

## Программа бизнес-образования для детей МАТРИЦА КАРЬЕРЫ®

### МОДУЛЬ «МЕЧТА»

для учеников 4-х классов



Условия высокой конкуренции в профессиональной жизни требуют от человека высокой эффективности. Личная эффективность — это способность человека с малыми затратами ресурсов (времени, труда, денег) достигать большого результата. Быть эффективным — значит быть успешным (в учёбе, работе, во взаимоотношениях...). **Личная эффективность, продуктивность — это приобретённое качество**, которое вырабатывается постепенно, формируется при постоянном следовании правилам, методам и закреплении навыков.

Главные компоненты личной эффективности: высокая осознанность действий, вера в себя, самодисциплина, самомотивация, способность выходить из зоны комфорта, открытость новому опыту, критический анализ своих действий, работа на результат, закреплённые навыки / привычки продуктивной деятельности.

Модуль «Мечта» направлен на развитие **личной ответственности, умения принимать решения, видеть свою ответственность за принятые решения, умения доводить начатое до конца, быть ориентированным на результат.**

Компетенции сквозного развития (зоны развития в течение всего учебного года в каждой теме): **умение быть продуктивным в группе, в коммуникациях, в достижении целей.**

#### Результаты программы:

- Определены границы личной свободы / ответственности
- Найдены способы принимать решения как лично, так и в группе
- Сформировано представление что такое ответственность, в том числе и за свои решения
- Сформированы навыки работы в команде, определены продуктивные командные роли
- Сформированы навыки ярких и эмоциональных публичных выступлений

**Форма обучения:** тренинги и мастер-классы.

**Продолжительность программы:** 64 академических часа (по 2 ак. часа 1 раз в неделю).

**По окончании** модуля «Мечта» выдаётся Сертификат.

По окончании модулей «Старт», «Горизонт», «Успех», «Мечта» выдаётся

**Диплом о дополнительном образовании** с присвоением квалификации **Мастер личной эффективности / Master of Personal Efficiency (MPE).**

#### Расписание групп на 2023-24 учебный год:

##### 1 группа

Среда 18.30-20.00

Старт обучения: 06.09.2022г.

##### 2 группа

Суббота 12.15-13.45

Старт обучения: 09.09.2023г.

##### 3 группа

Суббота 14.15-15.45

Старт обучения: 09.09.2023г.

**Стоимость программы: 1 взнос – 5 290 руб. (9 взносов в течение уч. года).**

## Учебно-тематический план:

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов
<b>1.</b>	<b>Тренинг командообразования</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Правила командной работы</li> <li>• Принципы взаимодействия в команде</li> </ul> <i>Оценка актуального уровня компетенций студентов</i>	<b>2</b>
<b>Целеполагание</b>		
<b>2.</b>	<b>Цели и задачи</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Какие цели есть у меня? Правила формулировки.</li> <li>• Как достигнуть желаемого? Пошаговый алгоритм достижения цели.</li> <li>• Формулировка задач в формате SMART</li> </ul> <b>Ориентация на результат</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Преодоление препятствий. Правило 3-х выходов из тупика.</li> <li>• Мотивация к достижениям / мотивация к избеганию неудач</li> <li>• Умение доводить дело до конца. Маркеры выполнения.</li> <li>• Самодисциплина и упорядоченность дел</li> </ul>	<b>10</b>
<b>3.</b>	<b>Продуктивность мышления</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Критическое мышление</li> <li>• Системность и аналитическое мышление</li> <li>• Предпринимательское мышление. Креативное мышление.               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Деловая игра: 6 шляп мышления.</li> </ul> </li> <li>• Интенсив: осторожное, рациональное, амбициозное целеполагание</li> </ul>	<b>6</b>
<b>Ответственность личная/ Ответственность в команде</b>		
<b>4.</b>	<b>Ответственность персональная</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• В каких областях жизни и за что я несу ответственность? На что я могу влиять?</li> <li>• Расставляем границы: где мои зоны ответственности?</li> <li>• Что такое «перекладывать ответственность»?</li> <li>• Как я принимаю решения? Технологии поиска вариантов решений (индивидуальных и групповых). Мотивация к достижениям или избеганию неудач?</li> <li>• Как оценить принятое решение?</li> <li>• Прогнозирование рисков принятых решений. Прогнозирование ответственности за решение.</li> </ul>	<b>14</b>
<b>5.</b>	<b>Ответственность командная</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Продуктивность команды.</li> <li>• Моя ответственность перед командой. Разделение ответственности внутри команды.</li> <li>• Независимость. Противостояние влиянию. Ассертивный отказ.</li> <li>• Инициативность и проактивность – место в команде.</li> <li>• Основы ведения переговоров в команде и незнакомыми людьми. Технологии поиска вариантов решений (индивидуальных и групповых), модерация решений группы.</li> </ul>	<b>16</b>
<b>Эмоциональная устойчивость</b>		
<b>6.</b>	<b>Ораторское мастерство</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Эмоции при взаимодействии с другими, при выступлениях на публике – заражение, вовлечение, поддержка публики</li> <li>• Невербальная свобода</li> <li>• Вербальная ёмкость и яркость</li> <li>• Наглядность при выступлениях</li> </ul>	<b>6</b>
<b>7.</b>	<b>Техники саморегуляции</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Способы саморегуляции и самоподкрепления в сложных ситуациях:               <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Работа со своими страхами</li> <li>✓ Работа с переживаниями</li> <li>✓ Работа с тревожностью</li> <li>✓ Работа с обидой</li> </ul> </li> <li>• Как реагировать на негативные эмоциональные состояния у других людей?:               <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Коммуникативные техники</li> <li>✓ Психоэмоциональные техники</li> </ul> </li> </ul>	<b>4</b>
<b>8.</b>	<b>Конфликтология</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Какие бывают конфликты. Отношение к конфликтам.</li> <li>• Алгоритм конструктивного поведения в конфликте</li> <li>• Методы профилактики конфликтов</li> <li>• Ориентация на решение конфликтных ситуаций, позитивное мышление, ориентация на результат</li> </ul>	<b>4</b>
<b>9.</b>	<b>Ассесмент-Центр (итоговая оценка уровня компетенций):</b> модель компетенций успешного человека - личный чек-лист	<b>2</b>
<b>Итого 64 академических часа</b>		