ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
КАПУСТИН ИЛЬЯ АЛЕКСЕЕВИЧ

УТВЕРЖДАЮ
ИП КАПУСТИН И.А.


_____ И.А. КАПУСТИН

«28» сентября 2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА – ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«БЛОГЕР С НУЛЯ»
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ

Срок реализации: 5 недель
Количество часов: 49 часов
Возраст обучающихся: от 16 лет

Составил: Капустин И.А.

г. Санкт-Петербург, 2026 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА 3
2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН 10
3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК 15
4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 18
5. МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ 21

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Основные характеристики дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Тренерское дело»

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Блогер с нуля» (далее – Программа) разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

Федеральный закон от 27 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Постановление Правительства Российской Федерации от 11 октября 2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Постановление Правительства Российской Федерации от 15 сентября 2020 г. № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Минтруда России от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Методические рекомендации Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 по проектированию дополнительных общеразвивающих программ;

Распоряжение Комитета по образованию от 25 августа 2022 г. № 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, за исключением дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта (спортивно оздоровительного этапа), реализуемых организациями,

осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт Петербурга»;

иные нормативно-правовые акты Российской Федерации, а также локальные акты ИП Капустина И.А.

Направленность Программы

Программа имеет **социально-гуманитарную направленность**, что определяет её предметно-тематическое содержание – формирование компетенций в области управления продажами, работы с персоналом и построения бизнес-процессов.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности, обеспечивает развитие социально-личностных и профессионально-прикладных компетенций обучающихся, включая навыки самоорганизации, технологического планирования, творческой самореализации. Данный уровень характеризуется минимальной сложностью содержания, краткосрочностью освоения и ориентирован на формирование первичных знаний, умений и навыков в области продаж, а также на мотивацию к дальнейшему обучению. Выбор уровня обусловлен возрастными и индивидуальными особенностями целевой аудитории, отсутствием требований к предварительной подготовке.

Актуальность реализации Программы

Актуальность разработки Программы обусловлена техническим прогрессом, повсеместным распространением информационных технологий и потребностью граждан работать, развиваться и путешествовать. Программа ориентирована не только на совершеннолетних лиц, занимающихся предпринимательской и (или) иной экономической деятельностью, но и на несовершеннолетних лиц старше 16 лет для их ранней профессиональной ориентации и развития в экономической сфере.

Адресат Программы

Содержание Программы направлено на профессиональную ориентацию **лиц, достигших возраста 16 лет** и желающих развивать свой блог для его дальнейшей монетизации.

На обучение по Программе принимаются все желающие в возрасте от 16 лет без предъявления требований к наличию специальных способностей

и специальной подготовки.

В связи с заочной формой обучения **группы могут формироваться** как по возрастному принципу, так и по принципу открытого набора (разновозрастные группы). Допускается формирование групп переменного состава. Наполняемость групп не ограничивается.

Уровень, объем и срок освоения Программы

Программа **вводного уровня освоения** в объеме 62 академических часа может быть освоена обучающимися **в течение 3 месяцев (12 учебных недель)** и направлена на:

формирование и развитие творческих способностей обучающихся в области ведения социальных сетей;

выработку практических навыков по созданию контента;

формирование системного представления о создании контента;

формирование общей культуры обучающихся и удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном совершенствовании средствами познания;

эффективную организацию свободного времени обучающихся посредством освоения образовательных технологий, представленных в Программе.

Отличительные особенности Программы, цель, задачи и планируемые результаты ее освоения

Новизна программы заключается не в отдельных уроках (съемка, монтаж, коллаборации), а в их жесткой логической последовательности, где результат каждого этапа становится фундаментом для следующего:

Сначала — внутренняя проработка (миссия, мотивация, страх).

Затем — техническая упаковка (профиль, контент-план).

Потом — инструменты роста (рилс).

И только затем — монетизация (коллаборации, запуск продуктов).

Отличительными особенностями данной Программы являются **комплексный подход к подготовке, прикладная направленность обучения,** а также ее **реализация в дистанционном формате с использованием интерактивных технологий**. Программа имеет модульную структуру: каждый модуль представляет собой логически завершённый блок, включающий теоретический материал и практические

задания, а также в Программе сделан акцент на самоконтроль и формирование навыков самостоятельной работы.

Цель Программы – формирование у обучающихся базовых компетенций по созданию вирусного контента средствами дистанционного обучения.

Выделяются **три вида задач по Программе.**

Обучающие:

сформировать у обучающихся знания о способах создания контента;

обучить слушателей технологиям создания контента;

познакомить обучающихся с различными приложениями, которые помогают монтировать контент;

обучить слушателей принципам постановки планов, мотивации и декомпозиции целей;

сформировать у обучающихся навыки самоконтроля и самооценки.

Развивающие:

развить у обучающихся аналитическое мышление и навыки работы с различными приложениями;

развить у слушателей коммуникативные и управленческие способности;

сформировать у слушателей навыки планирования, самоорганизации и рефлексии в процессе самостоятельной работы.

Воспитательные:

воспитывать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в саморазвитии;

развивать коммуникативные качества обучающихся, их умение работать с обратной связью и конструктивно оценивать собственные результаты.

Организационно-педагогические условия реализации Программы

Язык реализации Программы

Образовательная деятельность по Программе осуществляется на государственном языке Российской Федерации – **русском языке**.

Форма обучения

Программа рассчитана на 4 месяца (14 учебных недель) и включает 10 тематических модулей. Каждый модуль представляет собой логически завершенный блок теоретической информации и практических заданий, осваиваемый **в заочной форме с применением дистанционных образовательных технологий**.

Особенности реализации Программы

Реализация Программы осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. **Образовательный процесс организован** в электронной информационно-образовательной среде, обеспечивающей опосредованное (на расстоянии) взаимодействие педагога с обучающимися, доступ к учебным материалам, выполнение заданий и текущий контроль успеваемости без непосредственного контакта с педагогическим работником.

Условия набора на Программу и формирования групп

На обучение по Программе принимаются все желающие без предъявления требований к уровню образования и наличию специальных способностей.

В связи с заочной формой обучения **группы могут формироваться** как по возрастному принципу, так и по принципу открытого набора (разновозрастные группы). Допускается формирование групп переменного состава. Наполняемость групп не ограничивается.

Формы организации и проведения занятий по Программе

Образовательный процесс по Программе **организуется** преимущественно в асинхронном формате **с использованием следующих форм:**

видеоуроки (лекционные материалы с визуализацией);

текстовые уроки (конспекты, схемы, алгоритмы);

практико-ориентированные задания;

онлайн-консультации (синхронный формат, проводимые по запросу обучающихся).

Режим занятий определяется в соответствии с учебным планом и предполагает последовательное освоение содержательных разделов в заданном темпе с возможностью индивидуальной корректировки в рамках дистанционного формата.

Обучение осуществляется круглосуточно в любое удобное время в

пределах учебного периода.

Занятия в рамках освоения Программы **могут быть организованы по группам** (в случае прослушивания лекции в режиме реального времени, проведения групповой онлайн-консультации) **или индивидуально** (во всех остальных случаях).

Материально-техническое оснащение Программы

ИП Капустин И.А. располагает материально-технической базой, которая обеспечивает проведение педагогическими работниками всех форм организации и проведения занятий по Программе, предусмотренных учебным планом:

ноутбук Apple MacBook Air 13 (M3, 8C CPU/10C GPU, 2024), 16 ГБ, 512 ГБ SSD, Starlight (со строенной видеокамерой и микрофоном);

программа для ЭВМ «Геткурс 2.0» и система дистанционного обучения: образовательная платформа сервиса GetCourse в сети Интернет;

сайт в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» с доступом в личный кабинет.

Учебно-методическое обеспечение Программы состоит в наличии банка видеоуроков по темам Программы; банка текстовых материалов (конспекты, методические разработки, памятки, схемы); контрольно-измерительных материалов (тесты, задания, кейсы) в электронной форме; списка рекомендуемой литературы и интернет-источников.

Программа обеспечена следующими электронными учебно-методическими комплексами, размещенными в электронной библиотечной системе «Elibrary», доступ к которой имеют педагогические работники и обучающиеся.

Педагогические работники и обучающиеся обеспечиваются доступом к полной и достоверной информации о ходе учебного процесса, результатах благодаря автоматическому фиксированию указанных позиций в информационной среде.

Обучающиеся выполняют задания, предусмотренные образовательной Программой, при необходимости имеют возможность обратиться к педагогическому работнику в рамках индивидуальной консультации за помощью.

Для освоения Программы обучающемуся необходимо иметь:

персональное электронно-цифровое устройство для доступа к платформе (персональный компьютер, планшет, мобильное устройство и др.) с одной из операционных систем: MS Windows, MacOS, Android, iOS, Linux;

установленный на персональном электронно-цифровом устройстве современный веб-браузер для доступа в Интернет актуальной версии:

Google Chrome, Mozilla Firefox, Microsoft Edge, Safari (для MacOS), Яндекс.Браузер, Opera актуальной версии, Internet Explorer версии 9 и выше;

рекомендованная входящая/исходящая скорость соединения с сетью Интернет – от 256 кбит/с.

Кадровое обеспечение Программы

Реализация Программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий осуществляется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлениям, соответствующим направленности Программы) общеобразовательных программ, реализуемых организацией, осуществляющей образовательную деятельность) и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в профессиональном стандарте.

2. Учебный план

№ п/п	Название учебных модулей/разделов/тем	Всего часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика (самостоятельная работа)	
Модуль 1. Старт: с чего начать вести блог, даже если кажется, что уже поздно					
1	Приветствие и организационные вопросы	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
2	Блогинг в России 2026: что происходит на самом деле	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
3	Как мы будем работать на курсе	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
4	Анкета: ваша Точка А	1	0	1	Текущий контроль (самоконтроль)
5	Зачем вести блог и о чем говорить: как найти свою тему	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
6	Карта платформ 2026: Вконтакте, Телеграм, MAX, Дзен и другие	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
7	Профиль, который цепляет: настройка за один вечер	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
8	Информация о грантах	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)

9	Итоговое задание: «Старт»	1	0	1	
Модуль 2. Блог: первый контент и первые подписчики					
1	Введение во 2 модуль	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
2	Первый пост и первые подписчики	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
3	Как писать посты: типы и формулы	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
4	Снимай прямо сейчас: секреты мобильной съемки	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
5	Практикум по съемке видео	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
6	Вовлекающие истории как часть контента	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
7	Итоговое задание: «Первый контент и первые подписчики»	1	0	1	
Модуль 3. Работаем с блогом как с системой					
1	Контент-система: рубрики, план и место для жизни	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
2	Что важно в блоге: учимся понимать аналитику	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
3	Один пост – несколько площадок: без лишней работы	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)

4	Итоговое задание «Контент-план»	1	0	1	
Модуль 4. ИИ как инструмент для ведения блога					
1	Знакомство с ChatGPT: первые шаги и правильные запросы	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
2	Бонусный гайд: голосовые заметки и свой стиль в ChatGPT	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
3	Эффективное создание контента с ChatGPT	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
4	Как создать персонального ИИ-помощника для блогера	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
Модуль 5. Инструменты роста блога					
1	Как растет блог: все способы наращивания аудитории	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
2	Как выйти на новую аудиторию без бюджета	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
3	Как удержать и вовлекать подписчиков	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
4	Когда стоит закупать рекламу	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
5	Итоговое задание модуля: «инструменты роста блога»	1	0	1	
Модуль 6. Монетизация блога по правилам и финал курса					

1	Как зарабатывать с FitStars: механика нативных продаж	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
2	Как искать рекламодателей и что им показать	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
3	Маркировка, реестр и оформление – минимум который нужно знать	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
4	Как развиваться дальше и не бросить	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
5	Итоговое задание	1	0	1	Текущий контроль (самоконтроль)
6	Итоговое тестирование	1	0	1	Текущий контроль (самоконтроль)
7	Анкета по итогам курса	1	0	1	Текущий контроль (самоконтроль)
8	Доступ к платформе FitStars	1	0	1	Текущий контроль (самоконтроль)
Модуль 7. Библиотека опыта от амбассадоров					
1	Про библиотеку	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
2	Как не сдаться и получить 10К+ аудитории	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
3	Как три раза поменять нишу и не потерять аудиторию	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)

4	Как начать с нуля дважды	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
5	Как набрать 127к в Дзене без видео и нейросетей	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
6	Как вести блог без напряжения	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
7	Как стать первым в нише и вырасти до 3.5 млн без вложений	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
8	Threads (тредс)	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
9	Pinterest	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
10	TikTok	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
Модуль 8. Эфиры с психологом					
1	Страх проявления и страх осуждения	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
2	Как не выгорать, вести блог в удовольствие и преодолеть страх продаж	1	1	0	Текущий контроль (самоконтроль)
ИТОГО:		**49**	**40**	**9**	

3. Календарный учебный график

УТВЕРЖДЕН
ИП КАПУСТИН И.А.
Приказ № 1 от «28» сентября 2026 г.
_____ И.А. КАПУСТИН

«28» сентября 2026 г.

Календарный учебный график реализации
дополнительной общеразвивающей программы
«Блогер с нуля»
***в рамках одного года обучения**

Неделя обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 неделя	С момента зачисления на Программу	С момента завершения обучения по модулю № 1 Программы	6	9 академических часов	Учебный процесс в рамках одной учебной недели продолжается в течение шести учебных дней. В течение одного учебного дня проводится одно учебное занятие, продолжительность которого составляет один или два академических часа.

					Продолжительность одного академического часа составляет сорок пять минут. Форма занятий определяется Рабочей программой.
2 неделя	С момента завершения 1 недели обучения по Программе	С момента завершения обучения по модулю № 3 Программы	6	11 академических часов	Учебный процесс в рамках одной учебной недели продолжается в течение пяти учебных дней. В течение одного учебного дня проводится одно учебное занятие, продолжительность которого составляет один или два академических часа. Продолжительность одного академического часа составляет сорок пять минут. Форма занятий определяется Рабочей программой.
3 неделя	С момента завершения 2 недели обучения по Программе	С момента завершения обучения по модулю № 5 Программы	6	9 академических часа	Учебный процесс в рамках одной учебной недели продолжается в течение шести учебных дней. В течение одного учебного дня проводится одно учебное занятие, продолжительность которого составляет один или два академических часа. Продолжительность одного академического часа составляет сорок пять минут. Форма занятий определяется Рабочей программой.
4 неделя	С момента	С момента	6	8	Учебный процесс в рамках одной

	завершения 3 недели обучения по Программе	завершения обучения по модулю № 6 Программы		академических часов	учебной недели продолжается в течение шести учебных дней. В течение одного учебного дня проводится одно учебное занятие, продолжительность которого составляет один или два академических часа. Продолжительность одного академического часа составляет сорок пять минут. Форма занятий определяется Рабочей программой.
5 неделя	С момента завершения 4 недели обучения по Программе	С момента завершения обучения по модулю № 8 Программы	6	12 академических часов	Учебный процесс в рамках одной учебной недели продолжается в течение шести учебных дней. В течение одного учебного дня проводится одно учебное занятие, продолжительность которого составляет один или два академических часа. Продолжительность одного академического часа составляет сорок пять минут. Форма занятий определяется Рабочей программой.

* - в рамках одного года обучение организовано в течение 5 недель

4. Рабочая программа

Особенности организации образовательного процесса одного года обучения

Образовательный процесс организуется в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком.

Форма обучения: заочная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Режим занятий: освоение программы осуществляется в асинхронном режиме. Обучающимся предоставляется доступ к электронной информационно-образовательной среде, содержащей видеоуроки, текстовые материалы, банк заданий для самостоятельной работы.

Продолжительность одного учебного года составляет 1,5 месяца (5 учебных недель). В рамках учебного года Программой предусмотрено освоение 8 модулей.

Формы организации занятий: видеоуроки, текстовые уроки, выполнение практических заданий с последующей отправкой на проверку, онлайн-консультации (по запросу), тестирование.

Входной контроль: не предусмотрен (набор свободный). Текущий контроль осуществляется в рамках каждого модуля (самоконтроль по итогам выполнения заданий).

Задачи одного года обучения – общие задачи, определенные в разделе «Пояснительная записка»:

Достижение Цели Программы обеспечивается через интеграцию образовательных задач, направленных на развитие творческих способностей обучающихся, формирование общей культуры, а также создание условий для профессионального самоопределения и поддержки талантливых обучающихся.

Выделяются три вида задач по Программе.

Обучающие:

сформировать у обучающихся знания о способах создания контента;

обучить слушателей технологиям создания контента;

познакомить обучающихся с различными приложениями, которые помогают монтировать контент;

обучить слушателей принципам постановки планов, мотивации и декомпозиции целей;

сформировать у обучающихся навыки самоконтроля и самооценки.

Развивающие:

развить у обучающихся аналитическое мышление и навыки работы с различными приложениями;

развить у слушателей коммуникативные и управленческие способности;

сформировать у слушателей навыки планирования, самоорганизации и рефлексии в процессе самостоятельной работы.

Воспитательные:

воспитывать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в саморазвитии;

формировать у слушателей ответственность за выполнение планов продаж и работу команды;

воспитывать у обучающихся ценностное отношение к клиентоориентированности и результативности;

развивать их лидерские качества и умение работать в команде;

развивать коммуникативные качества обучающихся, их умение работать с обратной связью и конструктивно оценивать собственные результаты.

Содержание обучения по модулям Программы

Модуль 1. Старт: с чего начать вести блог, даже если кажется, что уже поздно **(1 час)**

Теория (8 часов):

Приветствие и организационные вопросы; блогинг в России 2026: что происходит на самом деле; как мы будем работать на курсе; анкета: ваша Точка А; зачем вести блог и о чем говорить: как найти свою тему; карта платформ 2026: Вконтакте, Телеграм, MAX, Дзен и другие; профиль, который цепляет: настройка за один вечер; информация о грантах.

Практика (1 час):

итоговое задание.

Форма контроля: самоконтроль.

Модуль 2. Блог: первый контент и первые подписчики (4 часа)

Теория (6 часов):

Введение во 2 модуль; первый пост и первые подписчики; как писать посты: типы и формулы; снимай прямо сейчас: секреты мобильной съемки; практикум по съемке видео; вовлекающие истории как часть контента.

Практика (1 час):

Итоговое задание.

Форма контроля: самоконтроль.

Модуль 3. Работаем с блогом как с системой

Теория (3 часа)

Контент-система: рубрики, план и место для жизни; что важно в блоге: учимся понимать аналитику; один пост – несколько площадок: без лишней работы.

Практика (1 час):

Итоговое задание

Модуль 4. ИИ как инструмент для ведения блога (23 часа)

Теория (4 часа):

Знакомство с ChatGPT: первые шаги и правильные запросы

Бонусный гайд: голосовые заметки и свой стиль в ChatGPT

Эффективное создание контента с ChatGPT

Как создать персонального ИИ-помощника для блогера

Модуль 5. Инструменты роста блога (23 часа)

Теория (4 часа):

Как растет блог: все способы наращивания аудитории; как выйти на новую аудиторию без бюджета; как удержать и вовлекать подписчиков; когда стоит закупать рекламу.

Практика (1 час):

Итоговое задание.

Модуль 6. Монетизация блога по правилам и финал курса (14 часов)

Теория (4 часа):

Как зарабатывать с FitStars: механика нативных продаж; как искать рекламодателей и что им показать; маркировка, реестр и оформление – минимум который нужно знать; как развиваться дальше и не бросить

Практика (4 часа).

Итоговое задание, анкета, доступ к платформе.

Форма контроля: самоконтроль, итоговое тестирование.

Модуль 7. Библиотека опыта от амбассадоров (23 часа)

Теория (10 часов):

Про библиотеку; как не сдаться и получить 10К+ аудитории; как три раза поменять нишу и не потерять аудиторию; как начать с нуля дважды; как набрать 127к в Дзене без видео и нейросетей; как вести блог без напряжения; как стать первым в нише и вырасти до 3.5 млн без вложений; Threads (тредс); Pinterest; TikTok.

Форма контроля: самоконтроль.

Модуль 8. Эфиры с психологом (2 часа)

Теория (2 часа):

Страх проявления и страх осуждения

Как не выгорать, вести блог в удовольствие и преодолеть страх продаж.

Форма контроля: самоконтроль.

Планируемые результаты освоения Программы выражаются в знаниях, умениях и навыках, сформированных у обучающихся по итогам ее освоения.

Обучающийся будет знать:

способы создания контента;

технологии создания контента;

различные приложения, которые помогают монтировать контент;

принципы постановки планов, мотивации и декомпозиции целей.

Обучающийся будет уметь:

создавать контент для блога;

использовать различные приложения для создания контента;

составлять контент-план.

Метапредметные результаты

Обучающийся научится:

самостоятельно планировать свою учебную деятельность и управлять временем в условиях заочного обучения;

работать с информацией: анализировать видеоуроки, текстовые материалы, выделять главное;

использовать информационно-коммуникационные технологии для выполнения заданий, видеофиксации и обратной связи;

анализировать и корректировать собственную деятельность на основе обратной связи;

взаимодействовать с педагогом и другими обучающимися в электронной среде.

Личностные результаты

У обучающегося будут сформированы:

ответственное отношение к работе;

дисциплинированность, трудолюбие, настойчивость в достижении целей;

профессиональная этика, доброжелательность, уважение к личности;

понимание границ профессиональной компетенции и важности непрерывного образования.

5. Методические и оценочные материалы

Реализация Программы строится на основе современных

педагогических, информационно-коммуникационных и дистанционных технологий, обеспечивающих эффективное решение обучающих, развивающих и воспитательных задач в условиях заочного обучения.

Используемые практики, технологии и методы обучения

В образовательном процессе по Программе используются современные педагогические, информационно-коммуникационные и дистанционные технологии, обеспечивающие эффективное решение обучающих, развивающих и воспитательных задач в условиях заочного обучения с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Основные технологии и методы обучения:

Модульное обучение

Программа разделена на 8 модулей, обеспечивает системность и последовательность освоения материала.

Проблемное обучение

Разбор ситуационных задач из практики. Развивает аналитическое мышление и профессиональные компетенции.

Видеоуроки

Основная форма подачи теоретического материала с демонстрацией и предоставлением примеров и образцов.

Текстовые уроки

Сопровождают видеоуроки, содержат структурированную информацию, схемы, алгоритмы действий.

Асинхронное обучение

Основной режим работы: обучающиеся осваивают материал в удобное время в индивидуальном темпе.

Синхронные онлайн-консультации

Проводятся по запросу или согласно расписанию для группового обсуждения сложных тем.

Индивидуальные консультации

Персональные рекомендации, разбор ошибок.

Дидактические средства представлены **учебно-методическим комплексом**, включающим:

серии видеоуроков по всем модулям программы;

конспекты, презентации, памятки, алгоритмы, глоссарий по каждому модулю;

комплекты практических заданий (аналитические, творческие, кейсы, расчетные задачи) для самостоятельной работы;

тесты для самоконтроля (с автоматической проверкой).

Программа обеспечена следующими учебными изданиями,

размещенными в электронной библиотечной системе «Elibrary», доступ к которой имеют педагогические работники, обучающиеся и (или) законные представители несовершеннолетних обучающихся:

Богачева Л.А., Седова Т.Н., Снеткова Е.П. Боль в спине: клиника, патогенез. // Врач. 1996. № 12.

Галушко ЕА, Насонов ЕЛ. Распространенность ревматических заболеваний в России. Альманах клинической медицины. 2018.

Здравоохранение в России. 2017: Статистический сборник. Москва: Росстат. 2017.

Иваничев Г.А. Болезненные мышечные уплотнения. Казань., 1990.

Макарова И.Н., Епифанов В.А. «Аутомиокоррекция». М.: «Триада-Х», 2002.

Макарова И.Н., Моисеева И.В. Применение массажа и лечебной гимнастики при болях в спине. / Материалы 3-го Российского научного форума РеаСпоМед 2003. Москва, 2003.

Макарова И.Н., Филина В.В. Лечебный классический массаж (Приемы, планы массажа отдельных частей тела). Изд. 2-е, испр. и допол. Москва, «Триада-Х», 2006.

Насонов ЕЛ, редактор. Российские клинические рекомендации. Ревматология. Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2017.

Интернет-источники

Название ресурса	Адрес (URL)
Официальный сайт со сведениями о Программе	bloggerboost.ru

Оценочные материалы
Формы, порядок и периодичность контроля

Вид контроля	Формы	Периодичность
Текущий контроль	Практические задания, тесты для самоконтроля	В некоторых модулях

Личностные и метапредметные результаты отслеживаются через педагогическое наблюдение, самооценку обучающихся.

По итогам успешного освоения Программы обучающимся выдается сертификат.