

Программа бизнес-образования для детей
МАТРИЦА КАРЬЕРЫ®

МОДУЛЬ «ВЫСОТА»

для учеников 5-х классов

Новая ступень в школе,
новый темп жизни,
подростковый возраст...



Условия высокой конкуренции в профессиональной жизни требуют от человека высокой эффективности. **Социальная эффективность, социальная продуктивность – это приобретённое качество**, позволяющее человеку быть успешным в социуме - в учёбе, работе, во взаимоотношениях...

Главные компоненты социальной эффективности: гармоничные отношения, позитивное мышление, самоорганизация, ответственность, трудолюбие, гибкость и способность к адаптации, самостоятельность, самодостаточность, социальная зрелость и культура.

Целью модуля «Высота» является развитие способности жить в режиме многозадачности: задач обучения, задач в отношениях и коммуникации (задач социализации), личных возрастных задач.

Задачи программы:

- Помочь ребятам адаптироваться к изменениям в школе и социуме
- Научить справляться с возросшим темпом и объемом работы
- Сформировать представления о социальных нормах и ценностях
- Показать особенности подросткового возраста со всех сторон
- Закрепить навык работы в режиме продуктивной многозадачности

Компетенции сквозного развития: умение работать в команде, лидерство, публичные выступления, принятие решений, самостоятельность, ответственность.

Форма обучения: бизнес-тренинги, деловые игры.

Продолжительность программы: 128 академических часов (по 4 ак. часа 1 раз в неделю).

По окончании модуля «Высота» выдаётся Сертификат.

По окончании модулей «Высота», «Свобода», «Лидерство», «Открытие» выдаётся

Диплом о дополнительном образовании с присвоением квалификации

Мастер социальной эффективности / Master of Social Efficiency (MSE)

Расписание групп на 2025-26 учебный год:

1 группа

Пятница 16.00-19.00

Старт обучения: 05.09.2025г.

2 группа

Суббота 16.00-19.00

Старт обучения: 06.09.2025г.

3 группа

Воскресенье 11.00-14.00

Старт обучения: 07.09.2025г.

Стоимость программы: 1 взнос – 7 790руб. (9 взносов в течение уч. года).

Учебно-тематический план:

№	Наименование темы	Кол-во часов
1.	Тренинг командообразования <ul style="list-style-type: none"> • Отличие команды от группы • Правила командной работы • Принципы взаимодействия в команде (обратная связь) <p><i>На данном тренинге проводится оценка актуального уровня компетенций, которые будут развиваться в течение учебного года.</i></p>	4
2.	Деловая игра «Большой мир». Многозадачность 5-классника: задачи обучения, задачи возраста, задачи в отношениях, задачи личного развития.	4
Самоорганизация в условиях многозадачности		
3.	Многозадачность и самоорганизация <ul style="list-style-type: none"> • Многозадачность в рамках дня, месяца, года, жизни • Причины дезорганизации. Маркеры дезорганизации. • Ресурсы самоорганизации 	8
4.	Тайм-менеджмент <ul style="list-style-type: none"> • Технологии управления временем • Правила планирования. Формат SMART. • Расстановка задач по приоритетности. Навык составления чек-листов. • Ориентация на результат. Инструменты самоконтроля. • Гибкость и вариативность в планировании и реализации. 	12
5.	Продуктивность <ul style="list-style-type: none"> • Скорочтение: быстрый анализ текста, умение выделять главное; быстро находить нужную информацию, информационная перегрузка • Повышение концентрации внимания, усидчивости. • Повышение переключаемости с одного вида мыслительной деятельности на другой (медиамногозадачность) • Навыки эффективного запоминания 	8
6.	Деловая игра «Путешествие в хаос». Чек-лист для самоорганизации.	4
Многозадачность в отношениях		
7.	Цели и ценности в ближайшем окружении: <ul style="list-style-type: none"> • Семья, друзья, педагоги, одноклассники. • Личные цели и ценности. Круг личных задач. Многозадачность в отношениях: <ul style="list-style-type: none"> • Задачи в коммуникациях с семьей, друзьями, педагогами, одноклассниками. • Задачи в коммуникациях дальнего круга. Социализация. 	4
8.	Задачи личного позиционирования при выходе на публику: <ul style="list-style-type: none"> • самопрезентация, структура текста, эмоции, управление голосом, диалог с публикой. Внимание, используется видеосъёмка! 	8
9.	Задачи личного позиционирования при личном контакте: <ul style="list-style-type: none"> • как создать первое благоприятное впечатление, • техники вступления в контакт (техника комплиментов, активное слушание, проявление эмпатии и т.д.) • вербальное / невербальная коммуникация – набор простых инструментов • виртуальное сотрудничество 	12

10.	Способы достижения целей в коммуникации / переговорах: <ul style="list-style-type: none"> • Точная цель. Цель min. цель max. • Ясность и точность изложения мыслей. • Аргументация и способы влияния на точку зрения собеседников. • Гибкость, разнообразные средства и стили общения в различных ситуациях. • Ориентация на результат в коммуникации, переговорах. 	8
11.	Деловая игра «Переговорные поединки»: роли, стратегия, тактика, гибкость, вариативность, проактивность, ориентация на результат.	4
12.	Природа конфликтов. <ul style="list-style-type: none"> • Ценности, Я-концепция (самооценка, восприятие) как возможные причины конфликтов. Какие задачи каждая сторона решает в конфликте. • Влияние конфликта на работу в команде • Стили поведения в конфликтной ситуации. Сотрудничество в конфликте. • Методы предотвращения и разрешения конфликтов в команде: учимся распознавать конфликты, находить разногласия и точки соприкосновения. • 	8
13.	Деловая игра «Многозадачность в коммуникациях» <i>Промежуточная оценка компетенций студентов.</i>	4
Когнитивные способности и эмоциональный интеллект		
14.	Когнитивные способности <ul style="list-style-type: none"> • Интенсивный тренинг аналитических способностей, системного мышления. <ul style="list-style-type: none"> ◦ Внимание к деталям, точное восприятие данных, внимание к заданным условиям и фактам, сопоставление, выводы, анализ. ◦ Умение работать с информацией, структурировать ее, в том числе навык делать «выжимки» для выступлений. • Интенсивный тренинг критического мышления 	12
15.	Эмоциональный интеллект <ul style="list-style-type: none"> • Психология развития: социальная зрелость, эмоциональная зрелость. <ul style="list-style-type: none"> ◦ Набор поведенческих индикаторов и эмоциональных привычек ◦ Умение контролировать эмоции, выдавать конструктивные реакции, в том числе и в конфликтных, спорных ситуациях. • Способы исследования личности. Типы личности. Зрелость личности. • Социальное обучение. Чек-лист приобретённых качеств (факт / план). 	12
Жизнь в режиме принятия решений		
16.	Групповое принятие решений <ul style="list-style-type: none"> • Методы принятия групповых решений: мозговой штурм, «шесть шляп», метод Делфи, мировое кафе, совещание и т.п. • Навык рациональной оценки ситуации и учета возможных последствий и рисков при принятии решений. • Принятие и разделение ответственности в группе: личная ответственность, групповая ответственность, перекладывание ответственности • Роль инициативы, настойчивости, проактивности в принятии решений <ul style="list-style-type: none"> ◦ Деловая игра «Продуктивность группы». Чек-лист продуктивности группы. 	8
17.	Деловая игра «Большой мир». Многозадачность в ближайшем периоде (6 класс): задачи обучения, задачи возраста, задачи в отношениях, задачи личного развития.	4
18.	Ассессмент-Центр (итоговая оценка уровня развития компетенций)	4
Итого: 128 академических часов		