



Я успешный человек

Портфолио

Мазепин Матвей

ученика **1** «**_**» класса
МБОУ СОШ № **176**
г.о. Самара



«Я успешный человек»



Я и мой
духовный
мир



Я и мои
интересы



Я
интеллектуал



Я и мои
знания



Я
гражданин



Я моё здоровье



Я
исследовател
ь

Содержание

Раздел I. «Я в мире и мир в моём Я»

Я и мой духовный мир

Я гражданин

Я и моё здоровье

Я и мои интересы

Раздел II. «Моя профессия - ученик»

Я и мои знания

Я интеллектуал

Я исследователь

Я – участник КТД

Приложение «Портфолио документов»

Мои работы

Мои достижения



Раздел I.

Я в мире и мир в моём Я

Тема 1. Я и мой духовный мир



Тема 2. Я гражданин



Тема 3. Я и моё здоровье



Тема 4. Я и мои интересы



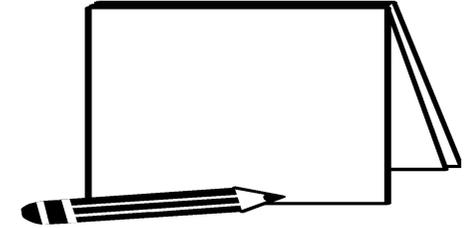
Тема 1.

Я и мой духовный мир

- 1. Визитная карточка**
- 2. Моё имя**
- 3. Изучаю своё Я. Словарь положительных качеств**
- 4. Изучаю своё Я. Словарь (продолжение)**
- 5. Изучаю своё Я. Аукцион достоинств**
- 6. Изучаю своё Я. Хочу избавиться...**
- 7. Изучаю своё Я. Мои эмоции**
- 8. Изучаю своё Я. Меняю минус на плюс**
- 9. Мои установки**
- 10. Сам себе режиссёр**



Визитная карточка



Имя	<i>Матвей</i>
Отчество	<i>Александрович</i>
Фамилия	<i>Мазепин</i>
Дата рождения	<i>15.06.2009</i>
Место рождения	<i>г. Самара</i>
Место учёбы	<i>1 класс МБОУ Школа № 176</i>



Моё имя

Выясни у родителей, почему они тебя так назвали? Есть ли ещё в вашем роду люди с таким именем? Что означает твоё имя? Что ты знаешь об известных людях, носящих такое же, как у тебя, имя?

Почему меня так назвали?

Что означает моё имя?

Мои тёзки:

Совет

Знайки

Имя - это дар от родителей, имя влияет на жизнь человека. Именем нужно дорожить!





Изучаю своё Я

Прочитай внимательно словарь. Хотел бы ты иметь друга, обладающего этими качествами? А какими из этих качеств обладаешь ты?

Словарь положительных качеств людей

Аккуратный	- соблюдающий порядок и точность, исполнительный - чистоплотный, опрятный.
Активный	- деятельный, энергичный, настойчивый.
Добродушный	- добрый и мягкий по характеру, незлобивый, расположенный к людям и ко всему окружающему.
Доброжелательный	- готовый содействовать благополучию других, желающий добра.
Добросовестный	- честно выполняющий свои обязанности, исполнительный.
Заботливый	- проявляющий заботу по отношению к кому-либо, внимательный
Инициативный	- самостоятельно и активно действующий человек.
Исполнительный	- надежный в поручениях, послушный, хорошо и точно исполняющий что-либо.
Интеллигентный	- образованный, воспитанный, культурный.





Изучаю своё Я

Прочитай внимательно словарь. Хотел бы ты иметь друга, обладающего этими качествами? А какими из этих качеств обладаешь ты?

Словарь положительных качеств людей

Коммуникабельный	- такой, с которым легко общаться, иметь дело, устанавливать контакты.
Любознательный	- склонный к приобретению новых знаний, пытливый.
Обязательный	- ответственный, готовый оказать содействие.
Отзывчивый	- такой, который быстро отзывается на чужие просьбы, всегда готовый помочь, чуткий, внимательный, участливый.
Разумный	- рассудительный, толковый, обладающий логикой.
Рассудительный	- благоразумный, склонный к обдумыванию каких-либо действий.
Самостоятельный	- решительный, обходящийся без посторонней помощи.
Тактичный	- умеющий вести себя приличным образом.
Щедрый	- оказывающий бескорыстную помощь другим, не скупой.



А какими из этих качеств обладаешь ты? Отметь галочкой.

Изучаю своё Я

Аукцион достоинств



Аккуратный



Активный



Добродушный



Доброжелательный

Добросовестный

Заботливый

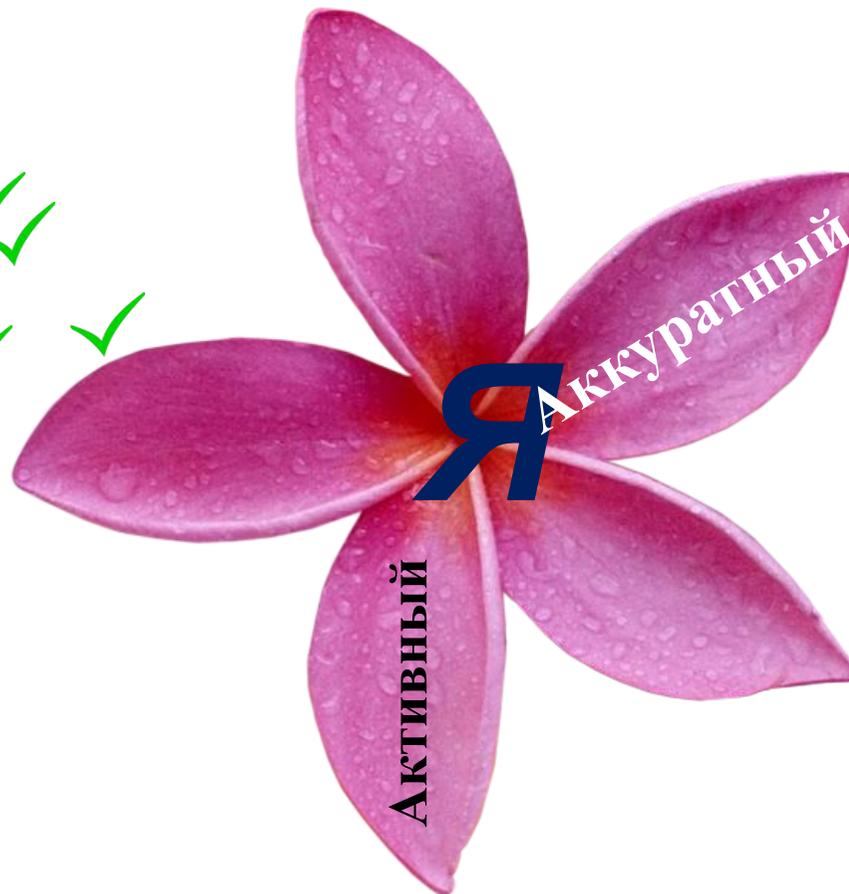


Инициативный

Исполнительный



Интеллигентный



Коммуникабельный



Любознательный

Обязательный

Отзывчивый

Разумный

Рассудительный

Самостоятельный

Тактичный

Щедрый

*Выбери 5 достоинств,
которыми ты обладаешь, перенеси на лепестки.*





Изучаю своё Я

Отметь галочкой качества, от которых хочешь избавиться.



Лень



Равнодушие



Обидчивость



Грубость

Неусидчивость



Неряшливость

Стеснительность

Плаксивость



Хочу избавиться...

Рассеянность



Неумение доводить дело до конца

Страх

Зависть

Упрямство

Пессимизм



Жадность

Лживость



Изучаю своё Я

Допиши предложения.

Мои эмоции

Я радуюсь, когда...

Я плачу, когда...

Я злюсь, когда...

Я переживаю, когда

Я горжусь, когда...

Мне стыдно, когда...

Я волнуюсь, когда...

Я стесняюсь, когда...





Изучаю своё Я

Мои плюсы	Мои минусы	<i>Меняю минус на плюс</i>





Мои установки

Я!



Сам себе режиссёр

Над чем работаем?



На какой ступеньке ты находишься?

Определи сроки для следующей ступеньки.



Тема 2.

Я гражданин

1.1. Я - часть моей семьи

1.2. Генеалогическое древо

1.3. Мои размышления. Что такое счастье семьи?

2.1. Я – часть моего класса

2.2. Я и мои друзья

2.3. Мой друг

2.4. Мой сосед по парте

2.5. Те, кто меня окружают...

3. Я – часть моей школы

4. Я – часть моего края

5. Я – часть моей страны

6. Я и природа

7. Сам себе режиссёр



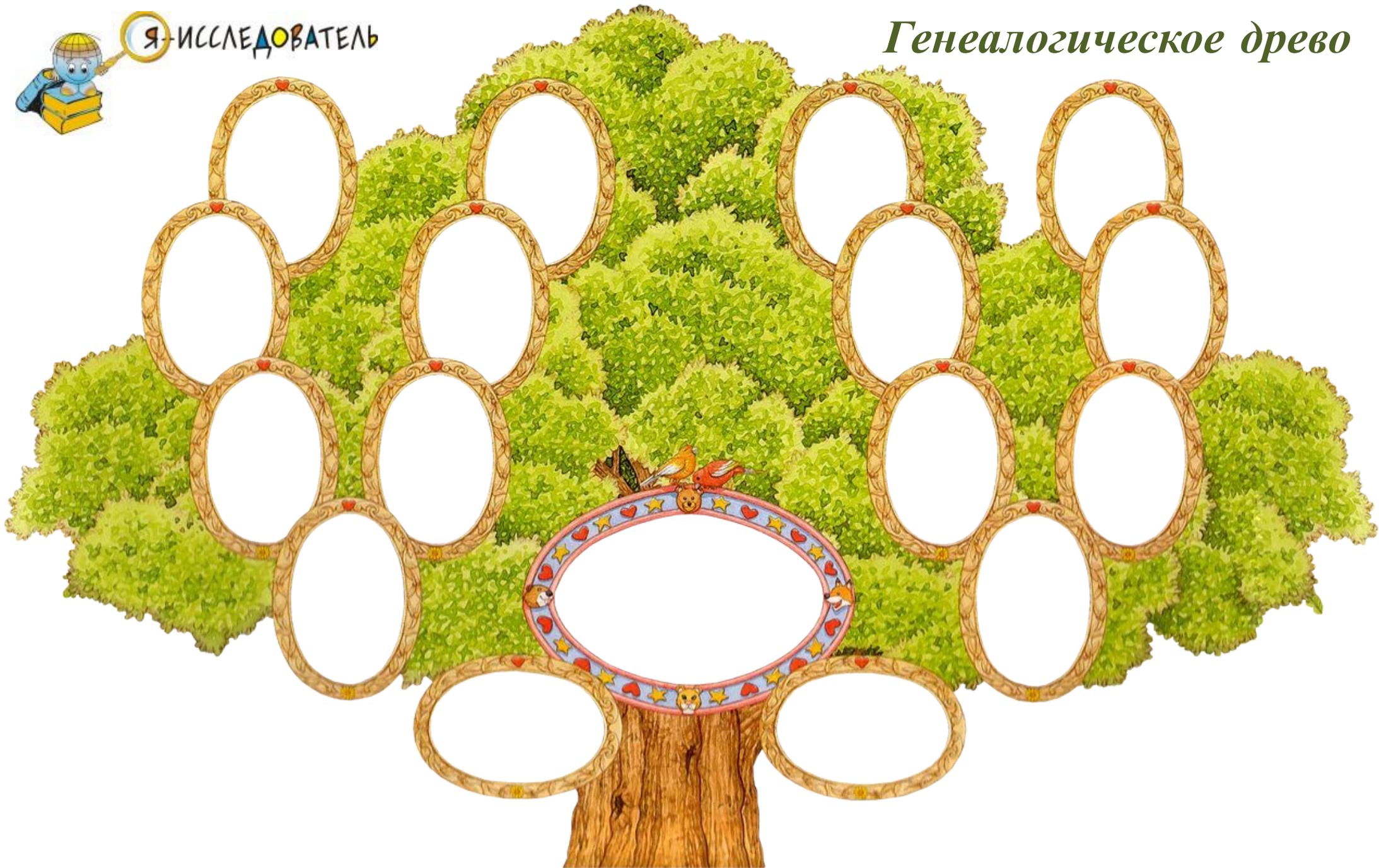
Я – часть моей семьи

(фото)

Папа		Мама
	Имя	
	Отчество	
	Дата рождения	
	Профессия	
	Какие они?	



Генеалогическое древо



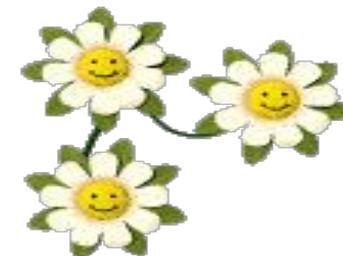
Мои размышления

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



Есть ли у вас любимые семейные праздники, традиции? Каковы общие увлечения? Напиши.

«Что такое счастье семьи?»



Я – часть моего класса



Наши законы

(фото)

Правила на уроке

1. **Правило «внимания».**
2. **Правило «поднятой руки».**
3. **Правило «тишины».**
4. **Правило «уважения».**

1. Дорожить школьной дружбой, ценить свой класс и свою школу.
2. Стараться жить так, чтобы людям рядом было хорошо.
3. Научиться радоваться не только своим успехам, но и успехам товарищей по классу.
4. Не уничтожать себя бездельем, лентяям в нашей школе плохо.
6. Постоянно расти, развиваться, изменяться.
7. Три П – Понять, Поддержать, Принять.
8. Не начинать фразу со слова "Нет" (Да..., но..., да и ...).
9. Брать от школы только хорошее.
10. Быть всегда открытым для счастья и доброты.
11. Уметь ставить цели, преодолеть лень, вялость и бессилие, уметь добиваться успеха и не пасовать перед трудностями.
12. Стараться всегда найти оригинальное решение любой проблемы.
13. Не быть навязчивым в общении, учиться дружить и быть в дружбе верным.
14. Стараться как можно глубже изучить свои достоинства и недостатки, научиться понимать, ощущать и чувствовать, как относятся к тебе люди.
15. Уметь относиться с сочувствием к несчастью и переживаниям другого человека.
16. Каждый день хотя бы одно хорошее дело, хотя бы одна новая мысль.

Выбери законы, которые, по твоему мнению, должны быть установлены в классе.



Я и мои друзья

Настоящий друг

«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?

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

Советы Знайки

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





Мой друг

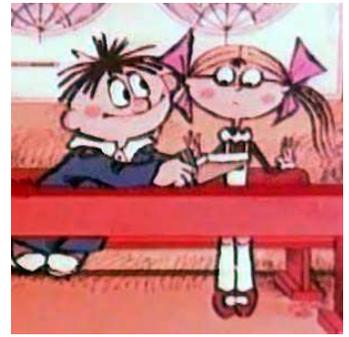


(фото)

1. Его (её) имя, что оно означает.
2. День рождения. Знак зодиака.
3. Есть ли у него (нее) братья, сестры: (как зовут)
4. Какие домашние животные живут у них дома?
5. Чем увлекается в свободное время?
6. В какие игры любит играть? Книги читать? Телепередачи смотреть?
7. Есть ли у него (у нее) друг или подруга в школе?
8. Можно ли на него положиться в трудную минуту?
9. Что бы ты пожелал (а) ему (ей) в день рождения?



Мой сосед по парте



(фото)

- 1. Его (её) имя, что оно означает.*
- 2. День рождения. Знак зодиака.*
- 3. Есть ли у него (нее) братья, сестры: (как зовут)*
- 4. Какие домашние животные живут у них дома?*
- 5. Чем увлекается в свободное время?*
- 6. В какие игры любит играть? Книги читать? Телепередачи смотреть?*
- 7. Есть ли у него (у нее) друг или подруга в школе?*
- 8. Можно ли на него положиться в трудную минуту?*
- 9. Что бы ты пожелал (а) ему (ей) в день рождения?*

Те, кто меня окружают...



Учусь принимать людей такими, какие они есть...

<i>Имя</i>	
Что я в тебе люблю ...	Что я принимаю в тебе...
Если бы тебя не было, мне не хватало бы...	Я хочу, чтобы ты запомнила...

Люди способны любить нас настолько, насколько способны любить себя.

Я знаю, что...

Они способны прощать нас настолько, насколько могут прощать себя.

Они могут дать столько, насколько хватает их способности

поэтому...

Взрослею заставляя людей быть такими, какими, по моему представлению, они должны быть, и начинаю любить, принимать их такими, какие они есть.





Я – часть моей школы

Наша школа самая лучшая, потому что она НАША.



Проведи исследование:

Узнай, сколько в школе учеников, сколько классов, кабинетов.

Какие кружки и секции работают в нашей школе.

Кроме твоего класса в школе есть и классы с другим направлением. Узнай, что это за направления.

Напиши, почему мы гордимся своей школой.

Подумай, кто остаётся в памяти, в истории школы.



Я – часть моего края

(Напиши, что ты знаешь о своём городе)



Советы Знайки

Подумай, что лично ты можешь сделать, чтобы твой город оставался чистым и красивым.



Я – часть моей страны

Герб



Флаг

Белый цвет – мир, чистота

*Синий цвет – это небо,
верность*

*Красный цвет означает
отвагу, мужество и героизм*

Гимн

1-й куплет:

Россия - священная наша держава,
Россия - любимая наша страна.
Могучая воля, великая слава -
Твое достоянье на все времена!

Припев:

Славься, Отечество наше свободное,
Братских народов союз вековой,
Предками данная мудрость народная!
Славься, страна! Мы гордимся тобой!

2-й куплет:

От южных морей до полярного края
Раскинулись наши леса и поля.
Одна ты на свете! Одна ты такая -
Хранимая Богом родная земля!

Припев

3-й куплет

Широкий простор для мечты и для жизни
Грядущие нам открывают года.
Нам силу дает наша верность Отчизне.
Так было, так есть и так будет всегда!

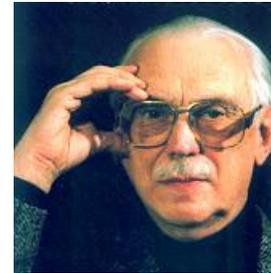
Припев

Совет Знайки

**Это нужно знать каждому
гражданину!**



НАШ ДОМ
На карте мира не найдёшь,
Тот дом, в котором ты живёшь,
И даже улицы родной
Мы не найдём на карте той.
Но мы всегда на ней найдём
Свою страну – наш общий дом.



слова:

С.В.Михалков



музыка:

А.В. Александров

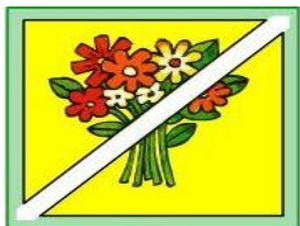


Я и природа

Красиво! Не правда ли? Опиши любимое время года.



Советы Знайки



**Правила поведения
на природе
должен знать каждый!**



Мир вокруг меня зависит от меня!



Установка на неделю	Прогноз	Результат
Я вежлив с родителями!		
Я выполняю свои обязанности в семье!		
Я уважителен со взрослыми и ребятами!		
Я не ссорюсь с одноклассниками!		
Я стараюсь помогать другим!		



Я молодец!



Удавалось не всегда.



Не вышло...

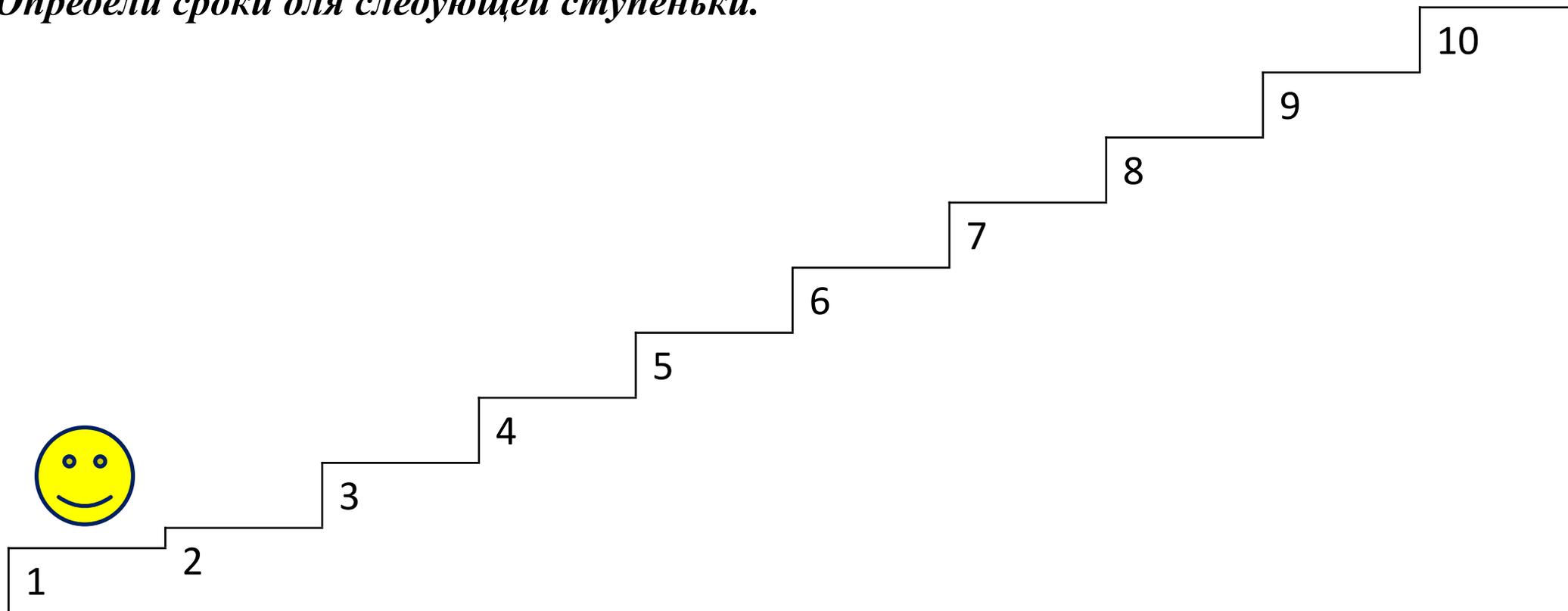
Сам себе режиссёр

Над чем работаем?



На какой ступеньке ты находишься?

Определи сроки для следующей ступеньки.



Тема **3.**

Я и моё здоровье

- 1. Мой распорядок дня**
- 2. Правила гигиены**
- 3. Слежу за осанкой!**
- 4. Берегу зрение**
- 5.1. Что такое правильное питание?**
 - 5.2. Вредные продукты**
 - 5.3. Правила питания**
- 6. Безопасность в школе и дома**
- 7. Сам себе режиссёр**

