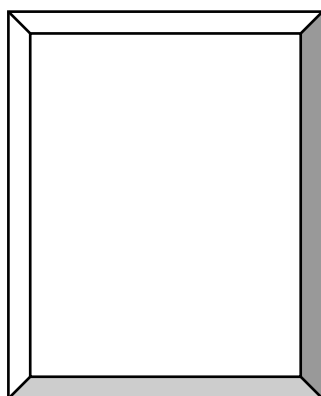


# Портфолио

## достижений учащегося



**Фамилия** \_\_\_\_\_

**Имя** \_\_\_\_\_

**Отчество** \_\_\_\_\_

**Класс:** \_\_\_\_\_

*Классный руководитель:* \_\_\_\_\_

*Период, за который представлены документы и материалы:*

*с \_\_\_\_\_ 200\_\_ г. по \_\_\_\_\_ 200\_\_ г.*

*Личная подпись учащегося* \_\_\_\_\_

# Положение о портфолио учащегося

**Портфолио** – это способ фиксирования, накопления и оценки индивидуальных достижений школьника в определенный период его обучения в виде рабочей файловой папки, которая документирует приобретенный опыт и успехи учащегося.

**Портфолио** – эффективное средство мониторинга образовательных достижений учащихся.

**Портфолио** – это собрание личных достижений ученика, которое формируется лично учеником и реально показывает его уровень подготовленности и активности в различных учебных и внеучебных видах деятельности в школе и за ее пределами.

**Портфолио** – это современная форма оценивания образовательных результатов в учебной, творческой, социальной, исследовательской и других видов деятельности.

**Портфолио** помогает организовать контроль над своим временем, правильно реагировать на ошибки и ставить реальные задачи.

**Портфолио** как форма фиксирования личных планов и достижений фиксируется в ходе всего образовательного процесса и служит связующим звеном между школой и профессиональными учебными заведениями, вузами; между образовательной сферой и рынком труда.

**Портфолио** учащихся 8-9 классов служит инструментом создания индивидуальной образовательной траектории ученика, отражает результаты индивидуальной образовательной активности.

## ***Основные цели портфолио: «показать все, на что ты способен»***

- отслеживание, учет, оценивание индивидуальных достижений обучающихся;
- активация их разноплановой деятельности, повышение образовательной активности школьников;
- индивидуализация образования;

## ***Основные задачи портфолио:***

- формирование умения учиться: ставить цели, планировать и организовывать свою деятельность;
- формирование и поддержка учебной мотивации школьников;
- организация воспитательного процесса с учетом личных стремлений и достижений обучающихся;
- расширение возможностей контрольно-оценочных средств образования, введение альтернативных форм оценивания;
- развитие навыков рефлексивной, оценочной деятельности обучающихся.



## Информация о владельце портфолио.

### Мой портрет –

цели, самоанализ, результаты психологических диагностик, автобиография.

Включает в себя личные данные учащегося, ведущего портфолио.

Автобиография. В этом разделе помещаются результаты психологической диагностики. Информация, помогающая ребенку проанализировать свой характер, способности. Узнать способы саморазвития, самосовершенствования, самопознания. Ученик ежегодно проводит самоанализ собственных планов и интересов. Ставит цели и анализирует их достижение. Также проводит самоанализ итогов года.



## Анкета «Знакомство»

Класс \_\_\_\_\_ Дата заполнения \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Дата рождения: \_\_\_\_\_ Гражданство: \_\_\_\_\_

Место рождения \_\_\_\_\_

Полный домашний адрес (с почтовым индексом): \_\_\_\_\_

Домашний телефон (с кодом): \_\_\_\_\_ e-mail: \_\_\_\_\_

Паспорт (серия и номер, когда и кем выдан) \_\_\_\_\_

С какого класса обучаешься в этой школе? \_\_\_\_\_

Где обучался ранее? \_\_\_\_\_

Внеклассная деятельность (кружки, секции и т.д.) \_\_\_\_\_

Что вам больше всего нравится делать в свободное время? \_\_\_\_\_

Какие фильмы, телепередачи вы предпочитаете смотреть? \_\_\_\_\_

Какая музыка вам больше всего нравится? \_\_\_\_\_

Что вы обычно читаете в свободное время (помимо школьной программы)? \_\_\_\_\_

Ваши увлечения (хобби)? \_\_\_\_\_

Какая область знаний более всего привлекает? *Естественнонаучная:* математика, физика, химия, биология, география. *Общественно-научная:* история, философия, право, экономика. *Гуманитарная:* литература, русский язык, иностранные языки (журналистика, педагогика, психология, лингвистика)

Какие учебные предметы нравятся? \_\_\_\_\_

Какие учебные предметы не нравятся? \_\_\_\_\_

Какие профессии вас привлекают? \_\_\_\_\_

Выбрал ли ты профильный класс/профессию (если да, то напиши какую)? \_\_\_\_\_

Почему ты выбрал именно это направление? Если выбор еще не сделан, то напиши, что мешает тебе его сделать? \_\_\_\_\_

Уровень образования, которое ты хочешь получить:  
высшее / среднее профессиональное / начальное профессиональное

## Карта «Мои интересы, потребности и возможности»

Делать что-то руками (рисовать, шить, вязать, конструировать модели и т. д.)		
Я люблю	Мне интересно научиться	Я могу
1		
2		
3		

Выполнять физические упражнения (танцевать, плавать, играть в спортивные игры и т. д.)		
Я люблю	Мне интересно научиться	Я могу
1		
2		
3		

Заниматься музыкой (слушать, петь, играть на музыкальных инструментах)		
Я люблю	Мне интересно научиться	Я могу
1		
2		
3		

Получать углубленные знания по предметам (иностранному или русскому языку, литературе, биологии, информатике, истории, химии, физике, математике, географии и др.)		
Я люблю	Мне интересно научиться	Я могу
1		
2		
3		

*Поэтому я буду (наиболее приемлемые варианты, которые я буду рассматривать\*):*

*\* В результате анализа необходимо выбрать три наиболее подходящих варианта.*

## Мои ценности труда

Выберите, пожалуйста, из представленного списка самые важные для Вас ценности и запишите их в порядке убывания по степени значимости. (поставь № в  )

**Надежность** – иметь постоянную работу, которая позволяет быть уверенным в завтрашнем дне.

**Престиж** – иметь работу, которая дает вам высокий статус и положение в обществе.

**Высокая заработная плата** – иметь работу, которая обеспечивает высокий материальный уровень жизни.

**Независимость** – работа, которая позволяет вам быть самому себе хозяином, следовать своим собственным суждениям и работать так, как хочется Вам без какого-либо контроля.

**Разнообразие** – работа, дающая возможность выполнять много разных дел.

**Творчество** – работа, в которой необходимо использовать ваше воображение или быть первооткрывателем, «генератором идей».

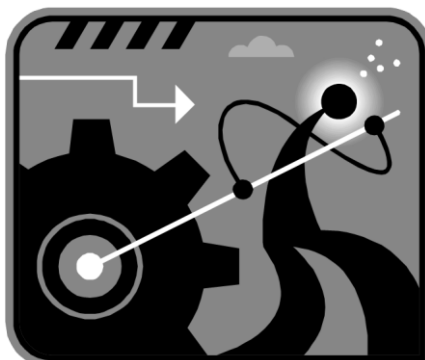
**Лидерство** – стремиться управлять людьми и отвечать за них, принимать решения, влияющие на их жизнь и работу.

**Работа с людьми** – в тесном контакте с людьми, направленная на создание психологического комфорта и помощи другим.

**Высокие достижения** – работа, способная приносить успех.

**Минимальная ответственность** – работа под контролем других людей, которые вам говорят, что делать.

**Работа руками** – работа, где требуется ловкость рук, практический интеллект для работы с машинами и инструментами или изготовления и ремонта вещей.



## Самоанализ по итогам года

(8 класс)

(заполняется самостоятельно на классном часе последней недели апреля либо дома)

Итоги прошедшего учебного года для меня	
Из запланированного мне удалось выполнить	
Невыполненным оказалось (объяснить причины)	
В результате изучения предметов (перечислить предметы) для меня стало важным	
В этом учебном году для меня самым значимым и запоминающимся было	
Мои представления о себе за прошедший год изменились	

## Самоанализ по итогам года

(9 класс)

Итоги прошедшего учебного года для меня:	
Из запланированного мне удалось выполнить	
Невыполненным оказалось (объяснить причины)	
В результате изучения курсов по выбору для меня стало важным	
В этом учебном году для меня самым значимым и запоминающимся было	
Мои представления о себе за прошедший год изменились	
На сегодняшний день для меня наиболее предпочтительным является профиль (объяснить причину)	

## Учебная деятельность (Что и как я изучаю в школе)

*Итоги успеваемости*

№	Предмет	Учебный год 20..../20....						Учебный год 20..../20....						
		<i>I</i> <i>четв</i>	<i>II</i> <i>четв</i>	<i>III</i> <i>четв</i>	<i>IV</i> <i>четв</i>	<i>перев.</i> <i>экз.</i>	<i>год</i>	<i>I</i> <i>четв</i>	<i>II</i> <i>четв</i>	<i>III</i> <i>четв</i>	<i>IV</i> <i>четв</i>	<i>год</i>	<i>экз</i>	<i>итог</i>
1	Русский язык													
2	Литература													
3	Математика													
4	История													
5	История России													
6	Всеобщая история													
7	Обществознание													
8	География													
9	Биология													
10	Физика													
11	Химия													
12	Физическая культура													
13	ОБЖ													
14	Трудовое обучение													
15	Английский язык													
16	Музыка													
17	Информатика													
18														
	<i>Сумма оценок</i>													
	<i>Место (рейтинг)</i>													
	<i>Ср. балл успеваемости</i>													

*Аттестат*

*Ср. балл:*



## Умение учиться (0–10 баллов)

1. Умею взять все необходимое для школы	
2. Умею слушать объяснения и задания	
3. Умею попросить о помощи, если что-то не получается	
4. Умею отвечать на поставленный вопрос	
5. Умею выполнять задания в соответствии с инструкцией	
6. Умею распределять работу	
7. Умею правильно реагировать на замечания	
8. Умею гордиться своей работой	
9. Умею быть самостоятельным	
10. Умею делать домашнее задание быстро и качественно	
11. Умею организовать свое свободное время	





## Дополнительное образование

(участие в работе студий, кружков, секций, ...)

Годы учебы	Наименование учреждения	Предмет, творческое объединение

## Образовательные курсы

(Курсы, пройденные обучающимся с целью углубления и расширения знаний по определенным дисциплинам (курсы иностранного языка, курсы информатики,...)).

п/п	Наименование курса	Время и место прохождения	Результат (№ сертифик, свид., дипл.)
1			
2			
3			
4			
5			



## Мои успехи

Перечень представленных творческих / исследовательских/  
проектных работ / рефератов



№	Название творческой работы, ее вид	Объем работы	Время и место работы	Наличие отзыва
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				

### Участие в конкурсах

№	Название (тема) конкурса	Дата	Я-победитель	Я - призер	Я - участник
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

## **Мое участие в школьных праздниках и мероприятиях**

*(приложение ксерокопий грамот, благодарностей, ...)*

<b>Дата</b>	<b>Мероприятие, праздник</b>	<b>Участие, исполняемая роль</b>	<b>Поощрение</b>



**Сведения  
о спортивных достижениях**

<b>№</b>	<b>Дата участия</b>	<b>Наименование соревнований</b>	<b>Уровень</b>	<b>Результат</b>	<b>Примечание (напр., копия диплома прилагается)</b>
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					

## Критерии оценок документов, входящих в «портфолио документов»

№ п/п	Название документа	Школьные	Районные	Областные	Баллы
1	Аттестат, итоги успеваемости за год				Средний балл
2	Сертификаты				2 1
3	Грамоты за успехи в изучении отдельных предметов				2 1
4	Грамоты системы дополнительного образования	+	+	+	2 3 4
5	Свидетельства об окончании курсов, отделений, школ				3
6	Другие грамоты	+	+	+	2 3 4

## Критерии оценок документов, входящих в «портфолио работ»

1	Участие в проектах, исследовательских работах	+	+	+	2 3 4
2	Участие в конференциях, конкурсах, соревнованиях, концертах, выставках	+	+	+	2 3 4
4	Обучение элективным курсам				2 (за каждый)
5	Участие в работе факультативов, кружков, секций				2 (за каждый)
6	Работа в бригадах, отрядах				2 (за каждый)
7	Участие в олимпиадах	+	+	+	1 2 3
8	Призеры олимпиад	+	+	+	1 2 3

## Памятки, инструкции, полезная информация

### Советы по составлению документа «Мои жизненные планы»

Данный документ представляет собой итог серьезных размышлений и требует определенного времени, поэтому не следует торопиться с его составлением.

Несколько рекомендаций, приведенных ниже, помогут вам составить более содержательный документ, который действительно поможет вам определиться с планами на ближайшее будущее и более длительную жизненную перспективу.

1. Ваши планы должны быть достаточно конкретными. Не стоит писать фразы типа: «Стать более общительным!» Что это значит? Как вы сможете измерить свою общительность? Количеством людей, с которыми вы здороваетесь?

Лучше написать: «Пройти курс коммуникативного тренинга длительностью 5 дней».

Здесь результат тоже не гарантирован, но это можно проконтролировать.

2. В ваших планах должны быть указаны точные сроки. Не стоит писать: «В течение 2005 года». Лучше напишите: «март 2005 года». Тогда вы сможете себя проконтролировать.
3. Главное - не забывайте давать ответ на вопрос: «Что я собираюсь для этого сделать?», анализируя очередной пункт своих жизненных планов.

### Советы по составлению автобиографии

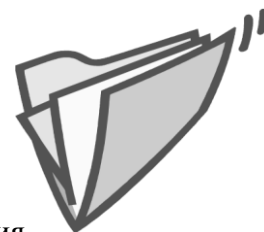
1. Автобиография начинается со слов: Я, фамилия, имя, отчество,.. а дальше вся информация излагается в свободной форме, но при этом следует учесть несколько рекомендаций:
2. Автобиография должна быть краткой, но вместе с тем достаточно развернутой, чтобы можно было представить основные события вашей жизни.
3. Информация, указанная в автобиографии, должна помочь вам представить свою жизнь в максимально выгодном свете, не искажая реальных фактов и событий.
4. Прямо указывайте на конкретные события вашей жизни, описывая не только суть самого события, но и ваше отношение к нему и, что более важно, ваши выводы, которые вы сделали после этого события.

Текст автобиографии и ее внешнее оформление должны быть максимально комфортными для чтения, все пишется (печатается) на хорошей бумаге, крупным шрифтом или разборчивым почерком.

5. В конце текста вы должны поставить дату написания автобиографии.
6. Автобиография должна быть подписана. Если она написана на нескольких листах, то подписывается каждый лист.

### Советы по составлению резюме

1. Резюме должно быть кратким и правдивым.
2. Не употребляйте название «Резюме» в заголовке. Заголовком должны быть ваши фамилия, имя и отчество.
3. Информация, указанная в резюме, должна быть ориентирована именно на указанную цель, например, на искомый профиль или работу
4. Чётко указывайте ваши биографические данные — дата и место рождения, подданство, семейное положение и т.д.
5. Для изложения сведений об образовании и опыте работы используйте обратный хронологический порядок.
6. Указывайте в резюме те дополнительные сведения, которые могут повысить вашу ценность (например, содержание вашей работы, достижения, имеющиеся конкретные знания и навыки, требуемые в данной работе).
7. Всегда используйте принцип «НА» вместо «ДАЙ», то есть не просите, а предлагайте.
8. Резюме может быть составлено и на иностранном языке, но только в том случае, если работа требует знания иностранного языка.
9. Текст и внешнее оформление резюме должны быть максимально комфортными для чтения, все печатается на хорошей бумаге, крупным шрифтом.





10. Направляя резюме конкретному лицу или в организацию, желательно снабдить его сопроводительным письмом, составляя которое необходимо учитывать определенные правила.

## Защита результатов исследования

*Следует помнить, что на все выступление отводится не более 5–7 мин. По регламенту можно рассчитывать дополнительно на 1–2 мин, но не более. Ни о теме (ее уже объявили), ни о том, что было прочитано (список литературы), говорить не следует. Защита ни в коем случае не должна сводиться к пересказу всего содержания работы. Если вы не сумели заинтересовать аудиторию за отведенное по регламенту время, его продление только усилит непонимание и раздражение слушателей.*

Подготовку доклада лучше всего начать с продумывания его структуры. Четкое и ясное представление о работе у самого докладчика – залог понимания его аудиторией. Доклад можно разделить на 3 части, состоящие из отдельных, но связанных между собой блоков.

**Первая часть** по сути кратко повторяет введение исследовательской работы. Здесь обосновывается актуальность выбранной темы, описывается научная проблема, формулируются задачи исследования и указываются его основные методы. Для того чтобы ваш доклад вызвал интерес аудитории, очень важно правильно настроить слушателей с самого начала вашего выступления. Существует несколько способов привлечения внимания аудитории. Например, вы можете начать выступление с приведения примера, интересной цитаты, образного сравнения предмета выступления с конкретным явлением, с истории, случая, задания проблемы или оригинального вопроса.

Во **второй части**, самой большой по объему, вам нужно представить содержание глав. Особое внимание комиссия обращает на итоги проведенного исследования, на личный вклад в него автора. Поэтому не забудьте после краткого изложения содержания глав реферата отдельно подчеркнуть, в чем состоит новизна предлагаемой вами работы; это могут быть использованные впервые по отношению к данному материалу методики, достигнутые вами результаты исследования.

При изложении основных результатов можно использовать заранее подготовленные схемы, чертежи, графики, таблицы, видеоролики, слайды, видеофильмы. Демонстрируемые материалы должны оформляться так, чтобы они не перегружали выступление и были видны всем присутствующим в аудитории.

В **третьей части** целесообразно кратко изложить основные выводы по результатам исследования, не повторяя тех выводов, которые уже были сделаны в ходе изложения содержания по главам. Постарайтесь в заключении создать кульминацию выступления, предложите слушателям поразмышлять над проблемой, покажите возможные варианты дальнейших исследований, используйте цитату по теме реферата известного ученого.

*Особое внимание обратите на речь докладчика. Она должна быть ясной, грамматически точной, уверенной, выразительной. Если докладчик старается говорить быстро, проглатывая окончания слов, тихо, невнятно, то качество его выступления снижается. Спокойное, последовательное и хорошо*

*аргументированное изложение материала импонирует слушателям. Но использование научного стиля отнюдь не означает пренебрежение к использованию образных сравнений, необычных контрастов, фактов, позволяющих удерживать внимание аудитории.*

## Памятка

### Как правильно выбрать профильный класс, профессию (планирование карьеры)

Для того чтобы правильно выбрать профильный класс или профессию, надо сориентироваться на начальной стадии выбора в нескольких направлениях:

**во-первых**, определить свои **интересы и склонности** (в том числе и профессиональные); *для удобства работы назовем их словом «ХОЧУ»;*

**во-вторых**, оценить свои **профессионально важные качества**:

– здоровье

– квалификация

– способности (интеллектуальные, свойства личности, темперамента, характера); *назовем их словом «МОГУ»;*

**в-третьих**, узнать, какие профессии **пользуются спросом у работодателей на рынке труда**, т. е. определить, *каково сегодня «НАДО»;*

**в-четвертых**, осознать возможность выбора и проанализировать различные варианты выбора.

Если Вы выбираете профессию, которая вам интересна, соответствует вашим возможностям и пользуется спросом на рынке труда, Ваш выбор можно считать успешным.

Для старшеклассника сформулированный профессиональный план выглядит следующим образом:

**1. Основной вариант** – название учебного заведения, профессия или специализация.

**2. Запасной вариант:** *в случае не поступления по основному варианту я пойду учиться в ...* (название учебного заведения, профессии)

### Варианты выбора

*образовательного маршрута:*

**Виды школы:** гимназия, лицей, общеобразовательная школа, специализированная школа.

**Колледж:** педагогика, медицина, техника, юриспруденция, приборостроение, телекоммуникации, экономика, связь, военная деятельность

**Условия приема:** экзамены, собеседование, конкурс аттестатов

**Сроки обучения:** 2–4 года

**Возможности дальнейшего обучения:** обучение совместно с вузами обеспечивает ускоренное получение высшего образования.



## **Памятка**

### **Техника повторения перед экзаменом**

1. Готовиться к экзамену лучше вдвоем. При этом не нужно заниматься все время вместе. Важно друг другу помогать, объяснять трудные вопросы, переспрашивать.
2. Даты, фамилии, географические или исторические названия выписывай на отдельный лист. Можешь повесить его над столом.
3. Повторяй материал большими частями.
4. Не повторяй, если не понимаешь. Хорошо запоминается только то, что понимаешь.
5. Помни о перерывах в работе.
6. Не забывай о спорте.

### **Три основных положения сдачи экзамена**

#### ***1. Хорошая подготовка.***

- На экзамен надо прийти отдохнувшим.
- Страх очень мешает работе, он парализует тебя. Понервничать можно только чуть-чуть.
- Постарайтесь психологически настроиться на успех. Произносите про себя фразу: “Я смогу сдать экзамен”.

#### ***2. Наиболее успешная работа мозга в данный момент, то есть в момент сдачи экзамена.***

- Накануне экзамена ничего не делай (никакой умственной работы и много времени на свежем воздухе). Можно заняться рукоделием (для девочек) и спортом (для мальчиков). Можешь посмотреть по телевизору комедию (только комедию!). Постарайся в этот день ни с кем не ссориться и не драться. Постарайся также не плакать.
- Вечером посвяти один час (но только один!) просмотру конспектов, ничего не повторяй, только просмотри.
- В день экзаменов нужно выспаться. В школу желательно прогуляться пешком, не спеша. Постарайся прийти за 15 минут до начала экзамена.
- Старайся сдать экзамен в числе первых – так ты меньше устанешь.
- Возьми на всякий случай с собой конспекты, учебники – вдруг ты что-нибудь забудешь, тогда сможешь посмотреть перед дверью класса.
- Шпаргалки добавляют нервности, подумай, стоит ли волноваться еще больше?!
- Хорошо позавтракай перед экзаменом, включи в завтрак сладкое.
- Какое-то время после сдачи одного экзамена посвяти отдыху, не начинай сразу готовиться к следующему экзамену. Отдых – на твой вкус, но лучше больше движений, свежего воздуха и положительных эмоций.

#### ***3. Техника сдачи экзамена.***

##### **Письменные работы**

- На экзамене более быстрый темп, чем на уроке, будь готов к этому.
- После того как ты напишешь название работы, либо прочитаешь и перепишешь задание, сделай перерыв на несколько минут. Между отдельными заданиями тоже делай спокойные перерывы (по минутке).
- На черновике решай сначала более легкие для тебя задания, постепенно переходя к более трудным.
- Каждое действие – даже самое простое – сразу же проверяй.
- В сочинении или изложении обязательно составь подробный план, запиши все мысли и пронумеруй их.

##### **Устные ответы**

- оденься так, чтобы удобно себя чувствовать.

– поза при ответе очень важна. Вспомни, как ты готовился к уроку-зачету. Стой свободно, прямо, с поднятой вверх головой. Говори громко и свободно. Не бойся время от времени смотреть в глаза учителям.