

МОЯ ПРОФЕСІЯ – МОЄ МАЙБУТНЄ!

Полтавська Юлія Решатівна, заступник директора з навчально-виховної роботи Новоайдарського професійного аграрного ліцею

Мета тренінгу: підвищити рівень поінформованості підлітків з питань профорієнтації, розширити їхні знання про світ професії. Показати важливість та позитивні сторони праці в житті людини, ознайомити з професійними вимогами до людей, сформувати суспільно-ціннісні мотиви вибору професії, сприяти вірному вибору старшокласниками майбутньої професії, формуванню моральної, психологічної та практичної готовності до праці. Стимулювати учнів на подальші дії у професійному самовизначенні, самовдосконаленні.

Тривалість тренінгу: 2,5 години

Матеріали та обладнання для проведення тренінгу: екран, проектор, ноутбук, презентація, фліпчарт, стікери, ручки, маркери, аркуші А-4, аркуші А-1.

Структура тренінгу

Час	Назва вправи	Тривалість	Матеріали і обладнання
Вступна частина (50 хв.)			
09.00-09.10	Вступне слово. Привітання. Вправа «Я радий/а тебе бачити»	10 хв	Мультимедійний проектор, ноутбук
09.10-09.15	Знайомство. Вправа «Бейджик»	5 хв	Бейджи, маркери
09.15-09.25	Вправа «Продовжити речення»	10 хв	Стікери, ручки, фліпчарт
09.25-09.30	Правила групи	5 хв	Фліпчарт, маркери
09.30-09.40	Очікування від заняття. Вправа «Шестерня»	10 хв	Стікери, ручки, фліпчарт
09.40-09.50	Руханка «Бабуся з Бразилії»	10 хв	
Основна частина (100 хв.)			
09.50-10.10	Вправа «Мрію бути»	20 хв	Аркуші паперу А-4, ручки, фліпчарт
10.10-10.20	Вправа «Оптиміст-песиміст»	10 хв	Аркуші паперу А-4, ручки, фліпчарт
10.20-10.50	Вправа «Реклама професії»	30 хв	Аркуші паперу А-1, маркери, фломастери, олівці, фліпчарт
10.50-10.55	Руханка «Живий трактор»	5 хв	Згортки з написами, скринька
10.55-11.00	Міні-лекція «Класифікація професій за Клімовим»	5 хв	Мультимедійний проектор, ноутбук

11.00-11.05	Мозковий штурм «Визначите професії за типами»	5 хв	Мультимедійний проектор, ноутбук
11.05-11.15	Міні-лекція «Періоди життєвого шляху»	10 хв	Фліпчарт, маркери
11.15-11.25	Вправа «Людина-техніка»	10 хв	2 набори шестерень та викруток
Заключна частина (5 хв.)			
11.25-11.30	Підбиття підсумків. Вправа «Зворотній зв'язок»	5 хв	

Хід заняття:

Вступна частина (50 хв.)

Привітання. Вступне слово тренера.

Вправа «Привіт, я радий тебе бачити...» (10 хв.)

Мета: створення сприятливої, довірливої атмосфери для згуртування групи, заохочення до співпраці.

Інструкція учасникам: Учні звертаються по черзі один до одного, закінчуючи фразу «Привіт, я радий тебе бачити». Потрібно сказати щось гарне, приємне, але, обов'язково, щиро, відверто. Таким чином учні розвивають емпатію, вміння виявляти позитивні почуття до інших, вчать приймати знаки уваги.

Вправа «Бейджик» (5 хв.)

Мета: познайомитися з учасниками тренінгу

Обладнання і матеріали: бейджи, маркери.

Інструкція учасникам: Кожен учасник заповнює власний бейджик. Він може написати власне ім'я, яким би хотів, щоб його називали, і намалювати символ, який відображав би його індивідуальність.

Вправа «Продовжити речення» (10 хв.)

Мета: познайомитися з учасниками тренінгу, виявити їх професійну спрямованість.

Обладнання і матеріали: стікери, ручки, фліпчарт.

Інструкція учасникам: написати на трьох наданих стікерах відповідно:

1. Мене звуть...
2. У першому класі я мріяв (мріяла) стати...
3. Зараз я хочу стати...

Вправа: «Правила роботи в групі» (5 хв.)

Мета: визначити правила роботи групи на тренінгу для комфортного спілкування.

Обладнання і матеріали: фліпчарт, маркери.

Інструкція учасникам: з метою створення максимально безпечних і комфортних умов під час тренінгу, учасники пропонують правила роботи групи, які будуть прийнятні для всіх.

Слово тренера. Мета та завдання тренінгу.

Вправа «Шестерня» (10 хв.)

Мета: виявити очікування підлітків від тренінгу й рівень зацікавленості темою тренінгу

Обладнання і матеріали: стікери, ручки, фліпчарт.

Інструкція учасникам: одним-двома реченнями описати свої цілі щодо роботи на тренінгу, побажання. Роздатковий матеріал – стікери, на яких учні записують власні очікування від заняття та приклеюють до намальованої шестерні (аркуш на фліпчарті).

Руханка «Бабуся з Бразилії» (10 хв.)

Мета: підняти настрій, створити дружню атмосферу, налаштувати на активну роботу.

Усі учасники стають у коло. Ведучий говорить «моя бабуся з Бразилії робить отак» і показує рухи. Завдання учасників - повторювати за ведучим, котрим стає кожен по колу.

Основна частина (100 хв.)

Вправа «Мрію бути»

Мета: підкреслити важливість кожної професії.

Обладнання і матеріали: аркуші паперу А-4, ручки, фліпчарт.

Інструкція учасникам: учасники об'єднуються в команди за професіями (які обрали під час вправи «Продовжіть речення» (мрію стати...)). Завдання команд накидати якомога більше взаємозв'язків між обраною професією та професією «Тракторист-машиніст сільськогосподарського (лісогосподарського) виробництва кат. «А1», «А2», «В1»; слюсар з ремонту сільськогосподарських машин та устаткування; водій автотранспортних засобів кат. «С».

Представники команд по черзі представляють результати біля фліпчарту.

Тренер підводить підсумки, що всі професії взаємопов'язані між собою і тому, без винятку, дуже важливі.

Вправа: «Оптиміст-песиміст» (10 хв.)

Мета: визначити переваги та недоліки професії «Тракторист-машиніст сільськогосподарського (лісогосподарського) виробництва кат. «А1», «А2», «В1»; слюсар з ремонту сільськогосподарських машин та устаткування; водій автотранспортних засобів кат. «С».

Обладнання і матеріали: аркуші паперу А-4, ручки, фліпчарт.

Інструкція учасникам: тренер об'єднує учасників у 2 команди (день-ніч). Команди визначають «+» та «-» професії та представляють свої думки на фліпчарті. Тренери ведуть обговорення результатів у позитивному напрямі.

Вправа «Реклама професії» (30 хв.)

Мета: підняти престижність професії, сприяти зацікавленості підлітків робочими професіями через популярні соціальні мережі.

Учасників об'єднують в 3 команди за улюбленими фруктами.

Обладнання і матеріали: аркуші паперу А-1, маркери, фломастери, олівці, фліпчарт.

Інструкція учасникам: намалювати для соціальної мережі «Інстаграм» таку рекламу професії, щоб якомога привабливіше зобразити її для користувачів. Основна мета – зацікавити друзів та викликати бажання розмістити цю рекламу на своїй сторінці в мережі.

Кожна команда виходить до фліпчарту і презентує свою «Рекламу професії».

Руханка «Живий трактор» (5 хв.)

Мета: підняти настрій, створити невимушену атмосферу, налаштувати на активну роботу.

Тренер пропонує кожному учаснику обрати зі скриньки згорток із написом. На папірцях зазначені частини трактора, причепу до трактора, вмісту причепа (зерно) і тракторист. Згорток із написами стільки, скільки й учасників.

Інструкція учасникам: Трактористу потрібно «зібрати трактор», тобто розмістити всіх учасників у такому порядку, який він вважає потрібним. Живий трактор повинен проїхати заднім ходом і розгрузити зерно.

Обладнання і матеріали: згортки з написами, скринька.

Інформаційне повідомлення «Класифікація професій за Є.О. Клімовим» (5 хв.)

Тренер знайомить учасників із класифікацією професій за ознаками предмета праці.

Обладнання і матеріали: мультимедійний проектор, ноутбук.

Мозковий штурм «Визначити професії за ознаками предмета праці» (5 хв.)

Наприклад тип «Людина-техніка» - професії «тракторист», «слюсар» тощо.

Інформаційне повідомлення «Періоди життєвого шляху» (10 хв.)

Тренер описує всі періоди життя людини (малює на фліпчарті діаграму) і приходиться до висновку, що у кожної людини є найкращі роки, коли вона може визначити пріоритети, цінності свого життя. Цей період, приблизно, - від 12 до 24 років. Від того, як кожен з учасників зможе це зробити, залежить його майбутнє.

Обладнання і матеріали: фліпчарт, маркери.

Вправа «Людина-техніка» (10 хв.)

Мета: визначити нахили учасників до технічних наук

Обладнання і матеріали: 2 набори шестерень та викруток.

Інструкція учасникам: учасників об'єднують у 2 команди. Командам надаються шестерні механізмів. За допомогою викруток необхідно скласти шестерні так, щоб механізм запрацював. Після вправи йде обговорення того, що найбільше сподобалось і які виникали труднощі. Вправа показує у кого з учасників є нахили до роботи з технікою і кому буде цікаво працювати за професіями: «Тракторист – машиніст сільськогосподарського (лісогосподарського) виробництва кат. «А1», «А2», «В1»; «Слюсар з ремонту сільськогосподарських машин та устаткування»; «Водій автотранспортних засобів кат. «С»».

Заклучна частина (5 хв.)

Вправа «Зворотній зв'язок» (10 хв.)

Мета: визначити цінність заняття для учнів, сприяти усвідомленню важливості вибору професії. Учні по черзі обговорюють стан реалізації своїх очікувань від заняття, наявність нових усвідомлень, умінь, знань.

Питання для загального обговорення:

- Що сподобалось вам на занятті, а що ні?
- Чи змінилося ваше ставлення до професії?
- Чи справдились очікування?

Використані джерела:

1. Білоус Р. М. Мій професійний вибір: тренінг старшокласників / Білоус Р. М. // Практична психологія та соціальна робота. – 2010. – № 12.
2. Пузиков В. Г. Технологія ведення тренінга / Пузиков В. Г. – СПб. : Издательство «Речь», 2007. – 224 с.
3. Сергієнкова О. П. Вибір стратегії розвитку професійної індивідуальності: Психодіагностика у професії / Сергієнкова О. П. – К. :Наук. світ, 2004. – 86 с.
4. Торн К. Тренінг. Настольна книга тренера / К.Торн, Д.Маккей. – СПб.: Питер, 2008.
5. Кривцова С.В. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. Тренінг для педагогов / С.В.Кривцова, Е.А.Мухаматуліна. – М.: Изд. «Генезис», 2004. – 183с.
6. Воронцова Т. В. Вчимося жити разом. Посібник для вчителя з розвитку соціальних навичок у курсі «Основи здоров'я» (основна і старша школа). – К. : Видавництво «Алатон», 2017. – 376 с. – Режим доступу до ресурсу:

<https://www.kremenetslyceum.com.ua/wp-content/uploads/2017-VZHR-Posibnik-Osnovna-vchitelya-Ukr.pdf>