

Вклад
в будущее



Программа по развитию
личностного потенциала

Развитие личностного потенциала подростков

5-7
классы

Модуль
«Я и мое благополучие»

Методическое
пособие

маршрут
на благополучие
построен



УДК 373.3/.5.02/.03
ББК 74.202 + 74.200.5

Рецензенты:

кандидат психологических наук, старший научный сотрудник Международной
лаборатории позитивной психологии личности и мотивации,
старший преподаватель департамента психологии НИУ ВШЭ

В.Ю. Костенко;

кандидат социологических наук, аналитик ФГБУ «Центр защиты прав
и интересов детей» (Москва), научный сотрудник института
психологии РГПУ им. А.И.Герцена, психолог

Р. Г. Дубровский

Развитие личностного потенциала подростков. 5–7 классы. Модуль «Я и мое благополучие». Методическое пособие / Болховитинова Ю. А., Граф Е. А., Егорова Ю. В., Короткова Н. В., Савостикова Е. С. – М.: Благотворительный фонд «Вклад в будущее», – 1 изд., 2022.

ISBN 978-5-6047576-1-1

В данном пособии представлены материалы для педагога к модулю «Я и мое благополучие» для 5–7 классов УМК «Развитие личностного потенциала подростков». В нем обозначены цели и задачи курса, даны сценарии проведения занятий. В ходе обучения учащиеся познакомятся с понятием «субъективное благополучие», увидят, как оно связано с семьей, экологией, планетой в целом, со способностью брать на себя ответственность и принимать обдуманные решения. Модуль может быть интегрирован в программу внеурочной деятельности школьников. Предложенное содержание будет также интересным и полезным для подростков на уроках обществознания.

Учебное издание

Болховитинова Юлия Александровна, Граф Екатерина Александровна,
Егорова Юлия Вячеславовна, Короткова Надежда Валерьевна,
Савостикова Екатерина Сергеевна.

**Развитие личностного потенциала подростков. 5–7 классы.
Модуль «Я и мое благополучие».**

Методическое пособие

Ответственный редактор – Надежда Горбатюк
Дизайн и компьютерная верстка – Петр Соловьев
Литературная редакция – Ирина Чепелкина
Корректурa – Екатерина Буслаева, Нина Олевская
Иллюстрация на обложке – Керим Аккизов

ISBN 978-5-6047576-1-1



© Благотворительный фонд
«Вклад в будущее», 2022



Содержание

Введение	4
Цели и задачи модуля	6
Оценка эффективности занятий	8
Содержательные особенности модуля	8
Особенности организации занятий	10
Структура занятия и условные обозначения	12
Тематическое планирование модуля «Я и мое благополучие»	13
Занятие 1. Мои потребности	14
Занятие 2. Мои возможности	18
Занятие 3. Ответственность перед собой	22
Занятие 4. Ответственность за мир	28
Занятие 5. Профессия	34
Занятие 6. Этика труда	38
Занятие 7. Как справиться с рисками	44
Занятие 8. Стратегии прочности	50
Занятие 9. Кибербезопасность	56
Занятие 10. Продуктивность	62
Занятие 11. Семейный бюджет	68
Занятие 12. Предприимчивость	72
Занятие 13. Вклад в благополучие мира	76
Занятие 14. Человек в мире будущего	84
Приложения	90

ВВЕДЕНИЕ

Система образования призвана откликаться на запросы общества и государства, поэтому в современном быстро изменяющемся мире школа должна быть особенно гибкой и чуткой к требованиям времени. Сегодня подрастающее поколение все чаще задается вопросами «Кто я такой?», «Чего я хочу?», «Как стать счастливым?», «Что мир может дать мне, а я – этому миру?». И ответы на них не универсальны и не однозначны. Самоопределение и построение собственного благополучия – это путь длиною в жизнь, который хотелось бы пройти максимально осознанно. Понимать себя и свои потребности, уметь делать самостоятельный выбор, принимать ответственные решения, оценивать риски и возможности, строить устойчивый материальный и финансовый фундамент для самостоятельной жизни – все это, несомненно, должно присутствовать в багаже современного выпускника средней школы. И школа приняла вызов времени, взяв на себя задачу подготовить детей так, чтобы они стали успешными и счастливыми в мире VUCA¹.

Одним из эффективных способов достичь поставленной цели является создание образовательной среды, способствующей развитию личностного потенциала каждого ребенка. Среда тесно связана с содержанием образования. По инициативе благотворительного фонда Сбербанка «Вклад в будущее» разрабатывается учебно-методический комплект (УМК) «Развитие личностного потенциала подростков». В данном пособии представлен модуль «Я и мое благополучие», в основе которого – концепция развития личностного потенциала Дмитрия Алексеевича Леонтьева, принципы позитивной психологии, сформулированные Мартином Селигманом и его последователями, и теория самодетерминации Эдварда Л. Диси и Ричарда М. Райана.

Модуль нацелен на помощь подросткам в понимании себя и знакомстве с инструмен-

тами достижения субъективного благополучия, а по-простому – счастья.

Однако «что такое счастье – это каждый понимал по-своему». Фраза из книги Аркадия Гайдара «Чук и Гек» точно описывает неуловимость самого желанного для человека состояния. Поэтому мы, следуя за авторитетным мнением мировых ученых, сосредотачиваемся на понятии «субъективное благополучие».

Из чего же складывается субъективное благополучие? Научный сотрудник Международного исследовательского центра Гэллапа Эдвард Динер, которого прозвали «Доктор Счастье», не только разложил его на составляющие, но даже составил формулу подсчета его количества.

Для этого нужно сложить удовлетворенность жизнью и разницу между положительными и отрицательными эмоциями, которые испытывает человек на работе, дома и в отношениях с близкими², и если человек испытывает больше позитивных эмоций, чем негативных, если он отмечает высокую степень удовлетворенности жизнью, то его можно считать счастливым.

Какие факторы влияют на наше благополучие? Согласно международным исследованиям, на ощущении субъективного благополучия сказываются материальный достаток, здоровье, место жительства, социальная справедливость и даже пол и возраст. Кроме того, согласно теории самодетерминации³, разработанной американскими психологами Эдвардом Л. Диси и Ричардом Д. Райаном в конце XX века, субъективное благополучие зависит от удовлетворения базовых психологических потребностей в автономности, компетентности, принятии другими. Поэтому мы даем учащимся инструменты понимания своих потребностей, оценки возможностей и ограничений, а также предлагаем освоить приемы, которые помогают подросткам стать

самостоятельными и гибкими, в том числе и при выборе профессии.

Также на субъективное благополучие влияет понимание своего «уровня достаточности», поэтому мы знакомим подростков с принципами осознанного потребления. На уроках совместно с учащимися мы обсуждаем, как выбор потребителя влияет на жизнь, в том числе следующих поколений, на природу и в целом на мир вокруг.

На субъективном благополучии отражается и благотворительная деятельность: готов ли человек потратить свое время и деньги на помощь другим людям. Отсюда мы выстраиваем диалог на темы, развивающие ответственность подростка, говорим

о способах благотворительности, об оказании помощи семье и окружающим, об этичности труда.

Итак, учеными доказано: наше счастье – субъективное благополучие – в наших руках! В свою очередь ощущение благополучия делает нас устойчивее, повышает нашу антихрупкость, то есть способность преодолевать трудности, распознавать возможности, делать выбор и сохранять равновесие в самые нестабильные времена. Это именно тот результат, который мы хотим получить.

А начинается путь к собственному благополучию с принятия на себя ответственности. Именно на этом делается акцент в модуле «Я и мое благополучие».

Педагогу мы предлагаем продолжить знакомство с темой субъективного благополучия при помощи дополнительных источников:

1. Селигман М. Путь к процветанию. Новое понимание счастья и благополучия.
2. Маслоу А. Мотивация и личность.
3. Чиксентмихайи М. Поток. Психология оптимального переживания.
4. Бонивелл И. Ключи к благополучию: Что может позитивная психология.
5. Эгер Э. Дар. 12 ключей к внутреннему освобождению и обретению себя.
6. Рассказова Е.И., Леонтьев Д.А. Личностный потенциал: структура и диагностика.
7. Иванченко Г.В. На пороге профессиональной карьеры: социальные проблемы и личностные стратегии выбора.
8. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ.
9. Отчеты Международного исследовательского центра Гэллапа на сайте <https://worldhappiness.report/archive>.
10. Доклады аналитиков ФОМ Натальи Гашениной и Екатерины Орешковой «Апробация шкал оценки удовлетворенности жизнью: опыт ФОМ», Анны Немировской, Натальи Соболевой (ЛССИ НИУ ВШЭ) «Детерминанты субъективного благополучия: региональный аспект», Вестник Института социологии. 2020. Т. 11. № 2. С. 54-81.
11. Леонтьев Д.А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 14–37.
12. Левит Л.З. Личностно-ориентированная концепция счастья: новая системная парадигма // Пед. образование в России. 2013. № 1. С. 102–111.

¹ VUCA World (Volatility – нестабильность, Uncertainty – неопределенность, Complexity – сложность и Ambiguity – неоднозначность, двусмысленность) – аббревиатура для обозначения происходящего в мире сейчас.

² Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020 № 1. – С. 117–142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>.

³ Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. – Guilford Publications, 2017.

Цели и задачи модуля

Цель модуля –

создать условия для формирования у подростка ответственной позиции за собственное благополучие.

Задачи модуля

Познакомить

- с принципами оценки возможностей с опорой на личностные ресурсы;
- с глобальными и локальными угрозами, в том числе в цифровом мире;
- с инструментами, которые помогут избежать или смягчить негативные последствия непредвиденных событий;
- с принципами осознанного потребления.

Способствовать

- размышлениям о своих целях в жизни и роли в обществе;
- принятию принципов осознанного потребления;
- формированию экологичного отношения к себе, другим людям, будущему планеты;
- освоению инструментов личной эффективности в различных ситуациях;
- развитию навыков принятия решения с опорой на рациональные факторы ограниченности ресурсов.

Планируемые результаты освоения модуля

Планируемые результаты освоения программы УМК «Развитие личностного потенциала подростков» и входящего в него модуля «Я и мое благополучие» соответствуют требованиям Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО) в части достижения личностных и метапредметных результатов.

Личностные результаты заключаются в самоопределении подростка, его готовности принять ответственность за собственное благополучие. Содержание модуля также способствует достижению задач воспитательной деятельности.

Метапредметные результаты тесно связаны со способностью учащегося к рефлексии собственных действий, планированию и достижению цели, а также со способностью к коммуникации и групповой работе.

Что касается предметных результатов, то реализация данного модуля обеспечивает их в следующих предметных областях: «Общественно-научные предметы» (учебный предмет «Обществознание»), «Математика и информатика» (учебный предмет «Информатика»).

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
● Подросток проявляет: – готовность развивать свои навыки в условиях изменяющегося мира; – высокую вовлеченность в совместную деятельность, демонстрируя чуткое и внимательное отношение другому человеку. ● Осознает: – свою роль как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; – глобальный характер экологических проблем и путей их решения. ● Осознает значение семьи в жизни человека и общества, принимает ценности семейной жизни, проявляет уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи. ● Наметил стратегию развития своих сильных сторон как основу для выбора будущей профессии. ● Получил возможность сформировать свое отношение по вопросам этичности труда представителей разных профессий. ● Понимает роль эффективной благотворительности в повышении уровня благополучия общества. ● Демонстрирует готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней).	● Подросток умеет находить: – ресурсы для достижения цели и преодоления препятствий; – позитивное в произошедшей ситуации. ● Способен: – идентифицировать социальные проблемы с опорой на эмпатию; – увидеть в ситуации как ограничения, так и возможности. ● Применяет: – навыки ведения дискуссии, поиска аргументов в защиту или опровержение выдвинутых тезисов; – способы восполнения энергии и повышения личной продуктивности. ● Может спрогнозировать потенциальные риски и сформировать на основе анализа опыта собственную стратегию прочности.	● Подросток может объяснить, что такое благополучие, какие факторы на него влияют. ● Узнал: – о базовых психологических потребностях человека (по Э. Дисси и Р. Райану); – виды потребления и шаги осознанного потребления; – принципы циклической экономики и механизмы развития инноваций; – принципы и нормы этичного труда; – основные принципы безопасного поведения в интернете. ● Способен: – предложить решение существующей проблемы с сохранением уровня комфорта без вреда природе; – сформулировать социальные проблемы незащищенных слоев населения и предложить пути их решения; – идентифицировать свои базовые психологические потребности; – распознавать фишинговые сайты; – использовать цифровые инструменты для автоматизации рутинных действий; – реализовать в жизни шаги осознанного потребления. ● Получил представление о планировании семейного бюджета и налогах, пополняющих государственный бюджет. ● Познакомился с универсальными инструментами управления.

Оценка эффективности занятий

Мы предлагаем следующие инструменты оценки эффективности программы:

- 1) вопросы для саморефлексии подростков;
- 2) вопросы для саморефлексии педагога;
- 3) тесты для самодиагностики педагога и подростков.

Целесообразно проводить тесты самодиагностики и отвечать на вопросы для саморефлексии в начале и в конце модуля.

В начале модуля оценка эффективности занятий позволяет осознать и зафиксировать актуальный уровень тех или иных навыков и знаний. Проводить самооценку можно как на специально выделенном занятии (такой вариант больше подходит для оценки после), так и в течение нескольких минут

на первом занятии курса. В конце проводится рефлексия изменений, произошедших за время изучения модуля.

Также мы рекомендуем педагогу после каждого занятия отвечать на рефлексивные вопросы, которые могут помочь улучшить преподавание материала.

Результаты, полученные по итогам проведения самооценки, не предназначены для сравнения участников между собой, они носят конфиденциальный характер и не могут быть предоставлены сторонним лицам. Привлечение педагога-психолога для проведения диагностики и анализа полученных данных приветствуется.

Все необходимые для проведения оценки материалы можно найти по ссылке <https://teacher.vbudushee.ru>.

Содержательные особенности модуля

Модуль делится на два последовательных тематических блока: «Я» и «Я и другие».

В блоке «Я» содержание построено от общего знакомства с исследованиями субъективного благополучия и теорией психологических потребностей к освоению инструментов по управлению своим благополучием. В блоке «Я и другие» подросток погружается в командную игру, в ходе которой он через призму своего уже более осознанного «я» изучает «других»: родителей, друзей, сверстников, а также общество в целом.

Блок «Я» состоит из следующих тем.

На первой встрече, «Мои потребности», учащиеся знакомятся с концепцией субъективного благополучия, учатся распознавать психологические потребности в автономии, принятии и компетентности.

На второй встрече, «Мои возможности», мы предлагаем обсудить взаимосвязанность потребностей и возможностей: наши потребности часто сталкиваются с невозможностью их удовлетворения из-за сопротивления среды и внутренних убеждений. Вместе с учащимися рассуждаем о том, как субъективное восприятие влияет на оценку ситуации: можно увидеть в ней шанс, а можно – ограничения. Тренируемся видеть возможности, знакомимся с личностными ресурсами, позволяющими достичь цели.

На третьей встрече, «Ответственность перед собой», говорим о принципах осознанного потребления и о том, как часто оно фокусирует нас на лучшем понимании своих потребностей и влиянии выбора на окружающий мир. В понимании своих потребностей, в достижении уровня «достаточности» и комфорта кроется суть субъективного благополучия, ведь с ростом потребления мы не становимся счастливее.

Четвертая встреча, «Ответственность за мир», посвящена осознанию ответственности перед следующими поколениями за состояние окружающей среды. Исследуем возможности циклической экономики, знакомимся с практиками корпоративной социальной ответственности и с тем, как технологии позволяют удовлетворять потребности человека и сохранять природу. Говорим о том, что за каждым изменением, движением в сторону экологичности стоят конкретные люди – в корпорациях, государственных структурах, малом бизнесе, а также те, кто ждет вместе с нами в очереди в кофейне или магазине. Создается глобальный тренд на экологичность и ответственность не только перед состоянием окружающей среды, но и перед будущим человечества.

На пятой встрече, «Профессия», рассуждаем с подростками о том, как гибкость при выборе дела всей жизни может способствовать субъективному благополучию, и о том, как важно учитывать свои сильные стороны при выборе профессиональной деятельности.

На шестой встрече, «Этика труда», делимся мнениями, как понять, приносите ли вы своим трудом пользу окружающим, ведь для построения благополучной жизни мало найти свои сильные стороны и связать с ними профессию; также важно применение своих способностей. В данной теме раскрываем механизм существования неэтичного бизнеса, который потакает слабостям людей и поощряет легкий заработок. Вместе с учащимися формируем критерии этичности при выборе профессиональной деятельности, а также говорим о важности личного выбора: становиться ли потребителем чужого неэтичного труда? Ведь если мы участвуем в казино, финансовых пирамидах, лотереях, то сами создаем спрос на существование этого бизнеса.

На седьмой встрече, «Риски», рассуждаем о том, от чего зависит наше благополучие: от того, как мы справляемся с вызовами и оцениваем риски и угрозы в разных типах

ситуаций, какой мы делаем выбор, каковы наши достижения. Также говорим о личных ресурсах, которые помогают справиться с рисками в каждой из ситуаций. Мы делаем акцент на том, что важно развиваться, быть готовым встретиться с рисками, принять их и справиться с проблемой.

Восьмая встреча, «Стратегии прочности», посвящена универсальным практикам управления рисками.

На девятой встрече, «Кибербезопасность», рассуждаем о том, какие цифровые угрозы влияют на наше благополучие, говорим о правилах безопасного поведения в цифровой среде.

На десятой встрече, «Продуктивность», знакомимся с инструментами, помогающими человеку быть продуктивным в различных видах деятельности, управлять вниманием, временем и энергией для достижения целей.

Блок «Я и другие» состоит из следующих тем.

На 11-й встрече, «Семейный бюджет», вместе с подростками рассуждаем, почему важно соотносить собственные желания и потребности с потребностями и интересами членов семьи, о том, как семейный бюджет может способствовать благополучию.

На 12-й встрече, «Предприимчивость», говорим о развитии личной предприимчивости и тренируемся работать в команде в соответствии с методологией дизайн-мышления – предлагать решение препятствующих достижению благополучия проблем, отталкиваясь от потребностей людей.

На 13-й встрече, «Вклад в благополучие мира», учащиеся формируют свою позицию в отношении помощи другим людям и при пользовании общественными благами.

На 14-й, завершающей встрече, «Человек в мире будущего», класс рассуждает на тему поиска места человека в будущем.

Особенности организации занятий

На эффективность занятий влияет не только полезное и интересное содержание, но и организация самих занятий. Это и пространство, и форматы, и стиль взаимодействия. Общие рекомендации по организации занятий даны в «Концепции УМК «Развитие личностного потенциала подростков»». Здесь же укажем некоторые особенности данного модуля.

1. В структуре занятия выделяется три основных этапа.

- Вступление. В большинстве сценариев (темы 1-10 и 13) предложены два варианта проведения этого этапа: 1) мультипликационный ролик, в котором вводятся основные понятия урока и ставятся проблематизирующие вопросы. Яркая метафора и красивая анимация не только увлекают школьников, но просто и доступно раскрывают основные идеи занятия.* 2) Беседа педагога с учащимися, которая может включать теоретический блок и обсуждение проблемной ситуации. Педагог может выбрать любой формат в зависимости от технических возможностей.
- Основная часть занятия направлена на раскрытие темы и предполагает самые разные формы проведения: игру, работу в группах, дебаты и другие интерактивные форматы.
- Завершение занятия нацелено на подведение итогов, обмен эмоциями, мыслями по теме, анализ полученного опыта.

2. Педагог на занятиях не является транслятором знаний. Он выступает скорее в роли ведущего, организующего взаимодействие участников, фасилитатора, обеспечивающего успешную коммуникацию внутри группы.

3. Во время занятия оптимальной является работа в малых группах с последующим объединением участников в общий круг. Это

дает целый ряд преимуществ. Во-первых, никто из участников не остается за бортом, вне зоны внимания, каждый имеет возможность высказаться и быть услышанным. Во-вторых, роль лидера в группе (того, кто выражает мнение группы) становится проходящей, что позволит каждому проявить себя. В-третьих, за счет изменения состава групп от занятия к занятию происходит сплочение коллектива. То, как будет проходить общение в малых группах, зависит в большей степени от мягких направляющих действий педагога.

4. Помимо работы в малых группах, на занятиях предполагается использование игровых форматов, к которым необходима качественная подготовка. На это может потребоваться дополнительное время. Учитывайте это при подготовке к занятию.

5. Для эффективного взаимодействия важно с самого начала занятия настроить учащихся на волну открытого, живого общения, обмена мнениями. Поэтому лучшим началом будет короткий диалог о настроении, мыслях, актуальных событиях.

6. Теоретический материал в некоторых занятиях подается через видео, анимационные ролики. Такой формат дает яркую точку старта для занятия, возможность подросткам и педагогу погрузиться в тему через визуальные образы. Рекомендуем пользоваться этим форматом подачи теории для облегчения работы и достижения «вау-эффекта» уже в начале занятия. Перед проведением уроков проверьте технические возможности для воспроизведения видео, работают ли ссылки, есть ли необходимое оборудование (проектор, экран, колонки, компьютер).

7. Важным этапом занятия является его завершение, когда участники рефлексировуют полученный на занятии опыт, анализируют свои эмоции и размышляют о ценно-

* Все ролики размещены по [ссылке](#)

стях. Сложность этапа заключается в том, что участники уже устали, им бывает трудно сконцентрироваться. Поэтому мы предлагаем проводить этот этап не дольше 5 минут и менять форматы: серьезное обсуждение опыта, краткий обмен наблюдениями, оценка полезности и интересности, письменно/устно, в группах или наедине с собой. Вы можете придерживаться предложенных форматов или придумать свой. Можно использовать «символ слова» (мячик, фломастер, микрофон), включить музыку, приглушить свет, чтобы создать атмосферу, которая даст учащимся понимание, что мы завершаем основную часть занятия и начинаем рефлексию.

8. В сценариях занятий нет обязательных домашних заданий. Однако, если подросток заинтересуется, педагог может предложить ему обратиться к мобильному приложению «Мой выбор», внутри которого есть задания для самостоятельной работы и материалы для более глубокого погружения в тему. Несмотря на то что задания для самостоятельной работы не являются обязательными, желательно на каждой встрече интересоваться тем, что было сделано и есть ли желающие поделиться опытом, выводами, задать вопросы.

QR-код на мобильное приложение



Android



iOS

Ссылка на приложение для операционных систем Android:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=ru.vbudushee.prof.guide.android&hl=ru>

Ссылка на приложение для операционных систем iOS:

<https://apps.apple.com/ru/app/мой-выбор/id1519015783?l=en>

УМК может быть интегрирован в образовательную деятельность в школе следующим образом:

- проведение тематических классных часов, когда присутствуют все учащиеся класса;
- в качестве внеурочной деятельности занятий в виде каникулярных школ, кружков, проектных мастерских, отдельных мероприятий. Набор подростков на занятия мы предлагаем сделать добровольным, открытым. Можно создавать разновозрастные группы (5–7 классы), необязательно это должны быть учащиеся одной параллели;
- отдельные темы УМК могут быть интегрированы и в учебный план по таким предметам, как «Обществознание», «Математика», «Экономика». В этом случае педагог сам выбирает подходящие занятия, встраивает их в учебный план и прописывает рабочую программу.

Структура занятия и условные обозначения

Каждое занятие начинается с описания цели, планируемых образовательных результатов и перечисления необходимых для проведения встречи материалов. Далее идут карта занятия с таймингом и решаемыми на каждом этапе задачами, а также подробное описание хода занятия.

В сценариях занятий встречаются следующие рубрики и условные обозначения.



Подготовка к уроку

К некоторым темам требуется дополнительная подготовка, кроме изучения содержания. Все, что необходимо для успешного проведения урока, описано в этой рубрике.

Важные заметки

Пояснения для педагога по содержанию задания или упражнения, рекомендации по их проведению, описание возможных вариантов проработки темы.



Задания со звездочкой

Это задания, за счет которых педагог может варьировать содержание при изучении темы. Если на отработку этапа ушло больше времени, чем указано в карте, можно отказаться от проведения активности со звездочкой. Если же есть время и заинтересованность участников в расширении модуля, то именно задания со звездочкой станут ресурсом для этого, и тогда в построении занятия рекомендуется следовать указанному в карте порядку. Некоторые активности могут быть предложены участникам для самостоятельного выполнения.

Вопросы для обсуждения

Вопросы, которые побуждают участников к дискуссии по проблемному вопросу.



Задание включает раздаточные материалы, которые необходимо распечатать.



Работа в малых группах по 4–6 человек.



В заданиях используются видеоматериалы.

Тематическое планирование модуля «Я и мое благополучие»

№	Тема занятия
Блок «Я»	
1	Мои потребности
2	Мои возможности
3	Ответственность перед собой
4	Ответственность за мир
5	Профессия
6	Этика труда
7	Как справиться с рисками
8	Стратегия прочности
9	Кибербезопасность
10	Продуктивность
Блок «Я и другие»	
11	Семейный бюджет
12	Предприимчивость
13	Вклад в благополучие мира
14	Человек в мире будущего

Занятие № 1

МОИ ПОТРЕБНОСТИ

Цель занятия

Способствовать осознанию своих потребностей, а также степени их влияния на субъективное благополучие.

Планируемые результаты

Подросток:

- может объяснить, что такое благополучие, и перечислить основные виды потребностей;
- научится распознавать свои неудовлетворенные потребности;
- узнал, как найти баланс в их удовлетворении.

Материалы и оборудование

- Видеофрагменты или ссылки на них для заданий № 2 и 4;
- распечатанное приложение к занятию 1 для активности «Баланс» (по одному на группу);
- проектор, экран, колонки, компьютер.

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	10	Теория благополучия	Познакомить с теорией благополучия и его основными составляющими.
2	15	О потребностях	Способствовать развитию у подростков умения распознавать неудовлетворенные базовые потребности.
3	15	Баланс	Помочь сформулировать принципы достижения баланса в удовлетворении потребностей.
4	5	Завершение занятия	Способствовать осознанию личных потребностей и выработке плана действий по их удовлетворению.

Ход занятия



1. Теория благополучия*

Вариант 1. Посмотрите с учащимися ролик [Потребности](#). Ответьте на возникающие вопросы.

Вариант 2. Педагог. Сегодня мы начинаем курс «Я и мое благополучие». Начну с такого вопроса: какие ассоциации возникают у вас со словом «благополучие»? (Могут быть ответы типа «Когда все хорошо», «Материальное благополучие», «Пожелание на день рождения» и т. п.)

Описывает ли это слово то, к чему стремится каждый человек? От чего оно зависит, это благополучие, и как его достичь? Давайте попробуем придумать формулу счастья? Разделитесь на команды по 4 человека и запишите, из чего состояла бы такая формула?

Дайте подросткам 3 минуты на размышление, затем запишите на доске все получившиеся ответы.

Эдвард Динер – ученый, автор формулы, по которой рассчитывается благополучие, за что его скромно прозвали «Доктор Счастье».

По этой формуле получается: чтобы построить свое благополучие, нужно быть удовлетворенным жизнью и испытывать как можно больше положительных эмоций взамен отрицательных.

Напишите формулу на доске. Субъективное благополучие = удовлетворенность жизнью + позитивные – негативные эмоции.

С эмоциями более или менее ясно. Но как быть удовлетворенным жизнью? Этот вопрос ведет нас к следующему пункту – потребностям. Оказывается, удовлетворенность жизнью напрямую зависит от того, удовлетворяем ли мы свои потребности и каким образом.

Как вы думаете, какие потребности есть у всех нас? *Предоставьте подросткам возможность ответить.*

Базовые потребности бывают двух видов.

1. *Физиологические* потребности, как то: потребности в еде, сне, тепле, безопасности.

2. *Психологические* потребности, как то:

- потребность в автономии – быть независимым, чувствовать свободу выбирать и принимать собственные решения: «Мам, я сам решу, в какой шапке пойти!» (знакомо?);
- потребность в компетентности – хорошо разбираться в чем-то и достигать успеха: «Мам, смотри, я слепил Тимона и Пумбу! Правда, как настоящие?»;
- и потребность в принятии – чувствовать близость и поддержку от значимых людей: «Мамочка, я так по тебе скучаю! Аты по мне?».

Задайте подросткам уточняющие вопросы на понимание материала: «Как вы поняли, что такое потребности?», «Какие есть базовые физиологические потребности?», «Какие есть базовые психологические потребности?».

Важные заметки

Постарайтесь поддерживать интерактивный формат: задавайте вопросы, просите уточнить, конкретизировать, приводить примеры. Чем активнее учащиеся будут вовлечены в беседу на старте занятия, тем больше вероятность, что материал будет ими усвоен.



2. О потребностях

Педагог. За желаниями и поступками людей всегда стоят потребности. Например, человек отправляется в путешествие автостопом. Какая потребность может стоять за этим поступком? *Предоставьте подросткам воз-*

можность ответить. Это могут быть разные потребности: например, в признании, если человек будет параллельно вести блог и собирать лайки, или в безопасности, когда человек скрывается от домашнего насилия. Понимать

* В этом занятии предложены два варианта проведения данного этапа урока. Педагог может выбрать любой в зависимости от технических возможностей.

потребности другого человека – это важный навык, который помогает общаться. Сейчас мы потренируемся распознавать потребности на примере фрагментов из фильмов.

Отрывок 1. «Трое из Простоквашино», 1978 г., реж. Владимир Попов (⌚ 03:18–3:54, сюжет о том, как Дядя Федор уходит из дома и пишет письмо).

Вопросы для обсуждения:

- Какая потребность Дяди Федора не была удовлетворена? (В связанности – Дяде Федору было важно заботиться о питомце.)
- Почему он принял решение уйти из дома? (Родители не разрешали оставлять кота дома.)

Важные заметки

Вы можете обратить внимание учащихся на то, что распознать неудовлетворенные потребности – свои и другого человека – нам помогают эмоции. Задайте вопросы: «Какие эмоции испытывает Дядя Федор?», «Как это проявляется в его поведении?». Можете дополнить ответы комментарием, что в психологии существует отдельный термин для обозначения неудовлетворенных потребностей – фрустрация.

Отрывок 2. «Зверополис», 2016 г., реж. Байрон Ховард, Ричард Мур (⌚ 13:50–15:51, сюжет о том, как проходит инструктаж в полиции и главной героине не дают задания по поиску преступников).

Вопросы для обсуждения:

- Какая потребность главной героини не удовлетворена? (В компетентности.)
- Как вы это поняли? (Она расстроилась, когда ей не дали такую же ответственную, на ее взгляд, задачу, как остальным.)

- Что может предпринять Джуди, чтобы удовлетворить свою потребность? (Может сама поставить себе цель, достигнуть мастерства при выполнении поставленной задачи.)

Отрывок 3. «Гарри Поттер и философский камень», 2001 г., реж. Крис Коламбус. (⌚ 1:31:47–1:34:37, сюжет о том, как Гарри находит зеркало Еиналеж, а затем приводит к нему Рона. Рон рассказывает о том, что видит в зеркале).

Вопросы для обсуждения:

- Почему Гарри увидел в зеркале своих родных, а Рон – себя в роли старосты факультета и капитана сборной по квиддичу? (У них разные потребности.)
- Какие потребности не удовлетворены у друзей? (У Гарри – в связанности (принятии), у Рона – в компетентности и признании.)
- Что они могут сделать, чтобы удовлетворить их? (Гарри нужно найти друзей (как мы знаем, он в будущем находит свою вторую семью – Уизли, у него появляются верные друзья), а Рону можно посоветовать вступить в команду по квиддичу. Кстати, в этом же фильме Рон получает признание за победу в другой спортивной игре (спойлер!) – шахматах – и зарабатывает очки для своего факультета.)

Педагог. А что бы вы сами увидели в этом зеркале? Потребность в чем для вас сейчас наиболее актуальна?

Важные заметки

Необходимо обратить внимание на то, что все три потребности имеют важное значение в жизни человека. Мы чувствуем потребность и в близости, и в стремлении к автономии, и в реализации своего потенциала, но одновременно для нас актуальна только одна. Поэтому и в зеркале мы увидим именно актуальную потребность.



3.

Баланс

Педагог. В жизни бывают ситуации, когда важно помнить о балансе в удовлетворении своих потребностей.

Когда я говорю о балансе, то имею в виду следующую мысль: за любым желанием стоит какая-то потребность и, может быть, даже

не одна. Потребности могут вести нас разными путями. За покупкой скейтборда может стоять потребность в компетентности, если человек раз за разом пробует новые трюки, или в принятии, когда доска является входным билетом в компанию скейтбордистов. В любом случае, задумываясь о своих желаниях, полезно задаваться вопросами, которые помогут достичь баланса: «*Какие потребности стоят за этим желанием?*», «*Что важнее сделать прямо сейчас?*», «*Как изменится моя жизнь, когда я исполню свое желание?*».

Вторая мысль: есть два типа желаний – гедонистические и эвдемонистические. Гедония предлагает пассивные удовольствия: массаж, ароматный чай, красивую музыку. Все эти желания связаны с позитивными эмоциями здесь и сейчас. Они помогают восстановить силы. Эвдемония – счастье, связанное с преодолением трудностей, когда человеку очень важно поступить в школу или вуз, о котором он мечтал, забраться в горы, написать стихи. Это дела, которые отвечают нашим ценностям

и развивают. Что важнее? Оказывается, и тут нужен баланс. Человек не может ощущать благополучие, если все время лежит в ванне или постоянно штурмует эвересты. Для счастья нужны оба типа удовольствий.

Давайте разделимся на группы по 5 человек; задача каждой группы – за 15 минут ознакомиться с отрывком рассказа (*раздайте распечатанное приложение*) и дописать его финал. Вам в помощь следующие вопросы: «*Какие потребности главного героя удовлетворены, а какие – нет?*», «*Как ему следует поступить в сложившейся ситуации?*», «*На что нужно обратить внимание при удовлетворении потребностей?*».

После того как задание будет выполнено, разместим каждый вариант на доске, чтобы все, кто захочет, смогли увидеть финал рассказа.

Следите за таймингом упражнения.

Педагог (после окончания упражнения). Поделитесь, почему вы выбрали именно такой финал? *Предоставьте подросткам возможность ответить.*



4. Завершение занятия

Педагог. Давайте еще раз вернемся к отрывку из фильма «Гарри Поттер и философский камень» и посмотрим, что произойдет дальше. Вслушайтесь в диалог Гарри и Альбуса Дамблдора. «Гарри Поттер и философский камень», 2001 г., реж. Крис Коламбус (⌚ 1:34:51–1:36:17, сюжет о том, как Дамблдор находит Гарри у зеркала Еиналеж).

Профессор сказал: «Счастливый человек, посмотрев в зеркало, увидит только себя – таким, какой он есть». Как вы поняли эту фразу?

Также Дамблдор попросил Гарри больше никогда не подходить к этому зеркалу, потому что многие, взглянув в него, сходили с ума. Почему? В чем опасность?

Запишите ответ для себя:

«Есть ли в моей жизни потребность, которая в настоящее время не удовлетворе-

на?», «*Что я могу сделать, чтобы удовлетворить ее?*».

(Дамблдор говорит об опасности магического зеркала Еиналеж (если читать название зеркала задом наперед, то получится слово «желание»). Это зеркало случайно нашел Гарри Поттер в одном из пустых классов Хогвартса, гуляя ночью по школе.

Главное отличие зеркала Еиналеж от обычных в том, что тот, кто в него смотрит, видит не свой облик, а желания своего сердца и души. Надпись на раме зеркала гласит: «Я показываю не ваше лицо, но ваше самое горячее желание». Многие волшебники, наблюдая за своим отражением в зеркале Еиналеж, теряли связь с реальным миром и забывались в мечтах. Так чуть было не произошло и с Гарри, но Дамблдор вовремя предупредил его. Для того чтобы жить в реальности, необходимо сделать шаг навстречу будущему, порой неизвестному.)

Занятие № 2

МОИ ВОЗМОЖНОСТИ**Цель занятия**

Способствовать осознанию учащимися своих возможностей и имеющихся ресурсов для их реализации.

Планируемые результаты

Подросток:

- может объяснить на примере, что такое возможности, перечислить виды ресурсов личности;
- понял, что ситуацию можно воспринимать как возможность и как ограничение;
- осознал, что именно влияет на его личное восприятие ситуации;
- умеет находить ресурсы для достижения цели или преодоления препятствий.

Материалы и оборудование

- Малярный скотч;
- распечатанное приложение 2 для каждого участника;
- распечатанное приложение 3 для каждого участника к заданию №4;
- отмеченная на полу линия старта, откуда участники будут шагать вперед в активности «Как преодолевать ограничения».

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	10	О возможностях	Познакомить с понятием «возможности» и видами ресурсов личности.
2	13	Как увидеть возможности	Способствовать развитию умения видеть возможности в ситуации выбора.
3	7	Как преодолевать ограничения	Показать особенности индивидуального восприятия людьми возможностей и ограничений.
4	10	О ресурсах нашей личности	Способствовать поиску ресурсов для достижения поставленных целей и преодоления препятствий.
5	5	Завершение занятия	Дать возможность подросткам осознать особенности своего восприятия ситуации.

Ход занятия



1.

О возможностях*

Вариант 1. Посмотрите с учащимися ролик «[Возможности](#)». Ответьте на возникающие вопросы.

Вариант 2. Педагог. Сегодня мы поговорим о возможностях. Давайте проголосуем: поднимите левую руку те, кто считает, что человек сам строит свою жизнь, правую руку – те, кто считает, что в большей степени обстоятельства определяют жизнь человека. *(Дождитесь ответов подростков, а потом попросите их объяснить свои ответы, обосновать свое мнение.)*

Рассуждения о фатализме можно встретить в произведении М.Ю.Лермонтова «Герой нашего времени». В главе «Фаталист», Печорин и Вулич спорят, вершит ли человек свою судьбу и властен ли он ее менять? Вулич приставляет ко лбу заряженный пистолет, нажимает на курок и ничего не происходит,

тем самым он подтверждает свое мнение, что наши судьбы предопределены заранее. Печорин же не верил в то, что предопределение существует, но в тот же вечер Вулича случайно убивают на улице, и Печорин начинает сомневаться...

Вопросы для обсуждения:

- Может ли человек повлиять на свою жизнь или многие вещи предопределены?
- Насколько в наших силах управлять ситуацией?
- Может ли среда давить на человека?
- Является ли она преградой, если человек сильный и знает, чего хочет?



2.

Как увидеть возможности?

Педагог. Крупная обувная компания отправила в командировку в Африку продавца. Через неделю он написал в письме начальству следующее: «Нет никаких перспектив. Здесь все ходят босиком!» Через некоторое время компания решила предпринять еще одну попытку. Послали второго продавца. «Это большая удача! – с восторгом написал второй. – Высылайте все, что есть! Здесь все ходят босиком!» Как мы видим, продавцы в одной и той же ситуации оценили возможности по-разному. Что позволило второму продавцу увидеть их? А что помешало первому? Давайте порассуждаем, как человек приходит к выводу о наличии возможностей.

Предлагаю вам выслушать утверждение и занять одну из двух позиций – согласны или не согласны. Утверждение: «Пословица

“Где родился, там и пригодился” неверна. Чтобы реализовать собственный потенциал и стать успешным, не надо ограничивать себя территорией и местом проживания».

Объедините детей с одинаковой позицией в команды по 3–7 человек.

За 5 минут обсудите со своей командой, почему вы согласились или не согласились с утверждением, и подготовьте список аргументов в поддержку вашей позиции.

Педагог (после работы в группах). Все готовы презентовать? Начинаем.

Педагог (после презентации). Как вы считаете, почему человеку может быть тяжело принимать решение о переезде? *Подожгите ответов подростков.*

* В этом занятии предложены два варианта проведения данного этапа урока. Педагог может выбрать любой в зависимости от технических возможностей.

Дело может быть в том, что ты не знаешь последствий своего решения. Мы живем в мире неопределенности. Проверим, насколько вы готовы жить в таком мире, по-научному – вашу толерантность (или открытость) к неопределенности. Поднимите руки те, кто перед просмотром фильма изучает, о чем он, спрашивает у друзей, читает рецензии и не готов пойти спонтанно в кино на случайный фильм. *(Пауза)*. Поднимите руки те, кто предпочитает ходить домой разными маршрутами. *(Пауза)*. А теперь поднимите руки те, кто садится в общественном транспорте всегда на одно и то же место. *(Пауза)*. Поднимите руки те, кто выберет диктант, а не сочинение. *(Пауза)*.

Что вы будете чувствовать, если включите случайный фильм? А если сядете на другое место? Какие могут быть плюсы от включения фильма? (Например, фильм принесет боль-

шее эмоциональное удовольствие, есть эффект неожиданности.) А от того, что вы пересели на другое место? (Например, может быть лучше видно, удобнее сиденье и т. д.) *После вопросов дождитесь ответов подростков.*

Психологи предлагают такие забавные способы развивать свою способность быть открытым новому, неизвестному: пойти в кино, не читая обзоров фильмов, удержаться и не перепроверять сделанное, надеть что-то новое из одежды, попробовать новую еду, сесть на новое место. Логика такая: сначала ты учишься меньше тревожиться, видеть возможности в изменившихся бытовых ситуациях, а потом сможешь взять себя в руки и при глобальных изменениях. *Раздайте подросткам чек-листы (приложение № 2 к занятию № 2) и предложите провести эксперимент.*

3. Как преодолевать ограничения?

Педагог. Для того чтобы осуществлять грамотный выбор в ситуациях неопределенности, стать автором своей жизни и управлять своим благополучием, бывает недостаточно видеть только возможности. Важно, как мы оцениваем ограничения, так как это влияет на наши действия.

Подойдите к линии, которую вы видите на полу. Вспомните свою мечту: кем вам хотелось стать в детстве или хочется сейчас. Возможно, вы мечтали стать режиссером и научиться снимать потрясающие художественные фильмы. А может, быть великим ученым и получить Нобелевскую премию? Вы стоите перед выбором: поступать в профильный вуз или нет. Я буду зачитывать ситуации, и если вы почувствуете, что это может помешать осуществлению мечты, то вы остаетесь на своем месте, а если не считаете это преградой, то делаете шаг вперед.

Зачитывайте ситуации. После каждой попросите одного-двух учеников из тех, кто сделал шаг вперед, и из тех, кто остался на месте, прокомментировать свой выбор. Вы можете сократить количество ситуаций по своему усмотрению.

Ситуации

1. Родители категорически против вашего выбора профессии.

2. В вашем городе нет подходящего университета, придется переезжать.

3. Все ваши друзья останутся в родном городе.

4. Вы не набрали достаточно баллов для поступления.

5. У вас нет накоплений, чтобы оплатить обучение на договорной основе или снимать квартиру на новом месте.

6. Вы трижды проигрывали на профессиональных конкурсах: жюри вынесло вердикт, что у вас нет таланта.

7. Эта профессия не принесет большого дохода.

8. Эта профессия непопулярна в вашей стране.

9. Все говорят, что сейчас неподходящее время для этой профессии, она скоро вымрет и эту работу будут делать роботы.

Вопросы для обсуждения:

- Расскажите, что вы чувствовали, когда делали шаг? А если оставались на месте?
- Почему одни и те же ситуации для кого-то являлись ограничениями, а для кого-то нет?
- Как стать тем человеком, который будет видеть возможности, несмотря на существующие ограничения?



4. О ресурсах личности

Педагог. Как мы узнали ранее, возможности и ограничения каждый из нас оценивает по-разному. Но и мы очень разные. У каждого из нас есть свои сильные стороны, есть и свои ресурсы личности. Предлагаю заполнить карты наблюдения. Это мощный инструмент, который позволит познакомиться с собой и своими ресурсами лучше. *Раздайте подросткам карты наблюдения (приложение 3 к занятию 2).*

Подпишите на карте:

- каковы ваши сильные стороны;
- что вас держит, какие есть опасения, страхи, сомнения;
- какие люди вас вдохновляют (это могут быть конкретные люди или описание их качеств);
- что вам дает силы, помогает успокоиться или воодушевиться;
- каким вы хотели бы быть.

У вас есть на это 5 минут.



Вопросы для обсуждения:

- Сложно ли было заполнять эту карту?
- Какой вопрос был самым сложным на этой карте?
- Как вы думаете, почему сильные стороны – это ваш ресурс? С чем он поможет справиться? (Знание сильных сторон помогает управлять собой, как управлять кораблем.)
- Чем может помочь знание о своих страхах? Почему это ресурс? (Первый шаг к победе над своими страхами – узнать о них.)
- Почему на карте есть ориентиры? Зачем нам знание о людях, которые нас вдохновляют? (Когда нас что-то восхищает в других людях, это в какой-то степени уже есть в нас.)
- Что тут символизирует привал? (Мы можем сознательно применить один из способов улучшения самочувствия в стрессовых ситуациях.)
- Чем нам помогает ответ на вопрос «Каким бы я хотел быть?» (Знание цели помогает начать строить маршрут к ней.)

5. Завершение занятия

Педагог. Послушайте цитату М. Монтеня: «Каждому живется хорошо или плохо в зависимости от того, что он сам по этому поводу думает. Доволен не тот, кого другие мнят довольным, а тот, кто сам мнит себя таковым».

Вопросы для обсуждения:

- Как вы поняли слова философа?

- Как они соотносятся с темой сегодняшней встречи?
- Как вы думаете, где скрываются возможности?
- Кто их скрывает?
- Как их найти?

Занятие № 3

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПЕРЕД СОБОЙ

Цель занятия

Способствовать пониманию учащимися шагов осознанного потребления.

Планируемые результаты

Подросток:

- познакомился с видами потребления и шагами осознанного потребления;
- умеет применять шаги осознанного потребления в игровой ситуации;
- способен оценить свой стиль потребления.

Материалы и оборудование

- Ролики или ссылки на них для заданий 1 и 2;
- распечатанные бланки для каждой команды (приложение 1 к занятию 3);
- распечатанные задания для станций (приложения 2–5 к занятию 3);
- таймер, стикеры четырех цветов для разделения на команды и завершающей рефлексии;
- проектор, экран, колонки, компьютер.

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	10	Об ответственности	Познакомить с основными видами потребления и шагами осознанного потребления
2	30	Шаги осознанного потребления	Создать условия для реализации принципов осознанного потребления
3	5	Завершение занятия	Дать возможность подросткам оценить свой стиль потребления



В ходе занятия предусмотрено деление на четыре команды. Разделение на команды может проходить любым способом, например по жребию перед началом занятия. Участники при входе в класс вытаскивают стикеры разных цветов, например, зеленого, красного, синего, желтого, чтобы позднее объединиться в команды по цветам.

Перед началом урока необходимо оборудовать рабочее пространство. *Расставьте столы и посадочные места таким образом, чтобы команды могли провести групповую работу, физически не мешая друг другу. На каждое рабочее место положите распечатку задания и лист формата А4 с крупными распечатанными или написанными от руки номером и названием станции. Если технические возможности позволяют это сделать, разместите одно рабочее место (станция № 1) за пределами класса, чтобы не мешать остальным проходить другие станции, и оснастите его звуковоспроизводящим устройством.*

Раздайте командам бланки для ответов и попросите их до начала игры вписать в первую таблицу фамилии участников. Работа на каждой станции длится

7 минут. Подготовьте таймер и громко сообщайте о начале и завершении работы. За 2 минуты до окончания объявите: «Осталось две минуты». Участникам каждой команды дается 30 секунд на то, чтобы собрать свои вещи (бланк ответов, письменные принадлежности) и перейти на следующую станцию.

За урок участники должны пройти четыре станции: № 1 «Остановись»; № 2 «Исследуй»; № 3 «Выбери»; № 4 «Используй и распорядись (утилизируй)».

На станции № 1 «Остановись» возможны два сценария проведения. Для первого варианта заранее выберите ведущего, для второго понадобятся воспроизводящее звуки устройство и место вне класса, где организованы другие станции.

Для проведения упражнений или выполнения заданий на станциях № 2–4 распечатайте раздаточные материалы (приложения 1–5 к занятию 3).

Если есть возможность, пригласите коллег или старшеклассников для помощи в проведении занятия – модерировать работу подростков на станциях.

Ход занятия



1. Об ответственности*

Вариант 1. Посмотрите с учащимися ролик [«Ответственность за себя»](#). Ответьте на возникающие вопросы.

Вариант 2. Педагог. Недавно я вдохновилась книгой «Магическая уборка» и решила разобрать дома ненужные вещи. Когда наткнулась на коробку с сувенирами, решила, что мой выбор покупок не всегда можно назвать ответственным. А как вы считаете, связаны ли ответственность и шопинг? Что нужно сделать, чтобы стать ответственным покупателем? *Предоставьте под-*

росткам возможность ответить. Чтобы понять эту связь – между ответственностью и шопингом, давайте посмотрим видеофрагмент (проект магазина Перекресток) <https://disk.yandex.ru/i/9cJd4tYnlZgl8w>

Вопросы для обсуждения:

- Какие мысли и эмоции вызвал у вас ролик?
- Как вы считаете, нужно ли сдавать вещи на переработку?
- Если мы говорим о шопинге, то, на что вы ориентируетесь при покупке? По каким

* В этом занятии предложены два варианта проведения данного этапа урока. Педагог может выбрать любой в зависимости от технических возможностей.

критериям выбираете, стоит ли покупать вещь?

- Как вы думаете, есть ли более ценный или правильный выбор, когда мы говорим о шопинге?

Педагог. Когда мы говорим о покупках, речь идет не только о том, чтобы утилизировать вещи. Перед этим есть еще несколько

шагов осознанного потребления. Осознанное потребление – это не отказ от радостей, а вдумчивый подход. Это значит, ты понимаешь: вещи возникают не по волшебству, за ними стоят производство, труд людей, природные ресурсы. А главное, ты можешь ответить себе на вопросы: «Действительно ли ты хочешь купить себе вот эту штуку?», «Будет ли она радовать тебя только в момент



2.

Шаги к осознанному потреблению

Педагог. Давайте посмотрим, умеем ли мы делать осознанный выбор. Для начала создадим четыре команды. Каждая из них начинает свой путь со станции, номер которой соответствует номеру команды, и движется по порядку: например, команда № 3 начинает со станции № 3, переходит на четвертую станцию, потом на первую и вторую. На каждой станции команда получает лист с заданиями, которые необходимо выполнить. На нем нельзя писать и его нельзя забирать с собой при переходе на следующую станцию – задания нужны для выполнения следующей командой. Каждая группа получает свой бланк, в который нужно вписать решения и ответы на вопросы. В первую табличку необходимо вписать фамилии участников команды. После прохождения каждой станции члены группы индивидуально оценивают по 10-балльной шкале свою удовлетворенность выполнением заданий.

Станция № 1 «Остановись»

Вариант 1

Педагог (на станции). Порой, когда мы видим рекламу какого-нибудь модного велосипеда или телефона, при желании купить товар можно физически ощутить, например, тепло в груди или учащенное сердцебиение. Важно помнить, что это именно тот эффект, которого хотят добиться производители. Но чтобы сделать осознанный выбор, необходимо трезво взглянуть на вещи,

честно ответить себе на следующие вопросы: а нужно ли мне это, действительно ли я этого хочу? Порой сложно выйти из-под влияния рекламы и посмотреть на ситуацию со стороны. Но, как говорится, сложно, но можно. Для этого нужно научиться успокаивать свой разум и тело. Самый простой способ – дышать. Да, вы не ослышались, правильное дыхание помогает справиться не только с негативными эмоциями, но и с теми, что пытаются нам навязать.

Заранее, до урока, выберите ведущего, который будет зачитывать текст успокаивающей и концентрирующей внимание медитации. Остальные удобно рассаживаются и следуют инструкции (приложение 2 к занятию 3).

После выполнения упражнения по очереди поделитесь своими впечатлениями: на что вы лично обращали внимание / отвлекались в процессе выполнения этого задания, как часто, на сколько секунд?

Итак, вы попробовали медитировать и правильно дышать. Эта техника может отлично помочь и уберечь от лишних трат под воздействием рекламных сообщений. Не забудьте оценить, насколько каждый из вас доволен своим выполнением упражнения. Подумайте и запишите в бланк ответов, какие еще 2–3 техники помогают удержаться от сиюминутного желания приобрести товар или продукт.

Важные заметки

Вы можете рассказать подросткам о технике стоп-вопросов перед покупкой. «Что случится, если я это куплю?», «А если не куплю?», «Сколько дней я буду с ней играть, а потом она мне надоест?» и так далее.

Вариант 2

Для его проведения вам понадобится место вне класса, где находятся другие станции, и устройство с функцией воспроизведения звука.

Педагог (на станции). Порой, когда мы видим/слышим рекламу какого-нибудь модного велосипеда или телефона, можно физически ощутить желание купить их, например, почувствовать тепло в груди или учащенное сердцебиение. Важно помнить, что это именно тот эффект, которого производители велосипеда и телефона хотят добиться. Но чтобы сделать осознанный выбор, необходимо трезво взглянуть на вещи, честно ответить себе на следующие вопросы: а нужно ли мне это, действительно ли я этого хочу? Порой сложно выйти из-под влияния рекламы и посмотреть на ситуацию со стороны. Но, как говорится, сложно, но можно. Для этого нужно научиться успокаивать свой разум и тело. Самый простой способ – дышать. Да, вы не ослышались: правильное дыхание помогает справиться не только с негативными эмоциями, но и с теми, что пытаются нам навязать.

Ваша задача на данной станции – закрыть глаза и сконцентрироваться на своем дыхании. Глубоко вдыхайте воздух через нос, почувствуйте, как у вас поднимается живот, и медленно выдыхайте через рот. Не торопитесь. Следите за своим дыханием и старайтесь не отвлекаться на звуки, которые слышите. Теперь я включу аудиозапись, и вы можете приступить к выполнению.

Звук шума внутри торгового центра, шум толпы – https://disk.yandex.ru/d/OJXazm2RA0_HBg (первые 4 минуты).

Педагог (после выполнения упражнения). По очереди поделитесь своими впечатлениями: на что вы лично обращали внимание / отвлекались в процессе выполнения этого задания, как часто, на сколько секунд?

Итак, вы попробовали правильно дышать. Эта техника может отлично помочь и уберечь вас от лишних трат под воздействием рекламных сообщений. Не забудьте оценить, насколько каждый из вас доволен выполнением упражнения. Подумайте и запишите в бланк ответов, какие еще 2–3 техники помогут вам удержаться от сиюминутного желания приобрести какой-либо товар.

Станция № 2 «Исследуй»

Учащиеся проходят станцию самостоятельно. Для ее прохождения нужно распечатать бланк из приложения 3 к занятию 3 и положить его на стол станции. Следите за таймингом.

Станция № 3 «Выбери»

Учащиеся проходят станцию самостоятельно. Для данной станции нужно распечатать бланк из приложения 4 к занятию 3 и положить его на стол станции. Следите за таймингом.

Станция № 4 «Используй и утилизируй»

Эта станция имеет два варианта проведения. Для каждого варианта нужны свои раздаточные материалы. Рекомендации по распечатке даны в приложении 5 к занятию 3.

Вариант 1

Педагог (на станции). Как часто мы покупаем новую одежду? Почему мы это делаем? Вышла новая коллекция или вещь пришла в негодность? Если задуматься, жизнь севшей при стирке маминой кофточки, возможно, только начинается: можно отдать ее ребенку, который будет с радостью ее носить, в секонд-хенд

или на переработку, чтобы она принесла пользу другим, можно сделать из нее тряпочки для уборки помещения или же сшить мягкую игрушку. Как видно, отправить кофточку в мусорный бак – это далеко не единственное решение.

Давайте подумаем, как можно грамотно утилизировать старье или продлить жизнь вещей, которые, казалось бы, пришли в негодность или перестали удовлетворять наши потребности.

Порассуждайте и запишите свои примеры в бланк ответов: что можно сделать с перечисленными предметами, чтобы они еще могли принести пользу вам или другим? Придумайте 5 способов использования того или иного предмета. *(Бланк в приложении 5 к занятию 3, вариант 1.)*

Педагог (после выполнения упражнения). Повторное применение каких предметов было найти проще, а каких – сложнее? С чем это может быть связано? Какие из этих предметов перерабатываются, а какие нет? Как грамотно утилизировать «плохой» мусор?

Вариант 2

Педагог (на станции). Как мы, обычные люди, можем повлиять на мир, который нас окружает? Сделать его чуть лучше? На самом деле, если задуматься, это очень легко. Один из способов – разумно подходить к вопросам потребления. И мы говорим даже не о сокращении количества покупаемого пластика, который долгие годы не разлагается и попадает в Мировой океан, а об изменении стиля жизни и образа мышления. В шведском языке есть такое понятие – «лагом». Слышали кто-нибудь о нем?

«Лагом» переводится как «умеренность во всем», «не слишком много и не слишком мало». Это слово отлично описывает национальный характер шведов, их отношение к потреблению. Давайте прочитаем советы из книги

Ники Брантмарк «Что такое лагом. Шведские рецепты счастливой жизни», которые помогут нам понять, как мыслят шведы, когда речь заходит об осознанном потреблении. Текст есть у вас на столе *(приложение 5 к занятию 3, вариант 2)*.

Педагог (после прочтения текста). Узнали что-то новое? Чтобы стало более наглядно, нарисуйте инфографику. У вас есть макет, ваша задача – дорисовать его и наполнить информацией: рекомендации по потреблению, цифры, интересные факты *(бланк приложения 5 к занятию 3, вариант 2)*.

Итак, игра закончилась, мы попробовали на практике пройти через шаги осознанного выбора. Поделитесь, сложно ли это было для вас? Предлагаю обсудить.

Вопросы для обсуждения:

- Почему для принятия осознанного выбора так важно вовремя остановиться и подышать?
- Доводилось ли вам совершать спонтанные покупки, не изучив перед этим возможные варианты?
- Что из этого вышло?
- Вспомните случай, когда вы расстроились из-за своего выбора после покупки чего-либо. Что вы упустили при выборе?
- Как этого можно было избежать?
- Есть у вас вещи, которым пора найти новое применение?
- Как именно вы можете их использовать?

3. Завершение занятия

Педагог. Мы подходим к концу урока. Предлагаю каждому написать на зеленом стикере start то, что вы начнете делать после занятия, на красном – stop (что прекратите делать), continue – что буде-

те продолжать делать. У вас есть на это 2 минуты.

Заберите стикеры с собой. Будет здорово поделиться своими успехами на следующем занятии.

Занятие № 4

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА МИР

Цель занятия

Способствовать формированию у учащихся представлений о принципах функционирования циклической экономики и пониманию ими важности бережного отношения к окружающему миру.

Планируемые результаты

Подросток:

- познакомился с принципами циклической экономики и механизмами развития инноваций;
- способен предложить решение существующей проблемы с учетом необходимости сохранения уровня комфорта без вреда природе;
- осознал необходимость реализации принципов корпоративной социальной ответственности (КСО), может привести примеры.

Материалы и оборудование

- Распечатанные задания для групповой работы в рамках блока «О сохранении уровня комфорта без вреда природе» (приложение 1 к занятию 4);
- распечатанные задания для групповой работы в рамках блока «О корпоративной социальной ответственности» (приложения 2 и 3 к занятию 4);
- стикеры для рефлексии, таймер;
- презентация для задания 3;
- проектор, экран, колонки, компьютер.

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	10	Об ответственности за мир	Познакомить подростков с особенностями циклической экономики и способами ее реализации на практике.
2	7	О сохранении уровня комфорта без вреда природе	Познакомить с механизмом и «правилами» развития инноваций.
3	18	О корпоративной социальной ответственности	Дать возможность подросткам оценить необходимость применения принципов КСО.
4	5	О личном выборе	Способствовать формированию бережного отношения к окружающему миру.
5	5	Завершение занятия	Создать условия для обобщения результатов работы.



Перед началом урока подготовьте 4 рабочих места для групповой работы. Столы и стулья расставьте таким образом, чтобы все могли видеть экран и общаться с учителем. Количество посадочных мест рассчитывается исходя из количества людей в классе. Когда все соберутся, предложите учащимся разделиться на три команды и занять одно

из заранее подготовленных мест. Разбиться на команды можно по желанию, а можно случайным образом, например рассчитать на «орел, дракон, лев»: все «орлы» – в команде № 1, «драконы» – в команде № 2, «львы» – в команде № 3. Четвертое рабочее место понадобится в активности «О корпоративной социальной ответственности».

Ход занятия



1. Об ответственности за мир*

Вариант 1. Посмотрите с учащимися ролик [«Ответственность за мир»](#). Ответьте на возникающие вопросы.

Вариант 2. Педагог. На прошлом уроке мы говорили об ответственности перед собой. Тема же сегодняшнего занятия – «Ответственность за мир». Какие шаги осознанного потребления из прошлого урока вы запомнили? Как вы думаете, влияем ли мы на мир, когда ходим в магазин? Как именно?

Давайте поиграем. Я озвучиваю некое утверждение, а вы «голосуете ногами». Если вы считаете, что утверждение правдиво, – идите направо, если нет – налево.

Начинаем.

1. Каждый год из-за производства одежды и обуви образуется 90 млн тонн мусора. Из-за одной только модной индустрии в атмосферу выделяется каждый год около 1,2 млрд тонн парниковых газов. (Правда.) Учащиеся «голосуют ногами». *Затем зачитайте учащимся правильный ответ.*

2. По всему миру каждый год в среднем в окружающую среду попадает в среднем 10 тыс. тонн нефти. Это загрязняет воздух и питьевую воду, пагубно влияет на растения и животных и даже увеличивает риск погодных аномалий, таких как ураганы и тайфуны. (Неправда, в окружающую среду попадает гораздо больше – 300 тыс. тонн нефти каждый год). Уча-

щиеся «голосуют ногами». *Затем зачитайте учащимся правильный ответ.*

3. Каждый день я выбрасываю не меньше 1 кг мусора. (Правда, среднестатистический россиянин оставляет около двух кубометров мусора в год, это примерно 400 кг. В день это около 1,1 кг. В нашей стране образуется 70 млн тонн бытового мусора, что в 10 раз больше пирамиды Хеопса.) Учащиеся «голосуют ногами». *Затем зачитайте учащимся правильный ответ.*

4. Чтобы изготовить одну футболку из моего шкафа, потребуется 10 л воды. (Неправда, на производство одной футболки уходит 2700 л – столько воды в среднем один человек потребляет за 900 дней жизни). Учащиеся «голосуют ногами». *Затем зачитайте учащимся правильный ответ.*

Неужели человек не может ничего сделать с загрязнением природы? Конечно, может. К счастью, многие люди понимают, что происходит во время производства товаров, умеют делать выводы и стремятся к осознанному потреблению, раз за разом проходя шесть шагов осознанного выбора (об этом мы говорили раньше). В результате постепенно рождается новая модель экономики. Ее называют «ресайклинг-экономика». Первое слово – английское. Оно переводится как «переработка», то есть можно было бы дать такой экономике название «пе-

* В этом занятии предложены два варианта проведения данного этапа урока. Педагог может выбрать любой в зависимости от технических возможностей.

переработка-экономика», но оно звучит несколько странно, чтобы произносить его с серьезным лицом на крупных конференциях по экологии. Поэтому по-русски новую экономику называют цикличной, или экономикой замкнутого цикла.

Циклическая экономика строится на трех важных принципах.

Первый – планирование отходов и загрязнений. На этапе разработки нового продукта создатели уже всю думают и прогнозируют, что будет с ним, когда он превратится в мусор: как он будет разлагаться, перерабатываться или использоваться в дальнейшем.

Второй принцип – пользоваться вещами как можно дольше: чинить, перерабатывать, делиться с другими и так далее, лишь бы не производить новые.

Наконец, третий принцип – воссоздавать природные системы. Взял у природы дерево – помни, что не просто взял, а взял «взаимы», и, будь добр, посади новое.

Если мы внимательно посмотрим вокруг себя, то легко отыщем примеры компаний, которые работают в соответствии с принципами циклической экономики. «Второе дыхание. Магазины» предлагает купить брендовые вещи, а когда надоест их носить, приносить на переработку и купить другие. Компания минимизирует транспортный след от перевозки одежды, собирая их из магазинов России и организует сбор и сортировку одежды, проводя акции в офисах крупных компаний, участвуя в городских фестивалях и организуя инфраструктуру приема одежды через кон-

тейнеры. Зачем покупать целый автопарк, если в городе полно водителей на своих автомобилях, которые рады поработать? Меньше машин на дорогах, меньше выхлопных газов, меньше мусора от перепроизводства, меньше стоимость поездки, больше клиентов. Гениально, правда? Второй принцип циклической экономики – в действии.

Еще примеры. Airbnb – сервис, очень похожий на «Убер», только в недвижимости. Зачем строить отдельный отель и обслуживать его, если в городе много людей, готовых с радостью поделить своим жильем с туристами?

Каршеринг – еще один пример. Зачем каждому иметь отдельный автомобиль, хранить и обслуживать его, особенно если человек пользуется им 1–2 раза в неделю? Пробки, перепроизводство, загрязнение воздуха, мусор. Это, мягко говоря, неэффективно. Автомобиль – такая же вещь, как и остальные, и почему бы не поделиться им с остальными, ведь пользуемся же мы одним лифтом.

Делая свое потребление осознанным и следуя принципам циклической экономики, мы удовлетворяем наши потребности все более эффективно и ответственно. Ответственно перед собой и перед нашим общим домом – планетой Земля. Все это приближает нас к благополучию.

Вопросы для обсуждения:

- Как вы поняли, что такое циклическая экономика?
- О каких еще экологических компаниях вы слышали?



2. О сохранении уровня комфорта без вреда природе

Педагог. Если вдуматься, за последние 100–150 лет наш мир сильно изменился. В первую очередь это связано с ростом потребностей и поиском путей их удовлетворения. Создавая новую технологию или товар, человек решает свою проблему, меняет мир вокруг себя. Однако каждое такое решение может создать новую проблему, спровоцировать появление но-

вых потребностей, которые вновь надо удовлетворить, изменив мир вокруг. Важно понимать, что новые решения не должны снижать уровень комфорта, которого мы достигли: мы не отказываемся от заводов и фабрик, которые загрязняют водоемы и воздух, а создаем очистные сооружения, чтобы сохранить природу. Давайте рассмотрим пример и поймем, как это работает.

Сейчас каждая команда получит задание. Задача – ознакомиться с ситуацией и заполнить таблицу. У вас есть 5 минут.

Раздайте каждой команде свой бланк с заданием (приложение 1 к занятию 4).

Включите таймер на 5 минут. После того как учащиеся ответят на вопросы и заполнят таблицу, спросите, какие проблемы могут возникнуть в результате предложенного ими решения.



3. О корпоративной социальной ответственности

Педагог. Заботиться о мире могут не только обычные люди, разделяя мусор для переработки, участвуя в субботниках или отправляя пожертвования в фонды помощи нуждающимся, но и крупные компании. Заботясь о получении прибыли, некоторые из них не забывают о том, что у них есть необходимые ресурсы, с которыми можно сделать наш мир намного лучше. Давайте представим себя в роли одной из таких компаний.

Перед началом игры попросите двух желающих из каждой команды покинуть свои группы и объединиться в одну новую. Если желающих нет, сами определите, кто это будет. Таким образом, 6 человек, которые покинули свои команды, становятся советом правления. Остальным присвойте номера – № 1, 2 и 3.

Педагог (обращаясь к совету правления). Вы – совет правления крупной корпорации, выпускающей детские игрушки. На ежегодном заседании, которое состоится сегодня, вам необходимо разработать стратегию развития компании на будущий год. Последним пунктом повестки дня стоит выбор проекта, который можно начать реализовывать со следующего года. Вам на почту прислали две идеи, однако в самый последний момент инициативная группа в лице некоторых сотрудников компании попросила права презентовать свои варианты проектов. Вам предстоит выслушать предложения команд и выбрать одно из них или не брать ничего. Возможно, принять решение вам поможет следующая информа-

ция (*предоставьте команде карточку, приложение 2 к занятию 4*): финансовые показатели компании, последние новости в индустрии игрушек, краткое описание идей, которые сегодня будут обсуждаться на заседании. Продумайте заранее, какие вопросы необходимо задать авторам этих идей, чтобы принять верное решение.

Раздайте командам распечатки, которые соответствуют номеру их команды (приложение 3 к занятию 4).

Педагог (обращаясь к другим командам). Команды № 1, 2 и 3, ваша задача – презентовать идею, которая представлена у вас в карточке. Чтобы ваш ответ был аргументированным, можете воспользоваться интернетом для поиска информации.

Через 5 минут каждая из групп за минуту должна будет представить совету правления свою позицию так, чтобы выбрали именно ее идею.

Включите таймер на 5 минут, за минуту до окончания объявите, что осталась 1 минута и следует поторопиться.

Сейчас я буду засекают 1 минуту. За это время каждая команда должна презентовать свою идею совету правления. Когда время истечет, совет правления задаст вопросы, которые он подготовил для каждой группы и которые появились в процессе презентации. Итак, команда № 1, представьте совету правления свой проект.

Четко следите за регламентом выполнения заданий. Как только заканчивает-

ся минута на выступление, передавайте слово совету правления. Когда закончится минута ответов на вопросы, поблагодарите команду за выступление и пригласите следующую.

Итак, совет ознакомился с идеями, и сейчас у него есть 2 минуты, чтобы принять решение и аргументировать свой выбор.

Включите таймер на 2 минуты. По истечении времени предложите совету правления огласить свое решение.

Вопросы для обсуждения:

- Какой вывод мы можем сделать?
- Почему компаниям выгодно выделять деньги на разные некоммерческие проекты или проекты, которые направлены на сохранение окружающего мира?
- От кого исходят инициативы подобных проектов?
- Какую идею вы бы предложили как инициаторы проекта?

Педагог (после совета правления). *Используйте презентацию.* Сейчас вы увидите реальные проекты компании LEGO. Они совместно с детским фондом ООН «Юнисеф» действительно создали и запустили в 2017 году социальную сеть для детей до 13 лет. И она успешно существует до сих пор: дети обмениваются фото своих поделок, комментируют работы друг друга с помощью эмодзи. Весь контент, который наполняет социальную сеть, проходит тщательную проверку безопасности.

Несколько лет назад LEGO поставила перед собой задачу разработать экологически чистый и безопасный даже для самых маленьких детей материал для деталей своих конструкторов. По плану производителя к 2030 году компания сможет создать и внедрить в производство совершенно новое биосырье.

LEGO ставит перед собой амбициозные цели и достигает их. Помимо прочего, компания стремится решить такие социально значимые задачи, как внедрение предметно-игровой среды в процесс обучения и развития детей, повышение умственной активности ребенка и развитие его мелкой моторики. Именно благодаря своим проектам и подходу к созданию продукции LEGO является одной из ведущих компаний по производству игрушек.

К каким выводам мы можем прийти? Многие крупные компании преследуют принципы корпоративной социальной ответственности, они перераспределяют прибыль на различные проекты, инициаторами которых выступают небезразличные к миру работники компании. И подобные проекты в итоге делают бизнес более устойчивым.

Ярким примером является и сеть «ВкусВилл». Еще в конце 2019 года доля онлайн-продаж в общем обороте ретейла не превышала 1%, а в мае 2020 года достигла отметки 15%, число онлайн-заказов увеличилось втрое, оборот в месяц удвоился – до 1,25 млрд рублей. Как в разгар изоляции им удалось не просто выжить, а развиться и даже попасть в пятерку крупнейших онлайн-продавцов еды в России? Ответ прост – высокая лояльность потребителей. Корпоративная культура и ценности бренда, его концепция здорового питания нашли отклик у миллионов людей. «ВкусВилл» следит за качеством своих продуктов, обеспечивает своим сотрудникам безопасные условия труда и достойную заработную плату, а также поддерживает различные экологические и социальные проекты – сбор использованных батареек, производство тканевых сумок, развитие творческого потенциала детей в студиях семейного досуга.

Таким образом, деятельность компании с момента ее выхода на рынок стала одним из ключевых факторов быстрого развития онлайн-продаж во время режима изоляции.



4. О личном выборе

Педагог. Общество не стоит на месте, с каждым годом все больше компаний и обычных граждан задумываются об ответственности, которую они несут перед миром – природой и людьми. Например, все чаще в наших дворах появляются контейнеры для раздельного сбора мусора, но это лишь один из способов защиты окружающей среды. Какие еще примеры заботы о природе вы можете привести? *Предоставьте подросткам возможность ответить.*

Давайте проведем эксперимент. Многие косметические бренды тестируют свою продукцию на животных. Как вы считаете, это правильно? Какие плюсы и минусы тестирования косметики на животных вы видите? Можно ли отказаться от этой практики?

Важные заметки

В процессе обсуждения проследите, чтобы были приведены как плюсы, так и минусы тестирования продукции на животных. Возможно, кто-то из детей затруднится с выбором, правильно ли проводить тестирование на животных, или считает, что это неважно. Обратите на это внимание присутствующих: существуют разные точки зрения и разное отношение к вопросу. Каждый выбирает свою позицию.

Педагог. Приведу пример этической компании. Фирма SIBERINA решила отказаться от тестирования продукции на животных. Сейчас токсичность ее косметики проверяется на добровольцах, которых она предварительно застраховывает. Производитель тщательно подходит к вопросу безопасности, поэтому все тесты про-

водятся под наблюдением врачей-дерматологов и с использованием минимальных доз, которые не могут навредить человеку. Благодаря такому решению SIBERINA вошла в список производителей так называемой этичной косметики.

Как вы думаете, этичен ли способ тестирования, который выбрала компания SIBERINA? А почему она его выбрала? Что необходимо предпринять, чтобы в будущем изменить технологию проверки безопасности косметики для людей?

Важные заметки

Обратите внимание учащихся на то, что переход компании на тестирование продукции на добровольцах не решил проблемы, стоящей перед большинством производителей этой индустрии. Чтобы стать по-настоящему этичным, надо вкладывать большие деньги в инновации, что позволит избежать негативных последствий для природы и человека. И примеры компаний, которые пошли по более сложному, долгому и затратному пути, существуют уже сегодня. Некоторые производители проводят испытания с помощью синтетических аналогов человеческих тканей или в пробирках. Еще один способ – компьютерное моделирование, которое позволяет проверить токсичность продукции без участия животных или человека. Развитие этой технологии активно поддерживается косметическим брендом Lush. В 2013 году исследователям из Ливерпуля даже вручили награду за продвижение компьютерного моделирования как альтернативы испытаний на животных.



5. Завершение занятия

Педагог. Итак, сегодня мы говорили об ответственности за мир. Давайте обсудим в группах некоторые вопросы:

1. Почему некоторые компании инвестируют большие деньги в проекты, которые сами по себе не приносят финансовой прибыли?
2. В чем вы видите решение глобальных проблем?

3. Кто несет ответственность за решение глобальных проблем? Обоснуйте свое мнение?

4. Что я могу начать делать уже сейчас, чтобы сохранить природу, окружающую среду?

После короткого обсуждения выслушайте ответы подростков.

Занятие № 5

ПРОФЕССИЯ

Цель занятия

Способствовать выявлению подростками своих сильных сторон и создать условия для разработки плана саморазвития.

Планируемые результаты

Подросток:

- осознал свои сильные стороны и наметил стратегии их развития;
- осознал связь между принятием своих сильных сторон и выбором будущей профессии;
- увидел необходимость непрерывного развития своих навыков в условиях изменяющегося мира.

Материалы и оборудование

- Видеофрагменты или ссылки на них к заданиям 1–3;
- распечатанные для каждого участника рабочие листы (приложение к занятию 5);
- распечатанные изображения к заданию 3;
- стикеры для рефлексии, таймер;
- проектор, экран, колонки, компьютер.

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	10	Теория	Объяснить важность осознания своих сильных сторон для выбора будущей профессии.
2	24	Сильные стороны	Способствовать осознанию своих сильных сторон и формированию стратегии их развития.
3	6	Профессии	Показать важность личностного и профессионального развития в условиях изменяющегося мира.
4	5	Завершение занятия	Дать возможность подросткам сформировать план развития своих сильных сторон.

Ход занятия



1.

Теория*

Вариант 1. Посмотрите с учащимися ролик [«Профессия и этика труда»](#). Ответьте на возникающие вопросы.

Вариант 2. Педагог. Сегодня мы поговорим о профессиях. Как вы думаете, как технологии влияют на профессии? *Предоставьте подросткам возможность ответить.*

Покажите анимированный ролик по теме «Профессии». <https://disk.yandex.ru/i/LEdYX1jiaUsgrg> (⌚ 0:42–2:30).

Задайте вопрос: «Какие технологии, повлиявшие на изменение профессий, появились в последние 20 лет?». Запишите посередине на доске ответы участников, дополните список следующими, если они не были названы: социальные сети, смартфоны, беспилотники, 3-D печать, робототехника, нанотехнологии, искусственный интеллект. Предложите участникам назвать профессии, которые исчезли за последние 15 лет (запишите слева от списка технологий), и профессии, которые появились (запишите справа).

Вопросы для обсуждения:

- Как вы думаете, какие новые профессии, которых не было раньше, появились?

- Благодаря развитию каких технологий?
- Какие из этих профессий вам близки?
- Как вы думаете, возможно ли было предсказать появление этих профессий? (Некоторые энтузиасты, например, русский писатель XIX века Владимир Одоевский в своем романе «4338-й год» предсказывал появление сервисов, похожих на социальные сети, но всерьез об их масштабе даже в конце XX века никто не догадывался.)
- Что нужно было делать людям 20–30 лет назад, чтобы быть готовым к изменениям? (До появления технологии и ее распространения не существовало обучения специальным профессиям. Быстро сориентироваться смогли те, кто умеет переучиваться, прислушиваться к себе, знает свои сильные стороны. Один умеет писать интересные истории, другой – фотографировать, третий отлично общается – все они могут найти себе дело в социальных сетях, просто адаптировав навыки к новой технологии. Все они ориентировались на свои сильные стороны.)

Педагог. А как бы вы сформулировали, какие стороны характера – сильные? И как их найти?



2.

Сильные стороны

Педагог. Выбор профессии – это ответственный шаг в жизни каждого человека. Чтобы будущая работа приносила удовольствие, уже сейчас надо понимать, чем вам нравится заниматься, что у вас хорошо получается. Посмотрите видеоролик и определите, в чем заключаются сильные стороны персонажей? Как вы думаете, в какой профессиональной деятельности они лучшим образом смогут реализоваться?

Отрывок 1. Мультфильм «Белоснежка и семь гномов», 1937 г., реж. Уильям Коттрелл, Уилфред Джексон (⌚ 0:11:10–0:13:36; сюжет о том, как Белоснежка общается с животными в лесу). Белоснежка могла бы стать ветеринаром.

Отрывок 2. Мультфильм «Новогодние приключения Маши и Вити», 1975 г., реж. Геннадий Казанский, Игорь Усов (⌚ 0:02:49–0:04:26; сюжет о том, как Маша и Витя поют песенку: он – за науку, она – за сказки). Витя мог бы стать ученым, а Маша – детским писателем или режиссером детских фильмов.

А теперь давайте оттолкнемся от обратного и подумаем, кто из нас хотел бы стать психологом? Кто из присутствующих обладает

навыками, которые нужны этому специалисту? Назовите имя и аргументируйте, почему вы считаете, что именно у этого человека получится стать хорошим психологом. А из кого бы вышел отличный спортсмен?

Важные заметки

Если вы знаете увлечения подростков, можете заменить профессии.

Перед началом следующего упражнения раздайте каждому участнику рабочий лист (приложение 5) и попросите вписать в него свои имя и фамилию и дату. Предупредите, что заполнять остальное дети будут последовательно и согласно инструкции педагога.

Педагог. А теперь давайте посмотрим на себя со стороны и постараемся разглядеть свои сильные стороны. Что мы умеем делать хорошо или, возможно, даже лучше, чем многие? Запишите ответы в рабочий лист, в пункт 1. У вас есть 2 минуты на выполнение этого задания.

Покажите на одном из экземпляров рабочего листа, где находится пункт 1. Включи-

* В этом занятии предложены два варианта проведения данного этапа урока. Педагог может выбрать любой в зависимости от технических возможностей.

те таймер на 2 минуты, по истечении времени переходите к следующему заданию.

Важные заметки

Если учащиеся затрудняются с выполнением данного задания, можно задать наводящие вопросы, которые желательно заранее разместить на доске или вывести на слайд. Что я делаю без просьбы? Что удается легко? Что я легко изучаю? Что мне нравится делать? Что привлекает мое внимание? Что дает мне энергию? О чем я говорю эмоционально? О каких делах я говорю позитивно? Что я ощущаю как лучшее в себе? Что другие считали моими талантами еще в детстве? (Источник вопросов: Linley, A., Willars, J., Biswas-Deiner, R., Garcea, N. & Stairs, M. (2010). The strengths book: Be confident, be successful and enjoy better relationships by realising the best of you. Capp Press.)

Педагог. Итак, вы записали аспекты, которые, по вашему мнению, у вас хорошо получаются. Однако окружающие могут видеть в вас и другие таланты, которых вы сами в себе не замечаете. Давайте попробуем выяснить, какие сильные стороны видят в вас другие. Для этого я предлагаю игру.

Для начала необходимо назначить три встречи: за 2 минуты необходимо договориться с другими участниками и вписать их имена в табличку на листе для встречи утром, днем или вечером. Например, я подхожу к Артему и спрашиваю: «Привет, Артем, ты днем свободен, да?» – и записываю Артема в свой пункт 2, в графу «День» таблицы, а он записывает мое имя в свою. Для выполнения этого задания вам понадобятся ваши рабочие листы и ручки. Понятно? Тогда начинаем, я засекаю 2 минуты.

Покажите на одном из экземпляров рабочего листа, где находится пункт 2. Объясните, куда необходимо вписывать имена. Включите таймер на 2 минуты.

У кого свободно «утро», кто не успел записаться? Поднимите руки.

Если таких участников несколько, попросите их объединиться между собой в пары, а если у кого-то не оказалось пары, предложите ему/ей присоединиться к любой паре. Повторите операцию с теми, кто не успел записаться на «день» и «вечер».

Итак, у всех назначены встречи? Сейчас я назову время суток, ваша задача – найти че-

ловека, с которым у вас встреча. В течение двух минут вам необходимо выяснить у партнера:

- за какой помощью он обратился бы к вам;
- какие сильные стороны он в вас видит.

В качестве аргумента партнеру надо привести конкретный пример из жизни, когда он мог это наблюдать. В процессе постарайтесь записать свои сильные стороны, которые слышали от партнера. Для этого вам понадобятся рабочий лист и ручка.

Покажите в пункте 3 на одном из экземпляров рабочего листа, где делать заметки.

На каждую встречу отводится 4 минуты, по 2 на каждого участника. Если вас трое, равномерно распределите время на всех. Итак, наступило утро.

Включите таймер на время, через 2 минуты громко объявите, что пора меняться ролями. Когда время закончится, дайте участникам пару секунд, чтобы прийти в себя, и продолжайте. Проведите те же операции с опциями «день» и «вечер».

Итак, вы услышали мнение других, записали 5 выводов о себе. Если не успели, то сделайте это сейчас. А теперь выберите 3 из них, которые вам больше всего нравятся, и запишите в пункт 4. Сравните их со своим изначальным списком. Есть ли пересечения? Проанализировав результат, выберите одну из своих сильных сторон, которую вы готовы развивать в себе, и запишите ее в пункт 5.

Важные заметки

Если у участников возникают вопросы, почему нужно развивать именно сильные стороны, а не слабые, расскажите о теории Мартина Селигмана и Кристофера Петерсона, которые разработали методику измерения сильных сторон Values in Action Inventory of Strengths. Согласно их исследованиям, развитие сильных сторон делает человека счастливее. Почему? Нет сопротивления обучению, ведь оно дается легко. Развитие таланта дает энергию и удовольствие от делания. Теория подкреплена исследованиями фонда Gallup/Clifton Strengths Finder: люди, развивающие свои сильные стороны, имеют доход в среднем в 3 раза выше, чем те, кто подтягивает слабые стороны, и в 6 раз сильнее вовлечены в работу. Как узнавать и развивать свои сильные стороны? Напри-

мер, пробовать новые виды деятельности: рисовать, петь, кататься на роликах, заниматься в театральном кружке, выступать публично и так далее.

Педагог. Теперь ваша задача – разработать план, как именно в ближайшую неделю вы будете развивать одну из своих сильных сторон. Посмотрите на свой рабочий лист, найдите в нем пункт 6 и запишите план-минимум (то, что вы точно сможете сделать) и план-максимум, ко-

торый потребует чуть больше сил для развития таланта. *Дайте подросткам немного времени на запись ответа.* Давайте подведем итоги.

Вопросы для обсуждения

- Совпало ли то, что вы думаете о себе, и то, что о вас думают окружающие?
- Понравилось ли вам то, что о вас говорили другие?
- Согласны ли вы с ними?

3. Профессии

Педагог. Каждый из вас выбрал свои сильные стороны. А как вы думаете, в какой профессии это может вам пригодиться?

Хорошо, запомните эти сильные стороны. Сейчас вам необходимо объединиться в пары и поработать с картинками, на одной из которых будет изображен представитель профессии, а на другой – технология, которая в будущем может быть внедрена в нашу жизнь повсеместно. Задача тех, у кого изображена профессия, – написать, что хорошо должен делать ее представитель, какие у него должны быть сильные стороны. Задача тех, кому попалось изображение технологии, – написать, как изменится мир с повсеместным внедрением в жизнь этих предметов. На данном этапе все работают самостоятельно. У вас есть 2 минуты на выполнение задания.

На одну пару участников выдаются 2 картинки – профессия и технология. Раздайте изображения таким образом, чтобы в парах были задействованы все возможные сочетания профессий и технологий. Включите таймер на 2 минуты на выполнение этого задания.

Профессии:

врач: <https://unsplash.com/photos/DPEYPBZpB8>;
учитель: https://unsplash.com/photos/N_aih118p8;

повар: <https://unsplash.com/photos/RKdkETvcYn4>.

Технологии:

VR-очки: <https://unsplash.com/photos/t3oVS8r7P8A>;
робот: <https://unsplash.com/photos/eZWGK5sliBM>;
компьютер: <https://unsplash.com/photos/wgivdx9dBdQ>.

Педагог. А теперь в парах объедините свои изображения и попытайтесь представить этого профессионала в мире, где широко распространена нарисованная технология. Как он может адаптировать свои сильные стороны? На выполнение этого задания у вас есть 2 минуты.

Включите таймер на 2 минуты.

Итак, что у нас получилось? Есть желающие поделиться своими результатами? Расскажите классу, что за профессия и технология у вас были, каким вы видите мир будущего для представителя этой профессии. Вспомните о своих сильных сторонах. Пригодились бы они для какой-нибудь из этих профессий?

К какому выводу мы можем прийти?

Мир не стоит на месте, и в течение жизни нам нужно будет непрерывно меняться, по-новому применять свои сильные стороны, возможно, даже менять профессию.

4. Завершение занятия

Педагог. Давайте подведем итоги. Попробуйте самостоятельно ответить на вопросы. (Их можно произнести вслух или записать на доске.)

1. О каких своих сильных сторонах я узнал только сегодня? Хочу ли я развивать их и как?
2. Что я могу сделать для того, чтобы лучше узнать о своих слабых и сильных сторонах?
3. Что делать, если сейчас у меня нет необходимых для профессии мечты талантов?
4. Как вы думаете, какие навыки понадобятся

ся людям через 10, 20, 50 лет? Например, нужно ли будет уметь писать от руки?

Запишите на стикере ответ на любой из этих вопросов и прикрепите его на доску. Один стикер – один ответ. Вы можете ответить на все вопросы, а можете – только на один. Стикеры можно не подписывать. После занятия ребята могут забрать свои ответы. Дайте подросткам возможность ответить. Обсудите наиболее интересные ответы. Вы можете инициировать обсуждение тем сильных сторон на Открытой стене.

Занятие № 6

ЭТИКА ТРУДА

Цель занятия

Способствовать осознанию учащимися влияния этичности труда на субъективное благополучие.

Планируемые результаты

Подросток:

- узнал принципы и нормы этичного труда;
- может дать оценку этичности труда;
- получил возможность сформировать свое отношение по вопросам этичности труда представителей разных профессий;
- узнал структуру и принципы функционирования финансовой пирамиды;
- познакомился с механизмом работы лотереи.

Материалы и оборудование

- Видеофрагменты или ссылки на них к заданию 2;
- цветные карточки или стикеры для дебатов (из расчета 3 карточки на человека), условные единицы для лотереи (из расчета 5 у. е. на человека);
- организованный доступ к генератору случайных чисел (например, <https://randstuff.ru/number/>);
- проектор, экран, колонки, компьютер.

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	10	Об этике труда	Познакомить с принципами и нормами этики труда, показать важность этичности труда в процессе формирования личного благополучия.
2	6	Обсуждение отрывков из мультфильма «Корпорация монстров»	Организовать обсуждение вопросов этичности труда на примере видеофрагмента.
3	13	Дебаты	Способствовать формированию личного отношения к ряду профессий с точки зрения этики труда.
4	6	Лавина дешевых велосипедов	Дать представление о структуре и принципах функционирования финансовой пирамиды.
5	5	Лотерея	Познакомить с механизмом проведения лотереи.
6	5	Завершение занятия	Дать возможность оценить влияние этичного труда на достижение личного благополучия.

Ход занятия

1. Об этике труда

Вариант 1. В этом занятии можно опираться на ролик «Профессия и этика труда» из предыдущего занятия.

Вариант 2. Педагог. На прошлом уроке мы говорили о выборе профессии. Сегодня же постараемся ответить на вопрос: каждый ли труд приносит пользу нам и окружающему нас миру? Какой труд наносит вред окружающим людям, как вы думаете? *Предоставьте подросткам возможность ответить.* Что вы думаете о лотереях? А о казино?

Этика труда – это правила, которыми человек должен руководствоваться в своей профессиональной деятельности. Они касаются и характера, и процесса труда, вплоть до отношений с коллегами. Можно выбрать этическую профессию, но заниматься при этом неэтичным трудом. Так делает, например, полицейский, который берет взятки, потому что его труд в данном случае служит слабостям – его собственному желанию легкой наживы и желанию другого человека откупиться от заслуженного наказания.

Специалисты Международного центра Гэллага знают ответ на вопрос «Какой труд делает нас счастливым?». Каждый год

они проводят глобальное исследование благополучия. Его результаты говорят о том, что профессия, приносящая пользу окружающим, то есть этический труд, стабильно входит в топ-5 условий благополучия.

Почему же люди продолжают заниматься неэтичным трудом, например лотереями? *Предоставьте подросткам возможность ответить.* В первую очередь потому, что мы позволяем это делать, поддаваясь своим слабостям. Мы хотим легкой наживы и всегда уверены, что именно нам повезет сорвать джекпот в лотерее, как несколько лет назад это удалось сделать знакомому нашего знакомого. Мы упускаем из виду, что у миллионов других людей это не получилось и они просто потеряли свои деньги.

Мы уверены, что все контролируем, самостоятельно стирая защитную полосу на лотерейном билете или бросая кубики в казино. Но забываем, что, купив билет или оказавшись за столом в казино, мы уже играем не по своим правилам. В таких случаях мы контролируем ситуацию не больше, чем рыба, взявшая в рот наживку на крючке.



2. Труд и удовольствие

Педагог. Сейчас мы посмотрим отрывки из мультфильма «Корпорация монстров». Смотрите внимательно, чтобы ответить на вопросы.

Вопросы для обсуждения к отрывку 1 (напишите их на доске, чтобы зрители смогли сконцентрироваться на вопросах во время просмотра или озвучьте их перед просмотром):

- Что получают в результате такого труда разные стороны процесса: монстры, корпорация, жители мегаполиса монстров, дети?

- Делает ли такой труд счастливыми самих монстров? Почему?

Отрывок 1. Мультфильм «Корпорация монстров», 2001 г., реж. Пит Доктер, Дэвид Силверман, Ли Анкрич (⌚ 0:01:27–0:04:07; сюжет про сдачу экзамена: монстр тренируется пугать ребенка, главный монстр объясняет, что источником энергии в городе являются детские крики).

Вопросы для обсуждения к отрывку 2:

- Что получают в результате такого труда все стороны процесса: монстры, корпо-

рация, жители мегаполиса монстров, дети?

- Изменилась ли эффективность труда монстров, объем работы, который они выполняют?

Отрывок 2. Мультфильм «Корпорация монстров», 2001 г., реж. Пит Доктер, Дэвид Силверман, Ли Анкрич (⌚ 1:18:09–1:19:32; сюжет о том, как монстр веселит ребенка и получает больше энергии от смеха).

3. Дебаты

Педагог. Бывает так, что иногда мы не можем точно сказать, этичный у человека труд или нет, чего в нем больше – пользы или вреда? Бывает, что ничего плохого в профессии нет, и тем не менее она потакает слабостям людей. Вот примеры, которые я предлагаю обсудить.

Сейчас я раздам каждому из вас по 3 карточки. И прежде чем мы перейдем к обсуждению, попрошу вас самостоятельно оценить этичность труда представителя каждой профессии. Зеленая карточка – труд этичный, красная – неэтичный, желтая – затрудняюсь с однозначным ответом.

Подготовьте наборы из желтых, красных и зеленых карточек для каждого участника или замените их стикерами соответствующих цветов. Объявите первую профессию и предложите участникам через 30 секунд провести голосование с помощью карточек/стикеров. Подсчитайте результаты. Далее продолжите дискуссию по вопросам.

Список профессий:

- Частный детектив.
- Крупье в казино, онлайн-казино.

3. Владелец букмекерской конторы. (Букмекерская контора – организация, которая занимается приемом ставок на спортивные и киберспортивные турниры, политические и культурные мероприятия. Оценивая вероятность того или иного исхода события, букмекеры предлагают коэффициенты, на которые умножается ставка игрока в случае его выигрыша.)

4. Производитель вейпов.

Вопросы для обсуждения:

- Что заставляет нас сомневаться в этичности конкретного труда?
- Приносит ли такой труд удовлетворение всем сторонам процесса?
- Как этот труд влияет на самого работника?
- Как этот труд влияет на общество в целом, способствует ли его развитию?

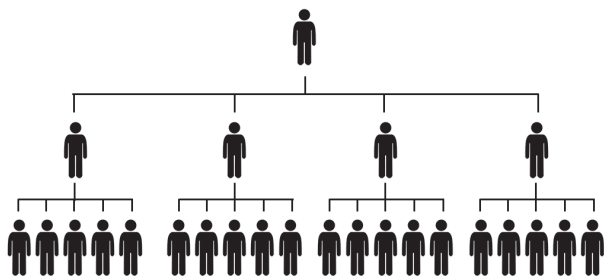
После окончания дискуссии предложите участникам вновь провести голосование и проверить, как изменилась позиция учащихся.

4. Лавина дешевых велосипедов

Педагог. Не все участники финансового рынка зарабатывают себе на жизнь честными способами. Некоторые из них придумывают схемы, которые рано или поздно будут обречены на провал для их участников. Сейчас я прочитаю текст и предлагаю каждому зарисовать в тетради мошенническую схему.

Важные заметки

До прочтения попросите добровольца выйти к доске и рисовать схему во время вашего чтения. Если у учащегося возникнут трудности, помогите ему. Общая схема будет выглядеть следующим образом:



Педагог (читает отрывок). «В дореволюционные годы были у нас – а за рубежом, вероятно, и теперь еще находятся – предприниматели, которые прибегают к довольно оригинальному способу сбывать свой товар, обычно посредственного качества. Начинали с того, что в популярных газетах и журналах печатали рекламу такого содержания:

«*Bicycled* – за 10 рублей!

Каждый может приобрести в собствен-
ность велосипед, затратив только 10 ру-
блей. Пользуйтесь редким случаем!

ВМЕСТО 50 РУБЛЕЙ – 10 РУБЛЕЙ.

Условия покупки высылаются бесплатно!»

Немало людей, конечно, соблазнились заманчивым объявлением и просили прислать условия необычной покупки. В ответ на запрос они получали подробный проспект, из которого узнавали следующее.

За 10 рублей высылался не сам велосипед, а только 4 билета, которые надо было сбыть по 10 рублей своим четверым знакомым. Собранные таким образом 40 рублей следовало отправить фирме, и только тогда прибывал велосипед. Это значит, что он обходился покупателю действительно в 10 рублей, ведь остальные 40 рублей уплачивались не из его кармана. Правда, кроме уплаты 10 рублей наличными деньгами, покупатель велосипеда имел некоторые хлопоты по продаже билетов среди знакомых, но этот труд в расчет не принимался.

Что же это были за билеты? Какие бла-
га приобретал их покупатель за 10 рублей?

Он получал право обменять их у фирмы на 5 таких же билетов – другими словами, он приобретал возможность собрать 50 рублей для покупки велосипеда, который ему обходился, следовательно, только в 10 рублей, то есть в стоимость билета. Новые обладатели билетов в свою очередь получали от фирмы по 5 билетов для дальнейшего распространения, и т. д.». (Источник: Перельман Я.И. Живая математика. – М.: Наука, 1967.)

Вопросы для обсуждения:

- Как называется такая схема, слышали ли вы ее название? (Пирамида.)
- Сколько человек вовлечены в эту схему, если известно, что продавец выдал 5 велосипедов? (25 человек.)
- Сколько денег получил продавец за эти 5 велосипедов? (Не меньше 250 рублей.)
- В чем выгода этой схемы для продавца? (Продавец не тратит много денег на велосипеды, большинство участников схемы получают только обещание велосипеда, продажи идут через участников.)
- В чем заключается выгода участников? (Они тратят на велосипед свои 10 рублей вместо 50.)
- Какие опасности подстерегают участников? (Некоторые из участников не смогут привлечь людей, тем самым потеряв деньги, на которые купили билет. В лучшем случае участник продаст 1 билет и выйдет в ноль.)
- Могут ли участники сами стать преступниками в этой мошеннической схеме? В каком случае это может произойти? (Если участник продаст билеты, но решит, что велосипед ему не нужен, он может забрать деньги с продажи и стать соучастником преступления. Он может попробовать купить еще один билет, обменять его на 5 и продолжить забирать деньги с их продажи.)

- Какую ответственность понесут участники сделки, если правоохранительные органы поймают организаторов? (По российским законам не только организация, но и участие в финансовых пирамидах яв-

ляется преступлением и, согласно статье 172.2 Уголовного кодекса РФ наказывается штрафом, принудительными работами и даже лишением свободы до 6 лет – в зависимости от тяжести преступления.)

5. Лотерея

Педагог. Теперь давайте посмотрим, как устроены лотереи. Каждому из вас начисляется 5 условных единиц (у. е.), которые вы можете использовать на покупку билета.

Раздайте подросткам по 5 заранее заготовленных у. е. Это могут быть бумажки, кнопки, звездочки и т. д.

Педагог. Лотерейный билет стоит 1 у. е. В лотерее участвуют не менее 7 человек. У каждого участника есть свой индивидуальный номер, с помощью генератора случайных чисел мы выбираем победителя среди участников тура.

Для упражнения вы можете воспользоваться этой ссылкой <https://randstuff.ru/number/>.

Присвойте каждому участнику индивидуальный номер или воспользуйтесь нумерацией в журнале.

Педагог. Тур 1. Кто готов принять участие?

Когда вы соберете взносы за билеты, отложите половину, округлив ее в меньшую или большую сторону в зависимости от числа призов, – это условная прибыль организатора (например, в первом туре будет два равноценных приза, и если участие принимают 7–9 игроков, то каждый приз будет равен 2 у. е., а если 10–12 игроков, то каждый приз будет составлять 3 у. е., и так далее).

В первом туре будет разыграно 2 приза. Давайте запустим генератор случайных чисел и определим победителей.

Запустите генератор случайных чисел, определите победителей. Учтите, что участник может победить только один раз за тур.

Поздравляем победителей! Теперь тур 2. Мы будем повышать ставки. Цена билета – 2 у. е. На этот раз у нас будет один победитель, который получит весь куш. Кто готов принять участие?

Соберите взнос за участие и вычтите половину в качестве платы организатору. Остальное разыграйте в качестве приза.

Давайте посмотрим, кто этот счастливчик.

Запустите генератор случайных чисел. Определите победителя.

Тур 3. Итак, последний тур. Цена билета увеличивается до 3 у. е., однако на этот раз у нас будет не один и не два, а целых четыре победителя. Чем больше будет игроков, тем крупнее выигрыш каждого из них.

Соберите взносы за билеты. Вычтите половину, округлив таким образом, чтобы оставшаяся сумма была кратна 4.

Давайте проверим, кому улыбнется удача.

Запустите генератор случайных чисел. Определите победителей.

Итак, давайте подведем итоги. Кто остался без средств? Почему это произошло? Почему вы не остановились, а продолжили делать ставки? Какие эмоции и чувства подталкивали вас к этому? Как вы считаете,

можно ли сделать участие в лотерее способом постоянного заработка? Заметили ли вы, что в каждом туре разыгрывалась сумма меньшая, чем стоимость билетов? Куда уходила часть денег? Знаете ли вы, сколько получите,

если реально выиграете, например, 200 000 рублей? (Налог на крупные выигрыши составляет 13%.) Как вы думаете, насколько этично организовывать лотерею? Правомерно ли это? А насколько этично участвовать в ней?



6. Завершение занятия

Вариант 1. Притча.

Педагог. Послушайте небольшую притчу о старом строителе и ответьте на вопросы.

В давние времена жил один строитель. Он много лет отдал своей профессии, но подошло время, и он решил уйти на покой.

– Я ухожу, – заявил он своему работодателю, – стар я уже, пора отдохнуть да с внуками понянчиться.

Работодателю жалко стало отпускать такого опытного работника, и он предложил:

– Выполни напоследок подряд на постройку дома, и я тебя отпущу, хорошенько вознаградив!

Строитель подумал, что выходное пособие на пенсии будет не лишним, и дал свое согласие. Ознакомившись с проектом, он понял, что ему надо построить небольшой домик.

Приступив к работе, строитель горел желанием поскорее завершить ее, так как мыслями уже был на отдыхе. Применял различные хитрости, зачастую отступая от проекта в пользу скорости и используя материалы подешевле, которые находил на соседних со стройкой складах. Он понимал, что такой работой не сможет гордиться, но его уже не волновала собственная репутация. Когда все работы были завершены, он пригласил заказчика для проверки. Осмотрев здание, тот внезапно заявил:

– Поздравляю тебя! Ты построил этот дом себе, таков подарок от нашей компании за многолетнюю безупречную работу.

Никто не знает, какие чувства при этом испытывал строитель. Все вокруг принялись ему аплодировать и поздравлять, а он толь-

ко молча краснел. Ему было очень стыдно за то, что он плохо выполнил свою работу, и теперь все недочеты придется исправлять самому и остаток жизни он проведет с мыслью, что единственный раз, когда он плохо сделал работу, отразился на нем самом. А коллеги думали, что он просто стесняется...

Источник: <https://zen.yandex.ru/media/id/5b7c0fa548b5dd00a923dff0/pritcha-o-stroitele-5bcf30c83d9f5100afac6c59>

Вопросы для обсуждения:

- Что изменилось бы, если бы строитель изначально знал, что дом достанется ему?
- Пользуемся ли мы результатами своего труда в повседневной жизни? Приведите примеры.
- Может ли профессионал позволить себе выполнить работу некачественно? Как при этом не «выгорать» от усталости?

Вариант 2

Педагог. Итак, сегодня мы погрузились в тему этичности труда. Запишите, пожалуйста, на стикерах одну мысль / одну идею / одну цитату, которую вы почерпнули на сегодняшнем занятии?

Дайте подросткам 1–2 минуты на то, чтобы записать мысль. Как эта мысль/идея повлияла на вас? Попросите желающих прокомментировать свой ответ.

Занятие № 7

КАК СПРАВИТЬСЯ С РИСКАМИ

Цель занятия

Способствовать пониманию учащимися рисков в разных типах ситуаций – выбора, достижения и угрозы. Познакомить их со стратегиями преодоления препятствий.

Планируемые результаты

Подросток:

- узнал категории жизненных вызовов;
- осознал важность поддерживающих ресурсов в условиях сложного выбора;
- умеет находить внутренние ресурсы для достижения целей и преодоления препятствий;
- способен дать оценку своему восприятию ситуации и привести пример стратегии преодоления последствий «черных лебедей».

Материалы и оборудование

- Видеоролик или ссылка на него к заданию 3;
- проектор, экран, колонки, компьютер.

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	10	О рисках	Познакомить с понятиями «черный лебедь», «антихрупкость». Обозначить важность осознанного отношения к риску.
2	10	Поддержка в ситуации выбора	Создать условия для осознания важности поддержки в сложных жизненных ситуациях.
3	6	Личные качества в ситуации достижения цели	Способствовать поиску внутренних ресурсов для достижения цели.
4	14	Разбитая ваза	Способствовать формированию позитивного мышления в ситуации непредвиденной угрозы.
5	5	Завершение занятия	Дать возможность подросткам оценить полезность полученного опыта и знаний.



Для проведения этого занятия вам необходимо заранее подготовить доску:

1. Для обсуждения на первом этапе «О рисках» выписать на нее цитаты (см. «О рисках»).
2. Для обобщения материала заданий 2–4 расчертить следующую таблицу:

Тип ситуации	Риски	Что поможет решить задачу
Ситуация выбора		
Ситуация достижения		
Ситуация угрозы		

Ход занятия



1. О рисках*

Вариант 1. Посмотрите с учащимися ролик [«Риски»](#). Ответьте на возникающие вопросы.

Вариант 2. Педагог. На доске написаны четыре цитаты. Прочтите их и сделайте предположение, какая тема их объединяет? Ответ дайте одним словом.

Цитаты на доске:

«В жизни каждого бывают моменты, когда следует броситься в пропасть, чтобы наконец убедиться, что всегда умел летать». Макс Фрай

«Слово “кризис”, написанное по-китайски, состоит из двух иероглифов: один означает опасность, другой – благоприятную возможность». Джон Кеннеди

«Семь раз отмерь, один – отрежь». Русская пословица

«Если бы никто никогда не рисковал, Микеланджело расписал бы фресками пол Сикстинской капеллы». Нил Саймон, американский драматург

Дайте подросткам немного времени, попросите поднять руку, когда будет готов ответ. После высказывания подростков обобщите мнения.

Педагог. Каждая цитата по-своему раскрывает риски. Именно им посвящено наше занятие. Как вы думаете, насколько наша жизнь предсказуема? Случались ли с вами события, которые нельзя было предвидеть? Что это были за события? *Дайте подросткам возможность ответить.*

Играем в «Угадай “черного лебедя”». «Черным лебедем» называют редкое непредсказуемое событие, за которым тянутся да-

леко идущие последствия. Оно кажется логичным, только если присматриваться к нему постфактум, а в процессе сбивает с толку.

Попробуйте догадаться, о каком «черном лебеде» идет речь, по последствиям. Я буду называть события, а вы «голосуйте ногами»: идите направо (*покажите направление рукой*), когда выбираете первый ответ; стойте в центре, если выбираете второй ответ, и идите налево (*покажите направление рукой*), если выбираете третий ответ.

1. Последствия. Погибло более 19 тысяч человек. Дефицит электроэнергии в Японии. Запрет на ввоз японской пищевой продукции более чем в полсотне стран. Что это было?

Первый вариант (идти направо) – авария на атомной электростанции «Фукусима-1».

Второй вариант (встать в центре) – опасный вирус, обнаруженный недалеко от города Иокогама.

Третий вариант (идти налево) – японский танкер столкнулся с китом.

После голосования зачитайте правильный ответ:

– В мае 2011 года в результате землетрясения на АЭС «Фукусима-1» случилась крупнейшая радиационная авария. Вообще-то станция была рассчитана на землетрясения, но строители недооценили силу цунами, которое прошло следом. Именно оно стало причиной гибели стольких людей. После аварии 53 страны и Евросоюз запретили импорт сельскохозяйственной продукции и продуктов питания из Японии. К 2020 году в большинстве стран ограничения были сняты.

* В этом занятии предложены два варианта проведения данного этапа урока. Педагог может выбрать любой в зависимости от технических возможностей.

2. Последствия. Повести для детей стали длиннее на 115,5%, а рынок детской литературы увеличился за то же десятилетие на 52%. Киностудии начали вкладываться в книжные франшизы: появились саги «Сумерки» и «Голодные игры». По США прокатилась волна судебных исков: консервативные религиозные лидеры опасаются «пропаганды колдовства». Что это было?

Первый вариант (идти направо) – ученые открыли, что чтение длинных книг развивает способности к телекинезу.

Второй вариант (встать в центре) – вышел ремейк на советский фильм «Каникулы Петра и Васечкина» по сценарию Стивена Кинга.

Третий вариант (идти налево) – вышел «Гарри Поттер».

После голосования зачитайте правильный ответ:

– Сага о мальчике, который выжил, изменила книжную индустрию, да и Голливуд зацепила. Забавно, что до «Поттера» среди издателей считалось, что детям не хватает внимания, чтобы читать длинные книги. Теперь вопрос так не стоит. Просто колдовство какое-то!

3. Последствия. Теперь люди стали узнавать о новостях, происходящих в мире. Ускорило распространение идей: парень, который собрался реформировать церковь, услышан современниками. Положено начало научной революции. Что это было?

Первый вариант (идти направо) – Леонардо да Винчи изобретает движущиеся крылья.

Второй вариант (встать в центре) – Иоганн Гутенберг изобретает печатный пресс.

Третий вариант (идти налево) – в Европе изобрели аркебузу.

После голосования зачитайте правильный ответ:

– В XV веке немецкий ювелир Гутенберг изобрел печатный станок. Хотя грамотных людей тогда было мало, напечатанное могли чи-

тать вслух для больших групп. Так изменилось потребление новостей, а сами новости приобрели размах. Так что, когда реформатор Мартин Лютер прибил свои тезисы к двери церкви в Виттенберге (город в Германии), он мог не опасаться, что текст пропадет: в Лондоне копии были напечатаны уже через 17 дней.

Спасибо за игру. Что, на ваш взгляд, объединяет все эти события? *Подождите ответов подростков.*

Да, эти события нельзя было предсказать. Известный американский специалист по рискам, риск-менеджер Нассим Талеб сформулировал, чем «черный лебедь» отличается от других событий:

- такое явление аномально и маловероятно, ничто в прошлом не предвещало его наступления;
- оно колоссальным образом влияет на жизнь людей;
- объяснение явления возникает только после того, как оно произошло.

Как же справляться с такими событиями? В этом нам поможет антихрупкость, или по-научному – жизнестойкость. Что это за качество? Антихрупкими можно назвать вещи и явления, которые в экстремальных условиях сохраняют свои свойства. Человек, обладающий антихрупкостью, обычно морально готов к непредвиденным событиям, умеет с ними справляться и, более того, извлекает из этого пользу.

Итак, у нас есть две стратегии:

- хрупкая – делать прогнозы, ориентироваться на предсказания, пытаться контролировать происходящее, избегать стрессов;
- антихрупкая – не сопротивляться стрессу, ориентироваться по ситуации, знать, что большие нагрузки делают тебя сильнее.

Легко сказать, правда? Вторая стратегия выглядит, на первый взгляд, совсем недосягаемой. Но люди не фарфоровые чашки. Динамично развивающийся город или здоро-

вый организм нуждаются во встрясках и нагрузках. Город, справляясь с кризисами, будет лучше развиваться. Физические нагрузки делают организм сильнее.

Представьте, вы сдали работу, а учитель начал вас критиковать. Самая первая реакция – хрупкая: защищаться и возмущаться. Этот шквал эмоций не позволяет извлечь пользу из критики. А ведь сейчас можно получить ценный опыт – поискать в критике дельные советы и восполнить недостающие знания.

Когда нам может пригодиться антихрупкость и как научиться предвидеть риски?

Педагог. Представьте ситуацию: вас пригласили участвовать в очень престижном конкурсе. Но подготовиться к нему нужно в другом городе (потребуется три месяца, а может, и больше). И вот до начала учебы остается неделя, вы собираете все свои вещи, чтобы завтра отправиться в путь.

На секунду остановитесь и обратитесь к себе. Что вы чувствуете? Какие у вас ощущения в теле? О чем вы думаете в этот момент?

Важные заметки

Ответы могут быть самые разные. Обратите внимание учащихся на неприятные эмоции и проанализируйте их причины. Вы можете спросить подростков о том, что вызывает тревогу, опасения, что настораживает. Возможные ответы: они уезжают туда, где рядом не будет друзей и родных, не будет мест, где любили гулять вечерами. Такие эмоции помогают распознать риски, в данном случае в ситуации выбора.

Педагог. Решая жизненные задачи, мы сталкиваемся с различными рисками. Как с ними можно справиться? Давайте попробуем развить свою антихрупкость.

2. Поддержка в ситуации выбора

Педагог. Каждый из нас хоть раз в жизни попадал в ситуацию сложного выбора, когда принять однозначно хорошее решение казалось почти невозможным. Тогда мы пытались проанализировать факты, взвесить все за и против, убедить себя в том, что у нас есть силы справиться с непростой задачей. Но этого было недостаточно. И тогда мы обращались за поддержкой к близким, друзьям, знакомым или даже незнакомым людям. Или не обращались... Стоит или не стоит обращаться за помощью? Или нужно всегда искать ресурсы только в себе, а обращение за помощью – это проявление слабости? Что вы думаете по этому поводу?

Предложите высказаться двум-трем подросткам, имеющим разное мнение. Затем переходите к следующему этапу занятия.

Важные заметки

Дополнительно, если вы располагаете временем, вы можете провести игру

«Поддержка» (<https://navigator.vbudushee.ru/direction/sotsialno-emotsionalnoe-razvitie/podderzhka/>), которая раскрывает, чем поддержка отличается от советов, особенно непрошенных, какие типы поддержки бывают (эмоциональная, рациональная, действием). После игры будет полезно проанализировать опыт и спросить подростков: «Что дает нам обращение к другим в ситуации выбора?», «Каковы риски в случае обращения и необращения?»

Проведем эксперимент. Прямо сейчас у вас есть возможность поделиться проблемой и получить поддержку одноклассников. По условиям эксперимента запрос может остаться анонимным, главное, чтобы ситуация была реальной, ненадуманной. Каждый из вас получит листок, на котором вы по возможности коротко и ясно опишите свою проблему, которую пока не можете решить. Или опишите стоящий перед вами выбор, который вы пока не в силах сделать. Вы можете начать письмо с таких слов: «Не знаю, что выбрать...», «Не

знаю, как поступить...» На описание у вас есть 5 минут, затем мы соберем все письма вместе и вытащим одно случайное, чтобы помочь автору запроса определиться.

Включите таймер на 5 минут, а когда время истечет, предложите каждому нарисовать свой личный знак на письме, как-то его отметить. Затем соберите письма и зачитайте текст случайно вытянутого письма.

Я предлагаю каждому из нас написать ответное письмо автору. У вас есть 3 минуты. Включите таймер на 3 минуты.

Кто-нибудь может зачитать свое ответное письмо? Когда вы будете слушать варианты ответов, обращайте внимание на то, чем они могут быть полезны автору запроса. Было ли это моральной поддержкой, конкретным советом или предложением о помощи, а может быть, чем-то еще. Итак, кто готов озвучить свой ответ?

Важные заметки

Если никто не решается, зачитайте свой вариант, а затем предложите

подросткам собрать ответные письма и оставить их, например, на подоконнике или задней парте, чтобы автор первого письма мог забрать их в удобное время. После выполнения упражнения спросите у класса: хотели бы они получить подобные письма? Помогло бы им это в решении проблемы?

Можно предложить учащимся продолжить игру: все письма с описанием проблемы положить в определенном месте в классе, например в коробке. Их можно читать, а ответ класть в соседнюю коробку. Обязательное условие: свою записку нужно будет отметить тем знаком, который указал автор письма, чтобы человек смог найти ответ.

Педагог. Итак, мы можем записать, что в ситуации выбора нам может быть полезно...

Запишите ответы учащихся в столбец «Что помогает?» напротив «Ситуации выбора» (возможные ответы: поддержка близких, друзья, семья).



3. Личные качества в ситуации достижения цели

Педагог. Когда мы принимаем твердое решение идти к цели, на нашем пути могут встретиться препятствия и страхи, а наша задача – найти в себе силы справиться с ними. Давайте посмотрим мультфильм и ответим на вопросы.

Мультфильм «Восхождение», 2016 г., реж. Александр Мальгин: <https://zeroplus.tv/film/voskhozhdenie>.

Вопросы для обсуждения:

- Как бы вы одной фразой сформулировали смысл мультфильма?
- Какие страхи и препятствия встречаются на пути главного героя?
- Как он реагирует на них?
- Как вы думаете, что помогает главному герою не терять веру и двигаться вперед?

- Были ли в вашей жизни ситуации, когда вы ставили перед собой амбициозную цель и достигали ее? Что помогло вам справиться?
- Какие личные качества помогают в достижении цели?
- Как развивать в себе эти качества?
- Как бы вы назвали этот мультфильм?

Педагог. Сейчас мы разбирали ситуацию достижения цели. Как вы думаете, что нам помогает в подобных ситуациях? *Запишите ответы подростков в столбец «Что помогает?» напротив «Ситуации достижения цели» (возможные ответы: оптимизм, целеустремленность, отважность, умение отказаться от малого ради большого и другие личные качества).*

4. Разбитая ваза

Педагог. С каждым из нас может произойти то, чего мы совсем не ожидаем, что можем только принять и позволить этому случиться. Я прочитаю вам историю.

Петя едет в автобусе и держит в руках подарок для Маши. Это красивая ваза, о которой она давно мечтала. Друзья договорились встретиться на остановке около дома Маши, чтобы всем вместе поздравить подругу с днем рождения. Каждый из ребят приложил много усилий, чтобы устроить Маше праздник. Коля несколько недель выяснял, что девочка хочет получить в качестве подарка. Вика кропотливо выбирала подходящую вазу и оформляла заказ в интернет-магазине. Петя взял на себя обязательство забрать подарок, упаковать его и привезти имениннице. И вот его остановка, пора выходить. Он делает шаг и в тот же момент чувствует, что его толкают сзади. Петя вываливается из автобуса и роняет вазу. Та вдребезги разбивается. Обернувшись назад, Петя видит мальчика с испуганными глазами, который, видимо, и сам не понял, как это произошло. Мальчика зовут Витя, он пытается помочь Пете собрать осколки и параллельно извиняется за то, что был неаккуратен. В этот момент к остановке подходят Коля, Вика и Маша. Давайте попробуем разыграть эту сценку. *Предложите участникам проявить инициативу и сыграть роль одного из героев – Пети, Коли, Вики, Маши или Вити. Задавайте участникам вопросы.*

Вопросы участникам сценки:

- Петя, ты вез подарок Маше на день рождения и тебе не удалось его довести в целости и сохранности. Что ты чувствуешь по этому поводу?
- Коля, ты так много сил приложил, чтобы вывезти подарок и чтобы Маша была ему рада.

Какие эмоции ты испытываешь? Как ты думаешь, кто виноват в произошедшем?

- Вика, ты изучила сотни ваз, чтобы найти ту самую. И все твои усилия в итоге оказались тщетными. Какие чувства испытываешь ты? Хочется ли тебе обвинить кого-то в произошедшем? Если да, то почему?
- Маша, ты сегодня именинница. Друзья намекнули тебе, что готовят сюрприз, от которого ты будешь в шоке. И действительно, ты в шоке: разбитая ваза – это тот еще сюрприз. Какие эмоции ты испытываешь в связи со случившимся? Как ты думаешь, есть ли виноватый в данной ситуации?
- Витя, что ты чувствуешь в этот момент?

Вопросы для зрителей:

- Кому из героев вы сопереживаете больше всего?
- Кто хочет поговорить с Петей?
- А с Колей? Машей? Викой? Витей?
- Что бы вы посоветовали героям?

Педагог. На примере этого задания мы выяснили, что бывают ситуации, когда что-то происходит помимо нашей воли. В жизни можно столкнуться с куда более серьезными событиями, чем случайно разбитая ваза. Это, например, экономический кризис, природная катастрофа, пандемия. И как нам себя вести, когда происходит нечто, что рушит все планы? Что или кто может помочь? *Запишите ответы учащихся в столбец «Что помогает?» напротив «Ситуации угрозы» (возможные ответы: надо успокоиться и принять изменившиеся обстоятельства, оценить сложившуюся ситуацию, постараться найти в ней возможности для развития и продолжить двигаться дальше.)*

5. Завершение занятия

Педагог. Предлагаю совместно сделать небольшой конспект сегодняшней темы. На стикере попробуйте продолжить фразы: «Было полезно узнать, что...», «Я нахожусь в ситуации выбора/достижения цели/угро-

зы, и мне может помочь...», «Главное в теме для меня – это...» *Начало фраз можно вывести на экран или написать на доске. Все стикеры прикрепите к доске. Так у нас получится конспект занятия.*

Занятие № 8

СТРАТЕГИИ ПРОЧНОСТИ

Цель занятия

Способствовать пониманию учащимися инструментов управления рисками и формированию у них стратегии прочности.

Планируемые результаты

Подросток:

- способен перечислить универсальные инструменты управления рисками;
- прогнозирует потенциальные угрозы и формирует на основе анализа собственную стратегию прочности;
- способен отрефлексировать уже имеющийся опыт и внести коррективы в формирование собственной стратегии прочности.

Материалы и оборудование

- 4 листа ватмана, 4 маркера, 12 упаковок стикеров;
- распечатанные приложения 1–3 к занятию 8 в необходимом количестве;
- таймер.

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	10	О стратегиях прочности	Познакомить подростков с универсальными инструментами управления рисками.
2	20	Формирование стратегии прочности	Способствовать развитию навыка разработки стратегии прочности через решение кейсов.
3	10	Прогнозирование угроз, оценка ситуации	Способствовать оценке ситуации и прогнозированию рисков.
4	5	Завершение занятия	Дать возможность подросткам оценить личный опыт в управлении рисками.



Перед началом урока подготовьте 4 рабочих места для групповой работы. Столы и стулья расставьте таким образом, чтобы все могли общаться с педагогом. Количество посадочных мест рассчитывается исходя из количества человек в классе. На каждый стол заранее положите листы ватмана, 3 упаковки стикеров, мар-

кер. При необходимости обеспечьте участников письменными принадлежностями – ручками, карандашами. Когда все соберутся в классе, предложите организовать 4 команды и занять одно из заранее подготовленных мест.

Заранее распечатайте приложения 1–3 к занятию 8.

Ход занятия



1. О стратегиях прочности*

Вариант 1. Посмотрите с учащимися ролик [«Стратегии прочности»](#). Ответьте на возникающие вопросы.

Вариант 2. Педагог. Недавно я прочитала статью, в которой говорится, что пессимистом быть лучше. Поднимите руку те, кто считает так же? *Подождите итогов голосования, спросите у учащихся, почему они так считают.*

Алена Галкина в статье РБК приводит исследования, согласно которым пессимисты лучше готовы ко всяким неприятностям, жизненным рискам и тщательнее все планируют. Давайте сегодня поучимся у пессимистов более рациональному взгляду на жизнь и поговорим об универсальных инструментах управления рисками. Эти инструменты помогут нам предотвратить или уменьшить негативные последствия событий.

Давайте поиграем. Представьте, что вы – глава семьи. Сейчас я расскажу о трех событиях, которые могли случиться в любой семье.

1. Уходя из квартиры, дочь забыла выключить утюг, и начался пожар. По счастливой случайности она вспомнила об ошибке и быстро вернулась домой. Это помогло избежать серьезных последствий. Тем не менее потребовалось отремонтировать полкомнаты. Пришлось потратить на ремонт 80 тыс. рублей. У дочки нервный срыв и температура под 40 на фоне переживаний. Как вы думаете, можно ли предусмотреть такую ситуацию? Что нужно было сделать, чтобы не пришлось тратить на ремонт? *Предоставьте учащимся возможность ответить.*

2. Ваш сын во время игры с друзьями неудачно упал и сломал руку. Перелом оказался сложный, пришлось проходить длительный курс восстановления. Чек за лечение – 30 тысяч рублей. Мама так разволновалась,

что у нее обострился гастрит. Как вы думаете, можно ли предусмотреть такую ситуацию? Что нужно было сделать, чтобы лечение не так сильно ударило по бюджету? *Предоставьте учащимся возможность ответить.*

3. Зимой вы припарковали автомобиль в неудачном месте и на него упал лед с крыши. Потребовалось потратить на ремонт 50 тысяч рублей. У главы семейства теперь неделя бессонницы. Как вы думаете, можно ли предусмотреть такую ситуацию? Что нужно было сделать, чтобы не пришлось столько тратить на ремонт? *Предоставьте подросткам возможность ответить.*

Эмоции, которые испытывают герои, говорят о том, как нелегко приходится, когда сталкиваешься с непредвиденными ситуациями. Во всех этих случаях нам бы помогли инструменты управления рисками – так называемый набор «Стратегия прочности». Даже звучит надежно, правда?

Первый инструмент – «подушка», или «подушка безопасности». Она должна быть набита деньгами – таким количеством, которое позволит нам прожить без доходов минимум три месяца, а лучше полгода. От внезапной потери работы, а значит, и дохода не застрахован никто. Не забывайте и про «черных лебедей». Поэтому, пока в финансовом смысле все идет хорошо, неплохо бы часть денег откладывать в «подушку безопасности». С ней спится гораздо спокойнее. Если бы наш герой накопил денег, то и ремонт квартиры, и лечение ребенка, и упавшая сосулька не стали бы тяжелым испытанием для бюджета и не пришлось бы отказываться от приятных привычек и вести более скромный образ жизни.

Второй инструмент – страховка. Никто не любит, когда случаются неприятности: аварии, пожары, потопы. Но они, как назло,

происходят. К счастью, от таких вещей можно застраховаться. Есть специальные компании, и они с радостью продадут вам страховку, которая в случае неприятностей покроет ущерб. Тут герою помогли бы страховка квартиры, ДМС (дополнительная медицинская страховка) и КАСКО (страховка для автомобиля).

Третий инструмент – диверсификация. Слово состоит из двух латинских: *diversus* и *facere*, что означает «разный» и «делать», то есть изначальный смысл слова – делай разное. Слышали поговорку «Не клади все яйца в одну корзину»? Она передает суть диверсификации простыми словами. Не вкладывайте все деньги в акции одной компании, не храните все накопления в одной валюте или одном банке. Вдруг именно эта валюта обесценится или именно этот банк обанкротится? На самом деле вы, скорее всего, уже применяли принцип диверсификации, когда, например, стали писать посты в разных соц-

сетях, ведь сразу же не сказать, где именно придет успех. Даже когда мы ходим в разные кружки, мы распределяем свое время, и, если что-то не заладится на танцах, всегда останется робототехника.

В экономике все работает почти так же. И если бы наш герой не просто копил, а инвестировал, это помогло бы ему использовать накопленные деньги и покрыть расходы в таких неприятных ситуациях.

А где еще наш герой мог бы получить помощь, если бы не справлялся с тратами? В этом ему помог бы четвертый инструмент – кооперация, проще говоря – сотрудничество. Быть одиноким волком, может, и романтично, но не всегда практично, тем более когда есть родные и близкие, друзья и коллеги, готовые помочь ресурсами, взять на себя часть наших обязательств. Не надо игнорировать их желание помочь. Иногда простое объятие помогает взять себя в руки.



2. Формирование стратегии прочности

Педагог. Еще об одном инструменте расскажет книга. Вот небольшой отрывок из произведения Элиезера Юдковского «Гарри Поттер и методы рационального мышления».

«Гарри изучал волшебный эквивалент аптечки первой помощи, Набор Целителя Плюс. В него входили: два самозатягивающихся жгута; шприц, наполненный чем-то, похожим на жидкое пламя; белая ткань, которая приглушала боль в обмотанной ею части тела, и еще множество вещей, о предназначении которых Гарри мог только гадать.

– Это определенно стоит пяти галлеонов, вы согласны? – спросил Гарри у МакГонагалл. Молодая продавщица, находившаяся рядом, энергично закивала.

1 галлеон = 50 фунтов стерлингов = 4277 рублей. Аптечка стоит почти 22 тысячи рублей.

– Будьте любезны пояснить, – полным сомнения голосом спросила профессор МакГонагалл, – вы думаете, что вам понадобится набор целителя?

Гарри так удивился, что не сразу нашелся с ответом:

– Я не думаю, что он понадобится! Просто хочу держать под рукой на всякий случай.

– Какой еще случай, Поттер?!

– Я... я... – Гарри сглотнул. – Просто я всегда пытаюсь представить худшее, что может произойти.

– Зачем?!

– Чтобы предотвратить!

– Мистер Поттер, – мягко сказала она, – заботиться об учениках Хогвартса – моя обязанность, а не ваша. Я не позволю, чтобы с вами или с кем-либо другим произошло что-то плохое. Хогвартс – самое безопасное место во всей магической Британии, и у мадам Помфри есть полный набор целителя. Вам не нужна аптечка, тем более за пять галлеонов.

– Нет, нужна! – взорвался Гарри. – Совершенно безопасных мест не бывает! А если у моих родителей случится сердечный приступ или произойдет несчастный случай, когда я приеду к ним на Рождество? Ведь мадам Помфри не будет рядом. Мне нужна своя собственная аптечка...

– Вы не должны думать о таких ужасах, мистер Поттер!

Лицо Гарри исказилось от горечи:

– Нет, должен! Если не думать об этом, то можно навредить не только себе,

но и окружающим! Нечто плохое может с тобой случиться независимо от того, думаешь ты об этом или нет!

Иногда благих намерений недостаточно, иногда нужно быть в здравом уме».

Как вы считаете, кто прав в данном споре? Почему? Так ли страшно представлять худшее, что с тобой может случиться? Подождите ответов подростков.

А если не представлять, то можно упустить возможность заранее подготовиться к возможному риску, чтобы предотвратить его.

Способность предугадывать возможные риски крайне полезна. Да, последний инструмент – это прогнозирование. Важно уметь прогнозировать угрозы и быть готовым к их наступлению. Следует тщательно планировать свои действия, заранее продумывать запасные варианты, оставлять финансовую «подушку безопасности», которая поможет преодолеть возможные последствия негативного события. Сейчас вы сами попробуете спрогнозировать риски и разработать план по их предотвращению. Каждая команда получит свой кейс.

Раздайте командам распечатанные кейсы с заданиями (приложение 1 к занятию 8), чтобы у каждой группы был свой вариант. Расскажите, что предстоит сделать. В рамках упражнения предполагается 3 этапа:

1) самостоятельная работа каждого участника команды (задание № 1 к кейсу);

2) групповое обсуждение (задание № 2 к кейсу);

3) генерация идей (задание № 3 к кейсу).

Начинаем. Прочитайте историю и выполните задание № 1. Каждый участник группы должен самостоятельно написать на стикерах возможные причины случившегося – одна причина на одном стикере. Приступаем. У вас есть 5 минут на выполнение задания.

По истечении 5 минут подайте участникам сигнал для перехода к выполнению задания № 2.

Каждый из вас написал причины, теперь ваша задача – собрать стикеры всей команды, найти повторы и пересечения и попробовать объединить их в тематические группы. Для этого вы можете использовать листы ватмана, которые лежат у вас на столе. Обсудите в команде, какие группы причин у вас получились. У вас есть 5 минут.

Включите таймер на 5 минут. Когда время истечет, предложите участникам остановиться и приступить к выполнению задания № 3.

Итак, вы объединили все возможные причины и разбили их на группы. А теперь давайте представим ситуацию, что еще ничего не произошло и у наших героев есть шанс добиться успеха в своем начинании. Напротив каждой группы причин напишите, какие действия можно предпринять, чтобы избежать повторения первоначального сценария. У вас есть 7 минут.

Включите таймер на 7 минут. Когда время истечет, предложите участникам остановиться и подвести итоги работы.

Вопросы для обсуждения:

- Много ли рисков на пути к цели?
- Все ли мы можем предугадать и предотвратить?
- А если риск нельзя предотвратить, как мы можем подготовиться к нему, чтобы он не выбил нас из колеи?
- О чем вы подумали, когда собрали все стикеры с причинами провала? Было ли что-то общее?
- Удалось ли вам предложить конкретные действия, которые помогли бы избежать повторения первоначального сценария?

Важные заметки

Обратите внимание учащихся на то, что причин может быть много, сложно предусмотреть их все, но к этому следует стремиться.

3. Прогнозирование угроз, оценка ситуации

Педагог. А теперь попробуем отработать полученные навыки на практике. Представьте ситуацию: вы с другом решили открыть свое дело – создавать стикеры для Telegram.

Один занимается бизнес-планированием, берет на себя взаимодействие с клиентами и другие организационные задачи. Друг-дизайнер взял на себя техническую часть

проекта: он создает и оформляет стикеры в разных программах для создания иллюстраций. Пока что все ваши работы были сделаны на основе фотографий, но вы планируете расширять спектр форматов и продвигать свои услуги, привлекая новых клиентов.

Раздайте каждому участнику чек-лист (приложение 2 к занятию 8). Отметьте, что важно сконцентрироваться на списке, пока «Ход игры» не нужен. Включите таймер на 3 минуты, когда время истечет, переходите непосредственно к игре.

Итак, вы отправились в поездку. Сейчас я буду зачитывать ситуации, которые с вами могут произойти. Для подсчетов своих результатов вам понадобится поле «Ход игры», здесь вы будете прибавлять себе баллы за каждый удачный выбор. Давайте попробуем.

1. Вы собрали все вещи и уже направляетесь в аэропорт. Сегодня вам предстоит долгий путь: вы летите с пересадкой в Воронеже. Пройдя паспортный контроль, вы узнаете, что первый самолет, на котором вы должны были долететь до Воронежа, задерживается на 2 часа. Получается, что вы не успеваете на пересадку.

- Те, кто взял страховку от невылета, могут поставить в поле «Ход игры» +1 балл: вы смогли предусмотреть подобный сценарий развития событий. Авиакомпания возместит вам часть средств, и вы сможете купить билеты на другой рейс из Воронежа.
- Те, кто не оформил страховку, ничего себе не ставят. К сожалению, в жизни бывают ситуации, когда мы не можем повлиять на события, но можем смягчить их последствия для себя. Позвоните родственникам, они наверняка помогут вам и одолжат деньги на билеты.

2. Ура! Вы наконец-то на месте! Оставив вещи в отеле, вы сразу отправляетесь на пляж. Вдоволь накупавшись, садитесь на берегу. Опустив ноги в воду, вы наслаждаетесь моментом: закат, теплая вода, пение цикад. Но, как известно, у стихии свои планы: вы не успеваете опомниться, как вас накрывает волной. Телефон, который до этого момента вы держали в руках, выпадает, волна пытается унести его с собой, медленно волоча по гальке. Быстрая реакция, резкое движение – и он вновь

у вас! Вы счастливы, что морю не удалось вас обыграть. Однако радоваться рано. Телефон явно требуется ремонт. В сервисном центре вам сказали, что он обойдется в 250 рублей.

- Те, кто купил страховку телефона, могут записать +1 балл. Вы правильно предвидели риск, который может произойти, но, к сожалению, переплатили.
- Те, кто не приобретал страховку, но может оплатить ремонт, поставьте балл в поле «Ход игры» и вычтите из оставшегося бюджета 250 рублей.
- Те, у кого нет ни денег, ни страховки, не получают баллов. Всю ближайшую неделю им предстоит звонить родственникам из гостиничного номера.

3. Третьи сутки отдыха. Сегодня вы решили провести весь день на пляже. Искупавшись, вы прилегли на лежак, чтобы обсохнуть, и неожиданно уснули под солнцем. Проснувшись через 25 минут, вы почувствовали себя нехорошо.

- Те, кто купил солнцезащитный крем, заранее подумали о безопасности, однако ваш крем имеет недостаточно сильную защиту, а морская вода его быстро смывает. Если у вас нет с собой крема от ожогов и лишних 500 рублей, то вы остаетесь без балла и думаете, где можно раздобыть сметану. Если деньги есть, запишите +1 балл и вычтите стоимость крема от ожогов, он стоит 500 рублей.
- Те, кто предусмотрительно приобрел крем от ожогов, запишите себе +1 балл, но помните, что проще предотвратить последствия и купить водостойкий солнцезащитный крем с SPF 50.

4. Вы отлежались в номере, и настало время отправиться в пещеры. На месте экскурсовод рассказывает о том, что эти пещеры были обнаружены в XIV веке, есть много легенд о том, кто в них жил и какими пещеры были раньше. Сегодня же самая большая из них достигает 6 метров в высоту и 25 метров в глубину, а средняя температура внутри составляет +9 °C.

- Те, кто взял теплые вещи, могут записать себе +1 балл. Вы заранее подумали о том, что они могут вам пригодиться в поездке.
- Те, кто не взял вещи из дома, остаются без балла и пытаются выяснить, продают-

ся ли в палатке с сувенирами, расположенной недалеко от пещер, горячий чай, чтобы хоть немного согреться.

5. Вы сидите в номере и отдыхаете после тяжелого дня, вам звонит тетя, которая должна была полить цветы, пока вас нет дома, и говорит, что ее срочно отправляют в командировку и она не успевает съездить к вам домой.

- Те, кто дал запасной ключ соседям, правильно оценили возможные риски. Можете записать себе +1 балл.
- Те, кто не давал соседям ключи, остаются без балла. Когда вы вернетесь домой, возможно, вам придется сажать новые цветы.

6. Вы отправились гулять по экотропе. Недавно прошел дождь, земля мокрая и скользкая. По пути вам становится плохо, вы оступаетесь и падаете. Придя в себя, выясняете, что у вас болит нога, а идти не получается. Возможен перелом. Так как эта экотропа находится за пределами курортного города, а действовать нужно быстро, вы решаете воспользоваться услугами платной медицины. Вызываете скорую помощь, которая обещает приехать уже через 15 минут. Вас отвозят в больницу и записывают к доктору. Тот осматривает ногу и назначает рентген. Снимок показывает, что перелома нет, но вы очень сильно ушиблись и вам следует на протяжении двух дней соблюдать постельный режим и накладывать компрессы. Печально, но что поделать. В итоге поход по экотропе обошелся вам в 2500 рублей: вызов скорой помощи – 600 рублей, прием врача – 1000 рублей, рентген – 400 рублей, облегчающая боль мазь и компрессы – 500 рублей.

Те, кто приобрел страхование жизни и здоровья, могут прибавить балл в поле «Ход игры». По ней страховая компания обязуется возместить все расходы при возникновении страхового случая.

Те, кто не перестраховался, ничего не прибавляют. Мы все хотим быть здоровыми, поэтому мысли о том, что можем заболеть или пораниться, могут нас пугать, однако это лишний повод позаботиться о себе заранее и смягчить возможные последствия.

7. Несмотря на инцидент на экотропе, вы хорошо провели оставшиеся дни отпуска. Пришло время возвращаться домой. На этот раз вы отправитесь поездом. Спустя 15 часов после посадки обнаруживается, что у соседа по купе появились признаки ветрянки, а вы ею еще не болели.

Никто не прибавляет балл. Если вы успели заразиться, то переболеете, так как прививку от ветрянки вы не делали. В данном случае перестраховаться было сложно. Единственное, что вы можете предпринять сейчас, – узнать у проводника о наличии свободных купе, чтобы изолировать всех, кто ехал вместе с вами.

После окончания игры попросите учащихся подсчитать итоговую сумму баллов и ответить на вопросы:

- Получилось ли у них предугадать все возможные риски и справиться с ними?
- Если бы у них была возможность вернуться в начало, изменили бы они свой первоначальный выбор?
- На что нужно обращать внимание, когда предугадываете риски и готовитесь их не допустить?

4. Завершение занятия

Педагог. О чем вы узнали сегодня? (Как научиться анализировать ситуацию, предвидеть проблемы, которые могут возникнуть, и предотвратить их и т. д.) Давайте разде-

лимся на пары, каждая пара получит список вопросов, из которых можно выбрать любой и задать его соседу. Раздайте листы для рефлексии – *приложение 3 к занятию 8*.

Занятие № 9

КИБЕРБЕЗОПАСНОСТЬ

Цель занятия

Способствовать пониманию учащимися принципов безопасного поведения в интернете.

Планируемые результаты

Подросток:

- знаком с основными принципами безопасного поведения в интернете;
- знает, как могут в интернете действовать мошенники, а также понимает, какие действия необходимо предпринять в случае обнаружения противоправных действий;
- знает, как распознать фишинговый сайт;
- самостоятельно формирует стратегию защиты от мошенников.

Материалы и оборудование

- Распечатанный раздаточный материал для каждой команды (приложения 1–2 к занятию 9);
- презентация для активности «Фишинговые сайты»;
- таймер, проектор, экран, компьютер.

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	10	О кибербезопасности	Познакомить с понятием «кибербезопасность» и основными принципами безопасного использования интернета.
2	15	Безопасность в социальных сетях	Познакомить со схемами мошенничества в интернете, а также рассмотреть порядок действий в случае противоправных действий.
3	15	Фишинговые сайты	Рассмотреть порядок действий при распознавании фишинговых сайтов.
4	5	Завершение занятия	Способствовать формированию личной стратегии защиты от мошенников.



Перед началом урока подготовьте экран или проектор для показа презентации, а также 3 рабочих места для групповой работы. Столы и стулья расставьте таким образом, чтобы все могли видеть экран и общаться с учителем. Количество посадочных мест рассчитывается исходя из количества людей в классе. На каждый стол заранее положите лист формата А4. При необходимости обеспечьте подростков письменными

принадлежностями – ручками, карандашами. Заранее распечатайте раздаточный материал: текст сообщения (у каждой команды свой индивидуальный текст), анкету злоумышленников (3 экземпляра, по одному на команду).

Когда все соберутся в классе, предложите самостоятельно разбиться на 3 команды и занять одно из заранее подготовленных мест.

Ход занятия



1. О кибербезопасности*

Вариант 1. Посмотрите с учащимися ролик «Кибербезопасность». Ответьте на возникающие вопросы.

Вариант 2. Педагог. Сегодня мы будем говорить о кибербезопасности. Поднимите руку те, у кого хотя бы раз взламывали страницу в социальных сетях. А теперь те, у кого пароль содержит дату рождения. А теперь те, кто меняет пароль каждый месяц.

Сегодня мы рассмотрим опасности, которые подстерегают нас в интернете, и поговорим о том, как защитить себя от них.

Какими советами по безопасному поведению в интернете вы уже пользуетесь?

Предлагаю каждому написать на стикере, какую информацию о себе он не хотел бы видеть в интернете. 1 стикер = 1 утверждение. Стикеры не нужно подписывать. *Дайте подросткам 1–2 минуты на формулирование ответов. Попросите подростков прикрепить стикеры на стену, предложите сгруппировать ответы.*

Вопросы для обсуждения:

- Что общего в ответах?
- Стоит ли публиковать свое полное имя, адрес, номер телефона онлайн?
- Когда можно поделиться фото или видео с кем-то другим?
- Можно ли когда-либо сообщать чужую секретную или личную информацию?

Почему? / Почему нет? А что если вы думаете, что это шутка?

Интернет позволяет легко общаться с семьей, друзьями и вообще со всеми. Мы отправляем сообщения, обмениваемся фотографиями, присоединяемся к чату и прямому эфиру, иногда не задумываясь о том, кто их увидит и когда – прямо сейчас или совершенно в другое время. Изображение или сообщение, которое вы считаете смешным и безобидным и о котором вы никогда не думали, что его увидят, может быть неправильно понято людьми. Когда что-то появляется, трудно удалить это навсегда, ведь люди могут скопировать информацию, сделать снимок экрана и поделиться им.

Помните:

- то, что вы публикуете или чем делитесь в интернете, могут увидеть люди, с которыми вы никогда не встретитесь;
- как только что-то о вас появится в Сети, это может остаться в интернете навсегда. Это что-то вроде перманентного маркера: его тяжело стереть с любой поверхности;
- та информация, которая становится общедоступной и которую трудно стереть, создает вашу репутацию.

Хорошая новость в том, что вы можете контролировать то, чем делитесь в интернете. Вот почему важны настройки конфиденциальности.

* В этом занятии предложены два варианта проведения данного этапа урока. Педагог может выбрать любой в зависимости от технических возможностей.

2. Безопасность в социальных сетях

Педагог. Не секрет, что сейчас без интернета жить сложно. Однако он таит в себе не только возможности, но и угрозы. Мошенники придумывают новые способы получения нашей личной информации с целью обмануть или украсть наши деньги.

Давайте представим ситуацию: вам приходит сообщение в социальной сети «ВКонтакте» от Вани Дудикова. Вы открываете и читаете его.

Раздайте каждой команде распечатанное сообщение (приложение 1 к занятию 9). Дайте учащимся 20 секунд, чтобы ознакомиться с ним.

В глубине души у вас зарождается сомнение, что эти слова действительно написал ваш друг. Какими способами можно проверить, он ли это? (Например, можно позвонить Ване и уточнить.) У вас есть 2 минуты. Запишите свои варианты в бланк, который получили.

Включите таймер на 2 минуты. Когда время истечет, предложите командам по очереди зачитать вслух сообщение, которое они получили от Вани, и перечислить способы, с помощью которых они могут проверить, кто написал это сообщение.

Проанализировав ситуацию, вы приходите к выводу, что аккаунт вашего друга взломали. А теперь подумайте, как именно злоумышленники хотели обмануть вас, чем бы это закончилось, если бы у них получилось? У каждой команды своя легенда, поэтому каждая предлагает свой сценарий развития событий. Предоставьте подросткам возможность ответить.

Как мы уже выяснили, чтобы втереться к нам в доверие, злоумышленники использовали личную информацию Вани, которую они собрали из разных источников. Сейчас я раздам вам анкету злоумышленников, которую они создали.

Раздайте каждой команде распечатку анкеты злоумышленников и скриншот страницы Вани (приложение 2 к занятию 9).

Перед вами личная страница Вани «ВКонтакте», которая находится в открытом доступе в интернете и которую может увидеть любой желающий. Ваша задача – заполнить пропуски в анкете преступников, опираясь на эти данные. У вас есть 2 минуты. *Включите таймер на 2 минуты.*

Когда время истечет, попросите подростков ответить на предложенные вопросы. Что удалось выяснить злоумышленникам и какую именно личную информацию Вани они использовали, чтобы втереться к вам в доверие? Насколько легко было собрать недостающую информацию о вашем друге? Какие меры надо было предпринять вашему другу, чтобы злоумышленники не смогли использовать его личные данные против него? Предложите каждой команде высказать свои идеи, которые соотносятся с их сообщением.

Как видно из анкеты преступников, Ваня придумал не самый надежный пароль, чтобы защитить свой аккаунт, и злоумышленники легко его взломали. На столе у каждой команды находится лист формата А4. Ваша задача – придумать и написать в 2 столбика по 5 паролей: в первом будут ненадежные пароли, которые не следует использовать, а во втором такие, что преступники не смогут подобрать. Учтите, что пароль должен содержать 6 символов, включая только латиницу и цифры. У вас есть 3 минуты на выполнение этого задания.

Включите таймер на 3 минуты, а когда время истечет, попросите команды остановиться на обсуждении.

Команда № 1, озвучьте простые пароли, которые вы придумали. Другие команды, у вас в качестве примеров были такие же пароли? Если да, то к какому выводу можно прийти?

А теперь каждая команда озвучивает по 3 примера сложных паролей. О чем

надо помнить, когда вы создаете пароль для личных аккаунтов? Какие параметры нужно учитывать?

Предоставьте подросткам возможность ответить.

Итак, с паролками разобрались. Но Ваню уже взломали, и надо что-то предпринять. Что можно сделать в этой ситуации?

Поняв, что друга взломали, первое, что необходимо сделать, – предотвратить действия мошенников. Для этого следует написать письмо в службу поддержки и пост, информирующий других людей о том, что Ваню взломали. Напишите их

на обратной стороне своего листа. У вас есть 5 минут.

Включите таймер на 5 минут, а когда время истечет, попросите каждую команду зачитать то, что у них получилось.

Какая информация должна содержаться в обращении в службу поддержки и посте для общих друзей? Какие требования нужно соблюсти при написании? *Предоставьте подросткам возможность ответить.* Все правильно, вы оповестили службу поддержки и друзей, чтобы те не проходили по ссылкам, не указывали реквизиты своих карт и не отправляли СМС на незнакомые номера.

3. Фишинговые сайты

Педагог. Мошенники могут подстергаться в интернете на каждом шагу, они пытаются сыграть на нашей доверчивости и невнимательности в своих корыстных целях. Один из способов, которым они пользуются, – создание фишинговых сайтов.

Что это такое? Представьте себе: вам на почту приходит письмо с новостью о том, что ваш банк проводил лотерею и вы выиграли крупную сумму денег. Желание быстро обогатиться берет верх над возникшими сомнениями, и вы уже кликаете по ссылке. Перед собой вы видите известный и знакомый сайт, остается только ввести данные карты, чтобы начислить выигрыш. Однако вы чувствуете, что с этим сайтом что-то не так: какая-то непонятная реклама, которой раньше не было, другие цвета и дизайн...

Как вы могли понять, это – фишинговый сайт, который был создан мошенниками с целью завладеть вашими личными данными. Давайте подумаем, какие данные интересуют мошенников, создающих подобные сайты?

Важные заметки

Если подросткам сложно ответить, помогите им:

1) паспортные данные;

2) данные карт;

3) логины и пароли.

Педагог. Мы определились, какая информация нужна мошенникам. А теперь давайте подумаем, какие сайты они клонируют, чтобы добраться до нашей информации?

Важные заметки

Если подросткам сложно ответить, помогите им. Обычно это платформы, где можно найти личную информацию, но особенно часто для этого используются сайты:

1) банковских организаций;

2) авиакомпаний и туристических агентств;

3) социальных сетей;

4) страницы оплаты интернет-магазинов;

5) сайты с объявлениями о купле-продаже и многие другие.

Педагог. Как фишинговые сайты попадают в поле нашего зрения? Как мы можем оказаться на них?

Важные заметки

Если подросткам сложно ответить, помогите им. Способов существует множество, вот некоторые из них:

- 1) рекламные баннеры, в том числе всплывающие, в социальных сетях и на других информационных сайтах;
- 2) письмо на личную почту со ссылкой на сайт и красочным описанием того, что жертва может получить, пройдя по ней;
- 3) СМС со ссылкой, если номер телефона находится в открытом доступе.

Педагог. Как мы можем обезопасить себя от фишинговых сайтов и негативных последствий, которые могут наступить?

Важные заметки

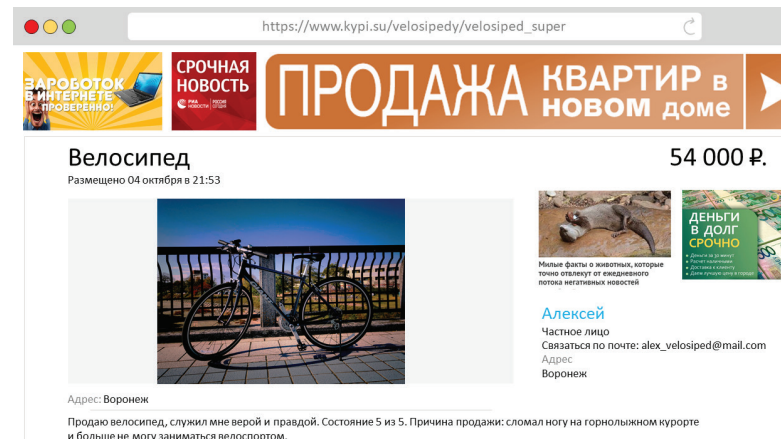
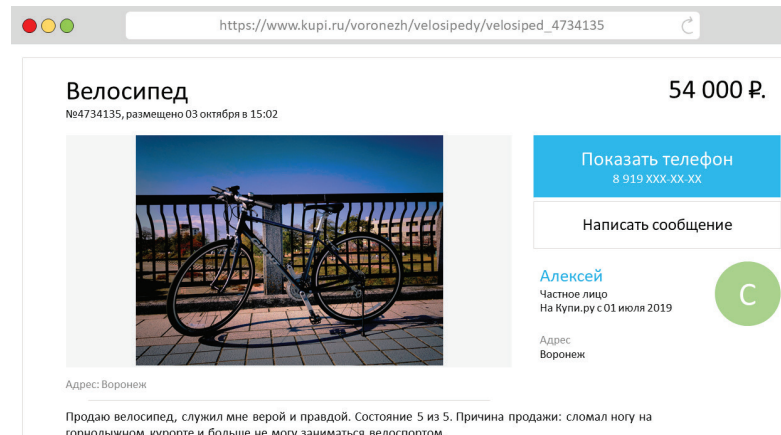
Если подросткам сложно ответить, помогите им:

- 1) не переходить по ссылкам от незнакомцев;
- 2) не переходить по коротким ссылкам, наподобие goo.gl, даже если они приходят от друзей;
- 3) использовать антивирус;
- 4) использовать браузеры, которые блокируют фишинговые сайты;
- 5) установить многофакторную систему авторизации там, где это возможно;
- 6) сохранять адреса сайтов, которые вы часто используете.

Педагог. А если уже мы прошли по ссылке, то как распознать, что перед нами фишинговый сайт?

Давайте посмотрим на две странички. Какой из этих сайтов настоящий, а какой фишинговый? Как вы это поняли? Чем они отличаются?

Выведите на экран изображения



Педагог. Давайте сделаем шпаргалку у себя в тетради, в которой укажем, на что надо обратить внимание, чтобы распознать фишинговый сайт. Еще раз проговорим и запишем в нее то, что успели обсудить.

Что еще можно добавить в этот список?

Важные заметки

Если подросткам сложно ответить, помогите им. Выпишите пункты на доску, учащиеся могут записать их в свою тетрадь или блокнот. В списке могут быть представлены следующие пункты:

- 1) название сайта (ссылка);*
- 2) общее оформление (дизайн, цвета, реклама);*

3) опечатки в тексте;

4) некоторые кнопки и ссылки на странице могут никуда не вести и быть просто красивой «упаковкой»;

5) несуществующие или подозрительные телефонные номера и адреса в графе «Контакты».

4. Завершение занятия

Педагог. Что нового вы сегодня узнали? Какие принципы безопасного поведения в интернете вы можете назвать?

Какие еще способы мошенничества в интернете вам известны? Какие действия сто-

ит предпринять, чтобы не стать жертвой злоумышленников?

Желающие отвечают устно и всему классу.

Занятие № 10

ПРОДУКТИВНОСТЬ

Цель занятия

Способствовать развитию у учащихся осознанного отношения к вопросу личной продуктивности.

Планируемые результаты

Подросток:

- получил возможность оценить свою способность концентрироваться;
- узнал способы восполнения энергии и повышения личной продуктивности;
- познакомился с цифровыми инструментами для автоматизации рутинных действий.

Материалы и оборудование

- Распечатанный чек-лист для каждого участника (приложение 1 к заданию 10) и для задания 1;
- текст для тренировки внимания (приложение 2 к занятию 10 или подберите самостоятельно заранее);
- презентация;
- таймер, проектор, экран, компьютер.

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	9	Как управлять вниманием	Дать возможность подросткам оценить свою способность концентрироваться.
2	15	Как восполнять энергию	Познакомить подростков со способами восполнения энергии.
3	9	Способы управления временем	Рассмотреть примеры автоматизации рутинных дел с помощью цифровых инструментов, дать возможность подросткам оценить свой образ жизни и свои навыки управления временем.
4	7	Фокус на главном	Дать возможность подросткам потренироваться в приоритизации задач.
5	5	Завершение занятия	Дать возможность подросткам оценить применимость полученных знаний для развития личной продуктивности.

Ход занятия



1. Как управлять вниманием*

Вариант 1. Посмотрите с учащимися ролик [«Продуктивность»](#). Ответьте на возникающие вопросы.

Вариант 2. Педагог. Сегодня мы поговорим о продуктивности. Как вы понимаете, что значит быть продуктивным?

Важные заметки

Дайте возможность учащимся высказаться и подведите итог.

Продуктивность – это способность разграничить то, что действительно важно для нас, и то, что является второстепенным.

Помимо прочего, это грамотное управление временем, энергией и вниманием, то есть умение концентрироваться на выполнении конкретной задачи. Мы рассмотрим все эти элементы и попытаемся понять, почему они так важны для нашей продуктивности.

Педагог. Сейчас каждый из вас получит бланк. Во время урока мы будем последовательно заполнять его, делая задания самостоятельно, в группах или сообща.

Раздайте каждому рабочий лист (приложение 1 к занятию 10) и попросите вписать в него только свои имя, фамилию и дату на обратной стороне. Предупредите детей, что заполнять остальное они будут последовательно и согласно вашей инструкции.

Как вы считаете, вы продуктивны? Давайте проголосуем. Кто считает себя продуктивным на 100%, за весь учебный день может ни разу не посмотреть в окно и способен максимально сконцентрироваться на том, что говорит учитель? Поднимите руку со сжатым кулаком. А теперь «растекитесь по парте» те, кто может победить аквариумную рыбку в способности отвлекаться? Чья продуктивность стремится к 0? А теперь, кто посередине, поднимите руку и покажите V – вы можете и отвлекаться, и сконцентрироваться, когда нужно.

Оглянитесь, посмотрите на результаты голосования. Мы все немного отвлекаемся, и это нормально. Но давайте подумаем, как надо себя вести, чтобы быть максимально непродуктивными.

Помогите учащимся составить список из пяти разнообразных вариантов. Укажите, что эти варианты необходимо записать в графу «Как вести себя, чтобы быть непродуктивным».

Посмотрите на список, который у нас получился. Давайте подумаем и запишем, как можно избежать этой самой непродуктивности.

При необходимости помогите подросткам составить и записать список лайфхаков, которые помогут избежать непродуктивности. Учтите, что к каждому варианту, который уже находится в списке, необходимо подобрать свой лайфхак для борьбы с ним.

К какому выводу мы можем прийти? Чтобы быть продуктивным, надо быть внимательным и собранным. Любая задача, за которую мы беремся, может быть сделана качественно, если мы отдаем ей все свое внимание и не отвлекаемся на посторонние вещи, например, на оповещения в телефоне, звуки телевизора или же мысли о предстоящей встрече с друзьями.

Давайте потренируемся удерживать внимание при наличии внешних помех. Сейчас вам будет предложен текст, который необходимо внимательно прочитать. Не отвлекайтесь – это ваша самая главная задача. Начнем.

Важные заметки

Вы можете использовать предложенный текст (приложение 2 к занятию 10), распечатанный для каждого ученика, или любой другой с достаточным количеством деталей. Во втором случае необходимо заранее подготовить вопросы к тексту.

* В этом занятии предложены два варианта проведения данного этапа урока. Педагог может выбрать любой в зависимости от технических возможностей.

Пока учащиеся читают текст, старайтесь всячески отвлекать их: громко хлопайте, задавайте вопросы, напевайте, зачитывайте список класса, стучите в дверь, топайте. Через 2 минуты попросите закрыть текст.

Педагог. Давайте проверим, как вы справились с задачей. С чего началось утро Бильбо? Какая посуда была перепачкана? Что Бильбо ожидал услышать от гостей? Как Бильбо относится к происходящему? Что он чувствует?

Вопросы для обсуждения:

- Поделитесь друг с другом, что именно требовало вашего внимания, когда вы читали текст?
- Как вам удавалось вернуть внимание обратно?
- Получалось ли вспомнить, о чем был предыдущий текст, когда вы отвлекались и возвращались к прочтению?
- Как вы сами оцениваете, насколько качественно вы изучили этот отрывок?
- К какому выводу мы можем прийти?



2.

Как восполнять энергию

Педагог. Когда мы говорим о продуктивности, важно не забывать о восстановлении энергии. Мы можем, как заведенные, переделать сегодня все дела, не отводя себе времени на передышку, однако так устанем, что завтра не сможем встать с постели.

Чтобы жить полной жизнью, успевать все делать вовремя и качественно, нам необходимо научиться понимать свой организм, когда ему необходимо дать паузу и время для восстановления. Восполнять затраченную энергию нам помогают еда, сон и отдых. Но, как бы смешно это сейчас ни звучало, они тоже должны быть качественными. Мы не можем заглушить свой голод конфеткой или поспать 4 часа и чувствовать себя полными сил.

Какие вы знаете лайфхаки по сну и питанию, которые помогают чувствовать себя лучше? Давайте обсудим! Вы можете записывать идеи на бланке в блоке «Энергия» (поля «Питание» и «Сон»).

Важные заметки

Если учащиеся затрудняются ответить, приведите примеры некоторых из этих советов.

Советы по питанию: ешьте умеренно, но часто (5–6 раз в день), соблюдайте режим приема пищи. Не пропускайте завтрак. Не спешите, ешьте медленно, тщательно прожевывая пищу. Пейте воду. Следите за количеством белков, жиров и углеводов в своем рационе. Избегайте фастфуда, отдавайте предпочтение полезным и натуральным продуктам, ешьте больше фруктов и овощей. Сократите количество простых углеводов (сладости и сдобы). Перекус в виде шоколада замените на орехи.

Советы по сну: перед сном старайтесь не есть и не пить чай или кофе, чтобы не перегружать свой организм. За несколько часов до сна откажитесь от гаджетов и отдайте предпочтение книге, ведь ученые доказали, что синее свечение, которое исходит от экранов телефонов, компьютеров и телевизоров, нарушает выработку мелатонина, который отвечает за процесс засыпания и глубину сна. Спите на боку или на спине: врачи говорят, что это самые лучшие позы для продуктивного сна. Помните, что физическая нагрузка помогает улучшить качество ночного отдыха. Существуют фазы быстрого и медленного сна, изучите свои циклы и выберите оптимальные часы сна и время пробуждения.

Педагог. А как организованы ваш сон и питание сейчас? Придерживаетесь ли вы этих советов? *Предоставьте подросткам возможность ответить.*

Еще один способ восстановить силы – это отдых. Мы можем сделать перерыв на пару минут или полчаса между задачами, заняться другими делами, которые помогут нам расслабиться и подзарядиться для дальнейшей работы. Это короткий отдых. Есть и другой вариант, когда можем поехать на выходные на дачу, чтобы погулять по лесу и пообщаться с родным после долгой учебной недели.

Самостоятельно подумайте и запишите конкретные примеры действий, которые лично вам помогают восстановить силы.

Дайте подросткам пару минут на то, чтобы выполнить задание. Укажите, куда именно в бланке им необходимо вписать эту информацию: блок «Энергия», графа «Что нужно сделать, чтобы отдохнуть, восстановить силы?».

А теперь давайте немного подвигаемся и поделимся опытом восполнения энергии с другими.

Для начала необходимо назначить 3 встречи: за 2 минуты вам необходимо договориться с другими участниками и вписать их имена напротив граф «Утро», «День» или «Вечер». Например, я подхожу к Артему и спрашиваю: «Привет, Артем, ты днем свободен, да?», – и записываю Артема в свою графу «День», а он записывает мое имя в свою. Для выполнения этого задания вам понадобятся ваши бланки и ручки. Понятно? Тогда начинаем. Я засекаю 2 минуты.

Покажите на одном из бланков, куда надо вписывать имена. Включите таймер на 2 минуты.

У кого свободно «утро», кто не успел записаться? Поднимите руки. *Предоставьте подросткам возможность*

ответить. Если таких участников оказалось несколько, попросите их объединиться между собой в пары, а если у кого-то не оказалось пары, предложите ему/ей присоединиться к кому-то в тройку.

Повторите ту же операцию с теми, кто не успел записаться на «день» и «вечер».

Итак, у всех назначены встречи? Сейчас я назову время суток, ваша задача – найти человека, с которым у вас встреча. В течение двух минут вам необходимо обменяться опытом, как быстро отдохнуть и восстановить свои силы. В процессе вы можете делать заметки и записывать идеи одноклассников, почерпнутые во время обсуждения, – для этого вам пригодятся ваши бланки и ручки.

Покажите на одном из бланков, куда надо делать заметки (графа «Какие идеи я почерпнул у одноклассников?»).

На каждую встречу отводится 2 минуты, по одной на каждого участника. Если вас трое, равномерно распределите время на всех. Итак, начинается утро.

Включите таймер на время, через минуту громко объявите, что пора меняться ролями. Когда время закончится, дайте подросткам пару секунд, чтобы прийти в себя, и продолжайте. Проведите те же операции «днем» и «вечером».

Удалось ли вам в процессе встреч почерпнуть для себя какие-то новые идеи, которыми вы еще не пользовались? Если вы не успели записать их в бланк ответов, сделайте это сейчас.



3. Способы управления временем

Педагог. Итак, мы выяснили: чтобы быть продуктивным, надо уметь концентрировать свое внимание и восстанавливать силы. А что еще? *Сделайте паузу и предоставьте подросткам возможность ответить.* Надо обладать навыками самоорганизации, уметь управлять своим временем.

Важные заметки

Вы можете познакомить учащихся с понятием «бюджет времени» – распределением времени суток (недели, месяца, года, жизни) по различным видам деятельности. Можно провести игры на анализ временных затрат (своих или всей семьи) в течение типового дня, типовой недели или даже жизни. Такой анализ может не только быть хорошим основанием для поиска подходящих способов экономии времени, но и служить хорошим переходом к теме проектирования своего будущего.

Педагог. Однако в нашей жизни есть такие рутинные занятия, которые крадут время у других, более важных дел. Понимая это, современные компании стремятся выделиться из общей массы, предлагая клиентам услуги, которые могут сэкономить драгоценные минуты, – доставку продуктов, вызов такси через приложение. Давайте все вместе подумаем и запишем в бланк ответов, какие

процессы можно автоматизировать, чтобы упростить себе жизнь и сохранить драгоценное время.

Важные заметки

Если у учащихся возникли сложности, направьте их размышления в нужное русло. (Это, например, касается похода в магазин за едой и одеждой, оплаты ЖКХ, интернета, мобильной связи и др.). Проследите, чтобы учащиеся записали перечисленные варианты в соответствующей графе «Какие рутинные действия можно автоматизировать?»

Педагог. Мы выяснили, какие процессы можно автоматизировать, чтобы сэкономить время. А какие цифровые инструменты (сайты, мобильные приложения) могут помочь нам в этом?

Важные заметки

Если у учащихся возникли сложности, подскажите им, что существуют сервисы доставки еды, интернет-магазины с доставкой, онлайн-банки, где можно настроить автоматические платежи, и пр. Проследите, чтобы участники записали перечисленные варианты в соответствующей графе.

4.

Фокус на главном

Педагог. Как вы думаете, можно ли составить список на день из 30 разнообразных задач, включая важные и не очень, те, что вам хочется выполнить, и те, что вы должны, записать их по порядку и все сделать? Как вы будете себя чувствовать, когда увидите этот список? Удастся ли вам выполнить все дела?

Чтобы быть продуктивными, мы должны уметь расставлять приоритеты. Будем

откровенны: всех дел не переделать. Нам необходимо понять это и смириться. Чтобы чувствовать себя успешным в выполнении дел, стоит отказаться от идеи успеть все и сразу. Тут нам на помощь приходит правило «1–3–5». Оно означает, что, составляя план на день, нужно сформулировать одну самую важную задачу, на которой надо сфокусировать все свое внимание, 3 сред-

них по сложности и 5 мелких. Такая формула поможет доводить все начатые дела до конца, а последовательное их выполнение приведет к тому, что вы будете испытывать чувство удовлетворения от проделанной работы.

Пусть каждый подумает и составит свой план на завтра по правилу: одна важная задача, три средней важности и пять мелких.

Дайте учащимся пару минут, чтобы составить план. Укажите, где именно в бланке они могут его записать.

Составили? Какие критерии вы использовали, чтобы разграничить эти задачи? Время выполнения, важность лично для вас, ресурсы, которые необходимы? Посмотрите

на свой план и ответьте: как вы оцениваете вероятность того, что вам удастся реализовать его?

Какая задача попала в категорию «самая важная»? *Дайте учащимся возможность ответить.*

Важные заметки

Обратите внимание учащихся на то, что самая важная задача – не самая срочная, и именно она позволяет нам развиваться, приблизиться к своим большим целям и мечтам. Уточните, что часто такие задачи мы откладываем на потом, рискуя потерять их в суматохе дней. На самом же деле они являются приоритетными и их выполнение делает нас счастливыми.

5. Завершение занятия

Педагог. Давайте проголосуем. Поднимите руку со сжатым кулаком те, кто сегодня на уроке был продуктивен на 100%. Те, кто засыпал и отвлекался, «засните на парте»; а те, кто смог и сконцентрироваться, и пару раз отвлекался, поднимите руку вверх и покажите V.

Педагог (после голосования). Судя по всему, мы отлично поработали. Те, кто «заснул»,

назовите, какие способы повышения продуктивности вы узнали.

Те, кто был продуктивным, но не на 100%, скажите, какие способы повышения продуктивности вы бы взяли в свою жизнь. А теперь те, кто был продуктивен на 100%, – на что вы не готовы тратить свое время?

Дайте учащимся возможность ответить.

Занятие № 11

СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ

Цель занятия

Способствовать развитию у учащихся навыка планирования семейного бюджета.

Планируемые результаты

Подросток:

- получил игровой опыт планирования семейного бюджета;
- способен в игровой ситуации принимать взвешенные решения о тратах;
- получил игровой опыт оценивания возможных рисков;
- получил игровой опыт формирования сбережений.

Материалы и оборудование

- Распечатанные бланки с таблицей для проведения деловой игры на каждую команду (приложение 1 к занятию 11);
- распечатанные и нарезанные карточки событий (приложение 2 к занятию 11);
- разложенные по столам канцелярские принадлежности (4 ручки и 4 листа формата А4 на команду);
- презентация;
- проектор, экран, компьютер.

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	5	Теория	Познакомить с понятием семейного бюджета, категориями доходов и расходов семьи.
2	10	Объяснение правил игры	Объяснить, как планировать расходы и доходы семьи на месяц, почему важно оценивать влияние жизненных событий и учитывать потребности членов семьи на будущие траты.
3	25	Игра (1 ход – 6–7 мин.)	Способствовать развитию навыков планирования семейного бюджета, формирования сбережений с целью защитить семью от необходимости занимать деньги в случае непредвиденных событий.
4	5	Завершение занятия	Дать учащимся возможность оценить роль семейного бюджета в достижениях семьей благополучия.



Подготовка к уроку

Перед началом урока подготовьте экран или проектор для показа презентации, а также рабочие места для групповой работы. Столы и стулья расставьте таким образом, чтобы все могли видеть экран и общаться с педагогом. Количество посадочных мест рассчитывается исходя из количества учащихся в классе. На каждый стол заранее положите листы формата А4. При необходимости обеспечьте участников письменными принадлежностями – ручками, карандашами. Заранее распечатайте раздаточные материалы – бланк бюджета для каждой команды, разрезанные карточки событий.

Когда учащиеся соберутся в классе, предложите им самостоятельно разделиться на команды по 6 человек (желательно, чтобы в каждой команде было 3 мальчика и 3 девочки) и занять одно из заранее подготовленных мест.

Ход занятия

1. Теория

Педагог. Сегодня мы поговорим о грамотном управлении деньгами в семье. Скажите, откуда в семье появляются деньги?

Послушайте ответы участников, прокомментируйте их, покажите слайд.

Выделяют 4 основные категории доходов:

- *собственный заработок – заработная плата, доходы от бизнеса, самозанятости;*
- *пособия (по безработице, пенсии, уходу за ребенком);*
- *доходы от собственности (сдача квартиры, инвестиции);*
- *прочие доходы (подарки, премии и т. д.).*

Давайте попробуем разделить все доходы на группы – линейные и инерционные. Принцип линейных доходов простой: сколько поработал, столько денег и получил (классический пример – заработная плата).

Инерционные доходы работают по-другому: ты много работаешь в самом начале и фактически не получаешь за это никакого дохода. Однако проходит время, и ты начинаешь работать все меньше, а доход при этом растет. К подобным источникам можно отнести, например, написание собственной книги. Таким образом, чтобы увеличить свой доход, нужно поддерживать источник линейного дохода и регулярно создавать для себя новые источники инерционных доходов. Давайте подумаем, какие у нас есть расходы?

Выслушайте ответы детей. Покажите следующий слайд.

Все наши расходы можно разделить на такие категории, как, например:

- *питание;*
- *ЖКХ;*
- *бытовые расходы;*
- *одежда;*
- *транспорт.*

Каждая семья постоянно тратит деньги на эти и другие категории расходов. Однако для сохранения и приумножения семейного бюджета недостаточно знать статьи расходов. Важно грамотно оценивать, где – деньги потрачены с пользой для семьи, а где во вред. Понять это можно, разделив все расходы на 3 группы: обязательные, желательные, вредные.

Обязательные расходы – это траты, без которых обойтись нельзя. Как вы думаете, какие из перечисленных категорий расходов относятся к обязательным? *Выслушав ответы участников, прокомментируйте их.*

Ну что же, мы разобрались с расходами и доходами семьи. Самое время поговорить о том, что такое бюджет и зачем он вообще нужен.

Личный или семейный бюджет позволяет нам спланировать свои расходы на будущий месяц. Бюджет – это не констатация уже совершенных расходов, а план на следующий месяц. На мой взгляд, лучший способ научиться составлять бюджет – попробовать. Но перед тем как мы начнем, надо выяснить, остались ли у вас какие-нибудь вопросы по тому материалу, который мы с вами сейчас разобрали?

Послушайте ответы участников, прокомментируйте их. Переходите к игре.



2. Проведение игры «Семейный бюджет»

Педагог. В сегодняшней игре каждая команда представляет собой большую семью. В каждой семье 6 человек: мама, папа, сын, дочь, дедушка и бабушка. У каждого из них свои потребности, с каждым из них будут происходить какие-то события. Ежемесячный доход семьи составляет 80 000 рублей – именно эту сумму семья распределяет на свои нужды.

Команда проживает за семью четыре месяца – с конца июня или с июля по октябрь.

При объяснении правил вы можете воспользоваться презентацией. Если времени недостаточно, то в игре можно рассмотреть бюджет, например, за три месяца.

Перед каждым месяцем семье необходимо составить бюджет и указать, какую сумму она выделяет на ту или иную категорию расходов.

На бланках представлены регулярные расходы семьи. Это:

- питание дома;
- питание вне дома (столовая у детей в школе, кафе у родителей на работе и т. д.);
- хозяйственные расходы (бытовые расходы, связанные с проживанием в квартире, сюда же включаются расходы на ЖКХ);
- другие траты.

Кроме того, на бланках есть два показателя по каждой категории расходов:

- планируемые расходы (они на бланках помечены как «План») – то, сколько денег на них нужно заложить;
- оптимальные расходы – тот минимум, который нужно заложить на расходы, чтобы семье не пришлось искать дополнительные деньги.

Например, семья начинает игру с конца июня – на бланке указаны, соответственно, оптимальные расходы за июнь. Это те расходы, на которые вы должны ориентироваться при составлении бюджета на следующий месяц.

Как вы считаете, возможна ли в жизни ситуация, при которой затраты на все категории расходов ежемесячно остаются одинаковыми?

Предоставьте подросткам возможность ответить.

В жизни любой семьи постоянно происходят какие-то перемены. С чем они могут

быть связаны? *Предоставьте подросткам возможность ответить.*

Это могут быть смена сезона, отъезд членов семьи из города, начало учебного года и т. д. – все это так или иначе влияет на расходы.

В нашей игре также происходят различные события. Они будут зачитаны вам перед каждым месяцем. Ваша задача – понять, как именно они повлияют на расходы в тех или иных категориях, и распределить бюджет, чтобы семья без проблем прожила месяц и осталась довольна. После того как вы спланируете бюджет, я покажу и озвучу оптимальные расходы за текущий месяц.

Если вы смогли заложить необходимый минимум, за эту категорию семья получает 10 очков счастья. Если нет, то теряет по 1 очку за каждую недостающую до минимума 1000 рублей.

Например, оптимальные расходы на питание дома составили 12 тысяч рублей. Если вы заложили 12 тысяч и больше, вы записываете +10 очков в графу «Очки счастья» по этой категории. Если вы заложили 10 тысяч, вам не хватило 2 тысяч до минимума, а значит, вы записываете –2 очка счастья.

Помимо затрат на категории расходов, вы также можете откладывать деньги в сбережения. Они требуются вам для непредвиденных расходов.

Есть две категории непредвиденных событий:

- негативные события – проблемы, из-за которых необходимо потратить деньги из семейных сбережений. В случае, если семье не хватает средств, она вынуждена влезать в долги – за каждую лишнюю 1000 рублей команда теряет 5 очков счастья;
- счастливые возможности – события, которые могут принести семье дополнительные очки счастья. Тратить сбережения на такие события или нет – решение семьи. На каждую 1000 рублей, потраченную в этой категории, команда получает 4 очка счастья.

В конце игры вы сможете потратить сбережения на большую покупку. Каждая 1000 рублей, потраченная на финальную покупку, принесет 3 очка счастья.

Победителем станет команда, которая работает больше всего очков счастья.

Итак, кратко ход игры.

Я зачитаю вам новости месяца и дам 2–3 минуты на распределение бюджета. Затем покажу оптимальные расходы за месяц, и вы подсчитаете, сколько очков счастья заработали за месяц. Потом представители от каждой команды подойдут ко мне и вытянут карточки случайных событий – возможно, они как-то повлияют на ваши расходы и уровень счастья. Прежде чем мы начнем, давайте посмотрим возможные финальные покупки на слайде.

Начнем. У нас наступает июль.

Зачитайте новости месяца со слайда № 17 (1 мин.).

Теперь у вас есть 2–3 минуты, чтобы распределить бюджет на июль в графе «План».

Включите таймер на 2–3 минуты. Ждите, пока завершится распределение, и помогайте при необходимости.

Отлично, мы готовы объявить оптимальные расходы за июль. Ваша задача – зафиксировать их в соответствующем столбце своей таблицы.

За минуту зачитайте со слайда № 18 оптимальные расходы за июль. Включите таймер на минуту для подсчета учащимися очков счастья. Ждите, пока завершится подсчет, и помогайте при необходимости.

Теперь я попрошу представителей от каждой команды по очереди подойти ко мне, чтобы вытянуть непредвиденное событие. Обращаю ваше внимание, что вы можете вытянуть как негативное событие, так и счастливую возможность.

Игроки по очереди тянут карточки, на которых зафиксированы непредвиденные события, и знакомят команду с написанным.

Теперь ваша задача – посчитать, как непредвиденные события повлияли на сбережения и ваше семейное счастье. Если вам выпало негативное событие, запишите сумму ущерба в графу «Другие расходы». Если вы вытащили «счастли-

вую возможность», необходимо принять решение, будете ли вы ее использовать. Если да, запишите ее стоимость в графу «Другие расходы», а также количество очков счастья в графу «Дополнительные/потерянные очки счастья».

После этого необходимо сложить все имеющиеся сбережения (в данном случае только сбережения в июне и июле) и вычесть из них другие расходы. Если у вас не хватило сбережений на покрытие расходов, вы теряете 5 очков счастья за каждую недостающую 1000 рублей – их также нужно записать в графу «Дополнительные/потерянные очки счастья». У вас на подсчет есть 1–2 минуты.

Ждите 1–2 минуты, пока завершится подсчет.

Июль подошел к концу, мы готовы планировать бюджет на август.

Ход игры повторяется еще три раза – в соответствии с условиями игры – на август – октябрь. (Игру можно закончить, например, с бюджетом августа или сентября, если команды не успевают по времени пройти весь цикл.)

Итак, четыре месяца подошли к концу. Ваша следующая задача – посчитать, сколько всего сбережений у вас осталось и сколько очков счастья вы заработали за это время, включая дополнительные. Посчитайте и запишите результаты в соответствующие графы внизу таблицы.

Ждите 1–2 минуты, пока завершится подсчет.

Время принимать решение о вашей финальной покупке. На слайде (покажите слайд № 25) вы можете видеть стоимость каждой покупки и то, сколько дополнительных очков счастья она вам приносит. Примите решение и зафиксируйте стоимость покупки, а также количество очков счастья в соответствующих графах. После этого вы сможете посчитать, сколько очков счастья вы заработали за всю игру. Зафиксируйте ваш результат и сдайте бланки, чтобы можно было определить победителя.

Соберите бланки, определите и объявите победителя (-ей).

3. Завершение занятия

Педагог. Итак, с чем мы сегодня познакомились на занятии? (Возможные варианты ответов: что такое семейный бюджет, как учитывать риски наступления непредвиденных событий при формировании сбережений, как управлять семейным благополучием и др.). Давайте ответим на несколько

вопросов. *Попросите желающих поднять руку и ответить всему классу:*

- Что вы сделали бы иначе, сыграв в эту игру вновь?
- Что вас больше всего удивило?
- Было ли в этой игре то, что похоже на жизнь?
- Что вы теперь думаете о семейном бюджете?

Занятие № 12

ПРЕДПРИИМЧИВОСТЬ

Цель занятия

Познакомить учащихся с методом дизайн-мышления, а также поэтапно рассмотреть применение этого метода на практике.

Планируемые результаты

Подросток:

- познакомился с основными этапами дизайн-мышления;
- получил опыт идентификации проблемы с опорой на эмпатию;
- принял участие в поиске решения проблемы;
- осознал необходимость тестирования прототипа;
- оценил возможности применения метода дизайн-мышления и его эффективность.

Материалы и оборудование

- Видеоролики или ссылки на них к заданиям 1,3;
- необходимое количество распечатанного раздаточного материала к заданию 2 (приложение 1 к занятию 12);
- материалы для игры (20 спагетти, 91 см скотча, 91 см веревки и 1 маршмеллоу для каждой команды);
- стикеры трех цветов – красного, желтого и зеленого – для рефлексии;
- проектор, экран, колонки, компьютер.

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	10	Эмпатия	Дать возможность учащимся потренироваться в вычленении проблемы из уже разработанного решения.
2	15	Фокусировка и генерация идей	Способствовать осознанию проблем и выработке их решения.
3	15	Прототипирование и тест	Создать условия для понимания подростками значения прототипирования.
4	5	Завершение занятия	Создать условия для обобщения результатов работы.



Перед началом урока подготовьте экран или проектор для показа презентации, а также четыре рабочих места для групповой работы. Столы и стулья расставьте таким образом, чтобы все могли видеть экран и общаться с педагогом. Количество посадочных мест рассчитывается исходя из количества людей в классе. При необходимо-

сти обеспечьте участников письменными принадлежностями – ручками, карандашами. Заранее распечатайте раздаточные материалы (приложение 1 к занятию 12).

Когда учащиеся соберутся в классе, предложите им самостоятельно разделиться на 4 команды и занять одно из заранее подготовленных мест.

Ход занятия



1.

Эмпатия

Педагог. Тема сегодняшнего урока – «Предприимчивость». Как вы понимаете этот термин? *Предоставьте подросткам возможность ответить.*

Предприимчивый – это и находчивый, и инициативный, и способный изобрести новое или решить проблему. Предприниматель и предприимчивость – однокоренные слова, и это не случайно. Предприимчивые люди часто обладают дизайн-мышлением. Давайте попробуем этому научиться. Дизайн-мышление – это и способ мышления, и метод решения задач. Оно включает в себя несколько этапов: эмпатию, фокусировку на проблеме, генерацию идей решения проблемы, прототипирование и тестирование решения.

Давайте посмотрим несколько видеороликов, которые покажут нам решение проблемы, придуманное с помощью метода дизайн-мышления. После просмотра каждого ролика попробуйте ответить: в чем суть проблемы? чья это проблема?

Отрывок 1. Hövding in reverse

<https://disk.yandex.ru/i/T1b6KpU02-TPNg>

Суть проблемы: постоянно ездить в шлеме на велосипеде или байке – неудобно, а без него – опасно. Это проблема людей, ко-

торые ездят на велосипедах или мотоциклах.

Отрывок 2. Out of the box Samsung

https://disk.yandex.ru/i/15_Tp1Wl3u3A

Суть проблемы: пожилые люди не могут начать пользоваться смартфонами из-за слишком сложных руководств для пользователя.

Отрывок 3. Here Balloons

<https://disk.yandex.ru/i/JTCeXJtsi0TIWA>

Суть проблемы: на парковках автомобилисты расходуют слишком много бензина в поисках свободного места, тем самым теряют деньги и вредят экологии.

Отрывок 4. Unbrella

<https://disk.yandex.ru/i/LD-gExtQXdn60Q>

Суть проблемы: обычные зонтики неудобны, они занимают много места при сушке, переносятся только в сложенном виде, с них не стекает вода, их не поставишь на землю.



2. Фокусировка и генерация идей

Педагог. Как вы могли догадаться из предыдущих роликов, компании изучили опыт своих клиентов, поняли их проблемы и выработали решение. Именно изучение опыта и осознание проблемы человека составляют первый этап дизайн-мышления – эмпатию. Сейчас каждая из команд получит выдержки из разных источников. Ваша задача – понять, кто испытывает неудобства в связи со сложившейся ситуацией, и сформулировать проблемы. У вас есть на это 5 минут.

Предоставьте каждой команде скриншоты (приложение 1 к занятию 12). Включите таймер на 5 минут.

А теперь выберите одну из проблем и устройте мозговой штурм по поводу того, как ее можно решить. Учтите, что школа не может профинансировать проекты, поэтому вам стоит полагаться только на свои силы и изобретательность. У вас есть на это 5 минут.

Включите таймер на 5 минут.

Итак, вы сгенерировали несколько решений. Выберите одно из них и презентуйте его другим командам. В самом начале обозначьте проблему, которую вы сформулировали, объясните, кто из участников процесса испытывает неудобства в связи с наличием проблемы, и расскажите о том, как ее можно решить. У каждого на презентацию будет одна минута.

Включите таймер на время для выступления каждой команды.

Важные заметки

Если несколько команд выбрали одну и ту же ситуацию и сформулировали разные проблемы, обратите на это внимание команд. Обсудите, почему так вышло.



3. Прототипирование и тест

Педагог. Итак, вы на практике попробовали использовать этапы метода дизайн-мышления, а именно эмпатию, когда выделяли проблему, фокусировку, генерацию идей и выбор одной из них. Последние два этапа, прототипирование и тест, у нас не получится воспроизвести в данный момент, однако мы можем понять, как они работают в действительности.

Можно выбрать вариант проведения упражнения.

Вариант 1.

Для игры выделите каждой команде 20 спагетти, 91 см скотча, 91 см веревки и 1 маршмеллоу.

Педагог. Сейчас каждая из команд получит определенный набор предметов,

из которого предстоит соорудить башню с маршмеллоу на вершине. Выигрывает команда, чья башня окажется самой высокой. Учтите, что конструкция должна быть устойчивой. Башни, которые не пройдут проверку, выбывают из участия. У вас есть 10 минут. *Включите таймер на 10 минут.*

Важные заметки

После начала игры наблюдайте, как учащиеся подошли к решению задачи: сразу начали пытаться построить башню или обсуждали возможные варианты.

Педагог. Итак, перед определением победителя пусть каждая команда расскажет, как она подошла к решению задачи, с какими трудностями столкнулась при построй-

ке. У каждой команды на выступление есть по одной минуте.

Включите таймер на 1 минуту для каждой команды. После выступления всех команд объявите победителя, если он имеется.

К какому выводу можно прийти? Какую тактику можно выбрать для успешного выполнения этого задания? Предоставьте подросткам возможность ответить.

Важные заметки

Лучшая тактика – сразу приступить к созданию прототипа, ведь практические ошибки и неудачи, которые сложно предугадать теоретически, позволяют нам быстро внести необходимые изменения.

Вариант 2.

Педагог. Давайте посмотрим видео. Задача участников этого ролика – за отведенное время построить устойчивую башню с маршмеллоу на вершине. Для этого дается 20 спагетти, 91 см скотча, 91 см веревки и маршмеллоу.

https://disk.yandex.ru/d/pxq_eHRrZJXPA

Вопросы для обсуждения:

- Итак, вы увидели, как команды подошли к решению задачи. А как бы на их месте поступили вы?
- К какому выводу можно прийти?
- Какую тактику можно выбрать для успешного выполнения задания?

Важные заметки

Лучшая тактика – сразу приступить к созданию прототипа, ведь практические ошибки и неудачи, которые сложно предугадать теоретически, позволяют нам быстро внести необходимые изменения.

Педагог. Давайте посмотрим видео и ответим на вопросы.

Отрывок 6. «Алеша Попович и Тугарин Змей», 2004 г., реж. Константин Бронзит (⌚ 18:40–19:27; сюжет о том, как Юлий помогает перебраться через пропасть).

<https://disk.yandex.ru/i/DKAgDYyaTg6opA>

Вопросы для обсуждения

- Как подошел к решению проблемы Юлий? (Юлий начал с расчетов.) А остальные? (Остальные приступили сразу к практике.)
- Какой вывод можно сделать? (Порой практика, быстрое прототипирование

4. Завершение занятия

Педагог. Поговорим о том, что мы узнали сегодня на занятии. Давайте каждый продолжит три фразы: на зеленом стикере – «Было интересно узнать, что...», на желтом стикере – «Мне захотелось...», на красном стикере – «Было трудно, но...».

Стиkerы можно повесить на доску, тогда у нас получится доска интересных и сложных моментов урока, или забрать с собой.

Занятие № 13

ВКЛАД В БЛАГОПОЛУЧИЕ МИРА

Цель занятия

Способствовать формированию у учащихся бережного отношения к окружающему миру и людям.

Планируемые результаты

Подросток:

- может привести примеры благотворительности;
- способен сформулировать социальные проблемы незащищенных слоев населения, а также предложить пути их решения;
- узнал за счет каких налогов и взносов происходит пополнение государственного бюджета;
- имеет возможность сформировать свое отношение к вопросам эффективной благотворительности.

Материалы и оборудование

- Распечатанные материалы для групповой работы к заданию 2 (приложение 1 к занятию 13);
- чек-лист (приложение 2 к занятию 13 к заданию 3);
- видеофрагменты или ссылки на них к заданиям 4 и 5;
- цветная бумага;
- проектор, экран, колонки, компьютер.

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	10	Какой я активист	Объяснить подросткам значение благотворительности.
2	15	Помощь нуждающимся	Способствовать осознанию социальных проблем и выработке решений в сфере поддержки незащищенных слоев населения.
3	8	Налоги	Познакомить подростков с различными налогами и страховыми взносами, формирующими бюджет государства.
4	7	Бережное отношение	Способствовать формированию бережного отношения к окружающим общественным благам.
5	5	Завершение занятия	Дать возможность подросткам проанализировать свое отношение к окружающим благам, благотворительности, самостоятельно сформировать критерии бережного отношения к окружающему миру.



Перед началом урока подготовьте 3 рабочих места для групповой работы. Столы и стулья расставьте таким образом, чтобы все могли видеть экран и общаться с учителем. Количество посадочных мест рассчитывается исходя из количества учащихся в классе. На каждый стол заранее положите лист формата А4. При необходимости обеспечьте под-

ростков письменными принадлежностями – ручками, карандашами. Заранее распечатайте раздаточный материал (приложение 1–2 к занятию 13). Для активности «Какой я активист» нарежьте полоски цветной бумаги.

Когда все соберутся в классе, предложите учащимся разбиться на 3 команды и занять одно из заранее подготовленных мест.

Ход занятия



1. Какой я активист*

Вариант 1. Посмотрите с учащимися ролик [«Вклад в благополучие мира»](#). Ответьте на возникающие вопросы.

Вариант 2. Педагог. На протяжении всего курса мы обсуждали, как понять себя и построить личное благополучие. Сегодня же мы поговорим о вкладе в благополучие мира. Все мы можем внести свой вклад в защиту окружающей среды, производя меньше мусора, привлекая внимание к экологическим проблемам, выступая на публике или творя бессмертные шедевры. Но в мире есть и другие проблемы, и, возможно, люди, политика, культура или проблемы урбанистики вам ближе. Я буду озвучивать вопрос или утверждение, ответы и их цвет. Ваша задача – выбрать вариант ответа, подходящий вам, и найти в комнате объект такого же цвета. Это могут быть канцелярские предметы или книги. Вы можете попросить предмет нужного цвета у соседа или у меня. *Покажите нарезанные полоски цветной бумаги.*

1. Продолжи фразу: «Самое важное в жизни человека – ...»

- а) ...общаться, заботиться, получать поддержку, протягивать руку другому в тяжелую минуту. Это то, что делает нас людьми. (Желтый цвет.)
- б) ...воздух, вода, почва, которые нас окружают, возможность дышать свежим воздухом и знать, что с китами и белыми медведями все будет хорошо. (Зеленый цвет.)
- в) ...способность влиять на среду, которая меня окружает; мой город, двор, школа – все это стоит моего внимания и сил. (Фиолетовый цвет.)

вый цвет.)

г) ...культура и искусство – вот что по-настоящему меняет мир. Если в мире станет больше образованных и талантливых людей, все остальные проблемы решатся сами. (Синий цвет.)

д) ...социальная справедливость, равные возможности и разумные законы. (Красный цвет.)

2. Продолжи фразу: «В свободное время я читаю, слушаю, смотрю видео о...»

а) ...природе, морях, лесах, будущем планет. (Зеленый цвет.)

б) ...умных городах и новых достижениях в урбанистике. (Фиолетовый цвет.)

в) ...новых книгах, фильмах, выставках – обо всем, что происходит в области культуры. (Синий цвет.)

г) ...политике и борьбе за равные права и возможности. (Красный цвет.)

д) ...людях, историях их жизни, достижениях и проблемах. (Желтый цвет.)

3. Представь, что в школе организуется несколько волонтерских проектов. В каком примешь участие ты?

а) Организация и проведение праздника для детей-сирот. (Желтый цвет.)

б) Сбор мусора на берегу соседнего озера. (Зеленый цвет.)

в) Проектирование нового парка около вашей школы. (Фиолетовый цвет.)

г) Экологическая в поддержку заповедника. (Зеленый цвет.)

д) Новое граффити на заборе у соседней стройки. (Синий цвет.)

* В этом занятии предложены два варианта проведения данного этапа урока. Педагог может выбрать любой в зависимости от технических возможностей.

4. Тебе нужно поддержать законодательную инициативу в твоём городе. Что это будет?

а) Проектирование новых велодорожек. (Фиолетовый цвет.)

б) Открытие коворкинга для молодых художников и поэтов. (Синий цвет.)

в) Создание дополнительных пунктов раздельного сбора мусора в каждом микрорайоне. (Зеленый цвет.)

г) Организация досугового центра для пожилых людей, где они смогут встречаться, общаться и учиться при поддержке подростков города. (Желтый цвет.)

д) Создание центров для подготовки молодых политиков. (Красный цвет.)

5. Если бы ты решил пожертвовать из своих карманных денег 10% благотворительному фонду, это был бы фонд:

а) «Сортируя вместе» – проводит акции, посвященные раздельному сбору и переработке мусора. (Зеленый цвет.)

б) «Перепопки под ударом» – поддержка новых музыкальных групп и исполнителей. (Синий цвет.)

в) «Улыбка из-под халата» – организация больничных клоунов (помощь детям в хосписах). (Желтый цвет.)

г) «Твердый микрофон» – помощь молодым людям, делающим первые шаги в политике. (Красный цвет.)

д) «Чертежи, несущие радость» – «умное» планирование городской среды. (Фиолетовый цвет.)

Если у вас 3 и больше вариантов желтого цвета, то ваш выбор – помощь попавшим в беду: детям-сиротам, одиноким пожилым людям, столкнувшимся с болезнями и несча-

ствиями. Все, кто находится в беде, находят отклик в вашем большом сердце.

Если у вас 3 и больше вариантов зеленого цвета, то экоактивизм – то, что вас действительно цепляет. Мы живем на этой планете и в ответе за ее будущее.

Если у вас 3 и больше вариантов синего цвета, то вы человек с высокими эстетическими и культурными запросами и считаете, что красота и смысл спасут мир.

Если у вас 3 и больше вариантов фиолетового цвета, то вас привлекают урбанистика и развитие городской среды. Если вокруг будет больше таких людей, как вы, наши города станут удобнее, красивее и комфортнее для жизни.

Если у вас 3 и больше вариантов красного цвета, то ваш выбор – политический, гражданский активизм. Вопросы социальной справедливости, борьбы с коррупцией и равного доступа к общественным благам кажутся вам важными и привлекательными.

А если у вас собраны все цвета? А если у вас нет ответов больше трех? Тогда вы – разносторонняя личность. Вам сложно выбрать что-то одно, потому что мир огромен и все проблемы, которые вы встречаете, одинаково важны и интересны. Пока выбор не сделан, оглянитесь вокруг еще раз. Возможно, есть сфера, в которой ваш талант и энергия нужны прямо сейчас. Какой бы вид активности вы ни выбрали, самое главное – не оставаться равнодушным, ведь какое будущее мы построим, в таком и будем жить. Если вы достигли благополучия, то есть получили благо, будет здорово поделиться им – сотворить благо. Это и есть благотворительность. Если мы все будем обмениваться благами, то создадим их круговорот в мире. И мир станет лучше, а каждый из нас – благополучнее. Как это сделать? Давайте разбираться вместе.



2.

Помощь нуждающимся

Педагог. Чтобы помочь нуждающимся и сделать мир лучше, не обязательно иметь много денег. Достаточно приложить свои силы, навыки, пожертвовать временем. Так, например, парикмахер из Новосибирска Тимур Газиев, бесплатно стрижет детей с аутизмом или ДЦП. Он справля-

ется с работой за 15 минут, а дети воспринимают стрижку как веселый аттракцион. Зоя Кукушкина – маленькая девочка из детского дома, оказавшись в приемной семье, стала знаменитой моделью и вместе с родителями организовала благотворительный показ, деньги от которого

пошли на создание видео-анкет детей-сирот, чтобы и они обрели свой дом. Сотни волонтеров принимают участие в деятельности поисково-спасательного отряда «ЛизаАлерт», невзирая на то, что на поиски они тратят свое личное время. Стоит, однако, помнить, что творить добро нужно по-умному, осознавая последствия своих действий, ведь истинная благотворительность устраняет причину проблем, а не их следствие. Сейчас команды рассмотрят примеры благотворительной деятельности.

Раздайте командам заранее распечатанные варианты благотворительной деятельности (приложение 1 к занятию 13).

Каждая команда получила свой вариант благотворительной деятельности. Ознакомьтесь с ним и ответьте на вопросы: какая проблема решается посредством подобного доброго дела? действительно ли получается ее решить и почему? не создает ли это решение новых проблем? если да, то какие? У вас есть 5 минут, чтобы обсудить эти вопросы в командах и записать ответы в карточку.

Включите таймер на 5 минут, а затем по истечении времени предложите каждой команде зачитать свой вариант благотворительности, ответив на поставленные вопросы.

Важные заметки

После групповой работы обратите внимание учащихся на то, что:

- 1) насытившись, бездомные рано или поздно вновь захотят есть. Чтобы эти люди смогли выбраться из порочного круга бедности, им нужна не еда, а возможность зарабатывать на еду и крышу над головой;
- 2) привозя игрушки сиротам, мы уничтожаем в них мотивацию что-либо делать. Дети из детских домов нуждаются во внимании, им необходимо общение, понимание ценности труда. Они лишены тех навыков, которые помогают нам ориентироваться в жизни, поэтому, выходя из подобного учреждения, они не понимают, как общаться с людьми и зарабатывать на жизнь;
- 3) проблема одинокой старости не может быть решена разовой акцией на 9 Мая. Эта категория населения нуждается в помощи постоянно.

Педагог. Давайте подумаем, как мы можем помочь этим людям. Какие ресурсы у нас есть? Это могут быть наши время, навыки, возможности. Посовещайтесь и составьте список ресурсов, которыми обладает ваша команда, каждый ее член. Итоговый список можете записать на листе формата А4, который есть у каждой команды. На выполнение задания есть 4 минуты.

Включите таймер на 4 минуты. Когда время истечет, переходите к следующему заданию.

Вы составили список. Посмотрите на него и подумайте, как вы можете помочь этим людям, используя имеющиеся у вас ресурсы? У вас есть 3 минуты, чтобы придумать 2–3 варианта. Запишите их.

Включите таймер на 3 минуты. Когда время закончится, предложите каждой команде озвучить свои варианты.

Можем ли мы в одиночку решить эти социальные проблемы? Что для этого необходимо? Предоставьте подросткам возможность ответить.

Расскажите учащимся о некоторых проектах.

1. В России существует программа «Мостик», в рамках которой сироты из детских домов посещают дома престарелых: младшие согревают своим вниманием бабушек и дедушек, а представители старшего поколения, ощущая свою необходимость, делятся с ними своим жизненным опытом.

2. В Москве открылось кафе «Жу-жу», где в качестве сотрудников работают люди с синдромом Дауна и аутизмом, которые получают не только заработную плату, но и бесценный опыт общения.

3. В России существует благотворительный магазин Charity Shop, прибыль которого направляется на реализацию различных социальных программ. Помимо прочего, магазин обеспечивает работой выпускников детских домов, получивших образование в сфере услуг.



3. Налоги

Педагог. Итак, мы поняли, что абсолютно каждый из нас может внести свой вклад в борьбу с бедностью, одинокой старостью, безпризорностью. Однако искоренить эти проблемы, а также обеспечить каждому человеку достойную жизнь можно только на уровне государства, с помощью социальных программ, финансируемых за счет бюджета. Как он формируется?

Сейчас я зачитаю отрывок, и мы вместе попробуем разобраться, как устроен бюджет.

«Валерий Петрович Лодочкин – самый обычный житель небольшого города. Последние 25 лет он работает инженером на металлургическом заводе и получает 40 тысяч рублей до вычета налога с дохода физических лиц. У него есть жена и несовершеннолетний сын, которых он полностью обеспечивает. Они живут в 3-комнатной квартире, а по выходным отправляются на машине в свой загородный дом, чтобы отдохнуть от суеты, погулять в лесу или порыбачить на озере.

Его жена, Мария Рудольфовна, год назад перенесла сложную операцию на ноге и теперь проходит курс физиотерапии в местной поликлинике. Ей пришлось оставить свою работу фитнес-инструктором и посвятить себя семье и дому. Она закупает продукты, готовит, убирает, помогает сыну с домашним заданием. Пока муж на работе, а ребенок с друзьями, она выходит прогуляться в парк около дома. Ей нравится проводить там время: слышать смех малышей на детской площадке, наблюдать за пожилыми людьми, играющими в шахматы в беседках, наслаждаться красотой и ароматами цветов на клумбах.

Сын Валерия Петровича, Тимофей, учится в школе и посещает бесплатный кружок по компьютерному моделированию. По вечерам он ходит на стадион, где играет с друзьями в футбол.

Сам же Валерий Петрович обожает детективные рассказы. Каждый день после ужина с семьей он включает лампу, садится в кресло и с головой погружается в чтение. Именно страсть к книгам сподвигла его стать постоянным посетителем районной библиотеки, где его узнают в лицо и даже оставляют экземпляры редких изданий».

Давайте посмотрим на бюджет семьи. (*Напишите бюджет на доске, учащимся раздайте чек-лист приложения 2 к занятию 13.*) Он состоит из:

- 1) заработной платы Валерия Петровича – 40 тысяч рублей до вычета НДФЛ;
- 2) ежемесячных расходов на питание и предметы гигиены, а также на развлечения – 20 тысяч рублей;
- 3) трат на заправку автомобиля – около 2,5 тысячи рублей (60 литров бензина по 42 рубля за 1 литр);
- 4) оплаты коммунальных платежей – 2 тысячи рублей.

Сейчас нам предстоит проверить, какие налоги мы платим государству, в каком размере и каким образом. Какие налоги вы знаете? Предоставьте подросткам возможность ответить.

Давайте пойдем по порядку и для начала посчитаем, какая сумма поступает в бюджет семьи Лодочкиных.

Объясните участникам, что такое НДФЛ и каков его размер.

Налог на доходы физических лиц (НДФЛ) – основной вид прямых налогов. Исчисляется он в процентах от совокупного дохода физических лиц за вычетом документально подтвержденных расходов в соответствии с действующим законодательством. Для большинства физических лиц предусмотрена налоговая ставка в размере 13%.

Помогите подросткам рассчитать заработную плату Валерия Петровича ($40\,000 \cdot 0,87 = 34\,800$).

Педагог. Итак, мы рассчитали сумму, которую получает Валерий Петрович, и учли 13% НДФЛ. Давайте подумаем: 40 тысяч рублей – реальная зарплата Лодочкина или существуют еще какие-то взносы и сборы? Кто их платит? В какую сумму реально обходится работодателю Валерия Петровича его работа? Предоставьте подросткам возможность ответить.

Уточните, что работодатели совершают отчисления за каждого работника: 22% – взносы в Пенсионный фонд, 5,1% – взнос в Фонд обязательного медицинского страхования, 2,9% – взнос в Фонд социального страхования (по состоянию на сентябрь 2020 года). Помогите подросткам рассчитать исходную заработную плату Валерия Петровича до налогового вычета и взносов.

$(22\% + 5,1\% + 2,9\% = 30\%, 40\,000 \cdot 0,3 = 12\,000$ – взносы, которые направляет работодатель в различные фонды с зарплаты сотрудника. Таким образом, Валерий Петрович обходится своему работодателю в 52 000 рублей $(40\,000 + 12\,000)$).

Предложите сравнить эту сумму с тем, что Валерий Петрович получает на руки (52 000 и 34 800 рублей).

Педагог. С заработной платой разобрались. Посмотрим на расходную часть бюджета Лодочкиных. Ежемесячно они тратят около 20 тысяч рублей на продукты, предметы личной гигиены и развлечения. Сколько из этой суммы представляет собой налог, а сколько – реальная стоимость товаров и услуг? Предоставьте учащимся возможность ответить.

Объясните, что такое НДС и каков его размер. НДС – это косвенный налог. Исчисление производится продавцом при реализации товаров (работ, услуг, имущественных прав) покупателю. На сентябрь 2020 года основная ставка НДС составляла 20%. Помогите рассчитать НДС для товаров и услуг стоимостью 20 тысяч рублей $(20\,000 \cdot 0,2 = 4000$ рублей взимается в качестве налога).

Уточните, что НДС учитывается почти везде, в том числе в стоимости блюд в кафе и ресторанах, книг, одежды и др.

Педагог. Так какая же сумма налогов у нас получается? Посчитаем налоги и взносы с заработной платы, а также с ежемесячных расходов. Все налоги учли? Предоставьте подросткам возможность ответить. Не забудьте, что Валерий Петрович ездит на машине, и каждый месяц он заправляет ее почти на 2,5 тысячи рублей. Один литр стоит 42 рубля. Как вы думаете, какой процент этой стоимости составляет налог?

Дайте время учащимся сделать предположение, а потом уточните, что в стоимость 1 литра бензина включены 22% на акциз, 20% НДС, 19% НДПИ (налог на добычу полезных ископаемых), а также 5% других налогов (по состоянию на сентябрь 2020 года). Получается, сам литр бензина стоит около 14 рублей, а остальное – различные налоги. Таким образом, около 66% от трат на бензин составляют налоги, 2500 рублей $\cdot 0,66 = 1650$ рублей.

Педагог. Давайте сложим сумму всех налогов и взносов и умножим ее на 12 (количество месяцев в году), чтобы понять, сколько мы отдаем государству ежегодно.

$(\text{Налоги и сборы с заработной платы} + \text{НДС с покупок} + \text{налоги с бензина}) \cdot 12 = 22\,850 \cdot 12 = 274\,200$ рублей.

Педагог. Получилась внушительная цифра. Но все ли мы учли?

Обратите внимание учащихся, что в семье Лодочкиных есть автомобиль, квартира и загородный дом, поэтому ежегодно они платят налоги на имущество физических лиц и транспортный налог, которые рассчитываются по своим схемам.

Педагог. Итак, все мы платим налоги, они составляют бюджет нашего государства. А на что государство их тратит? Какие примеры из текста вы можете привести? К какому выводу мы можем прийти? Предоставьте учащимся возможность ответить.

Обратите внимание подростков на то, что Валерий Петрович посещает библиотеку, Тимофей ходит в государственную школу и занимается в кружке компьютерного моделирования. Мария Рудольфовна проходит курс физиотерапии в поликлинике по полису ОМС. Рядом с их домом расположены благоустроенный парк, в котором она может гулять, и оборудованный стадион, где ее сын играет в футбол с друзьями. Бесплатная медицина и образование, заработные платы сотрудников государственных учреждений, благоустройство территорий обеспечиваются за счет налогов обычных граждан.



4. Бережное отношение

Педагог. Итак, государство за счет налогов должно обеспечить нас бесплатной медициной и образованием, комфортным общественным транспортом, парками, детскими площадками, стадионами и многим другим. Давайте подумаем, только ли государство должно это делать? А что мы, обычные граждане, можем сделать, чтобы внести свой вклад в развитие и благоустройство города, района или двора? Как мы можем повлиять на окружающую среду? *Предоставьте учащимся возможность ответить.*

Важные заметки

Обратите внимание учащихся на то, что они могут принять участие в посадке деревьев, установке лавочек или оформлении клумб в своем дворе. Однако самое главное – можно бережно относиться к общественным благам, которые нас окружают: не рисовать на фасадах домов, не ломать спортивный инвентарь, находящийся в общественном пользовании. Уточните, что ремонт будет осуществлен опять-таки за счет налогов, которые мы платим.

Педагог. Итак, мы обратили внимание на важность бережного отношения к общественным благам. Однако есть люди, которые не осознают последствия своих необдуманных действий. Как вы понимаете, что такое вандализм? В чем он заключается? Можно ли назвать вандалами людей, которые рисуют граффити в общественных местах?

Знаете ли вы такого английского уличного художника, как Бэнкси? Давайте посмотрим небольшой отрывок.

Отрывок 1. Почему Бэнкси – легенда? Выставка Banksy в ЦДХ. <https://disk.yandex.ru/i/sIPavT84CUZf7q> (⌚ 0:10–1:50).

Итак, Бэнкси стал известен всему миру, его картины продаются на аукционах за огромные деньги, а ведущие музеи организуют выставки его работ. Что вы думаете по поводу деятельности этого художника? Это искусство или вандализм? *Предоставьте подросткам возможность ответить.*

Давайте посмотрим еще ролик об одной из работ Бэнкси и ответим на несколько вопросов.

Отрывок 2. Новость: украденную дверь с граффити Бэнкси нашли в Италии (канал «Мир 24») <https://disk.yandex.ru/i/cKnKaz35fxlCZg>

Педагог. Как вы считаете, имел ли право Бэнкси разместить свои граффити на этой двери? К чему это привело? Кто стал жертвой и понес убытки от этого? *Предоставьте подросткам возможность ответить.*

Важные заметки

Обратите внимание учащихся на то, что деятельность Бэнкси можно расценивать как вандализм, так как он не договаривался о размещении граффити. К тому же дверь была украдена, в связи с чем владельцы здания понесли финансовые потери. Таким образом, своим поступком Бэнкси спровоцировал новую волну хулиганского поведения.

Педагог. Где проходит грань между искусством и вандализмом? Как можно облагородить окружающий нас мир, выразить себя, не нанося ущерба другим? *Предоставьте подросткам возможность ответить.*



5. Завершение занятия

Педагог. Что мы обсуждали сегодня на занятии? *Предоставьте подросткам возможность ответить.*

Давайте проголосуем. (Формат – «голосование ногами», дети выражают свое отношение к вопросу перемещением по классу.)

Первый вопрос: граффити – вандализм или свободное искусство? Те, кто считает, что вандализм, идите налево; те, кто считает, что искусство, – направо. После голосования спросите 2–3 человек, почему они так считают.

Те, кто считает, что ответственны только уборщики и дворники, идите налево, те, кто считает, что ответственен каждый, – направо. После голосования спросите 2–3 человек, почему они так считают, задайте вопрос, как на учащихся повлияла информация о размере налогов.

После голосования спросите 2–3 человек, почему они так считают, задайте вопрос, как на учащихся повлияла информация о размере налогов.

И последний вопрос: всем ли нужно помогать? Например, нужно ли оказывать помощь бездомным, которые не стремятся наладить свою жизнь? Те, кто считает, что нужно помогать всем, идите налево, а те, кто считает, что всем помогать не нужно, – направо. После голосования спросите 2–3 человек, почему они так считают.

Следующий урок будет посвящен человеку в мире будущего, и он пройдет в формате дебатов, к которым нужно подготовиться, тогда у команды будет больше шансов на победу.

Как это сделать?

1) Посмотреть видеоролики.

Выступление Стивена Пинкера на TED (смотреть с 04:03–8:56)
<https://disk.yandex.ru/i/DQ6gGV6VxWM8Dw>

Топ-10 технологий будущего от РБК
<https://disk.yandex.ru/i/0ZrQsQEsgHF-UA>

Пост науки «Изменится ли человек через 50 лет» <https://disk.yandex.ru/i/qw0DsbUklbRuLw>

Интервью с Григорием Бакуновым, директором по распространению технологий компании «Яндекс»
<https://disk.yandex.ru/i/YZVWHZui6DC5vg>

Интервью футуролога Митио Каку о будущих технологиях <https://disk.yandex.ru/i/oEh7h8wZr6apZg>

Выступление на TED Греты Тунберг
<https://disk.yandex.ru/i/y4KP556JmJA5g>

Интервью с Михаилом Гельфандом – биоинформатиком, кандидатом физико-математических и доктором биологических наук (смотреть отрывок 01:11:56–15:35 «Что раньше приносило пользу человеку, а теперь делает ему хуже»)
<https://disk.yandex.ru/d/6cJ0JmycQ1AevQ>

«Черное зеркало» – технологии будущего, ставшие реальностью 2020 года. Обзор от GeekBrains
<https://disk.yandex.ru/i/zzEXjnVki68J4g>

2) Изучить тезисы.

Тезис 1. Люди в будущем станут добрее.

Тезис 2. Технологии сделают людей будущего более здоровыми.

Тезис 3. В будущем люди будут умнее.

Тезис 4. Человек будущего будет больше заботиться об экологии.

И подготовить хотя бы по одному аргументу в формате «Тезис верен, потому что...», а также по контраргументу к своим же аргументам в формате «Аргумент неверен, потому что...». Подготовленные аргументы и контраргументы пригодятся вам в дебатах на уроке. Также вы можете подготовить свои тезисы и аргументы.

Занятие № 14

ЧЕЛОВЕК В МИРЕ БУДУЩЕГО

Цель занятия

Способствовать размышлениям учащихся о месте человека в мире будущего.

Планируемые результаты

Подросток:

- сформировал собственную позицию, как будет выглядеть мир будущего и место человека в нем;
- получил возможность применить навыки ведения дискуссии, поиска аргументов в защиту или опровержение выдвинутых тезисов;
- отрефлексировал свой опыт прохождения модуля «Я и мое благополучие».

Карта занятия

№ п/п	Ориентировочное время выполнения, мин.	Задание/активность	Задачи
1	40	Дебаты	Способствовать обсуждению проблемного вопроса и формированию собственной позиции.
2	5	Завершение занятия	Дать возможность учащимся сформировать свое отношение к миру будущего и возможному месту в нем, отрефлексировать свой опыт прохождения модуля «Я и мое благополучие».



Организация пространства занятия

Перед началом занятия в аудитории нужно организовать рабочее пространство для 4 команд. Одно командное место включает в себя стол и стулья по числу игроков в команде. Столы необходимо разместить на некотором расстоянии друг от друга в форме амфитеатра или в шахматном порядке, чтобы всем игрокам было видно доску или флипчарт.

Расчертите на доске или флипчарте игровое поле для дебатов: разделите область на 3 столбика – «Что?», «Кто?», «Сколько?».

Тема игры: «Человек в мире будущего»			
Что?		Кто?	Сколько?

Ход занятия

1. Дебаты

Педагог. Сегодня мы порассуждаем о том, каким будет мир в будущем и какое место в нем займет человек.

Этот мир будет изменчивым, непредсказуемым, быстрым. Многие профессии канут в Лету, произойдут глобальные перемены в экономике, экологии, социальной сфере и политике. Мы можем только догадываться, каким станет мир будущего с учетом текущих темпов развития науки и технологий. Как в таком мире будет выглядеть жизнь человека? От чего будет зависеть наше благополучие?

Сегодня каждый из вас может высказаться на тему того, что нас ждет. К чему мы должны быть готовы, а что прогнозировать бесполезно. Как изменится жизнь человека и от чего будет зависеть его счастье. Я предлагаю участие в дебатах.

Дебаты – это форма дискуссии или спора, организованная по определенным правилам. Участники дебатов называются оппонентами. В ходе спора каждая сторона выдвигает тезисы и последовательно подкрепляет их доказательствами в виде аргументов. Если в процессе дискуссии участнику кажется, что доводы оппонента спорны, то он может выдвинуть контраргументы в качестве критики. В сегодняшней игре вам предстоит стать оппонентами и защищать свою точку зрения по теме «Человек в мире будущего».

Для начала команды должны придумать себе названия. У вас будет на это одна минута.

Включите таймер. Выпишите на доску названия команд, чтобы проще было их запомнить.

Задача каждой команды – набрать максимальное количество баллов к концу дискуссии. Баллы можно получить за выдвижение тезисов, аргументов и контраргументов, а также согласий и несогласий. Главное правило в игре – не повторяться, поэтому вам придется выстраивать стратегию своих действий, внимательно слушать друг друга, четко формулировать мысли. Победит та команда, которая выдвинет самые убедительные тезисы и к концу игры наберет максимальное количество баллов.

Потренируемся высказывать аргументы. «Читать книжки – хорошо». № 1, продолжи: «Это хорошо, потому что...». № 2, теперь ты продолжи: «Это плохо, потому что...». *Дайте учащимся возможность высказаться.*

«Читать книжки – хорошо» – это был тезис. «Это хорошо, потому что...» – аргумент. «Это плохо, потому что...» – контраргумент. Понятен принцип?

Давайте кратко проговорим, за что в игре можно получить баллы и как формулировать аргументы и контраргументы:

1) **тезис** (2 балла) – законченное и лаконичное утверждение, ваша позиция по теме дискуссии. Например, «Человек в мире будущего не будет работать». Тезис – основное действие в игре, его необходимо в дальнейшем подкреплять аргументами. В конце игры тезисы, оставшиеся без аргументов, сгорают и вычеркиваются. А тезис, набравший большее количество аргументов, принесет своей команде бонус;

2) **аргумент** (2 балла) – утверждение типа «тезис верен, потому что...» Аргумент – это довод, доказательство истинности тезиса. Любая команда может выложить на доску аргумент в пользу любого тезиса, даже если он ей не принадлежит;

3) **контраргумент** (2 балла) – утверждение типа «аргумент неверен, потому что...» Контраргумент позволяет вычеркнуть аргумент соперника и оставить тезисы без подкрепления.

Основное и главное правило в игре – не повторяться. Существуют специальные действия, приносящие баллы и позволяющие предугадать аргументы и контраргументы соперников:

1) **согласие** (1 балл) – утверждение типа «мы согласны с..., потому что...» Согласиться в игре можно с чем угодно – с тезисом, аргументом или контраргументом. Согласие позволяет помешать другой команде выложить на «доску» еще не высказанный аргумент;

2) **несогласие** (1 балл) – утверждение типа «мы не согласны с..., потому что...» Не согласиться тоже можно с чем угодно. Несогласие позволяет помешать другой команде выложить на «доску» еще не высказанный контраргумент. Несогласие не приводит к вычеркиванию аргументов, что выгодно отличает это действие от контраргумента.

В игре существует еще одно правило, которое называется «Произвол ведущего». В случае спорных ситуаций решение всегда принимает ведущий, он же учитель.

Дебаты – это всегда соревнование. Поэтому порядок хода команд будет определяться

скоростью вашей мысли. Чтобы определить, кто из вас будет совершать ход, выберите в своей команде самого быстрого игрока – он будет глашатаем. После каждого хода я буду громко считать: «Раз, два, три». Задача глашатая в этот момент – как можно скорее поднять руку. Ходить будет та команда, глашатай которой оказался быстрее остальных.

Команды выбирают глашатаев. Проследите, чтобы все это сделали.

Педагог. Давайте потренируемся. На счет «раз, два, три» глашатаи команд должны поднять руки. *Глашатаи поднимают руки.* После того как команда сделала ход, она не участвует в розыгрыше следующего действия (ходить два раза подряд нельзя).

Если ход перешел к команде, которая не успела сформулировать мысль или повторила чье-то высказывание другими словами, то ее ход сразу заканчивается и звучит «раз, два, три» для других команд.

Стимулируйте команды активнее участвовать в дискуссии. Если у них возникают трудности в выдвижении тезисов, направляйте их, задавая дополнительные вопросы. Учащиеся могут рассуждать абсолютно на разные темы: что изменится в будущем? каким оно будет? чем будет заниматься человек? чем он не будет заниматься? И так далее.

В основное игровое время:

- громко сосчитайте «раз, два, три» и определите, какая команда быстрее подняла руку, – право хода передается этой команде;
- команда выкладывает на «доску» одно из игровых высказываний: тезис, аргумент, контраргумент, согласие или несогласие;
- заполните «доску» – запишите утверждение, номер или название команды и баллы в соответствующие строки;

- ход заканчивается – заново сосчитайте «раз, два, три»;
- игра продолжается до тех пор, пока не закончится игровое время (30 минут).

Все действия в игре ведутся в подготовленной заранее таблице.

В столбец «Что?» записывайте игровые действия команд (тезисы, аргументы, контраргументы, согласия, несогласия). Для этого в крайнем левом столбце заглавной буквой обозначьте тип действия (Т – тезис, А – аргумент и т. д.), а в следующем столбце – содержание.

В столбец «Кто?» вносите название или номер команды, которая совершила игровое действие. В столбец «Сколько?» запишите количество баллов, которое приносит игровое действие.

Вот так может выглядеть «доска» после третьего хода.

Тема игры: «Человек в мире будущего»			
Что?		Кто?	Сколько?
Т	Будущее неизвестно, поэтому место человека в нем определить невозможно.	Команда № 1	2 балла
А	Не существует метода, который со стопроцентной достоверностью может предсказать, что случится в будущем.	Команда № 3	2 балла
Т	Человек в мире будущего не будет работать.	Команда № 2	2 балла

Под каждым выдвинутым тезисом необходимо оставить минимум 3 свободные строки для записи аргументов и контраргументов к нему.

После того как закончится основное игровое время, подведите итоги игры по следующему алгоритму:

- вычеркните все тезисы, которые остались к концу игры без аргументов;
- найдите тезис, у которого больше всего аргументов, – соответствующая команда получает +2 балла бонусом к итоговой сумме;
- подсчитайте количество баллов, которое заработала каждая команда (вычеркнутые аргументы не приносят баллов).

Победа присуждается команде, которая набрала наибольшее количество баллов.

Важные заметки

В качестве аргументов и контраргументов к представленным тезисам могут быть следующие:

Тезис 1. «Люди в будущем станут добрее»

Аргумент 1. Тезис верен, потому что, согласно статистике, в мире за последние 100 лет снизилась преступность.

Контраргумент 1. Аргумент неверен, потому что в мировой статистике почти не представлены данные о преступности в развивающихся странах, где, по свидетельствам беженцев, преступность на очень высоком уровне.

Аргумент 2. Тезис верен, потому что мы уже стали добрее (например, стали лучше относиться к меньшинствам, чем в прошлом), и прогресс будет продолжаться.

Контраргумент 2. Аргумент неверен, потому что прогресс в отношении к меньшинствам неравномерен. В развитых странах к ним относятся лучше, чем в бедных странах.

Тезис 2. «Технологии сделают людей будущего более здоровыми»

Аргумент 1. Тезис верен, потому что технология редактирования генома

человека поможет родиться генетически здоровым детям.

Контраргумент 1. Аргумент неверен, потому что данной технологией не будут пользоваться все люди на планете.

Аргумент 2. Тезис верен, потому что уже сейчас современные технологии помогают изучать болезни и создавать новые способы лечения.

Контраргумент 2. Аргумент неверен, потому что технологии и глобализация способствуют появлению и быстрому распространению новых болезней.

Тезис 3. «В будущем люди будут умнее»

Аргумент 1. Тезис верен, потому что в будущем будет еще более легкий доступ к знаниям: например, в интернет можно будет входить даже через контактные линзы. Это изменит преподавание, ведь, например, Древнюю Грецию на лекции теперь можно будет увидеть своими глазами.

Контраргумент 1. Аргумент неверен, потому что распространение интернета и легкость получения информации не означают автоматического повышения ума пользователей. Основная часть информации в интернете создана для развлечения, а не для обучения.

Аргумент 2. Тезис верен, потому что интеллект людей будут развивать компьютерные игры.

Контраргумент 2. Аргумент неверен, потому что компьютерные игры в первую очередь развивают не интеллект, а конкретные навыки, которые нужны только в компьютерных играх. Обучающие игры не становятся такими же популярными, как развлекательные.

Тезис 4. «Человек будущего будет больше заботиться об экологии»

Аргумент 1. Тезис верен, потому что все больше людей переходит на электромобили.

Контраргумент 1. Аргумент неверен, потому что электромобили – не самая экологичная технология из-за проблем с утилизацией батарей, люди используют такие автомобили под влиянием моды, а не настоящего желания улучшить экологию.

Аргумент 2. Тезис верен, потому что все больше людей сдает мусор на переработку.

Контраргумент 2. Аргумент неверен, потому что количество мусора увеличивается из-за роста потребления, а мусороперерабатывающих заводов недостаточно.

2. Завершение занятия

Педагог. Давайте подведем итоги курса и ответим на несколько вопросов (попросите желающих ответить устно для всего класса).

- Как победить в этой игре? Что для вас было самым сложным?
- Какие тезисы и аргументы показались вам наиболее весомыми? Какой вывод из дискуссии вы можете сделать?
- Какое будущее, на ваш взгляд, ждет человечество? Где в нем место для вас?
- Какие темы модуля для вас были самыми полезными? Какие – самыми сложными?

- После всего, что мы прошли, что для вас значит фраза «достичь благополучия»? На каком этапе по достижению своего благополучия вы находитесь? Чего вам не хватает?
- От чего будет зависеть ваше благополучие через 5, 10, 15 и 30 лет?
- Что вы можете сделать сейчас, чтобы быть счастливее завтра?
- Что бы вы пожелали себе в начале пути к построению собственного благополучия?

Приложение к занятию 1

Допишите финал рассказа. Ответьте на вопросы:

- **Какие потребности главного героя удовлетворены, а какие – нет?**
- **Как ему следует поступить в сложившейся ситуации?**
- **На что следует обратить внимание при удовлетворении потребностей?**

– Маша! – воскликнула Екатерина Петровна, догоняя девочку в школьном коридоре.

– Да, Екатерина Петровна, что-то случилось? – поинтересовалась Маша.

– Ты прошла кастинг! Я очень рада за тебя, – сказала учительница и приобняла Машу: – Поговори с родителями и обсуди все детали.

Маша поблагодарила Екатерину Петровну и отправилась на урок. До конца дня она нервничала и не могла усидеть на месте. Вместе смешались счастье и страх. Она была рада, что прошла актерские пробы в новый комедийный сериал, но боялась, что отец не разрешит ей сниматься.

Когда она вернулась домой и рассказала родителям о произошедшем, ее опасения подтвердились.

– Ты что, – воскликнул отец, – думаешь, что вот так легко можешь оставить школу?!

– Папа, обещаю, я буду стараться все успеть, – взмолилась Маша.

– Дорогая, – мягко произнесла мама, – папа прав, тебе будет очень сложно совмещать съемки и учебу в школе, а ее нужно окончить.

– Вы не понимаете, я мечтаю стать актрисой, а это такой шанс! Я не могу его упустить, – уверенно произнесла Маша.

– Раз это твоя мечта, оканчивай школу и поступай в актерское училище, – парировал отец, – а до этого момента никаких съемок.

Маша очень любила отца, ей нравилось проводить с ним время, и она понимала, что учеба – это не единственное, за что он переживает. Наверняка он боялся, что она повзрослеет слишком рано, у нее изменятся интересы и они не смогут больше играть в шашки после ужина, ходить в парк по выходным. Она и сама понимала, что придется от всего этого отказаться. И это усложняло принятие решения. Мама была не против увлечения дочери, но старалась придерживаться нейтральной стороны, хотя Маша и знала: если она согласится на роль, мама поддержит ее.

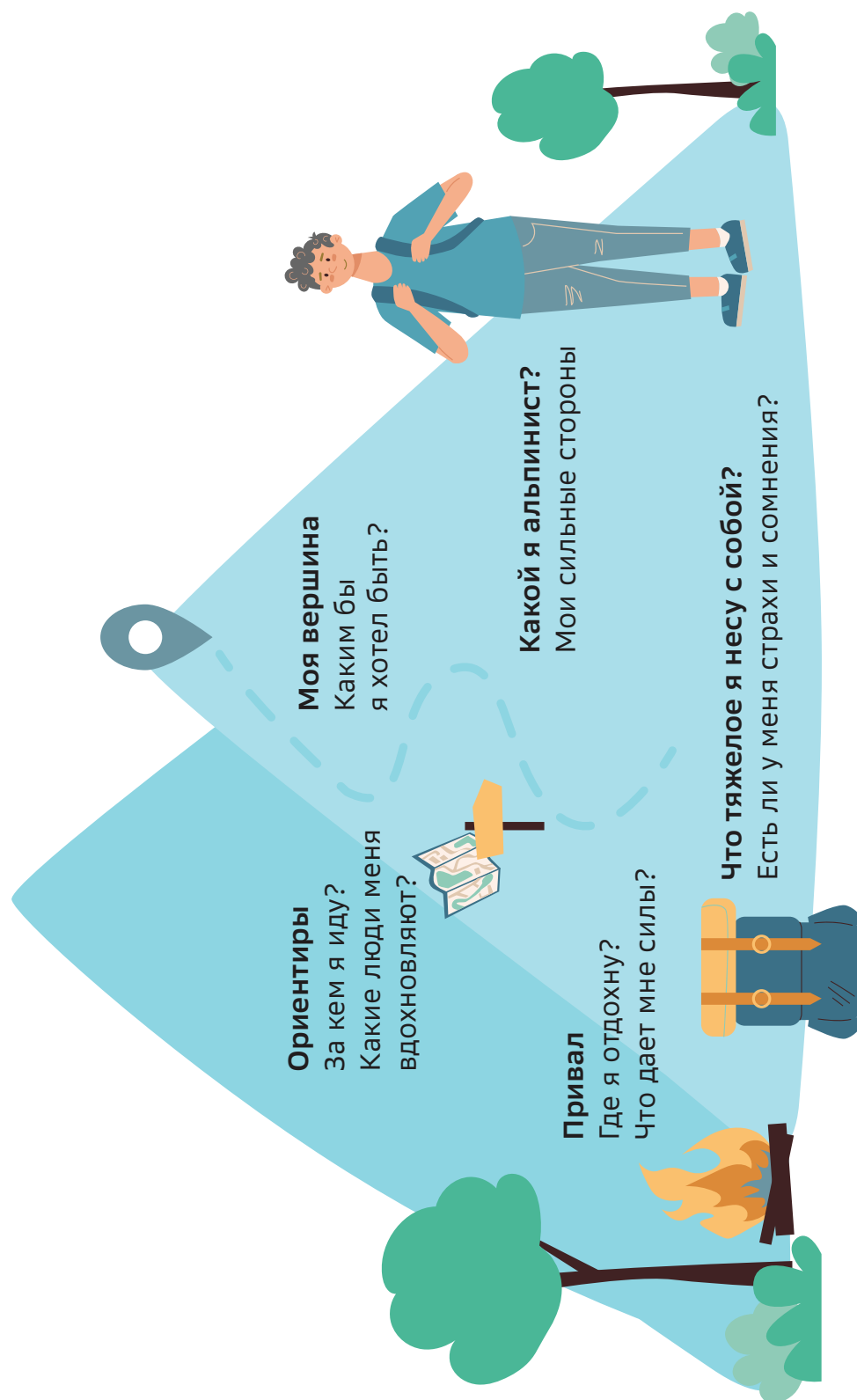
– И что теперь делать? – думала Маша, сидя за столом, на котором лежали учебники, сценарий сериала и стояла в углу семейная фотография.

Приложение 2 к занятию 2

Прокачай толерантность к неопределенности

ПРИЕМ	ТВОИ эмоции ПОСЛЕ	ЧТО ИНТЕРЕСНОГО ПРОИЗОШЛО?
Включить случайный фильм		
Пойти домой по другому маршруту		
Попробовать новое блюдо		
Изменить утренние ритуалы – например, одеться до завтрака или почистить зубы другой рукой		
Не перепроверять домашку		

Приложение 3 к занятию 2



#

Приложение 2 к занятию 3

Станция № 1 «Остановись»

Инструкция (читать медленно и размеренно, делая небольшие паузы между пунктами)

1. Закрой глаза и сделай глубокий вдох.
2. Представь, что твои уши стали очень большими – такими же большими, как и твое тело. Ты можешь слышать все.
3. Обрати внимание на звуки, которые ты слышишь в комнате. Прислушивайся к одному из них некоторое время, потом переходи к следующему.
4. Теперь попытайся услышать самые тихие звуки.
5. Просто позволь звуку быть звуком – не давай ему имя.
6. Теперь на минуту попытайся прислушаться к звуку своего дыхания.
7. Представь самое красивое место, в котором ты мог бы оказаться.
8. Глубоко вдохни, почувствуй, как воздух медленно растекается по твоему телу. Ощути тепло, которое наполняет тебя изнутри.
9. Ты чувствуешь себя комфортно и безопасно.
10. Почувствуй, как при каждом вздохе твой живот округляется, а при выдохе медленно опускается и возвращается обратно.
11. Сделай еще один глубокий вдох и открой глаза.

Приложение 3 к занятию 3

Станция № 2 «Исследуй»

Четверть только началась, а рюкзак Пети приказал долго жить, видимо, не вынес поездки в горы на каникулах и после очередной пробежки хозяина до автобуса откинул свои лямки.

Вернувшись домой, Петя принял решение, что «старичка» надо подлатать и отправить на дачу, а за выходные съездить в магазин и купить новый рюкзак. Все бы хорошо, но с учетом внезапности случившегося бюджет на покупку весьма ограничен, нужно рационально подойти к выбору. Какой рюкзак ему нужен? Чтобы ответить на этот вопрос, мальчик начал вспоминать, какие сложности у него были, когда он пользовался своим верным другом. После тщательного анализа получился довольно внушительный список проблем, которые он испытывал при использовании своего старого рюкзака:

- 1) в среду у Пети очень много уроков и не все учебники удавалось взять с собой, да и спина болела, а лямки под такой тяжестью врезались в плечи;
- 2) учебник по географии вообще не помещался в рюкзак, и Пете приходилось нести его в руках;
- 3) несколько раз Петя попадал под дождь по дороге в школу, учебники ему удавалось высушить, а вот тетради приходилось покупать новые;
- 4) Петя, конечно, привык к тому, что у него только один отсек для ключей, телефона, проездного, бумажных платочков и других мелочей, но он был бы рад, если бы удавалось сразу найти нужную ему вещь;
- 5) возможно, старый рюкзак и не пачкался, потому что был темно-серого цвета, однако Пете давно хотелось внести изменения в свой стиль и выбрать что-то поярче.

Помогите Пете подобрать рюкзак. Нарисуйте его со всеми деталями – таким, каким он должен быть с учетом критериев, описанных выше.

Приложение 4 к занятию 3

Станция № 3 «Выбери»

Вчера Маша узнала, что прошла на Всероссийскую олимпиаду по английскому языку. Чтобы победить, за восемь недель ей нужно освоить большой объем трудного материала. Ей осталось выбрать, как именно подготовиться. Родители обещали, что, если ей понадобится сторонняя помощь при подготовке, они могут выделить на это 10 тысяч рублей. У Маши очень загруженный график и почти не остается свободного времени, однако она планирует отказаться от танцев и заниматься подготовкой к олимпиаде 3 раза в неделю. У нее уже есть похожий опыт: в прошлом году она посещала групповые занятия по биологии, но пришла к выводу, что ей легче усваивать материал, когда она занимается с репетитором один на один.

Как Маше выстроить свое обучение, чтобы выиграть олимпиаду по английскому языку?

	Вариант 1. Самостоятельная подготовка	Вариант 2. Занятия с репетитором в формате офлайн	Вариант 3. Занятия в группе (офлайн)
График занятий	3 раза в неделю по 2 часа.	2 раза в неделю по 1,5 часа.	3 раза в неделю по 1 часу.
Стоимость	0 рублей.	1 занятие – 700 рублей.	1 занятие – 500 рублей.
Удобство расположения	Заниматься можно в любом месте.	Репетитор принимает учеников только у себя.	Занятия проходят в школе английского языка, которая находится около дома Маши.
Описание	-	Преподаватель английского языка лингвистического университета, стаж работы 5 лет, подбирает индивидуальную программу подготовки в зависимости от целей студента.	Школа английского языка, занятия проводят специалисты, проходившие стажировку в лучших учебных заведениях Великобритании и США.
Сложности	У Маши нет материалов для подготовки, значительную часть времени ей придется потратить на подбор литературы, поиск типовых заданий.	Поездка до репетитора занимает 1,5 часа в одну сторону, домой после занятия Маша будет возвращаться не раньше 22:00.	В группе занимается от 5 до 10 человек.

Станция № 4 «Используй и утилизируй»

Два варианта проведения. При выборе варианта 1 распечатать из расчета 1 бланк на команду. При выборе варианта 2 распечатать из расчета: текст – 1 шт., 1 макет на 1 команду. Текст положить на стол станции, макет для инфографики раздать командам перед началом игры.

Деревянная вешалка с железной головкой	Надоевшие синие джинсы	Книга «Алиса в стране чудес»	Картонный пакет из-под молока	Деревянный стул со сломанной ножкой	Пластиковая бутылка

Приложение 5 к занятию 3 (продолжение)

Текст

Советы из книги Ники Брантмарк «Что такое лагом. Шведские рецепты счастливой жизни»

Выключайте кран

Перекрывайте воду во время чистки зубов или бритья. Так вы сэкономите до 6 литров в минуту. Введите правило пятиминутного душа. Чтобы наполнить ванну, необходимо 260 литров воды. Принимая душ в течение пяти минут, вы тратите 35–95 литров воды. А установив насадку с регулировкой напора воды и принимая душ менее пяти минут, вы сократите потребление воды на 80%.

Стирайте полный барабан

Наполняйте стиральную и посудомоечную машину, прежде чем запустить цикл, и по возможности пользуйтесь режимом быстрой стирки.

Используйте воду повторно

Не в силах отказаться от ванны? Используйте грязную воду для уборки и других нужд.

Выключайте свет

Торопясь выйти из дома утром, легко забыть про выключатели. 90% энергии, потребляемой лампами накаливания, высвобождается при горении, и чем выше их мощность, тем больше энергии и денег вы сэкономите, выключив их вовремя.

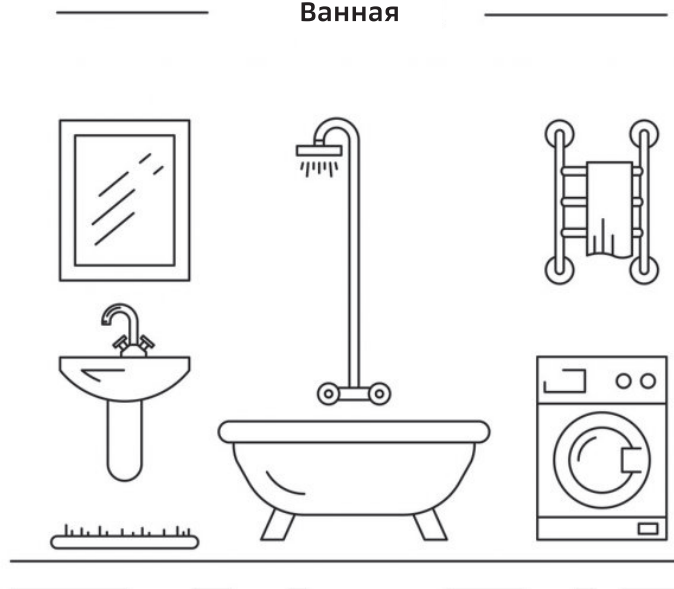
Выключайте приборы из розеток

По данным департамента энергии США, 75% энергии от бытовых приборов потребляется, когда они не используются. Если бы все в Великобритании отключали пробки на ночь, экономия была бы сравнима с годовой выработкой одной тепловой станции. На этом электричестве можно было бы вскипятить воду для 80 миллиардов чашек чая. Вот как!

Застирывайте пятна

Раньше, когда одежду стирали вручную, вещи носили дольше, чем сейчас. Попробуйте застирывать пятна влажной тряпочкой и проветривать одежду, чтобы сократить число стирок. А чтобы не гладить, одежду можно повесить рядом с душевой (подвергнуть действию пара) и только потом высушить.

Ванная



Макет для инфографики

Приложение 1 к занятию 4

Команда № 1

Проблема в прошлом	Найденное решение	Какие проблемы появились сегодня в связи с решением, принятым в прошлом	Как можно решить эти проблемы сейчас
Раньше, чтобы добраться из одной точки в другую, люди использовали повозки. Поездка занимала много времени, лошади уставали, им нужны были корм и отдых.	С появлением машин добираться из пункта А в пункт Б стало намного быстрее и удобнее. Это оказалось настолько комфортно, что сегодня даже те, у кого нет личного автомобиля, могут воспользоваться услугами такси, наземного транспорта или каршеринга.		

Какие проблемы возникли при появлении автомобильного транспорта? Какие действия можно предпринять, чтобы решить их?

Команда № 2

Проблема в прошлом	Найденное решение	Какие проблемы появились сегодня в связи с решением, принятым в прошлом	Как можно решить эти проблемы сейчас
Раньше в провинциальных городках был дефицит товаров: не было дешевой бытовой техники, модной одежды, нужных книг. Людям приходилось ездить за ними в другие города, искать аналоги или вовсе отказываться от желания приобрести необходимый товар.	С развитием интернета появилось много интернет-магазинов с богатым выбором товаров и возможностью оформить заказ в любую точку мира.		

Какие проблемы возникли с появлением интернет-магазинов? Какие действия можно предпринять, чтобы решить их?

Команда № 3

Проблема в прошлом	Найденное решение	Какие проблемы появились сегодня в связи с решением, принятым в прошлом	Как можно решить эти проблемы сейчас
Раньше желание человека развиваться и обучаться новым навыкам было ограничено местом его проживания, наличием специализированных кружков и курсов, где обучали нужным навыкам, доступом к книгам и учебным материалам, которые иногда сложно было найти.	С развитием интернета появилось и стало быстро развиваться онлайн-образование. Сегодня вы можете найти курсы, мастер-классы и вебинары на любую интересующую вас тему, начиная с мировой истории живописи и заканчивая изучением популярных языков программирования.		

Какие проблемы возникли с появлением онлайн-образования? Какие действия можно предпринять, чтобы решить их?

Приложение 2 к занятию 4

Данные для правления

Основные финансовые показатели компании

1. В настоящем году заработали в 2 раза меньше, чем в прошлом.
2. На счете компании \$900 млн, из которых \$250 млн – долги, которые надо выплатить.
3. Из-за кризиса уволили 1500 человек.

Последние новости

1. Согласно данным проведенного на территории США и Евросоюза опроса, 68% покупателей детской продукции имеют более лояльное отношение к компаниям и брендам, которые занимаются благотворительной деятельностью.
2. Представители крупной организации, специализирующейся на защите природы и окружающей среды, объявили о подписании соглашения о создании экологически чистого предприятия с крупным производителем детских игрушек.
3. Производитель детских игрушек Teddy презентовал компьютерную онлайн-игру для детей.
4. По отчету журнала Forbes, компании, которые финансируют проекты, решающие экологические и социальные проблемы, привлекают больше инвестиций, чем те, которые этого не делают.

Идеи участников заседания

Описание идей	Вопросы, которые необходимо задать
Идея № 1. Создание первой в мире безопасной социальной сети для детей до 13 лет. Общение в ней происходит посредством эмодзи и стикеров. Требуемые инвестиции – \$20 млн. Сроки реализации проекта – 8 месяцев.	
Идея № 2. Создание экологически безопасных материалов для производства. Требуемые инвестиции – \$152 млн. Сроки реализации проекта – 1,5 года.	
Идея № 3. Создание игровых площадок для детей из детских домов, которые остались без попечения родителей. Требуемые инвестиции – \$100 млн. Сроки реализации – 7 месяцев.	

Идея № 1

Закрытие производства в Германии и строительство нового завода в Бангладеш с использованием местного сырья и дешевой рабочей силы. Проект предполагает снижение затрат и увеличение прибыли компании в 1,5 раза в ближайшие 4 года.

Требуемые инвестиции – \$250 млн.

Сроки реализации проекта – 1,5 года.

Идея № 2

Сокращение расходов на производство за счет замены 25% материалов на более дешевый перерабатываемый пластик. По оценке экспертов, такое решение приведет к увеличению прибыли компании на 9%.

Требуемые инвестиции – \$0,5 млн.

Сроки реализации – 2 месяца.

Идея № 3

Сокращение издержек на заработную плату на 18% за счет найма 2000 низкоквалифицированных сотрудников.

Приложение 3 к занятию 4

Идея № 1

Описание

Создание первой в мире безопасной социальной сети для детей до 13 лет. Регистрация ребенка в сети возможна лишь с подтверждения согласия родителями. Ребенку присваиваются вымышленные имя и аватар, внешность которого он может самостоятельно менять. Использовать реальные имя и фотографию нельзя. Общение между детьми возможно только с использованием эмодзи и стикеров. Дети могут делиться фотографиями своих поделок, которые будут проходить тщательную проверку специалистами перед публикацией.

Требуемые инвестиции – \$20 млн.

Сроки реализации проекта – 8 месяцев.

Почему наш проект важен?

Идея № 2

Описание

Создание подразделения в компании, которое занималось бы изучением, развитием и внедрением новых, экологически безопасных материалов и сырья в производстве деталей игрушек и упаковочных материалов.

Требуемые инвестиции – \$152 млн.

Сроки реализации проекта – 1,5 года.

Почему наш проект важен?

Идея № 3

Описание

Создание игровых площадок для детей из детских домов, которые остались без попечения родителей.

Требуемые инвестиции – \$100 млн.

Сроки реализации – 7 месяцев.

Почему наш проект важен?

Приложение к занятию 5

- ① Что у тебя получается делать хорошо?

- ② **Интервью** _____

Назначить 3 встречи

Утро: _____

День: _____

Вечер: _____

Вопросы для интервью:

За какой помощью ты обратился бы ко мне?

В чем ты видишь мои сильные стороны?

- ③ Выпиши 5 выводов про себя из интервью.

- ④ Выбери 3, которые тебе нравятся.

- ⑤ Оставь один из 4 задания.

Это твоя сильная сторона.

- ⑥ Чек-лист на неделю.

План минимум:

1. _____

План максимум:

2. _____

3. _____

Приложение 1 к занятию 8

Команда № 1

У Ромы самая обычная семья: мама – домохозяйка, папа работает в библиотеке. По праздникам они ездят на дачу, а в отпуск – на море. Совсем недавно отец получил права и купил машину. Они решили всей семьей попробовать для себя что-то новое и отправиться в трехдневный поход с палатками. Все так загорелись идеей, что отец даже был готов взять отгул на работе ради поездки. Им предстояло пройти 30 км через реки, ущелье, лес с дикими животными. Надо было осилить крутой подъем в гору и достигнуть финиша, добравшись до обрыва с потрясающим видом. К сожалению, все пошло не по плану и семье не удалось достигнуть своей цели.

1. Давайте подумаем, что пошло не так? Почему Рома с родителями не преодолели путь запланированного похода? Молча и самостоятельно, чтобы не влиять на мнение других, запишите возможные причины на стикерах (1 причина = 1 стикер).
2. Соберите все стикеры команды и разложите их по группам. Возможно, причины будут пересекаться.
3. А теперь давайте вернемся назад, когда у Ромы и его родителей еще был шанс добраться до обрыва. Что они могут сделать, чтобы не повторить первый сценарий?

Команда № 2

За отличную учебу в школе и успехи в художественной гимнастике родители Леры обещали ей оплатить путевку в детский кемпинговый лагерь на берегу Черного моря, о котором она давно мечтала. Чтобы поехать туда, ей предстоит очень постараться. Девочка учится неплохо, но ей следует подтянуть русский язык и литературу. До поездки Лере надо как-то приобрести все необходимые вещи, без которых она не сможет отправиться в лагерь: купальник, рюкзак, палатку и спальник. Еще надо отложить деньги на экскурсии, которые оплачиваются отдельно. На дворе 26 августа, Лера собирает вещи: сегодня она возвращается из деревни, где провела все лето.

1. Давайте подумаем, что пошло не так? Почему Лера не поехала в лагерь? Молча и самостоятельно, чтобы не влиять на мнение других, запишите возможные причины на стикерах (1 причина = 1 стикер).
2. Соберите все стикеры команды и разложите их по группам. Возможно, причины будут пересекаться.
3. А теперь давайте вернемся назад, когда у Леры еще был шанс поехать в лагерь. Что она может сделать, чтобы не повторить первый сценарий?

Приложение 1 к занятию 8 (продолжение)

Команда № 3

Марина всегда увлекалась механикой, ей интересно, как все устроено. Этим летом она отправилась на дачу и, вместо того чтобы принять подарок от родителей – новенький велосипед, решила починить старый «Аист», который стоит у бабушки в гараже. Все родственники подшучивают над ней и считают, что это не женское дело. Масла в огонь подливают соседские мальчишки. Признаться честно, Марина никогда не занималась починкой велосипедов и даже не знает, с чего начать. Но девочка твердо решила: она докажет всем, что сможет сама починить велосипед. Какие-то детали уже есть, а что-то придется докупать. Ей надо подумать об инструкции и обучающих материалах, как безопасно для здоровья пользоваться инструментами и приборами, например сварочным аппаратом.

Лето закончилось, а Марине так и не удалось воплотить свою мечту в жизнь.

1. Давайте подумаем, что пошло не так? Почему у нее не получилось достичь своей цели? Молча и самостоятельно, чтобы не влиять на мнение других, запишите возможные причины на стикерах (1 причина = 1 стикер).
2. Соберите все стикеры команды и разложите их по группам. Возможно, причины будут пересекаться.
3. А теперь давайте вернемся назад, когда у Марины еще есть шанс достичь желаемого. Что она может сделать, чтобы не повторить первый сценарий?

Команда № 4

Костя мечтает стать видеооператором. Он долго не мог решиться, но все-таки под свою ответственность одолжил у отца своего друга квадрокоптер, чтобы научиться им управлять. Он планирует поехать на природу, чтобы снять свой первый клип: поля, леса, реки и озера. Погода не идеальная, но жить можно. Надо только хорошенько подготовиться к первому полету. После этого Костя думает освоить курс по постановке кадра. К тому же через месяц у него будет день рождения и мальчик планирует попросить родителей купить ему свой коптер. Если все сложится удачно, он начнет продвигать свои услуги через Instagram и снимать клипы для известных блогеров.

Прошло 2 месяца, а мечта Кости так и не осуществилась.

1. Давайте подумаем, что пошло не так? Почему у него не получилось достичь своей цели? Молча и самостоятельно, чтобы не влиять на мнение других, запишите возможные причины на стикерах (1 причина = 1 стикер).
2. Соберите все стикеры команды и разложите их по группам. Возможно, причины будут пересекаться.
3. А теперь давайте вернемся назад, когда у Кости еще был шанс стать молодым видеооператором. Что он может сделать, чтобы не повторить первый сценарий?

Приложение 2 к занятию 8

Чек-лист участника

Чек-лист

1. Купить страховку от невылета – 300 рублей.
2. Купить страховку жизни и здоровья на время поездки – 700 рублей.
3. Купить страховку телефона – 500 рублей.
4. Купить страховку от кражи личных предметов стоимостью свыше 5000 рублей – 500 рублей.
5. Купить крем от ожогов – 500 рублей.
6. Купить неводостойкий солнцезащитный крем SPF 25 – 250 рублей.
7. Сделать прививку от кори – 200 рублей.
8. Сделать расширенную вакцинацию (от кори, краснухи, паротита) – 500 рублей.
9. Купить набор пластырей – 100 рублей.
10. Купить спрей от насморка – 200 рублей.
11. Взять теплые вещи – 0 рублей.
12. Взять купальник – 0 рублей.
13. Взять панаму – 0 рублей.
14. Дать запасной ключ соседям – 0 рублей.
15. Отвезти все ценные вещи из дома к бабушке на дачу – 0 рублей.

Итоговый баланс (2000 рублей – суммарная стоимость выбранных действий) =

Ход игры

Приложение 3 к занятию 8

Лист для рефлексии

Выберите любой вопрос и задайте его соседу.

Терпел (-а) ли ты неудачу в своем деле только потому, что не подумал (-а) о возможных сценариях развития событий?

Были в твоей жизни моменты, когда ты принимал (-а) решение, не зная, что будет в конечном итоге?

Чем закончилась эта история?

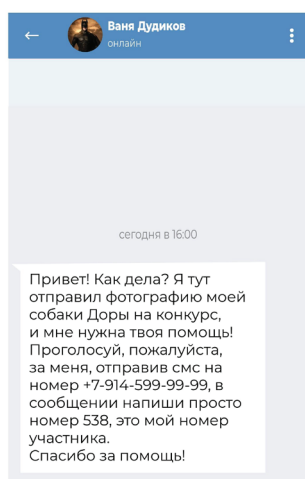
Какие угрозы ты испытал (-а) на себе?

Что ты смог (-ла) предусмотреть, а что нет?

Какие инструменты ты добавил (-а) бы в свою «стратегию прочности»?

Почему?

Приложение 1 к занятию 9

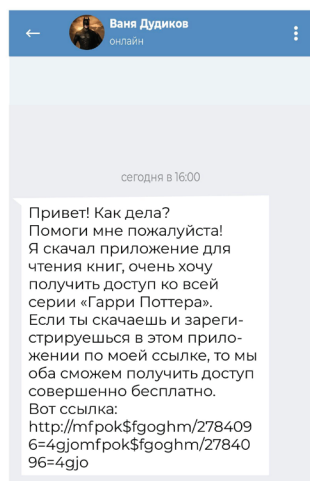


Способы проверки:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Привет! Как дела? Я тут отправил фотографию своей собаки Доры на конкурс, и мне нужна твоя помощь!

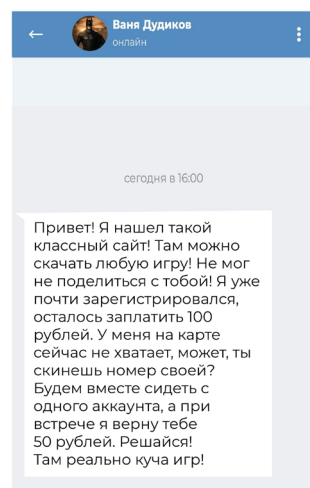
Проголосуй, пожалуйста, за меня, отправив СМС на номер +7-914-599-99-99, в сообщении напиши просто номер 538 – это мой номер участника. Спасибо за помощь!



Способы проверки:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Привет! Как дела? Помоги мне, пожалуйста! Я скачал приложение для чтения книг, очень хочу получить доступ ко всей серии «Гарри Поттера». Если ты скачаешь приложение и регистрируешься в нем по моей ссылке, то мы оба сможем получить доступ совершенно бесплатно. Вот ссылка: [http://mfropk\\$fgoghm/2784096=4gjo](http://mfropk$fgoghm/2784096=4gjo).



Способы проверки:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Привет! Я нашел такой классный сайт! Там можно скачать любую игру! Не мог не поделиться с тобой! Я уже почти зарегистрировался, осталось заплатить 100 рублей. У меня на карте сейчас не хватает. Может, ты скинешь номер своей? Будем вместе сидеть с одного аккаунта, а при встрече я верну тебе 50 рублей. Решайся! Там реально куча игр!

Приложение 1 к занятию 10

Как стать продуктивным – внимание

Внимание

Как вести себя, чтобы быть НЕПРОДУКТИВНЫМ?	Лайфхаки, как этого избежать:
1. _____ →	1. _____
2. _____ →	2. _____
3. _____ →	3. _____
4. _____ →	4. _____
5. _____ →	5. _____

ЭНЕРГИЯ

Выпишите советы, которые могут вам пригодиться

Питание

Сон

Что можно сделать, чтобы отдохнуть, восстановить силы:

1. _____

2. _____

3. _____

Назначь 3 встречи:

Утро

День

Вечер

Поделись своими идеями и опытом: как быстро отдохнуть и восстановить силы?

Какие идеи ты почерпнул у одноклассников?

УПРАВЛЕНИЕ ВРЕМЕНЕМ

Какие рутинные действия можно автоматизировать?	Какие цифровые инструменты могут помочь нам это сделать?
1. _____ →	1. _____
2. _____ →	2. _____
3. _____ →	3. _____
4. _____ →	4. _____
5. _____ →	5. _____

ФОКУС

1 важная задача:	3 средних по важности задачи:	5 мелких задач:
_____	_____	_____
	_____	_____
	_____	_____

Приложение 2 к занятию 10

«Бильбо живо вскочил, надел халат и вошел в столовую. Ни души! Он застал там лишь следы обильного и поспешного завтрака. В комнате все было перевернуто вверх дном, в кухне громоздились груды грязной посуды, перепачканы были чуть не все кастрюли и горшки. Бильбо с грустью убедился в том, что вечерняя пирушка – не просто дурной сон. Но зато он с облегчением увидел, что гости отправились в путь без него, не удосужившись его разбудить (“Даже спасибо не сказали”, – подумал он). В то же время Бильбо был немного разочарован и сам удивился своему разочарованию. “Не будь дураком, Бильбо Бэггинс, – уговаривал он себя, – в твои ли годы мечтать о драконах и всякой сказочной чепухе!”» Джон Рональд Руэл Толкин «Хоббит, или Туда и обратно»

Приложение 1 к занятию 11

Доход семьи : 80 000	Июнь			Июль			Август			Сентябрь			Октябрь		
	Оптимальные	План	Очки счастья	Оптимальные	План	Очки счастья	Оптимальные	План	Очки счастья	Оптимальные	План	Очки счастья	Оптимальные	План	Очки счастья
Категория расходов															
Питание дома	12 000														
Питание вне дома	12 000														
Хозяйственные расходы	5000														
Одежда	7000														
Содержание машины и бензин	5000														
Медикаменты	4000														
Мобильная связь	3000														
Карманные расходы детей	5000														
Развлечения семьи	6000														
Дополнительное образование детей	5000														
Дача	6000														
Итого	70 000														
Сбережения	10 000														
Другие расходы															
Итого сбережений (с учетом предыдущих месяцев)															
Дополнительные / потерянные очки счастья (Д/П очки счастья)															

Всего сбережений		Всего очков счастья за 4 месяца		Сумма финальной покупки		Очки счастья за финальную покупку		Всего очков счастья за игру	
------------------	--	---------------------------------	--	-------------------------	--	-----------------------------------	--	-----------------------------	--

Если «План» ≥ «Оптимальные», то начисляется 10 очков счастья. Если «План» < «Оптимальные», то вычитается по 1 очку за каждую недостающую 10000 рублей.

При использовании счастливой возможности стоимости записывается в «Другие расходы», а очки счастья — в «Д/П очки счастья».

При использовании счастливой возможности стоимости записывается в «Другие расходы», а очки счастья — в «Д/П очки счастья».

Приложение 2 к занятию 11

Негативное событие У сына случилось воспаление аппендикса, потребовалось срочное оперативное вмешательство, – к счастью, все в порядке, но операция обошлась семье в 8000 рублей. – 8000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.	Негативное событие Направляясь за покупками в воскресенье, родители попали в аварию. К счастью, обошлось без травм, но машину придется чинить. Стоимость ремонта – 10 000 рублей. – 10 000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.	Негативное событие Вернувшись из кино в субботу, семья обнаружила, что соседи сверху случайно затопили квартиру. Часть ущерба покроют соседи, но семье тоже придется вложиться в ремонт. – 11 000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.
Негативное событие Сын с друзьями играл в футбол во дворе и случайно попал в окно припаркованного автомобиля. Окно разбилось – ущерб придется компенсировать. – 5000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.	Негативное событие Направляясь с подругами в торговый центр, дочь поскользнулась и упала. Итог – перелом руки. Лечение обойдется семье в 6000 рублей. – 6000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.	Негативное событие Папа набирал ванну и случайно уронил в нее телефон. В сервисе сказали, что есть возможность его починить, но ремонт обойдется в 7000 рублей. – 7000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.
Негативное событие Специалисты пожарной службы давно говорили семье, что проводку необходимо починить. Семья к ним не прислушалась, в итоге возник пожар. Пожар успели быстро потушить, и это спасло дом, однако без ремонта не обойтись. – 15 000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.	Негативное событие Дедушке внезапно стало плохо, и его отвезли в больницу. Врачи сказали, что все хорошо, но необходимо пройти восстановительную терапию. – 9000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.	Негативное событие Паркуясь возле дома, мама задела машину соседей. Ущерб соседям покроет страховка, но на ремонт маминной машины придется немного потратиться. – 3000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.
Негативное событие В районе участились случаи ограбления. Чтобы обезопасить квартиру, было принято решение установить систему безопасности стоимостью 9000 рублей. – 9000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.	Негативное событие Утром вашим родителям позвонила бабушка и сообщила неприятное известие: на даче внезапно прорвало водопровод, весь дом в воде. Для того, чтобы выровнять пол и ликвидировать последствия бедствия необходимо потратить серьезную сумму. – 14 000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.	Негативное событие Никогда бы не подумали, что прыжки на батуте могут быть травмоопасными. Однако неудачное падение сына на дне рождения друга в прошлую субботу заставило семью пересмотреть планы на игру в теннис в среду: у сына вывих руки, а медикаменты в наше время не дешевые. – 7000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.
Негативное событие Во время прогулки с подругами у дочери внезапно выхватили сумку. В сумке остались деньги, банковские карты и телефон. На новый дорогой телефон у семьи денег пока нет, но купить что-то надо – нельзя же, в конце концов, без связи жить. – 4000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.	Негативное событие Направляясь утром на работу, папа был в замечательном настроении до тех пор, пока проезжавшая мимо машина не обдала его с ног до головы содержимым ближайшей лужи. Придется сдать костюм в химчистку и как можно скорее купить новый – нужно же на работу в чем-то ходить. – 13 000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.	Негативное событие На прошлой неделе дедушке позвонил сосед по даче и рассказал, что ночью в дом пытались забраться грабители. Остановило их только появление соседа, однако охранную сигнализацию в доме явно стоит сменить на более современную версию. – 8000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.
Негативное событие Утром на даче маме стало плохо – сильное пищевое отравление. В больнице папа принял решение перевести ее в платное отделение для ускорения диагностики и лечения. – 12 000 рублей Запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения». При нехватке: –5 очков за каждую 1000 рублей.		

Приложение 2 к занятию 11

Счастливая возможность Во время воскресной поездки в торговый центр дочь увидела сумочку, которую очень давно хотела. Сейчас она продается со скидкой. Будете ли покупать сумочку? 16 очков счастья за 4000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».	Счастливая возможность Мама давно хотела сходить в хороший ресторан. Повод как раз есть – у родителей скоро годовщина. Папа посчитал, что поход в ресторан обойдется семье в 6000 рублей. Отпразднуете ли годовщину в ресторане? 24 очка счастья за 6000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».	Счастливая возможность Сын узнал, что совсем скоро в город с концертом приезжает его любимая группа. Стоимость билета – 2000 рублей. Отправите сына на концерт? 8 очков счастья за 2000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».
Счастливая возможность Бабушка с дедушкой получили приглашение от друзей – съездить с ними в санаторий. Стоимость поездки на двоих – 10 000 рублей. Отправите бабушку с дедушкой на отдых? 40 очков счастья за 10 000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».	Счастливая возможность Подруга пригласила маму на распродажу. Мама посчитала, что ей придется потратить 8000 рублей. Отпустите маму? 32 очка счастья за 8000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».	Счастливая возможность В вашем городе проходит очень важный футбольный матч. Стоимость билетов на всю семью – 15 000 рублей. Пойдете? 60 очков счастья за 15 000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».
Счастливая возможность Бабушка с дедушкой давно хотят сходить в театр. Стоимость билетов на двоих – 4000 рублей. Готовы ли вы их отправить в театр? 16 очков счастья за 4000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».	Счастливая возможность Друзья папы пригласили его съездить в Минск на выходные. Поездка обойдется в 7000 рублей. Отправите его в поездку? 28 очков счастья за 7000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».	Счастливая возможность Родителей пригласили на свадьбу. Гости скидываются на подарок молодоженам по 5000 рублей с семьи. Примете ли вы приглашение? 20 очков счастья за 5000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».
Счастливая возможность В магазине вышла новая компьютерная игра, которую очень давно хотел сын. Игра стоит 3000 рублей. Подарите ли вы игру сыну? 12 очков счастья за 3000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».	Счастливая возможность Бабушка собралась сделать на даче новый газон. Работы можно начать уже в следующем месяце, да и сама бабушка ждет этого события. Однако, как выяснилось, удовольствие это не дешевое, стоимость – 11 000 рублей. Оплачиваем? 44 очка счастья за 11 000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».	Счастливая возможность Папа давно собирался отвезти семью покататься на лыжах. Однако рост стоимости проката оборудования дает о себе знать, цена поездки сильно выросла, теперь все обойдется аж в 14 000 рублей. Ехать или подождать до лучших времен? 56 очков счастья за 14 000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».
Счастливая возможность У дочери недавно сломались наушники. Без них ей совсем непросто, ведь брат своими не делится. Папа подумывает приобрести ей новые за 2000 рублей. Покупаем? 8 очков счастья за 2000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».	Счастливая возможность Дедушка с бабушкой давно ждали приезд известной в их времена иностранной группы. Наконец премьера состоялась. Билеты не дешевые – 5000 рублей на двоих, но по всем отзывам они того стоят. Отправить дедушку с бабушкой в театр? 20 очков счастья за 5000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».	Счастливая возможность Мама очень хочет купить домой мультиварку и частично снять с себя нагрузку по кухне. Но цены на электронику сейчас кусаются. Самая простая модель стоит 8000 рублей. Покупаем? 32 очка счастья за 8000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».
Счастливая возможность У ваших соседей совсем недавно появилась кошка. Сын, едва увидев ее, тут же попросил папу купить домой такую же. Стоимость котенка в зоомагазине – 6000 рублей. Как поступит папа? 24 очка счастья за 6000 рублей Чтобы получить очки, запишите сумму в графу «Другие расходы» строки «Сбережения», а также количество очков счастья в графу «Д/П очки счастья».		

Приложение к занятию 12

Анкета злоумышленников:

Имя Ваня
 Фамилия Дудиков
 Пол муж
 Карта 4589 9984 7483 9382
 CVC 3245

Логин:

vanua12

Пароль:

ваня12

Увлечения:

Домашние животные:

Любимые книги:

Страница Вани во «ВК»:

В контакте

Поиск

13

люди

сообщества

игры

музыка

помощь

выйти

Моя Страница ред.

Мои Друзья

Мои Фотографии

Мои Видеозаписи

Мои Аудиозаписи

Мои Сообщения

Мои Группы

Мои Новости

Мои Закладки

Мои Настройки

Ваня Дудиков



Отправить сообщение

Добавить в друзья

Подписчики Вани 15

Отправить подарок 38

Друзья

36 друзей

Дарья Артёмина

Артём Газин

Рянючка Умерова

Ваня Дудиков

День рождения: 5 июля 2008

Родной город: Москва

Семейное положение: Все сложно

Язык: Русский, English

Братья, сестры: Богданов Алексей, Игнатъева Марина, Коля Родион, Анастасия Маркина, Ароен Минаев, Вита Попов, Коля Ренин, Вадим Семенов, Екатерина Шашкина

Дочь:

Скрыть подробную информацию

Контактная информация

Город: Москва

Моб. телефон: +7-914-999-99-99

Дом. телефон: 16-54-34

Skype: vanua12

Twitter: vanua123

Веб-сайт: http://vse-igr.ru/

Образование

Школа: Гимназия №12

Москва, 2014-2020

Ученик

Жизненная позиция

Мировоззрение: Оптимист, Энтузиаст

Главное в жизни: Развлечения и отдых

Главное в людях: Юмор и жизнелюбие

Вдохновляет: Компьютерные игры

Любимая книга: Гарри Поттер и Кубок Огня

Группы: Компьютерные игры, Клуб поттерманов, Домашние питомцы, Лучшие игры 2020, Школьный союз

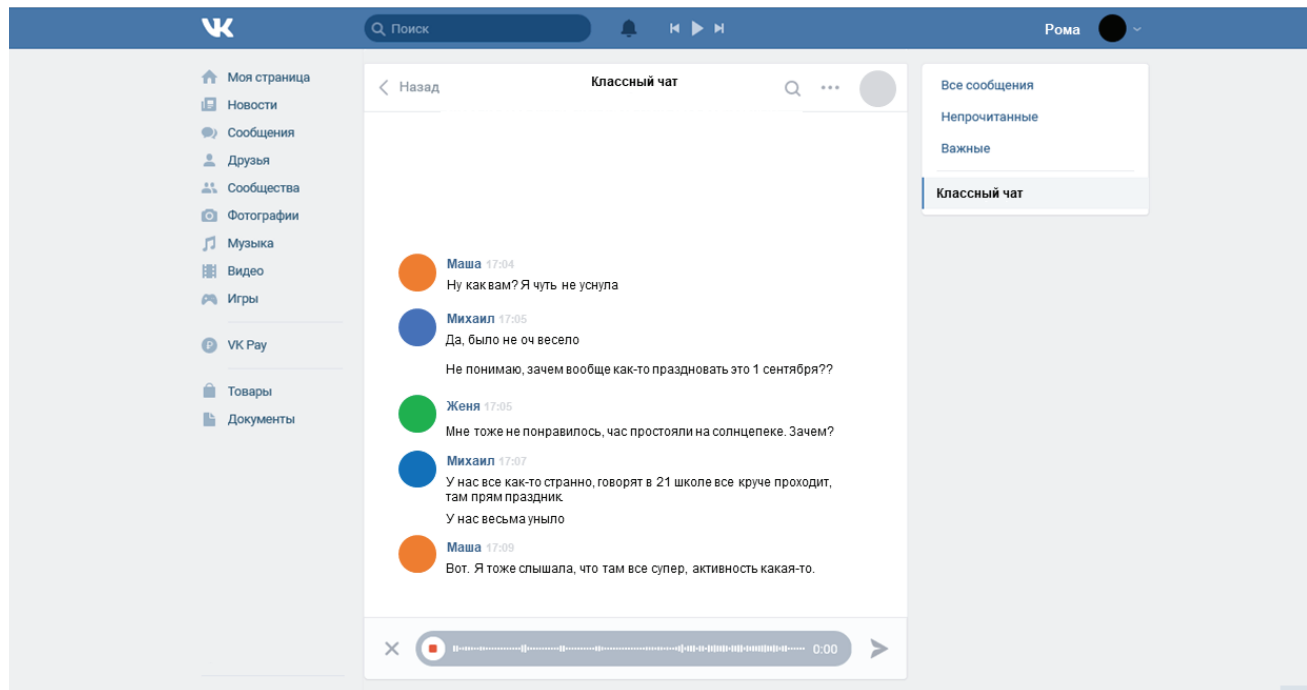
Записи Вани

Ваня Дудиков

23 сен в 18:30

Гуляю со своей собакой Дорой ☺))))

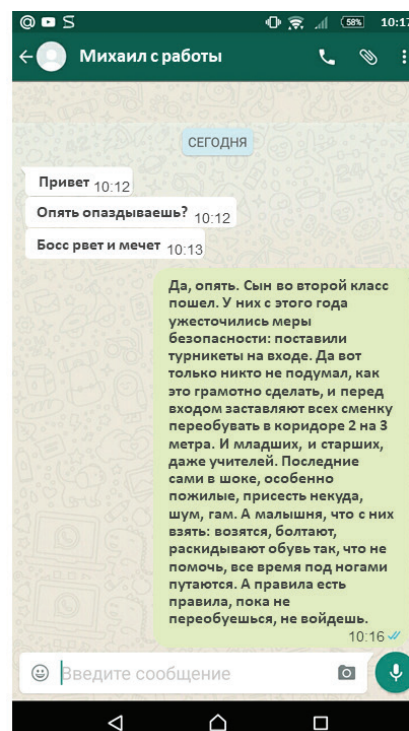
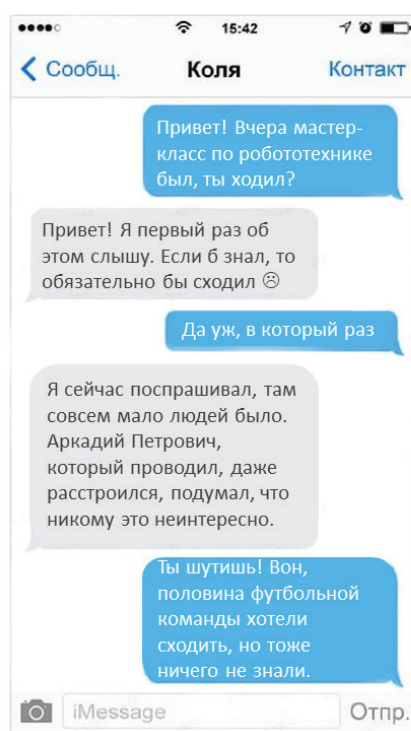
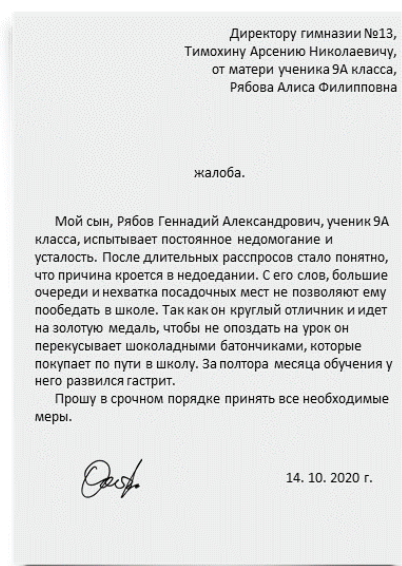
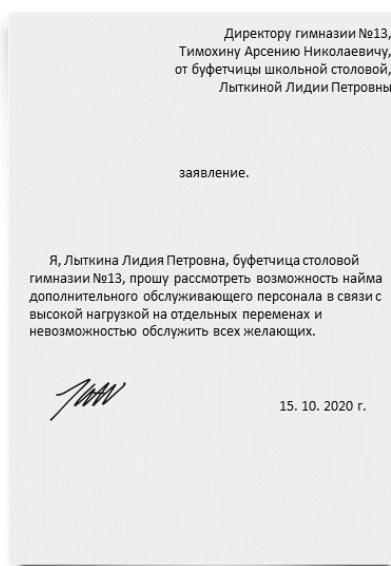
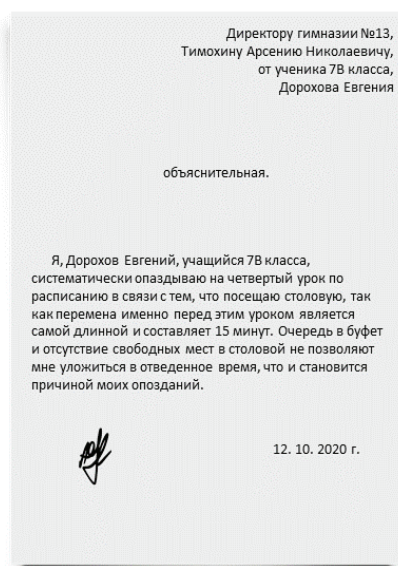
Приложение к занятию 12 (продолжение)



Автор	Сообщение
Анна Ронина Классный руководитель	все сообщения Начиная со старых 16.11.2020 17:55 №1456 Срочное уведомление родителей цитата Уважаемые родители, прошу обратить ваше внимание, что по школьному регламенту каждый ученик обязан приносить все учебники, тетради, а также другие необходимые материалы и принадлежности на стоящие по расписанию в этот день уроки. От учителей поступают жалобы на то, что половина класса приходит на занятия без учебников. Учитель физкультуры также выражает недовольство, так как отсутствие спортивной формы даже у 3-5 учеников срывает его занятия. Прошу принять все необходимые меры по контролю за готовностью учащихся к учебному процессу. Сообщений: 231 На сайте: 1 год 3 мес
↑ ↓ ответить	В f o пожаловаться администратору

Автор	Сообщение
Михаил Шац	16.11.2020 18:10 Срочное уведомление родителей цитата Анна Николаевна, мы понимаем учителей-предметников, но и вы поймите: дети жалуются, что бывают дни, когда согласно расписанию необходимо нести 5, а бывает и 7 учебников. Вы видели учебник по литературе? Даже мне, мужчине, тяжело его поднять. Прибавьте к этому спортивную форму и сменку. Не все дети живут в соседнем доме, кому-то приходится добираться пешком или на общественном транспорте.

Приложение к занятию 12 (продолжение)



Приложение 1 к занятию 13

Команда № 1

Некоторые кафе и столовые бесплатно кормят бездомных. Они устраивают отдельные часы для посещения или в конце рабочего дня оставляют на входе свежие блюда, которые не продали за день. Таким образом, человек, попавший в сложную жизненную ситуацию, может поесть.

1. Какая проблема решается посредством подобного доброго дела?
2. Действительно ли получается ее решить? Почему?
3. Не создает ли это решение новых проблем? Если да, то какие?

Команда № 2

Многие люди хотят помочь сиротам. Для этого они ежегодно устраивают сбор книг, одежды и детских игрушек, которые затем отвозят в детские дома.

1. Какая проблема решается посредством подобного доброго дела?
2. Действительно ли получается ее решить? Почему?
3. Не создает ли это решение новых проблем? Если да, то какие?

Команда № 3

Ближе к 9 Мая ученики школ посещают ветеранов, живущих неподалеку: покупают необходимые продукты, помогают помыть окна, а в День Победы приносят гвоздики и торт к чаю.

1. Какая проблема решается посредством подобного доброго дела?
2. Действительно ли получается ее решить? Почему?
3. Не создает ли это решение новых проблем? Если да, то какие?

Приложение 2 к занятию 13

Сколько налогов платит Лодочкин?**Дано:****ДОХОДЫ:**

зарплата 40 000 рублей (до вычета НДФЛ)

РАСХОДЫ:

1. Ежемесячные расходы на питание и предметы гигиены, а также развлечения – 20 000 рублей.
2. Заправка автомобиля – около 2500 рублей (60 литров бензина за 42 рубля).
3. Оплата коммунальных платежей – 2000 рублей.

Подсчитайте, сколько денег будет у Лодочкина после выплаты НДФЛ:

Налог на доход физических лиц (НДФЛ) = 13%

Подсчитайте, в какую сумму обходится работодателю работа Валерия Петровича с учетом отчислений в фонды (в рублях)?

22% – взносы в Пенсионный фонд,

5,1% – взнос в Фонд обязательного медицинского страхования, 2,9% – взнос в Фонд социального страхования.

Подсчитайте сумму налогов с ежемесячных расходов (в рублях):

Налог на добавленную стоимость (НДС) = 20%

Подсчитайте сумму налогов с бензина за месяц (в рублях): 22% – акциз, 20% – НДС, 19% – НДСП (налог на добычу полезных ископаемых), а также 5% других налогов.

Подсчитайте сумму всех налогов за год (в рублях):

(НДФЛ + отчисления в фонды + НДС + налоги с бензина) * 12 = ?