

## ***ДОРОГИЕ СТАРШЕКЛАССНИКИ!***

Многие из вас наверняка задумывались, чем вы будете заниматься по окончании Гимназии, как сложится ваша дальнейшая жизнь: продолжите обучение дальше или пойдете работать, останетесь в родном 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, просмотр научно-популярных, документальных фильмов.

Хочу предложить вам самостоятельно составить характеристику избранной вами профессии – профессиограмму. Работа по составлению профессиограммы позволяет глубже 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, целеустремленностью. В любой трудной обстановке умеет сохранить самообладание, выдержку, обладает большим чувством самоконтроля, четким мышлением. Движения и

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 преобразается: 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. Вместо точек в нижеприведенном тексте вставьте пропущенные слова:**

а) применительно к выбору профессии интересы — это ... Отношение к определенной области труда, стремление к ... И деятельности.

б) способностями принято считать любые ... Особенности человека, помогающие достижению в деятельности ..., но не сводящиеся к готовым знаниям и умениям.

в) профессиональная пригодность — это взаимное ... Человека и его дела.

г) сознательный выбор профессии означает, что каждый человек должен соотнести ... С требованиями, которые профессия предъявляет к человеку, ... С потребностями нашего общества.

**12. Какие из перечисленных ниже высказываний верны и почему?**

а) внимание — необходимое условие выполнения любой деятельности.

б) внимание — врожденная особенность психической деятельности, и развитие 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.

**13. 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».

**14. 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. сделал 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!»

**15. 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

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		

**16. 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-дюралева А.Н.Кирилина. В его руках дюралева 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

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».

**17. 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.

**18. 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.

**19. 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.

**20. Из приведенного ниже списка различных черт характера выберите волевые качества:**

Скромность, упорство, наблюдательность, лицемерие, дисциплинированность, выдержанность, замкнутость, целеустремленность, деловитость, бесстрашие, простодушие, сообразительность, стойкость, требовательность.

**21. 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>*