

## Содержание учебного материала ДООП «Мой успех в карьере»

### Модуль 1. Знакомство с программой

*Тема 1.1 Вводное занятие. Понятия «лидер», «организатор», «профессионал», «руководитель». Тренинг на знакомство (2 ч.)*

Теория: Введение в тематику занятий. Основные качества и способности лидера.

Практика: Обсуждение понятий «лидер», «организатор», «руководитель». Ознакомление с тематикой программы Школы Лидера. Выполнение упражнений на знакомство с группой: «Снежный ком», «Доверие», «Интервью», «Я за тебя отвечаю», «Перемена мест», «Линейка». Рефлексия.

*Тема 1. 2. Перспективы профессионального карьерного роста (3 ч.)*

Теория: Перспективы профессионального карьерного роста. Оценка показателей профессиональной компетентности субъекта профессионального образования. Портрет успешного специалиста в различных сферах деятельности («Человек-Техника», «Человек-Художественный образ», «Человек-Природа», «Человек-Человек»). Профессионально-психологический портрет.

Практика: Диагностика профессиональной направленности личности обучающихся. Составление перечня профессиональных умений. Тренинг «Моя профессия: вчера, сегодня, завтра».

*Тема 1.3. Инструктажи по технике безопасности (3 ч.)*

Теория: Знакомство с содержанием инструктажей по технике безопасности: Вводный инструктаж для обучающихся ТОГБПОУ «Железнодорожный колледж имени В.М. Баранова» (ИОТ 002 - 2015г.).

1. - Инструкция по пожарной безопасности (ИОТ-003-2015г.).

- Инструкция по охране труда: требования безопасности в аварийных ситуациях (ИОТ-029-2015г.).
- Инструкция по охране труда: оказание первой доврачебной неотложной помощи пострадавшим.

- Инструкция по охране труда при проведении спортивных соревнований (ИОТ-044-2015г.).
- Инструкция по предупреждению дорожно-транспортного травматизма (ИОТ-074-2015г.).
- Инструкция при проведении культурно-массовых и спортивных мероприятий (ИОТ-077-2015г.).
- Инструкция по охране труда по безопасности при перевозке учащихся транспортом (ИОТ-078-2015 г.).
- Инструкция по охране труда при проведении массовых мероприятий (вечеров, концертов, фестивалей, конкурсов, конференций, слетов и др.) (ИОТ-076-2015г.).

Практика: Заполнение протоколов ознакомления с содержанием инструктажей. Тестирование, проверочная работа.

## **Модуль 2. Цели и средства общения. Лидерство**

*Тема 2.1. Цели общения. Вербальные и невербальные средства общения. Барьеры общения (3 ч.)*

Теория: Цели общения: биологическое общение, социальное общение. Вербальный уровень общения - речь. Невербальные коммуникации: жесты, мимика, позы, походка, внешний вид. Невербальные знаковые системы: кинесика, пара- и экстралингвистика, проксемика, визуальное общение.

Практика: Коммуникативные барьеры. Информационно-дефицитный барьер. Замещающе-искажающий барьер. Эмоциональный барьер. Фонетическое непонимание. Семантический барьер, стилистический барьер, логический барьер. Социально-культурные различия. Барьеры общения: нерелексивное слушание, релексивное слушание.

Практическое задание: Разработать приемы повышения эффективности общения и преодоления коммуникативных барьеров: прием «имя собственное», прием «зеркало отношений», прием «золотые слова», прием «терпеливый слушатель», прием «личная жизнь». Упражнение «Актерское мастерство». Ролевая игра. Рефлексия.

*Тема 2.2 Тренинг на командообразование и сплочение коллектива «Веревочный курс» (3 ч.)*

Теория: Игры на взаимодействие и сплочение коллектива.

Практика: Проведение тренинга на сплочение коллектива «Веревочный курс» (по станциям). Упражнение «Образ группы». Рефлексия.

*Тема 2.3. Портрет лидера XXI века. Специфические и общие качества лидера. Типология лидерства (3 ч.)*

Теория: Понятие лидера. Специфические и общие качества лидера. Типология лидерства. Стили и функции различных типов лидерства. Формальный и неформальный лидер. Лидерские качества, наиболее часто, встречающиеся у успешных лидеров. Рейтинг качеств.

Практика: Тест «Признаки лидера». Просмотр видео-дискуссии «Контекст новых лидеров: кто такие успешные лидеры будущего?». Обсуждение темы. Определение формальных и неформальных лидеров в группе. Составление рейтинга качеств лидера. Коллаж «Портрет лидера». Тестирование для проверки усвоения теоретических знаний по теме «Лидерство». Рефлексия.

*Тема 2.4. Представление о себе, как о лидере. Самооценка лидерских качеств (3 ч.)*

Теория: Типология лидерства. Стили и функции различных типов лидерства.

Практика: Шифровка «ЛИДЕР». Составление портрета лидера. Тренинг по выявлению лидерских качеств обучающихся. Тесты «Лидер ли я?», «Какой я лидер?». Ролевая игра «Выборы царя зверей». Рефлексия.

*Тема 2.5. Основы успешности организатора. Памятка организатору (3 ч.)*

Теория: Основы успешности организатора. Основы организаторской работы. Качества организатора. Правила организатора. Планирование работы.

Практика: Составление памятки организатору. Развитие умения брать на себя ответственность. Ролевая игра «Ведущий телепередачи». Упражнение «Управляющая пятерня». Рефлексия (упражнение «Свеча»).

*Тема 2.6. Портфолио лидера (3 ч.)*

Теория: Портфолио лидера. Понятие термина «портфолио». Основной смысл. Цель составления. Содержание, структура документа. Разновидности. Папка достижений. Требования к портфолио, предъявляемого на конкурс.

*Практика:* Мастер-класс «Портфолио. Его значение при трудоустройстве. Структура портфолио и особенности оформления». Подготовка своего портфолио. Сбор материалов. Заполнение папки, согласно основным требованиям к содержанию и структуре портфолио лидера. Конкурс «Лучшее портфолио обучающегося ТОГБПОУ «Железнодорожный колледж имени В.М. Баранова».

### **Модуль 3. Стили и функции различных типов лидерства**

*Тема 3.1. Тренинги личностного роста. Самопознание. Взаимодействие в игре (3 ч.).*

Теория: Цели и описание упражнений, правила их выполнения.

Практика: Упражнения: «Мои потребности», «Сила мысли», «Теплое место», «Идентификация», «Игрушка», «Контракт с самим собой». Рефлексия.

*Тема 3.2. Знакомство с невербальным языком тела. Основы социальной перцепции (3 ч.).*

Теория: О чем могут рассказать жесты? 75 признаков языка тела. Общераспространенные мимика и жесты. Мимика. Чтение «с лица». Как использовать язык тела осмысленно?

Практика: 75 признаков языка тела по Максиму Эггерту (таблица). Язык жестов во время знакомства. Как используя язык тела вызвать доверие и сделать свои намерения понятными для собеседника - 18 приемов. Рефлексия.

*Тема 3.3. Тренинги личностного роста. Целеполагание. Индивидуальное проектирование (3 ч.).*

Теория: Целеполагание. Цели и описание упражнений, правила их выполнения.

Практика: Упражнения: «Сила цели», «Моя жизненная цель», «Препятствия», «Временные рамки», «Ресурсы», «Я – идеальный», «План реализации цели», «Стратегия успеха», «Идеальный день», «Идеальное окружение». Рефлексия.

*Тема 3.4. Тайм-менеджмент: управление личной эффективностью (3 ч.)*

Теория: Отношение ко времени. Планирование. Приоритеты. Поглотители времени. Технологии повышения продуктивности. Самомотивация.

Практика: Упражнение «Колесо жизни». Тренинг "Тайм-менеджмент: управление личной эффективностью". Определение целей. Что отличает цель от желания и мечты. Критерии спецификации целей (SMART, PURE, CLEAR, GROW). Классические методы расстановки приоритетов (Правило Шваба, Матрица Эйзенхауэра, Декартовы координаты, Правило Парето, ABC-анализ). Ментальные карты (MindMaps). «Воры времени», и стратегии вежливых отказов. Принципы эффективного отдыха и быстрого восстановления. Рефлексия.

*Тема 3.5 Тренинги личностного роста. Развитие навыков взаимодействия (3 ч.)*

Теория: Цели и описание упражнений, правила их выполнения.

Практика: Упражнения: «Установление контакта», «Самопрезентация», «Поиск сокровищ», «Звездная карта», «Таможня», «Восточный рынок», «Десять секунд», «90 градусов», «Снежки» и другие. Рефлексия.

*Тема 3.6. Социальное проектирование. Разработка социального проекта и его реализация на базе колледжа (3 ч.)*

Теория: Логика формирования социального проекта и технология разработки его проблемно-целевого и содержательного блоков. Методы и этапы социального проектирования. Как провести социологическое исследование в образовательном учреждении.

Практика: Тренинг социальной активности. Упражнения: «Что я могу дать миру?», «Наглядная агитация». Метод мозгового штурма. Составление анкеты для студентов колледжа с целью выявления у них острых социальных проблем. Подведение итогов анкетирования. Выявление проблемной ситуации, которая будет основополагающей для разработки проекта. Определение темы проекта, формулирование концепции будущего объекта (цели, задачи). Выбор средств и методов реализации проекта. Запуск социального проекта.

*Тема 3.7. Волонтерская деятельность. Планирование и проведение акции (3 ч.)*

Теория: Волонтерская деятельность. Планирование и проведение акции.

Практика: Подготовка акции. Планирование и проведение акции.

Практическая организация акции. Подведение итогов акции.

*Тема 3.8. Тренинги личностного роста. Моя команда (3 ч.).*

Теория: Цели и описание упражнений, правила их выполнения.

Практика: Упражнения: «Рисунки в парах», «Кот и дом», «Вавилонская башня», «Кольцо», «История», «Телефакс», «Аплодисменты по кругу». Рефлексия.

#### **Модуль 4. Психология общения**

*Тема 4.1. Коллективная творческая деятельность. Подготовка и проведение культурно-массового профориентационного мероприятия для школьников «День открытых дверей» (3 ч.).*

Теория: Коллективная творческая деятельность. Основное средство сплочения коллектива. Виды КТД. Стадии КТД. Предварительная работа. Планирование.

Практика: Разработка собственной КТД по стадиям. Подготовка и проведение культурно-массового профориентационного мероприятия для школьников «День открытых дверей». Рефлексия.

*Тема 4.2. Психология общения. Культура речи. Бытовое общение. Деловой разговор (3 ч.)*

Теория: Общение. Культура речи. Как говорить. Как слушать. Как понять товарища. Виды общения. Бытовое общение. Деловой разговор. Речевой этикет.

Практика: Тренировочные упражнения «Какой слушатель мешает». Индивидуальная работа «Что внутри меня мешает и помогает общению. Что снаружи меня (поведение окружающих людей) мешает и помогает».

*Тема 4.3. Профессиональный этикет. Правила поведения на рабочем месте (3 ч.)*

Теория: Понятие «профессиональная этика». Профессиональный этикет. Правила поведения на рабочем месте. Речь в деловом общении. Деловой профессиональный стиль. Адаптация на рабочем месте, понятие, условия протекания. Методы адаптации.

Практика: Тренинг на тему «Профессиональный этикет. Правила поведения на рабочем месте. Адаптация на рабочем месте».

*Тема 4.4. Понятие конфликта, виды конфликта, конфликт и пути их разрешения (3 ч.)*

Теория: Понятие конфликта, виды конфликта, конфликт и пути их разрешения. Конфликт как столкновение темпераментов, мнений, интересов, позиций, ценностей и т.п. Конфликтный человек. Конфликты со сверстниками, с родителями, с учителями, их причины и возможности преодоления. Трудовые конфликты и пути их решения. Стили общения. Профилактика конфликтов.

Практика: Тренинг «Конфликт, его причины, этапы и фазы протекания. Конфликтные ситуации при трудоустройстве». Определение уровня конфликтности, стратегии поведения в конфликтной ситуации. Проигрывание конфликтных ситуаций. Упражнения по конфликтной компетентности подростка. Тестирование. Рефлексия.

*Тема 4.5. Виды игр и их значение. Этапы организации игры. Игровые методики (3 ч.)*

Теория: Виды, типы игр и их значение. Методика проведения различных видов игр. Этапы организации игры. Игровые методики. Классификация игр: командные игры, игры без разделения на команды, шуточные игры, музыкальные игры, зимние игры, игры с залом. Интеллектуальные игры. Сюжетно-ролевые игры, роль игр в развитии деловых и лидерских качеств у молодежи.

Практика: Практикум «Игры, в которые мы играем». Тренировка проведения игр с залом. Отработка социальных навыков в игре. Сценарий

интеллектуальной игры-викторины для студентов колледжа. Проведение игры. Рефлексия.

*Тема 4.6. Резюме как одно из самых эффективных средств саморекламы. Принципы самопрезентации. Подготовка к трудоустройству. (3 ч.).*

Теория: Определение и цель собеседования. Типы собеседований.

Подготовка к собеседованию. Структура собеседования. Особенности телефонного собеседования. Стресс- собеседование. Типовые вопросы работодателя, методика ответа на них. Ошибки соискателя. Имидж соискателя. Манера поведения и речи. Определение и значение самопрезентации. Этапы и принципы самопрезентации.

Практика: Мастер-класс «Как правильно составить резюме. Структура, принципы и правила составления резюме». Тренинг «Общение как способ трудоустройства. Подготовка и участие в собеседовании. Манера поведения и речи». Отработка коммуникативных навыков и развитие коммуникативной компетенции.

*Тема 5.1. Подведение итогов обучения. (2 ч.).*

Практика: Итоговое тестирование. Парад достижений индивидуальностей. Подведение итогов обучения по программе ДООП «Мой успех в карьере», общая рефлексия. Вручение сертификатов о прохождении курса обучения. Награждение грамотами и дипломами активистов.