

## **Технологическая карта психологического занятия**

**Ф.И.О.:** Ижетникова Виктория Викторовна, педагог-психолог МБОУ «Зиминский лицей»

**Предмет:** психология

**Класс:** 9

**Тема:** «Темперамент и выбор профессии»

**Тип урока:** урок рефлексии

**Цель:** закрепление знаний о темпераменте и формирование у учеников способности соотносить свой тип темперамента с требованиями будущей профессии.

**Задачи:**

- повторить основные типы темперамента;
- научить выделять основные типы темперамента и учитывать свой тип темперамента при выборе профессионального пути;
- способствовать повышению у учащихся знаний о мире профессий;
- содействовать стремлению к выбору будущей профессии.

**Планируемые результаты:**

1. Предметные: учащиеся имеют представление о понятии «темперамент», умеют выделять и определять основные виды темперамента, знают свой преобладающий тип темперамента, ознакомлены с рекомендациями по выбору профессии.

2. Метапредметные:

*Личностные* – проявление познавательного интереса и активности в обсуждении темы занятия, применение на практике и в жизни нового материала, осознано подходить к мотиву выбора будущей профессии.

*Познавательные* – умение находить, преобразовывать и передавать информацию, анализировать полученные данные, делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические цепочки рассуждения.

*Регулятивные* – планирование, самоконтроль и оценка результатов своей деятельности, владение умениями совместной деятельности, оценка успешности решения поставленных задач.

*Коммуникативные* – построение сотрудничества при взаимодействии с одноклассниками в паре или в группе и педагогом - психологом, умение воспринимать, перерабатывать и предъявлять информацию, извлекаемую, в том числе из личного опыта, в словесной, письменной формах, умение выражать свои мысли и способности выслушивать собеседника, вступать в активный диалог.

3. Личностные: положительная мотивация и познавательный интерес к занятию, повышение мотивации к профессиональному самоопределению, формирование ответственного отношения к выбору профессии, повышение самооценки на основе успешности в общении и учебной деятельности.

**Ресурсы:** компьютер, проектор, экран, тетради, карточки с описанием типа работы, бумага А4, цветные карандаши, ручки, магниты.

**Формы обучения:** фронтальная, индивидуальная, парная.

**Методы обучения:** словесные, наглядные, практические.

**Образовательные технологии:** технология проблемного обучения.

**Межпредметные связи:** история - исторические этапы развития научных представлений о темпераменте человека, биология – свойства нервной системы, психология – темперамент, типы темперамента, профориентация.

Этап занятия	Деятельность педагога-психолога	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
<b>Мотивация</b>	<p>Приветствие учащихся. Установление контакта с учащимися.</p> <p>Создание атмосферы «включения» каждого ученика в работу</p> <p><i>А знаете ли вы, что... «Тот счастлив, кто живёт в условиях, соответствующих его темпераменту, но тот более совершенен, кто умеет приспособливать свой темперамент к любым условиям». (Дэвид Юм)</i></p> <p><i>А еще есть высказывание «Нужно любить то, что делаешь, и тогда труд – даже самый грубый – возвышается до творчества». (М. Горький)</i></p> <p>- Ребята как вы думаете, о чем же пойдет речь на нашем сегодняшнем занятии?</p>	<p>Приветствуют педагога-психолога.</p> <p>Проявляют готовность к сотрудничеству.</p> <p>Озвучивают свои версии.</p> <p>Определяют тему занятия, цель.</p> <p>Определяют проблему, знают ли они свой темперамент</p>	<p><b>Познавательные:</b> развитие познавательной активности и интереса к восприятию новой информации</p> <p><b>Коммуникативные:</b> умение слушать, включаться во взаимодействие с педагогом-психологом.</p> <p><b>Регулятивные:</b> умение организовать себя и свое рабочее место, оперативное включение в занятие.</p> <p><b>Личностные:</b> настроиться на работу, уважительное отношение к участникам занятия.</p>
<b>Актуализация и фиксация затруднений</b>	<p>Задание «Текст с пропусками». Зачитывается текст, который представлен в презентации.</p> <p><i>Желчь существует – она необузданным свойственна людям, Всех и во всё превзойти человек подобный стремиться; Много он ест, превосходно растёт, ко всему восприимчив, Великодушен и щедр, неизменно стремится к вершинам; Вечно взъерошен, лукав, раздражителен, смел и несдержан, Строен и хитрости полон, сухой он и с ликом шафранным.</i></p> <p>Правильный ответ - <b>холерик</b></p> <p><i>«Каждый .... всегда весельчак и шутник по натуре...Склонностью он обладает к наукам любым и способен, Чтоб ни случилось, он не легко распаляется гневом.Влюбчивый, щедрый, весёлый, смеющийся, румянолицый, Любящий песни, мясистый, поистине смелый и добрый.</i></p> <p>Правильный ответ - <b>сангвиник</b></p> <p><i>Флегма лишь скудные силы даёт, ширину, малорослость, Лень порождает она и ленивое крови</i></p>	<p>Вспоминают, что они уже знают о темпераменте, записывают в тетрадь слово, которое пропущено. Должны записать 4 типа темперамента. Затем сравнивают с правильными ответами.</p>	<p><b>Познавательные:</b> внутренне замотивировать себя на работу и личностный успех.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> умение выражать свои мысли, вступать в активный диалог.</p> <p><b>Регулятивные:</b> умение формулировать свои мысли в письменной форме, предположить и сформулировать тему занятия. Согласование и координация деятельности с другими учениками.</p> <p>;</p>

	<p>движение, Сну – не занятым – своим посвящает... досуги...</p> <p>Правильный ответ - <b>флегматик</b></p> <p>Только про чёрную желчь мы ещё ничего не сказали. Станных людей порождает она, молчаливых и мрачных. Бодрствует вечно в трудах, и не предан их разум дремоте. Тверды в намерениях, но лишь опасности ждут отовсюду.</p> <p>Правильный ответ - <b>Меланхолик</b></p>		
<p><b>Локализация индивидуальных затруднений</b></p>	<p>«Предлагаю разбор ситуации»:</p> <p>Четыре молодых человека опоздали на встречу с друзьями. Друзья отреагировали на это негативно и высказали свое недовольство.</p> <p>Один затеял спор с друзьями. Начал доказывать с возмущением, что опоздал совсем чуть-чуть, что виноват транспорт, на котором он долго ехал.</p> <p>Второй молодой человек начал шутить, нашёл пару слов оправдания и предложил не ругаться.</p> <p>Третий молча всех выслушал, извинился и уточнил какие дальнейшие планы.</p> <p>Четвёртый расстроился, настроение у него испортилось, он замкнулся и замолчал.</p> <p>Учащиеся определяют, с чем связано такое разное поведение. Если есть неправильные ответы, то задаются вопросы, которые помогут определить затруднения. «Почему? Чего не хватает для правильного решения?»</p>	<p>Учащиеся предлагают свои варианты, почему люди себя так ведут, с обоснованием. Определяют, какой молодой человек относится к какому типу темперамента.</p>	<p><b>Познавательные:</b> умение осмыслить предлагаемый материал, выделить главные, существенные признаки, установить связь с имеющимися знаниями.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> умение строить речевое высказывание, вносить свои предложения, уточнения. Участвовать в диалоге.</p> <p><b>Регулятивные:</b> умение удерживать внимание при восприятии информации.</p>
<p><b>Построение проекта коррекции выявленных затруднений</b></p>	<p>Устранение пробелов знаний, через повторение теории Павлова (на слайде).</p> <p>Павлов выделил три свойства:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Динамичность (подвижность), т.е. скорость смены процессов возбуждения и торможения</li> <li>• Сила, как способность нервной системы выдерживать сильные раздражители</li> <li>• Уравновешенность, как равные положения двух составляющих вегетативной нервной системы</li> </ul>	<p>Записывают в тетрадь определения 4 типа темперамента.</p> <p>С помощью круга Айзенка должны определить свой тип темперамента.</p> <p>Работа в парах. Нужно определить тип темперамента соседа за партой.</p>	<p><b>Познавательные:</b> выделение необходимой информации из различных источников в разных формах (текст презентации, таблица). Сравнить, анализировать типы темперамента.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> умение участвовать в парной работе. Представлять в устной и</p>

	<p><i>парасимпатического отдела (успокаивает, тормозит) и симпатического отдела (активирует, возбуждает)</i></p> <p><i>В зависимости от соотношения этих свойств нервной системы Павлов выделяет 4 типа темперамента:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Сангвиник: сильный, уравновешенный, подвижный</i></li> <li>• <i>Холерик: сильный, неуравновешенный, подвижный</i></li> <li>• <i>Флегматик: сильный, уравновешенный, инертный</i></li> <li>• <i>Меланхолик: слабый, неуравновешенный, инертный</i></li> </ul> <p><i>Теперь мы с вами вспомним и повторим основные характеристики типов темперамента с помощью круга Айзенка.</i></p> <p><i>Я хочу напомнить вам, что нет хорошего или плохого темперамента. У каждого есть достоинства и недостатки, которые помогают и мешают порой. И важно их знать у себя и уметь определять у других. Определите теперь какой тип темперамента у вашего соседа по парте.</i></p>	<p>Объяснить, почему он его отнес к этому типу, по каким характеристикам</p>	<p>письменной форме результаты своей деятельности.</p> <p><b>Регулятивные:</b> умение анализировать, сравнивать, выделять главное. Умение соотносить правильность выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи.</p> <p><b>Личностные:</b> формирование навыков сотрудничества со сверстниками. Проявление познавательного интереса и активности в предложенных заданиях.</p>
<p><b>Физминутка</b></p>	<p>Предлагаю немножко размяться и поиграть.</p> <p><i>Игра «Встаньте те, кто...» Цель: снижение напряженности, активизация внимания, наблюдательности и мыслительных процессов.</i></p> <p><i>Я буду говорить: «Встаньте, кто...» и называть характеристику или признак, Те, у кого узнал себя, встает.</i></p> <p><i>Любит шум и суету вокруг себя</i>  <i>У кого часто меняется настроение</i>  <i>Кто любит быть командиром</i>  <i>Кто нетороплив и медлителен</i>  <i>Кто часто переживает</i>  <i>Кто легко расстраивается, если критикуют</i>  <i>Кто любит шутить</i>  <i>Часто чувствует усталость</i>  <i>Кто обычно в компании тихо сидит и молчит</i></p>	<p>Ученики, у которых присутствует названная характеристика или признак, встают и тут же садятся.</p>	<p><b>Регулятивные:</b> волевая саморегуляция.</p> <p><b>Личностные:</b> самоорганизация, умение слушать инструкции.</p>

	<p><i>Может накричать в ответ</i> <i>Часто отвлекается на уроках</i></p>		
<p><b>Реализация построенного проекта</b></p>	<p>«А сейчас вы в группах определите, какому темпераменту больше подходит та или иная профессия».</p> <p>Работа в группах.</p> <p>Класс делится на 4 группы. Вытягивают листочек, где записано название группы: «Сангвиники», «Флегматики», «Меланхолики», «Холерики». Каждой группе выдаются карточки «Тип работы». В карточке описание типа работы и деловых качеств в соответствии с типом темперамента.</p> <p>«Сангвиник. Тип работы. Высокая работоспособность, может выполнять несколько дел. Проявляет организаторские способности. Хорошо работает на ответственных и опасных местах. Обладает социальными умениями и нуждается в социальных контактах. Легко переносит частые разъезды, смену мест».</p> <p>«Холерик. Подходит работа, связанная с напряжением. Любит преодолевать трудности и препятствия. Быстро включается в работу. Стремится к самостоятельности и плохо подчиняется власти. Выбирает работу, где можно проявить доминантность, энергию, эмоциональность, любовь к риску».</p> <p>«Флегматик. В работе нетороплив и медлителен. Тщательно готовится, составляет план. Хорошо выполняет однообразную и монотонную работу. Неинициативен, не любит общаться. Снижается производительность труда, если происходят изменения условий работы. Стрессоустойчивы. Предпочитает профессии, где работа идет спокойно, без рывков».</p> <p>«Меланхолик. Их деятельность зависит от настроения. Противопоказана работа, связанная с</p>	<p>Выполняют задание в группах.</p> <p>Каждая группа записывает на листах А4 тип темперамента и профессии, которые они считают, что подходят. Затем каждая группа зачитывает этот список классу.</p> <p>Участник других групп могут задавать вопросы, почему именно эти профессии были выбраны. Проверяют, уточняют, дополняют ответы.</p>	<p><b>Познавательные:</b> поиск и выделение необходимой информации из карточки, умение строить сообщения в письменной и устной форме, представлять информацию.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> умение учитывать позицию собеседника. Умение воспринимать и понимать информацию, вступать в учебный диалог. Умение выражать свои мысли и способность выслушивать собеседника.</p> <p><b>Регулятивные:</b> умение определять действия в соответствии с поставленной задачей, анализировать свои достижения и достижения одноклассников. Владение умениями совместной деятельности в группе.</p>

	<p>напряжением, с неожиданностями и сложностями. Им очень сложно в новом коллективе, не любят общение, скопление людей. Тяжело переносят изменения и перемены. Трудно приспосабливается. Во время работы нуждаются в поддержке. Они наблюдательны, замечают тонкости поведения людей. У них есть склонность к наблюдательности практическому труду, и творчеству. Очень ответственный при выполнении заданий в спокойной обстановке.</p> <p><i>«Ребята, сейчас вам в группах после ознакомления с карточками нужно будет подобрать 5-8 профессий, которые подходят к типу темперамента группы».</i></p> <p>Контролирует деятельность учащихся, при возникновении затруднений в работе помогает.</p>		
<b>Обобщение затруднений</b>	<p>Уточнение и рассмотрение возникающих затруднений при выполнении заданий. Все ли стало понятно.</p> <p><i>«Почему вам было трудно подобрать профессии к типам темперамента? Как вы думаете, почему темперамент влияет на профессиональную деятельность?»</i></p>	<p>Фронтальная работа. Вступают в диалог с педагогом-психологом, отвечая на вопросы.</p> <p>Анализируют и оценивают свои затруднения.</p> <p>Обобщают полученные результаты, делают выводы.</p>	<p><b>Познавательные:</b> формирование умений обобщать и систематизировать знания. Оценивание собственной деятельности: ошибки, причины неудач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> точно выражать свои мысли, осуществлять сотрудничество с участниками занятия.</p> <p><b>Регулятивные:</b> объективное оценивание результатов своей деятельности.</p>
<b>Самостоятельная работа с самопроверкой</b>	<p>Самостоятельное усвоение новых знаний учащимися, через выполнения задания <i>«Мой тип темперамента и будущая профессия».</i></p> <p><i>«А теперь запишите, пожалуйста, 3-5 профессий, которые вам нравятся, интересны вам. И сравните, подходят ли они вам с учетом типа темперамента».</i></p> <p>Текущий контроль по ходу выполнения задания.</p>	<p>Индивидуальная работа учащихся.</p> <p>Записывают профессии, сравнивают полученные результаты по отношению к себе.</p> <p>Задают уточняющие вопросы, если что-то не поняли.</p> <p>Делают выводы.</p>	<p><b>Познавательные:</b> делать выводы на основе полученных новых знаний.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> осуществлять сотрудничество и кооперацию с педагогом-психологом, умение обращаться за помощью.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самоконтроль выполнения задания.</p>

			<b>Личностные:</b> самоорганизация, умение слушать инструкции. в жизни нового материала. Осознано подходить к выбора будущей профессии.
<b>Включение в систему знаний и повторение</b>	<p>Закрепление новых знаний о влиянии темперамента на выбор профессии с помощью <i>блиц-опроса</i>. <i>Каждому ученику нужно согласиться или опровергнуть предлагаемую профессию типу темперамента.</i></p> <p>«Холерику рекомендуют профессию артиста?» да  «Холерику рекомендуют профессию руководителя?» да  «Холерику рекомендуют профессию хирурга?» да  «Холерику рекомендуют профессию следователя?» да  «Холерику рекомендуют профессию флориста?» нет  «Холерику рекомендуют профессию бухгалтера?» нет  «Холерику рекомендуют профессию библиотекаря?» нет  «Флегматику рекомендуют профессию экономиста?» да  «Флегматику рекомендуют профессию электрика?» да  «Флегматику рекомендуют профессию ботаника?» да  «Флегматику рекомендуют профессию врача-терапевта?» да  «Флегматику рекомендуют профессию менеджера?» нет  «Флегматику рекомендуют профессию менеджера?» нет  «Флегматику рекомендуют профессию менеджера?» нет</p>	Каждый учащийся соглашается или опровергает утверждение. Если допустил ошибку, то объясняет, почему он решил, что профессия подходит/не подходит.	<p><b>Познавательные:</b> делать выводы на основе полученных новых знаний.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> умение выражать свои мысли, вступать в активный диалог.</p> <p><b>Регулятивные:</b> умение формулировать свои мысли, способность к мобилизации к волевому усилию (к выбору в ситуации правильного ответа) и преодолению препятствий.</p>

	<p><i>телерепортер?» нет</i>  <i>«Сангвинику рекомендуют профессию делопроизводителя?» нет</i>  <i>«Сангвинику рекомендуют профессию реставратора?» нет</i>  <i>«Сангвинику рекомендуют профессию психолога?» да</i>  <i>«Сангвинику рекомендуют профессию директора предприятия?» да</i>  <i>«Сангвинику рекомендуют профессию инженер-технолог?» да</i>  <i>«Меланхолику рекомендуют профессию ветеринар?» да</i>  <i>«Меланхолику рекомендуют профессию дизайнер?» да</i>  <i>«Меланхолику рекомендуют профессию геолог?» да</i>  <i>«Меланхолику рекомендуют профессию спасатель?» нет</i>  <i>«Меланхолику рекомендуют профессию организатор праздников?» нет</i></p>		
<p><b>Рефлексия учебной деятельности</b></p>	<p>Помогает учащимся оценить свою активность, важность новых знаний.          Стимулирует учащихся на рефлексию.          Предлагает оценить степень усвоения знаний с помощью «Рефлексивного экрана»  <i>«В конце нашего занятия мне важно знать, каким было для вас занятия. На слайде вы видите список с незаконченными предложениями. Вам нужно выбрать несколько и продолжить фразу:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Я сегодня узнал...</i></li> <li>• <i>Было интересно...</i></li> <li>• <i>Для меня было трудным...</i></li> <li>• <i>Выполнять задания было...</i></li> <li>• <i>Я понял, что...</i></li> <li>• <i>Теперь я могу...</i></li> <li>• <i>Я почувствовал, что...</i></li> <li>• <i>Я научился...</i></li> </ul>	<p>Учащиеся выбирают понравившуюся фразу и заканчивают её.          Провести саморефлексию на основе поставленных вопросов.          Осуществляют самооценку собственной деятельности на занятии.          Обобщают полученные результаты, делают выводы.          Демонстрируют свое отношение к новой информации. Оцениваю степень усвоения знаний.</p>	<p><b>Познавательные:</b> умение осмыслить поднятую на занятии проблему, установить взаимосвязь с другими явлениями, понять ее значимость. Оценивание собственной деятельности: достижения, самостоятельность, ошибки.  <b>Коммуникативные:</b> точно выразить свои мысли, осуществлять сотрудничество с участниками занятия.  <b>Регулятивные:</b> умение структурировать полученные знания, выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно.</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• У меня получилось ...</li> <li>• Я смог...</li> <li>• Меня удивило...</li> <li>• Урок дал мне для жизни...</li> </ul>		<p><b>Личностные:</b> умение описывать свои мысли, эмоции и чувства от занятия. Определять мотивы и смысл деятельности на занятии. Применение на практике и в жизни нового материала.</p>
<b>Итог занятия</b>	<p>«Я надеюсь, что знания, полученные на этом занятии, вы будете применять в своей жизни, особенно при выборе профессии. А еще сможете определить темперамент у своих близких, друзей. Спасибо за работу на занятии!»</p>	<p>Участвуют в подведении итогов занятия.</p>	<p><b>Регулятивные:</b> самоконтроль и оценка результатов своей деятельности. Умение соотносить достигнутые результаты с поставленными задачами, оценивать результаты совместной деятельности и факторы влияния на ее результативность.</p> <p><b>Личностные:</b> умение определять мотивы и смысл деятельности на занятии. Применение на практике и в жизни нового материала.</p>

**Список использованных источников:**

1. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – 2-е изд., исправл. – М.: Генезис, 2004.
2. Твоя профессиональная карьера: учеб. Для 8-9 кл. общеобразоват. учреждений/ М.С.Гуткин, П.С. Лернер, Г.Ф. Михальченко и др.; Под ред. С.Н. Чистяковой, Т.И. Шалавиной. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2005.
3. Темперамент и его теории <https://zaochnik.com/spravochnik/psihologija/obschaja-psihologija/temperament/>
4. Темперамент и профессия: как они связаны, правила выборы <https://blog.fenix.help/proforientaciya/tip-temperamenta-professiya>
5. Учение Гиппократ о типах темперамента <https://tepping-test.ru/interesno-znat/uchenie-gippokrata-2.html>