

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБРАТЬ ПРОФЕССИЮ



*ГОУ ДО «Кемеровский областной центр
профессиональной ориентации
молодежи»*



ВЫБОР ПРОФЕССИИ

СЕРЬЕЗНЫЙ ШАГ,
ОТ КОТОРОГО ЗАВИСИТ ВАША СУДЬБА





На сегодняшний день существует более двадцати тысяч профессий, и каждая предъявляет определенные требования к человеку. Одни профессии требуют от человека силы и ловкости, другие – ума и аккуратности, третьи – общительности и сдержанности.

Чтобы было легче ориентироваться в этом многообразии профессий их объединили в группы по различным типам и классам.

Тип профессии указывает на то, с чем человеку приходится иметь дело в процессе своей деятельности.

А класс профессий говорит о степени сложности и требуемой квалификации человека.





ПО ХАРАКТЕРУ ТРУДА ВЫДЕЛЯЮТ ДВА КЛАССА ПРОФЕССИЙ

А) **Профессии исполнительного класса** связаны с выполнением решений, работой по заданному образцу, соблюдением имеющихся правил и нормативов, следованием инструкциям, стереотипным подходом к решению проблем. В большинстве случаев профессии этого класса не требуют высшего образования.

Б) **Профессии творческого класса** связаны с анализом, исследованием, испытанием, контролем, планированием, организацией и управлением, конструированием, проектированием, разработкой новых образцов, принятием нестандартных решений, требуют независимого и оригинального мышления и, как правило, высшего образования.



ПО ПРЕДМЕТУ ТРУДА ВЫДЕЛЯЮТ ПЯТЬ ТИПОВ ПРОФЕССИЙ

человек-техника

человек-человек

человек-природа

человек-знаковая система

человек-художественный образ





ЧЕЛОВЕК-ТЕХНИКА



- Профессии, связанные с добычей грунтов, горных пород
- Профессии по обработке и использованию неметаллических промышленных материалов, изделий, полуфабрикатов
- Профессии по ремонту, наладке, обслуживанию механического оборудования, технологических машин, установок, транспортных средств
- Профессии по монтажу, ремонту зданий, сооружений, конструкций
- Профессии, связанные с применением подъемных, транспортных средств, управлением ими
- Профессии по переработке продуктов сельского хозяйства



ЧЕЛОВЕК-ЧЕЛОВЕК



- Профессии, связанные с управлением производством, руководством коллективами
- Профессии, связанные с обучением и воспитанием людей, организацией детских коллективов, профессиональной подготовкой
- Профессии, связанные с материально-бытовым, торговым обслуживанием людей
- Профессии, связанные с информационно-художественным обслуживанием людей и руководством художественными коллективами
- Профессии, связанные с медицинским обслуживанием людей



ЧЕЛОВЕК-ПРИРОДА

- Профессии, связанные с изучением живой и неживой природы
- Профессии, связанные с уходом за растениями и животными
- Профессии, связанные с профилактикой и лечением заболеваний у растений и животных.





ЧЕЛОВЕК-ЗНАКОВАЯ СИСТЕМА

- Профессии, труд в которых направлен на создание и оформление документов (на родном или иностранном языке), делопроизводство, анализ текстов или их преобразование, перекодирование
- Профессии, труд в которых направлен на числа, количественные соотношения
- Профессии, труд в которых направлен на системы условных знаков, схематические отображения объектов





ЧЕЛОВЕК- ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ОБРАЗ

- Профессии, связанные с изобразительной деятельностью.
- Профессии, связанные с музыкальной деятельностью.
- Профессии, связанные с литературно-художественной деятельностью.
- Профессии, связанные с актерско-сценической деятельностью.





ОШИБКИ ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ

ОТНОШЕНИЕ К ВЫБОРУ ПРОФЕССИИ КАК К НЕИЗМЕННОМУ

1



БУДЬТЕ ГОТОВЫ:

- РЕГУЛЯРНО ПОВЫШАТЬ КВАЛИФИКАЦИЮ
- ОСВАИВАТЬ СМЕЖНЫЕ СПЕЦИАЛЬНОСТИ



БЫТУЮЩЕЕ МНЕНИЕ О ПРЕСТИЖНОСТИ ПРОФЕССИИ

2

**ДОЛЖНЫ УЧИТЫВАТЬСЯ ВАШИ ИНТЕРЕСЫ
И СПОСОБНОСТИ, А НЕ ПРЕСТИЖ
ПРОФЕССИИ**



**ИНАЧЕ БУДЕТЕ ВЛАДЕТЬ МОДНОЙ, НО НЕ
ПРИНОСЯЩЕЙ УДОВОЛЬСТВИЕ ПРОФЕССИЕЙ
ТАК ЖЕ НАДО ЗНАТЬ, ЧТО ОБЩЕСТВЕННОЕ ПРИЗНАНИЕ
ПРОФЕССИЙ СУЩЕСТВЕННО МЕНЯЕТСЯ СО
ВРЕМЕНЕМ. И МНОГИЕ ИЗ ТЕХ, КТО ОРИЕНТИРОВАЛСЯ
ТОЛЬКО НА ПРЕСТИЖНОСТЬ ПРОФЕССИИ, ОСТАЛИСЬ
БЕЗ РАБОТЫ**





ВЫБОР ПРОФЕССИИ ПОД ВЛИЯНИЕМ РОДИТЕЛЕЙ, ДРУЗЕЙ



Родители

3



Друзья

**СТАРАЙТЕСЬ ПОНЯТЬ СОБСТВЕННЫЕ
ЖЕЛАНИЯ И ИНТЕРЕСЫ**



4

**ПЕРЕНОС ОТНОШЕНИЯ К ЧЕЛОВЕКУ,
ПРЕДСТАВИТЕЛЮ ТОЙ ИЛИ ИНОЙ
ПРОФЕССИИ, НА САМУ ПРОФЕССИЮ**



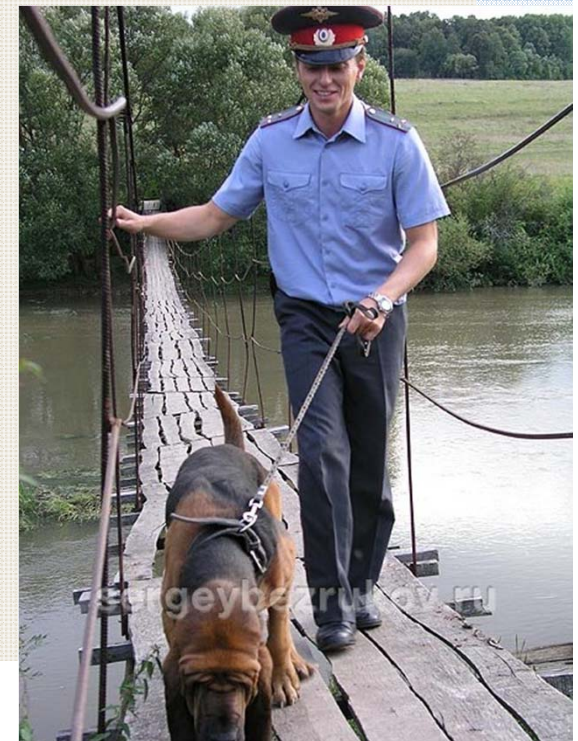
**НЕ ВЫБИРАЙТЕ ПРОФЕССИЮ ТОЛЬКО
ПОТОМУ, ЧТО ВАМ НРАВИТСЯ ИЛИ
НЕ НРАВИТСЯ ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ
ЗАНИМАЕТСЯ ДАННЫМ ВИДОМ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**



5

УВЛЕЧЕНИЕ ТОЛЬКО ВНЕШНЕЙ ИЛИ КАКОЙ-НИБУДЬ ЧАСТНОЙ СТОРОНОЙ ПРОФЕССИИ

**ЗА ЛЕГКОСТЬЮ,
С КОТОРОЙ АКТЕР
СОЗДАЕТ НА СЦЕНЕ ОБРАЗ,
СТОИТ НАПРЯЖЕННЫЙ
БУДНИЧНЫЙ ДЕНЬ**





6

НЕДООЦЕНКА СВОИХ ФИЗИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СУЩЕСТВЕННЫХ ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ

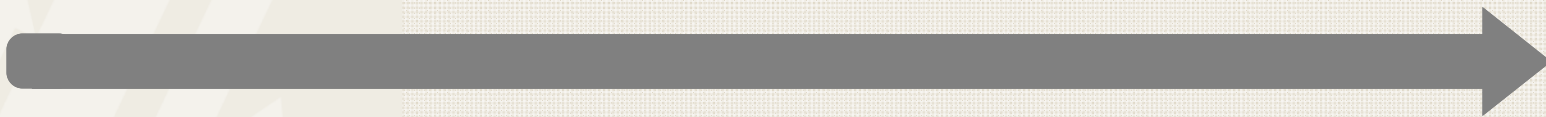
**СУЩЕСТВУЮТ ПРОФЕССИИ, КОТОРЫЕ
МОГУТ БЫТЬ ПРОТИВОПОКАЗАНЫ,
ТАК КАК ОНИ МОГУТ УХУДШИТЬ
СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ**





КРИТЕРИИ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

1. Определить каковы ваши профессиональные интересы и склонности — **«Я ХОЧУ»**
2. Оценить ваши профессионально важные качества: здоровье, способности, возможности — **«Я МОГУ»**
3. Узнать, какие профессии пользуются спросом у работодателей — **«НАДО»**



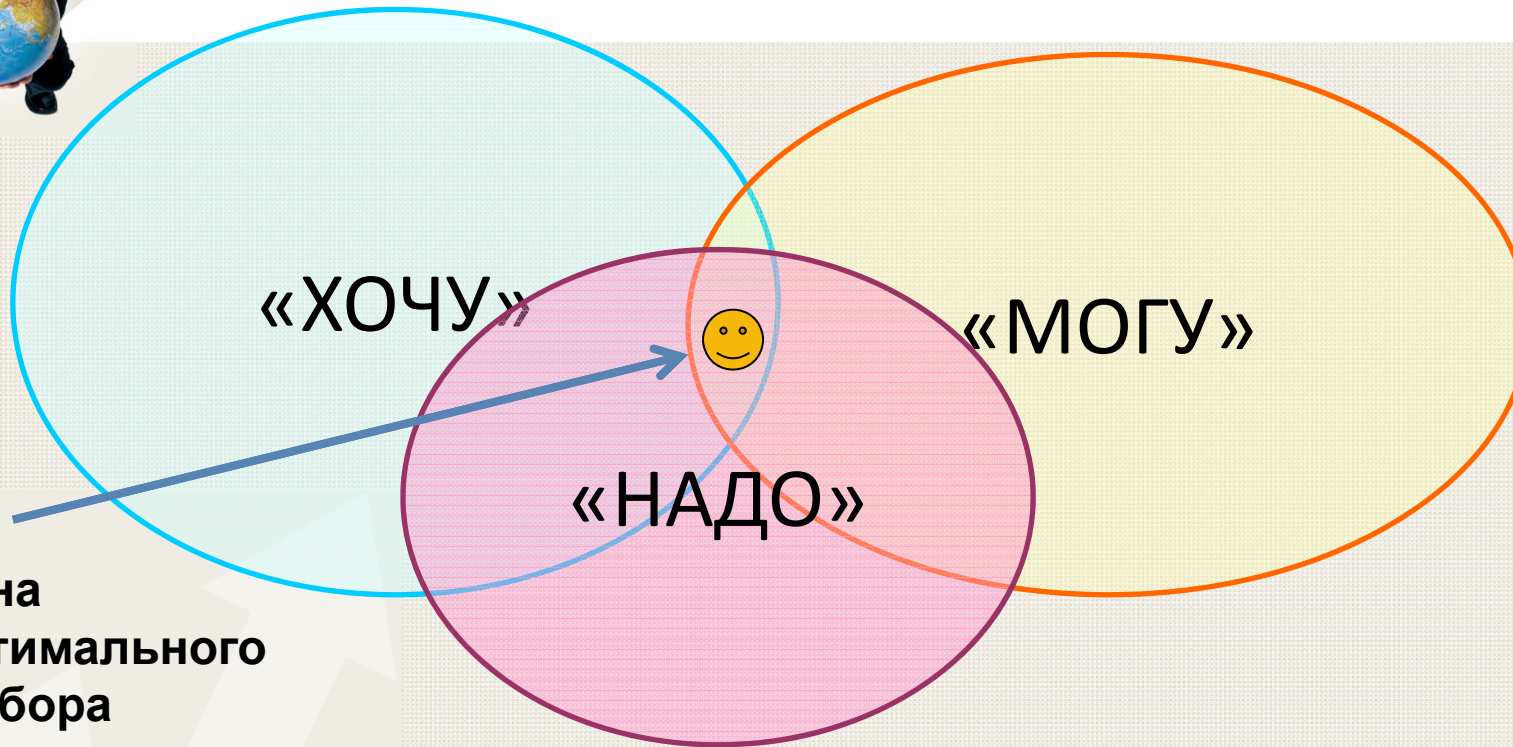


ПРОФЕССИЯ ДОЛЖНА БЫТЬ:

- ◆ **ИНТЕРЕСНОЙ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОЙ**
- ◆ **СООТВЕТСТВОВАТЬ СПОСОБНОСТЯМ**
- ◆ **ПОЛЬЗОВАТЬСЯ СПРОСОМ НА РЫНКЕ ТРУДА**



ЕСЛИ СОВМЕСТИТЬ



**ВАШ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ВЫБОР
БУДЕТ УДАЧНЫМ**





Профильное обучение

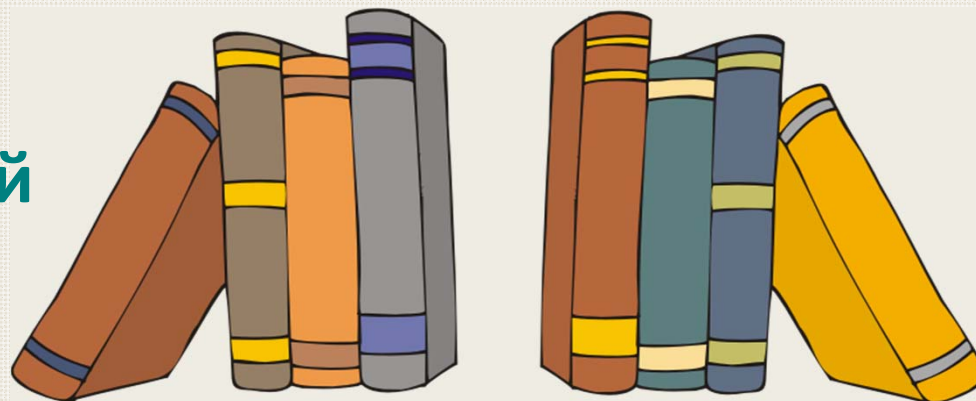
ориентировано на создание возможностей для продолжения образования в соответствии с твоими интересами, склонностями и для самоопределения в выборе будущей профессии.





Основные профили обучения

- физико-математический
- физико-химический
- биолого-географический
- информационно-технологический
- агротехнологический
- индустриально-технологический
- химико-биологический
- филологический
- социально-гуманитарный
- художественно-эстетический
- оборонно-спортивный
- социально-экономический

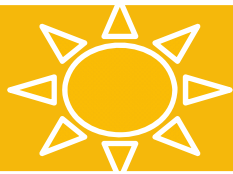




Каждому старшекласснику необходимо знать:



какие профили обучения есть в твоей школе и других школах города



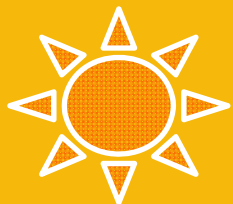
какие предметы и курсы будут преподаваться в профильных классах



возможности и перспективы выбранного тобой профиля обучения



профессии, специальности и сферы профессиональной деятельности (в том числе и новые современные профессии)



образовательные учреждения профессионального образования, где можно получить интересующую тебя профессию



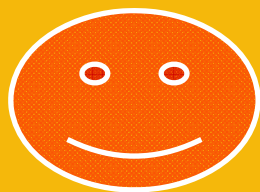
Каждому старшекласснику необходимо:



активно включиться в **процесс самопознания** (узнать о своих интересах, способностях, возможностях и т.д.)



попробовать свои силы в различных видах деятельности, узнать, что лучше всего у тебя получается (профильные пробы, работа в кружках, секциях, студиях и т.д.)

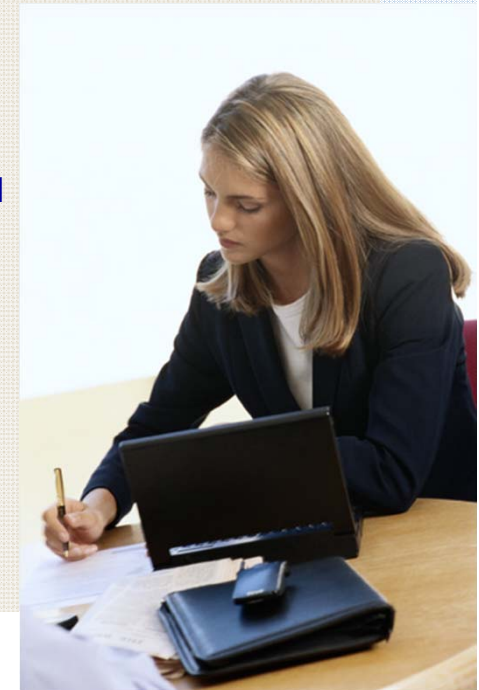


комплектовать портфолио – архив своих учебных, творческих, спортивных и других достижений



Формирование профессионального здоровья начинается с профессионального самоопределения человека

Выбор будущей профессии - это выбор такого трудового пути в общественно необходимой профессии, работа по которой будет протекать при минимальном напряжении основных функциональных систем организма. Профессия должна выбираться с учетом особенностей заболевания, его прогноза, склонностей и способностей человека с ограниченными возможностями здоровья.





Практически все профессии предъявляют свои требования к здоровью человека. **Четыре группы** особенностей, которые обязательно учитываются :

координация движений, сила и мышечная выносливость



двигательные:

свойства мышления, внимания и памяти



Интеллектуальные:

зрение, слух, обоняние, осязание, вкус



Аналитические:

сила, подвижность, уравновешенность нервной системы



нервно-психические:

4 группы



Главное правило, которое нужно помнить, оценивая свою пригодность по состоянию здоровья, следующее:

**ослабленный недугом орган
не должен подвергаться особым нагрузкам!**

Например, известно, что официанту, парикмахеру, продавцу, леснику, топографу, геологу много времени в течение рабочего дня приходится проводить на ногах, в походных условиях нести на своих плечах приборы или продукты. Эти профессии лучше не планировать ребятам, имеющим плоскостопие, значительное нарушение осанки.

Ребятам с хроническими заболеваниями желудка противопоказаны работы, где трудно соблюдать режим приема пищи, наладить диетическое питание: работа с частыми командировками, разъездами по городу, эмоциональными перегрузками



Для тех, кто имеет отклонения в состоянии сердечно-сосудистой системы (заболевания сердца, юношеская гипертония и др.), важно, чтобы условия труда не требовали значительного физического или нервно-эмоционального напряжения, которое возникает, например, при аварийных ситуациях, повышенной опасности, высокой ответственности за последствия решений.



При хронических заболеваниях органов дыхания противопоказана работа в неблагоприятных метеорологических условиях с присутствием в воздухе пыли и токсических (вредных) веществ.



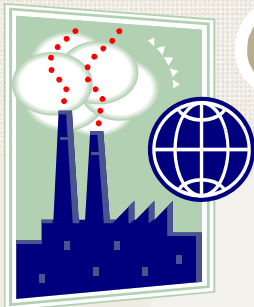
Если у Вас ослабленное зрение, следует учитывать, требует ли профессия остроты зрения, как это нужно оптикам, сборщикам полупроводниковых приборов, корректорам, чертежникам, картографам; или необходимо хорошее различие цветов: дизайнеры, водительские профессии, фотографы и пр.

Есть профессии, например, повара, на обучение которым не примут, если приходится носить очки.



Кто отвечает за здоровье человека?

Состояние окружающей среды



Медицинское обслуживание



Генетическая предрасположенность



Условия и образ жизни

