



Частное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 230 ОАО «РЖД»



**РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
УЧАСТНИКА WORKSHOP
«МОЯ БУДУЩАЯ ПРОФЕССИЯ»**

8 ноября 2022 года

Подготовил педагог-психолог - Кандаурова И.А.

г. Северобайкальск



Сейчас — как раз то самое время,
когда настоящее прямо на наших глазах превращается в будущее.

Айзек Азимов

Дорогой старшеклассник!

Совсем скоро перед тобой откроются двери взрослой жизни, и ты будешь стоять перед первым важным выбором в твоей жизни – выбором будущей профессии!

Перед тобой стоит задача не угадать нужную профессию, а осознать, что мир меняется очень быстро. Быть готовым к неизвестности — и это непросто.

Сегодня тебе нужны не только знания и навыки, но и устойчивость к стрессу, позитивное восприятие действительности, способность рефлексировать и принимать риск.

По сути, придется вырастить в себе «внутреннего предпринимателя» в рамках абсолютно любой профессии. Такая инвестиция в риск и будет самой оправданной инвестицией в будущее твоей профессий.

Мир, в котором мы начинаем жить, — мир высочайших скоростей и турбулентности.

Технологии стремительно проникают в нашу жизнь и делают реальностью то, о чем вчера мы могли только мечтать. На место привычных нам вещей приходят инновационные решения, без которых мы уже не можем существовать. Все эти изменения приводят к появлению новых профессий. Уже сегодня необходимо понимать, что ждет нас впереди, и постоянно развиваться, учиться жить по-новому и получать те знания, которые будут применимы в будущем.

Какими знаниями, умениями и навыками нужно обладать, чтобы быть востребованным специалистом в новом мире, чтобы построить собственную траекторию движения в интересное будущее? Это интересная задача, которую тебе предстоит решить.

Приглашаем тебя сделать первый шаг в свое будущее!

ПРОФОРИЕНТАЦИОННЫЙ ТЕСТ

Предположим, что после соответствующего обучения вы сможете выполнить любую работу. Но если бы вам пришлось выбирать только одну из двух возможностей, что бы вы предпочли?

Отметьте, пожалуйста, кружочком свой выбор в каждой паре возможностей

№	Виды деятельности
1а	Ухаживать за животными
2а	Помогать больным
3а	Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок
4а	Обрабатывать материалы (дерево, металл, пластмассу и т.п.)
5а	Обсуждать научно-популярные книги, статьи
6а	Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)
7а	Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты)
8а	Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.)
9а	Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище
10а	Лечить животных
11а	Выводить новые сорта растений
12а	Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, наказывать, поощрять
13а	Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)
14а	Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты
15а	Составлять точные описания-отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.
16а	Делать лабораторные анализы в больнице
17а	Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
18а	Организовать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, экскурсии, туристические походы и т.п.
19а	Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания
20а	Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада

№	Виды деятельности
1б	Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)
2б	Составлять таблицы, схемы, программы
3б	Следить за состоянием, развитием растений
4б	Доводить Товары до потребителя, ткань, рекламировать, продавать
5б	Обсуждать художественные книги (или концерты)
6б	Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)
7б	Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством – подъемным краном, трактором, тепловозом и др.
8б	Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов)
9б	Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
10б	Выполнять вычисления, расчеты
11б	Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т.п.)
12б	Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)
13б	Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)
14б	Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.
15б	Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые и представляемые)
16б	Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
17б	Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов
18б	Играть на сцене, принимать участие в концертах
19б	Заниматься черчением, копировать чертежи, карты
20б	Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине и др.)

Ключ к тесту

Типы профессий	Варианты ответов	Количество набранных баллов
Человек-природа	1 а, 3 б, 6 а, 10 а, 11 а, 13 б, 16 а, 20 а	
Человек-техника	1 б, 4 а, 7 б, 9 а, 11 б, 14 а, 17 б, 19 а	
Человек-человек	2 а, 4 б, 6 б, 8 а, 12 а, 14 б, 16 б, 18 а	
Человек-знаковая система	2 б, 5 а, 9 б, 10 б, 12 б, 15 а, 19 б, 20 б	
Человек-художественный образ	3 а, 5 б, 7 а, 8 б, 13 а, 15 б, 17 а, 18 б	

Мои ведущие типы профессий:

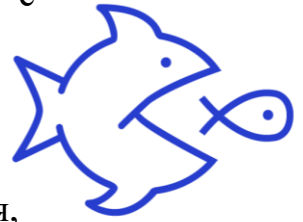
1. _____
2. _____
3. _____



Описание типов профессий

Человек — Природа

К этому типу относятся все профессии, связанные с растениеводством, животноводством и лесным хозяйством, т.е. с природными объектами и явлениями.



Объектом труда являются: живые организмы, растения, животные и биологические процессы.

Профессии данного типа связаны с:

- ✓ исследованием, анализом состояния и условий жизни растений или животных, изучением живой и неживой природы, описанием, изысканием (агроном, микробиолог, зоотехник, гидробиолог, агрохимик, фитопатолог, геолог, генетик, ботаник, зоолог, метролог и др.);
- ✓ выращиванием и уходом за растениями и животными (лесник, полевод, цветовод, овощевод, птицевод, животновод, садовод, пчеловод, лесовод, фермер, зоотехник и др.);
- ✓ профилактикой, восстановлением и лечением заболеваний растений и животных (ветеринар, эколог, лесовод, врач карантинной службы и др.);
- преобразованием и переработкой (садовник, технолог пищевой промышленности, рыбообработчик и др.);

Профессии будущего:

БИОТЕХНОЛОГИИ

1. Разработчик биосовместимых и биоразлагаемых материалов
2. Системный биотехнолог
3. Разработчик мтэ (микробно-топливных элементов)
4. Биохимический инженер
5. Архитектор живых систем
6. Биофармаколог

ЭКОЛОГИЯ

1. Эколог-логист
2. Специалист по преодолению системных экологических катастроф
3. Специалист по страхованию климатических рисков
4. Экопродюсер
5. Разработчик природоохранного ПО
6. Биоремедиатор

- ✓ обслуживанием, охраной флоры и фауны (работник лесного хозяйства, цветовод, птицевод, животновод и пр.);
- ✓ заготовкой продуктов, эксплуатацией природных ресурсов (охотник, рыбак, лесоруб, агроном, зоотехник и пр.)

Склонности и предпочтения, выраженные способности:

- ✓ ухаживать и наблюдать за животными
- ✓ разводить растения или животных
- ✓ заготавливать продукты (грибы, ягоды, рыбу...)
- ✓ бороться с болезнями, вредителями
- ✓ выращивать овощи и фрукты
- ✓ ориентироваться в природных явлениях
- ✓ наблюдать, изучать различные природные явлениями

Профессионально важные качества: наблюдательность, склонность к систематизации, устойчивость внимания, потребность в двигательной активности.

Психологические требования профессий «человек-природа»:

- ✓ развитое воображение, наглядно-образное мышление, хорошая зрительная память, наблюдательность, способность предвидеть и оценивать изменчивые природные факторы;
- ✓ поскольку результаты деятельности выявляются через довольно длительное время, специалист должен обладать терпением, настойчивостью, должен быть готовым работать вне коллективов, иногда в трудных погодных условиях, в грязи и т. п.

Человек — Техника

К этому типу относятся все технические профессии, профессии, в которых происходит активное взаимодействие с разнообразными приборами, машинами, механизмами, аппаратами, станками. Объектом труда служат: технические системы и объекты (механизмы, машины, аппараты, установки), материалы и виды энергии.



Профессии данного типа связаны с:

- ✓ созданием, монтажом, сборкой и наладкой технических устройств (специалисты по изготовлению деталей, машин, механизмов вручную, на станках и автоматических линиях; слесарно-сборочные, монтажные, электромонтажные, строительно-отделочные специалисты; специалисты по добыче и переработке промышленного сырья, изготовлению пищевых продуктов, т.е. проектировщик, конструктор, инженер, радиомонтажник, сварщик и др.)
- ✓ эксплуатацией технических средств и устройств (специалисты работают на станках, управляют транспортом, автоматическими системами, например, водитель, тракторист, слесарь, токарь, швея и др.)
- ✓ обслуживанием технических объектов (специалисты по наладке и обслуживанию оборудования, управлению станками, машинами, механизмами, транспортными средствами и строительными машинами)

Профессии будущего:

РОБОТОТЕХНИКА

1. Проектировщик домашних роботов
2. Проектировщик детской робототехники
3. Разработчик нанороботов
4. Консультант по робоэтике

ИТ СЕКТОР

1. Архитектор цифровых офисов
2. Разработчик моделей big data
3. Программист квантовых компьютеров
4. Информационный эколог

НАЗЕМНЫЙ ТРАНСПОРТ

1. Инженер по безопасности транспортной сети
2. Проектировщик интермодальных транспортных решений
3. Проектировщик высокоскоростных железных дорог
4. Оператор кросс-логистики
5. Оператор автоматизированных транспортных систем

WORKSHOP «МОЯ БУДУЩАЯ ПРОФЕССИЯ»

- ✓ восстановлением и ремонтом технического оборудования, изделий (механик, электромонтер, радиомеханик и др.)
- ✓ изучением (специалисты по контролю и анализу качества изделий и механизмов, специалисты по испытанию качества изделий).

Склонности и предпочтения, выраженные способности:

- ✓ исследовать, наблюдать
- ✓ создавать и испытывать новые образцы
- ✓ планировать, конструировать, проектировать, разрабатывать, моделировать
- ✓ придумывать новые способы деятельности
- ✓ самостоятельно организовывать свою работу и работу других
- ✓ принимать нестандартные решения.

Профессионально важные качества: технический склад ума, пространственное воображение, склонность к практическому труду, эмоциональная устойчивость.

Психологические требования профессий «человек-техника»:

- ✓ хорошая координация движений
- ✓ точное зрительное, слуховое, вибрационное и кинестетическое восприятие
- ✓ развитое техническое и творческое мышление и воображение
- ✓ умение переключать и концентрировать внимание
- ✓ наблюдательность

Человек — Человек

К этому типу относятся все профессии, связанные с работой с людьми, с обслуживанием людей, с общением. Объектом труда являются: люди, группы, коллективы.



Профессии данного типа связаны с:

- ✓ медицинским обслуживанием людей и уходом за ними (врач, зубной техник, медсестра и др.);
- ✓ воспитанием, обучением, тренировкой других людей (воспитатель дошкольных учреждений, детдомов, преподаватель в школах и др. учебных заведениях, мастер производственного обучения, тренер по спорту, гувернер и др.)
- ✓ бытовым обслуживанием (продавец, проводник, официант, парикмахер, вахтер и др.)
- ✓ правовой помощью и защитой (судья, адвокат, работник милиции, юрист, участковый инспектор и др.)
- ✓ защитой общества и государства (военнослужащий, юрисконсульт, милиционер, инспектор и др.)
- ✓ информационным обслуживанием (библиотекарь, экскурсовод, лектор и др.)
- ✓ организацией людей, руководством и управлением ими (администратор, менеджер и др.)
- ✓ изучением, описанием, исследованием других людей (социолог, психолог, журналист, следователь и др.)

Профессии будущего:

МЕДИЦИНА

1. Биоэтик
2. Генетический консультант
3. Молекулярный диетолог
4. Разработчик киберпротезов и имплантатов
5. Тканевый инженер

ОБРАЗОВАНИЕ

1. Разработчик образовательных траекторий
2. Карьерный стратег
3. Игромастер
4. Архитектор образовательных экосистем
5. Валидатор знаний

СОЦИАЛЬНАЯ СФЕРА

1. Модератор платформы персональных благотворительных программ
2. Модератор платформы общения с госорганами
3. Специалист по внедрению ассистивных технологий

Склонности и предпочтения, выраженные способности:

- ✓ обслуживание людей
- ✓ занятие лечением
- ✓ обучение, воспитание
- ✓ защита прав и безопасности
- ✓ управление людьми
- ✓ легкость знакомства и общения с новыми людьми
- ✓ чуткость и доброжелательность к окружающим, умение внимательно выслушивать людей
- ✓ умение самостоятельно организовывать свою работу и работу других
- ✓ умение хорошо и понятно говорить и выступать публично

Профессионально важные качества:

- ✓ развитые коммуникативные способности
- ✓ эмоциональная устойчивость
- ✓ быстрая переключаемость внимания
- ✓ наблюдательность
- ✓ организаторские способности

Психологические требования профессий «человек-человек»:

- ✓ стремление к общению, умение легко вступать в контакт с незнакомыми людьми
- ✓ устойчивое хорошее самочувствие при работе с людьми
- ✓ доброжелательность, отзывчивость, выдержка, умение сдерживать эмоции
- ✓ способность анализировать поведение окружающих и свое собственное, понимать намерения и настроение других людей, способность разбираться во взаимоотношениях людей, умение улаживать разногласия между ними, организовывать их взаимодействие
- ✓ способность мысленно ставить себя на место другого человека, умение слушать, учитывать мнение другого человека

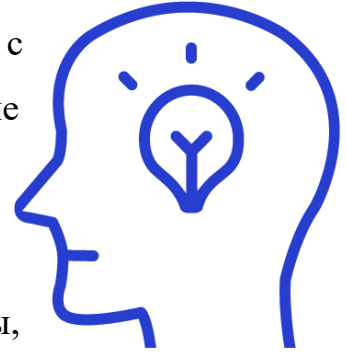
WORKSHOP «МОЯ БУДУЩАЯ ПРОФЕССИЯ»

- ✓ способность владеть речью, мимикой, жестами, развитая речь, способность находить общий язык с разными людьми, умение убеждать людей
- ✓ аккуратность, пунктуальность, собранность
- ✓ знание психологии людей

Человек — Знак

К этому типу относятся все профессии, связанные с обсчетами, цифровыми и буквенными знаками, в том числе и музыкальные специальности, большинство профессий связано с переработкой информации.

Объектами труда являются: условные знаки, шифры, коды, таблицы, цифры, числовые значения, символы, тексты.



Профессии данного типа связаны с:

- ✓ текстами на родном или иностранном языках, восстановлением, устранением искажений (корректор, редактор, машинистка, делопроизводитель, телеграфист, наборщик, переводчик и др.)
- ✓ цифрами, формулами, таблицами, преобразованием, расчетом, сортировкой (бухгалтер, экономист, кассир, статистик, почтальон, программист, оператор ПК и др.)
- ✓ чертежами, схемами, картами (штурман, чертежник, картограф, геодезист, конструктор, инженер-технолог, копировальщик и др.)
- ✓ звуковыми сигналами, шифровкой, дешифровкой, распознаванием символов (радист, телефонист, стенографист, звукооператор, лингвист, филолог, историк, математик, библиотекарь и др.)
- ✓ управлением движения (диспетчер, инспектор ГИБДД и пр.)

Профессии будущего:

ФИНАНСОВЫЙ СЕКТОР

1. Разработчик персональных пенсионных планов
2. Аналитик кибербезопасности в финансовом секторе
3. Оценщик интеллектуальной собственности
4. Мультивалютный переводчик

МЕДИА И РАЗВЛЕЧЕНИЯ

1. Архитектор виртуальности
2. Дизайнер эмоций
3. Медианолицейский

КОСМОС

1. Космогеолог
2. Менеджер космотуризма
3. Разработчик аппаратов связи
4. Космический юрист
5. Оператор обработки изображений земли из космоса

- ✓ составлением и хранением документации (нотариус, архивариус, делопроизводитель и пр.)

Склонности и предпочтения, выраженные способности:

- ✓ обрабатывать тексты и таблицы, производить расчеты и вычисления, перерабатывать информацию
- ✓ работать с чертежами, картами и схемами
- ✓ принимать и передавать сигналы и сообщения
- ✓ хорошо считать в уме, оперировать знаками и символами
- ✓ искать и исправлять ошибки
- ✓ Профессионально важные качества: способность к математике, развитое абстрактное мышление, высокая устойчивость внимания, склонность к общению, аккуратность и усидчивость

Психологические требования профессий «человек-знак»:

- ✓ хорошая оперативная и механическая память
- ✓ способность к длительной концентрации внимания на отвлеченном (знаковом) материале
- ✓ хорошее распределение и переключение внимания
- ✓ точность восприятия, умение видеть то, что стоит за условными знаками
- ✓ усидчивость, терпение
- ✓ логическое мышление

Человек–Художественный образ

К этому типу относятся все творческие специальности. Объектом труда этих специальностей служат: художественные образы, способы их построения, их роли, элементы и особенности.

Профессии данного типа связаны с:

WORKSHOP «МОЯ БУДУЩАЯ ПРОФЕССИЯ»

- ✓ созданием, преобразованием, проектированием, моделированием художественных произведений (писатель, художник, композитор, режиссер, модельер, дизайнер, архитектор, скульптор, журналист, хореограф, парикмахер, кондитер и др.)
- ✓ воспроизведением, изготовлением различных произведений искусства в единичном экземпляре (дирижер, музыкант, вокалист, актер, ювелир, реставратор, оформитель, флорист, закройщик, гравер, столяр-краснодеревщик и др.)
- ✓ воспроизведением, копированием, размножением художественных произведений в массовом производстве (мастер по росписи, шлифовщик по камню и хрусталу, маляр, печатник и др.)

Склонности, предпочтения, выраженные способности:

- ✓ заниматься художественным оформлением
- ✓ заниматься художественным творчеством (живопись, скульптура, фотография, кино и др.)
- ✓ сочинять (стихи, прозу и др.)
- ✓ выступать на сцене
- ✓ изготавливать своими руками красивые вещи
- ✓ петь, играть на музыкальных инструментах

Профессионально важные качества: яркое воображение, образное мышление, склонность к творчеству, гибкость чувств, специальные способности, развитость функциональных способностей (слух, зрение, речь, вкус и т.п.).

Психологические требования профессий «человек-художественный образ»:

- ✓ художественные способности, развитое зрительное восприятие
- ✓ наблюдательность, зрительная память, наглядно-образное мышление, творческое воображение
- ✓ знание психологических законов эмоционального воздействия на людей

Полезная литература

1. «Атлас новых профессий 3.0» (электронная версия) - Варламова, Михайлова, Судаков
2. «Гид по выбору карьеры: иллюстрированное руководство по поиску профессии»
3. Алексей Ильин «Жизнь после школы»
4. Агата Орешкина «Адаптивность 2.0»
5. Валерия Волкова «Как найти дело по душе. Практическое руководство по профориентации»
6. Нелли Литвак «Формула призвания. Семь правил выбора вуза»
7. Т. Хоули, К. Грант «Вы приняты! Как получить работу мечты, если у вас нет опыта»
8. Наталия Викулина «Призвание. Как найти себя во взрослой жизни»
9. Александр Соловьев «Выбор профессии»
10. Джон Сонмез «Путь программиста. Человек эпохи IT»
11. Максим Васильченко «Современная профориентация: как искать дело жизни №»
12. А. Птуха, С. Степанов «Определись! Мыслительные карты для определения призвания и предназначения»
13. Кен Робинсон, Лу Ароника «Призвание. Как найти то, для чего вы созданы, и жить в своей стихии»
14. Б. МакАлистер, М. Марринер, Н. Гебхарт «Дорожная карта. Смелое руководство для тех, кто хочет найти свой путь в жизни»
15. Александр Носов «Самореализация: как найти свое призвание»
16. Г. Бугулиев, О. Чернаус «Стратегии выбора: ПРОФЕССИЯ»
17. Елена и София Король «Помогите подростку выбрать профессию, приносящую счастье»