

Министерство образования и науки Хабаровского края
Хабаровский краевой институт развития образования
Центр развития метапредметных компетенций

Развитие регулятивных умений в начальной школе

Программно-методические материалы к метапредметному
курсу «Учимся управлять собой»

Хабаровск, 2017

**Печатается по решению
Редакционно-издательского совета ХК ИРО**

ББК

П

Развитие регулятивных умений в начальной школе. Программно-методические материалы к метапредметному курсу «Учимся управлять собой»

Авторы: Борец Ю.К., Галицкая В.В., учителя муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения кадетской школы №1 имени Ф.Ф. Ушакова г. Хабаровска, Фисенко Т.И., старший методист ХК ИРО. Хабаровск: ХК ИРО, 2017 г. 44 с.

Программа предназначена для использования в качестве отдельного метапредметного курса, обеспечивающего развитие у учащихся начальной школы регулятивных умений

Содержание

1.	Пояснительная записка	3
2.	Содержание курса «Учимся управлять собой».....	6
3.	Тематическое планирование учебных занятий	7
4.	Методические рекомендации к проведению занятий метапредметного курса «Учимся управлять собой»	8

Предисловие

Проблема развития метапредметных умений у обучающихся в современных условиях актуализируется введением новых образовательных стандартов с четко заданными требованиями к планируемому предметным, метапредметным и личностным результатам. Одним из путей их развития являются метапредметные курсы. Вместе с тем программ и материалов для проведения таких курсов недостаточно, а самостоятельная разработка авторских курсов для учителя является весьма сложным процессом. Ввиду этого институт на базе школьной площадки как лаборатории кафедры запустил проект реализации принципа метапредметности.

Целенаправленно организованная работа в рамках корпоративного обучения позволили педагогам под руководством института подготовить программы и апробировать их в действии. Программы были представлены на стажировочных курсах педагогов предметников, заместителей директоров образовательных учреждений края, педагогов республики Саха и других регионов Дальнего Востока.

Работниками института совместно с педагогами федеральной базовой площадки были разработаны материалы сквозного метапредметного курса для каждого уровня школьного образования (начальной, основной и старшей школы), состоящие из программы, тематического планирования, методических рекомендаций к проведению занятий, а также дидактических пособий для учителя и учащихся. Содержание всех трех блоков построено с соблюдением принципа преемственности в развитии каждой группы универсальных учебных действий от начальной до старшей школы.

Первая часть курса представлена двумя программами для начальной школы:

1. «Обучение логическим умениям в начальной школе». Программно-методические материалы к метапредметному курсу «Учимся мыслить»
2. Обучение регулятивным умениям в начальной школе.

Программно-методические материалы к метапредметному курсу «Учимся управлять собой»

Второй комплект материалов предназначен для основной школы:

1. «Саморегуляция — шаги к успеху». Программно-методические материалы к метапредметному курсу.
2. «Учимся мыслить и действовать». Программно-методические материалы к метапредметному курсу.
3. «Коммуникация на пять». Программно-методические материалы к метапредметному курсу.

Третий комплект представлен пособием «Развитие метапредметных умений в старшей школе», которое состоит из трех модулей:

- 1 модуль. «Понятие – основа знания»
- 2 модуль. «Работа с информацией»
- 3 модуль. «Изобретательское творчество»

Все программы прошли успешную апробацию в учебных учреждениях Хабаровского края. Изучение сформированности метапредметных результатов, позволили сделать вывод о значимости этих курсов в развитии УУД, освоении ФГОС, а также в повышении результативности ГИА и ЕГЭ у выпускников.

Хабаровский краевой институт развития образования выражает благодарность педагогам кадетской школы им. Ф. Ушакова (Насоновой Е.А., Дербиной И.С., Прудаевой Л.И., Романенко А.Н., Борец Ю. К., Галицкой В.В.) и агромышленного Хорского техникума (Тешабаевой Г.В., Залевской С.В.) и их руководителям: Борщеговскому Г.М. и Куркиной Л.П. за организацию инновационной деятельности по разработке и освоению метапредметных курсов в данных образовательных учреждениях и предоставление материалов из опыта работы.

I. Пояснительная записка

«Великая цель образования – это не знания, а действия».

Герберт Спенсер

Программа составлена на основе требований Стандарта второго поколения, к личностным и метапредметным результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, примерной образовательной программы начального общего образования, методических рекомендаций «Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе: от действия к мысли»: Пособие для учителя / А. Г. Асмолов, Г. В. Бурменская, И. А. Володарская и др.; Под ред. А. Г. Асмолова. — М.: Просвещение, 2010.

Программа составлена как пропедевтический курс к программе метапредметного курса «Саморегуляция: шаги к успеху», разработанного педагогами школы для основной школы в 2016 г.

Одной из важнейших целей начального образования в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования является формирование навыков учебной деятельности.

Именно поэтому «Планируемые результаты» Стандартов образования (ФГОС) второго поколения определяют не только предметные, но метапредметные и личностные результаты. Умение учиться обеспечивается тем, что универсальные учебные действия как обобщенные действия открывают возможность широкой ориентации учащихся, как в различных предметных областях, так и в строении самой учебной деятельности, включая осознание учащимися ее целевой направленности, ценностно-смысловых и операциональных характеристик.

В составе основных видов универсальных учебных действий, соответствующих ключевым целям общего образования, выделено четыре блока:

- 1) личностный;
- 2) регулятивный (включающий также действия саморегуляции);
- 3) познавательный;
- 4) коммуникативный.

Регулятивные УУД - позволяют учащимся рационально и грамотно организовать свою жизнедеятельность, управлять своей

учебной деятельностью, саморазвиваться. Регулятивные универсальные учебные действия отражают способность обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка).

Программа метапредметного курса, направленная на развитие у учащихся регулятивных учебных действий, рассчитана на учащихся начальной школы. Она имеет практико-ориентированный характер, так как большая часть учебного времени отведена на формирование умения учиться.

Цель программы: обеспечить учащимся возможность развития регулятивных учебных умений, применимых как в рамках образовательного процесса, так и при решении проблем в реальных жизненных ситуациях.

Задачи программы направлены на обеспечение условий для развития у учащихся умений:

- самостоятельно осуществлять учебные действия, ставить цели, применять необходимые средства и способы для их достижения;
- самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- осуществлять контроль и корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

Характеристика регулятивных УУД:

Виды регулятивных умений	Характеристика
<i>Целеполагание</i>	постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно;
<i>Планирование</i>	определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;
<i>Прогнозирование</i>	предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик;
<i>Контроль</i>	сличение способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона;
<i>Коррекция</i>	внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эта-

	лона, реального действия и его результата;
<i>Оценка</i>	выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения;
<i>Саморегуляция</i>	способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и к преодолению препятствий.

Планируемые результаты освоения курса:

- уметь ставить цели и задачи учебной деятельности, осуществлять поиск средств ее осуществления;
- уметь обнаруживать и решать проблемы творческого и поискового характера;
- уметь планировать выполнение задач, решать проблемы творческого и поискового характера, работать по составленному плану;
- уметь контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- уметь корректировать свою деятельность, с учетом сделанных ошибок, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- уметь соотносить результат своей деятельности с целью и оценивать его;
- уметь вырабатывать критерии оценки и пользоваться ими в ходе оценки и самооценки, определяя степень успешности выполнения своей работы,
- уметь определять причины успеха/неуспеха учебной деятельности и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- уметь рефлексировать (видеть проблему; анализировать результат деятельности, причины успеха/неуспеха, видеть трудности, ошибки);
- проявлять волевые усилия – саморегуляцию – для достижения любой цели, доводить начатое дело до конца.

Практико-ориентированный характер программы обеспечивается использованием в процессе учебной деятельности парных, коллективных и индивидуальных форм работы, составление и ведение рефлексивных дневников, портфолио, хронокарт, маршру-

тов, цветных и графических форм представления оценок, «графика продвижения», который позволит детям отслеживать свой рост и определять задачи и направления своей деятельности.

Оборудование:

Мультимедийный проектор, АРМУ, ватманы, маркеры, компьютерный класс с возможностью выхода в интернет, тексты, задания.

Возможности применения программы: программа рассчитана на изучение в начальной школе (2-4 классах) в рамках краткосрочного метапредметного курса (15 часов). Данный курс может быть проведен классным руководителем за счет классных часов. В процессе проведения курса предполагается использовать тренинги по целеполаганию, планированию, разработке критериев оценки, принятию решений; практикумы по разработке рекомендаций, памяток, алгоритмов, проектов; анализ и оценку собственных классных и домашних работ, учебных и жизненных ситуаций; составление хронокарт, программ развития своих способностей; написание рефлексивных сочинений и пр.

Закрепление и развитие регулятивных УУД должно естественным образом продолжаться в ходе занятий по разным предметам.

II. Содержание программы

Все выбранные темы располагаются в логической последовательности, в соответствии с применением их в учебной и жизненной практике: цель, планирование, организация, контроль, оценка. Содержание предусматривает диагностику сформированности регулятивных умений. Все практические занятия строятся на реальном опыте учащихся, анализируя который школьники выходят на необходимость формирования актуального опыта по применению регулятивных умений.

Тема 1. Саморегуляция – залог успеха.

Владение регулятивными УУД – гарант успешности современного человека. Понятие управление и самоуправление. Значение регулятивных умений в жизнедеятельности человека. Приёмы формирования регулятивных УУД. Роль самоуправления в собственной жизнедеятельности.

Тема 2. Учимся ставить цели.

Что такое цель. Роль цели в жизни человека. Цели и задачи. Виды целей: близкие, средние, дальние. Технология постановки

цели. Приемы целеполагания. Рекомендации к постановке целей в различных жизненных ситуациях человека.

Тема 3. Учимся планировать.

План и его признаки. Как поможет план в успешной учебе. Виды планирования. Способы планирования. Правила рациональной организации труда. Как везде успеть и нигде не опаздывать

Тема 4. Контроль – путь к успеху.

Что такое контроль? Для чего нужен контроль. Что такое самоконтроль. Для чего нужен самоконтроль. Контроль внешний и внутренний. Способы и приемы контроля, взаимоконтроля и самоконтроля. Что такое коррекция и зачем она нужна?

Тема 5. Оценка – мой путь роста.

Понятие оценки. Норма как эталон оценки. Критерии оценки. Самооценка. Что такое рефлексия? Виды рефлексии (интеллектуальная, рефлексия настроения и эмоционального состояния, рефлексия деятельности). Приемы рефлексии. Рефлексия как источник и механизм саморазвития человека.

Тема 6. Работа над ошибками.

Что такое ошибка? Виды ошибок. Причины ошибок. Нарушения в способе деятельности, как причина ошибки. Выбор способов работы над ошибками. Предупреждение ошибок.

III. Тематическое планирование учебных занятий

№ п/п	Основные разделы программы	Способы организации деятельности	Планируемые результаты: учащиеся научатся:	Кол-во часов
1	Саморегуляция – залог успеха	Диагностика и самооценка своих регулятивных умений	- определять свой уровень развития регулятивных УУД	2
2	Учимся ставить цели	Составление модели «Формула успеха»	- видеть проблему; - ставить цели;	2
3	Учимся планировать	Практикум «Планируем свой день» (составление хронокарты). Практикум по разработке памятки по планированию сво-	- самостоятельно устанавливать последовательность действий для решения учебной задачи; - работать по самостоятельно состав-	4

		ей деятельности. Практикум по планированию учебной деятельности.	ленному плану, сверяясь с и целью деятельности; - планировать свою деятельность;	
4	Контроль – путь к успеху	Тренинг технологий самоконтроля. Составление карты саморазвития. Составление проверочных заданий по предмету для самоконтроля.	- соотносить результат контроля с целью и планом деятельности; - осуществлять пошаговый контроль выполнения своих действий; - контролировать своё время и управлять им;	2
5	Оценка – мой путь роста	Работа с понятием. Практикум по разработке критериев оценки. Практикум по освоению приемов самооценки своей деятельности и своего поведения.	- устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели; - видеть причину своих ошибок; - корректировать свои действия, как в конце деятельности, так и по ходу ее; - оценивать собственные возможности в ее решении;	2
6	Работа над ошибками	Работа с понятием. Беседа с элементами дискуссии. Выработка общего алгоритма работы над ошибками. Тренинг технологий обнаружения ошибки?	- корректировать свою деятельность на основе оценки, с учётом сделанных ошибок; - корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией	2
7	Итоговое занятие	Составление памятки по саморазвитию или «Дневника роста»	- определять цели своего развития и шаги по ее достижению	1
	Итого			15 часов

IV. Методические рекомендации к проведению занятий метапредметного курса

Занятие 1- 2

Тема: «Значение регулятивных умений в жизни человека»

«Когда человек не знает,
к какой пристани он держит
путь для него ни один ветер
не будет попутным».

Луций Сенека

Цель: ученик осознает свои потребности в овладении регулятивными умениями в жизни и учении

Задачи:

1. Помочь учащимся определить уровень развития своих регулятивных УУД
2. Обеспечить осознание роли регулятивных умений в жизнедеятельности человека
3. Сформировать интерес к изучаемым видам регулятивных УУД
4. Создать условие для понимания структуры регулятивных умений.

Содержание деятельности	Планируемые результаты
Мотивационно-целевой этап	
Интерактивная беседа: - Приходилось ли вам в жизни чем-нибудь управлять? - Кто управляет вашим поведением? - Нужно ли учиться управлять собой? - Что вам это даст? - Что будет если не управлять? - Как управлять? - Когда? По желанию учащиеся приводят примеры из своей жизни о способах саморегуляции.	Вывод: регулятивные УУД обеспечивают способность справляться с жизненными задачами, управлять своим временем, планировать цели и пути их достижения, решать задачи, принимать решения.
Содержательно-процессуальный этап	
Слово учителя: Для успешной учебы и социализа-	Вывод учащихся:

ции в обществе необходимо каждому человеку сделать восемь шагов управления своей деятельностью. Каждый из шагов — особая задача, обеспечивающая успех всей вашей деятельности. Это как кирпичики, из которых строится дом, — от каждого из них зависит прочность всей постройки.

Шаг 1. Ориентировка в ситуации. Необходимо понять:

Почему возникло затруднение в деятельности? Почему сейчас не получается так, как это было раньше? Что изменилось по сравнению с прошлым? В чём новизна ситуации? В чём причина затруднений и неудач — во мне, в других людях, в сложившихся обстоятельствах? Каково реальное положение вещей? В чём моя проблема?

Задание №1: Вспомните какую-либо проблемную ситуацию, в которую Вы попали, и проанализируйте свое поведение в ней. (Можно предложить учащимся какую-либо реальную или описанную в литературе ситуацию и предложить смоделировать свое поведение в ней)

Шаг 2. Целеполагание. Целеполагание — это определение желаемого (того, что я хочу, желаю) или должного (необходимого) результата. Целеполагание основано на прогнозе. Для этого надо ответить на вопросы:

Что я хочу получить? Какими должны быть результаты? Что нужно изменить — ситуацию или самого себя? В каком направлении необходимо изменить себя, своё поведение, деятельность, общение? Каковы мои цели?

Какова вероятность достижения цели? Какие усилия необходимо приложить для достижения целей?

Задание 2: Продолжаем работать над ситуацией.

Шаг 3. Планирование. Составление плана — это определение конкретных способов достижения цели и необходимых для этого средств. Прежде чем начать составлять план, надо ответить на вопросы: Какие частные задачи должны быть решены для достижения целей? Какие средства нужны для этого? Какая последовательность действий должна быть?

Задание 3: составить план выхода из смоделированной учителем или собственной проблемной ситуации.

Шаг 4. Критерии оценки. Прежде чем оценивать,

проблему нужно, прежде всего, видеть в себе и уметь брать ответственность самому за её решение

Описание вариантов развития событий в ситуации при вмешательстве или невмешательстве в ситуацию

Обучающийся осознаёт роль целей в жизни

Обучающиеся осознают роль планирования для достижения цели

Представление

<p>необходимо решить: Какие критерии позволят утверждать, что цели достигнуты? Как оценить успех и неудачу? Когда можно быть уверенным, что твои действия правильны?</p> <p>Задание 4: продолжаем работать над ситуацией.</p> <p>Шаг 5. Принятие решения. Принятие решения — это переход от плана к действию. Нельзя поступать сломя голову, но и нельзя упускать момент. Принимая решение, следует подумать: Всё ли я предусмотрел? Есть ли у меня ещё время? Начинать действовать или можно ещё подождать?</p> <p>Задание 5: Работа над ситуацией: какое решение можно принять.</p> <p>Шаг 6. Самоконтроль. Контроль своей деятельности требует учёта того, насколько вы приближаетесь к поставленной цели и в какой мере в своём поведении вы руководствуетесь составленным планом. Контролировать себя можно с помощью следующих вопросов: Есть ли разрыв между желаемым и действительным? В чём состоит разрыв, если он есть? Следую ли я в своём поведении плану? Соответствует ли план сложившейся ситуации? Если нет, как его следует изменить? Что нужно изменить в своих действиях? Есть ли время на такое изменение?</p> <p>Задание 6: Работа над ситуацией: оцените, насколько важен контроль в данной ситуации.</p> <p>Шаг 7. Коррекция — это изменение реальных действий, поступков, системы самоуправления. После внесения коррективов следует выяснить: Что изменилось после внесения изменений в моё поведение и действия? Приблизился ли я к достижению цели? Что ещё нужно изменить в моём плане и поведении?</p>	<p>вариантов плана Учащийся поймет необходимость определять критерии в выполнении любой деятельности.</p> <p>Учащийся осознает свою ответственность в принятии решения Формулировка решения</p> <p>Учащийся осознает роль и значение контроля за результатами своей деятельности</p>
<p>Рефлексия</p>	
<p>Анализ диагностики регулятивных умений, выполненной учащимися дома вместе с родителями. Беседа по результатам анализа: - Нужно ли вам развивать способности к самоуправлению? - Как именно это делать? - Подумайте, чем у вас получается управлять лучше всего?</p>	<p>Обучающиеся осознают, что необходимо ставить цели чтобы четко определить, чего ты хочешь от жизни и можешь ли этого достичь.</p>

Рефлексия своей способности к самоуправлению, разработанная на основе методики Н.М. Пейсахова.

Цель: формирование рефлексивной самооценки своих возможностей самоуправления.

Возраст: 11-14 лет. При использовании более раннего возраста заполнять анкету рекомендуется вместе с родителями.

Форма выполнения задания: индивидуальная работа.

Описание задания: учащимся предлагается оценить свою способность к самоуправлению, воспользовавшись анкетой. На основании полученной оценки сформулировать задачи на развитие способности самоуправления.

Инструкция: заполнив анкету, учащиеся могут узнать о своей способности владеть собой в различных ситуациях и оценить уровень способности к самоуправлению.

Учащиеся читают каждый пункт анкеты и выражают свое согласие с ним, ответив «да», или несогласие, ответив «нет». (Здесь нет правильных или неправильных ответов, отвечать нужно искренне, так, как вы на самом деле считаете.)

Способность к самоуправлению складывается из 8-ми компонентов: 1)ориентировка; 2)прогнозирование; 3)целеполагание; 4)планирование; 5)критерии оценки качества; 6)принятие решения; 7)самоконтроль; 8)коррекция.

Итогом является общая способность к самоуправлению.

Прежде всего, учащиеся подсчитывают, сколько баллов они набрали по каждой из восьми шкал, соответствующих перечисленным компонентам. За каждое совпадение с ключом начисляется 1 балл. (Цифры - это номера вопросов анкеты.)

Тестовый материал (вопросы).

1. Практика показывает, что я верно определяю свои возможности в любой деятельности.

2. Я предусмотрительный человек.

3. Берусь только за то, что смогу довести до конца.

4. Обычно хорошо представляю, что нужно сделать, чтобы добиться задуманного.

5. Постоянно пытаюсь найти ответ на вопрос «Что такое хорошо и что такое плохо?».

6. Прежде чем сделать окончательный шаг, я взвешиваю все «за» и «против».

7. Всегда отдаю себе отчет в том, что со мной происходит.

8. Непредвиденные препятствия не мешают мне довести дело до конца.

9. У меня не хватает терпения долго разбираться в том, что не решается сразу.

10. В своих поступках и делах не люблю заглядывать далеко вперед.

11. Редко задумываюсь о главных целях своей жизни.

12. Отсутствие продуманных планов не мешает мне добиваться хороших результатов.

13. Часто затрудняюсь сказать, того ли я достиг, чего хотел.

14. На выбор моих решений влияют не поставленные цели, а настроение в данный момент.

15. Мне часто кажется, что целый час или два исчезли неизвестно куда.

16. Тот, кто считает необходимым исправлять все допущенные промахи, не замечает, как совершает новые.

17. Когда нужно разбираться в сложной обстановке, чувствую прилив энергии и сил.

18. Я четко представляю свои жизненные перспективы.

19. Умею отказываться от всего, что отвлекает меня от цели.

20. В своих поступках и словах следую пословице: «Семь раз отмерь, один — отрежь».

18. Уделяю много времени тому, чтобы понять, с каких позиций надо оценивать свои действия.

22. В своих действиях я успешно сочетаю риск с осмотрительностью.

23. Необходимость проверять самого себя стала моей второй натурой.

24. Когда у меня портятся отношения с людьми, могу их изменить.

25. Как правило, мне бывает трудно выделить главное в сложившейся ситуации.

26. Жизнь показывает, что мои прогнозы редко сбываются.

27. Люди, которые всегда четко знают, чего хотят, представляются мне слишком рациональными.

28. Удача сопутствует тому, кто не планирует заранее, а полагается на естественный ход событий.

29. Мне не хватает чувства меры в отношениях с близкими.

30. Меня угнетает необходимость принимать срочные решения.

31. Обычно мало слежу за своей речью.

32. Некоторые свои привычки я охотно бы изменил, если бы знал, как это сделать.

33. Что я хочу и что должен делать — вот предмет моих постоянных раздумий.

34. Заранее знаю, каких поступков можно ожидать от людей.

35. Обычно с самого начала четко представляю будущий результат.

36. Пока не сложился в голове четкий, конкретный план, не начинаю серьезного разговора.

37. У меня всегда есть точные ориентиры, по которым я оцениваю свой труд.

38. Я всегда учитываю последствия принимаемых мной решений.

39. Внимательно слежу за тем, понимают ли меня во время споров.

40. Я готов снова и снова заниматься совершенствованием уже законченной работы.

41. Сколько ни анализирую свои жизненные трудности, не могу достичь полной ясности.

42. Жизнь так сложна, что считаю, пустой тратой времени предвосхищать ход событий

43. Следование однажды поставленной цели очень обедняет жизнь.

44. Считаю, что планируй, не планируй, а обстоятельства всегда сильнее.

45. В последнее время ловлю себя на том, что придаю большое значение мелочам, забывая о главном.

46. Мне обычно не удаётся найти правильное решение из-за большого количества возможных вариантов.

47. В ссорах не замечаю, как «выхожу из себя».

48. Сделав дело, предпочитаю не исправлять даже явные просчёты.

Ключ к методике:

В приложение к методике созданы бланки для ответов, куда испытуемый заносит знаки согласия («+») и несогласия («-»)с

утверждениями. Эти бланки по структуре расположения пунктов соответствуют ключу, разработанному для удобства обработки данных каждого испытуемого.

Образец для заполнения:

Ответы на вопросы (N)						Баллы
1	17	33	9	25	41	
2	18	34	10	26	42	
3	19	35	11	27	43	
4	20	36	12	28	44	
5	21	37	13	29	45	
6	22	38	14	30	46	
7	23	39	15	31	47	
8	24	40	16	32	48	

По ключу вся совокупность пунктов методики делится на две части: положительную (верхняя часть бланка) и отрицательную (нижняя часть бланка). В положительной части ключа за каждый ответ «+» к общему результату по звену, а также к суммарному результату по ССУ прибавляется 1 балл. В отрицательной части балл прибавляется за каждый ответ «-».

В ключе пункты расположены так, что удобно подсчитывать по горизонтали результат по каждому звену, а затем общий результат по ССУ.

К тесту прилагается локальная оценочная шкала, позволяющая количественные результаты перевести в качественные.

Расчет значений. Обработка результатов.

Подсчитать количество ответов «да» и «нет» в первой строке (см. контрольную карточку), найти сумму; затем — количество ответов «да» и «нет» во второй строке, найти сумму и т. д.

Образец контрольной карточки:

						Результат, баллы	Наименование этапов самоуправления	Оценка уровня самоуправления по шкале
Да		Нет						
1	17	33	9	25	41	$\Sigma = 1+2=3$	Анализ противоречий	средний
2	18	34	10	26	42	$\Sigma = 2+0=2$	Прогнозирование	Ниже среднего
3	19	35	11	27	43	$\Sigma = 3+2=5$	Целеполагание	Выше среднего
4	20	36	12	28	44	$\Sigma = 1+2=3$	Планирование	средний

5	21	37	13	29	45		Критерий оценки качества	
6	22	38	14	30	46		Принятие решения	
7	23	39	15	31	47		Самоконтроль	
8	24	40	16	32	48		Коррекция	
						Общая сумма	Общая способность самоуправления	

Образец контрольной карточки:

Да (+)		Нет (+)		Результат, баллы		Наименование этапов самоуправления	Оценка уровня самоуправления по шкале	
1+	17-	33-	9-	25+	41-	$Z1=1+2=3$	Анализ противоречий	средний
2-	18+	34+	10+	26+	42+	$Z2=2+0=2$	Прогнозирование	Ниже среднего
3+	19+	35+	11-	27+	43-	$Z3=3+2=5$	Целеполагание	Выше среднего
4-	20-	36+	12-	28-	44+	$Z4=1+2=3$	Планирование	средний
5	21	37	13	29	45	$Z5=$	Критерий оценки качества	
6	22	38	14	30	46	$Z6=$	Принятие решения	
7	23	39	15	31	47	$Z7=$	Самоконтроль	
8	24	40	16	32	48	$Z8=$	Коррекция	
						Общая сумма	Общая способность самоуправления	

Психодиагностическая шкала:

Показатели	Уровни способности самоуправления				
	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий
Мужчины Σобщ.	0 – 13	14 – 22	23 – 31	32 – 40	41
Женщины Σобщ.	0 – 11	12 – 21	22 – 30	31 – 39	40
Σi - этапы	0 – 1	2	3 – 4	5	6

Определить общую способность к самоуправлению
 $\Sigma_{\text{общ.}} = \Sigma 1 + \Sigma 2 + \Sigma 3 + \dots \Sigma 8;$

Затем Σ общ. сравнить с психодиагностической шкалой, учитывая свою половую принадлежность.

При этом все возможные результаты делятся по пяти градациям: низкие, ниже среднего, средние, выше среднего, высокие; для каждого из этих уровней обозначены граничные значения (по звеньям и по общей ССУ).

Психодиагностическая шкала:

	низкий	ниже средне- го	средний	выше средне- го	высокий
Звенья	0 - 1	2 -3	4 - 7	8 -9	10
Общая ССУ	0 -19	20 -36	37 -50	51 -65	66 -80

Если результаты анкетирования лежат в правой части шкалы, то в целом система самоуправления у данного человека имеется, однако в этом случае существует опасность того, что данный человек слишком расчётлив и рационален, что ему не хватает эмоций. Об этом стоит подумать, следует понаблюдать за собой, проанализировать свои поступки и действия с точки зрения уравновешивания рационального и эмоционального.

Если результаты анкетирования легли в зоне низких оценок, то у данного человека ещё нет целостной системы самоуправления, а сформированы лишь отдельные звенья. Скорее всего, такой человек сильно переживает свои неудачи, но дальше этого не идёт. У него эмоциональная оценка преобладает над рациональным анализом, т.е. полноценный цикл самоуправления в этом случае даже не начинается, а поэтому и не формируется.

Чтобы лучше узнать о сформированности умений на отдельных этапах системы управления, сравните свои результаты с цифрами, приведёнными в шкале (см. «Этапы») и определите степень развития каждого из восьми звеньев процесса самоуправления. Все они оцениваются по одной шкале от 0 до 6 баллов. Посмотрите, какие из этих восьми звеньев развиты хорошо, а какие слабо. Подумайте над этим и решите, что нужно делать дальше, как развить у себя способность прогнозировать, планировать, контролировать и т.д. До сих пор речь шла о первой стадии развития системы самоуправления, о её горизонтальной структуре.

Создание вертикальной организации системы самоуправления является целью второй стадии развития. Человек должен научиться сознательно и целенаправленно изменять всю иерархию форм своей активности: общение, поведение, деятельность, переживания. Это можно осуществить последовательно, начиная с нижнего этажа, с чувств и эмоций. Возможны и другие пути, например, можно начинать совершенствование способности управлять собой с того, что лучше получается, к чему есть устойчивый интерес.

Интерпретация к тесту ССУ.

Способность к самоуправлению включает следующие этапы:

1. Анализ противоречий или ориентировка в ситуации - это психическая деятельность субъекта самоуправления, результатом которой является субъективная модель ситуации.

2. Прогнозирование - это умственная деятельность субъекта самоуправления, результатом которой является еще одна модель-прогноз. Он основан на анализе прошлого и настоящего.

3. Целеполагание - выступает как умственная деятельность субъекта самоуправления, а ее результатом является субъективная модель желаемого, должного. В основе целеполагания лежит прогноз. Это переход от предположения о вероятности произвести изменение к предположению о возможных результатах.

4. Планирование – умственные действия субъекта самоуправления, их результат-модель средств достижения цели - план, как система средств и последовательности их применения.

5. Принятие решения – переход от плана к действиям, возможности в реальность. Это самоприказ: приступить к делу!

6. Критерии оценки – выступают как результат всей системы отношений личности к другим людям, к себе, своим возможностям, самооценки субъекта. Субъект решает, какими должны быть показатели, которыми будут оцениваться успехи в реализации плана.

7. Самоконтроль – сбор информации о том, как идет выполнение плана в реальном общении, поведении, деятельности.

8. Коррекция – изменения реальных действий, общения и поведения, а также системы самоуправления.

Занятие 3-4

Тема: «Что такое цель как ее достичь?»

Ни на один день не уклоняться от своей цели
– вот средство продлить время,
и притом очень верное средство,
хотя пользоваться им и нелегко.

Лихтенберг

Цель занятия: обучающиеся научатся определять и формулировать цели и задачи собственной жизнедеятельности, расставлять приоритеты целей.

Задачи:

- обеспечить усвоение учащимися понятия ЦЕЛЬ: родовых видовых признаков;
- организовать развивающее пространство для формирования умения ставить цели;
- создать условия для развития умения составлять критерии для оценки целей;
- развить умение планировать достижение цели.

Ход занятия:

Этапы занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты
Мотивационно-целевой	Беседа: - Что такое цель? Работа с определениями. Задание: <i>Выделите ключевые слова, характеризующие понятие.</i> Цель – это идеальное мысленное предвосхищение результата деятельности и путей его достижения с помощью определенных средств Цель - это ожидаемый результат за определенный промежуток времени Цель – это то, к чему стремятся, что намечено достигнуть. Цель – это заранее спланированный результат, который человек должен получить в будущем, в процессе той или иной деятельности Цель – некий мысленный ориентир, к которому устремляются поступки и дела	Учащиеся осознают зависимость жизненной успешности от целей человека. Учащиеся выйдут на осознание кризиса своей компетентности в постановке целей.

	<p>человека</p> <p>Беседа:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Что такое цель? - Зачем человеку нужны цели? - Что означает правильно сформулировать цель? 	
<p>Содержательно-процессуальный этап</p>	<p>Задание 1: Разработайте критерии к постановке цели.</p> <p>Цели должны быть:</p> <ul style="list-style-type: none"> • конкретными (хочу иметь пятерку по математике в четверти). Возможно ли это? Как скоро? Что мне для этого надо сделать? Желание “Я хочу быть счастливым” – крайне важное, но абсолютно неконкретное. Спросите себя: “Что делает меня счастливым?”, и вы станете на шаг ближе к своей конкретной цели. • с ясным представлением о конечном результате, что именно вы будете иметь, когда вы достигнете своих целей • реалистичными, то есть соотносены с собственными возможностями: физическими, интеллектуальными, финансовыми, возрастными и т.д. Важна подконтрольность этих целей вам лично. (Могу ли я стать президентом? Почему? что для этого нужно?) • позитивными все свои цели, все свои желания высказывайте только в положительной форме: “Я хочу...”, “Я могу...”, “Я буду...” Помните, отрицательное высказывание лишь выражает ваши эмоции и не ведет к действию. Более того, оно часто блокирует действие, препятствует ему; Думайте о том, чего вы хотите, а не чего хотите избежать. Например, вместо “Не хочу быть худшим игроком в команде” лучше “Хочу быть лучшим”. • ограниченными во времени (цель — должна осуществиться точно к назначенному сроку); • приносить пользу и вам, и другим (не наносить ущерба людям); 	<p>Картина учебных предпочтений</p> <p>Осознание ценности своих приоритетов в учении и своего умения ставить цели.</p> <p>Критерии правиль поставленных целей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - конкретные; - понятными; - реально выполнимые; - ограниченными во времени; - полезными;

	<ul style="list-style-type: none"> • Цели должны быть обеспечены внутренними ресурсами. Это личностные особенности, склонности, способности, профессионально важные качества. А не внешними: деньги, связи, случай. <p>Задание 2: Сформулируйте свои цели: ближнюю, среднюю, дальнюю. Помните: «надо» - это чужое «хочу». «Хочу» - это вдохновение. «Могу» - это вера. «Буду» - это действие.</p> <p>1. Перечитайте записанные цели. Отметьте наиболее приоритетные. Чего вы хотите достичь в данной сфере за ближайший месяц?</p> <p>2. Продумайте, что и когда вам необходимо сделать по месяцам, чтобы задуманное вами выполнялось. Заполните этот план (Приложение к занятию 2-3). У людей нет нехватки силы, у них есть нехватка воли Пройдитесь еще раз по своим желаниям, но теперь уже в обратном порядке – от двенадцатого месяца к первому. Посмотрите, как вы можете влиять на выполнение желаний и достижение целей. Есть ли еще какие-то более легкие или более эффективные способы достижения желаемого? Если да, вернитесь к предыдущему пункту и откорректируйте!</p>	
Рефлексия	<p>Задание 3: Разработайте памятку «Как правильно поставить цель» Примерный вариант памятки для постановки целей</p> <p>1 вариант</p> <ul style="list-style-type: none"> • Какова Ваша цель (формулировка цели)? • Как Вы ее представляете? В каких образах, словах и звуках, ощущениях и действиях? • Почему для Вас важна эта цель? Какие убеждения и ценности ее поддерживают? • Что Вы будете делать для достиже- 	Памятка «Как правильно поставить цель»

	<p>ния Вашей цели: во-первых, во-вторых?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как Вы будете знать, что движетесь в выбранном направлении? Что Вы будете видеть, слышать и чувствовать в процессе достижения цели? Какие промежуточные результаты Вы выделите в этом процессе? • Какие трудности могут встретиться Вам на пути достижения цели? Как бы Вы хотели на них реагировать? • Как Вы узнаете, что достигли Вашей цели? Что Вы увидите, почувствуете и услышите, когда цель будет достигнута? Как Вы поймете, что процесс завершен? <p>2 вариант</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каких целей Вы хотите достичь? 2. Согласуются ли они между собой? 3. Существуют ли так называемая высшая цель и определенные промежуточные цели на пути к главной? 4. Знаете ли вы, какими необходимыми для достижения цели качествами вы уже обладаете? (Ваши сильные стороны.) 5. Над чем вам еще надо работать? 	
--	---	--

Занятие 5-8

Тема: «План-гарантия успеха» - 4 часа

Цель: ученик научится способам планирования своей деятельности по достижению поставленной цели.

Задачи: создать условия для развития умения:

- понимать и объяснять значение регулятивных умений в жизни человека;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию;
- определять потенциальные затруднения и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологической карты.

Ход занятия

Этапы занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты																																																																																								
Мотивационно-целевой	<p>Задание 1. Зачем нам нужен план? И зачем нужно уметь планировать? Выпишите из текстов словарных статей ключевые слова к понятию план:</p> <ul style="list-style-type: none"> - порядок действий, для достижения чего-либо (словарь В. Даля) - замысел, задание, осуществление которых требует выполнения ряда предварительно обдуманных действий. (словарь Т.Ф. Ефремовой) - карта или пошаговая инструкция, по которой можно уверенно идти к цели. - большая цель, которую всегда можно разбить на небольшие кусочки, привязать их выполнение к отрезкам времени. - Какое определение для вас понятней? 	Выход на потребность освоить правильную организацию своего времени																																																																																								
Содержательно-процессуальный этап	<p>- Домашним заданием у вас было составить хронологическую карту дня и определить эффективность распределения и расходования времени.</p> <p>Задание 2: <i>заполнить в течение дня, отмечая знаком X время, расходуемое на каждый из перечисленных видов занятий – сон, быт, занятия в школе...</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Хронокарта дня:</i></p> <table border="1" data-bbox="411 1357 1209 1738"> <thead> <tr> <th></th> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>5</th> <th>6</th> <th>7</th> <th>8</th> <th>9</th> <th>10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td></td> </tr> <tr> <td>2</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3</td> <td></td> </tr> <tr> <td>..</td> <td></td> </tr> <tr> <td>..</td> <td></td> </tr> <tr> <td>24</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Всего часов</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> 1- Часы суток 2- Сон 3- Быт 4- Занятия в школе 5- Домашние задания 6- Кружки, секции 		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1											2											3																					24											Всего часов											Порядок действий, основные черты, обдуманные действия, цель
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																																																																																
1																																																																																										
2																																																																																										
3																																																																																										
..																																																																																										
..																																																																																										
24																																																																																										
Всего часов																																																																																										

- 7- Прогулка
- 8- Свободные занятия
- 9- Общение с друзьями
- 10-Транспорт
- Проанализируйте эффективность распределения времени.
- Сравните свою хронологическую карту с эталоном.

Хронокарта дня:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1-2	X								
2-3	X								
3-4	X								
4-5	X								
5-6	X								
6-7	X								
7-8		X							
8-9				X					
9-10				X					
10-11		X							X
11-12					X				
12-13			X						
13-14			X						
14-15			X						
15-16			X						
16-17									X
17-18							X		
18-19						X		X	
19-20		X							
20-21							X		
21-22	X	X							
22-23	X								
23-24	X								
24-1	X								
Всего	10	4	4	1,5	1	1	2	0,5	1

Задание:

1. Выявите «положительные» и «отрицательные» стороны.
2. Определите, в чем причина несовпадения с эталоном.

Рефлексивно-оценочный

- Что поняли о плане?
- Что будешь делать, если допустишь ошибку?

Выход на проблему

Приложение к занятию 3-4

Хронокарта месяца:

Ме- сяц	Цель (то, что вы хо- тите полу- чить, до- стичь)	Как вы узнаете, что достиг- ли этого? Опишите, что вы по- лучите? Как это бу- дет выгля- деть? Что вы будете при этом чувство- вать?	Что нужно сделать, чтобы по- лучить же- лаемое? (Какие есть макси- мально легкие спо- собы до- стижения цели?)	Каким (ка- кой) вам нужно быть для достиже- ния желеае- мого?	Как вы по- здравите себя, когда достигните цели?
1 ме- сяц					
2 ме- сяц					
3 ме- сяц					
4 ме- сяц					
5 ме- сяц					
6 ме- сяц					
7 ме- сяц					
8меся ц					
9 ме- сяц					
10 месяц					
11 месяц					
12					

месяц					
-------	--	--	--	--	--

Занятие 9-10

Тема: « Контроль - дело серьезное» - 2 часа

Цель: учащиеся овладеют приемами контроля и самоконтроля.

Задачи: создать условия для:

- осознания учащимися роли контроля и коррекция в успешной жизнедеятельности;
- освоения различных способов самоконтроля;
- овладение умением составлять карту саморазвития на основе определения своих сильных и слабых сторон.

Ход занятия

Этапы занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты
Мотивационно - целевой	<p>Беседа:</p> <p>1. Что такое контроль?</p> <p>2. Зачем нужен контроль?</p> <p>Контроль и проверка – это одно и то же?</p> <p>Кто должен контролировать ученика? мама? папа? учитель?</p> <p>А кто контролирует вас?</p> <p>А сами себя контролируете?</p> <p>Какие приемы контроля знаете?</p> <p>1. Контроль со стороны учителя;</p> <p>2. Контроль со стороны родителей;</p> <p>(Контроль со стороны учителя и родителей – это внутренний или внешний контроль?)</p> <p>(А какой контроль для вас нужнее и почему?)</p> <p>- взаимоконтроль «ученик-ученик»;</p> <p>- взаимоконтроль «ученик-учитель»</p> <p>Работа с понятием:</p> <p>- Что такое самоконтроль?</p>	<p>Учащиеся: И родители, и учитель проверяют меня, исправляют ошибки. Но они не знают, почему ошибка допущена. Это знаю только я сам.</p>

	<p>«Самоконтроль - оценка процесса работы и исправление ее недочетов» (В.И.Страхов). Самоконтроль – проверка собственными силами самих себя. Зачем нужен самоконтроль? Самоконтроль нужен, чтобы осознать и оценить собственные действия, понять причину, устранить свои недостатки, определить дальнейшие действия по предупреждению и исправлению своих ошибок.</p> <p>Беседа: Что нужно для того, чтобы проверить правильность своих действий? (Сравнить с образцом) Что такое эталон, образец? Работа со словарем по выделению ключевых слов к понятию и формулирования вывода по формуле «эталон – это...».</p> <p>- Где можно взять эталон результата выполнения какой-либо работы? (в учебнике, книге, у учителя) - Что делать, если эталона нет? (попытаться выполнить задание самостоятельно, сделать взаимопроверку с одноклассником, попросить, чтоб проверил учитель) - Какие приемы могут помочь создать эталон, критерии самостоятельно? - Что может быть гарантом верно составленного эталона (образца, нормы, критерия, показателя)?</p>	<p>Учащиеся осознают, что самоконтроль является составной частью любого вида деятельности человека и направлен на предупреждение или обнаружение уже совершенных ошибок.</p> <p>Ответы учащихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> • сравнить результат своей деятельности с образцом, заданным в материальной форме; • выполнить действия по развёрнутой инструкции; • сравнить промежуточный результат с эталоном; • составить проверочные задания для самоконтроля; • сравнить конечный результат с эталоном; • осуществить самопроверку по плану, включающему 1-2 пункта; • реконструировать ошибочное действие
Содержатель-но-	I.Тренинг технологий само-контроля	

<p>процессуальный</p>	<p>Задание 1: Решите задачу. Рабочий изготовил за 6 часов 72 одинаковые детали. Сколько деталей он изготовит за 4 часа? - Ребята, те, уже решил задачу, и уверен, что она решена верно, возьмите карточку и проверьте себя. (На карточке запись полного решения задачи, для итогового контроля). 1) $72 : 6 = 12$ (деталей) 2) $12 \times 4 = 48$ (деталей) Проверяя себя, ученик сравнивает своё решение с образцом, предложенным в карточке. В случае, если решение не совпадёт с образцом, ученик возвращается к условию задачи, ещё раз внимательно анализирует его, ищет ошибку в своих рассуждениях или вычислениях. - Ребята, какие трудности возникли при контроле? - Как сравнивать с образцом? (сравнить порядок действий, проверить вычисления) - Итак, мы проговорили первый прием – проверка по образцу. - Ребята, у кого получилось решить задачу самостоятельно и верно? - У кого возникли трудности? Почему? Задание 2: - Найдите корень уравнения: $160 - x * 2 = 80$ - Прежде чем решать, давайте вспомним алгоритм решения сложного уравнения.</p>	<p>Учащиеся научатся сличать свою работу с образцом и делать выводы (обнаружить ошибку или убедиться в правильности выполнения задания).</p> <p>Схематический образец решения задачи на карточке помогает ученику</p>
-----------------------	--	---

	<p>(Учитель на доске совместно с ребятами фиксирует этот алгоритм, и учащиеся, пользуясь им, решают уравнение)</p> <p>Ученик сверяет результаты совершаемых в уме действий с представленными на карточке вариантами решения задач и делает свой выбор. Безошибочное выполнение задания может стать основанием для вывода о достаточно развитом самоконтроле, о сформированности контроля на уровне произвольного внимания.</p> <p>- Это был второй прием проверки - по алгоритму, правилу.</p> <p>Задание 3:</p> <p>- Ребята, я предлагаю вам небольшой текст для списывания.</p> <p>- Сейчас проверьте написанное, исправьте ошибки.</p> <p>- А теперь поменяйтесь тетрадями с соседом по парте, только пусть проверяющий ученик отмечает найденные ошибки цветной ручкой.</p> <p>- Это был третий прием контроля – взаимопроверка.</p> <p>В другой раз можно использовать прием «Цветные поля».</p> <p>После написания диктанта, предложить ребятам прочертить поля красным цветом, и это значит «Укажите количество ошибок, я их сам найду и исправлю». Синим цветом – «Проверьте, пожалуйста, всё и исправьте ошиб-</p>	<p>спланировать последовательность своих действий по ходу решения задачи, способствует формированию самоконтроля на этапе выбора арифметических действий, которыми решается задача.</p> <p>После взаимопроверки учитель предлагает каждому ученику проанализировать: сколько ошибок и на какое правило он допустил при выполнении задания (и попытаться определить причины), сколько ошибок ему удалось обнаружить самостоятельно, какие ошибки он так и не нашел.</p>
--	---	--

	<p>ки». Желтым цветом – «Я уверен, что у меня все правильно». Зеленым цветом – «Отметьте строку, на которой допущена ошибка, я сам ее найду и исправлю».</p> <p>Задание 4: - Прослушайте рассказ. Наташа учится во 2 классе, и ей задали выучить стихотворение. Она попросила маму проверить знание текста. С третьего раза у Наташи получилось рассказать без запинки. Но в школе, за чтение стихотворения наизусть, она получила тройку. Девочка очень расстроилась, и в этом обвинила маму.</p> <p>- Правильно ли поступила Наташа? - Все дело в том, что девочка как раз и не чувствовала, что знает стихи недостаточно уверенно. Так как мама проверяет и письменные, и устные уроки то понятно, что девочке просто не на чем научиться проверять себя. Не Наташа, а мама решает, выучен ли урок или нет. - Что можно посоветовать Наташе?</p> <p>Задание 5: Составление карты саморазвития. Инструктаж учителя и задание на дом (см. Приложение к занятию)</p>	<p>Научиться самой контролировать процесс подготовки домашнего задания.</p>
<p>Рефлексивно-оценочный</p>	<p>Учитель. Зачем нужен контроль? Что же сделать, чтобы исправить ошибку / работать без ошибок? Модель действия контроля в учебной деятельности:</p>	<p>Предполагаемые ответы: Контроль необходим для обнаружения достижений, успехов, в указания путей совер-</p>

	1. Ощущать потребность в контроле. 2. Умение обнаруживать ошибку. 3. Понять причины и уметь объяснить ошибку; 4. Уметь исправить ошибку 5. Уметь составлять план проверки	шенствования, углубления знаний, умений, чтобы создавались условия для последующего включения в активную творческую деятельность.
--	---	---

Приложение к занятию 9-10

Фамилия, имя _____ класс _____			
1 этап. Какой я. Дата заполнения _____			
№	Мои лучшие качества.	№	Мои худшие качества.
2 этап. Чтобы я хотел изменить в себе. Дата заполнения _____			
1. _____ _____			
2. _____ _____			
3. _____ _____			
4. _____ _____			
5. _____ _____			
3 этап. Как это сделать. Решение проблемы. Дата заполнения _____			
1. _____ _____			
2. _____ _____			
3. _____ _____			
4. _____ _____			

5.

4 этап. Программа действий. Контроль.

№	Программа действий.	Контроль. Даты.

5 этап. Мои результаты.

1.

2.

3.

4.

5.

Занятие 11-12

Тема: «Оценка и самооценка» - 2 часа

Цель: учащиеся освоят способы оценки своей деятельности на основании разработанных критериев

Задачи:

- Обеспечить понимание сущности и роль оценки при достижении результата своей деятельности.
- Помочь учащимся овладеть нормами и критериями оценки знаний, умений и навыков.
- Обеспечить освоение приемов самостоятельной оценки продуктов своей деятельности.
- Создать условия для освоения умения разрабатывать критерии.

Ход занятия:

Этапы занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты
Мотивационно-целевой	<p>Беседа:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Что такое оценка? - Ребята, вам надо, чтобы оценивали вас, ваши поступки? Зачем? Кто вас может оценивать? - Для чего нужна оценка? - Что такое самооценка? - Для чего нужна самооценка? - Каковы основные отличия понятий «оценка» и «отметка»? - Что важнее оценка или отметка? 	Вывести на затруднения, неоднозначность понимания и отношения к оценке
Содержательнo-процессуальный	<p>Задание 1: Учащиеся работают с данными понятиями и выявляют сущность понятия ОЦЕНКА и ОТМЕТКА</p> <p style="padding-left: 20px;"><u>«Оценка»</u> - это процесс соотношения реальных результатов с планируемыми целями.</p> <p style="padding-left: 20px;"><u>Оценка</u> должна предшествовать отметке.</p> <p style="padding-left: 20px;"><u>Отметка</u> - это цифровое выражение</p> <p style="padding-left: 20px;"><u>Отметка</u> выводится из оценки.</p> <p>Вопрос:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Как правильно оценить работу свою? <p>Практикум</p> <ul style="list-style-type: none"> - Умеете ли вы себя оценить? <p>Задание 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ребята, нарисуйте кошку <p>До начала работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Сможете ли вы выполнить это задание? -Трудно ли оно для вас? -В чем заключается трудность? <p>Рисуют кошку.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Оцените себя (ставят себе оценку, либо комментируют – «Молодец!», «Хорошо» и т.д.) - Почему так себя оценили? (ответы детей – «Я постарался», «Рисунок аккуратный», «Кошка получилась красивой» и т.д.) 	<p>Этапы формирования самоанализа и самооценки:</p> <p>1-й этап. Ученик должен научиться понимать и принимать контроль учителя.</p> <p>2-й этап. Ученик должен научиться понимать и принимать контроль со стороны своих одноклассников.</p> <p>3-й этап. Ученик должен научиться осуществлять наблюдение за своей учебной деятельностью, ее самоанализ, самооценку</p>

	<p>- А теперь определим, верно ли вы себя оценили. Для того, чтобы себя оценить, нужно знать, по каким критериям будет проходить оценивание. Давайте определим критерии вместе.</p> <p>Например:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. У кошки должны быть все части тела: голова, туловище, четыре ноги, хвост, уши. 2. Все части тела должны быть пропорциональны друг другу. 3. Можно оценить окрас или характер кошки и т. д. <p>Задание 3:</p> <p>- Ребята, я предлагаю вам списать текст. Перед тем, как писать, давайте определим критерии оценивания. (Оформление этих критериев на доске)</p> <p>Идёт, а без ног, Летит, а без крыльев, Не догнать, не остановить. (Время)</p> <p>- А теперь оцените себя.</p> <p>Рефлексия после работы:</p> <p>-Трудным ли было это задание? В чем его трудность?</p> <p>- Успешно ли вы с ним справились?</p> <p>-Трудно ли было проверить себя?</p> <p>-Как ты сможешь проверить себя сейчас?</p> <p>-На что будешь опираться?</p> <p>-Как ты теперь думаешь, для чего надо выполнять такие упражнения? В каких ситуациях они тебе пригодятся?</p> <p>-Над чем бы стоило еще поработать? Какие проблемы решить</p> <p>-Какую задачу можно для себя поставить?</p> <p>-Как бы вы оценили свою работу?</p>	<p>Учащиеся определяют роль критериев в оценивании</p> <p>Например:</p> <ul style="list-style-type: none"> - каллиграфия - наличие орфографических и пунктуационных ошибок - наличие помарок, исправлений
Рефлексия	<p>Что я взял с сегодняшнего занятия: («Продолжи предложение)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Я понял, что оценка - это... 2. Я понял, что отметка – это... 3. Оценка нужна для того, чтобы.... 	

--	--	--

Приложение к занятию 11-12

Варианты самооценки:

Оцени СВОЮ РАБОТУ на уроке.

Ответь на вопросы.

1. Сегодня на уроке я узнал(а)
(ЧТО?) _____

2. Сегодня на уроке я научился(лась)
(ЧЕМУ?) _____

3. Сегодня на уроке я научился(лась) лучше делать
(ЧТО?) _____

4. Самым неожиданным для меня сегодня стало
(ЧТО?) _____

5. Сегодня на уроке я мог(ла) бы сделать лучше (ЧТО
СДЕЛАТЬ?) _____

6. Осталось непонятным
(ЧТО?) _____

7. Сегодня на уроке я был(а) (КАКИМ УЧЕНИКОМ? КАКОЙ
УЧЕНИЦЕЙ?) _____

Лист самооценки умения работы с информацией:

№ п/п	Критерии оценивания	оценка		
		Все получилось	Не совсем всё получилось	Не получилось (почему?)
1	Найти информацию самостоятельно			
2	Выбрать самое основное для сообщения			

3	Оформить работу			
---	-----------------	--	--	--

Оценочный лист для оценки умения работать в группе:

Критерии оценки	Оцениваю себя сам	Оценка товарища
Активно работал в группе		
Выполнял свои обязанности		
Соблюдал культуру общения		
	++ у меня всё получилось -+ были затруднения, но я справился - у меня не получилось работать в группе	++ у тебя всё получилось -+ у тебя были затруднения, но ты справился - у тебя не получилось работать в группе
Оценка работы группы (поставить знак +)		
Мы работали слаженно и у нас все получилось	У нас были затруднения, но мы справились самостоятельно	У нас были затруднения, но мы справились с помощью учителя

Письменная рефлексия в конце урока:

Закончи предложения:

1. На уроке для меня было важно.....
2. На уроке мне было сложно.....
3. Теперь я умею.....
4. На уроке у меня получилось.....

Оцени сегодняшний урок знаком +

- урок полезен, всё понятно;
- остались вопросы;
- еще придется потрудиться;

- да, трудно все – таки учиться!

Лист успеха по освоению предметной темы:

Пример по теме «Безличные глаголы»	Мои достижения		Сомневаюсь	Планирую
	Знаю	Умею		
Значения				
Формы				
Личные глаголы в значении безличных				
Употребление в речи				
Нахождение в тексте				
Вывод				

Лист самооценки своей комфортности и результативности:

Критерии	Показатели				Оценка
Я	Себя чувствовал в процессе учения	Было ли мне комфортно	С каким настроением я работал	Доволен ли собой	5 4 3 2 1
Мы	Насколько мне было комфортно работать в группе	Какие у меня были затруднения в общении с группой	Смог ли я помочь товарищам	Смогли ли они мне помочь	5 4 3 2 1
Дело	Я достиг цели учения	Учебный материал нужный для меня, интересен	В чем я затруднялся, почему	Как мне преодолеть свои проблемы	5 4 3 2 1

Оценочный лист ученика:

+ могу/знаю

+/- сомневаюсь

- не могу/ не знаю

№ п/п	Критерии	Моя оценка	Учитель
1	Знаю тему урока		
2	Знаю цель урока		
3	Знаю план достижения цели		

4	Могу работать по плану		
5	Могу хорошо читать текст		
6	Умею отвечать на вопросы по тексту		
7	Сам могу составить вопрос к тексту		
8	Умею работать в группе		
9	Могу доказать свои высказывания		
10	Могу оценить свою работу на уроке		
11	Могу оценить работу своих товарищей		
12	Могу сказать, что урок прошел с пользой		

Занятие 13-14:

Тема: «Как работать над своими ошибками» - 2 часа

Цель: ученик научится определять шаги по предупреждению и устранению своих ошибок.

Цель: учащийся научится определять шаги по устранению своих ошибок.

Задачи:

1. Помочь осознать значение умения предупреждать ошибки в успешной жизнедеятельности

2. Обеспечить понимание сущности ошибки в жизни и учебе.

3. Создать условия для развития умения определять причину своих ошибок

4. Обеспечить усвоение общего способа работы над ошибками

Этапы занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты
Мотивационно – целевой	<p>1. Беседа по вопросу: - Что такое ошибка?</p> <p>2. Работа с понятием из разных источников.</p> <p>Задание 1: найти главные слова, словосочетания, определяющие понятие ошибка. Подчеркнуть их.</p> <p>Материал для изучения:</p> <p>1. Ошибка – несоответствие между двумя объектами, один из которых является эталоном (грамматическое правило, правильный ответ на задачу, решение, которое привело бы к жела-</p>	<p>Учащиеся выбирают родовое понятие – главное слово: несоответствие, неправильность, погрешность, нарушение и</p>

	<p>емому результату), а второй – чем – то, имеющим место в действительности.</p> <p>2. Ошибка – это то, что невозможно рассчитать и предсказать заранее, опираясь на накопленные знания.</p> <p>А) неправильность в действиях, поступках, суждениях, мыслях.</p> <p>Б) погрешность в написании слова (толковый словарь Ефремовой).</p> <p>3. Неправильность в вычислении, в написании и т.п., неправильный поступок, действие (этимологический словарь).</p> <p>4. Ошибка - это неправильность в мыслях, действиях, поступках, высказываниях и т.д. (википедия).</p> <p>Беседа с элементами дискуссии: Известно много исторических примеров, в которых ошибки привели к катастрофическим последствиям.</p> <p>Ошибкам посвящено множество афоризмов, их осмысляют философы, поэты, писатели, историки и представители многих других дисциплин.</p> <p>Так, с утверждением «на ошибках учатся» согласны многие философы.</p> <p>Какова Ваша точка зрения на этот счет?</p> <p>Нужна ли работа над ошибками?</p> <p>Запрос целей:</p>	<p>пр.</p> <p>Учащиеся выражают свои неоднозначные позиции по отношению к ошибке</p> <p>- знать способ и владеть им</p> <p>- Как научиться не повторять ошибок?</p> <p>- Что для этого нужно?</p>
<p>2.Содержательно – процессуальный этап</p>	<p>1.Выдвижение гипотез:</p> <p>Как научиться не повторять ошибок?</p> <p>Что для этого нужно?</p> <p>3. Работа в микрогруппах.</p> <p>Обсуждения способа (алгоритма работы над ошибкой:</p> <p>- Где была сделана ошибка?</p>	<p>- обнаружить ошибку</p> <p>- понять причины</p> <p>- знать правило</p> <p>- тренироваться</p> <p>- не все действия выполнены,</p>

	<p>- Причины ошибки? - Сравнить, как действовал я? - Как надо было действовать? - Как впредь избежать ошибки?</p> <p>2.Определение основных причин на основе обсуждения понятия СПОСОБ.</p> <p>- назовите основные причины ошибок в любом способе:</p> <p>3. Выработка общего алгоритма работы над ошибками.</p> <p>Тренинг. Как обнаружить ошибку? (Учащимся, сидящим по группам, предлагаются задания с ошибкой, по русскому языку математики и пр.)</p> <p>Как обнаружить ошибку? Что нужно изменить в своей деятельности, чтобы не допускать впредь этих ошибок?</p> <p>Задание 2: Прочитайте задание, найдите ошибку. Составьте план действий по устранению своих ошибок, исходя из ситуации. (Каждая группа составляет памятку).</p> <p>Обсуждение результатов работы микрогрупп:</p> <p>Прием: сверка с эталоном.</p> <p>Учитель: Ошибки можно совершать не только в действиях, но и в поступках, в отношениях с окружающими нас людьми.</p> <p>Представьте себе ситуацию, вам необходима помощь при выполнении домашнего задания. Вы обратились со своей проблемой к маме, которая в данный момент готовит ужин. Но так как она занята, то на вашу просьбу отвечает грубым отказом: «Отстань от меня, ты не видишь, что я сейчас занята?». Вы обиделись на маму. Ваши действия по исправлению</p>	<p>- действия выполнены не в том порядке? - не все действия выполнены правильно?</p> <p>Проверить:</p> <p>- все ли действия выполнены? - в том порядке ли порядке выполнены действия? - все ли действия выполнены правильно?</p> <p>Учащиеся составляют план и соотносят его с эталоном, который предлагает учитель.</p> <p>Учащиеся увидят, что к разным заданиям нужно подбирать свой способ обнаружения, так как он зависит от алгоритма выполнения задания.</p> <p>Варианты ответа:</p> <p>- обращусь за помощью к другим членам семьи - попрошу помощи у мамы, когда она освободится - позвоню одноклассникам - попытаюсь решить сам</p>
--	--	---

	и предупреждению подобной ситуации?	
Рефлексия содержательная	<p>Что нужно предпринять, чтобы избежать ошибок?</p> <p>Прием «Телеграмма». Заполните бланк телеграммы посланием из 11 слов (словосочетаний), используя ответы на вопросы.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Что вы думаете о прошедшем занятии? - Что вам понравилось? - Что осталось неясным? - В каком направлении будете двигаться дальше? <p>(Учащиеся получают бланк, составляют текст телеграммы)</p>	<p>Оценить, изучить ситуацию, обстановку, человека, условия, потом действовать</p> <p>В правильном ли порядке?</p> <p>Выражение своей позиции к ошибке</p>
Домашнее задание	Дома творчески оформить памятку по предметам, которую составили в классе	

Занятие 15

Тема: «Рефлексия деятельности»

Цель: обучающиеся овладеют приёмами рефлексии в различных видах деятельности.

Задачи:

- обеспечить осознание непрерывности развития своих регулятивных способностей;
- создать условия для адекватной оценки уровня владения своими регулятивными способностями;
- создать возможность непрерывного развития способностей на основе индивидуальной траектории развития.

№ п/п	Содержание деятельности	Планируемые результаты
1.	<p>Мотивационно-целевой этап:</p> <p>- Сегодня заключительное занятие по нашему курсу. Давайте вспомним основные темы наших занятий?</p> <p>Задание 1: У вас на партах чистые листы. Обведите на них свою руку. Каждый палец – это какая – то позиция, по которой необходимо высказать своё</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Восемь шагов к успеху. - План - Планирование

	<p>мнение. <i>Большой палец</i> – для меня важно и интересно; <i>Указательный палец</i> - мне было трудно (не понравилось); <i>Средний</i> – для меня было недостаточно; <i>Безымянный палец</i> – мое настроение; <i>Мизинец</i> – мои предложения.</p>	<p>-Оценка и самооценка - Как работать над своими ошибками - Контроль, самоконтроль - Что такое цель и как ее достичь</p>						
2.	<p>Содержательно-процессуальный этап: Беседа: -Что такое рефлексия? - Рефлексию сравнивают с зеркалом. Как вы это понимаете? Мы смотрим на мир, а видим себя. Всегда ли мы правильно себя видим. Зеркала бывают разные: чистые, мутные, кривые и пр. - От кого будет зависеть, как мы видим в «мире-зеркале» себя? Практикум: «Смотрю не другого, на объект Ситуации Рефлексивные сочинения (8-10 мин.) «Как я учусь управлять собой: мои проблемы и успехи». Можете использовать следующие вопросы: Раньше я.... Сначала изучения курса я Потом я столкнулся с проблемой Затем Я делал... Потом я понял (а).... Значит..... Теперь я буду...</p>	<p>– это размышления о себе, анализ своей деятельности, настроения, чувства. - мир-это зеркало и в нем я вижу себя; - от меня, если я научусь видеть свои недостатки, ошибки, понимать их причины, то смогу измениться к лучшему, найти пути исправления своих ошибок. - Рефлексирующий человек ищет проблемы в себе – нерексифицирующий - в других и т.д</p>						
3.	<p>Рефлексивно-оценочный этап: 3.1. Прием "Репка» я в себе вырастил Задание: Подумай и отметь знаком + способности и качества, которые у тебя «выросли» в процессе изучения данного курса. Поставь рядом с цифрой знак, – если этого не произошло:</p> <table border="1" data-bbox="336 1995 987 2078"> <tr> <td>№</td> <td>Умения</td> <td>+</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>-</td> </tr> </table>	№	Умения	+			-	<p>Учащиеся оценивают свои регулятивные умения на основе анализа своих сильных и слабых сторон и выходят на понимание необходимости продолжать развивать свои регулятивные</p>
№	Умения	+						
		-						

	1.	Умение видеть цель и стремиться к ней		способности
	2.	Умение планировать работу		
	3.	Умение организовать свой труд		
	4.	Умение беречь время		
	5.	Умение контролировать свои поступки		
	6.	Умение работать самостоятельно		
	7.	Видеть ценность в людях, с которыми ты живешь		
	8.	Видеть свои сильные и слабые стороны		
	9.	Воспринимать ошибки и проблемы, как источник новой цели		
	10.	Не унывать при неудачах		
	11.	Верить в себя		
3.2.	<p>-Что необходимо для того, чтобы развивать свои умения постоянно? Я дарю вам «Рефлексивный дневник», в котором вы будете отмечать свои успехи и неудачи, а также анализировать их причины.</p>			Постоянно рефлексировать

Приложение к занятию 15

Рефлексивный дневник:

№ п/п	Вопросы	Каковы результаты	Причины /примечания
1	Ставил ли я цели? Какие?		
2	Планировал ли я ее достижение?		
3	Сумел ли организовать свою деятельность?		
4	Эффективно ли расходовал свое время?		
5	Можно ли сделать лучше?		
6	Что я буду делать		

	далее?		
--	--------	--	--