

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кесовогорская средняя общеобразовательная школа
имени дважды Героя Советского Союза А.В. Алелюхина

<p>«Рекомендовано» Руководитель МО <i>Г.Ю. Быкова</i> Быкова Г.Ю. Протокол №1 от «25» августа 2021 г.</p>	<p>«Согласовано» Зам. директора по УВР <i>Л.Д. Назарова</i> Л.Д. Назарова «26» «08» 2021 г.</p>	<p>«Утверждено» Директор МБОУ КСОШ <i>О.В. Ляшова</i> Ляшова О.В. Приказ № 1/2021 «26» «08» 2021 г.</p> 
---	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса

«Основы духовно-нравственной культуры
народов России»

5 класс

*(Федеральный государственный образовательный стандарт
основного общего образования)*

Составитель:

Мухина Светлана Николаевна

Пояснительная записка

Данная рабочая программа составлена на основе программы комплексного учебного курса «Основы духовно-нравственной культуры народов России» авторы: **Н.Ф. Виноградова, В.И. Власенко, А.В. Поляков**. Осуществляется в соответствии с основными нормативными документами и инструктивно-методическими материалами:

1. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
2. Приказа Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 (с изменениями) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
3. Приказа Минобрнауки России от 31.03. 2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»
4. Письма Министерства образования и науки РФ от 25.05.2015 № 08-761 «Об изучении предметных областей: «Основы религиозных культур и светской этики» и «Основы духовно-нравственной культуры народов России»

Настоящая рабочая программа по ОДНКНР разработана как нормативно-правовой документ для организации учебного процесса в 5 классе МБОУ «Кесовогорская СОШ».

Содержательный статус программы - базовый. Программа определяет минимальный объем содержания курса ОДНКНР для основной школы и предназначена для реализации требований ФГОС второго поколения к условиям и результату образования обучающихся основной школы согласно учебному плану МБОУ «Кесовогорская СОШ».

Представленная рабочая программа соответствует авторской программе основного общего образования по ОДНКНР под ред. Н.Ф. Виноградовой. Срок реализации программы учебного предмета «ОДНКНР» 5 класс - один учебный год (34 часов, 1 час в неделю).

Рабочая программа соответствует требованиям ФГОС ООО.

Цель и задачи курса:

Цель изучения курса «Основы духовно - нравственной культуры народов России» – приобщение обучающихся к культурному наследию народов нашей страны, к общечеловеческим ценностям предшествующих поколений, воплощенным в религиозных верованиях, фольклоре, народных традициях и обычаях (нравственном опыте поколений), в искусстве; воспитание духовно-нравственного гражданина России, любящего свое Отечество, способного к нравственному совершенствованию и развитию.

Задачи курса: 1. Расширение и систематизация знаний и представлений обучающихся о культуре и духовных традициях народов России, о нравственных ценностях, полученных при изучении окружающего мира, литературного чтения и других предметов начальной школы;

2. Формирование первоначальных представлений о традиционных религиях народов России, их роли в культуре, истории российского общества;

3. Формирование основ морали, семейных ценностей, ориентированное на соизмерение своих поступков с нравственными идеалами, на осознание своих обязанностей перед семьёй, страной;

4. Воспитание патриотических чувств; уважения к истории, языку, культурным и религиозным традициям своего и других народов России, уважительное отношение к людям другой культуры;

5. Развитие информационной культуры обучающихся (об источниках информации, её отборе и применении), возможностей для их активной самостоятельной познавательной деятельности.

Принципы организации обучения по курсу «Основы духовно-нравственной культуры народов России»

1. **Культуроведческий принцип** определяет возможность широкого ознакомления с различными сторонами культуры народов России: фольклором, декоративно-прикладным искусством, архитектурой, особенностями быта, праздниками, обрядами и традициями. Особое место в курсе занимает знакомство с культурой, рожденной религией. Все это позволяет обеспечить благополучную адаптацию подрастающего поколения в обществе и воспитать важнейшие нравственные качества гражданина многонационального государства – толерантность, доброжелательность, эмпатию, гуманизм и др.

2. **Принцип природосообразности.** В младшем подростковом возрасте у формирующейся личности возникает глубокий интерес к окружающему миру, обществу, взаимоотношениям людей и т. п., что позволяет приобщить её к философской стороне жизни. Вместе с тем, важно учитывать психологические возможности и малый жизненный опыт младших подростков: особенности восприятия ими философских идей, тягу к эмоциональным впечатлениям, стремление к самоанализу и самостоятельности. Особую опасность представляет стремление учителя расширить объем предлагаемых знаний, углубиться в изучение специфических идей разных религий, что может привести к формальному заполнению памяти школьника без осознания сущности изучаемого явления. Материал, который предоставляется для восприятия пятиклассникам, должен, прежде всего, вызывать у них эмоциональную реакцию, а память фиксировать образы и фактологическую сторону явления.

3. **Принцип диалогичности.** Поскольку сама российская культура есть диалог различных культур, то и ознакомление с ними предполагает откровенный и душевный разговор о ценностях, представленных как в традиционной народной культуре, так и в религиозной культуре. Более того, учитывая, что ведущей деятельностью подростка начинает становиться коммуникативная деятельность, необходимо создать условия для ее развития. Диалогичность реализуется разными дидактическими способами: организацией текстов в учебнике; проведением учебных диалогов, обсуждением проблемных ситуаций, обучением в парах, группах.

4. **Принцип краеведения.** При обучении пятиклассников этот принцип остается актуальным, т.к. продолжающаяся социализация ребенка проходит в естественной среде, частью которой являются быт, традиции, этические нормы и нравственные правила, религиозная вера народов и др. Ознакомление с конкретным выражением этих пластов в данном крае, городе, деревне может стать основой формирования системы ценностей, нравственных качеств личности, позволяющих ей адаптироваться в различной этнической среде. Школьники, изучая родной край, начинают осознавать, что малая родина – часть большого Отечества, а окружающая его культурная среда – один из элементов общероссийской культуры.

5. **Принцип поступательности** обеспечивает постепенность, последовательность и перспективность обучения. При сохранении общей идеи курса содержание обучения постепенно углубляется и расширяется, школьники начинают решать более серьезные проблемные задачи. Учитель основной школы должен прослеживать преемственные линии как в содержании, так и методике обучения между 4 и 5 классами: хорошо знать содержание обучения в четвертом классе, использовать основные методы обучения, которые применяются в начальной школе, постепенно и достаточно осторожно вводить методику обучения, типичную для основной школы. Все это даст возможность успешного изучения данного предмета в 5 классе.

Общая характеристика учебного предмета

В федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования учебный предмет «Основы духовно-нравственной культуры народов России» определен как курс, направленный на формирование первоначальных представлений о светской этике, о традиционных религиях, их роли в культуре, истории и современности». Особенность данного учебного курса состоит в том, что расширение знаний школьников сочетается с воспитанием ценностных отношений к изучаемым явлениям: внутренней установки личности поступать согласно общественным нормам, правилам поведения и взаимоотношений в обществе. Таким образом, характеризуя новый для пятого класса учебный предмет, следует подчеркнуть его интегративный характер: изучение направлено на образование, воспитание и развитие школьника при особом внимании к его эмоциональному развитию. Учебный курс разбивается на следующие основные разделы:

1. Формирование понятия «культура», ознакомление с ролью и значением российской культуры в мировом сообществе (раздел «В мире культуры»).
2. Характеристика общечеловеческих ценностей, их представленность в повседневной жизни народа и особое значение в чрезвычайных моментах истории страны (разделы «Нравственные ценности русского народа», «Как сохранить духовные ценности», «Твой духовный мир»).
3. Истоки становления общечеловеческих ценностей, раскрытие вклада различных религий в формирование законов и правил жизни в обществе (раздел «Религия и культура»).

Предмет «Основы духовно-нравственной культуры народов России» и в основной школе продолжает оставаться частью всего учебно-воспитательного процесса и тесно связан с содержанием других предметных областей, прежде всего «Обществознания», «Литературы», «Истории», «Изобразительного искусства». Основным средством обучения является учебник, который построен в полном соответствии с программой обучения. Вместе с тем, используются разнообразные средства ИКТ, что обогащает содержание и методы проведения уроков.

Место предмета в учебном плане

В соответствии с ФГОС и школьным учебным планом курс «Основы духовно-нравственной культуры народов России» изучается в 5 классе в течение учебного года один час в неделю, общее число часов 34.

Примерный учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Всего часов
1	Введение.	1
В мире культуры-4 ч		
2-3	Величие многонациональной российской культуры	2
4-5	Человек – творец и носитель культуры	2
Нравственные ценности-12 ч		
6	«Береги землю родимую, как мать любимую»	1
7-9	Жизнь ратными подвигами полна	3
10	В труде – красота человека	1
11	«Плод добрых трудов славен»	1
12-13	Люди труда	2
14	Бережное отношение к природе	1
15-17	Семья – хранитель духовных ценностей	3
Религия и культура -10ч		
18	Роль религии в развитии культуры.	1
19-21	Культурное наследие христианской Руси.	3
22-23	Культура ислама	2
24-25	Иудаизм и культура	2
26-27	Культурные традиции буддизма	2

Как сохранить духовные ценности-4ч		
28	Забота государства о сохранении духовных ценностей	1
29-30	Хранить память предков	2
Твой духовный мир- 2ч		
31-32	Что составляет твой духовный мир	2
33-34	Обобщающее повторение	2
	всего	34 ч

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Предмет «Основы духовно-нравственной культуры народов России» не решает задачи подробного знакомства с разными религиями. **Главное назначение предмета** – развивать общую культуру школьника, формировать гражданскую идентичность, осознание своей принадлежности к народу, национальности, российской общности; воспитывать уважение к представителям разных национальностей и вероисповеданий. Исходя из этого, главной особенностью этого курса является представление культуuroобразующего содержания духовно-нравственного воспитания. Именно культуuroобразующее «ядро» отражает все грани общекультурного, этического, религиозного содержания, ориентированного на потребности как религиозной, так и нерелигиозной части общества. Речь идет о формировании у школьников представлений о вкладе разных религий в становление культуры общества, о роли различных конфессий в воспитании у подрастающего поколения нравственных ценностей. Индивидуальная культура человека связывается не только с принадлежностью к определенному этносу и конфессии, а с пониманием величия накопленного человечеством культурного наследия, гордостью перед умом, честностью, порядочностью предшествующих поколений, с принятием ценностей, сформировавшихся на протяжении истории разных народов.

Планируемые результаты обучения

В соответствии с федеральным государственным стандартом основного общего образования содержание данного предмета должно определять достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения основной образовательной программы.

Личностные результаты:

- осознание своей принадлежности к народу, национальности, стране, государству; чувство привязанности и любви к малой родине, гордости и за своё Отечество, российский народ и историю России (элементы гражданской идентичности);
- понимание роли человека в обществе, принятие норм нравственного поведения;
- проявление гуманного отношения, толерантности к людям, правильного взаимодействия в совместной деятельности, независимо от возраста, национальности, вероисповедания участников диалога или деятельности;
- стремление к развитию интеллектуальных, нравственных, эстетических потребностей.

Метапредметные результаты определяют круг универсальных учебных действий разного типа (познавательные, коммуникативные, рефлексивные, информационные), которые успешно формируются средствами данного предмета. Среди них:

- владение коммуникативной деятельностью, активное и адекватное использование речевых средств для решения задач общения с учетом особенностей собеседников и ситуации общения (готовность

слушать собеседника и вести диалог; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения, оценивать события, изложенные в текстах разных видов и жанров);

- овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, в том числе религиозного характера; способность работать с информацией, представленной в разном виде и разнообразной форме;
- овладение методами познания, логическими действиями и операциями (сравнение, анализ, обобщение, построение рассуждений);
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- умение строить совместную деятельность в соответствии с учебной задачей и культурой коллективного труда.

Предметные результаты обучения нацелены на решение, прежде всего, образовательных задач:

- осознание целостности окружающего мира, расширение знаний о российской многонациональной культуре, особенностях традиционных религий России;
- использование полученных знаний в продуктивной и преобразующей деятельности; способность к работе с информацией, представленной разными средствами;
- расширение кругозора и культурного опыта школьника, формирование умения воспринимать мир не только рационально, но и образно.

Универсальные учебные действия.

Познавательные:

- характеризовать понятие «духовно-нравственная культура»;
- сравнивать нравственные ценности разных народов, представленные в фольклоре, искусстве, религиозных учениях;
- различать культовые сооружения разных религий;
- формулировать выводы и умозаключения на основе анализа учебных текстов.

Коммуникативные:

- рассказывать о роли религий в развитии образования на Руси и в России;
- кратко характеризовать нравственные ценности человека (патриотизм, трудолюбие, доброта, милосердие и др.).

Рефлексивные:

- оценивать различные ситуации с позиций «нравственно», «безнравственно»;
- анализировать и оценивать совместную деятельность (парную, групповую работу) в соответствии с поставленной учебной задачей, правилами коммуникации и делового этикета.

Информационные:

- анализировать информацию, представленную в разной форме (в том числе графической) и в разных источниках (текст, иллюстрация, произведение искусства).

Содержание обучения

В федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования учебный предмет «Основы духовно-нравственной культуры народов России» определен как курс, направленный на формирование первоначальных представлений о светской этике, о традиционных религиях, их роли в культуре, истории и современности. Особенность данного учебного курса состоит в том, что расширение знаний обучающихся сочетается с воспитанием ценностных отношений к изучаемым явлениям: внутренней установки личности поступать согласно общественным нормам, правилам поведения и взаимоотношений в обществе. Таким образом, характеризуя данный учебный предмет, следует подчеркнуть его интегративный характер: изучение направлено на образование, воспитание и развитие школьника при особом внимании к его эмоциональному развитию. Учебный курс разбивается на следующие основные разделы:

1. Формирование понятия «культура», ознакомление с ролью и значением российской культуры в мировом сообществе (раздел «В мире культуры»).

2. Характеристика общечеловеческих ценностей, их представленность в повседневной жизни народа и особое значение в чрезвычайных моментах истории страны (разделы «Нравственные ценности русского народа», «Как сохранить духовные ценности», «Твой духовный мир»).
3. Истоки становления общечеловеческих ценностей, раскрытие вклада различных религий в формирование законов и правил жизни в обществе (раздел «Религия и культура»).

Предмет «Основы духовно-нравственной культуры народов России» в основной школе является частью всего учебно-воспитательного процесса и тесно связан с содержанием других предметных областей, прежде всего, «Обществознания», «Литературы», «Истории», «Изобразительного искусства». Основным средством обучения является учебник, который построен в полном соответствии с программой обучения. Вместе с тем, учитель может использовать разнообразные средства ИКТ, что обогатит содержание и методы проведения уроков.

Раздел 1. В мире культуры

Величие русской культуры. Русская культура – плод усилий разных народов. Деятели науки и культуры – представители разных национальностей (К. Брюллов, И. Репин, К. Станиславский, Ш. Алейхем, Г. Уланова, Д. Шостакович, Р. Гамзатов, Л. Лихачев, С. Эрьзя, Ю. Рытхэу и др.). Человек – творец и носитель культуры. Вне культуры жизнь человека невозможна. Вклад личности в культуру зависит от ее таланта, способностей, упорства. Законы нравственности – часть культуры общества. Источники, создающие нравственные установки.

Раздел 2. Нравственные ценности русского народа

«Береги землю родимую, как мать любимую». Представления о патриотизме в фольклоре разных народов. Герои национального эпоса разных народов (Улып, Сияжар, Боотур, Урал-батыр и др.). Жизнь ратными подвигами полна. Реальные примеры выражения патриотических чувств в истории России (Дмитрий Донской, Кузьма Минин, Иван Сусанин, Надежда Дурова и др.). Деятели разных конфессий – патриоты (Сергий Радонежский, Рабби Шнеур-Залман и др.). Вклад народов нашей страны в победу над фашизмом. В труде – красота человека. Тема труда в фольклоре разных народов (сказках, легендах, пословицах). «Плод добрых трудов славен...». Буддизм, ислам, христианство о труде и трудолюбии. Люди труда. Примеры самоотверженного труда людей разной национальности на благо родины (землепроходцы, ученые, путешественники, колхозники и пр.). Бережное отношение к природе. Одушевление природы нашими предками. Роль заповедников в сохранении природных объектов. Заповедники на карте России. Семья – хранитель духовных ценностей. Роль семьи в жизни человека. Любовь, искренность, симпатия, взаимопомощь и поддержка – главные семейные ценности. О любви и милосердии в разных религиях. Семейные ценности в православии, буддизме, исламе, иудаизме. Взаимоотношения членов семьи. Отражение ценностей семьи в фольклоре разных народов. Семья – первый трудовой коллектив.

Раздел 3. Религия и культура

Роль религии в развитии культуры. Вклад религии в развитие материальной и духовной культуры общества. Культурное наследие христианской Руси. Принятие христианства на Руси, влияние Византии. Христианская вера и образование в Древней Руси. Великие князья Древней Руси и их влияние на развитие образования. Православный храм (внешние особенности, внутреннее убранство). Духовная музыка. Богослужбное песнопение. Колокольный звон. Особенности православного календаря. Культура ислама. Возникновение ислама. Первые столетия ислама (VII-XII века) – золотое время исламской культуры. Успехи образования и науки. Вклад мусульманской литературы в сокровищницу мировой культуры. Декоративно-прикладное искусство народов, исповедующих ислам. Мечеть – часть исламской культуры. Исламский календарь. Иудаизм и культура. Возникновение иудаизма. Тора – Пятикнижие Моисея. Синагога – молельный дом иудеев. Особенности внутреннего убранства синагоги. Священная история иудеев в сюжетах мировой живописи. Еврейский календарь. Культурные традиции буддизма. Распространение буддизма в России. Культурные сооружения буддистов. Буддийские монастыри. Искусство танка. Буддийский календарь.

Раздел 4. Как сохранить духовные ценности

Забота государства о сохранении духовных ценностей. Конституционные гарантии права гражданина исповедовать любую религию. Восстановление памятников духовной культуры, охрана исторических памятников, связанных с разными религиями. Хранить память предков. Уважение к труду, обычаям, вере предков. Примеры благотворительности из российской истории. Известные меценаты России.

Раздел 5. Твой духовный мир.

Что составляет твой духовный мир. Образованность человека, его интересы, увлечения, симпатии, радости, нравственные качества личности – составляющие духовного мира. Культура поведения человека. Этикет в разных жизненных ситуациях. Нравственные качества человека.

Учебно-методическое обеспечение

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения

Литература основная:

Основы духовно-нравственной культуры народов России» Н.Ф. Виноградова, В.И. Власенко, А.В. Поляков. – М.: Вентана-Граф, 2013., В.И. Власенко, А.В. Поляков 2016, 2018

1. **Методическое пособие** «Основы духовно-нравственной культуры народов России» Н.Ф. Виноградова, В.И. Власенко, А.В. Поляков. – М.: Вентана-Граф, 2016

Литература дополнительная:

1. Бахметьева А.Н. Жития святых для детей. — М., 1997.
2. Библия для детей. Священная История в простых рассказах для чтения в школе и дома / Сост. пр. Александр Соколов. — М., 1999.
3. Библия в пересказе для детей. — М.: Библейское общество, 1997. и другие
4. Энциклопедия православной жизни/ (авторы-сост. Г. Камышина, Г. Стромьинский). – Т.: Имидж Принт, 2009.

Электронные образовательные ресурсы

1. *Музыкальное пособие «Звуковая палитра» [Звукозапись]. Православная культура. 5 годы обучения.* - М.: Центр поддержки культурно-исторических традиций Отечества, 2008.
2. *Православные библиотеки:* kraevs.ru, eleon.orthodox.ru (библиотека православного христианина, книги; аудиотека; видеотека), ni-ka.com.ua, www.manna-lib.com (библиотека духовной поэзии), dimulik2009.narod2.ru (Апологетика; Догматика; Риторика; Священное Писание; Сравнительное богословие; Жития Святых), svn.wen.ru, www.slavoslovie.ru (библиотека христианских текстов), e-c-r.pravoverie.ru (собрание записей радиопередачи по православию), www.obibl.com, skrigal.orthodox.ru (библиотека православного христианина).
3. *Православные мультимедиа-ресурсы:* pravmedia.com, www.rushill07.narod.ru/ Электронная библиотека, Православная медиа-библиотека www.altarnik.okis.ru, biblion.narod.ru, www.predanie.ru/ Видео архив; Музыкальный архив; Форум; mp3 архив; www.rushill07.narod.ru/ - Электронная библиотека "Вера и православие"; www.altarnik.okis.ru - Православная медиа-библиотека, biblion.narod.ru - Небольшая электронная библиотека православных текстов "Biblion.Narod.Ru."; www.predanie.ru - Православный музыкальный архив; www.isographoteka.ru - Православная библиотека Религиозная литература. Обзоры сайтов, собрание цифровых изображений Православных книг www.isographoteka.ru
- Сайт Общественной палаты - <http://www.oprf.ru>
4. Основы религиозных культур и светской этики - <http://orkce.apkpro.ru>
5. Сайт Министерства образования и науки РФ - <http://www.mon.gov.ru>
6. Сайт Рособразования - <http://www.ed.gov.ru>
7. Федеральный портал «Российское образование» - <http://www.edu.ru>
8. Российский образовательный портал <http://www.school.edu.ru>
9. Официальный сайт Московской Патриархии Русской Православной Церкви - www.patriarchia.ru
10. Школьный портал - <http://www.portalschool.ru>
11. Российский портал открытого образования - <http://www.opennet.edu.ru>
12. Центр поддержки культурно-исторических традиций Отечества - <http://www.trad-center.ru/komplekt45.htm>

Приложение

Формы и средства контроля

При преподавании **комплексного учебного курса «Основы духовно-нравственной культуры народов России»** с 2019 г. предполагается отметочная система оценки. На основании рекомендательного Письма Министерства образования и науки РФ от 8 июля 2011 г. № МД-883/03, также предлагается качественная взаимооценка в виде создания и презентации творческих проектов. Результаты подготовки и защиты творческих продуктов и проектов могут учитываться при формировании портфолио учеников. Оценка результатов обучения детей по модулям предусмотрена в основном в рамках последнего, завершающего раздела курса, в форме индивидуальных и коллективных творческих работ учащихся и их обсуждения в классе.

Примерные темы творческих работ и заданий:

- «Традиции моей семьи»
- «История семейной реликвии»
- «Мое родословное древо»
- «Значение религии в жизни человека и общества»
- «Памятники религиозной культуры в моем городе»
- «Памятники в моем городе»
- «Мое отношение к России»
- «С чего начинается Родина»
- «Герои России»
- «Вклад моей семьи в благополучие и процветание Отечества»
- «Мой дедушка – защитник Родины»
- «Профессиональное древо моей семьи»
- «Профессиональная династия»
- «Спасти и сохранить»
- «Христианские святые Белогорья»
- «Христианские святые России»
- «Иудаизм в России»
- «Ислам в России»
- «Буддийские монастыри»
- «Религия и искусство» электронный альбом
- «Библия – Книга Книг»

1	Цели задания приняты учащимся, конкретны.
2	Замысел работы реализован.
3	Содержание оптимально (научно, грамотно, доступно).
4	Характер изложения предлагаемого материала доступный.
5	Учащийся использовал различные формы.
6	Работа способствовала формированию следующих качеств учащегося:
а)	любопытность и активность
б)	эмоциональность, отзывчивость
в)	общение с учителем и сверстниками
г)	соблюдение общепринятых норм и правил поведения
д)	способность решать интеллектуальные и личностные задачи , адекватные возрасту
е)	владение универсальными предпосылками учебной деятельности
ж)	владение необходимыми умениями и навыками
7	Учащийся сумел заинтересовать одноклассников.

Критерии оценки проекта:

Предлагается оценить каждую из позиций по следующей шкале:

Достигнуто в высокой степени	3 балла
Достигнуто частично	2 балла
Достигнуто в малой степени	1 балл
Не достигнуто (или не входило в цели)	0 баллов

Вывод:

от 42 до 35 баллов – высокий уровень

от 34 до 21 балла – средний уровень

ниже 21 балла - низкий уровень

