

МАТРИЦА КАРЬЕРЫ

МОДУЛЬ «Я – О'Кей!»



Самостоятельность, уверенность в себе, эффективная коммуникация со сверстниками и взрослыми, самоорганизация, умение решать конфликты - всё это в программе «Я – О'Кей» для детей 8 лет!

Целевая аудитория: ученики 2-х классов.

Форма обучения: тренинги и мастер-классы (по 2 академических часа 1 раз в неделю).

Продолжительность программы: 64 академических часа.

Цели программы: научить детей строить взаимоотношения, сформировать уверенность в себе и своих способностях, показать способы управления взаимодействием и коммуникациями со сверстниками и взрослыми.

Кроме того, тренеры программы показывают ребятам зоны развития и роста, учат осознавать свои сильные и слабые стороны, а также знакомят с инструментами самоорганизации (умение ставить цели, планировать и управлять своим временем).

Результаты обучения:

- Умение эффективно взаимодействовать со взрослыми и со сверстниками
- Умение конструктивно выходить из конфликтных ситуаций
- Умение находить нестандартные решения
- Осознание своих сильных и слабых сторон
- Обретение уверенности в себе
- Навык самоорганизованности
- Навык публичных выступлений

Учебно-тематический план:

№	Наименование темы	Кол-во часов
1.	Тренинг командообразования (Вводное занятие) <ul style="list-style-type: none"> Правила командной работы Принципы взаимодействия в команде (обратная связь) <i>Оценка актуального уровня компетенций студентов</i>	4
Эхо общения		
2.	Исследовательская мастерская <ul style="list-style-type: none"> Что такое общение Что такое дружба Основы межличностного общения Общение мальчиков и девочек 	8
3.	Мастерская Демосфена <ul style="list-style-type: none"> Основы риторики Основы публичных выступлений 	6
4.	Коммуникации со сверстниками и взрослыми <ul style="list-style-type: none"> Уверенное поведение (ассертивное) Мастерство самовыражения Коммуникации в команде: классе, во дворе Активное слушание Основные качества эффективного коммуникатора 	8
5.	Сначала стремись понять, а потом - быть понятым <ul style="list-style-type: none"> Понимание других - основы толерантности Взаимоотношения с разными людьми: одноклассники, родители, друзья Разные позиции восприятия (умение смотреть на ситуацию глазами собеседника) В каких ситуациях полезно быть толерантным <i>Промежуточная оценка компетенций</i>	6
Жизненная самонавигация		
6.	Эмоции и чувства <ul style="list-style-type: none"> Причины вызывающие эмоции Диагностика эмоциональной сферы (понимание собственного эмоционального состояния) Способы выражения эмоций и чувств Технологии управления эмоциями 	6
7.	Управление стрессом <ul style="list-style-type: none"> Причины, вызывающие негативные эмоциональные состояния Виды стресса Техники работы со стрессом Профилактика стресса 	4
8.	Креативная мастерская <ul style="list-style-type: none"> Гибкость в поведении Технологии творческого поиска в решении жизненных задач 	6
9.	Искусство мечтать <ul style="list-style-type: none"> Позитивное мышление Успешные стратегии успешных людей Работа с негативными установками и убеждениями. Постановка целей Алгоритм достижения целей Самомотивация 	8
10.	Воплощаем мечты в реальность: учимся успевать многое <ul style="list-style-type: none"> Основы тайм-менеджмента 	6
11.	Ассессмент-Центр (итоговая оценка уровня компетенций)	2
Итого 64 академических часа		

**По итогам обучения выдается сертификат, подтверждающий обучение
(Лицензия № 9517 выдана Министерством образования, науки и инновационной политики
Новосибирской области 29 февраля 2016 года)**