

# Полезные интернет-ресурсы по вопросам профессионального самоопределения



# ОСОБЕННОСТИ XXI ВЕКА

- Мир стремительно меняется
- Мир стремительно усложняется
- Мир становится нестабильным



Ключевым навыком становится навык **самостоятельной** сборки своей карьеры



# ПРОФОРИЕНТАЦИЯ XXI ВЕКА

Профориентация становится профессиональным ориентированием:

- Умение разбираться в мире профессий
- Умение строить образовательную траекторию к цели
- Умение адаптироваться



**Готовность учиться в течение всей жизни**



# НЕКОТОРЫЕ С ДЕТСТВА ЗНАЮТ, ЧЕМ ХОТЯТ ЗАНИМАТЬСЯ...



**МНОГИЕ ЛЮДИ И В 30 ЛЕТ НАХОДЯТСЯ В  
ПОИСКЕ ПОДХОДЯЩЕГО ДЛЯ СЕБЯ ВИДА  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ПРОБУЮТ РАЗЛИЧНЫЕ  
ПРОФЕССИИ**

**ИНОГДА ЛЮДИ ПОЛУЧАЮТ ЕЩЕ ОДНО  
ОБРАЗОВАНИЕ/ПРОФЕССИЮ, ЧТОБЫ  
НАЙТИ ТУ НИШУ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, КОТОРАЯ БУДЕТ  
СООТВЕТСТВОВАТЬ ИЗМЕНИВШИМСЯ СО  
ВРЕМЕНЕМ ИНТЕРЕСАМ И  
ПОТРЕБНОСТЯМ.**

# ЧТОБЫ ТВОЙ ВЫБОР БЫЛ ОСОЗНАННЫМ, СТОИТ ИЗУЧИТЬ:

1. СЕБЯ (ожидания, мотивы, склонности и умения, ценности). Пятифакторный опросник личности  
(<https://psyttests.org/bigfive/5pfq-run.html>)
1. МИР ВОКРУГ (профессии будущего, списки востребованных специалистов)

## Пятифакторный опросник личности 5PFQ

Перед вами опросник, состоящий из 75-и противоположных по значению высказываний, каждое из которых выявляет важные свойства личности и особенности поведения человека в некоторых жизненных ситуациях. В данном опроснике нет утверждений правильных или неправильных, так же как нет «хороших» или «плохих» черт личности.

Все фразы разделены оценочной шкалой. Прочтите внимательно высказывание и определите, какая его часть больше соответствует особенностям вашей личности. Если вы считаете, что левая, то используйте для оценки символы  $-2$  и  $-1$  шкалы, если вы считаете, что правая, то используйте правую часть шкалы:  $+2$  и  $+1$ . Цифрами вы отразите степень выраженности оцениваемого признака:  $2$  – сильно выражено,  $1$  – слабо выражено; если вы сомневаетесь в выборе, то выбирайте  $0$ .

НАЧАТЬ ТЕСТИРОВАНИЕ



- Способность ладить с людьми
- Способность видеть и понимать точку зрения другого человека
- Умение хорошо рассказывать
- Чувство юмора
- Работа в команде
- Обучение других людей
- Переговоры
- Говорить чётко и по делу
- Выступать на публике
- Уметь понимать чужие чувства и сопереживать людям
- Учиться на ошибках
- Готовность рисковать и экспериментировать
- Уверенность в себе
- Решительность и упорство
- Умение самому ставить цели
- Умение организовывать работу так, чтобы успевать в срок

- Презентабельный внешний вид
- Исполнительность
- Готовность выполнять рутинную работу
- Стратегическое планирование
- Умение следовать инструкциям
- Креативность
- Умение вдохновлять
- Убедительность
- Толерантность
- Честность
- Дисциплинированность
- Самостоятельность
- Умение критически оценивать информацию
- Инициативность
- Хорошая память
- Умение концентрировать внимание
- Сообразительность
- Широкий кругозор
- Умение учиться

- Критическое (независимое) мышление
- Постоянное саморазвитие
- Художественный вкус
- Умение анализировать большие объёмы информации
- Любознательность
- Наблюдательность
- Внимательность
- Работать с числами
- Работать с текстами
- Умение справляться со стрессом
- Практичность
- Компьютерная грамотность
- Заботиться об окружающих людях
- Помогать другим в принятии решений





**СОСТАВЬ СВОЙ ПОРТРЕТ: СВОИ  
ЛИЧНОСТНЫЕ ЧЕРТЫ, НАВЫКИ, СИЛЬНЫЕ  
СТОРОНЫ, УВЛЕЧЕНИЯ И ОЖИДАНИЯ**

**НЕ ЧУВСТВУЕШЬ УВЕРЕННОСТИ В  
ТОМ, КАКАЯ ПРОФЕССИЯ ТЕБЕ  
ПОДОЙДЕТ, ТВОЯ ОСНОВНАЯ  
ЗАДАЧА – НАЙТИ СФЕРУ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, КОТОРАЯ КАЖЕТСЯ  
НАИБОЛЕЕ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОЙ**

# МОЁ ОБРАЗОВАНИЕ

[ВУЗЫ](#)[КОЛЛЕДЖИ](#)[КУРСЫ](#)[ДПО](#)[МВА](#)[ДИСТАНЦИОННОЕ](#)[СПЕЦИАЛЬНОСТИ](#)[ПРОФЕССИИ](#)[ТЕСТЫ](#)[УЧИТЕЛЯМ](#)

## Поиск описаний

[Специальности вузов](#)[Специальности колледжей и техникумов](#)[Поиск вуза по специальности](#)

**1494** специальности  
в справочнике

## Как выбрать специальность

[Подбор по экзаменам ЕГЭ](#)[Подбор по профессиям](#)

## Рейтинги

[Рейтинг отраслей науки](#)[«Лучшие программы вузов»](#)[Рейтинг специальностей вузов](#)[Рейтинг специальностей ссузов](#)

## Отрасли образования

[Юридическое образование](#)[Экономика и финансы](#)[IT-технологии и телекоммуникации](#)[Медицинское образование](#)[Культурное образование](#)[Религиозное образование](#)

- Русский язык
- Математика (профильный уровень)
- История
- Литература
- Биология
- Физика
- Творческий или профильный экзамен в вузе

- Математика (базовый уровень)
- Обществознание
- Информатика
- Иностранный язык
- География
- Химия

[Подобрать специальности](#)

- Государственное и муниципальное управление
- Менеджмент
- Экономика
- Бизнес-информатика
- Юриспруденция
- Реклама и связи с общественностью
- Международные отношения
- Управление персоналом
- Информатика и вычислительная техника
- Экономическая безопасность
- Лечебное дело
- Гостиничное дело

[ТЕСТЫ](#)[ВЫСШЕЕ  
ОБРАЗОВАНИЕ](#)[/search.php?section=dir\\_specs\\_vuz](/search.php?section=dir_specs_vuz)

# МОЁ ОБРАЗОВАНИЕ

ВЫБРАННЫЕ ТОБОЙ ЕГЭ ОПРЕДЕЛЯЮТ ПЕРЕЧЕНЬ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ, НА КОТОРЫЕ ТЫ В ПРИНЦИПЕ МОЖЕШЬ ПОДАТЬ ДОКУМЕНТЫ

1. ОТМЕТЬ ЕГЭ, КОТОРЫЕ СОБИРАЕШЬСЯ СДАВАТЬ.
2. НАЖМИ «ПОИСК»
3. ТЫ УВИДИШЬ СПИСОК СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ, НА КОТОРЫЕ СМОЖЕШЬ ПОСТУПАТЬ С ТАКИМ НАБОРОМ ЕГЭ.
4. ВЫПИШИ 10-15 САМЫХ ИНТЕРЕСНЫХ, ПРО КОТОРЫЕ ТЫ ХОЧЕШЬ УЗНАТЬ БОЛЬШЕ

КАКИЕ ПРОФЕССИИ ТЕБЯ ПРИВЛЕКАЮТ?  
ИЗ КАКИХ ОБЛАСТЕЙ?





МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

СПРАВОЧНИК ПРОФЕССИЙ

НОРМАТИВНЫЕ ДОКУМЕНТЫ

ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ

ОПРОСЫ

НОВОСТИ И СТАТЬИ

О СПРАВОЧНИКЕ ПРОФЕССИЙ

КОНТАКТЫ

ЛИЧНЫЙ КАБИНЕТ



# Справочник профессий

Лучшие по профессии: конкурсы и олимпиады

# СПРАВОЧНИК ПРОФЕССИЙ -

государственный информационный ресурс для получения информации о востребованных на рынке труда и перспективных профессиях. Утвержден Минтрудом России в 2015 году (приказ Минтруда России от 2 ноября 2015 г. № 832).

Справочник профессий охватывает на сегодня список из более чем 1600 профессий. Содержательное наполнение их описаний ведется поэтапно. Большинство профессий сейчас представлены в формате краткого описания. Первые 600 профессий в 2016 году получили расширенное описание.

# ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ «СПРАВОЧНИКА ПРОФЕССИЙ»

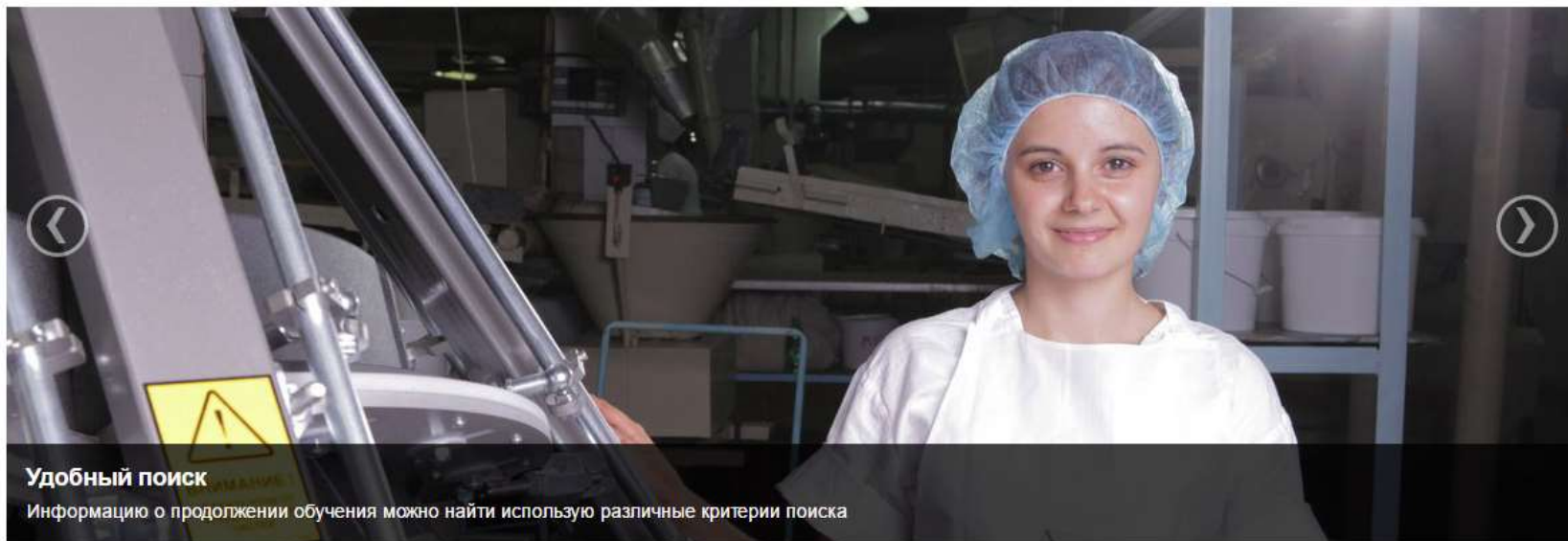
- Рассмотрение профессий в рамках 37 областей профессиональной деятельности;
- Знакомство с характеристикой профессии – описание профессии основано на информации из профстандартов.
- Изучение перспектив развития области профессиональной деятельности.
- Получение информации о профессиональном стандарте, к которому имеет отношение профессия; возможных должностях.
- Есть ссылки на Топ-50 (наиболее востребованных на рынке труда новых и перспективных профессий, требующих СПО).
- Интеграция с сайтом «Работа в России», возможность поиска вакансий, определения уровня заработной платы.
- ФГОС – нормативный документ, на основании которого разрабатываются образовательные программы, по которым ведется обучение в колледжах, вузах. Наименование ФГОС совпадает с названием программ. Знание кода и названия ФГОС дает возможность найти образовательные организации, в которых можно пройти проф.обучение



# ЦПО Самарская область – профессиональные образовательные организации – куда пойти учиться – выбрать место обучения по профессии

## Куда пойти учиться

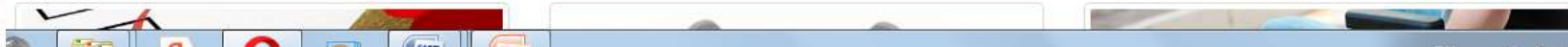
Профессиональное и высшее образование в Самарской области



### Удобный поиск

Информацию о продолжении обучения можно найти используя различные критерии поиска

## Перед тем как выбрать профессию



# ВЫБРАТЬ МЕСТО ОБУЧЕНИЯ

## Подготовка по профессиям и специальностям среднего профессионального образования

В системе информация о **551** направлениях подготовки в **67** организациях.



Выбрать место обучения по профессии или специальности

Вперед



Выбрать место обучения по муниципалитету

Вперед



Получить информацию об определенном учреждении

Вперед

## Подготовка по специальностям высшего образования

В системе информация о **891** направлениях подготовки в **16** организациях.



Выбрать место обучения по



Выбрать место обучения по



Получить информацию об



# ВЫБРАТЬ ПРОФЕССИЮ, СПЕЦИАЛЬНОСТЬ

## Куда пойти учиться

Профессиональное и высшее образование в Самарской области

---

### Выберите специальность:

#### Математика и механика

---

- Прикладная математика и информатика (бакалавриат, код 01.03.02)
- Механика и математическое моделирование (бакалавриат, код 01.03.03)
- Математика (магистратура, код 01.04.01)
- Прикладная математика и информатика (магистратура, код 01.04.02)
- Механика и математическое моделирование (магистратура, код 01.04.03)
- Фундаментальные математика и механика (специалитет, код 01.05.01)

#### Компьютерные и информационные науки

---

- Фундаментальная информатика и информационные технологии (бакалавриат, код 02.03.02)
- Математическое обеспечение и администрирование информационных систем (бакалавриат, код 02.03.03)
- Фундаментальная информатика и информационные технологии (магистратура, код 02.04.02)

#### Физика и астрономия

---

- Прикладные математика и физика (бакалавриат, код 03.03.01)
- Физика (бакалавриат, код 03.03.02)
- Прикладные математика и физика (магистратура, код 03.04.01)
- Физика (магистратура, код 03.04.02)



# АТЛАС НОВЫХ ПРОФЕССИЙ

Самара RU EN VK

АТЛАС  
НОВЫХ  
ПРОФЕССИЙ

ЧТО  
ТАКОЕ  
АТЛАС

КАК  
СОЗДАВАЛСЯ



ДЛЯ  
ЧЕГО  
СОЗДАН

ГДЕ  
МОЖНО  
ПРИМЕНИТЬ

ПРОФОРИЕНТАЦИЯ

Атлас поможет выбрать профессию, и  
расскажет о навыках, необходимых для ее  
получения

СИСТЕМА  
ОБРАЗОВАНИЯ

Все материалы сайта доступны по лицензии  
Creative Commons Attribution 4.0 International

Разработка сайта:  
креативное агентство Brainstore



Brainstore  
CREATIVE AGENCY

РАЗВИТИЕ ЭКОНОМИКИ

# АТЛАС НОВЫХ ПРОФЕССИЙ

Атлас поможет выбрать профессию и расскажет о навыках, необходимых для её получения.

Изменения в экономике требуют новых «надпрофессиональных» навыков.

(Видео, лекция №3, Судаков)

## УСТАРЕВАЮЩИЕ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ ПРОФЕССИИ НА ГОРИЗОНТЕ 2013–2030 ГОДОВ

## УСТАРЕВАЮЩИЕ РАБОЧИЕ ПРОФЕССИИ НА ГОРИЗОНТЕ 2013–2030 ГОДОВ

- бухгалтер
- сметчик
- менеджер по кредитам
- статистик
- стенографист/ расшифровщик
- копирайтер
- корректор
- бильд-редактор
- монтировщик декораций
- библиотекарь
- турагент
- испытатель
- дублер/каскадер
- юрисконсульт
- нотариус
- банковский операционист
- маклер/риэлтор
- экскурсовод
- аналитик
- журналист
- референт
- переводчик
- оператор государственных услуг
- логист
- диагност
- системный администратор
- диспетчер
- штурман
- провизор



- билетер
- вахтер
- лифтер
- парковщик
- оператор call-центра
- почтальон
- высокопрофессиональный с/х работник
- курьер
- смотритель зала в музее
- машинист товарного состава
- инспектор дпс
- охранник
- горняк
- шахтер
- фасовщик
- варщик
- бурильщик
- прораб
- работник транспортного терминала
- швея
- носильщик
- бетонщик
- работник химчистки
- официант
- тренер

# ВУЗЫ РОССИИ: НАВИГАТОР АБИТУРИЕНТА

The screenshot shows the website 'Поступи Онлайн' (Postupim Online) with a dark blue header and a blue main content area. The header contains navigation links: 'Поступи Онлайн', 'Вузы России', 'Программы', 'Специальности', 'Профессии', 'Тесты', 'Статьи', 'Календарь', 'Поиск по ЕГЭ', 'Сервисы', 'Консультации', and 'Высшее онлайн!'. There are also search and user icons, and dropdown menus for 'Выбрать город' and 'Настроить по вузу'. The main content area features a grid of icons representing various fields of study and a central text block: 'Вузы России: университеты, институты, академии'. A red notification box on the right side of the page contains the following text: 'ВЫСШЕЕ ДИСТАНЦИОННО' (Higher Distance Education), 'Воздушный вуз РФ приглашает на обучение! 15 факультетов, 53 программы.' (The Russian Air Force University invites for education! 15 faculties, 53 programs.), 'Пrestижный диплом + трудоустройство!' (Prestigious diploma + employment!), and a 'Поступить' (Apply) button. The footer is yellow and contains a logo for the Faculty of Preparatory Education at NIU VShE, the text 'Факультет довузовской подготовки НИУ ВШЭ', and a promotional message: 'Поступи в топовый вуз с онлайн-школой НИУ ВШЭ! До 20 декабря 2019 в 18:00'.

Поступи  
ОНЛАЙН

Вузы России Программы Специальности Профессии Тесты Статьи  
Календарь Поиск по ЕГЭ Сервисы Консультации Высшее онлайн!

Выбрать город  
Настроить по вузу

Вузы России

Вузы России: университеты, институты, академии

ВЫСШЕЕ ДИСТАНЦИОННО  
Воздушный вуз РФ приглашает на обучение! 15 факультетов, 53 программы.  
Пrestижный диплом + трудоустройство!  
Поступить

Факультет довузовской подготовки НИУ ВШЭ

Поступи в топовый вуз с онлайн-школой НИУ ВШЭ! До 20 декабря 2019 в 18:00

# Рынок труда

1. ОБРАТИСЬ К САЙТАМ: РАБОТА В РОССИИ, NN.RU, SUPERJOB.RU, ВВЕДИ В ПОИСКОВУЮ СТОРОКУ ПРОФЕССИЮ, ОБРАЗОВАНИЕ, НАПРИМЕР, ЭКОНОМИЧЕСКОЕ И НАЙДИ МИНИМУМ 3 ВАКАНСИИ С ПОДРОБНЫМ ОПИСАНИЕМ ФУНКЦИОНАЛА.
2. СОСТАВЬ ПОРТРЕТ ПРОФЕССИОНАЛА.
3. СОПОСТАВЬ ПОРТРЕТ ПРОФЕССИОНАЛА СО СВОИМ ПОРТРЕТОМ.
4. ПООБЩАЙСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ ИЗ ЭТОЙ СФЕРЫ, ЗАДАЙ ИНТЕРЕСУЮЩИЕ ВОПРОСЫ, «ПОПРОБУЙ СЕБЯ» В ПРОФЕССИИ.
5. СДЕЛАЙ СВОЙ ОСОЗНАННЫЙ ВЫБОР!



# ЛАБОРАТОРИЯ МОДЕРНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕСУРСОВ



8 (846) 205-97-04

lab-modern@yandex.ru

[Обратная связь](#)

О ЛАБОРАТОРИИ ▾

ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ ▾

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ ▾

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ▾

БИБЛИОТЕКА ▾

Материалы для преподавателей >

Материалы для школьников >

## Уважаемые коллеги!

Мы приветствуем вас на сайте Лаборатории модернизации образовательных ресурсов.

Лаборатория – это автономная некоммерческая организация, которая работает с 2000 г. в разных институциональных формах. Мы реализуем проекты в социально-гуманитарной сфере: общее образование, профессиональное образование, оценка и обучение персонала организаций, работающих в сфере производства различных товаров и услуг. Это и амбициозные проекты, и небольшие разработки, успешно применяемые в организациях (как оригинальные разработки, так и адаптация готовых решений для условий существования организации), и исследования.

В реализации наших проектов участвуют постоянные эксперты – ведущие специалисты в различных направлениях социально-гуманитарной сферы.

На нашем сайте вы сможете бесплатно скачать издания, подготовленные нашими сотрудниками и посвященные вопросам общего и профессионального образования, а также узнать, какие издания и где вы сможете приобрести в бумажной версии.

## Новости [Все новости](#)

25 Сентября 2018

Завершился проект "Мониторинговый замер общих компетенций у первокурсников системы СПО в Ямало-Ненецком автономном округе"

4 Сентября 2018

На сайте Центра профессионального образования опубликованы задания для оценки общих компетенций, использованные в рамках мониторингового замера

3 Сентября 2018

Подготовлены рекомендации по организации работы профессиональных образовательных организаций Ямало-Ненецкого автономного округа

# ПроеКТОрия



ПРОЕКТОРИЯ



[Войти](#) / [Зарегистрироваться](#)

ФОРУМ ОТКРЫТЫЕ УРОКИ ПРОФЕССИИ КЕЙСЫ РАБОТОДАТЕЛИ ВУЗЫ НОВОСТИ

ВСЕРОССИЙСКИЙ ОТКРЫТЫЙ УРОК  
«НаСТРОЙся на БУДУЩЕЕ»

21 ФЕВРАЛЯ 13:00 – 13:30 (МСК)

ПОДРОБНЕЕ

СМОТРИТЕ ЗАПИСЬ ВСЕРОССИЙСКОГО ОТКРЫТОГО УРОКА "МЕНДЕЛЕЕВ?"

# ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ

- информационный ресурс «Справочник профессий» - <http://spravochnik.rosmintrud.ru/>;
- портал «Работа в России» - <https://trudvsem.ru/>;
- сайт «Атлас новых профессий» - <http://atlas100.ru/>;
- сайт «Куда пойти учиться» – <https://kuda.samara.edu.ru/>,
- Справочный портал «Мое образование» <https://moeobrazovanie.ru>
- Методический кабинет Г.В. Резапкиной [Электронный ресурс] URL: <http://metodkabi.net.ru>
- Энциклопедия профессий на сайте «Мой ориентир» [Электронный ресурс] URL: <http://мой-ориентир.рф>
- портал «ПроВуз.ру» - <http://www.provuz.ru/>;
- сайт Министерства труда, занятости и миграционной политики Самарской области - <http://trud.samregion.ru/>;
- сайт Молодежного центра «Самарский» - <http://www.mc-samara.ru/>;
- «Лаборатория модернизации образовательных ресурсов» - <http://lab-modern.ru/professionalnoe-samooopredelenie/materialy-dlya->