

Государственное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования «Центр для одаренных детей «Поиск»

УТВЕРЖДЕНО:

И.о. директора ГАОУ ДО  
«Центр для одаренных детей  
«Поиск»

О.А. Томилиной,  
приказ № 71 от 12 марта 2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

**«НАВЫКИ ЛИЧНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ»**

Направление:	наука
Возраст обучающихся:	13-18 лет
Объем программы:	360 часов
Срок освоения:	От 1 месяца до 4 лет
Форма обучения:	очная
Авторы программы:	Воробьева Надежда Сергеевна, руководитель психологической службы ГАОУ ДО «Центр для одаренных детей «Поиск» Есипова Наталья Андреевна, педагог-психолог ГАОУ ДО «Центр для одаренных детей «Поиск»

Ставрополь, 2024

# ОГЛАВЛЕНИЕ

---

**ОГЛАВЛЕНИЕ**2

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**3

**КУРС-ТРЕНИНГ ОРАТОРСКОГО МАСТЕРСТВА И ТЕХНИК САМОПРЕЗЕНТАЦИЙ  
«ИСКУССТВО ВЛАДЕТЬ АУДИТОРИЕЙ»**8

**КУРС-ТРЕНИНГ ПО ЦЕЛЕПОЛАГАНИЮ «ТОЧНО В ЦЕЛЬ!»**11

**КУРС «ОБРАЗОВАНИЕ И КАРЬЕРА»**14

**КУРС «ЛЕТНЯЯ БИЗНЕС-ШКОЛА»**19

**КУРС «ИСКУССТВО УСПЕВАТЬ»**33

**СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**36

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

---

Формирование навыков целеполагания и публичного выступления важно с точки зрения реализации поставленных государственных стандартов. Ни один из традиционных школьных предметов российского образования специально этому не учит. Тот, кто обладает такими навыками, всегда пользуется популярностью и уважением.

Программа «Навыки личной эффективности» является одной из наиболее удобных, конструктивных, быстродействующих форм психологической работы. Она включает, помимо специальных психокоррекционных техник, деловые и ролевые игры, видеанализ, упражнения по развитию саморефлексии и т.д., — иными словами, все те приёмы, которые нацелены на формирование необходимых навыков. Программа реализует возможности, позволяющие создать психологические условия для развития профессионального и личностного самосознания подростков и актуализации их ресурсов. Даёт возможность изменить их поведение и отношение к миру и другим людям. Причем развитие участников и позитивные изменения в их жизни происходят за короткий промежуток времени и являются очевидными и поддерживающими.

**Вид программы** – модульная.

Программа представляет собой совокупность самостоятельных логически завершённых курсов, которые реализуются в очной форме.

**Направленность программы** – социально-педагогическая.

**Актуальность программы**

В современной школе набирает силу компетентностный подход. Определена целая система компетенций, представляющих собой ориентиры в работе учителя и учащихся. Одной из ключевых компетенций называется компетенция целеполагания. В данном случае новым образовательным продуктом для ученика выступают поставленные им цели, составленные планы и программы.

**Педагогическая целесообразность программы**

В основе всякого обучения лежит коммуникация, общение. Программа «Навыки личной эффективности» для учащихся, как практико-ориентированный способ обучения помогает решать задачи формирования универсальных действий на межпредметном уровне, способствует развитию

коммуникации, качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества, инновационной экономики, задачам построения демократического гражданского общества на основе толерантности, диалога культур и уважения многонационального состава российского общества. Особенно актуальным является включение данной программы в организацию предпрофильной подготовки и профильного обучения учащихся на старшей ступени в образовательном учреждении любого типа.

### **Новизна программы**

Данная программа является одной из наиболее удобных, конструктивных, быстродействующих форм психологической работы в теме развития важных навыков. Она содержит в себе возможности, позволяющие создать психологические условия для развития профессионального и личностного самосознания подростков и актуализации их ресурсов. Даёт возможность изменить их поведение и отношение к миру и другим людям за счет развития самомотивации.

### **Цели программы:**

- освоение технологий, направленных на развитие оптимизма и стремления к самореализации;
- рост уровня самоактуализации и осмысленности жизни участниками программы.

### **Задачи программы:**

1. Обучающие:
  - обучение этике общения и взаимодействия с людьми;
  - подготовка учащихся к участию в интеллектуальных конкурсах, олимпиадах, защитах рефератов и докладов;
  - освоение элементов позитивного мышления;
  - освоение базовых знаний тайм-менеджмента.
2. Воспитывающие:
  - формирование определенного мировоззрения, противодействующего терроризму и экстремизму, связанного с устоями и обычаями, национальными и культурными традициями, историей региона, межнациональной и межрелигиозной толерантностью;
  - осознание ребятами собственной значимости и уникальности;
  - формированию внутренней готовности учащихся к обретению нового опыта и активной жизненной позиции.
3. Развивающие:

- повышение интеллектуального уровня учащихся;
- развитие умения вступать в контакт с группой, заявлять о себе, влиять на то, что происходит в контакте;
- усиление интереса подростков к процессу личностного роста;
- создание условий для дальнейшего самопознания, саморазвития и самосовершенствования подростков;
- рост уровня самоактуализации и осмысленности жизни участниками программы.

### **Отличительные особенности программы**

Программа эффективно объединяет два наиболее практико-ориентированных тренинга, которые взаимно обогащают друг друга, поскольку умение ставить цели, правильно говорить и доводить свои мысли до окружающих – это необходимость сегодняшнего дня.

### **Категория обучающихся**

Программа предназначена для учащихся, желающих развить свои умственные способности, получить углубленные теоретические и практические знания и навыки по актуальным в настоящее время направлениям в сфере ораторского мастерства. Курсы носят сугубо практический характер, поэтому центральное место в программе занимают практические умения и навыки работы.

**Возраст обучающихся:** 13 – 18 лет.

**Наполняемость группы:** 8 - 14 человек.

**Состав групп:** разновозрастной.

### **Условия приема детей**

На курсы зачисляются все желающие при наличии свободных мест.

### **Сроки реализации программы**

Продолжительность отдельного курса составляет от 2-х недель до 1 учебного года (в зависимости от курса).

**Формы реализации программы** – очная.

Программа реализуется в течение учебного года или каникулярного интенсива и предполагает групповой режим занятий.

**Формы организации деятельности обучающихся:** индивидуальная, групповая, фронтальная.

### **Методы обучения**

- ролевые, деловые и развивающие игры, соответствующие поднимаемым темам;
- индивидуальная и групповая рефлексия;
- отработка умений и навыков в специальных упражнениях;
- групповые дискуссии;
- разбор конкретных ситуаций;
- метафорические притчи и истории;
- психофизиологические методики;
- мини-лекции;
- диагностические процедуры;
- релаксационные методы;
- мозговой штурм;
- работа с видеоматериалами;
- видеоанализ.

### **Режим занятий**

В зависимости от курса, возможен один из следующих режимов занятий:

- 1) один раз в неделю по два учебных часа;
- 2) шесть раз в неделю по два учебных часа;

Продолжительность учебного часа – 40 минут.

### **Ожидаемые результаты**

Основным результатом обучения является достижение ораторской компетентности и устойчивых навыков постановки и достижения цели.

Обязательные результаты изучения программы приведены в разделе «Содержание курса».

Рубрика «Знать» включает требования к учебному материалу, который усваивается и воспроизводится учащимися. Выпускники должны понимать смысл изучаемых понятий, принципов и закономерностей.

Рубрика «Уметь» включает требования, основанные на более сложных видах деятельности, в том числе творческой: создавать объекты, оперировать ими, оценивать числовые параметры процессов, приводить примеры практического использования полученных знаний, осуществлять самостоятельный поиск учебной информации.

### **Способы определения результативности**

Педагогическое наблюдение, зачетные публичные выступления, результаты достижения поставленных целей.

### **Формы подведения итогов реализации программы**

Итоги реализации отдельного курса программы подводятся в форме супервизии.

Документальной формой подтверждения итогов реализации отдельного курса программы является документ об обучении «Сертификат» (без оценки) установленного Центром «Поиск» образца.

# КУРС-ТРЕНИНГ ОРАТОРСКОГО МАСТЕРСТВА И ТЕХНИК САМОПРЕЗЕНТАЦИЙ «ИСКУССТВО ВЛАДЕТЬ АУДИТОРИЕЙ»

---

## Цель курса:

- формирование базовых компетенций ораторского мастерства.

## Задачи курса:

- развитие познавательного интереса к риторике, новым технологиям ораторского мастерства;
- отработка базовых навыков ораторского мастерства.

**Режим занятий:** шесть раз в неделю по два учебных часа.

**Форма проведения итогов курса:** публичные выступления.

## Учебно-тематический план курса-тренинга «Искусство владеть аудиторией». Ступень 1.

№	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Тема. Как с успехом выступать публично.	8	16	24
Итого:		8	16	24

## Учебно-тематический план курса-тренинга «Искусство владеть аудиторией». Ступень 2.

№	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Тема. Совершенствование навыков ораторского мастерства.	8	16	24
Итого:		8	16	24



## **Содержание курса-тренинга «Искусство владеть аудиторией»**

Курс направлен на формирование базовых компетенций ораторского мастерства, коммуникативных навыков учащихся, уверенности в себе, уменьшение уровня тревоги перед выступлением, повышение качества и убедительности речи, усиление интереса учащихся к процессу личностного роста.

### **Учащиеся должны знать:**

- приемы удержания внимания аудитории;
- технологии, позволяющие уменьшить уровень страха или тревоги перед выступлением;
- психологические технологии, направленные на развитие оптимизма, вдохновения, стремления к победе.

### **Учащиеся должны уметь:**

- привлекать и удерживать внимание большой аудитории;
- использовать взгляд, голос, жесты, пространство в работе с аудиторией;
- использовать психологические приемы самозащиты от негативно настроенных слушателей;
- вступать в контакт с группой, заявлять о себе.

### **Формы занятий, используемые при изучении данного курса:**

- тренинговые упражнения;
- беседа-обсуждение;
- видеоанализ выступлений.

**Тема.** Как с успехом выступать публично.

*Теория.* Правила обратной связи. Уверенность в себе. Работа с голосом. Жесты. Контакт глазами. Энергетика. Видеотренинг.

*Практика.* Отработка навыков публичного выступления.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

### Методическое обеспечение курса-тренинга «Искусство владеть аудиторией»

Раздел, тема	Форма занятия	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал. Электронные источники	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
Тема. Как с успехом выступать публично.	Комбинированная	Беседа, интерактивная лекция, создание интеллект-карт, упражнения.	Рабочие листы. Интеллект-карты.	Доска, диктофон или видеокамера, телевизор.	Рефлексия
Тема. Совершенствование навыков ораторского мастерства	Комбинированная	Беседа, интерактивная лекция, создание интеллект-карт, упражнения.	Рабочие листы. Интеллект-карты.	Доска, диктофон или видеокамера, телевизор.	Рефлексия

# КУРС-ТРЕНИНГ ПО ЦЕЛЕПОЛАГАНИЮ «ТОЧНО В ЦЕЛЬ!»

---

## Цель курса:

– овладение навыком постановки целей, развитие компетенции целеполагания.

## Задачи курса:

- осознание значения планирования и целеполагания для учебы и жизни в целом;
- освоение видов и способов постановки целей;
- осознание возможностей трансформации проблем в цели;
- освоение технологий и принципов целеполагания;
- осознание роли обратной связи для целеполагания.

**Режим занятий:** шесть раз в неделю по два учебных часа.

**Форма проведения итогов курса:** рефлексия.

## Учебно-тематический план курса-тренинга «Целеполагание «Точно в цель!»

№	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Тема. Целеполагание.	4	20	24
Итого:		4	20	24

## Содержание курса-тренинга «Целеполагание «Точно в цель!»

### Учащиеся должны знать:

- смысл целеполагания;
- важность целей в рабочем в разных сферах жизни;
- правила формулирования целей;
- технологии постановки целей;
- самые полезные методы для постановки и достижения целей.

### Учащиеся должны уметь:

- ставить цели;
- представлять конечный результат;
- создавать пошаговый маршрут для достижения целей.

**Формы занятий**, используемые при изучении данного курса:

- тренинговые упражнения;
- беседа-обсуждение.

**Тема.** Целеполагание.

*Теория.* Трансформация проблем в цели. Отличие желания от целеполагания. ФКР. КРЕДО. Правила формулирования целей. Формула личной эффективности. Управление временем. Нацеленность на результат. Расстановка приоритетов. Стратегические цели. Мотивация достижения. Как составить наилучший план? Управление собой. Поддерживающая среда.

*Практика.* Отработка навыков постановки целей.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

### Методическое обеспечение курса-теринга «Целеполагание «Точно в цель!»

Раздел, тема	Форма занятия	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал. Электронные источники	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
Тема. Целеполагание.	Комбинированная	Беседа, интерактивная лекция, создание интеллект-карты, упражнения.	Рабочие листы. Интеллект-карты.	Доска, диктофон или видеочамера, телевизор.	Рефлексия

## КУРС «ОБРАЗОВАНИЕ И КАРЬЕРА»

---

### Цель курса:

– Предварительное профессиональное самоопределение учащихся в условиях свободы выбора сферы деятельности в соответствии со своими возможностями, способностями с учетом требований рынка труда.

### Задачи курса:

- формирование навыков целеполагания, принятия решений;
- изучение правил и принципов построения карьерных стратегий;
- изучение профессиограмм;
- формирование навыков самопрезентации, составления резюме;
- формирование навыков тайм-менеджмента.

**Режим занятий:** один раз в неделю по два учебных часа в течение 18 недель.

**Форма проведения итогов:** рефлексия.

### Учебно-тематический план курса «Образование и карьера»

№	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Тема 1. Тренинг общения.	2	4	6
2	Тема 2. Формула профессионального выбора.	3	5	8
3	Тема 3. Знакомство с профессиями.	2	4	6
8	Тема 4. Целеполагание.	4	6	10
9	Тема 5. Самопрезентация.	2	4	6
Итого:		13	23	36

### Содержание курса «Образование и карьера»

Курс направлен на оказание профориентационной поддержки учащимся в процессе выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности; выработка у школьников сознательного отношения к труду, профессиональное самоопределение в условиях свободы выбора сферы

деятельности в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда.

**Учащиеся должны знать:**

- формулу выбора профессии;
- основы психологии общения;
- факторы, влияющие на успешность в разных видах профессиональной деятельности;
- правила и принципы построения карьерной стратегии;
- психологические технологии, направленные на развитие оптимизма, вдохновения, стремления к победе.

**Учащиеся должны уметь:**

- ставить цели и обозначать шаги на пути к их достижению;
- эффективно планировать свое время;
- составлять резюме с целью возможного трудоустройства;
- находить и грамотно анализировать профессиограммы.

**Форма занятий**, используемая при изучении данного курса: групповая.

**Тема 1.** Тренинг общения.

*Теория.* Факторы, влияющие на успешность профессионального выбора. Введение в понимание проблем профессионального самоопределения. Теория о формировании первого впечатления и его влиянии на отношения между людьми. Индивидуальный образ мира.

*Практика.* Самопрезентация участников группы. Осознание участниками своих личных ресурсов (возможностей). Коммуникативный тренинг. Упражнения, демонстрирующие влияние установки на формирование первого впечатления.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

**Тема 2.** Формула профессионального выбора.

*Теория.* Анализ типичных ошибок при выборе профессии. Факторы «Хочу», «Могу», «Надо». Алгоритм принятия решения.

*Практика.* Осознание своих профессиональных желаний. Установление связи своих профессиональных желаний с предполагаемыми местами работы или учебы. Исследование влияния окружения и разных обстоятельств на выбор профессии. Подбор рода деятельности и профессий для своего доминирующего

стиля мышления. Анализ и перевод алгоритмов принятия решения в графическую форму.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

### **Тема 3.** Знакомство с профессиями.

*Теория.* Понятия «профессия», «специальность», «квалификация». Классификация профессий. Знакомство с профессиограммами. Изучение Атласа профессий будущего.

*Практика.* Самооценка сформированности надпрофессиональных навыков участниками группы с использованием техники «Колесо баланса». Изучение схемы личной профессиональной перспективы.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

### **Тема 4.** Целеполагание.

*Теория.* Цели, их виды. Методы и принципы постановки целей. Методы планирования времени.

*Практика.* Формулировка целей. Создание жизненного плана. Отработка технологии превращения мечты в цель. Выбор варианта эффективного планирования времени.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

### **Тема 5.** Самопрезентация.

*Теория.* Подготовка к собеседованию при приеме на работу.

*Практика.* Отработка навыков самопрезентации. Формулировка резюме. Ролевая игра «Собеседование». Подведение итогов курса.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.



## Методическое обеспечение курса «Образование и карьера»

Раздел, тема	Форма занятия	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал. Электронные источники	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
Тема 1. Введение в программу. Тренинг общения. Феномен первого впечатления. Индивидуальный образ мира	Комбинированная	лекции и практические занятия, деловые игры, моделирование и анализ ситуаций, тренинговые упражнения	Ватманы. Фотографии известных людей	Доска	Рефлексия
Тема 2. Формула профессионального выбора. Факторы «Хочу», «Могу», «Надо». Алгоритм принятия решения	Комбинированная	лекции деловые игры, моделирование и анализ ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку практических навыков	Рабочие листы. Ватманы, журналы для коллажа, клей	Доска	Рефлексия
Тема 3. Знакомство с профессиями. Профессиограммы.	Комбинированная	лекции, моделирование и анализ ситуаций,	Сайт "Атлас профессий"	Доска. Презентационное оборудование	Рефлексия

Атлас профессий.		учебные дискуссии			
Тема 4. Целеполагание. Принципы постановки целей. Тайм-менеджмент	Комбинированная	лекции и практические занятия, моделирование и анализ ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку практических навыков	Рабочие листы	Доска. Презентационное оборудование	Рефлексия
Тема 5. Искусство самопрезентации. Собеседование при приеме на работу	Комбинированная	лекции и практические занятия, моделирование и анализ ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку практических навыков	Рабочие листы. Бланки для составления резюме	Телевизор. Презентационное оборудование	Рефлексия

## КУРС «ЛЕТНЯЯ БИЗНЕС-ШКОЛА»

---

### Цели курса:

- представить основные концепции предпринимательской деятельности;
- сформировать понимание – с какой целью и каким образом можно использовать свободно распространяемое программное обеспечение в предпринимательской деятельности;
- расширить опыт творческой и проектной деятельности.

### Задачи курса:

- научить технологиям составления бизнес-плана;
- обучить технологии работы на персональном компьютере в программной среде LibreOffice 4.2 и Интернет-сервисах Google;
- обеспечить возможность для создания итогового бизнес-плана, имеющего практическую ценность.

### Структура курса

Курс включает 2 ступени. Первая ступень – «Основы предпринимательской деятельности», вторая ступень – «Первые шаги в предпринимательстве».

**Режим занятий:** шесть раз в неделю по три учебных часа.

**Форма проведения итоговой аттестации:** персональный творческий отчёт «Представление бизнес-плана», «Представление сайта/ блога».

### Учебно-тематический план курса «Летняя бизнес-школа»

#### Ступень 1. «Основы предпринимательской деятельности»

№	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
	Раздел 1. Идея			
1	Тема 1.1. Маркетинг.	2	4	6
2	Тема 1.2. Организация деятельности.	2	4	6

3	Тема 1.3. Бизнес-коммуникации.	2	4	6
4	Тема 1.4. Финансы.	2	4	6
	Раздел 2. Планирование.			
5	Тема 2.1. Маркетинговый план.	2	2	4
6	Тема 2.2. План организации деятельности предприятия.	2	4	6
7	Тема 2.3. План бизнес-коммуникаций.	2	4	6
8	Тема 2.4. Финансовый план.	2	4	6
9	Представление бизнес-плана. Подведение итогов.	2	-	2
Итого:		18	30	48

## **Ступень 2. «Первые шаги в предпринимательстве»**

№	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
	Раздел 3. Интернет-сервисы.			
1	Тема 3.1. Управление веб-сайтом.	2	4	6
2	Тема 3.2. Управление проектами.	4	4	8
3	Тема 3.3. Блоги.	2	4	6
4	Тема 3.4. Финансы. Счета	2	4	6
5	Тема 3.5. Учет расходов.	2	6	8
6	Представление сайта/ блога. Подведение итогов.	2		2
Итого:		14	32	36

## **Содержание курса «Летняя бизнес-школа»**

Уровень предъявления материала обеспечивает учащимся возможность освоить основные концепции предпринимательской деятельности и превратить идею бизнеса в бизнес-план, обогатив его средствами Интернет-коммуникаций.

### **Учащиеся должны знать:**

- основные концепции предпринимательской деятельности;
- основные компоненты бизнес-плана: маркетинговый план, план организации деятельности предприятия, план бизнес-коммуникаций, финансовый план;
- цели и правила выполнения SWOT-анализа;
- основные понятия организации деятельности компании;
- способы осуществления бизнес-коммуникаций;
- основные понятия финансового учета;
- преимущества использования информационных технологий в повседневной деятельности предприятия;
- систему учета расходов и контроля финансового состояния бизнеса.

### **Учащиеся должны уметь:**

- ставить цели и формулировать задачи, связанные с реализацией профессиональных функций;
- анализировать внешнюю и внутреннюю среду предприятия, выявлять ее ключевые элементы и оценивать их влияние;
- разрабатывать маркетинговый план, план организации деятельности предприятия, план бизнес-коммуникаций, финансовый план и объединять их в бизнес-план;
- использовать свободно распространяемое программное обеспечение и различные интернет-сервисы для решения различных задач, возникающих при формировании бизнес-плана;
- обновлять информацию на веб-сайте, не прибегая к посторонней помощи;
- использовать инструменты для управления проектами, понимать разницу между "проектом" и "списком дел";
- использовать электронные таблицы для оформления счетов и управления счетами;
- оформлять и презентовать результаты работы.

### **Формы занятий** используемые при изучении данной темы:

- фронтальная;
- групповая.

### **Тема 1.1. Маркетинг.**

*Теория.* Основные понятия маркетинга (конкуренция, рынок, исследование рынка, рыночная ниша, спрос, снабжение, потенциальный

покупатель, услуга, продукт в маркетинге, ресурсы, умения, внутренние и внешние факторы). Основные виды анализа для понятий маркетинга. SWOT-анализ.

*Практика.* Создание SWOT-анализа в программе LibreOffice Writer.

*Форма подведения итогов.* Представление SWOT-анализа как составной части маркетингового плана для собственного бизнес-проекта.

## **Тема 1.2. Организация деятельности.**

*Теория.* Основные понятия организации деятельности предприятия (место, персонал, оборудование, контрагенты, внешние условия, процесс). Цепочка поставок. Список действий для определения структуры бизнеса.

*Практика.* Построение диаграммы «Цепочка поставок» в программе LibreOffice Draw.

*Форма подведения итогов:* Представление цепочки поставок как составной части плана организации деятельности для собственного бизнес-проекта.

## **Тема 1.3. Бизнес-коммуникации.**

*Теория.* Коммуникация. Цели коммуникаций. Характеристики коммуникаций (результат, процесс, время). Типы коммуникации (вербальная, невербальная, письменная, визуальная). Область коммуникации (внутренняя или внешняя коммуникация). Каналы коммуникации. Логотип. Личные встречи. Печатные материалы (визитная карточка, рекламный листок, брошюра, буклет, постер, каталог). Электронная коммуникация (электронная почта, чат, новостная рассылка, веб-сайт, блог). Цикл коммуникации.

*Практика.* Проведение анализа возможностей бизнес-коммуникации. Создание презентации для проведения визуального анализа возможностей бизнес-коммуникации в программе LibreOffice Impress.

*Форма подведения итогов:* Представление анализа возможностей бизнес-коммуникаций для собственного бизнес-проекта.

## **Тема 1.4. Финансы.**

*Теория.* Основные понятия финансового учета. Финансы. Расходы. Программа расчета расходов. Статьи расходов. Первоначальные расходы. Одноразовые инвестиции. Прибыль. Оценка размера будущей прибыли. Управление финансами. Инструмент для управления финансами.

Себестоимость. Фиксированные и переменные затраты. Издержки.

*Практика.* Анализ точки безубыточности в программе LibreOffice Calc.

*Форма подведения итогов:* Проведение анализа точки безубыточности для собственного бизнес-проекта.

### **Тема 2.1.** Маркетинговый план.

*Теория.* Маркетинговая формула и ее слагаемые (продукт, место, цена и продвижение товаров). Заявление о позиционировании продукта.

*Практика.* Разработка маркетингового плана в программе LibreOffice Writer

*Форма подведения итогов:* Представление маркетингового плана для собственного бизнес-проекта.

### **Тема 2.2.** План организации деятельности предприятия.

*Теория.* Знакомство с понятиями, необходимыми для организации бизнеса: проекты, процессы, этапы отдельного бизнес-процесса. Диаграмма Ганта.

*Практика.* Графическое представление бизнес-процессов с помощью блок-схем в приложении LibreOffice Draw.

*Форма подведения итогов:* Представление плана организации деятельности для собственного бизнес-проекта.

### **Тема 2.3.** План бизнес-коммуникаций.

*Теория.* Планирование деловой коммуникации. Стратегические и тактические цели. Разделы плана бизнес-коммуникаций

*Практика.* Создание плана бизнес-коммуникаций в программе LibreOffice Impress. Расчет бюджета для торжественного открытия предприятия в программе LibreOffice Calc .

*Форма подведения итогов:* Представление плана бизнес-коммуникаций и презентация логотипа для собственного бизнес-проекта.

### **Тема 2.4.** Финансовый план.

*Теория.* План финансовой деятельности предприятия. Финансовые документы, позволяющие оценить ликвидность и рентабельность. Отчет о финансовой деятельности.

*Практика.* Составление отчета о финансовой деятельности. Освоение операций, необходимых для составления финансовых документов, в программе LibreOffice Calc.

*Форма подведения итогов:* Представление финансового плана для собственного бизнес-проекта.

### **Тема 3.1. Управление веб-сайтом.**

*Теория.* Управление веб-сайтом предприятия. Планирование, разработка дизайна, создание, размещение в сети и продвижение веб-сайта.

*Практика.* Публикация на сайте контента разных видов, его удаление, упорядочивание информации на сайте, работа с графическими элементами и элементами навигации. Работа со стилями CSS.

*Форма подведения итогов.* Представление веб-сайта для собственного бизнес-проекта.

### **Тема 3.2. Управление проектами.**

*Теория.* Концепция управления проектами (планирование, исполнение и контроль проектов).

*Практика.* Освоение программы OpenProj как инструмента для управления проектами, выделения задач с различными параметрами. Обучение инструментам распределения ресурсов и затрат между задачами и отслеживания хода выполнения проекта. Освоение инструментов для демонстрации результатов проекта.

*Форма подведения итогов:* Представление проекта, включающего разные типы задач, по открытию собственного бизнеса.

### **Тема 3.3. Блоги.**

*Теория.* Типы и формы деловой коммуникации. Концепция Web 2.0. Блог

*Практика.* Создание блога и его ведение. Использование в блоге контента разных типов (текст, изображения, видео, ссылки, мини-приложения), адаптация изображений в соответствии с общим имиджем компании. Работа с веб-сайтом Blogger.

*Форма подведения итогов:* Представление блога для собственного бизнес-проекта.

### **Тема 3.4. Финансы. Счета.**



*Теория.* Использование электронных таблиц для оформления счетов и управления счетами. Устранение ненужных повторяющихся действий и минимизация ошибок при работе со счетами. Организация эффективного процесса оформления и учета счетов, соответствующего требованиям законодательства.

*Практика.* Знакомство с лицензионными программами для работы с электронными таблицами и с аналогичными приложениями с открытым исходным кодом. Создание счетов, изучение формул, используемых в электронных таблицах.

*Форма подведения итогов:* Представление счетов для своего бизнес-проекта.

### **Тема 3.5. Учет расходов.**

*Теория.* Учет расходов и контроль финансового состояния бизнеса.

*Практика.* Освоение формул разной сложности, в том числе: Автосумма, Автозаполнение, СУММЕСЛИ и СЧЁТЕСЛИ. Составление сводной таблицы расходов предприятия за один год.

*Форма подведения итогов:* Создание шаблона для учета расходов, который можно будет использовать в своем бизнес-проекте.

## Методическое обеспечение курса «Летняя бизнес-школа»

Раздел, тема	Форма занятия	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
Тема 1.1. Маркетинг.	Комбинированная	Интерактивные лекции, моделирование и анализ ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков	Карточки вопросов, терминологические карточки по теме «Мониторинг». Демонстрационный файл <i>SWOT_анализ_демо.odt</i> . Файл для выполнения упражнения <i>SWOT_анализ.odt</i> . Пример SWOT-анализа для обсуждения дополнительного вопроса. Пример PEST-анализа для выполнения дополнительного задания. Практическая работа № 1.1. «Идея. Основы маркетинга».	Компьютеры для участников группы. Презентационное оборудование	Представление SWOT-анализа как составной части маркетингового плана для собственного бизнес-проекта.
Тема 1.2. Организация деятельности.	Комбинированная	Интерактивные лекции, моделирование и анализ ситуаций,	Карточки вопросов, терминологические карточки по теме «Организация деятельности». Демонстрационный файл <i>организация деятельности</i>	Компьютеры для участников группы. Презентацион	Представление цепочки поставок как составной части плана

		учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков Деловая игра	<i>демо.odg</i> . Файл для выполнения упражнения <i>организация деятельности.odg</i> . Практическая работа № 1.2. «Идея. Основы организации деятельности предприятия».	ное оборудование	организации деятельности для собственного бизнес-проекта.
Тема 1.3. Бизнес-коммуникации.	Комбинированная	Интерактивные лекции, моделирование и анализ ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков	Карточки вопросов, терминологические карточки для темы «Бизнес-коммуникации». Демонстрационный файл <i>коммуникация_демо.odp</i> . Файл для выполнения упражнения <i>коммуникация.odp</i> . Практическая работа № 1.3. «Идея. Бизнес-коммуникации».	Компьютеры для участников группы. Презентационное оборудование	Представление анализа возможностей бизнес-коммуникаций для собственного бизнес-проекта.
Тема 1.4. Финансы.	Комбинированная	Интерактивные лекции, моделирование и анализ ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков. Знакомство с	Карточки вопросов, терминологические карточки для темы «Финансы». Демонстрационный файл <i>Первоначальные_затраты_демо.ods</i> . Файл для выполнения упражнения <i>Первоначальные_затраты.ods</i> . Практическая работа № 1.4. «Идея. Основы управления	Компьютеры для участников группы. Презентационное оборудование	Проведение анализа точки безубыточности для собственного бизнес-проекта.

		представителе м малого бизнеса	финансами».		
Тема 2.1. Маркетинговый план.	Комбинированная	Интерактивные лекции, моде- лирование и анализ ситуа- ций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков	Карточки вопросов, терминологические карточки для темы «Маркетинговый план». Демонстрационный файл <i>маркетинговый_план_демо.odt</i> Файл для выполнения упражнения <i>маркетинговый_План.odt</i> . Практическая работа 2.1. «Планирование. Маркетинговый план».	Компьютеры для участников группы. Презентацион ное оборудование	Представление маркетингового плана для собственного бизнес-проекта.
Тема 2.2. План организации деятельности предприятия.	Комбинированная	Интерактивные лекции, моделирование и анализ ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков. Экскурсия на предприятие малого бизнеса	Карточки вопросов, терминологические карточки по теме «План организации деятельности предприятия». Демонстрационный файл <i>блок- схема_демо.odg</i> . Файл упражнения <i>блок- схема.odg</i> . Демонстрационный файл <i>Таблица_этапов_демо.odt</i> . Практическая работа 2.2. "Планирование. План организации деятельности"	Компьютеры для участников группы. Презентацион ное оборудование	Представление плана организации деятельности для собственного бизнес-проекта.

Тема 2.3. План бизнес-коммуникаций.	Комбинированная	Интерактивные лекции, моделирование и анализ ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков Деловая игра	Карточки вопросов, терминологические карточки по теме «План бизнес-коммуникаций». Демонстрационный файл <i>План_коммуникаций_демо.odp</i> . Файлы для выполнения упражнений <i>План_коммуникаций.odp</i> и <i>бюджет_коммуникаций.ods</i> . Практическая работа 2.3. "Планирование. План бизнес-коммуникаций"	Компьютеры для участников группы. Презентационное оборудование	Представление плана бизнес-коммуникаций и презентация логотипа для собственного бизнес-проекта.
Тема 2.4. Финансовый план.	Комбинированная	Интерактивные лекции, моделирование и анализ ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков	Карточки вопросов, терминологические карточки по теме «Финансовый план». Демонстрационный файл <i>отчет_о_финансах_демо.ods</i> . Файл упражнения <i>отчет_о_финансах.ods</i> . Практическая работа 2.4. "Планирование. Финансовый план"	Компьютеры для участников группы. Презентационное оборудование	Представление финансового плана для собственного бизнес-проекта
Тема 3.1. Управление веб-сайтом.	Комбинированная	Интерактивные лекции, моделирование и анализ	Карточка вопросов для темы: Первые шаги, маркетинг, управление веб-сайтом. Терминологические карточки со	Компьютеры для участников группы.	Представление веб-сайта для собственного бизнес-проекта.

		ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков	словами «Доменное имя», «Контент», «Интерактивность», «Хостинг». Конструктор сайтов Wix Практическая работа № 3.1. «Маркетинг. Управление веб-сайтом».	Презентационное оборудование	
Тема 3.2. Управление проектами.	Комбинированная	Интерактивные лекции, моделирование и анализ ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков Деловая игра	Карточка вопросов для темы: развитие, организация деятельности, управление проектами. Терминологические карточки со словами «Проект», «Почтовый клиент», «Таргетинг», «Подписка». Приложение <i>OpenProj</i> . Демонстрационный файл <i>веломир2_демо.pod</i> . Практическая работа № 3.2. "Организация деятельности. Управление проектами"	Компьютеры для участников группы. Презентационное оборудование	Представление проекта, включающего разные типы задач, по открытию собственного бизнеса.
Тема 3.3. Блоги.	Комбинированная	Интерактивные лекции, моделирование и анализ ситуаций, учебные	Практическая работа №3.3. "Бизнес-коммуникация. Блоги"	Компьютеры для участников группы. Презентационное	Представление блога для собственного бизнес-проекта.

		дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков. Знакомство с профессионалом		оборудование	
Тема 3.4. Финансы. Счета	Комбинированная	Интерактивные лекции, моделирование и анализ ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков Экономическая игра	Карточки вопросов для темы: первые шаги, финансы, счета. Терминологические карточки со словами «Счёт», «НДС», «Покупатель», «Грузополучатель». Программы <i>Microsoft Office Excel 2010</i> и <i>LibreOffice Calc</i> . Демонстрационные файлы <i>Счет_демо.xlsx</i> , <i>Список_счетов_2015_Demo</i> Файлы для выполнения упражнений <i>Счет.xlsx</i> , <i>Список_счетов_2015.xlsx</i> Практическая работа № 3.4. «Финансы. Счета».	Компьютеры для участников группы. Презентационное оборудование	Представление счетов для своего бизнес-проекта.
Тема 3.5. Учет расходов.	Комбинированная	Интерактивные лекции, моделирование и анализ	Карточки вопросов для темы: первые шаги, финансы, учёт расходов. Терминологические карточки со	Компьютеры для участников группы.	Создание шаблона для учета расходов. который можно

		<p>ситуаций, учебные дискуссии, практикумы, направленные на выработку навыков. Экскурсия на предприятие малого бизнеса</p>	<p>словами «Статья расходов», «Сводные данные», «Баланс», «Условное форматирование». Программа <i>Microsoft Office Excel</i>. Демонстрационный файл <i>расходы_демо.xlsx</i>. Файл для выполнения упражнения <i>расходы_цветущие_цветы.xlsx</i> и <i>расходы_2010.ods</i>. Практическая работа №3.5. «Финансы. Учёт расходов».</p>	<p>Презентационное оборудование</p>	<p>будет использоваться в своем бизнес-проекте.</p>
--	--	--	--	-------------------------------------	---



## КУРС «ИСКУССТВО УСПЕВАТЬ»

---

### Цели курса:

- воспитание у подростков ответственности, самостоятельности;
- формирование умения эффективно использовать временной ресурс для успешной социально-психологической адаптации.

### Задачи курса:

- освоение технологий эффективного структурирования времени;
- изучение правил и принципов тайм-менеджмента;
- обучение методам планирования времени;

### Режим занятий – вариативный:

- 1) шесть раз в неделю по 2 учебных часа;
- 2) один раз в неделю по 2 учебных часа.

### Форма проведения итогов: рефлексия.

### Учебно-тематический план курса «Искусство успевать»

№	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Тема 1. Ценность времени.	2	2	4
2	Тема 2. Распределение времени.	1	3	4
3	Тема 3. Долгосрочное планирование.	2	2	4
Итого:		5	7	12

### Содержание курса «Искусство успевать»

#### Тема 1. Ценность времени.

*Теория.* Понятие времени и индивидуальных особенностей восприятия. Стратегии управления временем. Знакомство с понятием хронометража и целями его использования. Влияние ограничений во времени на результативность.

*Практика.* Определение индивидуальных особенностей времени, жизненных приоритетов, и их влияние на планирование. Составление списка дел. Определение количества времени, необходимого для реализации задачи. Практическое структурирование времени и определение индивидуальной стратегии.

*Форма подведения итогов:* итоговая рефлексия.

## **Тема 2.** Распределение времени.

*Теория.* Критерии оценки важности и срочности дел. Дела «лягушки, слоны и мамонты». Разделения ответственности за конечный результат и последствия. Делегирование как способ экономии времени.

*Практика.* Работа со списком дел. Организация, рейтинг и корректировка. Важность ответственного отношения к делу и результату. Делегирование и распределение функций в команде. Оценка результатов деятельности. Конструктивное конкурирование. Запрос о помощи и умение сказать «нет».

*Форма подведения итогов:* итоговая рефлексия.

## **Тема 3.** Долгосрочное планирование.

*Теория.* Постановка долгосрочных целей. Поэтапное достижение целей. Перспективы саморазвития.

*Практика.* Составление алгоритма реализации долгосрочных целей. Анализ потраченного времени на тренинге. Определение дальнейших перспектив самоэффективности.

*Форма подведения итогов:* итоговая рефлексия. Заполнение карточки «Научусь, буду продолжать, перестану».

### Методическое обеспечение курса «Искусство успевать»

Раздел, тема	Форма занятия	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал. Электронные источники	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
Тема 1. Ценность времени.	Комбинированная	Практические занятия, учебные дискуссии	Ватманы, песочные часы.	Доска	Рефлексия
Тема 2. Распределение времени.	Комбинированная	Лекции и практические занятия, деловые игры, моделирование и анализ ситуаций, тренинговые упражнения	Ватманы, рабочие листы. Презентация «Лягушки, мамонты, слоны».	Доска	Рефлексия
Тема 3. Долгосрочное планирование.	Комбинированная	Лекции деловые игры, моделирование и анализ ситуаций.	Рабочий лист «Научусь, буду продолжать, перестану».	Доска	Рефлексия

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

---

1. Гандапас Р. «Камасутра для оратора».
2. Георгиевская Т. «Чудо-голос».
3. Гурантов В., Долохов В. «Технология успеха».
4. Карнеги Дейл «Как вырабатывать уверенность в себе и влиять на людей, выступая публично».
5. Леви В. «Приручение страха».
6. Миртов «Живое слово»
7. Поварнин С. И. «Искусство спора».
8. Фопель К. «Как научить детей сотрудничать?»
9. Хофф Рон «Я вижу вас голыми: Как подготовиться к презентации и с блеском ее провести»
10. Шипунов С. «Тренинг ораторского мастерства».
11. Бобровская Л. Н., Сапрыкина Е. А., Просихина О. Ю. Человек и профессия. Образовательный курс профориентационной направленности - М: Профильная школа, 2011
12. Резапкина, Г.В. Обзор интернет-ресурсов по вопросам профессионального самоопределения // Научно - методический журнал заместителя директора школы по воспитательной работе . - 2011. - № 7. - С. 98-116.
13. Соловцова Е. Профессиональная ориентация, деятельность и личностная одаренность. Что такое одаренность, способность и зачем их надо учитывать при профориентации // Народное образование. - 2006.-№ 8. - С.189-193.
14. Пряжников Н.С. Активные методы профессионального самоопределения Издательство: М.: МГППУ , АНО «Центр «Развивающее образование»», 2001. - 86 с.
15. Волков Г.М., Мешков Н.А. Культура предпринимательства: Конспект лекций и тестовые задания. – М.: Издательство МГОУ, 2014. – 166 с.
16. Герасименко В.В. Маркетинг: Учебник. – М.: ИНФРА-М, 2013. – 416 с.
17. Кастельс М. Галактика Интернет: Размышления об Интернете, бизнесе и обществе. – Екатеринбург: У-Фактория, 2014. – 328 с.