



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Narzędzia oceny poziomu umiejętności wykonawczych

Peg Dawson i Richard Guare w swoim podręczniku dla rodziców i nauczycieli przedstawili cztery kwestionariusze przeznaczonych do oceny umiejętności wykonawczych u dzieci. W tej pracy czytelnik znajdzie opis narzędzia badawczego wraz z instrukcją obliczania wyników.

Cztery wersje kwestionariuszy są przeznaczone do pomiaru umiejętności wykonawczych w różnych grupach wiekowych. Kolejno dla dzieci w wieku 3 – 5 lat. Następnie 6-8 lat, 9 – 11 lat oraz 12 – 14 lat. Poziom trudności jest oczywiście dostosowany do zadań rozwojowych w danym wieku.

Narzędzie umożliwia wstępną ocenę jedenastu szczegółowych umiejętności wykonawczych (patrz klucz). Zostało opracowane do szacunkowej oceny. Nie jest kwestionariuszem walidowanym do warunków polskich. Z jednej strony brak walidacji do warunków krajowych wyklucza ostre kategoryzowanie i ocenę na tle populacji. Z drugiej strony umożliwia wykorzystanie go również przez osoby bez przygotowania psychologicznego (rodziców, nauczycieli, opiekunów) do wstępnej oceny deficytów i mocnych stron dzieci przygotowując grunt do pracy nad doskonaleniem umiejętności wykonawczych.

Instrukcja

Każde z narzędzi składa się z 33 stwierdzeń. Każde z nich należy ocenić na skali od 1 – zdecydowanie nie wykonuje, do 5 – zdecydowanie wykonuje. Wynik trzech kolejnych stwierdzeń (patrz klucz) sumujemy i zaznaczamy na wykresie profilu. Mogą przyjmować wartości od 3 pkt. – wynik niski do 15 pkt. – wynik bardzo wysoki. Profil graficzny obrazowo przedstawi zarówno silne strony ocenianego dziecka jak obszary do pracy. Szerszy opis interpretacji wyników znajdzie czytelnik w literaturze podanej na końcu niniejszego doniesienia.



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

KWESTIONARIUSZ UMIEJĘTNOŚCI WYKONAWCZYCH
– DZIECKO W WIEKU 3-5 LAT

Przeczytaj każde z poniższych zdań i oceń, czy dobrze opisuje twoje dziecko. Następnie dodaj trzy wyniki w każdej sekcji. Znajdź trzy najwyższe i trzy najniższe wyniki.

Zdecydowanie nie	Raczej nie	Nie wiem	Raczej tak	Zdecydowanie tak
1	2	3	4	5

Pytanie	Wynik
1. Zachowuje się odpowiednio w sytuacjach oczywistego zagrożenia (np. unika gorącego pieca)	
2. Potrafi się dzielić zabawkami i nie wrywa ich innym dzieciom.	
3. Potrafi poczekać przez krótki czas, gdy otrzymuje polecenia od dorosłego.	
	SUMA:
4. Wykonuje proste zadania (np. przynosi buty z sypialni, gdy się je poprosi).	
5. Pamięta polecenia, które zostały właśnie wydane.	
6. Wykonuje daną czynność z tylko jedną podpowiedzią na każdy krok.	
	SUMA:
7. Potrafi dość szybko dojść do siebie po rozczarowaniu lub zmianie planów.	
8. Potrafi zastosować inne rozwiązanie niż szarpanie czy bójka, gdy inne dziecko odbiera mu zabawkę.	
9. Potrafi bawić się w grupie bez nadmiernej ekscytacji.	
	SUMA:
10. Potrafi wykonać 5-minutowy obowiązek domowy (może wymagać nadzoru)	
11. Potrafi wysiedzieć w kółku z innymi dziećmi w przedszkolu (15-20 minut)	
12. Potrafi wysłuchać jednej lub dwóch bajek w czasie jednego posiedzenia.	
	SUMA:
13. Postępuje zgodnie ze wskazówką dorosłego zaraz po jej otrzymaniu.	
14. Przestaje się bawić, żeby wykonać polecenie dorosłego, który daje mu wskazówkę.	
15. Zaczyna przygotowywać się do pójścia spać w ustalonym czasie po jednym przypomnieniu.	
	SUMA:
16. Potrafi skończyć jedno zadanie lub działanie przed rozpoczęciem następnego.	
17. Potrafi postąpić zgodnie z krótką procedurą lub planem stworzonym przez kogoś innego (gdy ma wzór do naśladowania).	
18. Potrafi wykonać prosty projekt artystyczny składający się z więcej niż jednego kroku.	
	SUMA:
19. Wieszka swoją kurtkę w odpowiednim miejscu (może potrzebować jednego przypomnienia).	



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

20. Kładzie zabawki w odpowiednich miejscach (po przypomnieniach).	
21. Sprząta swoje miejsce po jedzeniu (może potrzebować przypomnienia).	
	SUMA:
22. Potrafi wykonać codzienne czynności bez marudzenia (po paru podpowiedziach/przypomnieniach).	
23. Potrafi przyspieszyć swoje działanie i wykonać coś szybciej, gdy da mu się jakiś powód, żeby to zrobić.	
24. Potrafi wykonać prosty obowiązek domowy w wyznaczonych granicach czasowych (np. pościć łóżko przed włączeniem telewizora).	
	SUMA:
25. Kieruje innymi dziećmi w czasie gier i zabaw.	
26. Szuka pomocy w rozwiązaniu konfliktu o pożądany przedmiot.	
27. Próbuje więcej niż jednego rozwiązania, żeby osiągnąć prosty cel.	
	SUMA:
28. Jest w stanie dostosować się do zmiany w planach lub działaniach (może potrzebować ostrzeżenia).	
29. Szybko dochodzi do siebie po drobnych rozczarowaniach.	
30. Chętnie dzieli się zabawkami z innymi dziećmi.	
	SUMA:
31. Potrafi dokonać drobnych modyfikacji podczas budowania konstrukcji z klocków lub układania puzzli, gdy pierwsza próba się nie uda.	
32. Potrafi znaleźć nowe (ale proste) zastosowanie jakiegoś narzędzia, żeby rozwiązać problem.	
33. Doradza innemu dziecku, jak coś naprawić.	
	SUMA:

KLUCZ DO OBLICZANIA TESTU			
Punkty	Umiejętność wykonawcza	Punkty	Umiejętność wykonawcza
1-3	Hamowanie reakcji	4-6	Pamięć robocza
7-9	Kontrola emocjonalna	10-12	Utrzymywanie uwagi
13-15	Rozpoczynanie zadań	16-18	Planowanie i ustalanie priorytetów
19-21	Organizacja	22-24	Zarządzanie czasem
25-27	Wytrwałość w dążeniu do celu	28-30	Elastyczność
31-33	Metapoznanie		



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Wykres PROFILU UMIEJĘTNOŚCI WYKONAWCZYCH

NAZWA INTELIGENCJI	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. Hamowanie reakcji.													
2. Pamięć robocza													
3. Kontrola emocjonalna													
4. Utrzymywanie uwagi													
5. Rozpoczynanie zadań													
6. Planowanie i ustalanie priorytetów													
7. Organizacja													
8. Zarządzanie czasem													
9. Wytrwałość w dążeniu do celu													
10. Elastyczność													
11. Metapoznanie													

Mocne strony twojego dziecka w zakresie umiejętności wykonawczych
(najwyższe wyniki)

.....
.....

Obszary do pracy dla twojego dziecka w zakresie umiejętności wykonawczych
(najniższe wyniki)

.....
.....



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

**KWESTIONARIUSZ UMIEJĘTNOŚCI WYKONAWCZYCH –
DZIECKO W WIEKU 6-8 LAT**

Przeczytaj każde z poniższych zdań i oceń, czy dobrze opisuje twoje dziecko. Następnie dodaj trzy wyniki w każdej sekcji. Znajdź trzy najwyższe i trzy najniższe wyniki.

Zdecydowanie nie	Raczej nie	Nie wiem	Raczej tak	Zdecydowanie tak
1	2	3	4	5

Pytanie	Wynik
1. Potrafi przestrzegać prostych reguł zachowania w klasie.	
2. Może być blisko innego dziecka bez potrzeby kontaktu fizycznego.	
3. Potrafi poczekać, aż rodzic skończy rozmowę telefoniczną, żeby mu coś powiedzieć (może potrzebować przypomnienia).	
	SUMA:
4. Potrafi wykonać zadania składające się z dwóch lub trzech kroków.	
5. Pamięta polecenia wydane kilka minut wcześniej.	
6. Wykonuje dwa kroki danej czynności po jednej odpowiedzi.	
	SUMA:
7. Toleruje krytykę ze strony osoby dorosłej.	
8. Potrafi dać sobie radę z postrzeganą „niesprawiedliwością” bez nadmiernego zdenerwowania.	
9. Jest w stanie szybko dostosować zachowanie do nowej sytuacji (np. uspokoić się po przerwie w szkole).	
	SUMA:
10. Potrafi spędzić 20-30 minut na odrabianiu lekcji.	
11. Potrafi wykonać obowiązek domowy, który zabiera 15-20 minut.	
12. Potrafi wysiedzieć przez cały posiłek o przeciętnym czasie trwania.	
	SUMA:
13. Potrafi zapamiętać i wykonać proste czynności złożone z jednego lub dwóch kroków (np. umyć zęby lub uczesać włosy po śniadaniu).	
14. Potrafi zabrać się od razu do zadania klasowego po wydaniu polecenia przez nauczyciela.	
15. Siada do odrabiania lekcji o ustalonej porze (po jednym przypomnieniu).	
	SUMA:
16. Potrafi wykonać wymyślony przez siebie projekt złożony z dwóch-trzech kroków (np. projekt artystyczny lub konstrukcyjny).	
17. Potrafi wymyślić, jak można zdobyć/odłożyć pieniądze na niedrogą zabawkę.	
18. Potrafi wykonać zadanie domowe złożone z dwóch-trzech kroków z pomocą innej osoby (np. napisać raport z przeczytanej książki).	
	SUMA:



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

19. Kładzie ubranie, odzież zimową, sprzęt sportowy na właściwych miejscach (może potrzebować przypomnienia).	
20. W swoim pokoju ma określone miejsca na swoje rzeczy.	
21. Nie gubi druczków zgody rodziców ani zawiadomień ze szkoły.	
	SUMA:
22. Potrafi wykonać krótkie zadanie z granicach czasowych określonych przez dorosłego.	
23. Potrafi przeznaczyć odpowiednią ilość czasu na wykonanie obowiązku domowego na określony termin (może potrzebować pomocy).	
24. Potrafi przygotować się rano do wyjścia z domu w wyznaczonych granicach czasowych (może potrzebować ćwiczeń).	
	SUMA:
25. Wytrwale wykonuje trudne zadanie, żeby osiągnąć pożądaną cel (np. buduje skomplikowaną konstrukcję z klocków lego).	
26. Jeśli przerwie mu się wykonywanie zadania, to wróci do niego później.	
27. Potrafi pracować nad pożądanym projektem przez kilka godzin lub w ciągu kilku dni.	
	SUMA:
28. Grzecznie bawi się z innymi dziećmi (nie musi rządzić, umie się dzielić zabawkami, itd.).	
29. Toleruje zmianę poleceń przez nauczyciela, gdy nie postępuje zgodnie z poleceniami.	
30. Łatwo się przystosowuje do nieplanowanych sytuacji (np. nauczyciela na zastępstwie).	
	SUMA:
31. Potrafi skorygować swoje zachowanie w reakcji na informacje zwrotne od rodzica lub nauczyciela.	
32. Potrafi obserwować, co przydarza się innym, i odpowiednio zmienić swoje zachowanie.	
33. Potrafi zwerbalizować więcej niż jedno rozwiązanie problemu i dokonać najlepszego wyboru.	
	SUMA:

KLUCZ			
Punkty	Umiejętność wykonawcza	Punkty	Umiejętność wykonawcza
1-3	Hamowanie reakcji	4-6	Pamięć robocza
7-9	Kontrola emocjonalna	10-12	Utrzymywanie uwagi
13-15	Rozpoczynanie zadań	16-18	Planowanie i ustalanie priorytetów
19-21	Organizacja	22-24	Zarządzanie czasem



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

25-27	Wytrwałość w dążeniu do celu	28-30	Elastyczność
31-33	Metapoznanie		

Wykres PROFILU UMIEJĘTNOŚCI WYKONAWCZYCH

NAZWA INTELIGENCJI	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. Hamowanie reakcji.													
2. Pamięć robocza													
3. Kontrola emocjonalna													
4. Utrzymywanie uwagi													
5. Rozpoczynanie zadań													
6. Planowanie i ustalanie priorytetów													
7. Organizacja													
8. Zarządzanie czasem													
9. Wytrwałość w dążeniu do celu													
10. Elastyczność													
11. Metapoznanie													

Mocne strony twojego dziecka w zakresie umiejętności wykonawczych
(najwyższe wyniki)

.....
.....

Obszary do pracy dla twojego dziecka w zakresie umiejętności wykonawczych
(najniższe wyniki)

.....
.....



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

**KWESTIONARIUSZ UMIEJĘTNOŚCI WYKONAWCZYCH –
DZIECKO W WIEKU 9-11 LAT**

Przeczytaj każde z poniższych zdań i oceń, czy dobrze opisuje twoje dziecko. Następnie dodaj trzy wyniki w każdej sekcji. Znajdź trzy najwyższe i trzy najniższe wyniki.

Zdecydowanie nie	Raczej nie	Nie wiem	Raczej tak	Zdecydowanie tak
1	2	3	4	5

Pytanie	Wynik
1. Radzi sobie z konfliktami z rówieśnikami bez rękoczynów (może wpaść w złość).	
2. Przestrzega reguł w domu i w szkole pod nieobecność dorosłego.	
3. Umie się szybko uspokoić w sytuacjach emocjonalnych, gdy nakłania je do tego dorosły.	
	SUMA:
4. Pamięta, żeby wykonać swój stały obowiązek domowy po szkole bez przypomnienia.	
5. Przynosi książki, dokumenty, zadania domowe do i ze szkoły.	
6. Pamięta o zmianach w harmonogramie dnia (np. o różnych zajęciach po szkole).	
	SUMA:
7. Nie reaguje nadmiernie emocjonalnie, gdy przegrało jakąś grę lub nie zostało wybrane do nagrody.	
8. Potrafi zaakceptować, że nie dostaje tego, co chce, gdy pracuje/bawi się w grupie.	
9. Zachowuje powściągliwość w reakcji na dokuczanie.	
	SUMA:
10. Potrafi spędzić 30-60 minut na odrabianiu lekcji.	
11. Potrafi wykonać obowiązek domowy, który zajmuje 30-60 minut (może potrzebować przerwy).	
12. Jest w stanie uczestniczyć w zajęciach sportowych, nabożeństwie, itd. przez 60-90 minut.	
	SUMA:
13. Potrafi wykonać przeciwną czynność złożoną z trzech lub czterech kroków.	
14. Potrafi zrobić trzy lub cztery zadania klasowe z rzędu.	
15. Potrafi odrabiać lekcje według ustalonego harmonogramu (może potrzebować przypomnienia, żeby zacząć).	
	SUMA:
16. Umie zaplanować, że zrobi coś szczególnego z kolegą/koleżanką (np. że pójdą do kina).	
17. Potrafi wymyślić, jak zarobić lub odłożyć pieniądze na bardziej kosztowny zakup.	
18. Potrafi wykonać długoterminowy projekt szkolny, w którym większość kroków	



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

jest określona przez kogoś innego.	
	SUMA:
19. Potrafi odkładać rzeczy na miejsce w swoim pokoju lub w innych pomieszczeniach w domu.	
20. Przynosi zabawki do domu po zabawie na dworze lub pod koniec dnia (może potrzebować przypomnienia).	
21. Pamięta, gdzie ma materiały i zadania domowe.	
	SUMA:
22. Potrafi wykonać codzienne czynności w rozsądnych granicach czasowych bez pomocy osoby dorosłej.	
23. Umie dostosować harmonogram odrabiania lekcji do innych działań (np. zacząć wcześniej, jeśli wieczorem ma zbiórkę harcerską).	
24. Jest w stanie zacząć projekt długoterminowy wystarczająco wcześniej, żeby nie zabrakło mu czasu na koniec (może potrzebować pomocy).	
	SUMA:
25. Potrafi odkładać kieszonkowe przez 3-4 tygodnie na pożądany zakup.	
26. Potrafi trzymać się harmonogramu ćwiczeń, żeby rozwijać pożądaną umiejętność (sportową, gry na instrumencie; może potrzebować przypomnień),	
27. Potrafi utrzymać hobby przez kilka miesięcy.	
	SUMA:
28. Nie „blokuje się” (np. z powodu rozczarowania, urazy).	
29. Umie „przestawić się”, gdy trzeba zmienić plany na skutek nieprzewidzianych okoliczności.	
30. Potrafi wykonywać „otwarte” zadania domowe (może potrzebować pomocy).	
	SUMA:
31. Jest w stanie przewidzieć skutek określonego działania i odpowiednio je skorygować (np. żeby nie wpaść w tarapaty).	
32. Potrafi przedstawić kilka rozwiązań problemu i wyjaśnić najlepsze z nich.	
33. Lubi element rozwiązywania problemów w zadaniach domowych lub grach komputerowych.	
	SUMA:

KLUCZ			
Punkty	Umiejętność wykonawcza	Punkty	Umiejętność wykonawcza
1-3	Hamowanie reakcji	4-6	Pamięć robocza
7-9	Kontrola emocjonalna	10-12	Utrzymywanie uwagi
13-15	Rozpoczynanie zadań	16-18	Planowanie i ustalanie priorytetów
19-21	Organizacja	22-24	Zarządzanie czasem
25-27	Wytrwałość w dążeniu do celu	28-30	Elastyczność
31-33	Metapoznanie		



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Wykres PROFILU UMIEJĘTNOŚCI WYKONAWCZYCH

NAZWA INTELIGENCJI	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. Hamowanie reakcji.													
2. Pamięć robocza													
3. Kontrola emocjonalna													
4. Utrzymywanie uwagi													
5. Rozpoczynanie zadań													
6. Planowanie i ustalanie priorytetów													
7. Organizacja													
8. Zarządzanie czasem													
9. Wyrwałość w dążeniu do celu													
10. Elastyczność													
11. Metapoznanie													

Mocne strony twojego dziecka w zakresie umiejętności wykonawczych
(najwyższe wyniki)

.....
.....

Obszary do pracy dla twojego dziecka w zakresie umiejętności wykonawczych
(najniższe wyniki)

.....
.....



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

**KWESTIONARIUSZ UMIEJĘTNOŚCI WYKONAWCZYCH –
DZIECKO W WIEKU 12-14 LAT**

Przeczytaj każde z poniższych zdań i oceń, czy dobrze opisuje twoje dziecko. Następnie dodaj trzy wyniki w każdej sekcji. Znajdź trzy najwyższe i trzy najniższe wyniki.

Zdecydowanie nie	Raczej nie	Nie wiem	Raczej tak	Zdecydowanie tak
1	2	3	4	5

	Wynik
1. Jest w stanie „odpuścić” i odejść po zaczepce lub prowokacji rówieśnika.	
2. Potrafi odmówić udziału w atrakcyjnych działaniach z powodu wcześniejszych planów.	
3. Potrafi powstrzymać się przed powiedzeniem raniących rzeczy w gronie przyjaciół.	
	SUMA:
4. Pamięta o zadaniach i wymaganiach klasowych wprowadzanych przez wielu nauczycieli.	
5. Pamięta wydarzenia lub obowiązki, które odbiegają od normy (np. specjalne instrukcje obowiązujące na wycieczkach lub zajęciach ponadprogramowych).	
6. Pamięta polecenia obejmujące wiele kroków, jeśli ma dostatecznie dużo czasu i praktyki.	
	SUMA:
7. Jest w stanie „odczytać” reakcje przyjaciół i odpowiednio skorygować swoje zachowanie.	
8. Potrafi przewidzieć przyszłe zdarzenia i przygotować się na możliwe rozczarowania.	
9. Potrafi być odpowiednio asertywne (np. poprosić nauczyciela o pomoc, zaprosić kogoś do tańca na zabawie szkolnej).	
	SUMA:
10. Potrafi spędzić 60-90 minut na odrabianiu lekcji (może potrzebować jednej lub dwóch przerw).	
11. Potrafi wytrzymać spotkania rodzinne bez narzekania na nudę lub robienia problemów.	
12. Potrafi wykonać obowiązki domowe, które zajmują do 2 godzin dziennie (może potrzebować przerw).	
	SUMA:
13. Potrafi opracować i realizować codzienny harmonogram odrabiania lekcji bez nadmiernego odwlekania.	
14. Potrafi zacząć wykonywanie obowiązków domowych o uzgodnionej porze (np.	



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

zaraz po przyjściu ze szkoły; może potrzebować pisemnego przypomnienia).	
15. Potrafi przerwać przyjemne zajęcie, gdy przypomni sobie, że ma jakiś obowiązek do wykonania.	
	SUMA:
16. Potrafi szukać informacji w Internecie w celach szkolnych lub żeby zaspokoić własne zainteresowania.	
17. Potrafi robić plany zajęć ponadprogramowych lub letnich.	
18. Potrafi wykonać projekt długoterminowy do szkoły z niewielkim wsparciem lub bez wsparcia dorosłych.	
	SUMA:
19. Potrafi utrzymywać zeszyty zgodnie z wymogami szkoły.	
20. Nie gubi sprzętu sportowego ani gadżetów elektronicznych.	
21. Utrzymuje we względnym porządku miejsce do nauki w domu.	
	SUMA:
22. Zwykle jest w stanie ukończyć odrabianie lekcji przed pójściem do łóżka.	
23. Potrafi podjąć dobre decyzje dotyczące priorytetów, gdy czas jest ograniczony (np. przyjść do domu ze szkoły, żeby ukończyć projekt, zamiast bawić się z przyjaciółmi).	
24. Potrafi rozłożyć projekt długoterminowy na kilka dni.	
	SUMA:
25. Jest w stanie włożyć więcej wysiłku, żeby osiągnąć lepsze wyniki (np. zmienić strategię uczenia się, żeby zdobyć lepszy stopień z testu lub poprawić oceny na świadectwie).	
26. Jest gotowe podjąć się trudnych zadań, żeby zarobić pieniądze.	
27. Jest gotowe ćwiczyć bez przypomnień, żeby poprawić jakąś umiejętność.	
	SUMA:
28. Potrafi dostosować się do wielu różnych nauczycieli, reguł klasowych i wymaganych sposobów działania.	
29. Jest gotowe dostosować się w grupie, gdy jakiś rówieśnik zachowuje się mało elastycznie.	
30. Jest gotowe dostosować się do planów młodszego rodzeństwa (np. pozwala innemu dziecku wybrać film, który będzie oglądać cała rodzina).	
	SUMA:
31. Potrafi trafnie ocenić własny występ (np. w czasie imprezy sportowej lub przedstawienia w szkole).	
32. Potrafi dostrzec wpływ własnego zachowania na rówieśników i dostosować się (np. żeby dopasować się do grupy lub uniknąć dokuczania ze strony innych).	
33. Potrafi wykonywać zadania wymagające bardziej abstrakcyjnego rozumowania.	
	SUMA:



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

KLUCZ			
Punkty	Umiejętność wykonawcza	Punkty	Umiejętność wykonawcza
1-3	Hamowanie reakcji	4-6	Pamięć robocza
7-9	Kontrola emocjonalna	10-12	Utrzymywanie uwagi
13-15	Rozpoczynanie zadań	16-18	Planowanie i ustalanie priorytetów
19-21	Organizacja	22-24	Zarządzanie czasem
25-27	Wytrwałość w dążeniu do celu	28-30	Elastyczność
31-33	Metapoznanie		

Wykres PROFILU UMIEJĘTNOŚCI WYKONAWCZYCH

NAZWA INTELIGENCJI	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. Hamowanie reakcji.													
2. Pamięć robocza													
3. Kontrola emocjonalna													
4. Utrzymywanie uwagi													
5. Rozpoczynanie zadań													
6. Planowanie i ustalanie priorytetów													
7. Organizacja													
8. Zarządzanie czasem													
9. Wytrwałość w dążeniu do celu													
10. Elastyczność													
11. Metapoznanie													

Mocne strony twojego dziecka w zakresie umiejętności wykonawczych
(najwyższe wyniki)

.....
.....

Obszary do pracy dla twojego dziecka w zakresie umiejętności wykonawczych
(najniższe wyniki)

.....
.....



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt „Uwaga! Sposób na sukces” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Opracował: dr Piotr Włodarczyk,
Członek Rady Programowej

na podstawie podręcznika:
Peg Dawson, Richard Guare, *Zdolne, ale rozkojarzone* wydanej nakładem
WUJ: Kraków 2012