



Гос

Е. В. Меттус, А. В. Литвина

# Я УЧУСЬ ВЫБИРАТЬ ПРОФЕССИЮ



## Тематические рабочие листы



6-7  
классы

Е. В. Меттус

А. В. Литвина

# Я УЧУСЬ ВЫБИРАТЬ ПРОФЕССИЮ

6—7  
К Л А С С Ы

## Тематические рабочие листы

**УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ**

2-е издание, переработанное

МОСКВА  
«ПРОСВЕЩЕНИЕ»

2026

УДК 373.167.1:37.047+37.047(075.3)  
ББК 74.200.53я721  
М54

6+

Издание выходит в pdf-формате.

**Меттус, Елена Валентиновна.**

М54 Я учусь выбирать профессию : 6–7-е классы : тематические рабочие листы : учебное пособие : [издание в pdf-формате] / Е. В. Меттус, А. В. Литвина. — 2-е изд. перераб. — Москва : Просвещение, 2026. — 42 [1] с. : ил.

ISBN 978-5-09-139258-6. — Текст : электронный.

Данное издание адресовано учащимся 6–7 классов, которые работают с пособием «Я учусь выбирать профессию», и включает в себя тематические рабочие листы для выполнения индивидуальных заданий. Выполнение заданий поможет учащимся лучше узнать себя, проанализировать свои достижения в учёбе и сделать первые шаги в профессиональном самоопределении.

Пособие может быть использовано в классе или дома как в рамках внеурочной деятельности, так и в процессе индивидуального психолого-педагогического сопровождения.

**УДК 373.167.1:37.047+37.047(075.3)**  
**ББК 74.200.53я721**

**ISBN 978-5-09-139258-6**

© АО «Издательство «Просвещение», 2025, 2026

© Художественное оформление.

АО «Издательство «Просвещение», 2025, 2026

Все права защищены

Друзья, берегите минуту и час  
Любого из школьных дней!  
Пусть станет профессором каждый из вас  
В профессии нужной своей.

Михаил Раскатов

### **ДОРОГОЙ ДРУГ!**

Тебе предстоит выполнить ряд практических заданий в рабочих листах. Рабочие листы собирай в отдельную папку — портфолио профессионального самоопределения. Предлагаем тебе следующий алгоритм действий.

1. Ознакомься с теорией. Прежде чем переходить к выполнению заданий, задумайся, что особенно ценного было в этом разделе. Информацию об образовательных маршрутах и профессиях собирай в разделе «Копилка полезной информации о вариантах образовательного маршрута и профессиях».

2. Приступай к выполнению задания. Если возникнут сложности или вопросы, обратись к учителю, родителям или педагогу-психологу.

3. Особое внимание удели диагностическому материалу, с помощью которого ты узнаешь, как определять свои приоритеты, ценности, интересы, возможности, склонности. Для качественного анализа результатов профориентационной диагностики необходимо обратиться к специалисту — психологу-профконсультанту, педагогу-психологу, социальному педагогу, учителю. На консультацию лучше прийти с портфолио. Собирай результаты диагностики в разделе «Познаю себя. Мой портрет».

4. После прохождения профессиональных проб, участия в выездных профориентационных мероприятиях оформляй отчёты, используя соответствующие рабочие листы.

5. Чтобы проверить свои знания, выполни итоговые задания (тесты, кейсы и др.).

6. Подведи общие итоги своей работы. Успешно пройденные итоговые тесты и другую информацию о достижениях помести в раздел «Мои достижения в профессиональном самоопределении».

7. Представь своё портфолио профессионального самоопределения родителям, педагогам и одноклассникам.

**Желаем успеха!**

# **ПОРТФОЛИО**

## **ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО**

### **САМООПРЕДЕЛЕНИЯ**

---

---

#### **Разделы:**

- ✓ Познаю себя. Мой портрет
- ✓ Копилка полезной информации о вариантах образовательного маршрута и профессиях
- ✓ Мои достижения в профессиональном самоопределении:
  - карта памяти, итоговые тесты;
  - отчёты о профессиональных пробах;
  - информация о достижениях в учёбе, дополнительном образовании и внеурочной деятельности, мероприятиях вузов и колледжей и др.

---

учебный год

**РАЗДЕЛ**

**ПОЗНАЮ СЕБЯ.**

**МОЙ ПОРТРЕТ**

## **РАЗДЕЛ**

# **КОПИЛКА ПОЛЕЗНОЙ ИНФОРМАЦИИ О ВАРИАНТАХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО МАРШРУТА И ПРОФЕССИЯХ**

## **РАЗДЕЛ**

### **МОИ ДОСТИЖЕНИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ САМООПРЕДЕЛЕНИИ**

## РАБОЧИЙ ЛИСТ № 1. ТЕМА: ВВЕДЕНИЕ В МИР ПРОФЕССИЙ

Разгадай филворд. Найди и выдели цветными карандашами названия профессий. Слова в таблице могут располагаться по горизонтали и вертикали, буквы слов могут образовывать прямой угол.

### ФИЛВОРД «НАЙДИ ПРОФЕССИЮ»

Артист, архитектор, водитель, воспитатель, врач, дизайнер, журналист, крановщик, логопед, орнитолог, повар, учитель.

Ы	А	Н	Г	Б	У	М	Д	И	З	А	Й	К	П	Ь
Л	О	Г	О	П	Е	Д	О	Д	У	В	Н	В	П	О
А	Е	О	Р	Н	П	Л	Ь	Ю	У	Ы	Е	С	М	О
В	Ф	К	Р	И	К	Р	Ж	У	Р	Ы	Р	С	Ц	Ю
О	Ц	А	Й	Т	А	П	Р	О	Н	Ф	С	Д	Э	Ё
С	К	Р	Г	О	Ё	П	О	У	А	Л	И	С	Т	Ц
П	Н	Т	Ъ	Л	О	Г	В	А	Р	А	Р	Ю	Ъ	Е
И	Л	И	С	Т	П	М	Т	Ь	Ц	А	Д	Б	Ц	У
Т	Ж	К	Н	Ж	К	Р	А	Н	У	Р	Х	И	Й	Ч
А	В	О	Д	И	В	А	Е	О	Т	Ь	Б	Т	Й	И
Т	Е	Л	Ь	Т	У	Г	Б	В	Щ	И	Й	Е	Т	Т
Й	В	С	А	Е	Е	Н	Т	Ь	Б	К	Й	К	Б	Е
Ц	А	Р	Т	Л	Н	Б	Ю	Ю	Я	С	М	Т	Х	Л
Ц	П	Р	Ь	Ь	Б	Ю	Ц	Е	Г	Ю	З	О	Ц	Ь
А	Е	П	Р	Й	С	В	Р	А	Ч	Ю	П	Р	Д	Й

Самое важное

---



---



---

## РАБОЧИЙ ЛИСТ № 2. ТЕМА: ЛИЧНЫЕ, ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫЕ КАЧЕСТВА

### ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА



1. Отметь на каждой стрелке, насколько ярко проявляется в тебе соответствующая черта характера (0 — не проявляется, 7 — проявляется максимально).



2. Подумай, для каких профессий важны черты характера, которые ты отметил максимальным количеством баллов. Приведи примеры.

---



---



---

3. Рассмотрй рисунки. Как ты чаще всего ведёшь себя в подобных ситуациях? Определи свой тип темперамента и опиши его основные характеристики.

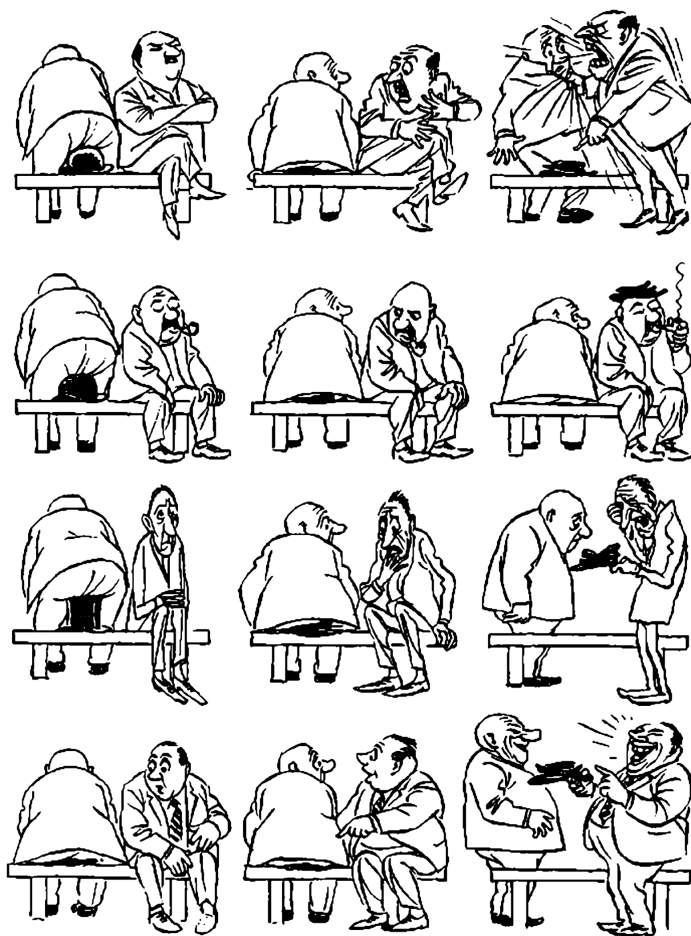
---



---



---



---

---

---

---

---

4. Как ты думаешь, можно ли поменять привычные способы реагирования, изменить манеру поведения? Составь список рекомендаций самому себе.

---

---

---

---

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА**

**1.** Приведи примеры качеств, которые помогают человеку достичь профессионального успеха.

---



---



---



---

**2.** Оцени по семибалльной шкале, как в тебе проявляется каждое из приведённых в таблице положительных качеств, где 0 — не проявляется никогда, 7 — проявляется очень часто.

Личностные качества	0	1	2	3	4	5	6	7
Любознательность								
Общительность								
Вежливость, деликатность								
Самостоятельность								
Ответственность								
Смелость, решительность								
Находчивость								
Отзывчивость, человечность								
Честность								

**3.** Почему эти качества считаются положительными? Приведи примеры ситуаций, в которых они проявляются.

---



---



---



---



**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА (ПРОДОЛЖЕНИЕ)**

1. Составь список своих сильных сторон. На какие из этих качеств ты будешь опираться при выборе профессии? Выдели маркером.

---



---



---



---



---



---

2. Подумай, над какими своими личностными качествами тебе надо поработать, и составь свой план развития значимых качеств личности. Заполни таблицу.

Какие качества я хочу в себе воспитать?	Что я буду делать?	Как я буду отмечать свои успехи?	Мой результат		
			+	±	-

3. Расскажи о себе. Для этого продолжи предложения. Подумай, что ещё ты хочешь сообщить, при необходимости добавь эту информацию. Оформи свою визитную карточку.

**МОЯ ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА**

1. Меня зовут \_\_\_\_\_

2. Я люблю \_\_\_\_\_

3. Я не люблю \_\_\_\_\_

---

## 14

4. Моё любимое занятие \_\_\_\_\_

5. Я увлекаюсь \_\_\_\_\_

6. Я посещаю кружки \_\_\_\_\_

7. Мои любимые учебные предметы \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

8. Мои любимые книги \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

9. Мои любимые фильмы \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

10. Я умею хорошо \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

11. Я часто посещаю интернет-сайты \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

12. В свободное время я \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

13. Мои основные достижения \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

14. Мне интересны профессии, связанные с \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

15. Я мечтаю \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

16. Мне бы хотелось научиться \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Самое важное**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## РАБОЧИЙ ЛИСТ № 3. ТЕМА: ЦЕННОСТИ

### ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА



1. Представь, что перед тобой ларец, в котором могут храниться твои ценности. Напиши, какие ценности ты положишь в этот ларец.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



2. Составь список того, что для тебя является особенно важным и значимым в жизни. Оформи таблицу.

Что для меня является наиболее ценным			
В семье	В школе	В общении с друзьями	В жизни

**Самое важное**

---

---

---

## РАБОЧИЙ ЛИСТ № 4. ТЕМА: ИНТЕРЕСЫ И УВЛЕЧЕНИЯ

### ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА



1. Чем ты любишь заниматься? Какие у тебя увлечения? Составь список своих увлечений.

---

---

2. Подумай, какие профессии связаны с твоими интересами и увлечениями. Приведи примеры таких профессий.

---

---

3. Заполни таблицу. Подумай и запиши, в каких профессиях нужны перечисленные способности.

Способности	Профессии
Богатое воображение	
Способность конструировать	
Хороший глазомер	
Математические способности	
Зрительная память	
Коммуникативные способности	

4. Прими участие в игре «Что мы знаем друг о друге». Заполни таблицу.

Играет на музыкальном инструменте _____ _____ _____	Любит посещать экскурсии _____ _____ _____	Много читает _____ _____ _____
Занимается робототехникой _____ _____ _____	Часто ходит в театры _____ _____ _____	Любит решать математические задачи _____ _____ _____
Играет в шахматы _____ _____ _____	Любит танцевать _____ _____ _____	Хорошо рисует _____ _____ _____
Любит природу, изучает растения _____ _____ _____	Увлекается программированием _____ _____ _____	С удовольствием занимается спортом _____ _____ _____
Любит заботиться о домашних питомцах _____ _____ _____	Любит выступать на сцене _____ _____ _____	Увлекается фотографированием _____ _____ _____

**Самое важное**

---

## РАБОЧИЙ ЛИСТ № 5. ТЕМА: ДЛЯ ЧЕГО МЫ УЧИМСЯ? ЧТО ТАКОЕ МОТИВАЦИЯ

### ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА (ПРОДОЛЖЕНИЕ)



1. Оцени по шкале уровень развития у тебя внутренней мотивации. (0 — не проявляется, 7 — проявляется максимально).

0 —————> 7

2. Проанализируй свою учебную деятельность. Проставь напротив каждого учебного предмета букву подходящего ответа в каждую колонку: **А** — всегда хорошо\* (во 2-м столбце), интересно (в 3-м столбце), комфортно (в 4-м столбце); **В** — чаще всего хорошо\*, интересно, комфортно; **С** — иногда хорошо\*, интересно, комфортно, иногда — нет; **Д** — чаще всего плохо\*, совсем не интересно, некомфортно; **Е** — всегда плохо\*, совсем не интересно, некомфортно.

\* Отвечая на вопрос «Как я учусь?», отмечай не оценку, которую поставил учитель, а насколько хорошо ты старался, насколько ты продвинулся в освоении учебного материала по сравнению с твоими предыдущими результатами. Оценка, которую поставил учитель, тоже очень важна, но в данном случае тебе необходимо постараться быть максимально объективным, чтобы оценить свои затраченные усилия и собственное продвижение в учёбе, даже если пока это не отразилось на отметках. Заполни таблицу.

Предметы	Как я учусь?	Интересно ли мне?	Как я себя чувствую?
Русский язык			
Литература			
Математика			

Предметы	Как я учусь?	Интересно ли мне?	Как я себя чувствую?
История			
Биология			
География			
ИЗО			
Технология (труд)			
Физкультура			
Иностранный язык			
Музыка			

**3.** Напиши, какие предметы вызывают у тебя наибольший интерес.

---

---

---

---

---

---

---

---

## 20

4. Что ты можешь сделать, чтобы появился интерес к тем предметам, по которым у тебя низкий уровень включённости и эмоционального благополучия? Составь план действий.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

5. Считаешь ли ты, что обладаешь внутренней мотивацией к учёбе? Письменно аргументируй свою точку зрения.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Самое важное**

---

---

---

---

---

---

---

---

## РАБОЧИЙ ЛИСТ № 6. ТЕМА: СИСТЕМА ОБРАЗОВАНИЯ В РОССИИ

### ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА



1. Заполни таблицу «Моё дополнительное образование».

Название кружка (секции)	Где находится	Время и дни занятий	ФИО педагога	Что взять с собой на занятия

2. Заполни таблицу своих достижений. Подумай, какие из них наиболее значимы для твоего будущего.

Виды деятельности	Показатели	1-е полугодие	2-е полугодие
Учебная деятельность	Как я учился		
	Я принял участие в		
	Мой результат		

Виды деятельности	Показатели	1-е полугодие	2-е полугодие
Внеурочная деятельность	Как я учился		
	Я принял участие в		
	Мой результат		
Кружок (секция, студия и др.)	Как я учился		
	Я принял участие в		
	Мой результат		
Хобби	Я принял участие в		
	Мой результат		

**Самое важное**

---



**РАБОЧИЙ ЛИСТ № 8. ТЕМА:  
ЗНАКОМСТВО С ПРОФЕССИЯМИ.  
ПРОФОРИЕНТАЦИОННАЯ ЭКСКУРСИЯ**

Прими участие в профориентационной экскурсии и оформи отчёт.

**Профориентационная экскурсия. Отчёт**

**1.** Где я был? \_\_\_\_\_

---

---

**2.** Что я узнал об этой организации (предприятии)? \_\_\_\_\_

---

---

---

**3.** Люди каких профессий здесь работают? \_\_\_\_\_

---

---

---

**4.** Какую работу они выполняют? \_\_\_\_\_

---

---

---

**5.** Фото с экскурсии.



## ФИЛВОРД

Добыча, транспорт, связь, культура, наука, управление, торговля, здравоохранение, финансы, страхование, строительство, промышленность, геодезия, снабжение, сбыт, животноводство.

Ы	К	П	И	Ы	Ш	Н	Н	О	З	О	У	П	Е	Ч
С	Д	Ф	Я	М	Л	Е	Ь	С	Д	Б	Е	С	Н	Е
Н	О	П	Р	О	Ъ	К	У	Т	Р	С	Н	А	А	Н
А	Б	С	В	Я	З	Ь	Л	Ь	А	Д	Ю	Б	У	И
Н	Ы	Ч	А	Ы	Т	Э	Ь	Ы	В	О	О	Ж	К	Е
И	Ф	Я	В	Б	Ж	З	Т	У	Р	А	Х	Е	А	В
Д	Г	У	К	С	И	Ч	Ц	С	Х	В	Р	Н	О	Э
С	Е	М	И	Л	Т	О	Р	Т	Ф	М	А	И	С	Ю
Т	О	З	И	Я	Е	Ы	Г	Р	О	Г	Н	Е	Ж	Э
Р	Д	Е	А	Н	И	П	О	С	И	Т	Е	Н	И	Е
А	Х	О	В	С	Е	Х	В	Л	Я	Е	Л	Ь	С	Т
Н	У	Й	Р	О	Б	Т	Р	А	Н	С	П	О	Р	В
Е	П	Р	А	В	Л	Е	О	Д	С	Т	В	О	Т	О
Д	Ж	И	М	Т	Ь	Н	В	О	Н	Т	О	В	И	Ж

**Самое важное**

---



---



---



---

## **РАБОЧИЙ ЛИСТ № 9. ТЕМА: ЗНАКОМСТВО С ПРОФЕССИЯМИ. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОБА**

Прими участие в профессиональной пробе и оформи отчёт.

### **ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОБА**

Дата \_\_\_\_\_

Название профессиональной пробы

---

Место проведения

---

Что я делал (кратко опиши этапы выполнения задания)

---

---

Какие материалы (инструменты, средства) я использовал

---

---

С кем я взаимодействовал

---

Какой результат я получил

---

Доволен ли я своим результатом

---

Приложи ФОТО

**Самое важное**

---

**РАБОЧИЙ ЛИСТ № 9. ТЕМА:  
ЗНАКОМСТВО С ПРОФЕССИЯМИ.  
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОБА**

Прими участие в профессиональной пробе и оформи отчёт.

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОБА**

Дата \_\_\_\_\_

Название профессиональной пробы

\_\_\_\_\_

Место проведения

\_\_\_\_\_

Что я делал (кратко опиши этапы выполнения задания)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Какие материалы (инструменты, средства) я использовал

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

С кем я взаимодействовал

\_\_\_\_\_

Какой результат я получил

\_\_\_\_\_

Доволен ли я своим результатом

\_\_\_\_\_

Приложи ФОТО

**Самое важное**

\_\_\_\_\_

## **РАБОЧИЙ ЛИСТ № 9. ТЕМА: ЗНАКОМСТВО С ПРОФЕССИЯМИ. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОБА**

Прими участие в профессиональной пробе и оформи отчёт.

### **ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОБА**

Дата \_\_\_\_\_

Название профессиональной пробы

---

Место проведения

---

Что я делал (кратко опиши этапы выполнения задания)

---

---

Какие материалы (инструменты, средства) я использовал

---

---

С кем я взаимодействовал

---

Какой результат я получил

---

Доволен ли я своим результатом

---

Приложи ФОТО

**Самое важное**

---

## РАБОЧИЙ ЛИСТ № 10. ТЕМА: ЦЕННОСТИ ТРУДА

### ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА



1. Чтобы понимать, какие ценности труда для тебя наиболее важны, проранжируй их (расставь в определённой последовательности и запиши) от наиболее значимых к наименее. Дополни предложенный список при необходимости.

#### Мои ценности труда

1		карьеру, самореализация, высокая заработная плата, творчество, польза обществу, саморазвитие, престиж, деловое общение, комфортные условия труда...
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

2. Поработай с таблицей. Задумайся над целями своей будущей профессии и трудовой деятельности.

### Мои цели труда

Профессии, которые мне нравятся	Что я буду делать?	Зачем я буду это делать?

Самое важное

---

**РАБОЧИЙ ЛИСТ № 11. ТЕМА:  
МОИ ВОЗМОЖНОСТИ**

Заполни таблицу. Какими возможностями ты обладаешь на данный момент?

Что я умею делать хорошо?	Какими качествами я обладаю?	Учебные предметы, которыми я интересуюсь	Мои основные достижения (творческие работы, победы в конкурсах, ученические проекты и др.)

**Самое важное**

---

## РАБОЧИЙ ЛИСТ № 12. ТЕМА: ПРОФИОРИЕНТАЦИОННАЯ ДИАГНОСТИКА

Пройди профориентационную диагностику, используя методику «Карта интересов». Оформи результаты в таблице и проанализируй их.

### ПРОФИОРИЕНТАЦИОННАЯ ДИАГНОСТИКА

	Биология	Химия	Физика	ИКТ	Экономика	Иностранный язык	Математика	Обществознание	Педагогика	Медицина	Журналистика	Психология	История	Литература
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
+														
-														

Проанализируй результаты профориентационной диагностики.

### «Карта интересов»

Наиболее интересные области: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Менее интересные области: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Активно отрицаются области: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



1. Пройди профориентационную диагностику, используя методику «Типы интеллекта». Оформи результаты в таблице и проанализируй их.

### «Типы интеллекта»

В таблице обведи номера вопросов, которые ты отметил знаком «+». Сосчитай в каждой строке количество обведённых номеров и поставь сумму ответов. Строка с наибольшим количеством баллов указывает на ведущий тип интеллекта.

Типы интеллекта	Пункты анкеты	Общая сумма	Описание
Лингвистический	5, 9, 19, 20		Любит писать, читать и слушать, рассказывать истории, игры со словами (кроссворды и пр.). Хорошо запоминает даты, имена и другую информацию
Математико-логический	6, 11, 22, 28		Легко справляется с арифметическими задачами, анализирует данные, причины и следствия
Визуально-пространственный	2, 12, 18, 24		Мыслит образами и «картинками». Любит рисовать, раскрашивать, лепить, рассматривать и анализировать карты и диаграммы
Музыкальный	4, 10, 17, 27		Легко запоминает мелодии. Любит что-нибудь делать под музыку. Имеет хорошее чувство ритма. Часто играет на музыкальных инструментах
Межличностный	3, 8, 13, 23		Любит общение. Хороший организатор. Как правило, хорошо понимает чувства других людей

Типы интеллекта	Пункты анкеты	Общая сумма	Описание
Внутриличностный	7, 15, 16, 26		Сконцентрирован на себе. Независим от чужого мнения. Предпочитает оставаться в одиночестве, занимаясь любимыми делами или работой
Кинестетический	1, 14, 21, 25		Воспринимает информацию через движение. Всегда в движении, физически активен. Во время разговора с людьми любит прикасаться к ним

Мой ведущий тип интеллекта: \_\_\_\_\_

Соответствуют ли результаты диагностики твоим реальным интересам, учебным результатам и достижениям в дополнительном образовании и внеурочной деятельности?

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

**Самое важное**

---



---



---



---

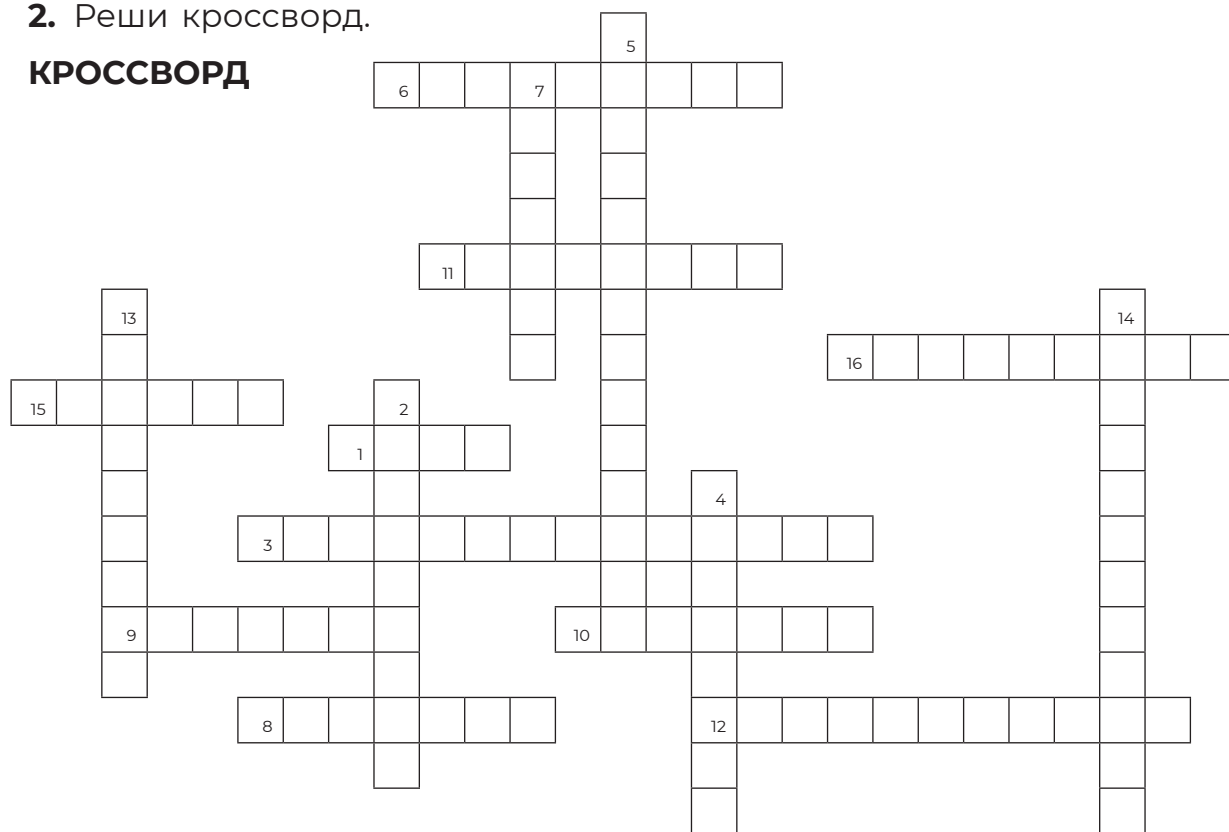


---

## 36

2. Реши кроссворд.

### КРОССВОРД



#### По горизонтали:

1. Вставь недостающее слово в поговорку «Терпение и ... всё перетрут».
3. Комплекс мероприятий, помогающих человеку определиться с выбором сферы своей профессиональной деятельности в будущем.
6. Побудительная сила, причина, по которой человек делает что-либо.
8. Кому принадлежат слова «Дайте мне точку опоры, и я переверну Землю»?
9. Особое внимание, которое человек проявляет к чему-либо с целью узнать об этом как можно больше.
10. Профессионал, который занимается воспитанием, обучением и развитием человека, помогает ему приобрести знания, умения и навыки, важные для жизни, профессии, общения с окружающими.
11. То, что особенно значимо, важно для людей.
12. Совокупность индивидуальных особенностей человека, проявляющихся в его поведении и смене настроения.
15. Выдающиеся способности человека.
16. Древнегреческий учёный, создавший учение о темпераменте.

#### По вертикали:

2. Трудовая деятельность, которая требует определённой подготовки и приносит доход.
4. Сочетание душевных свойств, разных качеств человека, которые определяют его поведение и образ жизни.
5. Воспитание самого себя; деятельность человека, направленная на совершенствование своей личности.
7. Специалист, который занимается разработкой и конструированием технических устройств, машин и оборудования.
13. Занятие, которому человек посвящает своё свободное время; то, чем человек занимается с большим интересом и удовольствием.
14. Высококласный специалист в своей профессии.

## **РАБОЧИЙ ЛИСТ № 13. ТЕМА: ПРОБУЮ ПРОФЕССИЮ. РАБОЧЕЕ МЕСТО ПРОФЕССИОНАЛА**

Познакомься с рабочим местом профессионала и оформи отчёт.

### **Рабочее место профессионала. Отчёт**

1. Профессия.

---

2. Место работы.

---

3. Особенности учреждения (предприятия, организации).

---

---

4. Требования к внешнему виду сотрудников.

---

---

5. Режим работы учреждения (предприятия, организации).

---

---

6. Оборудование и инструменты, используемые представителем профессии.

---

---

7. С кем взаимодействует представитель профессии?

---

---

8. Техника безопасности.

---

---

**РАБОЧИЙ ЛИСТ № 14. ТЕМА:  
ПРОБУЮ ПРОФЕССИЮ. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ПРОБА**

Посети профессиональную пробу и оформи отчёт.

**Профессиональная проба**

**1.** Какова была задача профессиональной пробы?

---

---

---

**2.** Назови профессию, с которой ты познакомился.

---

---

**3.** Каков был план твоих действий?

---

---

---

**4.** Какие инструменты и материалы ты использовал?

---

---

---

**5.** Какой результат ты получил?

---

---

**6.** Какие навыки продемонстрировал профессионал?

---

---

**7.** Чему новому ты научился?

---

## **РАБОЧИЙ ЛИСТ № 14. ТЕМА: ПРОБУЮ ПРОФЕССИЮ. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОБА**

Посети профессиональную пробу и оформи отчёт.

### **Профессиональная проба**

**1.** Какова была задача профессиональной пробы?

---

---

---

**2.** Назови профессию, с которой ты познакомился.

---

---

**3.** Каков был план твоих действий?

---

---

---

**4.** Какие инструменты и материалы ты использовал?

---

---

---

**5.** Какой результат ты получил?

---

---

**6.** Какие навыки продемонстрировал профессионал?

---

---

**7.** Чему новому ты научился?

---

**РАБОЧИЙ ЛИСТ № 14. ТЕМА:  
ПРОБУЮ ПРОФЕССИЮ. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ПРОБА**

Посети профессиональную пробу и оформи отчёт.

**Профессиональная проба**

**1.** Какова была задача профессиональной пробы?

---

---

---

**2.** Назови профессию, с которой ты познакомился.

---

---

**3.** Каков был план твоих действий?

---

---

---

**4.** Какие инструменты и материалы ты использовал?

---

---

---

**5.** Какой результат ты получил?

---

---

**6.** Какие навыки продемонстрировал профессионал?

---

---

**7.** Чему новому ты научился?

---

## **РАБОЧИЙ ЛИСТ № 14. ТЕМА: ПРОБУЮ ПРОФЕССИЮ. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОБА**

Посети профессиональную пробу и оформи отчёт.

### **Профессиональная проба**

**1.** Какова была задача профессиональной пробы?

---

---

---

**2.** Назови профессию, с которой ты познакомился.

---

---

**3.** Каков был план твоих действий?

---

---

---

**4.** Какие инструменты и материалы ты использовал?

---

---

---

**5.** Какой результат ты получил?

---

---

**6.** Какие навыки продемонстрировал профессионал?

---

---

**7.** Чему новому ты научился?

---

**РАБОЧИЙ ЛИСТ № 14. ТЕМА:  
ПРОБУЮ ПРОФЕССИЮ. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ПРОБА**

Посети профессиональную пробу и оформи отчёт.

**Профессиональная проба**

**1.** Какова была задача профессиональной пробы?

---

---

---

**2.** Назови профессию, с которой ты познакомился.

---

---

**3.** Каков был план твоих действий?

---

---

---

**4.** Какие инструменты и материалы ты использовал?

---

---

---

**5.** Какой результат ты получил?

---

---

**6.** Какие навыки продемонстрировал профессионал?

---

---

**7.** Чему новому ты научился?

---



Учебное издание

**Меттус** Елена Валентиновна  
**Литвина** Анна Валерьевна

**Я учусь выбирать профессию**

6—7 классы

Тематические рабочие листы  
Учебное пособие

Центр географии и картографии  
Ответственный за выпуск *Н. В. Ольховая*  
Редактор *Н. В. Ольховая*  
Художественный редактор *Н. Г. Капля*  
Техническое редактирование *А. Е. Мажар*  
Компьютерная вёрстка *Д. Ю. Герасимова*  
Корректор *Г. И. Мосякина*

Подписано в печать 29.05.2026. Формат 84×108/16. Гарнитура Montserrat.  
Усл. печ. л. 4,2. Уч.-изд. л. 5,8.

Акционерное общество «Издательство «Просвещение».  
Российская Федерация, 127473, г. Москва, ул. Краснопролетарская,  
д. 16, стр. 3, помещение 1Н.

Адрес электронной почты «Горячей линии» — **vopros@prosv.ru**.