

## МОДУЛЬ «УСПЕХ»

для учеников 3-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 «Успех» посвящен развитию таких составляющих как **уверенность в себе, повышение самооценки, инициативности и настойчивости, гибкости, проактивности**.

Компетенции сквозного развития (в течение всего учебного года в каждой теме): **умение работать в команде, коммуникация, умение ставить и достигать цели, креативность и критическое мышление**.

### Результаты программы:

- Навыки уверенного поведения
- Устойчивая самооценка
- Навык ставить цели и находить способы их достижения
- Навык управления своими познавательными способностями
- Навык распознавания и решения конфликтных ситуаций
- Навык самоорганизации и управления производительностью

**Форма обучения:** бизнес-тренинги.

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

**По окончании** модуля «Успех» 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

Среда 18.30-20.00

Старт обучения: 03.09.2025г.

#### 2 группа

Суббота 12.15-13.45

Старт обучения: 06.09.2025г.

#### 3 группа

Суббота 14.15-15.45

Старт обучения: 06.09.2025г.

**Стоимость программы: 1 взнос – 6 090 руб. (9 взносов в течение учебного года).**

**Учебно-тематический план:**

| <b>№ п/п</b>                         | <b>Наименование темы</b>   | <b>Кол-во часов</b> |
|--------------------------------------|--|---------------------|
| 1.                                   | <b>Тренинг командообразования</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Правила командной работы</li> <li>• Принципы взаимодействия в команде</li> </ul> <p>Оценка актуального уровня компетенций студентов</p>   | 2                   |
| <b>Секреты успешных коммуникаций</b> |  |                     |
| 2.                                   | <b>Основы коммуникации</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Навыки ведения диалога.</li> <li>• Навык слушать и слышать – активное слушание</li> <li>• Навыки убеждать и аргументировать.</li> <li>• Умение давать обратную связь</li> <li>• Умение сопереживать собеседнику, эмпатия</li> </ul>  | 8                   |
| 3.                                   | <b>Конфликтология</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Гибкость, вариативность, позитивность, медиация</li> </ul>  | 4                   |
| 4.                                   | <b>Эмоциональный интеллект</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Позитивное мышление</li> <li>• Позиция Я-О'К-Ты-О'К!</li> </ul>  | 4                   |
| 5.                                   | <b>Публичные выступления</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Структурированная речь</li> <li>• Управление голосом</li> <li>• Управление телом</li> <li>• Управление своим состоянием во время публичных выступлений</li> </ul>  | 10                  |
| <b>Управление взаимоотношениями</b>  |  |                     |
| 6.                                   | <b>Самооценка, уверенность в себе</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Маркеры личного позиционирования.</li> <li>• Самооценка. Уверенность в себе.</li> <li>• Чек-лист уверенного позиционирования</li> <li>• Инициативность, настойчивость, проактивность.</li> </ul>  | 6                   |
| 7.                                   | <b>Основы лидерства</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Основы лидерства. Продуктивность команды – истинная цель уверенного лидера. Гибкость во взаимоотношениях.</li> <li>• Авторитет и уважение – как заработать, как удержать.</li> <li>• Командное лидерство (борьба за интересы команды, высокие стандарты исполнения в команде, ответственность за команду).</li> </ul> | 6                   |
| <b>Самоорганизация</b>               |  |                     |
| 8.                                   | <b>Интеллект-курс</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Аналитическое мышление. Критическое мышление.</li> <li>• Внимание и наблюдательность</li> <li>• Решение интеллект-задач</li> <li>• Работа с информацией, в т.ч. скорочтение</li> </ul>  | 6                   |
| 9.                                   | <b>Принятие решений</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Личная ответственность в принятии решений</li> <li>• Умение видеть риски при принятии решений</li> <li>• Способы решения проблем</li> </ul>   | 6                   |
| 10.                                  | <b>Увеличиваем свою производительность</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие умения доводить дела до конца. Мотивация, самомотивация, воля. Настойчивость в достижении целей.</li> <li>• Планирование дня, недели, месяца</li> <li>• Ориентация на результат <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Чек-лист полезных привычек</li> </ul> </li> </ul>                | 10                  |
| 11.                                  | <b>Ассессмент-Центр (итоговая оценка уровня компетенций)</b>   | 2                   |
| <b>Итого 64 академических часа</b>   |  |                     |