

**муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 12»**

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА**

**занятия**

**«Ищу работу: Моя профессиональная карьера»**

**Цель** - подготовить выпускников к началу профессиональной деятельности

**Задачи:**

1. Образовательные:

- научить выпускников анализировать и оценивать возможности трудоустройства и профессиональной карьеры;
- познакомить с перечнем документов при приеме на работу;
- научить навыкам написания резюме (самопредставления).

1. Воспитательные:

- воспитывать толерантность, доверие, внимательность к говорящему, умение высказывать свое мнение, соблюдая нормы современного этикета;
- формировать у будущих выпускников организаторские, исполнительские и управленческие умения и навыки.

1. Развивающие:

- активизировать процесс формирования психологической готовности студентов к профессиональной карьере;
- работать по развитию грамотной устной и письменной речи, обогащать словарь студентов новыми словами;

**Оснащение:**

1. ИКТ
2. Экран
3. Бланки резюме
4. Плакат -

<p><i>«Быть занятыми люди хотят еще больше, чем быть счастливыми»</i></p> <p>Фридрих Ницше, немецкий философ</p>
--

**План:**

1. Организационный момент (3 мин.)
2. Беседа об отношениях к трудоустройству (15 мин.)
3. Проведение игры-энергизатора «Как и у меня...» (20 мин.)
4. Самопрезентация (10 мин.)
5. Тренинг «Кем я буду и что для этого надо?» (15 мин.)
6. Тест «Предпринимательский потенциал» (10 мин.)
7. Подведение итогов (5 мин.)
8. Рефлексия

## Ход занятия

### 1. Организационный момент

*Вступительное слово:*

Сделать правильный шаг при выборе будущей профессии - это значит выбрать работу, которая будет доступной и интересной для тебя в будущем, будет нужна людям и обществу, которая принесет тебе удовлетворение и радость. Коротко формула «хорошего выбора» выражается тремя словами «нужно», «хочу», «смогу».

### 1. Беседа

В любой сфере деятельности происходит смена занятий, должностей по мере роста квалификации и карьеры человека. При этом наибольших успехов достигает тот, кто хорошо прошел начальные ступени профессии.

Если проанализировать ситуацию на рынке труда в городе Печоре и в целом по Республике Коми, самыми востребованными становятся рабочие профессии: повар, сварщик, электромонтажник, автомеханик, профессии строительного профиля и другие. С внедрением новой техники в производстве с каждым годом появляются все новые и новые профессии. Закончив обучение в техникуме и став молодым специалистом, будьте готовы к тому, что придется регулярно повышать квалификацию, осваивать смежные специальности. Не бойтесь того, что сегодняшний выбор профессии главным образом определит дальнейшую вашу судьбу. Изменение выбора, освоение новой специальности сделает вас ценным специалистом, востребованным в смежных областях деятельности.

Первая профессия, даже если вы затем передумаете и найдете что-то более привлекательное, пригодится в неожиданных ситуациях. В отношении профессий предрассудки проявляются в том, что некоторые важные для общества профессии считаются недостойными и непрестижными. Повар или сварщик не менее полезен для общества, чем юрист или экономист. Престижность профессии должна учитываться, но после учета ваших интересов и способностей. Иначе будете владеть «модной», но не приносящей удовольствия специальностью. Или, чего доброго, окажетесь, непригодны к выполнению основных рабочих функций...

Разобраться в выборе дальнейшей профессии тебе помогут профконсультанты, родители, педагоги, старшие товарищи. Полезными могут оказаться психологические тесты, а так же статьи и публикации на тему популярной психологии.

Существуют профессии, которые могут быть вам противопоказаны, так как они могут ухудшить состояние здоровья. Таких профессий немного, и к ним относятся, в основном, те, в которых требуется длительное напряжение тех или иных физиологических систем.

Готовых решений ни для кого нет. Если вы задаете себе вопрос о выборе профессии, значит, этот вопрос для вас актуален. Любое серьезное решение должно строиться продуманно, основываясь на объективной информации. Хотелось бы пожелать всем удачи в дальнейшей профессиональной деятельности. Учитывая все советы, двигайтесь в пространстве профессий не на ощупь и не наугад, а именно в том направлении, в каком пожелаете. А выбор остается за вами.

### **Факторы достижения карьеры:**

- знания и навыки в своей профессиональной области;

- умение собирать профессиональную информацию и правильно использовать её;
- творческий поиск;
- умение организовать свою работу;
- хорошие отношения с коллегами, заказчиками или клиентами, потенциальными работодателями;
- владение искусством делового общения;
- успешный практический опыт.

### **3.Проведение игры - энергизатора**

Игра-энергизатор позволяет отработать с обучающимися коммуникативные навыки, навыки вербального общения, сплотить коллектив единой целью и повысить активность и мотивацию к дальнейшей деятельности на классном часе.

*Инструкция:*

Возьмите лист бумаги и напишите на нем сначала заголовок: «Человек, у которого такие же, как и у меня...», а затем в столбик следующее:

1. Рост
2. Цвет глаз
3. Цвет волос
4. Знак зодиака
5. Любимое блюдо
6. Любимый напиток
7. Любимое животное
8. Черта характера (черта гордости)
9. Черта характера (предмет стеснения)
10. Способ реагирования на опасность
11. Способ знакомства с противоположным полом

Теперь ваша задача в течение пяти минут, гуляя по всему пространству, найти людей, у которых есть то, что мы только что перечислили, и попросить их поставить вам напротив одинаковой с ними позиции свою роспись. Росписи необходимо получить по всем позициям. По одной и той же позиции можно получить несколько росписей.

### **4.Самопрезентация**

Определите область занятости, где бы вы хотели работать после окончания техникума. Воспользуйтесь таким видом самопрезентации, как профессиональное резюме. Профессиональное резюме можно отправить в организации и компании по почте или использовать при личной беседе.

**Профессиональное резюме** - это ваш способ представить себя, поэтому нет строгих требований к его структуре. Однако опыт показывает, что есть универсальные блоки, которые ожидают увидеть руководители:

- Заголовок (чаще это ФИО)
  - Основные личные данные (адрес, телефон, место и дата рождения, семейное положение)
  - Цель в поиске работы (что вы хотите делать, на что претендуете, каких условий добиваетесь)
  - Опыт работы
  - Дополнительная информация
- сведения об общественной деятельности;
  - участие в работе профессиональных объединений;
  - упоминание о хобби (только если оно имеет отношение к работе);
  - сообщение о военной службе;
  - указание готовности к разъездам, смене места жительства и др.

Помните, что на просмотр резюме должно затрачиваться не более 2 минут. Поэтому информацию о себе следует тщательно подобрать, сгруппировать и хорошо структурировать на одной странице. Если вам удалось составить резюме, которое привлекло внимание при первом прочтении, значит, оно сработало.

Образец резюме представлен в приложении 1.

### 5.Проведение тренинга «Кем я буду и что для этого надо?»

Обучающимся выдаются карточки, на которых надо ответить на вопросы: Кем я буду и что для этого надо? Но так, же на карточках указываются и через, сколько лет они видят своё будущее, кем они будут и что для этого сделают?

№ п/п	Период	Кем я буду?	Что для этого надо?
1	Через 1 год		
2	Через 5 лет		
3	Через 10 лет		
4	Через 15 лет		
5	Через 20 лет		
6	Через 25 лет		

### 6.Тест «Предпринимательский потенциал»

*Инструкция:*

Вам прилагается ряд утверждений, внимательно просмотрите их и дайте ответ, исходя из того, что:

- если Вы согласны с утверждением, то напротив него ставьте знак «+»
- если Вы не согласны с утверждением, то напротив него ставьте знак «-»

Ответ необходимо выбрать даже в тех случаях, когда Вы сомневаетесь или еще не определились (по принципу, «наиболее вероятно», «скорее всего»).

Данный тест можно провести в активном режиме, для этого в аудитории выделяются участки с надписями «ДА», «НЕТ». Ведущий зачитывает утверждения, обучающиеся перемещаются к табличкам, в зависимости от желаемого ответа. При желании можно дать обучающимся «горячий микрофон», т.е. возможность прокомментировать свой выбор.

Утверждение	Вариант ответа
1. Самая счастливая пора жизни - детство	
2. Чувствуя свою правоту, я готов пойти на конфликт	
3. Только сложившиеся обстоятельства помешали мне достичь положения, соответствующего моим возможностям	
4. Излишне самоуверенные люди раздражают меня больше, чем излишне скрытые	
5. Свежие газеты с объявлениями о работе для меня – предмет первой необходимости	
6. Если у человека много недоброжелателей, это плохой человек	
7. Предприниматель должен быть бескорыстным	
8. Идею всеобщего равенства придумали неудачники	
9. Опасности делают жизнь богаче	
10. Обычно мне неприятно находиться в обществе, где подшучивают друг над другом	
11. Я не осуждаю тех, кто пытается взять от жизни все, что может	
12. Всегда хорошо быть искренним и откровенным	
13. Я понимаю людей, которые утверждают в жизни любым способом	
14. Каждый человек должен жить, как хочет	
15. Я предпочитаю уходить от конфликтных ситуаций	
16. Я считаю, что человека не следует наказывать за нарушение тех правил, которые ему кажутся не разумными	
17. Только ограниченные люди имеют одно хобби	
18. Я предпочитаю избегать ситуаций, способных привести меня в сильное возбуждение	
19. Меня не пугают задачи, не имеющие типового решения	
20. Существуют правила, пригодные на все случаи жизни	
21. У меня часто возникает желание изменить сложившейся порядок вещей	
22. Меня всегда считали трудно управляемым	

23. Временами мне хотелось бы снова стать ребенком	
24. Я люблю читать детективы	
25. Мне больше нравится красота лани, чем льва	

### **Интерпретация (ключ):**

*до 10 баллов.* Вам следует еще раз все обдумать, прежде чем сменить профессию и заняться предпринимательской деятельностью, т.к. этот путь пока явно не для Вас.

*От 11 до 19 баллов.* Ваш выбор во многом оправдан, но успехи на этом поприще будут зависеть не столько от вас, сколько от наличия благоприятных условий и окружающих вас компаньонов, сотрудников. Будьте аккуратны в подборе команды. Вам не всегда хватает чувства решительности, обдуманного риска, новизны. Постарайтесь компенсировать вышеперечисленное уровнем профессионализма по отношению к близкому окружению.

*От 20 до 25 баллов.* Вы действительно готовы попробовать свои силы в области предпринимательства. Уверенность в себе и в своих возможностях придаст вам определенный шарм в глазах окружающих; определит мнение о вас как о толковом предпринимателе. Не упустите свой момент, время не ждет!

### **7. Подведение итогов**

Выбор профессии - это, прежде всего, ваш выбор. Выбирая профессию, вы выбираете не только способ, каким вы будете зарабатывать на жизнь, но и образ жизни. Легкомысленный выбор профессии только по ее внешним проявлениям, без учета ее внутренних требований, ограничений и различного рода обязательств - это эксперимент, который может обойтись очень дорого не только вам, но и окружающим. А ответственность ляжет только на вас.

### **8. Рефлексия**

Занятие заканчивается подведением итогов: что нового узнали, и какие выводы смогли сделать для себя. На стикерах предлагаю обучающимся написать 5 качеств личности или профессиональных умений, которые на их взгляд помогут им в дальнейшем сделать профессиональный выбор или профессиональную карьеру. Стикеры вывешиваются на доске, ответы зачитываются без сообщения имен, при желании обучающиеся могут сами прокомментировать свои ответы.

В конце классного часа следует поблагодарить обучающихся за активность и подарить на памятки.

#### *Советы выпускникам:*

1. Подумайте о будущей работе еще до окончания техникума. Вы можете совмещать работу с учебой. Это будет положительно оценено работодателем.

2. Постарайтесь попасть на предприятие, которое имеет хорошую репутацию в городе, имеет хорошие производственные показатели, туда, где есть хорошие наставники.
3. Не считайте, что кто-то должен помочь вам в получении работы. Надеемся только на себя. Это не означает, что вы должны отказаться от помощи родственников и знакомых, но и не следует перекладывать на них свои проблемы.
4. Не верьте, что молодым специалистам труднее всего получить работу. Сложности есть в любом возрасте, сам поиск работы принципиально не отличается от всех других случаев.
5. Не преувеличивайте свой опыт и академические успехи, главное не оценки, а умения и опыт.
6. Ваши козыри: молодость, энергия, свежие знания, тренированный ум, более низкий уровень притязаний, гибкость, повышенная способность адаптироваться.