

Урок № 12

Тема. Становлення особистості

Біосоціальний характер особистості. Розвиток особистості. Формування самосвідомості у підлітковому віці.

Відпрацювання алгоритму постановки й досягнення мети

Мета: дати уявлення про біосоціальний характер особистості та основні етапи її розвитку; вчити здійснювати аналіз складових свого особистісного розвитку; сприяти формуванню в учнів самосвідомості; розвивати толерантність, навички самоусвідомлення та самооцінки; виховувати свідоме прагнення ставити цілі й досягати їх.

ХІД УРОКУ**I. Організаційний момент****II. Активізація чуттєвого досвіду, опорних знань учнів****1. Вступне слово**

Становлення особистості підлітка передбачає засвоєння ним системи суспільних цінностей. На цей процес впливає близьке оточення, культурне середовище, в якому перебуває підліток, субкультура, до якої він себе відносить, засоби масової інформації та інші інформаційні джерела, спілкування в соціальних мережах. Надає процесу особистісного становлення цільової спрямованості, створюючи тим самим виховне середовище, навчальний заклад.

Щоб «рости» психічно і духовно, людині треба проникати в глибину тієї чи іншої цінності. Це здійснюється за допомогою процесів пізнання, засвоєння. Наприклад, національна свідомість формується шляхом вивчення рідної мови, історії та звичаїв свого народу, народного мистецтва, родинно-побутової культури тощо.

Пізнання свого внутрішнього світу – справа непросте, потребує постійних зусиль, волі. Але без цього особистість не матиме чітких життєвих цілей, сенсу буття, успіху.

III. Мотивація навчальної діяльності учнів. Повідомлення теми уроку. Матеріал можна переглянути за посиланням <https://youtu.be/oywOwyO5tgI>.

IV. Осмислення учнями знань**1. Глосарій. Робота з термінами і поняттями**

Становлення особистості – це закономірний процес, у ході якого підліток, з одного боку, перебуває під впливом оточуючих, а з іншого – може сам на себе впливати, змінювати себе, обирати своє коло спілкування і форми діяльності, набувати нового досвіду.

1. Проблемне запитання

- Чому говорять: «Поганий досвід – також цінний досвід», «Досвід – найкращий учитель» тощо?

2. Робота за таблицею «Етапи психосоціального розвитку особистості»

Період	Провідна діяльність	Провідна сторона соціалізації
1. Дитинство (0-1 рік)- етап “довіри до світу”	Емоційне спілкування з дорослими	Освоєння норм відносин між людьми
2. Дитинство (1-3 роки) - етап “самостійності”	Предметна діяльність	Опанування суспільно вироблених способів діяльності з предметами
3. Дошкільне дитинство (3-6-7 років) - етап “вибору ініціативи”	Гра	Освоєння соціальних ролей, взаємовідносин між людьми
4. Молодший шкільний вік (6-11 років)- етап “майстерності”	Навчальна діяльність	Освоєння знань, розвиток інтелектуально - пізнавальної сфери особистості
5. Підлітковий (11-14 років)	Спілкування з ровесниками	Освоєння норм відносин між людьми
6. Юнацький (14-18 років) - етап самовизначення “світ і я”	Навчально - фахова діяльність	Освоєння фахових знань, умінь
7. Пізня юність (18-25 років) - етап “людської близькості”	Трудова діяльність, фахове навчання	Освоєння норм відносин між людьми і професійно-трудова умінь
8. Етап людської зрілості		

Психічні властивості особистості відчувають на собі вплив соціальних факторів, опосередковуються ними - і спілкування, і спрямованість, і самосвідомість, і досвід, і інтелект, і темперамент. Однією з властивостей

людини, що формується під безпосереднім впливом суспільства, взаємодії особистості з іншими людьми, є характер.

Характер - це особливі прикмети, риси, котрих людина набуває в суспільстві. Таких рис психологи налічують декілька тисяч. Характер зумовлює для особистості засоби поведінки, вчинки у стосунках з іншими. Характер - це певна програма поведінки.

Характер формується з перших днів життя людини до останніх її днів. У перші роки життя провідним фактором розвитку характеру стає наслідування дорослим; у молодшому віці поряд із наслідуванням на перше місце виступає виховання. А починаючи з підліткового віку важливу у формуванні характеру відіграє *самовиховання*. Характер може свідомо цілеспрямовано вдосконалюватися самою людиною завдяки зміні соціальної поведінки, спільної діяльності, спілкування з іншими людьми. Треба знати, що характер можна змінювати протягом усього життя людини.

3. Біосоціальний характер особистості

Людина – біосоціальна істота, невід’ємна частина природи, живий організм, що підкоряється біологічним законам і який з огляду на особливості свідомості та психіки пристосований до суспільного способу буття разом із подібними собі. Вона може цілеспрямовано вдосконалювати світ і саму себе.

Отже, поняття «біосоціальний характер особистості» несе в собі повідомлення про людину як частину природи і суспільства.

Особа – конкретна людина, яка є учасником суспільних відносин, тобто членом суспільства й свідомої діяльності.

Особистість – це конкретний індивід, що вирізняється неповторною сукупністю соціально значущих рис, які знаходять свій прояв у його відносинах з іншими людьми.

- Порівняйте поняття «особа» і «особистість».

Висновок. Людина особистістю не народжується, а формується в системі історичних суспільних відносин; вона є продуктом суспільства.

4. Формування самосвідомості у підлітковому віці (ілюстративний супровід)

Демонстрація відповідних зображень, за якими учні складають інформаційне повідомлення про формування самосвідомості у підлітковому віці.



У підлітковому віці послідовно з'являються 2 особливі форми самосвідомості: відчуття дорослості і «я – концепція».

«Я –

«Я» реальне

«Я» ідеальне

Підліткам ще далеко до істинної дорослості – і фізично, і психологічно, і соціально, але він прагне до неї і претендує на рівні з дорослими права.

Самовизначення, самооцінка

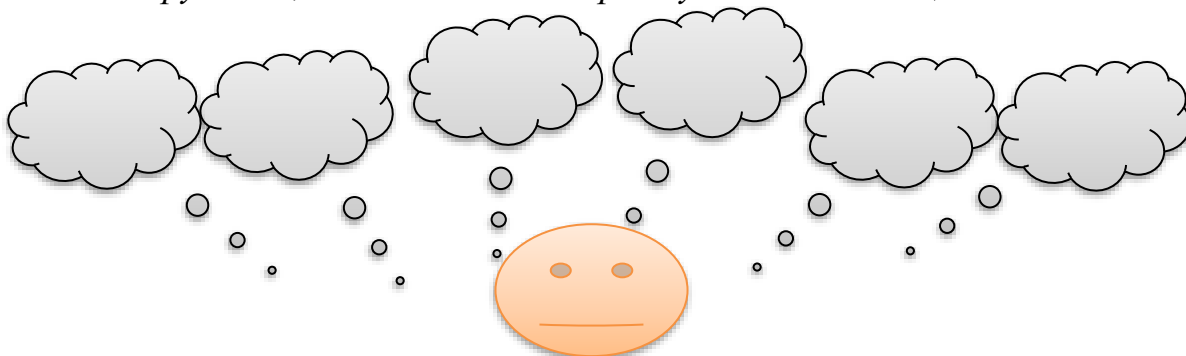
На основі суджень
дорослих про себе, тобто
дивиться на себе очима

На основі порівняння з
ідеалом, тобто оцінює себе

V. Узагальнення та систематизація знань

1. Вправа «Асоціативний куш»

Складіть схему до поняття «важливі питання у підлітковому віці»: «Хто я?», «Який я?», «Для чого живу?», «Чого хочу досягти в житті?», «Хто є справжнім другом?», «Яка моя головна роль у житті?» тощо.



2. Оздоровлювальна вправа. Комплекс «Правильна постава»

1. Вихідне положення – руки на поясі. Повернути тулуб ліворуч, руки в бік долонями вгору, повернутися у вихідне положення. Те саме, але в інший бік.
2. Вихідне положення – основна стійка. Підняти вперед праву ногу, зігнуту в коліні. Руками притиснути коліно до грудей, повернутися у вихідне положення. Те саме, починаючи з лівої ноги.

3. Практична робота. Відпрацювання алгоритму постановки й досягнення мети

3.1. Принципи постановки й досягнення мети

Доки у вас є цілі, є, до чого прагнути, ви живите, розвиваєтеся. Щоб цей розвиток був динамічним, необхідно навчитися ставити перед собою цілі, усвідомлювати чітко свою мету.

Перший принцип свідчить про те, що ставити собі мету треба правильно: її необхідно чітко уявляти і, по можливості, візуалізувати. Вона не повинна заважати досягненню якихось інших цілей і бути здійсненою (реальною), а не із сфери фантастики.

Другий принцип: формулюючи мету, не користуйтеся запереченнями і абстрактними визначеннями, уникайте розпливчастих формулювань, оперуйте точними цифрами і датами.

Третій принцип: цілі потрібно обов'язково записувати на папері і складати план по їх здійсненню.

Четвертий принцип: вказуйте періоди, за які ви маєте досягти поставлених цілей (день, тиждень, місяць, рік, два роки ...).

П'ятий принцип: щоб обов'язково досягти мети, потрібно ставити її більшу, ніж та, до якої ви справді прагнете.

Шостий принцип: після певного часу в процесі досягнення мети проаналізуйте свої дії та результати, зробіть висновки. Коригуйте цілі в процесі їх досягнення.

Сьомий принцип: робіть пошук помилок, які були допущені при постановці мети і виправлення їх при формуванні та досягненні цілей.

3.2. Техніка постановки цілей SMART

SMART - одна з найпоширеніших технік для грамотного формулювання цілей (див. таблицю):

SPECIFIC	конкретна	Цілі мають бути ясними, конкретними (деталі, складові).
MEASURABLE	така, яку можна виміряти	Цілі мають бути вимірюваними (кількість, як і чим вимірюються, показники на підтвердження факту досягнення цілей).
ACHIEVABLE	досяжна	Цілі мають бути досяжними (оцінка більшою мірою не ваших можливостей, а здорового

		сенсу відносно цілей).
RELEVANT	Релевантна (здатна відповідати запитам замовника)	Цілі мають перекликатися з вашими особистісними цінностями, місією і глобальними планами на життя.
TIMED	визначена в часі	Цілі повинні мати часовий показник, коли їх буде досягнуто.

3.2.1. Розв'язання ситуаційної задачі

Отже, розглянемо на прикладі, як застосовується техніка SMART. Ви хочете купити автомобіль - сріблястий Porsche Cayenne.

1. Specific - Конкретна. Сріблястий Porsche Cayenne із салоном із коричневої шкіри, з максимальною комплектацією.

2. Measurable - Вимірна. Вартість авто - Факт придбання авто - сплачена сума і отримані ключі від машини.

3. Achievable - Досяжна. Бізнес приносить близько на місяць. Значить, реально придбати такий автомобіль протягом року.

4. Relevant - Релевантна. Цінності - безпека, фінансове благополуччя. Подібна машина досить безпечна і дає відчуття комфорту, достатку і задоволення.

5. Timed - Обмежена в часі. Купуємо до 1 січня 2016 року.

Розглянемо варіанти, при яких мета явно не має сенсу і не пов'язана з вашим майбутнім:

1. Досяжність мети. Потрібно адекватно підходити до постановки цілей, дотримуючись балансу між амбіціями і здоровим глуздом. Мільйон доларів - реально, але не через пару місяців за нинішньої зарплати. Цілі не спираються на диво або випадок, вони допомагають нам спланувати свої результати і мати уявлення, куди рухатися далі.

2. Релевантність мети. Якщо ви плануєте через рік їхати жити на острів, який сенс ставити за мету купити позашляховик? Ніякого! Досягнення того, що насправді не потрібно - це ще пів біди; але в більшості такі цілі ставляться, просто відбираючи у вас час і інші ресурси. Завжди дивіться на те, чи співзвучна ваша мета з основними цінностями? Чи відповідає вона вашому глобального плану життя?

3. Тимчасові рамки. Тут також важливий баланс між реальністю й актуальністю мети. Завищуючи тимчасові рамки, ви ризикуєте отримати бажані результати тільки в старості, і тоді ви навряд чи пригадаєте, навіщо взагалі вам потрібен був Порш. Занижені тимчасові рамки змушують вас поспішати і здійснювати непотрібні помилки, втрачаючи віру в досяжність мети. Цілі потрібно не домагатися, а досягати - для цього умови руху до неї з одного боку не повинні бути занадто жорсткі, з іншого - темп досягнення повинен бути трохи вище ритму звичайного життя. Тільки тоді результатом буде перемога.

Розписавши всі свої цілі, відразу приступайте до їх досягнення! Пам'ятайте - ви прийняли рішення бути успішним - а це факт не терпить посередності!

VI. Підбиття підсумків уроку.

Підсумки

- ❖ **Особистість** — унікальне поєднання здібностей, рис характеру, інших людських якостей. Розвиток особистості є біосоціальним.
- ❖ Суттєву роль у розвитку особистості відіграє **контекст розвитку** — місце, час народження і середовище її проживання.
- ❖ Розвиток людини впродовж життя є поступовим і достатньо прогнозованим. Він відбувається у певній послідовності (стадіями).
- ❖ У психосоціальному розвитку підлітки перебувають на стадії визначення своєї ідентичності

VII. Домашнє завдання

Опрацюй матеріал підручника щодо вивченої теми (§ 9, с.63-68 Бех 2016р.).
Запиши в зошит десять найважливіших для тебе життєвих цінностей. Роботу сфотографуй та надішли на платформу HUMAN або на електронну адресу вчителя ndubacinskaa1@gmail.com .

Мої найважливіші життєві цінності	
1. _____	6. _____
2. _____	7. _____
3. _____	8. _____
4. _____	9. _____
5. _____	10. _____