

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кизнерская средняя общеобразовательная школа № 1»

УТВЕРЖДАЮ

Принята на заседании
педагогического совета
от «27» августа 2024 г.
Протокол № 12

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
технической направленности
«Проектирование и моделирование»**

Для детей 13 - 14 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
Утюгов Владимир Анатольевич,
учитель технологии

2024 г.

Пояснительная записка

Программа составлена в соответствии с федеральными нормативными правовыми актами в области дополнительного образования, государственными требованиями к образовательным программам системы дополнительного образования детей, а также локальными нормативными правовыми актами организации:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 года №1726-р»
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 22 сентября 2021 года № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Распоряжение Правительства УР от 01 августа 2022 года № 842-р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей по реализации Концепции развития дополнительного образования детей в Удмуртской Республике»
- Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года № 699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике»;
- Уставом МБОУ «Кизнерская средняя школа №1».

Направленность программы

Программа «Проектирование и моделирование» является программой группового обучения. Адресована детям, проявляющим интерес и способности к моделированию. Предусматривает расширение технического кругозора обучающихся, развитие пространственного мышления, формирование устойчивого интереса к технике и технологии.

Уровень программы – базовый.

Актуальность программы обусловлена общественной потребностью в творчески активных и технически грамотных молодых людях, в возрождении интереса молодежи к современной технике, в воспитании культуры жизненного и профессионального самоопределения.

Отличительной особенностью заключается в создании таких условий обучения и развития одаренного ребенка, которые способствовали бы максимальному раскрытию его способностей.

Преимственность.

Заключается в том, что она дает начальный уровень программы «Проектирование и моделирование» в максимальной приближенности к реальному миру техники. На примере технических игрушек ребенок понимает устройство машин и механизмов, бытовых приборов и аппаратов. Обладая начальными знаниями в области техники, обучающиеся впоследствии, смогут продолжить заниматься в детских объединениях электроники, технического черчения, изобретательства и др.

Адресат программы

Программа ориентирована на дополнительное образование обучающихся 10-12 лет, проявляющих интерес в области моделирования. Минимальный возраст для зачисления на обучение – 10 лет.

Наполняемость групп — 8-12 человек, что обусловлено изучением технически сложного программного материала, а также нормами СанПиН.

Образовательный процесс в разновозрастных учебных группах выстраивается на идеях педагогики сотрудничества: учение без принуждения, трудной цели, свободного выбора, опережения, крупных блоков, самоанализа, создания благоприятного интеллектуального фона учебной группы, личностного подхода, взаимообучения, продвижения в индивидуальном темпе, самоконтроля и взаимоконтроля. Реализация положений педагогики сотрудничества эффективно воплощается в жизнь при применении диалогических форм обучения, которые подразумевают творческое отношение и обмен креативной деятельностью. Осуществление педагогического диалога в учебном процессе позволяет в ходе учебнопознавательной деятельности детей развивать их коллективистские связи.

Объём программы

Срок реализации программы 1 год, 72 часа. Для занятий по представляемой программе не требуется от детей специальной подготовки и не проводится специальный отбор: принимаются все желающие. Так как данная программа ознакомительная. Постигаются азы творческого процесса.

Формы организации деятельности

Программой предусмотрено проведение комбинированных занятий. Занятия состоят из теоретической и практической частей, причём большее количество времени занимает практическая часть. При проведении занятий используются следующие формы работы:

- демонстрационная, когда обучающиеся слушают объяснения педагога и наблюдают за демонстрационным экраном или экранами компьютеров на ученических рабочих местах;
- фронтальная, когда обучающиеся синхронно работают под управлением педагога;
- самостоятельная, когда обучающиеся выполняют индивидуальные задания в течение части занятия или нескольких занятий.

Основная форма организации обучения – коллективно-групповая.

Для обучающихся, разных по возрасту, предусматривается дифференцированный (индивидуальный) подход при назначении учебных заданий в процессе обучения.

Педагогические технологии и формы организации образовательного процесса соответствуют целям и задачам программы, способствуют творческому развитию личности учащихся, формированию позитивных социальных интересов и позволяют индивидуализировать процесс обучения в рамках общего количества отведенных часов.

Срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Режим занятий

Занятия проводятся согласно расписанию учебных занятий (в соответствии с нормами СанПин):

1 год обучения – 1 раза в неделю по 2 учебных часов;

Продолжительность учебного занятия 40 минут. Между учебными занятиями предполагается перерыв 10 минут.

Цель: самовыражение и самореализация одаренного ребенка в техническом творчестве.

Задачи:

Обучающие

- ознакомление с историей развития техники и современными достижениями;
- обучение владению инструментами и приспособлениями, технической терминологией;
- обучение умению создавать модели;
- формирование практических навыков проектной деятельности;
- формирование информационно-коммуникационных компетенций;
- приложение знаний и умений в проектировании и моделировании к увлечениям обучающегося в других областях;

Развивающие

- развитие познавательного интереса к техническому моделированию, конструированию и черчению;
- развитие технического, объемного, пространственного, логического и креативного мышления;
- развитие конструкторских способностей, изобретательности и потребности в творческой деятельности;

Воспитательные

- формирование стремления к достижению поставленной цели;
- воспитание нравственных, эстетических и личностных качеств: трудолюбия, ответственности, аккуратности, терпения;
- воспитание интереса к работам российских конструкторов и изобретателей.

Содержание программы 1.

Учебный план

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие.	2	1	1
2	Юный изобретатель.	8	2	6
3	Элементы технического дизайна.	8	2	6
4	Проектная деятельность.	43	11	32
5	Организационно - массовая работа.	10	-	10
6	Итоговое занятие.	1	-	1
Итого:		72	16	56

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие.

Теория: Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности. План работы на год. Составление списка конкурсов для участия. Практика: Изготовление из картона автомобиля.

2. Юный изобретатель.

Теория: Работа конструктора и конструкторского бюро. Основные этапы разработки технических устройств. Элементы конструирования (осмысление идеи, создание моделей по чертежу). Ознакомление с различными видами соединений. Виды сборки.

Практика: Вычерчивание модели легкового автомобиля с последующим применением конструкторской идеи. Защита собственного проекта.

3. Элементы технического дизайна.

Теория: Цели и задачи технического дизайна. Единство формы и цветового решения при техническом конструировании. Технические рисунки моделей, понятие о макетах. Практика: Изготовление модели спортивного автомобиля с элементами дизайна.

4. Проектная деятельность:

Теория: Примеры творческих проектов. Структура проекта. Оформление проекта. Создание приложений, мультимедийных презентаций. Правила публичной защиты проекта.

Практика: Выбор темы проекта. Формулировка ее актуальности. Поиск необходимой информации. Составление плана проекта. Разработка чертежей проекта. Изготовление выставочных работ. Создание презентации. Публичная защита творческого проекта.

5. Организационно – массовая работа.

Практика: участие в конкурсах, выставках, конференциях.

6. Итоговое занятие.

Теория: подведение итогов. Награждение на «Малом празднике успеха».

Комплекс организационно-педагогических условий *Календарный годовой график*

Месяц	Сроки изучения учебного материала/нед	№ группы/год обучения/Количество часоа			Аттестация обучающихся	Каникулярный период
		№1/1	-	-		
Сентябрь	1 неделя	2				
	2 неделя	2				
	3 неделя	2				
	4 неделя	2				
Октябрь	1 неделя	2				
	2 неделя	2				
	3 неделя	2				
	4 неделя	Самостоятельная работа				
Ноябрь	1 неделя	2				
	2 неделя	2				
	3 неделя	2				
	4 неделя	2				
Декабрь	1 неделя	2				
	2 неделя	2				
	3 неделя	2				
	4 неделя	2				
Январь	1 неделя	Самостоятельная работа				

	2 неделя	2				
	3 неделя	2				
	4 неделя	2				
Февраль	1 неделя	2				
	2 неделя	2				
	3 неделя	2				
Март	1 неделя	2				
	2 неделя	2				
	3 неделя	Самостоятельная работа				
	4 неделя	2				
Апрель	1 неделя	2				
	2 неделя	2				
	3 неделя	2				
	4 неделя	2				
Май	1 неделя	2				
	2 неделя	2				
	3 неделя	2				Итоговая аттестация
Всего учебных недель	34					
Всего часов по программе		72				

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы необходим специально оборудованный учебный кабинет для проведения занятий.

Для эффективности образовательного процесса необходимы:

Перечень технических средств обучения

Наименование технических средств обучения	Количество, шт.
Компьютер	1
Мультимедийный проектор	1
Экран	1

Перечень оборудования

Наименование оборудования	Количество, шт.
Измерительная линейка	10
Угольник	10
Циркуль	10
Простой карандаш	10
Стирательная резинка	10
Шило	10
Клей ПВА	6
Набор для конструирования	6
Мотки проволоки	10
Школьная доска	1

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование по направленности программы. **Форма подведения итогов реализации программы**

Защита проектов. Использование метода проектов позволяет обеспечить условия для развития у обучающихся навыков самостоятельной постановки задач и выбора оптимального варианта их решения, самостоятельного достижения цели, анализа полученных результатов с точки зрения решения поставленной задачи.

Формы аттестации/контроля. Оценочные материалы.

Система оценки результатов освоения образовательной программы.

Два раза в учебном году проводится аттестация обучающихся детских объединений: в 1 полугодии – **промежуточная аттестация**, во 2 полугодии – **аттестация по завершении реализации программы**.

Промежуточная аттестация проводится в форме собеседования по темам программы и выставочного просмотра, **аттестация по завершении реализации программы** – в форме собеседования и зачета по итогам участия в выставках и конкурсах.

Вид оценочной системы – уровневый. Уровни: высокий, средний, низкий.

Для **оценки результатов** освоения программы «Проектирование и моделирование» на занятиях используются следующие формы контроля: наблюдение, собеседование, выставочный просмотр и анализ выполненных работ.

Методическое обеспечение программы

Основные задачи базового уровня – привлечь детей к исследовательской и изобретательской деятельности, показать им, что направление интересно и перспективно. Задача педагога – развить у детей навыки, которые им потребуются в проектной работе и в дальнейшем освоении программ.

Все умения и навыки приобретаются только через опыт. Поэтому большое значение уделяется практике через кейс-технологии – это метод обучения, в основе которого лежат задачи из реальной жизни, и они направлены на развитие у детей soft и hard-компетенций.

Кейс-технология – это техника обучения, использующая описание реальной ситуации, специально подготовленный материал с описанием конкретной проблемы, которую необходимо разрешить в составе группы.

Кейс-технологии направлены на исследовательскую или инженернопроектировочную деятельность. Интегрирует в себе технологию развивающего и проектного обучения. Выступают в обучении как синергетическая технология («погружение» в ситуацию, «умножение» знаний, «озарение», «открытие»). Позволяют создать ситуацию успеха.

Методы и приемы работы с обучающимися:

- сенсорного восприятия (лекции, просмотр видефрагментов);
- практические (настольные игры по программированию, лабораторные работы, проекты);
- коммуникативные (дискуссии, беседы, ролевые игры);
- комбинированные (самостоятельная работа учащихся); - проблемный (создание на уроке проблемной ситуации).

Программа воспитания

Введение

С 1 сентября 2020 года вступил в силу Федеральный закон от 31 июля

2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

Путин В.В. отметил, что смысл предлагаемых поправок в том, чтобы «укрепить, акцентировать воспитательную составляющую отечественной образовательной системы». Он подчеркнул, что система образования не только учит, но и воспитывает, формирует личность, передает ценности и традиции, на которых основано общество.

«Воспитание - деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовнонравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде". (Статья 2, пункт 2)

«Образовательная программа - комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты) и организационно-педагогических условий, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных компонентов, оценочных и методических материалов, а также в предусмотренных настоящим Федеральным законом случаях в виде рабочей программы воспитания, календарного плана воспитательной работы, форм аттестации". (Статья 2, пункт 9)

В соответствии с Федеральным законом № 304-ФЗ предлагается ввести механизм организации воспитательной работы, которая войдет в состав образовательных программ. В такие программы планируется включить рабочую программу воспитания и календарный план.

Роль дополнительного образования в укреплении воспитательной составляющей

Воспитание представляет собой многофакторный процесс, т. к.

формирование личности происходит под влиянием семьи, образовательных учреждений, среды, общественных организаций, средств массовой информации, искусства, социальноэкономических условий жизни и др. К тому же воспитание является долговременным и непрерывным процессом, результаты которого носят очень отсроченный и неоднозначный характер (т. е. зависят от сочетания тех факторов, которые оказали влияние на конкретного ребенка).

Дополнительное образование детей в целом и его воспитательную составляющую в частности нельзя рассматривать как процесс, восполняющий пробелы воспитания в семье и образовательных учреждениях разных уровней и типов. И, конечно же, дополнительное образование – не система психолого-педагогической и социальной коррекции отклоняющегося поведения детей и подростков. Дополнительное образование детей как особая образовательная сфера имеет собственные приоритетные направления и содержание воспитательной работы с обучающимися.

Воспитывающая деятельность детского объединения дополнительного образования имеет две важные составляющие – индивидуальную работу с каждым обучающимся и формирование детского коллектива.

Организуя индивидуальный процесс, педагог дополнительного образования решает целый ряд педагогических задач:

- помогает ребенку адаптироваться в новом детском коллективе, занять в нем достойное место;
- выявляет и развивает потенциальные общие и специальные возможности и способности обучающегося;
- формирует в ребенке уверенность в своих силах, стремление к постоянному саморазвитию;
- способствует удовлетворению его потребности в самоутверждении и признании, создает каждому «ситуацию успеха»;
- развивает в ребенке психологическую уверенность перед публичными показами (выставками, выступлениями, презентациями и др.);
- формирует у учащегося адекватность в оценках и самооценке, стремление к получению профессионального анализа результатов своей работы;
- создает условия для развития творческих способностей учащегося.

Влиять на формирование и развитие детского коллектива в объединении дополнительного образования педагог может через:

- а) создание доброжелательной и комфортной атмосферы, в которой каждый ребенок мог бы ощутить себя необходимым и значимым;
- б) создание «ситуации успеха» для каждого обучающегося, чтобы научить самоутверждаться в среде сверстников социально адекватным способом;
- в) использование различных форм массовой воспитательной работы, в которых каждый обучающийся мог бы приобрести социальный опыт, пробуя себя в разных социальных ролях;
- г) создание в творческом объединении органов детского самоуправления, способных реально влиять на содержание его деятельности.

Основания для разработки воспитательного плана работы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ “О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся”
3. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р.
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Основные задачи воспитательной работы:

- Формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- Организация инновационной работы в области воспитания и дополнительного образования;
 - Организационно-правовые меры по развитию воспитания и дополнительного образования обучающихся;
- Приобщение обучающихся к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения;
- Обеспечение развития личности и её социально-психологической поддержки, формирование личностных качеств, необходимых для жизни;
- Воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде обитания;
- Развитие воспитательного потенциала семьи;
- Поддержка социальных инициатив и достижений обучающихся.

Приоритетные направления в организации воспитательной работы:

- Гражданско-патриотическое

Гражданско-патриотическое воспитание: формирование патриотических, ценностных представлений о любви к Отчизне, народам Российской Федерации, к своей малой родине, формирование представлений о ценностях культурно-исторического наследия России, уважительного отношения к национальным героям и культурным представлениям русского народа.

- Духовно – нравственное

Духовно-нравственное воспитание формирует ценностные представления о морали, об основных понятиях этики (добро и зло, истина и ложь, смысл жизни, справедливость, милосердие, проблеме нравственного выбора, достоинство, любовь и др.), о духовных ценностях народов России, об уважительном отношении к традициям, культуре и языку своего народа и др. народов России.

- Художественно-эстетическое

Художественно-эстетическое воспитание играет важную роль в формировании характера и нравственных качеств, а также в развитии хорошего вкуса и в поведении. -

Спортивно-оздоровительное

Физическое воспитание содействует здоровому образу жизни.

- Трудовое

Трудовое и профориентационное воспитание формирует знания, представления о трудовой деятельности; выявляет творческие способности и профессиональные направления обучающихся.

- Воспитание познавательных интересов

Воспитание познавательных интересов формирует потребность в приобретении новых знаний, интерес к творческой деятельности.

Структура рабочей программы воспитания педагога дополнительного образования

1. Характеристика объединения ««Проектирование и моделирование»»

Деятельность объединения «Проектирование и моделирование» имеет техническую направленность.

Количество обучающихся объединения «Проектирование и моделирование» составляет 12 человек.

Из них мальчиков – 12, девочек – 0

Обучающиеся имеют возрастную категорию детей от 10 до 12 лет.

Формы работы – индивидуальные и групповые.

2. Цель, задачи и результат воспитательной работы

Цель воспитания – личностное развитие обучающихся через создание благоприятных условий для формирования и развития hard- и softкомпетенций, формирования активной жизненной позиции; формирования социальноприемлемой модели поведения в обществе и адекватного уровня притязаний по отношению к нему; приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел.

Для достижения поставленной цели был выделен ряд задач, решение которых необходимо не только для фактического получения результата, но и максимально эффективного процесса его достижения:

- создать и поддерживать благоприятный психологический климат между всеми участниками педагогического процесса;
- вовлекать обучающихся и педагогических работников в общие дела и поддерживать активное участие как обучающихся, так и педагогических работников в них;
- создать и развивать сообщество как эффективный инструмент воспитательной работы;
- использовать различные методы и приемы воспитания;
- инициировать и поддерживать самоуправление – как всего «Точка роста», так и групп обучения;
- организовать для обучающихся экскурсии, походы и реализовывать их воспитательный потенциал;
- организовать профориентационную работу с обучающимися;
- организовать работу с семьями обучающихся, их родителями или законными представителями, направленную на совместное решение проблем личностного развития обучающихся.

Планомерная реализация поставленных задач позволит организовать в школе интересную и событийно насыщенную жизнь обучающихся и педагогических работников, что станет эффективным способом реализации рабочей программы воспитания.

Результат воспитания – это результат, достигнутая цель, те изменения в личностном развитии обучающихся, которые педагоги получили в процессе их воспитания.

Результаты воспитания лучше всего поддаются описанию не в статике (получили то-то и того), а в динамике (происходят изменения в таком-то и таком-то направлении).

3. Работа с коллективом обучающихся

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого культурного, коммуникативного потенциала ребят в процессе участия в совместной общественно – полезной деятельности;

- содействие формированию активной гражданской позиции;

- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему району. **4. Работа с родителями**

- Организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации); - Содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность кружкового объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей в течение года);
- Оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.

Календарный план воспитательной работы объединения «Проектирование и моделирование» на 2022- 2023 учебный год

Педагог Комарова Екатерина Евгеньевна

№ п/п	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения	Примечание
1	Участие в проведении Дня открытых дверей	Привлечение внимания обучающихся и их родителей к деятельности кружка «Проектирование и моделирование»	Сентябрь	

2	Республиканские, районные конкурсы	Приобщение детей к моделированию, обучение основам чертежам.	Сентябрь-Май	
3	Командная игра «Кибер.без»	Повышение профессионального мастерства, получение новых знаний.	Декабрь	
4	Открытый показ проектов	Воспитание у обучающихся чувства уважения, внимания к труду	Февраль	
5	Фотоотчет		Май	

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ для педагогов:

1. Журавлева А.П., Болотина Л.А. «Начальное техническое моделирование». М. Просвещение, 1982.
2. Журавлева А. П. «Что нам стоит флот построить» М. Просвещение, 1997.
3. Перевертень Г.И. «техническое творчество в начальных классах: книга для учителей по внеклассной работе» М. Просвещение, 1988.
4. Столяров Ю.С. «Развитие технического творчества школьников: пособие для учителей и работников внешкольных учреждений» М. Педагогика 1983.
5. Столяров С.В. «Я машину смастерю, – папе с мамой подарю». Ярославль: «Академия развития», 2000. **для детей**
1. Канаев В.И. «Ключ на старт» М. Молодая гвардия, 1972.
2. Попов Б.В. «Учись мастерить» М. Просвещение, 1977.
3. Журналы «Коллекция идей».

Эльшанский И.И. «Хочу стать Кулибиным» М. Дрофа, 2007.
Приложение № 1

**Творческая работа
Объединение «Проектирование и моделирование»
Промежуточная аттестация**

Форма: Творческое задание.

Цель: проверка ЗУН учащихся, полученных в объединении за 1 полугодие.

Задание: выбрать материал для изготовления творческого задания.

- выполнить работу в технике модульное оригами.

Приложение № 2

**Творческое задание
Объединение «Проектирование и моделирование»
итоговая аттестация**

Форма: Защита проекта

Цель: Проверка ЗУН учащихся, полученных в объединении за год.

Задание: выполнить творческий проект на свободную тему, выбрав любой раздел программы «Проектирование и моделирование».

**ТЕСТ НА ВЫЯВЛЕНИЕ УРОВНЯ
САМООЦЕНКИ**

Вопросник с ключами

1. Как часто вас терзают мысли, что вам не следовало говорить или делать что-то? а) очень часто - 1 балл;
б) иногда - 3 балла.
2. Если вы общаетесь с блестящим и остроумным человеком, вы:
а) постараетесь победить его в остроумии - 5 баллов;
б) не будете ввязываться в соревнование, а отдадите ему должное и выйдете из разговора - 1 балл.
3. Выберите одно из мнений, наиболее вам близкое:

- а) то, что многим кажется везением, на самом деле результат упорного труда - 5 баллов;
- б) успехи часто зависят от счастливого стечения обстоятельств - 1 балл.
- в) в сложной ситуации главное — не упорство или везение, а человек, который сможет одобрить или утешить - 3 балла.
4. Вам показали шарж или пародию на вас. Вы:
- а) рассмеетесь и обрадуетесь тому, что в вас есть что-то оригинальное - 3 балла;
- б) тоже попытаетесь найти что-то смешное в вашем партнере и высмеять его - 4 балла; в) обидитесь, но не подадите вида - 1 балл.
5. Вы всегда спешите, вам не хватает времени или вы беретесь за выполнение заданий, превышающих возможности одного человека?
- а) да - 1 балл;
- б) нет - 5 баллов;
- в) не знаю - 3 балла.
6. Вы выбираете духи в подарок подруге. Купите.
- а) духи, которые нравятся вам - 5 баллов;
- б) духи, которым, как вы думаете, будет рада подруга, хотя вам лично они не нравятся - 3 балла;
- в) духи, которые рекламировали в недавней телепередаче.
7. Вы любите представлять себе различные ситуации, в которых вы ведете себя совершенно иначе, чем в жизни? а) да - 1 балл;
- б) нет - 5 баллов;
- в) не знаю - 3 балла.
8. Задевает ли вас, когда ваши коллеги (особенно молодые) добиваются большего успеха, чем вы?
- а) да - 1 балл;
- б) нет - 5 баллов;
- в) иногда - 3 балла;
9. Доставляет ли вам удовольствие возражать кому-либо?
- а) да - 5 баллов;
- б) нет - 1 балл;
- в) не знаю - 3 балла.
10. Закройте глаза и попытайтесь представить себе 3 цвета:
- а) голубой - 1 балл;

б) желтый - 3 балла;

в) красный - 5 баллов.

Подсчет баллов

50-38 баллов. Вы довольны собой и уверены в себе. У вас большая потребность доминировать над людьми, любите подчеркивать свое я, выделять свое мнение. Вам безразлично то, что о вас говорят, но сами вы имеете склонность критиковать других. Чем больше у вас баллов, тем больше вам подходит определение: «вы любите себя, но не любите других».

Но у вас есть один недостаток: слишком серьезно к себе относитесь, не принимаете никакой критической информации. И даже если результаты теста вам не понравятся, скорее всего вы защититесь утверждением, что все врут календари. А жаль...

37-24 балла. Вы живете в согласии с собой, знаете себя и можете себе доверять. Обладаете ценным умением находить выход из трудных ситуаций как личного характера, так и во взаимоотношениях с людьми. Формулу вашего отношения к себе и окружающим можно выразить словами: «доволен собой, доволен другими». У вас нормальная здоровая самооценка, вы умеете быть для себя поддержкой и источником силы и, что самое главное, не за счет других.

23-10 баллов. Очевидно, вы недовольны собой, вас мучают сомнения и неудовлетворенность своим интеллектом, способностями, достижениями, своей внешностью, возрастом, полом... Остановитесь! Кто сказал, что любить себя плохо? Кто внушил вам, что думающий человек должен быть постоянно собой

