

РАССМОТРЕНО
на заседании МС
Протокол №6 от 30.08.2023
 О.В. Малыгина

УТВЕРЖДАЮ
Приказ №02-01-373 от 30.08.2023
Директор МБОУ СОШ №11
 О.Р. Зинатова



название КСК	«Школа стратегов и аналитиков».
авторы (руководители)	Бывальцева Л.В., учитель русского языка и литературы
цель:	усвоение старшеклассниками практических инструментов (приемов и техник) тайм-менеджмента для эффективной организации своего времени.
задачи:	1. Познакомить учащихся с различными аспектами категории времени: время физическое, психологическое, историческое. 2. Проанализировать жизненные ситуации, в которых происходит потеря времени, и научить применять способы эффективной организации своего времени. 3. Познакомить старшекласников с правилами планирования; создать условия для освоения приемов планирования и формирования индивидуального стиля организации времени. 4. Мотивировать школьников планировать свое время в учебный период и в свободное от уроков время. 5. Организовывать пространство проектирования старшекласниками ситуаций, связанных с конструктивным и неконструктивным управлением временем.
программа разработана на основе курса (если имеется)	Курс разработан по рекомендациям модульного курса «Тайм-менеджмент для ученика» при Педагогическом университете «Первое сентября» (авторы Т.В. Беглова и Т.В. Меркулова). Сертификат (рег. №103-332-49/ЕМ-01-002) о прохождении модульного курса выдан 17.07.2012). И по материалам дистанционного курса «Тайм-менеджмент (управление временем)» в ООО «Ментал-Скилл».

ожидаемые результаты: для педагогов для учащихся	• формируется учебно-методический комплекс по КСК; • организует деятельность по формированию метапредметных компетенций; В результате обучения старшеклассники смогут: • научиться управлять своим временем, расставлять приоритеты и укладываться в сроки; • использовать инструменты управления временем; • отработать навыки планирования рабочего дня; • избегать потери времени, выявлять его нецелевое и неэффективное использование, высвободить дополнительные временные ресурсы; • правильно распределять усилия между повседневными делами и долгосрочными задачами; • расставлять приоритеты; определять очередность работ; • брать на себя ответственность за сроки и результат.
тема для исследований :	«Время - ресурс возможностей» «Мои хронофаги»

Пояснительная записка.

Краткосрочный курс «Школа стратегов и аналитиков» разработан для учащихся 8-9 классов в рамках модели внеурочной деятельности старшей школы «FOCUS будущего». В содержание курса включен материал, не входящий в рамки школьной программы, но готовящий учащихся на практическом уровне управлять, организовывать свое время, свою деятельность по достижению собственных целей.

Актуальность тайм-менеджмента связана с запросами современности на особый проектный стиль деятельности. Это означает, что человек и в профессиональной сфере, и в личной сфере, и даже в быту реализует разного рода большие и маленькие проекты. Запрос современности на проектный стиль жизни, информационная и коммуникативная насыщенность среды требуют особого подхода к организации времени. Таким образом, умение организовывать свое время стало актуальной компетентностью успешного человека.

Навыки тайм-менеджмента позволят учащимся выполнять работы с меньшими затратами времени, получать больше удовлетворения от работы; произойдет сокращение ошибок при выполнении своих функций и достижение профессиональных и жизненных целей кратчайшим путем.

КСК по тайм-менеджменту состоит из четырех модулей: «Мотивация», «Осмысление понятия «Время», «Целеполагание и выбор», «Приемы планирования».

Краткосрочный курс реализуется в формате тренинга с применением современных активных форм обучения (анализ жизненных ситуаций, работа в мини-группах, в парах, дискуссии, тренировочные упражнения, обсуждения, интерактивное взаимодействие участников между собой и с преподавателем). Преимущества данного курса: практическая направленность, интерактивные формы обучения, интенсивный характер обучения и удобный форма

Содержание и планирование КСК:

№	тема	содержательные линии	активные формы и методы
1	Презентация модульного курса.	Знакомство с модулем. Определение новых понятий.	Видеофрагмент по потерянное время
2-3	Мотивация. Перезагрузка.	Что такое тайм-менеджмент? Приемы самомотивации. Упражнение «Ассоциации»	Самодиагностики: «Сила мотивации», «Ваш хронотип (по Остбергу)», «Движение к цели»
4-5	Время - ресурс возможностей.	Предоставление информации по темам: «Время как ресурс» и «Единицы времени». Рисуночный тест «Персональная концепция времени». Принцип «Парето».	Самодиагностики и упражнения: «Хронограф», «Мой капитал времени», Тест «Персональная компетентность во времени». ДИ «День по расписанию и без»
6-7	Хронофаги-поглотители времени.	Объективные и субъективные «растратчики» времени. Исследование собственных ресурсов и ограничений.	ДИ «Мои хронофаги» (методика «Проблемное облако»), упражнение «Антивремя».
8-9	«Если у вас нет цели – у вас нет на это и времени»	Мини-лекция «Истинные цели, желания – первый шаг к личной эффективности. Их выявление и формулирование». Практикум-тренинг «Колесо жизни».	Упражнение «Золотая рыбка», «SMART-технология» и «Принцип крови», синквейн «Цель или целеполагание»
10-	Стратегия.	Что такое стратегия? Виды	ДИ «Мосты в

11	«Мосты в будущее»	стратегий. Способы поиска целей.	будущее».
12-13	Стратегия успешного тайм-менеджмента.	Приёмы планирования. Стратегия «Пять П». Кейс «Навыки высокоэффективных людей». Планирование. Особенности контекстного планирования.	Кейс- технология. Контексты. Методика Д. Аллена «GTD». Прием «Тайм-боксинг»
14-15	Приемы планирования.	Расстановка приоритетов – матрица Эйзенхауэра. Метод «Швейцарского сыра». Практикум. Напоминалки. Метод «Съесть лягушку». Метод «Съесть слона»	Технология «m100%M». Стратегии планирования ТМ.
16	Рефлексия		

Литература

1. «Тайм-менеджмент для ученика или Как научить детей организовывать свое время», Т.В. Беглова, Т.В. Меркулова, Педагогический университет «Первое сентября», 2011г.