

МОЄ ПРОФЕСІЙНЕ СТАНОВЛЕННЯ

Скиба Вікторія Іванівна, практичний психолог Марківського професійного аграрного ліцею

Мета тренінгу: ознайомлення із робітничими професіями, які можна здобути в Марківському ПАЛ; спростування шаблонних тверджень стосовно непрестижності робітничих професій; інформування про якості, притаманні представникам професій «кухар», «кондитер», «тракторист», «водій», «слюсар»; допомога у визначенні власних інтересів і здібностей.

Тривалість тренінгу: 1 година, 30 хвилин.

Матеріали та обладнання для проведення тренінгу: ватмати, фліпчарт, папір для фліпчарту, стікери, магніти, маркери, ручки, папір А4, двосторонній скотч, магніти, вирізки з журналів і газет по професіям.

Структура тренінгу

| Час | Назва вправи | Тривалість | Матеріали і обладнання |
|---------------------------------|--|------------|---|
| Вступна частина (30 хв.) | | | |
| 09.00-09.05 | Привітання | 5 хв. | |
| 09.05-09.15 | Знайомство. Вправа «Моє ім'я - професія» | 10 хв. | Бейджики, ручки |
| 09.15-09.20 | Правила групи | 5 хв. | Фліпчарт, плакат, маркери, магніти |
| 09.20-09.30 | Очікування. Вправа «Зернятка» | 10 хв. | Фліпчарт, плакат «Поле», ручки, стікери «Зернятка» |
| Основна частина (55 хв.) | | | |
| 09.30-09.40 | Вправа «Будинок мети» | 10 хв. | Малюнки «Будинок мети» для кожної з трьох команд, ручки, маркери, магніти |
| 09.40-09.45 | Вправа «Най-най...» | 5 хв. | Списки «Най-най...» професій |
| 09.45-09.55 | Вправа «Жив у бабусі» | 10 хв. | Малюнки з діаграмами для кожної з трьох команд, ручки, маркери, магніти |
| 09.55-10.00 | Руханка «Відгадай професію» | 5 хв. | |

| | | | |
|---------------------------------|---|--------|--|
| 10.00-10.10 | Вправа «Оптиміст – песиміст» | 10 хв. | Розкреслені відповідно листи А-4 для кожної з трьох команд, ручки, магніти |
| 10.10-10.25 | Вправа «Презентація професії» | 15 хв. | Три ватмани заготовки для кожної з трьох команд, ілюстрації, статті з газет, журналів, фото з Інтернету, ручки, маркери, магніти, фліпчарт, двохсторонній скоч |
| Заклучна частина (5 хв.) | | | |
| 10.25-10.30 | Рефлексія вправи «Зернятка» «Притча про селянина, у якого зламався трактор» | 5 хв. | Плакат «Поле» із стікерами «Зернятка», текст притчи |

Хід тренінгу:

Вступна частина (30 хв.)

Привітання (5 хв.)

Привітання, представлення тренерів. Мета і завдання тренінгу.

Добрий день, шановні друзі! Сьогодні ми проводимо тренінг на виконання Указу Президента України №837/2019 «Про невідкладні заходи з проведення реформ та зміцнення держави», відповідно до листа Директорату професійної освіти МОНУ №5/612-19 «Щодо проведення семінарів-тренінгів».

Наш тренінг має на меті: ознайомлення із робітничими професіями, які можна здобути в Марківському ПАЛ; спростування шаблонних тверджень стосовно непрестижності робітничих професій; інформування про якості, притаманні представникам професій «кухар», «кондитер», «тракторист», «водій», «слюсар»; допомога у визначенні власних інтересів і здібностей.

Знайомство. Вправа «Моє ім'я - професія» (10 хв.)

Мета: знайомство учасників тренінгу та створення доброзичливої робочої атмосфери.

Обладнання: бейджики, ручки.

Інструкція учасникам: кожен учасник заповнює власний бейджик. Він може написати власне ім'я, яким би хотів щоб його називали і намалювати символ, який відображав його індивідуальність. Потім називає професію, яка починається з букви його імені (наприклад: Любов – лікар).

Правила групи (5 хв.)

Мета: вироблення та узгодження правил роботи на тренінгу.

Обладнання: фліпчарт, плакат, маркери, магніти.

Інструкція учасникам: учасники пропонують та записують після обговорення на фліпчарті правила роботи групи на тренінгу.

1. Поважати думку кожного.
2. Бути доброзичливим.
3. Бути активним.
4. Не критикувати.
5. Бути цілеспрямованим.
6. Вимкнути мобільні телефони.
7. Дотримуватися регламенту.
8. Правило «піднятої руки».

Учні можуть додати власні правила, всі правила приймаються голосуванням учасників тренінгу.

Очікування. Вправа «Зернятка» (10 хв.)

Мета: виявлення очікувань учасників тренінгу від роботи.

Обладнання: фліпчарт, плакат «Поле», ручки, стікери «Зернятка».

Інструкція учасникам: тренер пропонує кожному учаснику написати на зернятку, чого він очікує від тренінгу. Потім всі «зернятка» приклеюються на схематичне зображення ріллі на плакаті «Поле». Очікування учасники озвучують.

Основна частина (55 хв.)

Вправа «Будинок мети» (10 хв.)

Мета: професійне самовизначення випускників, визначення перешкод та бар'єрів на шляху до досягнення мети, накреслення «власного шляху створення себе».

Обладнання: малюнки «Будинок мети» для кожної з трьох команд, ручки, маркери, магніти.

Інструкція учасникам: - на даху будинку потрібно написати конкретну мету, яку учні ставлять перед собою після закінчення 9-го, 11-го класу (кожен має написати власну мету); - на стіні – завдання, які необхідно виконати для досягнення власної мети. (наприклад, гарно навчатися; ні в якому разі не впадати у відчай; не зупинятись на досягнутому; добре скласти іспити; приділяти увагу вивчанню всіх предметів в школі, а не лише окремим, бо кожен предмет має своє значення); - на стежці записуються методи, способи вирішення завдань; - праворуч і ліворуч від стежки – бар'єри, перепони, які заважають досягти вказаної мети (наприклад, фінансова недоступність; відстань від дому; велика кількість професій та ін.).

Рефлексія: нікому не дано точно пізнати свої можливості і визначити своє майбутнє, та все ж кожному під силу накреслити «власний шлях створення себе».

Вправа «Най-най...» (5 хв.)

Мета: актуалізація знань про професію та їх особливості.

Обладнання: списки «Най-най...» професій.

Інструкція учасникам: учасникам пропонується за названими певними особливостями відгадати види професій.

— *Найзеленіша професія* — це... (садівник, лісничий, квіткар, декоратор квітів тощо).

— *Найсолодша професія* — це... (кухар, кондитер тощо).

— *Найволохатіша професія* — це... (ветеринар, дресирувальник тощо).

— *Найсмішніша професія* — це... (клоун, гуморист тощо).

— *Грошова професія* — це... (банкір, бізнесмен, фабрикант тощо).

— *Дитяча професія* — це... (вчитель, вихователь, няня, гувернантка, дитячий лікар тощо).

— *Чоловіча професія* — це... (військовий, шахтар, міліціонер, комбайнер, тракторист, моряк, водій, космонавт, слюсар, токар тощо)

— *Жіночі професії* — це... (повар, касир, швачка-мотористка тощо).

— *Людяна професія* — це... (лікар, учитель, вихователь, пожежний, психолог тощо).

— *Найвища професія* — це... (льотчик, космонавт, електрик, будівельник, кранівник тощо).

— *Балакуча професія* — це... (журналіст, телеведучий, актор, диктор тощо).

Рефлексія: які з професій було легко назвати, на які запитання важко було відповісти?

Вправа «Жив у бабусі сіренький козлик» (10 хв.)

Мета: навчитися знаходити свою частину відповідальності за прийняті рішення.

Обладнання: малюнки з діаграмами для кожної з трьох команд, ручки, маркери, магніти

Інструкція учасникам: тренер нагадує текст знайомої казки про сіренького козлика: «Всім відомо, що сталося з козликом. Хто в цьому винний: голодний вовк, чи сам козлик, який без дозволу пішов у ліс, чи бабуся, яка залишила козлика без догляду? Спробуйте виразити свою думку у вигляді графічної діаграми». Тренер пропонує намалювати діаграму відповідальності за прийняте рішення, пов'язане з вибором професії. Хто відповідає за рішення і в якому обсязі?

- вчителі;
- батьки;
- профконсультанти;
- друзі;
- я сам;
- ЗМІ.

Обговорення вправи.

Руханка «Відгадай професію» (5 хв.)

Мета: динамічна пауза, в ході якої відгадуються професії за певними рухами.

Обладнання: -

Інструкція учасникам: 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 відгадати професію (водій). І так далі по колу.

Вправа «Оптиміст, песиміст» (10 хв.)

Мета: визначення та обговорення переваг та труднощів в опануванні пропонованими професіями та їх подолання.

Обладнання: розкреслені відповідно листи А-4 для кожної з трьох команд, ручки, магніти.

Інструкція учасникам: учні розділяються на три групи за професіями (кухар, тракторист, оператор комп'ютерного набору) і на протязі 10 хвилин повинні написати переваги та труднощі в опануванні цими професіями. При обговоренні всі повинні дійти висновку, що недоліки не такі значні, як переваги і не є перешкодою для здобуття професії.

Вправа «Презентація професії» (15 хв.)

Мета: створення презентацій професій, яких навчають в Марківському ПАЛ.

Обладнання: три ватмани заготовки для кожної з трьох команд, ілюстрації, статті з газет, журналів, фото з Інтернету, ручки, маркери, магніти, фліпчарт, двохсторонній скотч

Інструкція учасникам: За 15 хвилин три команди учасників, вибирають із запропонованих на різні теми професій: ватмани, ілюстрації, статті з газет, заголовки та виготовляють презентацію заданої професії (кухар, тракторист, оператор комп'ютерного набору).

Заклучна частина (5 хв.)

Мета: надання учасниками свого зворотнього зв'язку щодо тренінгу та його ефективності.

Обладнання: плакат «Поле» із стікерами «Зернятка», текст притчи.

Інструкція учасникам: в заключній частині важливо, щоб учасники дали свій зворотній зв'язок, щодо тренінгу та його ефективності. Можна провести усне опитування «Що винесли із тренінгу?» та провести рефлексію із вправи «Зернятко».

«Притча про селянина, у якого зламався трактор»

У селянина зламався трактор. Усі спроби полагодити машину були марними. Нарешті він покликав фахівця. Той оглянув трактор, спробував, як діє стартер, підняв капот і все ретельно перевірів. Потім узяв молоток, один раз ударив по мотору і привів його в дію. Мотор заторохтів, начебто і не був зіпсований. Коли майстер подав селянину рахунок, той здивовано подивився на

нього й обурено вигукнув: «Як! Ти хочеш 500 гривень тільки за один удар молотком!?» «Дорогий друже, - відповів майстер, - за удар молотком я порахував тільки 50 гривень, а інші 450гривень повинен взяти з тебе за мої знання, завдяки яким я зміг зробити цей влучний удар у потрібне місце».

Використані джерела:

1. Матеріали семінару-тренінгу (05.12.2019 року) для відповідальних за профорієнтаційну роботу в ЗП(ПТ)О на тему: «Тренінгові заняття як форма профорієнтаційної роботи».