Автономная некоммерческая организация
«Центр равных возможностей «Вверх»
Образовательный центр «ВВЕРХ»

«Утверждаю»
Директор АНО «Центр равных возможностей «Вверх»
_____ /О.В. Тихомирова
«17» 08 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Вверх. Старт»

Направленность: многопрофильная

Адресат программы: лица 16-35 лет

Срок реализации программы: 1 год

Форма обучения: очная

Составители (разработчики):
коллектив педагогов дополнительного образования
«Центра равных возможностей «Вверх»

г. Москва
2026

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

1.1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Вверх. Старт» (далее – программа) разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами Российской Федерации:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) – Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02 июня 2026 г. № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

1.2. Направленность программы: многопрофильная

1.3. Уровень освоения – подготовительный.

1.4.Актуальность программы обусловлена необходимостью создания прочного фундамента для успешного освоения четырехлетнего базового курса “Вверх. Траектория роста”. Программа помогает обучающимся преодолеть страх перед сложными дисциплинами, восполнить пробелы в базовых знаниях и сформировать устойчивую учебную мотивацию.
Подготовительный этап критически важен для развития базовых когнитивных навыков: умения работать с текстом, логически мыслить, структурировать информацию и эффективно коммуницировать. Интеграция предметов гуманитарного, естественно-научного и лингвистического циклов с блоками развития мышления позволяет не просто повторить школьный материал, а переосмыслить его, переведя из формата «заучивания» в формат «понимания и применения». Это обеспечивает психологическую и интеллектуальную готовность

обучающихся к интенсивному обучению на основном курсе, снижая риск отсева и повышая качество дальнейшего образования.

1.5. Адресат программы: лица 16-35 лет. Требования к уровню образования не предусмотрены.

1.6. Срок реализации программы: 1 год - 36 учебных недель в год.

1.7. Режим занятий: согласно учебному плану и расписанию до 6 академических часов в день 4-5 дней в неделю.

Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

1.8. Форма обучения: очная.

Особенности набора: набор осуществляется без вступительных испытаний.

Новизна данной программы заключается в том, что программа предлагает системную «перезагрузку» учебных навыков через синтез предметной подготовки и метапредметной поддержки. Программа формирует единую образовательную экосистему, в которой предметное обучение, саморегуляция и профессиональная самоидентификация выступают взаимодополняющими элементами. Подача материала строится на принципах доступности, визуализации, практической значимости и адаптивности, что позволяет эффективно работать с обучающимися разного уровня подготовки.

Отличительные особенности программы:

- наряду с предметными знаниями и навыками (hard skills) программа целенаправленно развивает когнитивные функции (мышление, внимание, память, речь), эмоциональный интеллект и навыки саморегуляции;
- дифференциация содержания, темпа и форм контроля с учётом возрастных, психофизиологических особенностей и образовательных запросов каждого участника;
- обучение в том числе строится через решение реальных задач, кейсы из разных предметных областей, проектную и

исследовательскую деятельность, что обеспечивает перенос знаний в жизненные и учебные контексты;

- успешная реализация программы оценивается не только по уровню освоения предметных модулей, но и по динамике формирования универсальных учебных действий (УУД) и «мягких навыков» (soft skills). Обучающиеся приобретают способность ставить учебные и жизненные цели, планировать шаги по их достижению, рефлексировать, нести ответственность за результат, а также развивают уверенность в себе и навыки самостоятельного принятия решений;
- в основе обучения лежит индивидуально-групповая форма работы, которая позволяет дифференцированно, с учетом возрастных, психологических особенностей, подойти к каждому обучающемуся;
- образовательный процесс построен на основе практико-ориентированного подхода.

Ведущая идея программы заключается в том, что каждый обучающийся есть неповторимая индивидуальность, обладающая свойственными только ей психическими, физическими и прочими особенностями.

Педагогическая целесообразность программы заключается в создании безопасной образовательной среды, где ошибка воспринимается не как неудача, а как часть учебного процесса. Программа призвана сформировать у слушателей целостную картину мира, автономность, готовность к вызовам, развить исследовательские и коммуникативные умения, способность к абстрактному и логическому мышлению, а также навыки работы с информацией разных форматов и жанров. Мотивационно-профориентационный компонент обеспечивает осознанность выбора, снижает тревожность перед экзаменационными и жизненными вызовами, формирует внутреннюю готовность к непрерывному обучению и самообразованию. Содержание и методы обучения соответствуют принципам личностно-ориентированного и компетентностного подходов, а также стратегическим ориентирам развития системы дополнительного образования. Таким образом, подготовительный уровень выступает важным трамплином, обеспечивающим выравнивание стартовых возможностей всех

участников для их успешной интеграции в основную образовательную программу.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.

Цель программы – формирование устойчивой академической базы и учебной самостоятельности обучающихся для последующего успешного освоения основного 4-летнего базового курса. Программа направлена на восполнение предметных пробелов, развитие мышления и навыков работы с информацией, а также на создание прочной мотивационной и психологической готовности обучающихся к интенсивному непрерывному образованию.

Задачи программы:

Обучающие задачи:

- систематизация и восполнение базовых знаний по ключевым дисциплинам для выравнивания стартовых возможностей обучающихся перед началом основного курса;
- формирование навыков работы с информацией: анализ текста, критическое чтение, умение выделять главное, сравнивать источники и извлекать данные разной степени сложности;
- овладение алгоритмами эффективной учебной деятельности: освоение навыков тайм-менеджмента, эффективного конспектирования, работы с учебной и научной литературой, а также самопроверки;
- освоение базовых методов решения прикладных задач, построения логических цепочек и понимания причинно-следственных связей в окружающем мире;
- интеграция предметных знаний в междисциплинарные контексты, обеспечивающая преемственность между дополнительным и будущим профессиональным образованием.

Развивающие задачи:

- развитие системного, логического, критического и креативного мышления, способности к формулированию гипотез, самоанализу и рефлексии;

- совершенствование высших психических функций (произвольное внимание, оперативная память, когнитивная гибкость, исполнительные функции) через дифференцированные учебные нагрузки;
- развитие академической и межкультурной коммуникации: умение аргументировать позицию, вести диалог, работать в команде, выступать публично;
- формирование навыков саморегуляции учебной деятельности: целеполагание, планирование, самоконтроль, коррекция ошибок, управление учебной мотивацией;
- развитие навыков самонаблюдения, рефлексии и критического мышления;
- формирование умения ставить реалистичные цели, декомпозировать их на конкретные задачи и расставлять приоритеты;
- развитие коммуникативных навыков, умения работать в команде, а также способности распознавать и конструктивно управлять своими эмоциями в стрессовых ситуациях.

Воспитательные задачи:

- формирование ценностного отношения к знаниям, культурному наследию и языковому разнообразию;
- воспитание ответственности за результат, дисциплины и настойчивости в преодолении учебных трудностей;
- воспитание у обучающихся целенаправленности, терпеливости, работоспособности, настойчивости, трудолюбия, самостоятельности, навыки контроля и самоконтроля;
- формирование умения планировать работу и доводить начатое дело до завершения;
- воспитание культуры сотрудничества, конструктивного разрешения конфликтов, уважения к мнению другого и умения принимать взвешенные решения.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Предметные результаты:

Будут уметь:

- владеть системными базовыми знаниями по дисциплинам программы на уровне, достаточном для успешного старта и последующего освоения основного 4-летнего курса;
- применять методы логического и системного мышления для структурирования информации, выдвижения гипотез, анализа

причинно-следственных связей и обоснования собственных выводов;
- владеть навыками многоаспектного анализа текстов различных жанров и стилей, критического чтения и извлечения ключевой информации из различных источников;
- применять математический аппарат и естественно-научные знания для описания реальных процессов, построения моделей и решения практико-ориентированных задач;
- использовать цифровые инструменты для поиска, обработки данных, визуализации информации и автоматизации рутинных вычислений;
- осуществлять продуктивную устную и письменную коммуникацию на русском и английском языках в академическом и межкультурном контексте.

Метапредметные результаты

Будет уметь:

- осуществлять системный и критический анализ информации, уметь выделять главное, находить закономерности, обобщать данные, аргументированно обосновывать собственную позицию;
- применять навыки тайм-менеджмента, вести структурированные конспекты, готовиться к внутренним аттестационным форматам курса;
- самостоятельно ставить учебные цели, декомпозировать их на конкретные шаги, расставлять приоритеты;
- формулировать гипотезы, анализировать причины собственных ошибок на основе обратной связи, корректировать стратегию обучения;
- проявлять когнитивную гибкость, уметь переключаться между разными типами заданий, адаптироваться к меняющимся академическим требованиям и нестандартным форматам контроля;
- эффективно работать в команде и выступать публично и уверенно презентовать результаты своих исследований.;
- распределять роли в проектной работе, вести конструктивную дискуссию, уважать мнение оппонентов;
- грамотно искать, структурировать и этично использовать информацию из сети Интернет и ИИ-ресурсов, соблюдая принципы медиаграмотности.

Личностные результаты:

- сформированная устойчивая учебная мотивация и академическая самостоятельность;
- стремление к освоению новых знаний вне рамок программы, преодоление «выученной беспомощности» и страха перед сложными дисциплинами;
- сформированная осознанная готовность к длительному обучению, понимание ценности текущего подготовительного этапа;
- ответственность и учебная дисциплина, готовность нести ответственность за результат своей деятельности, доводить начатые проекты до завершения;
- способность управлять своим эмоциональным состоянием в ситуациях академического стресса, конструктивно реагировать на критику;
- готовность принимать взвешенные решения, уважать интеллектуальное и культурное разнообразие, оказывать взаимопомощь в учебной группе;
- понимание роли непрерывного образования как фундамента для личностного роста и будущей профессиональной реализации.

Интегративный итоговый результат:
Обучающийся обладает сформированным набором компетенций (предметных, метапредметных и личностных), необходимых для успешного перехода на базовый курс «Вверх. Траектория роста». Выпускник подготовительного уровня умеет учиться, обладает целостной картиной мира, способен справляться с когнитивными нагрузками и осознанно подходит к своему дальнейшему академическому и профессиональному развитию.

4. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И МЕТОДЫ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТА

В отличие от школьных программ, оценка результатов для аудитории 16-35 лет строится на принципах андрагогики и практико-ориентированности. Контроль направлен не на репродуктивное запоминание, а на умение применять знания в реальных жизненных и профессиональных контекстах.

Основные формы контроля и аттестации:

- индивидуальное беседы с куратором по итогам учебных периодов (при необходимости – промежуточные);

- контрольные срезы по предметным модулям (в течение учебного года и итоговые);
- на уровне педагогического коллектива подведение итогов осуществляется на итоговых встречах педагогов, где рассматриваются и обобщаются достижения каждого обучающегося, а также согласовываются педагогические задачи дальнейшего взаимодействия.

Организационно-педагогические принципы построения программы:

Программа строится по модульному принципу, что позволяет делать набор подпрограмм с ориентацией на конкретные целевые группы. Они выделяются по следующим основаниям: актуальные жизненные задачи, специфика проблем, связанных с личностно-социальной адаптацией. Вариативность каждого модуля предполагает возможность разработки Индивидуальной образовательной программы для каждого из обучающихся, учитывающей его уникальную жизненную ситуацию и работающей на его запрос, что повышает эффективность реабилитационных и образовательных результатов. Педагогам рекомендуется после диагностики входного уровня группы составлять индивидуальный маршрут занятий основанный на поставленных целях и задачах и опирающийся на предложенный тематический план.

Программа является одновременно диагностической и формирующей образовательной деятельностью, направленной на понимание и преобразование конкретных проблем обучающегося.

В структуре педагогической деятельности, сопровождающей каждую из подпрограмм, предусмотрена индивидуальная и групповая педагогическая поддержка.

5. УЧЕБНЫЙ ПЛАН (1 ГОД)

№ п/п	Предмет	Количество часов в неделю	Количество часов всего за год
1	Русский язык	4	144
2	Анализ текста	2	72

3	Я и мир	2	72
4	Литература	2	72
5	Английский язык	4	144
6	Математика	4	144
7	Я думаю	2	72
	Итого за год		**720**