



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Taekwon-Do for the mind "Get black belt in Values"
Project number: 603016-EPP-1-2018-1-BG-SPO-SSCP



**КНИГА С БОНУС КАРТИ
ЗА ОЦЕНЯВАНЕ И САМООЦЕНКА**





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Taekwon-Do
For the mind:
Get a **Black belt** in Values

ИМЕ:

ФАМИЛИЯ:

ДАТА НА РАЖДАНЕ:

ЗАЛА:

ГРАД:

ТРЕНЬОР:



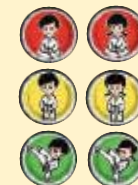
Инструкции:

На гърба на тази страница се намира анкета за родителите за проследяване на ефекта от системата с Бонус Картите. Попълва се в началото, т.е. преди започване на първия месец, в който участникът ще започне да събира точки, както и в края на последния (шестия) месец. Целият лист се отрязва по посочения пунктир ✂ и се предава на треньора.

Система от символи за бонус карти - Bonus card character system

Тази система ще позволи на децата, участващи в иновативния проект, да печелят точки всеки път, когато демонстрират качества, които се преподават в Таекуон-До като уважение, грижа за другите, толерантност, смирение, отговорност, самоконтрол, взаимна помощ.

А. Карта със символи - децата проверяват сами себе си всеки път, когато изпълняват задачата си, без възрастните да им напомнят да го направят. Децата се самооценяват и си записват по 1 (една) точка за всеки ден, в който са изпълнили съответната задача. На края на месеца се сумират събраните точки и детето оцветява единия от трите символа (Characters) в зависимост от това колко точки е събрал.



Б. Карта за умения за четене - децата отбелязват всеки ден, когато четат повече от 20 (двадесет) страници на книга.

За всеки ден, в който са изпълнили задачата, децата си записват по 2 (две) точки и на края на месеца се събира общият брой точки.

С. Родителска карта - тук родителите отбелязват и оценяват нещо положително, което децата им са направили. За всеки ден, в който децата са направили нещо стойностно от списъка, родителите ги възнаграждават с 3 (три) точки. На края на месеца общият брой точки се събира.

Сумите от трите карти се записват от родител на гърба на всяка месечна карта и се дават за проверка на Треньора на края на текущия или началото на следващият.

Бонус - Треньорски точки - в зависимост от това доколко участникът е бил редовен в залата за тренировки и дали се е придържал към принципите и моралните ценности на бойното изкуство Текуон-До, треньорът може да му даде бонус до 50 (петдесет) точки.

Според сумата от точките от трите карти, бонус точките от треньорът и отговорения символ участникът може да защити сегашната, следващата или по-следващата степен в ценности.

Треньорът прави проверка и събира точките, след което записва новата степен, датата, в която е защитена и се подписва.

Когато детето защити нова степен в ценности, това се отразява на последната страница от книжката с датата, на която се е случило.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



АНКЕТА

За родител, относно участника в проекта

- ❶- попълва се при получаване на книгата, преди участникът да започне да събира точки
- ❷- попълва се след шестия месец и се предава на треньора.

Taekwon-Do
for the mind:
Get a Black belt in Values

Дайте отговор от 1 до 5, 1 (никога), 2 (малко вероятно), 3 (от време на време), 4 (много вероятно) и 5 (винаги), на въпросите за вашето дете в началото и в края на иновативната система със символи и бонус карти	❶ преди първия месец дата:	❷ след последния месец дата:
Вашето дете грижи ли се за личната си хигиена без напомняне?		
Избягва ли да консумира вредни храни и напитки?		
Играе ли на компютър/смартфон по-малко от 30 минути на ден?		
Изпълнява ли училищната си домашна работа редовно?		
Справя ли се да напише правилно домашните си?		
Чете ли повече от 20 страници от книга на ден?		
Помага ли за почистването вкъщи?		
Изхвърля ли боклука от вкъщи?		
Подрежда ли стаята си редовно?		
Вашето дете оправя ли си леглото всяка сутрин?		
Помага ли на приятелите си в училище и залата за тренировки?		
Държи ли се уважително към по-възрастните?		
Опитва ли се да помага на възрастните?		
Изхвърля ли боклуци, оставени от някой друг?		
Връща ли изгубени вещи, които намира?		
Беше ли полезна иновативната система за Вас?	X	не /да /много

След финалното попълване анкетата се отрязва по пунктира отстри и се предава на треньора.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Кarti на: от: БЪЛГАРИЯ

месец:	1-ва седмица				2-ра седмица				3-та седмица				4-та седмица				5-та седмица			
	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
Спазване лична хигиена без напомняне	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Написани домашни работи	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Помощ за почистване вкъщи	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Изхвърляне на чужд (намерен) боклук	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Помагане на приятел в училище или залата за тренировки	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Общо точки:	(попълва се от детето)																(по 1 точка на ден)			
<p>Оцветете вашият символ в зависимост от събраните точки</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> 0 - 50 точки </div> <div style="text-align: center;"> 51 - 100 точки </div> <div style="text-align: center;"> 101 - 155 точки </div> </div>																				

А. Карта със символи

месец:	1-ва седмица				2-ра седмица				3-та седмица				4-та седмица				5-та седмица			
	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
Прочетени повече от 20 страници от книга за един ден	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Общо точки:	(попълва се от детето)																(по 2 точки на ден)			

Б. Участия за родители


Подредена стая	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
Правилна домашна работа	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Избягване консумацията на вредни храни и напитки	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Игра на компютър или смартфон за не повече от 30 минути на ден	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Връщане на изгубена вещь	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Помагане на възрастен	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Общо точки:	(попълва се от родителя)																(по 3 точки на ден)			

С. Родителска карта

Събрани точки от Карта със символи (от 0 до 155 токи) точки
Събрани точки от Карта за умения за четене (от 0 до 60 точки) точки
Събрани точки от Родителски карта (от 0 до 540 точки) точки
Бонус - Треньорски точки (от 0 до 50 точки) точки

ОБЩО СЪБРАНИ ТОЧКИ:

от 0 до 250 точки - защитава сегашната степен в ценности

Ако участникът няма оцветен символ  защитава степен в ценности, както следва:

от 251 до 500 точки - защитава следващата степен в ценности




от 501 до 805 точки - защитава следващите две степени в ценности

степен в началото на месеца:	степен след края на месеца:
------------------------------	-----------------------------

Треньор:

дата:.....

подпис:.....

месеc:	1-ва седмица	2-ра седмица	3-та седмица	4-та седмица	5-та седмица
Спазване лична хигиена без напомняне	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт
	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд
Написани домашни работи	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт
	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд
Помощ за почистване въкъщи	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт
	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд
Изхвърляне на чужд (намерен) боклук	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт
	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд
Помагане на приятел в училище или залата за тренировки	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт
	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд
общо точки:	(попълва се от детето) (по 1 точка на ден)				
А. Карта със символи	Оцветете вашият символ в зависимост от събраните точки				
					
	0 - 50 точки				
					
51 - 100 точки					
					
101 - 155 точки					

Б. Умения за четене	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт
	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд
общо точки:	(попълва се от детето) (по 2 точки на ден)					

С. Родителска карта	Подредена стая	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт
		пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд
	Правилна домашна работа	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт
		пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд
	Избягване консумацията на вредни храни и напитки	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт
		пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд
	Игра на компютър или смартфон за не повече от 30 минути на ден	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт
		пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд
	Връщане на изгубена вещь	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт
		пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд
Помагане на възрастен	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	пн вт ср чт	
	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	пт сб нд	
общо точки:	(попълва се от родителя) (по 3 точки на ден)						

от: БЪЛГАРИЯ

Събрани точки от Карта със символи (от 0 до 155 токи) точки
---	-------------

<p>Събрани точки от Карта за умения за четене (от 0 до 60 точки)</p>	<p>..... точки</p>
--	--------------------

Събрани точки от Родителски карта (от 0 до 540 точки) точки
---	-------------

Бонус - Треньорски точки (от 0 до 50 точки) точки
--	-------------

ОБЩО СЪБРАНИ ТОЧКИ:

от 0 до 250 точки - защитава сегашната степен в ценности
Ако участникът няма оцветен символ защитава степен в ценности, както следва:
от 251 до 500 точки - защитава следващата степен в ценности
от 501 до 805 точки - защитава следващите две степени в ценности

степен в началото на месеца:	степен след края на месеца:
------------------------------	-----------------------------

Тренър:

дата:.....


подпис:.....

Карти на: от: БЪЛГАРИЯ

месец:	1-ва седмица				2-ра седмица				3-та седмица				4-та седмица				5-та седмица							
Спазване лична хигиена без напомняне	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт				
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд					
Написани домашни работи	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт				
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд					
Помощ за почистване въщи	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт				
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд					
Изхвърляне на чужд (намерен) боклук	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт				
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд					
Помогане на приятел в училище или залата за тренировки	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт				
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд					
ОБЩО ТОЧКИ:	(попълва се от детето)																				(по 1 точка на ден)			

А. Карта със символи

Оцетете вашият символ в зависимост от събраните точки

0 - 50 точки	51 - 100 точки	101 - 155 точки
		

Б. Учения за четене	Прочетени повече от 20 страници от книга за един ден		пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
			пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Общо точки:		(попълва се от детето)										(по 2 точки на ден)									

Б. Умения за четене

С. Родителска карта	Подредена стая	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Правилна домашна работа	пн	вт	нд	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Избягване консумацията на вредни храни и напитки	пн	вт	нд	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Игра на компютър или смартфон за не повече от 30 минути на ден	пн	вт	нд	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Връщане на изгубена вещ	пн	вт	нд	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Помогане на възрастен	пн	вт	нд	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	пн	вт	ср	чет	
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		
Общо точки:	(попълва се от родител) (по 3 точки на ден)																				

С. Родителска карта

Събрани точки от
Карта със символи
(от 0 до 155 токи)

..... точки

Събрани точки от
Карта за умения за четене
(от 0 до 60 точки)

..... точки

Събрани точки от
Родителски карта
(от 0 до 540 точки)


..... точки

Бонус - Треньорски точки
(от 0 до 50 точки)

..... точки

ОБЩО СЪБРАНИ ТОЧКИ:

от 0 до 250 точки - защитава сегашната степен в ценности

Ако участникът няма оцветен символ  защитава степен в ценности, както следва:

от 251 до 500 точки - защитава следващата степен в ценности

от 501 до 805 точки - защитава следващите две степени в ценности




степен в началото на месеца:

степен след края на месеца:

Треньор:

дата:.....

подпис:.....

месец:	1-ва седмица				2-ра седмица				3-та седмица				4-та седмица				5-та седмица			
Спазване лична хигиена без напомняне	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Написани домашни работи	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Помощ за почистване въкъщи	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Изхвърляне на чужд (намерен) боклук	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Помагане на приятел в училище или залата за тренировки	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
общо точки:	(попълва се от детето) (по 1 точка на ден)																			
А. Карта със символи	Оцветете вашият символ в зависимост от събраните точки																			
																				
	0 - 50 точки				51 - 100 точки				101 - 155 точки											

Б. Учения за четене	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
общо точки:	(попълва се от детето) (по 2 точки на ден)																			

С. Родителска карта	Подредена стая	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Правилна домашна работа	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Избягване консумацията на вредни храни и напитки	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Игра на компютър или смартфон за не повече от 30 минути на ден	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Връщане на изгубена вещ	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Помагане на възрастен	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		
общо точки:	(попълва се от родителя) (по 3 точки на ден)																				

Карти на: от: БЪЛГАРИЯ

Събрани точки от
Карта със символи
(от 0 до 155 токи)

..... точки

Събрани точки от
Карта за умения за четене
(от 0 до 60 точки)

..... точки

Събрани точки от
Родителски карта
(от 0 до 540 точки)

..... точки

Бонус - Треньорски точки
(от 0 до 50 точки)

..... точки

ОБЩО СЪБРАНИ ТОЧКИ:

от 0 до 250 точки - защитава сегашната степен в ценности
Ако участникът няма оцветен символ , защитава степен в ценности, както следва:
от 251 до 500 точки - защитава следващата степен в ценности
от 501 до 805 точки - защитава следващите две степени в ценности

степен в началото на месеца:

степен след края на месеца:

Треньор:

дата:..... подпис:.....

Карти на: от: БЪЛГАРИЯ

месец:	1-ва седмица				2-ра седмица				3-та седмица				4-та седмица				5-та седмица			
Спазване лична хигиена без напомняне	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Написани домашни работи	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Помощ за почистване въкъщи	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Изхвърляне на чужд (намерен) боклук	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Помогане на приятел в училище или залата за тренировки	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Общо точки:	(попълва се от детето)																(по 1 точка на ден)			

Оцветете вашият символ в зависимост от събраните точки



0 - 50 точки



51 - 100 точки



101 - 155 точки

Прочетени повече от 20 страници от книга за един ден	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Общо точки:	(попълва се от детето)																(по 2 точки на ден)			

С. Родителска карта	Подредена стая	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Правилна домашна работа	пн	вт	нд	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Избягване консумацията на вредни храни и напитки	пн	вт	нд	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Игра на компютър или смартфон за не повече от 30 минути на ден	пн	вт	нд	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Връщане на изгубена вещь	пн	вт	нд	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Помогане на възрастен	пн	вт	нд	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
ОБЩО ТОЧКИ:		(попълва се от родител)										(по 3 точки на ден)									

от: БЪЛГАРИЯ

Събрани точки от Карта със символи (от 0 до 155 токи) точки
---	-------------

Събрани точки от Карта за умения за четене (от 0 до 60 точки) точки
---	-------------

Събрани точки от Родителски карта (от 0 до 540 точки) точки
---	-------------

Бонус - Треньорски точки (от 0 до 50 точки) точки
--	-------------

ОБЩО СЪБРАНИ ТОЧКИ:

от 0 до 250 точки - защитава сегашната степен в ценности
Ако участникът няма оцветен символ защитава степен в ценности, както следва:
от 251 до 500 точки - защитава следващата степен в ценности
от 501 до 805 точки - защитава следващите две степени в ценности

степен в началото на месеца:	степен след края на месеца:
------------------------------	-----------------------------

Тренър:

дата:..... подпис:.....

Карти на: от: БЪЛГАРИЯ

месец:	1-ва седмица				2-ра седмица				3-та седмица				4-та седмица				5-та седмица			
Спазване лична хигиена без напомняне	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Написани домашни работи	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Помощ за почистване въщи	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Изхвърляне на чужд (намерен) боклук	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Помагане на приятел в училище или залата за тренировки	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
ОБЩО ТОЧКИ:	(попълва се от детето)				(по 1 точка на ден)															

А. Капра

Оцетете вашият символ в зависимост от събраните точки

0 - 50 точки	51 - 100 точки	101 - 155 точки
		

Б-Умения за четене	Прочетени повече от 20 страници от книга за един ден		пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
			пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
ОБЩО ТОЧКИ:			(попълва се от детето)										(по 2 точки на ден)									

С. Родителска карта	Подредена стая	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Правилна домашна работа	пн	вт	нд	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Избягване консумацията на вредни храни и напитки	пн	вт	нд	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Игра на компютър или смартфон за не повече от 30 минути на ден	пн	вт	нд	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
	Връщане на изгубена вещь	пн	вт	нд	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт
		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд	
Помагане на възрастен	пн	вт	нд	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	пн	вт	ср	чт	
	пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		пт	сб	нд		
Общо точки:		(попълва се от родител)										(по 3 точки на ден)									

Карти на:

от: БЪЛГАРИЯ

Събрани точки от Карта със символи (от 0 до 155 токи) точки
---	-------------

Събрани точки от Карта за умения за четене (от 0 до 60 точки) точки
---	-------------

Събрани точки от Родителски карта (от 0 до 540 точки) точки
---	-------------

Бонус - Треньорски точки (от 0 до 50 точки) точки
--	-------------

ОБЩО СЪБРАНИ ТОЧКИ:

от 0 до 250 точки - защитава сегашната степен в ценности Ако участникът няма оцветен символ, защитава степен в ценности, както следва: от 251 до 500 точки - защитава следващата степен в ценности от 501 до 805 точки - защитава следващите две степени в ценности
--

степен в началото на месеца:	степен след края на месеца:
------------------------------	-----------------------------

Треньор:	
дата:.....	подпис:.....

Степени на:

от: БЪЛГАРИЯ

ЗАЩИТЕНИ СТЕПЕНИ В ЦЕННОСТИ

10 ГУП дата:.....	БЯЛ КОЛАН	9 ГУП дата:.....
----------------------	-----------	---------------------

8 ГУП дата:.....	ЖЪЛТ КОЛАН	7 ГУП дата:.....
---------------------	------------	---------------------

6 ГУП дата:.....	ЗЕЛЕН КОЛАН	5 ГУП дата:.....
---------------------	-------------	---------------------

4 ГУП дата:.....	СИН КОЛАН	3 ГУП дата:.....
---------------------	-----------	---------------------

2 ГУП дата:.....	ЧЕРВЕН КОЛАН	1 ГУП дата:.....
---------------------	--------------	---------------------

ЧЕРЕН КОЛАН	I ДАН
дата:.....	



Бележки:



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Тази книга е издадена по проект "Таекуон-До за ума: Защити черен колан в ценности" с номер 603016-EPP-1-2018-1-BG-SPO-SSCP, финансиран по програма Еразъм+ на Европейския съюз.

Основната цел на иновативния проект "Таекуон-до за ума: Защити черен колан в ценности" е да се развият уменията в спорта и чрез спорта да се подкрепи прилагането на насоките на ЕС за физическата дейност чрез създаване на партньорство между три организации в областта на спорта. Целта на тази книга е да бъде в помощ на родителите на спортуващите деца. Единствената ефективна методология за удовлетворяване на нуждите на децата, за да станат успешни във всички аспекти на живота им, е активното сътрудничество на спортните клубове с родителите. Това партньорство ще бъде от полза за спортните клубове, но най-вече за участващите деца и техните родители.

Водеща организация на проекта е
Централен полицейски Таекуон-До клуб - България
Партньорски организации по проекта са:
Hellenic Quadrathlon Federation - Гърция и Taekwon-Do club АНАС - Словения

Taekwon-Do for the mind "Get black belt in Values"
Project number: 603016-EPP-1-2018-1-BG-SPO-SSCP

**София
2019**





Taekwon-Do

for the mind:

Get a **Black** belt.

in Values