

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РД**  
**ГБПОУ РД УОР «ТРИУМФ»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**  
**по выполнению практических работ**  
для студентов  
по курсу ОП.06 «Психология»  
по специальности 49.02.01 Физическая культура

Методические рекомендации по выполнению практических занятий предназначены для закрепления теоретических знаний и приобретение необходимых практических навыков и умений по программе учебной дисциплины ОП.06 «Психология». Рекомендации составлены в соответствии с учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины

**Организация-разработчик:**

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Училище олимпийского резерва «Триумф»

**Составитель(и):**

Беркиханова Милена Хайбуллаевна, преподаватель общеобразовательных дисциплин  
ГБПОУ УОР «Триумф»

<b>Содержание</b>	стр
Пояснительная записка	
Практическое занятие № 1. Понятия индивид, индивидуальность, личность в психологии	
Практическое занятие № 2. Кризисы развития личности в психологии	
Практическое занятие № 3. Создание профессиограммы программиста	
Практическое занятие № 4. Самопрезентация. Составление резюме	
Практическое занятие № 5. Самодиагностика профессиональной ориентации: опросник Е.А. Климова	
Практическое занятие № 6. Самодиагностика: оценка готовности к профессиональному самоопределению	
Практическое занятие № 7. Анализ основных положений теорий личности (бихевиоризм, психоанализ, гуманистическая концепция и др.)	
Практическое занятие № 8. Самодиагностика ценностных ориентаций	
Практическое занятие № 9. Эмоции и чувства	
Практическое занятие № 10. Самодиагностика воли	
Практическое занятие № 11. Самодиагностика характера: тест Леонгарда-Шмишека	
Практическое занятие № 12. Самодиагностика темперамента: тест Айзенка	
Практическое занятие № 13. Изучение задатков и способностей в теориях отечественных психологов (С.Л.Рубинштейн, Б.М. Теплов, А.В. Петровский, Ю.Б. Гиппенрейтер и др.)	
Практическое занятие № 14. Понятия одаренности, таланта, их формирование и развитие	
Практическое занятие № 15. Образа Я. Самонаблюдение, самопознание, рефлексия	
Практическое занятие № 16. Составление плана консультации школьника по вопросам выбора профессии	
Практическое занятие № 17. Составление плана консультации студента по вопросам профессионального роста и дальнейшего профессионального самоопределения	
Практическое занятие № 18. Анализ данных современного рынка труда	
Практическое занятие № 19. Актуальные профессии и профессии будущего.	
Список рекомендуемой литературы	

### **Пояснительная записка**

Методические рекомендации по выполнению лабораторных и практических занятий по учебной дисциплине ОП. 06 «Психология» составлены в соответствии с учебным планом и рабочей программой дисциплины по специальности среднего профессионального образования.

Цель проведения практических занятий: отработка теоретических знаний на практике, формирование практических умений, необходимых в последующей профессиональной и учебной деятельности.

Задачи проведения практических занятий:

- обобщение, систематизация, углубление, закрепление полученных теоретических знания по конкретным темам;
- формирование умения применять полученные знания на практике;
- выработка при решении поставленных задач таких профессионально значимых качеств, как самостоятельность, ответственность, точность, творческая инициатива.

В программу включено содержание, направленное на формирование у обучающихся общих и профессиональных компетенций, необходимых для качественного освоения ОПОП СПО.

ОК1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

Освоение содержания учебной дисциплины «Психология» обеспечивает достижение студентами следующих **результатов**:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь**:

У1 применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;

У2 использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;

У3 на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;

У4 планировать и составлять временную перспективу своего будущего;

У4 успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде

**должен знать**:

31 необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения;

32 простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;

33 современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;

34 основные принципы и технологии выбора профессии;

35 методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.

#### **Перечень практических занятий**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование темы</b>	<b>Название занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>1</b>	<b>Тема 1. Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения.</b>	<b>Практическое занятие № 1</b> <i>Понятия индивид, индивидуальность, личность в психологии</i>	<b>1</b>
		<b>Практическое занятие № 2</b> <i>Кризисы развития личности в психологии</i>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Тема 2.</b>	<b>Практическое занятие № 3</b>	<b>1</b>

	<b>Проблемы выбора. Профессиональная непригодность.</b>	<i>Создание профессиограммы программиста</i>	
		<b>Практическое занятие № 4</b> <i>Самопрезентация. Составление резюме</i>	1
3	<b>Правильные ориентиры.</b>	<b>Практическое занятие № 5</b> <i>Самодиагностика профессиональной ориентации: опросник Е.А. Климова</i>	1
		<b>Практическое занятие № 6</b> <i>Самодиагностика: оценка готовности к профессиональному самоопределению</i>	1
4	<b>Тема 4. Личностные регуляторы выбора профессии. Понятие о личности, ее структуре.</b>	<b>Практическое занятие № 7</b> <i>Анализ основных положений теорий личности (бихевиоризм, психоанализ, гуманистическая концепция и др.)</i>	1
		<b>Практическое занятие № 8</b> <i>Самодиагностика ценностных ориентаций</i>	1
5	<b>регуляция деятельности человека</b>	<b>Практическое занятие № 9</b> <i>Эмоции и чувства</i>	1
		<b>Практическое занятие № 10</b> <i>Самодиагностика воли</i>	1
6	<b>направленность личности</b>	<b>Практическое занятие № 11</b> <i>Самодиагностика характера: тест Леонгарда-Шмишека</i>	1
		<b>Практическое занятие № 12</b> <i>Самодиагностика темперамента: тест Айзенка</i>	1
7	<b>Тема 7. Познание задатков и способностей</b>	<b>Практическое занятие № 13</b> <i>Изучение задатков и способностей в теориях отечественных психологов (С.Л.Рубинштейн, Б.М. Теплов, А.В. Петровский, Ю.Б. Гиппенрейтер и др.)</i>	1
		<b>Практическое занятие № 14</b> <i>Понятия одаренности, таланта, их формирование и развитие</i>	1
8	<b>Тема 8. Самопознание. Самовоспитание личности</b>	<b>Практическое занятие № 15</b> <i>Образа Я. Самонаблюдение, самопознание, рефлексия</i>	2
9	<b>Тема 9. Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития</b>	<b>Практическое занятие № 16</b> <i>Составление плана консультации школьника по вопросам выбора профессии</i>	1
		<b>Практическое занятие № 17</b> <i>Составление плана консультации студента по вопросам профессионального роста и дальнейшего профессионального самоопределения</i>	1
10	<b>Тема 10. Профессия, специальность, специализация. Основные классификации профессий.</b>	<b>Практическое занятие № 18</b> <i>Анализ данных современного рынка труда</i>	1
		<b>Практическое занятие № 19</b> <i>Актуальные профессии и профессии будущего.</i>	1
<b>ИТОГО</b>			<b>20</b>

## **Общие методические рекомендации и рекомендации по выполнению практических занятий**

При выполнении каждой практической работы необходимо придерживаться следующих правил:

1. Внимательно прочитайте инструкцию по выполнению практической работы.
2. Пользуясь рекомендациями к работе, выполните предложенные задания.
3. Оформите письменный отчет по выполненной практической работе.

Требования к содержанию и оформлению отчета по практической работе:

- название и цель работы;
- оборудование;
- ход работы (краткое описание порядка выполнения работы, выполнение упражнений (заданий) в соответствии с темой);
- результаты практической части работы (подразумевает вывод по работе, выполнение заданий в рабочих тетрадях).

Критерии оценки результатов выполнения практической работы.

Критериями оценки результатов выполнения практической работы являются:

- степень реализации цели работы;
- качество оформления отчета;
- степень соответствия результатов работы заданным требованиям.

### **Практическое занятие №1**

**1. Название темы:** Понятия индивид, индивидуальность, личность в психологии

**2. Учебные цели:** изучить основные понятия в психологии личности.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профоринтология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Психология личности: понятия индивид, индивидуальность, личность».

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

Прослушать мини-лекцию по теме занятия.

В тетрадь записать определения понятий индивид, индивидуальность, личность.

**Задание 2.**

Ответить на ряд вопросов:

1. В чем состоит процесс становления личности?
2. От чего зависит формирование личности?
3. Объясните, каким образом среда оказывает влияние на развитие личности? Что такое социализация?
4. Процесс становления личности бесконечен или имеет ограничения?
5. Как индивидуальные, врожденные особенности влияют на развитие личности?



**1. Название темы:** Кризисы развития личности в психологии

**2. Учебные цели:** изучить общепринятую в психологии периодизацию кризисов; определить, с чем связано возникновение кризисов (механизм возникновения) и какую роль они играют в развитии личности.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профоринтология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Кризисы развития личности».

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

1. Прослушать мини-лекцию по теме занятия.

2. Ответить на следующие вопросы:

2.1 Что такое кризис? Психологическое новообразование?

2.2 Результатом каких воздействий является возникновение кризисного состояния?

2.3 Что такое возрастной кризис?

2.4 Назовите стадии возникновения возрастных кризисов.

2.5 Зачем нужны кризисы? Какова роль и значение кризисов в развитии личности?

**Задание 2.**

**Заполнить таблицу «+» и «-» влияние кризисов на развитие личности**

Кризисы	
«+» кризисов	«-» кризисов

**Задание 3.**

Письменно ответить на вопрос:

Как между собой соотносятся понятия стресс и кризис?

**Контрольные вопросы**

1. Для чего нужны кризисы?

2. Как вы поняли, что такое кризис? Кризис развития?

3. Почему кризис привязан к определенному возрасту?

4. Какие возрастные кризисы существуют? Какие новообразования формируются на каждом возрастном этапе?

**8. Критерии оценки**

Отметка 5 – «отлично» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «хорошо» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «удовлетворительно» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

### **Практическое занятие №3**

**1. Название темы:** Создание профиограммы программиста

**2. Учебные цели:** создать целостное представление о профессии программиста посредством составления профиограммы.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профоринтология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

Создать профиограмму программиста, используя общую схему составления профиограммы (возможна работа в микрогруппах)

#### **Схема профиограммы:**

- общая характеристика профессии (история профессии, ее общественная значимость, потребность в данной профессии, примеры из биографий известных ее представителей);
- производственная характеристика профессии (описание трудового процесса);
- содержание и характер труда, предмет, средства и результаты труда;
- связь с другими специальностями, уровень механизации и автоматизации производства;
- необходимые общие и специальные знания и умения;



- требования, предъявляемые профессией к работнику (состояние его здоровья, физиологические и психологические особенности), медицинские противопоказания;
- психологическая характеристика труда (его привлекательные непривлекательные стороны, трудности в работе, возможности творческой работы, важнейшие профессиональные качества);
- условия труда: санитарно - гигиенические (работа в помещении, на открытом воздухе, сидя, стоя, наличие шума, температура воздуха в рабочем помещении и т.п.); экономические (оплата труда, льготы, отпуск, возможности профессионального роста) и т.д.;
- сведения о возможности получения профессии (учебные заведения, литература о профессиях).

### **Задание 2.**

Представить свою профессиограмму в аудитории.

#### **Контрольные вопросы**

1. Что такое профессиограмма?
2. Каковы функции профессиограмм?
3. Какие виды профессиограмм существуют?
4. Назовите основные пункты профессиограммы, которые необходимо соблюдать при создании профессиограммы.

### **8. Критерии оценки**

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

#### **Практическое занятие №4**

**1. Название темы:** Самопрезентация. Составление резюме.

**2. Учебные цели:** научить составлять резюме, освоить основные принципы самопрезентации.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, презентация по теме занятия.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Самопрезентация. Составление резюме».

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

### 7. Порядок выполнения работы:

#### Задание 1.

Напишите определения понятий самопрезентация, резюме.

#### Задание 2.

**Ответьте на ряд вопросов:**

1. Для чего нужна самопрезентация?
2. Какие виды самопрезентации бывают?
3. Каковы основные правила составления самопрезентации?
4. Для чего нужно резюме?
5. Каковы основные правила создания резюме?

#### Задание 3.

Используя небольшой шаблон самопрезентации, расскажите о себе.

##### 1. Представление:

- Биографические данные:
- Данные об образовании:
- Цели

##### 2. Краткая информация о знаниях, умениях и навыках

- Личностные характеристики
- Информация об увлечениях
- Заключение

#### Задание 4.

## Иванов Иван Иванович

**Личные данные:**    **Возраст:** 22 года  
                                 **Семейное положение:** холост

<b>Контактная информация:</b>	<b>Адрес:</b> г. Хабаровск, ул. Стрельникова <b>Телефон:</b> 8-000-000-00-00 <b>E-mail:</b> IVANKO_8000000@yandex.ru
<b>Цель:</b>	Устроиться на интересную работу с достойной оплатой и перспективой карьерного роста в сфере экономики, финансов, банковской сфере или логистики.

<b>Образование:</b>	2004-2009 - Тихоокеанский государственный университет <i>Специальность: «Математические методы и модели исследования операций в экономике»</i> Средний балл зачетной книжки: 4,0 2000-2003 - Лицей информационных технологий.
<b>Опыт работы и полученные профессиональные навыки (практика):</b>	2007; 2008 гг. «Аэронавигация Дальнего Востока» <i>Стажер</i> (производственная практика):  - использовал анализ уровней и закономерностей развития экономических систем и отдельных процессов, их объективная оценка, планирование и прогнозирование развитие отраслей и предприятий с применением математических методов, информационных технологий; - провел комплексный анализ хозяйственной деятельности предприятия современными средствами анализа и прогнозирования финансово-экономических ситуаций.
<b>Дополнительные навыки и интересы</b>	Английский язык – средний уровень (перевожу технические тесты и свободно говорю); Опытный пользователь ПК. Работаю в программах: КОМПАС; AutoCad; ANSYS и др. Имею водительские права категории В.
<b>Личные достижения:</b>	Победитель олимпиады «1С-Карьера» г. Красноярск 2009. Занял 2 место в олимпиаде по математике ТОГУ, 2005г. Имею 1 разряд по шахматам.
<b>Личные качества:</b>	Ответственный, легко обучаемый, имею организаторские способности. Веду здоровый образ жизни.

Дата составления резюме: 11.11.2011 г.

**Рассмотрите пример резюме.**

**Задание 5.**

Составьте свое резюме.

### Контрольные вопросы

1. Что такое самопрезентация, резюме?
2. Основное назначение самопрезентации, резюме.
3. Каковы требования к созданию самопрезентации?
4. Каковы правила составления резюме?

### 8. Критерии оценки

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

#### **Практическое занятие №5**

**1. Название темы:** Самодиагностика профессиональной ориентации: опросник Е.А. Климова

**2. Учебные цели:** изучить профессиональные ориентации посредством самодиагностики.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, презентация по теме занятия.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Профессиональные ориентации».

5.5. Опросник Е.А. Климова.

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

Прослушать мини-лекцию по теме занятия, изучить презентацию.

**Задание 2.**

**Ответьте на вопросы опросника Е.А. Климова.**

**Инструкция:** «Предположим, что после соответствующего обучения вы сможете выполнять любую работу. Однако если бы вам пришлось выбирать только из двух возможностей, что бы вы предпочли? Отметьте в бланке один из вариантов – «а» или «б» знаком «+».

#### **Текст опросника**

1а. Ухаживать за животными	1б. Обслуживать машины, приборы. Следить, регулировать
2а. Помогать больным людям	2б. Составлять таблицы, схемы, программы вычислительных машин
3а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок	3б. Следить за состоянием, развитием растений
4а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу)	4б. Доводить товары до потребителя (рекламировать, продавать)
5а. Обсуждать научно – популярные книги, статьи	5б. Обсуждать художественные книги

6а. Выращивать молодняк – животных какой-либо породы	6б. Тренировать сверстников (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)
7а. Копировать рисунки, изображения, настраивать музыкальные инструменты	7б. Управлять каким-либо грузовым, подъемным транспортным средством (подъемным краном, трактором, тепловозом и т.д.)
8а. Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.)	8б. Художественно оформлять выставки, витрины, участвовать в подготовке пьес, концертов
9а. Ремонтировать изделия, вещи (одежду, технику), жилище	9б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
10а. Лечить животных	10б. Выполнять вычисления, расчеты
11а. Выводить новые сорта растений	11б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания)
12а. Разбирать ссоры, споры между людьми, убеждать, разъяснять, поощрять, наказывать	12б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)
13а. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности	13б. Наблюдать, изучать жизнь микробов
14а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы и аппараты	14б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.
15а. Составлять точные описания (отчеты) о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах	15б. Художественно описывать, изображать события, наблюдаемые или представляемые
16а. Делать лабораторные анализы в больнице	16б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
17а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий	17б. Осуществлять монтаж здания или сборку машин, приборов
18а. Организовывать культпоходы сверстников или младших товарищей в театры, музеи, на экскурсии, в туристические походы и т.д.	18б. Играть на сцене, принимать участие в концертах
19а. Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания	19б. заниматься черчением, копировать чертежи, карты
20а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада	20б. Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине и др.)

### Лист ответов

ФИО \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

I	II	III	IV	V
1а	1б	2а	2б	3а
3б	4а	4б	5а	5б
6а		6б		7а
	7б	8а		8б

	9a		9б	
10a			10б	
11a	11б	12a	12б	13a
13б	14a	14б	15a	15б
16a		16б		17a
	17б	18a		18б
	19a		19б	
20a			20б	

### Задание 3.

1. Сделать вывод по результатам теста.
2. Сформулировать значение диагностики в определении профессиональных ориентаций.
3. Чем может быть полезен данный опросник для школьников?

### Контрольные вопросы

1. Что такое профессиональные ориентации.
2. Какую роль они играют в определении профессии?
3. Какова роль диагностики в профессиональном самоопределении?

### 8. Критерии оценки

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные тестовые вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные и тестовые вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные и тестовые вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов, допустил много ошибок при выполнении тестового задания.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

### Практическое занятие №6

1. **Название темы:** Самодиагностика: оценка готовности к профессиональному самоопределению
2. **Учебные цели:** определить значение готовности к профессиональному самоопределению
3. **Продолжительность занятия:** 45 мин.
4. **Используемые оборудование и другие средства обучения:**  
- методические указания по практической работе,

- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, презентация по теме занятия.

## **5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профориеология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Опросник «Готовность к профессиональному самоопределению»

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

## **7. Порядок выполнения работы:**

### **Задание 1.**

1. В чем состоит готовность к профессиональному самоопределению?

2. Какова ее роль в выборе профессии?

3. В чем заключается готовность к профессиональному самоопределению для школьника? студента?

### **Задание 2.**

Ответьте на вопросы анкеты. Сделайте выводы.

Анкета-оценка готовности к профессиональному самоопределению

### **1. Выбрали ли Вы свою будущую профессию?**

1. Да. 2. Нет

### **2. Откуда Вам стало известно о данной профессии?**

1. От друзей 2. Из средств массовой информации. 3. От родственников. 4. В школе.

### **3. Ваше отношение к избранной профессии?**

1. Совсем не нравится.

2. Не нравится.

3. Скорее не нравится, чем нравится.

4. Затрудняюсь ответить.

5. Скорее нравится, чем не нравится.

6. Нравится.

7. Очень нравится.

### **4. Готовите ли Вы себя к избранной профессии?**

1. Не готовлю.

2. Вырабатываю в себе профессионально качества.

3. Читаю соответствующую литературу.

4. Занимаюсь в кружке, секции.

### **5. Пробовали Вы работать по данной профессии?**

1. Нет. 2. Да.

### **6. Как Вам понравилось первая “проба сил”?**

1. Я разочарован. 2. Так себе. 3. Неплохо. 4. Я в восторге

### **7. Считаете ли Вы, что подходите для данной профессии?**

1. Нет 2. Не знаю 3. Да.

**8. Готовы ли Вы преодолеть серьезные препятствия, чтобы овладеть данной профессией?**

1. Нет 2. Не знаю 3. Да.

**9. Считаете ли Вы, что если лишитесь возможности работать по данной профессии, то жизнь потеряет для Вас всякий смысл?**

1. Нет 2. Не знаю 3. Да.

**10. Способны ли Вы рискнуть ради любимого дела, даже, если шансы не в Вашу пользу?**

1. Нет 2. Не знаю 3. Да.

**11. Готовы ли Вы долго и кропотливо работать для овладения любимым делом?**

1. Нет 2. Не знаю 3. Да.

**12. Уверены ли Вы, что в будущем будете работать по избранной профессии?**

1. Уверен 2. Не уверен

**13. Как Вы думаете, изменится ли Ваш выбор профессии ко времени окончания школы?**

1. Изменится 2. Трудно сказать 3. Не изменится

#### **Контрольные вопросы**

1. Для чего нужна самодиагностика?
2. Что значит готовность к профессиональному самоопределению?
3. Какова роль данной готовности в выборе профессии?
4. Что значит готовность к профессиональному самоопределению для студента?

#### **8. Критерии оценки**

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.



**1. Название темы:** Анализ основных положений теорий личности (бихевиоризм, психоанализ, гуманистическая концепция и др.)

**2. Учебные цели:** знакомство с теориями личности, взглядами известных ученых на формирование и развитие личности.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,

- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, толковый словарь Ожегова С.И.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профоринтология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Теории личности».

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

Прослушать мини-лекцию по теме занятия.

**Задание 2.**

**Составить таблицу «Теории личности»**

Название теории	Содержание теории
-----------------	-------------------

**Задание 3.**

Какая теория личности вас привлекла. Обоснуйте свой ответ.

#### **Контрольные вопросы**

1. Чем объясняется интерес ученых к понятию личность?

2. Какие теории личности вы узнали?

3. Раскройте суть одной таких теорий.

#### **8. Критерии оценки**

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

### Практическое занятие №8

- 1. Название темы:** Самодиагностика ценностных ориентаций
- 2. Учебные цели:** сформировать представления о собственных ценностных ориентациях.
- 3. Продолжительность занятия:** 45 мин.
- 4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**
  - методические указания по практической работе,
  - рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, фразеологический словарь Розенталя Д.Э..
- 5. Литература, информационное обеспечение:**
  - 5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.
  - 5.2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.
  - 5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).
  - 5.4 <https://onlinetestpad.com/ru/test/1188-diagnostika-realnoj-struktury-cennostnykh-orientacij-lichnosti-s-s-bubnova> - онлайн тест на изучение ценностных ориентаций.
- 6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

#### 7. Порядок выполнения работы:

##### Задание 1.

Прослушать мини-лекцию по теме занятия.

##### Задание 2.

1. Что такое ценностные ориентации?
2. Какова роль ценностных ориентаций в становлении личности?
3. Составьте список своих ценностных ориентаций. Проанализируйте, сделайте вывод.

##### Задание 4.

Выполните онлайн-тест на изучение ценностных ориентаций. Опишите результаты, сформулируйте выводы.

#### Контрольные вопросы

1. Какова роль ценностных ориентаций в жизни человека?
2. Как они формируются?
3. Перечислите наиболее распространенные ценностные ориентации.
3. Как ценностные ориентации влияют на развитие личности?

#### 8. Критерии оценки

Отметка 5 – «отлично» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «хорошо» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «удовлетворительно» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

### Практическое занятие №9

**1. Название темы:** Эмоции и чувства

**2. Учебные цели:** изучить мир эмоций и чувств, определить их место и значение в структуре личности.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, фразеологический словарь Розенталя Д.Э.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Мир эмоций и чувств»

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

**Посмотреть презентацию по теме занятия.**

**Задание 2.**

Дайте определение понятию чувства, эмоции.

**Задание 3.**

Составьте таблицу «Различия между эмоциями и чувствами»

Эмоции	Чувства
--------	---------

**Задание 4.**

1. Приведите примеры эмоций.
2. Приведите примеры чувств

**Задание 5.**

Ответьте пожалуйста на вопросы: «Что я думаю об эмоциях и чувствах?»

1. Хотелось бы вам, чтобы у вас вообще не было никаких эмоций?

2. Были ли в вашей жизни случаи, когда ваши эмоции вам мешали?
3. Были ли в вашей жизни случаи, когда вам мешали эмоции других людей?
4. Случалось ли, что другие люди не понимали ваших чувств?
5. Случалось ли, что вы не понимали чувства других людей?
6. Согласны ли вы, что некоторые эмоции надо скрывать, подавлять, загонять внутрь, ни в коем случае не выражать?

#### Задание 6.

**Выполните рисуночный тест: «Ваши эмоции».**

Я предлагаю вам узнать о себе в рисуночном тесте “Ваши эмоции”.

Время работы 2 мин.



На этом листе вы видите четыре лица, вернее, четыре лицевых овала, лишенных всех внешних черт. Вам надлежит не просто нарисовать нос, глаза и губы этим лицам, но и выполнить конкретное задание. Первое лицо должно быть радостным, второе – грустным, третье – злым и четвертое – обиженным. То есть задача проста: четыре лица должны выражать четыре разных человеческих эмоции.

Ключ к тесту.

Напомним еще раз. **Первое лицо** – радость, **второе лицо** – грусть, **третье лицо** – злость и **четвертое** – обида.

Внимательно посмотрите, с помощью чего вы постарались передать ту или иную эмоцию на лицах, это очень важный момент. Те черты лица, на которые вы сделали упор, многое расскажут вам о нашем характере и ваших чувствах.

**1. Первое лицо – радость.** Если вы сделали основной упор на **улыбку**, сделав ее широкой и открытой, то это значит, что вы веселый и жизнерадостный человек, с удовольствием делитесь своей радостью с окружающими.

**2. Второе лицо – грусть.** Если вы постарались передать грусть с помощью **рта с опущенными вниз уголками**, то это означает, что вы доверчивый и ранимый человек, вас легко обидеть, вы сопереживаете всем и стараетесь помочь тем, кто в этом нуждается.

**3. Третье лицо – злость.** Если вы сделали основной упор на **нос с раздутыми ноздрями**, то это значит, что вы прямой человек, последовательный в своих словах и поступках. Вы цените откровенность и предпочитаете действовать прямолинейно и открыто, презираете трусость и подлость.

**4. Четвертое лицо – обида.** Если вы постарались передать обиду, сделав упор на **печальные глаза и брови домиком**, то это говорит о вашей впечатлительности и непосредственности, вы верите в лучшее и надеетесь на светлое завтра. Вас легко обмануть, вы часто разочаровываетесь в людях и в жизни.

Вообще, при расшифровке этого теста следует учитывать следующее. **Глаза** – это ваша готовность получать информацию и перерабатывать ее. **Ресницы** – склонность к демонстративности, вызывающее поведение. **Брови** – это способность к самостоятельному анализу ситуации и принятию решения. **Мимические морщины на лбу** – склонность к размышлению. **Складка между бровей** – нерешительность, нежелание идти на риск. **Нос** – умение строить догадки и предположения, интуиция. **Рот** – контакт с окружающим миром, средство выражения собственных мыслей и желаний. **Подбородок** – упрямство, неспособность признать свою ошибку и с достоинством принять свое поражение. **Уши** – умение выслушать доводы других людей и принять их точку зрения. **Морщины возле рта** – вечное недовольство, нежелание идти на компромисс, несогласие.

**Вывод:** Этот рисуночный тест дал возможность увидеть, насколько правильно вы передаете свое эмоциональное состояние, и показал основные черты вашего характера.

#### Задание 7.

Бывают ли абсолютно бесполезные чувства? Бывают ли чувства, не приносящие никакого вреда?

Разбейтесь на 2 группы. Возьмем такое чувство, как любовь. 1 группа перечислит пользу этого чувства, 2 группа перечислит вред от любви.  
Сделайте выводы.

#### Контрольные вопросы

1. Что такое чувства, эмоции?
2. Зачем они нужны человеку?
3. Какие бывают чувства, какие эмоции?

#### 8. Критерии оценки

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

#### Практическое занятие №10

**1. Название темы:** Самодиагностика воли

**2. Учебные цели:** понять, что такое воля, ее значение для человека, изучить собственную волю.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Воля».

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

Изучить презентацию «Воля».

**Задание 2.**

1. Дайте определение воле.
2. Заполните таблицу «Этапы волевого действия»

Этап	Содержание волевого действия
------	------------------------------

### Задание 3.

Заполните таблицу «Волевые качества»

Качество	Содержание качества
Целеустремленность	
Мужество	
Решительность	
Самостоятельность	
Самообладание	
Смелость	
Инициативность	
Выдержка	
Дисциплинированность	

### Задание 4.

Выполните тест «Круг воли».

Нарисуйте круг (это 100 % силы воли) и отметьте в нем сектор, который, как Вы считаете, соответствует Вашей силе воли.

Подберите те цвета карандашей, которые, как Вам кажется, соответствуют следующим волевым качествам, и отметьте сектора, отражающие степень представленности каждого из этих качеств в Вас самих: решительность, настойчивость, смелость, самостоятельность, целенаправленность, инициативность.

Сформулируйте вывод.

### Контрольные вопросы

1. Что такое воля?
2. Для чего дана человеку воля? Какова роль воли в развитии личности?
3. Какие качества составляют волю?
4. Нужно ли развивать силу воли?

### 8. Критерии оценки

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.

#### 4. Вывод по работе.

### Практическое занятие №11

1. **Название темы:** Самодиагностика характера: тест Леонгарда-Шмишека
2. **Учебные цели:** изучить понятие характер, исследовать особенности своего характера.
3. **Продолжительность занятия:** 45 мин.
4. **Используемые оборудование и другие средства обучения:**
  - методические указания по практической работе,
  - рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, сборник упражнений по русскому языку.
5. **Литература, информационное обеспечение:**
  - 5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.
  - 5.2. Зеер Э.Ф. Профоринтология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.
  - 5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).
  - 5.4. Презентация «Характер».
  - 5.5. <https://psychojournal.ru/schmieschek.html> - онлайн-тест «Опросник Леонгарда-Шмишека»
  - 5.6. Таблица «Типология К.Леонгарда».
6. **Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.
7. **Порядок выполнения работы:**
  - Задание 1.**

Изучить презентацию по теме занятия.
  - Задание 2.**

Сформулируйте, что такое характер.
  - Задание 3.**

Изучите таблицу «Типология К.Леонгарда»
  - Задание 4.**
    1. Пройдите по ссылке тест. Проанализируйте результаты.
    2. Сформулируйте вывод.

### Контрольные вопросы

1. Что такое характер?
2. Какое влияние характер оказывает на человека?
3. Как формируются черты характера?

### 8. Критерии оценки

Отметка 5 – «отлично» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «хорошо» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «удовлетворительно» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

### Практическое занятие №12

**1. Название темы:** Самодиагностика темперамента: тест Айзенка

**2. Учебные цели:** изучить темперамент, определить зависимость поведения человека от типа темперамента.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, сборник упражнений по русскому языку.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Темперамент».

5.5. Тест Айзенка (вопросы) и бланки ответов.

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

Изучить презентацию по теме урока.

**Задание 2.**

Что такое темперамент? Как могут пригодиться знания темперамента в профессиональной деятельности?

**Задание 2.**

1. Изучите свой тип темперамента, пройдите тест Айзенка. Проанализируйте результаты.
2. Сформулируйте выводы.



## Контрольные вопросы

1. Что такое темперамент?
2. Какие типы темперамента выделяют?
3. Что влияет на формирование того или иного типа темперамента?
4. Какую пользу приносят знания типов темперамента в проф. деятельности?

### 8. Критерии оценки

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

### Практическое занятие №13

**1. Название темы:** Изучение задатков и способностей в теориях отечественных психологов (С.Л.Рубинштейн, Б.М. Теплов, А.В. Петровский, Ю.Б. Гиппенрейтер и др.)

**2. Учебные цели:** получить представления о задатках и способностях.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, сборник упражнений по русскому языку.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Задатки и способности».

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

Изучить материал посредством презентации «Задатки и способности?»

## **Задание 2.**

1. Сформулируйте, что такое задатки?
2. Что такое способности?
3. Каковы отличия задатков от способностей?
4. Какую роль играют задатки и способности в жизни человека?
5. Как развить способности?
6. Какую роль способности играют в профессиональном самоопределении?

## **Задание 3.**

Кратко запишите содержание взглядов известных ученых на проблему взаимоотношений задатков и способностей.

### **Контрольные вопросы**

1. Что такое задатки, способности?
2. В чем из различия?
3. От чего зависит развитие способностей?
4. Какие способности выделяют?

### **8. Критерии оценки**

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

### **Практическое занятие №14**

**1. Название темы:** Понятия одаренности, таланта, их формирование и развитие

**2. Учебные цели:** изучить понятия одаренности и таланта, процесс их формирования и развития.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, сборник упражнений по русскому языку.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профоринтология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Одаренность, талант».

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

Изучить презентацию по теме занятия.

**Задание 2.**

1. Сформулируйте определение термина одаренность.
2. Сформулируйте определение термину талант, гениальность.

**Задание 3.**

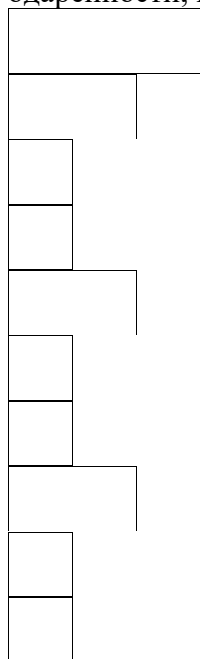
1. Рассмотрите иллюстрацию «Уровни развития способностей: одаренность, талант, гениальность».

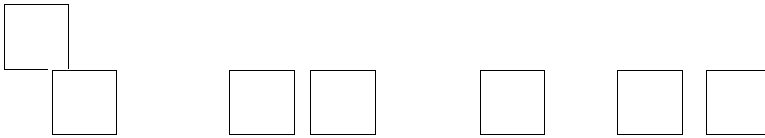


2. Опишите, как вы поняли процесс развития одаренности, таланта, гениальности.

**Задание 3.**

Распределите информацию в ячейки схемы, дающей представление о природе таланта, одаренности, гениальности.





#### **Задание 4.**

**Письменно ответить на ряд вопросов:**

1. Что лежит в основе таланта и одаренности?
2. Что является толчком в их развитии?
3. Какую роль играют одаренность и талант в жизни человека и общества?
4. Кто становится гением и кого считают гением?

#### **Контрольные вопросы**

1. Какие способности существуют?
2. Какие способности лежат в основе таланта?
3. Какие способности лежат в основе одаренности?
4. Как развить способности?

#### **8. Критерии оценки**

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

#### **Практическое занятие №15**

**1. Название темы:** Образа Я. Самонаблюдение, самопознание, рефлексия.

**2. Учебные цели:** получить представление об образе Я, раскрыть содержание процессов самонаблюдения, самопознания и рефлексии.

**3. Продолжительность занятия:** 90 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,

- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, сборник упражнений по русскому языку.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Образ Я. Самонаблюдение, самопознание, рефлексия».

5.5. Метафорические карты «Дерево как образ человека».

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

### **7. Порядок выполнения работы:**

#### **Задание 1.**

Изучить презентацию по теме занятия.

#### **Задание 2.**

1. Как вы поняли, что такое Образ Я?
2. Что такое самонаблюдение, для чего оно необходимо каждому человеку?
3. В чем суть самопознания?
4. Что такое рефлексия? Какую роль она играет в развитии личности?

#### **Задание 3.**

1. Выбрать из представленных 80 карточек с изображением деревьев ту, образ дерева которой наиболее понравилось.
2. В течение нескольких минут подумать и сформулировать, чем данное дерево схоже с вами.
3. Беседа по карточкам.

### **Контрольные вопросы**

1. В чем отличия самонаблюдения, самопознания и рефлексии?
2. Как процессы самонаблюдения, самопознания и рефлексия связаны с процессом развития личности?
3. Зачем нужна рефлексия?
4. Что такое Образ Я? Какую роль Образ Я играет в развитии личности?

### **8. Критерии оценки**

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

### **Практическое занятие №16**

**1. Название темы:** Составление плана консультации школьника по вопросам выбора профессии

**2. Учебные цели:** выработка навыка к консультативной деятельности у обучающихся.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, сборник упражнений по русскому языку.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Консультация по вопросам выбора профессии: школьники».

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

Изучить презентацию по теме занятия.

**Задание 2.**

1. Представить себя в качестве профконсультанта и составить **план** проведения консультации для школьника, выпускника 9 класса, который испытывает трудности в выборе профессии.
2. Представить себя в качестве профконсультанта и составить **план** проведения консультации для школьника, выпускника 11 класса, который испытывает трудности в выборе профессии.

**Задание 3.**

В парах проиграть процесс консультирования.

### **Контрольные вопросы**

1. Какова роль консультирования специалиста школьников в выборе профессии?
2. Что входит в план проф. консультирования?
3. В чем состоит особенности профессионального самоопределения для 9-классника?

4. В чем состоит особенности профессионального самоопределения для 11-классника?

## 8. Критерии оценки

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

## Практическое занятие №17

**1. Название темы:** Составление плана консультации студента по вопросам профессионального роста и дальнейшего профессионального самоопределения

**2. Учебные цели:** выработка навыка к консультативной деятельности у обучающихся.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, сборник упражнений по русскому языку.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Консультация по вопросам выбора профессии: студенты».

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

Изучить презентацию по теме занятия.

**Задание 2.**

1. Представить себя в качестве профконсультанта и составить **план** проведения профконсультации для студента выпускной группы СПО, который испытывает трудности в принятии решения: продолжить обучение по уже имеющейся специальности или выбрать другую, более привлекательную для него.
2. представить себя в качестве профконсультанта и составить **план** проведения профконсультации для студента выпускной группы СПО, который испытывает проблему выбора пути самореализации личности в профессиональном труде (не знает с чего начать после окончания учебного заведения).

### **Задание 2.**

В парах проиграть процесс консультирования.

#### **Контрольные вопросы**

1. Какова роль консультирования специалиста студентов по вопросам дальнейшего профессионального самоопределения?
2. Что входит в план проф. консультирования?
3. В чем состоит особенности профессионального самоопределения для студента СПО?
4. В чем состоит особенности профессионального самоопределения для школьника?

### **8. Критерии оценки**

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

#### **Практическое занятие №18**

1. **Название темы:** Анализ данных современного рынка труда
2. **Учебные цели:** формирование умения анализировать данные современного рынка труда.
3. **Продолжительность занятия:** 45 мин.
4. **Используемые оборудование и другие средства обучения:**
  - методические указания по практической работе,
  - рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, сборник упражнений по русскому языку.
5. **Литература, информационное обеспечение:**



5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Рынок труда».

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

Изучить презентацию по теме урока.

**Задание 2.**

Используя интернет источники, найти данные рынка труда на 2020 год.

**Задание 3.**

Изучив данные, сделать вывод о состоянии рынка труда на 2020 год.

#### **Контрольные вопросы**

1. Что такое рынок труда?
2. Для чего нужен рынок труда?
3. Какую роль могут сыграть данные рынка труда в выборе профессии?
4. Что из себя представляют данные рынка труда?

#### **8. Критерии оценки**

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

#### **Практическое занятие №19**

**1. Название темы:** Актуальные профессии и профессии будущего.

**2. Учебные цели:** составить представление об актуальных профессиях и профессиях будущего.

**3. Продолжительность занятия:** 45 мин.

**4. Используемые оборудование и другие средства обучения:**

- методические указания по практической работе,
- рабочая тетрадь, раздаточный материал, учебник, сборник упражнений по русскому языку.

**5. Литература, информационное обеспечение:**

5.1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.

5.2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.

5.3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

5.4. Презентация «Актуальные профессии и профессии будущего»

5.5. [https://yandex.ru/efir?stream\\_id=4b5eaea22700efaf8da4c98423fb2178](https://yandex.ru/efir?stream_id=4b5eaea22700efaf8da4c98423fb2178) видеоролик «Профессии будущего».

**6. Методические рекомендации по выполнению работы:** изучите краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практического занятия. При выполнении работы соблюдайте последовательность действий.

**7. Порядок выполнения работы:**

**Задание 1.**

1. Изучить презентацию по теме занятия.
2. Просмотр видеоролика «Профессии будущего».

**Задание 2.**

Написать эссе на тему «Профессия будущего – программист», где Вы можете проанализировать информацию ролика «Профессии будущего», выразить свое мнение по поводу будущего выбранной вами специальности и как она будет востребована на рынке труда.

### **Контрольные вопросы**

1. Какие мы называем актуальные профессии, а какие профессии будущего?
2. С чем связано возникновение новых профессий?
3. Какое влияние на школьников оказывают данные профессий будущего?
4. Как вы считаете, какие профессии будут востребованы в ближайшем будущем?

**8. Критерии оценки**

Отметка 5 – «**отлично**» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению заданий, смог ответить на контрольные вопросы, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «**хорошо**» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении заданий, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «**удовлетворительно**» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

**9. Форма отчета:** выполнение заданий в рабочей тетради. Отчет о практической работе должен содержать:

1. Тему работы.
2. Цель.
3. Результаты практической части работы.
4. Вывод по работе.

#### **Список рекомендуемой литературы**

1. Психология: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. — Серия: Профессиональное образование.
2. Зеер Э.Ф. Профориентология: теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. — Москва: Академический проект, 2019. — 189 с.
3. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н. Чистякова, Н.Ф. Родичев. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 176 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).