу на удочку, не забросив крючок.**

**Нельзя достичь своей цели, не прилагая усилий”.**

**Кэти Селигман,  
журналистка**

# 1. ТРЕНИНГОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ «АУКЦИОН ПРОФЕССИЙ» .

Информационный блок. Сообщение новых знаний

У каждого человека: и у взрослого, и у ребёнка – есть удивительная возможность – мечтать. Пока человек живёт, он всегда о чём-то мечтает. Иногда его мечты становятся явью, превращаясь в жизненные цели. Давайте представим себе нашу жизнь в виде лестницы, по которой мы идём вверх, в будущее, во взрослую жизнь. Ваше право – выбрать, какой будет ваша лестница, большая или маленькая, из каких ступенек она будет состоять. Вы можете считать, что каждая ступенька – это то, к чему вы стремитесь в вашей жизни. Давайте назовём эту лестницу “лестницей желаний”.



## «Аукцион профессий»

Поднимаясь по лестнице, мы не всегда идём уверенно, можем ошибаться, можем оступиться и даже упасть. В жизни тоже бывает всякое: нас сопровождают болезни, разочарования и даже потери. Ваш подъём зависит во многом от того, как вы будете вести себя по отношению к другим людям, которые идут вместе с вами по лестнице: будете толкаться, переступать через кого-то, пропускать вперёд, идти рядом.

## «Аукцион профессий»

Вы сейчас находитесь в такой ситуации, когда вам необходимо спланировать своё движение по лестнице жизни, найти свой жизненный путь. Однако не всем удастся достичь желаемых успехов. Одна из причин заключается в том, что план не всегда хорошо продуман, составлен без учета своих способностей и возможных препятствий. Жизненный план – это представление человека о желаемом образе жизни.

## 2. УПРАЖНЕНИЕ

### «МОИ ЖИЗНЕННЫЕ ПРИОРИТЕТЫ»

Про бабушку.

В одной из стран,неважно в какой, жила одна бабушка. Многие годы она ходила с палочкой по пляжу в разгар летнего сезона. Многие люди недоумевали и не понимали, что она ищет в песке, разгребая его палкой. Только спустя годы узнали, что в течение многих лет она ходила по пляжу с одной лишь целью – она собирала осколки битого стекла, чтобы взрослые и дети не поранились.

- ◎ - Много ли достигла в жизни эта бабушка?
- ◎ - Как вы думаете, каков был её путь по лестнице жизни?
- ◎ - Каковы были её жизненные ценности?



# УПРАЖНЕНИЕ «МОИ ЖИЗНЕННЫЕ ПРИОРИТЕТЫ»

Профессиональный план – это представление человека о своём профессиональном будущем, поэтому его построение зависит от него самого, его опыта. Говоря о профессиональном плане, мы говорим о пути, имеющем протяжённость во времени.

Планирование обычно бывает: долгосрочное (на несколько десятилетий вперёд); на средний срок (несколько месяцев или лет) и краткосрочное (несколько дней, недель).

## УПРАЖНЕНИЕ

### «МОИ ЖИЗНЕННЫЕ ПРИОРИТЕТЫ»

Планирование профессионального пути у человека чаще всего идёт как намётки основных вех. Причём эти вехи могут быть разные: временные (например, к 23 годам окончить институт и найти хорошую работу), событийные (стать менеджером) без чёткого указания возраста человека при совершении события.

Планируя свою профессиональную карьеру, необходимо проявить максимум самостоятельности. Ошибки, пока они только в планах, исправимы. У вас есть знания о себе и о мире профессий, ведь осознанным выбор человека может быть только тогда, когда учитываются все обстоятельства дел

## УПРАЖНЕНИЕ «МОИ ЖИЗНЕННЫЕ ПРИОРИТЕТЫ»

При составлении профессионального плана надо обдумать свою главную цель, полезно продумать реальные пути и средства достижения поставленной цели. Необходимо помнить, что в профессиональном плане всегда должен присутствовать и запасной вариант, ведь наша жизнь изменчива, и на пути к поставленной цели могут возникнуть неожиданные препятствия: неудача на ЕГЭ и ГИА, непредвиденное снижение спроса на избранную профессию, отсутствие материальных возможностей и многое другое.



### 3. СХЕМА ЛИЧНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЛАНА

Для планирования своего профессионального пути часто используется схема профессионального планирования, разработанная Е.А. Климовым:

Главная цель – какую профессию выбираю

Чем буду заниматься, какой трудовой вклад внесу в общее дело, каким буду, где буду, на кого буду равняться, кем я буду, чего достигну.

# СХЕМА ЛИЧНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЛАНА

**Ближайшие задачи и более отдаленные цели**

**Первая проба сил, работа, чему и где учиться, перспективы повышения мастерства, профессионального роста**

**Пути и средства достижения ближайших целей**

**Изучение справочной литературы, беседы со специалистами, самообразование, поступление в определенное учебное заведение (ПТУ, колледж, ВУЗ курсы)**

# СХЕМА ЛИЧНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЛАНА

**Внешние препятствия на пути достижения цели**

**Трудности, возможные препятствия, возможные противодействия тех или иных людей**

**Свои возможности для достижения цели**

**Состояние здоровья, способности к обучению, настойчивость, терпение, склонности к практической и теоретической работе, другие личные качества, необходимые для учебы и работы по данной специальности, работа по самовоспитанию**



# СХЕМА ЛИЧНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЛАНА

**Запасные варианты и пути их достижения**

**Например: “не пройду по конкурсу в университет – попробую поступить на ту же специальность в колледж “ и т.д.**

# Практический блок

- ◎ Первичное закрепление знаний.
- ◎ В соответствии с этой моделью построения плана продумайте ответы на следующие вопросы.
- ◎ Ответы на эти вопросы – и есть ваш “смутный” профессиональный план.
- ◎ В соответствии с этим проектом попробуйте спланировать, что вам необходимо сделать, чтобы достичь поставленной цели. А после того как план готов, необходимо начать по нему действовать.

# Практический блок

- ◎ Процесс принятия человеком любого решения обычно разделяют на несколько этапов.
- ◎ Сбор возможных вариантов решения: глобальных и частных, реальных и нереальных, имеющих под собой основу и не имеющих. Все идеи лучше записать и подвергнуть анализу.
- ◎ Сбор информации по каждому варианту решения. Чем полнее информация, тем с большей уверенностью можно будет принять или отвергнуть путь решения проблемы.



# Практический блок

- ◎ Исследование шансов успешности в каждом варианте: “Могу ли я на деле осуществить данный вариант?”
- ◎ Разработка конкретного плана действий: определение факторов, способствующих или препятствующих данному варианту решения проблемы.
- ◎ Какова же общая последовательность действий человека при принятии решения своего профессионального выбора, каковы его главные шаги?



# Практический блок

- ◎ Во-первых, это определение и оценка своих “хочу” и “могу”, во-вторых, сбор и оценка всей полученной информации об учебных заведениях, рабочих местах и, наконец, принятия решения и планирование достижения цели.
- ◎ Узнать, где можно получить необходимые знания о будущей профессии.
- ◎ Узнать учебные заведения, где можно получить квалифицированную профессиональную подготовку.
- ◎ Обязательно посетить учебное заведение в “День открытых дверей”, чтобы утвердиться в правильности своего выбора.

# Практический блок

- ◎ Узнать, какие профильные предметы надо сдавать на ВНО.
- ◎ Хорошо подготовиться и сдать экзамены.
- ◎ Окончить это учебное заведение.
- ◎ Найти работу по выбранной профессии.
- ◎ Для достижения профессионального успеха очень большое значение имеет мотивация к нему, то есть насколько сильно хочется достичь цели и почему.



# Диагностический блок

- ◎ Сила мотивации.
- ◎ Методика адаптированная.
- ◎ Инструкция: Следующая методика поможет оценить силу мотивации, то есть насколько значим для вас успех, продумать ту или иную позицию по отношению к тем или иным ценностям. Если вы согласны со следующим утверждением, ставьте “+”, если не согласны, ставьте “-”.

*Luzia Gorb*



## КАДРОВЫЙ СЛОВАРЬ – КОПИРАЙТОР

- ◎ Копирайтер – человек с творческой натурой, способный сочинять оригинальные тексты, музыкальные заставки и более крупные произведения разного стиля, характера и метража. Многие копирайтеры имеют опыт написания сценариев.
- ◎ Обязанности копирайтера можно сравнить с обязанностями корреспондента. К ним относится, например, написание статей рекламного характера. Также копирайтер участвует в разработке имиджа фирмы, включая название, слоган, рекламные материалы. Копирайтер должен ориентироваться в области авторских прав на музыкальные и литературные произведения. Обычно творческая группа рекламистов, работающая над проектом, состоит из копирайтера и редактора (дизайнера, художника).

# КАДРОВЫЙ СЛОВАРЬ – КОПИРАЙТОР

- ◎ Цель копирайтера – создать рекламу, которая принесла бы рекламодателю максимальную прибыль. Каждый копирайтер, помимо создания рекламного текста, должен заботиться и о его продвижении. Создание и расширение клиентской базы – тоже задача копирайтера. Немаловажный момент – умение общаться с клиентами, зачастую очень капризными, причем, постоянно убеждать их в эффективности своего творения, чтобы клиент действительно захотел вложить деньги в рекламируемый товар.
- ◎ Чтобы стать хорошим копирайтером, нужно много знать: маркетинг, поведение потребителя, теорию продаж, законы зрительного восприятия, компьютерные программы и многое другое. Нужно иметь бойкое перо, воображение и интуицию. Да и немного таланта также не повредит!

## ПРАКТИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ: «Я – КОПИРАЙТЕР»

- ◎ Преуспевающий человек – это человек, который...
- ◎ Неудачник – это человек, который...
- ◎ Человек в жизни состоялся, если он имеет...
- ◎ Человек в жизни не состоялся, если он не имеет...



# Заключительный блок.

- ◎ Обсуждение степени полезности и значимости материала урока по формированию представления о жизненном и личном профессиональном плане.

Рефлексия: «Я – высказывание»



**Спасибо за  
внимание!**