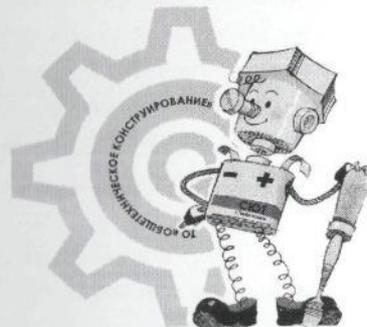


МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ «СТАНЦИЯ ЮНЫХ ТЕХНИКОВ г. ЧЕБОКСАРЫ»

**ТВОРЧЕСКОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ
«ОБЩЕТЕХНИЧЕСКОЕ КОНСТРУИРОВАНИЕ»**



ПОРТФОЛИО

(дневник моих достижений)

[Сайт презентаций](#)

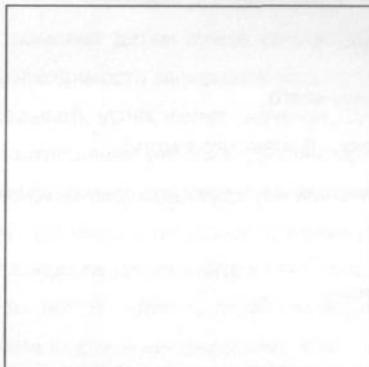
Фамилия, имя

г. Чебоксары

Раздел I. МОЙ ПОРТРЕТ

МОЙ ПОРТРЕТ

(нарисуй или приклей фотографию)



МОЕ ИМЯ

Напиши о себе:

Имя, Отчество, Фамилия

Дата рождения

Что означает твоё имя?

Выясни у родителей, почему они тебя так назвали?

Есть ли еще в вашем роду люди с таким именем?

Что ты знаешь об известных людях, носящих такое же, как у тебя, имя?

Почему нужно дорожить своим именем?

МОЯ РОДОСЛОВНАЯ

СЕМЬЯ

Напиши о своих родителях:

Папа		Мама
	Имя	
	Отчество	
	Дата рождения	
	Профессия	
	Какие они?	

Кто ещё есть в твоей семье?

Что, по твоему мнению, нужно делать, чтобы сохранить семью крепкой и дружной?

Есть ли у вас любимые семейные праздники? Каковы общие увлечения?

А сейчас ответь на вопрос: **«Что такое счастье семьи?»**

ЧТО Я ЛЮБЛЮ ДЕЛАТЬ

В этих квадратиках нарисуй, что ты больше всего любишь делать, или вырежи картинки из журнала и наклей их.

ЧТО Я ЛЮБЛЮ БОЛЬШЕ ВСЕГО

Мое любимое время года

Мое любимое животное

Место, где я люблю бывать больше всего на свете

Мой лучший друг

Мой любимый вид спорта

Моя любимая книга

Мое любимое занятие

Мой любимый фильм

Моя любимая телепередача

Моя любимая одежда

Моя любимая музыка

Мой любимый музыкальный инструмент

Моя любимая песенка

Моя любимая игра

Мой любимый цвет

Мой любимый звук

Моя любимая игрушка

Мое любимое блюдо

Мой любимый запах

Мое любимое время суток

(можешь дописать, что ты любишь еще)

МОУ ДОД «СТАНЦИЯ ЮНЫХ ТЕХНИКОВ г. ЧЕБОКСАРЫ» ТО «ОБЩЕТЕХНИЧЕСКОЕ КОНСТРУИРОВАНИЕ»

Я ДУМАЮ, ЧТО Я МОГУ...
Я ЗНАЮ, ЧТО Я МОГУ!

Лучше всего я умею:

Я не очень хорошо умею:

Больше всего я хочу научиться лучше...

Вот, что мне для этого нужно:

МОУ ДОД «СТАНЦИЯ ЮНЫХ ТЕХНИКОВ г. ЧЕБОКСАРЫ» ТО «ОБЩЕТЕХНИЧЕСКОЕ КОНСТРУИРОВАНИЕ»

МОЙ АДРЕС:

Безопасный маршрут «ДОМ – ШКОЛА/КРУЖОК»

История моей улицы:

МОИ ДРУЗЬЯ

«Почему у меня нет друзей?», «Почему наш класс недружный?» – такие вопросы ребята часто задают взрослым, друг другу и сами себе. А действительно, почему? И кто такой НАСТОЯЩИЙ ДРУГ? Может быть, и тебя волнуют эти вопросы?

Согласен ли ты с этими утверждениями?

1. Настоящий друг – это тот, кто никогда не обманывает своего друга
2. Настоящий друг – это тот, кто не пожалеет поделиться со своим другом всем, что сам имеет
3. Настоящий друг – это тот, кто никому не выдаст секреты своего друга
4. Настоящий друг – это тот, кто не станет смеяться над бедой или неудачей своего друга
5. Настоящий друг – это тот, с кем всегда интересно и никогда не скучно
6. Настоящий друг – это тот, кто постарается защитить от обидчика

(отметь кружком те утверждения, с которыми согласен)

Ты согласен с большинством утверждений? Если согласен, то попробуй в каждом утверждении вместо слов **НАСТОЯЩИЙ ДРУГ** поставить короткое слово Я.

Ну как, получается?

Прочитай, что получилось. Ещё раз посмотри на себя «со стороны». Может быть, тебе захочется что-то изменить в своём характере, поведении, привычках.

Составь свой **ЛИЧНЫЙ ПЛАН САМОВОСПИТАНИЯ** и постарайся его выполнять.



СОВЕТЫ ЗНАЙКИ

• **Подумай, что тебе надо изменить в себе – в своём характере, привычках, увлечениях, – чтобы и с тобой людям захотелось дружить.**

Расскажи о тех, с кем ты дружишь

МОЯ ШКОЛЬНАЯ ЖИЗНЬ

Мое участие в школьных и классных праздниках и мероприятиях

Мой интерес к школьным предметам

Мои любимые учителя	№	Мои любимые предметы
	1	
	2	
	3	
	4	
	5	

ТЕСТ

1. На что тебе нужно обратить особое внимание, чтобы улучшить свои успехи в школе/кружке? (Подчеркни)

- *распорядок и режим дня;*
- *тренировка силы воли;*
- *тренировка памяти (зрительной, слуховой, логической);*
- *развитие логического мышления;*
- *чтение научной и художественной литературы;*
- *просмотр развивающих телепередач;*
- *занятия в кружках, секциях, ...;*
- *экскурсии.*

2. Есть ли у тебя увлечения? Считаешь ли ты их серьёзными? Помогают ли они тебе в учёбе, или в чём-то другом?

3. Кем ты мечтаешь стать?

МОИ СЕКРЕТЫ УСПЕШНОЙ РАБОТЫ

Организация рабочего места

	1	
	2	
	3	
	4	
	5	

САМООЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛИ

МЕСЯЦ	СЕНТЯБРЬ											
Показатели / числа												
Не приложил усилий												
Работал, но не в полную силу												
Работал в полную силу												
МЕСЯЦ	ОКТЯБРЬ											
Показатели / числа												
Не приложил усилий												
Работал, но не в полную силу												
Работал в полную силу												
МЕСЯЦ	НОЯБРЬ											
Показатели / числа												
Не приложил усилий												
Работал, но не в полную силу												
Работал в полную силу												

МОЕ НАСТРОЕНИЕ

МЕСЯЦ	ДЕКАБРЬ											
Показатели / числа												
комфортно												
уверен в своих силах												
хорошо												
плохо												
крайне скверно												
МЕСЯЦ	ЯНВАРЬ											
Показатели / числа												
комфортно												
уверен в своих силах												
хорошо												
плохо												
крайне скверно												
МЕСЯЦ	ФЕВРАЛЬ											
Показатели / числа												
комфортно												
уверен в своих силах												
хорошо												
плохо												
крайне скверно												

САМООЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛИ

МЕСЯЦ	ДЕКАБРЬ											
Показатели числа												
Не приложил усилий												
Работал, но не в полную силу												
Работал в полную силу												
МЕСЯЦ	ЯНВАРЬ											
Показатели числа												
Не приложил усилий												
Работал, но не в полную силу												
Работал в полную силу												
МЕСЯЦ	ФЕВРАЛЬ											
Показатели числа												
Не приложил усилий												
Работал, но не в полную силу												
Работал в полную силу												

МОЕ НАСТРОЕНИЕ

МЕСЯЦ	МАРТ											
Показатели числа												
комфортно												
уверен в своих силах												
хорошо												
плохо												
крайне скверно												
МЕСЯЦ	АПРЕЛЬ											
Показатели числа												
комфортно												
уверен в своих силах												
хорошо												
плохо												
крайне скверно												
МЕСЯЦ	МАЙ											
Показатели числа												
комфортно												
уверен в своих силах												
хорошо												
плохо												
крайне скверно												

САМООЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛИ

МЕСЯЦ	МАРТ											
Показатели числа												
Не приложил усилий												
Работал, но не в полную силу												
Работал в полную силу												
МЕСЯЦ	АПРЕЛЬ											
Показатели числа												
Не приложил усилий												
Работал, но не в полную силу												
Работал в полную силу												
МЕСЯЦ	МАЙ											
Показатели числа												
Не приложил усилий												
Работал, но не в полную силу												
Работал в полную силу												

Я ПОЗНАЮ САМОГО СЕБЯ

(о чертах характера)

Анкета «Мой характер»

Проявление качеств	никогда	иногда	часто	всегда	Черта характера
Я заканчиваю то, что начал					Настойчивость
Мне интересны люди					Дружелюбие, оптимизм
Я охотно помогаю, если могу это сделать					Отзывчивость, чуткость
Я стараюсь сделать то, что запланировал					Целеустремленность
Я стремлюсь руководить другими					Лидерство
Я верный друг					Верность
Я всегда добиваюсь своего					Воля
Я принимаю решения без колебаний					Решительность
Я могу организовать свое время					Рационализм
Я выполняю поручения по дому					Исполнительность
Я делаю свои дела сам					Самостоятельность
Я люблю физическую работу					Трудолюбие
Я люблю умственную работу					Трудолюбие
Я не боюсь оставаться один					Смелость
Я слушаю других					Внимательность
Я способен принять критику					Объективность

СОЧИНЕНИЕ «КТО Я?»

Алгоритм самовоспитания черты характера

1. Когда ты начнешь изменять свое поведение, свои привычки? Запиши.

2. Что ты будешь делать каждый день?

3. Когда должен достичь своей цели? Укажи срок.

4. Кто тебе поможет в достижении цели?

САМООЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЙ - КАЧЕСТВА ХАРАКТЕРА

	Дата самооценок (5 балльная шкала оценок)									
Самодисциплина	Требовательность к себе									
	Деловитость и пунктуальность									
	Самоуважение, соблюдение правил культуры									
	Развитие доброй воли									
Доброта, отзывчивость	Честность в отношении с товарищами									
	Доброжелательное отношение к сверстникам									
	Уважительное отношение к старшим									
	Милосердие									
Трудолюбие	Инициативность и творчество в труде									
	Бережное отношение к результатам труда									
	Сознание значимости любого труда									
	Самостоятельность в труде									
Любознательность	Саморазвитие									
	Стремление реализовать свои интеллектуальные возможности									
	Любознательность									
	Организованность в учении									
Патриотизм	Забота о своей школе/кружке									
	Готовность служить своему Отечеству									
	Гордость за свою Родину									
	Любовь к Родине									
Итого:										

САМООЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЙ - ДИАГНОСТИКА РАЗВИТИЯ ВОЛИ

Прочитай характеристики людей разных типов. Определи, к какому типу относишься ты и к какому хотел бы относиться. Поставь перед собой цель самовоспитания.

Тип 1. Я человек с сильной волей: владею собой в трудных ситуациях, сдерживаю свои прихоти и капризы, умею доводить начатое дело до конца; настойчив, могу противостоять любому отрицательному вниманию.

Тип 2. Я человек со среднеразвитой волей: умею владеть собой в трудных условиях, когда это необходимо, но не умею доводить задуманное до конца, не всегда добиваюсь высокого качества того, что делаю. Иногда бываю недисциплинирован, но умею подчиняться.

Тип 3. Я человек с недостаточно развитой волей: не довожу дело до конца или не умею себя заставлять делать то, что необходимо в первую очередь; позволяю себе иногда выходить из себя, капризничать; иногда поддаюсь плохому влиянию, хотя потом сожалею об этом и принимаю решение быть самостоятельным и принципиальным.

Тип 4. Я человек со слабой волей: если требуют что-то сделать – выполняю, но сам по своей воле этого не делаю; если хочется – проявляю усилия, действую активно, а не хочется – ничего не делаю или стараюсь избежать дел. Живу, как хочу, хотя понимаю, что это неправильно, и осуждаю себя за это.

Тип 5. Я безвольный человек: нередко поддаюсь дурному влиянию, не умею доводить дело до конца, не могу обуздать свои прихоти и капризы, живу, как хочу, не могу сдерживать себя, допускаю грубость.

Тип 6. Я упрямый человек: никому не уступаю, ни за что не уступлю. Не нравиться что-либо – не делаю, поступаю, как считаю нужным, независимо от того, что делают другие.