

Министерство образования Тульской области

**Государственное профессиональное образовательное учреждение
Тульской области «Донской политехнический колледж»**

**Разработка сценария кураторского часа
«Технология моей карьеры»**

для студентов

Автор:

Д.И. Суханова, преподаватель

ГПОУ ТО «ДПК»

2023 г.

Лист согласования

Автор разработки: Суханова Д.И., преподаватель ГПОУ ТО «ДПК»

Рецензент:

О.А. Евтехова, зам. директора по У и НМР ГПОУ ТО «ДПК»

Разработка представляет собой методические рекомендации по работе с карьерными картами по специальностям и может быть использована для проведения кураторских часов и профориентационных мероприятий, подготовки к трудоустройству обучающихся. В работе со студентами учебных заведений, находящимися в начале своей карьеры, использование карьерных карт облегчит построение индивидуального карьерного плана, прояснит шаги достижения профессиональной цели, порекомендует развитие необходимых качеств и компетенций.

СОГЛАСОВАНО

на заседании предметной
(цикловой) комиссии общеобразовательных
и общепрофессиональных дисциплин
(корпус №5)

Протокол № 3
от «01» ноября 2023

Председатель ПЦК С.М. Гвоздев

КУРАТОРСКИЙ ЧАС С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ КАРЬЕРНОЙ КАРТЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ «ТЕХНОЛОГИЯ МОЕЙ КАРЬЕРЫ»

Цель кураторского часа «Технология моей карьеры»: развитие карьерного планирования у студентов профессиональных образовательных организаций.

Задачи:

- познакомить студентов с карьерной картой по их специальности;
- формировать навык целеполагания в карьерном планировании;
- способствовать осознанию актуального этапа в карьерном пути и необходимых ресурсов для дальнейшего развития;
- повышать уровень мотивированности и субъективной ответственности обучающихся за профессиональный выбор и намеченный путь;
- создать условия для формирования у обучающихся компетенции самостоятельного построения образовательной и профессиональной карьеры.

Изучаемые элементы содержания: технологии профессионального развития; карьерная траектория выпускника ПОО; профессиональные цели и целеполагание.

Аудитория: группа ИС 22-2.1.

Продолжительность занятия: 45 минут.

Оборудование и методическое обеспечение: карьерные карты по специальностям; компьютер, проектор; бланки теста «Круги и линии» (Приложение 2, лист 1) по числу участников; листы формата А-4, флип-чарт, S.M.A.R.T. модель (Приложение 3).

Описание кураторского часа с использованием карьерной карты для студентов профессиональных образовательных организаций «Технология моей карьеры»

- 1. Приветствие (2 мин.) Ведущий:** «Здравствуйте! «Предвидеть – значит управлять», - Паскаль.

Поговорим сегодня о том, что такое профессиональный путь, каким он может быть, как его планировать и как по нему двигаться, чтобы получать удовольствие от работы и жизни. Можно сказать, что построение карьеры – это технология. Давайте ее изучать! Но для начала небольшая разминка.

- 2. Игра «День из жизни ...(графического дизайнера)» (5 мин.)**

Активизация включенности в работу, неформальное погружение в тему.

«Сейчас мы совместными усилиями постараемся составить рассказ о личном трудовом дне профессионала – вашего коллеги. Это будет рассказ только из существительных. Например, рассказ о трудовом дне учителя может быть таким: звонок - завтрак - звонок - урок - двоечники – вопрос-ответ - тройка - учительская - директор - скандал - урок - отличники - звонок - дом - постель. Каждый произносит только одно слово в свою очередь.» (Очередность можно установить, например, по рядам или передавая небольшой мячик).

«Важное условие: прежде чем назвать новое существительное, каждый игрок обязательно должен повторить все, что было названо до него. Тогда наш рассказ будет восприниматься как целостное произведение. Чтобы запоминать названные существительные, советую внимательно смотреть на всех говорящих, как бы связывая слово с конкретным человеком».

Ведущий называет первое слово, а остальные игроки по очереди называют свои существительные, обязательно повторяя все, что называлось до них. Если один день закончился, а участники – нет, сочиняем второй день.

Обсуждение: получился целостный рассказ или нет? Не испортил ли кто-то общий рассказ своим неудачным существительным? Если рассказ получился путаным и сумбурным, то можно попросить кого-нибудь из игроков своими словами рассказать, о чем же был составленный рассказ, что в нем происходило. Можно также обсудить, насколько правдиво и типично был представлен трудовой день рассматриваемого профессионала.

3. Тест «Круги и линии». Самодиагностика отношения к карьере. (5 мин.) (Приложение 2, лист 1 и лист 2).

«Переходим к самодиагностике». В начале не надо уточнять, на что направлен тест. Ведущий раздает бланки теста каждому студенту (Приложение 1, лист 1) и зачитывает инструкцию. После выполнения задания всеми участниками, ведущий комментирует результаты (Приложение 1, лист 2).

Ребята, как вам тест? Соответствуют ли ваши результаты действительности? Что для вас значит карьера? (Прояснение, если не соответствует, как бы хотелось на самом деле?) Обсуждение результатов фронтально. А теперь поговорим, как строить свою карьеру.

4. Мини-лекция «Технология карьеры» с применением карьерной карты по специальности. (3 мин.)

Планирование карьеры заключается в определении целей профессионального развития личности и путей, ведущих к их достижению. Развитием карьеры называются те действия, которые предпринимает человек для реализации своего профессионального плана.

Целеполагание, планирование, мотивация, регулирование и контроль – необходимые составляющие технологии планирования карьеры.

Чтобы развиваться профессионально и управлять этим процессом, важно

- уметь правильно ставить цели («К чему я стремлюсь?», «Что для меня важно?»);
- понимать свои мотивы («Почему для меня это важно?», «Что мне даст эта работа?», «»);
- определять оптимальные средства их достижения («Что нужно для достижения моей цели?»);
- планировать временные границы их применения («Когда я могу достигнуть ...», «Через какое время я окажусь в точке..?»);
- контролировать и корректировать достижение промежуточных ступенек и правильность движения в нужном направлении.

5. Беседа. (7 мин.) «Ребята, посмотрите на карьерную карту...(графического дизайнера). Это своеобразная лестница.

- Что на вершине карьерной лестницы?
- Какие варианты карьеры можно рассматривать, получив специальность...?
- Какие формы занятости возможны для тебя как специалиста?
- Возможно ли их сочетание, при каких условиях?
- На каких предприятиях, организациях ты будешь востребован как специалист?
- О каких работодателях ты уже знаешь? Что?
- Существуют ли в данный момент тренды рынка труда в отношении твоей специальности/профессии?
- Как развивается отрасль, какие новые профессии появляются в ней?

6. Техника «Анализ карьерных целей». (7 мин.)

«Теперь освоим ключевой компонент технологии планирования карьеры – правильную постановку цели. Для этого используем S.M.A.R.T. модель (Приложение 2). Хорошая цель:

- ✓ конкретная (S — Specific);
- ✓ измеримая (M — Measurable);
- ✓ достижимая (A — Attainable);
- ✓ актуальная (R — Relevant);
- ✓ ограниченная во времени (T — Time-bound).

Целеполагание — это практическое осмысление своей деятельности, определение индивидуальных жизненных и карьерных целей.»

Индивидуальное задание. Подумайте и напишите на листе А-4 свою профессиональную цель – чего бы вам хотелось достичь на пике вашей карьеры. Размышляя, обращайтесь к вопросам: «К чему я стремлюсь?», «Чего я хочу достичь, став специалистом в...? Что хочу делать? Какую должность занимать? Какие задачи решать? Какую профессиональную роль играть? Сколько денег зарабатывать?»

Работа в парах: проверьте профессиональные цели друг друга по критериям S.M.A.R.T. Обсудите результаты.

7. Индивидуальное упражнение «План достижения моей цели».

(8 мин.) «Составь перечень из 5 шагов, которые приведут тебя к профессиональной цели. Нарисуй эти шаги в виде ступеней лестницы, используя в качестве образца карьерную карту по специальности. Выполняя задание, отвечай на вопросы:

Какие действия для достижения своих карьерных целей ты можешь предпринять уже сегодня?

Каким будет твой первый шаг для достижения цели?

Какие будут следующие шаги?

Приведут ли они к поставленной цели?

Какие чувства ты будешь испытывать, если все будет развиваться по идеальному для тебя варианту?»

Обсуждение результатов в группе: что получилось, что – нет?

Ведущий: «Могут ли меняться цели у одного человека?»

Ребята, помните, что целеполагание гибкий процесс. **Цели могут и порой должны меняться.** В течение вашего последнего года обучения они станут более специфичными. И потом в течение профессиональной деятельности придется перестраиваться, «перенацеливаться». Это нормально! Это называется регулирование карьерного пути. Важно взвешенно анализировать жизненную и профессиональную ситуацию и **осознанно корректировать** ваши предпочтения и цели».

8. Мозговой штурм «От чего зависит успех карьеры?» (3 мин.)

Вывод: успех зависит только от самого человека, от его профессионального и психологического багажа (самоощущения, настроения, знаний, умений и т.п.) и осознанного применения технологии построения своей карьеры.

Притча «Все в твоих руках».

Давным-давно жил в горах великий мудрец, который знал ответы на все вопросы. И все шли к нему за советом, ведь еще никого не оставил он без помощи. Но узнал о нем очень завистливый человек, и, позавидовав его мудрости, надумал: «Пойду и словлю бабочку, да скажу: «Что в моих руках?». Наверняка он ответит верно, ведь он очень мудр: «В твоих руках бабочка». Но тогда я уточню: «Жива иль мертва она?». Если ответит — жива, то я сдавлю ее ладонями. Если ответит — мертва, выпущу ее на волю, и все узнают, что он не прав».

Поднялся он в горы, и спрашивает мудреца:

- «О, великий! О, мудрый, ты знаешь все на этом свете. Что в моих руках?».
- «Бабочка», - ответил великий мудрец.
- «Тебе все известно, скажи, мертвую бабочку я тебе принес или живую?»

Мудрец улыбнулся ему и говорит:

- «Все в твоих руках».

Групповая дискуссия «О чем эта притча?»

Вывод. Человек является я творцом собственной жизни, даже если он этого не осознает! Так оно и есть, наша жизнь в наших руках. И это не о том, что щелчок пальцев, захотел: и нате, получите и распишитесь. Нет, не всегда так. Но всегда нужна вера в себя, упорный труд над собой и своей целью. Ведь в жизни огромное количество возможностей. Работайте прежде всего над собой - ведь все в наших руках.

9. Подведение итогов. Рефлексия классного часа. (5 мин.)

1. *Что для вас было открытием (новым)?*
2. *Что было полезным?*
3. *Как и когда вы будете использовать полученные знания?*

План кураторского часа «Технология моей карьеры»

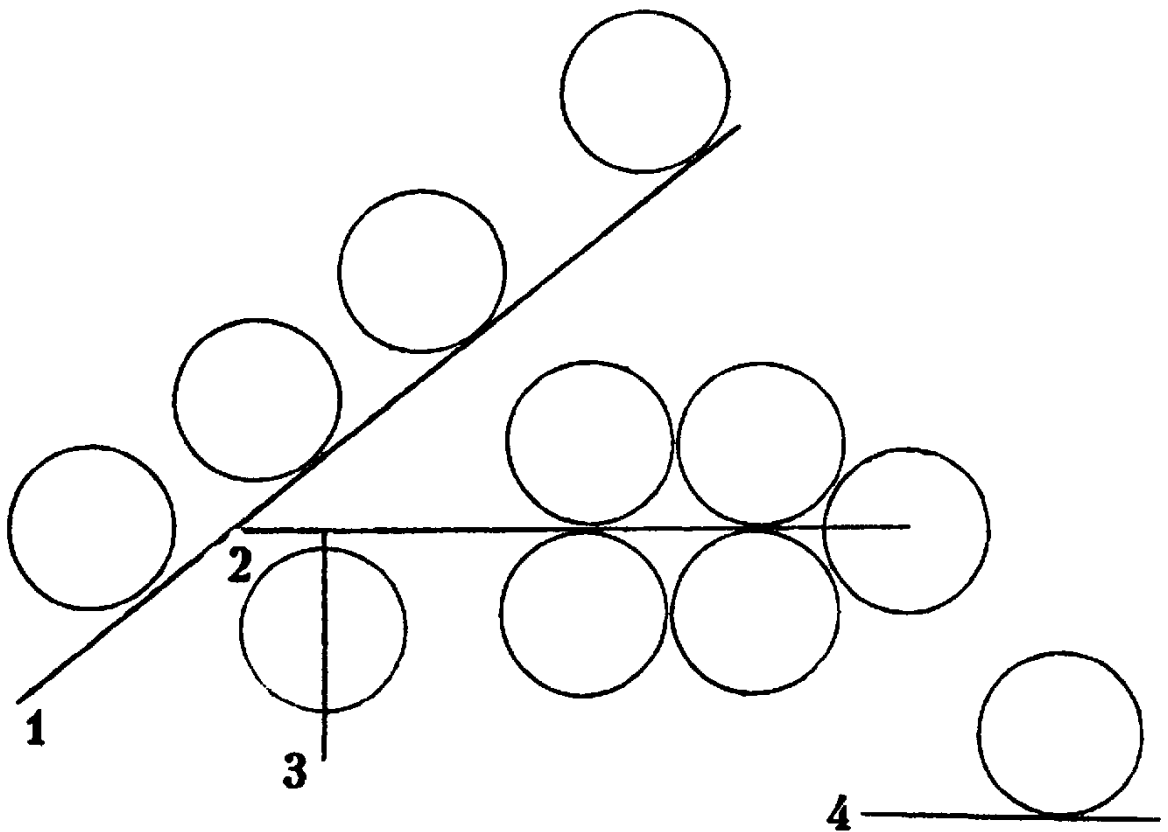
№	этап	время	задача
1	Приветствие	2 мин.	Контакт, мотивация
2	Игра «День из жизни...»	5 мин.	Активизация включенности в работу, неформальное погружение в тему
3	Тест «Круги и линии»	5 мин.	Самодиагностика отношения к карьере, мотивирование
4	Мини-лекция «Технология карьеры»	3 мин.	Ознакомление с карьерной картой и технологией построения карьеры
5	Беседа по карьерной карте	7 мин.	Ознакомление с карьерной картой и технологией построения карьеры
6	Техника «Анализ карьерных целей»	7 мин.	Формирование навыка целеполагания. Осознание актуального этапа в карьерном пути
7	Индивидуальное упражнение «План достижения моей цели»	8 мин.	Формирование компетенции самостоятельного построения карьеры
8	Мозговой штурм «От чего зависит успех карьеры?» Притча	3 мин.	Повышение уровня мотивированности и субъективной ответственности за профессиональный выбор
9	Подведение итогов. Рефлексия классного часа.	5 мин.	Формулировка, обобщение результатов занятия

**«Карьерная карта выпускника специальности 09.02.07
квалификация специалист по информационным системам»**



Тест «Круги и линии»

Перед вами круги и линии. Ваша задача предельно проста – закрасьте сплошным цветом тот из кругов, который вам больше всего нравится. И еще один круг заштрихуйте или выделите любым другим удобным вам способом.



Интерпретация теста «Круги и линии». Этот тест очень простой. Полностью **ЗАКРАШЕННЫЙ КРУГ** - это вы сами, то, что вы из себя представляете в деловом разрезе. А **ЗАШТРИХОВАННЫЙ КРУГ** - это ваши мечты о карьере, ваши планы, надежды.

Особое значение имеет **РАСПОЛОЖЕНИЕ КРУГА**. **ПЕРВАЯ ЛИНИЯ** - это карьерный рост, иерархия, продвижение по службе, деловое поприще, стремление к лидерству. **ВТОРАЯ ЛИНИЯ** - это работа в коллективе, трудолюбие, исполнительность. **ТРЕТЬЯ ЛИНИЯ** - это пассивность, лень или усталость, боязнь самостоятельности, неумение действовать решительно. И последняя, **ЧЕТВЕРТАЯ ЛИНИЯ** - это склонность к индивидуальной работе, независимость, творческая жилка, отстраненность.

Если ваш **ЗАКРАШЕННЫЙ КРУГ** находится **НА ПЕРВОЙ ЛИНИИ**, то это говорит о том, что вы строите планы насчет своей карьеры, вы честолюбивы и амбициозны. И чем **ВЫШЕ ВАШ КРУГ**, тем грандиознее ваши планы и желания. **КРУГ, РАСПОЛОЖЕННЫЙ ВЫШЕ ВСЕХ**, — это высшая ступенька на карьерной лестнице, и если вы закрасили именно этот круг, то можно смело сказать, что вы хотели бы достичь высокого положения на службе. Ролью простого клерка вы не удовлетворитесь. Карьера для вас значит очень многое. Если же **ВАШ КРУГ НАХОДИТСЯ В НИЖНЕЙ ТОЧКЕ ПЕРВОЙ ЛИНИИ**, то это говорит либо о достаточной скромности ваших запросов, либо о том, что вы пока не успели осмотреться и предпочитаете некоторое время переждать, прежде чем строить какие-то определенные планы в карьере.

ЗАКРАШЕННЫЙ КРУГ НА ВТОРОЙ ЛИНИИ говорит о том, что вы с удовольствием работаете в коллективе и ничего иного не желаете. Причем **КРУГ, РАСПОЛОЖЕННЫЙ НА КОНЦЕ ВТОРОЙ ЛИНИИ**, говорит о том, что в принципе вы могли бы взять на себя руководящую роль, если бы захотели.

ЗАКРАШЕННЫЙ КРУГ НА ТРЕТЬЕЙ ЛИНИИ говорит о том, что вы либо очень устали и в настоящий момент нуждаетесь в отдыхе, либо же о том, что вы не любите работать и делаете все от вас зависящее, чтобы увильнуть от работы.

ЗАКРАШЕННЫЙ КРУГ НА ЧЕТВЕРТОЙ ЛИНИИ — вы ярко выраженный индивидуалист, вы не любите и не умеете работать в коллективе, вы привыкли отвечать только за себя.

ЗАШТРИХОВАННЫЙ КРУГ ПОКАЖЕТ ВАМ, о чем вы мечтаете. Возможно, втайне вы не желаете больше быть карьеристом и хотели бы стать одиночкой, забыть обо всем и снять с себя ответственность.

Анализ карьерных целей

S. M. A. R. T.



Шаги постановки цели

1. Сформулировать цель в соответствии с критериями S.M.A.R.T.
2. Оценить шаги для достижения цели.
3. Рассмотреть возможные проблемы на пути достижения цели.
4. Рассмотреть пути как справиться с этим.
5. Определить чёткие сроки достижения цели.
6. Определить ресурсы для достижения.