

РАССМОТРЕНО

куратор программы наставничества:

 /Новоселова М.Л./

Протокол №1 от «29» августа 2024 г.


СОГЛАСОВАНО

заместитель директора :

 /Данилова О.Н./

УТВЕРЖДЕНО

Директор :

 /Щенникова С.А./

Приказ № 86-од от «29» августа 2024 г.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Большелеушинская средняя общеобразовательная школа»

Программа
Наставничества по русскому языку

Форма наставничества: Учитель-ученик

Срок реализации – 1 год

Разработана:
Кугаевских Е.Э.

Учитель русского языка
1 квалификационная категория

2024-2025 уч\год

Структура программы

1. Введение и актуальность программы наставничества в образовательной организации.
2. Цель и задачи программы наставничества.
3. Индивидуальный план развития ребенка.
(план конкретных мероприятий направленных на решение задачи).
4. Программа психологической поддержки ребенка на разных этапах.
5. Результаты (имеющиеся и предполагаемые).
6. Список используемой литературы.
7. Диагностика сильных и слабых сторон ребенка (методики).

Пояснительная записка

ПРОГРАММА НАПРАВЛЕНА НА УДОВЛЕТВОРЕНИЕ ПОТРЕБНОСТЕЙ:

Учащихся: получение полного и среднего образования;
выбор формы получения образования.

Родителей: в создании наиболее комфортных условия обучения своего ребенка;

в стабилизации отношении в семье: смягчение конфликтных ситуаций в школе.

Школы: решение социально-педагогических и психологических проблем детей и подростков.

Актуальность

Сегодня наставничество заслуживает самого пристального внимания. К сожалению педагогов-наставников, практически нет в образовательных учреждениях.

В программе отражена жизненная необходимость для учащегося учебного заведения получить поддержку опытного профессионала, который способен предложить практическую и теоретическую помощь.

Процесс наставничества затрагивает интересы трёх субъектов взаимодействия: наставляемого, наставника и родителя.

Цели:

- Выполнение Закона об образовании;
- принятие комплексных мер, направленных на повышение успеваемости и качества знаний обучающихся.
- ликвидация пробелов у учащихся в обучении по русскому языку;
- создание условий для успешного индивидуального развития ребенка
- подготовить участников к самостоятельному участию в конкурсе, научить выполнять проекты с высоким качеством в заданные сроки. Помочь освоить современные технические компетенции, а также овладеть навыками необходимыми для эффективного самообучения и работы в команде. Разносторонняя помощь детям с особыми образовательными / социальными потребностями, а также помощь в адаптации к новым условиям.

Задачи:

1. Создание условий для успешного усвоения обучающимися учебных программ.

2. Отбор педагогических технологий для организации учебного процесса и повышение мотивации у учеников.
3. Реализация разноуровневого обучения.
4. Изучение особенностей обучающихся, причин их отставания в учебе и слабой мотивации.
5. Формирование ответственного отношения обучающихся к учебному труду.
6. Помощь в реализации лидерского потенциала.
7. Развитие гибких навыков и метакомпетенций.
8. Подготовка к самостоятельной, осознанной и социально продуктивной деятельности.
9. Раскрытие личностного, творческого, учебного потенциала, поддержка формирования и реализации индивидуального проекта.

Целевые группы

реализации программы наставничества: наставник, конкурсант, родители. Исходя из потребностей в данной целевой модели наставничества приоритетными являются следующие формы наставничества:

«Наставник – конкурсант» «конкурсант – конкурсант», «наставник – родитель».

Наставничество представляется универсальной моделью построения отношений, как технология интенсивного развития личности, передачи опыта и знаний, формирование навыков, компетенций, метакомпетенций и ценностей. Наставник способен стать для наставляемого человеком, который окажет комплексную поддержку на пути социализации, взросления, поиске индивидуальных жизненных целей и путей их достижения, в раскрытии потенциала и возможностей саморазвития.

Выделить особую роль наставника в процессе формирования личности представляется возможным потому, что в основе наставнических отношений лежат принципы доверия, диалога и конструктивного партнерства, а также непосредственная передача личностного и практического опыта от человека к человеку. Взаимодействие осуществляется через неформальное общение и эмоциональную связь участников. Все эти факторы способствуют ускорению процесса передачи социального опыта, быстрому развитию новых компетенций.

Признаки отставания - начало неуспеваемости учащихся

1. Ученик не может сказать, в чем трудность задачи, наметить план ее решения, решить задачу самостоятельно, указать, что получено нового в результате ее решения. Эти признаки могут быть обнаружены при решении задач, чтении текстов и слушании объяснения учителя.

2. Ученик не задает вопросов по существу изучаемого, не делает попыток найти и не читает дополнительных к учебнику источников. Эти признаки проявляются при решении задач, восприятии текстов, в те моменты, когда учитель рекомендует литературу для чтения.

3. Ученик не всегда активен, требуется напряжение мысли, преодоление трудностей. Эти признаки могут быть замечены при решении задач, при восприятии объяснения учителя, в ситуации выбора по желанию задания для самостоятельной работы.

4. Ученик не реагирует эмоционально (мимикой и жестами) на успехи и неудачи, не может дать оценки своей работе.

5. Ученик не может объяснить цель выполняемого им упражнения, сказать, на какое правило оно дано, не выполняет предписаний правила, путает их порядок, не может проверить полученный результат и ход работы. Эти признаки проявляются при выполнении упражнений, а также при выполнении действий в составе более сложной деятельности.

6. Ученик не может воспроизвести определения понятий, формул, доказательств, не может, излагая систему понятий, отойти от готового текста; не понимает текста, построенного на изученной системе понятий. Эти признаки проявляются при постановке учащимся соответствующих вопросов.

Оптимальная система мер по оказанию помощи школьнику:

1. Помощь в планировании учебной деятельности (планирование повторения и выполнения минимума упражнений для ликвидации пробелов, алгоритмизация учебной деятельности по анализу и устранению типичных ошибок и пр.).

2. Дополнительное инструктирование в ходе учебной деятельности.

3. Стимулирование учебной деятельности (поощрение, создание ситуаций успеха, побуждение к активному труду и др.).

4. Контроль за учебной деятельностью (более частый опрос ученика, проверка всех домашних заданий, активизация самоконтроля в учебной деятельности и др.).

5. Различные формы взаимопомощи.

Задачи в области освоения гибких навыков:

1. Быть требовательными к работе, понимать, что от этого зависит результат.

2. Говорить о проблемах, трудностях и рисках своевременно; осуществлять необходимое взаимодействие в команде (передача задач, взаимопомощь, взаимопроверка и т.д.).

3. Уметь генерировать конструктивные решения в командной работе.

4. Выполнять задачи в установленные временные рамки, с максимальной «прозрачностью» для всех членов команды.

5. Организовать тайм-менеджмент себя и команды.

7. Адекватно воспринимать конструктивную критику и замечания.

8. Уметь структурировать свою работу, мысли, речь.

9. Адаптироваться к изменению условий.

Задачи в области освоения учебных навыков:

1. Освоение метапредметных знаний.

2. Подготовить к вычислительному мышлению, которое поможет справиться с комплексными задачами.

3. Освоение навыков составления и реализации проектов.

Результатом правильной организации работы наставника будет высокий уровень включенности наставляемого во все социальные, культурные и образовательные процессы, что окажет несомненное положительное влияние на эмоциональный фон, лояльность к конкурсу. Наставляемый получит необходимый стимул к культурному, интеллектуальному, физическому, психологическому совершенствованию, самореализации, а также развитию необходимых компетенций.

Оказание помощи ученику на различных этапах урока и профилактика неуспеваемости.

Этапы урока.

Виды помощи в учении.

В процессе контроля за подготовленностью учащегося.

Создание атмосферы особой доброжелательности при опросе.

Снижение темпа опроса, разрешение дольше готовиться у доски.

Предложение учащимся примерного плана ответа.

Разрешение пользоваться наглядными пособиями, помогающими излагать суть явления.

Стимулирование оценкой, подбадриванием, похвалой.

Специально контролировать усвоение вопросов, обычно вызывающих у учащихся наибольшие затруднения. Тщательно анализировать и систематизировать ошибки, допускаемые учениками в устных ответах, письменных работах, выявить типичные для класса и концентрировать внимание на их устранении. Контролировать усвоение материала учениками, пропустившими предыдущие уроки. По окончании усвоения темы или раздела, обобщать итоги усвоения основных понятий, законов, правил, умений и навыков школьниками, выявлять причины отставания.

При открытии новых знаний.

Применение мер поддержания интереса к усвоению темы.

Более частое обращение с вопросами, выясняющими степень понимания ими учебного материала.

Привлечение к высказыванию предложений при проблемном обучении, к выводам и обобщениям или объяснению сути проблемы, высказанной сильным учеником.

Обязательно проверять в ходе урока степень понимания учащимися основных элементов излагаемого материала. Стимулировать вопросы со стороны учащихся при затруднениях в усвоении учебного материала. Применять средства поддержания интереса к усвоению знаний. Обеспечивать разнообразие методов обучения, позволяющих всем учащимся активно усваивать материал.

При организации самостоятельной работы.

Выбор для групп обучающихся наиболее рациональной системы упражнений, а не механическое увеличение их числа.

Более подробное объяснение последовательности выполнения задания.

Предупреждение о возможных затруднениях, использование карточек-консультаций, карточек с направляющим планом действий.

Ссылка на аналогичное задание, выполненное ранее.

Напоминание приема и способа выполнения задания.

Инструктирование о рациональных путях выполнения заданий, требованиях к их оформлению.

Подбирать для самостоятельной работы задания по наиболее существенным, сложным и трудным разделам учебного материала, стремясь меньшим числом упражнений, но поданных в определенной системе, достичь большего эффекта. Включать в содержание самостоятельной работы упражнения по устранению ошибок, допущенных при ответах и в письменных работах. Инструктировать о порядке выполнения работы. Стимулировать постановку вопросов к учителю при затруднениях в самостоятельной работе. Умело оказывать помощь ученикам в работе, всемерно развивать их самостоятельность. Учить умениям планировать работу, выполнять ее в должном темпе и осуществлять контроль.

В ходе самостоятельной работы на уроке.

Разбивка заданий на дозы, этапы, выделение в сложных заданиях ряда простых.

Указание на необходимость актуализировать то или иное правило.

Ссылка на правила и свойства, которые необходимы для решения задач, упражнений.

Стимулирование самостоятельных действий слабоуспевающих.

Более тщательный контроль за их деятельностью, указание на ошибки, проверка, исправление.

Обеспечить в ходе домашней работы повторение пройденного, концентрируя внимание на наиболее существенных элементах программы, вызывающих обычно наибольшие затруднения. Систематически давать домашние задания по работе над типичными ошибками. Четко инструктировать учащихся о порядке выполнения домашних работ, проверять степень понимания этих инструкций слабоуспевающими школьниками. Согласовать объем домашних заданий с другими учителями класса, исключая перегрузку, особенно слабоуспевающих учеников.

Система работы по формированию положительного отношения к учению у школьников

Открытие новых знаний

Организация самостоятельной работы

Самостоятельная работа

Отношение к содержанию учебного материала

Наиболее легкий занимательный материал независимо от его важности, значимости.

Занимательный материал, касающийся сущности изучаемого.

Существенный, важный, но непривлекательный материал.

Отношение к процессу учения

(усвоение знаний)

Действует учитель – ученик только воспринимает.

Ведущим остается учитель, ученик участвует в отдельных звеньях процесса.

Ведущим становится ученик, учитель участвует в отдельных звеньях процесса.

Ученик действует самостоятельно.

Отношение к себе, к своим силам

Поощрение успехов в учебе, работе, не требующей усилий.

Поощрение успеха в работе, требующей некоторых усилий.

Поощрение успеха в работе, требующей значительных усилий.

ПЛАН РАБОТЫ С ОБУЧАЮЩИМСЯ

№ п/п	Мероприятия	Сроки исполнения
1	Провести диагностику в начале года с целью выявления уровня обученности учащегося.	Сентябрь
2	Использовать на уроках различные виды опроса (устный, письменный, индивидуальный и др.) для объективности результата.	В течение учебного года
3	Готовить и использовать на уроках опорные схемы, наглядные пособия, технические средства, дидактический материал.	В течение учебного года
4	Регулярно и систематически опрашивать, выставлять оценки своевременно, не допуская скопления оценок в конце четверти, когда ученик уже не имеет возможности их исправить.	В течение учебного года
5	Комментировать оценку ученика, отмечая недостатки, чтобы ученик мог их устранять в дальнейшем.	На каждом уроке
6	Ликвидировать пробелы в знаниях, выявленные в ходе контрольных работ, после чего проводить повторный контроль знаний.	В течение учебного года
7	Ставить в известность родителей ученика о низкой успеваемости, если наблюдается скопление неудовлетворительных оценок (более 2-3)	В течение учебного года
8	Использовать новые образовательные технологии, инновационные формы и методы обучения: лично-ориентированный подход (обучение строить с учетом развитости индивидуальных способностей и уровня сформированности умений учебного труда) и разноуровневую дифференциацию на всех этапах урока.	В течение учебного года
9	Организовывать в процессе обучения индивидуально-групповую работу, применяя дифференцированные тренировочные задания, дифференцированные проверочные работы, творческие работы по выбору.	В течение учебного года
10	На уроках и дополнительных занятиях применять	В течение учебного года

	«Карточки помощи», «Памятки для учащихся».	года
11	Шире использовать игровые задания, которые дают возможность работать на уровне подсознания.	В течение учебного года
12	При опросе слабоуспевающим давать примерный план ответа, разрешать пользоваться конспектом, давать больше времени готовиться к ответу у доски.	В течение учебного года
13	Задавать наводящие вопросы, помогающие последовательно излагать материал.	В течение учебного года
14	Периодически проверять усвоение материала по темам уроков, на которых ученик отсутствовал по той или иной причине.	В течение учебного года
15	В ходе опроса и при анализе его результатов обеспечивать атмосферу доброжелательности.	В течение учебного года
16	В процессе изучения нового материала концентрировать внимание слабоуспевающих учеников на наиболее важных и сложных моментах изучаемой темы, чаще обращаться к ним с вопросами, выясняющими степень понимания учебного материала.	В течение учебного года
17	В ходе самостоятельной работы на уроке школьникам давать задания, направленные на устранение ошибок, отмечать положительные моменты в их работе для стимулирования новых усилий, оказывать помощь с одновременным развитием самостоятельности в учении.	В течение учебного года
18	При организации домашней работы для школьников подбирать задания по осознанию и исправлению ошибок, проводить подробный инструктаж о порядке выполнения домашних заданий. Объем домашних заданий рассчитывать так, чтобы не допустить перегрузки.	В течение учебного года
19	Проводить дополнительные (индивидуальные) задания для обучающихся. Учить детей навыкам самостоятельной работы.	1 раз в неделю
20	Составить план работы по ликвидации пробелов в знаниях каждого отстающего ученика.	Сентябрь, октябрь по мере необходимости.
21	Отражать индивидуальную работу со слабым	В течение учебного года

	<p>еником в рабочих или специальных тетрадях по предмету.</p>	<p>года</p>
--	---	-------------

Тематическое планирование

9 класс.

Повторение изученного в 5-7 классах.

Сентябрь

Занятие 1. Приставки на с-з, приставки раз-(рас-) — -роз-(рос-), приставки при- — пре-. Гласные ы-и после приставок.

Учимся ставить знаки препинания. Запятая перед а, но, да, что, чтобы, потому что, если, где, когда, который, кроме, хотя, куда.

Занятие 2. Окончания имен существительных (на -ия, -мя, -ие, -ий, прилагательных, числительных).

Октябрь

Занятие 3. Окончания глаголов (спряжение). Суффиксы глаголов. Учимся ставить знаки препинания. Тире между подлежащим и сказуемым. Простые предложения в составе сложного.

Занятие 4. Суффиксы существительных. Суффиксы прилагательных.

Занятие 5. Гласные и, а, у после шипящих и ц. О-е после шипящих.

Ноябрь

Занятие 6. Твердый знак после приставок и в сложных словах. Мягкий знак в середине слова и на конце слов после шипящих. Учимся ставить знаки препинания.

Занятие 7. Однородные члены. Обобщающие слова.

Занятие 8. Одно и два н в существительных, полных и кратких прилагательных.

Декабрь

Занятие 9. Не с глаголами, существительными, прилагательными, местоимениями.

Занятие 10. Не и ни для передачи отрицания. Не и ни для усиления утверждения.

Занятие 11. Дефис в сложных словах. Соединительные гласные в сложных словах.

Занятие 12. Причастие. Окончания причастий. Причастный оборот.

Январь

Занятие 13. Действительное и страдательное причастия настоящего и прошедшего времени.

Занятие 14. Учимся ставить знаки препинания. Обращение. Вводные слова. Прямая речь. Диалог.

Занятие 15. Н в кратких причастиях. Отличие кратких причастий от кратких прилагательных.

Занятие 16. Одно и два н в причастиях и отглагольных прилагательных.

Февраль

Занятие 17. Не с полными и краткими причастиями.

Занятие 18. Учимся ставить знаки препинания . Обособление причастных оборотов.

Занятие 19. Деепричастие совершенного и несовершенного вида.

Занятие 20. Деепричастный оборот.

Занятие 21. Не с деепричастиями. Учимся ставить знаки препинания . Обособление деепричастий и деепричастных оборотов.

Март

Занятие 22. Наречие. О и е на конце наречий после шипящих. Отличие наречий от кратких прилагательных.

Занятие 23. Дефис в наречиях на -ому (ему), -цки, -ски, -ьи; в наречиях с частицами кое-, -либо, то, -нибудь; в сложных наречиях; в наречиях, образованных от числительных. Мягкий знак на конце наречий после шипящих.

Занятие 24. Наречия с приставками из-, до-, с- и в-, на-, за-. Не и ни в отрицательных наречиях.

Занятие 25. Отличие местоименных наречий с приставками от местоимений с предлогами. Не с наречиями на –о.

Апрель

Занятие 26. Возможность двойного написания не с наречиями на –о. Учимся ставить знаки препинания . Обособление деепричастий, причастных и деепричастных оборотов.

Занятие 27. Предлог. Дефис в предлогах. Производные предлоги.

Занятие 28. Отличие производных предлогов от существительных с предлогами

Занятие 29. Союз. Союзы сочинительные и подчинительные. Союзы чтобы, тоже, также. Союзы зато, итак, притом.

Май

Занятие 30. Учимся ставить знаки препинания. Повторение. Обособленные члены предложения.

Занятие 31. Частицы ли(ль), бы(б), же(ж). Дефис в частицах кое-, -либо, -то, -нибудь, -ка, -тка, де-, -с. Междометие. Утвердительные и отрицательные слова да, нет . Повторение и обобщение.

**Список обучающихся
в 2024 – 2025 учебном году**

№	Ф.И.О.	Класс	Предмет	Направление деятельности
1.	Лопаткин Захар	9	Русский язык	Стремление понять и осмыслить учебное задание, требующее активной мыслительной деятельности.

Методы стимулирования обучающихся:

- посредством содержания;
- посредством организации деятельности;
- посредством воспитательных воздействий в плане общения, отношения, внимания.

Особый подход к освещению учебного материала, характер его преподнесения:

- а) эмоционально-образный;
- б) аналитический (разъяснительный);
- в) деловой;
- г) необычный.

Использование, показ, подчеркивание различных элементов, привлекательных сторон содержания:

- а) важность отдельных частей;
- б) трудность, сложность;
- в) новизна, познавательность материала;
- г) историзм, современные достижения науки;
- д) интересные факты, противоречия, парадоксы.

Задания с интересным содержанием, занимательными вопросами.

Показ значимости знаний, умений:

- а) общественной
- б) личностной

Межпредметные связи.

Целевая установка на работу, ее краткая характеристика, постановка задач.

Предъявление требований к учащимся. По содержанию: к дисциплине, к работе; по форме: развернутые, свернутые (указания, замечания, мимика); единые и индивидуально-групповые, общие и детальные, прямые и косвенные.

Характер деятельности (копирующий, репродуктивный, творческий)

Создание ситуаций различного характера: интеллектуального, игрового, эмоционального.

Анализ ошибок и оказание необходимой помощи.

контроль за деятельностью учащегося (тщательный, беглый), взаимо- и самоконтроль, оценка.

Четкое использование ТСО, наглядности, дидактических материалов, красочных пособий и т.д.

Показ достижений и недостатков в развитии личности, проявление доверия к силам и возможностям учащихся.

проявление личного отношения учителя к ученику, классу, высказывание собственного мнения.

Проявление учителем собственных качеств, данных личности (в плане общения, эрудиции, отношения к предмету, деловых качеств...) и побуждение учащихся к подобным проявлениям

Организация дружеских взаимоотношений в коллективе (взаимопроверка, обмен мнениями, взаимопомощь)

Используемая литература

Русский язык.» 5 - 9 классы, пособие для учащихся общеобразовательных учреждений, выпущенное издательством «Просвещение»

1. Бабайцева В. В., Чеснокова Л. Д. Русский язык: Теория. Учебник для 5 — 9 классов. М. 2012..

2. Баранов М. Т., Костяева Т. А., Прудникова А. В. Русский язык: Справочник для учащихся. Под ред. Н. М. Шанского. М. 2012.

3. Касаткин Л. Л., Клобуков Е. В., Лекант П. П. Краткий справочник по современному русскому языку. /Под ред. П. П. Леканта. М. 2010.

4. Львова С. И. Русская орфография: Самоучитель. М. 2015.

5. Пахнова Т. М. Комплексная работа с текстом. Рабочая тетрадь. 9 класс. М. 2014.

6. Розенталь Д. Э. Справочник по правописанию и литературной правке (любое издание).

7. Шапиро Н. А. Учимся понимать и строить текст. 5 — 9 классы. М. 2012.

Диагностический материал

Тест: оценка достоинств ребенка

автор теста – доктор психологических наук Кэтрин Далсгаард

Прочитать ребенку вопросы. На каждый из них он должен дать один из пяти вариантов ответа.

- Очень похоже на меня – 5
- В общем, похоже на меня – 4
- Может, похоже, а может – нет – 3
- Не про меня – 2
- Совершенно не про меня – 1

Просуммировать баллы по каждому из качеств.

Баллы за вопросы, отмеченные знаком (-), подсчитываются так:

- Очень похоже на меня – 1
- В общем, похоже на меня – 2
- Может, похоже, а может – нет – 3
- Не про меня – 4
- Совершенно не про меня – 5

Качества, за которые ребенок получит от 8 до 10 баллов, считаются его сильными сторонами. Те, за которые он наберет менее 6 баллов – слабыми.

1. Любознательность

1. Мне не скучно, даже когда я один
2. Если я хочу что-нибудь узнать, заглядываю в книгу или в компьютер

2. Любовь к знаниям

1. Я с удовольствием узнаю что-то новое
2. (-). Я ненавижу ходить по музеям

3. Способность к суждению

1. Когда мы с друзьями ссоримся во время игры, я обычно понимаю, отчего это происходит
2. (-). Родители часто замечают, что я ошибаюсь

4. Изобретательность

1. Мне то и дело приходят в голову новые развлечения
2. Я люблю пофантазировать больше, чем другие

5. Умение общаться

1. Я легковливаюсь в любую компанию
2. Когда я радуюсь, грущу или злюсь, то всегда знаю почему

6. Умение видеть перспективу

1. По моему поведению люди думают, что я старше, чем я есть
2. Я всегда знаю, что в моей жизни важно

7. Храбрость

1. Я не боюсь отстаивать свое мнение, даже если страшно
2. Даже если окружающие не согласны, я делаю то, что считаю

правильным

8. Упорство

1. Родители часто хвалят меня за то, что я довожу начатое дело до конца
2. Я добиваюсь того, что хотел, потому что упорно тружусь
9. **Цельность**
 1. Я не стал бы читать чужое письмо или дневник
 2. (-). Я готов солгать, лишь бы уйти от неприятностей
10. **Доброта**
 1. Я стараюсь быть дружелюбным с новыми ребятами в группе (в классе)
 2. Недавно я по доброй воле помог соседу (родителям)
11. **Умение любить и быть любимым**
 1. Я знаю, что для кого-то я самый важный человек
 2. Пускай мы с братьями и сестрами (друзьями) часто ссоримся, в душе я все равно их люблю
12. **Коллективизм**
 1. Мне очень нравится заниматься чем-то вместе с другими детьми – в кружке или секции
 2. В школе (саду) у меня хорошо получается работать в команде
13. **Справедливость**
 1. Даже если мне кто-то не нравится, я все равно стараюсь честно к нему относиться
 2. Я всегда признаю, когда бываю неправ
14. **Лидерские качества**
 1. В любой игре меня просят быть капитаном
 2. Я лидер, друзья меня уважают
15. **Самоконтроль**
 1. Если нужно для дела, мне нетрудно отказаться от просмотра телевизора или игры на компьютере
 2. Я всегда опаздываю
16. **Благоразумие**
 1. Я стараюсь не водиться с подозрительными людьми
 2. Взрослые всегда одобряют мои рассуждения и поступки
17. **Смирение**
 1. Я предпочитаю слушать других, а не рассказывать о себе
 2. (-). Обо мне говорят, что я люблю хвастаться
18. **Эстетическое чувство**
 1. Я очень люблю слушать музыку, смотреть хорошие фильмы и танцевать
 2. Люблю смотреть, как осенью желтеют листья на деревьях
19. **Благодарность**
 1. В моей жизни было много таких событий, за которые я мог бы сказать «спасибо»
 2. (-). Я часто забываю поблагодарить людей за помощь
20. **Надежда**

1. Получив плохую оценку, я всегда надеюсь, что в следующий раз отвечу лучше
2. Когда я вырасту, стану счастливым
21. **Способность прощать**
 1. Даже если меня обидели, я стараюсь не мстить
 2. Я прощаю людям их ошибки
22. **Юмор**
 1. Сверстникам со мной часто бывает весело
 2. Если у нас с друзьями неважное настроение, я стараюсь развеселить всех шутками
23. **Энтузиазм**
 1. Мне нравится моя жизнь
 2. Просыпаясь утром, я радуюсь новому дню

Самооценка психических состояний (Айзенк)

Инструкция к тесту 0 – не бывает, 1 – изредка; 2 – бывает.

Тестовый материал

1. Не чувствую в себе уверенности.
2. Часто из-за пустяков краснею.
3. Мой сон беспокоен.
4. Легко впадаю в уныние.
5. Беспокоюсь о только воображаемых еще неприятностях.
6. Меня пугают трудности.
7. Люблю копаться в своих недостатках.
8. Меня легко убедить.
9. Я мнительный.
10. Я с трудом переношу время ожидания.
11. Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых все-таки можно найти выход.
12. Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом.
13. При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований винить себя.
14. Несчастья и неудачи ничему меня не учат.
15. Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной.
16. Я нередко чувствую себя незащищенным.
17. Иногда у меня бывает состояние отчаяния.
18. Я чувствую растерянность перед трудностями.
19. В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу, чтобы пожалели.
20. Считаю недостатки своего характера неисправимыми.
21. Оставляю за собой последнее слово.
22. Нередко в разговоре перебиваю собеседника.
23. Меня легко рассердить.
24. Люблю делать замечания другим.

25. Хочу быть авторитетом для других.
26. Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего.
27. Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю.
28. Предпочитаю лучше руководить, чем подчиняться.
29. У меня резкая, грубоватая жестикуляция.
30. Я мстителен.
31. Мне трудно менять привычки.
32. Нелегко переключать внимание.
33. Очень настороженно отношусь ко всему новому.
34. Меня трудно переубедить.
35. Нередко у меня не выходит из головы мысль, от которой следовало бы освободиться.
36. Нелегко сближаюсь с людьми.
37. Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.
38. Нередко я проявляю упрямство.
39. Неохотно иду на риск.
40. Резко переживаю отклонения от принятого мною режима дня.

Обработка результатов теста

Подсчитайте сумму баллов за каждую группу вопросов:

- I.** Вопросы №1-10 - тревожность;
- II.** Вопросы №11-20 - фрустрация;
- III.** Вопросы №21-30 - агрессивность;
- IV.** Вопросы №31-40 - ригидность.

Интерпретация результатов теста

I. Тревожность:

- 0-7 баллов - тревожность отсутствует;
- 8-14 баллов - тревожность средняя, допустимого уровня;
- 15-20 баллов - высокая тревожность.

II. Фрустрация:

- 0-7 баллов - имеете высокую самооценку, устойчивы к неудачам, не боитесь трудностей;
- 8-14 баллов - средний уровень, фрустрация имеет место;
- 15-20 баллов - у вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач, фрустрированы.

III. Агрессивность:

- 0-7 баллов - вы спокойны, выдержаны;
- 8-14 баллов - средний уровень агрессивности;
- 15-20 баллов - вы агрессивны, не выдержаны, есть трудности при общении и работе с людьми.

IV. Ригидность:

- 0-7 баллов – ригидности нет, легкая переключаемость;
- 8-14 баллов - средний уровень;
- 15-20 баллов - сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов, даже если они расходятся, не соответствуют реальной обстановке, жизни.

Методика Н. В. Бузина «Краткий интеллектуальный тест» (КИТ)
Инструкция: Выполните задания, выбрав один вариант из предложенных, или, предложив свой, записав его в бланке рядом с номером задания. Ориентировочное время выполнения теста 20-30 минут.

Задание

1 Фраза в начале произведения, выражающая главную мысль автора, — это:

1) автограф; 2) эпиграф; 3) параграф; 4) афоризм.

2 «Суровый» является противоположным по значению слову:

1) резкий; 2) строгий; 3) мягкий; 4) жесткий; 5) неподатливый.

3 Одиннадцатый месяц года — это:

1) октябрь; 2) май; 3) ноябрь; 4) февраль.

4 Два рыбака поймали 36 рыб. Первый поймал в 8 раз больше, чем второй. Сколько поймал второй?

5 Если первые два утверждения верны, то последнее: 1) верно; 2) неверно; 3) неопределенно.

Все передовые люди — образованные.

Все передовые люди занимают крупные посты.

Некоторые образованные люди занимают крупные посты.

6 Оптимальной моделью взаимодействия между людьми является:

1) конкуренция; 2) приспособление; 3) компромисс; 4) сотрудничество.

7 Какое из этих слов относится к слову «жевать», как «обоняние» к «нос»?

1) сладкий; 2) язык; 3) запах; 4) зубы.

9. Найдите закономерность в этой числовой последовательности и продолжите ее, вписав в бланк следующее число: **73 66 59 52 45 38**

10. Россия имеет границы с: 1) Индией; 2) Пакистаном; 3) Болгарией; 4) Монголией.

11. Значения следующих двух предложений:

1) сходны; 2) противоположны; 3) ни сходны, ни противоположны.

- Трое докторов не лучше одного.

- Чем больше докторов, тем больше болезней.

12. Длительность дня и ночи в сентябре почти такая же, как и

1) в июне; 2) марте; 3) мае; 4) ноябре

13. Три лимона стоят 45 рублей. Сколько стоят полторы дюжины?