

Міністерство освіти і науки України



**СІМЕЙНО-ПОБУТОВА КУЛЬТУРА
ТА ДОМАШНЯ ЕКОНОМІКА**

Методичні вказівки до практичних робіт

для студентів IV курсу

зі спеціальностей: 208 Агроінженерія

274 Автомобільний транспорт

денної форми навчання

Лубешів

УДК 64

С 37

До друку

Голова навчально-методичної ради Луцького НТУ _____ В.І. Талах
(підпис)

Електронна копія друкованого видання передана для внесення в
репозитарій Луцького НТУ

Директор бібліотеки _____ С.С. Бакуменко
(підпис)

Затверджено навчально-методичною радою Луцького національного технічного
університету, протокол № _____ від _____ 2018 р.

Рекомендовано до видання методичною радою Любешівського
технічного коледжу Луцького НТУ, протокол № _____ від _____ 2018 р.

Розглянуто і схвалено на засіданні циклової комісії викладачів гуманітарних та
соціальних дисциплін Любешівського технічного коледжу Луцького НТУ,
протокол № _____ від _____ 2018 р.

Голова циклової методичної комісії _____ Кравчик Л.М.
(підпис)

Укладач: _____ Н.П. Літвинчук
(підпис)

Рецензент: _____ О.М.Жук, кандидат педагогічних наук
(підпис)

Відповідальний
за випуск: _____ Т.П. Кузьмич, методист коледжу
(підпис)

Сімейно-побутова культура та домашня економіка [Текст]: методичні вказівки до
практичних робіт для студентів IV курсу спеціальностей 208 Агроінженерія, 274
Автомобільний транспорт, денної форми навчання/ уклад. Н.П.Літвинчук –
Любешів: Любешівський технічний коледж Луцького НТУ, 2018. – 29 с.

Видання містить завдання для кожної теми дисципліни, перелік рекомендованої
літератури. Призначене для студентів IV курсу спеціальностей 208
Агроінженерія, 274 Автомобільний транспорт.

Н.П. Літвинчук, 2018

ВСТУП

Навчальну дисципліну «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» включено до циклу гуманітарної та соціально-економічної підготовки як дисципліну за вибором вищого навчального закладу для підготовки бакалаврів в аграрних вищих навчальних закладах України.

Вивченню згаданої дисципліни передують вивчення навчальних дисциплін «Психологія», «Соціологія», «Етика й естетика», «Культурологія».

Метою вивчення навчальної дисципліни «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» є набуття студентами знань з основ сімейного спілкування, вивчення законодавчої бази щодо прав та обов'язків дітей і батьків, охорони здоров'я та планування сім'ї, набуття умінь управління сімейними ресурсами з метою поліпшення рівня життя та добробуту сім'ї, суспільства.

У результаті вивчення дисципліни **студент повинен знати:**

- нормативно-законодавчу базу про шлюб, сім'ю, здоров'я населення, планування сім'ї;
- концептуальні аспекти харчування;
- основи сімейних відносин (соціально-біологічні, господарсько-економічні; морально-психологічні проблеми сім'ї та різновиди виховання);
- специфічну організацію домашнього господарства;
- основні принципи підприємництва в Україні;
- психологію і психогігієну спілкування;

студент повинен уміти:

- дотримуватися вимог сучасної комунікації;
- постійно збагачувати свій світогляд надбаннями світової та української культури;
- розробляти бізнес-плани для малих підприємств;
- застосовувати набуті знання у повсякденному житті.

Семінарські заняття слід проводити у формі рольових ігор, бесід-дискусій, а також «екскурсійних» занять з метою розширення світогляду студентів.

Мінімальний навчальний час на вивчення дисципліни «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» складає 108 год, з них аудиторних занять не більше 50%.

Підсумковою формою контролю знань та умінь студентів є залік.

В Любешівському технічному коледжі Луцького НТУ дисципліна «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» вивчається на IV курсі спеціальностей: «Обслуговування та ремонт автомобілів та двигунів», «Експлуатація та ремонт машин і обладнання агропромислового виробництва» згідно Стандартів, навчальних планів та Програми. Цей спецкурс має на меті вироблення практичних умінь та навичок, які необхідні в сімейному житті. Таких, наприклад, як навички приготування їжі і раціонального харчування, уміння облаштовувати своє помешкання, планувати сімейний бюджет тощо. Програма курсу домашньої економіки в кінці кожного розділу подає перелік практичних занять. Ось деякі з них:

- поняття сім'ї та шлюбу,
- розробка проекту кухні,

- варіанти розміщення меблів та обладнання,
- планування садиби та присадибної ділянки,
- ознайомлення з інвентарем для садово-городніх ділянок,
- складання і захист власного бізнес-плану,
- приготування страв української національної кухні тощо.

Не останнє місце займають різноманітні конкурси:

- на краще планування сімейного бюджету,
- на краще складання меню для сім'ї на день, тиждень,
- проведення родинного свята.

Доцільно застосовувати тестування та анкетування при проведенні цілого ряду практичних занять. Оскільки практичні заняття передбачають формування практичних умінь та навичок, то при їх проведенні академічна група мала б поділитись на дві підгрупи. Неможливість такого поділу значно знецінює результативність практичних занять.

Варто додати, що в цьому напрямі у коледжі організовується:

- шоу «Способи виживання молоді сім'ї в екстремальних умовах»;
- конкурси на кращий кулінарний витвір;
- конкурс сервірування та краще оформлення столу за допомогою серветок;
- проведення «занять на виробництві» (вибір пральних засобів у магазинах та на ринку за параметрами якості тощо);
- планування бюджету на 1 особу і на конкретну сім'ю (на певний місяць);
- планування висадки та висівання рослин на городі та на грядках за сумісністю.

Студенти окремих груп готують тематичні шоу для виступу в гуртожитку, тобто беруть участь у роботі клубу «Господарочка».

Результати спостережень викладача.

Специфіка нашого навчального закладу та переважання в ньому сільської молоді зумовлюють і специфічне відношення до дисципліни «СПК та домашня економіка». Значний відсоток сільських юнаків та дівчат добре розуміються на особливостях домашнього городництва й овочівництва, окремі з них мають фундаментальні знання про створення домашньої ферми. Не лише дівчата, а й окремі юнаки з задоволенням демонструють вміння сервірувати стіл, складати серветки, причому з великим мистецтвом, особливо ті, хто захоплюється технікою орігамі.

Інші студенти з непідробним інтересом планують та обліковують сімейні прибутки та витрати й здивовано задаються питанням: «А як же мама (*це найчастіший варіант запитання, він свідчить про керівну роль господині в плануванні бюджетних витрат*) «викручується»?».

Та найбільшу увагу й бажання інтерактивного спілкування виявляють студенти в ході вивчення теми «Сім'я». Саме тут відкриваються таємниці багатьох підлітків: чому одні з них сором'язливі, інші мовчазні, інші важкі в спілкуванні, ще інші – розкуті й «без гальм».

Саме в цей час студенти відчувають, що стали ближчими, ріднішими, стали студентська сім'я, у якої мають місце спільні переживання за окремих своїх друзів і за кожного члена групи. Студенти збагачуються особливою інформацією про кожного: які вони господарі чи господині, наскільки економні чи щедрі, чи марнотратні, як вони відносяться до грошей, до батьків, до дітей та стареньких, чи вміють бути мирними, прощати, утішати; вони починають по-іншому, глибше

бачити одне одного. А коли мова заходить про подружнє життя, про майбутніх дітей, про шкідливість та про гріх абортів, то жоден студент не залишається байдужим до цієї теми.

Позитивний ефект має застосування ігрової діяльності. Адже ігрові дії поступово переростають у реальні, багатьма студентами переносяться в повсякденне життя, сприяють формуванню чуйності, вияву турботливості, взаємоповаги, взаємодопомоги, кращому розумінню одне одного. Шоу «Як молодому подружжю вижити в екстремальних умовах» виховує волю, збагачує внутрішній світ, виробляє прагнення до самовиховання. Студенти розкриваються перед умовною «дружиною», «другом» чи «чоловіком», «тещею» чи «свекрухою», прагнуть бути кращими, щирими, культивують почуття гумору, висловлюють позитивні міркування про майбутню поведінку в сім'ї.

Викладач щоразу впевнюється, що немає безнадійно байдужих студентів, що в кожного є особливості. Правильний педагогічний підхід – і вже перед тобою не бешкетник чи лінивець, а майже сформований господар; не байдужа дівчина, а охайна, залюблена в чистоту та порядок господинька...

Це та дисципліна, де немає невстигаючих, навпаки, тут кожен воліє показати себе з найкращого боку, продемонструвати власні знання, вміння, набути нових. І якщо студент(ка) не пам'ятає, як класифікуються групи сімейних витрат, то буде знати досить багато про ведення домашнього господарства.

В даний час даний курс є вагомим важелем у справі підготовки не лише спеціаліста-аграрія з широким кругозором, а громадянина і майбутнього члена сім'ї.

Розуміння сімейних та загальнолюдських цінностей, здоровий спосіб життя, вміння цивілізовано спілкуватися, самопожертва, відсікання егоїзму й поганих звичок, любов та повага до всіх і кожного – ось ті якості, що забезпечать формування особистості майбутнього спеціаліста і громадянина України.

На практичних заняттях з дисципліни «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» домінуючою формою навчання і здійснення контролю досягнутих результатів є діалог, до якого студентів залучає викладач, спонукаючи узагальнювати вивчений матеріал, висловлювати власні думки, при цьому здійснюється перевірка та поточне оцінювання навчальних досягнень студентів. Під час підготовки до практичних занять і вивчення тем студенти використовують відповідні методичні вказівки.

ПЕРЕЛІК ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Розділ 1. СІМ'Я ТА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ

Мета: дати уявлення про сім'ю як природний й найбільш стійкий елемент людського суспільства; довести зв'язок сім'ї із суспільством; ознайомити із основними документами сучасної сім'ї, із провідними напрямками родинно-сімейного виховання, з'ясувати зміст поняття «виховний ідеал української сім'ї». Основні поняття: «нуклеарна сім'я», «родина», «родинне виховання», «родинно-сімейне виховання», «виховний ідеал».

Практичні завдання

1. Законспекуйте відомості про виховний ідеал українців і батьківський ідеал дитини із книги Т.Ф. Алексеєнко «Молода сім'я: умови виховання дитини».
2. Підберіть афоризми, приказки або прислів'я на теми етичного, морального, розумового і фізичного виховання дитини в сім'ї.

3. Дайте відповіді на питання:
4. Що таке сім'я?
5. Як залежить розподіл домашніх обов'язків від типу сім'ї?
6. Чи може суспільство існувати без сім'ї?
7. Сім'я у майбутньому – якою вона буде?
8. Складіть своє генеалогічне дерево.
9. У чому полягає значення виховної, репродуктивної, економічної функцій сім'ї для суспільства і особистості?
10. Складіть план приймання гостей із-за кордону (врахувати такі аспекти: функція дозвілля у сім'ї, господарсько-побутова функція сім'ї).

ДЕРЖІВНА СІМЕЙНА ПОЛІТИКА В УКРАЇНІ

1. Законспекуйте Національну програму «Діти України». Дайте відповіді на питання:
2. Яка мета Національної програми «Діти України»?
3. Назвіть основні завдання Національної програми «Діти України».
4. Яка роль відводиться сім'ї у виконанні Національної програми «Діти України»?
5. Які основні шляхи реалізації державної сімейної політики в Україні?
6. Назвіть основні законодавчі акти у галузі соціального захисту сімей.

ДЕМОГРАФІЧНА СИТУАЦІЯ В УКРАЇНІ

1. Охарактеризуйте шлюбно-сімейну ситуацію в Україні.
2. Які прояви має в Україні демографічна криза?
3. У чому полягає роль сім'ї у подоланні демографічної кризи?
4. Як залежить здоров'я від рівня добробуту?
5. Що таке здоров'я?
6. Назвіть основні складові здоров'я.
7. Дайте визначення поняття «здоровий спосіб життя».
8. Складові здорового способу життя – що залежить від суспільства, а що від родини?

ПЛАНУВАННЯ СІМ'Ї

Дайте відповіді на питання:

1. Що означає поняття «планування сім'ї»?
2. Яку структуру має служба планування сім'ї в Україні?
3. Які основні види діяльності служби планування сім'ї в Україні?
4. Які ускладнення виникають після абортів?
5. Назвіть причини формування безпліддя.
6. Як можна зародити безплідному шлюбу?
7. Які є методи і засоби контрацепції?
8. Від чого залежить репродуктивне здоров'я жінки?
9. Шляхи та чинники передачі ВІЛ-інфекції, СНІДу.
10. В яких біологічних рідинах людини міститься ВІЛ?
11. Коли у ВІЛ-інфікованого розвивається стадія СНІДу?
12. У чому виявляється СНІД?
13. Як уберегтись від ВІЛ-інфекції/СНІДу?

ПРОФІЛАКТИКА ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК МОЛОДІ

1. Складіть план заходів боротьби зі шкідливими звичками:

а) на державному рівні;

б) у родині.

Дайте відповіді на питання:

2. Як впливають шкідливі звички на організм людини?

3. У чому полягає небезпека зловживання алкоголем?

4. Складіть комплекс порад для вирішення складних життєвих ситуацій, щоб уникнути вживання наркотиків.

5. Як можна боротися з палінням у разі вимушеного повсякденного спілкування з курцями?

6. Придумайте сюжет для соціальної реклами на тему боротьби зі шкідливими звичками.

Розділ II. ОСНОВИ СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН

Дайте відповіді на питання:

1. Обґрунтуйте поняття «рід», «родина», «сім'я».

2. У якому взаємозв'язку перебувають сім'я, рід, родина?

3. Які особливості розвитку сучасної сім'ї?

4. Які чинники є провідними у зміцненні сім'ї?

5. Охарактеризуйте основні ознаки сім'ї.

6. Обґрунтуйте поняття «побут».

7. Охарактеризуйте основні форми сучасного українського побуту.

8. Яку роль у сім'ї відіграє родинний побут?

9. Що таке фізична культура і чим вона відрізняється від спорту?

10. Які ви знаєте основні засоби фізичного виховання?

11. Що ми відносимо до фізичного виховання?

12. Чи належать до фізичного виховання гімнастика, туризм і спорт?

13. Як впливає фізична культура на розвиток дитини?

ПРАВОВІ ВІДНОСИНИ В СІМ'Ї

Дайте відповіді на питання:

1. Що регламентує Сімейний кодекс України?

2. Який шлюбний вік встановлено в Україні?

3. Ким і на основі чого здійснюється правове регулювання шлюбних і сімейних відносин в Україні?

4. За яких умов неможливий шлюб між юнаком і дівчиною?

5. Що таке шлюбний контракт і за яких обставин він укладається?

6. Що узгоджується при укладанні шлюбного контракту?

7. Якими правами наділені батьки щодо своїх дітей?

8. Які взаємні аліментні обов'язки мають батьки і діти?

9. Коли, за яких обставин батьки можуть бути позбавлені батьківських прав?

10. Визначте зміст правових відносин між подружжям, батьками та дітьми.

11. Охарактеризуйте поняття «шлюб» та «сім'я».

МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ВІДНОСИНИ

Дайте відповіді на питання:

1. Охарактеризуйте поняття «індивід», «особистість» та «індивідуальність» як

основні прояви людини.

2. Що ви розумієте під скерованістю особистості?
3. Що таке можливості особистості?
4. Яка характеристика системи самоуправління особистості?
5. Назвіть і охарактеризуйте типи саморегуляції особистості.
6. Опишіть взаємозв'язки між психічними процесами, властивостями і станами у структурі особистості.
7. Охарактеризуйте психологічний і педагогічний підходи до формування особистості.
8. Що таке конфлікт?
9. Як керувати емоціями при конфлікті?
10. У чому полягає питання: проблема чи конфлікт?
11. Як можна досягти справедливого результату за умови взаємного виграшу?
12. Чи можна в конфліктній ситуації створити атмосферу, за якої люди зможуть відкритися, знайти спільну мову і виробити власні рішення? Що може допомогти цьому?
13. Що означає «кинути рукавичку»?
14. Які ви знаєте способи нейтралізації конфлікту?
15. Яку роль відіграють особливості діалогу у конфлікті?
16. До яких моментів зводиться усунення конфліктів?
17. Яке значення має компроміс у вирішенні конфлікту?
18. Як досягти психологічної готовності до згоди (визнання неправоти, вибачення) під час конфліктної ситуації?

ЧОЛОВІЧА ТА ЖІНОЧА ГІДНІСТЬ

Дайте відповіді на питання:

1. Охарактеризуйте поняття «честь» і «гідність».
2. Які моральні якості честі і гідності санкціонують жінку в суспільстві?
3. Які моральні якості честі і гідності санкціонують чоловіка у суспільстві?
4. Що мають спільного і відмінного категорії честі і гідності?
5. На якому рівні, на вашу думку, свідомість власної гідності і честі нашого сучасника?
6. Що дають людині засвоєні поняття честі і гідності?
7. Назвіть, які якості людини найбільш цінні й імпонують вам. а які викликають у вас несприйняття.

ВИХОВАННЯ В СІМ'Ї

Дайте відповіді на питання:

1. Яка мета і які завдання родинного виховання?
2. Які традиції виховання склалися в українській родині?
3. Які з них на ваш погляд, повинна використати сучасна сім'я для підвищення ефективності родинного виховання?
4. Які правові основи сучасного родинного виховання?
5. У чому полягає роль сім'ї у вихованні дитини?
6. Назвіть основні напрями розумового виховання, охарактеризуйте їх.
7. Охарактеризуйте основні методи естетичного виховання. Які з них, на ваш погляд, є найдієвішими і реальними?
8. Обґрунтуйте тезу, за якою мета виховання полягає у всебічному розвитку

дитини.

9. У чому виявляються взаємозв'язок і відмінні особливості між вихованням, самовихованням і перевихованням?
10. Розкрийте сутність різноманітних концепцій виховання.
11. У чому виявляються особливості змісту національного виховання на сучасному етапі?
12. Якою є роль прикладу виховання? Чи тотожні поняття «взірець» та «ідеал»?
13. З якого віку людини закладаються підвалини морального виховання?
14. Що є основою морального виховання?
15. З яких основних елементів складається система статевого виховання дітей?
16. Які чинники зумовлюють актуальність проблем статевого виховання?
17. У чому полягає взаємозв'язок між правовим вихованням і формуванням дисциплінованості особистості?
18. Обґрунтуйте особливості змісту трудового виховання у вашій сім'ї.
19. Складіть правила трудового виховання дитини.
20. Складіть програму діяльності сім'ї зі статевого виховання дітей.
21. Охарактеризуйте сутність громадянського виховання в сучасній сім'ї, школі.

ЕСТЕТИЧНЕ ВИХОВАННЯ Й ОРГАНІЗАЦІЯ ВІЛЬНОГО ЧАСУ

Дайте відповіді на питання:

1. Розкрийте основні напрями естетичного виховання особистості.
2. Що є метою естетичного виховання?
3. Що становить структуру естетичного виховання?
4. Яку роль в естетичному вихованні відіграє музика?
5. На яких зразках музичного мистецтва, на вашу думку, треба виховувати сучасну особистість?
6. За допомогою чого дитина пізнає навколишній світ і залучається до найвищих досягнень культури?
7. Що слугує еталоном мистецтва слова в естетичному вихованні дитини?
8. Яка література формує в особистості важливі цінності людського буття?
9. Як сприймає особистість художній образ, зображений митцем образотворчого мистецтва?
10. Де повинні закладатися основи ознайомлення і вивчення історії художньої культури?
11. Чи кожен глядач може «прочитати» твір образотворчого мистецтва?
12. Які види мистецтва поєднуються в театральному?
13. Що є першоелементом театрального мистецтва?
14. Якими головними засобами виражаються опера, балет, оперета?
15. Із яких основних елементів складається система природознавчого виховання?
16. Обґрунтуйте відмінність екскурсії від теоретичних (практичних) занять.
17. Як впливають засоби масової інформації (радіо, телебачення, книги, газети, журнали) на естетичне виховання особистості?
18. Чим відрізняються поняття «робочий час», «вільний час», «дозвілля», «відпочинок»?

Практична робота.

Вправа 1. «Карусель».

Відбувається дискусія на тему: «Громадянський чи державний шлюб?» Учасники об'єднуються у дві групи за критерієм надання переваги громадянському чи державному шлюбу. Групи отримують чисті аркуші і на них записують:

- своє розуміння обраного виду шлюбу;
- основні ознаки;
- переваги даного шлюбу над іншим, пояснити;
- навести приклади для захисту свого вибору.

Вправа 2. «Побачення».

Грають двоє – Він і Вона. Імітується ситуація запізнення на побачення. Завдання одного партнера – переконливо пояснити своє запізнення, другого – зрозуміти і пробачити. Далі іде обговорення: якими засобами переконання користувались учасники вправі, хто з них себе поведив природно тощо.

3. Ситуаційні запитання і завдання (самостійна робота студентів).

1. Доведіть, що сім'я – природний і найбільш стійкий елемент людського суспільства.
2. Які, на ваш погляд, причини виникнення в сім'ї таких явищ як національний нігілізм, відчуження батьків і дітей, духовне зубожіння?
3. Яким ви бачите виховний ідеал сім'ї?
4. Які функції повинна виконувати сучасна сім'я? Як ви розумієте вираз «нуклеарна сім'я»?
5. Які основні завдання родинно-сімейного виховання в умовах сьогодення?

Профілактичні поради:

- розмовляй із дитиною про шкідливу дію алкоголю й наркотиків;
- навчись уважно слухати дитину;
- допоможи дитині повірити в себе;
- допоможи дитині сформувати чітку систему цінностей;
- допоможи дитині захищатися від тиску товаришів;
- заохочуй дітей до здорової та творчої діяльності;
- будь завжди готовий до того, що дитина може спробувати наркогенні засоби, не розгублюйся в такій ситуації.

Реабілітаційні поради:

- знайди в собі самому причини неадекватної поведінки твоєї дитини;
- змінюйся сам;
- оздоровлюй стосунки в сім'ї;
- обережно підходь до призначення покарання;
- шукай фахової допомоги;
- знайди підтримку в батьків інших дітей;
- подавай добрий приклад;
- не принижуй дитину своєю недовірою.

Допишіть речення. Моральна, економічна, правова та інші види взаємної відповідальності всіх членів сім'ї, взаємна любов, взаємопідтримка, взаєморозуміння та емоційна прив'язаність є запорукою...

Підкресліть документи, на основі яких здійснюється правове регулювання відносин у сім'ї між батьками і дітьми: Конституція України; Цивільний Кодекс України; Національна доктрина розвитку освіти; Концепція громадянського виховання особистості в умовах розвитку української державності; Декларація прав дитини.

Продовжіть речення. Які якості і особливості характеру людини має культивувати українська сім'я:

- а) повагу і відданість...;
- б) шанування культури...;
- в) шанобливе ставлення...;
- г) усвідомлення власної національної...;
- д) дотримання принципів...;
- е) негативне ставлення до проявів....

Виділіть 8-10 провідних напрямів родинно-сімейного виховання:

- а) правове виховання;
 - б) ...;
 - в) ...
6. До яких об'єднань людей та соціальних груп може входити кожний член сім'ї, зберігаючи свою автономність?

Допишіть відповіді:

- а) виробничих;
- б) дитячих і юнацьких організацій;
- в) політичних партій;
- г) ...
- д) ...

Література Основна

1. Алексєєнко Т.Ф. Молода сім'я: умови виховання дитини. – К.: Рад.шк., 2004. – С.54-56.
2. Кузьмінський А.І., Омеляненко В.Л. Педагогіка родинного виховання: Навчальний посібник. – К.: Знання, 2006.– С174-186.
3. Педагогіка: Хрестоматія /Укл. А.І.Кузьмінський, В.Л.Омеляненко – К.: Знання. – Прес, 2003. – С.460-466.
4. Постовий В., Щербань П., Алексєєнко Т., Докукіна О., Стрельнікова Н. Сім'я і родинне виховання (Концепція). – К.:ІСДО, 1999. – С. 32-81.
5. Родинна педагогіка: Навчально-методичний посібник/ А.А.Марушкевич, В.Г.Постовий, Т.Ф.Алексєєнко та ін. – К.: Видавець. – ПАРАПАН, 2002. – С. 44-60.
6. Стельмахович М.Г. Українська родинна педагогіка. – К., 1996. – С. 101-119.

Додаткова:

1. Державна національна програма «Освіта» (Україна ХХІ століття). - К.: Райдуга, 1994.
2. Діти України: Національна програма. – Указ Президента України № 63/96 від 18 січня 1996 р.
3. Галузяк В.М., Сметанський М.І., Шахов В.І. Педагогіка: Навчальний посібник. –Вінниця, 2001. – 200 с.
4. Лозниця В. С. Психологія і педагогіка: Навч. посібник. – К. 2003. – 304 с.

5. Алексєєнко Т.Ф. Молода сім'я: умови виховання дитини. – К.: Рад. шк., 2004. – С.54-56.
6. Піча В.М., Хома Н.М. Політологія: Навч. посібник. – Львів, 2001–344 с.
7. Щербань П.М. Національне виховання в сім'ї – К., 2000. – 260 с.

Розділ III. ОРГАНІЗАЦІЯ ДОМАШНЬОГО ГОСПОДАРСТВА

Дайте відповіді на питання:

1. Що таке інтер'єр? Сучасні вимоги до інтер'єру житла.
2. Охарактеризуйте загальні особливості обладнання сучасної квартири.
3. Поясніть значення кольору в оздобленні житла. Що таке колорит? Які кольори називаються «теплыми», а які «холодними»? Наведіть приклади «холодних» і «теплих» кольорів приміщень.
4. Види кольорової гармонії. Поясніть, як ви розумієте поняття нюансної і контрастної гармонії.
5. У чому полягають особливості обладнання садибного будинку?
6. Меблі та їх функції в сучасному помешканні. Перелічіть різновиди меблів за конструктивними ознаками та призначенням.
7. Опишіть кольорову гаму власної квартири (кімнати в гуртожитку), створивши цілісний ансамбль помешкання.
8. Назвіть основні види композиції при оформленні інтер'єру.
9. Опишіть, як би ви умеблювали двокімнатну квартиру, виходячи із сучасних рекомендацій щодо інтер'єру.
10. Яку роль відіграє колір тканин в оформленні сучасного інтер'єру?

Сплануйте садибу та присадибну ділянку.

ОЗДОБЛЕННЯ ЖИТЛА ДЕКОРАТИВНИМИ ЕЛЕМЕНТАМИ

Дайте відповіді на питання:

1. Дайте загальну характеристику засобів для художнього прикрашання сучасного житла.
2. Що ви знаєте про картини і твори графіки як один із найбільш бажаних декоративних елементів у житлі.
3. Які функції виконують керамічні вироби у сучасному інтер'єрі? Назвіть види художнього текстилю, що використовуються у сучасному помешканні.
4. Яке функціональне призначення килимів і декоративних панно у сучасному житлі?
5. Поясніть, яких принципів необхідно дотримуватися при доборі драпірувальних тканин для дому.

ОЗЕЛЕНЕННЯ ЖИТЛА. ВИДИ ОСВІТЛЕННЯ КВАРТИРИ

Дайте відповіді на питання:

1. Поясніть, яких умов необхідно дотримуватися, включаючи в інтер'єр житла рослини.
2. Охарактеризуйте групи і види рослин, що використовуються у внутрішньому озелененні житла.
3. Яких правил дотримуються при доборі рослин для різних частин жилого приміщення?
4. Як правильно розміщують квіти у квартирі?
5. У чому полягає догляд за квітами?

6. Як правильність освітлення житла впливає на працездатність мешканців, збереження їх зору, комфорт приміщення?
7. Розкажіть про особливості освітлення кожної зони у помешканні.
8. Який світильник краще вибрати?

ПРИБИРАННЯ ПРИМІЩЕНЬ

Дайте відповіді на питання:

1. Розкажіть про види прибирання приміщень.
2. Із чого необхідно починати генеральне прибирання?
3. Охарактеризуйте основні способи миття шибок.
4. Яких вимог до миття різних видів підлоги потрібно дотримуватися?
5. Поясніть, як треба мити дзеркало, щоб воно завжди було чистим?
6. Напишіть, як ви прибираєте кухню. Чим відрізняється прибирання кухні від прибирання інших приміщень у вашому домі?

ДОГЛЯД ЗА МЕБЛЯМИ

Дайте відповіді на питання:

1. Назвіть загальні принципи догляду за меблями.
2. Поясніть, як необхідно чистити поліровані поверхні меблів.
3. Як вивести плями різного походження з поверхні меблів?
4. Як можна оновити поліровані і лаковані меблі?
5. У чому полягає догляд за шкіряними меблями?

ДЕЩО З ІСТОРІЇ ПРАННЯ БІЛИЗНИ ТА ОДЯГУ

Дайте відповіді на питання:

1. Коли і ким уперше було винайдено мило?
2. Що ви знаєте про історію прання в різні історичні періоди розвитку цивілізації?
3. Як правильно підключити пральну машину?
4. Поясніть, які дії необхідно виконати перед початком прання.
5. Як правильно сушити білизну, виготовлену з різних тканин?
6. Які правила прасування білизни?
7. Поясніть причини пожовтіння та знебарвлення тканин.
8. Як правильно доглядати за виробами з хутра?
9. Чим відрізняється зберігання виробів з хутра від іншого верхнього одягу?
10. Які вимоги до зберігання взуття необхідно знати, щоб подовжити термін його використання?
11. Чи умієте ви виконувати дрібний ремонт одягу? Чи вдається вам завдяки цьому заощадити кошти з сімейного бюджету?
12. Чи знаєте ви, як видалити плями різного походження з вашого одягу? Розкажіть про це докладніше.

КУХНЯ ТА ЇЇ ОБЛАДНАННЯ

Дайте відповіді на питання:

1. Які види кухонь розрізняють на сучасному етапі?
2. Чим відрізняється облаштування кухні у міській квартирі і сільському садибному будинку?
3. Які робочі вузли виділяють у робочій лінії приготування страв? Назвіть і

пояснить їх призначення.

4. Які основні електроприлади полегшують роботу на кухні? Назвіть та дайте характеристику їх.
5. Назвіть загальні вимоги щодо користування кухонними електроприладами.
6. Охарактеризуйте види кухонного посуду і правила користування ними.
7. У чому полягають основні вимоги щодо догляду за кухонним посудом, який виготовлено з різних матеріалів?

Розробіть проект кухні.

Розділ IV. ЕКОНОМІКА ДОМАШНЬОГО ГОСПОДАРСТВА

Дайте відповіді на питання:

1. Охарактеризуйте основні види прибутків громадян.
2. Що таке соціальні витрати?
3. Поясніть, що таке «прожитковий мінімум», як його вираховують?
4. Як відбувається стягнення аліментів, хто їх має сплачувати і в яких випадках?
5. Які види послуг ви знаєте? Охарактеризуйте їх за різними ознаками.
6. Що таке кредит? Які види кредитів існують?
7. Дайте визначення іпотечного і споживчого кредитів.
8. Чим відрізняється кредит від грошей?
9. Поясніть, хто такі кредитори і позичальники. Які функції вони виконують?
10. Які державні програми дають можливість молодим сім'ям одержати кредит?
11. Які шляхи заощадження електроенергії, тепла, води і газу має знати кожен член родини?
12. Назвіть інші шляхи заощадження в сім'ї.

Конкурс на краще планування сімейного бюджету.

ВИТРАТИ В БЮДЖЕТІ СІМ'Ї ТА ЇХ ПРИЗНАЧЕННЯ. ВИДИ ПОДАТКІВ. СТРАХУВАННЯ

Дайте відповіді на питання:

1. Охарактеризуйте види сімейного бюджету залежно від нормативів його розрахування.
2. Що таке оптимальний сімейний бюджет? Що є основними елементами його визначення?
3. Назвіть основні види податків.
4. У чому полягає суть земельного податку?
5. В яких сферах суспільного життя здійснюється страхування?
6. Що включає в себе соціальне страхування?
7. Назвіть види особистого страхування.
8. Поясніть відмінність між обов'язковим і добровільним страхуванням.

ЯК ПРАВИЛЬНО КУПУВАТИ. ОСНОВНІ ПРАВА СПОЖИВАЧІВ. КОШТОРИС

Дайте відповіді на питання:

9. Як споживачі можуть захистити свої права, якими документами це регулюється?
10. Охарактеризуйте основні такі поняття, використані в Законі України

«Про захист прав споживачів» як «споживач», «виробник», «продавець», «недолік товару», «термін придатності».

11. Назвіть основні права споживача.
12. Поясніть правила одержання відшкодувань, пов'язаних зі здоров'ям.
13. За яких умов і в який спосіб відбувається заміна товару на аналогічний?
14. У чому полягають споживчі властивості товарів? Наведіть приклади, коли вони відрізняються.
15. Поясніть, ким і як встановлюється гарантійний термін товарів.
16. Як визначити термін, необхідний для заміни товару належної якості на інший?
17. Поясніть, як ви розумієте поняття «кошторис». Які види кошторису можуть складатися?
18. Дайте визначення поняттям «термін придатності», «термін служби», «збитки», «сертифікація».

Сплануйте бюджет на 1 особу і на вашу сім'ю (на місяць). Захист власного бізнес-плану.

Література

1. Адаменко Т.М. Як допомогти тим, хто хоче мати житло // Урядовий кур'єр. – 2003. – № 189. – С. 5.
2. Горбач Л.М. Стразова справа: Навч. посібник. – К., 2003. – 248 с.
3. Закон України «Про захист прав споживачів» // за ред. Е.Ф. Демкого. – К., 1999. – 47 с.
4. Іваненко Л.М. Цивільно-правове забезпечення прав споживачів на належну якість товару. – К.: Юрінком, 1998. – 20 с.
5. Какукраситьсвойдом. Харьков, 2003. – 320 с.
6. Краткаяэнциклопедиядомашнегохозяйства. 6-е изд. – М., 1979. – 1407 с.
7. Кутний А. Субсидії на відшкодування витрат житлово-комунальних послуг // Галицькі контракти. – 2000. – №49. – С. 48-49.
8. Мохнач Т.П. Житло і кредит // Урядовий кур'єр. –2003. – №153.– С. 5.

Розділ V. ХАРЧУВАННЯ

Дайте відповіді на питання

Що таке фізіологія та гігієна харчування? З яких частин складається наука про харчування?

1. Які найважливіші завдання стоять перед наукою про харчування?
2. Які ви знаєте періоди в розвитку фізіології та гігієни харчування?
3. Складіть таблицю періодів у житті людства, що характеризуються розвитком та поліпшенням його харчування.
4. Як виник процес випікання хліба?
5. Складіть таблицю «Час завезення сільськогосподарських культур у Європу з Північної та Південної Америки».
6. Які особливості розвитку української кухні?
7. Дайте характеристику відомим напоям.
8. Які речовини входять до складу харчових продуктів?
9. Охарактеризуйте неорганічні речовини (вода, мінеральні речовини).

10. Розкрийте особливості органічних речовин (вуглеводи, білки, жири, вітаміни, ферменти).

11. Назвіть речовини, крім неорганічних та органічних, що входять до складу продуктів харчування.

РЕЖИМ ХАРЧУВАННЯ

Дайте відповіді на питання:

1. Яка роль харчування для здоров'я людини?
2. Що таке режим харчування? У чому він полягає?
3. Назвіть п'ять основних правил здорового харчування.
4. Як скласти раціон харчування? Що враховується під час складання харчового раціону?
5. З чого починається розрахунок добового раціону меню?
6. Поясніть прислів'я «Треба їсти, щоб жити, але не жити, щоб їсти».
7. Які вимоги до харчового раціону?
8. Складіть три варіанти обідів для кожної пори року.
9. Напишіть п'ять простих рецептів швидкого приготування.

Конкурс на кращий кулінарний витвір або на кращий рецепт української кухні.

ПРИГОТУВАННЯ ЇЖІ

Дайте відповіді на питання:

1. Який порядок приготування сніданку (обіду, вечері)? У чому відмінність?
2. У чому цінність теплової обробки продуктів?
3. Який найнадійніший спосіб теплової обробки?
4. Охарактеризуйте зміни, що відбуваються під час теплової обробки з білками, жирами, вуглеводами, вітамінами.
5. Назвіть прийоми теплової обробки.
6. Дайте характеристику кожній групі теплової обробки.
7. Назвіть і охарактеризуйте комбіновані способи теплової обробки.

СЕРВІРУВАННЯ СТОЛУ. ПОДАЧА СТРАВ

Дайте відповіді на питання:

1. Назвіть правила сервірування столу.
2. Які вимоги до скатертини при сервіруванні столу?
3. Як сервірувати стіл для сніданку (обіду, вечері)?
4. Охарактеризуйте вимоги до сервірування святкового столу.
5. Які особливості сервірування столу для чаю або кави?
6. Назвіть основні правила подачі закусок, супів, других страв.
7. Для чого потрібні серветки?
8. Як правильно їсти рибу?
9. Складіть пам'ятку щодо подачі солодких страв і гарячих напоїв.
10. Розробіть основні правила поведінки за столом.

Конкурс сервірування та краще оформлення столу за допомогою серветок.

ЗБЕРІГАННЯ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ

Дайте відповіді на питання:

1. Які ви знаєте способи зберігання харчових продуктів у домашніх умовах?
2. Які є методи консервування продуктів? Охарактеризуйте їх.
3. Яким має бути запас продуктів для дому?
4. Складіть пам'ятку «Народні методи тривалого зберігання у свіжому вигляді овочів та фруктів».

РЕЖИМ ХАРЧУВАННЯ

Дайте відповіді на питання:

1. Що пов'язане з харчуванням останнім часом досліджують в Україні?
2. Назвіть різновиди харчування.
3. Поясніть вислів «раціональне харчування».
4. Доведіть, чому вивчення та раціональна корекція харчування населення є досить актуальною проблемою?
5. Що потрібно враховувати при складанні раціону харчування для різних груп населення?
6. Дайте характеристику овочам і фруктам.
7. Охарактеризуйте молоко та молочні продукти.
8. Яка особливість м'яса і м'ясних продуктів?
9. У чому цінність риби як продукту харчування?
10. У якому випадку харчування буде раціональним?

Складіть пам'ятку щодо раціонального харчування.

Література

1. Білоцька В.Б., Карсекін В.В. Домашня кулінарія. – К. 1993. – 143 с.
2. Ганич О.М. Твоє здоров'я в твоїх руках. – Ужгород. 1996. – 408 с.
3. Гарбійчук М.М. Пригорща здоров'я: Публіцистичне дослідження. – К. 2001. – 320 с.
4. Зубар Н.В. Фізіологія харчування. Практикум: Навч. посібник. – К. 2001. – 257 с.
5. Карсекін В.В., Калакура М.М. Раціональне харчування в сім'ї. – К. 1993. – 272 с.
6. Кожевников В.П. Проблеми здорового харчування: Власний досвід на тлі українських традицій. – К. 2003. – 32 с.
7. Коршунова Г.Ф. Нетрадиційне харчування: Навч. посібник. – Донецьк. 2002. – 135 с.
8. Нестерук М.М. Искусство гостеприимства. – М. 2001. – 32 с.
9. Семенюк А.Б. Культура харчування. – Л. 2001. – 47 с.
10. Шумило Г.І. Технологія приготування їжі: Навч. посібник. – К. 2003. – 506 с.

Розділ VI. ПСИХОЛОГІЯ І ПСИХОГІГІЄНА СПІЛКУВАННЯ

Дайте відповіді на питання:

1. Від чого залежить успішність спілкування людей?
2. Назвіть основні процесії, завдяки яким людина сприймає та переробляє інформацію.
3. Як розподіляються елементи людини при описанні її зовнішності?

4. Які чинники впливають на сприймання та розуміння людини людиною?
5. Опишіть поняття «фізіогномічна редукція».
6. Дайте визначення поняттям «стереотипізація» та «дестереотипізація».
7. Як ви розумієте поняття «атрибуція» та «децентрація»?
8. Які види інформації розрізняють?
9. Хто такі «егоцентрики»?
10. Як ви розумієте поняття «емпатія»? Чому сучасним людям бракує емпатійності?
11. Дайте визначення поняттю «особиста ідентифікація».
12. Які існують типи сприймання та розуміння людини людиною?
13. Які психологічні чинники впливають на процеси соціального сприймання?
14. Дайте визначення поняттю «перцептивний захист».

АНАТОМІЯ ДІАЛОГУ

Дайте відповіді на питання:

1. Дайте визначення поняттю «соціальна роль».
2. Що ви розумієте під поняттям «рольові очікування»?
3. Наведіть приклади тактовної та нетактовної поведінки людей.
4. Охарактеризуйте діалог та монолог.
5. Які рівні спілкування ви знаєте?
6. Що ви розумієте під «поліфонічністю» реального діалогу?

ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ СПІЛКУВАННЯ

Дайте відповіді на питання:

1. Чому, на ваш погляд, люди конфліктують?
2. Охарактеризуйте типові види конфліктів.
3. Як жести і міміка виражають почуття?
4. Які рольові ігри в групі ви можете запропонувати?
5. Доведіть, як погляд допомагає знайти спільну мову з іншими людьми.

ПСИХОЛОГІЧНІ ВІДМІННОСТІ СТАТІ

Дайте відповіді на питання:

1. Яку роль у становленні особистості відіграє її стать?
2. Охарактеризуйте такі поняття, як «фемінність», «андроґінність», «маскулінність».
3. Яку поведінку називають статево-рольовою?
4. Яким має бути статеве виховання хлопчиків і дівчаток?
5. Чи можна хлопчикам дозволяти виявляти свої ніжні почуття так само, як і дівчаткам? Чи не стануть вони від цього менш мужніші?
6. На які моделі статево-рольової поведінки слід орієнтуватись дорослим у побудові статевого взаємину в сім'ї та суспільстві?
7. Що ви розумієте під статевими стереотипами?
8. Чи погоджуєтесь ви з твердженням, що саме патріархальна культура, орієнтація на традиційний розподіл ролей породжують культ «справжньої жінки», «справжньої коханки», «справжньої господині» тощо?
9. Яким ви уявляєте «справжнього чоловіка»?
10. Андроґінії – міф чи реальність?

СТАТЕВА САМОСВІДОМІСТЬ І ЧИННИКИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ЇЇ ФОРМУВАННЯ, ГЕНДЕРНІ РОЛІ

Дайте відповіді на питання:

1. Що ви розумієте під поняттям «стать»?
2. Які підходи до пояснення статевої відмінності ви знаєте?
3. Дайте визначення поняттю «статева самосвідомість».
4. Дайте фізіологічну характеристику обох статей.
5. Охарактеризуйте відносини дітей протилежної статі до своїх батьків: хлопчик і матір; хлопчик і батько; дівчинка і матір; дівчинка і батько.
6. Дайте визначення поняттям «гендерні ролі» та «гендерна соціалізація».

ТЕМПЕРАМЕНТ І ЙОГО ЗОВНІШНІ ПРОЯВИ

Дайте відповіді на питання:

1. Дайте характеристику поняттю «темперамент».
2. У чому можуть виявлятися властивості темпераменту?
3. Які психологічні особливості мають холерики, сангвініки, флегматики, меланхоліки?
4. Як може позначитись темперамент на формуванні рис особистості?
5. Яким чином впливає темперамент на взаємодію і спільну діяльність або проживання людей?
6. Для чого потрібно враховувати темперамент людини при виборі професії?
7. У чому виявляються особливості поведінки екстраверта та інтроверта?
8. Чи можна за бажанням змінити тип темпераменту?
9. Як може позначитись темперамент на формуванні рис особистості?
10. Чи може темперамент людини зазнавати істотних змін упродовж життя?
11. У яких життєвих ситуаціях темперамент розкривається найбільш повно?
12. Чим зумовлена схильність меланхоліків до виконання монотонних робіт тонкого мистецького плану?
13. Які поєднання рис типів темпераменту найчастіше трапляються? Чим це можна пояснити психологічно?

НАСИЛЬСТВО: ЯК ЙОГО УНИКАТИ

Дайте відповіді на питання:

1. Дайте визначення поняттю «насильство».
2. Які види насильств ви знаєте?
3. Які дії можна вважати насильницькими?
4. Чому потрібно довіряти своїй інтуїції?
5. Який жіночий одяг провокує до насильства?
6. Що потрібно робити, щоб знизився ризик стати жертвою насильства?

Література

1. Веселовська М., Шишлова Н. Я жінка, я боюся..? Як захиститись від насильства. Програма запобігання насильству щодо жінок. – К. 2002. – 35 с.
2. Говорун Т., Кікінеджи О. Стать та сексуальність: психологічний ракурс. Навч. посібник. – Тернопіль. 1999. – 384 с.
3. Дмитренко Н.И., Тропин Н.В., Власов П.А. Предотвращение домашнего насилия. – Днепропетровск. 2002. – 60 с.
4. Дороніна М.С. Культура спілкування ділових людей: Посібник для студентів гуманітарних факультетів вищих навчальних закладів. – К. 1997. – 192

с.

5. Загальна психологія: Підручник / С.Д. Максименко, В.О. Зайчук, В.В. Клименко, В.О. Соловієнко; За заг. редакцією С.Д. Максименка. – К. 2000. – 543 с.
6. Маркова О.Ю. Психология пола и возраста: Учебное пособие.– СПб. 2000. – 68 с.
7. Куриленко О. Права людини на різних етапах розвитку сім'ї. – К. 2003. – 9 с.
8. Степанов О.М. Основи психології і педагогіки: Посібник. – К. 2003. – 504 с.

РОЗДІЛ VII. КУЛЬТУРА СПІЛКУВАННЯ

Дайте відповіді на питання:

1. Як ви розумієте поняття «культура людського» спілкування?
2. Як вирішується проблема культури спілкування у світі?
3. Чи існує зв'язок між спілкуванням і діяльністю?
4. Охарактеризуйте функції спілкування.
5. Як ви розумієте кожну функцію спілкування?
6. Які існують «сторони» спілкування?
7. Що таке спілкування?
8. Із чого складається акт вербальної комунікації?

МИСТЕЦТВО СЛУХАННЯ

Дайте відповіді на питання:

1. Охарактеризуйте рефлексивне і нерефлексивне слухання.
2. Які запитання називаються «відкритими», а які – «закритими»?
3. Назвіть різновиди рефлексивних відповідей.
4. Як ви розумієте поняття «відображення почуттів»?
5. Що таке резюмування?

КУЛЬТУРНИСТЬ ТА КУЛЬТУРА ПОВЕДІНКИ В ПРОЦЕСІ КОМУНІКАЦІЇ (ЕТИКЕТ СПІЛКУВАННЯ)

Дайте відповіді на питання:

1. Чи притаманна риса нормативності для культури спілкування?
2. Які компоненти створюють високий рівень спілкування?
3. Охарактеризуйте моделі спілкування.
4. Що таке мовний етикет?
5. Розкажіть, що ви знаєте про історію етикету.
6. Які складові входять до процесу комунікації?

З а в д а н н я 1. Прочитайте текст. Яку роль у спілкуванні відіграє потискання рук?

У спілкуванні слід звертати увагу на такий жест, як рукостискання. Кваліфікований політик користується типово американським рукостисканням: правою рукою береться права рука партнера і покривається зверху лівою. Інша форма – потискуючи правицю, лівою плескають по плечу. Але це можливо лише між добрими знайомими. Взагалі потиск рук повинен бути не швидким і не повільним, не сильним і не безвольним. Особливо важливий цей жест для жінок, їм необхідно опрацювати тверде рукостискання, щоб продемонструвати рівність

у партнерстві і захиститися від чоловічого бажання підкреслити переваги своєї статі. Жінка, яка хоче виявити щирі почуття до іншої жінки, не потискує їй руку, а тільки м'яко бере її руки у свої та відповідним виразом обличчя засвідчує симпатію (М. Дороніна).

З а в д а н н я 2. Дайте відповіді на запитання:

1. Що таке діловий протокол?
2. Чому потрібно враховувати національну культуру тієї сторони, з якою має відбутися зустріч?
3. Що таке етикет? Які правила етикету вам відомі? Як потрібно готуватися до прийому гостей?
4. Які ви знаєте правила зустрічі делегацій?
5. У чому полягають особливості ведення переговорів із закордонними партнерами?
6. Які ви знаєте особливості ведення переговорів із закордонними партнерами?
7. Як пов'язані поняття «культура» та «інтелектуальний розвиток людини»?

ОФІЦІЙНЕ І НЕОФІЦІЙНЕ У СПІЛКУВАННІ

Дайте відповіді на питання:

1. Назвіть стадії ділового спілкування.
2. Що входить до правил комунікативного етикету?
3. Які ви знаєте правила узгодження комунікативної взаємодії?
4. Що таке самопредставлення?

Представте себе.

ВПЛИВ СОЦІУМУ НА ХАРАКТЕР СПІЛКУВАННЯ ЛЮДЕЙ. МОРАЛЬНІ ПРИНЦИПИ У ПРОЦЕСІ СПІЛКУВАННЯ

Дайте відповіді на питання

1. Які компоненти визначають здатність особи до спілкування?
2. Яку роль відіграють у процесі спілкування емоції?
3. Яке спілкування називається офіційним, а яке – неофіційним?
 4. Охарактеризуйте роль моральних принципів і норм у процесі спілкування.
 5. Яке значення у стосунках людей має терпимість?

ОСНОВНІ ЕТАПИ ТА ПРАВИЛА ВЕДЕННЯ ДІЛОВИХ ЗУСТРІЧЕЙ, НАРАД, ПЕРЕГОВОРІВ

Дайте відповіді на питання:

1. Докладно розкажіть про всі етапи переговорного процесу.
2. Які ви знаєте три стратегії переговорів?
3. Що таке техніка ведення переговорів?
4. Що б ви могли порекомендувати менеджерів, який готується до переговорів?
5. Що таке ділова нарада і з яких етапів вона складається?
6. Назвіть жанри публічних виступів і охарактеризуйте їх.

КУЛЬТУРА СПІЛКУВАННЯ ЗА ДОПОМОГОЮ ТЕХНІЧНИХ ЗАСОБІВ (ІНТЕРНЕТ, ТЕЛЕФОН, ЕЛЕКТРОННА ПОШТА, ФАКС, ВІДЕОЗВ'ЯЗОК)

Дайте відповіді на питання:

1. Що таке Інтернет?
2. Яка найпоширеніша послуга мережі Інтернет?
3. Назвіть переваги електронної пошти у діловій діяльності.
4. Які ви знаєте клієнтські поштові програми?
5. Що таке телеконференція?
6. Як ви розумієте термін «моніторинг»?
7. Що необхідно для роботи в мережі Інтернет?
8. Що таке провайдер?
9. Що таке адреса в Інтернеті і які елементи вона має?
10. Які ви знаєте мережні засоби проведення відеоконференцій?
11. Охарактеризуйте особливості телефонної розмови.
12. Які ви знаєте етапи телефонної комунікації?
13. Які чинники впливають на вибір словесних форм у процесі спілкування по телефону?
14. Які особливості офіційного і неофіційного телефонічного спілкування?
15. Які часові обмеження існують для телефонної комунікації?
16. У яких випадках спілкування по телефону є неприпустимим?
17. *Продемонструйте зразок побутового спілкування телефоном, обравши ситуацію на ваш вибір.*
18. Опишіть будь-яку офіційну розмову по телефону між підлеглим і керівником.
19. *Проаналізуйте ділову телефонічну розмову між особою і директором підприємства, обравши привід розмови на ваш вибір.*
20. *Запишіть текст телефонної розмови з мамою (батьком, бабусяю, сестрою).*

СТИЛЬ І МЕТОД У СПІЛКУВАННІ

1. Які ви знаєте типи спілкування?
2. Дайте характеристику кожному типу спілкування.
3. Що ви знаєте про лідерство?
4. Охарактеризуйте стилі спілкування (авторитарний, демократичний, ліберальний).

РЕГУЛЯЦІЯ УПРАВЛІННЯ І СПІЛКУВАННЯ

1. Як можна регулювати і управляти поведінкою?
2. Які ви знаєте групи психологічного впливу людей?
3. Який спосіб впливу називається переконанням?
4. Що таке навіювання?
5. Назвіть різновиди навіювання і охарактеризуйте кожен із них.
6. Чому батьки повинні оберегати дітей від такого типу психологічного впливу, як навіювання?
7. Що ви знаєте про наслідування?

БЕСІДА

1. Які ви знаєте принципи ведення ділових бесід?
2. Які функції має ділова бесіда?
3. Охарактеризуйте основні етапи ділової бесіди.
4. Які існують прийоми ведення бесід?

ДИСКУСІЯ ТА ФОРМИ ЇЇ ОРГАНІЗАЦІЇ

1. Що таке дискусія?
2. Назвіть основні правила ведення дискусії.
3. Які ви знаєте форми організації дискусії? Що таке ток-шоу?
4. Дайте характеристику таким формам дискусії, як «мозковий штурм», полеміка, диспут, дебати.

З а в д а н н я 1. Прочитайте узагальнені рекомендації деяких авторів.

Коротко про секрети ділового спілкування

Ділове спілкування є важливим і обов'язковим елементом ділової зустрічі.

Спілкування – взаємні стосунки, діловий, дружній зв'язок, під час якого люди обмінюються думками. Серед багатьох умінь ділової людини Іржі Томан виділяє вміння спілкуватися. Він зазначає:

- ставлення людей до вас ніби віддзеркалює ваше ставлення до них.

Усміхайтесь і вони усміхатимуться у відповідь, а якщо дивитися на них.

насупившись, вони відповідатимуть тим же:

- хто любить людей, того й люди люблять;
- приязність здебільшого впливає на людей так само, як і усмішка;
- виявляючи дружнє ставлення до людей, ставтеся позитивно до всіх людей

довкола вас:

- не чекайте, поки вони виявлять до вас свої симпатії;
- вважайте, що ви їм уже сподобалися;
- виявляйте ініціативу в приязному ставленні до інших;
- вітайтеся й усміхайтесь перші;
- намагайтеся вести розмову в довірливому тоні;
- наголошуйте на тих питаннях, у яких ваші погляди збігаються;
- цікавтеся людьми, що вас оточують, їх роботою, турботами й radoщами.

Ніколи не користуватиметься популярністю той, хто не виявляє зацікавлення справами інших людей.

Звичайно, спілкуватися люди можуть під час зустрічей, що мають проходити в точно зазначений час і за певними правилами. Щоб зустрічі спілкування були результативними, потрібно до них готуватися. При розгляді менш важливих справ досить обміркувати суть питання по дорозі на зустріч чи на нараду. Проте якщо йдеться про важливу справу, то треба зробити нотатки з кожного окремого пункту, а в разі потреби підготувати також проект рішення. Трапляються випадки, коли обидві сторони приходять на нараду без потрібної інформації, унаслідок чого обговорення доводиться переривати (або відкладати на пізніше).

З усіх видів ділового спілкування (*публічний виступ, ділова бесіда, службова нарада, переговори*) саме переговори потребують сумлінної підготовки, їх часто порівнюють із шаховою грою, де не можна «закреслити» необдуманий хід. Якщо такий хід уже зроблено, ситуація змінюється, і наступні кроки потрібно робити в нових умовах. Але кожна ділова людина повинна вміти керувати ситуацією, передбачати «маневри» співрозмовника, труднощі. Для цього потрібно оволодіти технікою ділового спілкування. Ніхто не може дати готовий рецепт, як досягти успіху в переговорах, але певні правила їх проведення вже вироблені практикою. А. Б. Войськунський у праці «Очерки о человеческом общении» називає такі правила проведення переговорів, дотримання яких забезпечить прихильність співрозмовника:

- сформулюйте конкретні завдання спілкування, складіть план його проведення; ініціатива в ході бесіди має належати стороні, що приймає:

- створіть атмосферу довіри та взаєморозуміння; говоріть про загальні проблеми, у ваших очах має читатись щира зацікавленість партнером: ні в якому разі не дивіться на годинник;
- умійте впевнено висловлювати свої думки, уважно слухати співрозмовника і ставити запитання;
- постарайтесь точно знати, чим можна пожертвувати під час переговорів;
- умійте правильно сприймати свого партнера та керувати своїми емоціями.

Під час обговорення треба стежити за тим, щоб:

- 1) усі пункти обговорювалися один за одним;
- 2) не пропустити жодного важливого пункту;
- 3) учасники обговорення мали можливість висловити свою думку про цю справу;
- 4) ніхто не відхилявся від суті справи;
- 5) констатувати, в яких пунктах учасники дійшли згоди, а в яких виявилися розбіжності;
- 6) результати обговорення були записані у протоколі конкретно і недвозначно.

З а в д а н н я 2. Прочитайте текст. Визначте, яку роль у ділових контактах мають емоції і вміння ними володіти.

Емоції і ділові контакти

Часто причиною зірваних переговорів бувають емоції. Відомо, що вияв емоцій під час зустрічі з однієї сторони викликає емоції з іншої сторони. Як наслідок – зірвані переговори чи попереднє обговорення. Щоб подібного не сталося, кожній діловій людині слід вчитися керувати своїми емоціями.

Пропонуємо випробувати такі поради:

- насамперед усвідомте свої та чужі почуття;
- ставтесь до партнерів як до виразників чийось думок (фірми, організації тощо), пам'ятайте, що ваші партнери, як і ви, з цими переговорами пов'язують своє майбутнє;
- поділіться своїми відчуттями («Нам здається, що угода може не спрацювати, навіть якщо ми її підпишемо», «Особисто я думаю, що ми чогось не врахували. А яка ваша думка?»);
- дозвольте партнерові звільнитися від своїх почуттів;
- не реагуйте на емоційні прояви (ваше обурення може завадити досягненню вигідної для вас угоди. Лише вибачення може «розрядити» емоції);
- використовуйте символічні жести (дружня записка, висловлення співчуття, квіти, відвідування пам'ятних місць, обійми, запрошення на вечерю – все це може стати безцінною можливістю для зміцнення дружніх стосунків з партнером).

З а в д а н н я 3. Прочитайте текст. Які, на вашу думку, поради із цього тексту має враховувати службовець, ставлячи запитання під час ділової зустрічі?

Учіться за п и с у в а т и

Виявляється, ставити запитання – не просто вміння, а ціле мистецтво прекрасного володіння мовою. Запитувати – означає виявляти зацікавлення темою розмови, людиною, яка виступає. Французи стверджують, що запитання, яке виявляє щирий інтерес до іншої людини, – це «весна діалогу». Деякі вчені підкреслюють, що конфлікти між партнерами виникають через незадані

запитання. Звичайно, щоб запитувати про щось інших, потрібна сміливість. Адже ставити запитання – означає саморозкриватися. Якщо ж не запитати – то це відкриває шлях до різноманітних здогадок і всіляких домислів.

Ще антична риторика знала сім класичних запитань, здатних упорядкувати діалог: **ЩО? – ХТО? – ДЕ? – ЯКИМИ ЗАСОБАМИ? – ЧОМУ? – КИМ? – КОЛИ?**

Другий варіант «аналізу запитань» складається з шести запитань, що мають з'ясувати: **ФАКТИ – ПОЧУТТЯ – БАЖАННЯ – ПЕРЕПОНИ – ЗАСОБИ – ЧАС ДІЙ.**

Уже самим фактом запитання ви показуєте, що хочете брати участь у спілкуванні, ніби запевняєте партнера, що ви виявляєте до нього інтерес і прагнете встановити певні позитивні стосунки.

До запитань, що забезпечують продуктивний діалог, належать:

- *інформаційне*, мета якого отримати максимум інформації;
- *дзеркальне* (що повторює висловлювання партнера у формі запитання і змушує його по-іншому подивитися на будь-що);
- *естафетне* (що запобігає висловлюванню партнера).

Якщо вам поставили запитання, на яке ви не можете відповісти відразу; не кажіть, що вам необхідно проконсультуватися з керівництвом, що з цього питання ви не є спеціалістом. Запишіть запитання і скажіть, що обов'язково відповісте на нього пізніше.

Якщо ж у подібній ситуації опиниться ваш партнер, не наполягайте на негайній відповіді (найвірогідніше ви змусите його відповісти вам «ні»). Звичайно, через день-два у бесіді з вами він відповість на ваше запитання.

З а в д а н н я 4. Прочитайте текст. Чому службовець повинен оволодівати мистецтвом говорити? Яке значення має культура мовлення у діловому спілкуванні?

Оволодівайте мистецтвом говорити

Уміння гарно говорити – це мистецтво. Не мовчіть, якщо:

- є що сказати;
- якщо хочете звернути на себе увагу. Але ніколи не забувайте старе прислів'я: «Слово — срібло, мовчання – золото», а також висловлювання

Ж. де Лабрюйера: «Мало хто жалкує, що сказав мало, але багато хто – що сказали багато». Спілкування між людьми ніколи не було легкою справою, особливо ділове спілкування. Для того щоб вас сприймали адекватно у ділових колах, ви повинні знати *–де, коли і що можна сказати*. А щоб ваше повідомлення було сприйняте правильно, необхідно:

Конкурс сервірування та краще оформлення столу за допомогою серветок.

- добре знати тематику зустрічі;
- спланувати своє повідомлення;
- використовувати факти (не заощаджуйте час на інформації, пам'ятайте, що «Розумні люди говорять тому, що мають що сказати, дурні – тому, що їм хочеться щось сказати» (Платон));
- докласти зусиль, щоб сподобатися слухачам і завоювати їх прихильність – посміхайтесь! («Той, у кого нелюб'язне обличчя, не повинен відкривати крамницю») (Прислів'я);
- стежити за своєю мовою;
- не говорити голосно, бо подумують, що ви нав'язуєте свою думку;
- не говорити занадто тихо – партнери постійно вас перепитуватимуть;

- говорити не поспішаючи;
- контролювати своє дихання;
- говорити заради досягнення мети (використовуйте технічні прийоми: пришвидшуйте темп мовлення, підвищуйте голос, змінюйте тембр, жестикулюйте; використовуйте у своїй мові метафори, порівняння, відмовтеся від канцеляризмів, мовних штамтів).

З а в д а н н я 5. Прочитайте текст. Чому службовець повинен уміти слухати?

Учіться слухати:

Потрібно уникати велемовності, а навчитися слухати. Той, хто вміє слухати, досягає кращих успіхів у спілкуванні з людьми, ніж той, хто весь час говорить сам і не дає можливості висловитися іншим. Л. Фейхтвангер зазначав: «Людині потрібно два роки, щоб навчитися говорити і шістьдесят років, щоб навчитися слухати».

Слухати людину — це означає:

- дати співрозмовникові можливість висловитися;
- підбадьорююче реагувати на слова партнера (кивком голови, словом так);
- щиро виявляти зацікавленість;
- не загострювати уваги на розмовних особливостях співрозмовника;
- враховувати культурні відмінності;
- стежити за головною думкою співрозмовника;
- намагатися вловити істинний смисл слів партнера;
- повторювати деякі фрази «чи правильно я вас зрозумів, складність ситуації в тому...»;
- не поспішати з висновками.

Дайте відповіді на запитання:

1. Чому потрібно навчитися слухати людей?
2. Як ви розумієте вислів «слухати людину»?

З а в д а н н я 6. Прочитайте текст. Як потрібно сприймати партнера?

Сприйняття партнера

Судження іншої людини є для нас незрозумілими, а дехто вважає їх і нецікавими. Можливо, але не в ділових стосунках. Різні судження партнерів – саме це є причиною конфліктів. Як же досягти взаєморозуміння? Ось деякі прийоми, що дають змогу уникнути непорозумінь:

- 1) поставте себе на місце партнера;
- 2) порівняйте ваші погляди на...;
- 3) не робіть висновки про наміри інших, виходячи з власних міркувань;
- 4) обговорюйте сприйняття один одного;
- 5) створюйте у партнера *почуття* причетності до вироблення рішень;
- 6) узгоджуйте рішення з принципами та іміджем учасників переговорів.

З а в д а н н я 7. Прочитайте текст. Яких ще поганих звичок потрібно позбутися?

Про погані звички

А.М. Купер наводить близько 30 поганих звичок, які він помітив у людей, що головують на нарадах:

- стукають пальцями або олівцем по столу;
- підпирають голову рукою;

- торкаються руками обличчя;
- покушують олівець, зубочистку або сірник;
- стукають олівцем по зубах;
- облизують губи;
- чухають голову;
- водять пальцями по столу;
- пригладжують волосся;
- пригладжують бороду або вуса;
- застібають або розстібають гудзики на піджаку;
- хмуряться;
- кусають губи, нігті;
- жують жувальну гумку;
- чистять нігті;
- поправляють окуляри;
- дивляться крізь окуляри, тримаючи їх у руці;
- притупують ногою;
- хрускають пальцями;
- малюють беззмістовні малюнки на папері під час виступів;
- нервово складають і рвуть папір;
- оглядаються довкола;
- звертаючись до присутніх, дивляться повз них;
- дзенькають ключами або дрібними грішми в кишені;
- стромляють пальці за жилет або за комір;
- тримають руки в кишенях;
- крутять обручку на пальцях;
- усміхаються так чудернацько, що учасники не можуть збагнути, чи їм усміхаються, чи з них насміхаються.

Уважно перегляньте цей перелік ще раз і докладіть зусиль, щоб *позбутися* тих звичок, які, можливо, ви у себе виявили.

З а в д а н н я 8 (для повторення). Дайте відповіді на запитання:

1. Що таке спілкування?
2. Як потрібно ставитися до людей?
3. Які існують види ділового спілкування?
4. Які ви знаєте правила проведення переговорів?
5. Який зв'язок між емоціями і діловими контактами?
6. Про що свідчить уміння запитувати, говорити, слухати?
7. Як потрібно сприймати партнера?
8. Яких поганих звичок слід позбутися?

ТЕХНІКА СПІЛКУВАННЯ

1. Опишіть можливі варіанти комунікативних ситуацій та допустимий міжособистісний простір між співрозмовниками.

2. У яких комунікативних ситуаціях є прийнятною соціальна відстань між учасниками розмови?

3. Які чинники впливають на відстань між людьми у комунікативному процесі?

4. Чи впливають національні традиції на відстань між комунікаторами?

5. Які ви знаєте невербальні засоби спілкування?

6. Назвіть системи невербальних засобів спілкування.
7. Що вивчає кінесика?
8. Що є об'єктом дослідження проксемики?
9. Які ви знаєте типи поглядів?

СПІЛКУВАННЯ У РОДИНІ

1. На чому мають ґрунтуватися взаємовідносини членів родини?
2. Чому батьки повинні дбати про культуру спілкування в сім'ї?
3. До чого потрібно привчати дітей?
4. Чому в сім'ї має панувати кохання?
5. Опишіть тип спілкування у вашій родині.

МИСТЕЦТВО ВЗАЄМОРОЗУМІННЯ

1. Яке місце відводиться взаєморозумінню у процесі спілкування?
2. Охарактеризуйте рівні взаєморозуміння.
3. Які виникають бар'єри у процесі комунікації?
4. Як ви розумієте термін «інтелектуальний бар'єр»?

КУЛЬТУРА СПІЛКУВАННЯ І КОНФЛІКТ

1. Що таке конфлікт?
2. Які ви знаєте класифікації конфліктів?
3. Які ви знаєте методи вирішення конфліктів?
4. Чим характеризується самостійне й опосередковане вирішення конфлікту?
5. Яку роль у вирішенні конфлікту відіграє посередник?
6. Зіграйте роль адресанта і продемонструйте, які вербальні і невербальні засоби комунікації ви використовуватимете, щоб привернути до себе увагу адресата.

Література

1. Дороніна М.С. Культура спілкування ділових людей: Посібник для студентів гуманітарних факультетів вищих навчальних закладів. – К. 1997. – 192 с.
2. Загальна психологія: Підручник / С.Д. Максименко, В.О. Зайчук, В.В. Клименко, В.О. Соловієнко; За заг. редакцією С.Д. Максименка. – К. 2000. – 543 с.
3. Маркова О.Ю. Психология пола и возраста: Учебное пособие.– СПб. 2000. – 68 с.
4. Куриленко О. Права людини на різних етапах розвитку сім'ї. – К. 2003.– 9 с.
5. Степанов О.М. Основи психології і педагогіки: Посібник. – К. 2003. – 504 с.

Зміст

1. Вступ.....	3
2. Розділ 1. Сім'я та здоровий спосіб життя.....	5
3. Розділ 2. Основи сімейних відносин.....	7
4. Розділ 3. Організація домашнього господарства.....	12
5. Розділ 4. Економіка домашнього господарства.....	14
6. Розділ 5. Харчування.....	15
7. Розділ 6. Психологія та психогігієна спілкування.....	17
8. Розділ 7. Культура спілкування.....	20

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ВИДАННЯ

Сімейно-побутова культура та домашня економіка[Текст]: методичні вказівки до практичних робіт для студентів IV курсу спеціальностей: «Обслуговування та ремонт автомобілів та двигунів», «Експлуатація та ремонт машин і обладнання агропромислового виробництва», денної форми навчання/ уклад. Н.П.Літвинчук – Любешів: Любешівський технічний коледж Луцького НТУ, 2018. – 29 с.

Комп'ютерний набір і верстка:

Н.П. Літвинчук

Редактор:

Н.П. Літвинчук

Підп.. до друку_____ 2018р. Формат А4.

Папір офіс. Гарн. Таймс. Умов. друк. арк.1,8

Інформаційно-видавничий відділ

Луцького національного технічного університету

43018 м. Луцьк, вул. Львівська, 75

Друк – ІВВ Луцького НТУ