

**Департамент образования Нефтеюганского района
Нефтеюганское районное муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Куть-Яхская средняя общеобразовательная школа»**

РАССМОТРЕНО:

на заседании

методического совета

Протокол № 1

от «28» августа 2023г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор НРМОБУ

«Куть-Яхская СОШ»

Е.В. Бабушкина

приказ от 31.08..2023г № 520-0

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ПРОкачай_себя»

(с использованием оборудования Центра образования «Точка роста»)

возраст обучающихся 14-17 лет

срок реализации – 1 год

Автор-составитель:

Савина Светлана Сергеевна,

педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «#ПРОкачай_себя» имеет **социально-гуманитарную направленность**.

Актуальность программы

Одним из наиболее актуальных видов обучения в настоящее время является дополнительное образование детей. Оно готовит подрастающее поколение к жизни в условиях меняющегося общества, формирует личность, способную адаптироваться к социально-экономическим переменам, устойчивую к воздействию негативных факторов социума. Дополнительное образование является важным фактором в развитии компетентностей подростка, дает ему возможность реализовать себя, повышает самооценку и оценку со стороны сверстников и взрослых.

Под компетентностью обычно понимают способность эффективно мобилизовать (выбирать и использовать наиболее подходящие) знания и опыт для решения как повседневных, так и нестандартных задач. Полного списка компетентностей не существует, но три универсальные компетентности, которые являются блоками знаний, навыков и установок, у подростка должны быть обязательно. Это следующие универсальные «Soft»-компетентности: компетентность мышления, компетентность взаимодействия с другими (компетентность социальная), компетентность взаимодействия с собой. Уровень развития универсальных компетентностей определяет эффективность принятия решения в различных ситуациях, способность к саморазвитию (умение учиться в академическом понимании и способность овладевать новыми навыками в случае профессиональной или жизненной необходимости).

Подход, соответствующий существующим классификациям и отвечающий современным теориям развития личности, сформулирован в предварительных выводах международного доклада о тенденциях трансформации школьного образования по проекту «Универсальные компетентности и новая грамотность: чему учить сегодня для успеха завтра». Развитие указанных универсальных «Soft»-компетентностей является одной из первостепенных задач массового школьного образования. Их реализация требует развития определенных (гибких) компетенций.

«Гибкие компетенции», «гибкие навыки» или Soft skills в соответствии с терминологией участников международной конференции «Школьное образование 21 века: формирование и оценка гибких компетенций», прошедшей в Москве 29 августа 2019 года) — это комплекс неспециализированных, важных для карьеры надпрофессиональных навыков, которые отвечают за успешное участие в рабочем процессе, высокую производительность и являются сквозными, то есть не связаны с конкретной предметной областью. Списки этих навыков не являются исчерпывающими. Они дополняются в зависимости от конкретного контекста и содержания решаемых задач.

В связи с тем, что Soft skills («гибкие» или «мягкие» социально-психологические навыки или компетенции) развиваются на протяжении всей жизни, целесообразно, в условиях дополнительного образования, сформировать у подростков устойчивую мотивацию к саморазвитию и совершенствованию этих компетенций.

В рамках дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «#ПРОкачай_себя» (далее – Программа) были выделены гибкие компетенции, соответствующие трем целостным универсальным компетентностям: критическое мышление и медиаграмотность (компетентность мышления), коммуникативная компетенция (компетентность социальная) и тайм-менеджмент (компетентность взаимодействия с собой).

Адресат программы: настоящая программа рассчитана на учащихся 14 – 17 лет, имеющих активную позицию, стремящихся к саморазвитию.

Цель программы: формирование у учащихся потребности к саморазвитию и совершенствованию «гибких» компетенций.

Данная цель предполагает решение следующих **задач**:

Обучающие:

- научить эффективно применять знания из области тайм-менеджмента;
- дать знания о вербальном и невербальном общении;
- сформировать систему знаний, способствующую медийной грамотности обучающихся;

Развивающие:

- формировать умения самоанализа и саморефлексии;
- развивать коммуникативные навыки, письменную речь;
- развивать у учащихся осознанное отношение к формированию собственного «цифрового тела»;
- развивать критическое мышление;

Воспитательные:

- стимулировать устойчивый интерес к саморазвитию и самодисциплине путём введения в курс творческих заданий (как для учебных занятий, так и для домашней работы);
- поощрять интерес учащегося к самостоятельному творческому поиску;
- формировать систему ценностей у обучающегося, включающую как социально-значимые ценностные установки, так и индивидуальные.

Условия реализации программы

Условия набора и формирования групп: для обучения по программе принимаются всежелающие 14-17 лет. Списочный состав формируется в соответствии с технологическим регламентом и составляет не менее 10 человек.

Объём и срок реализации программы: 34 часа.

Формы занятий: тренинговые занятия, творческая мастерская, практикум.

Формы организации деятельности учащихся на занятиях:

- *фронтальная* – при изучении нового материала, отработке навыков и закреплении пройденного материала;
- *индивидуальная* (разработка самостоятельных проектов).

Планируемые результаты

В результате освоения Программы, учащиеся будут обладать набором определённых предметных, метапредметных и личностных компетенций.

Предметные:

В результате освоения программы учащийся:

- научится эффективно применять знания из области тайм-менеджмента;
- овладеет системой знаний о вербальном и невербальном общении;
- сформирует систему знаний, способствующую медийной грамотности обучающихся;

Метапредметные:

- сформирует умения самоанализа и саморефлексии;
- разовьёт коммуникативные навыки, письменную речь;
- разовьёт осознанное отношение к формированию собственного «цифрового тела»;
- разовьёт критическое мышление;

Личностные:

- будет проявлять интерес к саморазвитию и самодисциплине;
- будет проявлять интерес к самостоятельному творческому поиску;
- сформирует систему ценностей, включающую как социально-значимые ценностные установки, так и индивидуальные.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Вводное занятие.

Теория: Введение в курс. Краткая характеристика всех модулей Программы.

Практика: заполнение анкеты «Сфера интересов».

Тайм-менеджмент.

Теория: Понятие «Ценности» (социально-значимые, бытовые, индивидуальные). Знакомство с различными аспектами категории «Время». Знакомство с основными приемами планирования, конкретными правилами организации времени. Рассмотрение средств планирования (ежедневник, планер, чек лист, список «To do» и пр.).

Практика: Выполнение заданий на платформе Google-класс: заполнение анкеты «Жизненные ценности». Игровое задание «Исследование времени». Проведение эксперимента «Я и мой день: планирование» и представление его результатов, анализ полученных данных.

Коммуникативная компетентность.

Теория: Основы коммуникации. Вербальные и невербальные средства общения. Коммуникативные барьеры в общении. Конфликт и конфликтные ситуации, буллинг.

Практика: Выполнение заданий на платформе Google-класс: подготовка презентации на тему: «Роль эффективного общения в школе». Просмотр художественного фильма на выбор («Чучело», «Чудо», «Общество мертвых поэтов») и ответы на вопросы к фильму. Упражнения для отработки навыков понимания и анализа вербальных и невербальных средств коммуникации. Съемка видеоролика «Я и общение», самоанализ.

Медиаграмотность.

Практика: Выполнение заданий на платформе Google-класс:

Критическое мышление.

Практика: Выполнение заданий на платформе Google-класс:

Итоговое занятие.

Практика: Итоговое тестирование по теоретической и практической части Программы. Заполнение анкеты о впечатлениях от проведенных занятий.

1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы контроля |
|-------|--------------------------------|------------------|--------|----------|---|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | Заполнение анкеты «Сфера интересов» |
| 2 | Тайм-менеджмент | 6 | 2 | 4 | Анализ эксперимента «Я и мой день: планирование» |
| 3 | Коммуникативная компетентность | 10 | 2 | 8 | Упражнения для отработки навыков понимания и анализа средств коммуникации, самоанализ |
| 4 | Медиаграмотность | 8 | 2 | 6 | |
| 5 | Критическое мышление | 6 | 2 | 4 | |

| | | | | | |
|--------|------------------|----|---|----|-----------------------|
| 6 | Итоговое занятие | 2 | 0 | 2 | Итоговое тестирование |
| Итого: | | 34 | 9 | 25 | |

ФОРМЫ ИТОГОВОГО И ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ

Система контроля результативности обучения

Программа предусматривает использование методического инструментария для выявления, фиксации и предъявления результатов обучения.

Формы выявления и предъявления результатов

Входной контроль – анкетирование.

Промежуточный контроль – проведение практических занятий по окончании изучения отдельных тем - выполнение творческих тестов, упражнений, самоанализ, отчёты о проделанной работ.

Итоговый контроль – итоговое тестирование по теоретической и практической части Программы. Заполнение анкеты о впечатлениях от проведённых занятий.

Формы фиксации результатов

В процессе обучения используются следующие оценочные материалы:

Карта самооценки учащимися и экспертной оценки педагогом компетентности учащегося предназначена для диагностики результатов освоения учащимися программы (уровень достигнутых теоретических знаний, опыта практической деятельности, творчества и сотрудничества), способствует обучению учащихся оценивать уровень достигнутых результатов и позволяет педагогу осуществлять наблюдение за формированием навыка самооценки учащегося - 1 раз;

Анкета «Жизненные ценности» предназначена для работы учащегося со своими ценностными установками. Проводится на первом занятии в разделе «Тайм- менеджмент», так как без осознания своих ценностных ориентаций нет смысла заниматься самоорганизацией и осмыслением своих целей и жизненных планов.

Анкета «Сфера интересов» (на первом вводном занятии, знакомство с учащимися) – диагностика познавательных интересов учащихся.

Анкеты о впечатлениях от проведённых занятий (в конце освоения программы программы) – оценка эффективности педагогического воздействия.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

В ходе реализации программы используются различные современные образовательные технологии, которые ориентированы на оптимизацию процесса обучения и воспитания, на решение важных психолого-педагогических задач: научить учащегося самостоятельно работать, прогнозировать и анализировать результаты своего труда, искать причины затруднений.

Педагогические методики и технологии

Информационно-коммуникационная технология: включение в образовательный процесс работу с ЭОР, электронными пособиями. Информационные технологии также включают в себя все процессы, связанные с получением, хранением и интерпретацией информации, чему и учатся школьники в ходе освоения данной программы.

Личностно-ориентированная технология: формирует основные принципы данной программы. Образовательный процесс строится на творческом взаимодействии учащихся и педагога. В учащихся поддерживается уверенность в собственных силах, в возможности достижения успеха. Программа призвана формировать развивающую среду, побуждающую к самостоятельной познавательной и исследовательской деятельности. Поощряется не формальное, а индивидуальное и коллективное подведение итогов и оценка успехов учащихся.

Технология развития критического мышления: критическое мышление означает выработку точки зрения по определенному вопросу и способность отстаивать эту точку зрения логическими доводами. Благодаря применению этой технологии, учащиеся являются не пассивными слушателями, а постоянно активно ищут информацию, соотносят то, что они усвоили с собственным практическим опытом, сравнивают полученное знание с другими

работами в данной области и других сферах знания (говоря привычным языком, самостоятельно устанавливают внутрипредметные и межпредметные связи). Кроме того, учащиеся учатся подвергать сомнению достоверность и авторитетность информации, проверять логику доказательств, делать выводы, конструировать новые примеры для использования теоретического знания, принимать решения, изучать причины и последствия различных явлений и т.д. Систематическое включение критического мышления в учебный процесс должно формировать особый склад мышления и познавательной деятельности.

Исследовательские методы позволяют учащемуся сделать «открытие» прежде всего для себя, найти ответы и решения на поставленные задачи. Исследовательские методы (например, работа с картой города) помогают в развитии мышления и фантазии, способности анализировать, сопоставлять, в формировании таких качеств, как внимательность, сосредоточенность, терпеливость, а также дают учащимся знания, приближающие процесс обучения к научному поиску. Дети приобретают навыки, необходимые им в дальнейшей образовательной исследовательской деятельности.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

Список литературы для педагогов

1. Аминов. И.И. Психология делового общения. – М., 2014. – 304 с.
2. Аткинсон В.В. Сила мысли в деловой и повседневной жизни. Пер. с англ. - Москва, 2008.
3. Воровщиков С.Г. Развитие учебно-познавательной компетентности учащихся. – М., 2013. – 401с.
4. Грецов А.Г. Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание[Текст] / А.Г. Грецов. - Санкт-Петербург: Питер, 2011. - 416 с.
5. Крутько С. 9 правил эффективной деловой коммуникации [Электронный ресурс] / С. Крутько // 4brain [Электронный ресурс]. - 2015. - Режим доступа : <https://4brain.ru/blog/9-%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB-%D1%8D%D1%84%D1%84%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B9-%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%BC%D1%83%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8/>, свободный. - Заглавие с экрана.
6. Логинова, Н. Н. К вопросу об оценке «гибких компетенций» подростков / Н. Н. Логинова, Ю. В. Панева. - Образование и воспитание. — 2020. — № 1 (27). — С. 41-44. — URL: <https://moluch.ru/th/4/archive/154/4750/> (дата обращения: 14.06.2020).
7. Меркулова Т.В., Беглова Т.В. Тайм-менеджмент для детей, или как научить школьников организовывать свое время / Т.В. Меркулова, Т.В. Беглова. – Москва: Педагогический университет «Первое сентября», 2011. - 40 с.
8. Пиз А. Язык телодвижений.- М., 2013. - 464 с.
9. Руднев В.Н. Риторика. Деловое общение. – М., 2013. – 352 с.
10. How to Stop A Bully [Видеозапись] : [выпуск от 02.05.2014] / [автор Brooks Gibbs] // Brooks Gibbs : [канал пользователя YouTube]. – Сафети Харбор, Флорида США, 02.05.2014. - : цв. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=7oKjW1OIjuw> (дата обращения: 07.02.2019).

Список литературы для учащихся и родителей

1. Астахов П.А. Я и семья. - М.: Эксмо, 2010. - 80 с.
2. Аткинсон В.В. Сила мысли в деловой и повседневной жизни. - М., 2008.
3. Манн И. Как стать №1 в том, что вы делаете. – М., 2014. – 306 с.
4. Руднев В.Н. Риторика. Деловое общение. – М., 2013. – 352 с.
5. Чернышова Л. И. Деловое общение. - М., 2008. – 388 с.

Календарный учебный график дополнительного образования

| Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель | Количество учебных часов | Режим занятий |
|-----------------------------------|--------------------------------------|----------------------|--------------------------|----------------|
| 04.09.2023 | 30.05.2024 | 34 | 34 часа | 1 раз в неделю |

Карта самооценки учащимся и экспертной оценки педагогом компетентности учащегося

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Освоил теоретический материал по темам программы | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | | | | | |
| 2 | Знаю специальные термины, используемые на занятиях | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | | | | | |
| 3 | Научился использовать полученные на занятиях знания в практических целях | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | | | | | |
| 4 | Умею выполнить практические задания по работе с ресурсами, которые даёт педагог | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | | | | | |
| 5 | Научился самостоятельно выполнять творческие задания | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | | | | | |
| 6 | Могу научить других тому, чему научился сам на занятиях по программе | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | | | | | |
| 8 | Приобрел(а) умения получать информацию из различных источников | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | | | | | |

Обработка анкет

При обработке анкеты ответы учащихся группируются по следующим категориям:

1. освоение теоретической информации — пункты 1, 4
2. опыт практической деятельности — пункты 2, 3, 5.
3. опыт творчества — пункты 6,
4. опыт сотрудничества — пункты 7, 8.

Самооценка учащегося и экспертные оценки педагога суммируются, вычисляется среднеарифметическое значение по каждой компетентности и далее по освоению образовательной программы в целом.

Анкета «Жизненные ценности»

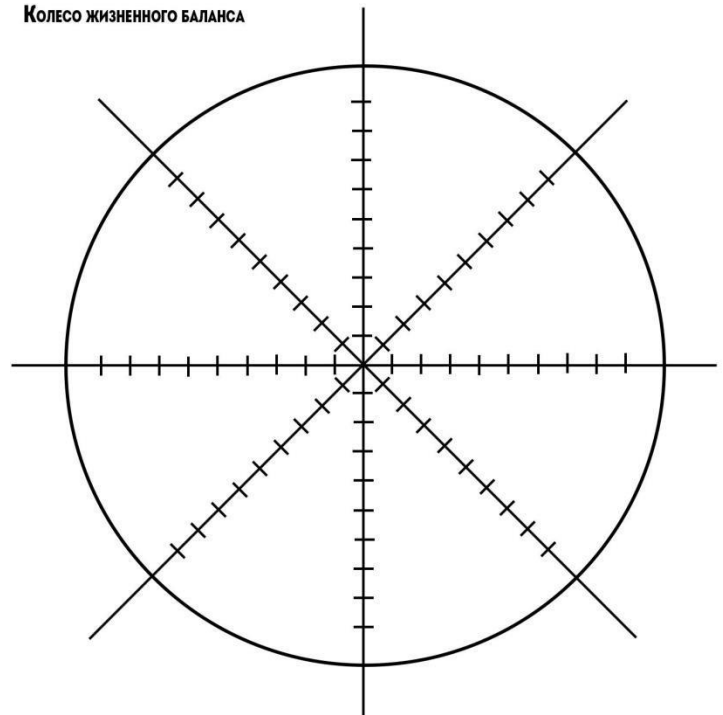
1. Каждый человек – уникален. Каждый из нас обладает внутренними особенностями – чертами характера, знаниями, умениями и навыками, то есть качествами личности, которые положительно оцениваются окружающими. Какие качества личности являются для тебя наиболее важными? Пожалуйста, укажи не более 5 качеств.

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____

2. Современный мир многогранен. Ценности у людей разные. Каждый выбирает для себя наиболее важные жизненные ценности и стремится к ним. Какие из нижеперечисленных жизненных ценностей являются для тебя наиболее важными? Отметьте не более 8-ти позиций из предложенного списка:

- 1) Активная гражданская позиция
- 2) Безопасность
- 3) Дружба
- 4) Дружная семья
- 5) Духовность
- 6) Жизнь без войны
- 7) Здоровье, здоровый образ жизни
- 8) Интересная работа
- 9) Качественное образование
- 10) Любовь к Родине, родному городу
- 11) Материально обеспеченная жизнь
- 12) Воспитанность
- 13) Отличный внешний вид, имидж
- 14) Познание, интеллектуальное развитие
- 15) Помощь другим (людям, животным, природе и т.п.)
- 16) Понимание и принятие различными людьми друг друга
- 17) Популярность, известность
- 18) Профессиональное мастерство
- 19) Развлечения, отдых
- 20) Самореализация
- 21) Самостоятельность
- 22) Свобода выбора, независимость
- 23) Творчество
- 24) Уверенность в завтрашнем дне
- 25) Уверенность в себе
- 26) Успешная карьера
- 27) Общение
- 28) Честность, принципиальность
- 29) Уважение, признание
- 30) Любовь
- 31) Счастье
- 32) Другое (что именно) _____

Колесо жизненного баланса



Впиши эти ценности в сферы «колеса баланса» и отметь, насколько они реализованы в твоей жизни.

3. В современном российском обществе многие школьники занимаются в детских объединениях, кружках и секциях дополнительного образования. Какого человека, с твоей точки зрения, готовит сегодня дополнительное образование?

Выбери не более 5-ти позиций из предложенного списка:

- 1) Культурного, образованного
- 2) Критически мыслящего
- 3) Ответственного
- 4) Конкуренспособного
- 5) Успешного
- 6) Готового к осознанному выбору профессии
- 7) Добросовестного и дисциплинированного
- 8) Хорошего семьянина
- 9) Человека, реализующего свои способности и таланты
- 10) Творческую личность
- 11) Человека, относящегося с уважением к истории и культуре своей страны и родного города, своего народа, других народов
- 12) Человека, способного в будущем добиваться поставленных целей
- 13) Человека, умеющего добиваться поставленных целей (целеустремленного)
- 14) Принципиального человека, имеющего собственную точку зрения
- 15) Духовно-нравственного
- 16) Отзывчивого человека, готового прийти на помощь
- 17) Человека, реализующего свои способности
- 18) Патриота своей страны

4. На формирование жизненных ценностей человека влияют многие факторы: окружение людей, с которыми он общается, конкретный человек, семья, школа, дополнительное образование и т.п.

Что в большей степени, на твой взгляд, повлияло на формирование твоих жизненных ценностей? Выбери не более 5-ти позиций из предложенного списка:

- 1) Друзья
- 2) Религия
- 3) Семья
- 4) Сообщества в социальных сетях
- 5) Средства массовой информации, интернет
- 6) Школа
- 7) Учителя школы
- 8) Педагоги дополнительного образования
- 9) Творческое объединение, в котором я занимаюсь (кружок, секция, клуб и т.п.)
- 10) Литературные и киногерои
- 11) Искусство
- 12) Известные выдающиеся личности
- 13) Природа
- 14) Детские и молодежные общественные объединения
- 15) Другое (что именно) _____

5. У каждого человека есть свои идеалы конкретных людей, литературных и кино персонажей, на которых он бы хотел быть похожим. А какие идеалы есть у тебя?

Кого из героев книг, фильмов, деятелей культуры, искусства, науки, спорта или политики ты мог бы назвать своим идеалом? Количество людей не ограничивается.

Какие, на твой взгляд, качества личности этого человека (людей), персонажа (персонажей), ты бы отметил, как самые важные, значительные?

Кто, на твой взгляд, является самой значимой фигурой в истории (мировой, нашей страны, нашего города)? Количество людей не ограничивается.

Какие, на твой взгляд, качества личности этой фигуры (человека, персонажа), ты бы отметил, как самые важные, значительные?

Вопросы анкеты «Сфера интересов»

Представьте себе наши занятия:

Как Вы думаете, что мы будем изучать?

Чему бы Вы хотели научиться на занятиях?

Расскажите немного о себе:

Как Вы думаете для чего нужно развивать свои умения и навыки?

Занимаетесь ли Вы в каких-либо кружках / секциях / клубах? Каких?

Почему Вы решили заниматься по этой Программе?

Чего ещё Вы ожидаете от занятий?

Вопросы анкеты о впечатлениях от проведённых занятий

Что стало для Вас самым главным результатом наших занятий?

Какие темы, занятия, задания были для Вас.... Почему?

- ✓ наиболее сложными?
- ✓ лёгкими?
- ✓ непонятными?
- ✓ интересными?

Соответствовали ли наши занятия Вашим ожиданиям? Научились ли Вы тому, чему хотели?

Остались ли у Вас какие-нибудь вопросы? Какие?

Что необходимо изменить в нашей программе?

Как можно усовершенствовать, сделать интереснее и полезнее занятия?

Какие сведения, темы, материалы были излишними?

Что бы Вы хотели пожелать тем, кто будет учиться по этой программе после Вас? На что им стоит обратить особое внимание?

Чему стоит уделить больше внимания педагогу?