

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа функциональной грамотности» имеет социально-гуманитарную направленность, является краткосрочной, предназначена для реализации в каникулярное время.

Главное направление работы педагога сегодня - обеспечить любому ребенку тот уровень развития, который позволит ему быть успешным в течение всей жизни. Поэтому задача развития гибких навыков - критического мышления, умения изменяться, подстраиваться, ориентироваться в современном мире, умения работать в команде, креативности, особенно актуальна в нашем быстро меняющемся мире.

Развитие невозможно без функциональной грамотности. Н.В. Виноградова пишет: «Функциональная грамотность сегодня – это базовое образование личности. Ребёнок должен обладать: готовностью успешно взаимодействовать с изменяющимся окружающим миром, возможностью решать различные (в том числе нестандартные) учебные и жизненные задачи, способностью строить социальные отношения, совокупностью рефлексивных умений, обеспечивающих оценку своей грамотности, стремление к дальнейшему образованию».

Основными составляющими функциональной грамотности являются способность человека действовать в современном обществе, решать различные задачи, используя при этом определённые знания, умения и компетенции. Содержание программы направлено на развитие коммуникативной компетенции учащихся, умения общаться друг с другом в форме диалога, договариваться, находить компромиссы, в том числе и в вопросах межкультурных (кросскультурных) взаимоотношений.

Новизна программы заключается в том, что она способствует выстраиванию единой линии развития личностных, коммуникативных и социальных компетенций со всеми учащимися Центра.

Цель: формирование основ функциональной грамотности учащихся центра через развитие мягких компетенций

Задачи:

Личностные:

- формирование навыков эффективного общения, конструктивного поведения, самодисциплины, саморегуляции, самоконтроля, в том числе распознавание своих эмоций и управление ими;
- формирование позитивной ценностной установки на здоровый образ жизни, потребности заниматься творчеством и физической культурой.
- развитие критического мышления, креативности, волевых качеств личности.

Предметные:

- формирование начальных представлений об эмоциях, их выражении, понимании своих чувств и чувств окружающих людей;
- систематизация знаний о правилах и алгоритмах поведения в возможных жизненных ситуациях;
- формирование системы знаний о нормах поведения в обществе и желания придерживаться этих норм.

Метапредметные:

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, в том числе и кросскультурных коммуникаций;
- умение работать в команде;
- умение соблюдать нормы поведения;
- формирование способности сравнивать, анализировать, обобщать и переносить информацию с одного вида деятельности на другой;
- формирование позитивной ценностной установки на здоровый образ жизни;
- формирование навыков противостояния негативным факторам социальной сферы, развитие волевых качеств личности.

Срок реализации программы – 10 часов.

Формы обучения и виды занятий: очная, групповая.

Режим занятий: продолжительность одной темы занятия – 2 академических часа (по 45 минут с 10 минутным перерывом на перемену).

Программа состоит из трех модулей: «Навстречу приключениям», для детей младшего школьного возраста, «Золотая середина», для детей среднего школьного возраста и «Успех внутри нас» для детей старшего школьного возраста.

Модуль «Навстречу приключениям» большое путешествие, во время которого ребята расширяют свой эмоциональный кругозор, учатся распознавать свои и чужие эмоции, управлять своими эмоциями.

Модуль «Золотая середина» построен как игра-квест, где учащиеся, решая определенные задачи, загадки учатся работать в коллективе, слышать и слушать, добиваться поставленной цели.

Модуль «Успех внутри нас» состоит из тренингов и нескольких адаптированных игр: конкурс веселых и находчивых, «Кто хочет стать миллионером» и заканчивается дебатами. Участвуя в предложенных играх, подростки учатся адаптироваться, меняться, действовать в условиях частичной неопределенности, взаимодействовать в разных форматах и на различных уровнях, применяя и развивая свои мягкие компетенции.

Количество учащихся в группе 12-15 человек.

Адресат программы. Программа предназначена для детей в возрасте от 7 до 17 лет.

Краткосрочная программа «Школа функциональной грамотности» является пропедевтической (вводной) и предполагается, в дальнейшем, разработка к ней нескольких других модулей, направленных на формирование у учащихся функциональной грамотности и развитие гибких навыков.

Отличительной чертой программы являются:

- включение всех учащихся Центра в образовательный процесс по программе «Школа функциональной грамотности»;
- вариативность тем и содержания занятий для различных возрастных групп учащихся;
- нацеленность на достижение конкретных результатов, актуальных для учащихся;
- направленность на формирование ценностей здорового образа жизни и развитие групповых норм противостояния негативному влиянию, соответствующих возрасту и индивидуальному опыту учащихся;
- применение активных методов обучения (моделирования ситуаций, ролевых игр, дискуссий, диспутов, «мозговых штурмов» и др.), направленных на выработку позитивных жизненных навыков;
- использование педагогических приёмов, направленных на формирование социально одобряемых норм поведения, на взаимное положительное влияние учащихся друг на друга;
- проведение диагностических тестов по реализации программы и мониторинга результативности реализации программы всеми участниками образовательного процесса.

Ожидаемый результат:

Личностные:

- сформированность основ конструктивного общения и поведения, самоконтроля, саморегуляции, самодисциплины, в том числе умения распознавать свои эмоции и управлять ими;
- сформированность позитивной ценностной установки на здоровый образ жизни, потребности заниматься творчеством и физической культурой;
- развитие критического мышления, креативности, волевых качеств личности.

Предметные:

- системность знаний о правилах и алгоритмах поведения в возможных жизненных ситуациях;

- сформированность основ знаний о нормах поведения в обществе и желания придерживаться этих норм.

Метапредметные:

- сформированность основ коммуникативной компетентности;
- сформированность умений сравнивать, анализировать, обобщать и переносить информацию с одного вида деятельности на другой;
- расширение эмоционального кругозора, осознанное управление своими эмоциями;
- сформированность установки на здоровый образ жизни.

Учебный план

№	Название модуля	Всего часов	Практическая работа, часов	Формы контроля/ аттестация
1	Модуль - «Навстречу приключениям» (возраст - 7 - 10 лет)	10	10	Текущий контроль Промежуточная аттестация
	Итого	10	10	
2	Модуль – «Золотая середина» (возраст - 11 - 14 лет)			Текущий контроль Промежуточная аттестация
	Итого:	10	10	
3	Модуль – «Успех внутри нас» (возраст - 15 - 17 лет)	10	10	Текущий контроль Итоговая аттестация
	Итого	10	10	

Модуль

общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа функциональной грамотности» «Навстречу приключениям»

Модуль «Навстречу приключениям» общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа функциональной грамотности» рассчитан на детей 7-10 лет.

Цикл занятий модуля «Золотая середина» направлен на развитие эмоциональной сферы, развитие рефлексии чувств, на формирование у детей стремления преодолевать жизненные трудности, справляться со стрессом без применения отклоняющихся форм поведения.

Используемые методы обучения: игра, рисование, элементы сказкотерапии, групповое обсуждение, мозговой штурм, интерактивные игры и разминки.

Занятия модуля построены как большое путешествие-сказка, где всех участников ждут игры и приключения. Учащиеся создают специальную команду для выполнения сложного и ответственного задания.

Цель – формирование основ функциональной грамотности учащихся центра через развитие мягких компетенций

Задачи:

Личностные:

- развитие способности понимать и сопереживать чувствам других людей;
- воспитание понимания ценности здоровья, потребности быть здоровыми и красивыми;
- развитие внимания, памяти, мышления, логики, устной речи;
- формирование умения сочетать индивидуальную работу с коллективной.

Предметные:

- формирование начальных представлений об эмоциях, их выражении, понимании своих чувств и чувств окружающих людей;
- формирование и развитие навыка сотрудничества и совместной деятельности в группе;
- применение полученных знаний на практике.

Метапредметные:

- формирование умения с помощью педагога ставить цели и задачи;
- формирование умения с помощью педагога соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- формирование умения с помощью педагога оценивать результат своих действий на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- формирование коммуникативных навыков.

Планируемые результаты обучения:

Личностные:

- уметь распознавать свои эмоции;
- соблюдать нормы и правила поведения при выполнении практических и игровых заданий;
- уметь сочетать на занятиях индивидуальную работу с коллективной.

Предметные:

- иметь начальные представления об эмоциях, их проявлениях;
- иметь представления о понятии цель и путях ее достижения;
- уметь высказывать свою точку зрения, слушать и понимать точку зрения собеседника, корректно вести диалог;
- знать правила поведения в группе и правила совместной работы;
- владеть способами взаимодействия в группе, умениями искать компромиссы; (или владеть способами совместной деятельности в группе);
- уметь применять полученные знания на практике.

Метапредметные:

- уметь с помощью педагога ставить цели и задачи;
- уметь с помощью педагога соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- уметь оценивать результат своих действий на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- уметь адекватно общаться со взрослыми и сверстниками, работать в коллективе, в группе.

Учебный план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов		Формы контроля/ аттестации
		Всего	Практическая работа	
1	Знакомство с городом Чувств	2	2	Текущий контроль
2	Поляна Страх и Тревоги	2	2	Текущий контроль
3	Водоворот Обиды и Злости. Море злости. Рифы Гнева.	2	2	Текущий контроль
4	Пустыня Грусти. Пески Забвения.	2	2	Текущий контроль
5	Храм Радости. Источник жизненных сил	2	2	Текущий контроль Промежуточная аттестация
	Итого:	10	10	

Содержание модуля «Навстречу приключениям»

1. Знакомство с городом Чувств.

Тесты (см. приложение №3). Правила поведения во время занятий. Правила работы в команде, распределение ролей. Постройка «воздушного шара». Игра-разминка «Ура!». Упражнение «Морские имена». Упражнение «Клубок». Выработка устава (правил). Игры-испытания. Игра «Болото». Игра «Путаница». Домашнее задание - выбор должностей на корабле. (см. приложение №5, Занятие №1)

Форма контроля: тестирование, наблюдение.

2. Поляна Страха и Тревоги.

Игра «На что похоже мое настроение». Игра «Угадайка». Выбор должностей. Эмоции страха, тревога. Вред и польза. Способы справиться со страхом и тревогой. «Написание списка страхов». Упражнение на преодоление страхов. (см. приложение №5, Занятие №2)

Форма контроля: наблюдение.

3. Водоворот Обиды и Злости. Море злости. Рифы Гнева.

Упражнения: «Мне обидно, когда ...». Обсуждение-игра «на что похожа обида». Этапы избавления от обиды. Причины поведения обидчика. Упражнение «Мусорное ведро». Упражнение «Волчок». Упражнение «Подарок». Обсуждение «Что такое злость?». Упражнение-игра «Толкалки». Игра «Перетягивание». Игра «Кричалка». (см. приложение №5, Занятие №3).

Форма контроля: наблюдение.

4. Пустыня Грусти. Пески Забвения.

Грусть. Обсуждение «Мне бывает грустно, когда...». Проявление грусти – вербальное, невербальное. Упражнение «Рисунок грусти». Рисунок «Что мне поднимает настроение». Игра «Цветок». (см. приложение №5, Занятие №4)

Форма контроля: наблюдение.

5. Храм Радости. Источник жизненных сил.

Здоровье это важно. Тесты (см. приложение №3). Рассказ о своих хороших и плохих качествах. Упражнение «Дерево». Упражнение «Лабиринт». (см. приложение №5, Занятие №5)

Форма контроля: наблюдение, тестирование

Модуль общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа функциональной грамотности» «Золотая середина»

Модуль «Золотая середина» общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа функциональной грамотности» рассчитан на детей 11-14 лет.

Цикл занятий модуля «Золотая середина» построен как игра-квест, где всех участников ждут загадки, испытания и приключения. Учащимся среднего школьного возраста наиболее близко стремление раскрывать тайны, преодолевать препятствия. Учащиеся, выполняя различные упражнения и задания, учатся оценивать свои и чужие эмоции, контролировать свои эмоции, работать в команде достигая поставленной цели, решать задачи, логично выражать свои мысли, адекватно оценивать себя и сверстников.

Цель – формирование основ функциональной грамотности учащихся центра через развитие мягких компетенций

Задачи:

Личностные:

- развитие способности понимать и сопереживать чувствам других людей;
- воспитание понимания ценности здоровья, потребности быть здоровыми и красивыми;
- развитие внимания, памяти, креативного мышления, логики, устной речи;
- формирование умения сочетать индивидуальную работу с коллективной.

Предметные:

- продолжить формирование начальных представлений об эмоциях, их выражении, понимании своих чувств и чувств окружающих людей;
- продолжить формирование и развитие навыка сотрудничества и совместной деятельности в группе;
- научить применять полученные знания на практике.

Метапредметные:

- формирование умения с помощью педагога ставить цели и задачи;
- формирование умения с помощью педагога соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- формирование умения с помощью педагога оценивать результат своих действий на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- формирование коммуникативных навыков.

Планируемые результаты обучения:

Личностные:

- уметь распознавать свои и чужие эмоции;
- участвовать в процессе выработки новых идей, направленных на получение эффективных решений;
- принимать нормы и правила поведения при выполнении практических и игровых заданий;
- уметь сочетать на занятиях индивидуальную работу с коллективной.

Предметные:

- иметь представления об эмоциях, их проявлениях;
- иметь представления о понятии цель и путей ее достижения;
- уметь высказывать свою точку зрения, слушать и понимать точку зрения собеседника, корректно вести диалог;
- знать правила поведения в группе и правила совместной работы;
- владеть способами взаимодействия в группе, уметь искать компромиссы;
- уметь применять полученные знания на практике.

Метапредметные:

- уметь с помощью педагога или самостоятельно ставить цели и задачи;
- уметь с помощью педагога или самостоятельно соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- уметь оценивать результат своих действий на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- уметь адекватно общаться со взрослыми и сверстниками, работать в коллективе, в группе.

Учебный план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов		Формы контроля/ аттестации
		Всего	Практическая работа	
1	Играть интересно	2	2	Текущий контроль
2	Радуга эмоций	2	2	Текущий контроль

3	Мир во мне	2	2	Текущий контроль
4	Разумный выбор	2	2	Текущий контроль
5	Здоровым быть модно	2	2	Текущий контроль Промежуточная аттестация
	Итого:	10	10	

Содержание модуля «Золотая середина»

1. Играть интересно.

Тесты (см. приложение №3). Правила поведения во время занятий. Ритуал приветствия. Правила работы в команде, распределение ролей. Игры: «Рукопожатие добра». «Я еду на север». «Ассоциации». «Переправа». «Путаница». Упражнения: «Клеевой дождик». «Дирижёр оркестра». (см. приложение №6, Занятие №1)
Форма контроля: тестирование, наблюдение.

2. Радуга эмоций.

Эмоции. Игра «Остров Крокодильчики». Упражнения: «Остров Невезения». «Остров джинов». «Остров потерянных эмоций». Способы выражения эмоций: мимика, жесты, поза, слова. Упражнения: «Остров воздушных шариков». «Башня радости». «Дирижёр оркестра». (см. приложение №6, Занятие №2)
Форма контроля: наблюдение.

3. Мир во мне.

Каждый человек видит по-разному одну и ту же ситуацию. Принцип относительности можно перенести на эмоции. Беседа «Что делать с отрицательными эмоциями?». Беседа «Что нас ожидает, если мы сдерживаем эмоции?». Упражнения: «Внутренняя бесконечность». «Комплемент». «Пиктограммы». «Поиск плюсов». Управление эмоциями. «Освобождение эмоций». Умение расслабиться. «Глубокое дыхание». «Дирижёр оркестра». (см. приложение №6, Занятие №3)
Форма контроля: наблюдение.

4. Разумный выбор.

Викторины: «Разогрев». «Психология – это интересно». «Сладкоежки». Игра «Колечко, колечко...». «Слушай хлопки». Вредные привычки. Блиц-опрос о вреде алкоголя. Упражнение: «Дописать незаконченное предложение». Здоровый образ жизни. «Ассоциации». «Дирижёр оркестра». (см. приложение №6, Занятие №4)
Форма контроля: наблюдение.

5. Здоровым быть модно.

Тесты (см. приложение №3). Упражнение: «Расшифровка». Презентация стихов, песен, пословиц о здоровье. Игры-активаторы. (см. приложение №6, Занятие №5)
Форма контроля: наблюдение, тестирование

Модуль общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа функциональной грамотности» «Успех внутри нас»

Содержание модуля «Успех внутри нас» общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа функциональной грамотности» рассчитано на занятия с подростками 15-17 лет.

Занятия проходят в форме тренинга, игры КВН, игры «Кто хочет стать миллионером», дебатов, что способствует усвоению норм поведения, выработке навыков

общения, пониманию, что знания и навыки, полученные в процессе освоения учебного материала помогут в жизни.

Цель: - формирование основ функциональной грамотности учащихся центра через развитие мягких компетенций

Задачи:

Личностные:

- развитие способности понимать свои чувства и чувства окружающих людей, сопереживать чувствам других людей;
- формирование умения сочетать индивидуальную работу с коллективной;
- воспитание понимания ценности здоровья, потребности быть здоровыми и красивыми;
- развитие креативности, критического мышления, внимания, памяти, логики, устной речи.

Предметные:

- продолжить формирование представлений об эмоциях, их выражении, понимании своих чувств и чувств окружающих людей, умении адекватно выражать свои эмоции;
- развивать способности к эмпатии, к пониманию переживаний другого человека;
- продолжить формирование и развитие навыка сотрудничества и совместной деятельности в группе.

Метапредметные:

- формирование умения самостоятельно ставить цели и задачи;
- формирование умения самостоятельно соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- формирование умения самостоятельно оценивать результат своих действий на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- формирование коммуникативных навыков.

Планируемые результаты обучения:

Личностные:

- сформированность основ конструктивного общения и поведения, самоконтроля, саморегуляции, самодисциплины, в том числе умения распознавать свои эмоции и управлять ими;
- сформированность позитивной ценностной установки на здоровый образ жизни, потребности заниматься творчеством и физической культурой;
- участие в процессе выработки новых идей, направленных на получение эффективных решений.

Предметные:

- системность знаний о правилах и алгоритмах поведения в возможных жизненных ситуациях;
- сформированность основ знаний о нормах поведения в обществе и желания придерживаться этих норм.

Метапредметные:

- сформированность основ коммуникативной компетентности;
- сформированность умений сравнивать, анализировать, обобщать и переносить информацию с одного вида деятельности на другой;
- расширение эмоционального кругозора, осознанное управление своими эмоциями;
- сформированность установки на здоровый образ жизни.

Учебный план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов		Формы контроля/ аттестации
		Всего	Практическая работа	
1	Ты, да я, да мы с тобой	2	2	Текущий контроль
2	Мир эмоций	2	2	Текущий контроль
3	Властелин своих эмоций	2	2	Текущий контроль
4	Мой выбор	2	2	Текущий контроль
5	Дебаты о ЗОЖ	2	2	Текущий контроль Итоговая аттестация
	Итого:	10	10	

Содержание модуля «Успех внутри нас»

1. Ты, да я, да мы с тобой.

Тесты (см. приложение №3). Правила общения. Упражнения: «Шар знакомства». «Мое имя». «Люблю – не люблю». «Мешочек». «Ассоциации». Упражнение «Руки». Дискуссия по упражнению: «Легко ли было определять «свое» место в ряду?», «Почему каждый из нас имеет свое представление о последовательности участников в этом ряду?» Упражнение «Восковая палочка». Дискуссия по упражнению: «Кто действительно смог расслабиться, снять зажимы?», «Кто не боялся упасть?». Упражнение «Откроем сердце друг другу». Практическое задание – продолжить предложенные фразы. (см. приложение №7, Занятие №1)

Форма контроля: тестирование, наблюдение.

2. Мир эмоций.

Игра КВН «Мир эмоций». Конкурсы: «Позвольте представиться». «Приветствие». «Знатоки чувств». «Крокодильчики или Тренируем эмоции». «Портрет эмоций». «На что похоже настроение». «Сказочники». (см. приложение №7, Занятие №2)

Форма контроля: наблюдение.

3. Властелин своих эмоций.

Упражнения: «Портрет эмоций». «Объекты страха». «Бой воздушными шарами». «Пушинка». «Буриме». «Снегопад». Конкурс пословиц. (см. приложение №7, Занятие №3)

Форма контроля: наблюдение.

4. Мой выбор.

Игра аналог телевизионной игры «Кто хочет стать миллионером». В ходе игры участники и зрители отвечают на ряд вопросов затрагивающих вредные привычки и проблемы вызываемые ими. (см. приложение №7, Занятие №4)

Форма контроля: наблюдение.

5. Дебаты о ЗОЖ.

Тесты (см. приложение №3).

Дебаты по вопросу «Так ли важно вести здоровый образ жизни?». Дебаты «Гадание по пословицам». Упражнения: «Улыбка». «Комплементы». «Поменяйтесь местами». (см. приложение №7, Занятие №5)

Форма контроля: наблюдение, тестирование.

Организационно – педагогические условия реализации программы.

Календарный учебный график.

Календарно-тематический план.

Условия реализации программы:

Материально-техническое обеспечение.

Для успешной реализации программы необходимо следующее материально-техническое оснащение:

- кабинет для занятий;
- ноутбук, проектор, экран;
- интерактивная и магнитная доски;
- шкафы для хранения:

Формы аттестации и оценочные материалы.

Тесты

Оценочный лист

Методическое обеспечение программы:

- конспекты занятий для каждой возрастной категории;
- наборы карточек с пословицами, с обозначением эмоций и пр.;
- памятки для учащихся разных возрастов.

Методы обучения по программе.

Реализация программы предполагает использование активных методов обучения: сказкотерапия, арттерапия, игровые методы, психогимнастика, моделирование и анализ проблемных ситуаций, дискуссионные методы (дискуссионные качели и др.), тренинги, занятие-квест, брейн-ринг, слайд-программа, НОН-СТОП (подбор стихов, песен, книг, фильмов на одну тему), ярмарка творческих идей и др.

Литература

1. Ачкасова, Н. А., Сорокина, И. С. Наше здоровье в наших руках / Н. А. Ачкасова, И. С. Сорокина - М., 2016. - 128 с.
2. Альберти Р. Е., Эммонс М.Л. Умейте постоять за себя / Р. Е. Альберти, М.Л. Эммонс – М., 2018.- 294 с.
3. Баженова, О.В. Детская и подростковая релаксационная терапия. Практикум / О.В. Баженова - М., 2016. - 180 с.
4. Битянова, М.Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подросткам / М.Р. Битянова – М., 2017. - 304 с.
5. Вилюнас, Е.Н. Воспитание индивидуальности. Психология эмоций / Е.Н. Вилюнас - СПб., 2007 - 390 с.
6. Гребенникова, О.М. Тренинг социальной компетентности для подростков / Гребенникова О.М. – М., 2017. - 56 с.
7. Емельянова, Е.В. Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге / Е.В. Емельянова - М., 2015. - 478 с.
8. Лидерс, А.Г. Психологический тренинг со старшеклассниками и студентами / А.Г. Лидерс. – М., 2018. - 416 с.
9. Майорова, Н. П. Жизненно-важные навыки. Практический курс для подростков и родителей / Н. П. Майорова – М., 2010. - 272 с.
10. Резникова, О.Н. Формирование толерантности подростков в образовательном учреждении / О.Н. Резникова. – М., 2016. - 52 с.
11. Степанов, Е.Н. Педагогическая поддержка ребенка в решении проблемы. Командовать или подчиняться / Е.Н. Степанов - Ростов-на-Дону, 2007.-187 с.

Список интернет-ресурсов

1. <http://ou.tsu.ru/hischool/etica/tema1.html#1>
2. <http://constructorus.ru/uspex/umenie-slushat-sobesednika.html>
3. <https://newtonew.com/school/svoy-sredi-chuzhix-deti-i-tehnologii>
4. info@instrao.ru
5. <https://enjoy-job.ru/edu/business-edu/cto-takoe-hard-soft-skills>
6. <https://oysterkit.ru/soft-skills>
7. https://www.jcat.ru/job_vacancy/blog/cto-takoe-soft-skills
8. <https://annatubten.livejournal.com/555062.html>