

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ПОСЕЛОК МИХАЙЛОВСКИЙ  
САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»**

**ПРИНЯТО**

на педагогическом совете  
от 01 сентября 2023 года  
Протокол № 1

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МОУ «СОШ  
МО пос. Михайловский»  
\_\_\_\_\_/ Маслова О. Р./  
Приказ № 304-ОД  
01 сентября 2023 года

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ** 01.09.2023 12:55 (MSK) Сертификат 3856DD03C1B98837C21B3FF0A3EFC1AD  
**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**ПОСЕЛОК МИХАЙЛОВСКИЙ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ",** Маслова Ольга Романовна, директор

**Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Билет в будущее»**

Направленность: **социально-гуманитарная**

Срок реализации программы: 1 год

Возраст обучающихся: 13-15 лет

Автор-составитель:

Урубкова Ольга Александровна,  
педагог дополнительного образования

**МО пос. Михайловский, 2023**

# 1. Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Билет в будущее» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р □ Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Устав и соответствующие локальные акты муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского и юношеского технического творчества».

### ***Актуальность программы***

Профориентация учащихся – приоритетная государственная задача, закрепленная в национальном проекте «Образование». Результаты профориентации и построения молодым человеком своего профессионального пути должны быть связаны не только с его успешной самореализацией, но и с его вкладом в экономическое развитие города, области, страны в целом.

В связи с требованиями времени реализация программы осуществляется в тесном взаимодействии с представителями промышленных предприятий и вузов города, чтобы подрастающее поколение осознанно и

заинтересованно подходило к вопросу выбора будущей профессии, ставя во главу угла и свои интересы, и запросы социума.

Образовательная деятельность ведется по двум направлениям - просветительскому и тренинговому. Погружение учащихся в информационную среду, содействующую популяризации и распространению знаний о современных реалиях рынка труда и потребностях города и области в квалифицированных специалистах, условиях становления профессиональной карьеры, способствует развитию профессионального самоопределения подростков. Информация о том, будет ли он востребован на рынке труда по окончании выбранного учебного заведения, сможет ли реализовать себя как дипломированный специалист, способствует осознанному выбору подростком своей будущей профессии.

Формирование способности выбора профессиональной траектории невозможно без понимания сильных продвинутых качеств и собственных ограничений. Тренинговые занятия способствуют освоению учащимися моделей профессионального поведения, созданию условий для приобретения востребованных навыков, развития современных компетенций, получению обратной связи о себе как будущем профессионале.

Программа «Билет в будущее» имеет социальногуманитарную направленность. Современный мир профессий огромен и разнообразен, он расширяется и изменяется год от года. В связи с этим существует необходимость обоснованного и в данный момент времени нужного обществу выбора профессии. Кроме того, меняются требования к личностным и профессиональным качествам специалиста: становится востребованным компетентный в своём деле, креативный человек, способный работать в команде. Программа ориентирована на профессиональное самоопределение подростков в современном социуме, развитие у них востребованных в профессиональной деятельности качеств личности.

### ***Отличительная особенность программы***

Отличительной особенностью данной программы является формирование у учащихся набора soft skills – навыков, не связанных с конкретной профессиональной областью, таких как развитие креативного мышления и лидерских качеств, работа в команде, коммуникативность, таймменеджмент. По данным социологических исследований большинство работодателей считает soft skills, или «мягкие навыки», не менее важными, чем hard skills – «твердые» рабочие умения.

### **Адресат программы**

Программа рассчитана на учащихся в возрасте от 13 до 17 лет и не требует наличия какой-либо предварительной подготовки.

В программе предусмотрено участие детей с особыми образовательными потребностями.

### **Возрастные особенности программы**

Уровень освоения программы – стартовый. Учащиеся получают информацию о своих профессиональных возможностях, специфике рынка труда в городе. Освоенные навыки и умения, помогут подростку в последующем принять мотивированное решение относительно продолжения своего обучения, выстраивания индивидуальной образовательной и профессиональной карьеры. Основой процесса самоопределения выступают ценности, которые определяют содержание выбора профессии.

**Количество обучающихся в группе:** 15 - 20 человек.

**Условия набора учащихся:** принимаются все желающие, приём в группы осуществляется без вступительных испытаний, без предъявления требований к уровню образования.

**Срок реализации программы:** один год

**Режим реализации:** 1 академический час 1 раз в неделю

### **Новизна программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Билет в будущее» является авторской. Понимание авторским коллективом профориентационной работы заключается в нацеленности не на выбор подростком конкретной профессии, а на формирование у учащихся базовых универсальных компетенций специалистов XXI века.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Для учащихся 8 класса профориентационные занятия имеют важное значение. Это период развития профессионального самосознания, формирования личностного смысла выбора профессии. Задача педагога дополнительного образования - помочь подросткам выбрать будущий профиль в соответствии с интересами и способностями.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она способствует социализации и профессиональному самоопределению учащихся через формирование представлений о себе, собственных ресурсах, возможностях и способностях, представлений о рынке труда и рынке образовательных услуг города, а также активизации личностной позиции учащихся в ситуации профессионального выбора.

**Формы организации деятельности учащихся на занятии:** фронтальная, коллективная, групповая.

Сформированные на занятии группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности.

Программа разработана с учетом педагогических принципов (развивающего обучения, научности, доступности, осознанности) и принципов современной профессиональной ориентации (непрерывность, социальное партнёрство, практикоориентированность). В процессе реализации программы используются современные педагогические образовательные технологии: технология проблемного обучения, технология проектной деятельности, технология сотрудничества.

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической части, причем большее количество времени занимают тренинговые и практические занятия.

Теоретическая часть обучения включает в себя знакомство с понятиями hard и soft skills, требованиями рынка труда, профессиями будущего, системой подготовки инженерно-технических кадров в городе Рыбинск.

Практические занятия направлены на формирование базовых универсальных компетенций специалистов будущего: критическое мышление, лидерские качества, тайм-менеджмент, навыки коммуникации (убеждение, проведение презентаций, умение вести переговоры, разрешать конфликты и т.п.) и развитие творческой активности и интеллектуального потенциала подростков.

В рамках реализации программы осуществляется входной, текущий и итоговый контроль.

### ***1.2. Цель и задачи программы***

*Цель программы:* формирование у подростков ценностных ориентаций для осознанного выбора будущей профессии.

Задачи программы

#### **1. Обучающие:**

- Познакомить учащихся с набором базовых универсальных компетенций специалистов XXI века.
- Познакомить учащихся с профессиональными учебными заведениями города и условиями приёма.
- Актуализировать знания учащихся о потребностях города в специалистах различного профиля.

#### **2. Развивающие:**

- Способствовать развитию коммуникативных умений и навыков делового взаимодействия.
- Содействовать развитию навыков тайм-менеджмента.

- Способствовать развитию навыков адаптации и работы в коллективе.

### 3. Воспитательные:

- Воспитывать потребность в самообразовании и творческой самореализации.
- Формировать мотивы выбора профессии.
- Способствовать формированию асертивных качеств личности.

## 1. 3. Планируемые результаты:

К концу обучения учащиеся *будут знать*:

- понятия hard и soft skills,
- систему подготовки инженерно-технических кадров в городе Рыбинск;
- набор базовых универсальных компетенций специалистов XXI века;
- информацию о потребностях города в специалистах различного профиля;
- информацию о профессиональных учебных заведениях города и условиях приёма на предлагаемые ими специальности;
- виды резюме и деловых писем; *будут уметь*:
- определять свои склонности и задатки к профессиональной деятельности;
- ориентироваться в средних учебных заведениях города;
- писать резюме и деловые письма;
- использовать информацию о своих возможностях, склонностях, интересах в самостоятельном выборе профессии; В ходе занятий учащиеся *будут развивать*:

- коммуникативные навыки;
- навыки делового взаимодействия;
- навыки работы в коллективе;
- асертивные качества.

Формой подведения итогов является самопрезентация учащимися себя как будущего профессионала.

## 1.4. Содержание программы:

№	Наименование темы	Количество часов
---	-------------------	------------------

п/п		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Требования к подготовке кадров	4	2	2
3	Общение в профессиональной деятельности	6	3	3
4	Профессии и креативность	6	3	3
5	Управленческие навыки	6	3	3
6	Планирование деятельности или тайм-менеджмент	6	3	3
7	Навыки самопрезентации специалиста будущего	6	3	3
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>18</b>	<b>18</b>

### *Вводное занятие*

*Теория.* Компетенции специалистов XXI века. Понятия soft и hardskills. История развития востребованных профессий. Профессии будущего.

*Практика.* Упражнения «Автобусная остановка», «Ладошки». Работа с Атласом новых профессий. Работа с информацией на сайтах промышленных предприятий Саратовской области. Входной контроль.

### *Требования к подготовке инженерно-технических кадров в Рыбинске*

*Теория.* Инженерно-технические специальности градообразующих предприятий города. Требования к абитуриентам. Ресурсы системы профессионального образования в Саратовской области.

*Практика.* Интерактивная игра по профориентации. Разработка буклета об одной из изученных профессий.

### *Общение в профессиональной деятельности*

*Теория.* Коммуникабельность в построении деловых отношений. Просмотр отрывка из фильма. Эмоциональный интеллект молодого специалиста. Правила этики деловой переписки. Виды писем.

*Практика.* Упражнения «Красивый сад», «Презентация своего соседа», «Согласованность мыслей», «Молчаливое рисование», «Цифровая биржа», «Назовите как можно больше признаков профессии», «Что скрывает чёрный ящик», «Деловое письмо», «Обратная связь». Выполнение заданий по просмотренному отрывку. Анкета «Я – собеседник».

### *Профессии и креативность*

*Теория.* Понятия «креативность», «креативное мышление», ТРИЗ, «синквейн». Креативные профессии. Методы развития креативного мышления.

*Практика.* Упражнения «Найди взаимосвязь», «Необычный рисунок», «Пишем синквейны», «6 шляп», «Название одним словом». Опросник по критическому мышлению. Разработка рекламы по предложенной теме. Разработка презентации креативных профессий.

### *Управленческие навыки*

*Теория.* Понятие «лидер», «лидерство». Стили лидерства. Как избежать или разрешить конфликт. Преимущества и недостатки командной работы. Командные роли.

*Практика.* Упражнения «Мы лидеры», «Дар убеждения», «Лидер – это...», «Я несу ответственность за...», «Кто во что горазд», «Командный узел». Тест «Лидерство в совместной деятельности», «Конфликтный ли я человек», тест «Навыки командной работы».

### *Планирование деятельности или тайм-менеджмент*

*Теория.* Понятия «целеполагание», «тайм-менеджмент», «хронофаги», «прокрастинация». Техники тайм-менеджмента. Матрица Эйзенхауэра.

Просмотр видео.

*Практика.* Упражнения «Цели по системе SMART», «Техники таймменеджмента», «Жёсткие и гибкие дела», «Чувство времени». Разработка «Плана поиска работы». Тест «Умеете ли вы управлять своим временем» или «Персональная компетентность во времени», «Насколько ты прокрастинатор».

### *Навыки самопрезентации специалиста будущего*

*Теория.* Понятие «самопрезентация». Как сделать самопрезентацию. Формы резюме. Формула выбора профессии.

*Практика.* Упражнения «Стена», «Выбор профессии», «Как специалист я...». Заполнение одной из форм резюме. Самопрезентация «Я специалист будущего».

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Методическое обеспечение программы

*Педагогические принципы реализации программы:*

Принцип развивающего обучения требует ориентации учебного процесса на потенциальные возможности подростка. В основе принципа лежит закономерность, согласно которой обучение – движущая сила целостного развития личности подростка, становления у него новых качеств: ума, памяти и других сторон психики; а также формирования способностей, интересов, склонностей.

Принцип научности состоит в том, чтобы подросток усваивал реальные знания, правильно отражающие действительность.

Принцип доступности предполагает соотнесение содержания, характера и объема учебного материала с уровнем развития, подготовленности учащихся.

Принцип осознанности процесса обучения предполагает необходимость развития у подростка рефлексирующей позиции: как я узнал, что не знаю, как думал раньше, почему ошибался, что хочу знать и т.п.

Для решения обозначенных в программе задач предполагается использование различных форм и методов организации образовательной и воспитательной деятельности, соответствующих возрастным особенностям учащихся. Организация образовательной деятельности предполагает использование разнообразных *форм работы*:

- информационно-практические: беседы, дискуссии, экскурсии;
- интерактивные: тренинговые занятия, обучающие игры;
- практические занятия.

Подготовка учащихся предполагает использование разнообразных активных *методов*, способствующих достижению максимального уровня включенности в деятельность каждого учащегося:

- интерактивные и письменные упражнения;
- ролевые игры;
- презентации и демонстрации; - тесты, опросы, анкетирование.

Основопологающей формой является *работа в группе*, которая имеет особые эффекты.

Групповые игры и упражнения – большая совокупность техник, применяющихся в работе с группой с разными целями:

- с целью разогрева, энергетизации группы – создания доброжелательной и рабочей атмосферы в группе;

- с целью актуализации проблемы, над которой предстоит работа в группе;
- с целью отработки новых навыков поведения;
- с целью релаксации, снятия напряжения у участников в промежутках между рабочими этапами;
- с целью ритуала завершения рабочего дня, тренинга.

Работа в малой группе – неотъемлемая часть многих интерактивных методов, так как дает всем учащимся возможность участвовать в работе, практиковать навыки сотрудничества, межличностного общения.

После завершения работы необходимо провести рефлексию деятельности.

В основу взаимодействия педагога и учащихся положены *методы воспитания*, которые взаимосвязаны и воздействуют на все сущностные сферы человека: беседа, рассказ, разъяснение, одобрение, создание воспитывающих ситуаций, самоанализ, взаимооценка, самоконтроль, рефлексия.

Получение информации в ходе занятий идёт на фоне усиления мыслительной, творческой и эмоциональной активности подростков. В связи с этим предусматривается использование различных *видов деятельности*: - игровая деятельность (игра с правилами: принятие и выполнение готовых правил, составление и следование коллективно выработанным правилам; ролевая игра);

- совместно-распределенная образовательная деятельность (включенность в учебные коммуникации, парную и групповую работу);
- творческая деятельность (художественное творчество, импровизация);
- проектная деятельность (разработка памяток, буклетов, мини-проектов).

## ***2.2. Ресурсное обеспечение программы***

Реализация программы осуществляется с использованием имеющихся ресурсов Центра технического творчества:

### ***Нормативно-правовое обеспечение***

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 года №273-ФЗ);
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года». □ Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»

- Постановление Правительства Ярославской области от 16 декабря 2019 года N 873-п «Об утверждении Региональной целевой программы «Образование в Ярославской области» на 2020 - 2024 годы».

- Региональный проект «Успех каждого ребёнка» (Паспорт проекта утверждён протоколом заседания регионального комитета от 14.12.2018 № 2018-2)

- Муниципальная программа «Развитие муниципальной системы образования в городском округе город Рыбинск» (утверждена постановлением Администрации городского округа город Рыбинск от 04.09.2019 № 2342).

### ***Кадровое обеспечение***

Для успешной реализации программы важным условием является наличие педагогов, обладающих необходимыми знаниями и умениями в области профориентации. Кадровый состав должен иметь соответствующий педагогический и организаторский опыт.

### ***Материально-техническое обеспечение***

Для проведения качественных занятий необходимы:

*материалы и инструменты:* -

бумага белая и цветная, ватман;

- цветные карандаши, фломастеры, краски;

- ножницы;

- скотч; - степлер;

- *технические средства:* - компьютеры; - интерактивная доска;

- дидактический материал:* - карточки с заданиями;

- оценочные бланки;

- анкеты, тесты;

- рабочая тетрадь для учащихся (разработана авторами программы).

### ***2.3. Оценочные материалы***

Способом определения результативности реализации программы служит мониторинг образовательной деятельности творческого объединения.

Обновление содержания образования и воспитания требует и новых подходов к оценке выполнения учебных заданий, к оценке знаний, умений и навыков. В рамках реализации программы осуществляется входной, текущий и итоговый контроль.

Входной контроль направлен на выявление мотивов выбора учащимися будущей профессии и проводится в форме анкетирования. Текущий контроль

осуществляется по каждой теме в форме анализа творческой работы, анкетирования или тестирования. Итоговый контроль осуществляется в форме самопрезентации, во время которой каждый учащийся рекламирует себя как специалиста с востребованными качествами.

Для оценки эффективности занятий определены критерии и методы контроля:

Задачи	Критерии	Методы
Познакомить с набором базовых универсальных компетенций специалистов XXI века	Знает базовые универсальные компетенции специалистов XXI века Знает методы и способы развития универсальных компетенций	Опрос. Наблюдение

века	специалистов XXI века	
Познакомить с профессиональными учебными заведениями города и условиями приёма	Знает характеристику высших и средних учебных заведений города Знает правила приема и подачи документов	Опрос. Анализ творческой работы
Актуализировать знания учащихся о потребностях города в специалистах различного профиля	Знает основные направления деятельности предприятий города Знает востребованность профессий на рынке труда города Знает правила написания резюме	Опрос. Анализ творческой работы
Способствовать развитию коммуникативных умений и навыков делового взаимодействия	Знает компоненты эффективной коммуникации Умеет договариваться с собеседником	Анкетирование (Анкета «Я - собеседник». Приложение 1)
Содействовать развитию навыков тайм-менеджмента	Осознаёт ценность времени Умеет рассчитывать временные промежутки, необходимые для решения различных задач	Тестирование (Тест «Персональная компетентность во времени». Приложение 2)

Способствовать развитию навыков адаптации и работы в коллективе	Способен взаимодействовать с членами команды  Выполняет порученную командой роль	Наблюдение. Тестирование (Экспресс-тест «Навыки командной работы». Приложение 3)
Воспитывать потребность в самообразовании и творческой самореализации	Знает основные правила и методы самообразования  Способен к самоконтролю результатов своей учебной и творческой деятельности	Наблюдение
Формировать мотивы выбора профессии	Знает группы мотивов выбора профессии  Правильно оценивает свои возможности в выборе профессии	Анкетирование (Анкета «Определение профессиональных склонностей». Приложение 4)
Способствовать формированию ассертивных качеств личности	Уверен в себе, умеет отстаивать своё мнение без ущемления интересов другого человека. Умеет управлять своими эмоциями и самостоятельно регулировать своё поведение	Наблюдение. Анкетирование («Эмоциональный интеллект»: методика Н. Холла. Приложение 5)

Оценка результатов воспитания осуществляется с помощью наблюдения, в том числе уровня сформированности востребованных компетенций.

### **Оценка уровня сформированности компетенций учащихся по программе «Билет в будущее»**

#### *Уровни сформированности компетенции «эффективная коммуникация»*

Критерий	1 уровень	2 уровень	3 уровень	4 уровень
Желание вступать в контакт	Не вступает в контакт	Редко вступает в контакт,	Легко вступает в контакт,	Легко вступает в контакт,

контакт		проявляет активность в общении со сверстниками только, когда касается его интересов	проявляет активность в общении со сверстниками. Со взрослыми общается по необходимости	проявляет активность в общении со взрослыми и сверстниками
Умение организовать общение	Не знает нормы и правила общения	Нормы и правила общения знает частично. Не умеет организовать диалог	Нормы и правила общения знает. Организовать диалог получается не всегда	Хорошо знает и владеет нормами и правилами общения. Легко может организовать диалог. Способен понимать позиции разных участников коммуникации
Умение договариваться	Не умеет договариваться с другими участниками коммуникации	Может договориться с другими участниками коммуникации, но часто отстаивает свою позицию, несмотря на то, что она может быть неправильной в конкретной ситуации	Может договориться с другими участниками коммуникации, если это не ущемляет его интересы	Легко договаривается с другими участниками коммуникации, может привести аргументы, объяснить, почему занимает ту или иную позицию. Может предложить допустимые способы решения проблемы
Умение слушать собеседника	Не умеет слушать собеседника, постоянно перебивает	Не уделяет собеседнику должного внимания, часто перебивает	Умеет слушать собеседника, часто задаёт вопросы на уточнение информации	Умеет слушать и слышать собеседника, легко удерживает внимание на разговоре

*Уровни сформированности компетенции «эмоциональный интеллект»*

Критерий	1 уровень	2 уровень	3 уровень	4 уровень
----------	-----------	-----------	-----------	-----------

Понимание своих эмоций и эмоций окружающих	Не умеет осознавать и контролировать собственное эмоциональное состояние. Не способен понимать	Верное понимание собственных эмоций и эмоций окружающих носит эпизодический	Может понять и иногда проконтролировать свои эмоции. Умеет правильно оценивать эмоции окружающих.	Чётко осознаёт и контролирует собственное эмоциональное состояние. Умеет замечать и правильно оценивать эмоции
	эмоции окружающих.	характер.		окружающих. Может подобрать уместную в данном контексте реакцию.
Умение управлять своими эмоциями	Не способен контролировать свое эмоциональное состояние.	Может контролировать эмоциональное состояние при поддержке взрослого.	Умеет управлять своими эмоциями в знакомых ситуациях, в ситуации неопределённости не всегда справляется с эмоциями.	Может самостоятельно контролировать своё эмоциональное состояние и управлять им. Умеет выражать свои эмоции так, чтобы устанавливать и поддерживать доброжелательные отношения с окружающими.
Проявление эмпатии в межличностных отношениях	Не знает деятельные формы участия в жизни других людей	Не понимает эмоциональных проявлений и поступков. Часто не находит взаимопонимания с окружающими	Умеет контролировать собственные эмоциональные проявления, но часто затрудняется прогнозировать отношения с другими людьми	Умеет сопереживать другим людям

*Уровни сформированности компетенции «командная работа»*

Критерий	1 уровень	2 уровень	3 уровень	4 уровень
----------	-----------	-----------	-----------	-----------

<p>Ответственность за достижение общих целей</p>	<p>Избегает работу в команде. Безответственно относится к выполнению задач, поставленных перед ним командой.</p>	<p>Иногда вносит свой вклад в работу команды. Выполняет поставленные задачи, если оказывают помощь. Плохо понимает цели работы. Сосредоточен на своих достижениях.</p>	<p>Вносит посильный вклад в работу команды. Ответственно выполняет порученные задачи. Помогает другим в достижении общих целей.</p>	<p>Вносит ощутимый вклад в работу команды. Готов ориентироваться на потребности команды и прилагать максимум личных усилий для общего результата. Демонстрирует понимание общей цели и способов ее достижения. Проявляет готовность к разделению ответственности и</p>
				<p>вознаграждения за результат.</p>
<p>Способность взаимодействовать с членами команды</p>	<p>Не оказывает помощь и поддержку другим членам команды. Не принимает чужую точку зрения.</p>	<p>Редко оказывает помощь и поддержку другим членам команды. Не умеет находить способы сосуществования людей с разными позициями и разными точками зрения.</p>	<p>Оказывает помощь и поддержку другим членам команды, когда это входит в его интересы. Понимает и часто поддерживает точки зрения членов команды.</p>	<p>Оказывает помощь и поддержку другим членам команды, берёт на себя дополнительные обязанности для этого. Умеет находить способы сосуществования людей с разными позициями и разными точками зрения. Всегда внимательно относится к предложениям и мыслям других членов команды.</p>
<p>Признание заслуг членов команды</p>	<p>Не признаёт вклад других людей в общекомандный результат</p>	<p>Признаёт вклад других людей в общекомандный результат, если не затронуты личные интересы</p>	<p>Признаёт вклад других людей в общекомандный результат</p>	<p>Распознаёт и публично признаёт вклад других людей в общекомандный результат</p>

Готовность к выполнению порученной командой роли	Не готов к выполнению порученной командой роли	Выполняет порученную командой роль, когда к этому мотивируют.	Всегда выполняет порученную командой роль. Способен реагировать на изменения в рабочей среде	Ответственно относится к выполнению порученной командой роли. Способен эффективно реагировать на изменения в рабочей среде. Умеет вовлекать других в процесс перемен.
--	--	---	--	---

*Уровни сформированности компетенции «тайм-менеджмент»*

Критерий	1 уровень	2 уровень	3 уровень	4 уровень
Осознание ценности времени	Постоянно испытывает дефицит времени.	Стремится к пунктуальности, но подвержен влиянию «ловушек времени»	Пунктуальность носит избирательный характер, выдерживается только в значимых ситуациях	Ценит своё время и время других людей. Всегда пунктуален.
Умение планировать и достигать намеченных целей	Планирование отсутствует. Выбор задач осуществляется в хаотичном порядке. Дедлайн постоянно нарушается.	Присутствует кратковременное планирование, но не всегда осуществляется достижение намеченного	Присутствует кратковременное и долгосрочное планирование, имеющее нестабильную практическую эффективность	Планирование времени носит системный характер, имеет стабильно высокую практическую эффективность, составляется список дел

Умение рассчитывать временные промежутки, необходимые для решения различных задач	Умение отсутствует или слабо сформировано. Внутреннее ощущение «мгновенного исчезновения» достаточно больших временных промежутков.	Расчёт времени производится, однако количество ошибок очень велико даже в видах деятельности, окрашенных для обучающегося положительно в эмоциональном плане. Приходится постоянно осуществлять текущую корректировку.	Может правильно рассчитать время в некоторых видах деятельности. Текущая корректировка незначительна.	Умеет грамотно рассчитать время, необходимое для решения любой задачи, использует его максимально эффективно. Умеет соотносить временные затраты и полученные результаты.
---	---	--	---	---

*Уровни сформированности компетенции «эффективная коммуникация»*

Критерий	1 уровень	2 уровень	3 уровень	4 уровень
Желание вступать в контакт	Не вступает в контакт	Редко вступает в контакт, проявляет активность в общении со сверстниками только, когда касается его интересов	Легко вступает в контакт, проявляет активность в общении со сверстниками. Со взрослыми общается при необходимости	Легко вступает в контакт, проявляет активность в общении со взрослыми и сверстниками
Умение организовать общение	Не знает нормы и правила общения	Нормы и правила общения знает частично. Не умеет организовать диалог	Нормы и правила общения знает. Организовать диалог получается не всегда	Хорошо знает и владеет нормами и правилами общения. Легко может организовать диалог. Способен понимать
				позиции разных участников коммуникации

Умение договариваться	Не умеет договариваться с другими участниками коммуникации	Может договориться с другими участниками коммуникации, но часто отстаивает свою позицию, несмотря на то, что она может быть неправильной в конкретной ситуации	Может договориться с другими участниками коммуникации, если это не ущемляет его интересы	Легко договаривается с другими участниками коммуникации, может привести аргументы, объяснить, почему занимает ту или иную позицию. Может предложить допустимые способы решения проблемы
Умение слушать собеседника	Не умеет слушать собеседника, постоянно перебивает	Не уделяет собеседнику должного внимания, часто перебивает	Умеет слушать собеседника, часто задаёт вопросы на уточнение информации	Умеет слушать и слышать собеседника, легко удерживает внимание на разговоре

*Уровни сформированности компетенции «эмоциональный интеллект»*

Критерий	1 уровень	2 уровень	3 уровень	4 уровень
Понимание своих эмоций и эмоций окружающих	Не умеет осознавать и контролировать собственное эмоциональное состояние. Не способен понимать эмоции окружающих.	Верное понимание собственных эмоций и эмоций окружающих носит эпизодический характер.	Может понять и иногда проконтролировать свои эмоции. Умеет правильно оценивать эмоции окружающих.	Чётко осознаёт и контролирует собственное эмоциональное состояние. Умеет замечать и правильно оценивать эмоции окружающих. Может подобрать уместную в данном контексте реакцию.
Умение управлять своими эмоциями	Не способен контролировать свое эмоциональное состояние.	Может контролировать эмоциональное состояние при поддержке взрослого.	Умеет управлять своими эмоциями в знакомых ситуациях, в ситуации неопределённости не всегда справляется с	Может самостоятельно контролировать своё эмоциональное состояние и управлять им. Умеет выражать

			эмоциями.	свои эмоции так, чтобы устанавливать и поддерживать доброжелательные отношения с окружающими.
Проявление эмпатии в межличностных отношениях	Не знает деятельные формы участия в жизни других людей	Не понимает эмоциональных проявлений и поступков. Часто не находит взаимопонимания с окружающими	Умеет контролировать собственные эмоциональные проявления, но часто затрудняется прогнозировать отношения с другими людьми	Умеет сопереживать другим людям

*Уровни сформированности компетенции «тайм-менеджмент»*

Критерий	1 уровень	2 уровень	3 уровень	4 уровень
Осознание ценности времени	Постоянно испытывает дефицит времени.	Стремится к пунктуальности, но подвержен влиянию «ловушек времени»	Пунктуальность носит избирательный характер, выдерживается только в значимых ситуациях	Ценит своё время и время других людей. Всегда пунктуален.
Умение планировать и достигать намеченных целей	Планирование отсутствует. Выбор задач осуществляется в хаотичном порядке. Дедлайн постоянно нарушается.	Присутствует кратковременное планирование, но не всегда осуществляется достижение намеченного	Присутствует кратковременное и долговременное планирование, имеющее нестабильную практическую эффективность	Планирование времени носит системный характер, имеет стабильно высокую практическую эффективность, составляется список дел

<p>Умение рассчитывать временные промежутки, необходимые для решения различных задач</p>	<p>Умение отсутствует или слабо сформировано. Внутреннее ощущение «мгновенного исчезновения» достаточно больших временных промежутков.</p>	<p>Расчёт времени производится, однако количество ошибок очень велико даже в видах деятельности, окрашенных для обучающегося положительно в эмоциональном плане. Приходится</p>	<p>Может правильно рассчитать время в некоторых видах деятельности. Текущая корректировка незначительна.</p>	<p>Умеет грамотно рассчитать время, необходимое для решения любой задачи, использует его максимально эффективно. Умеет соотносить временные затраты и полученные результаты.</p>
		<p>постоянно осуществлять текущую корректировку.</p>		

## 2. Список источников

### 3.1. Литература для педагога

1. Адаир, Джон. Эффективная коммуникация: [Обязат. условие для успеш. ведения бизнеса: Пер. с англ.] / Джон Адаир. - М.: ЭКСМО, 2003. - 237 с. : ил.; 20 см.
2. Вайссман, Джерри. Блестящая презентация. Как завоевать аудиторию / Джерри Вайссман.- Питер, 2011. – 288 с.
3. Гоулман, Макки, Бояцис: Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта - ООО «Альпина Паблишер», 2012. – 301 с.
4. Гофман, Ирвинг, Представление себя другим в повседневной жизни / Ирвинг Гофман. Пер. с англ. и вступ. статья А. Д. Ковалева — М.: «КАНОН-пресс-Ц», «Кучково поле», 2000. — 304 с.
5. Грецов Андрей, Тренинги развития с подростками: творчество, общение, самопознания: метод. Пособие/ Грецов Андрей Геннадьевич. – СПб.: Питер, 2011. – 416 с.
6. Гущина Татьяна, Я и мои ценности: Тренинговые занятия для развития социальных навыков у старшеклассников/ Гущина Татьяна Николаевна. – М.: АРКТИ, 2008. – 128 с.
7. Кеннеди Джойс, Как составить резюме для «чайников» / Джойс Кеннеди.- Издательство: Диалектика, 2016 г. – 224 с.
8. Леви Владимир, Искусство быть другим / Леви Владимир Львович. – Изд-во: Торбоан, 2007. – 384 с.
9. Разработка программ дополнительного образования детей. Часть I. Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: методические рекомендации - Ярославль: ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2016. - 60 с.
10. Учим детей мыслить критически. Загашев И.О., Заир-Бек С.И., Муштавинская И.В. Издание 2-е. - СПб: «Альянс «Дельта» совм. с издательством «Речь», 2003. – 192 с.
11. Эдвардс Ванесса «Наука общения. Как читать эмоции, понимать намерения и находить общий язык с людьми»/ Ванесса ван Эдвардс. - Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2017. - 390 с.

### 3.2. Литература для обучающихся

1. Кеннеди Джойс, Как составить резюме для «чайников»/ Джойс Кеннеди.- Издательство: Диалектика, 2016 г. – 224 с.

2. Стивенс Дебра, Быть человеком. Навыки, которыми обладают только люди, а не искусственный интеллект, и как не потерять работу в ближайшем будущем/ Дебра Стивенс. - Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2020. - 180 с.
3. Черепанова А. В. Навыки успеха/Рабочая тетрадь по развитию soft skills. – Калуга, 2020. – 50 с.

### **3.3. Интернет-ресурсы:**

1. <https://atlas100.ru/>;
2. <https://bilet.worldskills.ru/map-of-professions/professional-areas>;
3. <http://metodkabinet.ru>;
4. [https://proektoria.online/news/projectnews/prodolzhenie\\_cikla\\_vserossijskih\\_otkrytyh\\_urokov/](https://proektoria.online/news/projectnews/prodolzhenie_cikla_vserossijskih_otkrytyh_urokov/);
5. [http://resurs-yar.ru/proforientaciya/materialy\\_dlya\\_zanyatij1/](http://resurs-yar.ru/proforientaciya/materialy_dlya_zanyatij1/);
6. <http://мойориентир.рф>;

## 4. Приложения

### *Приложение 1 Задания для оценки коммуникативных умений «Я - собеседник» (от 13 лет)*

#### *Вариант 1*

Инструкция: "Отметьте ситуации, которые вызывают у Вас неудовлетворение или досаду и раздражение при беседе с любым человеком - будь то Ваш друг, одноклассник, классный руководитель или просто случайный собеседник".

#### Варианты ситуаций

1. Собеседник не дает мне шанса высказаться, у меня есть, что сказать, но нет возможности вставить слово.
2. Собеседник постоянно прерывает меня во время беседы.
3. Собеседник никогда не смотрит в лицо во время разговора, и я не уверен, слушает ли он меня.
4. Разговор с таким партнером часто вызывает чувство пустой траты времени.
5. Собеседник постоянно суетится, карандаш и бумага занимают его больше, чем мои слова.
6. Собеседник никогда не улыбается. У меня возникает чувство недовольства и тревоги.
7. Собеседник отвлекает меня вопросами и комментариями.
8. Что бы я ни сказал, собеседник всегда охлаждает мой пыл.
9. Собеседник всегда старается опровергнуть меня.
10. Собеседник передергивает смысл моих слов и вкладывает в них другое содержание.
11. Когда я задаю вопрос, собеседник заставляет меня защищаться.
12. Иногда собеседник переспрашивает меня, делая вид, что не расслышал.
13. Собеседник, не дослушав до конца, перебивает меня лишь затем, чтобы согласиться.
14. Собеседник при разговоре сосредоточенно занимается посторонним, и я твердо уверен, что он при этом невнимателен.
15. Собеседник делает выводы за меня.
16. Собеседник всегда пытается вставить слово в мое повествование.
17. Собеседник всегда смотрит на меня очень внимательно, не мигая.
18. Собеседник смотрит на меня, как бы оценивая. Это меня беспокоит.

19. Когда я предлагаю что-нибудь новое, собеседник говорит, что он думает так же.
20. Собеседник переигрывает, показывая, что интересуется беседой, слишком часто кивает головой, ахает и поддакивает.
21. Когда я говорю о серьезном, а собеседник вставляет смешные истории, шуточки, анекдоты.
22. Собеседник часто глядит на часы во время разговора.
23. Когда я вхожу в кабинет, он бросает все дела и все внимание обращает на меня.
24. Собеседник ведет себя так, будто я мешаю ему делать что-нибудь важное.
25. Собеседник требует, чтобы все соглашались с ним. Любое его высказывание завершается вопросом: "Вы тоже так думаете?" или "Вы с этим не согласны?"

### *Обработка и интерпретация результатов*

Подсчитайте процент ситуаций, вызывающих у Вас досаду и раздражение.

70%-100% - Вы плохой собеседник. Вам необходимо работать над собой и учиться слушать.

40%-70% - Вам присущи некоторые недостатки. Вы критически относитесь к высказываниям. Вам еще недостает некоторых достоинств хорошего собеседника, избегайте поспешных выводов, не заостряйте внимание на манере говорить, не притворяйтесь, не ищите скрытый смысл сказанного, не монополизируйте разговор.

10%-40% - Вы хороший собеседник, но иногда отказываете партнеру в полном внимании. Повторяйте вежливо его высказывания, дайте ему время раскрыть свою мысль полностью, приспособляйте свой темп мышления к его речи и можете быть уверены, что общаться с Вами будет еще приятнее.

0%-10% - Вы отличный собеседник. Вы умеете слушать. Ваш стиль общения может стать примером для окружающих.

### ВАРИАНТ II

Инструкция: "На 10 вопросов следует дать ответы, которые оцениваются":

"почти всегда" - 2 балла;

"в большинстве случаев" - 4 балла;

"иногда" - 6 баллов;

"редко" - 8 баллов;

"почти никогда" - 10 баллов,

Список вопросов:

1. Стараетесь ли Вы "свернуть" беседу в тех случаях, когда тема (или собеседник) неинтересны Вам?
2. Раздражают ли Вас манеры Вашего партнера по общению?
3. Может ли неудачное выражение другого человека спровоцировать Вас на резкость или грубость?
4. Избегаете ли Вы вступать в разговор с неизвестным или малознакомым Вам человеком.
5. Имеете ли Вы привычку перебивать говорящего?
6. Делаете ли Вы вид, что внимательно слушаете, а сами думаете совсем о другом?
7. Меняете ли Вы тон, голос, выражение лица в зависимости от того, кто Ваш собеседник?
8. Меняете ли Вы тему разговора, если он коснулся неприятной для Вас темы?
9. Поправляете ли Вы человека, если в его речи встречаются неправильно произнесенные слова, название, вульгаризмы?
10. Бывает ли у Вас снисходительно-менторский тон с оттенком пренебрежения и иронии по отношению к собеседнику?

Обработка и интерпретация результатов.

Чем больше баллов, тем в большей степени развито умение слушать. Если набрано более 62 баллов, то слушатель "выше среднего уровня". Обычно средний балл слушателей 55.

**Тест «Персональная компетентность во времени.  
Умею ли я управлять своим временем?»**

Вашему вниманию предлагается тест, позволяющий оценить сформированность у вас основных навыков управления временем и вашу компетентность во времени в целом. На каждый из вопросов можно дать один из трех возможных ответов:

«Да» «Иногда» «Нет».

**Вопросы:**

1. В любой работе я стараюсь иметь запас (резерв) времени, выделяю своего рода «неприкосновенное время» на всякий случай.
  - да
  - иногда
  - нет
2. Я четко знаю свои долгосрочные цели, постоянно держу их в уме и периодически обдумываю способы их достижения.
  - да
  - иногда
  - нет
3. Я регулярно использую делегирование, поручая другим людям выполнение важных для меня задач.
  - да
  - иногда
  - нет
4. Я подробно планирую шаги, этапы достижения своих целей.
  - да
  - иногда
  - нет
5. Я понимаю, что общение с друзьями в рабочее время — помеха, и стараюсь избегать таких ситуаций.
  - да
  - иногда
  - нет
6. Я уважаю и ценю собственное время и стараюсь добиться уважения к своему времени и от других людей.

- да
- иногда
- нет

7. Для планирования своего времени я использую записи.

- да
- иногда
- нет

8. Каждый рабочий день я начинаю с определения того, что нужно сделать в первую очередь. да иногда нет

9. В своих делах я строго придерживаюсь установленных мною же сроков.

- да
- иногда
- нет

а

иногда

нет

10. Я хорошо знаю собственные биоритмы и планирую свои дела с учетом своих «внутренних часов».

- да
- иногда
- нет

11. Я умею и стараюсь коротко говорить по телефону.

- да
- иногда
- нет

12. Я довольно настойчивый человек и обычно, несмотря на помехи и отвлечения, продолжаю работать по плану.

- да
- иногда
- нет

13. Перед началом любой работы я тщательно обдумываю ее, планирую, что мне может понадобиться, сроки и этапы работы и т. п.

- да
- иногда
- нет

14. Я умею говорить «нет» неожиданным делам и людям.

- да
- иногда
- нет

15. В конце рабочего дня я анализирую все, что произошло, обдумываю, что мне мешало, а что помогало вовремя выполнить работу.
- да
  - иногда
  - нет
16. Рутинные дела я стараюсь делать крупными блоками, быстро, словно «потоком».
- да
  - иногда
  - нет
17. Я регулярно работаю с органайзером, записной книжкой и т. п. средствами, помогающими мне лучше управлять своим временем.
- да
  - иногда
  - нет
18. Я умею браться за любую работу быстро и решительно, без лишней «раскачки». да иногда нет
19. Даже случайные потери времени (вроде стояния в очереди) я стараюсь использовать с пользой.
- да
  - а
  - иногда
  - нет
20. Я считаю, что отдых — это смена деятельности, его также надо планировать и продумывать.
- да
  - иногда
  - нет
21. Мне легко попросить помощи у других людей, в особенности, если это поможет мне лучше распределить и спланировать мое время.
- да
  - иногда
  - нет
22. Обычно я легко понимаю, какие из моих дел являются наиболее важными, и их нужно выполнить в первую очередь.
- да
  - иногда
  - нет

23. Я имею четкое представление о своей будущей карьере.
- да
  - иногда
  - нет

24. Я ранее уже интересовался различными системами и методами управления временем.

- да
- иногда
- нет

25. У меня есть собственная система управления личным временем.

- да
- иногда
- нет

### **Результаты**

**ты**

**теста:**

Ответ «Да» - 2 балла

Ответ «Иногда» - 3 балла

Ответ «Нет» - 3 балла

Если ваш результат от 40 до 50 баллов — вы имеете высокую личностную компетентность в управлении временем.

Если ваш результат от 29 до 39 баллов — у вас средняя (нормальная) компетентность в управлении временем.

Если ваш результат от 18 до 28 баллов — низкая компетентность в управлении временем.

Результат меньше 17 баллов указывает на то, что вы недостаточно компетентны в управлении собственным временем. Скорее всего, вы непродуктивно теряете драгоценные минуты и часы своей жизни, или их разворовывают окружающие.

### **Приложение 3**

#### **Экспресс-тест «Навыки командной работы»**

В каждом вопросе выберите тот вариант ответа, который в большей степени характеризует ваше обычное поведение, когда речь идет об общем деле и вашем вкладе в него.

*Школы часто проводят различные конкурсы. Если вам предложат отстаивать честь класса, какой конкурс вы предпочтете:*

1. Где нужно участвовать индивидуально, когда результат зависит только от меня.
2. Конкурс, где участвуют командой. Вместе больше шансов победить!
3. Какой еще конкурс, у меня и так дел полно?!

*Вы готовите уникальный школьный проект, для которого нужно периодически встречаться для обсуждения и совместной работы, так как от этого зависит качество подготовки. Сроки сжатые и проект еще совсем сырой. Насколько ответственно вы отнесетесь к данным встречам?*

1. Приду вовремя, но уйду тогда, когда мне нужно. Если договорились, что встреча продлится час, значит час. Дело – делом, но личные дела важнее.
2. Конечно, приду вовремя и смогу задержаться, если это важно для общего результата.
3. 50/50. Обычно опаздываю на встречи, но могу задержаться, если попросят или будут нить одноклассники.

*Вы с командой участвовали в квизе, и именно ваш вклад принес команде победу. Ваша реакция на победу.*

1. Я крутой! Я сделал эту игру!
2. Я рад, что смог ответить правильно на вопросы, но победа — это наша общая заслуга.
3. Нам просто повезло, ну не ответил я — ответил бы кто-нибудь другой

**Если вы выбрали ответы под №2**, то, скорее всего, вы умеете работать в команде. Вам свойственны такие качества, как инициативность, ответственность за общее дело, взаимовыручка. Вы готовы ориентироваться на потребности команды и прилагать максимум личных усилий для общего результата.

**Если же вы выбрали ответы №1**, то вероятно, вы сосредоточены на себе, своих достижениях и команда для вас просто ресурс, чтобы продвинуть себя.

**В случае выбора ответов под №3** можно предположить, что у вас нет устойчивого интереса к общественной и командной деятельности, иногда вы ее даже избегаете, а если уж вынуждены участвовать, то не стремитесь, как следует, вложиться в общий результат, только присутствуете.

**Приложение 4**  
**Определение профессиональных склонностей**  
(методика Л. Йовайши в модификации Г. Резапкиной)

**Инструкция**

Склонность - это влечение к какому-либо занятию. Для того, чтобы определить свои профессиональные склонности, выберите один из трех вариантов утверждений – «а», «б» или «в» – и обведите его в бланке ответов.

**1. Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности**

- а) общаться с самыми разными людьми;
- б) снимать фильмы, писать книги, рисовать, выступать на сцене и т.д.
- в) заниматься расчетами; вести документацию. **2. В**

**книге или кинофильме меня больше всего привлекает**

- а) возможность следить за ходом мыслей автора;
- б) художественная форма, мастерство писателя или режиссера;
- в) сюжет, действия героев.

**3. Меня больше обрадует Нобелевская премия**

- а) за общественную деятельность;
- б) в области наук;
- в) в области искусства.

**4. Я скорее соглашусь стать**

- а) главным механиком;
- б) начальником экспедиции;
- в) главным бухгалтером.

**5. Будущее людей определяют**

- а) взаимопонимание между людьми;
- б) научные открытия;

- в) развитие производства.
6. ***Если я стану руководителем, то в первую очередь займусь***  
а) созданием дружного, сплоченного коллектива;  
б) разработкой новых технологий обучения;  
в) работой с документами.
7. ***На технической выставке меня больше привлечет***  
а) внутреннее устройство экспонатов;  
б) их практическое применение;  
в) внешний вид экспонатов (цвет, форма).
8. ***В людях я ценю, прежде всего***  
а) дружелюбие и отзывчивость;  
б) смелость и выносливость;  
в) обязательность и аккуратность.
9. ***В свободное время мне хотелось бы***  
а) ставить различные опыты, эксперименты;  
б) писать стихи, сочинять музыку или рисовать;  
в) тренироваться.
10. ***В зарубежных поездках меня скорее заинтересует***  
а) возможность знакомства с историей и культурой другой страны;  
б) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи);  
в) деловое общение.
11. ***Мне интереснее беседовать о***  
а) человеческих взаимоотношениях;  
б) новой научной гипотезе;  
в) технических характеристиках новой модели машины, компьютера.
12. ***Если бы в моей школе было всего три кружка, я бы выбрал***  
а) технический;  
б) музыкальный;  
в) спортивный.
13. ***В школе следует обратить особое внимание на***  
а) улучшение взаимопонимания между учителями и учениками;

- б) поддержание здоровья учащихся, занятия спортом;
- в) укрепление дисциплины.

**14. Я с большим удовольствием смотрю**

- а) научно-популярные фильмы;
- б) программы о культуре и искусстве;
- в) спортивные программы.

**15. Мне хотелось бы работать**

- а) с детьми или сверстниками;
- б) с машинами, механизмами;
- в) с объектами природы.

**16. Школа в первую очередь должна**

- а) учить общению с другими людьми;
- б) давать знания;
- в) обучать навыкам работы.

**17. Главное в жизни**

- а) иметь возможность заниматься творчеством;
- б) вести здоровый образ жизни;
- в) тщательно планировать свои дела.

**18. Государство должно в первую очередь заботиться о**

- а) защите интересов и прав граждан;
- б) достижениях в области науки и техники;
- в) материальном благополучии граждан.

**19. Мне больше всего нравятся уроки**

- а) труда;
- б) физкультуры;
- в) математики.

**20. Мне интереснее было бы**

- а) заниматься сбытом товаров;
- б) изготавливать изделия;
- в) планировать производство товаров. 21.

**Я предпочитаю читать статьи о**

- а) выдающихся ученых и их открытиях;
- б) интересных изобретениях;
- в) жизни и творчестве писателей, художников, музыкантов.

**22. Свободное время я люблю**

- а) читать, думать, рассуждать;
- б) что-нибудь мастерить, шить, ухаживать за животными, растениями;
- в) ходить на выставки, концерты, в музеи.

**23. Большой интерес у меня вызовет сообщение о**

- а) научном открытии;
- б) художественной выставке;
- в) экономической ситуации.

**24. Я предпочту работать**

- а) в помещении, где много людей;
- б) в необычных условиях;
- в) в обычном кабинете.

Фамилия Имя: \_\_\_\_\_

**Бланк ответов**

	I	II	III	IV	V	VI
1	а			б		в

2		а		б	в	
3	а	б		в		
4			а		б	в
5	а	б	в			
6	а	б				в
7		а	б	в		
8	а				б	в
9		а		б	в	
10				а	б	в

11	а	б	в			
12			а	б	в	
13	а				б	в
14		а		б	в	
15	а		б		в	
16	а		б			в
17				а	б	в
18	а	б	в			
19			а		б	в
20	а		б			в
21		а	б	в		
22		а	б	в		
23		а		б		в
24	а				б	в
<b>Сумма баллов</b>						

**Обработка результатов.**

После ответа на все утверждения, подсчитайте число обведенных букв в каждом из шести столбцов и запишите получившееся число баллов в пустых клетках нижней строчки.

Шесть столбцов – это шесть видов деятельности. Обратите внимание на те виды деятельности, которые набрали большее количество баллов. Совпадает ли ваш выбор профессии с полученными результатами?

10-12 баллов – ярко выраженная профессиональная склонность.

7-9 баллов – склонность к определенному виду деятельности.

4-6 баллов – слабо выраженная профессиональная склонность.

0-3 баллов – профессиональная склонность не выражена.

### **I - склонность к работе с людьми.**

Профессии, связанные с управлением, обучением, воспитанием, обслуживанием (бытовым, медицинским, справочно-информационным). Людей, успешных в профессиях этой группы, отличает общительность, способность находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения.

### **II - склонность к исследовательской (интеллектуальной) работе.**

Профессии, связанные с научной деятельностью. Кроме специальных знаний такие люди обычно отличаются рациональностью, независимостью суждений, аналитическим складом ума.

### **III - склонность к практической деятельности.**

Круг этих профессий очень широк: производство и обработка металла; сборка, монтаж приборов и механизмов; ремонт, наладка, обслуживание электронного и механического оборудования; монтаж, ремонт зданий, конструкций; управление транспортом; изготовление изделий.

### **IV - склонность к эстетическим видам деятельности.**

Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий кроме специальных способностей (музыкальных, литературных, актерских) отличает оригинальность и независимость.

### **V - склонность к экстремальным видам деятельности.**

Профессии, связанные с занятиями спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельности, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью, волевым качествам.

### **VI - склонность к планово-экономическим видам деятельности.**

Профессии, связанные с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом текстов и их преобразованием

(редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертежник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

## Приложение 5

### Эмоциональный интеллект: методика Н. Холла (от 14 лет)

Ниже вам будут предложены высказывания, которые, так или иначе, отражают различные стороны Вашей жизни. Пожалуйста, напишите цифру справа от каждого утверждения, исходя из оценки ваших ответов:

Полностью не согласен — (- 3 балла); В основном не согласен — (-2 балла); Отчасти не согласен — (-1 балл); Отчасти согласен — (+ 1 балл); В основном согласен — (+2 балла); Полностью согласен — (+ 3 балла).

Текст опросника Н. Холла

№ п.п.	Высказывание	Оценка
1	Для меня как отрицательные, так и положительные эмоции служат источником знания, как поступать в жизни.	
2	Отрицательные эмоции помогают мне понять, что я должен изменить в моей жизни.	
3	Я спокоен, когда испытываю давление со стороны.	
4	Я способен наблюдать изменение своих чувств.	
5	Когда необходимо, я могу быть спокойным и сосредоточенным, чтобы действовать в соответствии с запросами жизни.	
6	Когда необходимо, я могу вызвать у себя широкий спектр положительных эмоций, такие как веселье, радость, внутренний подъем и юмор.	
7	Я слежу за тем, как я себя чувствую.	
8	После того как что-то расстроило меня, я могу легко совладать со своими чувствами.	
9	Я способен выслушивать проблемы других людей.	
10	Я не закикливаюсь на отрицательных эмоциях.	
11	Я чувствителен к эмоциональным потребностям других.	
12	Я могу действовать успокаивающе на других людей.	
13	Я могу заставить себя снова и снова встать перед лицом препятствия.	
14	Я стараюсь подходить творчески к жизненным проблемам.	
15	Я адекватно реагирую на настроения, побуждения и желания других людей.	
16	Я могу легко входить в состояние спокойствия,	

	готовности и сосредоточенности.	
17	Когда позволяет время, я обращаюсь к своим негативным чувствам и разбираюсь, в чем проблема.	
18	Я способен быстро успокоиться после неожиданного огорчения.	
19	Знание моих истинных чувств важно для поддержания «хорошей формы».	
20	Я хорошо понимаю эмоции других людей, даже если они не выражены открыто.	
21	Я хорошо могу распознавать эмоции по выражению лица.	
22	Я могу легко отбросить негативные чувства, когда необходимо действовать.	
23	Я хорошо улавливаю знаки в общении, которые указывают на то, в чем другие нуждаются.	
24	Люди считают меня хорошим знатоком переживаний других людей.	
25	Люди, осознающие свои истинные чувства, лучше управляют своей жизнью.	
26	Я способен улучшить настроение других людей.	
27	Со мной можно посоветоваться по вопросам отношений между людьми.	
28	Я хорошо настраиваюсь на эмоции других людей.	
29	Я помогаю другим использовать их побуждения для достижения личных целей.	
30	Я могу легко отключиться от переживания неприятностей.	

Ключ к методике Н. Холла Шкала «Эмоциональная осведомленность» — пункты 1, 2, 4, 17, 19, 25. Шкала «Управление эмоциями» — пункты 3, 7, 8, 10, 18, 30. Шкала «Самомотивация» — пункты 5, 6, 13, 14, 16, 22. Шкала «Эмпатия» — пункты 9, 11, 20, 21, 23, 28. Шкала «Распознавание эмоций других людей» — пункты 12, 15, 24, 26, 27, 29. Подсчет результатов. По каждой шкале высчитывается сумма баллов с учетом знака ответа (+ или -). Чем больше плюсовая сумма баллов, тем больше выражено данное эмоциональное проявление.