

## АПОНО “СИНГУЛЯРИТИ ХАБ”



Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа  
социально-гуманитарная направленность  
**«Трек развития: от самостоятельности к влиянию: второй год»**

Возраст обучающихся: 14-17 лет

Срок реализации: 10 месяцев

Автор-составитель:  
преподаватель  
Алексеева Д.А.



Чебоксары

2025 г.

## Содержание

<b>1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы</b>	3
<b>1.1. Пояснительная записка</b>	3
<b>1.2. Цель и задачи образовательной программы</b>	5
<b>1.3. Содержание образовательной программы</b>	5
<b>1.4. Планируемые результаты</b>	7
<b>2. Комплекс организационно-педагогических условий</b>	9
<b>2.1. Календарный учебный график</b>	9
<b>2.2. Условия реализации программы</b>	9
<b>2.3. Формы контроля (аттестации)</b>	11
<b>2.4. Оценочные и методические материалы</b>	11
<b>3. Рабочая программа воспитания</b>	12
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b>	
<b>Приложение 1. Учебный план</b>	15
<b>Приложение 2. Рабочая программа модулей</b>	16
<b>Приложение 3. Календарный учебный график</b>	22



## **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Программа «Трек развития: от самостоятельности к влиянию: второй год» направлена на поддержку подростков 14–17 лет в процессе их личностного и социального становления, формирования готовности к самостоятельной жизни и осознанному выбору профессионального пути. Программа способствует развитию у обучающихся универсальных компетенций, включая регулятивные (самоорганизация, целеполагание, саморегуляция), коммуникативные (взаимодействие, диалог, разрешение конфликтов), познавательные (анализ, рефлексия, аргументация), а также личностных качеств — ответственности, инициативности, устойчивости и лидерского потенциала.

Современные вызовы, такие как динамичность профессиональной среды, усиление конкуренции и возрастающая сложность социальных взаимодействий, требуют от подростков умения адаптироваться, самостоятельно ставить цели, принимать взвешенные решения, эффективно работать в команде и управлять собственным развитием. Развитие гибких навыков становится ключевым условием успешной социализации, построения образовательной и профессиональной траектории, а также формирования осознанной жизненной позиции.

### **Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Трек развития: от самостоятельности к влиянию: второй год» (далее - образовательная программа) направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в сфере социальной культуры, ответственного отношения к жизни в обществе, принятие обоснованных решений и рационального социального поведения, профессиональную ориентацию, а также на удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации.

Образовательная программа имеет социально-культурную направленность, что позволяет обеспечить вовлечение обучающихся в



практику глобального, регионального и локального развития общества, развитие культуры межнационального общения, лидерских качеств, финансовой, правовой и медиаграмотности, предпринимательской деятельности.

Образовательная программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся.

Основанием для проектирования и реализации данной общеразвивающей программы служит перечень следующих нормативных правовых актов:

Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ»;

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

### **Актуальность образовательной программы**

Современные подростки живут в условиях высокой информационной нагрузки, нестабильной социальной среды и стремительно развивающихся технологий. Эти изменения требуют от них способности к быстрой адаптации, эмоциональной устойчивости, умения самостоятельно ставить цели, принимать решения и строить взаимодействие с окружающими. Вместе с тем, исследование мотивации и успешности подростков показывает, что развитие именно универсальных компетенций (гибких навыков) становится определяющим фактором их успешной социализации, построения жизненного и профессионального пути.

Программа ориентирована на системное развитие ключевых компетенций XXI века, включая осознанное самоопределение, лидерский потенциал, проектное мышление, эффективную коммуникацию и эмоциональную саморегуляцию. Новизна программы заключается в целостном подходе к формированию личности подростка через интеграцию пяти взаимодополняющих модулей, где теоретические знания немедленно применяются в практической деятельности.

Педагогическая целесообразность программы подтверждается её соответствием возрастным и психологическим особенностям обучающихся 14–17 лет. Интерактивные форматы и гибкий подход позволяют создать среду,



в которой подросток может безопасно развивать собственную субъектность, самооценку и уверенность.

Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся, включает интерактивные форматы занятий, практико-ориентированные задания, групповые проекты и индивидуальную работу. Основу обучения составляет деятельностный подход, опора на личный опыт подростков, развитие навыков самонаблюдения и самоанализа.

### **Адресат программы**

Программа предназначена для обучающихся в возрасте 14-17 лет, имеющих индивидуальную потребность получить развитие по основам навыков эффективной социальной жизни.

### **Объем и срок освоения программы**

Объём образовательной программы составляет 600 часов, включая все виды аудиторной и самостоятельной работы.

Срок реализации образовательной программы 10 месяцев, с возможностью выбора и построения индивидуальной образовательной траектории (в т.ч. ускоренные сроки).

Форма обучения – очная, с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Особенности организации образовательного процесса: форма организации деятельности: индивидуальная, групповая.

Режим занятий обучающихся составляет 12,5 часов в неделю.

1 академический час равен 45 минутам.

## **1.2. Цель и задачи образовательной программы**

Целью программы является создание условий для становления и развития у обучающихся 14–17 лет личностных и метапредметных компетенций, обеспечивающих успешную адаптацию, формирование самостоятельности, устойчивой мотивации к обучению и готовности к взаимодействию в коллективе.

Задачи:

### **Обучающие:**

1. Формирование системы знаний о принципах самоопределения, профессиональной ориентации и построения личной образовательной траектории;

2. Обучение методам постановки целей, саморегуляции, самоанализа, планирования и командного взаимодействия;

3. Освоение технологий эффективной коммуникации, аргументации, публичных выступлений и ведения переговоров.

### **Развивающие:**



1. Развитие навыков критического и креативного мышления для анализа информации и генерации нестандартных решений.;
2. Содействие формированию навыков рефлексии, критического и творческого мышления;
3. Развитие лидерского потенциала, инициативности и способности принимать ответственные решения.

**Воспитательные:**

1. Формирование ответственного отношения к собственным поступкам, уважения к окружающим и ценность сотрудничества;
2. Воспитание ответственного отношения к личностному и профессиональному самоопределению;
3. Поддержание становления позитивной самооценки и личностной идентичности

### **1.3. Содержание образовательной программы**

**Учебный план дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Трек развития: от самостоятельности к влиянию: второй год»** представлен в Приложении 1.

Содержание программы раскрывается через содержание тем представленных в учебно-тематическом плане образовательной программы.

### **Учебно-тематический план дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы**

#### **«Трек развития: от самостоятельности к влиянию: второй год»**

№ п\п	Наименование тем, модулей	Общее количество часов	в том числе			Форма контроля
			Теория	Практика	Сам. работа	
<b>Модуль 1. Самоопределение и профессиональный вектор</b>						
1	Самопознание и личностные основы	60	12	24	24	Тест
2	Целеполагание и проектирование будущего	50	8	18	24	Тест
3	Профессиональная ориентация и рынок труда	30	4	10	16	Тест
<b>Итого по модулю 1. Самоопределение и профессиональный вектор</b>		<b>140</b>	<b>24</b>	<b>52</b>	<b>64</b>	
<b>Модуль 2. Лидерство и командная работа</b>						
1	Психология команды и групповая динамика	50	8	18	24	Тест
2	Теория и практика лидерства	50	12	20	18	Тест
3	Командные процессы и эффективность	40	8	16	16	Тест



<b>Итого по модулю 2. Лидерство и командная работа</b>		<b>140</b>	<b>28</b>	<b>54</b>	<b>58</b>	
<b>Модуль 3. Проектная деятельность и инициатива</b>						
1	Основы проектной деятельности	70	16	30	24	Тест
2	Практикум проектной деятельности	60	12	24	24	Тест
3	Развитие инициативности и предпринимательского мышления	30	4	10	16	Тест
<b>Итого по модулю 3. Проектная деятельность и инициатива</b>		<b>160</b>	<b>32</b>	<b>64</b>	<b>64</b>	
<b>Модуль 4. Коммуникация, влияние и аргументация</b>						
1	Эффективная коммуникация и межличностное общение	30	4	16	10	Тест
2	Критическое мышление и аргументация	30	4	10	16	Тест
3	Публичные выступления и самопрезентация	20	4	8	8	Тест
<b>Итого по модулю 4. Коммуникация, влияние и аргументация</b>		<b>80</b>	<b>12</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	
<b>Модуль 5. Осознанность, устойчивость, рефлексия</b>						
1	Эмоциональная устойчивость и управление стрессом	40	8	16	16	Тест
2	Рефлексия и осознанность	40	8	16	16	Тест
<b>Итого по модулю 5. Осознанность, устойчивость, рефлексия</b>		<b>80</b>	<b>16</b>	<b>32</b>	<b>32</b>	
<b>Итого по образовательной программе ДО «Трек развития: от самостоятельности к влиянию: второй год»</b>		<b>600</b>	<b>112</b>	<b>236</b>	<b>252</b>	

**Рабочая программа** представлена в Приложении 2.

#### **1.4. Планируемые результаты**

Образовательная программа направлена на достижение следующих образовательных результатов:

##### **Знания:**

- что такое самоопределение, профессиональная ориентация и личный образовательный вектор;
- основные теории и стили лидерства, принципы командного взаимодействия;
- этапы проектного цикла и методы управления проектами;
- техники эффективной коммуникации, аргументации и публичных выступлений;



- основы эмоционального интеллекта, саморегуляции и рефлексивной практики.

#### **Умения:**

- анализировать свои сильные стороны, ценности и профессиональные интересы;
- ставить цели и разрабатывать планы их достижения;
- распределять роли в команде и эффективно взаимодействовать для достижения общих целей;
- разрабатывать и реализовывать проекты от идеи до презентации результатов;
- выстраивать эффективную коммуникацию в различных ситуациях;
- применять техники аргументации и убеждения в дискуссиях;
- управлять своим эмоциональным состоянием в стрессовых ситуациях;
- проводить рефлексию деятельности и извлекать уроки из опыта.

#### **Владение навыками:**

- навыками самопрезентации и построения личного бренда;
- техниками фасилитации и модерации групповых обсуждений;
- методами критического мышления и анализа информации;
- инструментами тайм-менеджмента и приоритизации задач;
- техниками активного слушания и эмпатического общения;
- навыками управления вниманием аудитории и проведения презентаций;
- практиками осознанности и эмоциональной саморегуляции;
- методами конструктивной обратной связи и решения конфликтов.



## **2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график** представлен в Приложении 3

Программа реализуется в течение календарного года.

### **2.2. Условия реализации программы**

*Организационные условия реализации образовательного процесса*

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) образовательной программы осуществляется в полном объеме независимо от места нахождения обучающегося с применением дистанционных образовательных технологий.

Обучение ведется на образовательной платформе СКАЙПРО РУС. Образовательная платформа обеспечивает проведение всех видов аудиторных занятий в соответствии с учебным планом. Образовательная платформа обеспечивает обучающимся доступ:

- к образовательной программе, учебному плану, расписанию занятий, образовательному контенту;
- оценку результатов обучения по образовательной программе в соответствии с учебным планом;
- фиксацию хода образовательного процесса, результатов текущего контроля;
- взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и (или) асинхронное взаимодействие посредством сети "Интернет".

### *Кадровое обеспечение*

Реализацию образовательной программы осуществляют педагогические работники, имеющие среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлениям, соответствующим направлению дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы, и отвечающие квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональных стандартах).

К реализации образовательной программы могут допускаться лица, обучающиеся по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности образовательной программы, и успешно прошедшие промежуточную аттестацию не менее чем за два года обучения.

### *Материально-техническое обеспечение*

При реализации образовательной программы используются:

- информационные технологии (образовательная платформа СКАЙПРО РУС с образовательным контентом);



- технические средства: персональный компьютер микрофон; WEB-камера; монитор; принтер с МФУ; технология видео-конференц-связи Яндекс Телемост; роутер;

- электронные информационные ресурсы: электронно-библиотечная система, справочно-правовая система «Консультант плюс», информационная система: Национальная электронная библиотека (НЭБ);

- электронные образовательные ресурсы: электронный курс (видеолекции, учебные и справочные материалы, практические задания, интерактивные упражнения и др) размещен на образовательной платформе СКАЙПРО РУС.

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде.

Электронная информационно-образовательная среда обеспечивает возможность доступа обучающемуся из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству РФ.

Для реализации дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Трек развития: от самостоятельности к влиянию: второй год» с применением электронного обучения и дистанционных технологий используется рабочее место преподавателя: персональный компьютер (ноутбук), имеющий доступ к информационно-телекоммуникационной сети Интернет.

Для обучения по программе с применением дистанционных технологий обучающийся должен иметь персональный компьютер (ноутбук), оснащенный микрофоном, аудиоколонками и (или) наушниками, имеющий доступ к информационно-телекоммуникационной сети Интернет.

Минимальные системные требования для ПК:

1. операционная система: Windows 7/8/8.1/10, macOS 10.15 или новее;
2. браузер: Google Chrome/ Yandex Browser/ Opera/Mozilla Firefox/ Safari/ Edge последней стабильной версии;
3. оперативная память: 4 ГБ или больше;
4. процессор: двухъядерный @ 2 ГГц или мощнее;
6. интернет-соединение: от 5 Мбит/сек;
7. наличие микрофона и веб-камеры.



Минимальные системные требования для мобильных устройств (смартфон/планшет):

1. версия OS: Android 9, iOS 13.3 или новее;
2. браузеры: актуальная версия Google Chrome или Safari, для iOS до 14.3 только Safari;
3. оперативная память: 3 ГБ или больше;
4. процессор: 2 ГГц (четырехъядерный) или мощнее;
5. интернет-соединение: от 5 Мбит/сек.

### **2.3. Формы контроля (аттестации)**

Формой контроля в каждом модуле является текущий контроль. Проведение текущего контроля в рамках реализации образовательной программы осуществляется в соответствии с учебным планом в виде прохождения тестирования по каждой теме. Условия по выполнению заданий отражаются в личном кабинете обучающихся. Оценивание в рамках текущего контроля не переводятся в отметки по пятибалльной системе.

Педагог проводит наблюдение за обучающимися, отслеживает динамику изменения их навыков, анализирует сильные и слабые стороны индивидуальной работы, для последующей корректировки недостатков.

Оценивание заданий текущего контроля производится в автоматическом режиме образовательной платформой. Фиксация результатов текущего контроля в рамках реализации образовательной программы осуществляется в личном кабинете обучающегося.

### **2.4. Оценочные и методические материалы**

*Примеры оценочных материалов:*

**1. Какое утверждение лучше всего описывает концепцию эмоционального интеллекта?**

- Способность всегда сохранять позитивный настрой
- Умение скрывать свои истинные чувства от окружающих
- Способность распознавать и управлять своими эмоциями и эмоциями других людей
- Навык быстрого принятия решений в стрессовых ситуациях
- Умение убеждать других в своей правоте

**2. При распределении ролей в команде по Белбину, кто отвечает за генерацию идей и творческий подход?**

- Исполнитель
- Координатор
- «Мозговой центр» (Мыслитель)



- Исследователь ресурсов
- Оценщик

### **3. Что такое рефлексия в контексте личностного развития?**

- Критика действий других людей
- Процесс самоанализа и осмыслиения собственного опыта
- Составление планов на будущее
- Запоминание важной информации
- Умение быстро реагировать на изменения

### **4. Какая техника поможет справиться с волнением перед публичным выступлением? (Выберите несколько вариантов)**

- Глубокое дыхание
- Избегание зрительного контакта с аудиторией
- Мысленная репетиция выступления
- Ускорение темпа речи
- Концентрация на дружелюбных лицах в аудитории

Результаты текущей аттестации, реализуемые в виде тестирования, осуществляются по двухбалльной системе: «зачтено», «не зачтено».

**Критерии оценивания**

<b>Оценка</b>	<b>Шкала</b>
Зачтено	Обучающийся должен ответить верно на 80% вопросов теста или более
Не зачтено	Обучающийся отвечает верно менее чем на 80% вопросов теста

#### ***Учебно-методическое обеспечение образовательной программы***

Учебно-методическое обеспечение модулей образовательной программы включает в себя авторские разработки представленные на образовательной платформе. Материалы образовательной программы созданы методистами АПОНО “СИНГУЛЯРИТИ ХАБ”.

Обучающиеся обеспечиваются средствами обучения и воспитания через личный кабинет обучающихся в электронно-информационной образовательной среде (ЭИОС).



Средства обучения и воспитания применяемые в образовательном процессе включают в себя, электронные учебники и учебно-методическим пособия электронных библиотечных систем, дидактические материалы для выполнения различных практических заданий, комплекты оценочных материалов, тестовые материалы, средства наглядности (учебные электронные схемы, таблицы, диаграммы, фотографии), тренажеры, аудиовизуальные средства (аудиоматериалы, учебные видеоматериалы, презентации).

### **3. Рабочая программа воспитания к дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе технической направленности «Трек развития: от самостоятельности к влиянию: второй год»**

#### **1. Пояснительная записка**

Настоящая программа разработана для обучающихся от 14 до 17 лет, занимающихся по дополнительной общеобразовательной общеобразовательной программе социально-культурной направленности «Трек развития: от самостоятельности к влиянию: второй год», с целью организации с ними воспитательной работы. Реализация программы воспитательной работы осуществляется параллельно с выбранный ребенком или его родителями (законными представителями) основной дополнительной общеобразовательной программой.

Воспитательная работа направлена на создание благоприятных психолого-педагогических условий для развития социально активной личности обучающегося, максимальное раскрытие личностного потенциала, формирование мотивации к самореализации и осознанному влиянию в различных сферах деятельности, успешной интеграции в современное общество в качестве активного и ответственного гражданина.

Цель программы - воспитание социально активной личности, способной к осознанному самоопределению, эффективной коммуникации, проектной деятельности и лидерству через развитие ключевых компетенций XXI века.

#### **Воспитательные задачи:**

- повышение мотивации обучающихся к развитию личностных и универсальных компетенций, осознание значимости самоопределения, профессионального выбора и личного вклада в социальное пространство;
- воспитание основ лидерской культуры, ответственного поведения, уважения к другим, готовности к сотрудничеству и эффективному взаимодействию в команде;



- содействие формированию рефлексивной и коммуникативной культуры, способности выражать и аргументировать собственную позицию, влиять на окружающих, слушать и принимать другую точку зрения;
- воспитание качеств личности, способствующих проектной инициативе, самостоятельности, эмоциональной устойчивости к стрессу, способности принимать взвешенные решения и нести ответственность за их последствия;
- развитие стремления к самоуправлению, самодисциплине, осознанному целеполаганию и способности выстраивать личную траекторию развития, соотнося ее с личными ценностями и общественными интересами.

## II. Планируемые результаты

Реализация программы воспитания предполагает достижение следующих результатов:

### **Знания:**

- что такое самоопределение, профессиональная ориентация и личный образовательный вектор;
- основные теории и стили лидерства, принципы командного взаимодействия;
- этапы проектного цикла и методы управления проектами;
- техники эффективной коммуникации, аргументации и публичных выступлений;
- основы эмоционального интеллекта, саморегуляции и рефлексивной практики.

### **Умения:**

- анализировать свои сильные стороны, ценности и профессиональные интересы;
- ставить цели и разрабатывать планы их достижения;
- распределять роли в команде и эффективно взаимодействовать для достижения общих целей;
- разрабатывать и реализовывать проекты от идеи до презентации результатов;
- выстраивать эффективную коммуникацию в различных ситуациях;
- применять техники аргументации и убеждения в дискуссиях;
- управлять своим эмоциональным состоянием в стрессовых ситуациях;
- проводить рефлексию деятельности и извлекать уроки из опыта.



## **Владение навыками:**

- навыками самопрезентации и построения личного бренда;
- техниками фасилитации и модерации групповых обсуждений;
- методами критического мышления и анализа информации;
- инструментами тайм-менеджмента и приоритизации задач;
- техниками активного слушания и эмпатического общения;
- навыками управления вниманием аудитории и проведения презентаций;
- практиками осознанности и эмоциональной саморегуляции;
- методами конструктивной обратной связи и решения конфликтов.

## **Календарный план воспитательной работы**

Основные направления воспитательной работы	Наименование воспитательного мероприятия	Период проведения
Профориентационное, профессионально-личностное	Участие в тематических профориентационных мероприятиях	в течение календарного года
Воспитание познавательных интересов	Участия в местных и республиканских образовательных мероприятиях для проявления творческих и интеллектуальных способностей	в течение календарного года

Идентификатор документа c451adc6-9c19-4cba-b18d-31dfcf785e89

Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»



Подписи отправителя:	Организация, сотрудник	Доверенность: рег. номер, период действия и статус	Сертификат: серийный номер, период действия	Дата и время подписания
	АПОНО "СИНГУЛЯРИТИ ХАБ" Соловьев Георгий Михайлович ДИРЕКТОР	Не требуется для подписания	0224601C01FFB271AF4D07901 B91B3A7D7 с 17.06.2025 20:05 по 17.09.2026 20:05 GMT+03:00	23.12.2025 15:28 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа