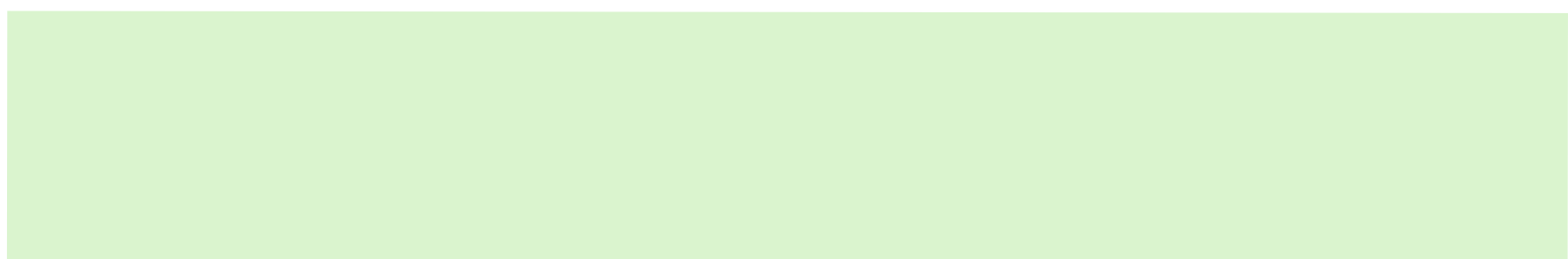
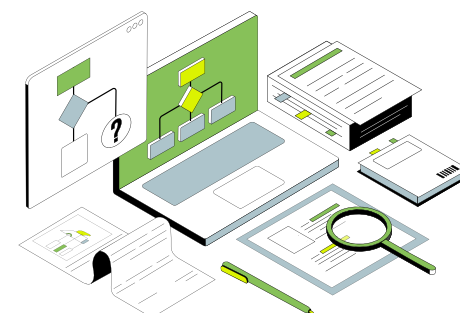


# Дневник профессионального самоопределения

Фамилия \_\_\_\_\_

Имя \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_



Приветствую тебя, дорогой друг!

Это твой дневник профессионального самоопределения. Он создан специально для того, чтобы помогать тебе открывать новые увлечения, узнавать о разных профессиях и лучше понимать себя. С помощью этого дневника ты сможешь:

Узнать больше о себе. Ты будешь записывать свои интересы, мечты и желания. Это поможет понять, какие занятия приносят радость, а к чему у тебя есть способности.

Исследовать мир профессий. Здесь ты найдешь информацию о различных профессиях, их особенностях и требованиях. Возможно, среди них окажется та самая работа, которая будет приносить удовольствие каждый день.

Развивать навыки. Ты будешь участвовать в профессиональных пробах. Будешь посещать интересные экскурсии и выставки.

### Как пользоваться дневником?

1. Заполняй его регулярно. Чем чаще ты будешь делать записи, тем больше пользы принесёт этот дневник.
2. Пиши честно. Никто не будет оценивать твои ответы. Главное – это то, что думаешь и чувствуешь именно ты.
3. Не бойся ошибок. Если что-то пошло не так или ты сделал ошибку – ничего страшного! Ошибки помогают учиться новому.
4. Обсуждай свои мысли и планы с близкими людьми. Родители, друзья или учителя могут дать полезные советы и поддержать тебя на пути к твоим целям.

Дневник станет твоим верным помощником в поиске своего места в этом большом мире. Пусть он поможет тебе найти своё призвание и достичь успеха!



Обо мне

# Что я знаю о себе?

Моё имя

Мои качества

✓

✓

✓

✓

✓

✓

Мои увлечения





# ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ

# Анкета

1. Какое занятие тебе больше всего нравится? (выбери одно):

- играть в игры
- рисовать
- помогать родителям готовить еду
- убирать комнату
- слушать музыку

2. Какие предметы в школе тебе нравятся больше всего? (выбери до трёх):

- математика
- чтение
- труд (технология)
- основы социальной жизни
- биология
- физкультура

3. Если бы у тебя была возможность выбрать работу, чем бы ты хотел заниматься? (выбери одно):

- шить или заниматься рукоделием
- делать деревянные изделия
- готовить еду
- ухаживать за растениями
- заниматься спортом
- развлекать людей (например, клоун)

4. С кем ты предпочитаешь проводить время? (выбери одно):

- в одиночку
- с друзьями
- со взрослыми

5. Какой вид деятельности тебе легче даётся? (выбери одно):

- работа руками (например, лепка, рисование)
- умственная работа (например, решение задач)
- физическая активность (например, спорт)

6. Есть ли у тебя хобби? Если да, то какое?

---

7. Представь себе будущее. Какую профессию ты бы выбрал? (можно выбрать несколько вариантов)

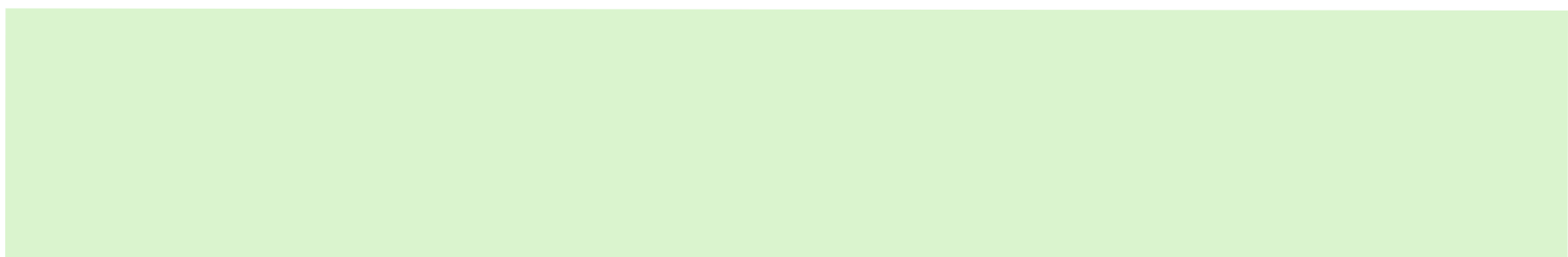
- повар
- садовник
- столяр
- спортсмен
- швея / портной

Напиши, что тебе больше всего нравится в выбранной профессии.

---

---

---






# ИНФОРМАЦИОННЫЙ МОДУЛЬ





## Профессиональные предпочтения


## Классификация профессий

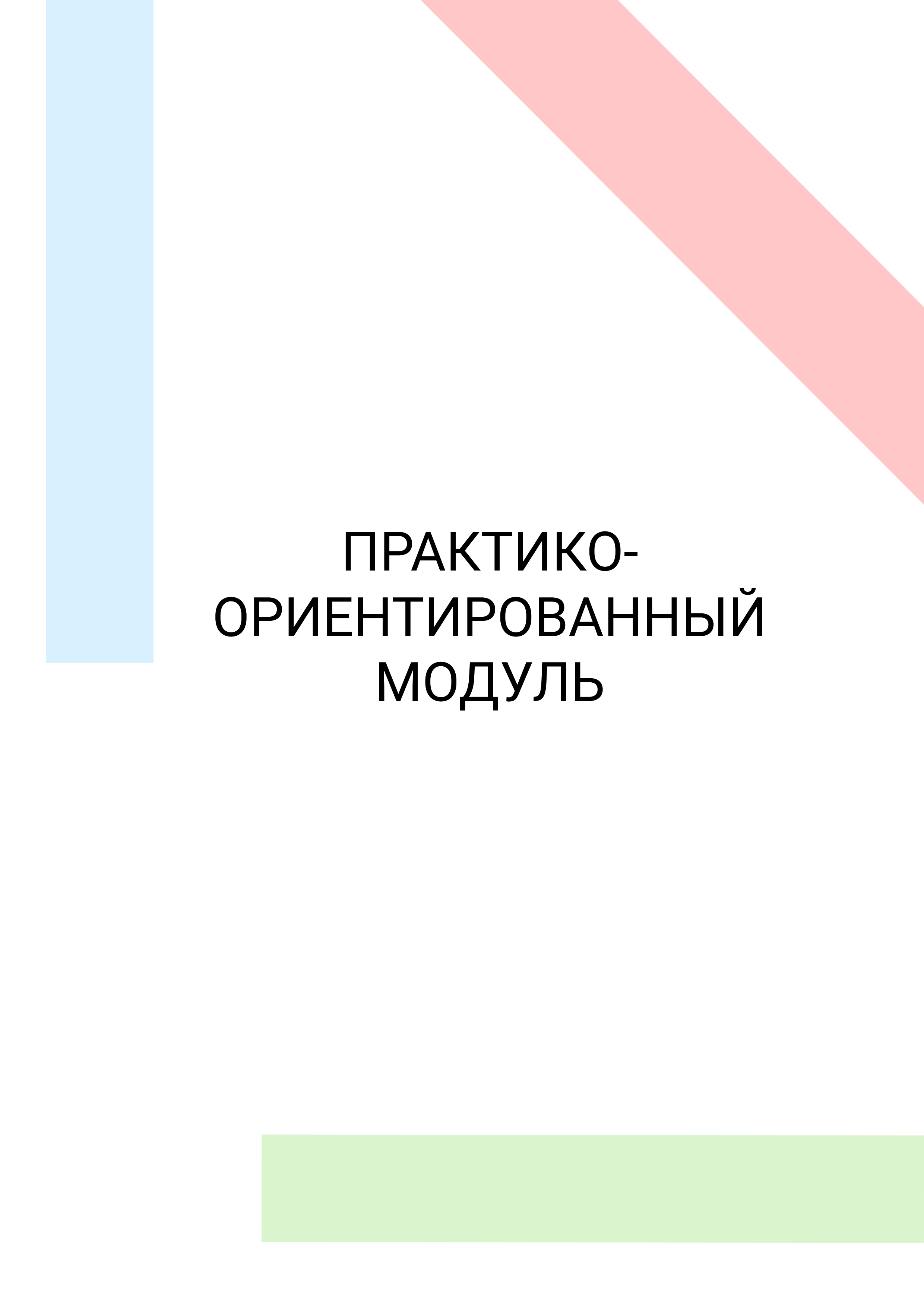


 **Человек - живая природа.** Это значит, что человек работает с природой. Он ухаживает за растениями и животными. Например, садовник выращивает цветы и деревья, а фермер заботится о животных и растениях на ферме.

 **Человек - техника (неживая природа).** Люди работают с вещами, которые не живые. Например, строители строят дома, столяр делает деревянные изделия.

 **Человек - человек.** Это значит, что человек работает с другими людьми. Он помогает им, делает что-то для них. Например, продавец продаёт товары людям, а мастер маникюра делает красивые ногти.

 **Человек - художественный образ.** Эти люди работают с искусством и творчеством. Они создают красивые вещи, рисуют картины, играют на музыкальных инструментах.



# ПРАКТИКО- ОРИЕНТИРОВАННЫЙ МОДУЛЬ

# Анкета участника профессиональной пробы

Проба по профессии (специальности) \_\_\_\_\_

1. Тебе понравилось участвовать в профессиональной пробе? Выбери ответ

Да Нет Затрудняюсь ответить Другой ответ \_\_\_\_\_

2. Что ты узнал о профессии:  
Чем занимается этот специалист?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Каковы условия труда, где работает?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Какие качества требуются для работы?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Какие имеются ограничения по работе?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Захотелось ли тебе выбрать такую профессию? Выбери ответ

Да Нет Затрудняюсь ответить Другой ответ \_\_\_\_\_

Пригодится ли Вам полученный опыт в жизни? Выбери ответ

Да Нет Затрудняюсь ответить Другой ответ \_\_\_\_\_





# ПРОЕКТНЫЙ МОДУЛЬ

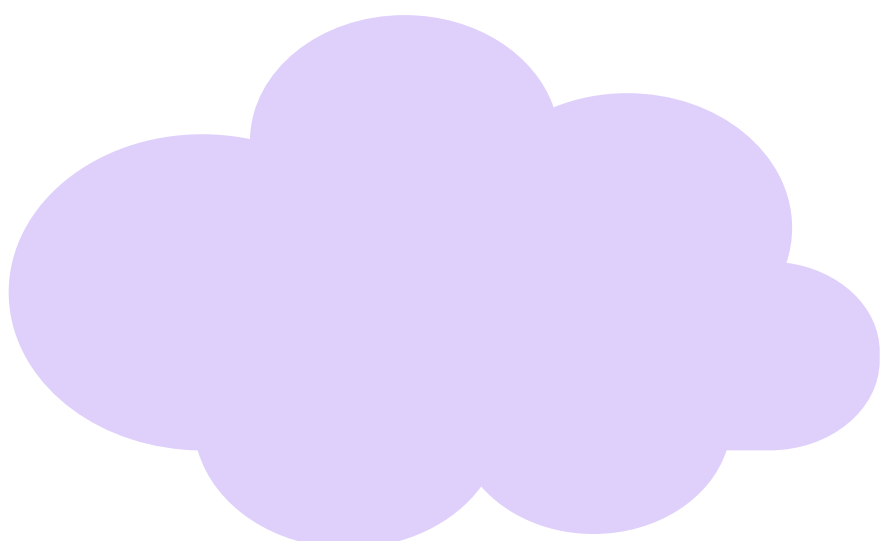




# МОДУЛЬ РЕФЛЕКСИИ



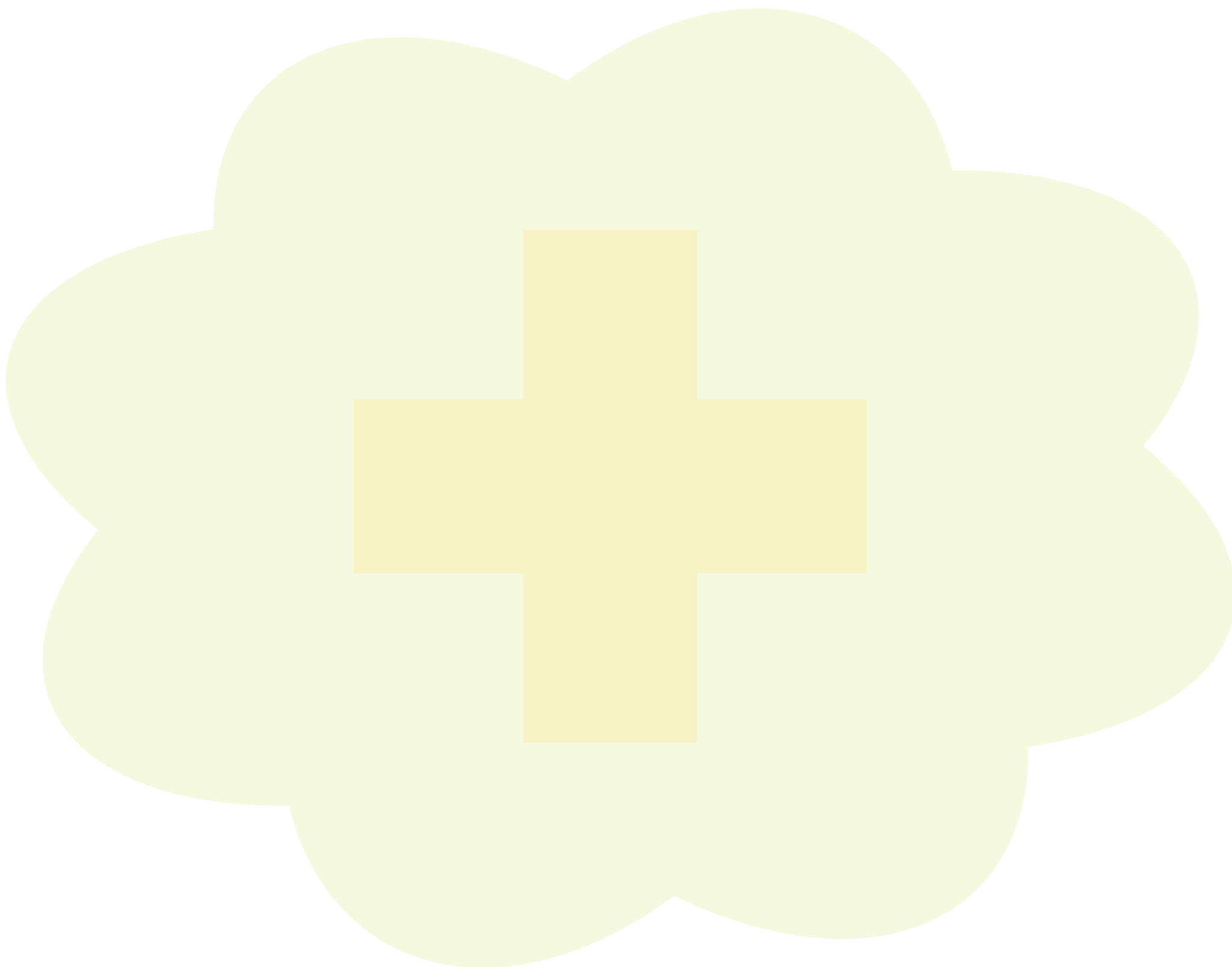
# Мои мысли



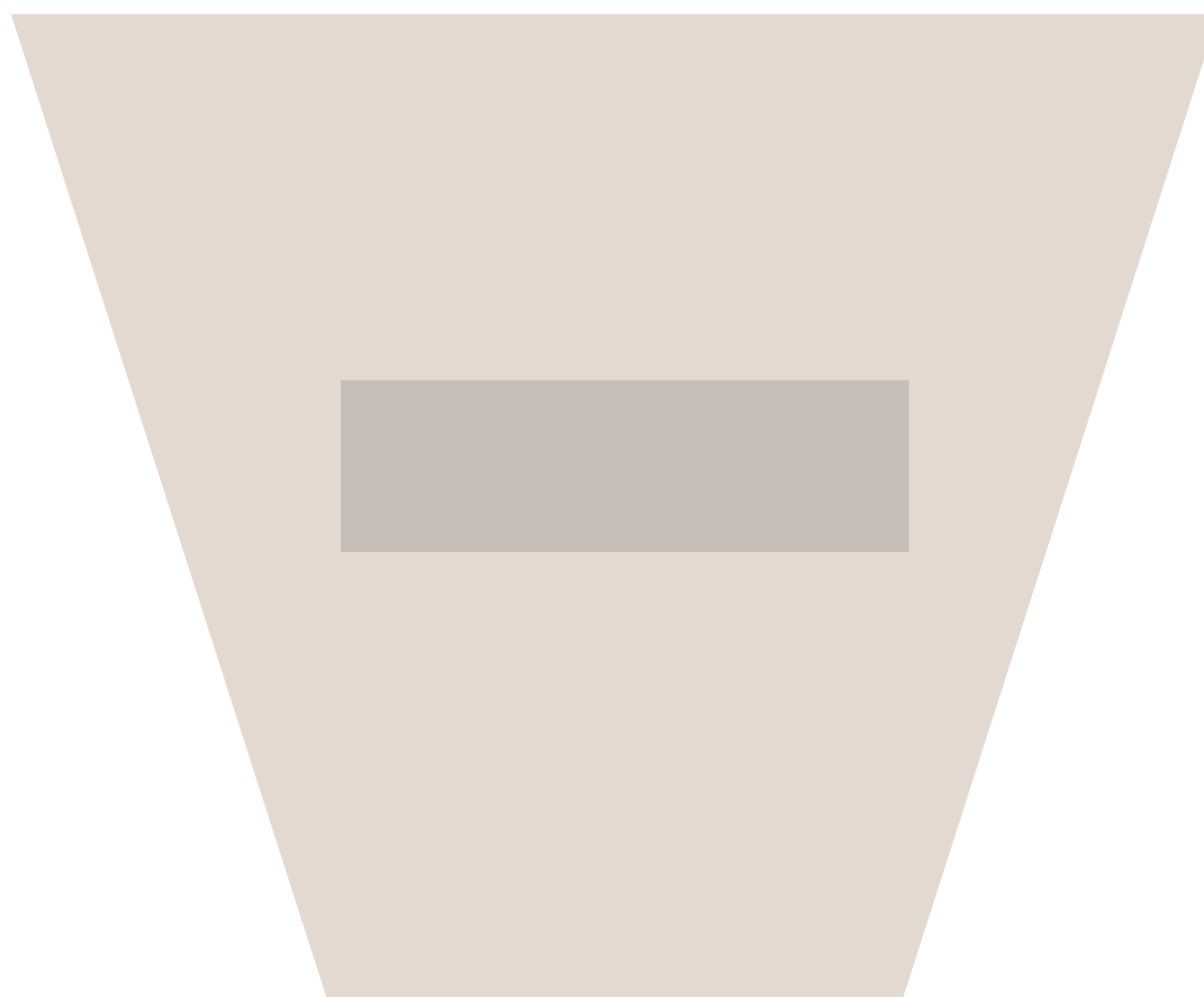


# Мои чувства

Мои положительные чувства



Мои отрицательные чувства







# Мои впечатления

