



Ефективна комунікація	Самоконтроль	Емпатія	Кооперація	Розв'язання проблем	Запобігання та розв'язання конфліктів	Асертивність	Самооцінка, самоповага	Повага до прав людини	Гендерна чутливість	Активне громадянство
-----------------------	--------------	---------	------------	---------------------	---------------------------------------	--------------	------------------------	-----------------------	---------------------	----------------------

## Самовизначення і вибір професії



### Мета

Ознайомити учнів із складовими життєвого самовизначення, формулою вибору професії, надати підтримку у визначенні критеріїв та особистих мотивів для вибору професії.



### Очікувані результати

Наприкінці заняття учні:

- *називають* складові життєвого самовизначення;
- *розповідають* про формулу вибору професії;
- *складають* особистий рейтинг мотивів для вибору професії;
- *критично* аналізують гендерні стереотипи щодо вибору професії.



### Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери.
- Комп'ютер, доступ до Інтернету, мультимедійний проектор (*бажано*).

### Що підготувати заздалегідь

- Роздрукувати Роздаткові матеріали для учнів і Додатки для вчителя.
- Перевірити презентацію та відео до теми.

## Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	10 хв.
Інформаційне повідомлення «Формула професійного самовизначення»	4 хв.
Вправа «Мотиви для вибору професії»	8 хв.
Руханка «Вгадай професію»	5 хв.
Робота в групах «Професія і гендерні стереотипи»	9 хв.
Інформаційне повідомлення: «Класифікатор професій»	4 хв.
Підсумкові завдання	5 хв.
<i>Усього тривалість</i>	<i>45 хв.</i>

**Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)**

1. Зворотний зв'язок: «Що ми робили на минулому занятті?». Запропонуйте двом-трьом бажаним продемонструвати свої «Номограми характеру» і сказати, які вигоди вони можуть отримати, удосконаливши одну із рис характеру.
2. Назвіть тему уроку: «Сьогодні ми поговоримо про життєве самовизначення та його складові, зокрема про професійне самовизначення».
3. Знайомство.

*Слово вчителя:* «Життєве самовизначення є головним завданням підліткового віку, важливою умовою подальшого розвитку і самореалізації. Самовизначення охоплює кілька важливих компонентів».

Роздайте учням *Додаток 4.1* і запропонуйте записати в кожному секторі відповідь на запитання:

- Якою людиною я хочу стати? (*Про особистісне самовизначення.*)
- Яку я хочу мати родину? (*Про сімейне самовизначення.*)
- Ким я хочу бути? (*Про професійне самовизначення.*)
- Якого соціального статусу я прагну? (*Про соціальне самовизначення.*)

*Примітка:* прикладами соціального статусу є позиція керівника чи підлеглого, приватної чи публічної особи, лідера або члена команди.

- Дайте учням 3 хвилини на виконання цього завдання. Запропонуйте поділитися тим, що вони записали, зі своїм сусідом.

- Один або двоє бажаних можуть озвучити написана.

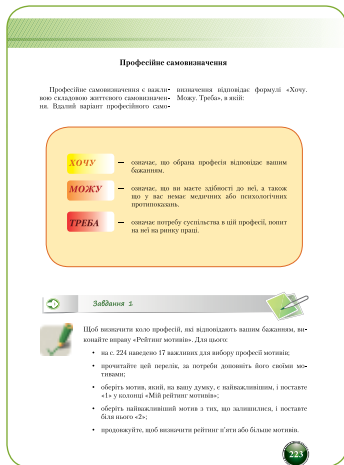
*Підсумуйте:* «У процесі самовизначення людина усвідомлює не лише те, чого вона хоче досягти у майбутньому, а й те, які кроки треба зробити на цьому шляху. Отже, це не лише мрії про майбутнє, а й формування стійких прагнень і щоденні зусилля для їх реалізації. У процесі самовизначення вам допоможуть такі поради:

1. Ставтеся до свого життя як до унікального й дуже відповідального шансу реалізувати себе.
2. Не зациклюйтесь передчасно на чомусь одному, дайте простір своїй уяві, приміряйте різні соціальні ролі та розвивайте необхідні для їх виконання життєві навички.
3. Завжди намагайтеся брати на себе відповідальність за те, що відбувається у вашому житті, не перекладайте відповідальність на інших людей чи обставини.
4. Плануючи віддалене майбутнє, завжди запитуйте себе: «А що я можу зробити для цього вже сьогодні?»

**Інформаційне повідомлення: «Формула професійного самовизначення»**

1. Бажаючі по черзі зачитують інформацію з Роздаткових матеріалів для учнів про те, який варіант професійного самовизначення можна вважати вдалим (*критерії: «Хочу», «Можу» і «Треба»*).

*Підсумуйте:* «Коли всі компоненти формули збігаються, людина отримує задоволення від роботи, досягає високого рівня майстерності та отримує гідну винагороду за свою працю».



2. Розкажіть про Григорія Сковороду і його думки щодо спорідненої праці.

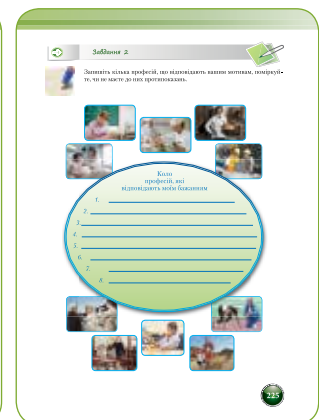
*Слово вчителя:* «Про “сродну” (споріднену) працю як запоруку людського щастя писав український філософ Григорій Сковорода. Він вважав, що важливо вчасно помітити природні нахили дитини і в жодному разі не створювати перешкод для її розвитку. Коли дозволити селянській дитині, якщо вона того хоче, стати музикою і все своє життя присвятити цьому прекрасному мистецтву, а синові монарха, якщо він не має бажання, а головне — хисту керувати країною, дозволити працювати на землі, люди стануть щасливішими. Коли займаєшся улюбленою справою, навіть результативність твоєї діяльності відчутно зростає і саме суспільство стане кращим, бо всі — від хлібороба до полководця — робитимуть свою справу творчо, професійно і з задоволенням».

**Вправа «Мотиви для вибору професії»** (надати можливість визначити власні мотиви для вибору професій)

- Роздайте учням таблицю з переліком мотивів для вибору професій (Завдання 1 із Роздаткових матеріалів для учнів). Запропонуйте їм визначити, який із мотивів вони б поставили на

першому місці при виборі професії і написати навпроти нього «1». Далі обрати найкраще з того, що залишилося і написати цифру «2», і так далі, визначивши 5 найважливіших мотивів.

- По завершенні запропонуйте записати 5 професій, що відповідають обраним особистим мотивам, і щодо яких вони не мають медичних протипоказань (Завдання 2 у Роздаткових матеріалах для учнів). Професія може задовольняти усі 5 обраних мотивів або декілька з них. Бажаючі озвучують свої результати.



**Запитання для обговорення:**

- Чи вдалося вам визначити професії, які повністю відповідають вашим мотивам?
- Які були проблеми? (Наприклад, складно підібрати професію, яка одночасно є легкою та спокійною і забезпечує високий зарібок)

**Підсумуйте:** «При виборі професії важливо визначити власні мотиви і керуватися ними».

**Руханка «Вгадай професію»**

- Запропонуйте учням стати в коло і задумати певну професію. Далі вони по черзі говорять: «Саймон сказав: “Роби

так»), — і показують рух, характерний для представників цієї професії, наприклад, покрутити кермо. Решта учнів повторюють цей рух і намагаються вгадати професію (*водій*). І так далі по колу.

**Робота в групах «Професія і гендерні стереотипи» (виконують у тих самих групах)**

1. Нагадайте учням, що таке гендерні стереотипи: «Гендерні стереотипи — сформовані культурою узагальнені уявлення про те, як мають поводитися чоловіки і жінки, у що вони мають вдягатися, чим займатися тощо. Чимало гендерних стереотипів стосуються професій».
2. Роздайте групам аркуші із Завданням 3 із Роздаткових матеріалів для учнів і запропонуйте заповнити таблицю.

	Ч	Ж	У/Ж
Фермер			
Учений			
Педагог			
Продавець			
Пробірник			
Інженер			
Будівельник			
Лікар			
Медсестра			
Бізнесмен			
Учитель			
Архітектор			
Автовепаєник			
Машинист			
Бухгалтер			
Садівник			

\* Чи були у вас розмови стосовно заповнення таблиці? Як саме?  
 \* Чи є у цьому переліку суто «чоловічі» або суто «жіночі» професії?  
 \* Чи існують насправді дослідження в цих галузях «чоловічих професій» чи «жіночих професій»?  
 \* Чи варто доміняти гендерні стереотипи обмежувати можливості людей у досягненні своїх професійних цілей?

**Запитання для обговорення:**

- Чи мали ви нечітко під час заповнення таблиці? Які саме?
- Чи є у цьому переліку суто «чоловічі» або суто «жіночі» професії?
- Чи знаєте ви жінок, які досягли успіху в так званих «чоловічих» професіях і навпаки? Наведіть приклади.

- Чи варто дозволяти гендерним стереотипам обмежувати можливості людей у їх бажаннях та мріях?
1. Продемонструйте учням відео «Майстерність не має статі».



<http://autta.org.ua/ua/materials/material/Maystern-st-ne-maie-stat/>

*Підсумуйте: «Нині практично не існує суто «чоловічих» або «жіночих» професій, тому не варто обмежувати свій вибір гендерними стереотипами».*

**Інформаційне повідомлення «Класифікатор професій»**

1. За допомогою презентації розкажіть, які існують типи професій.
- Професії «людина-природа» — об'єктом праці є живі організми (*агроном, зоотехнік, ветеринар, садівник, лісник та ін.*).
  - Професії «людина-техніка» — об'єктом праці є технічні системи, машини, устаткування, матеріали, енергія (*то-*

кар, слюсар, шофер, конструктор, інженер, тракторист, радіотехнік, сантехнік та ін.).

- Професії «людина — знакова система» — об'єктом роботи тут є умовні знаки, цифри, коди, таблиці (*програмісти, статистики, оператори ЕОМ, бібліотекарі, економісти та ін.*).
- Професії «людина-художній образ» — об'єктом праці є художні образи, їх елементи та особливості (*фотограф, художник, поет, письменник, музикант, ювелір, композитор, дизайнер, модельєр та ін.*).
- Професії «людина-людина» — предметом праці є люди, групи, колективи (*офіціант, продавець, учитель, вихователь, юрист, лікар, психолог, соціолог, керівник, дипломат, міліціонер та ін.*).
- Чимало професій можна віднести до декількох типів одночасно, але основним показником є найголовніший об'єкт, з яким працює людина.

*Примітка! Після кожного слайду запитуйте учнів, які ще професії можна віднести до певного типу.*

**Підсумкові завдання (закріпити набуті знання)**

1. Зачитайте підсумки:

- Вдалих варіант професійного самовизначення відповідає формулі: «Хочу, можу, треба».
  - Коли усі компоненти формули збігаються, людина отримує задоволення від роботи, досягає високого рівня майстерності та отримує гідну винагороду за свою працю.
2. Вправа «Відкритий мікрофон». Попросіть учнів по черзі продовжити фразу: «На цьому тренінгу мені сподобалося / не сподобалося / .., я дізнався...»

3. Завершення заняття.

*Слово вчителя:* «Щоб втілити у життя всі свої бажання та прагнення, необхідно спочатку з'ясувати, чого ми, насправді хочемо. А ще, крім усього, треба, щоб у житті нам поталанило».

- Попросіть учнів стати боком у тісне коло, праві руки витягнути до центру і, стрибаючи на правій нозі, усім разом повторювати: «Хай сьогодні нам щастить, хай нам завтра пощастить, хай в усьому нам щастить!»

