

Gimnazjum - klasa 3

Temat zajęć:

Poznaję siebie – moje zdolności i zainteresowania

Czas trwania:

3 x 45 min.

Cele dydaktyczne:

- Rozwinięcie samowiedzy oraz samoświadomości uczestników.
- Poznanie przez uczestników definicji uzdolnień, talentów, zainteresowań oraz predyspozycji zawodowych.
- Pobudzenie uczestników do refleksji na temat własnych zdolności, zainteresowań, predyspozycji zawodowych oraz samorozwoju.
- Wzmocnienie postrzegania przez uczestników własnych uzdolnień i atutów.
- Dokonanie przez uczestników samooceny zainteresowań zawodowych.
- Uświadomienie uczestnikom istotności planowania dalszej ścieżki edukacyjno-zawodowej w kontekście znajomości swoich zasobów.

Pomoce dydaktyczne:

- Programy komputerowe firmy PROGRA: *Piramida Kariery 3 cz. 2.: Planowanie kariery zawodowej*, *Test Kariery: Test Samoocena zainteresowań zawodowych*, *Wirtualny Awatar Ewa*, drukowana publikacja - *Młodzieżowe Portfolio Kariery*
- Komputer dla prowadzącego
- Komputery dla uczestników (ze względu na indywidualną pracę uczniów z Testem Kariery warto, aby zajęcia odbywały się w pracowni komputerowej, co umożliwi wszystkim uczniom pracę z programem)
- Projektor
- Samoprzylepne karteczki formatu ¼ A4
- Kartki papieru formatu ¼ A4
- Flamastry lub kredki
- Woreczek lub kapelusz
- Załącznik 1

Przebieg zajęć:

1. Czas trwania: 5 min.

Prowadzący wita uczestników oraz wprowadza ich w tematykę zajęć. Przedstawia im cel oraz przebieg zajęć, a także korzyści wynikające z uczestnictwa w zajęciach.

2. Czas trwania: 15 minut

Ćwiczenie „Wizytówki” (opracowano na podstawie: Bożena Borucka, Anna Paszkowska-Rogacz "Start zawodowy młodzieży - przewodnik dla nauczycieli", część I).

- Prowadzący rozdaje użytkownikom samoprzylepne karteczki formatu ¼ A4.
- Prowadzący prosi uczestników, aby wykonali swoje wizytówki poprzez umieszczenie na karteczkach symbolu swojego głównego uzdolnienia. Prowadzący powinien podkreślić, że może to być także drobne uzdolnienie związane, np. z hobby uczestnika lub czynnościami, których wykonywanie wychodzi mu najlepiej. Następnie uczniowie przyczepiają wykonaną przez siebie wizytówkę do ubrania. Wizytówki te powinny towarzyszyć uczestnikom do końca zajęć.
- Prowadzący zachęca uczestników do prezentacji swoich wizytówek. W sytuacji, gdy żaden uczeń nie będzie chętny, prowadzący wybiera kilku uczniów i prosi ich o przedstawienie swojej wizytówki.
- Prowadzący podsumowuje ćwiczenie mówiąc, że każdy człowiek jest inny, niepowtarzalny i posiada różne uzdolnienia. Wskazuje, że uzdolnienia mogą dotyczyć różnych obszarów i czynności oraz pogłębiać się poprzez nasze zaangażowanie w ich rozwój. Dodaje, że nie zawsze mamy ich świadomość, dlatego bardzo ważne jest przyjrzenie się sobie i poznanie swoich mocnych stron a także zdolności. Prowadzący podkreśla, że uzdolnienia są bardzo cennym zasobem człowieka, który będzie wykorzystywał na kolejnym etapie kształcenia oraz w pracy zawodowej i dzięki temu odczuwał satysfakcję oraz zadowolenie z siebie.

3. Czas trwania: 10 minut

Prowadzący rozpoczyna prezentację na temat uzdolnień z wykorzystaniem programu *Piramida Kariery 3 cz. 2.: Planowanie kariery zawodowej*.

- Prowadzący uruchamia program *Piramida Kariery 3 cz. 2. Planowanie kariery zawodowej* oraz wybiera dział *Autoanaliza*. Następnie klika na dział *Uzdolnienia* i przedstawia uczestnikom treści związane ze zdolnościami.

4. Czas trwania: 20 minut

Ćwiczenie „Drzewo uzdolnień”

- Prowadzący dzieli klasę na 6 grup.
- Następnie rozdaje uczestnikom kartki z grafiką drzewa (załącznik 1). Każdy zespół otrzymuje jedno drzewo, w którego koronie znajduje się inna nazwa zdolności, np. zdolności językowe, matematyczne, muzyczne, plastyczne, sportowe, społeczne.

- Prowadzący prosi uczestników, aby wspólnie w grupie zastanowili się, co można zrobić, aby rozwijać określone zdolności, a następnie swoje propozycje wpisali na gałęziach i w pniu drzewa (warto zwrócić uwagę na aktywności, takie jak: uczestnictwo w kółkach zainteresowań oraz zajęciach pozalekcyjnych, działalność w stowarzyszeniach, aktywność własną, zgłębianie zagadnień poprzez czytanie fachowej literatury i prasy itp.).
- Po uzupełnieniu drzewa przez wszystkie grupy prowadzący prosi, aby każda grupa, wybrała swojego przedstawiciela, który zaprezentuje klasie propozycje uczniów.
- Prowadzący podsumowuje ćwiczenie podkreślając istotność rozwijania własnych uzdolnień, które bez wzmocnienia słabną lub zanikają.

5. Czas trwania: 10 minut

Prowadzący przedstawia uczestnikom informacje na temat talentu, wykorzystując Wirtualnego Awatara Ewę.

- Prowadzący wchodzi na stronę internetową firmy PROGRA - www.progra.pl. Następnie klika na ikonę *Twój wirtualny doradca Awatar Ewa*, znajdującą się w prawym, górnym rogu ekranu, która rozpoczyna interakcję z Wirtualnym Awatarem Ewą.
- Prowadzący wybiera osobę chętną do zadania pytania awatarowi i zaprasza ją do swojego komputera.
- Prowadzący prosi uczestnika o wpisanie w pole „*Tu wpisz pytanie*” słowa „talent”. Awatar Ewa przedstawia definicję talentu.
- Prowadzący podsumowując treści przedstawione przez awatara, podkreśla, że talenty to nasze uzdolnienia, które warto odkrywać i rozwijać.

6. Czas trwania: 20 minut

Ćwiczenie „Podaj mi swoje trzy talenty, a powiem Ci kim będziesz”

- Prowadzący rozdaje uczestnikom kartki papieru formatu ¼ A4.
- Następnie prosi, aby każdy z uczestników wypisał na karteczce swoje 3 główne talenty, a następnie złożył karteczkę i opatrzył ją symbolem – znakiem rozpoznawczym, który pozwoli mu na późniejsze odnalezienie karteczki. Po wypisaniu karteczek uczestnicy wrzucają je woreczka lub kapelusza, który trzyma prowadzący.
- W drugim etapie ćwiczenia każdy uczestnik losuje dowolną karteczkę (jeśli wylosuje swoją, wkłada ją z powrotem do woreczka lub kapelusza i losuje jeszcze raz). Następnie pod wymienionymi talentami wypisuje nazwy zawodów, które jego zdaniem może wykonywać osoba posiadająca takie uzdolnienia. Następnie składa ją z powrotem na cztery części, znakiem rozpoznawczym na zewnątrz.
- Uczestnicy siedzą w kręgu i karteczki krążą w kółko, aż do każdego wróci jego karteczka.
- Osoby chętne czytają dopisane zawody i wypowiadają się krótko, co sądzą o takim wyborze.
- Prowadzący podsumowuje ćwiczenie, mówiąc, że cennym źródłem informacji na temat naszych mocnych stron oraz talentów mogą być inni ludzie: rodzice, znajomi, pedagog, doradca zawodowy, którzy dostrzegają nasze możliwości. Podkreśla także, że aby dokonać prawidłowego wyboru zawodu oraz dalszej ścieżki kształcenia, należy skonfrontować opinie uzyskane od innych ludzi z własnym

postrzeganiem siebie oraz swoich możliwości. Dodaje także, że już na podstawie kilku informacji o sobie możemy określić swoją przyszłą ścieżkę edukacyjno - zawodową, ale im dokładniej poznamy siebie, tym nasze wybory będą bardziej trafne i w efekcie satysfakcjonujące.

7. Czas trwania: 10 minut

Prowadzący rozpoczyna prezentację na temat zainteresowań z wykorzystaniem programu *Piramida Kariery 3 cz. 2: Planowanie kariery zawodowej*.

- Prowadzący uruchamia program *Piramida Kariery 3, część 2. Planowanie kariery zawodowej* oraz klika na dział *Autoanaliza*. Następnie wybiera dział *Zainteresowania* i przedstawia uczestnikom treści związane z zainteresowaniami.

8. Czas trwania: 15 minut

Ćwiczenie z wykorzystaniem *Młodzieżowego Portfolio Kariery* – części dotyczącej zainteresowań.

- Prowadzący rozdaje uczniom ćwiczenia dotyczące zainteresowań z Portfolio.
- Prowadzący prosi, aby każdy uczestnik samodzielnie wypełnił ćwiczenie, czytając najpierw instrukcję oraz zaznaczając haczykami swoje zainteresowania.
- Prowadzący prosi chętnego ucznia o przeczytanie wypełnionego ćwiczenia. Jeśli nie ma osoby chętniej, prowadzący wyznacza kilka osób, które dokonują prezentacji.
- Prowadzący podsumowując ćwiczenia, podkreśla, jak istotna jest znajomość swoich zainteresowań zawodowych w kontekście planowania kariery edukacyjno-zawodowej.

9. Czas trwania: 10 minut

Prowadzący rozpoczyna prezentację na temat predyspozycji zawodowych z wykorzystaniem programu *Piramida Kariery 3 cz. 2.: Planowanie kariery zawodowej*.

- Prowadzący uruchamia program *Piramida Kariery 3, część 2. Planowanie kariery zawodowej* oraz klika na dział *Autoanaliza*. Następnie wybiera dział *Predyspozycje zawodowe* i przedstawia uczestnikom treści dotyczące skłonności zawodowych.

10. Czas trwania: 15 minut

Autodiagnoza zainteresowań zawodowych uczniów z wykorzystaniem Testu Kariery: *Test Samoocena zainteresowań zawodowych*.

- Prowadzący prosi, aby każdy uczeń uruchomił na swoim komputerze program *Test Samoocena zainteresowań zawodowych* oraz przedstawia uczniom instrukcję do testu.
- Uczniowie wypełniają test.
- Po wypełnieniu testu i przeanalizowaniu opisowych wyników testu, prowadzący pyta uczestników o wrażenia oraz podkreśla, aby nie traktowali wyników testu ostatecznie i skonfrontowali je z własnym postrzeganiem siebie.

11. Czas trwania: 5 minut

Podsumowanie i zakończenie zajęć.

Prowadzący podsumowuje zajęcia i wskazuje na istotność dokonywania dalszych wyborów edukacyjno-zawodowych w kontekście własnych zdolności, zainteresowań oraz predyspozycji zawodowych.

Materiały do zajęć na temat samopoznania znajdują Państwo również w programach takich jak: Piramida Kariery 3, Indywidualny Planer Kariery, eSzOK, Labirynt zawodów, Przewodnik po samoocenie, Scenariusze zajęć, Testy Kariery, pakiet Kariera na Maksa.

Załącznik 1. Ćwiczenie „Drzewo Uzdolnień”











