

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Текстильная пластика и мягкая игрушка» (далее по тексту ПРОГРАММА) реализуется в деятельности ИЗО-студии и имеет художественную направленность.

Мир игрушки удивительно разнообразный. Здесь живут рядом сказка и реальность, современность и традиция. Ее история прослеживается с времени строительства египетских пирамид и до наших дней. С помощью игрушки ребенок открывает для себя мир и постигает накопленный жизненный опыт взрослых. Мы встречаемся с игрушками в музеях и на выставках, ценим их как художественные произведения, созданные талантливыми народными мастерами, художниками, скульпторами, дизайнерами. Игрушки и куклы сегодня – популярные «актеры» театра и кино, герои мультфильмов и телепередач. Как символы они участвуют в праздниках и обрядах, в международных фестивалях и чемпионатах. Кукла не рождается сама, это творение при помощи воображения и воли ее создателя.

В творческом развитии ребенка значение игрушки или куклы, сделанной своими руками, трудно переоценить. Такая работа способствует развитию фантазии, изобретательности, конструкторских возможностей, помогает выработать такие качества как терпение и нацеленность на результат. Ребенок развивает не только художественные, но и трудовые навыки. Занятия являются той плодотворной почвой, на которой можно вырастить и воспитать такие важные для человека качества, как любовь к труду, к красоте, терпение, аккуратность, дисциплинированность, умение работать в коллективе.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы.

За последние годы отмечается повышение заинтересованности подрастающего поколения к изучению разных видов рукоделия, в том числе технологии изготовления текстильных игрушек и предметов интерьера. Дети реализуют свои творческие замыслы, создают своими руками различные игрушки, кукол, подарки для друзей и близких. Вместе с тем, совершенствование навыков работы с текстильными материалами способствует развитию у учащихся мелкой моторики и координации движений, глазомера; развиваются навыки планирования и прогнозирования результатов деятельности, навыки самоконтроля, что положительно сказывается на общем развитии детей.

Новизна: Осваивая техники изготовления разных видов мягких игрушек и интерьерных изделий из текстиля, учащийся получает возможность познакомиться с историей декоративно-прикладного творчества и искусства, узнать о национальных традициях, связанных с народными праздниками и обрядами, ведением хозяйства.

ПРОГРАММА имеет **углубленный уровень** освоения. Организационно-содержательные компоненты, а также методическое сопровождение ПРОГРАММЫ подобраны в соответствии с особенностями организации процесса обучения художественным дисциплинам в ИЗО-студии. На занятиях учащиеся получают не только возможность раскрыть и развить свои творческие способности, но и осваивают предметные знания и умения по декоративно-прикладному искусству, необходимые для дальнейшего обучения в художественных коллективах, художественных профессиональных образовательных учреждениях.

Начиная с первого года обучения, учащиеся приобщаются к художественной деятельности, успешным результатом которой является постоянное участие в массовых творческих проектах различного уровня.

Отличительные особенности ПРОГРАММЫ:

- возможности использования потенциала культурных фондов (музеев, библиотек, выставок) в реализации задач ПРОГРАММЫ;
- обновление содержания ПРОГРАММЫ в соответствии с интересами детей, тенденциями развития дополнительного образования в России, потребностями общества;
- гибкий подход к оценке образовательных результатов;
- возможность сочетать применение полученных детьми знаний и навыков с их индивидуальным предложением;
- разновозрастный характер объединения.

Адресат: ПРОГРАММА адресована учащимся в возрасте 7-15 лет, выразившим интерес к изучению технологий текстильной пластики. Проведение отбора на обучение по ПРОГРАММЕ не предусмотрено.

Цель: развитие творческих способностей ребенка и актуализация профессионального самоопределения учащихся в контексте обучения умениям и навыкам текстильной пластики и изготовления мягкой игрушки.

Задачи:

Обучающие:

- обучить основным техникам изготовления мягких игрушек и интерьерных изделий, правилам ухода за готовыми изделиями;
- познакомить с историей народной игрушки и историей костюма, работами современных художников-кукольников и мастеров, работающих с текстилем в различных направлениях;
- обучить навыкам работы с различными текстильными материалами и построения выкроек для изделий.

Развивающие:

- развивать умение планировать, регулировать и оценивать результаты собственной творческой деятельности;
- развивать мелкую моторику и глазомер при работе с материалами;
- развивать цветное восприятие и композиционное мышление.

Воспитательные:

- совершенствовать способности к позитивному общению ребенка со сверстниками и взрослыми (опыт совместного обсуждения итоговых и промежуточных работ);
- прививать уважительное отношение к традициям ИЗО-студии, чувство гордости за участие в жизни коллектива всего Дворца;
- прививать стойкий интерес к изучению декоративно-прикладного и художественного искусства, а так же традиций народного творчества.

Условия реализации:

Условия набора и комплектования групп

ПРОГРАММА адресована детям 7-15 лет. Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие. Наполняемость в группах составляет: первый год обучения — 15 человек; второй год обучения — 12 человек; третий год обучения — 10 человек. Уменьшение количества наполняемости группы после 3-го года обучения, может быть связано с увеличением сложности выполняемых творческих работ. В состав группы могут

входить дети разного возраста. Это определяет необходимость гибкого использования методов и приемов педагогической работы в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся. При выполнении коллективных творческих работ особое внимание уделяется распределению заданий по степени сложности технического исполнения и знания художественных средств выразительности.

Коммуникативное взаимодействие более старших и младших участников коллектива во время просмотров работ, изготовления творческих изделий способствует развитию положительной мотивации у детей, позволяет легко перенимать практический опыт и индивидуальные наработки (приемы, цветовое решение, особенности декорирования и т.д.) в группе разновозрастных учащихся.

В течение учебного года на первом и последующих годах обучения может производиться дополнительный набор учащихся в группу, при наличии свободных мест после предварительного собеседования.

Сроки реализации:

ПРОГРАММА рассчитана на 5 лет обучения. На освоение программы требуется 1080 часов, включая индивидуальные консультации, проведение выставочных мероприятий, посещение экскурсий и мастер-классов по темам ПРОГРАММЫ.

1 год – 216 часов;

2 год – 216 часов;

3 год - 216 часов;

4 год – 216 часов;

5 год – 216 часов.

Форма организации деятельности:

Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Формы и режим занятия:

Формы проведения занятий: учебное занятие, беседа, выставка, экскурсия, творческий отчет, мастерская, мастер-класс, консультация, открытое занятие.

Материально-техническое обеспечение

Занятия должны проходить в светлом, хорошо проветриваемом помещении.

Материалы и оборудование: Инструменты: ножницы, различные по размеру и назначению иглы, иглы для фальцевания, кусачки и шуруповерты для работы с каркасами, шило, наперстки. Оборудование: утюг, гладильная доска, электрическая швейная машина .

- Текстильные материалы: нитки швейные и цветные для декоративной отделки , мех искусственный, драп, сукно, фетр, трикотаж, ситец, синтепон, пряжа, дублирующие клеевые материалы, войлок.
- Декоративные элементы: бисер, бусины, пуговицы, пайетки и т.п.
- Канцелярские принадлежности: бумага писчая и цветная, картон, ручки, простые и цветные карандаши, фломастеры, копировальная бумага, калька, акриловые краски для печати на ткани, кисти, валики поролоновые клей.
- Для изготовления работ используется тематическая литература с готовыми выкройками, личные наработки педагога.

- **Наглядные пособия:** Для теоретических бесед используются образцы готовых изделий в материале, иллюстрированные художественные альбомы, фотографии, книги, каталоги, распечатки из электронных ресурсов.

Планируемые результаты:

По итогам успешного освоения программного содержания, у учащихся будут сформированы следующие результаты:

Предметные

- представления об истории и традициях изготовления игрушек, особенностях народного костюма;
- представления о направлениях в работах современных художников-мастеров в текстиле;
- владение основными техниками изготовления мягких игрушек и интерьерных изделий, знание правил ухода за готовыми изделиями;
- навыки работы с различными текстильными материалами и построения выкроек для изделий.

Метапредметные

- умение планировать, регулировать и оценивать результаты собственной творческой деятельности;
- развитая мелкая моторика и глазомер при работе с материалами.
- развитые способности к цветовому восприятию и композиционному мышлению.

Личностные

- развитые способности к продуктивному общению ребенка со сверстниками и взрослыми (опыт совместного обсуждения итоговых и промежуточных работ);
- уважительное отношение к традициям ИЗО-студии, чувство гордости за участие в жизни коллектива всего Дворца;
- устойчивый интерес к изучению декоративно-прикладного и художественного искусства, а так же традиций народного творчества.

Учебный план
1-й год обучения

№	Тема занятий	Кол-во часов			
		теория	практика	итого	формы контроля
1	Беседа о целях и задачах кружка. Беседа по технике безопасности.	3	9	12	Тематическая беседа, устный опрос, наблюдение
2	Изготовление простых мягко набивных игрушек.	3	18	21	Тематическая беседа, подготовка творческой работы, наблюдение
3	«Странички потешной летописи». Особенности русской народной тряпичной куклы.	3	18	21	Тематическая беседа, наблюдение, презентация работы
4	Основы цветоведения. Значение цветовой гаммы при изготовлении текстильной игрушки.	6	24	30	Тематическая беседа, устный опрос, эскизы
5	Основы кроя.	4	38	42	Тематическая беседа, устный опрос, наблюдение
6	Декоративное оформление изделий.	3	36	39	Тематическая беседа, подготовка творческой работы, наблюдение, презентация работы
7	Совместимость материалов.	3	27	30	Тематическая беседа, подготовка к работе, наблюдение
8	Закрепление знаний по технологии изготовления мягко набивной игрушки.	3	9	12	Устный опрос, наблюдение, презентация работ, фото-отчет

9	Экскурсионное занятие: Этнографический музей «Традиционные обряды и праздники русского народов».	2	4	6	Наблюдение, устный опрос, фотоотчет
10	Участие в выставочных мероприятиях.		3	3	Наблюдение, презентация работ
	Итого:	30	186		216

**Учебный план
2-й год обучения**

№	Тема занятий	Кол-во часов			
		теория	практика	итого	формы контроля
1	Вводное занятие по технике безопасности. Беседа о работе над образом игрушки.	2	4	6	Тематическая беседа, наблюдение, эскизы
2	Изготовление мягко набивных игрушек по образцам из альбомов и книг.	3	7	10	Тематическая беседа, наблюдение, презентация творческих работ
3	Игрушка в жилом интерьере.	5	28	33	Тематическая беседа, эскизы, подготовка творческой работы, презентация
4	Виды и функции каркаса в игрушке.	4	16	20	Тематическая беседа, подготовка творческой работы, наблюдение
5	Изготовление простейшей каркасной игрушки (статичный каркас).	3	24	27	Тематическая беседа, эскиз, наблюден. Подготовка творческая работы, презентации

6	Изготовление простой мягко набивной игрушки с каркасом.	4	36	40	Устный опрос, эскизы, подготовка творческой работы, наблюдение, презентация.
7	Традиционные календарные праздники и игрушки в подарок.	6	30	36	Тематическая беседа, устный опрос, подготовка творческих работ, наблюдение, презентация
8	Проект «Чердачная кукла».	3	27	30	Тематическая беседа, эскиз, наблюдение, изготовление работ презентация, фото-отчет
9	Экскурсионные занятия. Экскурсия в Петербургский музей игрушки.	4	4	8	Наблюдение, устный опрос, фотоотчет
10	Участие в выставочных мероприятиях.	2	4	6	Тематическая беседа, презентация работы, фотоотчет
Итого:		36	180		216

**Учебный план
3-й год обучения**

№	Тема занятий	Кол-во часов			формы контроля
		теория	практика	итого	
1	Занятие по технике безопасности. Беседа о роли кукол и игрушек на примере исторического материала.	3	6	9	Тематическая беседа, практические упражнения, наблюдение

2	Роль куклы в русских обрядах и традициях.	4	10	14	Тематическая беседа, подготовка творческой работы, наблюдение, презентация
3	Изготовление простейшей народной куклы- закрутки «Пеленашка»	2	3	5	Тематическая беседа, творческая работа, наблюдение
4	Беседа о создании образа куклы. Способы оформления лица.	4	14	18	Тематическая беседа, эскизы, творческая работа, наблюдение, презентация
5	Конусная мягко набивная игрушка.	3	15	18	Тематическая беседа, эскизы, творческая работа, наблюдение
6	Традиционный русский костюм.	6	30	36	Тематическая беседа, устный опрос, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация, фото-отчет
7	Основы кроя одежды для игровых кукол.	6	18	24	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация, фото-отчет
8	Беседа о куклах в интерьере.	6	24	30	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация, фото-отчет

9	Самостоятельная работа по созданию куклы с оформленным лицом.	2	9	11	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение,
10	Интерьерная кукольная композиция.	4	10	14	Тематическая беседа, устный опрос, эскиз, наблюдение,
11	Самостоятельная работа по изготовлению куклы с оформленным лицом, в костюме.	3	22	25	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация, фото-отчет
12	Экскурсионные занятия. Посещение и участие мастер-класса в Этнографическом музее.	2	4	6	Наблюдение, устный опрос, творческая работа, фото-отчет.
13	Участие в выставочных мероприятиях.		6	6	Презентация работы, фотоотчет
	Итого:	45	171		216

**Учебный план
4-й год обучения**

№	Тема занятий	Кол-во часов			
		теория	практика	итого	формы контроля
1	Вводное занятие. Обсуждение планов работы на учебный год.	2	2	4	Тематическая беседа, устный опрос, наблюдение
2	Декоративно-прикладное творчество в современном интерьере.	2	6	8	Тематическая беседа, эскиз, наблюдение, презентация
3	Технология ручной набойки на ткани акриловыми красками по трафарету.	2	6	8	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа,

					наблюдение
4	Изготовление декоративных подушек.	2	10	12	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация
5	Функциональное применение кукол и игрушек. Изготовление куклы-грелки на чайник.	3	18	21	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация, фото-отчет
6	Изготовление настенных полу объемных игрушек-карманов («саше»).	3	18	21	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация, фото-отчет
7	Кукольная миниатюра. Изготовление комплектов игрушек в подарок.	3	18	21	Тематическая беседа, творческая работа, наблюдение
8	Изготовление гирлянды из объемных элементов (кукол или игрушек).	3	18	21	Тематическая беседа, творческая работа, наблюдение, презентация,
9	Изготовление панно из небольших объемных элементов (кукол или игрушек).	3	20	23	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация, фото-отчет
10	Перчаточная кукла, ее назначение: беседа по теме, разработка и изготовление простой формы перчаточной куклы.	3	21	24	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа,

					наблюдение, презентация, фото-отчет
11	По мотивам русской текстильного мяча: игрушка-шкатулка. Построение выкройки, пошив, набивка, доработка по декору.	3	14	17	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация, фото-отчет
12	Самостоятельная работа по разработке образа и его применения. Изготовление выкройки и пошив функциональной куклы или игрушки.	2	18	20	Устный опрос, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация.
13	Экскурсионные занятия: посещение мастерской художника по текстилю, с возможностью мастер-класса.	2	4	6	Наблюдение, творческая работа, фото-отчет
14	Участие в выставочных мероприятиях.	2	8	10	Тематическая беседа, творческая работа, наблюдение, фото-отчет
	Итого:	35	181	216	

**Учебный план
5-й год обучения**

№	Тема занятий	Кол-во часов			формы контроля
		теория	практика	итого	
1	Занятие по технике безопасности. Просмотр летних творческих работ.	2	3	5	Тематическая беседа, устный опрос, наблюдение
2	Беседа о роли предметов декоративно-прикладного творчества в интерьере.	2	6	8	Тематическая беседа, эскиз, наблюдение, презентация
3	Текстильная каркасная кукла со сложным оформлением лица и рук с применением метода утяжек.	4	34	38	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение,

					презентация, фото-отчет
4	Модели повышенной сложности. Знакомство с особенностями построения выкроек сложных объемных игрушек.	4	18	22	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация
5	Кукольная миниатюра, как вариант модели повышенной сложности.	3	23	26	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация, фотоотчет
6	Изготовление каркасных игрушек животных в костюмах по мотивам русских народных сказок.	6	30	36	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация, фото-отчет
7	Различные материалы и техники, используемые в изготовлении кукол и костюмов для них.	3	28	31	Тематическая беседа, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация, фото-отчет
6	Итоговая работа по изготовлению модели повышенной сложности.	6	28	34	Тематическая беседа, устный опрос, эскиз, творческая работа, наблюдение, презентация, фото-отчет
7	Экскурсионные занятия в Музее Варежки и Эрмитаже.	4	3	7	Наблюдение, устный опрос, фото-отчет
8	Участие в выставочных мероприятиях.	2	7	9	Тематическая беседа, наблюдение, презентация, фото-отчет
	Итого:	36	180		216

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Форма контроля	Виды контроля
Текущий	Анализ творческих работ (эскизов, изделий), просмотры, наблюдение за деятельностью обучающихся;
Промежуточный	Просмотр итоговых работ, участие в выставках, обобщение результатов педагогических наблюдений за деятельностью обучающихся на занятиях;
Итоговый	Выставка, конкурс, открытое занятие, индивидуальное собеседование;

Методы и формы оценки результативности:

- Педагогическое наблюдение и педагогический анализ.
- Анализ и обсуждение работ в процессе их изготовления, итоговый результат (индивидуальное консультирование педагогом ребенка, беседа с участием всего детского коллектива). Обсуждение и анализ творческих работ исключает какую-либо критику или сравнение, предполагает только корректный профессиональный совет, поддержку ребенка на протяжении всего рабочего процесса, поощрение его творческой инициативы.
- Проведение блиц-выставок и открытых просмотров итоговых работ с участием авторов, дает возможность ознакомиться с результатами и проследить динамику развития умений и навыков ребенка, а также дать индивидуальные профессиональные советы и пожелания учащимся в дальнейшей творческой деятельности.
- Представление работ к участию в выставках и конкурсах детского творчества, экспонирование работ в рамках проведения праздников, фестивалей и других мероприятий, дает возможность учащимся повысить творческую самооценку и продолжать художественное образование.
- Педагогические отзывы об открытых занятиях;
- Оформление фото-отчетов выставок, конкурсов, открытых занятий;

Диагностика предметных и метапредметных результатов освоения программы

Фамилия, имя ребёнка _____

Критерии оценивания динамики освоения программы	Этапы контроля	
	<i>промежуточный</i>	<i>итоговый</i>
<i>Метапредметные умения и навыки</i>		
Положительная (устойчивая) мотивация ребенка к изучению истории и образов в декоративно-прикладном искусстве.		
Навыки адекватной самооценки в творческой деятельности.		

Навыки планирования этапов и содержания работы по созданию изделия.		
Соблюдение правил этики в обсуждении и при проведении просмотров учебных работ в группе.		
Предметные умения и навыки		
Знание основных теоретических вопросов по истории игрушки.		
Знание основных элементов и технологии создания народного костюма.		
Навыки работы с выкройкой.		
Владение правилами техники безопасности при работе с инструментами.		
Знание и умение работы с разными текстильными материалами.		
Владение разными технологиями изготовления игрушки.		

Шкала оценивания выделенных критериев

- A** – высокий уровень
- B** – уровень выше среднего
- C** – средний уровень
- D** – уровень ниже среднего
- E** - низкий

Высокий уровень.

Характеризуется наличием устойчивого интереса и познавательной активности при изучении теоретических вопросов ПРОГРАММЫ, способностями использовать теоретический материал при создании замысла/эскизов собственных будущих работ. Владеет навыками планирования и эффективного использования временных ресурсов при изготовлении игрушки/куклы. Не испытывает трудностей в работе с выкройками, схемами. Сравнительно легко овладевает разными технологиями шитья, крепежа и декорирования изделий. Активно участвует в выставочной работы коллектива; проявляет уважение к творчеству других обучающихся, при необходимости помогает им.

Уровень выше среднего.

Имеет устойчивую мотивацию к занятиям. Интересуется вопросами, связанными с историей игрушки, ролью игрушки/куклы в традиционных праздниках, современными авторскими куклами. Проявляет активность и самостоятельность на подготовительных этапах работы. При работе с выкройками может допускать небольшие неточности. Выполняя операции по пошиву, скреплению деталей и декорированию готового изделия часто обращается за помощью к педагогу. Не достаточно уверен в правильности выполнения задания, нередко пытается переделать работу, если, по его мнению, результат

не соответствует ожиданию. Основные трудности связаны с продуктивным распределением времени и собственных усилий при выполнении задания.

Средний уровень.

Проявляет интерес в изучению теоретических вопросов. Проявляет фантазию и самостоятельность при определении замысла будущей работы. Самостоятельно подготавливает эскизы. Однако на этапе воплощения собственного замысла в творческом изделии испытывает трудности выполнения операций шитья, крепления и набивки игрушки. Часто торопится, не хватает усидчивости, волевой регуляции. При возникновении трудностей – начинает терять интерес к изготовлению данной творческой работы. Нуждается в массивной эмоциональной поддержке и помощи при реализации разных технологий рукоделия.

Ниже среднего.

При достаточно развитой мотивации к занятиям демонстрирует трудности в работе с выкройками (чтение, самостоятельное составление). Стремится в собственной работе с разными видами творческих изделий придерживаться конкретного шаблона. Незрелость точности и координации движений мелкой моторики затрудняет процесс эскизирования, раскройки и пошива изделия.

Низкий.

Плохо ориентируется в теоретических вопросах по истории игрушки, особенностям создания народного костюма. Не может самостоятельно планировать последовательность работы и использование приемов рукоделия при создании изделия. Нуждается в помощи при работе с выкройками и в процессе шитья/набивки и декорирования творческого изделия.

Диагностика метапредметных и личностных результатов освоения программы

Опросник «Социальный интеллект»

(методика Н. Холла в модификации Г.В. Резапкиной)

Методика состоит из 30 утверждений и позволяет выявить слабые социальные интеллекта, который является важнейшим условием полноценного профессионального и личностного развития человека («Самосознание», «Саморегуляция», «Эмпатия», «Коммуникабельность», «Самотивация»). Достоверность методики зависит от уровня самооценки и самопонимания. Инструкция. Если высказывание отражает ваше отношение к себе, людям и событиям – поставьте в клетке с его номером плюс, если не отражает – минус.

1	6	11	16	21	26	
2	7	12	17	22	27	
3	8	13	18	23	28	
4	9	14	19	24	29	
5	10	15	20	25	30	

1. Для меня дороги как отрицательные, так и положительные эмоции в моей жизни.
2. Когда я испытываю давление со стороны, то обычно сопротивляюсь.
3. Я обычно терпеливо выслушиваю других людей, иногда в ущерб своим интересам.
4. В общественных местах или транспорте я с интересом рассматриваю незнакомых людей.
5. Когда я занимаюсь любимым делом, все остальное отходит на второй план.
6. Отрицательные эмоции помогают мне понять, что мне нужно изменить в своей жизни.
7. Я отслеживаю свои эмоциональные реакции.
8. Мне легко понять переживания даже незнакомых людей.
9. Мне нравится работа, связанная с интенсивным общением.
10. Я не могу успокоиться, пока не доведу свою работу до совершенства.
11. Мне интересно наблюдать изменение своего эмоционального состояния.
12. Если меня что-то расстроило, я быстро прихожу в себя.
13. Я хорошо понимаю эмоции других людей, даже если они их стараются скрыть.
14. Мне нетрудно попросить незнакомца о помощи.
15. Когда я берусь за новое дело, я не сомневаюсь в его успехе.
16. Когда есть время, я обращаюсь к своим переживаниям, чтобы понять их причину.
17. Я не застреваю на отрицательных эмоциях.
18. Я чувствую настроение человека по выражению его лица.
19. Обычно я чувствую себя комфортно даже в компании незнакомых людей.
20. Профессиональная успешность во многом зависит от отношения человека к своей работе.
21. Знание своих истинных чувств необходимо мне для поддержания хорошей формы.
22. Я обычно быстро прихожу в себя после неожиданного огорчения.

23. Я замечаю зависимость своего настроения от настроения окружающих меня людей.
24. В долгой дороге мне интереснее общаться с попутчиками, чем читать книгу.
25. Препятствия на пути к цели делают меня сильнее.
26. Люди, осознающие свои чувства, лучше управляют своей жизнью.
27. Я могу влиять на свое настроение.
28. Я обычно внимательно отношусь к просьбам незнакомых людей о помощи.
29. У меня много друзей, которые всегда поддержат меня в сложной ситуации.
30. Я хотел(а) бы работать не только из-за денег.

Подсчитайте число плюсов в каждой строке и запишите полученные числа в последних строчках. Первая строка – «Самосознание», вторая – «Саморегуляция», третья – «Эмпатия», четвертая – «Навыки взаимодействия», пятая – «Самотивация».

Обработка теста заключается в подсчете плюсов в каждой строке:

0–2 балла – низкий уровень;

3–4 – средний уровень;

5–6 – высокий уровень выраженности качества.

Самосознание – способность осознавать свои эмоции, мотивы и потребности. Высокий (5–6) уровень самосознания означает способность осознания своих эмоций, мотивов и потребностей, дающую возможность прогнозировать успешность в профессиях, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением. Средний (3–4) уровень самосознания означает недостаточно сформированную способность осознания своих эмоций, мотивов и потребностей, затрудняющую профессиональное и личностное развитие. Низкий (0–2 балла) уровень самосознания означает несформированную способность осознания своих эмоций, мотивов и потребностей, осложняющую работу, связанную с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

Саморегуляция – способность управлять своими эмоциями. Высокий (5–6) уровень самоконтроля позволяет людям контролировать свое эмоциональное состояние, что является профессионально важным качеством в профессиях, связанных с

управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением. Средний (3–4) уровень самоконтроля означает недостаточную способность управлять своими эмоциями, затрудняющую профессиональную и социальную адаптацию человека. Низкий (0–2 балла) уровень самоконтроля может проявляться в виде эмоциональной неустойчивости, тревожности, утомляемости, осложняя профессиональную деятельность, связанную с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

Эмпатия – умение ставить себя на место другого, учитывать в процессе принятия решений чувства и эмоции других людей. Высокий (5–6) уровень эмпатии является профессионально важным качеством для профессий, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением. Средний (3–4) уровень эмпатии может осложнять профессиональную деятельность в сферах, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением. Низкий (0–2) уровень эмпатии свидетельствует о слабой способности понимать чувства, мотивы и потребности других людей и может препятствовать эффективному выполнению работы, связанной с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

Навыки взаимодействия – доброжелательный интерес к людям, готовность к сотрудничеству. Высокий (5–6) уровень способствует эффективному взаимодействию с другими людьми и является профессионально важным качеством для профессий, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением. Средний (3–4) уровень может осложнять деятельность, связанную с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением. Низкий (0–2) уровень затрудняет работу, связанную с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

Самомотивация – способность ставить перед собой цели и достигать их. Высокий (5–6) уровень самомотивации способствует достижению поставленных целей и позволяет прогнозировать профессиональную успешность в различных сферах. Средний (3–4) уровень самомотивации может осложнять профессиональную деятельность. Низкий (0–2) уровень самомотивации