



**ПОРТФОЛІО КЕРІВНИКА
ГУРТКА "ДЖЕРЕЛО"
ТОМУСЯК МИРОСЛАВИ
ВАЛЕРІЇВНИ**

Хмельницький 2024

Керівник гуртка



Томусяк Мирослава Валеріївна

❑ Стаж роботи та категорія:

Педагогічний стаж 4 роки 5 місяців, стаж роботи на посаді 2 роки, спеціаліст

❑ Освіта та кваліфікація:

Закінчила у 2001 році Технологічний університет Поділля і отримала повну вищу освіту за спеціальністю "Менеджмент організацій" та здобула кваліфікацію менеджера-економіста

Атестуюся вперше

Моя освіта



Курси підвищення кваліфікації

НМЦ ПТО ПК у Хмельницькій області

Свідоцтво про підвищення кваліфікації ПК 22771726/004859-23 від 29.11. 2023 р.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАУКОВО-МЕТОДИЧНИЙ ЦЕНТР
ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ
ТА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
ІНЖЕНЕРНО-ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ
У ХМЕЛЬНИЦЬКІЙ ОБЛАСТІ
ЛІЦЕНЗІЯ, серія АД № 073567

СВІДОЦТВО
про підвищення кваліфікації
ПК 22771726/ 004859-23

Томусяк
Миросяла Валерія

з «30» жовтня 2023 р.
до «29» листопада 2023 р.

підвищила кваліфікацію на посаді:
керівник гуртка

Занесено кількість годин/кредитів ССТС
за навчанням за період 01.10.2023-31.10.2023

Назва модуля компетентностей	Навчальний час
Нормативно-правовий	30/1,0
Факсовий	30/1,0
Психологічний	15/0,5
Методичний	15/0,5
Інформаційно-цифровий	22,5/0,75
Дослідно-експериментальний	7,5/0,25
Культурологічно-виховний	30/1,0

Виконала випускні роботи
"Формування естетичних смаків учнів
засобами народного мистецтва"

Д.І.Шевчук

«29» листопада 2023 р.
№ 14167

НАУКОВО-МЕТОДИЧНИЙ ЦЕНТР
ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ
ТА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
ІНЖЕНЕРНО-ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ
У ХМЕЛЬНИЦЬКІЙ ОБЛАСТІ

СВІДОЦТВО

НМЦ ПТО ПК
У ХМЕЛЬНИЦЬКІЙ ОБЛАСТІ



Томусяк Мирослава Валеріївна

Керівник гуртка

ДНЗ "Хмельницький центр ПТО сфери послуг"

Професійне та життєве кредо:

- ❑ "Україна починається з тебе "

В'ячеслав Чорновіл

Проблема над якою працюю:

- ❑ " Формування естетичних смаків учнів засобами народного мистецтва "

Перелік методичних напрацювань:

- ❑ Робота на тему "Формування естетичних смаків учнів засобами народного мистецтва "(2023 р);
- ❑ Робота на тему " П'ять технік саморегуляції психоемоційного стану" (2024 р.)



Томусяк Мирослава Валеріївна

Керівник гуртка

ДНЗ "Хмельницький центр ПТО сфери послуг"

Мета та основний зміст роботи

Сприяти формуванню у підростаючого покоління національної свідомості, приналежності до свого народу, прагнення відстоювати і підтримувати його надбання. Засвоєння та пропагування серед найширшого загалу народних знань, моралі та етики.

Основні завдання:

- дослідження української культури і побуту всіх регіонів України, зокрема Хмельниччини
- виховання в учнів почуття господаря рідної землі, ініціативності, порядності
- виявлення природних нахилів та обдарувань учнів та розвиток творчих здібностей засобами народознавства
- розширення кругозору учнів, бо народознавство охоплює усі сфери життя, отже, передбачає також і їх професійну орієнтацію у галузі гуманітарних наук та творчої діяльності
- формування соціальних навичок, необхідних для самореалізації особистості як у процесі навчання, так і у подальшому житті.



Томусяк Мирослава Валеріївна

Керівник гуртка

ДНЗ "Хмельницький центр ПТО сфери послуг"

Поради для педагогів:

Практичні поради людям, які хочуть уберегтися від синдрому емоційного та професійного «вигорання»

- сформулюйте і пропишіть на папері ваші особисті цілі (відмінні від професійних) – і досягайте їх.
Пам'ятайте, робота - це засіб, а не мета;
- спілкуйтесь поза роботою! Знайдіть собі хобі, яке може об'єднати вас з іншими;
- займайтесь спортом;
- ходіть у відпустки! Відпочивайте на вихідних;
- правильно плануйте робочий час (читайте літературу по тайм-менеджменту, можете навіть сходити на тренінг);
- не «беріть» роботу додому;
- прийміть відповідальність за свій хороший настрій (дивіться, читайте, говоріть, думайте - позитивно);
- спробуйте поставитись до роботи, як до гри;
- візьміть тайм-аут - максимально змініть обстановку;
- пропишіть плюси й мінуси теперішньої роботи, це допоможе більш відсторонено і об'єктивно оцінити ситуацію;
- якщо вирішили змінити роботу - міняйте. Але не на аналогічну;
- зберіть гумористичні чи філософські вислови щодо роботи і зробіть з ними плакати (наприклад, «Працювати, щоб їсти, а не їсти, щоб працювати», «Робота не вовк - в ліс не утече», «Від роботи коні мруть!», «Якщо старанно працювати 8 годин на день, можна стати керівником і працювати 12 годин на день»);
- якщо у вас симптоми такі як депресія, синдром нав'язливих станів, психосоматичні захворювання зверніться по кваліфіковану допомогу, оскільки зміна місця праці навряд чи буде ефективною.



Фотогалерея робіт учнів





Фотогалерея робіт учнів





Фотогалерея робіт учнів





Щедрування та обрядове дійство «Водіння кози»





Відзнаки





ДЯКУЮ ЗА УВАГУ!