

Дата: 05.12.2024р. Урок: Основи здоров'я
Клас: 9-А

Поняття життєвого самовизначення.

У презентації розкрито складові життєвого
самовизначення, проаналізовано гендерні
стереотипи щодо вибору професій; складено
формулу вибору професії



Пригадайте, ким ви мріяли стати, коли були ще малими.



Складові самовизначення

Життєве самовизначення є головним завданням підліткового віку, важливою умовою подальшого розвитку і самореалізації.

Особистісне
самовизначення

ЯКОЮ ЛЮДИНОЮ
Я ХОЧУ СТАТИ?

Сімейне
самовизначення
**ЯКА В МЕНЕ БУДЕ
РОДИНА?**

Професійне
самовизначення

КИМ Я ХОЧУ БУТИ?

Соціальне
самовизначення

**ЯКОГО СТАТУСУ
ПРАГНУ ?**





Розділіть аркуш на 4 віконця і запишіть у відповідному віконці:

- якою людиною я хочу стати;
- яку я хочу мати родину;
- ким я хочу бути;
- якого соціального статусу я прагну (керівник, підлеглий, лідер, член команди...).

У процесі самовизначення людина усвідомлює не лише те, чого 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:

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



Які існують професії

Усі професії умовно можна поділити на п'ять груп:

1. Професії «людина — природа»
2. Професії «людина — техніка»
3. Професії «людина — знакова система»
4. Професії «людина — художній образ»
5. Професії «людина — людина»



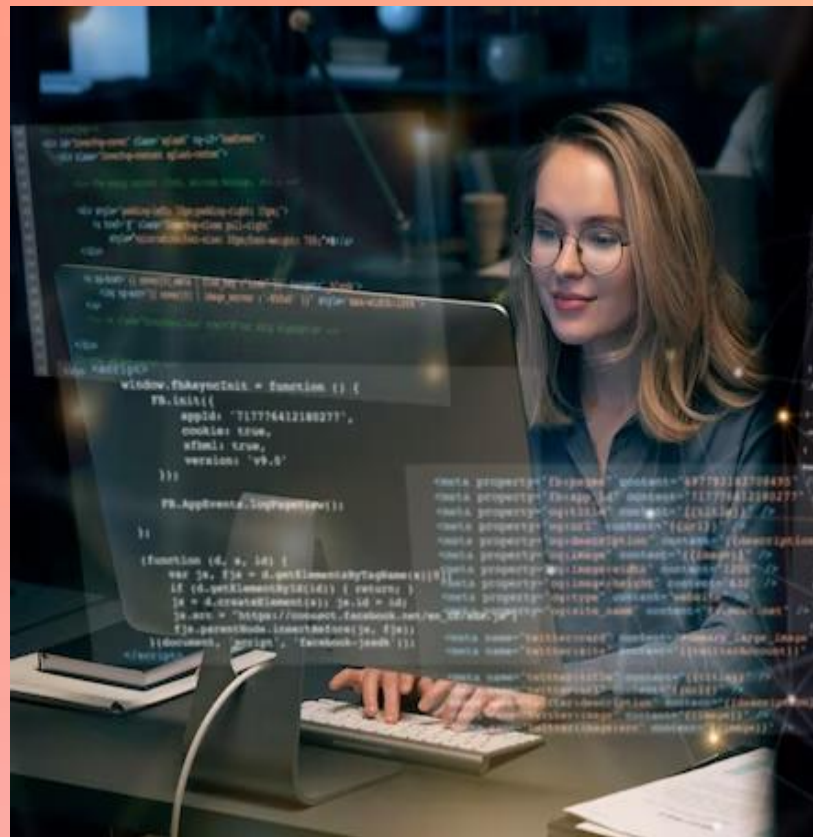
1. Професії «людина — природа» — об'єк-том праці є живі організми (агроном, зоотехнік, кінолог, ветеринар, садівник, лісник, біолог тощо).



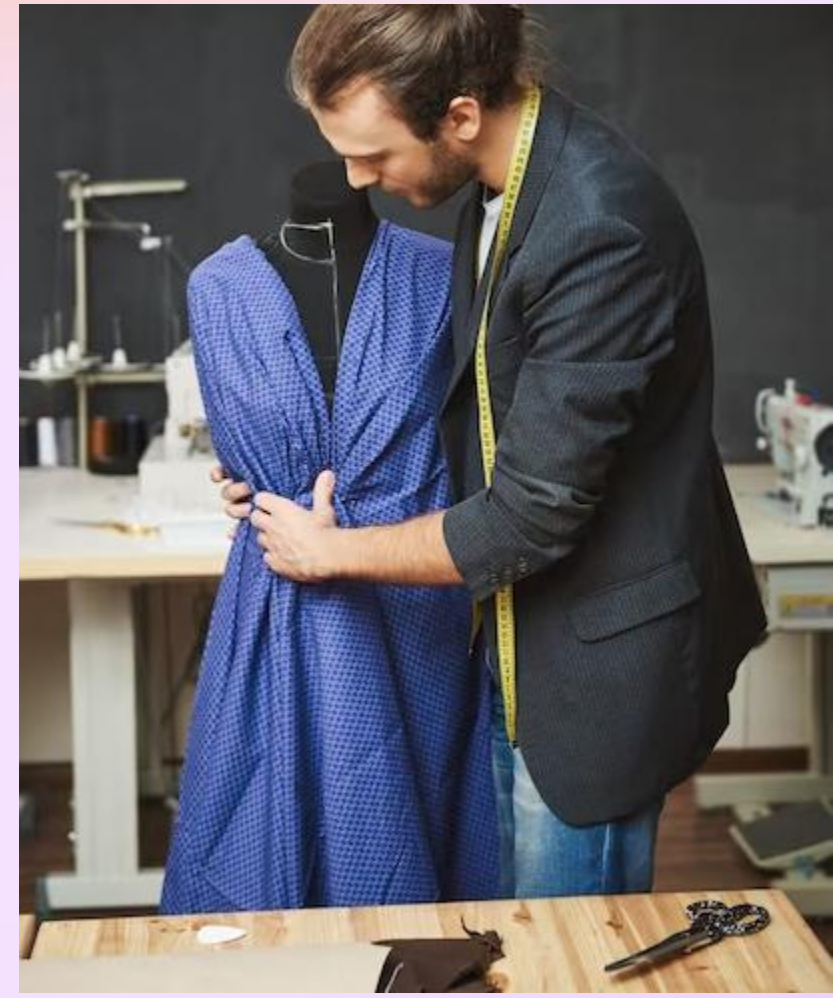
2. Професії «людина — техніка» — об'єктом праці є технічні системи, машини, устаткування, матеріали, енергія (токарь, слюсар, шофер, конструктор, інженер, тракторист, радіотехнік, архітектор тощо).



3. Професії «людина — знакова система» — об'єктом роботи тут є умовні знаки, цифри, коди, таблиці (програмісти, статистики, бібліотекарі, економісти, топографи тощо)



4. Професії «людина — художній образ» — об'єктом праці є художні образи, їхні елементи та особливості (фотограф, художник, письменник, музикант, ювелір, композитор, дизайнер, модельєр тощо).



5. Професії «людина — людина» — об'єктом праці є люди, групи, колективи (учитель, офіціант, продавець, вихователь, юрист, лікар, психолог, соціолог, керівник, дипломат, міліціонер тощо)





Чимало професій можна віднести до декількох типів одночасно, але основним показником є найголовніший об'єкт, з яким працює людина.

Аналізуємо гендерні стереотипи

Мозковий штурм: назвіть і запишіть якомога більше професій.

Обговоріть:

- Чи є у цьому переліку суто «чоловічі» чи 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 їхніх бажаннях та мріях? Поясніть свою позицію.





Як обирати професію

Який варіант професійного самовизначення можна вважати вдалим?

Той, що відповідає формулі: **«Хочу. Можу. Треба»**.

ХОЧУ — вибір професії має відповідати вашим бажанням.

Звісно, можна втілити мрію своїх батьків і стати тим, ким вони хочуть вас бачити. Так, до речі, робить багато людей — ті, хто не визначився зі своїми уподобаннями або звик у всьому покладатися на дорослих. Та працювати все життя за обраним фахом доведеться вам, а не батькам. Тому й рішення після консультації з дорослими варто приймати самостійно.



МОЖУ — обираючи професію, треба враховувати свої здібності до неї, а також відсутність медичних або психологічних протипоказань.

ТРЕБА — ви належите до першої в історії генерації людей, які житимуть в епоху стрімких змін у технологіях і потребах суспільства, коли мало не щодня з'являтимуться нові професії і зникатимуть старі робочі місця. Тому, обираючи майбутній фах, слід брати до уваги сучасну потребу в цій професії та якомога точніше оцінити її перспективи на ринку праці.

Коли всі три компоненти збігаються, людина отримує задоволення, у неї все виходить, вона має перспективи професійного зростання і гідний зарібіток. Можливість розкриття своїх здібностей підвищує мотивацію й результативність праці, забезпечує досягнення високого рівня професійної майстерності. За це людину заслужено поважають. У свою чергу це ще більше стимулює її ентузіазм.



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 перепон 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 збільшується.

Григорій Сковорода розмірковував не лише про щастя окремої людини: коли кожен займатиметься спорідненою працею, саме суспільство стане кращим, бо всі — від хлібороба до полководця — робитимуть свою справу творчо, професійно і з задоволенням.





Щоб визначити коло професій, які відповідають вашим бажанням, виконайте вправу **«Рейтинг мотивів»**.

1. Для цього:

- Запишіть на картках цифри від 1 до 17.
- Прочитайте перелік 17 важливих для вибору професії мотивів.
- Оберіть мотив, який, на вашу думку, є найважливішим.
- Відкладіть картку з номером цього мотиву.
- Далі так само оберіть ще чотири картки — матимете п'ять особистих мотивів для вибору професії.

2. Назвіть п'ять професій, які відповідають вашим особистим мотивам.

3. Поміркуйте, чи не маєте до них медичних протипоказань

Мотиви для вибору професії

1. Професія відкриває перспективу стати публічною особою, прославитися.
2. Це можливість продовжити сімейну традицію.
3. Дає змогу продовжити навчання зі своїми друзями.
4. Можливість служити людям.
5. Забезпечує високий заробіток.
6. Має велике значення для країни, людства.
7. Легкість працевлаштування («Без роботи не залишусь»).
8. Перспективність, можливість кар'єрного зростання.
9. Дає змогу виявити свої здібності та особистісні якості.
10. Уможливорює спілкування з людьми.
11. Збагачує знаннями, розвиває інтелект.
12. Допомогає підтримувати добру фізичну форму.
13. Різноманітна за змістом робота.
14. Романтичність, шляхетність професії.
15. Творча робота, є можливість робити відкриття.
16. Важка, складна професія.
17. Чиста, легка, спокійна робота.





У світі існують сотні спеціальностей. Свідомий вибір передбачає детальне ознайомлення зі світом професій - **профорієнтацію**. До закінчення школи постарайтеся дізнатись якнайбільше про різні спеціальності - з книжок, фільмів, Інтернету, від фахівців.



Корисні поради

1. Якщо вас зацікавила чиясь професія, попросіть розказати про неї, влаштувати екскурсію чи коротке стажування. Також дізнайтеся більше про цю професію з інших джерел, наприклад з Інтернету. Це допоможе визначитися, чи підходить вам така робота.
2. Якщо маєте змогу, здійсніть екскурсію до найближчого центру зайнятості. Ознайомтеся з нинішньою ситуацією на ринку праці, запитайте, які професії мають найбільший попит, дізнайтеся прогнози на майбутнє.
3. Проведіть дослідження за допомогою ЗМІ. Для цього проаналізуйте оголошення у пресі з пропозиціями щодо роботи, інформацію з інтернет-сайтів, присвячених працевлаштуванню. Спробуйте знайти відповіді на запитання, які вас найбільше цікавлять.

ПІДСУМКИ

Життєве самовизначення є головним завданням підліткового віку, важливою умовою подальшого розвитку і самореалізації.

У світі існують сотні спеціальностей. Свідомий вибір передбачає детальне ознайомлення зі світом професій — профорієнтацію.

Вдалий варіант професійного самовизначення відповідає формулі: «Хочу. Можу. Треба». Коли усі компоненти формули збігаються, людина отримує задоволення від роботи, досягає високого рівня майстерності та одержує гідну винагороду за свою працю.

Нині практично не існує суто «чоловічих» чи суто «жіночих» професій, тому не варто обмежувати свій вибір Гендерними стереотипами.





Домашнє завдання

1. Прочитати § 13
2. Дослідження ринку праці за матеріалами засобів масової інформації (визначити, які професії актуальні на сьогоднішній день)(письмово). Надішли свою роботу на платформу HUMAN або на електронну адресу вчителя ndubacinskaa1@gmail.com