**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**средняя общеобразовательная школа с. Лутна**

**Клетнянского муниципального района Брянской области**

**Классный час в 10 классе**

**"Здоровье и выбор профессий"**

**Классный руководитель 10 класса**

**Гапонова Л. В.**

**2014**

**Цель:**

1. Подготовка девятиклассников к осознанному выбору профессии и пути продолжения образования, выявить, в какой профессии подростки хотят себя реализовать;
2. Сформировать реальное представление о возможностях приложения своих профессиональных намерений с учетом состояния здоровья;
3. Воспитывать интерес и чувство ответственности к выбору профессии.

**Задачи:**

1. Знакомство с результатами анализа ответов учащихся на анкету «Выбор профессии»;
2. Определение требований предъявляемых профессиями к здоровью человека. Метод: «Мозговой штурм»;
3. Обсуждение вопроса значения воли в преодолении недуга. Метод: групповая дискуссия;
4. Выявление методов профилактики и закаливания. Метод: групповая дискуссия;
5. Закрепление пройденного материала. Метод: ролевая игра и ее обсуждение.

**Ход классного часа**

*Организационный вопрос. Приветствие. Сообщение темы и цели классного часа.*

**Слово классного руководителя:**

- Здравствуйте, дорогие ребята. Сегодня мы с вами собрались для того, чтобы обсудить серьезный вопрос - выбор профессии. На сегодняшнем мероприятии мы должны выяснить, как здоровье человека может серьезно влиять на выбор профессии.

Хочу напомнить вам правила работы:

1. Доверительный стиль общения;
2. Искренность в общении;
3. Активное участие в происходящем;
4. Уважение к говорящему;
5. Не перебивать говорящего..

*Начнем классный час с игры. («У каждого свое мнение»)*

Берется лист бумаги. Глаза у учащихся закрыты. Задание: разделить лист бумаги на две части и оторвать одну часть. Глаза открываем. Листок поднимаем вверх. Одинаковы ли ваши листы? *(Ответы учащихся).*

**Вывод:** у каждого человека есть свое мнение, каждый из нас является личностью. И вы должны высказать только свое личное мнение. Сегодня мы распределили вас по группам, исходя из вашего выбора.

Незадолго до нашего классного часа мы с вами провели анкетирование на тему «Выбор профессии», где вы, отвечая на вопросы анкеты, выбрали себе определенный тип труда. За I столом сидят учащиеся, которые выбрали тип «Человек - знаковая система», за 2 столом - «Человек - природа», за 3 столом - «Человек - техника»,. Типы труда «Человек - человек» и «Человек - художественный образ» никем из вас не выбран.

Да, вы сделали свой выбор - это оптимальное решение задачи, причем задачи со многими неизвестными, а иногда - приближенными, неверными данными. Поэтому не исключена ошибка. Но чем серьезнее вы относитесь к задаче, тем меньше будет вероятность ошибки, тем скорее вы достигнете цели. Надо решить, какой путь избрать после 11 класса.

Выбор за вами!

Коротко формулу «хорошего выбора» можно выразить тремя словами:

*(формула на доске)*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| хороший выбор | | |
| нужно | хочу | смогу |

*Беседа с учащимися:* - Как вы понимаете формулу «хороший выбор»? *(Ответы уч-ся)*

**Вывод классного руководителя:**

* «хочу» - это желания, интересы, склонности личности.
* «могу» - это человеческие возможности
* «нужно» - это потребности рынка труда, обязанности человека перед обществом, людьми, семьей и так далее.

**Работа в группах:**

* Вы должны защитить, почему именно этот тип труда вам наиболее близок?
* Кто или что повлияло на ваш выбор? (Ответы учащихся в группах).

**Вывод классного руководителя.**

- Скажите, пожалуйста, учащиеся, какие 4 фактора нужно знать, чтобы правильно выбрать профессию? *(Ответы учащихся).*

Классный руководитель прикрепляет на доске к рисунку самолета (на месте 4 двигателей) листки с надписью:

* интерес;
* склонности и способности;
* потребности общества в кадрах;
* здоровье.

**Слово учителя:** - Чтобы наш «самолет» достиг своей цели, чтобы «двигатели» работали стабильно, важно, чтобы мы правильно определили свой выбор и заранее себя подготовили к самореализации.

**Беседа с учащимися:** - Какое из этих условий более важное? Почему? *(Ответы уч-хся).*

Взгляд специалиста - врача - терапевта. (О группах здоровья)

**Практическая работа. Метод «Мозговой штурм».**

Каждой группе дается лист бумаги, где написано название профессии. За 2-3 минуты вы должны решить, какие требования эти профессии предъявляют к здоровью человека.

1 группа «Человек - знаковая система» - экономист;

2 группа «Человек - художественный образ» - дизайнер;

3 группа «Человек - природа» - эколог;

4 группа «Человек - техника» - шофер.

*(Ответы учащихся).*

**Классный руководитель:**

- Не только среди знаменитых людей, но и в нашем селе есть сильные духом люди, которые смогли преодолеть недуги, среди них есть и ваши родители.

**Вывод.**

*Беседа с учащимися:* - А как победить те или иные болезни? Какие виды профилактики и закаливания вам знакомы?

*(Ответы учащихся)*

**Классный руководитель:**

- я хочу предложить памятки - рекомендации по выбору профессии.

(Каждому участнику раздается памятка).

Рекомендации по выбору профессии:

1. Каждый сам выбирает профессию, и если сам ошибается,  то сам должен учиться на своих ошибках, решать и поступать по-своему.

2. Изучайте профессию и все, что с ней связано.

Обратите внимание на потребности, престижность, зарплату будущей профессии.

3. Определитесь, что вы можете и что нужно знать.

4. Выделите дальнюю профессиональную цель, соотнесите ее с личностными, семейными, досуговыми целями.

5. Не бойтесь риска, ошибок, найдите в себе силы исправлять ошибки.

6. Имейте резервный вариант на случай неудачи.

7. Помните, на вашем пути могут быть трудности, спланируйте пути и средства преодоления трудностей.

8. Для достижения цели вам надо много читать, работать, думать.

*Обобщение:*

**Классный руководитель:**

Мы сегодня разобрали такой серьезный вопрос, как здоровье влияет на выбор профессии. Выяснили что, для того чтобы человек сохранял свое здоровье, не болел, он должен вести здоровый образ жизни: заниматься спортом, ходить босиком, обливаться холодной водой, почаще ходить в баню, забыть о своих вредных привычках, сочетать работу и отдых, отдых на свежем воздухе, любить людей, не нервничать по пустякам, к жизни относиться проще и спокойнее. Тогда вы будете здоровы, и выбор профессии будет зависеть исключительно от ваших интересов, склонностей и способностей. Вы никогда не должны забывать слова философа Сократа, что «Здоровье - не все, но все без здоровья - ничто». Раз вы выбрали себе будущую профессию, если она вам нравится, если вам позволяет здоровье, то у вас все должно получиться. Желаю вам больших успехов в учебе, хочу, чтобы ваши мечты сбылись.