

Специальные методы подготовки личностной эффективности

Технология достижения результатов на
WorldSkills

М.О. Антипенко
мастер производственного обучения
СПб ГБПОУ «Колледж отраслевых
технологий «Краснодеревец»

Задачи подготовки

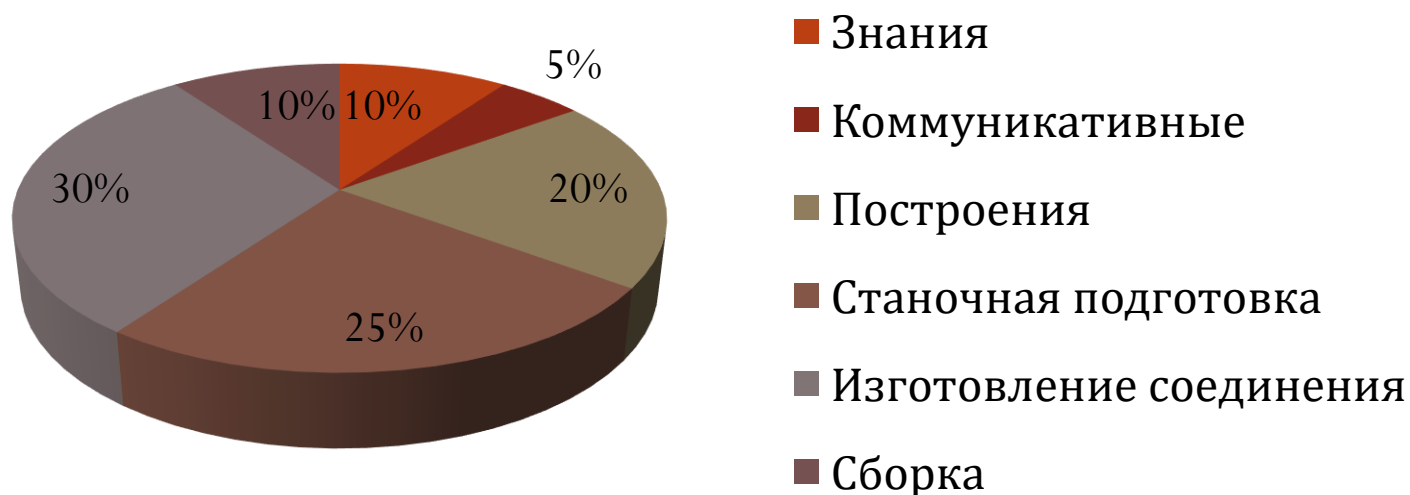
- Подготовка чемпиона 1-3 места
- Подготовка на медальон
- Сдача экзаменов по системе WS

Что необходимо?

- Команда Эксперт Тренер Участник
- Ресурсы Инструмент Помещение Средства на расходные материалы
- Технологии

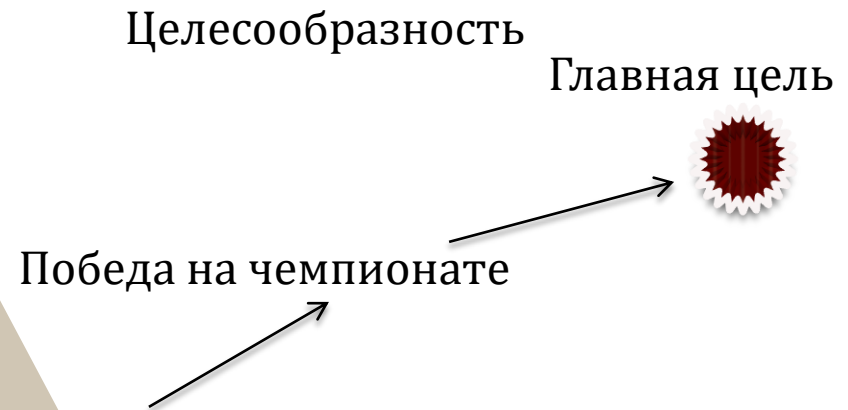
Организация работ

Навыки



- Выполнение тестового задания с минимальным количеством ошибок и за минимальное время.
- Расставить приоритеты коррекции
- Выполнить коррекцию
- Выполнить тестовое задание

Составляющие достижения цели



Гибкие навыки soft-skills

«Любые действия лучше

бездействия»

Что мешает людям развиваться:

- Незнание куда, зачем и как развиваться, размытые и нереалистичные планы;
- Отсутствие готовности что-то менять в нынешней работе и жизни в целом; окончании тренинга (мастер-класса/лекции) забывать все, что было час назад и выносить скорее только эмоциональное состояние, нежели что-то конструктивное;
- Делание только того, что хорошо получается и страх браться за иные новые задачи и проекты;
- Отсутствие желания искать и находить время для того, чтобы подумать о своих действиях и их результатах;
- Отсутствие интереса к обратной связи об успешности своих действий.

«Никто не знает какой путь лучше»

Рассмотрим, когда развитие происходит:

- Вы стремитесь развиваться, получать новый опыт, профессионально расти;
- У Вас есть представление о целях своего развития и конкретный план развития;
- Вы готовы выйти из «зоны комфорта» и попробовать не только то, что Вам хорошо дается, но и что-то новое, пойти на риск;
- Вы анализируете свои действия и их результаты, ищете причины успехов и неудач именно в своих действиях, а не во внешних обстоятельствах;
- Вы стремитесь получать обратную связь об успешности Ваших действий от коллег, подчиненных, руководителей или экспертов с открытого рынка.

Общие правила развития

- Сделайте свое обучение и развитие непрерывным процессом: получайте новый опыт, берите на себя более сложные задачи и, главное: делайте это постоянно.
- Научитесь эффективно планировать и упорядочивать свое развитие.
- Подходите к собственному развитию комплексно
- Относитесь к окружающей информации с любопытством
- Развивайте навыки постепенно: выбирайте именно те направления, которые действительно помогут вам добиваться успеха в вашей работе.
- Возьмите себе в привычку читать литературу и информационные ресурсы в вашей области каждый день, постоянно наращивая уровень экспертизы. Наращивайте ее не только в профессиональных областях, но и в области персональной, и личной эффективности.
- Найдите людей, у которых вы хотите учиться и с которых вы хотели бы брать пример (как в личностном, так и в профессиональном плане).
- Научитесь эффективно использовать поступающую вам обратную связь (реакцию других на ваши действия или бездействия) и определять ее ценность.
- Используйте возможности организаций альтернативного образования у себя в городе по максимуму: посещайте все полезные и интересные для вас мероприятия: мастер-классы, тренинги, семинары. Заранее определяйте их качество и уровень спикеров.

Индивидуальный план развития

- Составьте свой план развития на три месяца, полгода, год.
- В плане определите три самых важных предмета:
 - В чем вы будете развиваться - цели (для этого проанализируйте все барьеры)
 - Что вы будете развивать - компетенции/навыки (выберите необходимые для достижения ваших целей);
 - Как вы будете развивать - инструменты развития (подберите подходящие инструменты развития);
- Найдите человека, который сможет вам дать конструктивную обратную связь на ИПР: сможет подтвердить навыки и помочь с выбором развивающих действий.
- Четко зафиксируйте, как будете оценивать результаты по каждому инструменту и по каждой цели. Когда сформулировали цель, задайте себе следующие вопросы, на которые вы точно должны суметь ответить: «Конкретна ли моя цель? Понимаю ли я, в чем она выражается?», «Как я пойму, достиг ли я цели? Как я измерю результат?», «Адекватна ли цель? Смогу ли я действительно ее достичь в указанные сроки?», «Действительно ли достижение именно этой цели мне необходимо?», «Когда я хочу получить результат? (год, месяц, день).
- Обязательно запланируйте разные развивающие действия.
- Четко поймите, что и когда должно быть сделано: установите точные рамки выполнения всех заданий, которые будете выполнять
- Выделите точки промежуточного контроля, чтобы регулярно (не реже раза в 3-4 недели) проводить мониторинг результатов и (при необходимости) корректировать свой ИПР.
- Храните составленный план всегда в ближайшем доступе, чтобы обращаться к нему хотя бы раз в неделю.
- Не переходите к следующему элементу, пока предыдущий освоен недостаточно. За один прием

Примеры навыков

Уровень	Описание поведенческих проявлений
5 мастерство	<ul style="list-style-type: none">• Уровень развития навыка, при котором вы являетесь авторитетом и экспертом• Вы способны передавать остальным необходимые знания и навыки для освоения и развития данного навыка
4 продвинутый пользователь	<ul style="list-style-type: none">• Особо высокая степень развития навыка• Вы способны применять навык в нестандартных ситуациях или ситуациях повышенной сложности
3 опытный	<ul style="list-style-type: none">• Вы полностью освоили данный навык.• Вы эффективно применяете навык во всех стандартных бизнес - ситуациях
2 развивающийся	<ul style="list-style-type: none">• Вы находитесь в процессе освоения данного навыка.• Вы понимаете его важность, однако не всегда эффективно проявляете его в практической работе
1 недостаточный уровень	<ul style="list-style-type: none">• Вы не владеете навыком, не понимаете его важности, не пытаетесь его применять и развивать.

Рекомендации участникам – будущим чемпионам

- Тренировка памяти для экономии времени (помнить все размеры)
- Физподготовка, для увеличения выносливости
- Здоровый образ жизни (заболел не вовремя)
- Индифферентность. Безразличие к тому что вокруг. Сосредоточенность к деталям.
- Сохранять спокойствие, при работе на предельной скорости.
- Следить за расходом энергии

Инструменты

- Инфраструктурный лист дают организаторы
- Toolbox раздел №8 участник везёт с собой («0», «определённый», «неопределённый»)
- Оборудование для тренировок такое же как на конкурсе. Тренироваться лучше на разных машинах одной модели.
- Наличие дублирующего инструмента (пневматика - аккумуляторы)
- Рабочее место моделируется как на чемпионате
- Инструмент проверить перед отправкой на чемпионат

Система организации рабочего места (беру инструмент с закрытыми глазами)

- Система 5S Задачи: чистота, безопасность, производительность
- Нужное – ненужное
- Легко взять – легко вернуть
- Содержать в чистоте
- Создай стандарт порядка
- Сделай фото «до и после»

1

S eiri

Сортировка



2

S eiton

Самоорганизация



3

S eiso

*Систематическая
уборка*



4

S eiketsu

Стандартизация



5

S hukan

Совершенствование



Тайминг- планирование по минутам

До выполнения любого задания нужно составить план. Как составить?

- Разделить задание на части (записать)
- Наложить временную сетку
- Выполнить задание с видеозаписью
- Откорректировать план

Придерживаться плана не зависимо от конкурентов, не допуская переутомления

План улучшения результатов

- Выполнить КЗ
- Записать на видео
- Разложить на элементарные операции
- Анализ эффективности выполнения каждой операции отдельно
- Определение «провальных» аспектов, с выявлением причин
- Корректировка ошибок (с составлением плана)
- Отработка всех движений до безошибочного автоматизма

Правильные движения – качество – автоматизм -
скорость