

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ - ЮГРА
(Тюменская область)
ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА-ЮГРЫ
(ДЕПСОЦРАЗВИТИЯ ЮГРЫ)

**Бюджетное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Ханты-Мансийский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей»**

**Программа
«Подготовка подростков к самостоятельной жизни»
(для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей)**

Автор-составитель:
Саласина Юлия Валерьевна, воспитатель

Ханты-Мансийск, 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

1	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ	стр. 04
2	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	стр. 06
3.1	Актуальность	стр. 06
3.2	Направленность программы	стр. 06
3.3	Отличительные особенности программы	стр. 07
3.4	Целевая группа (участники программы)	стр. 07
3.5	Цель программы	стр. 07
3.6	Задачи программы	стр. 07
4	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	стр. 08
4.1	Этапы реализации программы и сроки реализации программы	стр. 08
4.1.1	Срок реализации программы	стр. 08
4.1.2	Этапы реализации программы	стр. 09
4.2	Выбор форм и методов	стр. 09
4.3	Форма работы	стр. 10
4.4	Методы работы	стр. 10
4.5	Ожидаемые результаты	стр. 10
4.5.1	Общие	стр. 10
4.5.2	Ожидаемые результаты по модулям	стр. 10
4.5.2.1	Модуль «Быт»	стр. 10
4.5.2.2	Модуль «Здоровье, гигиена, внешний вид»	стр. 12
4.5.2.3	Модуль «Коммуникативная компетентность»	стр. 13
4.5.2.4	Модуль «Финансы»	стр. 15
4.5.2.5	Модуль «Образование и профессиональная ориентация»	стр. 16
4.5.2.6	Модуль «Безопасность. Различные ситуации»	стр. 18
5	СИСТЕМА КОНТРОЛЯ	стр. 20
5.1	Этапы, формы, методы (способы) контроля	стр. 20
5.2	Критерии эффективности реализации программы	стр. 21
6	ПЛАНЫ РАБОТЫ	стр. 22
6.1	Примерный сводный план	стр. 22
6.2	Примерный тематический план 12 лет	стр. 22
6.3	Примерный тематический план 14 лет	стр. 24
6.4	Примерный тематический план 15 лет	стр. 25
6.5	Примерный тематический план 16 лет	стр. 27
6.6	Примерный тематический план 17 лет	стр. 29
7	РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	стр. 31
7.1	Кадровые ресурсы	стр. 31
7.2	Материально-технические ресурсы	стр. 31
7.3	Информационные ресурсы	стр. 31
7.4	Методические ресурсы	стр. 31
7.5	Финансово-экономические ресурсы	стр. 33
8	ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ	стр. 34
8.1	Определение уровня готовности к самостоятельной жизни и уровня освоения программы	стр. 34
8.2	Оценочные материалы (контрольно-измерительные материалы)	стр. 36
9	ПРИЛОЖЕНИЯ	стр. 37
9.1	Приложение 1. Типовые карты потребности подростков в обучении самостоятельной жизни	стр. 37
9.1.1	Типовые карты потребности подростков в обучении самостоятельной	стр. 38

	жизни (12 лет)	
9.1.2	Типовые карты потребности подростков в обучении самостоятельной жизни (14 лет)	стр. 40
9.1.3	Типовые карты потребности подростков в обучении самостоятельной жизни (15 лет)	стр. 42
9.1.4	Типовые карты потребности подростков в обучении самостоятельной жизни (16 лет)	стр. 44
9.1.5	Типовые карты потребности подростков в обучении самостоятельной жизни (17 лет)	стр. 46
9.2.	Приложение 2. Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни»	стр. 48
9.2.1.	Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (для подростка 12 лет)	стр. 48
9.2.2.	Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (для подростка 14 лет)	стр. 62
9.2.3.	Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (для подростка 15 лет)	стр. 80
9.2.4.	Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (для подростка 16 лет)	стр. 98
9.2.5.	Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (для подростка 17 лет)	стр. 113
9.3.	Приложение 3. Анкета для родителей (законных представителей) по подготовке подростков к самостоятельной жизни	стр. 126

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование организации	полное: бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Ханты-Мансийский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей» сокращенное: БУ «Ханты-Мансийский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей»
Адрес организации	Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, г. Ханты-Мансийск, ул. Свердлова, д.23
Телефон, E-mail	8 (3467) 32-07-91, НМСРD@admhmao.ru
Наименование программы	«Подготовка подростков к самостоятельной жизни» (для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей)
Целевая группа (участники программы)	Целевая группа (участники программы) дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей: находящиеся на воспитании в государственных учреждениях (организациях) для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей; находящиеся на воспитании в семьях опекунов, попечителей, приемных родителей в возрасте от 12 до 17 лет
Цель программы	Подготовка к самостоятельной жизни по основным направлениям деятельности человека в повседневной жизни, которая направлена на полноценное развитие и социальную адаптацию подростков, и их успешную интеграцию в обществе
Задачи программы	<p>Задачи программы соответствуют модулям программы.</p> <p>Модуль «Быт». Формирование навыков самообслуживания, обучение самостоятельному, рациональному ведению домашнего хозяйства, решению бытовых проблем, воспитание качеств трудолюбия, аккуратности.</p> <p>Модуль «Здоровье, гигиена, внешний вид». Развитие культурно-гигиенических навыков, формирование здорового образа жизни, ценностного представления о здоровье, навыков сохранения собственного здоровья, воспитание аккуратности, дисциплинированности.</p> <p>Модуль «Коммуникативная компетентность». Развитие навыков коммуникационной культуры и усвоение норм поведения, позволяющих эффективно действовать в жизни.</p> <p>Модуль «Финансы». Формирование основ финансовой грамотности, представлений о личной финансовой безопасности, повышение уровня финансовой грамотности подростков, формирование ответственного отношения к личным финансам и эффективного финансового поведения. Воспитание терпения, силы воли.</p> <p>Модуль «Образование и профессиональная ориентация». Формирование внутренней готовности самостоятельно и осознанно планировать, корректировать и реализовывать перспективы своего развития. Содействие в определении жизненных планов, в том числе, направленных на профориентацию, которая способствует дальнейшему получению на рынке труда профессий и последующему трудоустройству. Воспитание терпения, усидчивости, дисциплинированности.</p> <p>Модуль «Безопасность. Различные ситуации». Изучение и формирование правил индивидуального и коллективного безопасного поведения, принятие решения в конкретной опасной ситуации с учетом</p>

	реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей. Развитие критического мышления в разных сферах жизни. Формирование готовности к выполнению социальной роли гражданина, способного решать проблемы, связанные с реализацией определенных социальных ролей (члена коллектива, семьянина, гражданина, потребителя)
Отличительной особенностью	Отличительной особенностью программы является применение модульной технологии построения программы
Ожидаемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> – готовность к самостоятельной независимой жизни (сформированность знаний, умений, навыков по выбранным модулям программы); – повышение уровня общего развития; – повышение уровня (степени) социальной адаптации
Срок реализации	6 лет (изучается вся программа (все темы по всем модулям), обучение начинается в возрасте 12 лет и заканчивается в возрасте 17 лет) – или рассчитывается индивидуально
Основные этапы реализации	<p>I этап – подготовительно-организационный;</p> <p>II этап – основной (практический);</p> <p>III этап – заключительный (аналитический)</p>
Система контроля	<p>Система контроля по освоению программного материала подростками в процессе реализации программы и проведение мониторинга по определению уровня готовности к самостоятельной жизни включает:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Контроль на всех этапах реализации программы: <ul style="list-style-type: none"> – входной контроль; – текущий контроль; – промежуточный контроль; – итоговый контроль. 2. Разносторонний подход к контролю: <ul style="list-style-type: none"> – включена самодиагностика подростка посредством анкетирования; – включена диагностика со стороны родителей (законных представителей) посредством анкетирования, наблюдения; – включена оценка со стороны специалиста по усвоению программного материала согласно критериям
Критерии эффективности реализации программы	<p>В основу критериев эффективности реализации программы «Подготовка подростков к самостоятельной жизни» (для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей) положены качественно-количественные показатели.</p> <p>В качестве качественных показателей используется положительная динамика уровня готовности подростков к самостоятельной жизни и уровня освоения программы по итогу контроля.</p> <p>В качестве количественных показателей используется достижение «среднего уровня», «высокого уровня» готовности подростка к самостоятельной жизни и освоения программного материала не менее 70 % подростков от общего количества участвовавших в реализации программы</p>

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы. На протяжении последних лет одной из ключевых проблем для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в возрасте от 12 до 17 лет (далее также – подростки):

- находящихся на воспитании в государственных учреждениях (организациях) для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (далее также – государственные учреждения);

- находящихся на воспитании в семьях опекунов, попечителей, приемных родителей (далее также – замещающие семьи);

которые выходят при наступлении совершеннолетия в самостоятельную жизнь, является недостаточный уровень социальной компетентности и других знаний и умений, необходимых для успешной адаптации и интеграции в общество. Неготовность к самостоятельной жизни проявляется в самых разных ситуациях: недостаточность опыта принятия самостоятельных решений; неуверенность в своих силах; сложность в коммуникации с другими людьми; неосведомленность; несформированность знаний и умений в финансовой области; области образования и профессиональной ориентации; в области ведения домашнего хозяйства и т.д. Все это приводит к трудностям, невозможности решать самостоятельно проблемы, делая их в дальнейшем беспомощными и неконкурентоспособными.

В настоящий момент единого подхода к оценке готовности к самостоятельной жизни и подготовки к самостоятельной жизни не существует, как и нет единой терминологической базы. Поэтому программа «Подготовка подростков к самостоятельной жизни» (для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей) (далее также – программа) выступает в роли практического инструмента и может быть ориентиром для специалистов, занимающихся данным вопросом, с учетом адаптации ее под имеющиеся условия (кадровые, материально-технические и др.) и категорию обучающихся (подростков). Программа позволяет планомерно и своевременно вести подготовку подростков к самостоятельной жизни и вести мониторинг по определению уровня готовности к самостоятельной жизни на разных этапах программы. Программа имеет несколько вариантов ее реализации, предусмотрены разные возрасты и модули, что делает ее вариативной, гибкой и применимой в различных вариантах.

Направленность программы: социально-гуманитарная.

Программа ориентирована на:

- развитие социальной компетентности (способности к жизнедеятельности в обществе на основе присвоенных ценностей, знания норм, прав и обязанностей, умений эффективно взаимодействовать с окружающими и быстро адекватно адаптироваться в изменяющемся мире);

- развитие «универсальных» компетенций (критического мышления, коммуникативных навыков, навыков разрешения конфликтов, способности принимать решения);

- развитие «современной грамотности» (базовых умений действовать в типовых жизненных ситуациях в меняющихся социально-экономических условиях) (финансовая, правовая, информационная грамотность и др.);

- развитие личностных качеств и социально-эмоционального интеллекта (ответственности, инициативности, стремления к саморазвитию и самопознанию, саморегулирования, эмпатийности, мотивации достижений и др.).

Программа имеет важную профилактическую направленность на предотвращению попадания подростка после выпуска (из государственного учреждения, из замещающей семьи) в трудную жизненную ситуацию, на преодоление им жизненных трудностей.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы является применение модульной технологии построения программы.

Применение модульной технологии построения содержания программы позволяет реализовать возможность выстраивания индивидуальной траектории освоения программного материала, которая выражается через:

- возможность выбора модулей (изучаются только те модули, в которых нуждается непосредственно подросток);
- нелинейность последовательности изучения модулей (изучаются модули в той последовательности, которая удобна для подростка);
- возможность освоить материал в удобном темпе (учитываются личные особенности и наличие различных ресурсов подростка).

Модульность предполагает возможность вхождения в программу в различный период жизни (когда появилась необходимость, выявился определенный дефицит) и изучить необходимый модуль.

Модульное обучение позволяет формировать условия развития личности путем обеспечения гибкости, оперативности и вариативности программы посредством формирования индивидуальных планов подготовки.

Модульное обучение основано на следующей основной идее: обучающийся (подросток) должен учиться сам, а соответствующий специалист обязан осуществлять управление его обучением: мотивировать, организовывать, координировать, консультировать, контролировать.

Целевая группа (участники программы) дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей: находящиеся на воспитании в государственных учреждениях (организациях) для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей; находящиеся на воспитании в семьях опекунов, попечителей, приемных родителей в возрасте от 12 до 17 лет.

Цель программы – подготовка к самостоятельной жизни по основным направлениям деятельности человека в повседневной жизни, которая направлена на полноценное развитие и социальную адаптацию подростков и их успешную интеграцию в обществе.

Задачи программы. Задачи программы соответствуют модулям программы.

Модуль «Быт». Формирование навыков самообслуживания, обучение самостоятельному, рациональному ведению домашнего хозяйства, решению бытовых проблем, воспитание качеств трудолюбия, аккуратности.

Модуль «Здоровье, гигиена, внешний вид». Развитие культурно-гигиенических навыков, формирование здорового образа жизни, ценностного представления о здоровье, навыков сохранения собственного здоровья, воспитание аккуратности, дисциплинированности.

Модуль «Коммуникативная компетентность». Развитие навыков коммуникационной культуры и усвоение норм поведения, позволяющих эффективно действовать в жизни.

Модуль «Финансы». Формирование основ финансовой грамотности, представлений о личной финансовой безопасности, повышение уровня финансовой грамотности подростков, формирование ответственного отношения к личным финансам и эффективного финансового поведения. Воспитание терпения, силы воли.

Модуль «Образование и профессиональная ориентация». Формирование внутренней готовности самостоятельно и осознанно планировать, корректировать и

реализовывать перспективы своего развития. Содействие в определении жизненных планов, в том числе направленных на профориентацию, которая способствует дальнейшему получению на рынке труда профессии и последующему трудоустройству. Воспитание терпения, усидчивости, дисциплинированности.

Модуль «Безопасность. Различные ситуации». Изучение и формирование правил индивидуального и коллективного безопасного поведения, принятие решений в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей. Развитие критического мышления в разных сферах жизни. Формирование готовности к выполнению социальной роли гражданина, способного решать проблемы, связанные с реализацией определенных социальных ролей (члена коллектива, семьянина, гражданина, потребителя).

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

По способу организации содержания программа «Подготовка подростков к самостоятельной жизни» (для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей) является модульной. Каждый модуль программы соответствует тематическому блоку типовой карты потребности подростков в обучении самостоятельной жизни (приложение 1): 1. «Быт»; 2. «Здоровье, гигиена, внешний вид»; 3. «Коммуникативная компетентность»; 4. «Финансы»; 5. «Образование и профессиональная ориентация»; 6. «Безопасность. Различные ситуации».

Всего шесть модулей, каждый модуль включает в себя минимальное необходимое число тем по каждому направлению, которые, в свою очередь, разбиты по возрастам: 12 лет, 14 лет, 15 лет, 16 лет, 17 лет, что обусловлено возрастными стандартами социализации – набором требований к личности ребенка, его умениям, обеспечивающим решение задач социализации на определенном возрастном этапе развития.

Усложнение программного материала происходит от возраста к возрасту по спирали (т. е. возврат к тем же темам, но с более широким и углубленным изучением), также добавляются новые темы и области знаний.

Этапы реализации программы и сроки реализации программы

Срок реализации программы «Подготовка подростков к самостоятельной жизни» (для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей) зависит от выбранного варианта реализации программы.

Вариант 1. Изучаются все темы по всем модулям программы согласно возрасту подростка (данный вариант применим при групповой форме организации обучения). Срок реализации программы:

- 1 год - 12 лет (6 модулей), 272 часа;
- 2 год - 14 лет (6 модулей), 272 часа;
- 3 год - 15 лет (6 модулей), 272 часа;
- 4 год - 16 лет (6 модулей), 272 часа;
- 5 год - 17 лет (6 модулей), 272 часа;

или

– изучение программы начинается с момента начала работы с подростком. Например: начали работать с подростком и с его замещающей семьей в 15 лет, значит, подготовка по программе займет 3 года.

Вариант 2. Изучаются только те модули (темы в модулях), которые необходимы для ликвидации пробелов и восполнения дефицита в знаниях, умениях и навыках, необходимых для дальнейшей самостоятельной жизни согласно типовой карте потребностей в разрезе возрастов (данный вариант применим при индивидуальной форме организации обучения). Срок реализации программы: рассчитывается индивидуально.

Вариант 3. Комбинируются первые два варианта, некоторые модули изучаются при групповой форме организации обучения, другие модули - при индивидуальной форме организации обучения. Например, модуль «Финансы» изучается при групповой форме организации обучения (для этого можно пригласить соответствующего специалиста), а модуль «Быт» - при индивидуальной форме организации обучения (здесь в роле главных педагогов, тьюторов выступают замещающие семьи, воспитатели, родители (законные представители)). Срок реализации программы: рассчитывается индивидуально.

Этапы реализации программы

1. I этап – подготовительно-организационный. Проведение входного контроля. Анализ полученных данных. Определение варианта реализации программы. Составление индивидуального плана обучения (при выборе варианта реализации программы 2 или 3):

- выбор модулей (согласно результатам входного контроля);
- определение последовательности изучения модулей;
- определение сроков изучения по каждому модулю или группы модулей (контрольных точек).

II этап – основной (практический). Изучение программного материала. Текущий контроль. Промежуточный контроль.

III этап – заключительный (аналитический). Третий этап включает проведение итогового контроля. Сопоставление и анализ полученных данных.

Выбор форм и методов работы будет зависеть:

- от варианта реализации программы (1,2,3);
- от целевой группы:
 - (дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, находящиеся на воспитании в государственных учреждениях (организациях) для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;
 - дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, находящиеся на воспитании в семьях опекунов, попечителей, приемных родителей;
- от продолжительности занятий, в соответствии с целевой группой (транспортная доступность, временные ресурсы, личные особенности подростков и т.д.).
- от наличия кадровых и материально-технических ресурсов в учреждении (организации), которое будет реализовывать программу.

Формы и методы работы, приведенные ниже, являются примерными и ориентировочными. Специалисты (педагоги, воспитатели, психологи, тьюторы, замещающие семьи, родители (законные представители), приглашённые специалисты и т.д., которые будут реализовывать программу, часть программы) смогут подойти творчески как к планированию, так и к проведению занятий.

При реализации программы необходимо отдавать предпочтение практическим формам работы, а теоретические знания можно выдавать непосредственно перед практической деятельностью или во время нее. Цель программы – подготовка к самостоятельной жизни по основным направлениям деятельности человека в повседневной жизни, а в задачах во главу поставлены навыки и умения. Навык – наивысший уровень сформированности действия, он совершается автоматически, без осознания промежуточных этапов. Умение выражается в способности к действию, совершающемуся сознательно, не достигшему высшей степени сформированности. По мере работы и систематических тренировок, умение совершенствуется, сокращается время выполнения процесса, некоторые промежуточные этапы выполняются автоматически, неосознанно, на данном этапе можно говорить о формировании навыков в выполнении действия.

Формирование навыков и умений – процесс длительный и занимает немало времени. Как правило, для этого потребуется не один год, а совершенствование умений и навыков происходит в течение всей жизни. Поэтому, чтобы достичь цели и выполнить задачи программы, необходима постоянная, регулярная практическая деятельность подростка, не оторванная от повседневной жизни, а встроенная в нее. От возраста к возрасту происходит усложнение, расширение программного материала с анализом своих действий подростка.

Форма работы: индивидуальная, групповая, самостоятельная.

Методы работы:

- словесные: беседа, рассказ, совет, мозговой штурм, консультация, объяснение, убеждение, поощрение;
- наглядные: показ, демонстрация, личный пример;
- практические: поручение, включение в совместную деятельность, содействие в какой-либо деятельности, тренинг, практическое занятие, творческое задание, мастер-класс, экскурсия, профессиональная проба, профориентационное собеседование, имитационные, ролевые, деловые, учебно-поведенческие игры и др.
- аналитические: анкетирование, самоанализ (рефлексия), самоконтроль, наблюдение, опрос, сравнение.

Ожидаемые результаты

Ожидаемые результаты: общие

- готовность к самостоятельной независимой жизни (формирование знаний, умений, навыков по выбранным модулям программы);
- повышение уровня общего развития;
- повышение уровня (степени) социальной адаптации.

Ожидаемые результаты по модулям (согласно типовой карте потребности)

Модуль «Быт»

12 лет

1. Умение убирать свою комнату.
2. Умение минимально убирать в общих помещениях квартиры (дома).
3. Умение пользоваться различными бытовыми приборами безопасно.
4. Умение понимать, когда необходимо стирать вещи.
5. Умение распределять вещи по категориям и по цветам для стирки.
6. Умение самостоятельно ухаживать за вещами, чтение и понимание ярлычков на одежде.
7. Умение приготовить себе несложные блюда из простых ингредиентов.
8. Умение находить и применять простые рецепты, использовать информацию, указанную на упаковке продукта о его способе приготовления.
9. Знание посуды, столовых приборов и способов их использования.
10. Знание правил выбора продуктов в магазине.

14 лет

1. Умение самостоятельно поддерживать полный порядок в своей комнате.
2. Умение еженедельно убирать в общих помещениях квартиры (дома).
3. Умение навести порядок и организовать кухонные шкафчики.
4. Умение ухаживать за бытовой техникой.

5. Умение приготовить себе блюда средней сложности.
6. Умение делать мелкие бытовые работы (обязательно под руководством взрослого).
7. Использование основных правил выбора продуктов в магазине.
8. Знание, что такое паспорт, СНИЛС, полис ОМС, в каких учреждениях могут понадобиться, какие данные чаще всего запрашивают сотрудники госучреждений.
9. Знание, как писать заявления, как читать простые договоры и их понимать.
10. Умение пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами.

15 лет

1. Умение делать генеральную уборку квартиры (дома).
2. Умение ухаживать за домашним текстилем и одеждой из особых/деликатных материалов.
3. Умение самостоятельно комбинировать продукты при приготовлении блюда.
4. Умение использовать в практике перед отправкой в магазин за продуктами: (ревизию холодильника, составление меню на неделю, составление списка продуктов).
5. Умение сервировать стол.
6. Умение выполнить небольшой ремонт по дому.
7. Знание, как безопасно совершать покупки в интернет-магазинах и отличать недобросовестных продавцов.
8. Знание, что такое паспорт, СНИЛС, полис ОМС, в каких учреждениях могут понадобиться, какие данные чаще всего запрашивают сотрудники госучреждений.
9. Знание, как писать заявления, как читать простые договоры и их понимать.
10. Умение пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами.

16 лет

1. Умение делать различные виды уборки. Способность длительное время самостоятельно поддерживать чистоту и порядок квартиры (дома).
2. Знание и умение хранить документы.
3. Серьезное и ответственное отношение к заполнению заявлений и заключению договоров.
4. Умение ухаживать за любыми вещами дома.
5. Умение делать мелкие бытовые работы и небольшой ремонт по дому.
6. Умение пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами.
7. Умение подготовиться к приему гостей дома по различным поводам.
8. Умение самостоятельно готовить и осваивать новые рецепты.
9. Знание и применение правил хранения продуктов дома.
10. Поддержание хороших отношений с соседями.

17 лет

1. Самостоятельный выбор и обустройство своего жилища.
2. Рациональное ведение домашнего хозяйства.
3. Знание и соблюдение правил общежития.
4. Готовность при необходимости действовать совместно с соседями для обслуживания общего имущества дома (уборка подъезда, очистка от снега прилегающей территории, субботник).
5. Знание и применение правила хранения продуктов дома, товарного соседства, температурного режима хранения продуктов, упаковки продуктов.
6. Знание и умение хранить документы.
7. Знание, какими способами можно передавать показания счетчиков и как оплачивать коммунальные платежи по месту жительства, в том числе, как найти данную информацию, находясь в другом городе.
8. Знание, как оплачивать налоги и штрафы, где находить актуальную информацию.
9. Умение и готовность действовать в нештатных ситуациях.

10. Готовность проживать самостоятельно, в том числе самостоятельно решать задачи и проблемы.

Модуль «Здоровье, гигиена, внешний вид»

12 лет

1. Умение самостоятельно соблюдать личную гигиену без напоминания взрослых.
2. Знание месторасположения домашней аптечки.
3. Умение распознавать некоторые симптомы начинающейся у себя болезни. Своевременно сообщать взрослым о происходящем со здоровьем.
4. Знание основных медикаментов и препаратов (безрецептурных), которые находятся в домашней аптечке, знание о том, в каких случаях их принимать, чтение инструкций по применению и просмотр сроков годности.
5. Владение информацией о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании.
6. Владение информацией из области сексуальных отношений (половое воспитание по возрасту).
7. Владение информацией о вредных привычках.
8. Наличие физической активности в жизни.
9. Умение произвести мелкий ремонт одежды.
10. Умение самостоятельно выбирать одежду по размеру.

14 лет

1. Умение самостоятельно соблюдать личную гигиену без напоминания взрослых.
2. Умение самостоятельно без напоминания взрослых ухаживать за волосами, ногтями, лицом и т.д.
3. Знание месторасположения домашней аптечки. Умение распознавать некоторые симптомы, начинающейся у себя болезни, своевременно сообщать взрослым о происходящем со здоровьем. Знание основных медикаментов и препаратов (безрецептурных), которые находятся в домашней аптечке, знание о том, в каких случаях их принимать, чтение инструкций по применению и просмотр сроков годности.
4. Владение информацией о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании.
5. Владение информацией из области сексуальных отношений (половое воспитание по возрасту).
6. Владение информацией о вредных привычках.
7. Наличие физической активности в жизни.
8. Соблюдение режима труда и отдыха.
9. Умение самостоятельно собирать чемодан в путешествие (в поездку).
10. Умение самостоятельно подбирать себе стиль, в том числе понимание как необходимо выглядеть в разных ситуациях.

15 лет

1. Умение самостоятельно соблюдать личную гигиену и следить за опрятным внешним видом без напоминания взрослых.
2. Владение информацией о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании (поллюции/менструации, росте волос в области гениталий, груди и т.д.).
3. Владение информацией из области сексуальных отношений (половое воспитание по возрасту).
4. Владение информацией о вредных привычках, сформированное отрицательное мнение о них.

5. Наличие физической активности в жизни.
6. Соблюдение правил рационального питания.
7. Соблюдение гигиены сна.
8. Соблюдение режима труда и отдыха.
9. Ответственное отношение к своему здоровью.
10. Умение самостоятельно собирать чемодан в путешествие (в поездку).

16 лет

1. Умение самостоятельно соблюдать личную гигиену и следить за опрятным внешним видом без напоминания взрослых.
2. Владение информацией о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании (поллюции/менструации, росте волос в области гениталий, груди и т.д.).
3. Владение информацией из области сексуальных отношений (половое воспитание по возрасту).
4. Владение информацией о вредных привычках, сформированное отрицательное мнение о них.
5. Сформированность к регулярным занятиям физкультурой и спортом.
6. Соблюдение правил рационального питания.
7. Соблюдение гигиены сна.
8. Соблюдение режима труда и отдыха.
9. Ответственное отношение к своему здоровью.
10. Знание о своих заболеваниях и способах их лечения.

17 лет

1. Умение самостоятельно соблюдать личную гигиену и следить за опрятным внешним видом без напоминания взрослых.
2. Сформированность представлений о сексуальных отношениях, гигиене и безопасности.
3. Формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
4. Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в укреплении и сохранении индивидуального здоровья
5. Соблюдение режима труда и отдыха.
6. Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека.
7. Самостоятельное формирование своего имиджа и стиля в одежде.
8. Соблюдение правил рационального питания.
9. Соблюдение гигиены сна.
10. Ответственное отношение к своему здоровью.

Модуль «Коммуникативная компетентность»

12 лет

1. Умение поддерживать вежливый разговор, тактично и осторожно высказываться.
2. Умение благодарить.
3. Умение признать свою ошибку и извиниться.
4. Умение поддерживать хорошие отношения в классе/в группе/ в коллективе.
5. Умение обратиться за помощью, когда это необходимо.
6. Умение договариваться и следовать своим договоренностям со сверстниками.
7. Умение решать конфликты, проблемы.
8. Умение слушать собеседника при разговоре.
9. Наличие и приоритет важности друзей в реальной жизни, а не в интернете.
10. Умение отстаивать свою позицию и соблюдать личные границы.

14 лет

1. Умение договариваться и следовать своим договоренностям со взрослыми.
2. Умение решать конфликты, проблемы, умение извиняться в кругу взрослых и в кругу сверстников.
3. Умение отстаивать свою позицию и соблюдать личные границы.
4. Умение адекватно реагировать на обратную связь от взрослого человека без раздражения.
5. Знание и применение основ этикета в самых распространённых ситуациях.
6. Умение поддерживать хорошие отношения в классе/в группе/ в коллективе.
7. Умение поддерживать коммуникацию с незнакомыми людьми.
8. Умение обратиться за помощью, когда это необходимо.
9. Наличие и приоритет важности друзей в реальной жизни, а не в интернете.
10. Умение самостоятельно организовывать свое свободное время.

15 лет

1. Умение договариваться и следовать своим договоренностям.
2. Умение предотвращать конфликты.
3. Умение отстаивать свою позицию и соблюдать личные границы.
4. Адекватно реагировать на обратную связь от взрослого человека без раздражения.
5. Умение самостоятельно принимать гостей.
6. Умение самостоятельно решить вопрос/проблему в государственном учреждении.
7. Уважение к людям и их взглядам, независимо от того, что они думают о других.
8. Умение самостоятельно организовывать свое свободное время.
9. Наличие и приоритет важности друзей в реальной жизни, а не в интернете.
10. Наличие взрослого в реальной жизни (не в онлайн, не в виртуальной реальности), на кого хотел бы быть похож подросток.

16 лет

1. Умение четко и понятно сформулировать свои потребности.
2. Умение определять и адекватно выражать собственные чувства в отношении происходящих событий, других людей.
3. Умение избегать агрессивных форм общения, в том числе в конфликтных ситуациях.
4. Понимание эмоционального состояния других людей.
5. Умение сказать комплимент, выражать нежные чувства кому-либо.
6. Умение откликнуться на переживание другого человека, поддержать его.
7. Знание и применение культуры поведения с представителями другого пола.
8. Знание своих прав и обязанностей, умение ориентироваться в законах, умение их реализовывать.
9. Сформированность нравственных норм поведения, навыков адекватного поведения.
10. Наличие взрослого в реальной жизни (не в онлайн, не в виртуальной реальности), на кого хотел бы быть похож подросток.

17 лет

1. Осознанное формирование окружения.
2. Умение выбирать подарки в различных ситуациях.
3. Умение взаимодействовать и уважительно относиться к людям других культур, традиций, языка, религии.
4. Умение совместно принимать решения, принимать мнение другого человека.
5. Сформированность позитивных межличностных отношений со сверстниками противоположного пола.

6. Умение противостоять негативному влиянию окружающих.
7. Умение успокоиться и расслабиться социально приемлемым способом.
8. Умение проявлять самоконтроль, овладевать собой, не допускать срывов.
9. Умение занимать различные позиции и роли в соответствии с собственными ценностями и собственной оценкой ситуации.
10. Наличие взрослого в реальной жизни (не в онлайн, не в виртуальной реальности), на кого хотел бы быть похож подросток.

Модуль «Финансы»

12 лет

1. Умение планировать ежедневный бюджет и умение его придерживаться.
2. Умение вести минимальные финансовые записи.
3. Умение составлять списки продуктов (товаров), когда отправляешься в магазин.
4. Знание и умение покупать продукты (товары) по наиболее выгодной цене.
5. Использование скидок и купонов.
6. Экономия электроэнергии, воды и др.
7. Умение откладывания денег.
8. Умение пользоваться банкоматами.
9. Умение пользоваться банковской картой, в том числе через технологию NFC.
10. Знание основных распространённых мошеннических схем, в том числе и с банковскими картами.

14 лет

1. Умение планировать еженедельный бюджет и умение его придерживаться.
2. Умение вести финансовые записи.
3. Желание заработать свои собственные деньги, осведомленность о возможности работать с 14 лет неполный рабочий день.
4. Умение составлять список продуктов (товаров), когда отправляешься в магазин.
5. Знание и умение покупать продукты (товары) по наиболее выгодной цене. Использование скидок и купонов.
6. Экономия электроэнергии, воды и др. Умение замечать за другими людьми нерациональное использование ресурсов.
7. Умение откладывать деньги.
8. Умение пользоваться банковской картой, в том числе через технологию NFC, банкоматом, мобильным банкингом.
9. Знания, как открыть банковский счет, вклад, сравнивать различные предложения, разных банков.
10. Знание основных распространённых мошеннических схем, в том числе и с банковскими картами.

15 лет

1. Умение планировать ежемесячно бюджет и умение его придерживаться.
2. Умение вести финансовые записи.
3. Анализ денежных расходов и доходов по категориям.
4. Осознанное потребление товаров и услуг.
5. Экономия электроэнергии, воды и др. Умение замечать за другими людьми нерациональное использование ресурсов.
6. Понимание ценности откладывания денег.
7. Знание разных вариантов «откладывания» денег и их приумножения.
8. Знание, как открыть банковский счет, вклад, сравнивать различные предложения разных банков.

9. Знание основных распространённых мошеннических схем, в том числе и с банковскими картами.

10. Знание основных статей ежемесячных расходов и доходов в семейном бюджете.

16 лет

1. Умение планировать годовой бюджет и умение его придерживаться.
2. Умение вести финансовые записи.
3. Анализ денежных расходов и доходов по категориям.
4. Осознанное потребление товаров и услуг. Умение игнорировать рекламу и модные тренды.

5. Понимание необходимости удовлетворения в первую очередь базовых потребностей.

6. Умение оптимизировать плановые расходы.
7. Понимание важности избегания долгов.
8. Знание и понимание, когда нужно экономить, а когда можно потратить определенную сумму.

9. Понимание и знание основ кредита, кредитной карты, ипотеки и т.д. знание, как их использовать, чтобы не влезать в долги.

10. Знание правила «тратить меньше, чем зарабатываешь» как основы финансовой грамотности.

17 лет

1. Иметь понимание, что не надо покупать то, что сейчас не под силу.
2. Учитывать при покупках не только стоимость покупки, но и ее содержание (скрытые траты).

3. Знание о диверсификации рисков.
4. Изучение и использование различных правил при покупках.
5. Экономия на вредных привычках, умение сокращать употребление полуфабрикатов, готовить заранее на выходных.

6. Отдавать предпочтение незатратным хобби и времяпрепровождению.
7. Помнить правило «вещи не делают нас счастливее».
8. Понимание о необходимости установлении финансовых правил со «второй половинкой».

9. Знание основных статей расходов и доходов в семейном бюджете.

10. Грамотное пользование услугами предприятий торговли, питания, транспорта, бытового обслуживания, связи и т.д.

Модуль «Образование и профессиональная ориентация»

12 лет

1. Умение планировать дела на день и составлять расписание на день.
2. Умение придерживаться запланированных дел и расписания.
3. Постоянное использование ежедневниками, органайзерами, приложениями, планировщиками, расписаниями.

4. Постоянное присутствие на занятиях/тренировках.
5. Самостоятельное, регулярное выполнение домашних заданий.
6. Умение самостоятельно собираться в школу/на тренировку/ и т.д.
7. Дисциплинированное поведение на занятиях/тренировках.
8. Активная позиция в школе, участие в конкурсах, соревнованиях, мероприятиях и т.д.

9. Умение находить и использовать различную информацию в учебных целях.

10. Умение расставлять задачи по приоритетам, важности и срочности.

14 лет

1. Умение планировать дела на день, неделю и составлять расписание на день, неделю.
2. Умение придерживаться запланированных дел и расписания.
3. Умение самостоятельно, без напоминания взрослых, контролировать свое время.
4. Умение самостоятельно, без напоминания взрослых: присутствовать на занятиях/тренировках, регулярно выполнять домашние задания. Дисциплинированное поведение на занятиях/тренировках/на работе.
5. Самостоятельный выбор дополнительных занятий/тренировок.
6. Умение расставлять задачи по приоритетам, важности и срочности.
7. Наличие опыта работы (временной).
8. Осведомленность о различных профессиях, учебных заведениях.
9. Наличие представления о будущей профессии без преувеличения и приукрашивания, о шансах поступить на выбранную специальность.
10. Наличие плана на ближайший этап жизни.

15 лет

1. Умение планировать дела на день, неделю, месяц. Составление расписания на день, неделю.
2. Умение придерживаться запланированных дел и расписания.
3. Умение самостоятельно, без напоминания взрослых контролировать свое время.
4. Умение расставлять задачи по приоритетам, важности и срочности.
5. Самостоятельно и осознанно подходить к выбору будущего обучения.
6. Умение делать заметки/конспектировать.
7. Осведомленность о различных профессиях, учебных заведениях.
8. Наличие представления о будущей профессии без преувеличения и приукрашивания, о шансах поступить на выбранную специальность
9. Заинтересованность в выбранной профессии, желание получать образование.
10. Наличие плана на ближайший этап жизни.

16 лет

1. Умение планировать дел на день, неделю, месяц, год. Планирование расписания на день, неделю. Умение придерживаться запланированных дел и расписания.
2. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи, самостоятельно планировать пути достижения, выбирать наиболее эффективные способы решения.
3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией, умение оценивать правильность выполнения задачи, собственные возможности ее решения.
4. Умение устанавливать взаимосвязь знаний по разным предметам/дисциплинам для решения прикладных задач.
5. Осознание своих побуждений к определённому виду деятельности.
6. Осознание того, что профессиональная деятельность – единственно приемлемый источник (средство) к существованию.
7. Ориентирование в нормах и этике трудовых отношений.
8. Знание и умение пользоваться порталом «Работа в России».
9. Заинтересованность в выборе профессии, желание получать образование.
10. Наличие плана на ближайший этап жизни.

17 лет

1. Умение произвести анализ ситуации на рынке труда.
2. Осознание уровня своих профессиональных возможностей.
3. Сформированность интереса к работе и наличие желания работать
4. Умение составлять резюме.
5. Владение навыками самопрезентации и делового общения, умение производить благоприятное впечатление, способность устанавливать контакты, начинать и заканчивать беседу.
6. Умение управлять своими эмоциями.
7. Способность критического мышления.
8. Умение коммуницировать в офлайн-режиме, онлайн-режиме, в том числе по учебным и профессионально-трудовым функциям.
9. Наличие мотивации на образование и самообразование в течение всей своей жизни.
10. Знание и умение пользоваться порталом «Работа в России».

Модуль «Безопасность. Различные ситуации»

12 лет

1. Знание номеров телефонов основных экстренных служб города и правил вызова их.
2. Обеспечение личной безопасности дома, на улице, в общественных местах, на природе, в интернете, антитеррористической безопасности.
3. Знание правил личной безопасности при использовании наземных, водных, воздушных видов транспорта.
4. Умение самостоятельно безопасно передвигаться по основным маршрутам (школа-дом, дом-магазины, дом-аптека).
5. Знание названия и внешнего вида остановки, где находится квартира (дом).
6. Знание правил общения с незнакомыми людьми, чтобы избежать встречи со злоумышленниками, в том числе и в сети интернет.
7. Умение говорить «нет», в том числе взрослым, не оправдываясь и не объясняя, не испытывать чувство вины при этом.
8. Умение постоянно и без напоминания заботиться о растениях, домашних животных.
9. Иметь адекватную реакцию на свои успехи и поражения.
10. Самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои слова, решения и действия (самостоятельно делать выбор).

14 лет

1. Знание номеров телефонов основных экстренных служб города и правил вызова их.
2. Обеспечение личной безопасности дома, на улице, в общественных местах, на природе, в интернете, антитеррористической безопасности.
3. Умение самостоятельно передвигаться на общественном транспорте по городу.
4. Готовность держать в курсе взрослого о своем местонахождении.
5. Знание правил общения с незнакомыми людьми, чтобы избежать встречи со злоумышленниками, в том числе и в сети интернет.
6. Умение говорить «нет», в том числе взрослым, не оправдываясь и не объясняя, не испытывать чувство вины при этом.
7. Умение постоянно и без напоминания заботиться о растениях, домашних животных.
8. Иметь адекватную реакцию на свои успехи и поражения.
9. Самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои слова, решения и действия (самостоятельно делать выбор).

10. Умение быть рассудительным и избегать укромных парковок, пустынных дорог и пустых участков вдали от цивилизации.

15 лет

1. Знание номеров телефонов основных экстренных служб города и правил вызова их.
2. Обеспечение личной безопасности дома, на улице, в общественных местах, на природе, в интернете, антитеррористической безопасности.
3. Умение самостоятельно передвигаться на общественном транспорте между городами.
4. Готовность держать в курсе взрослого о своем местонахождении.
5. Знание правил общения с незнакомыми людьми, в том числе и при совершении поездок/путешествий.
6. Уверенность и умение в самостоятельном проживании один месяц.
7. Знание порядка действий при потере паспорта.
8. Знание порядка действия при потере банковской карты.
9. Самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои слова, решения и действия (самостоятельно делать выбор).
10. Умение быть рассудительным и избегать укромных парковок, пустынных дорог и пустых участков вдали от цивилизации.

16 лет

1. Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.
2. Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций, их последствий, умение предвидеть возникновение опасных ситуаций, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности.
3. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни.
4. Знание требований, которые предъявляет семейная жизнь, в том числе нормативно-законодательной базы брака.
5. Уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.
6. При принятии решения (выбора) взвешивать все «за» и «против», прогнозировать результат.
7. Информированность о видах государственной помощи, мерах поддержки, льготах и денежных выплатах положенных детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, и лицам из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, о месте их получения.
8. Иметь представление о документах на жилое помещение, его обслуживание и содержание.
9. Иметь навыки помощи себе и другим в сложной ситуации.
10. Готовность к самостоятельному проживанию и решению возникающих вопросов и проблем.

17 лет

1. Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.
2. Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.
3. Наличие позитивных представлений о семейной жизни.
4. Иметь неидеализированный портрет будущего супруга.
5. Способность взять на себя ответственность за другого человека.
6. Владеть информацией и регулярно ее обновлять о различных мошеннических схемах.
7. Использование критического мышления в разных сферах жизни.

8. Понимание, что для успеха в любой области, в том числе и в профессиональной, необходимо работать (трудиться), быть настойчивым и дисциплинированным.

9. Готовность к жесткой конкуренции и тому, что люди не обязаны идти навстречу твоим пожеланиям и просьбам.

10. Готовность к самостоятельному проживанию.

СИСТЕМА КОНТРОЛЯ

Система контроля по освоению программного материала подростками в процессе реализации программы и проведение мониторинга по определению уровня готовности к самостоятельной жизни включает:

1. Контроль на всех этапах реализации программы:
 - входной контроль;
 - текущий контроль;
 - промежуточный контроль;
 - итоговый контроль.
2. Разносторонний подход к контролю:
 - включена самодиагностика подростка посредством анкетирования;
 - включена диагностика со стороны родителей (законных представителей) посредством анкетирования, наблюдения;
 - включена оценка (степень достижения) со стороны специалиста по усвоению программного материала подростком согласно критериям.

Определение уровня готовности к самостоятельной жизни и уровня освоения программы по итогу контроля предполагает: *высокий, средний, низкий* уровень. Основные принципы данной формы отслеживания результата: систематичность; простота; доступность; наличие элементов самоанализа; наглядность. Уровень определяется в соответствии с возрастом по каждому модулю программы.

Этапы, формы, методы (способы) контроля

Этап контроля	Форма контроля	Методы (способы) контроля		Время проведения
Входной контроль	Индивидуальная, групповая	Анкетирование	Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (приложение 2)	≈ 120 минут (на 1 человека или 1 группу)
		Анкетирование	Анкета для родителей (законных представителей) по подготовке подростков к самостоятельной жизни (приложение 3)	≈ 30 минут (1 человека или 1 группу)
	Индивидуальная	Анализ	Анализ полученных данных (анализ анкет)	≈ 30 минут на 1 анкету
Текущий контроль	Индивидуальная, групповая, самоконтроль	Наблюдение, опрос	В ходе выполнения текущих заданий и освоения программного материала по модулям программы	Индивидуально рассчитывается

Промежуточный контроль	Индивидуальная, групповая	Анкетирование	Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (приложение 2) согласно возрасту: 12; 14; 15; 16; 17 лет и согласно модулям программы	≈ 120 минут (на 1 человека или 1 группу)
		Анкетирование	Анкета для родителей (законных представителей) по подготовке подростков к самостоятельной жизни (приложение 3)	≈ 30 минут (1 человека или 1 группу)
	Индивидуальная	Анализ	Анализ полученных данных (анализ анкет)	≈ 30 минут на 1 анкету
	Индивидуальная, групповая	Наблюдение, анализ	Оценка (степень достижения) со стороны специалиста по усвоению программного материала подростком согласно критериям.	Индивидуально рассчитывается
Итоговый контроль	Индивидуальная, групповая	Анкетирование	Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (приложение 2)	≈ 120 минут (на 1 человека или 1 группу)
		Анкетирование	Анкета для родителей (законных представителей) по подготовке подростков к самостоятельной жизни (приложение 3)	≈ 30 минут (1 человека или 1 группу)
	Индивидуальная, групповая	Наблюдение, анализ	Оценка (степень достижения) со стороны специалиста по усвоению программного материала подростком согласно критериям (выполнение индивидуального плана)	Индивидуально рассчитывается
	Индивидуальная	Анализ, сопоставление	Анализ полученных данных (анализ анкет)	≈ 60-120 минут на 1 человека

Критерии эффективности реализации программы

В основу критериев эффективности реализации программы «Подготовка подростков к самостоятельной жизни» (для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей) положены качественно-количественные показатели.

В качестве качественных показателей используется положительная динамика уровня готовности подростков к самостоятельной жизни и уровня освоения программы по итогу контроля.

В качестве количественных показателей используется достижение «среднего уровня», «высокого уровня» готовности подростка к самостоятельной жизни и освоения программного материала – не менее 70 % подростков от общего количества участвовавших в реализации программы.

ПЛАНЫ РАБОТЫ

Примерный сводный план

№ п/п	Модули программы	Примерная часовая нагрузка по годам обучения, в том числе с самостоятельной работой (в течение обычной повседневной жизни)				
		12 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет
1.	Модуль «Быт»	62	60	50	50	44
2.	Модуль «Здоровье, гигиена, внешний вид»	44	48	52	60	66
3.	Модуль «Коммуникативная компетентность»	34	40	44	38	50
4.	Модуль «Финансы»	44	44	40	48	36
5.	Модуль «Образование и профессиональная ориентация»	44	46	44	42	46
6.	Модуль «Безопасность. Различные ситуации»	44	34	42	34	30
Итого:		272	272	272	272	272

Примерный тематический план 12 лет

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1. Модуль «Быт»				
1.1	Уборка своей комнаты	12	2	10
1.2	Уборка в общих помещениях квартиры (дома)	12	2	10
1.3	Бытовые приборы, правила их использования	6	2	4
1.4	Уход за вещами	10	2	8
1.5	Приготовление пищи	12	2	10
1.6	Правила выбора продуктов в магазине	10	2	8
Итого		62	12	50
2. Модуль «Здоровье, гигиена, внешний вид»				
2.1	Личная гигиена	12	2	10
2.2	Домашняя аптечка. Правила пользования аптечкой	6	2	4
2.3	Изменения в организме в связи с началом полового созревания	4	2	2
2.4	Половое воспитание	4	1	3
2.5	ЗОЖ. Вредные привычки	12	2	10
2.6	Ремонт одежды, обуви	4	1	3
2.7	Внешний вид	2	1	1
Итого		44	11	33
3. Модуль «Коммуникативная компетентность»				
3.1	Формы общения со взрослыми и сверстниками. Правила поддержания вежливого разговора	4	1	3
3.2	Формы выражения благодарности. Формы обращения с просьбой	2	1	1

3.3	Формы извинения и признания ошибок	4	1	3
3.4	Как мы разговариваем - навыки эффективного общения	6	2	4
3.5	Конфликты, и как им противостоять?	6	2	4
3.6	Правила поведения в общественных местах в соответствии с общепринятыми правилами	6	2	4
3.7	Личные границы. Отстаивание своей позиции	6	1	5
Итого		34	10	24
4. Модуль «Финансы»				
4.1	Деньги. Бюджет	2	1	1
4.2	Основные источники доходов, ресурсы и возможности. Основные статьи расходов, распределение средств	4	1	3
4.3	Финансовые записи дохода и расхода денег	12	2	10
4.4	Целесообразное распоряжение денежными средствами	10	2	8
4.5	Экономия. Правила экономии, виды и цели сбережений	6	2	4
4.6	Банковская карта, банкомат, правила их пользования	4	1	3
4.7	Распространённые мошеннические схемы	6	2	4
ИТОГО		44	11	33
5. Модуль «Образование и профессиональная ориентация»				
5.1	Планирование дел. Расписание	8	2	6
5.2	Твой режим дня, планирование времени, жизни	8	2	6
5.3	Ответственность. Самостоятельность. Дисциплинированность	12	2	10
5.4	Работа с информацией	10	2	8
5.5	Работа с задачами по приоритетам, важности, срочности	6	1	5
ИТОГО		44	9	35
6. Модуль «Безопасность. Различные ситуации»				
6.1	Экстренные службы города, правила их вызова	4	1	3
6.2	Личная безопасность дома, на улице, в общественных местах, на природе, в интернете, антитеррористическая безопасность	12	4	8
6.3	Личная безопасность на разных видах транспорта	8	2	6
6.4	Основные маршруты передвижения	4	1	3
6.5	Правила общения с незнакомыми людьми	2	1	1
6.6	Уход и забота за домашними растениями и животными	6	1	5
6.7	Успехи и поражения. Виды положительных и отрицательных эмоций. Саморегулирования своих эмоциональных состояний	8	2	6
ИТОГО		44	12	32
Итого за период обучения		272	65	207

**Примерный тематический план
14 лет**

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1. Модуль «Быт»				
1.1	Уборка своей комнаты	6	1	5
1.2	Уборка в общих помещениях квартиры (дома)	6	1	5
1.3	Организация пространства	4	1	3
1.4	Бытовые приборы, уход за техникой	4	1	3
1.5	Мелкие бытовые работы	4	1	3
1.6	Приготовление пищи	12	2	10
1.7	Правила выбора продуктов в магазине	6	1	5
1.8	Личные документы	8	4	4
1.9	Заявления, договоры	6	2	4
1.10	Онлайн-сервис «Госуслуги»	4	1	3
Итого		60	15	45
2. Модуль «Здоровье, гигиена, внешний вид»				
2.1	Личная гигиена	12	2	10
2.2	Домашняя аптечка. Правила пользования аптечкой	4	1	3
2.3	Изменения в организме в связи с началом полового созревания	2	1	1
2.4	Половое воспитание	4	2	2
2.5	ЗОЖ. Вредные привычки	12	2	10
2.6	Режим труда и отдыха	6	2	4
2.7	Что взять в поездку?	2	1	1
2.8	Внешний вид	6	2	4
Итого		48	13	35
3. Модуль «Коммуникативная компетентность»				
3.1	Договоренности в отношениях	4	1	3
3.2	Как правильно просить о помощи	2	1	1
3.3	Круг общения человека	4	1	3
3.4	Как мы разговариваем - навыки эффективного общения	6	2	4
3.5	Конфликты, и как им противостоять? Формы извинения и признания ошибок	6	2	4
3.6	Этикет и манеры	6	2	4
3.7	Личные границы. Отстаивание своей позиции	6	1	5
3.8	Свободное время и досуг	6	1	5
Итого		40	11	29
4. Модуль «Финансы»				
4.1	Деньги. Бюджет	2	1	1
4.2	Основные источники доходов, ресурсы и возможности. Основные статьи расходов, распределение средств	4	1	3
4.3	Финансовые записи дохода и расхода денег	12	2	10
4.4	Целесообразное распоряжение денежными	10	2	8

	средствами			
4.5	Экономия. Правила экономии, виды и цели сбережений	6	2	4
4.6	Банковская карта, банкомат, правила их пользования	4	1	3
4.7	Распространённые мошеннические схемы	6	1	5
ИТОГО		44	10	34
5. Модуль «Образование и профессиональная ориентация»				
5.1	Планирование дел. Расписание	8	2	6
5.2	Твой режим дня, планирование времени, жизни	6	2	4
5.3	Ответственность. Самостоятельность. Дисциплинированность	10	2	8
5.4	Дополнительные занятия/тренировки	6	1	5
5.5	Работа с задачами по приоритетам, важности, срочности	4	1	3
5.6	Будущая профессия. Работа	8	2	6
5.7	План на ближайший этап жизни	4	1	3
ИТОГО		46	11	35
6. Модуль «Безопасность. Различные ситуации»				
6.1	Экстренные службы города, правила их вызова	2	1	1
6.2	Личная безопасность дома, на улице, в общественных местах, на природе, в интернете, антитеррористическая безопасность	8	2	6
6.3	Личная безопасность на разных видах транспорта. Транспортная схема населенного пункта. Возможные варианты передвижения	6	1	5
6.4	Как научиться говорить «нет»	4	1	3
6.5	Правила общения с незнакомыми людьми	2	1	1
6.6	Уход и забота за домашними растениями и животными	4	1	3
6.7	Успехи и поражения. Виды положительных и отрицательных эмоций. Саморегулирования своих эмоциональных состояний	4	1	3
6.8	Критическое мышление	4	1	3
ИТОГО		34	9	25
Итого за период обучения		272	69	203

**Примерный тематический план
15 лет**

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1. Модуль «Быт»				
1.1	Уборка квартиры (дома)	6	1	5
1.2	Уход за домашним текстилем и одеждой из особых/деликатных материалов	6	1	5
1.3	Рациональное ведение домашнего хозяйства	4	1	3
1.4	Сервировка стола	4	1	3
1.5	Небольшой ремонт	4	1	3

1.6	Приготовление пищи	8	1	7
1.7	Интернет-магазины, покупки для дома	6	1	5
1.8	Личные документы	6	2	4
1.9	Заявления, договоры	4	1	3
1.10	Онлайн-сервис «Госуслуги»	2	-	2
Итого		50	10	40
2. Модуль «Здоровье, гигиена, внешний вид»				
2.1	Личная гигиена и внешний вид	12	2	10
2.2	Изменения в организме в связи с началом полового созревания	2	1	1
2.3	Половое воспитание	2	1	1
2.4	ЗОЖ. Вредные привычки	12	2	10
2.5	Питание	8	2	6
2.6	Гигиена сна	8	2	6
2.7	Режим труда и отдыха	6	2	4
2.8	Подготовка к поездке	2	1	1
Итого		52	13	39
3. Модуль «Коммуникативная компетентность»				
3.1	Договоренности в отношениях	2	1	1
3.2	Конфликты, и как им противостоять? Формы извинения и признания ошибок	4	1	3
3.3	Личные границы. Отстаивание своей позиции	4	1	3
3.4	Как реагировать на обратную связь	4	1	3
3.5	Правила приема гостей	4	1	3
3.6	Взаимодействия с различными организациями (учреждениями)	8	2	6
3.7	Уважительное отношение к человеку и к его взглядам	4	1	3
3.8	Свободное время и досуг	8	-	8
3.9	Круг общения человека	2	-	2
3.10	Наставники, авторитеты, кумиры	4	1	3
Итого		44	9	35
4. Модуль «Финансы»				
4.1	Деньги. Бюджет	2	1	1
4.2	Финансовые записи дохода и расхода денег. Анализ денежных расходов и доходов по категориям	8	1	7
4.3	Осознанное потребление товаров и услуг	12	2	10
4.4	Экономия. Правила экономии. Откладывание денег. Варианты откладывания и приумножения денег	6	2	4
4.5	Банковские счета, вклады	8	1	7
4.6	Распространённые мошеннические схемы	4	1	3
ИТОГО		40	8	32
5. Модуль «Образование и профессиональная ориентация»				
5.1	Планирование дел. Расписание	8	1	7
5.2	Твой режим дня, планирование времени, жизни	6	1	5

5.3	Ответственность. Самостоятельность. Дисциплинированность	8	-	8
5.4	Работа с задачами по приоритетам, важности, срочности	4	-	4
5.5	Будущая профессия. Работа	8	2	6
5.6	Заметки и конспектирование	8	2	6
5.7	План на ближайший этап жизни	2	-	2
ИТОГО		44	6	38
6. Модуль «Безопасность. Различные ситуации»				
6.1	Экстренные службы города, правила их вызова	2	1	1
6.2	Личная безопасность дома, на улице, в общественных местах, на природе, в интернете, антитеррористическая безопасность	10	2	8
6.3	Транспортная схема населенного пункта, округа (области). Возможные варианты передвижения между городами	8	2	6
6.4	Правила общения с незнакомыми людьми	4	1	3
6.5	Непростые ситуации. Ответственное отношение к жизни	6	2	4
6.6	Принятие решение. Ответственность за слова, поступки, действия	6	2	4
6.7	Критическое мышление	6	2	4
ИТОГО		42	12	30
Итого за период обучения		272	58	214

**Примерный тематический план
16 лет**

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1. Модуль «Быт»				
1.1	Уборка квартиры (дома)	8	-	8
1.2	Хранение разных категорий документов	4		4
1.3	Заявления, договоры	4	1	3
1.4	Уход за вещами (личные вещи, текстиль, техника, мебель)	4	-	4
1.5	Мелкие бытовые работы и небольшой ремонт	6		6
1.6	«Госуслуги» и другие онлайн-сервисы	4	1	3
1.7	Прием гостей в доме по различным поводам	6	1	5
1.8	Приготовление пищи	6	-	6
1.9	Правила хранения продуктов дома	4	1	3
1.10	Правила взаимоотношений с соседями	4	1	3
Итого		50	5	45
2. Модуль «Здоровье, гигиена, внешний вид»				
2.1	Личная гигиена и внешний вид	12	2	10
2.2	Изменения в организме в связи с началом полового созревания	2	1	1
2.3	Половое воспитание	2	1	1
2.4	ЗОЖ. Вредные привычки	12	2	10

2.5	Питание	10	-	10
2.6	Гигиена сна	8	-	8
2.7	Режим труда и отдыха	8	-	8
2.8	Здоровье	6	1	5
Итого		60	7	53
3. Модуль «Коммуникативная компетентность»				
3.1	Определение и формулировка своих потребностей	4	1	3
3.2	Осознание, выражение и управление эмоциями и чувствами	6	1	5
3.3	Агрессивные формы общения, эффективная защита	4	1	3
3.4	Эмпатия	4	1	3
3.5	Комплименты. Способы выражения доброго отношения и симпатии	4	1	3
3.6	Культура поведения и общения с противоположным полом	4	1	3
3.7	Ориентирование в законодательных и нормативно-правовых документах. Порядок реализации прав и исполнения обязанностей	8	4	4
3.8	Нравственные нормы поведения	2	1	1
3.9	Наставники, авторитеты, кумиры	2	1	1
Итого		38	12	26
4. Модуль «Финансы»				
4.1	Деньги. Бюджет	2	1	1
4.2	Финансовые записи дохода и расхода денег. Анализ денежных расходов и доходов по категориям	8	1	7
4.3	Осознанное потребление товаров и услуг	12	2	10
4.4	Правила финансовой грамотности	14	4	10
4.5	Долг, кредит, кредитная карта, займ, ипотека	12	4	8
ИТОГО		48	12	36
5. Модуль «Образование и профессиональная ориентация»				
5.1	Планирование дел. Расписание	6	1	5
5.2	Твой режим дня, планирование времени, жизни	6	1	5
5.3	Цели, задачи, пути достижения, эффективные способы решения	6	1	5
5.4	Планируемые результаты, контроль достижения результата, корректировка действий, оценивание своей деятельности	6	1	5
5.5	Мотивация и деятельность	2	1	1
5.6	Будущая профессия. Работа	6	1	5
5.7	Портал «Работа в России»	4	1	3
5.8	Норма и этика трудовых отношений	4	2	2
5.9	План на ближайший этап жизни	2	-	2
ИТОГО		42	9	33
6. Модуль «Безопасность. Различные ситуации»				

6.1	Правила индивидуального и коллективного безопасного поведения	4	-	4
6.2	Семья в жизни человека и общества, ценности семейной жизни	6	2	4
6.3	Нормативно-законодательная база брака. Нормы и правила семьи	6	4	2
6.4	Принятие решений, доводы «за» и «против». Прогнозирование результата	4	1	3
6.5	Виды государственной помощи, меры поддержки, льготы, выплаты, место их получения	6	2	4
6.6	Документы на жилое помещение, его обслуживание и содержание	2	1	1
6.7	Трудные жизненные ситуации и методы их преодоления	2	1	1
6.8	Самостоятельное проживание и решение возникающих вопросов и проблем	4	1	3
ИТОГО		34	12	30
Итого за период обучения		272	57	215

**Примерный тематический план
17 лет**

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1. Модуль «Быт»				
1.1	Выбор и обустройство своего жилища	4	1	3
1.2	Рациональное ведение домашнего хозяйства	10	-	10
1.3	Правила общежития	6	2	4
1.4	Обслуживание общего имущества дома	4	-	4
1.5	Правила хранения продуктов дома	6	-	6
1.6	Хранение разных категорий документов	2	-	2
1.7	Показания счетчиков, коммунальные платежи, порядок и способы оплаты	6	2	4
1.8	Налоги, штраф, порядок и способы оплаты	2	1	1
1.9	Нештатные ситуации дома	4	1	3
Итого		44	7	37
2. Модуль «Здоровье, гигиена, внешний вид»				
2.1	Личная гигиена и внешний вид	12	-	12
2.2	Половое воспитание. Безопасность	8	-	8
2.3	ЗОЖ. Вредные привычки	12	-	12
2.4	Режим труда и отдыха	10	-	10
2.5	Питание	8	-	8
2.6	Гигиена сна	8	-	8
2.7	Здоровье	8	-	8
Итого		66	0	66
3. Модуль «Коммуникативная компетентность»				
3.1	Осознанное формирование окружения	10	2	8
3.2	Выбор подарков	4	1	3
3.3	Толерантность	4	2	2

3.4	Совместное принятие решений	6	2	4
3.5	Культура поведения и общения с противоположным полом	2	-	2
3.6	Приемы и техники противостояния негативному влиянию	6	1	5
3.7	Способы успокоения и расслабления социально приемлемым способом	6	1	5
3.8	Самоконтроль и предотвращение срывов	6	1	5
3.9	Различные позиции, роли в соответствии с собственными ценностями и оценкой ситуации	4	1	3
3.10	Наставники, авторитеты, кумиры	2	-	2
Итого		50	11	39
4. Модуль «Финансы»				
4.1	Скрытые траты при покупках	4	1	3
4.2	Диверсификация рисков	4	1	3
4.3	Осознанное потребление товаров и услуг	12	2	10
4.4	Правила финансовой грамотности	12	2	10
4.5	Установление финансовых правил со «второй половинкой»	4	1	3
ИТОГО		36	7	29
5. Модуль «Образование и профессиональная ориентация»				
5.1	Анализ ситуации рынка труда	8	2	6
5.2	Резюме	8	2	6
5.3	Самопрезентация, деловое общение	8	2	6
5.4	Эмоциональная регуляция	6	1	5
5.5	Коммуникация в офлайн-режиме, в онлайн-режиме	8	2	6
5.6	Будущая профессия. Работа	4	-	4
5.7	Портал «Работа в России»	2	-	2
5.8	План на ближайший этап жизни	2	-	2
ИТОГО		46	9	37
6. Модуль «Безопасность. Различные ситуации»				
6.1	Правила индивидуального и коллективного безопасного поведения	10	-	10
6.2	Представление о семейной жизни. Портрет будущего супруга	8	2	6
6.3	Настойчивость и дисциплинированность в жизни	4	1	3
6.4	Конкуренция в жизни	4	1	3
6.5	Критическое мышление	2	-	2
6.6	Самостоятельное проживание и решение возникающих вопросов и проблем	2	-	2
ИТОГО		30	4	26
Итого за период обучения		272	38	234

РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Кадровые ресурсы. Сотрудники, имеющиеся в штатной расстановке в учреждении (организации), согласно единого квалификационного справочника и отвечающие требованиям профессионального стандарта и квалификации, в соответствующей области деятельности или приглашённые специалисты, реализующие программу, часть программы в рамках работы с социальными партнерами.

Материально-технические условия учреждения (организации), реализующего программу «Подготовка подростков к самостоятельной жизни» (для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей) должно располагать соответствующей материально-технической базой, обеспечивающей проведение всех видов работ и занятий, предусмотренных тематическим планом программы. Материально-техническая база должна соответствовать действующим санитарным и противопожарным нормам.

Для организации и реализации программы необходимо соблюсти соответствующие нормативные правовые аспекты, регламентирующие деятельность в организации (образовательные организации, медицинские организации, организации, оказывающие социальные услуги).

В зависимости от целевой группы (категории подростков) занятия, часть занятий могут проходить территориально в разных местах. Например, если мы говорим о категории «дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, воспитываемые в замещающих семьях», то, соответственно, часть программы они могут проходить непосредственно у себя дома при самостоятельной работе или совместно с родителем (законным представителем). Если мы говорим о категории «дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, воспитываемые в государственных учреждениях (организациях) для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей», то, соответственно, часть программы они могут проходить непосредственно в своих воспитательных группах (которые обустроены по семейному типу) при самостоятельной работе или совместно с соответствующим специалистом (воспитателем, педагогом дополнительного образования, педагогом-психологом, инструктором по физической культуре, инструктором по труду, специалистом по работе с семьей, специалистом в области воспитания, тьютором и т.д.). Другую часть занятия можно проводить в специально оборудованных помещениях или выходить за пределы учреждения (организации). Таким образом, **материально-технические ресурсы** будут различаться от возможностей каждой отдельной организации, выбранным вариантом реализации программы, от участников программы.

Информационные ресурсы:

- официальный сайт учреждения (организации);
- группы в социальных сетях;
- средства массовой информации.

Методические ресурсы

Программа «Подготовка подростков к самостоятельной жизни» (для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей) задает только направления и общую структуру работы и требует адаптации под имеющиеся условия учреждений и категорию обучающихся (подростков). Для помощи в качественной организации и реализации программы, в том числе специалистам, которые будут проводить занятия или соответствующую работу непосредственно в повседневном проживании подростка, можно использовать разработки и методические материалы различных авторов, занимающихся подготовкой к самостоятельной жизни для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей; ниже представлен список некоторых из них.

Сборник фонда «Дети наши», редактор Д.О. Кулинич. Москва, 2017. Сборник будет полезен специалистам учреждений и сотрудникам НКО, осуществляющим деятельность по подготовке детей-сирот к самостоятельной жизни, в руководстве собраны инструкции и рекомендации по использованию методических материалов фонда «Дети наши»:

- «Путеводитель по самостоятельной жизни»;
- Рабочая тетрадь к «Путеводителю по самостоятельной жизни». Авторы-составители: Александра Герасимова, Анна Семёнова 2014
- Мобильное приложение для выпускников детских домов «Гид по жизни».
- Подробные конспекты занятий «Мастерская самостоятельной жизни».

Программа повышения социальной компетентности воспитанников образовательных учреждений для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. «Мы сами» (часть I, часть II) Авторский коллектив: Н.В. Владимирова, Е.Г. Коблик, Н.В. Делакова, Л.А. Шаповалова, Е.Б. Нониева, С.А. Шашкин, И.М. Лисовская, Р.М. Данилов. Москва, 2006. Программа включает 64 сценария занятий, призванных поэтапно формировать у воспитанников, которым осталось 1-2 года до выпуска, социальную компетентность, что позволит снизить риск дезадаптации при первых шагах вхождения в самостоятельную жизнь. Ключевым моментом программы являются тетради для воспитанников по темам, дополнительная информация для ведущего (рекомендации психологов, педагогов), методическое обеспечение программы (книги), наглядные пособия, которые помогут ведущему подготовиться к занятиям. Программа предназначена для педагогов, педагогов-психологов, специалистов образовательных учреждений, прошедших специальные курсы.

Программа курса «Школа жизни», подготовка к самостоятельной жизни. Авторы-составители: И.В. Дикун, Н.Н. Дикун, Т.В. Елейник, Е.В. Корниенко, О.Л. Менделеева, В.В. Юнина, Н.В. Юрина. Санкт-Петербург, 2005. Программа курса «Школа жизни» использует основные разделы программы социально-бытовой ориентировки. Отличие состоит в том, что материал более четко структурирован и дополнен содержанием с учетом современных требований подготовки к самостоятельной жизни.

Примерная программа подготовки воспитанников детских домов к самостоятельной жизни в современном обществе, рекомендованная министерством образования Нижегородской области. Нижегородская область, 2011.

Примерная программа подготовки к самостоятельному проживанию воспитанников, выпускников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, школ-интернатов, включая их личностное и профессиональное самоопределение, правовое просвещение, постинтернатное сопровождение. Мурманская область, 2014.

Дополнительная общеобразовательная программа подготовки к самостоятельному проживанию воспитанников и выпускников организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Мир, в котором я живу». Автор: Л.К. Алимгузина, педагог-психолог. Уфа, 2016. Программа нацелена на подготовку выпускников детских домов и лиц, оставшихся без попечения родителей, к самостоятельной жизни, на личностное и профессиональное самоопределение, приобретение правовых, социально-экономических, социокультурных, психолого-педагогических знаний и жизненных навыков для полноценного развития, жизнеустройства и адаптации в обществе.

Дополнительная общеразвивающая программа социально-психологического и педагогической направленности по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни и их профессионального самоопределения «Дорога в жизнь». Авторский коллектив: Н.Н. Шамахова, Н.П. Красавина, Г.А. Прокофьева, З.Н. Назарова. Вологодская область, 2016. Программа рассчитана на подготовку воспитанников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, к самостоятельной жизни, имеет

продолжительный характер после выпуска подростка из организации. Программа нацелена на индивидуальный выбор профессии для каждого воспитанника.

Финансово-экономические ресурсы:

- средства субсидии на финансовое обеспечение выполнения государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ);
- внебюджетные источники (средства, полученные от реализации платных услуг, пожертвования, грантовая поддержка, дополнительные спонсорские средства).

Сводная таблица (начало)

Ф.И.О обучающегося (подростка)	Входной контроль							Промежуточный контроль																			
	По модулям						Ито го	12 лет По модулям						Ито го	14 лет По модулям						Ито го						
	1*	2*	3*	4*	5*	6*		1*	2*	3*	4*	5*	6*		1*	2*	3*	4*	5*	6*							

Сводная таблица (окончание)

Ф.И.О обучающегося (подростка)	Промежуточный контроль														Итоговый контроль							Уровень готовности к самостоятельной жизни									
	15 лет по модулям						Ит ог о	16 лет по модулям						Ит ог о	17 лет по модулям							Ит ог о	По модулям						Об щ ий		
	1*	2*	3*	4*	5*	6*		1*	2*	3*	4*	5*	6*		1*	2*	3*	4*	5*	6*	7*		1*	2*	3*	4*	5*	6*			

1* уровень готовности к самостоятельной жизни модуль «Быт». 2* уровень готовности к самостоятельной жизни модуль «Здоровье, гигиена, внешний вид». 3* уровень готовности к самостоятельной жизни модуль «Коммуникативная компетентность». 4* уровень готовности к самостоятельной жизни модуль «Финансы». 5* уровень готовности к самостоятельной жизни модуль «Образование и профессиональная ориентация». 6* уровень готовности к самостоятельной жизни модуль «Безопасность. Различные ситуации». 7* уровень готовности к самостоятельной жизни за все модули по итогу контроля. 8* уровень готовности к самостоятельной жизни «Общий» по итогу реализации программы.

В таблицу заносятся числовые данные 3, 2, 1 (3 - «высокий», 2 - «средний», 1 - «низкий»), которые соответствуют уровню готовности к самостоятельной жизни и уровню освоения программы по итогу контроля. Специалист после каждого этапа контроля заносит данные в таблицу и может анализировать уровень продвижения каждого обучающегося (подростка) по мере освоения программного материала и, соответственно, может вносить корректировки как в программный материал, так и в работу с обучающимся (подростком).

Оценочные материалы (контрольно-измерительные материалы)

Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (12 лет, 14 лет, 15 лет, 16 лет, 17 лет) (приложение 2).

Анкета для родителей (законных представителей) по подготовке подростков к самостоятельной жизни. *Использование данной анкеты возможно и для специалистов, работающих в государственных учреждениях (организациях) для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, например воспитателя подростка, который выполняет роль родителя (законного представителя). Анкета требует адаптации под имеющиеся условия* (приложение 3).

Оценка (степень достижения) со стороны специалиста по усвоению программного материала подростком согласно критериям:

«Высокий уровень» – обучающийся (подросток) освоил почти весь объем знаний и овладел практически всеми умениями и навыками (100-80%) предусмотренными программой за конкретный период. Критериями являются достижение уровня ожидаемых результатов программы. Подросток обладает сформированными навыками самостоятельной жизни, умеет вести себя в обществе, соблюдая правовые нормы, обладает правильными представлениями о человеческих чувствах, осознаёт необходимость труда, отчётливо представляет своё профессиональное будущее, ведёт здоровый образ жизни.

«Средний уровень» – объем усвоенных знаний, умений и навыков составляет 79-50% от предусмотренного программой за конкретный период. Критериями являются достижение уровня ожидаемых результатов программы. Подросток обладает основными навыками самостоятельной жизни, умеет вести себя в обществе, владеет основными представлениями о человеческих чувствах, понимает, что нужно работать, в основном, связывает свою профессиональную карьеру с выбранной специальностью, знает о негативных последствиях вредных привычек.

«Низкий уровень» – объем усвоенных знаний, умений и навыков составляет 49% и ниже от предусмотренного программой за конкретный период. Критериями являются достижение уровня ожидаемых результатов программы. Обладает минимальными навыками самостоятельной жизни, не всегда умеет вести себя в обществе, слабо владеет основными представлениями о человеческих чувствах, не понимает необходимости и ценности труда, не связывает свою трудовую деятельность с выбранной специальностью, не знает о негативных последствиях вредных привычек и не заботится о состоянии своего здоровья.

Типовые карты потребности подростков в обучении самостоятельной жизни

Основные потребности подростков 12-17 лет:

- стремление к деятельности на свежем воздухе, подвижным играм;
- в общении и принятии сверстниками;
- в чётких (но не тесных) правилах и границах;
- в постановке жизненных целей;
- в уважении и признании;
- во внимании и поддержке;
- в умении уверенно отстаивать своё мнение;
- в развитии и обучении через жизненную практику;
- в интересных жизненных событиях;
- в удовольствии;
- в коллективных действиях и играх, формировании навыков сотрудничества;
- в творческом самовыражении и самореализации;
- иметь заработок, карманные деньги;
- во взаимодействии с противоположным полом;
- в заботе о собственной внешности, поиске имиджа;
- в создании кумиров, идеалов для подражания;
- в идейных наставниках (подростку нужен взрослый человек, чтобы научиться быть взрослым);
- в совместной деятельности со взрослыми;
- в «неформальном», нерегламентированном общении со взрослым;
- в формировании мировоззрения;
- в уединении;
- в личном пространстве (ревностное к нему отношение).

Подростки из категории детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, представляют собой особую категорию детей, испытавших на себе влияние различных травмирующих факторов, что определяет особенности их психического, социального и, в некоторых случаях, физического развития. Необходимо особое внимание уделять формированию знаний и умений, обеспечивающих их способность жить самостоятельно

Типовые карты потребности разбиты по возрастам: 12 лет, 14 лет, 15 лет, 16 лет, 17 лет. *(Целесообразно делать разбивку по периодам 12-13 лет, 14-15 лет, 16-17 лет, что обусловлено возрастными стандартами социализации – набором требований к личности ребенка, его умениям, обеспечивающим решение задач социализации на определенном возрастном этапе развития).*

Набор требований к личности ребенка, его умениям в разные возраста повторяется, углубляется – это только некий ориентир, многое зависит непосредственно от конкретного подростка от его индивидуально-личностного развития, психологической готовности, от среды развития.

Потребности подростков отображены в соответствующих тематических блоках:

- Блок 1. Быт;
- Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид;
- Блок 3. Коммуникативная компетентность;
- Блок 4. Финансы;
- Блок 5. Образование и профессиональная ориентация;
- Блок 6. Безопасность. Различные ситуации.

Типовые карты потребности подростков в обучении самостоятельной жизни 12 лет

Блок 1. Быт	Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид	Блок 3. Коммуникативная компетентность
<ol style="list-style-type: none"> 1. Умение убирать свою комнату. 2. Умение минимально убирать в общих помещениях квартиры (дома). 3. Умение пользоваться различными бытовыми приборами безопасно. 4. Умение понимать, когда необходимо стирать вещи. 5. Умение распределять вещи по категориям и по цветам для стирки. 6. Умение самостоятельно ухаживать за вещами, чтение и понимание ярлычков на одежде. 7. Умение приготовить себе несложные блюда из простых ингредиентов. 8. Умение находить и применять простые рецепты, использовать информацию, указанную на упаковке продукта о его способе приготовления. 9. Знание посуды, столовых приборов и способов их использования. 10. Знание правил выбора продуктов в магазине. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Умение самостоятельно соблюдать личную гигиену без напоминания взрослых. 2. Знание месторасположения домашней аптечки. 3. Умение распознавать некоторые симптомы начинающейся у себя болезни. Своевременно сообщать взрослым о происходящем со здоровьем. 4. Знание основных медикаментов и препаратов (безрецептурных), которые находятся в домашней аптечке, знание о том, в каких случаях их принимать, чтение инструкций по применению и просмотр сроков годности. 5. Владение информацией о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании. 6. Владение информацией из области сексуальных отношений (половое воспитание по возрасту). 7. Владение информацией о вредных привычках. 8. Наличие физической активности в жизни. 9. Умение произвести мелкий ремонт одежды. 10. Умение самостоятельно выбирать одежду по размеру. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Умение поддерживать вежливый разговор, тактично и осторожно высказываться. 2. Умение благодарить. 3. Умение признать свою ошибку и извиниться. 4. Умение поддерживать хорошие отношения в классе/в группе/ в коллективе. 5. Умение обратиться за помощью, когда это необходимо. 6. Умение договариваться и следовать своим договоренностям со сверстниками. 7. Умение решать конфликты, проблемы. 8. Умение слушать собеседника при разговоре. 9. Наличие и приоритет важности друзей в реальной жизни, а не в интернете. 10. Умение отстаивать свою позицию и соблюдать личные границы.

Блок 4. Финансы	Блок 5. Образование и профессиональная ориентация	Блок 6. Безопасность. Различные ситуации
<ol style="list-style-type: none"> 1. Умение планировать ежедневный бюджет и умение его придерживаться. 2. Умение вести минимальные финансовые записи. 3. Умение составлять списки продуктов (товаров), когда отправляешься в магазин. 4. Знание и умение покупать продукты (товары) по наиболее выгодной цене. 5. Использование скидок и купонов. 6. Экономия электроэнергии, воды и др. 7. Умение откладывания денег. 8. Умение пользоваться банкоматами. 9. Умение пользоваться банковской картой, в том числе через технологию NFC. 10. Знание основных распространённых мошеннических схем, в том числе и с банковскими картами. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Умение планировать дела на день и составлять расписание на день. 2. Умение придерживаться запланированных дел и расписания. 3. Постоянное использование ежедневниками, приложениями, органайзерами, планировщиками, расписаниями. 4. Постоянное присутствие на занятиях/тренировках. 5. Самостоятельное, регулярное выполнение домашних заданий. 6. Умение самостоятельно собираться в школу/на тренировку/ и т.д. 7. Дисциплинированное поведение на занятиях/тренировках. 8. Активная позиция в школе, участие в конкурсах, соревнованиях, мероприятиях и т.д. 9. Умение находить и использовать различную информацию в учебных целях. 10. Умение расставлять задачи по приоритетам, важности и срочности. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знание номеров телефонов основных экстренных служб города и правил вызова их. 2. Обеспечение личной безопасности дома, на улице, в общественных местах, на природе, в интернете, антитеррористической безопасности. 3. Знание правил личной безопасности при использовании наземных, водных, воздушных видов транспорта. 4. Умение самостоятельно безопасно передвигаться по основным маршрутам (школа-дом, дом-магазин, дом-аптека). 5. Знание названия и внешнего вида остановки, где находится квартира (дом). 6. Знание правил общения с незнакомыми людьми, чтобы избежать встречи со злоумышленниками, в том числе и в сети интернет. 7. Умение говорить «нет», в том числе взрослым, не оправдываясь и не объясняя, не испытывать чувство вины при этом. 8. Умение постоянно и без напоминания заботиться о растениях, домашних животных. 9. Иметь адекватную реакцию на свои успехи и поражения. 10. Самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои слова, решения и действия (самостоятельно делать выбор).

Типовые карты потребности подростков в обучении самостоятельной жизни 14 лет

Блок 1. Быт	Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид	Блок 3. Коммуникативная компетентность
<p>1. Умение самостоятельно поддерживать полный порядок в своей комнате.</p> <p>2. Умение еженедельно убирать в общих помещениях квартиры (дома).</p> <p>3. Умение навести порядок и организовать кухонные шкафчики.</p> <p>4. Умение ухаживать за бытовой техникой.</p> <p>5. Умение приготовить себе блюда средней сложности.</p> <p>6. Умение делать мелкие бытовые работы (обязательно под руководством взрослого).</p> <p>7. Использование основных правил выбора продуктов в магазине.</p> <p>8. Знание, что такое паспорт, СНИЛС, полис ОМС, в каких учреждениях могут понадобиться, какие данные чаще всего запрашивают сотрудники госучреждений.</p> <p>9. Знание, как писать заявления, как читать простые договоры и их понимать.</p> <p>10. Умение пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами.</p>	<p>1. Умение самостоятельно соблюдать личную гигиену без напоминания взрослых.</p> <p>2. Умение самостоятельно без напоминания взрослых ухаживать за волосами, ногтями, лицом и т.д.</p> <p>3. Знание месторасположения домашней аптечки. Умение распознавать некоторые симптомы начинающейся у себя болезни, своевременно сообщать взрослым о происходящем со здоровьем. Знание основных медикаментов и препаратов (безрецептурных), которые находятся в домашней аптечке, знание о том, в каких случаях их принимать, чтение инструкций по применению и просмотр сроков годности.</p> <p>4. Владение информацией о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании.</p> <p>5. Владение информацией из области сексуальных отношений (половое воспитание по возрасту).</p> <p>6. Владение информацией о вредных привычках.</p> <p>7. Наличие физической активности в жизни.</p> <p>8. Соблюдение режима труда и отдыха.</p> <p>9. Умение самостоятельно собирать чемодан в путешествие (в поездку).</p> <p>10. Умение самостоятельно подбирать себе стиль, в том числе понимание, как необходимо выглядеть в разных ситуациях.</p>	<p>1. Умение договариваться и следовать своим договоренностям со взрослыми.</p> <p>2. Умение решать конфликты, проблемы, умение извиняться в кругу взрослых и в кругу сверстников.</p> <p>3. Умение отстаивать свою позицию и соблюдать личные границы.</p> <p>4. Умение адекватно реагировать на обратную связь от взрослого человека без раздражения.</p> <p>5. Знание и применение основ этикета в самых распространённых ситуациях.</p> <p>6. Умение поддерживать хорошие отношения в классе/в группе/ в коллективе.</p> <p>7. Умение поддерживать коммуникацию с незнакомыми людьми.</p> <p>8. Умение обратиться за помощью, когда это необходимо.</p> <p>9. Наличие и приоритет важности друзей в реальной жизни, а не в интернете.</p> <p>10. Умение самостоятельно организовывать свое свободное время.</p>

Блок 4. Финансы	Блок 5. Образование и профессиональная ориентация	Блок 6. Безопасность. Различные ситуации
<ol style="list-style-type: none"> 1. Умение планировать еженедельный бюджет и умение его придерживаться. 2. Умение вести финансовые записи. 3. Желание заработать свои собственные деньги, осведомленность о возможности работать с 14 лет неполный рабочий день. 4. Умение составлять список продуктов (товаров), когда отправляешься в магазин. 5. Знание и умение покупать продукты (товары) по наиболее выгодной цене. Использование скидок и купонов. 6. Экономия электроэнергии, воды и др. Умение замечать за другими людьми нерациональное использование ресурсов. 7. Умение откладывать деньги. 8. Умение пользоваться банковской картой, в том числе через технологию NFC, банкоматом, мобильным банкингом. 9. Знания, как открыть банковский счет, вклад, сравнивать различные предложения, разных банков. 10. Знание основных распространённых мошеннических схем, в том числе и с банковскими картами. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Умение планировать дела на день, неделю и составлять расписание на день, неделю. 2. Умение придерживаться запланированных дел и расписания. 3. Умение самостоятельно, без напоминания взрослых, контролировать свое время. 4. Умение самостоятельно, без напоминания взрослых: присутствовать на занятиях/тренировках, регулярно выполнять домашние задания. Дисциплинированное поведение на занятиях/тренировках/на работе. 5. Самостоятельный выбор дополнительных занятий/тренировок. 6. Умение расставлять задачи по приоритетам, важности и срочности. 7. Наличие опыта работы (временной). 8. Осведомленность о различных профессиях, учебных заведениях. 9. Наличие представления о будущей профессии без преувеличения и приукрашивания, о шансах поступить на выбранную специальность. 10. Наличие плана на ближайший этап жизни. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знание номеров телефонов основных экстренных служб города и правил вызова их. 2. Обеспечение личной безопасности дома, на улице, в общественных местах, на природе, в интернете, антитеррористической безопасности. 3. Умение самостоятельно передвигаться на общественном транспорте по городу. 4. Готовность держать в курсе взрослого о своем местонахождении. 5. Знание правил общения с незнакомыми людьми, чтобы избежать встречи со злоумышленниками, в том числе и в сети интернет. 6. Умение говорить «нет», в том числе взрослым, не оправдываясь и не объясняя, не испытывать чувство вины при этом. 7. Умение постоянно и без напоминания заботиться о растениях, домашних животных. 8. Иметь адекватную реакцию на свои успехи и поражения. 9. Самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои слова, решения и действия (самостоятельно делать выбор). 10. Умение быть рассудительным и избегать укромных парковок, пустынных дорог и пустых участков вдали от цивилизации.

Типовые карты потребности подростков в обучении самостоятельной жизни 15 лет

Блок 1. Быт	Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид	Блок 3. Коммуникативная компетентность
<p>1. Умение делать генеральную уборку квартиры (дома).</p> <p>2. Умение ухаживать за домашним текстилем и одеждой из особых/деликатных материалов.</p> <p>3. Умение самостоятельно комбинировать продукты при приготовлении блюда.</p> <p>4. Умение использовать в практике перед отправкой в магазин за продуктами: (ревизию холодильника, составление меню на неделю, составление списка продуктов).</p> <p>5. Умение сервировать стол.</p> <p>6. Умение выполнить небольшой ремонт по дому.</p> <p>7. Знание, как безопасно совершать покупки в интернет-магазинах и отличать недобросовестных продавцов.</p> <p>8. Знание, что такое паспорт, СНИЛС, полис ОМС, в каких учреждениях могут понадобиться, какие данные чаще всего запрашивают сотрудники госучреждений.</p> <p>9. Знание, как писать заявления, как читать простые договоры и их понимать.</p> <p>10. Умение пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами.</p>	<p>1. Умение самостоятельно соблюдать личную гигиену и следить за опрятным внешним видом без напоминания взрослых.</p> <p>2. Владение информацией о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании (поллюции/менструации, росте волос в области гениталий, груди и т.д.).</p> <p>3. Владение информацией из области сексуальных отношений (половое воспитание по возрасту).</p> <p>4. Владение информацией о вредных привычках, сформированное отрицательное мнение о них.</p> <p>5. Наличие физической активности в жизни.</p> <p>6. Соблюдение правил рационального питания.</p> <p>7. Соблюдение гигиены сна.</p> <p>8. Соблюдение режима труда и отдыха.</p> <p>9. Ответственное отношение к своему здоровью.</p> <p>10. Умение самостоятельно собирать чемодан в путешествие (в поездку).</p>	<p>1. Умение договариваться и следовать своим договоренностям.</p> <p>2. Умение предотвращать конфликты.</p> <p>3. Умение отстаивать свою позицию и соблюдать личные границы.</p> <p>4. Адекватно реагировать на обратную связь от взрослого человека без раздражения.</p> <p>5. Умение самостоятельно принимать гостей.</p> <p>6. Умение самостоятельно решить вопрос/проблему в государственном учреждении.</p> <p>7. Уважение к людям и их взглядам, независимо от того, что они думают о других.</p> <p>8. Умение самостоятельно организовывать свое свободное время.</p> <p>9. Наличие и приоритет важности друзей в реальной жизни, а не в интернете.</p> <p>10. Наличие взрослого в реальной жизни (не в онлайн, не в виртуальной реальности), на кого хотел бы быть похож подросток.</p>

Блок 4. Финансы	Блок 5. Образование и профессиональная ориентация	Блок 6. Безопасность. Различные ситуации
<ol style="list-style-type: none"> 1. Умение планировать ежемесячно бюджет и умение его придерживаться. 2. Умение вести финансовые записи. 3. Анализ денежных расходов и доходов по категориям. 4. Осознанное потребление товаров и услуг. 5. Экономия электроэнергии, воды и др. Умение замечать за другими людьми нерациональное использование ресурсов. 6. Понимание ценности откладывания денег. 7. Знание разных вариантов «откладывания» денег и их приумножения. 8. Знание, как открыть банковский счет, вклад, сравнивать различные предложения разных банков. 9. Знание основных распространённых мошеннических схем, в том числе и с банковскими картами. 10. Знание основных статей ежемесячных расходов и доходов в семейном бюджете. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Умение планировать дела на день, неделю, месяц. Составление расписания на день, неделю. 2. Умение придерживаться запланированных дел и расписания. 3. Умение самостоятельно, без напоминания взрослых контролировать свое время. 4. Умение расставлять задачи по приоритетам, важности и срочности. 5. Самостоятельно и осознанно подходить к выбору будущего обучения. 6. Умение делать заметки/конспектировать. 7. Осведомленность о различных профессиях, учебных заведениях. 8. Наличие представления о будущей профессии без преувеличения и приукрашивания, о шансах поступить на выбранную специальность 9. Заинтересованность в выбранной профессии, желание получать образование. 10. Наличие плана на ближайший этап жизни. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знание номеров телефонов основных экстренных служб города и правил вызова их. 2. Обеспечение личной безопасности дома, на улице, в общественных местах, на природе, в интернете, антитеррористической безопасности. 3. Умение самостоятельно передвигаться на общественном транспорте между городами. 4. Готовность держать в курсе взрослого о своем местонахождении. 5. Знание правил общения с незнакомыми людьми, в том числе и при совершении поездок/путешествий. 6. Уверенность и умение в самостоятельном проживании один месяц. 7. Знание порядка действий при потере паспорта. 8. Знание порядка действий при потере банковской карты. 9. Самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои слова, решения и действия (самостоятельно делать выбор). 10. Умение быть рассудительным и избегать укромных парковок, пустынных дорог и пустых участков вдали от цивилизации.

Типовые карты потребности подростков в обучении самостоятельной жизни 16 лет

Блок 1. Быт	Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид	Блок 3. Коммуникативная компетентность
<p>1. Умение делать различные виды уборки. Способность длительное время самостоятельно поддерживать чистоту и порядок квартиры (дома).</p> <p>2. Знание и умение хранить документы.</p> <p>3. Серьёзное и ответственное отношение к заполнению заявлений и заключению договоров.</p> <p>4. Умение ухаживать за любыми вещами дома.</p> <p>5. Умение делать мелкие бытовые работы и небольшой ремонт по дому.</p> <p>6. Умение пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами.</p> <p>7. Умение подготовиться к приему гостей дома по различным поводам.</p> <p>8. Умение самостоятельно готовить и осваивать новые рецепты.</p> <p>9. Знание и применение правил хранения продуктов дома.</p> <p>10. Поддержание хороших отношений с соседями.</p>	<p>1. Умение самостоятельно соблюдать личную гигиену и следить за опрятным внешним видом без напоминания взрослых.</p> <p>2. Владение информацией о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании (поллюции/менструации, росте волос в области гениталий, груди и т.д.).</p> <p>3. Владение информацией из области сексуальных отношений (половое воспитание по возрасту).</p> <p>4. Владение информацией о вредных привычках, сформированное отрицательное мнение о них.</p> <p>5. Сформированность к регулярным занятиям физкультурой и спортом.</p> <p>6. Соблюдение правил рационального питания.</p> <p>7. Соблюдение гигиены сна.</p> <p>8. Соблюдение режима труда и отдыха.</p> <p>9. Ответственное отношение к своему здоровью.</p> <p>10. Знание о своих заболеваниях и способах их лечения.</p>	<p>1. Умение четко и понятно сформулировать свои потребности.</p> <p>2. Умение определять и адекватно выражать собственные чувства в отношении происходящих событий, других людей.</p> <p>3. Умение избегать агрессивных форм общения, в том числе в конфликтных ситуациях.</p> <p>4. Понимание эмоционального состояния других людей.</p> <p>5. Умение сказать комплимент, выразить нежные чувства кому-либо.</p> <p>6. Умение откликнуться на переживание другого человека, поддержать его.</p> <p>7. Знание и применение культуры поведения с представителями другого пола.</p> <p>8. Знание своих прав и обязанностей, умение ориентироваться в законах, умение их реализовывать.</p> <p>9. Сформированность нравственных норм поведения, навыков адекватного поведения.</p> <p>10. Наличие взрослого в реальной жизни (не в онлайн, не в виртуальной реальности), на кого хотел бы быть похож подросток.</p>
Блок 4. Финансы	Блок 5. Образование и профессиональная ориентация	Блок 6. Безопасность. Различные ситуации
<p>1. Умение планировать годовой бюджет и умение его придерживаться.</p> <p>2. Умение вести финансовые записи.</p>	<p>1. Умение планировать дела на день, неделю, месяц, год. Планирование расписания на день, неделю. Умение</p>	<p>1. Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.</p> <p>2. Знание основных опасных и чрезвычайных</p>

<p>3. Анализ денежных расходов и доходов по категориям.</p> <p>4. Осознанное потребление товаров и услуг. Умение игнорировать рекламу и модные тренды.</p> <p>5. Понимание необходимости удовлетворения в первую очередь базовых потребностей.</p> <p>6. Умение оптимизировать плановые расходы.</p> <p>7. Понимание важности избегания долгов.</p> <p>8. Знание и понимание, когда нужно экономить, а когда можно потратить определенную сумму.</p> <p>9. Понимание и знание основ кредита, кредитной карты, ипотеки и т.д. знание, как их использовать, чтобы не влезать в долги.</p> <p>10. Знание правила «тратить меньше, чем зарабатываешь» как основы финансовой грамотности.</p>	<p>придерживаться запланированных дел и расписания.</p> <p>2. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи, самостоятельно планировать пути достижения, выбирать наиболее эффективные способы решения.</p> <p>3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией, умение оценивать правильность выполнения задачи, собственные возможности ее решения.</p> <p>4. Умение устанавливать взаимосвязь знаний по разным предметам/дисциплинам для решения прикладных задач.</p> <p>5. Осознание своих побуждений к определённому виду деятельности.</p> <p>6. Осознание того, что профессиональная деятельность – единственно приемлемый источник средство к существованию.</p> <p>7. Ориентирование в нормах и этике трудовых отношений.</p> <p>8. Знание и умение пользоваться порталом «Работа в России».</p> <p>9. Заинтересованность в выборе профессии, желание получать образование.</p> <p>10. Наличие плана на ближайший этап жизни.</p>	<p>ситуаций, их последствий, умение предвидеть возникновение опасных ситуаций, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности.</p> <p>3. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни.</p> <p>4. Знание требований, которые предъявляет семейная жизнь, в том числе нормативно-законодательной базы брака.</p> <p>5. Уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.</p> <p>6. При принятии решения (выбора) взвешивать все «за» и «против», прогнозировать результат.</p> <p>7. Информированность о видах государственной помощи, мерах поддержки, льготах и денежных выплатах положенных детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, и лицам из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, о месте их получения.</p> <p>8. Иметь представление о документах на жилое помещение, его обслуживание и содержание.</p> <p>9. Иметь навыки помощи себе и другим в сложной ситуации.</p> <p>10. Готовность к самостоятельному проживанию и решению возникающих вопросов и проблем.</p>
--	---	---

Типовые карты потребности подростков в обучении самостоятельной жизни 17 лет

Блок 1. Быт	Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид	Блок 3. Коммуникативная компетентность
<p>1. Самостоятельный выбор и обустройство своего жилища.</p> <p>2. Рациональное ведение домашнего хозяйства.</p> <p>3. Знание и соблюдение правил общежития.</p> <p>4. Готовность при необходимости действовать совместно с соседями для обслуживания общего имущества дома (уборка подъезда, очистка от снега прилегающей территории, субботник).</p> <p>5. Знание и применение правила хранения продуктов дома, товарного соседства, температурного режима хранения продуктов, упаковки продуктов.</p> <p>6. Знание и умение хранить документы.</p> <p>7. Знание, какими способами можно передавать показания счетчиков и как оплачивать коммунальные платежи по месту жительства, в том числе, как найти данную информацию, находясь в другом городе.</p> <p>8. Знание, как оплачивать налоги и штрафы, где находить актуальную информацию.</p> <p>9. Умение и готовность действовать в нештатных ситуациях.</p> <p>10. Готовность проживать самостоятельно, в том числе самостоятельно решать задачи и проблемы.</p>	<p>1. Умение самостоятельно соблюдать личную гигиену и следить за опрятным внешним видом без напоминания взрослых.</p> <p>2. Сформированность представлений о сексуальных отношениях, гигиене и безопасности.</p> <p>3. Формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;</p> <p>4. Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в укреплении и сохранении индивидуального здоровья</p> <p>5. Соблюдение режима труда и отдыха.</p> <p>6. Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека.</p> <p>7. Самостоятельное формирование своего имиджа и стиля в одежде.</p> <p>8. Соблюдение правил рационального питания.</p> <p>9. Соблюдение гигиены сна.</p> <p>10. Ответственное отношение к своему здоровью.</p>	<p>1. Осознанное формирование окружения.</p> <p>2. Умение выбирать подарки в различных ситуациях.</p> <p>3. Умение взаимодействовать и уважительно относиться к людям других культур, традиций, языка, религии.</p> <p>4. Умение совместно принимать решения, принимать мнение другого человека.</p> <p>5. Сформированность позитивных межличностных отношений со сверстниками противоположного пола.</p> <p>6. Умение противостоять негативному влиянию окружающих.</p> <p>7. Умение успокоиться и расслабиться социально приемлемым способом.</p> <p>8. Умение проявлять самоконтроль, овладевать собой, не допускать срывов.</p> <p>9. Умение занимать различные позиции и роли в соответствии с собственными ценностями и собственной оценкой ситуации.</p> <p>10. Наличие взрослого в реальной жизни (не в онлайн, не в виртуальной реальности), на кого хотел бы быть похож подросток.</p>

Блок 4. Финансы	Блок 5. Образование и профессиональная ориентация	Блок 6. Безопасность. Различные ситуации
<p>1. Иметь понимание, что не надо покупать то, что сейчас не под силу.</p> <p>2. Учитывать при покупках не только стоимость покупки, но и ее содержание (скрытые траты).</p> <p>3. Знание о диверсификации рисков.</p> <p>4. Изучение и использование различных правил при покупках.</p> <p>5. Экономия на вредных привычках, умение сокращать употребление полуфабрикатов, готовить заранее на выходных.</p> <p>6. Отдавать предпочтение незатратным хобби и времяпрепровождению.</p> <p>7. Помнить правило «вещи не делают нас счастливее».</p> <p>8. Понимание необходимости установления финансовых правил со «второй половинкой».</p> <p>9. Знание основных статей расходов и доходов в семейном бюджете.</p> <p>10. Грамотное пользование услугами предприятий торговли, питания, транспорта, бытового обслуживания, связи и т.д.</p>	<p>1. Умение произвести анализ ситуации на рынке труда.</p> <p>2. Осознание уровня своих профессиональных возможностей.</p> <p>3. Сформированность интереса к работе и наличие желания работать</p> <p>4. Умение составлять резюме.</p> <p>5. Владение навыками самопрезентации и делового общения, умение производить благоприятное впечатление, способность устанавливать контакты, начинать и заканчивать беседу.</p> <p>6. Умение управлять своими эмоциями.</p> <p>7. Способность критического мышления.</p> <p>8. Умение коммуницировать в офлайн-режиме, онлайн-режиме, в том числе по учебным и профессионально-трудовым функциям.</p> <p>9. Наличие мотивации на образование и самообразование в течение всей своей жизни.</p> <p>10. Знание и умение пользоваться порталом «Работа в России».</p>	<p>1. Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.</p> <p>2. Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.</p> <p>3. Наличие позитивных представлений о семейной жизни.</p> <p>4. Иметь неидеализированный портрет будущего супруга.</p> <p>5. Способность взять на себя ответственность за другого человека.</p> <p>6. Владеть информацией и регулярно ее обновлять о различных мошеннических схемах.</p> <p>7. Использование критического мышления в разных сферах жизни.</p> <p>8. Понимание, что для успеха в любой области, в том числе и в профессиональной, необходимо работать (трудиться), быть настойчивым и дисциплинированным.</p> <p>9. Готовность к жесткой конкуренции и тому, что люди не обязаны идти навстречу твоим пожеланиям и просьбам.</p> <p>10. Готовность к самостоятельному проживанию.</p>

**Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни»
(для подростка 12 лет)**

Фамилия _____

Имя _____

Отчество _____

Пол: _____

Для заполнения данной анкеты необходимо внимательно прочитать пункт про элемент своего знания или поведения и поставить любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего вас описывает.

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа			
		«Не про меня»	«Немного про меня»	«В основном про меня»	«Полностью про меня»
Блок 1.					
1.1.	Я поддерживаю порядок в своей комнате самостоятельно без напоминания взрослых: – осуществляю сухую уборку (подметаю/пылесосу); – осуществляю влажную уборку (мою пол, протираю пыль); – прибираю вещи (в шкафу, в комод, в столе); – меняю постельное белье				
1.2.	Я убираюсь в некоторых общих помещениях квартиры (дома): – прибираю стол после приема пищи; – мою посуду после еды или загружаю посуду в посудомоечную машину; – выношу мусор; – убираюсь во дворе, если это требуется (чищу двор от листвы, убираю снег и т.д.)				
1.3.	Я умею пользоваться различными бытовыми приборами безопасно (чайник, электрическая или газовая плита, стиральная машина, пылесос и т.д.)				
1.4.	Я понимаю, когда необходимо стирать вещи (с какой периодичностью) и это зависит: – от загрязнения; – от времени года; – от категории вещей (нижнее белье, футболки, брюки, спортивная одежда, верхняя одежда, полотенца и т.д.)				

1.5.	Я самостоятельно сортирую белье по цветам и по категориям для стирки				
1.6.	Я знаю почти все обозначения на ярлычках одежды и использую их, когда ухаживаю за своими вещами: – загружаю вещи в стиральную машину и выставляю необходимый режим, могу справиться с простыми пятнами с помощью ручной стирки; – развешиваю белье после стирки; – глажу разные типы вещей на нужных режимах, если это необходимо; – складываю и развешиваю вещи в шкаф/комод				
1.7.	Я сам(а) себе готовлю бутерброды, каши, простые салаты, блюда из яиц или могу это сделать, если понадобится				
1.8.	Я могу приготовить продукт согласно способу приготовления, указанному на упаковке или найти новый несложный рецепт и приготовить его самостоятельно (например, приготовить макароны с сыром)				
1.9.	Я знаю все столовые приборы и посуду в доме и умею ей пользоваться				
1.10.	Когда я хожу в магазин за продуктами я не обращаю внимание на условия хранения продукта в магазине, на внешний вид продукта (целостность и герметичность вакуумной упаковки, мятые банки, налет и т. д.)				
Блок 2.					
2.1.	Я самостоятельно соблюдаю личную гигиену без напоминания взрослых: – каждый день утром и вечером чищу зубы, умываюсь; – регулярно в течение дня мою руки; – каждый день соблюдаю личную гигиену за отдельными частями тела (гигиена подмышек, ног, интимная гигиена); – по мере загрязнения и необходимости мою голову, принимаю душ				
2.2.	Я знаю, где у нас находится аптечка				
2.3.	Я могу распознать симптомы начинающейся у себя болезни (заложен нос, горло начинает першить)				

	и т.д.)				
2.4.	Я знаю почти все медикаменты и препараты, которые находятся в нашей аптечке (безрецептурные) и знаю в каких случаях их нужно применять, читаю инструкции по применению, просматриваю сроки годности				
2.5.	Я знаю о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании и, что изменится (изменилось) в моей личной гигиене (например, поллюция, менструация, рост волос в области гениталий, груди и т.д.)				
2.6.	Я считаю, что недостаточно владею информацией о сексе, сексуальных отношениях, венерологических заболеваниях и другой информацией из этой области				
2.7.	Думаю, что вред пагубного воздействия сигарет, алкоголя, наркотиков слишком преувеличен (быстрое привыкание и зависимость, нарушение здоровья, изменение сознания, влияние на здоровье будущих детей)				
2.8.	Я хожу в спортивную секцию несколько раз в неделю и регулярно активно провожу время (катание на велосипеде, лыжах, пробежки, танцы и т.д.)				
2.9.	Я самостоятельно не делаю/не умею делать мелкий ремонт одежды (пришить пуговицу, зашить дырку и т.д.)				
2.10.	Я самостоятельно выбираю себе одежду (умею различать размерные ряды, выбирать цветовые решения)				
Блок 3.					
3.1.	Я вежлив(а) в разговоре и часто использую такие слова как «пожалуйста», «будьте добры» и т.д.				
3.2.	Я умею благодарить и говорить «спасибо», сверстникам и взрослым часто это практикую (в том числе и незнакомым людям, например, в магазине, в кино и т.д.)				
3.3.	Чаще всего я не признаю свою ошибку и не извиняюсь перед сверстниками и взрослыми (в том числе и перед				

	незнакомыми людьми, например, на улице, в магазине и т.д.)				
3.4.	У меня хорошие отношения в классе/в группе/в коллективе				
3.5.	Умею попросить помощи, в том числе и у взрослых, даже незнакомых, если что-то не могу или не знаю				
3.6.	Я умею договариваться и следовать договоренностям со сверстниками				
3.7.	Я часто конфликтую с окружающими и не могу самостоятельно выйти из конфликта				
3.8.	Я умею слушать собеседника, не перебивая его				
3.9.	У меня друзей больше в интернете, чем в реальной жизни				
3.10.	Я могу отстаивать свою позицию и понимаю, что необходимо соблюдать личные границы				
Блок 4.					
4.1.	Я умею планировать свой ежедневный бюджет и умею его придерживаться				
4.2.	Я веду личные финансовые записи дохода и расхода денег каждый день. Записываю количество денег, которые мне дают: на транспорт, личные расходы, дарят на день рождения и т.д., записываю количество денег, которые я потратил(а) в течение дня				
4.3.	Я пишу список продуктов (товаров), когда иду в магазин (в том числе чтобы не покупать лишнее или ненужное для меня, когда у меня есть на это деньги)				
4.4.	Я знаю, где можно купить продукты по наиболее выгодной цене, могу сравнивать их и покупать по выгодной цене				
4.5.	Я пользуюсь скидками, купонами				
4.6.	Я экономлю электроэнергию и воду				
4.7.	Я откладываю деньги (я умею откладывать деньги, чтобы что-либо купить)				
4.8.	Я умею пользоваться банкоматом				
4.9.	Я умею пользоваться банковской картой, в том числе через технологию NFC				
4.10.	Мне рассказывали (я смотрел(а) ролики в интернете и т.д.) про распространённые мошеннические схемы, в том числе и с банковскими				

	картами				
Блок 5.					
5.1.	Я планирую свои дела на день и составляю расписание				
5.2.	Чаще всего у меня, получается, выполнить запланированные дела и соблюдать расписание в течение дня				
5.3.	Постоянно использую ежедневники органайзеры, специальные приложения для планирования и расписания дня				
5.4.	Я постоянно присутствую на занятиях/тренировках (исключения уважительная причина, например, болезнь)				
5.5.	Я самостоятельно и регулярно выполняю домашние задания				
5.6.	Я часто забываю взять что-то на занятие/тренировку (учебник, тетрадь, форму и т.д.)				
5.7.	Я умею демонстрировать нужное поведение в классе/группе, я дисциплинированный(ая)				
5.8.	Я не участвую в различных мероприятиях в школе (конкурсы, соревнования, мероприятия и т.д.)				
5.9.	Умею собирать необходимую информацию связанную с обучением в интернете/в библиотеке и т.д.				
5.10.	Я расставляю задачи по приоритетам, важности, срочности (особенно когда их много я не впадаю в панику, не переживаю, не проявляю агрессию и т.д.)				
Блок 6.					
6.1.	Я знаю, как вызвать с мобильного и со стационарного телефона основные экстренные службы (единый номер экстренных служб, МЧС, пожарная служба, полиция, скорая медицинская помощь) и знаю точно, какую информацию необходимо им сообщать				
6.2.	Я часто запускаю стиральную машину (посудомоечную машину), а сам(а) ухожу из дома (в магазин, гулять и т.д.)				
6.3.	Я часто пренебрегаю правилами дорожного движения (перехожу дорогу в не положенном месте, катаюсь на велосипеде не по правилам				

	и т.д.)				
6.4.	Я самостоятельно могу безопасно передвигаться по маршрутам: дом-школа, дом-магазин, дом-аптека				
6.5.	Я знаю ближайшую остановку общественного транспорта от моей квартиры (дома), смогу ее распознать				
6.6.	При общении с незнакомыми людьми я не разглашаю личной информации (номер телефона, адрес и т.д.) и понимаю, что некоторые люди могут действовать со злым умыслом, в том числе и в социальных сетях				
6.7.	Я могу сказать «нет» в том числе и взрослым, если я не хочу что-то делать, при этом я понимаю, что могу не объяснять причину и не должен(а) испытывать чувство вины за это				
6.8.	Я не забываю поливать домашние растения, ухаживать за домашними питомцами (кормить их, убирать за ними, гулять с ними и т.д.)				
6.9.	Я понимаю, что иногда у меня есть неудачи и поражения, и я несильно и недолго по этому поводу переживаю, а пытаюсь делать выводы				
6.10.	Я часто самостоятельно принимаю решения и несу ответственность за свои слова, решения, поступки (понимаю, что некоторое положение дел в моей жизни сейчас - это результат моих поступков)				

**Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни»
(для подростка 12 лет)
Инструкция**

Продолжительность проведения анкетирования составляет одну встречу (1 час – 1 час 20 минут). Анкета «Готовность подростка к самостоятельной жизни» содержит 6 блоков вопросов, в каждом блоке 10 вопросов (всего 60 вопросов):

- Блок 1. Быт;
- Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид;
- Блок 3. Коммуникативная компетентность;
- Блок 4. Финансы;
- Блок 5. Образование и профессиональная ориентация;
- Блок 6. Безопасность. Различные ситуации.

Для каждого вопроса существует четыре категории ответа:

- «Не про меня»;
- «Немного про меня»;
- «В основном про меня»;
- «Полностью про меня».

Подросток самостоятельно отвечает на пункты про элементы своего знания или поведения и проставляет любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего его описывает.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни в определенном блоке складываем баллы по пунктам в блоке вопросов согласно таблице 1 в зависимости от ответа и делим на 10 (количество вопросов), находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни по всем блокам складываем баллы по всем пунктам согласно таблице 1 в зависимости от ответа и делим 60 (количество вопросов) находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Блоки с пунктами про элемент знания или поведения для родителей (законных представителей) по подготовке подопечных (подростков) к самостоятельной жизни соответствуют блокам анкеты для подростка «Готовность подростка к самостоятельной жизни», специалист, проверяющий данные, сравнивает результаты по блокам между собой.

Пункты про элемент знания или поведения, выделенные в таблице 1 серым цветом, требуют быть внимательным при подсчёте баллов (баллы расположены в обратном порядке).

Пункты про элемент знания или поведения, выделенные в таблице 1 желтым цветом, указывают, что подобные вопросы будут в следующих анкетах – для 14, 15, 16, 17 лет. Необходимо обратить внимание на ответ подростка:

- прослеживается ли положительная динамика (если ее не будет, значит необходимо обратить внимание родителей (законных представителей) на данный факт);
- нет ли стагнации, регрессии (если подросток в этой анкете указал умение делать что-либо или знание чего-либо, а в последующей анкете отметил отсутствие данного знания, умения, значит, либо он невнимательно заполнял, либо умышленно вводит в заблуждение).

Таблица 1

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа				Результат
		«Не про меня»	«Немного про меня»	«В основном про меня»	«Полностью про меня»	
Блок 1. Быт						
1.1.	<p>Я поддерживаю порядок в своей комнате самостоятельно без напоминания взрослых:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществляю сухую уборку (подметаю/пылесосу); – осуществляю влажную уборку (мою пол, протираю пыль); – прибираю вещи (в шкафу, в комод, в столе); – меняю постельное белье 	0	1	2	3	
1.2.	<p>Я убираюсь в некоторых общих помещениях квартиры (дома):</p> <ul style="list-style-type: none"> – прибираю стол после приема пищи; – мою посуду после еды или загружаю посуду в посудомоечную машину; – выношу мусор; – убираюсь во дворе, если это требуется (чищу двор от листвы, убираю снег и т.д.) 	0	1	2	3	
1.3.	<p>Я умею пользоваться различными бытовыми приборами безопасно (чайник, электрическая или газовая плита, стиральная машина, пылесос и т.д.)</p>	0	1	2	3	
1.4.	<p>Я понимаю, когда необходимо стирать вещи (с какой периодичностью) и это зависит:</p> <ul style="list-style-type: none"> – от загрязнения; – от времени года; – от категории вещей (нижнее белье, футболки, брюки, спортивная одежда, верхняя одежда, полотенца и т.д.) 	0	1	2	3	
1.5.	<p>Я самостоятельно сортирую белье по цветам и по категориям для стирки</p>	0	1	2	3	
1.6.	<p>Я знаю почти все обозначения на ярлычках одежды и использую их, когда ухаживаю за своими вещами:</p>	0	1	2	3	

	<ul style="list-style-type: none"> – загружаю вещи в стиральную машину и выставляю необходимый режим, могу справиться с простыми пятнами с помощью ручной стирки; – развешиваю белье после стирки; – глажу разные типы вещей на нужных режимах, если это необходимо; – складываю и развешиваю вещи в шкаф/комод 					
1.7.	Я сам(а) себе готовлю бутерброды, каши, простые салаты, блюда из яиц или могу это сделать, если понадобится	0	1	2	3	
1.8.	Я могу приготовить продукт согласно способу приготовления, указанному на упаковке или найти новый несложный рецепт и приготовить его самостоятельно (например, приготовить макароны с сыром)	0	1	2	3	
1.9.	Я знаю все столовые приборы и посуду в доме и умею ей пользоваться	0	1	2	3	
1.10.	Когда я хожу в магазин за продуктами я не обращаю внимание на условия хранения продукта в магазине, на внешний вид продукта (целостность и герметичность вакуумной упаковки, мятые банки, налет и т. д.)	3	2	1	0	
Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид						
2.1.	<p>Я самостоятельно соблюдаю личную гигиену без напоминания взрослых:</p> <ul style="list-style-type: none"> – каждый день утром и вечером чищу зубы, умываюсь; – регулярно в течение дня мою руки; – каждый день соблюдаю личную гигиену за отдельными частями тела (гигиена подмышек, ног, интимная гигиена); – по мере загрязнения и необходимости мою голову, 	0	1	2	3	

	принимаю душ.					
2.2.	Я знаю, где у нас находится аптечка	0	1	2	3	
2.3.	Я могу распознать симптомы начинающейся у себя болезни (заложен нос, горло начинает першить и т.д.)	0	1	2	3	
2.4.	Я знаю почти все медикаменты и препараты, которые находятся в нашей аптечке (безрецептурные) и знаю в каких случаях их нужно применять, читаю инструкции по применению, просматриваю сроки годности	0	1	2	3	
2.5.	Я знаю о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании и, что изменится (изменилось) в моей личной гигиене (например, поллюция, менструация, рост волос в области гениталий, груди и т.д.)	0	1	2	3	
2.6.	Я считаю, что недостаточно владею информацией о сексе, сексуальных отношениях, венерологических заболеваниях и другой информацией из этой области	3	2	1	0	
2.7.	Думаю, что вред пагубного воздействия сигарет, алкоголя, наркотиков слишком преувеличен (быстрое привыкание и зависимость, нарушение здоровья, изменение сознания, влияние на здоровье будущих детей)	0	1	2	3	
2.8.	Я хожу в спортивную секцию несколько раз в неделю и регулярно активно провожу время (катание на велосипеде, лыжах, пробежки, танцы и т.д.)	0	1	2	3	
2.9.	Я самостоятельно не делаю/не умею делать мелкий ремонт одежды (пришить пуговицу, зашить дырку и т.д.)	3	2	1	0	
2.10.	Я самостоятельно выбираю себе одежду (умею различать размерные ряды, выбирать цветовые решения)	0	1	2	3	
Блок 3. Коммуникативная компетентность						

3.1.	Я вежлив(а) в разговоре и часто использую такие слова как «пожалуйста», «будьте добры» и т.д.	0	1	2	3
3.2.	Я умею благодарить и говорить «спасибо», сверстникам и взрослым часто это практикую (в том числе и незнакомым людям, например, в магазине, в кино и т.д.)	0	1	2	3
3.3.	Чаще всего я не признаю свою ошибку и не извиняюсь перед сверстниками и взрослыми (в том числе и перед незнакомыми людьми, например, на улице, в магазине и т.д.)	3	2	1	0
3.4.	У меня хорошие отношения в классе/в группе/в коллективе	0	1	2	3
3.5.	Умею попросить помощи, в том числе и у взрослых, даже незнакомых, если что-то не могу или не знаю	0	1	2	3
3.6.	Я умею договариваться и следовать договоренностям со сверстниками	0	1	2	3
3.7.	Я часто конфликтую с окружающими и не могу самостоятельно выйти из конфликта	3	2	1	0
3.8.	Я умею слушать собеседника, не перебивая его	0	1	2	3
3.9.	У меня друзей больше в интернете, чем в реальной жизни	3	2	1	0
3.10.	Я могу отстоять свою позицию и понимаю, что необходимо соблюдать личные границы	0	1	2	3
Блок 4. Финансы					
4.1.	Я умею планировать свой ежедневный бюджет и умею его придерживаться	0	1	2	3
4.2.	Я веду личные финансовые записи дохода и расхода денег каждый день. Записываю количество денег, которые мне дают: на транспорт, личные расходы, дарят на день рождения и т.д., записываю количество денег, которые я потратил(а) в течение дня	0	1	2	3
4.3.	Я пишу список продуктов	0	1	2	3

	(товаров), когда иду в магазин (в том числе чтобы не покупать лишнее или ненужное для меня, когда у меня есть на это деньги)					
4.4.	Я знаю, где можно купить продукты по наиболее выгодной цене, могу сравнивать их и покупать по выгодной цене	0	1	2	3	
4.5.	Я пользуюсь скидками, купонами	0	1	2	3	
4.6.	Я экономлю электроэнергию и воду	0	1	2	3	
4.7.	Я откладываю деньги (я умею откладывать деньги, чтобы что-либо купить)	0	1	2	3	
4.8.	Я умею пользоваться банкоматом	0	1	2	3	
4.9.	Я умею пользоваться банковской картой, в том числе через технологию NFC	0	1	2	3	
4.10.	Мне рассказывали (я смотрел(а) ролики в интернете и т.д.) про распространённые мошеннические схемы, в том числе и с банковскими картами	0	1	2	3	
Блок 5. Образование и профессиональная ориентация						
5.1.	Я планирую свои дела на день и составляю расписание	0	1	2	3	
5.2.	Чаще всего у меня, получается, выполнить запланированные дела и соблюдать расписание в течение дня	0	1	2	3	
5.3.	Постоянно использую ежедневники органайзеры, специальные приложения для планирования и расписания дня	0	1	2	3	
5.4.	Я постоянно присутствую на занятиях/тренировках (исключения уважительная причина, например, болезнь)	0	1	2	3	
5.5.	Я самостоятельно и регулярно выполняю домашние задания	0	1	2	3	
5.6.	Я часто забываю взять что-то на занятие/тренировку (учебник, тетрадь, форму и т.д.)	3	2	1	0	
5.7.	Я умею демонстрировать нужное поведение в классе/группе, я дисциплинированный(ая)	0	1	2	3	
5.8.	Я не участвую в различных	3	2	1	0	

	мероприятиях в школе (конкурсы, соревнования, мероприятия и т.д.)					
5.9.	Умею собирать необходимую информацию связанную с обучением в интернете/в библиотеке и т.д.	0	1	2	3	
5.10.	Я расставляю задачи по приоритетам, важности, срочности (особенно когда их много я не впадаю в панику, не переживаю, не проявляю агрессию и т.д.)	0	1	2	3	
Блок 6. Безопасность. Различные ситуации						
6.1.	Я знаю, как вызвать с мобильного и со стационарного телефона основные экстренные службы (единый номер экстренных служб, МЧС, пожарная служба, полиция, скорая медицинская помощь) и знаю точно, какую информацию необходимо им сообщать	0	1	2	3	
6.2.	Я часто запускаю стиральную машину (посудомоечную машину), а сам(а) ухожу из дома (в магазин, гулять и т.д.)	3	2	1	0	
6.3.	Я часто пренебрегаю правилами дорожного движения (перехожу дорогу в не положенном месте, катаюсь на велосипеде не по правилам и т.д.)	3	2	1	0	
6.4.	Я самостоятельно могу безопасно передвигаться по маршрутам: дом-школа, дом-магазин, дом-аптека	0	1	2	3	
6.5.	Я знаю ближайшую остановку общественного транспорта от моей квартиры (дома), смогу ее распознать	0	1	2	3	
6.6.	При общении с незнакомыми людьми я не разглашаю личной информации (номер телефона, адрес и т.д.) и понимаю, что некоторые люди могут действовать со злым умыслом, в том числе и в социальных сетях	0	1	2	3	
6.7.	Я могу сказать «нет» в том числе и взрослым, если я не	0	1	2	3	

	хочу что-то делать, при этом я понимаю, что могу не объяснять причину и не должен(а) испытывать чувство вины за это					
6.8.	Я не забываю поливать домашние растения, ухаживать за домашними питомцами (кормить их, убирать за ними, гулять с ними и т.д.)	0	1	2	3	
6.9.	Я понимаю, что иногда у меня есть неудачи и поражения, и я несильно и недолго по этому поводу переживаю, а пытаюсь делать выводы	0	1	2	3	
6.10.	Я часто самостоятельно принимаю решения и несу ответственность за свои слова, решения, поступки (понимаю, что некоторое положение дел в моей жизни сейчас - это результат моих поступков)	0	1	2	3	

**Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни»
(для подростка 14 лет)**

Фамилия _____

Имя _____

Отчество _____

Пол: _____

Для заполнения данной анкеты необходимо внимательно прочитать пункт про элемент своего знания или поведения и поставить любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего вас описывает.

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа			
		«Не про меня»	«Немного про меня»	«В основном про меня»	«Полностью про меня»
Блок 1.					
1.1.	Я поддерживаю полный порядок в своей комнате самостоятельно без напоминания взрослых				
1.2.	Я еженедельно убираюсь в некоторых общих помещениях квартиры (дома) (туалет, ванная, кухня, коридор т.д.)				
1.3.	Я самостоятельно навожу порядок в некоторых кухонных шкафчиках и/или могу их организовать (когда там беспорядок, рассыпаны продукты питания и т.д.)				
1.4.	Я убираю по мере загрязнения некоторую бытовую технику в доме (плита, духовой шкаф, микроволновая печь, вытяжка, чайник и т.д.)				
1.5.	Я могу приготовить блюда из мяса, рыбы, птицы, супы, салаты (например, винегрет, оливье) и т.д.				
1.6.	Знаю, как делать некоторые мелкие работы по дому (например: подтянуть петли на дверцах шкафчика, собрать мелкую мебель и т.д.)				
1.7.	Когда я хожу в магазин за продуктами я не читаю сроки годности продукта, состав и не сравниваю цена/качество				
1.8.	Мне объясняли, я понимаю, что такое паспорт, СНИЛС, полис ОМС, в каких учреждениях могут они понадобиться, и какие данные чаще всего запрашивают сотрудники госучреждений				
1.9.	Я сам(а) не писал(а) заявления, не читаю (не читал(а) договоры (например, записаться в спортивную секцию, кружок открытие банковского счета и т.д.)				

1.10.	Я умею пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами				
Блок 2.					
2.1.	Я самостоятельно соблюдаю личную гигиену без напоминания взрослых: <ul style="list-style-type: none"> – каждый день утром и вечером чищу зубы, умываюсь; – регулярно в течение дня мою руки; – каждый день соблюдаю личную гигиену за отдельными частями тела (гигиена подмышек, ног, интимная гигиена, в том числе у девушек во время менструации и правильное выбрасывание гигиенических средств, у юношей при поллюции); – по мере загрязнения и необходимости мою голову, принимаю душ; – знаю, как нужно бриться (при необходимости) 				
2.2.	Я самостоятельно без напоминания взрослых: <ul style="list-style-type: none"> – расчесываюсь и делаю, простые прически; – постригаю ногти (делаю маникюр); – слежу за кожей лица (при необходимости использую гигиенические средства) 				
2.3.	Я знаю, где находится аптечка. Я могу распознать симптомы, начинающиеся у себя болезни (заложен нос, горло начинает першить и т.д.). Я знаю почти все медикаменты и препараты, которые находятся в нашей аптечке (безрецептурные) и знаю в каких случаях их нужно применять, читаю инструкции по применению, просматриваю сроки годности				
2.4.	Я знаю о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании и, что изменится (изменилась) в моей личной гигиене (например, поллюция/менструация, рост волос в области гениталий, груди и т.д.)				
2.5.	Я считаю, что достаточно владею информацией о сексе, сексуальных отношениях, способах контрацепции, венерологических заболеваниях и я в				

	курсе о существовании насилия в сексуальных отношениях и другой информации из этой области				
2.6.	Думаю, что вред пагубного воздействия сигарет, алкоголя, наркотиков слишком преувеличен (быстрое привыкание и зависимости, нарушение здоровья, изменение сознания, влияние на здоровье будущих детей)				
2.7.	Я каждый день минимум 60 минут имею умеренную или высокую физическую активность (активное передвижение (прогулки), пробежки, катание на роликах, на скейтбордах велосипедах, лыжах, сноуборд, танцы и т.д.)				
2.8.	Я часто не сплю ночью (сизу за компьютером, просматриваю социальные сети, смотрю фильмы), а на следующий день мне сложно утром встать на занятие/тренировку и т.д. (я чувствую себя вялым, сонным)				
2.9.	Я самостоятельно собираю чемодан в путешествие (поездку)				
2.10.	Я самостоятельно подбираю себе стиль и понимаю, что в разных случаях необходима разная одежда, в том числе разный внешний вид (прическа, макияж, одежда, обувь и т.д.)				
Блок 3.					
3.1.	Я умею договариваться и следовать договоренностям со взрослыми				
3.2.	Я способен(а) решать конфликты (проблемы) с окружающими самостоятельно, могу извиниться как в кругу сверстников так и перед взрослыми, в том числе и перед незнакомыми (например: на улице, в магазине и т.д.)				
3.3.	Я могу аргументированно и без лишних эмоций (повышенный тон, крик, плач) отстаивать свою позицию, понимаю, что необходимо соблюдать личные границы (я должен(а) соблюдать личные границы других людей и мои должны соблюдать личные границы)				
3.4.	Адекватно реагирую на обратную связь от взрослого человека без				

	раздражения, в том числе и на замечания				
3.5.	Знаю и применяю основы этикета в самых распространённых ситуациях (в гостях, в школе, в общественных местах, на общественном транспорте и т.д.)				
3.6.	У меня хорошие отношения в классе/в группе/в коллективе				
3.7.	Я испытываю проблемы, когда общаюсь с незнакомыми людьми (сотрудник банка, почты, учитель, водитель такси, слесарь и т.д.)				
3.8.	Умею попросить помощи, в том числе и у взрослых даже незнакомых, если что-то не могу или не знаю (понимаю и могу различить, что некоторые взрослые могут действовать и помогать со злым умыслом)				
3.9.	У меня друзей больше в интернете, чем в реальной жизни				
3.10.	Я самостоятельно организовываю свое свободное время (гуляю с друзьями, хожу на различные мероприятия, занимаюсь хобби и др.) Не закликаюсь на одном виде деятельности (например, только играть в компьютерные игры)				
Блок 4.					
4.1.	Я умею планировать свой еженедельный бюджет и умею его придерживаться				
4.2.	Я веду личные финансовые записи дохода и расхода денег за каждую неделю. Записываю количество денег, которые мне дают: на транспорт, личные расходы, дарят на день рождения и т.д., записываю количество денег, которые я потратил(а) в течение дня и подвожу итог за неделю				
4.3.	Я хочу самостоятельно зарабатывать деньги, я знаю, что уже с 14 лет я могу работать неполный рабочий день				
4.4.	Я пишу список продуктов (товаров), когда иду в магазин (в том числе чтобы не покупать лишнее или ненужное для меня, когда у меня есть на это деньги)				
4.5.	Я знаю, где можно купить продукты по наиболее выгодной цене, могу				

	сравнивать их и покупать по выгодной цене. Я пользуюсь скидками, купонами. Я замечаю в магазинах акции и скидки, которые в конечном итоге приведут к большим расходам покупателя				
4.6.	Я экономлю электроэнергию и воду и делаю замечания людям, проживающим со мной по этому поводу (например, что не нужно держать кран открытым пока чистишь зубы, выключать свет в комнатах, в которых он на данный момент не нужен и т.д.)				
4.7.	У меня уже были свободные деньги, которые я смог(а) откладывать для того чтобы, что-либо купить. Я умею откладывать деньги				
4.8.	Я свободно (легко) умею пользоваться банковской картой, в том числе через технологию NFC, банкоматом, мобильным банкингом				
4.9.	Я изучаю информацию о банковских счетах, вкладах, сравниваю различные предложения, разных банков, различные банковские продукты и их условия				
4.10.	Я знаком(а) с распространенными мошенническими схемами, в том числе и с банковскими картами: <ul style="list-style-type: none"> – онлайн-казино и игры; – «благотворительность»; – чудо-кошельки; – просьбы о помощи; – «интернет-магазины»; – блокировка браузера; – черные брокеры, трейдеры, бинарные опции; – паспортные данные; – мошенники на «Авито» и доставки; – реклама ставок на спорт; – финансовые пирамиды и хайпы; – телефонные жулики (банковские работники, полицейские и следователи и т.д.); – помощники в получении выплат 				
Блок 5.					
5.1.	Я планирую свои дела на день, неделю и составляю расписание на день, неделю				

5.2.	Чаще всего у меня, получается, выполнить запланированные дела и соблюдать расписание в течение дня, недели				
5.3.	Самостоятельно без напоминания взрослых контролирую свое время, в том числе встаю по утрам к нужному времени (меня не будят по утрам взрослые)				
5.4.	Я самостоятельно и без напоминания взрослых постоянно присутствую на занятиях/тренировках (исключения уважительная причина, например, болезнь). Я самостоятельно выполняю регулярно домашние задания. Я умею демонстрировать нужное поведение в классе/группе, я дисциплинированный(ая)				
5.5.	Я хожу на дополнительные занятия/тренировки, которые мне не нравятся (так хотят взрослые в моем окружении, это не мой выбор)				
5.6.	Я расставляю задачи по приоритетам, важности, срочности (особенно когда их много я не впадаю в панику, не переживаю, не проявляю агрессию и т.д.)				
5.7.	Я уже работал(а) на временной работе				
5.8.	Я владею информацией о различных профессиях, на которые можно будет поступить и об учебных заведениях, где можно получить данные специальности				
5.9.	Я имею представления без преувеличения и приукрашивания о профессии, которую хотел(а) бы получить. Я общался(ась) со взрослыми, которые работают в этой профессии сейчас. Я осознаю, какие шансы у меня поступить на выбранную специальность				
5.10.	Я имею четкий план на ближайший этап жизни (после школы/после колледжа/после университета/после армии и т.д.)				
Блок 6.					
6.1.	Я знаю, как вызвать с мобильного и со стационарного телефона основные экстренные службы (единый номер экстренных служб, МЧС, пожарная служба, полиция, скорая медицинская				

	помощь) и знаю точно, какую информацию необходимо им сообщать				
6.2.	<p>Я осведомлен(а) о безопасной работе в сети интернет и придерживаюсь следующих правил:</p> <ul style="list-style-type: none"> – не разглашаю имена пользователей и пароли, в том числе своим друзьям; – периодически меняю пароли; – не разглашаю личную информацию (полное настоящее имя, адрес, район проживания, номер телефона и прочие данные); – осознаю, что все, что один раз было опубликованное в интернете сразу становится общедоступным, и любой может увидеть это, навсегда; – придерживаюсь возрастных ограничений для создания учетных записей, просмотра и регистрации; – знаю об опасности передачи геоданных; – использую антивирусные программы (лицензионные); – знаю об фальшивых рекламных объявлениях (мошеннические схемы); – знаю об опасности личных встреч с незнакомцами; – придерживаюсь одинаковых правил при общении онлайн и лично (при общении в интернете и написании комментариев лучше оставаться добрым и вежливым, не следует писать ничего такого, что не смогли бы сказать в лицо); – знаю о неэтичном поведении в интернете, в том числе о буллинге (травле), распространении сплетен, угрозах, ненормативной лексике и прочих неприятностях; – знаю, что такое спам и что не следует раскрывать свой адрес электронной почты в интернете и отвечать на нежелательную почту; – знаю о законах об авторском праве и ответственном поведении в интернете; – понимаю что необходимо ставить в известность взрослых о неприемлемых материалах или 				

	нежелательных комментариев сексуального характера, которые я получил(а) в интернете				
6.3.	Я могу самостоятельно передвигаться на общественном транспорте по городу (могу вернуться домой даже с незнакомого района города)				
6.4.	Когда я гуляю или в поездке, всегда есть люди, в том числе и взрослые, которые точно знают о моем местонахождении и у нас определено контрольное время выхода на связь				
6.5.	При общении с незнакомыми людьми я не разглашаю личной информации и понимаю, что некоторые люди могут действовать со злым умыслом, в том числе и в сети интернет				
6.6.	Я могу сказать «нет» в том числе и взрослым, если я не хочу что-то делать. Я понимаю, что могу не объяснять причину и не должен(а) испытывать чувство вины за это				
6.7.	Я не забываю поливать домашние растения, ухаживать за домашними питомцами (кормить их, убирать за ними, гулять с ними и т.д.)				
6.8.	Я понимаю, что иногда у меня есть неудачи и поражения. Я несильно и недолго по этому поводу переживаю, а пытаюсь делать выводы				
6.9.	Я часто самостоятельно принимаю решения и несу ответственность за свои слова, решения, поступки (понимаю, что некоторое положение дел в моей жизни сейчас это результат моих поступков)				
6.10.	Я гуляю в различных укромных местах: на пустырях, заброшенных стройках, по пустынным дорогам и вдали от цивилизации				

Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (для подростка 14 лет)

Инструкция

Продолжительность проведения анкетирования составляет одну встречу (1 час – 1 час 20 минут). Анкета «Готовность подростка к самостоятельной жизни» содержит 6 блоков вопросов, в каждом блоке 10 вопросов (всего 60 вопросов):

- Блок 1. Быт;
- Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид;
- Блок 3. Коммуникативная компетентность;
- Блок 4. Финансы;
- Блок 5. Образование и профессиональная ориентация;
- Блок 6. Безопасность. Различные ситуации.

Для каждого вопроса существует четыре категории ответа:

- «Не про меня»;
- «Немного про меня»;
- «В основном про меня»;
- «Полностью про меня».

Подросток самостоятельно отвечает на пункты про элементы своего знания или поведения и проставляет любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего его описывает.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни в определенном блоке складываем баллы по пунктам в блоке вопросов согласно таблице 2 в зависимости от ответа и делим на 10 (количество вопросов), находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни по всем блокам складываем баллы по всем пунктам согласно таблице 2 в зависимости от ответа и делим 60 (количество вопросов) находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Блоки с пунктами про элемент знания или поведения для родителей (законных представителей) по подготовке подопечных (подростков) к самостоятельной жизни соответствуют блокам анкеты для подростка «Готовность подростка к самостоятельной жизни», специалист, проверяющий данные, сравнивает результаты по блокам между собой.

Пункты про элемент знания или поведения, выделенные в таблице 2 серым цветом, требуют быть внимательным при подсчёте баллов (баллы расположены в обратном порядке).

Пункты про элемент знания или поведения, выделенные в таблице 2 желтым цветом, указывают, что подобные вопросы были в анкете 12 лет и будут в следующих анкетах 15, 16, 17 лет. Необходимо обратить внимание на ответ подростка:

- прослеживается ли положительная динамика (если ее не будет, значит необходимо обратить внимание законных представителей на данный факт);
- нет ли стагнации, регрессии (если подросток в этой анкете указал умение делать что-либо или знание чего-либо, а в последующей анкете ответил отсутствие данного знания, умения, значит либо он не внимательно заполнял, либо умышленно вводит заблуждение).

Таблица 2

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа				Результат
		«Не про меня»	«Немного про меня»	«В основном про меня»	«Полностью про меня»	
Блок 1. Быт						
1.1.	Я поддерживаю полный порядок в своей комнате самостоятельно без напоминания взрослых	0	1	2	3	
1.2.	Я еженедельно убираюсь в некоторых общих помещениях квартиры (дома) (туалет, ванная, кухня, коридор т.д.)	0	1	2	3	
1.3.	Я самостоятельно навожу порядок в некоторых кухонных шкафчиках и/или могу их организовать (когда там беспорядок, рассыпаны продукты питания и т.д.)	0	1	2	3	
1.4.	Я убираю по мере загрязнения некоторую бытовую технику в доме (плита, духовой шкаф, микроволновая печь, вытяжка, чайник и т.д.)	0	1	2	3	
1.5.	Я могу приготовить блюда из мяса, рыбы, птицы, супы, салаты (например, винегрет, оливье) и т.д.	0	1	2	3	
1.6.	Знаю, как делать некоторые мелкие работы по дому (например: подтянуть петли на дверцах шкафчика, собрать мелкую мебель и т.д.)	0	1	2	3	
1.7.	Когда я хожу в магазин за продуктами я не читаю сроки годности продукта, состав и не сравниваю цена/качество	3	2	1	0	
1.8.	Мне объясняли, я понимаю, что такое паспорт, СНИЛС, полис ОМС, в каких учреждениях могут они понадобиться, и какие данные чаще всего запрашивают сотрудники госучреждений	0	1	2	3	
1.9.	Я сам(а) не писал(а) заявления, не читаю (не читал(а) договоры (например, записаться в спортивную секцию, кружок открытие банковского счета и т.д.)	3	2	1	0	
1.10.	Я умею пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами	0	1	2	3	

Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид					
2.1.	<p>Я самостоятельно соблюдаю личную гигиену без напоминания взрослых:</p> <ul style="list-style-type: none"> – каждый день утром и вечером чищу зубы, умываюсь; – регулярно в течение дня мою руки; – каждый день соблюдаю личную гигиену за отдельными частями тела (гигиена подмышек, ног, интимная гигиена, в том числе у девушек во время менструации и правильное выбрасывание гигиенических средств, у юношей при поллюции); – по мере загрязнения и необходимости мою голову, принимаю душ; – знаю, как нужно бриться (при необходимости) 	0	1	2	3
2.2.	<p>Я самостоятельно без напоминания взрослых:</p> <ul style="list-style-type: none"> – расчесываюсь и делаю, простые прически; – стригу ногти (делаю маникюр); – слежу за кожей лица (при необходимости использую гигиенические средства) 	0	1	2	3
2.3.	<p>Я знаю, где находится аптечка. Я могу распознать симптомы, начинающиеся у себя болезни (заложен нос, горло начинает першить и т.д.). Я знаю почти все медикаменты и препараты, которые находятся в нашей аптечке (безрецептурные) и знаю в каких случаях их нужно применять, читаю инструкции по применению, просматриваю сроки годности</p>	0	1	2	3
2.4.	<p>Я знаю о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании и, что изменится (изменилась) в моей личной гигиене (например, поллюция/менструация, рост волос в области гениталий, груди</p>	0	1	2	3

	и т.д.)					
2.5.	Я считаю, что достаточно владею информацией о сексе, сексуальных отношениях, способах контрацепции, венерологических заболеваниях и я в курсе о существовании насилия в сексуальных отношениях и другой информации из этой области	0	1	2	3	
2.6.	Думаю, что вред пагубного воздействия сигарет, алкоголя, наркотиков слишком преувеличен (быстрое привыкание и зависимости, нарушение здоровья, изменение сознания, влияние на здоровье будущих детей)	3	2	1	0	
2.7.	Я каждый день минимум 60 минут имею умеренную или высокую физическую активность (активное передвижение (прогулки), пробежки, катание на роликах, на скейтбордах велосипедах, лыжах, сноуборд, танцы и т.д.)	0	1	2	3	
2.8.	Я часто не сплю ночью (сиду за компьютером, просматриваю социальные сети, смотрю фильмы), а на следующий день мне сложно утром встать на занятие/тренировку и т.д. (я чувствую себя вялым, сонным)	3	2	1	0	
2.9.	Я самостоятельно собираю чемодан в путешествие (поездку)	0	1	2	3	
2.10.	Я самостоятельно подбираю себе стиль и понимаю, что в разных случаях необходима разная одежда, в том числе разный внешний вид (прическа, макияж, одежда, обувь и т.д.)	0	1	2	3	
Блок 3. Коммуникативная компетентность						
3.1.	Я умею договариваться и следовать договоренностям со взрослыми	0	1	2	3	
3.2.	Я способен(а) решать конфликты (проблемы) с окружающими самостоятельно, могу извиниться как в кругу сверстников так и перед взрослыми, в том числе и перед не знакомыми (например:	0	1	2	3	

	на улице, в магазине и т.д.)					
3.3.	Я могу аргументированно и без лишних эмоций (повышенный тон, крик, плач) отстаивать свою позицию, понимаю, что необходимо соблюдать личные границы (я должен(а) соблюдать личные границы других людей и мои должны соблюдать личные границы)	0	1	2	3	
3.4.	Адекватно реагирую на обратную связь от взрослого человека без раздражения, в том числе и на замечания	0	1	2	3	
3.5.	Знаю и применяю основы этикета в самых распространённых ситуациях (в гостях, в школе, в общественных местах, на общественном транспорте и т.д.)	0	1	2	3	
3.6.	У меня хорошие отношения в классе/в группе/в коллективе	0	1	2	3	
3.7.	Я испытываю проблемы, когда общаюсь с незнакомыми людьми (сотрудник банка, почты, учитель, водитель такси, слесарь и т.д.)	3	2	1	0	
3.8.	Умею попросить помощи, в том числе и у взрослых даже незнакомых, если что-то не могу или не знаю (понимаю и могу различить, что некоторые взрослые могут действовать и помогать со злым умыслом)	0	1	2	3	
3.9.	У меня друзей больше в интернете, чем в реальной жизни	3	2	1	0	
3.10.	Я самостоятельно организовываю свое свободное время (гуляю с друзьями, хожу на различные мероприятия, занимаюсь хобби и др.) Не зацикливаюсь на одном виде деятельности (например, только играть в компьютерные игры)	0	1	2	3	
Блок 4. Финансы						
4.1.	Я умею планировать свой еженедельный бюджет и умею его придерживаться	0	1	2	3	
4.2.	Я веду личные финансовые записи дохода и расхода денег за каждую неделю. Записываю	0	1	2	3	

	количество денег, которые мне дают: на транспорт, личные расходы, дарят на день рождения и т.д., записываю количество денег, которые я потратил(а) в течение дня и подвожу итог за неделю				
4.3.	Я хочу самостоятельно зарабатывать деньги, я знаю, что уже с 14 лет я могу работать неполный рабочий день	0	1	2	3
4.4.	Я пишу список продуктов (товаров), когда иду в магазин (в том числе чтобы не покупать лишнее или ненужное для меня, когда у меня есть на это деньги)	0	1	2	3
4.5.	Я знаю, где можно купить продукты по наиболее выгодной цене, могу сравнивать их и покупать по выгодной цене. Я пользуюсь скидками, купонами. Я замечаю в магазинах акции и скидки, которые в конечном итоге приведут к большим расходам покупателя	0	1	2	3
4.6.	Я экономлю электроэнергию и воду и делаю замечания людям, проживающим со мной по этому поводу (например, что не нужно держать кран открытым пока чистишь зубы, выключать свет в комнатах, в которых он на данный момент не нужен и т.д.)	0	1	2	3
4.7.	У меня уже были свободные деньги, которые я смог(а) откладывать для того чтобы, что-либо купить. Я умею откладывать деньги	0	1	2	3
4.8.	Я свободно (легко) умею пользоваться банковской картой, в том числе через технологию NFC, банкоматом, мобильным банкингом	0	1	2	3
4.9.	Я изучаю информацию о банковских счетах, вкладах, сравниваю различные предложения, разных банков, различные банковские продукты и их условия	0	1	2	3
4.10.	Я знаком(а) с распространенными мошенническими схемами, в том	0	1	2	3

	<p>числе и с банковскими картами:</p> <ul style="list-style-type: none"> – онлайн-казино и игры; – «благотворительность»; – чудо-кошельки; – просьбы о помощи; – «интернет-магазины»; – блокировка браузера; – черные брокеры, трейдеры, бинарные опции; – паспортные данные; – мошенники на «Авито» и доставки; – реклама ставок на спорт; – финансовые пирамиды и хайпы; – телефонные жулики (банковские работники, полицейские и следователи и т.д.); – помощники в получении выплат 					
Блок 5. Образование и профессиональная ориентация						
5.1.	Я планирую свои дела на день, неделю и составляю расписание на день, неделю	0	1	2	3	
5.2.	Чаще всего у меня, получается, выполнить запланированные дела и соблюдать расписание в течение дня, недели	0	1	2	3	
5.3.	Самостоятельно без напоминания взрослых контролирую свое время, в том числе встаю по утрам к нужному времени (меня не будят по утрам взрослые)	0	1	2	3	
5.4.	Я самостоятельно и без напоминания взрослых постоянно присутствую на занятиях/тренировках (исключения уважительная причина, например, болезнь). Я самостоятельно выполняю регулярно домашние задания. Я умею демонстрировать нужное поведение в классе/группе, я дисциплинированный(ая)	0	1	2	3	
5.5.	Я хожу на дополнительные занятия/тренировки, которые мне не нравятся (так хотят взрослые в моем окружении, это не мой выбор)	3	2	1	0	

5.6.	Я расставляю задачи по приоритетам, важности, срочности (особенно когда их много я не впадаю в панику, не переживаю, не агрессивую и т.д.)	0	1	2	3
5.7.	Я уже работал(а) на временной работе	0	1	2	3
5.8.	Я владею информацией о различных профессиях, на которые можно будет поступить и об учебных заведениях, где можно получить данные специальности	0	1	2	3
5.9.	Я имею представления без преувеличения и приукрашивания о профессии, которую хотел(а) бы получить. Я общался(ась) со взрослыми, которые работают в этой профессии сейчас. Я осознаю, какие шансы у меня поступить на выбранную специальность	0	1	2	3
5.10.	Я имею четкий план на ближайший этап жизни (после школы/после колледжа/после университета/после армии и т.д.)	0	1	2	3
Блок 6. Безопасность. Различные ситуации					
6.1.	Я знаю, как вызвать с мобильного и со стационарного телефона основные экстренные службы (единый номер экстренных служб, МЧС, пожарная служба, полиция, скорая медицинская помощь) и знаю точно, какую информацию необходимо им сообщать	0	1	2	3
6.2.	Я осведомлен(а) о безопасной работе в сети интернет и придерживаюсь следующих правил: – не разглашаю имена пользователей и пароли, в том числе своим друзьям; – периодически меняю пароли; – не разглашаю личную информацию (полное настоящее имя, адрес, район проживания, номер телефона и прочие данные); – осознаю, что все, что один раз было опубликованное в	0	1	2	3

	<p>интернете сразу становится общедоступным, и любой может увидеть это, навсегда;</p> <ul style="list-style-type: none"> – придерживаюсь возрастных ограничений для создания учетных записей, просмотра и регистрации; – знаю об опасности передачи геоданных; – использую антивирусные программы (лицензионные); – знаю об фальшивых рекламных объявлениях (мошеннические схемы); – знаю об опасности личных встреч с незнакомцами; – придерживаюсь одинаковых правил при общении онлайн и лично (при общении в интернете и написании комментариев лучше оставаться добрым и вежливым, не следует писать ничего такого, что не смогли бы сказать в лицо); – знаю о неэтичном поведении в интернете, в том числе о буллинге (травле), распространении сплетен, угрозах, ненормативной лексике и прочих неприятностях; – знаю, что такое спам и что не следует раскрывать свой адрес электронной почты в интернете и отвечать на нежелательную почту; – знаю о законах об авторском праве и ответственном поведении в интернете; – понимаю что необходимо ставить в известность взрослых о неприемлемых материалах или нежелательных комментариях сексуального характера, которые я получил(а) в интернете 					
6.3.	Я могу самостоятельно передвигаться на общественном транспорте по городу (могу вернуться домой даже с незнакомого района города)	0	1	2	3	
6.4.	Когда я гуляю или в поездке, всегда есть люди, в том числе и	0	1	2	3	

	взрослые, которые точно знают о моем местонахождении и у нас определено контрольное время выхода на связь				
6.5.	При общении с незнакомыми людьми я не разглашаю личной информации и понимаю, что некоторые люди могут действовать со злым умыслом, в том числе и в сети интернет	0	1	2	3
6.6.	Я могу сказать «нет» в том числе и взрослым, если я не хочу что-то делать. Я понимаю, что могу не объяснять причину и не должен(а) испытывать чувство вины за это	0	1	2	3
6.7.	Я не забываю поливать домашние растения, ухаживать за домашними питомцами (кормить их, убирать за ними, гулять с ними и т.д.)	0	1	2	3
6.8.	Я понимаю, что иногда у меня есть неудачи и поражения. Я несильно и недолго по этому поводу переживаю, а пытаюсь делать выводы	0	1	2	3
6.9.	Я часто самостоятельно принимаю решения и несу ответственность за свои слова, решения, поступки (понимаю, что некоторое положение дел в моей жизни сейчас это результат моих поступков)	0	1	2	3
6.10.	Я гуляю в различных укромных местах: на пустырях, заброшенных стройках, по пустынным дорогам и вдали от цивилизации	3	2	1	0

**Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни»
(для подростка 15 лет)**

Фамилия _____

Имя _____

Отчество _____

Пол: _____

Для заполнения данной анкеты необходимо внимательно прочитать пункт про элемент своего знания или поведения и поставить любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего вас описывает.

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа			
		«Не про меня»	«Немного про меня»	«В основном про меня»	«Полностью про меня»
Блок 1.					
1.1.	Я знаю и делаю генеральную уборку квартиры (дома), в том числе: – я мою окна; – я мою вентиляцию; – я протираю пыль в труднодоступных местах (за шкафами, на шкафах, за батареями и т.д.)				
1.2.	Я ухаживаю (чищу, стираю) за такими вещами как: – на матрасник; – подушка/одеяло/матрас; – покрывало/пледы; – обивка дивана/чехлы для кресел и дивана; – палас/коврик; – шторы; – костюмы; – верхняя одежда из особых/деликатных материалов (шерсть, пух и т.д.)				
1.3.	Я самостоятельно могу скомбинировать продукты при приготовлении блюда (могу готовить без рецепта или заменить ингредиент из рецепта на имеющийся ингредиент дома)				
1.4.	Я (мы - я и кто-либо из взрослых) используем в практике перед отправкой в магазин за продуктами: – осуществляю(ем) ревизию холодильника и полок; – составляю(ем) меню на неделю; – составляю(ем) список продуктов				
1.5.	Я умею сервировать стол для разных случаев				
1.6.	Я знаю, как делать небольшой ремонт				

	по дому (например: покрасить стены, поклеить обои, установить плинтуса и т.д.)				
1.7.	Самостоятельно могу совершать покупки в интернет-магазинах и осведомлен(а) о правилах для совершения безопасных покупок в сети интернет				
1.8.	Мне объясняли, я понимаю, что такое паспорт, СНИЛС, полис ОМС, в каких учреждениях могут они понадобиться, и какие данные чаще всего запрашивают сотрудники госучреждений				
1.9.	Я сам(а) не писал(а) заявления, не читаю (ла) договоры (например, записаться в спортивную секцию, кружок открытие банковского счета и т.д.)				
1.10.	Я умею пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами				
Блок 2.					
2.1.	Мне часто напоминают или делают замечание по внешнему виду и/или о личной гигиене взрослые				
2.2.	Я знаю о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании и, что изменится (изменилось) в моей личной гигиене (например, поллюция, менструация, рост волос в области гениталий, груди и т.д.)				
2.3.	Я считаю, что достаточно владею информацией о сексе, сексуальных отношениях, способах контрацепции, венерологических заболеваниях и я в курсе о существовании насилия в сексуальных отношениях и другой информации из этой области				
2.4.	Я отрицательно отношусь к сигаретам, алкоголю, наркотикам				
2.5.	Как минимум три раза в неделю я имею высокую физическую активность (посещаю спортивные секции, хожу в спортивный зал, участвую в спортивных играх)				
2.6.	Питаюсь не по графику (не по режиму), часто перекусываю на ходу, хожу голодным(ой), а потом переедаю				
2.7.	Я знаком(а) с гигиеной сна и стараюсь придерживаться ее				

2.8.	Я много учусь и поэтому целыми днями сижу за компьютером, нет времени погулять или заняться хобби (кроме связанных с компьютером)				
2.9.	Я ответственно отношусь к употреблению лекарств и рекомендациям врачей				
2.10.	Я самостоятельно собираю чемодан в путешествие (поездки)				
Блок 3.					
3.1.	Я умею договариваться и следовать договоренностям				
3.2.	Я способен(а) предотвращать конфликты				
3.3.	Я могу аргументированно и без лишних эмоций (повышенный тон, крик, плач) отстаивать свою позицию, понимаю, что необходимо соблюдать личные границы (я должен(а) соблюдать личные границы других людей и мои должны соблюдать личные границы)				
3.4.	Адекватно реагирую на обратную связь от взрослого человека без раздражения, в том числе и на замечания				
3.5.	Когда ко мне приходят гости то я: – стараюсь прибраться перед их приходом; – не демонстрирую им плохое расположение духа; – если гости намусорили, то не показываю свое расстройство по этому поводу; – обслуживаю сначала гостей, потом себя; – перед уходом гостей, провожаю их до двери и благодарю за визит				
3.6.	Я часто присутствовал(а) при оформлении различных документов, думаю, что самостоятельно смогу справиться с этой задачей (например: заполнить формуляр и отправить посылку на почте и т.д.)				
3.7.	Я понимаю и принимаю, что все люди разные, даже если у нас разное отношение к определенным вещам, событиям, разные точки зрения, я уважительно к ним отношусь				
3.8.	Я самостоятельно организовываю свое свободное время (гуляю с друзьями,				

	хожу на различные мероприятия, занимаюсь хобби и др.) Не закликаюсь на одном виде деятельности (например, только играть в компьютерные игры)				
3.9.	Я считаю друзьями только тех, кого знаю лично в реальной жизни, а не в виртуальном мире				
3.10.	В моей реальной жизни есть взрослый человек, (не в онлайн жизни, не в виртуальной реальности) на которого я хотел(а) бы быть похожим(ей)				
Блок 4.					
4.1.	Я умею планировать свой ежемесячный бюджет и умею его придерживаться				
4.2.	Я веду личные финансовые записи дохода и расхода денег за каждый месяц. Записываю количество денег, которые мне дают: на транспорт, личные расходы, дарят на день рождения, свой заработок и т.д., записываю количество денег, которые я потратил(а) в течение недель и подвожу итог за месяц				
4.3.	Я использую финансовые инструменты (приложения) или таблицы для анализа денежных расходов и доходов по категориям				
4.4.	Я стараюсь не делать импульсивные покупки и не прошу о них взрослых (модно среди сверстников, ради развлечения, дублирующие предметы и т.д.)				
4.5.	Я экономлю электроэнергию и воду и делаю замечания людям, проживающим со мной по этому поводу (например, что не нужно держать кран открытым пока чистишь зубы, выключать свет в комнатах, в которых он на данный момент не нужен и т.д.)				
4.6.	Я знаю, что нужно всегда иметь финансовую подушку безопасности, я сейчас уже откладываю минимум 10% от имеющихся моих доходов (это неприкосновенные деньги)				
4.7.	Я знаю несколько вариантов откладывания денег				
4.8.	Я изучаю информацию о банковских счетах, вкладах, сравниваю различные				

	предложения, разных банков, различные банковские продукты и их условия				
4.9.	<p>Я знаком(а) с распространенными мошенническими схемами, в том числе и с банковскими картами, умею их распознавать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – онлайн-казино и игры; – «благотворительность»; – чудо-кошельки; – просьбы о помощи; – «интернет-магазины»; – блокировка браузера; – черные брокеры, трейдеры, бинарные опции; – паспортные данные; – мошенники на «Авито» и доставки; – реклама ставок на спорт; – финансовые пирамиды и хайпы; – телефонные жулики (банковские работники, полицейские и следователи и т.д.); – помощники в получении выплат 				
4.10.	Я знаю, какое количество денег примерно необходимо на 1 человека/на семью (на транспорт, питание, ЖКХ, гигиену, здоровье, досуг и т.д.) в месяц				
Блок 5.					
5.1.	Я планирую, свои дела на день, неделю, месяц и составляю расписание на день, неделю				
5.2.	Чаще всего у меня, получается, выполнить запланированные дела и соблюдать расписание в течение дня, недели				
5.3.	Самостоятельно без напоминания взрослых контролирую свое время, в том числе встаю по утрам к нужному времени, вовремя прихожу на занятие/тренировку/работу				
5.4.	Я хорошо и без проблем могу расставлять задачи по приоритетам, важности, срочности (особенно когда их много я не впадаю в панику, не переживаю, не проявляю агрессию и т.д.)				
5.5.	Я самостоятельно (без давления взрослых) делаю выбор о дальнейших планах по обучению (выбор				

	профессии, выбор учебного заведения)				
5.6.	Я плохо умею (мне трудно даётся) работать с текстами и информацией: конспектировать, выделять главное, делать заметки, группировать информацию и т.д.				
5.7.	Я владею информацией о различных профессиях, на которые можно будет поступить и об учебных заведениях, где можно получить данные специальности (имею несколько вариантов)				
5.8.	Я имею представления без преувеличения и приукрашивания о профессии, которую хотел(а) бы получить. Я общался(ась) со взрослыми, которые работают в этой профессии сейчас. Я осознаю, какие шансы у меня поступить на выбранную специальность				
5.9.	Я читаю литературу, смотрю видео, изучаю информацию, которая мне интересна для выбранной профессии				
5.10.	Я имею четкий план на ближайший этап жизни (после школы/после колледжа/после университета/после армии и т.д.)				
Блок 6.					
6.1.	Я знаю, как вызвать с мобильного и со стационарного телефона основные экстренные службы (единый номер экстренных служб, МЧС, пожарная служба, полиция, скорая медицинская помощь) и знаю точно, какую информацию необходимо им сообщать				
6.2.	Я осведомлен(а) о безопасной работе в сети интернет и придерживаюсь следующих правил: <ul style="list-style-type: none"> – не разглашаю имена пользователей и пароли, в том числе своим друзьям; – периодически меняю пароли; – не разглашаю личную информацию (полное настоящее имя, адрес, район проживания, номер телефона и прочие данные); – осознаю, что все, что один раз было опубликованное в интернете сразу становится общедоступным, и 				

	<p>любой может увидеть это, навсегда;</p> <ul style="list-style-type: none"> – придерживаюсь возрастных ограничений для создания учетных записей, просмотра и регистрации; – знаю об опасности передачи геоданных; – использую антивирусные программы (лицензионные); – знаю об фальшивых рекламных объявлениях (мошеннические схемы); – знаю об опасности личных встреч с незнакомцами; – придерживаюсь одинаковых правил при общении онлайн и лично (при общении в интернете и написании комментариев лучше оставаться добрым и вежливым, не следует писать ничего такого, что не смогли бы сказать в лицо); – знаю о неэтичном поведении в интернете, в том числе о буллинге (травле), распространении сплетен, угрозах, ненормативной лексике и прочих неприятностях; – знаю, что такое спам и что не следует раскрывать свой адрес электронной почты в интернете и отвечать на нежелательную почту; – знаю о законах об авторском праве и ответственном поведении в интернете; – понимаю что необходимо ставить в известность взрослых о неприемлемых материалах или нежелательных комментариях сексуального характера, которые я получил(а) в интернете 				
6.3.	Я имею опыт самостоятельных поездок (без сопровождения взрослых) между различными городами на различных видах транспорта (или я уверен(а), что смогу это безопасно сделать)				
6.4.	Когда я гуляю или в поездке, всегда есть люди, в том числе и взрослые, которые точно знают о моем местонахождении и у нас определено контрольное время выхода на связь				
6.5.	Я четко понимаю и разделяю, какие люди в поездках могут оказаться злоумышленниками, а какие являются				

	«безопасными взрослыми», к кому можно обратиться				
6.6.	<p>Думаю, что я смогу самостоятельно прожить один месяц, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"> – самостоятельно себе готовить; – самостоятельно поддерживать порядок во всем доме; – самостоятельно совершать покупки, в том числе продуктов питания, бытовой химии и т.д.; – самостоятельно делать мелкие работы по дому; – самостоятельно ухаживать за вещами; – самостоятельно следить за домашними растениями, животными, огородом; – самостоятельно ходить на занятия/тренировки; – самостоятельно решать непредвиденные трудности и т.д. 				
6.7.	Я знаю алгоритм действий, что необходимо делать, если я потеряю паспорт				
6.8.	Я знаю алгоритм действий, что необходимо делать, если я потеряю банковскую карту				
6.9.	Я часто самостоятельно принимаю решения и несу ответственность за свои слова, решения, поступки (понимаю, что некоторое положение дел в моей жизни сейчас это результат моих поступков)				
6.10.	Я гуляю в различных укромных местах: на пустырях, заброшенных стройках, по пустынным дорогам и вдали от цивилизации				

**Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни»
(для подростка 15 лет)
Инструкция**

Продолжительность проведения анкетирования составляет одну встречу (1 час – 1 час 20 минут). Анкета «Готовность подростка к самостоятельной жизни» содержит 6 блоков вопросов, в каждом блоке 10 вопросов (всего 60 вопросов):

- Блок 1. Быт;
- Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид;
- Блок 3. Коммуникативная компетентность;
- Блок 4. Финансы;
- Блок 5. Образование и профессиональная ориентация;
- Блок 6. Безопасность. Различные ситуации.

Для каждого вопроса существует четыре категории ответа:

- «Не про меня»;
- «Немного про меня»;
- «В основном про меня»;
- «Полностью про меня».

Подросток самостоятельно отвечает на пункты про элементы своего знания или поведения и проставляет любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего его описывает.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни в определенном блоке складываем баллы по пунктам в блоке вопросов согласно таблице 3 в зависимости от ответа и делим на 10 (количество вопросов), находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни по всем блокам складываем баллы по всем пунктам согласно таблице 3 в зависимости от ответа и делим 60 (количество вопросов) находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Блоки с пунктами про элемент знания или поведения для родителей (законных представителей) по подготовке подопечных (подростков) к самостоятельной жизни соответствуют блокам анкеты для подростка «Готовность подростка к самостоятельной жизни», специалист, проверяющий данные, сравнивает результаты по блокам между собой.

Пункты про элемент знания или поведения, выделенные в таблице 3 серым цветом, требуют быть внимательным при подсчёте баллов (баллы расположены в обратном порядке).

Пункты про элемент знания или поведения, выделенные в таблице 3 желтым цветом, указывают, что подобные вопросы были в анкетах 12, 14 лет и будут в следующих анкетах 16, 17 лет. Необходимо обратить внимание на ответ подростка:

- прослеживается ли положительная динамика (если ее не будет, значит необходимо обратить внимание законных представителей на данный факт);
- нет ли стагнации, регрессии (если подросток в этой анкете указал умение делать что-либо или знание чего-либо, а в последующей анкете ответил отсутствие данного знания, умения, значит либо он не внимательно заполнял, либо умышленно вводит заблуждение).

Таблица 3

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа				Результат
		«Не про меня»	«Немного про меня»	«В основном про меня»	«Полностью про меня»	
Блок 1. Быт						
1.1.	Я знаю и делаю генеральную уборку квартиры (дома), в том числе: – я мою окна; – я мою вентиляцию; – я протираю пыль в труднодоступных местах (за шкафами, на шкафах, за батареями и т.д.)	0	1	2	3	
1.2.	Я ухаживаю (чищу, стираю) за такими вещами как: – на матрасник; – подушка/одеяло/матрас; – покрывало/пледы; – обивка дивана/чехлы для кресел и дивана; – палас/коврик; – шторы; – костюмы; – верхняя одежда из особых/деликатных материалов (шерсть, пух и т.д.)	0	1	2	3	
1.3.	Я самостоятельно могу скомбинировать продукты при приготовлении блюда (могу готовить без рецепта или заменить ингредиент из рецепта на имеющийся ингредиент дома)	0	1	2	3	
1.4.	Я (мы - я и кто-либо из взрослых) используем в практике перед отправкой в магазин за продуктами: – осуществляю(ем) ревизию холодильника и полок; – составляю(ем) меню на неделю; – составляю(ем) список продуктов	0	1	2	3	
1.5.	Я умею сервировать стол для разных случаев	0	1	2	3	
1.6.	Я знаю, как делать небольшой ремонт по дому (например: покрасить стены, поклеить обои, установить плинтуса и т.д.)	0	1	2	3	
1.7.	Самостоятельно могу совершать	0	1	2	3	

	покупки в интернет-магазинах и осведомлен(а) о правилах для совершения безопасных покупок в сети интернет				
1.8.	Мне объясняли, я понимаю, что такое паспорт, СНИЛС, полис ОМС, в каких учреждениях могут они понадобиться, и какие данные чаще всего запрашивают сотрудники госучреждений	0	1	2	3
1.9.	Я сам(а) не писал(а) заявления, не читаю (ла) договоры (например, записаться в спортивную секцию, кружок открытие банковского счета и т.д.)	3	2	1	0
1.10.	Я умею пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами	0	1	2	3
Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид					
2.1.	Мне часто напоминают или делают замечание по внешнему виду и/или о личной гигиене взрослые	3	2	1	0
2.2.	Я знаю о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании и, что изменится (изменилось) в моей личной гигиене (например, поллюция, менструация, рост волос в области гениталий, груди и т.д.)	0	1	2	3
2.3.	Я считаю, что достаточно владею информацией о сексе, сексуальных отношениях, способах контрацепции, венерологических заболеваниях и я в курсе о существовании насилия в сексуальных отношениях и другой информации из этой области	0	1	2	3
2.4.	Я отрицательно отношусь к сигаретам, алкоголю, наркотикам	0	1	2	3
2.5.	Как минимум три раза в неделю я имею высокую физическую активность (посещаю спортивные секции, хожу в спортивный зал, участвую в спортивных играх)	0	1	2	3
2.6.	Питаюсь не по графику (не по режиму), часто перекусываю на	3	2	1	0

	ходу, хожу голодным(ой), а потом передаю					
2.7.	Я знаком(а) с гигиеной сна и стараюсь придерживаться ее	0	1	2	3	
2.8.	Я много учусь и поэтому целыми днями сижу за компьютером, нет времени погулять или заняться хобби (кроме связанных с компьютером)	3	2	1	0	
2.9.	Я ответственно отношусь к употреблению лекарств и рекомендациям врачей	0	1	2	3	
2.10.	Я самостоятельно собираю чемодан в путешествие (поездки)	0	1	2	3	
Блок 3. Коммуникативная компетентность						
3.1.	Я умею договариваться и следовать договоренностям	0	1	2	3	
3.2.	Я способен(а) предотвращать конфликты	0	1	2	3	
3.3.	Я могу аргументированно и без лишних эмоций (повышенный тон, крик, плач) отстаивать свою позицию, понимаю, что необходимо соблюдать личные границы (я должен(а) соблюдать личные границы других людей и мои должны соблюдать личные границы)	0	1	2	3	
3.4.	Адекватно реагирую на обратную связь от взрослого человека без раздражения, в том числе и на замечания	0	1	2	3	
3.5.	Когда ко мне приходят гости то я: – стараюсь прибраться перед их приходом; – не демонстрирую им плохое расположение духа; – если гости намусорили, то не показываю свое расстройство по этому поводу; – обслуживаю сначала гостей, потом себя; – перед уходом гостей, провожаю их до двери и благодарю за визит	0	1	2	3	
3.6.	Я часто присутствовал(а) при оформлении различных документов, думаю, что самостоятельно смогу справиться с этой задачей (например:	0	1	2	3	

	заполнить формуляр и отправить посылку на почте и т.д.)					
3.7.	Я понимаю и принимаю, что все люди разные, даже если у нас разное отношение к определенным вещам, событиям, разные точки зрения, я уважаю их и отношусь к ним уважительно	0	1	2	3	
3.8.	Я самостоятельно организовываю свое свободное время (гуляю с друзьями, хожу на различные мероприятия, занимаюсь хобби и др.) Не застреваю на одном виде деятельности (например, только играть в компьютерные игры)	0	1	2	3	
3.9.	Я считаю друзьями только тех, кого знаю лично в реальной жизни, а не в виртуальном мире	0	1	2	3	
3.10.	В моей реальной жизни есть взрослый человек, (не в онлайн жизни, не в виртуальной реальности) на которого я хотел(а) бы быть похожим(ей)	0	1	2	3	
Блок 4. Финансы						
4.1.	Я умею планировать свой ежемесячный бюджет и умею его придерживаться	0	1	2	3	
4.2.	Я веду личные финансовые записи дохода и расхода денег за каждый месяц. Записываю количество денег, которые мне дают: на транспорт, личные расходы, дарят на день рождения, свой заработок и т.д., записываю количество денег, которые я потратил(а) в течение недель и подвожу итог за месяц	0	1	2	3	
4.3.	Я использую финансовые инструменты (приложения) или таблицы для анализа денежных расходов и доходов по категориям	0	1	2	3	
4.4.	Я стараюсь не делать импульсивные покупки и не прошу о них взрослых (модно среди сверстников, ради развлечения, дублирующие предметы и т.д.)	0	1	2	3	
4.5.	Я экономлю электроэнергию и воду и делаю замечания людям,	0	1	2	3	

	проживающим со мной по этому поводу (например, что не нужно держать кран открытым пока чистишь зубы, выключать свет в комнатах, в которых он на данный момент не нужен и т.д.)				
4.6.	Я знаю, что нужно всегда иметь финансовую подушку безопасности, я сейчас уже откладываю минимум 10% от имеющихся моих доходов (это неприкосновенные деньги)	0	1	2	3
4.7.	Я знаю несколько вариантов откладывания денег	0	1	2	3
4.8.	Я изучаю информацию о банковских счетах, вкладах, сравниваю различные предложения, разных банков, различные банковские продукты и их условия	0	1	2	3
4.9.	Я знаком(а) с распространенными мошенническими схемами, в том числе и с банковскими картами, умею их распознавать: <ul style="list-style-type: none"> – онлайн-казино и игры; – «благотворительность»; – чудо-кошельки; – просьбы о помощи; – «интернет-магазины»; – блокировка браузера; – черные брокеры, трейдеры, бинарные опции; – паспортные данные; – мошенники на «Авито» и доставки; – реклама ставок на спорт; – финансовые пирамиды и хайпы; – телефонные жулики (банковские работники, полицейские и следователи и т.д.); – помощники в получении выплат 	0	1	2	3
4.10.	Я знаю, какое количество денег примерно необходимо на 1 человека/на семью (на транспорт, питание, ЖКХ, гигиену, здоровье, досуг и т.д.) в месяц	0	1	2	3
Блок 5. Образование и профессиональная ориентация					

5.1.	Я планирую, свои дела на день, неделю, месяц и составляю расписание на день, неделю	0	1	2	3
5.2.	Чаще всего у меня, получается, выполнить запланированные дела и соблюдать расписание в течение дня, недели	0	1	2	3
5.3.	Самостоятельно без напоминания взрослых контролирую свое время, в том числе встаю по утрам к нужному времени, вовремя прихожу на занятие/тренировку/работу	0	1	2	3
5.4.	Я хорошо и без проблем могу расставлять задачи по приоритетам, важности, срочности (особенно когда их много я не впадаю в панику, не переживаю, не проявляю агрессию и т.д.)	0	1	2	3
5.5.	Я самостоятельно (без давления взрослых) делаю выбор о дальнейших планах по обучению (выбор профессии, выбор учебного заведения)	0	1	2	3
5.6.	Я плохо умею (мне трудно даётся) работать с текстами и информацией: конспектировать, выделять главное, делать заметки, группировать информацию и т.д.	3	2	1	0
5.7.	Я владею информацией о различных профессиях, на которые можно будет поступить и об учебных заведениях, где можно получить данные специальности (имею несколько вариантов)	0	1	2	3
5.8.	Я имею представления без преувеличения и приукрашивания о профессии, которую хотел(а) бы получить. Я общался(ась) со взрослыми, которые работают в этой профессии сейчас. Я осознаю, какие шансы у меня поступить на выбранную специальность	0	1	2	3
5.9.	Я читаю литературу, смотрю видео, изучаю информацию, которая мне интересна для выбранной профессии	0	1	2	3

5.10.	Я имею четкий план на ближайший этап жизни (после школы/после колледжа/после университета/после армии и т.д.)	0	1	2	3	
Блок 6. Безопасность. Различные ситуации						
6.1.	Я знаю, как вызвать с мобильного и со стационарного телефона основные экстренные службы (единый номер экстренных служб, МЧС, пожарная служба, полиция, скорая медицинская помощь) и знаю точно, какую информацию необходимо им сообщать	0	1	2	3	
6.2.	<p>Я осведомлен(а) о безопасной работе в сети интернет и придерживаюсь следующих правил:</p> <ul style="list-style-type: none"> – не разглашаю имена пользователей и пароли, в том числе своим друзьям; – периодически меняю пароли; – не разглашаю личную информацию (полное настоящее имя, адрес, район проживания, номер телефона и прочие данные); – осознаю, что все, что один раз было опубликованное в интернете сразу становится общедоступным, и любой может увидеть это, навсегда; – придерживаюсь возрастных ограничений для создания учетных записей, просмотра и регистрации; – знаю об опасности передачи геоданных; – использую антивирусные программы (лицензионные); – знаю об фальшивых рекламных объявлениях (мошеннические схемы); – знаю об опасности личных встреч с незнакомцами; – придерживаюсь одинаковых правил при общении онлайн и лично (при общении в интернете и написании комментариев лучше оставаться добрым и вежливым, не следует писать 	0	1	2	3	

	<p>ничего такого, что не смогли бы сказать в лицо);</p> <ul style="list-style-type: none"> – знаю о незтичном поведении в интернете, в том числе о буллинге (травле), распространении сплетен, угрозах, ненормативной лексике и прочих неприятностях; – знаю, что такое спам и что не следует раскрывать свой адрес электронной почты в интернете и отвечать на нежелательную почту; – знаю о законах об авторском праве и ответственном поведении в интернете; – понимаю что необходимо ставить в известность взрослых о неприемлемых материалах или нежелательных комментариях сексуального характера, которые я получил(а) в интернете 					
6.3.	Я имею опыт самостоятельных поездок (без сопровождения взрослых) между различными городами на различных видах транспорта (или я уверен(а), что смогу это безопасно сделать)	0	1	2	3	
6.4.	Когда я гуляю или в поездке, всегда есть люди, в том числе и взрослые, которые точно знают о моем местонахождении и у нас определено контрольное время выхода на связь	0	1	2	3	
6.5.	Я четко понимаю и разделяю, какие люди в поездках могут оказаться злоумышленниками, а какие являются «безопасными взрослыми», к кому можно обратиться	0	1	2	3	
6.6.	<p>Думаю, что я смогу самостоятельно прожить один месяц, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"> – самостоятельно себе готовить; – самостоятельно поддерживать порядок во всем доме; – самостоятельно совершать покупки, в том числе продуктов питания, бытовой химии и т.д.; 	0	1	2	3	

	<ul style="list-style-type: none"> – самостоятельно делать мелкие работы по дому; – самостоятельно ухаживать за вещами; – самостоятельно следить за домашними растениями, животными, огородом; – самостоятельно ходить на занятия/тренировки; – самостоятельно решать непредвиденные трудности и т.д. 					
6.7.	Я знаю алгоритм действий, что необходимо делать, если я потеряю паспорт	0	1	2	3	
6.8.	Я знаю алгоритм действий, что необходимо делать, если я потеряю банковскую карту	0	1	2	3	
6.9.	Я часто самостоятельно принимаю решения и несу ответственность за свои слова, решения, поступки (понимаю, что некоторое положение дел в моей жизни сейчас это результат моих поступков)	0	1	2	3	
6.10.	Я гуляю в различных укромных местах: на пустырях, заброшенных стройках, по пустынным дорогам и вдали от цивилизации	3	2	1	0	

**Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни»
(для подростка 16 лет)**

Фамилия _____

Имя _____

Отчество _____

Пол: _____

Для заполнения данной анкеты необходимо внимательно прочитать пункт про элемент своего знания или поведения и поставить любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего вас описывает.

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа			
		«Не про меня»	«Немного про меня»	«В основном про меня»	«Полностью про меня»
Блок 1.					
1.1.	Я самостоятельно длительное время (шесть месяцев и более) могу поддерживать чистоту и порядок квартиры (дома), в том числе делать: <ul style="list-style-type: none"> – экспресс уборку; – текущую уборку; – еженедельную уборку; – генеральную уборку 				
1.2.	Я храню свои документы самостоятельно, и они в полном порядке: <ul style="list-style-type: none"> – у документов есть отдельное место хранения (папка, коробка); – они в хорошем состоянии (не мятые, не порванные, не грязные и т.д.); – документы распределены по категориям: личные документы, документы, связанные с образованием, медицинские документы, чеки от ценной техники и товаров и т.д.; – я имею копию (сканы) всех важных документов 				
1.3.	Я сам(а) заполняю заявления, читаю внимательно договоры, задаю вопросы по заполнению, если условия меня не устраивают, могу отказаться от сделки				
1.4.	Я способен(а) ухаживать (бережно использовать, мыть, ремонтировать) за любыми вещами дома (текстиль, бытовая техника, мебель и т.д.)				
1.5.	У меня не вызывают трудности мелкие бытовые работы или небольшой ремонт по дому, даже без взрослых				
1.6.	Я умею пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами				
1.7.	Думаю, что я не смогу или мне будет				

	сложно самостоятельно подготовиться к приему гостей дома (например, новый год, день рождение и т.д.)				
1.8.	Я могу самостоятельно готовить и осваивать новые рецепты, в том числе и достаточно сложные				
1.9.	Я знаю и соблюдаю правила хранения продуктов дома: товарное соседство, температурный режим, упаковка продуктов, длительность хранения, как в открытом, так и в закрытом виде				
1.10.	Я не знаю наших соседей (у меня плохие отношения с соседями)				
Блок 2.					
2.1.	Я самостоятельно соблюдаю личную гигиену и слежу за опрятным внешним видом без напоминания взрослых				
2.2.	Я знаю о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании и, что изменится (изменилось) в моей личной гигиене (например, поллюция, менструация, рост волос в области гениталий, груди и т.д.)				
2.3.	Я считаю, что достаточно владею информацией о сексе, сексуальных отношениях, способах контрацепции, венерологических заболеваниях и я в курсе о существовании насилия в сексуальных отношениях и другой информации из этой области				
2.4.	Я отрицательно отношусь к сигаретам, алкоголю, наркотикам				
2.5.	Я регулярно занимаюсь физкультурой и спортом				
2.6.	Я стараюсь правильно питаться: соблюдать время приема пищи, регулярность питания, сбалансированный состав, калорийность и т.д.				
2.7.	Я знаком(а) с гигиеной сна и стараюсь придерживаться ее				
2.8.	Я знаю как важно для здоровья и хорошего самочувствия соблюдение режима труда и отдыха и стараюсь его придерживаться				
2.9.	Я не понимаю, в каких случаях надо вызвать врача на дом, а в каких необходимо идти в больницу				
2.10.	Я знаю свой организм, свои хронические заболевания, особенности				

	организма и способы их лечения				
Блок 3.					
3.1.	Я четко и ясно заявляю о своих желаниях, в том числе взрослым (не отмалчиваюсь, не занимаю позицию «мне все равно»), самостоятельно проявляю инициативу и завожу разговор при необходимости				
3.2.	При разговоре я могу сказать собеседнику о своих чувствах (например, мне не приятно, что ты мне сказал(а); данная ситуация меня возмутила; мне приятно, что ты меня похвалил(а) и т.д.)				
3.3.	Я использую в своем общении такие формы как: упрек, оскорбления, крик, ворчание, они помогают добиться нужного результата				
3.4.	Я учитываю эмоциональное состояние другого человека перед тем как завести тот или иной разговор				
3.5.	Я говорю комплименты другим людям и/или могу сказать, что мне нравится в человеке или в его поступках, в том числе и близким мне людям				
3.6.	Я могу поддержать (подбодрить) человека, если он сомневается в своих силах				
3.7.	Я знаю, что есть правила поведения с противоположным полом и их необходимо соблюдать, и я стараюсь их придерживаться				
3.8.	Я знаю, свои права и обязанности, ориентируюсь в законах: – знаю куда и кому обращаться (смогу найти информацию); – умею писать заявления; – умею взаимодействовать с различными организациями и учреждениями (сотрудниками и специалистами); – умею обращаться с различными необходимыми документами				
3.9.	В своей жизни я стараюсь придерживаться определенным морально-нравственным нормам поведения				
3.10.	В моей реальной жизни есть взрослый человек, (не в онлайн жизни, не в виртуальной реальности) на которого я хотел(а) бы быть похожим				

Блок 4.					
4.1.	Я умею планировать свой ежегодный бюджет и умею его придерживаться				
4.2.	Я веду личные финансовые записи дохода и расхода денег за каждый месяц, год. Записываю количество денег, которые мне дают: на транспорт, личные расходы, дарят на день рождения, свой заработок, стипендия и т.д., записываю количество денег, которые я потратил(а) в течение недель и подвожу итог за месяц, за год				
4.3.	Я использую финансовые инструменты (приложения) или таблицы для анализа денежных расходов и доходов по категориям				
4.4.	Я стараюсь не делать импульсивные покупки и не прошу о них взрослых (модно среди сверстников, ради развлечения, дублирующие предметы и т.д.)				
4.5.	Я могу потратить все деньги, прогулять их с друзьями, потом нет денег даже на автобус, еду и т.д. (приходится просить)				
4.6.	Иногда я оптимизирую свои расходы в какой-либо категории после анализа за месяц/год (например, отключаю не нужные услуги у сотового оператора или перехожу на более выгодный тариф и т.д.)				
4.7.	Я думаю, что нет ничего плохого в том, чтобы, иногда брать в долг (я же долги отдаю в итоге)				
4.8.	Я могу потратить последние деньги на то, что бы с друзьями сходить в кафе, а у меня эти деньги были запланированы, в том числе и на общественный транспорт на всю следующую неделю, думаю не надо отказывать себе в удовольствии				
4.9.	Мне объяснили, я изучил(а) информацию о кредитах, кредитных картах, ипотеках понимаю, как они работают, особенности и условия кредитования, кредитные ставки, переплаты и т.д.				
4.10.	Я знаю главное правило финансовой грамотности в области личных финансов «тратить меньше чем зарабатывать» буду стараться его				

	придерживаться в будущем				
Блок 5.					
5.1.	Я планирую, свои дела на день, неделю, месяц, год и составляю расписание на день, неделю. Чаще всего у меня, получается, выполнить запланированные дела и соблюдать расписание				
5.2.	Я самостоятельно определяю цели, формулирую задачи, планирую, пути достижения, в учебе и в познавательной деятельности и стараюсь выбирать наиболее эффективные способы решения				
5.3.	Я способен(а) контролировать свои действия, в процессе достижения результата, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией, могу оценивать правильность выполнения поставленной цели, задачи				
5.4.	Я применяю знания, полученные в процессе обучения для решения бытовых, жизненных вопросов, проблем				
5.5.	Я четко могу определить свои мотивы, когда занимаюсь разными видами деятельности				
5.6.	Я считаю, что профессиональная деятельность (работа) это единственный путь нормально жить в современном мире (необходимо обладать определенными знаниями, иметь соответствующие навыки)				
5.7.	Я знаком(а) с понятием трудовая этика				
5.8.	Я знаю портал «Работа в России» и умею им пользоваться				
5.9.	Я не понимаю, зачем получать образование, думаю это бесполезная трата времени				
5.10.	Я имею четкий план на ближайший этап жизни (после школы/после колледжа/после университета/после армии и т.д.)				
Блок 6.					
6.1.	Я знаю, как действовать: <ul style="list-style-type: none"> – во время гололеда; – во время сильной метели; – при обморожении; – при тепловом поражении; – при землетрясении, обрушении 				

	<p>здания;</p> <ul style="list-style-type: none"> – при грозе; – во время урагана, бури, смерча; – при химических авариях; – при аварии на транспорте (железнодорожном, наземном, воздушном, водном); – при утечке газа; – при пожаре и взрыве; – при опасных ситуациях в метро; – при нападении собаки; – при нападении преступника; – при террористическом акте 				
6.2.	Когда я нахожусь в различных учреждениях (зданиях), обращаю внимание на эвакуационные пути, я понимаю, как ими пользоваться				
6.3.	Я считаю, что наличие семьи одно из самых главных ценностей в жизни человека				
6.4.	Я согласен(а), с тем, чтобы брак был крепкий необходимо предъявлять высокие требования отношениям, к обязанностям, к поступкам и др., важно быть ответственным и стойким. Семья - это постоянный труд				
6.5.	Я понимаю, что при создании семьи необходимо заботиться о всех членах семьи (проявлять психологическую, физическую, финансовую заботу)				
6.6.	Я перед принятием решения, взвешиваю все «за» и «против», пытаюсь спрогнозировать, какой может быть результат				
6.7.	Я проинформирован(а) о видах государственной помощи, мерах поддержки, льготах и денежных выплатах положенных мне, знаю точно адрес, номер телефона в нашем населенном пункте, где могу получить дополнительную информацию и попросить помощи при необходимости				
6.8.	Я осведомлен(а), какие документы должны быть оформлены на жилое помещение, какие договоры должны быть заключены с поставщиками коммунальных ресурсов (ресурсоснабжающими организациями) и обязанности своевременно оплачивать соответствующие счета				
6.9.	Я готов(а) решать вопросы и проблемы				

	самостоятельно, не ждать, что само все разрешится или принимать позицию, что уже ни чего не исправить				
6.10.	Думаю, что я смогу жить самостоятельно				

Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (для подростка 16 лет)

Инструкция

Продолжительность проведения анкетирования составляет одну встречу (1 час – 1 час 20 минут). Анкета «Готовность подростка к самостоятельной жизни» содержит 6 блоков вопросов, в каждом блоке 10 вопросов (всего 60 вопросов):

- Блок 1. Быт;
- Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид;
- Блок 3. Коммуникативная компетентность;
- Блок 4. Финансы;
- Блок 5. Образование и профессиональная ориентация;
- Блок 6. Безопасность. Различные ситуации.

Для каждого вопроса существует четыре категории ответа:

- «Не про меня»;
- «Немного про меня»;
- «В основном про меня»;
- «Полностью про меня».

Подросток самостоятельно отвечает на пункты про элементы своего знания или поведения и проставляет любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего его описывает.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни в определенном блоке складываем баллы по пунктам в блоке вопросов согласно таблице 4 в зависимости от ответа и делим на 10 (количество вопросов), находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни по всем блокам складываем баллы по всем пунктам согласно таблице 4 в зависимости от ответа и делим 60 (количество вопросов) находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Блоки с пунктами про элемент знания или поведения для родителей (законных представителей) по подготовке подопечных (подростков) к самостоятельной жизни соответствуют блокам анкеты для подростка «Готовность подростка к самостоятельной жизни», специалист, проверяющий данные, сравнивает результаты по блокам между собой.

Пункты про элемент знания или поведения, выделенные в таблице 4 серым цветом, требуют быть внимательным при подсчёте баллов (баллы расположены в обратном порядке).

Пункты про элемент знания или поведения, выделенные в таблице 4 желтым цветом, указывают, что подобные вопросы были в анкетах 12, 14, 15 лет и будут в следующей анкете 17 лет. Необходимо обратить внимание на ответ подростка:

- прослеживается ли положительная динамика (если ее не будет, значит необходимо обратить внимание законных представителей на данный факт);
- нет ли стагнации, регрессии (если подросток в этой анкете указал умение делать что-либо или знание чего-либо, а в последующей анкете ответил отсутствие данного знания, умения, значит либо он не внимательно заполнял, либо умышленно вводит заблуждение).

Таблица 4

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа				Резуль- тат
		«Не про меня»	«Немного про меня»	«В основном про меня»	«Полностью про меня»	
Блок 1. Быт						
1.1.	Я самостоятельно длительное время (шесть месяцев и более) могу поддерживать чистоту и порядок квартиры (дома), в том числе делать: – экспресс уборку; – текущую уборку; – еженедельную уборку; – генеральную уборку	0	1	2	3	
1.2.	Я храню свои документы самостоятельно, и они в полном порядке: – у документов есть отдельное место хранения (папка, коробка); – они в хорошем состоянии (не мятые, не порванные, не грязные и т.д.); – документы распределены по категориям: личные документы, документы, связанные с образованием, медицинские документы, чеки от ценной техники и товаров и т.д.; – я имею копию (сканы) всех важных документов	0	1	2	3	
1.3.	Я сам(а) заполняю заявления, читаю внимательно договоры, задаю вопросы по заполнению, если условия меня не устраивают, могу отказаться от сделки	0	1	2	3	
1.4.	Я способен(а) ухаживать (бережно использовать, мыть, ремонтировать) за любыми вещами дома (текстиль, бытовая техника, мебель и т.д.)	0	1	2	3	
1.5.	У меня не вызывают трудности мелкие бытовые работы или небольшой ремонт по дому, даже без взрослых	0	1	2	3	
1.6.	Я умею пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами	0	1	2	3	
1.7.	Думаю, что я не смогу или мне будет сложно самостоятельно	0	1	2	3	

	подготовиться к приему гостей дома (например, новый год, день рождение и т.д.)				
1.8.	Я могу самостоятельно готовить и осваивать новые рецепты, в том числе и достаточно сложные	0	1	2	3
1.9.	Я знаю и соблюдаю правила хранения продуктов дома: товарное соседство, температурный режим, упаковка продуктов, длительность хранения, как в открытом, так и в закрытом виде	0	1	2	3
1.10.	Я не знаю наших соседей (у меня плохие отношения с соседями)	3	2	1	0
Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид					
2.1.	Я самостоятельно соблюдаю личную гигиену и слежу за опрятным внешним видом без напоминания взрослых	0	1	2	3
2.2.	Я знаю о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании и, что изменится (изменилось) в моей личной гигиене (например, поллюция, менструация, рост волос в области гениталий, груди и т.д.)	0	1	2	3
2.3.	Я считаю, что достаточно владею информацией о сексе, сексуальных отношениях, способах контрацепции, венерологических заболеваниях и я в курсе о существовании насилия в сексуальных отношениях и другой информации из этой области	0	1	2	3
2.4.	Я отрицательно отношусь к сигаретам, алкоголю, наркотикам	0	1	2	3
2.5.	Я регулярно занимаюсь физкультурой и спортом	0	1	2	3
2.6.	Я стараюсь правильно питаться: соблюдать время приема пищи, регулярность питания, сбалансированный состав, калорийность и т.д.	0	1	2	3
2.7.	Я знаком(а) с гигиеной сна и стараюсь придерживаться ее	0	1	2	3
2.8.	Я знаю как важно для здоровья и хорошего самочувствия соблюдение режима труда и	0	1	2	3

	отдыха и стараюсь его придерживаться				
2.9.	Я не понимаю, в каких случаях надо вызвать врача на дом, а в каких необходимо идти в больницу	3	2	1	0
2.10.	Я знаю свой организм, свои хронические заболевания, особенности организма и способы их лечения	0	1	2	3
Блок 3. Коммуникативная компетентность					
3.1.	Я четко и ясно заявляю о своих желаниях, в том числе взрослым (не отмалчиваюсь, не занимаю позицию «мне все равно»), самостоятельно проявляю инициативу и завожу разговор при необходимости	0	1	2	3
3.2.	При разговоре я могу сказать собеседнику о своих чувствах (например, мне не приятно, что ты мне сказал(а); данная ситуация меня возмутила; мне приятно, что ты меня похвалил(а) и т.д.)	0	1	2	3
3.3.	Я использую в своем общении такие формы как: упрек, оскорбления, крик, ворчание, они помогают добиться нужного результата	3	2	1	0
3.4.	Я учитываю эмоциональное состояние другого человека перед тем как завести тот или иной разговор	0	1	2	3
3.5.	Я говорю комплименты другим людям и/или могу сказать, что мне нравится в человеке или в его поступках, в том числе и близким мне людям	0	1	2	3
3.6.	Я могу поддержать (подбодрить) человека, если он сомневается в своих силах	0	1	2	3
3.7.	Я знаю, что есть правила поведения с противоположным полом и их необходимо соблюдать, и я стараюсь их придерживаться	0	1	2	3
3.8.	Я знаю, свои права и обязанности, ориентируюсь в законах: – знаю куда и кому	0	1	2	3

	<p>обращаться (смогу найти информацию);</p> <ul style="list-style-type: none"> – умею писать заявления; – умею взаимодействовать с различными организациями и учреждениями (сотрудниками и специалистами); – умею обращаться с различными необходимыми документами 					
3.9.	В своей жизни я стараюсь придерживаться определенным морально-нравственным нормам поведения	0	1	2	3	
3.10.	В моей реальной жизни есть взрослый человек, (не в онлайн жизни, не в виртуальной реальности) на которого я хотел(а) бы быть похожим	0	1	2	3	
Блок 4. Финансы						
4.1.	Я умею планировать свой ежегодный бюджет и умею его придерживаться	0	1	2	3	
4.2.	Я веду личные финансовые записи дохода и расхода денег за каждый месяц, год. Записываю количество денег, которые мне дают: на транспорт, личные расходы, дарят на день рождения, свой заработок, стипендия и т.д., записываю количество денег, которые я потратил(а) в течение недель и подвожу итог за месяц, за год	0	1	2	3	
4.3.	Я использую финансовые инструменты (приложения) или таблицы для анализа денежных расходов и доходов по категориям	0	1	2	3	
4.4.	Я стараюсь не делать импульсивные покупки и не прошу о них взрослых (модно среди сверстников, ради развлечения, дублирующие предметы и т.д.)	0	1	2	3	
4.5.	Я могу потратить все деньги, прогулять их с друзьями, потом нет денег даже на автобус, еду и т.д. (приходится просить)	3	2	1	0	
4.6.	Иногда я оптимизирую свои расходы в какой-либо категории	0	1	2	3	

	после анализа за месяц/год (например, отключаю не нужные услуги у сотового оператора или перехожу на более выгодный тариф и т.д.)				
4.7.	Я думаю, что нет ничего плохого в том, чтобы, иногда брать в долг (я же долги отдаю в итоге)	3	2	1	0
4.8.	Я могу потратить последние деньги на то, что бы с друзьями сходить в кафе, а у меня эти деньги были запланированы, в том числе и на общественный транспорт на всю следующую неделю, думаю не надо отказывать себе в удовольствии	3	2	1	0
4.9.	Мне объяснили, я изучил(а) информацию о кредитах, кредитных картах, ипотеках понимаю, как они работают, особенности и условия кредитования, кредитные ставки, переплаты и т.д.	0	1	2	3
4.10.	Я знаю главное правило финансовой грамотности в области личных финансов «тратить меньше чем зарабатывать» буду стараться его придерживаться в будущем	0	1	2	3
Блок 5. Образование и профессиональная ориентация					
5.1.	Я планирую, свои дела на день, неделю, месяц, год и составляю расписание на день, неделю. Чаще всего у меня, получается, выполнить запланированные дела и соблюдать расписание	0	1	2	3
5.2.	Я самостоятельно определяю цели, формулирую задачи, планирую, пути достижения, в учебе и в познавательной деятельности и стараюсь выбирать наиболее эффективные способы решения	0	1	2	3
5.3.	Я способен(а) контролировать свои действия, в процессе достижения результата, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией, могу оценивать правильность выполнения поставленной цели, задачи	0	1	2	3

5.4.	Я применяю знания, полученные в процессе обучения для решения бытовых, жизненных вопросов, проблем	0	1	2	3
5.5.	Я четко могу определить свои мотивы, когда занимаюсь разными видами деятельности	0	1	2	3
5.6.	Я считаю, что профессиональная деятельность (работа) это единственный путь нормально жить в современном мире (необходимо обладать определенными знаниями, иметь соответствующие навыки)	0	1	2	3
5.7.	Я знаком(а) с понятием трудовая этика	0	1	2	3
5.8.	Я знаю портал «Работа в России» и умею им пользоваться	0	1	2	3
5.9.	Я не понимаю, зачем получать образование, думаю это бесполезная трата времени	3	2	1	0
5.10.	Я имею четкий план на ближайший этап жизни (после школы/после колледжа/после университета/после армии и т.д.)	0	1	2	3
Блок 6. Безопасность. Различные ситуации					
6.1.	Я знаю, как действовать: – во время гололеда; – во время сильной метели; – при обморожении; – при тепловом поражении; – при землетрясении, обрушении здания; – при грозе; – во время урагана, бури, смерча; – при химических авариях; – при аварии на транспорте (железнодорожном, наземном, воздушном, водном); – при утечке газа; – при пожаре и взрыве; – при опасных ситуациях в метро; – при нападении собаки; – при нападении преступника; – при террористическом акте	0	1	2	3
6.2.	Когда я нахожусь в различных учреждениях (зданиях), обращаю внимание на эвакуационные пути, я понимаю, как ими	0	1	2	3

	пользоваться				
6.3.	Я считаю, что наличие семьи одно из самых главных ценностей в жизни человека	0	1	2	3
6.4.	Я согласен(а), с тем, чтобы брак был крепкий необходимо предъявлять высокие требования отношениям, к обязанностям, к поступкам и др., важно быть ответственным и стойким. Семья - это постоянный труд	0	1	2	3
6.5.	Я понимаю, что при создании семьи необходимо заботиться о всех членах семьи (проявлять психологическую, физическую, финансовую заботу)	0	1	2	3
6.6.	Я перед принятием решения, взвешиваю все «за» и «против», пытаюсь спрогнозировать, какой может быть результат	0	1	2	3
6.7.	Я проинформирован(а) о видах государственной помощи, мерах поддержки, льготах и денежных выплатах положенных мне, знаю точно адрес, номер телефона в нашем населенном пункте, где могу получить дополнительную информацию и попросить помощи при необходимости	0	1	2	3
6.8.	Я осведомлен(а), какие документы должны быть оформлены на жилое помещение, какие договоры должны быть заключены с поставщиками коммунальных ресурсов (ресурсоснабжающими организациями) и обязанности своевременно оплачивать соответствующие счета	0	1	2	3
6.9.	Я готов(а) решать вопросы и проблемы самостоятельно, не ждать, что само все разрешится или принимать позицию, что уже ни чего не исправить	0	1	2	3
6.10.	Думаю, что я смогу жить самостоятельно	0	1	2	3

**Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни»
(для подростка 17 лет)**

Фамилия _____

Имя _____

Отчество _____

Пол: _____

Для заполнения данной анкеты необходимо внимательно прочитать пункт про элемент своего знания или поведения и поставить любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего вас описывает.

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа			
		«Не про меня»	«Немного про меня»	«В основном про меня»	«Полностью про меня»
Блок 1.					
1.1.	Я самостоятельно обустроиваю свою комнату, квартиру (дом)				
1.2.	Я рационально веду домашнее хозяйство: – поддерживаю порядок; – своевременно осуществляю мелкие работы и ремонт по дому; – не довожу чтобы выкидывать продукты питания (испортились, не доел(а)); – мои расходы не превышают доходов; – питаюсь в основном дома и т.д.				
1.3.	Я знаю основные правила общежития и придерживаюсь их				
1.4.	Я участвую совместно с соседями квартиры (дома), общежития в уборке подъезда, очистки от снега прилегающей территории, в субботниках				
1.5.	Я знаю и соблюдаю правила хранения продуктов дома: товарное соседство, температурный режим, упаковка продуктов, длительность хранения, как в открытом, так и в закрытом виде				
1.6.	Я храню свои документы самостоятельно, и они в полном порядке: – у документов есть отдельное место хранения (папка, коробка); – они в хорошем состоянии (не мятые, не порванные, не грязные и т.д.); – документы распределены по категориям: личные документы, документы, связанные с				

	образованием, медицинскими документами, чеки от ценной техники и товаров и т.д.; – я имею копию (сканы) всех важных документов				
1.7.	Я знаю, несколько способов передачи показаний счетчиков, как оплачивать коммунальные платежи у себя по месту жительства, в том числе как найти данную информацию находясь в другом городе				
1.8.	Я знаю, как следить за своими налогами и штрафами и как их оплачивать				
1.9.	Я знаю, что необходимо делать, когда соседи с верхнего этажа заливают квартиру				
1.10.	Думаю, что я готов(а) самостоятельно жить, в том числе решать все вопросы и проблемы				
Блок 2.					
2.1.	Я самостоятельно соблюдаю личную гигиену и слежу за опрятным внешним видом без напоминания взрослых				
2.2.	Я проинформирован о сексуальных отношениях, гигиене и безопасности				
2.3.	Я отрицательно отношусь к сигаретам, алкоголю, наркотикам				
2.4.	Я регулярно занимаюсь физкультурой и спортом, так как это помогает мне формировать необходимые личностные качества, которые будут полезны в других областях жизни				
2.5.	Я знаю как важно для здоровья и хорошего самочувствия соблюдение режима труда и отдыха и стараюсь его придерживаться				
2.6.	Я умею отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели				
2.7.	Я самостоятельно формирую свой имидж и стиль в одежде				
2.8.	Я стараюсь правильно питаться: соблюдать время приема пищи,				

	регулярность питания, сбалансированный состав, калорийность и т.д.				
2.9.	Я знаком(а) с гигиеной сна и стараюсь придерживаться ее				
2.10.	Я понимаю, что здоровье это самое главное в жизни человека и о нем необходимо заботиться				
Блок 3.					
3.1.	Я осознано формирую свое окружение: – нет людей, которые тянут меня «в низ»; – нет людей после общения, с которыми мне плохо; – нет людей, которые меня подавляют; – нет людей, которые мной манипулируют; – нет людей, которые постоянно меня критикуют и т.д.				
3.2.	Я не умею подбирать подарки для различных ситуаций				
3.3.	Я уважительно отношусь ко всем людям вне зависимости от их культуры, традиций, языка и религии				
3.4.	Я принимаю во внимание мнение другого человека при необходимости (например, какой смотреть фильм, или что приготовить на ужин)				
3.5.	У меня хорошие отношения со сверстниками противоположного пола				
3.6.	Я способен(а) противостоять негативному влиянию окружающих, в том числе при необходимости отказать друзьям (например, в употреблении алкоголя и т.д.)				
3.7.	Я успокаиваюсь и расслабляюсь через алкоголь, сигареты, компьютерные игры и т.д.				
3.8.	У меня часто бывают срывы, я не могу себя сдерживать и проявлять самоконтроль				
3.9.	Я принимаю позицию в соответствии с собственными ценностями, даже когда друзья считают по-другому				
3.10.	В моей реальной жизни есть взрослый человек, (не в онлайн жизни, не в виртуальной реальности) на которого я хотел(а) бы быть похожим				
Блок 4.					

4.1.	Я понимаю, что не стоит покупать вещи, на которые нет средств (например, покупать дорогой телефон в кредит, лучше поднакопить и потом его купить)				
4.2.	Я знаю, что такое скрытые траты при покупке и их учитываю				
4.3.	Я знаю, что такое диверсификация рисков и их учитываю				
4.4.	Я использую при покупках различные правила (например: правило 10 секунд для дешевых покупок, правило 30 дней для дорогих покупок и т.д.)				
4.5.	Я стараюсь не покупать газировки, чипсы и т.д.				
4.6.	Я отдаю предпочтение незатратным хобби или времяпровождению (могу вместо кино, пойти на бесплатные кружки, мероприятия и т.д.)				
4.7.	Наличие дорогой вещи у меня (например, дорогой телефон) не делает меня счастливее, счастливее я себя чувствую от приятных событий, впечатлений, наличие близких и дорогих людей и т.д.				
4.8.	Я не собираюсь обсуждать финансовые дела со «второй половинкой» в будущем				
4.9.	Я знаю, какое количество денег примерно необходимо на 1 человека/на семью (на транспорт, питание, ЖКХ, гигиену, здоровье, досуг и т.д.) в месяц, в год				
4.10.	Я грамотно пользуюсь услугами предприятиями торговли, питания, транспорта, бытового обслуживания, связи и т.д., мне на все хватает, я придерживаюсь планирования, я не прошу деньги в долг и т.д.				
Блок 5.					
5.1.	Я самостоятельно проводил(а) (провожу) анализ труда на рынке (мониторинг востребованных профессий, наличие вакансий на рынке труда, средняя заработная плата, общение с реальными людьми работающие на интересующей мне должности, условиях их работы и фактической заработной платы и т.д.)				
5.2.	Я понимаю, что даже с наличием образования будет сложно устроиться				

	(и после устройства придётся многому обучаться)				
5.3.	Я хочу работать и самостоятельно зарабатывать				
5.4.	Я умею составлять резюме (знаю правила оформления)				
5.5.	Я знаю правила самопрезентации и делового общения, думаю, что смогу произвести благоприятное впечатление на собеседовании				
5.6.	Я могу справляться со своими эмоциями, даже когда мне крайне неприятно				
5.7.	Я развиваю у себя критическое мышление				
5.8.	Я умею общаться в офлайн режиме, онлайн режиме, в том числе по учебным и профессионально-трудовым функциям				
5.9.	Мне интересно развиваться и становиться лучшей версией себя; я буду обучаться (по разнообразным областям жизни) в течение всей своей жизни				
5.10.	Я знаю портал «Работа в России» и умею им пользоваться				
Блок 6.					
6.1.	Я осведомлен(а), что такое тревожный чемоданчик, я знаю, как он комплектуется				
6.2.	Я проигрывал(а) в практической деятельности принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей				
6.3.	Я в позитивном ключе представляю свою будущую семью (собственную роль в ней, будущего супруга(у), детей, родственников)				
6.4.	Я представляю портрет будущего супруга(и) (со всеми плюсами и минусами)				
6.5.	Я способен(а) взять на себя ответственность при создании семьи за ребенка, за супруга				
6.6.	Я время от времени изучаю вопрос мошеннических схем (смотрю видео, регулярно читаю памятки и т.д.), я всегда в курсе последних вариантов обмана людей				

6.7.	Я подвергаю тщательному анализу правдоподобность поступающей информации, и делаю выводы о её истинности, исходя из имеющихся фактов				
6.8.	Для того чтобы добиться успеха в какой-либо области я могу длительное время работать (трудиться), быть настойчивым и дисциплинированным				
6.9.	Я готов(а) к жесткой конкуренции во взрослой жизни и тому, что люди не обязаны идти навстречу моим пожеланиям и просьбам, готов(а) к отказам				
6.10.	Думаю, что я смогу жить самостоятельно, ставить цели и их добиваться, справляться с трудностями				

**Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни»
(для подростка 17 лет)
Инструкция**

Продолжительность проведения анкетирования составляет одну встречу (1 час – 1 час 20 минут). Анкета «Готовность подростка к самостоятельной жизни» содержит 6 блоков вопросов, в каждом блоке 10 вопросов (всего 60 вопросов):

- Блок 1. Быт;
- Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид;
- Блок 3. Коммуникативная компетентность;
- Блок 4. Финансы;
- Блок 5. Образование и профессиональная ориентация;
- Блок 6. Безопасность. Различные ситуации.

Для каждого вопроса существует четыре категории ответа:

- «Не про меня»;
- «Немного про меня»;
- «В основном про меня»;
- «Полностью про меня».

Подросток самостоятельно отвечает на пункты про элементы своего знания или поведения и проставляет любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего его описывает.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни в определенном блоке складываем баллы по пунктам в блоке вопросов согласно таблице 5 в зависимости от ответа и делим на 10 (количество вопросов), находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни по всем блокам складываем баллы по всем пунктам согласно таблице 5 в зависимости от ответа и делим 60 (количество вопросов) находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Блоки с пунктами про элемент знания или поведения для родителей (законных представителей) по подготовке подопечных (подростков) к самостоятельной жизни соответствуют блокам анкеты для подростка «Готовность подростка к самостоятельной жизни», специалист, проверяющий данные, сравнивает результаты по блокам между собой.

Пункты про элемент знания или поведения, выделенные в таблице 5 серым цветом, требуют быть внимательным при подсчёте баллов (баллы расположены в обратном порядке).

Пункты про элемент знания или поведения, выделенные в таблице 5 желтым цветом, указывают, что подобные вопросы были в анкетах 12, 14, 15, 16 лет. Необходимо обратить внимание на ответ подростка:

- прослеживается ли положительная динамика (если ее не будет, значит необходимо обратить внимание законных представителей на данный факт);
- нет ли стагнации, регрессии (если подросток в этой анкете указал умение делать что-либо или знание чего-либо, а в последующей анкете ответил отсутствие данного знания, умения, значит либо он не внимательно заполнял, либо умышленно вводит заблуждение).

Таблица 5

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа				Результат
		«Не про меня»	«Немного про меня»	«В основном про меня»	«Полностью про меня»	
Блок 1. Быт						
1.1.	Я самостоятельно обустроиваю свою комнату, квартиру (дом)	0	1	2	3	
1.2.	Я рационально веду домашнее хозяйство: – поддерживаю порядок; – своевременно осуществляю мелкие работы и ремонт по дому; – не довожу чтобы выкидывать продукты питания (испортились, не доел(а)); – мои расходы не превышают доходов; – питаюсь в основном дома и т.д.	0	1	2	3	
1.3.	Я знаю основные правила общежития и придерживаюсь их	0	1	2	3	
1.4.	Я участвую совместно с соседями квартиры (дома), общежития в уборке подъезда, очистки от снега прилегающей территории, в субботниках	0	1	2	3	
1.5.	Я знаю и соблюдаю правила хранения продуктов дома: товарное соседство, температурный режим, упаковка продуктов, длительность хранения, как в открытом, так и в закрытом виде	0	1	2	3	
1.6.	Я храню свои документы самостоятельно, и они в полном порядке: – у документов есть отдельное место хранения (папка, коробка); – они в хорошем состоянии (не мятые, не порванные, не грязные и т.д.); – документы распределены по категориям: личные документы, документы, связанные с образованием, медицинские документы, чеки от ценной техники и товаров и т.д.; – я имею копию (сканы) всех важных документов	0	1	2	3	
1.7.	Я знаю, несколько способов	0	1	2	3	

	передачи показаний счетчиков, как оплачивать коммунальные платежи у себя по месту жительства, в том числе как найти данную информацию находясь в другом городе					
1.8.	Я знаю, как следить за своими налогами и штрафами и как их оплачивать	0	1	2	3	
1.9.	Я знаю, что необходимо делать, когда соседи с верхнего этажа заливают квартиру	0	1	2	3	
1.10.	Думаю, что я готов(а) самостоятельно жить, в том числе решать все вопросы и проблемы	0	1	2	3	
Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид						
2.1.	Я самостоятельно соблюдаю личную гигиену и слежу за опрятным внешним видом без напоминания взрослых	0	1	2	3	
2.2.	Я проинформирован о сексуальных отношениях, гигиене и безопасности	0	1	2	3	
2.3.	Я отрицательно отношусь к сигаретам, алкоголю, наркотикам	0	1	2	3	
2.4.	Я регулярно занимаюсь физкультурой и спортом, так как это помогает мне формировать необходимые личностные качества, которые будут полезны в других областях жизни	0	1	2	3	
2.5.	Я знаю как важно для здоровья и хорошего самочувствия соблюдение режима труда и отдыха и стараюсь его придерживаться	0	1	2	3	
2.6.	Я умею отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели	0	1	2	3	
2.7.	Я самостоятельно формирую свой имидж и стиль в одежде	0	1	2	3	
2.8.	Я стараюсь правильно питаться: соблюдать время приема пищи,	0	1	2	3	

	регулярность питания, сбалансированный состав, калорийность и т.д.				
2.9.	Я знаком(а) с гигиеной сна и стараюсь придерживаться ее	0	1	2	3
2.10.	Я понимаю, что здоровье это самое главное в жизни человека и о нем необходимо заботиться	0	1	2	3
Блок 3. Коммуникативная компетентность					
3.1.	Я осознано формирую свое окружение: – нет людей, которые тянут меня «в низ»; – нет людей после общения, с которыми мне плохо; – нет людей, которые меня подавляют; – нет людей, которые мной манипулируют; – нет людей, которые постоянно меня критикуют и т.д.	0	1	2	3
3.2.	Я не умею подбирать подарки для различных ситуаций	3	2	1	0
3.3.	Я уважительно отношусь ко всем людям вне зависимости от их культуры, традиций, языка и религии	0	1	2	3
3.4.	Я принимаю во внимание мнение другого человека при необходимости (например, какой смотреть фильм, или что приготовить на ужин)	0	1	2	3
3.5.	У меня хорошие отношения со сверстниками противоположного пола	0	1	2	3
3.6.	Я способен(а) противостоять негативному влиянию окружающих, в том числе при необходимости отказать друзьям (например, в употреблении алкоголя и т.д.)	0	1	2	3
3.7.	Я успокаиваюсь и расслабляюсь через алкоголь, сигареты, компьютерные игры и т.д.	3	2	1	0
3.8.	У меня часто бывают срывы, я не могу себя сдерживать и проявлять самоконтроль	3	2	1	0
3.9.	Я принимаю позицию в соответствии с собственными ценностями, даже когда друзья считают по-другому	0	1	2	3

3.10.	В моей реальной жизни есть взрослый человек, (не в онлайн жизни, не в виртуальной реальности) на которого я хотел(а) бы быть похожим	0	1	2	3	
Блок 4. Финансы						
4.1.	Я понимаю, что не стоит покупать вещи, на которые нет средств (например, покупать дорогой телефон в кредит, лучше поднакопить и потом его купить)	0	1	2	3	
4.2.	Я знаю, что такое скрытые траты при покупке и их учитываю	0	1	2	3	
4.3.	Я знаю, что такое диверсификация рисков и их учитываю	0	1	2	3	
4.4.	Я использую при покупках различные правила (например: правило 10 секунд для дешевых покупок, правило 30 дней для дорогих покупок и т.д.)	0	1	2	3	
4.5.	Я стараюсь не покупать газировки, чипсы и т.д.	0	1	2	3	
4.6.	Я отдаю предпочтение незатратным хобби или времяпровождению (могу вместо кино, пойти на бесплатные кружки, мероприятия и т.д.)	0	1	2	3	
4.7.	Наличие дорогой вещи у меня (например, дорогой телефон) не делает меня счастливее, счастливее я себя чувствую от приятных событий, впечатлений, наличие близких и дорогих людей и т.д.	0	1	2	3	
4.8.	Я не собираюсь обсуждать финансовые дела со «второй половинкой» в будущем	3	2	1	0	
4.9.	Я знаю, какое количество денег примерно необходимо на 1 человека/на семью (на транспорт, питание, ЖКХ, гигиену, здоровье, досуг и т.д.) в месяц, в год	0	1	2	3	
4.10.	Я грамотно пользуюсь услугами предприятиями торговли, питания, транспорта, бытового обслуживания, связи и т.д., мне на все хватает, я придерживаюсь планирования, я не прошу деньги в долг и т.д.	0	1	2	3	
Блок 5. Образование и профессиональная ориентация						
5.1.	Я самостоятельно проводил(а)	0	1	2	3	

	(провожу) анализ труда на рынке (мониторинг востребованных профессий, наличие вакансий на рынке труда, средняя заработная плата, общение с реальными людьми работающие на интересующей мне должности, условиях их работы и фактической заработной платы и т.д.)				
5.2.	Я понимаю, что даже с наличием образования будет сложно устроиться (и после устройства придётся многому обучаться)	0	1	2	3
5.3.	Я хочу работать и самостоятельно зарабатывать	0	1	2	3
5.4.	Я умею составлять резюме (знаю правила оформления)	0	1	2	3
5.5.	Я знаю правила самопрезентации и делового общения, думаю, что смогу произвести благоприятное впечатление на собеседовании	0	1	2	3
5.6.	Я могу справляться со своими эмоциями, даже когда мне крайне неприятно	0	1	2	3
5.7.	Я развиваю у себя критическое мышление	0	1	2	3
5.8.	Я умею общаться в офлайн режиме, онлайн режиме, в том числе по учебным и профессионально-трудовым функциям	0	1	2	3
5.9.	Мне интересно развиваться и становиться лучшей версией себя; я буду обучаться (по разнообразным областям жизни) в течение всей своей жизни	0	1	2	3
5.10.	Я знаю портал «Работа в России» и умею им пользоваться	0	1	2	3
Блок 6. Безопасность. Различные ситуации					
6.1.	Я осведомлен(а), что такое тревожный чемоданчик, я знаю, как он комплектуется	0	1	2	3
6.2.	Я проигрывал(а) в практической деятельности принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей	0	1	2	3
6.3.	Я в позитивном ключе представляю свою будущую	0	1	2	3

	семью (собственную роль в ней, будущего супруга(у), детей, родственников)				
6.4.	Я представляю портрет будущего супруга(и) (со всеми плюсами и минусами)	0	1	2	3
6.5.	Я способен(а) взять на себя ответственность при создании семьи за ребенка, за супруга	0	1	2	3
6.6.	Я время от времени изучаю вопрос мошеннических схем (смотрю видео, регулярно читаю памятки и т.д.), я всегда в курсе последних вариантов обмана людей	0	1	2	3
6.7.	Я подвергаю тщательному анализу правдоподобность поступающей информации, и делаю выводы о её истинности, исходя из имеющихся фактов	0	1	2	3
6.8.	Для того чтобы добиться успеха в какой-либо области я могу длительное время работать (трудиться), быть настойчивым и дисциплинированным	0	1	2	3
6.9.	Я готов(а) к жесткой конкуренции во взрослой жизни и тому, что люди не обязаны идти навстречу моим пожеланиям и просьбам, готов(а) к отказам	0	1	2	3
6.10.	Думаю, что я смогу жить самостоятельно, ставить цели и их добиваться, справляться с трудностями	0	1	2	3

**Дополнительные вопросы для родителей (законных представителей)
по подготовке подростков к самостоятельной жизни**

Кто заполняет таблицу? (данные родителя (законного представителя))

Фамилия _____

Имя _____

Отчество _____

На кого заполняем таблицу (данные подростка)

Фамилия _____

Имя _____

Отчество _____

Пол: _____

Возраст (полных лет) _____

Для ответа на данные вопросы необходимо внимательно прочитать пункт про элемент знания или поведения подростка и поставить любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего его описывает.

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа			
		«Никогда», «Ничего не знает и не умеет», «Не про него»	«Редко», «Частично знает и умеет», «Немного про него»	«Достаточно часто», «Большую часть знает и умеет», «В основном про него»	«Всегда», «Все знает и умеет», «Полностью про него»
Блок 1. Быт					
1.1.	Самостоятельно убирает свою комнату, общие помещения квартиры, дома (кухня, ванная комната и т.д.)				
1.2.	Знает и различает основные группы документов, которые будут необходимы для самостоятельной жизни: – личные документы (паспорт, СНИЛС, полис ОМС, ИНН); – документы по образованию; – документы по жилому помещению; – квитанции для оплаты налогов, ЖКХ, штрафов и т.д.; умеет их хранить, понимает, как и где они применимы, в том числе умеет пользоваться «Госуслугами»				
1.3.	Знает, где и как оплачивать налоги и штрафы, ЖКХ, где находить актуальную информацию				
1.4.	Ухаживает за любыми вещами дома: личные вещи; домашний текстиль; бытовые приборы;				

	мебель и т.д. или умеет это делать				
1.5.	Самостоятельно готовит (при необходимости) и может освоить новые рецепты				
1.6.	Использует принципы рационального ведения домашнего хозяйства				
Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид					
2.1.	Самостоятельно соблюдает личную гигиену и следит за опрятным внешним видом без напоминания взрослых				
2.2.	Владеет информацией: о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании; о сексуальных отношениях, способах контрацепции, венерологических заболеваниях и другой информации из этой области				
2.3.	Самостоятельно формирует свой имидж и стиль в одежде, понимает, как необходимо выглядеть в разных ситуациях, местах				
2.4.	Самостоятельно занимается физкультурой и спортом 2-3 раза в неделю по 2-3 часа, спортивные секции, активные виды деятельности (лыжи, велосипед, бег и т.д.)				
2.5.	Соблюдает режим труда и отдыха (полноценный сон, смена деятельности, рациональное и правильное питание, и т.д.)				
2.6.	Ответственно относится к своему здоровью (умеет распознавать некоторые симптомы начинающиеся у себя болезни, ответственно относится к лечению, отсутствуют вредные привычки, знает о своих особенностях здоровья и как необходимо действовать и т.д.)				
Блок 3. Коммуникативная компетентность					
3.1.	Самостоятельно принимает решения и несет ответственность за свои слова, решения и действия (самостоятельно делает выбор)				
3.2.	Противостоит негативному влиянию окружающих, в том числе и друзей. Осознанно формирует свое				

	окружение				
3.3.	Самостоятельно решает конфликты, проблемы, умеет извиняться, обратиться за помощью, когда это необходимо				
3.4.	Адекватно реагирует на обратную связь, аргументированно отстаивает свою позицию и личные границы				
3.5.	Различает эмоциональное состояние других людей, может сказать комплимент, выражать нежные чувства кому-либо, откликаться на переживания другого человека, поддерживать его				
3.6.	Самостоятельно организует свое свободное время (плодотворные, полезные формы, виды деятельности выбирает)				
Блок 4. Финансы					
4.1.	Планирует бюджет и придерживается его (из имеющихся денег)				
4.2.	Избегает долгов, откладывает деньги, экономит (не только деньги, но и электроэнергию, воду и т.д.)				
4.3.	Знает основные статьи расходов и доходов в семейном бюджете, в том числе суммы на один месяц, на год и по категориям				
4.4.	Понимает и знает основы кредита, кредитной карты, ипотеки и т.д., знает, как их использовать, чтобы не влезать в долги				
4.5.	Знает основные распространённые мошеннические схемы, в том числе и с банковскими картами				
4.6.	Умеет пользоваться банковской картой, в том числе через технологию NFC, банкоматом, мобильным банкингом. Знает, как открыть банковский счет, вклад, сравнивать различные предложения разных банков и т.д.				
Блок 5. Образование и профессиональная ориентация					
5.1.	Планирует дела, расписание и придерживается их				
5.2.	Самостоятельно, без напоминания взрослых контролирует свое время (встает по утрам, приходит на занятия и т.д.)				
5.3.	Расставляет свои задачи по				

	приоритетам, важности и срочности				
5.4.	Самостоятельно себя организует, дисциплинирует, контролирует. Умеет самостоятельно: <ul style="list-style-type: none"> – определять цели, задачи; – планировать пути достижения; – выбирать наиболее эффективные способы решения вопросов (проблем) и достижения целей (задач); – соотносить свои действия с планируемыми результатами; – осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата; – корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; – умеет оценивать правильность выполнения задач 				
5.5.	Имеет представление о будущей профессии без преувеличения и приукрашивания, о шансах поступить на выбранную специальность. Заинтересованность в выбранной профессии, желание получать образование, опыт работы (желание работать)				
5.6.	Имеет план на ближайший этап жизни (после школы/после колледжа/после университета/после армии и т.д.)				
Блок 6. Безопасность. Различные ситуации					
6.1.	Придерживается правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в различных ситуациях (дома, на улице, в общественных местах, на природе, в интернете, антитеррористической безопасности, на разных видах транспорта и т.д.)				
6.2.	Принимает обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей				
6.3.	Использует критическое мышление в разных сферах жизни				
6.4.	Владеет информацией о своих правах и обязанностях, о видах				

	государственной помощи, мерах поддержки, льготах и денежных выплатах, положенных детям-сиротам, детям, оставшимся без попечения родителей, и лицам из числа детей-сирот и детей, оставшимся без попечения родителей, о месте их получения				
6.5.	Осознает значение семьи в жизни человека и общества, принимает ценности семейной жизни, имеет позитивное представление о семейной жизни, уважительно и заботливо относится к членам своей семьи (способен(а) взять ответственность за домашнее животное, брата/сестру, будущего ребенка/супруга в зависимости от возраста)				
6.6.	Самостоятельно решает вопросы и проблемы, готов(а) к жесткой конкуренции, понимает, что люди не обязаны идти навстречу его(её) пожеланиям и просьбам				

Дополнительные вопросы для родителей (законных представителей) по подготовке подростков к самостоятельной жизни

Инструкция

Продолжительность ответов на данную группу вопросов составляет (20-30 минут). Вопросы разбиты на 6 блоков, в каждом блоке по 6 вопросов (всего 36 вопросов):

- Блок 1. Быт;
- Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид;
- Блок 3. Коммуникативная компетентность;
- Блок 4. Финансы;
- Блок 5. Образование и профессиональная ориентация;
- Блок 6. Безопасность. Различные ситуации.

Для каждого вопроса существует четыре категории ответа:

- «Никогда», «Ничего не знает и не умеет», «Не про него»;
- «Редко», «Частично знает и умеет», «Немного про него»;
- «Достаточно часто», «Большую часть знает и умеет», «В основном про него»;
- «Всегда», «Все знает и умеет», «Полностью про него».

Родитель (законный представитель) отвечает на пункты про элементы знания или поведения подростка и проставляет любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего его описывает.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни в определенном блоке складываем баллы по пунктам в блоке вопросов согласно таблице 6 в зависимости от ответа и делим на 6 (количество вопросов), находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни по всем блокам складываем баллы по всем пунктам согласно таблице 6 в зависимости от ответа и делим 36 (количество вопросов), находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Таблица 6

Пункт	Категории ответа			
	«Никогда», «Ничего не знает и не умеет», «Не про него»	«Редко», «Частично знает и умеет», «Немного про него»	«Достаточно часто», «Большую часть знает и умеет», «В основном про него»	«Всегда», «Все знает и умеет», «Полностью про него»
Количество баллов	0	1	2	3

Блоки с пунктами про элемент знания или поведения для родителей (законных представителей) по подготовке подростков к самостоятельной жизни соответствуют блокам анкеты для подростка «Готовность подростка к самостоятельной жизни», специалист, проверяющий данные, сравнивает результаты по блокам между собой.