

Программа бизнес-образования для детей  
**МАТРИЦА КАРЬЕРЫ**<sup>®</sup>

## **МОДУЛЬ «ГОРИЗОНТ»**

для учеников 2-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 «Горизонт» посвящен развитию таких компетенций как: **критическое мышление, творческое мышление, позитивное мышление, нахождение нестандартных решений, скорость работы с информацией, планирование и самоорганизация, уверенное поведение.**

Компетенции сквозного развития (зоны развития в течение всего учебного года в каждой теме): **умение работать в команде, гибкость, публичные выступления, ориентация на результат.**

### **Результаты обучения:**

- Умение находить нестандартные решения, критически мыслить
- Осознание своих сильных и слабых сторон, повышение самооценки
- Уверенность в себе, гибкость во взаимоотношениях
- Способность управлять позициями в коммуникации («Я-О'Кей – Ты-О'Кей»)
- Умение достигать результата в коммуникации
- Умение конструктивно выходить из конфликтных ситуаций
- Навык самоорганизации
- Навык публичных выступлений

**Форма обучения:** бизнес-тренинги.

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

**По окончании** модуля «Горизонт» 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 2025-26 уч.год:**

#### **1 группа**

Суббота 12.00-13.30

Старт обучения: 06.09.2025 г.

#### **2 группа**

Суббота 14.00-15.30

Старт обучения: 06.09.2025 г.

**Стоимость программы: 1 взнос – 5 990 руб. (9 взносов в течение уч.года).**

### Учебно-тематический план:

№	Наименование темы	Кол-во часов
<b>1.</b>	<b>Тренинг командообразования</b> (Вводное занятие) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Правила командной работы</li> <li>• Принципы взаимодействия в команде (обратная связь)</li> </ul> Оценка актуального уровня компетенций студентов	<b>2</b>
<b>Я – О'Кей – Ты – О'Кей!</b>		
<b>2.</b>	<b>Коммуникативная мастерская (Исследовательская мастерская)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Значение эмпатии, сопереживания, соучастия в коммуникации</li> <li>• Умение слушать и слышать, задавать вопросы               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Тренинг активного слушания</li> </ul> </li> <li>• Управление диалогом через типы вопросов</li> <li>• Структурированность речи, емкость, лаконичность               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Тренинг позиции «Я-О'К – Ты- О'К»!</li> </ul> </li> </ul>	<b>8</b>
<b>3.</b>	<b>Конфликтология</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Как распознать конфликт?</li> <li>• Решать конфликты через сотрудничество.</li> <li>• Гибкость в конфликтах</li> </ul>	<b>4</b>
<b>4.</b>	<b>Управляем взаимоотношениями</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Самооценка и уверенность в себе</li> <li>• Признаки уверенного (ассертивного) поведения</li> <li>• Основные качества эффективного коммуникатора: позиционируем себя и учимся сотрудничать</li> <li>• Продуктивность в группе. Гибкость.</li> </ul> Тренинг: умение делать комплименты	<b>8</b>
<b>5.</b>	<b>Мастерская Демосфена</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Основы риторики – кратко, ёмко, ярко.</li> <li>• Основы публичных выступлений – диалог с аудиторией</li> <li>• Актерское мастерство: эмоциональная речь, управляем вниманием силой голоса.</li> </ul>	<b>10</b>
<b>Самоуправление</b>		
<b>6.</b>	<b>Эмоции и чувства</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Природа эмоций, диагностика эмоциональной сферы (понимание собственного эмоционального состояния)</li> <li>• Способы выражения эмоций и чувств. Навык понимать свои чувства и чувства других.</li> <li>• Учимся сопереживать, использовать безоценочные высказывания</li> <li>• Технологии управления эмоциями</li> </ul>	<b>4</b>
<b>7.</b>	<b>Интеллект-курс</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Творческое мышление. Креативные решения – учимся видеть необычное в обычных вещах.</li> <li>• Критическое мышление. Формируем собственное мнение.</li> <li>• Технологии поиска нестандартных решений жизненных задач</li> <li>• Навык работы с информацией, умение находить нужное и главное в общем потоке данных</li> </ul>	<b>12</b>
<b>8.</b>	<b>Принятие решений</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Зоны личной ответственности в группе и в семье</li> <li>• Критическое мышление</li> <li>• Нестандартные решения</li> </ul>	<b>4</b>
<b>9.</b>	<b>Искусство мечтать</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Позитивное мышление</li> <li>• Успешные стратегии успешных людей</li> <li>• Работа с негативными установками и убеждениями.</li> <li>• Постановка целей – переводим мечту в цель.</li> <li>• Алгоритм достижения целей. Ориентация на результат, на успех</li> <li>• Самомотивация</li> <li>• Самоконтроль – как не отклониться от результата без внешнего контроля</li> </ul>	<b>10</b>
<b>10.</b>	<b>Ассесмент-Центр (итоговая оценка уровня компетенций)</b>	<b>2</b>
<b>Итого 64 академических часа</b>		