Министерство образования и науки Хабаровского края

Краевое государственное казенное учреждение

«Центр по развитию семейных форм устройства детей,

оставшихся без попечения родителей, и постинтернатному сопровождению»

Отдел постинтернатного сопровождения

|  |
| --- |
| **ПРОГРАММА ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СБОРОВ** |
| **Вектор роста**  для воспитанников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей |

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГКУ ЦСУ \_\_\_\_\_\_\_\_

Е.В. Кондрашина

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г.

Хабаровск

2017 г.

Составитель: Базилевская Марина Львовна, методист отдела постинтернатного сопровождения, Центр по развитию семейных форм устройства детей, оставшихся без попечения родителей, и постинтернатному сопровождению.

Настоящая программа составлена для проведения образовательных сборов воспитанников организаций для детей-сирот и оставшихся без попечения родителей. Она состоит из пяти занятий, которые включают в себя диагностику способностей, развивающие упражнения, экскурсии, мастер-классы.

Данная программа позволит подросткам осознать свои способности, расширить знания о профессиях, научится ставить жизненные цели, развить лидерские качества. С помощью полученных знаний ребята смогут правильно выбрать свой профессиональный путь.

Методические рекомендации адресованы педагогам-психологам, социальным педагогам, педагогическим работникам организаций для детей-сирот и оставшихся без попечения родителей.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Паспорт программы………………………………………………….4 2.Обоснование программы……………………………………………..5

3. Цели и задачи, принципы реализации………………………………7

4. План проведения……………………………………………………..8

5. Сценарий проведения………………………………………………..9

6. Упражнения для игры в свободное время…………………………72

7. Приложения………………………………………………………….76

8. Список литературы………………………………………………….81

**Паспорт программы**

|  |  |
| --- | --- |
| Полное наименование программы | Программа образовательных сборов для воспитанников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей «Вектор роста» |
| Организатор программы | Краевое государственное казённое учреждение «Центр по развитию семейных форм устройства детей, оставшихся без попечения родителей, и постинтернатному сопровождению». Отдел постинтернатного сопровождения. |
| Сроки проведения программы | Каникулярный период |
| Место проведения | 680013, г. Хабаровск, улица Ленинградская, дом 11.  Телефоны: (4212)70-46-32, (4212)  70-46-09 |
| Цели программы | - выявление способностей ребенка к той или иной профессиональной сфере,  - знакомство с классификацией типов профессий,  - апробация себя в мире профессий,  - развитие творческого потенциала**.** |
| Направление деятельности | Профориентация |
| Участники | Воспитанники организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в возрасте 12-15 лет |
| Общее число участников | 25 |
| Планируемый результат | Воспитанник осознает труд, как необходимую часть жизнедеятельности, обладает знаниями о собственных способностях. Получены рекомендации по наиболее подходящей профессии. |

**Обоснование программы**

В условиях семейного воспитания путь становления ребенка проходит с опорой на целый ряд позитивных факторов, которые составляют преимущества семьи. Этими факторами являются:

- опыт социализации родителей, который усваивает ребенок путем непосредственного подражания образцам их поведения и способам преодоления жизненных ситуаций;

- наличие широких связей и контактов семьи, которые позволяют ребенку включаться в систему дополнительных дифференцированных социально-ролевых взаимодействий, это позволяет ему получить разные типы отношений к себе и формировать объемный «Я» - образ;

- особенности устройства семьи, которые обеспечивают ребенку опыт совместного проживания, позволяющий сформировать умение учитывать потребности другого и опыт автономного существования.

Однако это происходит в том случае, если мы рассматриваем идеальную семью. В реальности ребенок сталкивается с тем, что сами родители демонстрируют ему образцы неадекватного поведения. Воспитанник детского дома часто начинает свой жизненный путь в асоциальной семье. В ней он вбирает в себя родительские патерны – модели поведения. В такой семье работа воспринимается как добывание денег на выпивку, а не как деятельность, приносящая удовольствие, раскрытие талантов, место для общения с людьми, имеющими схожие интересы. В таких семьях не формируется трудовая социализация. В картинке мира ребенка из неблагополучной семьи работа не является необходимым условием жизни. Дальнейшее пребывание ребенка в детском доме также ставит его в ситуацию ограниченных сведений о трудовой деятельности.

В условиях воспитания в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (далее – организация) трудности, с которыми сталкивается ребенок в процессе социализации, удваиваются. Это происходит потому, что сама организация жизнедеятельности детей в организации устроена таким образом, что у ребенка формируется преимущественно только одна ролевая позиция - позиция сироты, не имеющего поддержки и одобрения в социуме. Эта роль удерживает ребенка в инфантильной иждивенческой позиции и блокирует проявление потенциальных возможностей.

Этим обусловливается отличие работы по профессиональному самоопределению воспитанников организаций от такой же работы с детьми, воспитывающимися в семье. Необходимо внедрение в сознание ребенка установки на работу, как обязательное условие жизни. Это происходит не только на специально организованных мероприятиях, но и в каждодневной жизни, где все окружающие ребенка люди заостряют внимание на своем труде, рассказывают, как им интересно выполнять свою работу, что для них значит быть в коллективе. Обычно дети в детском доме воспринимают работу только как средство зарабатывания денег, поэтому нужно объяснять, что работа должна приносить не только материальное, но и моральное удовлетворение.

Отдел постинтернатного сопровождения ежедневно сталкивается с выпускниками, все проблемы которых возникают из нежелания работать. Многие, получив образование, не хотят трудиться по полученной специальности. Вследствие этого большой процент ребят оказывается в местах лишения свободы и ведет асоциальный образ жизни. Проанализировав работу по профориентации, которую осуществляют организации края, можно сделать вывод о необходимости внедрения новых форм работы, которые позволят воспитанникам правильно выбрать свой профессиональный путь.

Выделены пути оптимизации социализации воспитанников организаций для детей-сирот и оставшихся без попечения родителей :

- создание действенной системы изучения воспитанников, сложившихся взаимоотношений, развития отдельных качеств и черт, необходимых для будущей жизни;

- грамотное использование полной, объективной, независимой информации для организации работы по формированию жизненного и профессионального самоопределения воспитанников;

- внесение корректировки в жизненные и профессиональные планы воспитанников, в стиль поведения и отношений, в совершенствование морально-психологического климата в коллективе организации;

- создание социально-позитивной ситуации успеха, защищенности, понимания, которые формируют уверенность, комфортность, уважение и доверие, веру в положительный результат и достижение соответствующего положения в жизни.

Главная идеяпрограммы – приобщение воспитанников к знанию о мире профессий, о своих возможностях и способностях.

Программа способствует формированию у детей мотивации к труду и выбору профессионального пути.

**Цели, задачи, принципы реализации программы**

**Цели**

- выявление способностей ребенка к той или иной профессиональной сфере,

- знакомство с классификацией типов профессий,

- апробация себя в мире профессий,

- развитие творческого потенциала**.**

**Задачи**

- осознание ребенком труда, как необходимой части жизнедеятельности,

- изучение собственных способностей,

- развитие навыков, необходимых для получения желаемой профессии,

- овладение информацией о многообразии видов профессий,

- подбор профессии наиболее подходящей по всем критериям.

**Принципы реализации программы**

При написании программы мы руководствуемся принципами, заложенными в воспитательной системе:

*-* Принцип безопасностижизни, здоровья, психического состояния детей, защиты их прав и личного достоинства.

*-* Принцип самореализации детей предусматривает: посильность и конкретность любой деятельности для личности каждого ребёнка. Она должна быть привлекательной, соответствовать интересам личности, иметь чётко выраженный результат, содержать эффект новизны, способствовать творчеству и самостоятельности, допускать возможность вариативности в выборе способов достижений целей, удовлетворять потребности личности в самоутверждении.

*-* Принцип включенности детей в социально значимые отношения предусматривает: обеспечение гарантии свободного выбора деятельности и права на информацию; создание переключения с одного вида деятельности на другой; предоставление возможности и право отстаивать свое мнение.

*-* Принцип взаимосвязи педагогического управления и детского самоуправления предусматривает: приобретение опыта организации коллективной деятельности и самоорганизации в ней; защиту каждого ребенка от негативных проявлений и вредных привычек, формирование чувства ответственности за свои поступки и действия.

*-*Принцип профессиональной компетентностипредполагает участие в программе только квалифицированных педагогов и психологов.

-Принцип конфиденциальностипредполагает неразглашение личных данных участников, результатов диагностики.

**Механизм реализации программы**

**План проведения.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | План мероприятий | Ответственные |
| 1 ДЕНЬ  Постановка цели | 1. Знакомство.  2. Упражнение «Дерево ожиданий».  3. Беседа о важности постановки целей.  4. Игра «Пять шагов».  5. Упражнение « Жизненные планы».  6. «Схема Представлений».  7. Упражнение « Роль цели в жизни».  8. Упражнение « Преодоление препятствий»  9. Игра «Ловушки – капканчики».  10.Диагностика Тест Мегедь-Овчарова.  11. Занимательные опыты.  12. Рефлексия. | Организатор  Психолог  Методист |
| 2 ДЕНЬ  Способности и навыки | 1.Упражнение «Приветствие».  2. Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто...».  3. Беседа «Способности и навыки».  4. Проведение тестирования. Методика Л.А. Йовайши.  5. Упражнение « Профконсультант».  6. Кроссворд « Мир профессий».  7. Упражнение «Мечты».  8. Рефлексия.  9. Экскурсия в супермаркет. | Организатор  Психолог  Методист |
| 3 ДЕНЬ  Виды труда | 1. Упражнение «Хлопки». 2. Беседа о видах труда ( по Климову). 3. Диагностика ДДО Климова. 4. Упражнение «История поиска профессии». 5. Просмотр мультфильмов о профессиях. 6. Мастер-класс по изготовлению пиццы. 7. Рефлексия. | Организатор  Психолог  Методист |
| 4 ДЕНЬ  Лидерство | 1. Упражнение «Нетрадиционный способ приветствия». 2. Упражнение «Аквариум». 3. Упражнение «Лидер – это». 4. Тест «Лидер ли я?». 5. Упражнение «Узелок». 6. Упражнение «Без командира». 7. «Путешествие с дикими гусями». 8. Визитная карточка. 9. Экскурсия в Мегафон. 10. Упражнение «Свеча». | Организатор  Психолог  Методист |
| 5 ДЕНЬ | 1. Упражнение « Присмотрись»  2. Анкета «Профориентация»  3. Игра « Кто сделал шоколадку»  4. Экскурсия в учебное заведение (ТОГУ).  5. Заключительное слово  6. Рефлексия | Организатор  Психолог  Методист |

**Сценарий проведения**

**1 день.**

Вступительное слово.

Ребята, мы проведем с вами 5 увлекательных дней. Эти дни помогут вам решить очень важные вопросы. Это вопросы вашего будущего. У вас очень много впереди и от вас зависит, каким будет ваша жизнь. Мы поможем вам задуматься над тем, какой выбрать путь. В жизни любого человека есть самые важные ценности. Как вы думаете, что это за ценности?

Семья, здоровье, работа. Мы поможем вам понять, какая именно работа будет подходить именно вам. Ведь мы проводим на рабочем месте большую часть своей жизни, лучшую часть каждого дня. Если сделать ошибку, то можно всю жизнь мучиться, занимаясь нелюбимым делом.

Советую вам отнестись к занятиям, тестированиям со всей серьезностью. Воспользуйтесь шансом сделать свою жизнь счастливой.

1.Упражнение «Знакомство*»* [[1]](#footnote-2)

Время выполнения*:* 5-15 минут.

Упражнение, которое облегчает группе начало знакомства. Участники в игровой форме узнают и заучивают имена друг друга. Нередко сами участники бывают удивлены тому, насколько легко происходит запоминание при задействовании кинестетической памяти.

Материалы: Множество мягких игрушек.

Группа встает в круг.

Объявите, что приглашаете группу к участию в ритуале, который совершают при приветствии жители тропических островов.

Игру начинает ведущий. Поднимает выбранный для игры предмет (игрушку) над головой и громко называет свое имя. Затем передаёт предмет своему соседу справа. Он также должен представиться и передать предмет своему соседу, и так далее: каждый, кто получает игрушку, называет свое имя и передает ее своему соседу справа. Когда игровой предмет, пройдя полный круг, снова окажется у ведущего в руках, игра начинается по второму кругу, но в противоположном направлении. Снова ведущий громко произносит свое имя и передаёт предмет соседу слева. После завершения этого круга группа переходит к следующей, более динамичной части тренинга.

Теперь предмет может передаваться во всех направлениях. Начинает первым ведущий: установив визуальный контакт с одним из участников, громко называет его по имени и бросает ему игрушку. Поймавший продолжает игру, также называя по имени другого участника и передавая предмет ему. Не останавливайте игру до тех пор, пока предмет не побывает в руках каждого участника хотя бы по два раза. Если группа велика по объему, обязательно убедитесь в том, что никого не забыли.

Теперь Вы приглашаете группу к следующей фазе упражнения. Попросите каждого члена группы сказать несколько слов благодарности тому, кто передает ему игрушку, обращаясь при этом к нему по имени. Например: «Большое спасибо, Мария». Но при этом может произойти так, что участнику передает игрушку человек, чье имя он еще не запомнил. В этом случае игрок говорит: «Большое спасибо...» и ждет, что «неизвестный» ему представится. Через некоторое время темп игры можно ускорить.

На этом этапе можно ввести в действие вторую и третью игрушки (в зависимости от величины группы) и продолжить процедуру знакомства. Обратите внимание на то, чтобы правила игры соблюдались. Единственное отличие от предыдущего этапа состоит в том, что все участники должны быть еще внимательнее, поскольку в помещении станет шумно. Игроки должны по-прежнему передавать друг другу предметы и благодарить того, кто передал им игрушку. На этом этапе создается атмосфера живого экзотического ритуала, который помогает группе сделать первые шаги на пути к становлению ее как команды.

Остановите игру через 2 минуты и попросите любого желающего назвать имена всех членов группы. В группе из восемнадцати человек почти всегда находятся трое или четверо, у которых это не вызывает сложностей. По желанию группы можно усложнить правила: предложите участникам поменяться местами и спросите, может ли кто-нибудь теперь назвать все имена.

2.Упражнение «Дерево ожиданий»

Время выполнения: 15 минут.

Ведущий раздает участникам по два набора листочков (всего 6) и дает задание: в течение 5 мин. написать на трех листах свои ожидания от тренинга, и еще на трех свои опасения (в итоге, каждый участник напишет 3 ожидания и 3 опасения). После того, как задание выполнено, участники приклеивают на одну сторону кроны дерева свои ожидания, а на другую сторону – опасения. Затем ведущий читает ожидания и опасения и комментирует, за что он берет ответственность на себя, а за что будет отвечать группа.

3. Беседа « Постановка целей»

Время выполнения: 20 минут.

«Алиса: Скажите, пожалуйста, куда мне отсюда идти?   
Чеширский Кот: А куда ты хочешь попасть? Какая у тебя цель?   
Алиса: Мне все равно...   
Чеширский Кот: Тогда все равно, куда и идти.   
Алиса: ... только бы придти куда-нибудь   
Чеширский Кот: Куда-нибудь ты обязательно попадешь,  
нужно только достаточно долго идти»[[2]](#footnote-3)

Можно сказать, что все человеческие усилия направлены ​​на постановку и достижение целей. Цели являются частью любого рабочего процесса в организации. Цели касаются всех сфер жизни человека. Тренинг на постановку целей позволяет Вам сделать выбор: либо осознанно поставить цели, и сосредоточиться на их достижении, либо двигаться вперед не имея четких целей.

Без постановки целей жизнь превращается в череду хаотических событий. В таком случае Вы ничего не контролируете и становитесь лишь игрушкой в череде случайных совпадений. Перед тем как кто-то полетел на луну или создал телефон, была поставлена четкая цель!

Тренинг постановка целей дает возможность понять смысл целеполагания, важность целей в рабочем контекста и в других сферах жизни, и изучить самые полезные методы для постановки и достижения целей. Перед тем, как разрабатывать планы, вы должны знать, что вы хотите достичь, поэтому на тренинге мы будем учиться ставить себе цели и задачи, представлять конечный результат, и создавать пошаговый маршрут из точки А в точку Б для достижения целей.

Я расскажу вам, как училась ставить цели девочка Алена. Я посадила ее перед собой и сказала: «Алена, устраивайся поудобнее. Хорошо. А теперь закрой глаза и представь, что прошло 10 лет.… Расскажи мне, где ты находишься? Чем ты там занимаешься? Что вокруг тебя?». Алена (с моей помощью) расслабилась и стала фантазировать, постепенно мы переключились на то, где она теперь учится, потом – где она после этого стала работать. Это Алену увлекло, и вот она уже начала рассказывать, что в будущем она представляет себя в зале суда, где произносит речь, которая доказывает невиновность человека. Чем больше она рассказывала, чем больше деталей она добавляла, тем увереннее звучал ее голос. «Отлично!», сказала я, и мы вернулись в день сегодняшний. «А теперь скажи мне, что нужно сделать сегодня, чтобы получить такое будущее?». И тогда Алена начала думать…

Для того чтобы Алена представила свою цель и шаги к ее достижению более наглядно, я попросила ее нарисовать это на бумаге. При этом я ее попросила не стараться сделать правильно, а писать все, что приходит ей в голову.

Когда Алена закончила свой рисунок, она посмотрела на него и воскликнула: «Получается, что я уже сейчас могу многое делать, чтобы достичь того, чего хочу!». Для нее этого было открытие! Конечно, я и до этого постоянно говорила ей, что уже сейчас она может строить свое будущее, раньше для Алены это были пустые слова. А теперь картинка-схема, нарисованная ею собственноручно, оказалась готовым планом её действий с понятными шагами. Это был уже ее собственный проект, и он не вызывал у неё протеста. У Алёны появился проект своей жизни!

У Алены получилась вот такая картинка: Приложение 1

На следующий день Алена перенесла свою карту на большой лист ватмана и повесила над своим письменным столом. «Зачем?» - спросила я её. Она сказала: «Хочу, чтобы мой план всегда был у меня перед глазами!».

Её жизнь начала быстро меняться. Раньше, когда я обращала ее внимание, что она тратит время впустую, она фыркала, а сейчас на мои дружеские (только дружеские!) вопросы: «А просмотр этого сериала ведет тебя к твоей цели?», «А с какой целью ты сидишь в Контакте?», «Под какую задачу ты играешь в эту игру?», Алена задумывается… Да, она много времени проводит ВКонтакте, но теперь ищет там полезные ей обучающие ролики, статьи по саморазвитию и видеоуроки. Её самооценка сильно повысилась: «Я не бездельничаю! Я иду к своей цели!». А самое главное, я уверена: через некоторое время мой голос превратится в ее внутренний голос, и она сама уже будет задавать себе такие вопросы: «Зачем?», «Под какую задачу?». Алена уже заговорила о том, что плакат нужно доработать: я вижу, что она думает, планирует, делает![[3]](#footnote-4)

Для того чтобы понять какая цель будет правильной, нужно хорошо изучить свои способности и возможности. Понять, какая деятельность приносит удовольствие.

Как вы понимаете слово цель?

(Выслушиваются ответы учащихся).

Цель – это конечное желание, стремление, намерение чего-то достичь. В «Словаре русского языка» С.И.Ожегова говорится, что цель – это то, к чему стремятся, и то, что надо осуществить. Целью может являться как предмет, объект, так и действие.

У каждого из нас есть какие-то цели. Конечно, бывают и исключения. Некоторые люди живут только сегодняшним днем и довольствуются только тем, что имеют в данный момент. Для кого-то целью является купить себе что-нибудь вкусненькое из еды, для других цель - прожить этот день, все остальное неважно. Все это можно назвать целями выживания. Другие имеют прямо противоположные цели: преодоление мирового рекорда, создание какого-либо шедевра и т.д. Между двумя этими крайностями пребывает большинство из нас, тех, кто, к сожалению, плохо различает цели выживания и цели достижений.

Именно вы должны решать, какой вы хотите видеть свою жизнь. Ваше путешествие к успеху - это движение от цели к цели, причем вы сами себе их устанавливаете, а «топливо», которое дает вам энергию движения к целям - это сила вашего желания достичь успеха. Вы сможете получить все, что угодно только в том случае, если действительно хотите этого и если сумеете поставить перед собой цель. Не имея целей, ничего нельзя достичь. Не существует ни одной истории о крупном успехе, в которой не упоминается цель.

Как мы уже говорили, есть люди, которые не имеют четкой цели. Почему? Потому, что они не верят, что могут получить желаемое. А это приводит к заниженной самооценке, что порождает постоянную неудовлетворенность собой.

Иметь цели – жизненно необходимо, можно даже сказать, что мы вообще не способны жить без них. Конечно, кроме стремления достичь цели нужны еще и опыт, и личностный рост, и уверенность в себе, и понимание дела, которым вы занимаетесь.

Например, цель молодого человека, обучающегося в университете – получить диплом. А знания и опыт, приобретенные за время обучения, по мере продвижения к диплому, впоследствии тоже могут принести неоценимую пользу. Таким образом, обладание целью запускает в действие систему личностного развития.

В борьбе за достижение цели вы неминуемо будете сталкиваться с трудностями и неудачами. Это могут быть и непредвиденные обстоятельства, будут случаться и дни, о которых можно сказать: «Ну почему все это на мою бедную голову свалилось?» Но человек, устремленный к цели, преодолевает все препятствия.

4. Игра «Пять шагов»[[4]](#footnote-5)

Время выполнения: 30 минут.

Ведущий предлагает группе определить какую-либо интересную профессиональную цель, например, поступить в какое-то учебное заведение, оформиться на интересную работу, а может даже – совершить в перспективе что-то выдающееся на работе. Эта цель, так как ее сформулировала группа, выписывается на доске.

Ведущий предлагает группе определить, что за воображаемый человек должен достичь эту цель. Участники должны назвать его основные (воображаемые) характеристики по следующим позициям: пол, возраст (желательно, чтобы этот человек был сверстником играющих), успеваемость в школе. Это все также кратко выписывается на доске.

Каждый участник на отдельном бланке должен выделить основные пять этапов (пять шагов), которые обеспечили бы достижение намеченной цели. На это отводится примерно 5 минут. Далее все делятся на микрогруппы по 3 – 4 человека. В каждой микрогруппе организуется обсуждение, чей вариант этапов достижения выделенной цели наиболее оптимальный и интересный (с учетом особенностей обозначенного выше человека). В итоге обсуждения каждая группа на новом бланке должна выписать самые оптимальные пять этапов. На все это отводится 5 – 7 минут.

Представитель от каждой группы кратко сообщает о наиболее важных пяти этапах, которые выделены в групповом обсуждении. Остальные участники могут задавать уточняющие вопросы. Возможна небольшая дискуссия (при наличии времени).

При общем подведении итогов игры можно посмотреть, насколько совпадают варианты, предложенные разными микрогруппами. Также в итоговой дискуссии можно оценить совместными усилиями, насколько учитывались особенности человека, для которого и выделялись пять этапов достижения профессиональной цели. Важно также определить, насколько выделенные этапы (шаги) реалистичны и соответствуют конкретной социально-экономической ситуации в стране, т.е. насколько общая ситуация в обществе позволяет (или не позволяет) осуществлять те или иные профессиональные и жизненные мечты.

5 .Упражнение « Жизненные планы»

Время выполнения: 20 минут.

Запишите свои цели под тремя заголовками:

- Долгосрочные цели, то, что планируется осуществить в течение 5 лет.

- Цели со средним сроком реализации, то, что Вы реально ожидаете достичь в течение одного года.

- Краткосрочные цели, то, что Вы хотите осуществить в течение следующих 2 месяцев.

Хотя в предлагаемых бланках под каждым заглавием представлены графы для 5 целей, заполнять все пять, нет никакой необходимости. Позднее Вы можете вернуться и добавить дополнительные цели.

Вариант бланка: Приложение 2

Подобная запись целей:

- Конкретизирует и проясняет их, защищая Вас от неопределенных стремлений;

-Определяет все ваши промежуточные цели – средства для достижения основной цели;

-Устанавливает Ваши обязательства по отношению к этим целям. Обратите внимание на формулировки: «Я должен достигнуть…», а не: «Я надеюсь достичь» или «Мне хотелось бы достичь».

-Облегчает определение приоритетов.

Отметьте следующий важный момент: всегда излагайте цели в настоящем времени, как будто они уже достигнуты. Этим вы программируете свое подсознание на их достижение, повышаете уверенность в себе и увеличиваете мотивацию.

Обдумайте возможные преграды на пути к достижению. После этого спросите себя:

-Что я должен сделать, узнать, изучить, чтобы достигнуть этого?

-В чьей помощи я нуждаюсь?

-Кто может помешать моему движению вперед?

-С кем я должен сотрудничать, взаимодействовать, чтобы достичь своей (своих) цели (целей)?

-Каким образом я предполагаю достичь своей цели? Нет ли лучшего пути?

1. «Схема Представлений»[[5]](#footnote-6)

Время выполнения: 30 минут.

Ведущий: «Возьмите на себя ответственность за все, что необходимо сделать для достижения целей». Скажите себе: «Свершится ли это – зависит от меня». Некоторые люди находят сложным подобную запись своих целей, особенно целей «Почему». Если это составляет проблему и для Вас, попробуйте использовать Схему Представлений, предложенную английским писателем Тони Бьюзеном.

Для этого вам понадобиться большой чистый лист бумаги (формата А3 или больше) и несколько цветных карандашей. Схема Представлений о жизненных целях составляется в 4 этапа:

1. В центре листа бумаги нарисуйте небольших размеров символ или фигурку, представляющие Вас. Это может быть все, что Вы захотите: от схематичного изображения до детального рисунка. Не беспокойтесь, если Вы не слишком умело рисуете – этот рисунок предназначен лишь для ваших глаз.

2. От этого символа проведите линии для каждого важного аспекта жизни. Например: семья, финансы, социальная и духовная сфера, карьера, здоровье, соседи, друзья и т.п. Надпишите каждую линию печатными буквами. Постарайтесь, чтобы слова располагались строго над линией, а не отходили от нее. Для каждой линии используйте свой цвет.

3. В конце каждой линии набросайте рисунок, иллюстрирующий какой-нибудь аспект этой сферы Вашей жизни. Например, улыбающееся лицо в конце линии, представляющей отношения с друзьями; протянутую руку – для линии, представляющей социальную или духовную сферу; нимб или сияющий свет – для изображения духовных ценностей. Что именно Вы выберете не важно, лишь бы набросок имел некое личное значение для Вас. Теперь от каждого из них проведите линии дальше. Подумайте, что означает для Вас каждая сфера. Если ничего конкретного Вы сказать не можете, обратитесь к свободным ассоциациям и запишите первое, пришедшее на ум слово. Думая о «финансах», например, Вы можете вспомнить такие слова как: «уверенность в будущем», «отпуск», «большой дом» и т.д.

4. Постоянно совершенствуйте Схему Представлений. Держите ее под рукой и добавляйте новые идей, мысли и цели по мере их возникновения.

Такой подход облегчит определение всех трех типов целей: «Почему», «Что» и «Как». Прояснив эти цели, перенесите их со Схемы Представлений на позиции для записи целей, приведенные выше.

Посмотрите на пример составления схемы. Она специально приведена на английском языке, чтобы не мешать вам записывать собственные мысли.

Приложение 4

7. Упражнение «Роль цели в жизни».

Время выполнения: 5- 10 минут.

Цель: показать роль целей в жизненных достижениях человека.

Ход упражнения. Выбирается один участник, он подходит к стенке. Ему дают мел и инструкцию: «Подпрыгни, пожалуйста». Ведущий отмечает на стенке мелом высоту, до которой допрыгнул подросток.

После этого, ему дают мел другого цвета и следующую инструкцию: «Прыгни, пожалуйста, как можно выше. Постарайся допрыгнуть до потолка. И отметь мелом место, до которого допрыгнешь».

Анализ: сравнивается первая и вторая отметка. Участники отвечают на вопрос:

1) различается ли высота, на которой поставлены отметки?

2) какая отметка выше, первая или вторая?

3) что повлияло на высоту отметки?

4) поставленная цель улучшила результат или ухудшила?

5) как вы думаете, в жизни так же происходит? И т.п.

Упражнение 5 А. (может использоваться вместо упражнения 5)

Цель: показать роль целеполагания в жизненных достижениях человека.

Ход упражнения. Выбирается участник. Он подходит к стене и становится к ней спиной. Ему дается мел и инструкция «повернись, пожалуйста, направо, к стене лицом. Ногами не двигай. Отметь крестиком место, до которого ты достал».

После того, как он это выполняет, на стене за его правой рукой рисуют вертикальную линию. Участнику дают мел и следующую инструкцию: «повернись, пожалуйста, налево, к стене лицом. Ногами не двигай. Постарайся достать до нарисованной линии. Отметь крестиком место, до которого ты достал».

Анализ упражнения: сравнивается первая и вторая отметка. Участники отвечают на вопросы:

1) различается результат?

2) В каком случае результат лучше?

3) Что привело к улучшению результата?

4) Постановка цели улучшила результат или ухудшила?

5) Как вы думаете, в жизни так же происходит? И т.п.

Вывод, который делает ведущий в конце блока, подытоживает: «жизнь человека определяется целями. Если человек не знает, или очень смутно представляет, чего он хочет; он что-нибудь и получит. А может и ничего не получит. Цель повышает достижения человека; самого человека делает более успешным».

8. Упражнение «Преодоление препятствий» [[6]](#footnote-7)

Время выполнения: 5-10 минут.

Цель: дать участникам эмоциональный опыт преодоления препятствий и достижения цели.

Ход упражнения. Ведущий говорит: « до каждой цели нужно дойти. Но путь к цели не всегда легок и прост. Есть ли на пути к достижению целей препятствия? А как к ним надо относиться? Сметать с пути – преодолевать. Кто смелый?».

Ведущий вызывает добровольца, берет список его целей и кладет в волшебную корзину.

Ведущий сообщает: «Если ты доберешься до этой корзины, твое желание исполнится».

Группа встает в две шеренги лицом друг к другу. С соседями сбоку участники стоят плечом к плечу; с соседями напротив - на расстоянии 15см.

Задача группы: 1) создавать препятствия руками, телом, 2) НО по мере сил этого человека; так, чтобы человек все-таки прошел. 3) Хором говорить: Нет – Нет.

Задача добровольца – 1) пройти сквозь шеренгу, 2) когда идешь – говорить «Да-да».

И торжественно получить свою цель. Сквозь группу должны пройти все.

Анализ упражнения идет по следующим вопросам: сложно ли было идти? Что помогало, а что мешало? Всегда ли на пути к цели есть препятствия? А как вы обычно поступаете с ними? А как надо поступать? Готовы ли вы преодолевать препятствия, чтобы получить свою цель? А может, вы и не хотите свою цель, а хотите чего-то другого?

9. Игра «Ловушки – капканчики»[[7]](#footnote-8)

Время выполнения: 40 минут.

Процедура включает следующие этапы:

Совместно с группой определяется конкретная профессиональная цель (поступление в конкретное учебное заведение; окончание данного заведения; оформление на конкретное место работы или конкретное профессиональное достижение, включая построение карьеры и получение наград, премий и прочего...).

В группе выбирается доброволец, который будет «представлять» какого-то вымышленного человека (если доброволец пожелает, то он может представлять и самого себя...). При этом для вымышленного человека необходимо сразу же определить его основные характеристики: пол, возраст (желательно, чтобы возраст соответствовал возрасту большинства присутствующих, что сделает упражнение более актуальным для играющих), образование, семейное положение и др.

Ведущий: «Сейчас каждый, уже зная, к каким целям стремится наш главный (вымышленный или реальный) герой, должен будет определить (или придумать) для него некоторые трудности на пути к профессиональной цели. Особое внимание обращаем на то, что трудности могут быть как внешними, исходящими от других людей или от каких-то обстоятельств, так и внутренними, заключенными в самом человека (например, в нашем главном герое) и именно об этих, внутренних трудностях многие часто забывают...»

Желательно определить даже две-три таких трудностей-ловушек на случай, если похожие трудности придумают другие участники (чтобы не повторяться). Выделяя такие трудности, каждый обязательно должен подумать и о том, как преодолеть их. Главному игроку также дается время, чтобы он выделил несколько наиболее вероятных трудностей на пути к своей цели и также подготовился ответить, как он собирается их преодолевать. После этого по очереди каждый будет называть по одной трудности-ловушке, а главный игрок сразу же должен будет сказать, как можно было бы эту трудность преодолеть. Игрок, назвавший данную трудность, также должен будет сказать, как можно было бы ее преодолеть. Ведущий с помощью группы определит (с помощью голосования или других процедур), чей вариант преодоления данной трудности оказался наиболее оптимальным. Победителю (главному игроку или представителю группы) будет проставлен приз — знак «плюс». Если к концу игры у главного игрока окажется больше плюсов, то значит, он сумел преодолеть основные трудности (ловушки - капканчики) на пути к своей цели.

Далее игроки, включая главного героя, выделяют на своих листочках основные трудности на пути к намеченной цели. Напоминаем, что трудности бывают не только внешними, но и внутренними (последние часто оказываются даже более существенной преградой-ловушкой на пути к своим целям...).

Каждый по очереди называет свою трудность. Если оказывается, что какая-то трудность будет явно надуманной (например, разговор с самим Господом Богом накануне ответственного экзамена...), то сама группа должна решить, обсуждать подобную трудность или нет.

Сразу же главный игрок говорит, как он собирается ее преодолеть. После него о своем варианте преодоления трудности – говорит игрок, назвавший эту трудность.

Ведущий с помощью остальных игроков определяет, чей вариант преодоления трудности оказался оптимальным, интересным и реалистичным.

Наконец, подводится общий итог (сумел главный герой преодолеть названные трудности или нет). При общем подведении итогов можно также посмотреть, сумел ли еще на подготовительном этапе главный игрок выделить те трудности (на своем листочке), которые уже в игре предлагали ему остальные участники.

В ходе данного упражнения могут возникать интересные дискуссии, у участников часто появляется желание поделиться своим жизненным опытом и т.д. Конечно, ведущий должен поощрять такой обмен опытом, но одновременно следить и за тем, чтобы игра проходила динамично и не увязала в несущественных деталях.

Важно хорошо изучать свои возможности, чтобы не пойти по ложному пути.

За время проведения смены мы пройдем несколько диагностик, чтобы дать вам рекомендации по планированию профессионального пути.

Способности человека развиваются в деятельности, которая должна вызвать у него удовлетворение и положительные эмоции. Сегодня мы попытаемся определить некоторые Ваши способности, которые играют определенную роль в личной жизни и трудовой деятельности каждого человека».

10. Тест Мегедь-Овчарова для определения типа личности ребенка школьного возраста[[8]](#footnote-9)

Время выполнения: 20 минут.

Инструкция к тесту:

При тестировании сравниваются между собой 4 пары противоположных по значению признаков: рациональность-иррациональность, логика-этика, сенсорика-интуиция, экстраверсия-интроверсия. Каждый признак имеет по 5 пунктов и обозначен порядковым номером.

Нужно выбрать в каждой шкале, состоящей из определенных пар признаков, расположенных горизонтально, либо пункт а) слева, либо пункт а) справа, затем - пункт б) слева, либо пункт б) справа, и т.д.

Затем, в шкалах, размещенных по горизонтали, нужно сравнить количество положительных ответов, относящихся к каждому признаку и выбрать тот, в котором оказалось больше отмеченных пунктов.

Последовательно запишите на бланке ответов номера признаков, выбранных по преимуществу положительных ответов. В итоге получится набор из 4-х цифр. Каждому цифровому набору (коду) соответствует определенный тип личности, имеющий свое название (псевдоним). Запишите полученный свой цифровой код и его название рядом с указанием фамилии, имени, возраста и класса.

Экстраверсия: обращенность человека на внешний мир.

Интроверсия: сосредоточенность на личных переживаниях и своем внутреннем мире.

Рациональность: системность и постоянство в склонностях и занятиях, самодисциплина.

Иррациональность: спонтанность, импульсивность в поведении, стремление к смене впечатлений.

Логика: ориентация на нормы поведения и здравый смысл, стремление все упорядочивать.

Этика: ориентация на чувства и отношения, определяющие поведение.

Сенсорика: практичность и настроенность на получение чувственных удовольствий (еда, одежда, комфорт), хорошая ориентация в пространстве, воля.

Интуиция: стремление к фантазиям и мечтательности, теоретический склад ума, образное восприятие.

|  |  |
| --- | --- |
| **1. РАЦИОНАЛЬНОСТЬ** | **2. ИРРАЦИОНАЛЬНОСТЬ** |
| а) Всегда заранее выхожу из дома, чтобы быть спокойным и не спешить | а) Мне часто бывает трудно вовремя собраться, поэтому опаздываю и расстраиваюсь из-за этого |
| б) Обычно держу свою одежду, книжки и игрушки в одном и том же месте и не люблю, когда другие их перекладывают | б) Я под настроение часто разбрасываю свои вещи и поэтому приходится долго их искать |
| в) Я сержусь, когда кто-то отвлекает меня от того, чем я занимаюсь и поручает другое дело до того, как я закончу начатое | в) Я могу заниматься сразу несколькими делами: слушать музыку и разговаривать, учить стих и помогать родителям по дому, и т.п. |
| г) Я сразу делаю уроки, не откладывая их, чтобы потом быть свободным и заниматься чем-то другим, не опасаясь, что не уложусь в срок | г) У меня часто меняется настроение и бывает очень трудно заставить себя делать то, что мне не по душе, а потом наверстываю упущенное |
| д) Люблю сам составлять планы моих занятий и стараюсь вовремя выполнять все, что задумал | д) Могу набрать много всяких поручений и потом не знаю, как с ними справиться |
| **3. ЛОГИКА** | **4. ЭТИКА** |
| а) Я всегда прямо говорю, что о ком думаю, даже если это кому-то не нравится | а) Я стараюсь в разговоре никого не обидеть и быть для всех приятным |
| б) Считаю, что меня наказывают правильно, если я этого заслужил | б) Думаю, что наказывать никого не нужно, чтобы потом не обижаться друг на друга |
| в) Не люблю, когда слишком много говорят и хвастают, но мало делают | в) Мне нравится, когда люди рассказывают о себе, и сам люблю расспрашивать их |
| г) Я стараюсь ничего не обещать, если не уверен, что смогу это сделать | г) Иногда могу много наобещать, потому что неудобно отказывать другим |
| д) Я люблю решать задачи с числами и головоломками, разгадывать разные кроссворды | д) Мне больше нравиться слушать стихи и читать что-то, чем решать арифметические задачи |
| **5. СЕНСОРИКА** | **6. ИНТУИЦИЯ** |
| а) Я всегда слежу за чистотой одежды и книжек и всегда замечаю, если другие выглядят неаккуратно | а) Стараюсь быть аккуратным, но по рассеянности не всегда замечаю, что у меня помята одежда или нечищенные ботинки |
| б) Люблю одеваться и собираться сам и сержусь, когда мне в этом мешают | б) Мне часто трудно решить, во что одеться и я обычно советуюсь с другими |
| в) Мне нравятся разные спортивные игры: борьба, бокс, прыжки, гимнастика и я люблю этим заниматься | в) Я люблю такие игры, в которых можно не спешить, спокойно подумать: шахматы, шашки и др. интересные неторопливые занятия |
| г) Я люблю и умею многое мастерить своими руками: пилить, строгать, выжигать, паять и пр. | г) Мне часто приходят в голову разные интересные мысли, люблю мечтать и фантазировать |
| д) Я не люблю долго ждать чего-то и предпочитаю сразу действовать, а не раздумывать | д) Я часто отвлекаюсь на разные дела и мысли, а потом оказывается, что не сделал главное |
| **7. ИНТРОВЕРСИЯ** | **8. ЭКСТРАВЕРСИЯ** |
| а) Я стесняюсь первым заговорить с незнакомыми и чужими ребятами и сам редко завожу новых друзей | а) Мне легко познакомиться с новыми для меня людьми и попросить что-нибудь, или завести новых друзей |
| б) Мне лучше подчиняться другим, чем командовать и отвечать за что-то | б) Я сам люблю командовать, быть капитаном в играх, мне нравится когда меня слушаются другие |
| в) Я стараюсь не выделяться и охотнее выступаю вместе с другими в хоре или группе, чем один | в) Мне легко при всех спеть, станцевать, прочесть стихи, показать какой-то фокус |
| г) Чаще меня с кем-то знакомят, потому что сам я стесняюсь и не люблю этого делать | г) Я люблю знакомить людей между собой и собирать веселые и интересные компании |
| д) Я обычно не скучаю, даже если меня оставляют одного, я всегда найду себе занятие по душе | д) Я не могу высидеть один дома, в компании чувствую себя гораздо лучше и веселее |

1357 — Инспектор 2357 — Мастер

1358 — Администратор 2358 — Маршал

1367 — Аналитик 2367 — Критик

1368 — Предприниматель 2368 — Новатор

1457 — Хранитель 2457 — Посредник

1458 — Энтузиаст 2458 — Политик

1467 — Гуманист 2467 — Романтик

1468 — Наставник 2468 — Инициатор

Если по какому-то из направлений Вы сомневаетесь - посмотрите оба результата.

1. Маршал

Сильные стороны:

Отличается лидерским характером. Человек волевой, мобилизованный, энергичный. Обладает быстрой реакцией, сочетающейся с хорошей выдержкой. Умеет управлять людьми, быстро ориентируется в изменившихся обстоятельствах. Способен быстро принимать кардинальные решения. Настроен на реальные близлежащие цели - гибкий тактик.

Энергичен и деятелен, в периоды подъема развивает незаурядную работоспособность. Имеет критический склад ума. Активно отстаивает интересы свои и своей группы. Стремится к высокому материальному уровню жизни. Любит действовать по-крупному, все тщательно взвесив и разработав конкретный план действий. Очень целеустремлен и практичен в делах. Живет разумом, дело ставит выше личных симпатий. Стрессоустойчив, мобилизуется в экстремальных ситуациях.

Проблемы:

Довольно агрессивен, ему с трудом удаются ровные, бесконфликтные отношения с окружающими.Не любит нерешительных людей, уклоняющихся от смелого действия. Не выносит приказного тона: если на него оказывают давление, дает сильный отпор. Самолюбив, в гневе проявляет нетерпимость к чужим промахам и ошибкам. В личных отношениях неуступчив, хочет все устроить по-своему. Недоверчив к новым людям, стремится при помощи осторожных вопросов выяснить их положение, связи и возможности. У него бывают периоды спадов и подъемов настроения и работоспособности.

Популярные профессии: Управленец высших уровней. Судья. Банкир. Строитель. Фермер.

2. Политик

Сильные стороны:

Имеет хорошие дипломатические и коммерческие способности. Быстро ориентируется в экстремальных ситуациях. Уверен в себе, смел и решителен, но при этом добр. Всегда знает, чего хочет. Советуется больше формально, решения принимает самостоятельно. Стремится быть в курсе различных событий и сам любит быть в центре внимания. В общении вежлив, располагает к доверию, умеет создать атмосферу интимности и задушевности. Обаятелен, демократичен, обычно держится раскованно и непринужденно. Следит за здоровьем и внешним видом. Эстет, любит одеваться со вкусом и разнообразно. Заботится о близких, ценит уют и комфорт. Стремится к практической деятельности. Предпочитает ближайшие конкретные цели, приносящие реальную пользу.

Проблемы:

Склонен отвлекаться в работе на несущественные детали. Ему трудно долгое время концентрировать свое внимание на чем-то одном. Склонен к колебаниям в выборе, что приводит к внутренним размышлениям и сомнениям, которые он скрывает. Его настоящим доверием пользуются немногие. Довольно консервативен к новому: ему нужно определенное время, чтобы разобраться в новой технологии и убедиться в ее практичности. Идет на риск только после того, как хорошо все взвесит. Склонен нивелировать индивидуальные склонности людей, любит, чтобы все действовали единообразно. Проявляет агрессивность, если его свободу ограничивают. Свое отношение переносит на окружающих.

Популярные профессии: Управленец высших уровней. Дипломат. Продюсер. Продавец. Тренер. Шоумен.

3. Мастер

Сильные стороны:

Умеет совершать разумные и полезные поступки. Адаптирует новые идеи к практике, извлекает из них максимум пользы. Ему присуще неброское, тихое упорство при обязательном завершении всего начатого, скромность. Изобретателен в быту и на работе, которая ему нравится. В достижимой для него области пространства все организует для работы и отдыха. Эстет, полностью доверяющий своему вкусу. Всегда имеет собственное мнение о том, что красиво и некрасиво, где гармония, а где - безвкусица. Ярко и броско одеваться не любит, предпочитает умеренность и гармонию. Ценит дружбу. Если человек обратился к нему за помощью, помогает, не жалея личного времени. Своего мнения никому не навязывает, но потом обычно получается так, как он хотел. Ему доставляет радость, когда сделанное им кому-то понравилось. Имеет репутацию пунктуального человека. Не любит затягивать встречи. Стрессоустойчив, в опасной ситуации ведет себя подчеркнуто хладнокровно. Предупреждения об опасности вызывают у него не страх, а интерес, желание испытать себя.

Проблемы:

Склонен к скепсису, любит анализировать и подшучивать. На людях обычно не демонстрирует свои эмоции и чувства, хотя довольно впечатлителен. Очень зависит от настроения, периоды спада чередуются у него с периодами повышенной работоспособности. Скрытен, не любит фамильярности, умеет поставить человека на место. Приказ как форма обращения для него не приемлем: делает так, как считает нужным. По-настоящему эффективно занимается только тем, что приносит удовольствие, из-за этого может производить впечатление ленивого человека. За бесцельную работу браться не будет. Ему не нравится вялая манера говорить, любит четко сформулированные, уверенные высказывания.

Популярные профессии: Менеджер среднего звена. Следователь. Продавец техники. Дизайнер. Механик. Нейрохирург. Бухгалтер.

4. Посредник

Сильные стороны:

Обладает хорошим вкусом, чувством меры. Может оценить качество любого продукта, в деталях объяснить, чем оно устраивает, либо не устраивает его. Заботлив и внимателен к людям, очень считается с их удобствами. Дипломатичен, хорошо умеет уговорить кого-либо на нужное или выгодное дело. Может отлично наладить комфорт в близком окружении. Умеет отдыхать, ценит удовольствия и житейские радости. Если дело ему нравится и будет хорошо оплачено, делает его качественно, со вкусом и душой. Старается при любых обстоятельствах не терять чувства меры. Многое умеет делать своими руками. Хорошо чувствует состояние других людей, способен мягко пристраиваться к собеседнику. Со всеми очень приветлив, внимателен и участлив. Стремится к хорошему материальному уровню жизни. Обычно никому не навязывает свою волю, не критикует сам и не любит, когда при нем критикуют других людей. В коллективе занимает позицию золотой середины.

Проблемы:

Ему с трудом удается напряженная деловая активность, трудно долгое время быть подвижным, динамичным. Бывает расслаблен и несобран. Скрытен и раним. Может проявлять явное недовольство, если его покой нарушают. В такие минуты может возмутиться, резко ответить. Довольно ленив: если работа мало его интересует, не обещает никакой выгоды лично ему, может симулировать. Не видит смысла в пустой суете и напрасной трате сил. Не любит преувеличений, нуждается в фактах и доказательствах. Старается избегать начальства, уклоняется от скучных, сугубо деловых разговоров. Ему трудно проявлять волю и настойчивость, отстаивать интересы дела. Плохое самочувствие сильно снижает его работоспособность. Часто делает вид, что многое может сделать, хотя это не всегда возможно.

Популярные профессии: Менеджер среднего звена. Дизайнер. Модельер. Оператор компьютера. Бармен. Ювелир.

5. Администратор

Сильные стороны:

Деятельный и напористый человек. Умеет трезво оценить ситуацию и принять практическое решение. Хороший администратор: отлаживает качественный рабочий процесс. Старается создать все условия для слаженной работы. Способен координировать деятельность разных людей и подразделений. Очень прагматичен: поступки людей оценивает с точки зрения их пользы. Любит во всем надежность и основательность. Отличается высокой работоспособностью. Умеет бережно и рационально обращаться с деньгами. Практичность и добротность вещей предпочитает моде. Любит во всем порядок. Обладает развитым чувством долга. Ценит время и не любит тратить его попусту. Очень пунктуален, старается все планировать наперед. Предпочитает зря не рисковать. Хороший хозяин в доме. Расторопен и изобретателен в бытовых вопросах.

Проблемы:

Консервативен в своих вкусах и привычках. Плохо воспринимает критику, даже в шутливой форме. Бывает излишне резок в своих критических оценках. Осуждает всех, кто, по его мнению, недостаточно качественно и честно работает. Избегает делать комплименты, хвалить за хорошую работу - считает ее нормой. Не любит говорить о развлечениях, сторонник строгого воспитания. Если его работу критикуют некомпетентные люди, может вспылить. С близкими нередко проявляет властность и требовательность. Тяготится долгим ожиданием какого-либо события. Не имея достаточного количества фактов, откладывает принятие решения. Не выносит, когда его подгоняют или отвлекают от работы. Придерживаясь установленных правил поведения, требует того же от окружающих. Вместе с тем может неожиданно вспылить и проявить резкость.

Популярные профессии: Организатор высшего звена (исполнительный директор). Экономист. Строитель. Аудитор. Военный.

6. Энтузиаст

Сильные стороны:

Активный, оптимистичный, доброжелательный человек. Внимателен к людям, заботлив. Стремится помочь всем, кто просит об этом. Хорошо чувствует эмоциональное состояние других людей. Легко заводит новые знакомства личного и делового характера. Противник пустой траты времени, всегда занят неотложными делами. Восприимчив к перспективным идеям, которые можно применять на практике. Обаятельный, располагающий к себе собеседник. Обладает хорошим вкусом. Многое умеет делать своими руками. В жизни всего добивается сам, не надеясь на других. Настойчив и решителен в действиях, особенно в экстремальной ситуации, когда против него направлена агрессия или ощущается острый недостаток времени. К советам других прислушивается, но поступает по-своему. С успехом занимается любой практической деятельностью, но любит, чтобы его усилия и находчивость ценили. Стремится к стабильности, высокому материальному уровню жизни, уважению коллег по работе.

Проблемы:

Накапливает отрицательные эмоции, которые способен некоторое время сдерживать. Но если их слишком много - выходит из себя, переживает. Может даже заболеть. Не может действовать без эмоционального контакта с собеседником, поэтому ему трудно взаимодействовать с людьми, которые никак не проявляют своего отношения к происходящему. Не всегда оценивает выгодность и полезность того, что делает. Долго колеблется перед принятием важного решения по сложному вопросу. Переоценивает свои деловые способности. Не умеет ждать, ему хочется сделать как можно больше дел и как можно скорее.

Популярные профессии: Организатор высшего звена (зам директора). Промоутер. Продавец. Бухгалтер. Стилист.

7. Инспектор

Сильные стороны:

Хороший организатор и тщательный исполнитель. Нетерпим к расхлябанности и безответственности. Последователен в своих делах и решениях, всегда доводит начатое до конца. Любит во всем порядок, точность и конкретность, доверяет только официальным или проверенным источникам информации. Хороший исследователь узких проблем. Вникает во все детали и не упускает из виду мелочей. Аккуратно ведет документацию, любит уточнять факты, охотно информирует тех, кто обращается к нему по поводу каких-либо инструкций и законов, которые обычно хорошо знает. Будучи администратором, умеет наладить четкую работу, дисциплину и порядок, всегда контролирует выполнение своих поручений. Дело ставит выше личных отношений и настроений. Очень работоспособен, обладает развитым чувством долга, требователен к себе и подчиненным. Знания предпочитает внедрять в практику. Ко всему готовится заранее, не любит экспромтов.

Проблемы:

Бескомпромиссен в том, что считает важным. Периодически напускает на себя официальный и неприступный вид, придерживается субординации. Довольно нетерпим к другим точкам зрения.

Недостаточно гибок в отношениях с людьми, плохо учитывает их индивидуальные способности.

Его практически невозможно заставить изменить свои убеждения. Не любит, когда ему возражают, навязывают свою волю или методы работы. Скрытен, не любит делиться своими впечатлениями с посторонними. Боится перемен и нестабильности. Плохо разбирается в отношениях других к себе. Не переносит, когда кто-то трогает его вещи, вмешивается без разрешения в дела.

Популярные профессии: Менеджер среднего и высшего звена. Аудитор. Бухгалтер. Хирург. Юрист. Логистик. Офис-менеджер.

8. Хранитель

Сильные стороны:

Хорошо разбирается в отношениях между людьми. Добросовестен, обязателен, пунктуален. Ко всему готовится заблаговременно. Выполняет начатую работу тщательно и последовательно. Человек долга. Не жалеет сил и времени для создания порядка. Заставляет себя делать даже не интересную, но необходимую работу. Хороший экономист, умеет рационально обращаться с финансами, не любит долгов. Имеет сильную выдержку и самообладание. Принципиален, если надо, твердо и напористо защищает себя и своих близких. Постоянен в своих привычках и привязанностях. Нетерпим к неопрятности и халтуре, требует соблюдения оправдавших себя методов работы. Охотно приходит на помощь людям в трудные для них минуты, оказывает различные услуги. Хранит верность в семье. На мероприятия не опаздывает. Стремится равномерно распределять дела по времени, постоянно загружен какой-либо работой. Трудолюбив в быту.

Проблемы:

Болезненно переносит несправедливость и неэтичность. Раним и впечатлителен, на добро и зло отвечает тем же. Хорошо видит чужие недостатки, отличается резкостью оценок, но чаще свое отношение выражает не столько словами, сколько тоном и взглядом. Склонен делить людей на «своих» и «чужих». Не прощает предательства. Мнителен, плохо переносит ситуации неопределенности. Не любит частых перемен. Ему трудно определить индивидуальные способности людей, ко всем склонен предъявлять одинаково высокие моральные требования. Не любит, когда кто-то подвергает оценке его качества, так как внутренне не всегда в них уверен. При попытках подавить его может проявлять агрессивность.

Популярные профессии: Менеджер среднего звена. Экономист. Бухгалтер. Офис-менеджер. Кладовщик.

9. Новатор

Сильные стороны:

Хорошо развито познавательное мышление. Эрудирован, любознателен, много читает и запоминает. Обладает развитой интуицией, помогающей выбрать правильное решение. Хорошо видит правильные перспективы идей и дел. Может найти неожиданное решение проблемы там, где не видят его другие, на основании разнообразной информации и рассмотрения ее как бы со стороны, интуитивно. Охотно советует, как выпутаться из сложных ситуаций. Расплывчатые идеи способен переработать в теорию, имеющую форму системы. Структуралист и классификатор, идущий от общего к частному. Довольно напорист, нередко обладает организаторскими способностями в области поиска принципиально новых подходов. Часто работу ставит выше семейных или личных отношений. Демократичен, не любит чинопочитания.

Проблемы:

Не переносит строгую регламентацию и монотонный режим работы. Не может жить по строгому плану. Довольно неорганизован: отвлекаясь на интересные детали, иногда не успевает сделать главное к намеченному сроку. Может говорить не по теме, уходя в свои мысли. Ему с трудом удается порядок в делах, на рабочем месте. Может допускать погрешности в оформлении деловой документации. Не всегда следит за своим внешним видом. Бывает наивным, слишком доверчивым. Из-за предприимчивости, с одной стороны, и неумения идти на компромиссы - с другой, ему с трудом удаются бесконфликтные отношения с людьми. Бывает неуступчивым, даже агрессивным, особенно если на него давить. Может с апломбом доказывать свою правоту, если убежден в ней.

Популярные профессии: Предприниматель. Бизнес-консультант. Маркетолог. Политолог. Социолог. Разработчик компьютерных систем. Научный работник.

10. Предприниматель

Сильные стороны:

Очень динамичный, подвижный, деятельный человек. Остро ощущает поток времени, считает недопустимым отставание в делах. Большой труженик, с удовольствием занимается делами, приносящими пользу. Любознателен, интересуется новшествами, которые можно применять на практике. Хорошо разбирается в вопросах деловой активности. Видит выгодность или невыгодность, перспективность или бесперспективность тех или иных предприятий. Предлагает неординарные пути увеличения эффективности, может пойти не деловой риск. Во всем стремится к деловой ясности и четкости. Не любит действовать вслепую, без подготовки. Планирует свои мероприятия заранее. Не любит хитрости и уловок, предпочитает договариваться на взаимовыгодных условиях. Часто проявляет себя как спонсор и меценат. Может жить без комфорта, если надо. Даже если ему придется трудно, жаловаться никогда не станет. Оптимист, постоянно излучает дружелюбие. Активный сторонник здорового образа жизни.

Проблемы:

Не все могут выдержать его напряженный рабочий режим, который он к тому же склонен произвольно менять, навязывая свой ритм окружающим. Обычно забот оказывается так много, что не может всюду успеть. Может чрезмерно рисковать, первым бросается во все сомнительные мероприятия. Очень говорлив, любит рассказывать и обсуждать прочитанное и услышанное. Может одеваться достаточно небрежно, не любит, когда на его внешность обращают пристальное внимание. Нетерпелив по натуре, поэтому часто допускает небрежность в оформлении деловой документации, в работе, требующей скрупулезности тщательности, «творческий беспорядок» в быту и на рабочем месте. Суетлив, неусидчив. В принципиальных для него вопросах проявляет твердость и неуступчивость. Иногда допускает нетактичность, грубоватый юмор. Неохотно посещает врачей.

Популярные профессии: Предприниматель. Руководитель собственной фирмы. Бизнес-консультант. Финансист. Юрист. Научный работник.

11. Аналитик

Сильные стороны:

Имеет хорошее аналитическое мышление, сильно развитую логику. Умеет выделить главное и отсечь второстепенное в анализируемом материале. Любит обобщать факты, хорошо разбирается в схемах, классификациях и структурах. Реально оценивает практические возможности предпринимаемого дела, не упускает из виду альтернативы. Сторонник дисциплины и порядка, основанных не на административном нажиме, а на совести, долге, личной ответственности. По натуре добр, но дело ставит выше личных интересов и отношений. Человек слова, ценит справедливость, разумный порядок во всем. Хороший докладчик, умеющий кратко и доходчиво донести материал до слушателя. Стремится к независимости, но дает собой руководить людям, умеющим уговаривать мягко, но настойчиво. Хорошо чувствует время, на мероприятия и встречи обычно приходит пунктуально. Осторожен, чувствует опасность. Редко выходит из себя. Демократичен, терпим к иным точкам зрения.

Проблемы:

Недостаточно гибок в отношениях. Предпочитает говорить о том, что его интересует, посторонние подробности в речи собеседника пропускает мимо ушей. Если тема ему неинтересна, старается уйти от разговора, так как не желает тратить время попусту. Не любит делать несколько дел сразу, особенно в спешке. Может проявлять упрямство и бескомпромиссность. Не терпит, чтобы им командовали, хладнокровно отвергает волевое давление. Скрытен. Не любит обсуждать свою личную жизнь. Не терпит, когда ограничивают его свободу, выражают необоснованные требования.

Популярные профессии: Финансовый аналитик. Менеджер. Программист. Экономист. Адвокат. Преподаватель ВУЗа. Научный работник. Бизнес-консультант.

12. Критик

Сильные стороны:

Стремится к полезным, рациональным действиям. Экономен, тщателен в работе, добросовестен и исполнителен. Эрудирован, много читает и размышляет. Помнит прочитанное в подробностях и образно пересказывает окружающим. Имеет сильную интуицию, благодаря которой может предвидеть итог затеваемого дела. Хорошо оценивает степень риска, часто дает советы проявлять осторожность и осмотрительность, чтобы избежать неожиданностей и неприятностей. Хорошо чувствует логические просчеты в любой системе. Пунктуален, если от него этого требуют. Скромен в быту и одежде, однако ценит комфорт и уют. Вежлив в общении. Обладает чувством юмора, умеет утешить отчаявшихся.

Проблемы:

Скептик по природе, замечает все противоречия и несовершенства окружающего мира.

Подвержен частым сомнениям и колебаниям. Ему плохо удается внутренне равновесие.

Не умея управлять своим настроением, бывает то излишне придирчивым и ворчливым, то добрым и уступчивым. Его эмоции отражаются на окружающих.Из-за своей скрупулезности не всегда успевает доводить начатое до конца. Осторожен и нерешителен в новых начинаниях. Не любит спешить, суетиться; недоверчиво относится к людям, «забегающим вперед». Бывает упрям и несговорчив, если уверен в своей правоте, которую он доказывает фактами. Прямому волевому воздействию не подчиняется. Не любит делать комплименты, считает более честным говорить о недостатках. Ему трудно проявлять волевое давление или уговаривать что-либо сделать.

Популярные профессии: Маркетолог. Финансовый аналитик. Психоаналитик. Бизнес-консультант.

13. Инициатор

Сильные стороны:

Общителен и эмоционален. Способен найти подход к любому человеку в случае необходимости. В этом ему помогает природная обаятельность и дипломатичность. Говорит комплименты, стремится делать людям приятное. Разбирается в способностях людей. Хорошо чувствует их скрытые побуждения и недостатки. Способен даже предсказывать поведение окружающих. Тянется к незаурядным людям, интересуется всем необычным и загадочным. Увлекшись какой-либо идеей, охотно ее рекламирует, становясь ее активным сторонником. Впечатлителен и отзывчив, сочувствует людям, любит давать им советы в сложных жизненных ситуациях. Эмоционален, нуждается в постоянном притоке новых впечатлений. Стрессоустойчив, в экстремальных условиях мобилизуется, может дать решительный отпор. В случае неудачи переживает ее бурно, но недолго. Любит красивые вещи, стремится оригинально одеваться.

Проблемы:

Из-за желания поддерживать со всеми хорошие отношения перегружает себя лишними контактами. Доверчив по натуре, в разговоре может порой рассказать лишнее.

Быстро разочаровывается в объектах своих симпатий. Может быть экзальтированным, сильно зависит от настроения. Не любит регламентации и строгих правил, стесняющих его независимость. Противник иерархии и чинопочитания. Не приемлет условностей и предрассудков. Довольно неорганизован и непрактичен. Часто не успевает сделать намеченное к сроку, так как склонен отвлекаться на второстепенные дела. Порой ему не хватает терпения и тщательности, не всегда доводит начатое до конца. Осуждает грубых и невоспитанных людей, однако сам бывает вспыльчив, несдержан, порой даже агрессивен.

Популярные профессии: Психолог. Менеджер по персоналу. Менеджер по PR и рекламе. Журналист. Бизнесмен.

14. Наставник

Сильные стороны:

Эмоционален, тонко чувствует настроение других людей. Умеет красиво выражать свои чувства: от возвышенных интонаций до тонкой иронии. Может увлечь людей своими эмоциями, повести за собой. Тревожится об опасности, которая таится в развитии ситуации, умеет предпринять необходимые меры, чтобы ее избежать. Предусмотрителен и дальновиден, умеет правильно распределить мероприятия во времени. Верит в неограниченные возможности и способности человека. Старается понять мотивы поведения людей, стоит на моральных позициях воспитателя и наставника. Пунктуален, имеет развитое чувство ответственности. Обычно имеет широкие гуманитарные интересы.

Проблемы:

Ему с трудом удается внутреннее равновесие. Склонен излишне драматизировать события. Самолюбив, раним, настроен на корректное, вежливое отношение к себе, долго помнит обиды. Не любит, когда его прерывают, торопят. Остро переживает свои неудачи и разочарования. Категоричен в суждениях и выводах, не склонен к компромиссам. По натуре аристократичен, может допускать крайности в одежде, самовыражаясь таким образом (экстравагантность или, наоборот, элементы небрежности). Не любит делать много дел сразу. Недоверчив к непроверенной информации. Критику своей внешности и привычек в быту переносит болезненно. Может допускать небрежность в оформлении деловой документации.

Популярные профессии: Директор по персоналу. Преподаватель. Артист. Рекламный агент. Специалист по PR и рекламе.

15. Гуманист

Сильные стороны:

Хорошо разбирается во взаимоотношениях между людьми. Стремится к самоусовершенствованию, проявляет интерес к морально-философским проблемам.

Может оценить способности людей. Проявляет понимание, терпимость. Может идти на компромиссы ради мира и согласия. Отзывчив и внимателен. Принимает людей такими, какие они есть: прощает им их слабости и не пытается переделать насильно. Очень устойчив в своих привязанностях. С пониманием относится к проявлению бурных эмоций другого человека. Старается его успокоить, дать дельный совет. Если это не помогает, умеет терпеливо ждать, пока тот не успокоится сам. Любит во всем тщательность и основательность. Кропотлив в труде. Исполнителен, добросовестен и пунктуален. Старается вести здоровый образ жизни, избегает вредных привычек. Стремится во всем придерживаться принципов гуманизма и справедливости.

Проблемы:

Впечатлителен и раним. Тяжело переживает конфликты и недоразумения, стрессораним.

Очень щепетилен, не любит обременять собой других. Вместе с тем плохо переносит одиночество, нуждается во внимании близких людей. Увязая в деталях, часто переутомляет себя. Ему с трудом дается оценка качества своей работы и затраченного на нее времени. Доверчив и искренен, о чем приходится порой сожалеть, так как его добротой злоупотребляют. Довольно самодостаточен, малоинициативен и инертен в своем поведении. Не вникает в то, что не касается круга его интересов.

Популярные профессии: Психолог. Перподаватель. Менеджер по персоналу. Драматург.

16. Романтик

Сильные стороны:

Эмоционален, обаятелен. Мягкий, тактичный человек. Обладает утонченностью в восприятии мира. Часто имеет развитые гуманитарные интересы. Чуток и внимателен к людям, старается со всеми поддерживать ровные отношения. Проявляет терпимость к недостаткам и слабостям других. Романтичен и оптимистичен, верит в светлое будущее. Компромиссен: умеет терпеливо ждать и прощать. Хорошо развито предчувствие, тревожится за исход дела, хотя внешне этого не показывает. Уважает сильных авторитетных людей, которые могут выдать конкретные указания.

В интересах дела может проявлять хорошие дипломатические способности, располагая людей к себе своей скромностью и обаянием. Обладает неплохим чувством юмора. Искусен в умении нравиться. К каждому умеет найти индивидуальный подход. Демонстрирует изысканность, хорошие манеры, грациозен в движениях. Со вкусом одевается, элегантен.

Проблемы:

Внутренне раним, противоречив. Несколько неуверен в себе, склонен к сомнениям и колебаниям в выборе решения. Его нужно вовлекать в дело. Нуждается в моральной, физической и материальной поддержке. Из-за рассеянности иногда забывает выполнять обещания. В работе склонен утопать в деталях, отвлекаться на мелочи и при этом не успевать сделать в срок более важные дела. Не любит строгих порядков, бездумного подчинения регламентам и инструкциям. Ему с трудом даются экономия и трезвый расчет в делах. На рабочем месте и в быту может допускать «художественный» беспорядок. Не любит людей, которые скупятся в мелочах. Болезненно воспринимает критику своей работы. Охотно делится своими проблемами с окружающими, ищет понимания, сочувствия и поддержки. Его работоспособность имеет ярко выраженные периоды спадов и подъемов.

Популярные профессии: Психолог. Менеджер по персоналу. Секретарь-референт Художник. Музыкант. Издатель.

11.Занимательные опыты.

Время выполнения: 1 час

В повседневной жизни люди часто используют достижения великих ученых, порой не придавая этому абсолютно никакого значения. Обычный день рядового человека включает в себя принятие душа, умывание, распитие чая или кофе, завтрак, обед, ужин, просмотр телевизора, времяпровождение за компьютером, проезд в общественном транспорте или в собственной машине, пользование лифтом, принятие каких-либо лекарств и т.д. Сила привычки делает все эти вещи настолько обыденными, что они даже не кажутся как-либо связанными с наукой.

На самом деле, если бы не любознательность таких людей, как Эйнштейн, Ампер, Фарадей, Максвелл, Герц, Ньютон, Таунс, Прохоров, Попов и многих других, человечество до сих пор не знало бы об электричестве, гидродинамике, радиоволнах, лазерных дисках, лекарственных препаратах и т.п. Т.е. без развития науки не существовало бы прогресса, а значит, люди не искали бы смысл жизни (углубляясь в гуманитарные сферы), а спасались бы от голода и холода, приходя в ужас от природных явлений (дождя, града, грозы). А уж воды в кране, света, приготовления пищи, машин, медицины - всего этого просто не было бы. Из чего можно сделать вывод: наука нужна для того, чтобы не просто существовать, а жить.

Сегодня мы попробуем стать на один день учеными-экспериментаторами.

Часть 1. Химическое шоу[[9]](#footnote-10)

Внимание! При проведении химических опытов следует быть предельно осторожными.

Пенный фонтан

Практически все дети любят пену – чем больше, тем лучше. Как ее сделать, знают даже малыши: для этого нужно налить в воду шампуня и хорошенечко ее взбалтывать. А может ли пена образовываться сама по себе без встряски и быть к тому же цветной?

Спросите у детей, что представляет собою, по их мнению, пена. Из чего она состоит и как ее можно получить. Пусть выскажут свои предположения.

Затем объясните, что пена - это пузырьки, заполненные газом. Значит, для ее образования нужно какое-то вещество, из которого будут состоять стенки пузырьков, и газ, который будет их заполнять. Например, мыло и воздух. Когда мыло добавляют в воду и перемешивают, воздух попадает в эти пузырьки из окружающей среды. Но газ можно получить и другим путем – в процессе химической реакции.

Вариант 1

Для проведения эксперимента понадобятся:

- таблетки гидроперита;

- марганцовка;

- жидкое мыло;

- вода;

- стеклянный сосуд с узким горлом (желательно красивый);

- стаканчик;

- молоток;

- поднос.

Постановка опыта

1. Воспользовавшись молотком, растолките таблетки гидроперита в порошок и высыпьте его в колбу.

2. Поставьте колбу на поднос.

3. Добавьте жидкого мыла и воды.

4. Приготовьте в стаканчике водный раствор марганцовки и влейте его в колбу с перекисью водорода.

Результат и научное объяснение

После слияния растворов перманганата калия (марганцовки) и перекиси водорода между ними начнет происходить реакция, сопровождающаяся выделением кислорода.

Под действие кислорода присутствующее в колбе мыло начнет пениться и вылезать из колбы, образуя своеобразный фонтан. За счет марганцовки часть пены будет окрашиваться в розовый цвет.

Важно: стеклянный сосуд должен иметь узкое горлышко. Полученную пену в руки не брать и детям не давать

Веселый шарик

Покажите детям шарик и спросите, как его надуть. Ребята, конечно же, ответят, что ртом. Объясните, что шарик надувается за счет углекислого газа, который мы выдыхаем. Но надуть им шарик можно и по-другому.

Для проведения эксперимента понадобятся:

- сода;

- уксус;

- бутылка;

- воздушный шарик.

Постановка опыта

1. Насыпьте внутрь воздушного шарика чайную ложку соды.

2. Налейте в бутылку уксуса.

3. Наденьте шарик на горлышко бутылки и высыпьте соду в бутылку.

Результат и научное объяснение

Как только сода и уксус вступят в контакт, начнется бурная химическая реакция, сопровождающаяся выделением углекислого газа CO2. Воздушный шарик начнет на глазах надуваться.

Хамелеон

Могут ли жидкости менять свой цвет? Если да, то почему и как? Перед тем, как ставить эксперимент, обязательно задайте детям эти вопросы. Пускай подумают. Вспомнят про то, как окрашивается вода, когда в ней полощешь кисточку с краской. А можно ли обесцветить раствор?

Для проведения эксперимента понадобятся:

- крахмал;

- йод;

- спиртовая горелка;

- пробирка;

- стакан;

- вода.

Постановка опыта

1.Насыпьте щепотку крахмала в пробирку и добавьте воды.

2.Капните йода. Раствор окрасится в синий цвет.

3.Зажгите горелку.

4.Нагрейте пробирку до обесцвечивания раствора.

5.Налейте в стакан холодной воды и погрузите туда пробирку, чтобы раствор остыл и снова окрасился в синий.

Результат и научное объяснение

При взаимодействии с йодом раствор крахмала окрашивается в синий цвет, поскольку при этом образуется соединение темно-синего цвета. Однако это вещество неустойчиво и при нагревании снова распадается на йод и крахмал. При охлаждении реакция идет в другую сторону, и мы опять видим, как раствор синеет. Эта реакция демонстрирует обратимость химических процессов и их зависимость от температуры.

Сульфаниламидная змея.

Таблетку стрептоцида закрепите на проволоке и нагрейте над открытым огнем. Из лекарства начнут лезть змейки. Если подцепить одну из них пинцетом, змейка будет длинной.

Объяснение.

Для опыта подойдет любая сульфаниламидная таблетка (сульгин, этазол, сульфадиметоксин, сульфадимезин, бисептол, фталазол). Во время нагревания препарата в нем происходит быстрое окисление с выделением газообразных веществ (сероводород и водяной пар). Газ вспучивает массу и формирует «змейку».

«Сладкая» гадюка.

В тарелку насыпьте 100 гр. просеянного песка и пропитайте его 95% спиртом. Сформируйте горку с «кратером» в середине. Смешайте 1 чайную ложку сахарной пудры и ¼ чайной ложки соды и засыпьте в углубление в песке.

Подожгите спирт (он разгорается несколько минут). На поверхности начнут появляться черные шарики, внизу скапливаться черная жидкость. Когда спирт прогорит, смесь почернеет и из нее начнет выползать, извиваясь, черная змея.

Объяснение.

При разложении соды и горении спирта выделяется углекислый газ и водяной пар. Газы вспучивают массу, провоцируя ее ползти. Тело змеи состоит из мелких частиц угля, смешанных с карбонатом натрия который образовывается при горении сахара).

Сила мысли

Перед постановкой эксперимента спросите у детей, как затушить пламя свечи. Они, конечно же, вам ответят, что свечку надо задуть. Спросите, верят ли они, что вы сможете загасить огонь пустым стаканом, произнеся волшебное заклинание?

Для проведения эксперимента понадобятся:

- уксус;

- сода;

- стаканы;

- свечи;

- спички.

Постановка опыта

1.Насыпьте в стакан соды и залейте ее уксусом.

2.Зажгите несколько свечей.

3.Поднесите стакан с содой и уксусом к другому стакану, немного переклонив его, чтобы полученный в процессе химической реакции углекислый газ перетек в пустой стакан.

4. Пронесите стакан с газом над свечами, как бы поливая им пламя. При этом сделайте загадочное выражение лица и произнесите какое-нибудь непонятное заклинание, например: «Куры-буры, муры-пли! Пламя, больше не гори!». Дети ведь должны думать, что это волшебство. Секрет раскроете после восторгов.

Результат и научное объяснение

При взаимодействии соды и уксуса выделяется углекислый газ, который, в отличие от кислорода, не поддерживает горение. Он тяжелее воздуха, а потому не улетает вверх, а оседает вниз. Благодаря этому свойству мы имеем возможность собрать его в пустой стакан, а потом «вылить» на свечи, тем самым загасив их пламя

Цветное молоко с яркими картинками и узорами

Вы верите, что на ожившем вдруг молоке, будто сами собой, могут возникать цветные картины, как будто их кто-то рисует? Вы можете это сотворить сами.

Для опыта необходимо взять:

- молоко (полстакана);

- плоскую тарелку;

- 3-4 пищевых красителей;

- совсем немного жидкого мыла;

- пару ватных палочек.

1.Молоко нужно вылить в емкость.

2.Затем взять красители и добавлять в молоко по очереди, один за другим разные цвета.

3.Вы увидите, что от их движения на поверхности образуются узоры.

4.Ватные палочки, которые вы сначала обмакнете в мыло, а затем в тарелку, только ускорят это движение, заставят красители перемешиваться.

5.Передвигая палочки по тарелке, вы нарисуете необыкновенные, фантастические, красочные картины. Остается любоваться ими.

Обязательно объясните, что движение происходит потому, что от мыла расщепляются молекулы жира.

Плавучий айсберг с помощью льда и масла

Отличный повод для разговора о том, что разные вещества имеют разную плотность, какие-то вещи погружаются на дно, а какие-то нет.

Для опыта необходимо:

- один стакан воды;

- кубик льда;

- 50 мл масла растительного.

Если бросить лед в стакан с водой, он так и остается на поверхности.

Добавляем масло — и кубик окажется внизу. Масло не даст ему подняться на поверхность.

Подобный опыт поведите еще и с лимоном. Позвольте ребенку убедиться, что в кожуре лимон будет плавать, как кубик льда. Но стоит его очистить, и он утонет.

Оптические опыты

Увидеть невидимое на спрятанном листе

Можем ли мы видеть то, чего не видит никто? Мы можем попробовать. Приготовьте для опыта:

- 2 листа;

- конверт;

- ручку или фломастер.

1.Пишем на листе любое слово. Можно нарисовать что-нибудь небольшое.

2.После этого лист прячем в конверт.

Размер листа должен быть по размеру меньше конверта, чтобы он мог поместиться целиком. Вы можете убедиться, что сквозь конверт разглядеть надпись не получится.

3.Второй лист скатайте в трубочку.

4.Теперь попробуйте прочесть надпись, приложив сделанную вашими руками «подзорную трубу» плотно к конверту. Если ваша комната отлично освещена, у вас получится.

Огнеупорный шарик поразит своей прочностью

Как создать огнеупорный шарик? Всем известно об огромной разрушительной силе огня. Он сжигает и плавит, уничтожает все на своем пути. Это все знают.

А вы знаете, что обычный шарик из резины может быть несгораемым?

Необходимые детали:

- свечка;

- спички;

- вода;

- воздушный шарик.

1.В шарик нужно налить немного жидкости, затем надуть его (тоже немного).

2.Зажигаем свечу и постепенно опускаем на неё шарик до тех пор, пока он не коснется пламени.

3.Вы убедились, что шарик цел? Будь он пустым, он бы лопнул.

Эксперимент может стать отличным поводом, чтобы поговорить с ребенком о таком свойстве, как теплопроводность веществ.

Выключенная лампочка может светиться в темноте

Это совершенно безопасный опыт. Для него нужны:

- лампочка;

- газетная бумага.

1.Берем необходимые детали.

2.Наэлектризовываем бумагу с помощью трения и подносим её к цоколю.

3.Можете не верить, но обязательно будет присутствовать свечение внутри колбы.

Создаем вместе с детьми магнитные колючки

Вам потребуется только магнит и иголки.

Чтобы создать колючий магнит, надо к магниту одну за другой прикладывать («примагничивать») иголки. Как только вы оторвете от магнита первую иголку, все остальные сразу отвалятся.

Еще один опыт:

1.На столе рассыпать иголки.

2.К ним поднести магнит.

3.Иголки станут подниматься друг за другом, будто танцуя.

4.Если хотите полюбоваться, как они будут стоять и покачиваться, отведите магнит повыше, чтобы у иголок не было достаточно сил, чтобы примагнитится.

Часть 2. Занимательные физические опыты

Неправильный стакан

Перед экспериментом спросите у детей, что будет, если перевернуть вверх дном стакан с водой. Они ответят, что воды выльется. Скажите, что так происходить только с «правильными» стаканами. А у вас есть «неправильный» стакан, из которого вода не выливается.

Для проведения эксперимента понадобятся:

-стаканы с водой;

-краски (можно обойтись и без них, но так опыт выглядит зрелищнее; лучше использовать акриловые краски – они дают более насыщенные цвета);

-бумага.

Постановка опыта

1.Налейте в стаканы воды.

2.Добавьте в нее красок.

3.Смочите края стаканов водой и положите поверх них по листу бумаги.

4.Плотно прижмите бумагу к стеклу, придерживая ее рукой, переверните стаканы вверх дном.

5.Немного подождите, пока бумага не прилипнет к стеклу.

6.Не спеша уберите руку.

Результат и научное объяснение

Наверняка все дети знают, что нас окружает воздух. Хотя мы его не видим, он, как и все вокруг, имеет вес. Мы ощущаем прикосновение воздуха, например, когда на нас дует ветер. Воздуха много, а потому он давит на землю и все, что находится вокруг. Это называется атмосферное давление.

Когда мы прикладываем бумагу к мокрому стакану, она прилипает к его стенкам за счет силы поверхностного натяжения.

В перевернутом стакане между его дном (находящимся теперь вверху) и поверхностью воды образуется пространство, наполненное воздухом и парами воды. На воду действует сила тяжести, которая тянет ее вниз. При этом пространство между дном стакана и поверхностью воды увеличивается. В условиях постоянной температуры давление в нем уменьшается и становится меньше атмосферного. Общее давление воздуха и воды на бумагу изнутри получается немного меньше, чем давление воздуха снаружи. Поэтому вода и не выливается из стакана. Однако через некоторое время стакан потеряет свои волшебный свойства, и вода все же выльется. Это обусловлено испарением воды, увеличивающей давление внутри стакана. Когда оно станет больше атмосферного, бумага отпадет и вода выльется. Но вы до этого момента можете не доводить. Так будет интереснее.

Прожорливая бутылка[[10]](#footnote-11)

Спросите у детей, любят ли они покушать. А любят ли кушать стеклянные бутылки? Нет? Бутылки не едят? А вот и не правы. Это обычные бутылки не едят, а волшебные – очень даже не прочь перекусить.

Для проведения эксперимента понадобятся:

-вареное куриное яйцо;

-бутылка (для пущего эффекта бутылку можно разрисовать или как-то приукрасить, но так, чтоб детям было видно, что происходит внутри ее);

-спички;

-бумага.

Постановка опыта

1.Очистите от скорлупы вареное яйцо. Кто же есть яйца в скорлупе?

2.Подожгите кусок бумаги.

3.Бросьте горящую бумагу в бутылку.

4.Положите яйцо на горлышко бутылки.

Результат и научное объяснение

Когда мы забрасываем в бутылку горящую бумагу, воздух в ней нагревается и расширяется. Закрыв горлышко яйцом, мы препятствуем поступлению воздуха, в результате чего огонь гаснет. Воздух в бутылке остывает и сжимается. Создается разность давления внутри бутылки и снаружи, за счет чего яйцо всасывается в бутылку.

«Радуга»

На дно тазика с водой кладется зеркало. На него направляется свет фонарика. На белый лист бумаги нужно поймать отраженный в виде радуги свет.

Объяснить это просто. Световой луч складывается из нескольких цветов и, проходя сквозь воду, он разделяется на отдельные цвета.

7. Рефлексия.

Время выполнения:5 минут.

Психолог предлагает всем участникам тренинга продолжить две фразы:

- «Сегодня я узнал (понял, научился) …»

- «Больше всего мне понравилось …»

Итого 4.5 часов

* 1. **день.**

1. Упражнение «Приветствие»

Время проведения: 5 минут.

Ведущий предлагает всем встать и поздороваться друг с другом, высказывая пожелания на сегодняшний день. Каждый здоровается со всеми за руку, никого не пропуская. Затем все участники садятся на свои места (в круг) и рассказывают, как себя чувствуют.

1. Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто...» [[11]](#footnote-12)

Время проведения 10-15 минут.

Цель: создание ситуации комфорта в группе, направлено на двигательную активность.

Подготовка: все участники сидят в кругу, необходимо убрать все дополнительные стулья, в том числе стул Ведущего. Таким образом, стульев должно быть на один меньше, чем участников упражнения.

Инструкция: сейчас мы немного подвигаемся и разомнемся, как видите все вы сидите, а Ведущий – сейчас это буду я, потом кто-то из вас – стоит. И он тоже хочет занять стул. Таким образом, чтобы сесть, ему необходимо кого-то поднять.

Ведущий будет говорить фразу: «Я прошу поменяться местами тех, кто…» и называет любой признак. Например: «Я прошу поменяться местами тех, кто в джинсах». Те участники, у кого этот признак есть должны поменяться местами, а Ведущий в это время успеть занять любой освободившийся стул.

Все очень просто. Тот, кто останется стоять – будет Ведущим. Игра продолжается.

1. Беседа «Способности и навыки»

Время проведения 15 минут.

Цель. Сформировать понятие способностей и навыков. Побудить детей к осознанию своих способностей и развитию навыков.

Для проведения занятия нужны игрушки или картинки, изображающие зверей.

Задать вопрос. Как вы думаете, что лучше всего получается у белки (прыгать по деревьям и собирать орехи), а у рыбы (плавать в воде). А что будет, если заставить рыбу собирать орехи? А что будет, если заставить белку плавать в воде? Справятся они с такой задачей? В ходе беседы можно привести пример и с другими животными.

Эти особенности животных - это их природные способности. Для того чтобы рыба могла плавать природа дала ей плавники, способность дышать под водой, обтекаемую форму тела. Для того чтобы птица могла летать ей даны крылья. Для того чтобы белка могла прыгать по деревьям у нее сильные лапы, цепкие когти. Тело животного приспособлено для определенной деятельности. Подумайте, как другие звери приспособлены к условиям своей жизни?

А давайте вспомним дрессированных животных. В цирке медведь катается на велосипеде. В природе он не умеет этого делать. Почему он вдруг стал велосипедистом? Его научил это делать дрессировщик. Медведь много раз повторял эти действия, сначала у него не получалось, но постепенно стало получаться все лучше и лучше. Так медведь стал велосипедистом. А как вы думаете, любое животное можно научить ездить на велосипеде? Например, морского котика? Не получится, потому, что у него нет сильных ног и форма тела такая, что ему трудно удержать равновесие. Значит, животное может приобрести навыки, если у него есть к этому способности.

А какие способности есть у человека? У всех ли они одинаковые? У кого-то есть красивый голос и слух. А у другого человека есть сильные руки. Это его природные способности. А как вы думаете, как человек может применить свои способности? Давайте рассмотрим человека с очень хорошим слухом и голосом. Он отлично различает звуки, но сможет ли он играть на музыкальном инструменте? Сможет только если приобретет такой навык. Будет долго заниматься игрой на музыкальном инструменте.

Как вы думаете, где человек может применить свои природные способности? В своей профессии. Какие вы знаете профессии? Какие для них нужны способности? Каким навыкам нужно научиться, чтобы справляться с этой работой? Показать отличие способностей от навыка.

Подумайте, какими способностями обладаете вы? Где они могут пригодиться? Чему нужно научиться, чтобы справляться с этой работой?

Каждому человеку, не только ребенку, но и взрослому нужно внимательно изучать какие способности у него есть, чтобы найти дело по душе. Ведь если всю жизнь заниматься тем, что у тебя получается с легкостью, приносит удовольствие, то и жизнь будет счастливой. Ведь если заставлять рыбу лазить по деревьям, она проживет всю жизнь, считая себя неудачницей.

Найдите то, к чему вы способны лучше всего, развивайте необходимые навыки, и вы будете профессионалом в любимом деле.

1. Проведение тестирования

Время проведения – 30 минут.

Для того чтобы помочь вам выявить свои предпочтения в профессиональной сфере предлагаю провести тест. Раздать распечатанные листы.

Методика Л.А. Йовайши [[12]](#footnote-13)

http://testoteka.narod.ru/0.pngЭта методика предназначена для определения склонностей личности к различным сферам профессиональной деятельности.

Инструкция**.** »Вам будет предложен перечень положений или вопросов, имеющих два варианта ответа. Определите, какому из вариантов Вы отдаете предпочтение, и зафиксируйте это в бланке для ответов.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngЕсли Вы полностью согласны с вариантом «а» и не согласны с вариантом «б», то в клетку с цифрой, соответствующей номеру вопроса или утверждения, и буквой «а» поставьте 3, а в клетку «б» - 0.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngЕсли Вы не согласны как с вариантом «а», так и с вариантом «б», то выберите из них наиболее предпочтительный для Вас и оцените его в 2 балла, менее предпочтительный вариант оценивается в 1 балл.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngОтвечайте на вопросы, не пропуская ни одного из них».

Опросник

1. Представьте, что Вы на выставке. Что Вас больше привлекает в экспонатах:   
   а) цвет, совершенство форм;   
   б) их внутреннее устройство (как и из чего они сделаны).
2. Какие черты характера в человеке Вам больше всего нравятся:   
   а) дружелюбие, чуткость, отсутствие корысти;   
   б) мужество, смелость, выносливость.
3. Служба быта оказывает людям разные услуги. Считаете ли Вы необходимым:   
   а) и впредь развивать эту отрасль, чтобы всесторонне обслуживать людей;   
   б) создавать такую технику, которой можно было бы самим пользоваться в быту.
4. Какое награждение Вас больше бы обрадовало.   
   а) за общественную деятельность;   
   б) за научное изобретение.
5. Вы смотрите военный или спортивный парад. Что больше привлекает Ваше внимание:   
   а) сложность ходьбы, грациозность участников парада;   
   б) внешнее оформление колонн (знамена, одежда и пр.).
6. Представьте, что у Вас много свободного времени. Чем бы Вы охотнее занялись:   
   а) чем-либо практическим (ручным трудом);   
   б) общественной работой (на добровольных началах).
7. Какую выставку Вы бы с большим удовольствием посмотрели:   
   а) новинок научной аппаратуры (в области физики, химии, биологии);   
   б) новых продовольственных товаров.
8. Если бы в школе было два кружка, какой бы Вы выбрали:   
   а) музыкальный;   
   б) технический.
9. Если бы Вам предоставили пост директора школы, на что бы Вы обратили большее внимание:   
   а) на сплоченность коллектива;   
   6) на создание необходимых удобств.
10. Какие журналы Вы бы с большим удовольствием читали:   
    а) литературно-художественные;   
    б) научно-популярные.
11. Что важнее для человека:   
    а) создавать себе благополучный, удобный быт;   
    б) жить без некоторых удобств, но иметь возможность пользоваться сокровищницей искусства, создавать искусство.
12. Для благополучия общества необходимо:.   
    а) техника;   
    б) правосудие.
13. Какую из двух книг Вы бы с большим удовольствием читали:   
    а) о развитии науки в нашей стране;   
    б) о достижениях спортсменов нашей страны.
14. В газете две статьи разного содержания. Какая из них вызвала бы у Вас большую заинтересованность:   
    а) о машине нового типа;   
    б) о новой научной теории.
15. Какая из двух работ на свежем воздухе Вас больше бы привлекала:   
    а) работа, связанная с постоянными передвижениями (агроном, лесничий, дорожный мастер);   
    б) работа с машинами.
16. Какая, на Ваш взгляд, задача школы важнее:   
    а) подготовить учащихся к работе с людьми, чтобы они могли помогать другим создавать материальные блага;   
    б) подготовить учащихся к практической деятельности, к умению создавать материальные блага.
17. Что, на Ваш взгляд, следует больше ценить у участников самодеятельности:   
    а) то, что они несут людям искусство и красоту;   
    б) то, что они выполняют общественно полезную работу.
18. Какая, на Ваш взгляд, область деятельности человека в дальнейшем будет иметь доминирующее значение:   
    а) физика;   
    б) физическая культура.
19. Что обществу принесет больше пользы:   
    а) забота о благосостоянии граждан;   
    б) изучение поведения людей.
20. Какого характера научную работы Вы бы выбрали:   
    а) работу с книгами в библиотеке;   
    б) работу на свежем воздухе в экспедиции.
21. Представьте, что Вы - профессор университета. Чему Вы отдали бы предпочтение в свободное от работы время:   
    а) занятиям по литературе;   
    б) опытам по физике, химии.
22. Вам представляется возможность совершить путешествие в разные страны. В качестве кого Вы охотнее поехали бы:   
    а) как известный спортсмен на международные соревнования;   
    б) как известный специалист по внешней торговле с целью покупки необходимых товаров для нашей страны.
23. Какие лекции слушали бы Вы с большим удовольствием:   
    а) о выдающихся художниках;   
    б) о выдающихся ученых.
24. Что Вас больше привлекает при чтении книг:   
    а) яркое изображение смелости и храбрости героев;   
    б) прекрасный литературный стиль.
25. Вам представляется возможность выбора профессии. Какой из них Вы бы отдали предпочтение:   
    а) работе малоподвижной, но связанной с созданием новой техники;   
    б) физической культуре или другой работе, связанной с движением.
26. Какими выдающимися учеными Вы больше интересуетесь:   
    а) Поповым и Циолковским;   
    б) Менделеевым и Павловым.
27. Как Вам кажется, на что следовало бы в школе обратить большее внимание:   
    а) на спорт, так как это нужно для укрепления здоровья;   
    б) на успеваемость учащихся, так как это необходимо для будущего.
28. Что бы Вас больше заинтересовало в печати:   
    а) сообщение о состоявшейся художественной выставке;   
    б) известие о прошедшем митинге в защиту прав человека.
29. Если бы Вам представилась возможность занять определенный пост, какой бы Вы выбрали:   
    а) главного инженера завода;   
    б) директора универмага.
30. Как Вы считаете, что важнее:   
    а) много знать;   
    б) создавать материальные блага.

Лист для ответов

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1а | 1б | 2а |  | 2б | 3а |
|  | 3б | 4а | 4б | 5а |  |
| 5б | 6а | 6б | 7а |  | 7б |
| 8а | 8б | 9а |  |  | 9б |
| 10а |  |  | 10б |  | 11а |
| 11б | 12а | 12б | 13а | 13б |  |
|  | 14а |  | 14б | 15а |  |
|  | 15б | 16а |  |  | 16б |
| 17а |  | 17б | 18а | 18б | 19а |
|  |  | 19б | 20а | 20б |  |
| 21а |  |  | 21б | 22а | 22б |
| 23а |  | 23б |  | 24а |  |
| 24б | 25а |  |  | 25б |  |
|  | 26а |  | 26б | 27а | 27б |
| 28а |  | 28б |  |  | 29а |
|  | 29б |  | 30а |  | 30б |

Обработка результатов и интерпретация.  
http://testoteka.narod.ru/0.pngВ заполненном листе ответов в каждом столбце подсчитывается количество баллов. Результаты записываются под каждым столбцом, который соответствует определенной сфере профессиональных интересов:

1-й столбец - сфера искусства   
2-й столбец - сфера технических интересов   
3-й столбец - сфера работы с людьми   
4-й столбец - сфера умственного труда   
5-й столбец - сфера физического труда   
6-й столбец - сфера материальных интересов.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngАнализируя полученные данные, необходимо выделить столбцы, содержащие наибольшее количество баллов, и эти сферы деятельности можно считать предпочитаемыми испытуемым. Столбцы, содержащие наименьшее количество баллов, отражают сферы деятельности, отвергаемые испытуемым.

1. Упражнение « Профконсультант»

Время проведения – 30 минут.

Каждая пара по 10 минут на опрос каждого участника и 1-2 минуты на презентацию.

Группа разбивается на пары. Тренер дает инструкцию: « Представьте себе, что один из вас профконсультант, а другой клиент. Консультант должен задавать вопросы, анализировать ответы и делать выводы, какую профессию лучше выбрать его клиенту.

Примерный перечень вопросов:

- Чем тебе нравится заниматься больше всего?

- Мог бы ты заниматься этим каждый день?

- Изучение каких предметов в школе тебе дается легко?

- В каком месте ты чувствуешь себя наиболее комфортно?

- Тебе нравится общаться с людьми или ты любишь быть один?

- Люди какой профессии вызывают у тебя уважение?

-Ты хотел бы руководить людьми?

Консультант сам формирует вопросы. Тренер может только подсказать в случае необходимости. После опроса консультант перед группой дает рекомендации и объясняет на основании каких ответов он сделал такой вывод.

1. Кроссворд « Мир профессий»[[13]](#footnote-14)

Время проведения – 15 минут.

Цель: расширение кругозора учащихся о профессиях.

Приложение 5

По горизонтали:

1. Специалист по изучению спроса и предложения на товары и услуги, а также планированию мероприятий помогающих повысить доходность.

3. Профессия, содержание деятельности, которой является учёт основных средств, материальных ценностей, начисление заработной платы, налогов, расчёты с поставщиками и заказчиками.

5. Занимается техническим обслуживанием и ремонтом автотранспортных средств.

6.  Осуществляет ремонт производственного оборудования. Выполняет такие виды  работ как: сборка, разметка, замена или реставрация механизмов, рубка металла, опиловка металла, гибка металла, нарезание резьбы, сборочные работы.

7. К этой профессии можно отнести:

- людей, получивших юридическое образование;

- правоведов, учёных, изучающих право;

- практикующих специалистов в области права.

8.  Специалист, занимающийся  организацией работ по подготовке почвы к посеву и посадке,   разработкой мероприятий по приготовлению и внесению удобрений в почву. Осуществляет контроль за подготовкой семян и посадочного материала. Изучает и внедряет передовые  методы возделывания полевых, садовых, огородных культур.

По вертикали:

2. Специалист, занимающийся разработкой и проверкой программ.

4.  Специалист, который занимается разработкой планов зданий, их фасадов — в целом  в деталях, а также внутренних пространств.

9.  «Приходи к нему лечиться и корова, и волчица».

10. Профессия, содержание деятельности, которой является изучение человеческого  организма, предупреждение болезни, ставит диагноз, назначение лечения.

1. Упражнение «Мечты»

Время выполнения:5 минут*.*

Все сидят по кругу, закрывают глаза и пытаются, прислушиваясь к своим желаниям, представить свое профессиональное будущее, положение в обществе. Включается тихая, приятная музыка. Каждый участник группы делится своими впечатлениями, психолог обобщает сказанное. Говорит о том, что у каждого участника группы есть своя мечта, цель, которую предстоит достичь.

1. Рефлексия.

Время выполнения:5 минут.

Психолог предлагает всем участникам тренинга продолжить две фразы:

- «Сегодня я узнал (понял, научился) …»

- «Больше всего мне понравилось …»

1. Экскурсия в супермаркет.

Время выполнения: 60-90 мин.

Готовимся к экскурсии. Обсуждаем представители каких профессий трудятся в супермаркете. Готовимся взять у них интервью. Заранее распечатываем примерные вопросы.

Примерный перечень вопросов:

– Расскажите о себе: кем Вы работаете и как долго работаете по этой профессии?

– Почему Вы выбрали эту профессию?

– Довольны ли Вы своим выбором?

– Сложно ли было освоить Вашу профессию? Какое образование нужно получить для этого?

– Нужны ли какие-то особые качества и навыки человеку, который решил стать специалистом в этой области?

– С какими трудностями Вы сталкиваетесь в Вашей работе?

– Что самое интересное в Вашей работе?

– Позволяет ли Ваша профессия раскрыть творческие способности, проявить себя?

– Сбылась ли детская мечта о будущей профессии?

– Насколько Ваша профессия полезна и важна для нашей страны?

– Приносит ли Ваша профессия хороший доход?

– Кому бы Вы могли порекомендовать свою профессию?

– О чем бы Вы хотели предупредить тех, кто собирается получить такую же профессию как у Вас.

– Как Вы видите свою профессию в будущем?

- Опасна ли ваша работа?

- Бывают ли на вашей работе интересные или смешные случаи?

-Задумывались Вы о том, чтобы сменить свою профессию ?

Договариваемся с ребятами, что каждый будет брать интервью у работников.

Желательно договорится с руководством о том, чтобы ребятам предоставили возможность практиковаться в фасовке, раскладке товара, в пекарне.

Вернувшись в лагерь обсудить, что интересного увидели. Собрать ответы и вместе написать рассказ о работе магазина.

Итого 3,5 часов

* 1. **день**
     1. Упражнение «Хлопки»

Время выполнения: 5 минут.

Участники становятся в круг. Ведущий: «Когда я хлопну в ладоши, Вам необходимо повернуться на 90 градусов. Игра прекратится тогда, когда все члены группы повернутся в одну сторону». Упражнение помогает участникам лучше понимать друг друга.

* + 1. Беседа о видах труда (по Климову)[[14]](#footnote-15)

Время выполнения: 30 мин.

Одну из методик профессиональной ориентации, о которой мы будем сегодня говорить, разработал профессор Е. Климов. Принимая за основу характер деятельности, Е.Климов выделяет в зависимости от особенностей предмета труда на пять типов:

1 тип П («человек-природа»): главный ведущий предмет труда – растения, животные или микроорганизмы.

2 тип Т(«человек-техника»): ведущий предмет труда – технические системы, материалы, виды энергии.

3 тип Ч («человек-человек»): ведущий предмет труда– люди, группы, общности людей.

4 тип З («человек-знак»): ведущий предмет труда – условные знаки, цифры, коды, языки.

5 тип Х («человек -художественный образ»): ведущий предмет труда – художественные образы, условия их построения.

«Человек-природа». Надо отметить, что этот тип профессий подразделяется на три подтипа:

1.профессии, труд в которых направлен на растительные организмы;

2.профессии, труд в которых направлен на животные организмы;

3.профессии, труд в которых направлен на микроорганизмы.

В перечень профессий этого типа можно включить следующие: рабочий-лесовод, техник лесного хозяйства, агроном, рыбовод, садовник, зоотехник, мастер-цветовод, мастер-виноградарь, зоотехник, ветеринарный фельдшер, техник-охотовед и т.д. Эти профессии можно получить и в начальных профессиональных учебных заведениях и в техникумах. Есть профессии этого типа, которые можно получить в институтах: инженер лесного хозяйства, инженер-землеустроитель, агроном, зооинженер, ветеринарный врач, биолог и др.

При выборе профессий типа «человек-природа» важно учесть следующее: особенность биологических объектов труда состоит в том, что они сложны, изменчивы, нестандартны. И растения, и животные, и микроорганизмы живут, растут, развиваются, болеют, гибнут. Работнику нужно не просто очень много «держать в уме», но и мысленно предвидеть возможные изменения в объектах труда. От него требуется инициатива и самостоятельность в решении конкретных трудовых задач. Изменчивые условия труда требуют от работника творческого решения возникающих задач.

При выборе профессий типа «человек-природа» важно принять во внимание следующее. Для многих людей природа выступает как привлекательная среда, связанная с отдыхом. Это не та любовь к природе, которая ожидается от профессионала в сфере «человек-природа». Важно разобраться, как именно ты любишь природу – как мастерскую, в которой собираешься отдавать все силы производству той или иной продукции, или, может быть, любишь природу иначе? Проверить свою любовь к природе на прочность нужно в практическом общественно полезном труде.

**«**Человек-техника». Технических профессий тысячи, это самый большой тип по количеству профессий и специальностей. Выделяют ряд подтипов профессий.

1.Профессии, связанные с обработкой, добычей грунта, горных пород: проходчик, машинист горных машин, бурильщик, дизелист буровой установки, горный техник, горный инженер и т.д.

2.Профессии по обработке и использованию неметаллических промышленных материалов, изделий, полуфабрикатов: раскройщик, швея-мотористка, столяр, плотник, ткачиха, аппаратчик химического производства и т.д.

3. Профессии по производству и обработке металлов, механической сборки, монтажу машин, приборов, оборудования: токарь, фрезеровщик, слесарь, металлург, электросварщик и т.д.

4. Профессии по ремонту, наладке, обслуживанию механического оборудования, технологических машин, установок: слесарь-ремонтник, наладчик, техник-механик, инженер-механик.

5. Профессии по монтажу, ремонту зданий, сооружений, конструкций: монтажник, техник-строитель, инженер-строитель, архитектор, каменщик и т.д.

6. Профессии по сварке, монтажу электрооборудования, приборов, аппаратов: электромонтажник, монтажник радиоаппаратуры, сборщик микросхем и т.д.

7. Профессии по ремонту, наладке, обслуживанию электрооборудования, приборов, аппаратов: радиомеханик, наладчик оборудования электровакуумного производства, регулировщик радиоаппаратуры, инженер-электрик и т.д.

8. Профессии, связанные с применением подъемных, транспортных средств, управления ими: водитель автомобиля, машинист электровоза, пилот гражданской авиации и т.д.

9. Профессии по переработке продуктов сельского хозяйства: маслодел, повар, кондитер, техник-технолог приготовления пищи, инженер - технолог и т.д.

Особенность технических объектов состоит в том, что они могут быть измерены, точно определены по многим признакам. И при их обработке от работника требуется точность, определенность действий. Поскольку технические объекты создаются человеком, то имеют широкие возможности для новаторства, выдумки, технического творчества. В связи с этим техническая фантазия, способность мысленно соединять и разъединять технические объекты и их части – важные условия успеха в данной области. Изобретать можно не обязательно новые продукты труда, но и способы работы.

«Человек-человек». Главное содержание труда здесь сводится к взаимодействию между людьми. Здесь тоже есть подтипы профессий:

1.Профессии, связанные с управлением производством и руководством людьми, коллективами: диспетчер, бригадир, техник-организатор, инженер-экономист и т.д.

2.Профессии, связанные с обучением и воспитанием людей, организацией детских коллективов: воспитатель дошкольных учреждений, учитель, и т.д.

3.Профессии, связанные с материально-бытовым, торговым обслуживанием людей: продавец, проводник, парикмахер и т. Д.

4.Профессиии, связанные с информационным обслуживанием людей: телефонистка, юрист, экскурсовод и т.д.

5.Профессии, связанные с информационно-художественным обслуживанием людей и руководством художественными коллективами: дирижер, руководитель самодеятельного коллектива.

6.Профессии, связанные с медицинским обслуживанием людей: медицинская сестра, фельдшер, врач.

Работнику, выбравшему профессию типа «человек-человек», необходимы следующие личностные качества:

а) устойчивое хорошее самочувствие в ходе работы с людьми;

б) потребность в общении с людьми;

в) способность мысленно ставить себя на место другого человека;

г) способность быстро понимать намерения, настроения других людей;

д) способность хорошо помнить, держать в уме знания о личных качествах многих и разных людей;

е) способность находить общий язык с разными людьми.

«Человек - знаковая система».

Современный человек погружен в мир знаков и знаковых систем: чертежи, схемы, различные карты, таблицы, формулы, тексты, дорожные знаки. Значит, нужны и соответствующие специалисты.

Подтипы профессий типа «человек-знак»:

1.Профессии, труд в которых направлен на создание и оформление документов, делопроизводство, анализ текстов: секретарь, оператор связи, литературный редактор, переводчик, библиограф и т.д.

2.Профессии, труд в которых направлен на числа: контролер-кассир, программист, финансист, статистик и т.д.

3.Профессии, труд в которых направлен на системы условных знаков: чертежник, картограф, топограф, инженер-геодезист и т. д.

Чтобы успешно работать в какой-либо профессии данного типа, нужны особые склонности погружаться мысленно в мир сухих обозначений и сосредотачиваться на тех сведениях, которые несут в себе те или иные знаки. В данной области труда, как и всякой другой, имеются своеобразные возможности творчества.

**«**Человек – художественный образ».

Всю область профессий типа «человек - художественный образ» можно разделить на подтипы:

1.Профессии, связанные с изобразительной деятельностью.

2.Профессии, связанные с музыкальной деятельностью.

3.Профессии, связанные с литературно-художественной деятельностью.

4.Професии, связанные с актерско-сценической деятельностью.

1.Профессии первого подтипа: облицовщик-плиточник, облицовщик-мозаичник, столяр по производству художественной мебели, фотограф-художник, парикмахер-визажист, резчик по камню, конструктор-модельер, скульптор и т.д.

2.Профессии второго подтипа: настройщик музыкальных инструментов, артист театра, певец, композитор и т.д.

3.Профессии третьего подтипа: редактор художественной литературы, литературный работник и т.д.

4.Профессии четвертого подтипа: актер, артист театра, кино.

Одна из особенностей профессий данного типа состоит в том, что значительная доля трудовых затрат работника остается скрытой от стороннего наблюдателя. Так, выступление артиста длится на сцене несколько минут, но подготовка к нему осуществляется в течении длительного времени.

Предложить ученикам заполнить таблицу.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Типы подтипы профессий | Перечислить профессии данного типа | Перечислить требования, предъявляемые профессией к человеку |
| 1 | Человек природа | Микробиолог, ветеринар, лесник, агроном | Выносливость, наблюдательность, терпимость к недостаткам комфорта и др. |

* + 1. Диагностика ДДО Климова

Время выполнения:30 мин.

Инструкция. Предположим, что у вас появилась возможность делать то, что вам нравится, какое занятие из двух возможных вы бы предпочли?

Опросник

1. а. Ухаживать за животными.   
    б. Обслуживать какие-нибудь приборы, следить за ними, регулировать их.
2. а. Помогать больным людям, лечить их.   
    б. Составлять таблицы, чертить схемы, разрабатывать компьютерные программы.
3. а. Рассматривать книжных иллюстрации, художественные открытки.   
    б. Следить за состоянием и развитием растений.
4. а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу).   
    б. Доводить товары до потребителя, рекламировать, продавать.
5. а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи.   
    б. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты).
6. а. Выращивать молодняк (животных какой-либо породы).   
    б. Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных).
7. а. Копировать рисунки, изображения или настраивать музыкальные инструменты.   
    б. Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством (подъемным краном, трактором, телевизором и др.).
8. а. Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д..)   
    б. Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов).
9. а. Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику, жилище).   
    б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках.
10. а. Лечить животных.   
     б. Выполнять вычисления, расчеты.
11. а. Выводить новые сорта растений.   
     б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т.п.).
12. а. Разбирать споры, ссоры между людьми: убеждать, разъяснять, наказывать, поощрять.   
     б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок).
13. а. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности.   
     б. Наблюдать, изучать жизнь микробов.
14. а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты.   
     б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.
15. а. Составлять точные описания - отчеты о наблюдениях, явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.   
     б. Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые и представляемые).
16. а. Делать лабораторные анализы в больнице.   
     б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение.
17. а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий.   
     б. Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов.
18. а. Организовывать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, экскурсии, туристические походы и т.п.   
     б. Играть на сцене, принимать участие в концертах.
19. а. Изготовлять по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания.   
     б. Заниматься черчением, копировать чертежи, карты.
20. а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада.   
     б. Работать на клавишных машинах (компьютере, телетайпе, телеграфе и др.)

Обработка результатов и интерпретация

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| П | Т | Ч | З | Х |
| 1а | 1б | 2а | 2б | 3а |
| 3б | 4а | 4б | 5а | 5б |
| 6а |  | 6б |  | 7а |
|  | 7б | 8а |  | 8б |
|  | 9а |  | 9б |  |
| 10а |  |  | 10б |  |
| 11а | 11б | 12а | 12б | 13а |
| 13б | 14а | 14б | 15а | 15б |
| 16а |  | 16б |  | 17а |
|  | 17б | 18а |  | 18б |
|  | 19a |  | 19б |  |
| 20а |  |  | 20б |  |

Суммы положительных ответов считаются по вертикали по всем пяти графам. Первая графа отражает количество баллов по профессиональной сфере «человек - природа» (все профессии, связанные с растениеводством, животноводством и лесным хозяйством), вторая графа - по сфере «человек - техника» (технические профессии), третья графа - по сфере «человек - человек» (все профессии, связанные с обслуживанием людей, с общением), четвертая - по сфере «человек - знак» (все профессии, связанные с обсчетами, цифровыми и буквенными знаками, в том числе и музыкальные специальности) и пятая по сфере - «человек - художественный образ» (все творческие специальности). В целом минимальное количество баллов по каждой графе - 0, максимальное - 8 баллов.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngЕсли набрано 0-2 балла, то результат свидетельствует о том, что интерес к данной профессиональной сфере не выражен. При результате 3-6 баллов профессиональная направленность и интерес выражены в средней степени, при результате 7-8 баллов - профессиональная направленность выражена довольно ярко и отчетливо.

4. Упражнение «История поиска профессии»

Время выполнения: 30 мин.

Цели и задачи.

- Эмоциональная разрядка.

- Развитие внимания, бережного отношения друг к другу.

Условия.

Один человек выходит из комнаты, чтобы дать группе возможность придумать историю поиска профессии, которую ему предстоит угадывать. Для этого можно задавать вопросы, на которые группа сможет отвечать только «да» или « нет». В это время ведущий договаривается с группой, что на вопросы, заканчивающиеся гласной, они будут отвечать «да», согласной – «нет»

Информация для ведущего:

Не стоит затягивать упражнение. Обязательно поблагодарите всей группой человека, который выступал в роли рассказчика.

4. Просмотр мультфильмов о профессиях [[15]](#footnote-16)

* Время выполнения: 30 мин.

5. Мастер-класс по изготовлению пиццы.

Время выполнения: 90 мин.

Пригласить профессионального повара.

6. Обратная связь

Время выполнения: 5 мин.

Все участники, передавая игрушку по кругу, отвечают на вопросы: Какое сейчас настроение? Что понравилось на занятии? Что не понравилось?

* Итого 3,5 часа
  1. **День**
     1. Упражнение «Нетрадиционный способ приветствия»

Время выполнения: 10 минут.

Хаотично передвигаясь по залу, участники при встрече с кем-либо приветствуют его:

А) кивком головы;

Б) улыбкой;

В) глазами;

Г) через рукопожатие;

Д) плечом;

Е) спинами;

Ж) коленками.

***2.*** Упражнение «Аквариум» [[16]](#footnote-17)

Время выполнения: 15 минут.

Участникам группы раздаются листы, ножницы, фломастеры. В течение 10-15 минут они должны решить, рыбкой какой породы они будут на данном занятии, нарисовать, вырезать, раскрасить рыбку, написать на ней имя участника, породу рыбки.

На следующем этапе каждый из участников должен прикрепить свою рыбку на стену (лист ватмана), которая является образом аквариума. В какое место приклеить рыбку – каждый решает сам (кто-то поглубже, кто-то у поверхности), кто-то в водорослях, кто-то среди камней. Так же участники должны назвать своё имя и рассказать, что эта рыба ищет в аквариуме, как представляет своё существование среди других рыб.

Обсуждение. Какие же рыбки живут в нашем аквариуме?

Ведущий. Тема нашего сегодняшнего занятия – «Лидерство». Сегодня мы с вами попробуем ответить на вопрос: «Кто такой лидер, какими качествами он должен обладать?». У вас будет возможность проявить лидерские качества, поупражняться в умении убеждать – навыке, необходимом для лидера.

3. Упражнение «Лидер – это»

Время выполнения: 30 мин.

Всем игрокам предоставляются разнообразные канцелярские материалы, газеты, журналы, рекламные проспекты. В течение 30-40 минут они готовят в небольших группах некий коллаж с использованием газетных заголовков, фотографий, рисунков от руки или найденных в рекламных изданиях, журналах, газетах. Тема работы – «Я - лидер!». В работе нужно попытаться в визуальной форме представить качества, которые характеризуют лидера, рассказать о своих способностях вести за собой людей, руководить ими. Пока группа работает, в комнате звучит фоном энергичная, ритмичная музыка, создающая рабочее настроение, поддерживающая творческий настрой участников.

Обсуждение. В заключение на листе ватмана записываем набор лидерских качеств. Итак, «Лидер-это…». Затем получившиеся качества вырезаем и скотчем прикрепляем к человеку, который не считает себя лидером, но хотел бы развить в себе лидерские качества.

4. Тест «Лидер ли я?»[[17]](#footnote-18)

Время выполнения: 20 минут.

Предлагается сначала провести фотосессию на тему « Лицо лидера»

Инструкция к тесту: «Внимательно прочтите каждое из десяти суждений и выберите наиболее подходящий для вас ответ в буквенной форме. Работая с опросником, помните, что нет ни плохих, ни хороших ответов. Немаловажным фактором является и то, что в своих ответах надо стремиться к объективности и записывать тот ответ, который первым приходит в голов».

Тестовый материал

1. Что для вас важнее в игре?

А) Победа.

Б) Развлечение.

2. Что вы предпочитаете в общем разговоре?

А) Проявлять инициативу, предлагать что-либо.

Б) Слушать и критиковать то, что предлагают другие.

3. Способны ли вы выдерживать критику, не ввязываться в частные споры, не оправдываться?

А) Да.

Б) Нет.

4. Нравится ли вам, когда вас хвалят прилюдно?

А) Да.

Б) Нет.

5. Отстаиваете ли вы свое мнение, если обстоятельства (мнение большинства) против вас?

А) Да.

Б) Нет.

6. В компании, в общем деле вы всегда выступаете заводилой, придумываете что-либо такое, что интересно другим?

А) Да.

Б) Нет

7. Умеете ли вы скрывать свое настроение от окружающих?

А) Да.

Б) Нет.

8. Всегда ли вы немедленно и безропотно делаете то, что вам говорят старшие?

А) Нет.

Б) Да.

9. Удается ли вам в разговоре, дискуссии, убедить, привлечь на свою сторону тех, кто раньше был с вами не согласен?

А) Да.

В) Нет.

10. Нравится ли вам учить (поучать, воспитывать, обучать, давать советы) других?

А) Да.

Б) Нет.

Обработка и интерпретация результатов теста:

Подсчитать общее количество «А» и «B» ответов.

• Высокий уровень лидерства - А = 7-10 баллов.

• Средний уровень лидерства - А = 4-6 баллов.

• Низкий уровень лидерства - А = 1-3 балла.

Преобладание ответов «B» свидетельствует об очень низком или деструктивном лидерстве.

5. Упражнение «Узелок»

Время выполнения: 15 минут.

Описание упражнения. Группа делится на две команды, равные по числу участников. Каждая из команд выстраивается в колонну таким образом, чтобы направляющие колонн стояли лицом друг к другу на расстоянии около 1, 5 м. На роль направляющих, капитанов команд, лучше пригласить самых активных и коммуникабельных подростков. Каждый участник держит в руке канат (подойдет и прочная бельевая веревка), протянутый вдоль обеих колонн. Дается задание – не отрывая рук от каната, завязать узел на его промежутке между двумя направляющими колонн. Техника выполнения задания участникам не объясняется, они сами должны найти способ завязывания узла. В среднем группе подростков на это требуется 5–7 минут.

Психологический смысл упражнения. Это упражнение требует координации совместных действий, сближает группу и создает условие для проявления лидерских способностей. Кроме того, оно способствует активизации творческого мышления, поскольку способ его выполнения в инструкции не оговаривается, подростки должны найти его самостоятельно.

Обсуждение. Следует обратить внимание участников, что в выполнении данного упражнения удается добиться успеха лишь в том случае, если группа начинает действовать слаженно, предварительно придумав и обсудив способ решения задачи. Возможен выход на обсуждение проблем лидерства: «Мало придумать способ завязывания узла, нужно еще, чтобы другие приняли этот способ и стали выполнять инструкции того, кто его предложил. А как этого добиться?»

6. Упражнение «Без командира»

Время выполнения: 15 минут.

Нередко нам приходится встречаться с людьми, которые, кажется, только и ждут, чтобы ими руководили. Их кто-то обязан организовывать, направлять, так как проявить собственную инициативу (и затем отвечать за свои решения и поступки) люди подобного типа боятся. Есть и другой тип – неуёмные лидеры. Эти всегда знают, кто и что должен сделать. Без их вмешательства и заботы «мир непременно погибнет!». Понятно, что и мы с вами принадлежим либо к ведомым, либо к лидерам, либо к какой-то смешанной – между тем и другим типом – группе.

В задании, которое вы попробуете сейчас выполнить, тяжело придётся всем, потому что никто и никем не будет руководить. Абсолютно. Весь смысл упражнения в том, что при выполнении той или иной задачи каждый из участников сможет рассчитывать исключительно на свою смекалку, инициативу, на свои силы. Успех каждого станет залогом общего успеха.

Итак, с этой минуты каждый отвечает только за себя! Любой контакт между участниками запрещён: ни разговоров, никаких знаков, ни хватания за руки, ни возмущённого шипения – ничего. Работаем молча, Максимум – взгляд в сторону партнёров: учимся понимать друг друга на телепатическом уровне!

- Прошу группу построиться в круг. Каждый слышит задание, анализирует его и пытается решить, что ему лично предстоит сделать, чтобы в итоге группа максимально точно и быстро встала в круг.

Очень хорошо! Вы обратили внимание, что у некоторых прямо руки чесались, так хотелось кем-нибудь поуправлять. А кто-то из вас стоял в полной растерянности, не зная, что предпринять и с чего начать. Продолжим тренировать личную ответственность. Постройтесь, пожалуйста:

- в колонну по росту

- в два круга

- в треугольник

- в шеренгу по росту

- в четыре колонны с одинаковым количеством участников

- в шеренгу от самых светлых до самых тёмных волос

В живую скульптуру Звезда, Медуза, Черепаха.

Обсуждение. Скажите, можно ли было это упражнение назвать тестом на лидерство и почему?

Кто из вас лидер по натуре?

Легко ли вам было отказаться от руководящего стиля поведения?

Каковы были ощущения людей, которые привыкли быть ведомыми? Тяжело остаться вдруг без чьих бы то ни было советов, указаний?

Как вы понимали, верны ваши действия или ошибочны? Понравилось ли вам отвечать за себя и самостоятельно принимать решения?

7. «Путешествие с дикими гусями»[[18]](#footnote-19)

Время выполнения: 10 минут.

Место проведения: во дворе центра.

Участники группы получают текст: «Дикие гуси летят особым «строем» - клином. Стаю ведёт вперёд вожак, который является вершиной птичьего клина, на нём же - основная тяжесть полёта – почему?

Дело в том, что строй гусиной стаи отличается особой организацией. Клин позволяет гусям, следующим за вожаком, экономить физические силы. Каждому из гусей удаётся сохранить расход его собственной физической энергии за счёт работы крыльев его соседей. Каждая птица летит так, чтобы присоединиться к остальным, - в едином ритме. Это делается для того, чтобы энергетическое поле стаи увеличивалось движением каждой птицы. Гуси обмениваются энергией не только друг с другом, но и с энергетическим полем всего воздуха.

Размах крыльев соседа создаёт благоприятное аэродинамическое поле для летящего гуся: подсчитано, что полёт в стае сохраняет до 70% энергии в сравнении с полётом птицы-одиночки!!! Если во время перелёта одна из птиц отклоняется от чёткой линии клина, она немедленно начинает чувствовать на себе увеличившееся сопротивление воздуха. Тогда этот гусь торопится вернуться на своё место, «подправить» линию полёта.

Гуси, которые в дальнем полёте могут потерять до 30% своего веса, сохраняют таким образом свои физические силы для длительного путешествия.

Когда вожак устаёт, он выходит из вершины клина и занимает своё место в конце стаи. На место вожака заступает один из следовавших за ним гусей, который благодаря вожаку стаи мог до сих пор экономить свои физические усилия.… Если же какая-то из птиц не имеет сил продолжить полёт, она опускается. Но всегда вместе с ней остаётся один из стаи – для защиты и помощи».

Что интересного вы видите в повадках гусей?

Чем объясняется эффективность гусиного клина?

Чувствуете ли вы себя в группе так же уверенно и защищено, как гусь в стае?

Может ли твоя стая долететь до цели? Почему?

Кто по вашему мнению, готов при необходимости занять место во главе стаи? Что позволяет вам так думать?

Предложить детям построится в клин и попробовать двигаться в нем, сменяя друг друга.

8. Визитная карточка

Время выполнения: 30 минут.

Цели:

- потренировать способности к выявлению Я-концепции - реальной самоидентификации лидера;

- развивать способности лидера соединять идеи из разных областей эмпирического и чувственного опыта;

- тренировать такие лидерские качества, как подвижность мышления и навыки эффективной коммуникации;

- способствовать тренировке умения излагать материал внятно и ярко.

Размер группы: желательно не более 20 участников. Это связано не с возможностью проведения упражнения, а с его эффективностью. Больший размер группы приведет к размыванию внимания и ослаблению концентрации на партнере.

Ресурсы: ватман на каждого участника; для группы - фломастеры, ножницы, клейкая лента, краски, клей, большое количество печатной продукции (рекламные проспекты, брошюры, иллюстрированные журналы и газеты).

Время: около часа.

Ход упражнения

«Визитная карточка» - серьезное задание, представляющее нам возможность стимулировать самоанализ, самоидентификацию участника тренинга. Такая работа является необходимым предварительным этапом для самоактуализации - вытаскивания из пассива в актив поведения всех тех необходимых представлений, умений, навыков, которыми обладает претендент на лидерство.

Это упражнение отлично работает на начальной стадии тренинга, так как оно предполагает знакомство участников группы друг с другом. Кроме того, условия работы потребуют от участников многообразных и недирективных контактов с членами команды.

Сначала каждый участник складывает полученный им ватман по вертикали пополам и делает в этом месте разрез (большой настолько, чтобы в образовавшееся отверстие можно было просунуть голову). Если теперь мы наденем на себя лист, то увидим, что превратились в живую рекламную тумбу, у которой есть лицевая и тыльная сторона.

На передней части листа участники тренинга составят индивидуальный коллаж, рассказывающий о личных особенностях игрока. Здесь, на «грудке»,

нужно подчеркнуть достоинства, но не забыть и о качествах, которые, мягко скажем, не доставляют вам особой радости. На тыльной стороне ватманского листа («спинке») отразим то, к чему вы стремитесь, о чем мечтаете, чего хотели бы достичь.

Сам коллаж составляется из текстов, рисунков, фотографий, которые можно вырезать из имеющейся печатной продукции и дополнить при необходимости рисунками и надписями, сделанными от руки.

Когда работа по созданию визитной карточки завершена, все надевают на себя получившиеся коллажи и совершают променад по комнате. Все гуляют, знакомятся с визитками друг друга, общаются, задают вопросы. Приятная негромкая музыка - отличный фон для этого парада индивидуальностей.

Предложить участникам выйти в учреждение и пообщаться с сотрудниками и ответить на их вопросы.

Завершение: обсуждение упражнения.

- Как вам кажется, возможно ли эффективно руководить другими, не зная толком, кто ты сам есть?

- Кажется ли вам, что в ходе задания вы смогли лучше понять, что вы за человек? Удалось ли вам достаточно полно и внятно создать свою визитную карточку?

- Что было легче - говорить о своих достоинствах или отражать на листе свои недостатки?

- Нашли ли вы среди партнеров кого-то, кто похож на вас? кто очень отличается от вас?

- Чей коллаж запомнился вам больше всего и почему?

- Как может подобный вид работы повлиять на развитие лидерских качеств?

Наше восприятие - то зеркало, которое формирует наше впечатление о себе, нашу Я-концепцию. Безусловно, окружающие нас люди (семья, друзья, коллеги) корректируют нашу самоидентификацию. Иногда до такой степени, что представление о собственном Я изменяется до неузнаваемости у человека, склонного воспринимать мнение со стороны и доверять другим гораздо больше, чем самому себе.

Некоторые люди имеют очень детально разработанную Я-концепцию. Они свободно могут описать собственную внешность, умения, навыки, черты характера. Считается, что чем богаче мое представление о себе, тем проще я могу справиться с решением различных проблем, тем более спонтанным и уверенным буду в межличностной коммуникации.

9. Экскурсия в Мегафон.

Время выполнения: 60 минут.

Распределяем вопросы аналогично экскурсии в супермаркет.

10. Упражнение «Свеча»

Время выполнения: 5 минут.

Участники встают в круг и передают друг другу зажженную свечу и при этом отвечают на следующие вопросы: «Что нового вы узнали? Что запомнилось на занятии больше всего? Какие чувства вызвали эти события?».

Итого 3.5 часов

* 1. **День**

1.Упражнение « Присмотрись»[[19]](#footnote-20)

Время выполнения*:* 15 минут.

Все участники садятся по кругу. Тренер выходит из круга и дает инструкцию к упражнению, стоя за кругом: «У вас 1,5 минуты, в ходе которых надо внимательно посмотреть друг на друга».

Через 1,5 минуты тренер просит всех повернуться на стульях спиной в круг, подходит к одному из участников группы и говорит, обращаясь к нему, например: «Анна, я иду по кругу (тренер идет вправо и влево) и прохожу одного, второго, третьего, останавливаюсь у четвертого человека, кто это?». Участник отвечает (если ответ неправильный, надо ему об этом сказать и дать возможность ответить еще и еще раз, пока не будет получен правильный ответ). После этого тренер предлагает участнику ответить на ряд вопросов, относящихся к внешнему облику названного участника группы. Например: «Есть ли у Петра галстук?», «Какого цвета у него рубашка?», «Держит ли Петр что-либо в руках?» и т.д.

Далее тренер дает аналогичное задание еще 2-3 участникам. В заключение упражнения тренер просит всех повернуться лицом в круг и еще раз посмотреть друг на друга. Важно отметить в групповом обсуждении на то, что мы так относимся не только к окружающим, а и к себе.

1. Анкета «Профориентация»И.Л. Соломин[[20]](#footnote-21)

Время выполнения:30 минут.

http://testoteka.narod.ru/0.pngАнкета разработана петербургским психологом Игорем Леонидовичем Соломиным. Она пригодна для самооценки профессиональных интересов и способностей молодых и взрослых людей, очень проста в применении и обработке.

Инструкция: Напротив каждого высказывания зачеркните цифру, соответствующую степени вашего желания заниматься этим видом деятельности:   
http://testoteka.narod.ru/0.png0 - вовсе нет;   
http://testoteka.narod.ru/0.png1 - пожалуй, так;   
http://testoteka.narod.ru/0.png2 - верно;   
http://testoteka.narod.ru/0.png3 - совершенно верно.

Я хочу (мне нравится, меня привлекает, я предпочитаю):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 1 | Обслуживать людей | 0 1 2 3 |  |
| Заниматься лечением | 0 1 2 3 |
| Обучать, воспитывать | 0 1 2 3 |
| Защищать права и безопасность | 0 1 2 3 |
| Управлять людьми | 0 1 2 3 |
| 22 | Управлять машинами | 0 1 2 3 |  |
| Ремонтировать оборудование | 0 1 2 3 |
| Собирать и налаживать технику | 0 1 2 3 |
| Обрабатывать материалы, изготовлять предметы и вещи | 0 1 2 3 |
| Заниматься строительством | 0 1 2 3 |
| 33 | Редактировать тексты и таблицы | 0 1 2 3 |  |
| Производить расчеты и вычисления | 0 1 2 3 |
| Обрабатывать информацию | 0 1 2 3 |
| Работать с чертежами, картами и схемами | 0 1 2 3 |
| Принимать и передавать сигналы и сообщения | 0 1 2 3 |
| 34 | Заниматься художественным оформлением | 0 1 2 3 |  |
| Рисовать, фотографировать | 0 1 2 3 |
| Создавать произведения искусства | 0 1 2 3 |
| Выступать на сцене | 0 1 2 3 |
| Шить, вышивать, вязать | 0 1 2 3 |
| 5 5 | Ухаживать за животными | 0 1 2 3 |  |
| Заготавливать продукты | 0 1 2 3 |
| Работать на открытом воздухе | 0 1 2 3 |
| Выращивать овощи и фрукты | 0 1 2 3 |
| Иметь дело с природой | 0 1 2 3 |
| А А | Работать руками | 0 1 2 3 |  |
| Выполнять решения | 0 1 2 3 |
| Воспроизводить имеющиеся образцы, размножать, копировать | 0 1 2 3 |
| Получать конкретный практический результат | 0 1 2 3 |
| Воплощать идеи в жизнь | 0 1 2 3 |
| Б Б | Работать головой | 0 1 2 3 |  |
| Принимать решения | 0 1 2 3 |
| Создавать новые образцы | 0 1 2 3 |
| Анализировать, изучать, наблюдать, измерять, контролировать | 0 1 2 3 |
| Планировать, конструировать, разрабатывать, моделировать | 0 1 2 3 |

Инструкция: Напротив каждого высказывания зачеркните цифру, соответствующую степени вашей способности к этому виду деятельности:   
http://testoteka.narod.ru/0.png0 - вовсе нет;   
http://testoteka.narod.ru/0.png1 - пожалуй, так;   
http://testoteka.narod.ru/0.png2 - верно;   
http://testoteka.narod.ru/0.png3 - совершенно верно.

Я могу (способен, умею, обладаю навыками***):***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Знакомиться с новыми людьми | 0 1 2 3 |  |
| Быть чутким и доброжелательным | 0 1 2 3 |
| Выслушивать людей | 0 1 2 3 |
| Разбираться в людях | 0 1 2 3 |
| Хорошо говорить и выступать публично | 0 1 2 3 |
| 2 | Искать и устранять неисправности | 0 1 2 3 |  |
| Использовать приборы, машины, механизмы | 0 1 2 3 |
| Разбираться в технических устройствах | 0 1 2 3 |
| Ловко обращаться с инструментами | 0 1 2 3 |
| Хорошо ориентироваться в пространстве | 0 1 2 3 |
| 3 | Быть сосредоточенным и усидчивым | 0 1 2 3 |  |
| Хорошо считать в уме | 0 1 2 3 |
| Преобразовывать информацию | 0 1 2 3 |
| Оперировать знаками и символами | 0 1 2 3 |
| Искать и исправлять ошибки | 0 1 2 3 |
| 4 | Создавать красивые, со вкусом сделанные вещи | 0 1 2 3 |  |
| Разбираться в литературе и искусстве | 0 1 2 3 |
| Петь, играть на музыкальных инструментах | 0 1 2 3 |
| Сочинять стихи, писать рассказы | 0 1 2 3 |
| Рисовать | 0 1 2 3 |
| 5 | Разбираться в животных или растениях | 0 1 2 3 |  |
| Разводить растения или животных | 0 1 2 3 |
| Бороться с болезнями, вредителями | 0 1 2 3 |
| Ориентироваться в природных явлениях | 0 1 2 3 |
| Работать на земле | 0 1 2 3 |
| А | Быстро выполнять указания | 0 1 2 3 |  |
| Точно следовать инструкциям | 0 1 2 3 |
| Работать по заданному алгоритму | 0 1 2 3 |
| Выполнять однообразную работу | 0 1 2 3 |
| Соблюдать правила и нормативы | 0 1 2 3 |
| Б | Создавать новые инструкции и давать указания | 0 1 2 3 |  |
| Принимать нестандартные решения | 0 1 2 3 |
| Легко придумывать новые способы поведения | 0 1 2 3 |
| Брать на себя ответственность | 0 1 2 3 |
| Самостоятельно организовывать свою работу | 0 1 2 3 |

Обработка результатов

http://testoteka.narod.ru/0.pngОбработка результатов анкеты очень проста. Суждения характеризующие различные виды профессиональной деятельности, объединены в семь групп по пять суждений в каждой. В каждой группе из пяти суждений необходимо подсчитать суммарное количество баллов, выбранных вами, и записать эту сумму в рамке справа от соответствующей группы суждений. Суммарная оценка по каждой группе может составлять от 0 до 15 баллов. В зависимости от того, в какой группе вы набрали максимальный суммарный балл, определяется наибольшая склонность или способность к соответствующему типу или классу профессий.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngПервые пять групп суждений, обозначенные цифрами от 1 до 5, характеризуют пять типов профессий, разделенных по признаку «предмет труда»: 1) человек - человек; 2) человек - техника; 3) человек - знаковая система; 4) человек - художественный образ; 5) человек - природа.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngПоследние две группы суждений, обозначенные буквами А и Б, соответствуют двум классам профессий, разделенных по признаку «характер труда»: А - исполнительские; Б - творческие.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngЗная координаты своих профессиональных предпочтений, можно найти наиболее подходящую для вас профессиональную группу.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngСначала определяется, к какому из пяти типов профессий (1,2,3,4 или 5) вы наибольшей степени склонны и способны. Затем определяется ваша преимущественная склонность и способность к одному из двух классов профессий (А или Б).   
http://testoteka.narod.ru/0.pngЕсли склонности лежат в той же группе профессий что и ваши способности, то это свидетельствует о том, что вам нравится делать именно то, что вы умеете делать. Поэтому можно было бы ожидать, что, выбрав ту или иную профессию, вы не только смогли бы добиться в ней достаточно высоких успехов, но это доставляло бы вам удовольствие.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngВ случае если наиболее привлекательный для вас тип профессий не совпадает с характером деятельности, которую вы можете делать лучше всего, вам предстоит выбрать, чему же отдать предпочтение в процессе выбора профессии - склонностям (Хочу) или способностям (Могу).   
http://testoteka.narod.ru/0.pngЕсли человеку нравится какой-либо вид деятельности, то он занимается им в течение большего времени, затрачивая на него больше усилий, поэтому соответствующие способности могут развиваться и совершенствоваться. Но верно и обратное. Если человек обладает выраженными способностями к какому-то виду деятельности, то он лучше с ним справляется и испытывает большее удовольствие, когда им занимается. Именно поэтому данный вид деятельности становится для него более привлекательным.

1. Игра « Кто сделал шоколадку»

Время выполнения:60 минут.

Цель – расширить представление о профессиях. Развитие навыков исследовательской деятельности.

Принести в группу шоколад в обертке из бумаги и фольги. Задать ребятам вопрос « Как вы думаете, откуда появилась эта вещь? Кто ее сделал?»

Давайте посмотрим, из чего она состоит. Бумажная обертка, фольга и шоколад. Интересно сколько человек трудились, чтобы мы могли насладиться вкусом шоколада.

Давайте разделимся на 3 команды и проведем исследование.

1 команда ищет путь бумажной обертки.

2 команда – фольги.

3 команда – шоколадки.

Каждая команда прослеживает, как и кем производится данный ингредиент.

В конце работы вы расскажете, как они были сделаны.

Побеждает та команда, чей список профессий, которые участвовали в процессе изготовления, транспортировки окажется длиннее.

Например, бумага делается из древесины. Значит, ее изготовление начинается с труда лесоруба и заканчивается трудом типографского работника при нанесении изображения. Процесс изготовления фольги нужно начинать с добычи алюминия и работы горняков, химиков. В составе шоколада несколько ингредиентов: какао, молоко, сахар. Значит, процесс производства нужно начинать с труда фермера, сельхозработника.

Если есть время можно продемонстрировать ролики о производстве бумаги, фольги, шоколада.

Побеждает та команда, рассказ которой будет самым интересным и кто найдет больше всех профессий, занятых в производстве.

Это занятие поможет подросткам понять значение труда в жизни человека и бережнее относится к вещам, так как в них вложен труд многих людей.

1. Экскурсия в учебное заведение (ТОГУ)

После экскурсии ребята возвращаются в место проведения сборов. Там они получают отпечатанные рекомендации по выбору профессии.

1. Заключительная инструкция.

1. Ориентируйтесь на свои личные планы относительно своего будущего. Продумайте, кем вы видите себя через пять, десять и двадцать лет. Выбрать профессию - значит определить свой образ жизни. Нередко об особенностях разных специальностей судят по внешним проявлениям. Например, известного хирурга показывают по телевидению, его знают и уважают студенты и многие врачи, и врачевание кажется заманчивым и благородным делом. Но для того, чтобы достигнуть такого положения, нужно много времени провести стоя за операционным столом, принося в жертву свое здоровье и личную жизнь. Нужно быть готовым в любой момент выехать к больному, нуждающемуся в вашей помощи. Поэтому чтобы не ошибиться, собирайте информацию о разных специальностях, изучайте специфику будущей работы.

2. Изучите свои склонности. Те области, которые вам особенно нравятся не по уровню доходов отдельных людей, а именно по роду занятий. Если вам нравятся горные лыжи, не стоит идти учиться на программиста, потому что эта специальность востребована. Лучше развиваться в любимом направлении и найти для себя должность инструктора, или еще какой-нибудь смежной специальности.

3. Подумайте о своих способностях. Не только явных, но и скрытых, которые могли бы у вас проявиться. Если вы любите литературу и искусство, вам вряд ли удастся стать талантливым инженером. Посмотрите на себя как-бы со стороны - есть ли у вас склонность к обобщению или вы любите все «раскладывать по полочкам»? Если вы любите мыслить глобально и легко воспринимаете большой объем информации, из вас получится хороший аналитик, экономист или руководитель высокого ранга. Для работы по этим специальностям необходимо уметь мыслить стратегически. А если вы любите копаться в мелочах и уделяете большое внимание деталям процесса, все действия выполняете последовательно, шаг за шагом - у вас хорошие шансы стать врачом, журналистом, бухгалтером или инженером. Т.е. вы способны работать в тех областях, где требуется скрупулезность и старательное исполнение каждого действия.

4. Определите источник своей мотивации при оценке событий, является он внутренним или внешним. Т.е., как вы узнаете, насколько хорошо вы сделали работу. Если для вас имеет значение оценка вашего труда окружающими людьми, значит, у вас преобладает внешняя мотивация. Из вас получится дизайнер, официант, музыкант, журналист, администратор и представитель тех профессий, в которых предусмотрено выполнение инструкций, составленных другими людьми. А если вы применяете собственные критерии оценки своего труда, значит, у вас преобладает внутренняя мотивация. Вы редко прислушиваетесь к мнению других и сами несете ответственность за принятые решения. Из вас получится представитель творческих профессий - музыкант, художник или поэт. А также вы будете комфортно чувствовать себя в роли начальника отдела снабжения или реализации.

5. Выбирая профессию, ориентируйтесь не на мнение окружающих, а на свое видение будущего. Те профессии, что были «модными» лет 15-20 назад, сейчас могут быть уже не востребованы, ведь технический прогресс не стоит на месте. Соберите как можно больше информации о различных специальностях, «примерьте» их на себя и сделайте осознанный выбор.

По окончанию работы лагеря каждый участник получит рекомендации по дальнейшему профессиональному развитию.

Рефлексия

- Что было самым полезным в сборах?

- Что было самым приятным в сборах?

- Произошли ли какие либо изменения с вами в ходе сборов? Если да, то какие, если нет, то почему?

- Был ли в ходе сборов какой-либо неприятный момент? Какой и с чем связан?

- Какое главное открытие вы сделали для себя в результате сборов?

- Чтобы вы хотели пожелать себе?

**Упражнения и игры в свободное время**

Никогда не говори «Никогда»

Цели:

- развить творческое мышление участников тренин­га, их умение расширять поле проблемы и ви­деть многообразие подходов к решению задачи;

- помочь участникам группы разобраться в себе и понять природу своих лидерских качеств;

- потренироваться в преодолении внутренних барь­еров, страхов перед неизвестностью, зажатости.

Размер группы:не важен

Ресурсы*:* картофель, трубочка для коктейля; куски шнура, бумага и ручки для каждого участника.

Ход игры

Сказав себе: «Я никогда не справлюсь с ...», мы за­ранее настраиваем себя на неуспех, на проигрыш. По­добное самореализующееся пророчество заведомо ог­раничивает наш творческий потенциал, уменьшает возможности. Умение концентрироваться, заряд опти­мизма («Мне это удастся!»), готовность расширить рамки поиска решения проблемы за пределы обыч­ных, банальных выводов - вот что тренирует данное упражнение. Не забудем, что Томас Эдисон провел 10000 неудачных опытов, пока создал электрическую лампочку! Терпение + Вера в успех + Развитое твор­ческое мышление = Победа.

Тренировка этих составляющих и лежит в основе следующих заданий.

Картошка

Показываем команде большую сырую картофели­ну и трубочку для коктейля. Вопрос: «Можно ли проткнуть картофелину трубочкой за одну секунду?»

Выслушав ответы, предлагаем проверить это опыт­ным путем. Трубочка должна пройти через картофе­лину насквозь!

Решение: как правило, игроки не могут преус­петь в решении задачи и начинают заявлять о не­возможности выполнения задания. Однако реально это возможно. Тренер демонстрирует это, взяв тру­бочку в руки, зажав пальцем отверстие с одной сто­роны и резким сильным ударом пробив картофели­ну насквозь! Тонкость заключается не только в рез­кости и силе удара, но и в том, что, зажав трубоч­ку с одной стороны, мы используем столб воздуха, заполнивший ее и придавший ей определенную же­сткость.

Узел

Каждый из участников получает кусок тонкого шнура длиной один метр. Задание таково: взяться за края шнура и, не выпуская из рук концов его, завязать простой узел.

Решение: как правило, решение задачи не дает­ся участникам тренинга с легкостью. Иногда в тече­ние долгого времени они могут биться над поиском ответа и не найти его без вашей подсказки.

Чтобы решить задачу, нужно выйти за рамки при­вычного хода мысли. Успех - в правильной подго­товке до начала игры:

1. Положите перед собой на стол или на другую ровную поверхность шнур.

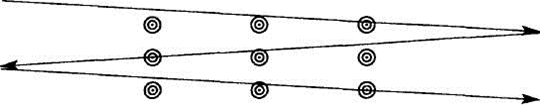
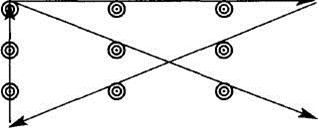
2. Сложите руки крест-накрест, сядьте в позу об­разцового ученика.

3. Возьмите из этого положения концы шнура в руки и без труда завяжите простой узел!

9 точек

Участники получают лист, на котором изображе­ны 9 точек (каждая величиной приблизительно в 1,5-2 мм).

Задание: а) соединить все точки четырьмя линия­ми, не отрывая карандаша от бумаги; б) соединить эти же точки тремя линиями.



Упражнение-разминка 2. «Циферблат»

Описание упражнения. Участники, сидящие в кругу, образуют «циферблат часов» – каждый участник соответствует определенной цифре на нем. Проще всего, если участников 12 – тогда каждому соответствует одна цифра. При другом числе участников кому-то придется изображать 2 цифры или, наоборот, на какие-либо цифры придется по 2 человека. Это несколько осложнит игру, но и сделает ее более интересной. Если участников более 18, то целесообразно сделать сразу 2 циферблата.

После этого кто-нибудь заказывает время, а «циферблат» его показывает – сначала подпрыгивает и хлопает в ладоши тот, на чью цифру пришлось показание часовой стрелки, затем – минутной. Первые 1–2 заказа времени может сделать ведущий, потом – каждый из участников по кругу.

Психологический смысл упражнения. Тренировка внимательности, включение участников в групповое взаимодействие в ситуации «здесь и сейчас».

Обсуждение. Достаточно короткого обмена впечатлениями.

Игра Кто я такой?!

А суть игры вот в чем: каждому игроку на лоб клеят стикер с названием профессии (а еще лучше, скажу я вам по опыту – обыкновенный листик приклеить скотчем, это дает гораздо большую гарантию, что он не отклеится) и человек должен догадаться кто же он.

Как играть:

Можно задавать любые вопросы присутствующим, но отвечать они должны только Да или Нет. Игрок, который первый догадался, кто он такой, становится победителем, но игра может продолжаться дальше и в итоге останется последний проигравший, которому никак не удается себя опознать.

Как организовать:

Садимся в кружок, например, за стол, чтобы хорошо видеть друг друга и не забыть, кто есть кто. Теперь два варианта – если есть ведущий, то именно он клеит всем на лоб листики с придуманными им персонажами. Если же никто не хочет быть в игре пассивным зрителем, и, соответственно, ведущего у вас нет, тогда каждый пишет персонажа для своего соседа справа и клеит ему на лоб. Естественно и в первом, и во втором случае человек не должен видеть, что у него на лбу написано. Внимание: избегайте комнат с зеркалами!

Упражнение Джеффа [[21]](#footnote-22)

Упражнение Джеффа проводится на большую аудиторию. Участвуя в упражнении, ребята учатся свободно высказываться, отвечать на вопросы, защищать свое мнение. Упражнение помогает лучше понять мир, свой коллектив. Ребята учатся уважать мнение других. Упражнение проводятся в два этапа: первый - ответы на вопросы, второй - анализ происходящего.

Подготовка: Для ведения упражнения необходимы двое ведущих. Готовятся три плаката с надписями: «ДА», «МОЖЕТ БЫТЬ», «НЕТ». Крайние плакаты вывешиваются по двум концам зала, а средний - в центре. Ведущего располагаются в середине зала на возвышении, чтобы было лучше слышно задаваемые вопросы. После заданного опроса все участники переходят под тот плакат, который соответствует их ответу. Ведущий спрашивает, кто хотел бы ответить, почему он встал именно под этот плакат. Желающий поднимает руку. Ведущий кидает ему мяч. Тот, у кого в руках мяч право на ответ.

Запрет: участники упражнения не имеют права на кого-либо нападать, критиковать, спорить. Они высказывают только свое мнение.

Вопросы:

1. Все ли можно купить за деньги?

2. Смог бы ты дружить и любить человека другой национальности и расы?

3. Верите ли вы в любовь с первого взгляда?

4. Считаете ли вы, что мужской пол - сильный пол?

5. Смогли бы вы прожить в одиночестве?

6. Уверены ли вы, что ВИЧ-инфекция не может вас коснуться?

7. Я считаю, что смертная казнь - это правильно.

8. Считаете ли вы, что цель оправдывает средства?

9. Смогли бы вы помочь другим в ущерб себе?

10. Как вы считаете, есть ли у вас комплексы?

11. Считаете ли вы, что общество виновато в возникновении проблем

наркомании, алкоголизма, преступности?

12. Считаете ли вы, что в большинстве случаев вы правы?

13. Согласны ли вы с пословицей: «Один в поле не воин»?

14. Во всех своих неприятностях прежде всего виню себя.

15. Лучше быть умным, чем богатым.

16. Могли бы вы любить или дружить с человеком, который употребляет наркотики?

17. Считаете ли вы, что проституция - естественный способ зарабатывания денег?

18. Сделали бы вы почти все что угодно на спор?

19. Говорить правду – терять дружбу.

20. Жизнь – это игра.

21. Я мог бы уехать за границу навсегда.

После того, как вопросы закончатся, мы предлагаем всем сесть, и ведущие будут задавать в зал вопросы, которые позволят проанализировать происходящее.

Вопросы к анализу:

1. Понравилось или нет, если да, то почему? Было ли интересно?

2. Были ли вопросы, над которыми вы раньше не задумывались?

3. Были ли вопросы, на которые хотелось бы ответить искренне? Много ли их было?

4. Что чувствовали, стоящие по одному, по трое почти против всех

остальных?

5. Почему продолжали отвечать, а не ушли?

6. Были ли вопросы, на которые вы отвечали задумавшись?

7. Что чувствовали к тем, кто давал ответы, противоположные вашему?

8. Смущали какие-нибудь вопросы?

9. Менялось ли ваше мнение по каким-либо вопросам, когда вы слышали

противоположное мнение?

10. Открыли ли вы что-нибудь новое для себя и в себе?

Задания для конкурса.

- Сделайте научный доклад на тему.

Гусь свинье не товарищ;

Баба с воза, кобыле легче;

В тихом омуте черти водятся;

Сила есть, ума не надо.

- Сочините обвинительную речь в адрес литературных героев, нарушивших инструкцию.

- старухи Шапокляк – за выгул крыс в неустановленных местах;

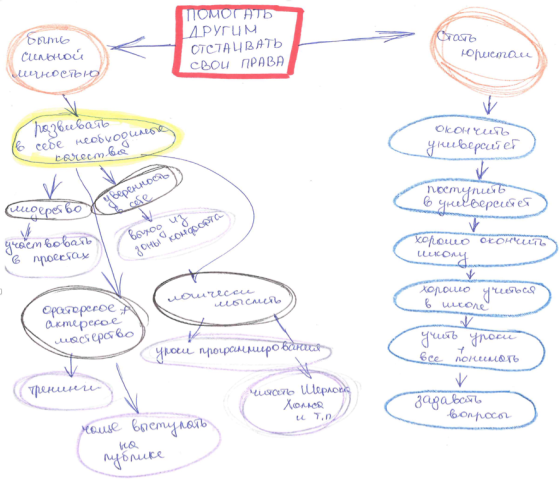
-Лисы Алисы и кота Базилио – за втягивание детей в валютные операции;

- Емели – за ловлю рыбы в неустановленном месте, запрещенным способом;

- Почтальона Печкина – за использование служебного положения при получении подарков.

**Приложения**

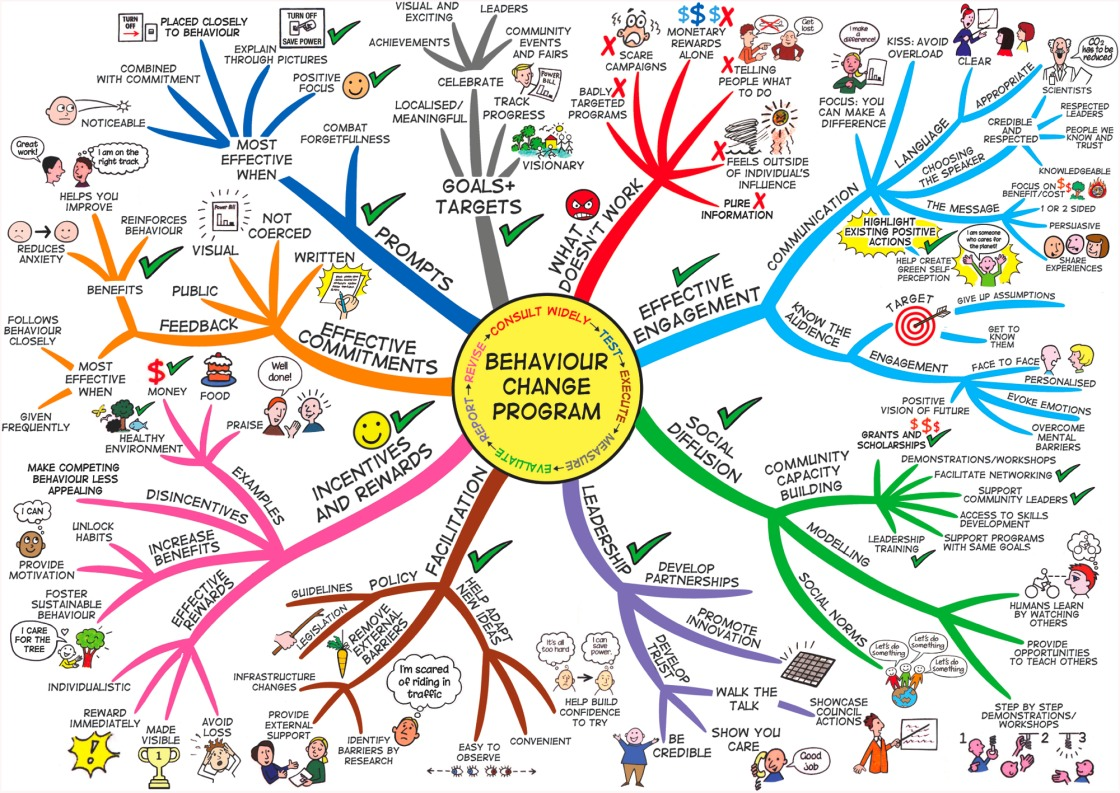
Приложение 1



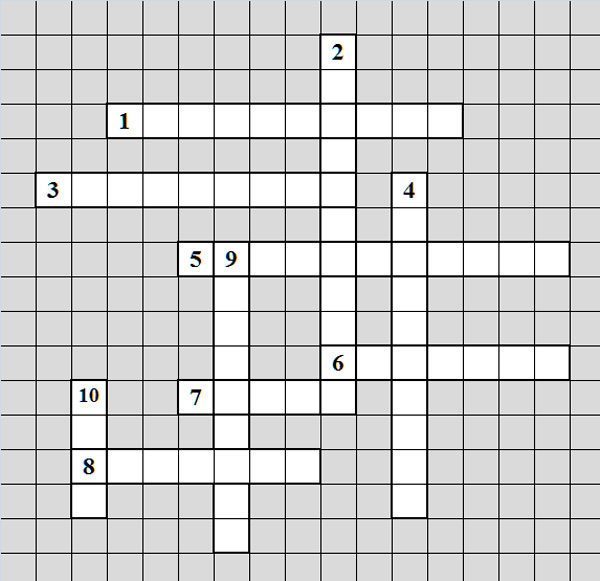
Приложение 2

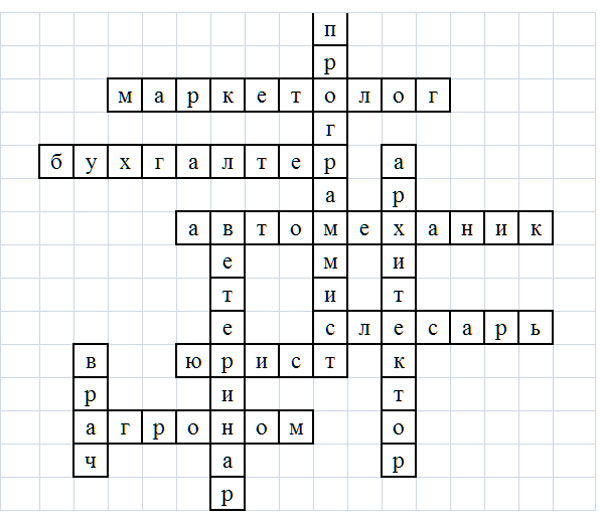
|  |  |
| --- | --- |
| Долгосрочные цели «Что» | |
| К \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ году я достигну следующего:  (впишите дату через 5 лет от настоящего времени) | |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| Долгосрочные цели «Как» | |
| Чтобы достичь этих целей в течение 5 лет, я должен: | |
|  |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
| Долгосрочные цели «Почему» | |
| Я хочу достичь этих целей, потому, что: | |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
| Цели «Что» средней срочности: | |
| К следующему году я добьюсь следующего: | |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
| Цели «Как» средней срочности | |
| Чтобы достичь этих целей в течение следующих 12 месяцев, я должен: | |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
| Цели «Почему» средней срочности | |
| Я хочу достичь этих целей, потому что: | |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
| Краткосрочные цели «Что» | |
| В течение ближайших двух месяцев я достигну следующего: | |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
|  |  |
| Краткосрочные цели «Как» | |
| Чтобы достичь этих целей в течение двух месяцев, я должен: | |
|  |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
|  |  |
| 5 |  |
| Краткосрочные цели «Почему» | |
| Я хочу достичь этих целей в течение двух месяцев, потому что: | |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |

Приложение 3



Приложение 4





**Список использованных источников:**

* + 1. Болушевский С. 100 научных опытов для детей и взрослых в комнате, на кухне, на даче/ ООО «Айдиономикс», 2015
    2. Истратова О.Н., Эксакусто Т. В. Психодиагностика. Коллекция лучших тестов. - Ростов-на-дону, 2015.
    3. Кипнис М.Ш., Большая книга лучших игр и упражнений для любого тренинга. М., 2016.
    4. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения– СПб.: Академия, 2004.
    5. Лидерс А.Г., Психологический тренинг с подростками. М., 2003.
    6. Практическая психология в тестах, или как научится понимать себя и других. Составители Римская. Р. , Римский С. – М., 2003.
    7. Прихожан А. М., Толстых Н. Н., Психология сиротства. М., 2007.
    8. Профориентационная работа в общеобразовательных учреждениях: Сборник методических материалов. Сост.: Н.С.Сомова, Л.А.Ибрагимова, Г.А.Петрова –

Нижневартовск, 2013.

9. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы/) Москва: Вако, 2005.

10. Резапкина Г. В., Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. М.,2017.

http://www.b17.ru/

11. <http://enpsy.narod.ru/>

12. <https://infourok.ru/>

1. <http://navigatum.ru>
2. https://piter-trening.ru/
3. <http://www.psychologos.ru>
4. <http://ru.laser.ru/>
5. <http://swoman.com.ua>
6. http://testoteka.narod.ru/
7. <http://trepsy.net>
8. <https://урок.рф/library/>

1. http://enpsy.narod.ru/games/znakom.htm [↑](#footnote-ref-2)
2. Льюис Кэрролл. Приключения Алисы в стране чудес [↑](#footnote-ref-3)
3. Автор: Екатерина Незаметдинова,

   Университет практической психологии. http://www.psychologos.ru [↑](#footnote-ref-4)
4. http://trepsy.net/prof/stat.php?stat=119 [↑](#footnote-ref-5)
5. http://www.b17.ru/article/mentalniekarti/ [↑](#footnote-ref-6)
6. https://infourok.ru/trening-po-psihologii-postanovka-celey-1028775.html [↑](#footnote-ref-7)
7. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы/) Москва: Вако, 2005. - 288 с [↑](#footnote-ref-8)
8. http://ru.laser.ru/authors/meged\_ovcharov/42.htm [↑](#footnote-ref-9)
9. http://swoman.com.ua [↑](#footnote-ref-10)
10. Сергей Болушевский

    100 научных опытов для детей и взрослых в комнате, на кухне, на даче/ ООО «Айдиономикс», 2015 [↑](#footnote-ref-11)
11. http://azps.ru/training/45.html [↑](#footnote-ref-12)
12. http://testoteka.narod.ru/prof/1/12.html [↑](#footnote-ref-13)
13. https://infourok.ru/ [↑](#footnote-ref-14)
14. Психология профессионального самоопределения. Климов Е.А. М.: Академия, 2004 - 304 с. [↑](#footnote-ref-15)
15. navigatum.ru [↑](#footnote-ref-16)
16. https://урок.рф/library/ [↑](#footnote-ref-17)
17. https://урок.рф/library/ [↑](#footnote-ref-18)
18. https://studopedia.ru [↑](#footnote-ref-19)
19. https://piter-trening.ru/uprazhnenie-dlya-treninga-prismotris/ [↑](#footnote-ref-20)
20. http://testoteka.narod.ru/prof/1/06.html [↑](#footnote-ref-21)
21. http://trepsy.net/kommunikat/stat.php?stat=3283 [↑](#footnote-ref-22)