ТАБЛИЦА

духовно-нравственных и моральных понятий (принципов, ценностей)
для создания сценариев фильмов и проведения внеклассной воспитательной работы
в рамках проекта "Киноуроки в школах России",
реализуемого АНО "Центр развития интеллектуальных и творческих способностей "ИНТЕЛРОСТ"

НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА
(1-4 классы)

№	Духовно-нравственные и моральные понятия, принципы, ценности	Определение	Антипод	Цитата	Фильм/Город
1	Добро	Понятие нравственности, означающее намеренное бескорыстное и искреннее стремление к осуществлению блага, например помощи ближнему, а также незнакомому человеку или даже животному и растительному миру.	Зло	Каждому надо оказывать добра столько, сколько, во-первых, сам можешь сделать, а затем еще сколько может принять его тот, кого любишь и кому помогаешь. (Цицерон Марк Туллий)	**Астраханская область «Новогодний подарок»**
2	Дружба	Личные бескорыстные взаимоотношения между людьми, основанные на любви, доверии, искренности, взаимных симпатиях, общих интересах и увлечениях. Обязательными признаками дружбы являются взаимность, доверие и терпение.	Вражда	Друг мне тот, кому все могу говорить. (В.Г. Белинский) Друга долго ищут, с трудом находят и трудно его сохранить. (Публий)	**«Не трус и не предатель» АНО «Интелрост»**

3	Трудолюбие	Способность позитивно относиться к процессу трудовой деятельности, проявляя активность, инициативность, добросовестность, увлеченность и удовлетворенность самим процессом труда.	Тунеядство	Трудолюбивая душа должна быть занята своим ремеслом, и частые упражнения для нее столь же живительны, как обычные упражнения для тела. (Александр Суворов)	
4	Вежливость	Черта характера, которая характеризует личность хорошими манерами, добрыми делами и образованностью.	Грубость	Истинная вежливость заключается в благожелательном отношении к людям. (Жан Жак Руссо) Ничто не обходится нам так дешево и не ценится так дорого, как вежливость. (Мигель Сервантес)	
5	Героизм	Способность совершить подвиг, выйти за рамки собственных возможностей (физических, психических, духовных), проявить из любви к кому-то или чему-то экстраординарный поступок.	Трусость	Герой — человек, который в решительный момент делает то, что нужно делать в интересах человеческого общества. (Юлиус Фучик) Имея своего героя для подражания, человек притягивает его качества личности. (Ю. Горелова)	**Рыбинск «Ванька адмирал»**
6	Счастье	Состояние человека, которое соответствует наибольшей внутренней удовлетворённости условиями своего бытия, полноте и осмысленности жизни, осуществлению своего человеческого назначения.	Несчастье	Человек, делающий других счастливыми, не может сам быть несчастным. (К. Гельвеций) Счастье жизни в нравственности, в любви, в доброте сердечной. (И. Тургенев) Человек счастлив лишь тогда, когда он на своем месте. (Л. Вовенарг) Счастье личности вне общества невозможно, как невозможна жизнь растения, выдернутого из земли и брошенного на бесплодный песок. (А.Толстой).	

7	Радость за другого	Склонность видеть в людях хорошее и позитивно реагировать на человека, на его успех и удачу.	Зависть	Не многие из нас могут вынести счастье - имеется в виду, счастье ближнего. (Марк Твен) Из всех страстей зависть самая отвратительная. Под знаменем зависти шествуют ненависть, предательство и интриги. (К. Гельвеций)	**Мандарин АНО «Интелрост»**
8	Патриотизм	Нравственный и политический принцип, социальное чувство, содержанием которого является любовь к родине и готовность пожертвовать своими интересами ради неё.	Предательство	Патриотизм — это не значит только одна любовь к своей родине. Это гораздо больше. Это — сознание своей неотъемлемости от родины и неотъемлемое переживание вместе с ней ее счастливых и ее несчастных дней. (Толстой А. Н.)	**«Наследники победы» АНО «Интелрост»**
9	Взаимопомощь	Способность людей поддерживать друг друга, оказывать посильную помощь, заботиться, беспокоиться друг о друге. Взаимопомощь основана на врожденном чувстве человеческого единства, на постулате о любви к ближнему, на социальном сознании реальности явления «чужого горя не бывает», на чувстве жалости к слабому и немощному	Вред, помеха	Созидание требует сотрудничества. Сотрудничество требует доверия… Даже пчелы и муравьи малые знают эту основу. (Елена Рерих) Природа создала человечество как организм, основанный на взаимопомощи. Эгоистичный человек в этом организме — как раковая клетка, которая живет лишь своими интересами и в конечном счете убивает организм, а затем погибает сама. (Джордж Лукас)	**«Друг в беде не бросит» АНО «Интелрост»**
10	Сообразительность, смекалистость	Способность быстро понять, сообразить что-либо; сообразительность, догадливость,	Тупость, неповоротливость, негибкость ума	Он из песку веревки вьет. Находчив парень: на крутую кашу распоясался.	

		сметливость. Смекалка – это умение пользоваться полученными знаниями на практике. Талант создавать сложные вещи (например, механизмы), умело пользуясь простыми подручными средствами.		Знает, где раки зимуют. Этот человек без подмазки в душу влезет. Из блохи голенище кроит. Из топора суп варит. На обухе хлеб молотит, с камня лыко дерёт. Не козырнёт парень, да находчив.	
11	Совесть	Способность личности самостоятельно формулировать нравственные обязанности и реализовывать нравственный самоконтроль, требовать от себя их выполнения и производить оценку совершаемых ею поступков.	Бессовестность	В воспитании чувства сопереживания, а формировании совести и способности воспитывать самого себя - суть связи между словом и делом. (Сухомлинский) Не делай ничего постыдного ни в присутствии других, ни втайне. Первым твоим законом должно быть уважение к себе самому. (Пифагор)	
12	Мужество	Волевое деяние, совершаемое осознанно, реализация которого требует от индивида преодоление страха. Му́жество — одна из добродетелей, отражающая нравственную силу при преодолении страха.	Трусость	Мужество состоит не в том, чтобы смело преодолевать опасность, но в том, чтобы встречать ее с открытыми глазами. Мужество - добродетель, в силу которой люди в опасностях совершают прекрасные дела. (Аристотель)	**Санкт-Петербург «Шайба»**
13	Творческая самодеятельность	Проявление инициативы, свободного личного почина в деятельности, результат которой есть создание чего-либо качественно нового.	Бездействие, безынициативность	Искусство есть такая потребность для человека, как есть и пить. Потребность красоты и творчества, воплощающего ее, - неразлучна с человеком, и без нее	

				человек, может быть, не захотел бы жить на свете. (Ф.М. Достоевский)	
14	Доброжелательность	Духовно-нравственное качество личности, выражающее благорасположение, симпатию одного человека к другому, пожелание ему добра, блага, успеха; это способность человека радоваться чужим успехам, чужому счастью, чужой радости; это отсутствие зависти, мстительности и безразличия к людям; это умение прощать чужие ошибки, терпение к человеческим слабость.	Враждебность	Надо иметь большую силу духа, чтобы уметь желать добра другим. Хорошие, добрые желания живут в душе того, кто умеет отдавать силы своей души другим людям. Искреннее, чистосердечное желание добра неотделимо от самовоспитания. (Сухомлинский)	**«Хорошие песни» АНО «Интелрост»**
15	Чувство долга	Способность проявлять высшую форму сознания, исполнять свой долг из любви, ответственности, бескорыстия и благородства.	Выгода	Долг! Ты возвышенное, великое слово. Это именно то великое, что возвышает человека над самим собой. (И. Кант) Благородный муж знает долг, а низкий человек знает выгоду. (Конфуций)	**Псковская область «Лошадка для героя»**
16	Личная ответственность (человека перед самим собой)	Человек берет на себя определенную роль в социуме и ставит перед собой цель, которую собирается достичь в установленные сроки. В таком случае он несет личную ответственность за выполнение действий по улучшению или развитию конкретной ситуации. Человек дает слово и остается верным ему.	Безответственность	Настоящая ответственность бывает только личной. Человек краснеет один. (Искандер Ф.А.)	

17	Усердие, добросовестность	Добродетель, характеризующаяся большим старанием или прилежанием. Повышенная степень усердия называется рвением. В устаревшем значении слова также сердечное, заботливое отношение к человеку.	Нерадивость	Трёшь щепку о щепку — добудешь огонь, Копаешь колодец — и воду добудешь. Упорный достигнет того, чего хочет: Усердье и разум к успеху ведут. (Бхаса).	
18	Аккуратность	Черта характера человека, выражающая этику его отношений к себе, к труду, к вещам, к людям. Склонность проявлять любовь к порядку, тщательность, точность в делах, внешнюю опрятность, исполнительность и организованность. Люди испытывают невольную благодарность за проявленное к ним внимание, выраженное не вербально в опрятном и свежем виде. Быть аккуратным – это доброе дело, и люди словами или симпатией выражают свое одобрение и признательность.	Неряшливость	Кто аккуратен, тот людям приятен (Народная мудрость) Надо быть ясным умственно, чистым нравственно и опрятным физически. (А.П. Чехов)	
19	Чуткость	Способность понимать и быстро реагировать реальной помощью на проблемы других людей, проявлять уважительное отношение к чувствам других, восприимчивость к их нуждам и запросам.	Бесчувственность	На свете много мы таких людей найдем, Которым все, кроме себя, постыло, И кои думают, лишь мне бы ладно было, А там весь свет гори огнем. (И.А. Крылов)	
20	Подвиг	Доблестное, важное для многих людей действие; героический поступок, совершенный в трудных условиях	Тщедушие	Тот, кто с детства знает, что труд есть закон жизни, кто смолоду понял, что хлеб добывается только в поте лица, тот способен к подвигу, потому что в нужный день и час у него найдется воля его выполнить и силы для этого. (Жюль Верн)	

21	Пример	Одна из форм инициативы, проявляющаяся в том, что действия одного человека (группы лиц, коллектива) становятся образцом для поведения др. П. обладает той особенностью, что здесь инициатор не только побуждает др. последовать за собой, но и предлагает им готовую форму деятельности, к-рая затем распространяется на др. людей, становится нормой поведения мн. В этом отношении П. является одним из способов осуществления общественной дисциплины, проявления активности членов коллектива, их взаимного нравственного воспитания.	Отрицательный пример	Величайшая любовь, которую вы могли бы подарить людям, — это так преобразить свою жизнь, чтобы их неудержимо привлекал пример вашего великодушия и доброты. Для каждого, на всякий случай в жизни, Не сможешь наставления найти… Жизнь мудрого — пример для всех в Отчизне, Хоть тот пример… злонравию претит. (Луций Анней Сенека)	
22	Честность	Способность не лгать тогда, когда необходимо говорить правду, избегать обмана в отношениях с другими людьми и с собой, сканировать качества личности других людей.	Лживость	Если человек утратит любовь к честности, он быстро вовлечется в такое множество дурных поступков, что приобретет привычку к бесчестным правилам жизни. (Н.Г. Чернышевский)	**Удмурдская республика «Балет»**
23	Уважение	Способность считаться с интересами окружающих, видеть и признавать в человеке достоинства, соблюдать приемлемый для него формат общения и взаимодействия, добровольно действовать по его правилам, не причинять другому	Презрение, непочтительность	Уважать всякого человека, как самого себя, и поступать с ним, как мы желаем, чтобы с нами поступали, — выше этого нет ничего. (Конфуций) Кто легко склонен терять уважение к другим, тот прежде всего не уважает себя. (Ф.М. Достоевский)	

		человеку физического или морального вреда.			
24	Любознательность	Склонность к приобретению новых знаний, проявление потребности пытливого ума в стремлении к познанию окружающего мира, живой интерес ко всему тому, что может обогатить жизненный опыт, дать новые впечатления.	Любопытство	Любознательность – это открытая, активная, душевная и доверительная позиция к миру. Это позиция Ученика, воспринимающего жизнь, как урок. Важно не переставать задавать вопросы. Не утрачивайте с годами святой любознательности. (Энштейн)	
25	Бескорыстие	Альтруизм, поступок не преследующий никакой эгоистической цели. Нежелание наград и возмездий за добрые дела. Бескорыстный, руководимый бескорыстием или на нем основанный. Бескорыстен тот, кто думает о других более, чем о себе.	Корысть, алчность	Если ты отвергаешь в людях возможность искреннего, глубокого, бескорыстного убеждения, то я вполне основательно могу вывести, что тебе самому не знакомы никакие убеждения. (Добролюбов)	**«За руку с Богом» АНО «Интелрост»**
26	Верность	Стойкость и неизменность в чувствах, отношениях, в исполнении своих обязанностей, долга.	Измена	Будь верен себе, и тогда столь же верно, как ночь сменяет день, последует за этим верность другим людям. (Шекспир)	**«Другой мир» АНО «Интелрост»**
27	Благородство	Высокая нравственность, самоотверженность и честность; великодушие, рыцарство, возвышенность, святость. Также Благородный — исключительный по своим качествам, изяществу; отличающийся ценностью.	Низость, подлость	Благородные дела, которые совершаются в тайне, более всего достойны уважения. (Б. Паскаль) Истинно благородный человек не рождается с великой душой, но сам себя делает таковым великолепными своими делами. (Ф. Петрарка)	
28	Благодарность, признательность	Благодарность (от «благо дарить») — чувство признательности за	Неблагодарность	Благодарность не есть право того, кого благодарят, а есть долг того, кто	

		сделанное добро, например за оказанное внимание или услугу, а также различные способы выражения этого чувства, в том числе и официальные меры поощрения (например «объявление благодарности»). Это позитивное чувство; испытывая благодарность, человек перестает концентрироваться на себе, обращает внимание на других людей и легче налаживает отношения с окружающими.		благодарит; требовать благодарности — глупость; не быть благодарным — подлость. (В.О. Ключевский) Нет на свете излишества прекраснее, чем излишек благодарности. (Жан де Лабрюйер)	
29	Убежденность, идейность	Приверженность к определенной целостной системе идей и соответствующему ей социальному, нравственному и эстетическому идеалу; последовательная верность им в теории и на практике.	Безыдейность, безразличие	Одной честности мало для того, чтобы быть правым и полезным; нужна также последовательность в идеях. (Н.Г. Чернышевский) Основная идея всегда должна быть недосягаемо выше, чем возможность ее исполнения. Чем соедините вы людей для достижения ваших гражданских целей, если нет у вас основы в первоначальной великой идее нравственной? (Ф.М. Достоевский)	
30	Находчивость, смекалка	Умение быстро находить выход из затруднительного положения; сообразительность.	Тупость	Самые выдающиеся дарования обладают находчивостью. (Монтенъ) Находчивые всегда собираются сделать что-нибудь. (Вовенарг) Находчивость делает ничтожными удары судьбы. (Демокрит)	
31	Братство народов	Всестороннее братское сотрудничество, политическая,	Национализм	Мне всегда особенно радостно чувствовать свое братское общение с	

		экономическая, военная и культурная взаимопомощь наций и народностей.		людьми, которые географически, и этнографически, и политически, казалось бы, так отделены, как могут быть отделены люди, а между тем, живя одной и той же духовной жизнью, так близки, как только могут быть близки люди между собой. (Л.Н. Толстой)	
32	Уважительное отношение к природе	Это позиция, предписывающая не причинять вреда другому: ни физически — насилием, ни морально — суждением. Уважение к природе основывается на экологической этике и соответствует определенным правилам обязанностей (таким как непричинение зла и невмешательство, а также чертам характера — справедливость и благожелательность).	Дерзкое, непочтительное отношение к природе	Мотылек Я живу на лугах И в садах, и в лесах, Я летаю весь день В голубых небесах. Солнца ласковый свет Озаряет мой кров. Мне еда и питье — Ароматы цветов. Но живу я недолго, Не более дня. Будь же добрым со мною И не трогай меня! (Г. Тукай) Принятие отношения уважения к природе — это принятие определенного набора моральных стандартов и правил как веских этических норм. (Тейлор)	**Москва и Балашиха Московской области «Стеша»**
33	Наблюдательность, внимательность	Качество личности, выражающееся в умении наблюдать, т.е. концентрировать свое внимание на восприятии и познании одного объекта, в умении выделять в нем малозаметные, но важные свойства. Наблюдательность – это способность	Игнорирование , пренебрежение, невнимание	Наблюдение чужих пороков очень полезно для самоисправления: собственный порок становится особенно противен, когда увидишь его в другом и почувствуешь, как неприятно обладать тем, что сейчас осмеял, ибо мы любим осмеивать всех	

		человека управлять своим мышлением, восприятием, вниманием. С помощью ее у человека как бы открывается «истинное зрение», углубляется понимание явлений.		и вся, кроме себя и своего. (В.О. Ключевский) Наблюдайте за поведением человека, вникайте в причины его поступков, приглядывайтесь к нему в часы досуга. Останется ли он тогда для вас загадкой? (Конфуций)	
34	Радость познания	Способность получения радости от нового знания, от открытия неизвестного ранее. Процесс познания обуславливается стремлением человека к неизвестному и попытками его объяснения.	Невежество, неосведомленность	Идея блага – это самое важное знание; через нее становятся пригодными и полезными справедливость и все остальное. То, что придает познаваемым вещам истинность, а человека наделяет способностью познавать. (Платон) Истинное счастье и блаженство человека состоят только в мудрости и познании Истины. (Спиноза)	**Тульская область «Когда небо улыбается»**
35	Воображение Фантазия	Способность создавать в уме независимые образы, представления, идеи; представлять другую, мнимую, не существующую в действительности реальность. Ситуация, представляемая индивидуумом или группой, не соответствующая реальности, но выражающая их желания. Фантазия — это импровизация на свободную тему.	Отсутствие воображения	Без фантазии нет искусства, как нет и науки. (Ференц Лист) Воображение — это всё. Это предварительный показ предстоящих событий в жизни. (Альберт Эйнштейн) Воображение — это начало создания. Вы воображаете то, что хотите; вы желаете то, что воображаете; и, наконец, вы создаете то, что желаете. (Джордж Бернард Шоу)	**Ярославль «Мой друг единорог»**
36	Не осуждение, умение прощать	Способность безоговорочно прощать всех людей, обидевших нас словом, делом или причинившим зло.	Осуждение, обида	Если вы страдаете от несправедливости нехорошего человека – простите его, а то будет два нехороших человека. С юных лет приучайся прощать	

				недостатки ближнего и никогда не прощай своих собственных. (А.Суворов) Если тебе случится рассердится на кого бы то ни было, рассердись в то же время на самого себя, хотя бы за то, что сумел рассердиться на другого. (Н.В. Гоголь)	

СРЕДНЯЯ ШКОЛА
(5-8 классы)

№	Духовно-нравственные и моральные понятия, принципы, ценности	Определение	Антипод	Цитата	Фильм/Город
1	Солидарность	Единодушие, общность интересов, активное сочувствие чьим-либо действиям или мнениям	Разногласие	Все люди нуждаются в помощи и зависят друг от друга. Человеческая солидарность - это необходимое условие раскрытия любой единичной индивидуальности. (Фромм)	
2	Доверие	Открытые, положительные взаимоотношения между людьми, содержащие уверенность в порядочности и доброжелательности другого человека, с которым доверяющий находится в тех или иных отношениях	Недоверие Подозрительность	Где нет полной откровенности, полной доверенности, где скрывается хотя малость какая-нибудь, там нет и не может быть дружбы. (В. Белинский)	

3	Единство слова и дела	Общественный и моральный принцип, обобщенно выражающий общечеловеческую нравственную норму, моральное требование верности слову. Без определенной степени доверия невозможны совместная деятельность и человеческое общение Поэтому в рамках всякой социальной общности от ее членов требуется подкрепление слова делом	Болтун, пустомеля	Всякое слово ничтожно, когда не увенчано делом. Всякое дело должно быть воплощением слов. (Платон) Слово есть поступок. (Л.Н. Толстой)	
4	Терпение	Терпением называется способность спокойно, сдержанно ожидать благоприятных результатов какой-либо деятельности, жизненных перемен. Это добродетель, спокойное перенесение боли, беды, скорби, несчастья в собственной жизни.	Нетерпимость, раздражительность	Чтобы стать терпеливыми, люди должны сначала научиться сомневаться, чтобы уметь уважать мнения противников, они должны сначала признать возможность ошибок в собственных мнениях. (Г. Бокль) Сдержанность и уместность в разговорах стоят больше красноречия, а уменье применять свои слова к характеру и образу мыслей слушателей — есть талант, которому должно отдать предпочтение изяществом и методичностью речи. (Ф. Бэкон)	
5	Требовательность к себе и к другим	Способность предъявлять высокие требования к себе и другим, добиваться, чтобы твое слово было законом для себя и для тех, к кому оно обращено.	Разболтанность	Мы хотим, чтобы нас любили и принимали такими, какие мы есть, а сами при этом составляем длинные списки требований. (Александр Свияж) Кто хочет много достигнуть, должен ставить высокие требования.	

		Требовательность должна быть адекватной, разумной и уместной. Если посредством требовательности можно изменить объект внешнего мира к лучшему, значит, есть основания проявлять данное качество личности.		(Иоганн Вльфганг фон Гёте)	
6	Коллективизм	Принцип организации взаимоотношений и совместной деятельности людей, проявляющийся в осознанном подчинении личных интересов общественным интересам, в товарищеском сотрудничестве, в готовности к взаимодействию и взаимопомощи, во взаимопонимании, доброжелательности и тактичности, интересе к проблемам и нуждам друг друга.	Индивидуализм	Без многого человек может обойтись, только не без человека. (Л.Берне) Два человека могут спасти друг друга там, где один погибает. (О. Бальзак) Человек создан, чтобы жить в обществе; разлучите его с ним, изолируйте его — и мысли его спутаются, характер ожесточится, сотни нелепых страстей зародятся в его душе, сумасбродные идеи пустят ростки в его мозгу, как дикий терновник среди пустыря. (Д. Дидро)	
7	Человечность	Это моральное качество, выражающее принцип гуманизма применительно к повседневным взаимоотношениям людей. Включает ряд более частных качеств - благожелательность, уважение к людям, сочувствие и доверие к ним, великодушие, самопожертвование ради	Бесчеловечность, человеконенавистничество, жестокость	В этом мире пользу приносит каждый, кто облегчает бремя другого человека. (Ч. Диккенс) Познав несчастье, я научился помогать страдальцам. (Вергилий) Превозмогать себя и возвращаться к должному в себе — вот что такое истинная человечность. Быть человечным или не быть — это зависит только от нас самих. (Конфуций)	

		интересов др., а также предполагает скромность, честность, искренность.			
8	Активность	Способность поддерживать деятельное состояние тела, ума, разума и души, готовность к переменам, склонность деятельно использовать своё время, быть лёгким на подъём, самостоятельно прилагать усилия, а не идти на поводу у обстоятельств.	Бездеятельность, пассивность	Жизнь даёт нам то, что мы готовы реализовать или осознанно пытаемся от неё получить, а не то, что укладывается лишь в наши радужные мечты и эмпирические желания. На что рассчитываешь, чего добиваешься делом, а не словами, то и обретёшь. Активный практик получает победы, бездеятельный мечтатель — разочарования. (Татьяна Устименко)	
9	Оптимизм	Взгляд на жизнь с позитивной точки зрения, уверенность в лучшем будущем. Оптимизм утверждает, что мир замечателен, из любой ситуации есть выход, всё получится хорошо, все люди, в общем, хорошие.	Пессимизм	Бодрое и веселое расположение духа — не только богатый источник жизненного наслаждения, но, в то же время, и сильная охрана характера. (Сэмюэл Смайлс)	
10	Принципиальность	Принципиальность - положительное нравственное качество , характеризующее личность и ее действия; означает верность определенной идее в убеждениях и последовательное проведение этой идеи в поведении.	Беспринципность	Меняйте Ваши мнения, сохраняйте Ваши принципы: меняйте листья, сохраняйте корни. (Виктор Гюго) .	
11	Искренность	И́скренность — один из	Лживость	Искренность — мать правды и вывеска	

		аспектов честности, правдивости, отсутствие противоречий между реальными чувствами и намерениями в отношении другого человека (или группы людей) и тем, как эти чувства и намерения преподносятся ему на словах.		честного человека. (Дени Дидро) Первое условие для сближения — искренность. (Михаил Пришвин) Для того, чтобы сказать понятно то, что имеешь сказать, говори искренно, а чтобы говорить искренно, говори так, как мысль приходила тебе. (Л.Н. Толстой)	
12	Инициатива	Почин, начинание, принятие человеком самостоятельного решения, форма проявления его общественной активности.	Безынициативность	Ни одно великое открытие не было сделано без инициативы. (Р. Эмерсон) Инициативность и уныние трудно совместимы. (К. Боуви)	
13	Самокритика	Способность трезво оценивать свои поступки и признавать ошибки; склонность выявлять недостатки в своей работе, в своём поведении. Наличие критики к себе считается условием психического здоровья личности, но чрезмерная самокритика может рассматриваться как признак нездоровья.	Самолюбование	Самокритика — стремление к совершенству. (М. Горький) Сильным средством лечиться надо, наружу говор скрытненький! Примите против внутренних неполадок Внутреннее лекарство самокритики. (Владимир Маяковский) Всех умней, по-моему, тот, кто хоть раз в месяц самого себя дураком назовет, — способность ныне неслыханная! (Ф.М. Достоевский)	
14	Простота	Способность проявлять прямое, ясное, прозрачное, лишенное скрытности, свободное от умственного двуличия поведение в соответствии со своим пониманием вещей.	Вычурность, надменность	Простота — это то, что труднее всего на свете; это крайний предел опытности и последнее усилие гения. (Леонардо да Винчи) В характере, в манерах, в стиле, во всём самое прекрасное — это простота. (Лонгфелло)	

15	Ответственность (человека за свои конкретные действия и поступки перед другими людьми)	Ответственность — это определённость, надёжность, честность в отношении себя и других; это осознание и готовность признать, что результат(реакции), который ты получаешь в ходе твоих поступков и действий, и есть следствие твоих поступков(действий). Ответственность — это не вина, это уверенность. Ответственность, скорее, включает в себя личную подотчетность и способность действовать в рамках этических норм на благо себя и окружающих. Ответственность — это умение объяснить и показать, как ты добился этого результата.		Каждый человек несет ответственность перед всеми людьми за всех людей и за всё. (Ф.М. Достоевский) На людей, чьи поступки зависят от настроения, нельзя возлагать никакой серьезной ответственности. (Стефан Цвейг)	
16	Выдержка, сдержанность	Способность контролировать свои мысли, слова, эмоции и действия.	Невоздержанность Разболтанность	Сдержанность не имеет ничего общего с замкнутостью, угрюмостью и отгороженностью. Сдержанный человек уважает людей и поэтому ведет себя естественно и непринужденно, проявляя воспитанность, учтивость и приветливость. Сдержанность и уместность в разговорах стоят больше красноречия. (Фрэнсис Бэкон)	
17	Намерения и дела	Способность осознанно отказаться от намерения получить, заменив его намерением дать, желание	Бездействие, Бесцельность	То, что мы собираемся сделать завтра, делает нас сегодня такими, какие мы есть. Надо четко различать хорошие идеи от плохих намерений! (Фазиль Искандер)	

		сделать что-то определенное, направленность действий к определенной цели. Намерение – это совмещение желания с действием. Решимость действовать своими силами – это внутреннее намерение.		Не так-то просто сдержать свои обещания. Лень, усталость, упадок духа и множество других врагов подстерегают людей на этом пути. (Джордано)	
18	Восхищение	Это сильное чувство. Его функция — пробуждение инициативы. Это чувство созидательно для его носителя, оно помогает людям находить друг друга и любимое дело. Нам свойственно восхищаться природой и искусством, а также человеком.	Отвращение	Искреннюю радость доставляет человеку возможность восхищаться кем-нибудь; ничто так не возвышает его — хотя бы на короткое время — над всеми мелочными условиями, как искреннее восхищение. (Томас Карлейль)	
19	Мотив Побуждение	Склонность действовать при наличии достаточно убедительной мотивировки, мотивации. Мотивы всегда прячутся за поступками. Решившись на поступок, мы предварительно сделали свой личный выбор. Мотив исходит от нас, изнутри. Он отражает не стремление от чего-то, а побуждение, стремление к чему-то. Если желания, соображения, потребности стимулируют нас к действию, значит, это мотивы.	Принуждение	У человека есть одно замечательное свойство: если все приходится начинать сначала, он не отчаивается и не теряет мужества, ибо он знает, что это очень важно и что это стоит усилий. (Рей Бредбери)	

20	Сознательность Обдуманность действий	Способность в своем поведении проявлять голос совести, обдуманно, осознанно принимать каждое решение, продумывать последствия своих поступков, помогать людям не по принуждению, а по зову сердца.	Бездумность Необдуманность	Настоящий прогресс человечества зависит не столько от изобретательного ума, сколько от сознательности. (Альберт Эйнштейн) В том то и ужас жизни, что мы никогда не чувствуем последствия наших поступков. (Эрих Мария Ремарк) Сами события ничего не решают. Их последствия зависят исключительно от людей. (Оноре де Бальзак)	
21	Миролюбие	Способность мирно решать сложные конфликтные ситуации, эффективно реализовать намерение примирения, взаимных уступок, компромиссов и согласия; не склонность к вражде и ссорам; любовь к миру и согласию.	Агрессивность	Кому мир недорог, тот нам и ворог. Худой мир лучше доброй брани. (Русские пословицы) Миролюбие – воинская доблесть мирного человека. (Виктор Кротов)	
22	Терпимость	Склонность проявлять уважительное и доброжелательное отношение к иному мировоззрению, образу жизни, убеждениям, верованиям, мнениям, традициям, привычкам, поведению и недостаткам других людей.	нетерпимость Нетерпение антоним к выдержке	Я не согласен с тем, что вы говорите, но пожертвую своей жизнью, защищая ваше право высказывать собственное мнение. (Вольтер)	
23	Великодушие	Положительное моральное качество; такая форма проявления человечности в повседневных взаимоотношениях людей, при	Злопамятство	Великодушие — кротко переносить чужую погрешность. (Демокрит) Мелочи человеческой жизни преодолеваются великодушием. (М.М. Пришвин)	

		которой гуманность превосходит меру общепринятых норм или проявляется по отношению к тому, кто ее не вполне заслуживает.			
24	Обязанности	Безусловные для выполнения действия, по общественным требованиям или внутренним побуждениям.	Беспечность	Каждый человек рождается для какого-то дела. Каждый, кто ходит по земле, имеет свои обязанности в жизни. (Эрнест Хемингуэй) Обязанности в отношении к себе только тогда имеют моральный смысл и ценность, когда они признаются косвенными обязанностями в отношении к другим… к моей семье, к моей общине, к моему народу, к моей родине. (Людвиг Андреас Фейербах)	
25	Справедливость	Способность беспристрастно следовать правде, истине в своих поступках и мнениях; действовать на законных и честных основаниях.	Несправедливость, пристрастность, лживость.	Когда-нибудь спросят: «А что вы, собственно, можете предъявить»? И никакие связи не помогут сделать ножку маленькой, душу большой, и сердце — справедливым. (Золушка,1947) Венец справедливости есть смелость духа и неустрашимость мысли, предел же несправедливости — в страхе перед угрожающим несчастьем. (Демокрит)	Великий Новгород «Великий»
26	Смелость, отвага	Способность подавлять защитные реакции, сохранять самообладание при появлении страха и качественно выполнять свои обязанности в объективно	Трусость	Смелость – это сопротивление страху и контроль над страхом, а не отсутствие страха. (Марк Твен)	

		или субъективно опасных для жизни, здоровья и престижа ситуациях.			
27	Дисциплинированность	Это умение так взаимодействовать со временем, чтобы его хватало на все неотложные дела. Дисциплинированность - это умение в точности исполнять взятые на себя обязательства и данные кому-либо (в том числе себе) обещания.	Разгильдяйство, халатность	Настоящая дисциплина есть выражение внутренней свободы, то есть духовного самообладания и самоуправления.	«Экзамен» Сборные школы
28	Моральный выбор	Это осознанное предпочтение человеком того или иного варианта поведения в соответствии с личными или общественными моральными установками.	Неразборчивость	Судьба — это не результат случайных обстоятельств, а результат выбора; ее надо не ждать, а создавать. (Уильям Брайан)	«Трудный выбор» АНО «Интелрост»
29	Сострадание	Способность понять страдания другого человека и оказать ему помощь. Это чуткость и внимательность к окружающим, неподдельное уважение к их интересам и их переживаниям.	Жестокость	Сострадание есть высочайшая форма человеческого существования. (Ф.М. Достоевский)	
30	Самооборона самозащита	Способность защитить себя собственными силами от угрожающих опасностей, нападения, враждебных действий; противодействие угрозе своей жизни, имуществу, интересам.	Беспомощность	Мораль самозащиты заключается в защите права личности на жизнь. Она не терпит насилия и проявляется в стойкой решимости дать отпор любому напавшему на вас. (Терри Гудкайнд)	

31	Отзывчивость	Положительное духовно нравственное качество личности, проявляющееся как склонность помогать нуждающимся, видеть нужду, бескорыстие, щедрость, великодушие, умение прощать, терпимость.	Равнодушие	Говорят, что философы и истинные мудрецы равнодушны. Неправда, равнодушие — это паралич души, преждевременная смерть. (А.П. Чехов)	«Воин света» АНО «Интелрост»
32	Самовоспитание	Способность к воспитательной работе над собой, формированию своей личности в соответствии с поставленными целями.		Самовоспитание — это не что-то вспомогательное в воспитании, а его фундамент. Никто не сможет воспитать человека, если он сам себя не воспитает. (Сухомлинский)	
33	Целеустремленность	Способность решительно, упорно и настойчиво стремиться к реализации своей цели.	Пассивность, бесцельность	Чтобы дойти до цели, надо, прежде всего, идти. (Оноре де Бальзак) Жизнь задыхается без цели. (Ф.М. Достоевский)	
34	Равновесие	Способность быть одинаково спокойным в счастье и несчастье, с ровным настроением воспринимать все жизненные ситуации без появления любых враждебных или недовольных ощущений.	Вспыльчивость	Самая великая победа — победа над своим негативным мышлением. (Сократ) Чаще смотри на небо, а не под ноги — и будут твои мысли ясные и легкие. Больше молчи, чем говори — и в душе твоей поселится тишина, а дух будет мирным и спокойным. (Серафим Саровский)	

35	Честь	комплексное этическое и социальное понятие, связанное с оценкой таких качеств личности, как верность, справедливость, правдивость, благородство, достоинство. А так же способность иметь общественно-моральное достоинство, вызывающее общее уважение, достигаемое заслугами человека через свои мысли и поступки.	Бесчестие	Честь человека заключается в том, чтобы в отношении удовлетворения своих потребностей он зависел только от своего трудолюбия, от своего поведения и от своего ума. (Георг Вильгельм Фридрих Гегель) Бесчестье равное волочит за собой тот, кто предаст любовь и кто покинул бой. (Пьер Корнель) Честь нельзя отнять, ее можно потерять. (А.П. Чехов)	Костромская область «Честь имею»
20	Твердость, стойкость, выносливость	Положительное нравственно-волевое качество личности, состоящее в умении многократно повторять решительные действия, упорно искать эффективные способы поведения для достижения цели. Основывается на самообладании, выдержке, упорстве, мужестве,- на волевых качествах. Стойкость – это терпение, трудолюбие, особенно необходимые в учебной деятельности ученику, а также убежденность при отстаивании им права быть самим собой и отстаивать нравственные принципы.	Нерешительность		

СТАРШАЯ ШКОЛА
(9-11 классы)

№	Духовно-нравственные и	Определение	Антипод	Цитата	Фильм

	моральные понятия, принципы, ценности				
1	Целесообразность Оправданность	Способность действовать в соответствии с целью, с оправданной для себя и других позицией, вполне разумно, практично и полезно. Способность подтверждать на деле правильность, истинность, целесообразность своих решений и действий; способность доказывать обоснованность, правомерность, резонность и основательность своих поступков.	Нецелесообразность	Твои поступки оправданны, если они не причиняют вред другим людям, если они дружат с честью, стыдом и совестью. (Алексей Петков) Нельзя ради желаемого рисковать необходимым. (А.С. Пушкин)	
2	Тактичность, деликатность	способность в общении с людьми знать меру, не допуская неприятных для окружающих слов и действий, всегда и везде быть к месту, легко и непринужденно принимать обычную для данной группы людей манеру общения; способность соизмерять собственные слова, чувства, интонации и поступки с их аналогами у других людей. Это манера поведения, сродни вежливости, деликатности, чувству меры и скромности	Бестактность	Хорошее воспитание не в том, что ты не прольешь соуса на скатерть, а в том, что ты не заметишь, если это сделает кто-нибудь другой. (А. П. Чехов)	
3	Гуманность	Наличие ярко проявленной системы социальных установок личности, которая представлена в сознании переживаниями	Зверство	Подлинная гуманность означает прежде всего справедливость. (В.А. Сухомлинский) Будьте человеком прежде всего и больше	

		сострадания и сорадования и реализуется в рамках общения, содействия, соучастия, помощи со всем живым и «природным», которое имеет для субъекта глубокий личностный смысл.		всего. Не бойтесь слишком отяготить себя гуманностью. (Виктор Мари Гюго) Гуманизм должен внушать не пассивное чувство сострадания, а воспитывать активное отвращение ко всякому страданию. (Максим Горький)	
4	Самоотверженность	Способность добровольно жертвовать своими интересами ради интересов других людей, достижения общей цели во имя дорогих им идеалов.	Эгоцентризм	Дело ясное: для себя, для комфорта своего, даже для спасения себя от смерти, себя не продаст, а для другого вот и продает! Для милого, для обожаемого человека продаст! Вот в чем вся штука-то и состоит: за брата, за мать продаст! Все продаст! О, тут мы, при случае, и нравственное чувство наше придавим; свободу, спокойствие, даже совесть, все, все на толкучий рынок снесем. Пропадай жизнь! Только бы эти возлюбленные существа наши были счастливы. (Ф.М. Достоевский)	
5	Любовь	Чувство, свойственное человеку, глубокая привязанность и устремлённость к другому человеку или объекту, чувство глубокой симпатии	Ненависть	Моя любовь никому не принесла счастья, потому что я ничем не жертвовал для тех, кого любил. (М.Ю. Лермонтов)	
6	Сознательность	Способность, уменье отдавать себе отчет в окружающей действительности и в том, как надлежит действовать	Бессознательность	Само осознание ситуации уже изменяет ситуацию, поскольку оно апеллирует к возможному действованию и поведению. (Ясперс К.)	
7	Заступничество	Способность вступаться, придавать сил и уверенности слабому человеку, помогать и удовлетворять его нужды, потребности; проявлять действия,	Травля преследование	Предавая, помни: наступит время, когда за тебя никто не заступится. (Георгий Александров)	

		поступки, деятельность, имеющие целью оказание защиты кому-либо, чему-либо. Заступничество – способность вступаться за слабых, когда их обижают. Заступник – сильная личность, надеющаяся только на себя.			
8	Подвижничество	Вид нравственной деятельности; выполнение моральных требований вопреки крайне неблагоприятным социальным условиям или обстоятельствам личной жизни, враждебной окружающей среде и давлению извне, стойкое перенесения трудностей, тягот. Подвижники – аскеты высоких целей. Обладая колоссальной целеустремлённостью и силой воли, они идут по избранному пути, не страшась трудностей.	Обывательство	Подвижники нужны, как солнце. Составляя самый поэтический и жизнерадостный элемент общества, они возбуждают, утешают и облагораживают. Их личности — это живые документы, указывающие обществу, что, кроме людей, ведущих спор об оптимизме и пессимизме, пишущих от скуки неважные повести, ненужные проекты и дешевые диссертации, развратничающих во имя отрицания жизни и лгущих ради куска хлеба, есть еще люди иного порядка, люди подвига, веры и ясно осознанной цели. (А.П. Чехов)	
9	Гармоничность, внутренняя согласованность	Способность жить без внутренних конфликтов в унисоне души и разума, обеспечить оптимальную слаженность физической, социальной и духовной сторон жизни между собой и внешним миром.	Внутренний диссонанс	Красота есть гармония; в ней залог успокоения. (Ф.М. Достоевский) Гармония создаётся поверх хаоса, но не из него. (Евгений Евтушенко)	
10	Патриотизм, как чувство ответственности за будущее	Способность на протяжении всей жизни быть преданным только своему отечеству, своему народу, быть готовым к любым жертвам и	Русофобия	Патриот - это человек, служащий родине, а родина - это прежде всего народ. (Н.Г. Чернышевский) Мой друг, Отчизне посвятим души	

	России	подвигам во имя интересов своей Родины		прекрасные порывы! (А.С. Пушкин)	
11	Активная жизненная позиция	Это значит какое-либо проявление инициативы, мужество в борьбе за какое-либо утверждение, способность отстоять свою точку зрения, не "отсиживается" человек, а отстаивает свою жизненную позицию. От такого работника, все ждут качественной работы, люди с активной жизненной позицией, должны быть оптимистами и верить в лучшее.	Пассивная жизненная позиция	Лучше не развиваться человеку, нежели развиваться без влияния мысли об общественных делах, без влияния чувств, пробуждаемых участием в них. (Н.Г. Чернышевский)	
12	Единение, согласованность	Способность достигать в совместных действиях, решениях единства, дружности, договорённости, согласования и взаимного согласия. Создана никого не раздражающая атмосфера, достигнуто всеобщее согласие и единство.	Разобщенность	Великие и благие дела всегда сплачивают людей. (Цвейг) Мы сильны настолько, насколько мы едины, и слабы настолько, насколько разъединены. (Д. Роулинг)	
13	Целомудрие	Это нравственная цельность; духовная и телесная чистота человека. Целомудрие – это воздержанность и возвышенность не только в поступках, но и в мыслях. Целомудрие – это здравомыслие в делах, умеренность в желаниях и искренность в словах.	Распутство	Честь девушки в её добром имени, и целомудрие дороже всяких богатств. (Уильям Шекспир)	
14	Ответственность (человека перед	Проявление такой ответственности определяется заботой о мире,	Безответственность	Каждый человек несет ответственность перед всеми людьми за всех людей и за всё. (Ф.М.	

	миром и человечеством, проявляющаяся как *забота* о мире, вызванная *тревог ой* о нем)	вызванной впоследствии тревоги. Такой вид ответственности считается наиболее сложным, поскольку человек считает, что он в ответе за все и всех. Человек может отрицать и не осознавать эту ответственность.		Достоевский) Каждый из нас обязан работать над собой, над совершенствованием своей личности, возлагая на себя определенную часть ответственности за жизнь человечества.	
15	Здоровый образ жизни	Это способ жизнедеятельности, направленный на полное изменение прежних вредных привычек, касающихся еды, режима физической активности и отдыха. Здоровый образ жизни является предпосылкой для развития разных сторон жизнедеятельности человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций, для активного участия в трудовой, общественной, семейно-бытовой, досуговой формах жизнедеятельности. Здоровый образ жизни— деятельность, направленная на сохранение, укрепление и улучшение его здоровья.	Вредные привычки	Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь. (Гиппократ) При помощи физических упражнений и воздержанности большая часть людей может обойтись без медицины. (Д. Аддисон) Без здоровья невозможно и счастье. (В.Г. Белинский) Нужно поддерживать крепость тела, чтобы сохранить крепость духа. (В. Гюго)	
16	Жизнерадостность	Способность не знать уныния, весело, оптимистично и радостно относиться к жизни, проявлять бодрость от полноты жизненных ощущений.	Уныние	Возьмите хотя бы сегодняшний день. Один человек — здоровый и жизнерадостный — скажет: «О, какой прекрасный день!» Другой — больной и измождённый — вздохнёт: «О, это день таких страданий!» А ведь день-то один и тот же. Всё зависит от того, как мы на	

				него смотрим. (Эрих Мария Ремарк)	
17	Созидательный труд (труд и творчество)	Создание чего-то нового, преобразующего мир, делающего его более гармоничным и прекрасным. Именно участие в созидательном труде позволяет человеку развивать свои творческие и трудовые навыки.	Разрушение	В радость человеку только то, над чем он хорошенько потрудился, – так уж он устроен. (Антуан де Сент-Экзюпери) Изобретение можно усовершенствовать, творению можно лишь подражать. (Мария Эбнер-Эшенбах)	Московская область. Красногорск. «5 дней»
18	Идеал	То, что составляет высшую цель деятельности, стремлений	Привлекательность зла Ничтожность	Умирают только за то, ради чего стоит жить. (Антуан де Сент-Экзюпери) С тем, кто отрицает идеал, может легко случиться, что он пошлое примет за прекрасное. (И. Гёте) Только сознание общих задач и конечных идеалов делает человека стойким и последовательным. (С. Франк)	
29	Достоинство духа, самоуважение	Способность уважать самого себя, то есть адекватно оценить степень, насколько Я состоялся в плане разумности, порядочности, зрелости, целостности и гармоничности.		Не делай ничего постыдного ни в присутствии других, ни втайне. Первым твоим законом должно быть уважение к самому себе. (Пифагор) Не надо забывать старого правила: кто хочет, чтобы с ним уважительно обходились другие, тот, прежде всего, должен уважать себя сам. (Н. Лесков)	
20	Решительность	Способность быстро, самостоятельно принимать ответственные решения и неуклонно реализовать их в деятельности.	Нерешительность Сомнение	Запомни это навсегда: В себя поверить важно! Не сомневайся никогда, Не бойся быть отважным! А если собираешься, Но сделать не решаешься, То надо же, то надо же Когда-нибудь начать! Давай! Не надо мучиться! Попробуй! И получится! А если не получится, Попробуешь опять! м\ф «38 попугаев»	

21	Вдохновенность, возвышенность	Способность постоянно, ярко и полно проявлять свою духовную сущность, высокие нравственные качества, чистоту мыслей, чувств и потребностей; стремиться к возвышенным целям.	Приземленность	Вдохновение нужно в поэзии, как и в геометрии. (А.С. Пушкин)	
22	Сила воли, сила духа	Это способность человека сделать то, что он решил, даже если временные трудности (в виде обстоятельств или текущего настроения) этому мешают.	Безволие,	Сила воли, сила духа	«Если бы не я» Санкт-Петербург
23	Щедрость	Это способность бескорыстно делиться с другими людьми, как своим материальным достатком, так и способностями, знаниями, душевными силами.	Скупость	Давайте, и дастся вам. (Евангелие от Луки, 6, 38) Щедрый человек - это тот, кто дает подходящему человеку подходящую вещь в подходящее время. (Аристотель)	
24	Милосердие	Сострадательное, доброжелательное, заботливое, любовное отношение к другому человеку.	Равнодушие, жестокосердие	Милосердие начинается дома. Если для проявления милосердия нужно куда-то ехать, то это едва ли есть милосердие.	«Музыка внутри» Мордовия