

## **Разработка классного часа для старшеклассников «Склонности и интересы в выборе профессии»**

**Цель:** Определить интересы старшеклассников.

**Форма:** Психологический практикум.

**Участники:** Учащиеся класса, классный руководитель или психолог.

**Оборудование:** Опросник, бланки для заполнения, ручки, карандаши.

### **Ход классного часа**

#### **Вступительное слово учителя**

Для правильного выбора профессии необходимо представлять себе те требования, которые она предъявляет к человеку, а также знать свои индивидуально-психологические особенности, чтобы соотнести их с этими требованиями.

Значение интересов в жизни человека велико: они побуждают овладевать знаниями, расширять кругозор, помогают преодолевать препятствия. Интересы различаются по содержанию (музыкальные, технические), широте (разносторонние или узкие, направленные только на один предмет или одну его сторону), глубине (глубокие или поверхностные), длительности (устойчивые или неустойчивые). Интересы могут переходить в склонности — стремление заниматься определенной деятельностью. Между интересом и склонностью много общего, но есть и различие. Как вы думаете, какое?

Интересы выражаются формулой «хочу все знать», а склонности — «хочу делать».

Учащимся предлагается выполнить тест, с помощью которого они смогут выявить свои интересы и определить степень их устойчивости.

Для этого всем раздаются бланки ответов и опросники (карта интересов А.Е. Голомштока), дается инструкция:

«У вас есть возможность продолжить учебу или поступить на интересную работу. Для того, чтобы помочь вам выбрать профессию, предлагаем перечень вопросов. Подумайте, перед тем как ответить на каждый вопрос, постарайтесь дать как можно более точный ответ. Если вы не раз убеждались, что очень любите или вам очень нравится то, о чем мы вас спрашиваем, то в листе ответов под тем же номером, что и номер вопроса, поставьте два плюса если просто нравится (любите) — один плюс; если не знаете, сомневаетесь — ноль; если не нравится (не любите) — минус; если очень не нравится — два минуса.

*Отвечайте на каждый пункт, не пропуская ни одного».*

#### **Карта интересов А.Е. Голомштока**

Любите ли вы (нравится ли вам, хотели бы вы) ...

1. Знакомиться с жизнью растений или животных?
2. Уроки географии, чтение учебника по географии?
3. Читать художественную или научно-популярную литературу о геологических экспедициях?
4. Уроки и учебник анатомии и физиологии человека?
5. Уроки домоводства (технологии) и домашние задания по домоводству?
6. Читать научно-популярную литературу о физических открытиях, о жизни и деятельности выдающихся физиков?
7. Читать об открытиях в химии или о жизни и деятельности выдающихся химиков?
8. Читать технические журналы («Техника молодежи», «Юный техник» и др.)?
9. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области электротехники и радиоэлектроники?

10. Знакомиться с различными металлами и их свойствами?
11. Узнавать о разных породах древесины и об их практическом применении?
12. Узнавать о достижениях в области строительства?
13. Читать книги, смотреть фильмы о водителях различных видов транспорта (авто-, железнодорожного и др.)?
14. Читать книги, смотреть фильмы о летчиках, космонавтах?
15. Знакомиться с военной техникой, встречаться с участниками Великой Отечественной и Гражданской войн?
16. Читать книги об исторических событиях и исторических деятелях?
17. Читать классиков отечественной и зарубежной литературы?
18. Читать и обсуждать газетно-журнальные статьи и очерки?
19. Обсуждать текущие дела, события в классе и в школе?
20. Читать книги о жизни школы (о работе воспитателя, учителя).
21. Читать книги, смотреть фильмы о работе милиции?
22. Заботиться о порядке в вещах, о красивом виде помещения, в котором учитесь, живете, работаете?
23. Читать книги типа «Занимательная математика» или «Математический досуг»?
24. Изучать экономическую географию?
25. Заниматься иностранным языком?
26. Знакомиться с жизнью выдающихся художников, с историей развития изобразительного искусства?
27. Знакомиться с жизнью выдающихся мастеров сцены и кино, встречаться с артистами, коллекционировать их фотографии?
28. Знакомиться с жизнью и творчеством выдающихся музыкантов, с вопросами теории музыкального искусства?
29. Читать спортивные газеты, журналы, книги о спорте и выдающихся спортсменах?
30. Изучать ботанику, зоологию, биологию?
31. Знакомиться с различными странами по описаниям и географическим картам?
32. Читать о жизни и деятельности знаменитых геологов?
33. Читать о том, как люди научились бороться с болезнями, о врачах и достижениях в области медицины?
34. Посещать с экскурсией предприятия легкой промышленности (швейное, обувное, текстильное и др.)?
35. Читать книги типа «Занимательная физика», «Физики шутят»?
36. Находить химические явления в природе, проводить опыты по химии, следить за ходом химических явлений?
37. Знакомиться с новейшими достижениями современной техники (слушать и смотреть радио- и телепередачи, искать статьи в газетах)?
38. Посещать радиотехнический кружок или знакомиться с работой электрика?
39. Знакомиться с различными измерительными инструментами (для металлообработки) и работать с ними?
40. Наблюдать за изготовлением изделий из дерева, рассматривать новые образцы мебели?
41. Встречаться со строителями, наблюдать за их работой?
42. Читать популярную литературу о средствах и правилах передвижения?
43. Читать книги, смотреть фильмы о речниках, моряках?

44. Читать книги, смотреть фильмы на военные темы, знакомиться с историей войн, крупных сражений и судьбой выдающихся полководцев?
45. Обсуждать текущие политические события у нас и за рубежом?
46. Изучать биографии писателей, творческие лаборатории авторов?
47. Слушать радио- и теленовости, смотреть тематические телепередачи?
48. Узнавать о событиях, происходящих в городе, республике, стране?
49. Давать объяснения товарищам, как выполнять учебное задание, если они не могут его сделать?
50. Справедливо рассудить поступок друга, знакомого или литературного героя?
51. Обеспечивать семью продуктами, организовывать питание всех во время похода?
52. Читать научно-популярную литературу об открытиях в математике, о жизни и деятельности выдающихся математиков?
53. Интересоваться в печати за ходом выполнения плана народного хозяйства?
54. Читать художественную литературу на иностранном языке?
55. Быть членом редколлегии, заниматься художественным оформлением газет?
56. Посещать драматический театр или театр юного зрителя?
57. Слушать оперную и симфоническую музыку?
58. Посещать спортивные соревнования, слушать и смотреть радио- и телепередачи?
59. Посещать биологический кружок?
60. Заниматься в географическом кружке, изучать природу и жизнь родного края?
61. Составлять и собирать описания, изображения геологических объектов (минералов, слоев земли и т.п.)?
62. Изучать функции организма человека, причины возникновения болезней и пути их лечения?
63. Посещать кружок кулинарии, готовить дома обед?
64. Проводить опыты по физике?
65. Готовить растворы, взвешивать реактивы?
66. Разбирать и ремонтировать, собирать различные механизмы (часы, утюг, велосипед, швейную машинку и пр.)?
67. Пользоваться точными измерительными приборами (вольтметром, амперметром, осциллографом и пр.) и производить расчеты?
68. Мастерить различные детали и предметы из металла?
69. Собирать различные образцы древесины или художественно обрабатывать дерево (выпиливать, выжигать, вырезать, полировать и пр.)?
70. Набрасывать строительный эскиз или выполнять чертежи различных построек?
71. Посещать кружок юных железнодорожников, юных автолюбителей?
72. Участвовать в секции парашютистов, в кружке авиамоделлистов или работе авiakлуба?
73. Заниматься в стрелковой секции?
74. Изучать историю возникновения различных народов и государств?
75. Писать классные и домашние сочинения по литературе?
76. Наблюдать за поступками, поведением и жизнью других людей, анализировать явления и события жизни?
77. Выполнять общественную работу (организовывать, спланировать товарищам на какое-нибудь дело)?
78. Проводить время с маленькими детьми (читать им книги, что-либо им рассказывать, помогать им в чем-либо)?

79. Устанавливать дисциплину среди сверстников или младших?
80. Наблюдать за работой продавца, повара официанта?
81. Заниматься в математическом кружке?
82. Изучать вопросы развития промышленности, узнавать о новых достижениях в области планирования и учета на промышленном предприятии?
83. Работать с иностранными словарями, разбираться в оборотах речи малознакомого языка?
84. Посещать музеи, художественные выставки?
85. Выступать на сцене перед зрителями?
86. Играть на одном из музыкальных инструментов?
87. Играть в спортивные игры?
88. Наблюдать за ростом и развитием животных и растений, вести записи наблюдений?
89. Самостоятельно составлять географические карты, собирать различные географические материалы?
90. Собирать коллекции минералов, собирать экспонаты для географического музея?
91. Знакомиться с работой медсестры, врача или фармацевта?
92. Посещать кружок кройки и шитья, шить себе и членам семьи?
93. Заниматься в физическом кружке или посещать факультативные занятия по физике?
94. Заниматься в химическом кружке или посещать факультативные занятия по химии?
95. Заниматься в одном из технических кружков (моделировать самолеты, корабли, машины и пр.)?
96. Знакомиться с устройством электроприборов, электроаппаратуры и электрических машин, собирать, конструировать, ремонтировать радиоприборы и радиоаппаратуру?
97. Уроки труда в школьных слесарно-станочных мастерских?
98. Участвовать в кружке «Умелые руки» или в столярном?
99. Бывать на стройке, наблюдать за ходом строительства, за отделочными работами?
100. Контролировать соблюдение правил передвижения пешеходов и водителями транспортных средств?
101. Участвовать в секции гребцов, парусников, аквалангистов, в отряде по спасению утопающих?
102. Участвовать в военизированных играх?
103. Посещать исторические музеи, знакомиться с памятниками культуры народа?
104. Заниматься в литературном кружке, посещать факультативные занятия по литературе или языку?
105. Вести личный дневник?
106. Выступать в классе с сообщениями о международном положении, с беседами и докладами на различные темы?
107. Выполнять работу вожатого?
108. Выяснять причины поведения и поступков людей, которые они хотели бы скрыть?
109. Помогать покупателю в магазине выбирать покупку?
110. Решать сложные задачи по математике?
111. Точно вести подсчеты своих денежных доходов и расходов?
112. Заниматься в иностранном кружке или посещать факультативные занятия?
113. Заниматься в художественном кружке?
114. Участвовать в смотрах художественной самодеятельности?
115. Заниматься в хоре или в одном из музыкальных кружков?

116. Заниматься в какой-либо спортивной секции?
117. Участвовать в биологических олимпиадах или готовить творческие работы?
118. Участвовать в географических экспедициях?
119. Участвовать в геологических экспедициях?
120. Наблюдать и ухаживать за больными, оказывать помощь?
121. Участвовать в выставках кондитерских или кулинарных изделий?
122. Участвовать в физических олимпиадах?
123. Решать сложные задачи по химии? Участвовать в химических олимпиадах?
124. Разбираться в технических чертежах и схемах, чертить или составлять чертежи самому?
125. Разбираться в сложных радиосхемах?
126. Посещать с экскурсией промышленные предприятия, знакомиться с новыми типами станков и оборудования?
127. Мастерить что-нибудь из дерева своими руками?
128. Принимать посильное участие в строительных работах?
129. Принимать посильное участие в обслуживании и ремонте автомобиля, троллейбуса и т.п.?
130. Управлять самолетами гражданской авиации?
131. Жить по жестко установленному режиму, строго выполняя распорядок дня?
132. Заниматься в историческом кружке (собирать материалы, выступать с докладами на исторические темы)?
133. Работать с литературными источниками, справочниками, вести дневник впечатлений о прочитанном?
134. Участвовать в диспутах и читательских конференциях?
135. Подготавливать и проводить конференции или дискотеки, вечера отдыха?
136. Шестовать над трудновоспитуемыми, обсуждать с кем-либо вопросы воспитания детей и подростков?
137. Помогать в работе милиции, быть членом кружка «Юный друг милиции»?
138. Постоянно общаться с разными людьми?
139. Участвовать в математических олимпиадах?
140. Интересоваться стоимостью товаров, пытаться понять вопросы ценообразования, зарплаты, организации труда?
141. Беседовать с товарищем (знакомым) на иностранном языке?
142. Участвовать в выставках изобразительного искусства?
143. Посещать театральный кружок?
144. Участвовать в музыкальных смотрах-конкурсах?
145. Принимать личное или командное участие в спортивных соревнованиях?
146. Коллекционировать растения и заниматься фитодизайном?
147. Произвести топографическую съемку местности?
148. Совершать длительные и трудные походы, во время которых приходится напряженно работать по заданной программе?
149. Работать в больнице, поликлинике, аптеке?
150. Работать специалистом на предприятии легкой или пищевой промышленности (швеей, закройщицей, поваром, технологом и т.п.)?
151. Решать сложные задачи по физике?
152. Работать на химическом производстве или в химической лаборатории?
153. Участвовать в выставках технического творчества.

154. Работать в области электроэнергетики или радиоэлектроники?
155. Работать у станка (в основном стоя), изготавливать различные металлические детали?
156. Выполнять по чертежам столярные или модельные работы?
157. Работать в строительной бригаде?
158. Возить пассажиров или грузы, соблюдать правила уличного движения?
159. Работать в штормовую погоду на большой реке или в открытом море?
160. Работать военным специалистом?
161. Ходить в походы по историческим местам родного края?
162. Писать рассказы, сочинять стихи, басни и т.п.?
163. Писать заметки или очерки в стенгазеты или периодическую печать?
164. Руководить бригадой во время трудового десанта?
165. Организовывать игры и праздники для детей?
166. Работать в юридическом учреждении (в суде, адвокатуре, прокуратуре)?
167. Оказывать людям различные услуги?
168. Выполнять работу, постоянно требующую математические знания?
169. Работать в области экономики планирования или финансирования предприятия народного хозяйства?
170. Участвовать в олимпиадах, конкурсах, конференциях на иностранном языке?
171. Участвовать в выставках изобразительного искусства?
172. Играть на сцене или сниматься в кино?
173. Работать музыкантом, музыкальным режиссером или преподавать музыку?
174. Работать преподавателем физкультуры или тренером?

#### Обработка результатов

В листе ответов в каждой из 29 строк подсчитайте сумму плюсов и сумму минусов. Подсчитайте алгебраическую сумму этих показателей.

**Уровень выраженности интересов определите, сопоставляя значения со шкалой.**

Определяющие качества	Методика	Выборка	Уровень выраженности качества				
			высокий	выше среднего	средний	ниже среднего	низкий
Интересы	А.Е. Голомштока	Мужская Женская	. <8	5-7	1-4	(-5)-0	>(-6)

**29 строкам листа ответов соответствуют следующие интересы:**

- 1) биология,
- 2) география,
- 3) геология,
- 4) медицина,
- 5) легкая и пищевая промышленность,
- 6) физика,
- 7) химия,
- 8) техника,
- 9) электрорадиотехника,
- 10) металлообработка,
- 11) деревообработка,
- 12) строительство,
- 13) транспорт,

- 14) авиация, морское дело,
- 15) военные специалисты,
- 16) история,
- 17) литература,
- 18) журналистика,
- 19) общественная деятельность,
- 20) педагогика,
- 21) право, юриспруденция,
- 22) сфера обслуживания, торговля,
- 23) математика,
- 24) экономика,
- 25) иностранный язык,
- 26) изобразительное искусство,
- 27) сценическое искусство,
- 28) музыка,
- 29) физкультура, спорт.

**Таблица**

Номер вопрос а	Отве т	Номер вопрос а	Отве т	Номер вопрос а	Отве т	Номер вопрос а	Отве т	Номер вопрос а	Отве т	Номер вопрос а	Отве т
1		2		3		4		5		6	
1		30		59		88		117		146	
2		31		60		89		118		147	
3		32		61		90		119		148	
4		33		62		91		120		149	
5		34		63		92		121		150	
6		35		64		93		122		151	
7		36		65		94		123		152	
8		37		66		95		124		153	
9		38		67		96		125		154	
10		39		68		97		126		155	
11		40		69		98		127		156	
12		41		70		99		128		157	
13		42		71		100		129		158	
14		43		72		101		130		159	
15		44		73		102		131		160	
16		45		74		103		132		161	
17		46		75		104		133		162	
18		47		76		105		134		163	
19		48		77		106		135		164	
20		49		78		107		136		165	
21		50		79		108		137		166	
22		51		80		109		138		167	
23		52		81		110		139		168	
24		53		82		111		140		169	

25		54		83		112		141		170	
26		55		84		113		142		171	
27		56		85		114		143		172	
28		57		86		115		144		173	
29		58		87		116		145		174	

**Вот несколько советов, как управлять своими интересами и склонностями:**

1. Препятствие, которое человек должен преодолеть для достижения своей цели, должно быть преодолимым.

2. Постарайтесь вообразить и внутренне настроиться на интересную работу, даже если она таковой не является. То есть измените установку.

3. Одной установки мало. Надо приложить чуть-чуть старания и выполнить работу более тщательно, чем всегда.

4. Сколько же времени нужно, чтобы сформировался устойчивый интерес? Единого мнения на этот счет нет. Однако большинство психологов считают, что не менее трех недель.

5. Интересы и склонности проявляются и формируются только в деятельности, связанной с ними. Поэтому надо не ждать, когда проявится интерес, а активнее включаться в разнообразную деятельность. Именно такое поведение позволит вам выявить и сформировать интересы и склонности.