

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ «ВИЗНАЧАЄМО НАЙНЕОБХІДНІШІ УМОВИ ДЛЯ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ЛЮДИНИ»

Очікувані результати діяльності учнів:

• *Вміння і навички:* відпрацьовує навички креативного мислення; розвиває вміння самостійно приймати відповідальні рішення і діяти у правовому полі, конструктивно взаємодіяти з суспільством; розвиває інтерес до історії сім'ї, сімейних традицій, родоводу.

Хід уроку

I. ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ МОМЕНТ УРОКУ

Повідомлення теми та цілей уроку.

II. МОТИВАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Учитель. Самореалізація відіграє найважливішу роль впродовж усього життєвого шляху особистості, фактично визначаючи його. Передумови до самореалізації закладені в природі людини й існують як задатки, які в процесі розвитку людини, формування її особистих властивостей стають основою здатності до самореалізації. Умовою успішної самореалізації є динамічна функціональна єдність, де образ світу й образ «Я» ніби врівноважені через адекватне розуміння свого місця у світі й використання адекватних соціальних умінь.

III. ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ

Метод «Шкала думок»

1. Що таке самореалізація особистості?
2. Як пов'язані самовизначення і самореалізація особистості?

Виступ учнів

Два-три учні за бажанням читають свої міні-твори «Що і як я хотів би реалізувати у своєму житті».

Робота з таблицею

- Заповнити другу колонку таблиці «Умови самореалізації людини».

Потреба самореалізації	В	
Наявність мети		
Віра у власні можливості		
Внутрішньоособистісний пошук		
Свобода як основний двигун		
Потенціал можливостей		
Вибір професії		
Творча спрямованість		
Соціальна самореалізація		
Проблеми самореалізації		

Орієнтовний вигляд таблиці

Потреба самореалізації	в	Потреба, щоб тебе почули, зрозуміли і сприйняли в суспільстві. Усі ми прагнемо відшукати своє місце в житті, виявити себе максимально, досягти максимального успіху
Наявність мети		Необхідно розуміти, куди слід рухатися. Напрямок кожен визначає собі самостійно. Мета допомагає формувати характер, таких особистих якостей, як амбітність, наполегливість, упевненість в собі, ініціативність. Мрія завжди веде за собою, спонукає людину до всебічного розвитку і самовдосконалення

Віра у власні можливості	Лише віра примушує людину йти вперед навіть тоді, коли втрачено інші орієнтири. Перш ніж почати діяти в напрямку задуманої мети, людині необхідно знати, що вона здатна її досягти. Людина черпає внутрішні сили з власного джерела натхнення
Внутрішньоособистісний пошук	Починається тоді, коли індивід починає ставити собі питання щодо самовизначення: «Хто я такий і що повинен робити в житті? Як почати займатися улюбленою справою, якщо немає сил і можливостей хоча б спробувати і залишити нецікаву роботу?» Такі запитання спонукають до дії, підштовхують до глибокого осмислення подій, що відбуваються
Свобода як основний двигун	Свобода як умова самореалізації особистості займає провідну позицію. Адже якщо в людини не буде можливості повністю проявляти себе, він ніколи не стане тим, ким має бути. Свобода як самореалізація особистості виникає в той момент, коли людина починає яскраво усвідомлювати свою приналежність до чого-небудь. Свобода як умова самореалізації особистості вкрай необхідна для успішного старту
Потенціал можливостей	У кожному з нас приховані великі перспективи. Більшість людей навіть не підозрюють про це. Необхідність знайомства з дорогоцінним досвідом власного внутрішнього світу. Ніколи не слід відмовлятися від своєї мрії і розмінювати її на сумнівні задоволення
Вибір професії	Вибір професії — це досить серйозне рішення, щоб ним нехтувати.

	Слухайте себе, цінуйте власні таланти, постійно перебувайте в самокритиці! Перш ніж спрямовувати свої зусилля на розвиток тієї чи іншої діяльності, потрібно гарненько подумати. Запитуйте себе, чи справді обрана професія підходить вам? Чи не мрієте про щось більше?
Творча спрямованість	Творчий початок закладено в кожному з нас. Щоб відшукати свою правильну дорогу, зверніть увагу на творчі здібності. Вміння писати тексти, музику або картини має надихнути на кар'єру відомого письменника, художника, мислителя. Будь-які здібності потребують розвитку. Ніхто інший не почне займатися вашим життям
Соціальна самореалізація	Людина живе в суспільстві і ніколи не може досягти повної свободи від нього. Соціальна самореалізація особистості полягає в тому, щоб зуміти побудувати міцні стосунки з оточенням
Проблеми самореалізації	Діяльність, особистість, самореалізація — речі, які нерозривно пов'язані одне з одним. Без одного не буде іншого. Коли людина діє, то неминуче буде мати труднощі

Тест «Які риси притаманні особистостям, здатним до самореалізації?»

Учитель. Тест дозволить вам оцінити, наскільки важливі для вас цінності самореалізації. Тест містить 15 питань-тверджень, оцініть ступінь вашої згоди з кожним із тверджень за такою шкалою:

· 1 — не згоден, 2 — скоріше не згоден, 3 — скоріше згоден, 4 — повністю згоден.

1. Я не соромлюся жодної зі своїх емоцій.
2. Я відчуваю, що повинен робити те, що очікують від мене інші.
3. Я вірю, що, по суті, люди гарні і їм можна довіряти.
4. Я можу сердитися на тих, кого люблю.
5. Завжди необхідно, щоб інші схвалювали те, що я роблю.
6. Я не сприймаю свої слабкості.
7. Мені можуть подобатися люди, чиї дії я можу не схвалювати.
8. Я боюся невдач.
9. Я намагаюся не спрощувати складні питання.
10. Краще бути самим собою, ніж популярним.
11. У моєму житті немає того, чому б я міг себе присвятити.
12. Я можу висловити мої почуття, навіть якщо це призведе до небажаних наслідків.
13. Я не зобов'язаний допомагати іншим.
14. Я стомився від власних страхів.
15. Мене люблять, тому що я люблю.

Опрацювання результатів

1. Відповіді на запитання № 2, 5, 6, 8, 9, 11, 13, 14 «перекодувати» на протилежні: 1 на 4, 4 на 1; 2 на 3; 3 на 2.
2. Підрахувати загальну кількість балів. Чим ближче отримана цифра до 60, тим більше ви здатні до самореалізації.

Висновок. Для того щоб людина максимально змогла застосувати в житті свої здібності, необхідно дотримуватися

деяких важливих правил. Варто зауважити, що всі компоненти тісно пов'язані між собою. не можна виростити щось одне і при цьому повністю проігнорувати інше. Умови для самореалізації особистості прості і складні одночасно. Найважливішим, мабуть, є внутрішній настрій. Якщо мета поставлена досить чітко, то бажане прийде у ваше життя швидше, ніж очікуєте. Це станеться настільки природно і спокійно, що не кожен зможе розпізнати щастя. Створення умов для самореалізації особистості дозволяє з успіхом прийти до бажаної діяльності і почати її розвивати.

Метод «Коло думок»

· Чи погоджуєтесь ви з думкою А. Амієля: «Будь яке життя створює власну долю?» Обґрунтуйте.

Робота зі схемою



Висновок. Мистецтво самореалізації — це здатність усвідомити і реалізувати свій особистий потенціал, спроможність жити динамічно і натхненно, рости, розвиватись,

удосконалюватися, рухатись уперед, ставити перед собою амбітні цілі й досягати їх, долаючи перепони, знаходячи оптимальні рішення для себе й оточення. Діяльність, особистість, самореалізація — речі, які нерозривно пов'язані між собою. Без одного не буде іншого. Якщо не уявляєте, чим вам слід було б займатися, значить, ви не мали можливості виявити себе, розкрити свою справжню природу.

Тестування «Визначення здатності до саморозвитку»

· Прочитайте уважно наведені твердження та оцініть, наскільки кожне з них справедливе щодо вас. Відповідайте «Так», «ні», «не знаю».

1. У мене часто виникає бажання якомога більше дізнатися про себе.
2. Я вважаю, що нема потреби щось змінювати в собі.
3. Я впевнений(на) у своїх силах.
4. Я вірю, що все задумане мною здійсниться.
5. У мене немає бажання знати свої плюси і мінуси.
6. У своїх планах я частіше сподіваюся на талант, ніж на себе.
7. Я можу краще й ефективніше працювати.
8. Я можу примусити себе змінитися в разі потреби.
9. Мої невдачі зазвичай пов'язані з нездатністю виконувати задумане.
10. Мене цікавить думка інших щодо моїх якостей і можливостей.
11. Мені важко самотійно реалізувати задумане і виховувати себе.
12. У будь-якій справі я не боюсь невдач і помилок.
13. Мої якості й уміння відповідають вимогам моєї професії.

14. Обставини сильніші за мене, навіть коли я дуже хочу щось зробити.

Опрацювання результатів

Підрахуйте кількість балів. За кожне: «Так» — 3 бали; «Ні» — 2 бали; «Не знаю» — 0 балів.

- 0-20 балів. Ви, бажаючи більше знати про себе, ще не володієте навичками самовдосконалення. Труднощі у самовихованні не повинні викликати у вас реакції «не вийде — значить, не буду робити». У самовдосконаленні, якщо ви наважились на це, потрібно пам'ятати мудрість Сенеки: «Свої здібності людина може пізнати, лише намагаючись їх застосувати».
- 21-34 бали. Уважно поспостерігайте за собою, попросіть про це своїх товаришів і друзів. намагайтесь зрозуміти, де на вас очікують найбільші труднощі, що заважає вашому саморозвитку. Через певний час роботи над собою протестуйтеся ще раз і порівняйте результати. За бажанням ви зможете змінити стан справ на краще.
- 35-42 бали. Ви готові до саморозвитку, що сприяє професійному зростанню.

III. ПІДСУМКИ УРОКУ

Учитель. Самореалізація особистості — це те, без чого не можна обійтися, коли йдеться про формування глибокого і цілісного погляду на світ та події, що відбуваються. Самореалізація являє собою найважливішу потребу особистості. Від того, наскільки продуктивно індивід пройде етап самовизначення, залежить і все його подальше життя. Тільки та людина, повністю розкривши свою внутрішню природу, може стати щасливою.

IV. ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ

Провести анкетування серед підлітків, учителів, батьків за темою «В чому полягає суть процесу саморозвитку особистості?».