

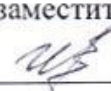


ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«ШКОЛА МЕНЕДЖЕРОВ «НИВА»

141300 СЕРГИЕВ ПОСАД, ПР. КРАСНОЙ АРМИИ, 92 ТЕЛ. 540-44-84; ФАКС 547-44-84 INFO@NIVASPOSAD.RU WWW.NIVASPOSAD.RU

СОГЛАСОВАНО

Первый заместитель директора

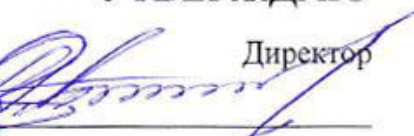

Илюшина Т.Д.

«01» января 2026 года



УТВЕРЖДАЮ

Директор


Илюшин С.А.

«01» января 2026 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Excel с нуля: начинаем с чистого листа»

Наименование образовательной программы

Направленность образования – *компьютерные программы*

Направленность образовательной программы – *компьютерные программы*

Уровень – *дополнительный профессиональный*

Уровень образования – *базовый*

Разработал: преподаватель Елисеев С. В.

Сергиев Посад
2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---|-----------|
| ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА | 3 |
| Цели обучения по программе «EXCEL С НУЛЯ: НАЧИНАЕМ С ЧИСТОГО ЛИСТА»:..... | 4 |
| Задачи учебного курса «EXCEL С НУЛЯ: НАЧИНАЕМ С ЧИСТОГО ЛИСТА»: | 5 |
| СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ | 7 |
| ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ «EXCEL С НУЛЯ: НАЧИНАЕМ С ЧИСТОГО ЛИСТА» | 8 |
| Личностные результаты | 8 |
| Метапредметные результаты | 9 |
| Предметные результаты | 12 |
| ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ | 14 |
| Программы «EXCEL С НУЛЯ: НАЧИНАЕМ С ЧИСТОГО ЛИСТА» | 14 |

Рабочая программа по учебному курсу «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» (базовый уровень) (предметная область «Информатика») (далее соответственно – программа «Excel с нуля: начинаем с чистого листа») включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы «Excel с нуля: начинаем с чистого листа», тематическое планирование.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» дополнительного образования взрослых слушателей в учебном структурном подразделении «ОЦ «НИВА» (далее - «ОЦ «НИВА») в составе ООО «Школа менеджеров «НИВА» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- ФЗ № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями от 25 декабря 2023 года (Далее - ФЗ) с учетом Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р) и Плана мероприятий по ее реализации в 2021-2025 гг. (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», утвержденный Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 № 70226) (далее – Порядок);
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам», утвержденный Приказом Министерства образования и науки РФ от 01.07.2013 № 499 (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2013 № 29444);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования» (Зарегистрирован 13.07.2023 № 74229);
- ФГОС НОО и ООО, утвержденных Приказами Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 и № 287 с изменениями от 22.02.2024 г.;
- ФГОС СОО, утвержденный Приказом Минпросвещения России от 17.05.2012 N 413 с изменениями от 19.03.2024;
- «Положение о федеральном государственном контроле (надзоре) в сфере образования», утвержденный Постановлением Правительства РФ от 25.06.2021 № 997 (с изменениями от 29 декабря 2023 года);
- Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ в Московской области, Письмо Министерства образования Московской области №Исх-3597/21 от 24.03.2016 года;
- Устав ООО «Школы менеджеров «НИВА»;
- Положение об учебном структурном подразделении «ОЦ «НИВА» в составе ООО «Школа менеджеров «НИВА»;
- Бессрочная государственная лицензия Министерства образования Московской области № 71597 от 9 апреля 2014 года;

- Санитарно-гигиеническими правилами и нормативы «Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения)» СанПин 2.4.2. 1251-03.

Программа «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» даёт представление о целях, общей стратегии обучения, воспитания и развития слушателей Образовательного центра «НИВА» средствами учебного курса «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» на базовом уровне, устанавливает обязательное предметное содержание, предусматривает его структурирование по разделам и темам.

Программа «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» определяет количественные и качественные характеристики учебного материала, в том числе для содержательного наполнения разного вида контроля (текущей аттестации и итоговой аттестации слушателей). Программа «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» является основой для составления авторских учебных программ и учебных пособий, поурочного планирования курса преподавателем.

Программа «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» отражает:

- сущность деятельности пользователя персонального компьютера на основе решаемых им практических задач, возможности автоматизации информационных процессов в различных сферах деятельности;
- основные области применения, прежде всего информационные технологии, управление и социальную сферу;
- междисциплинарный характер программы «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» в информационной деятельности.

Курс «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» является базовым этапом непрерывной подготовки слушателей в области информатики и информационно-коммуникационных технологий, он опирается на опыт постоянного применения информационно-коммуникационных технологий в практической деятельности офисных работников, даёт теоретическое осмысление, интерпретацию и обобщение этого опыта.

Цели обучения по программе «Excel с нуля: начинаем с чистого листа»:

Основная цель обучения по программе «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» на базовом уровне – **обеспечение дальнейшего развития информационных компетенций выпускника, его готовности к жизни в условиях развивающегося информационного общества и возрастающей конкуренции на рынке труда.** В связи с этим изучение курса «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» должно обеспечить:

- сформированность представлений о роли информационных и коммуникационных технологий в современном обществе;
- сформированность основ логического и алгоритмического мышления;
- сформированность умений различать факты и оценки, сравнивать оценочные выводы, видеть их связь с критериями оценивания и связь критериев с определённой системой ценностей, проверять на достоверность и обобщать информацию;
- сформированность представлений о влиянии информационных технологий на жизнь человека в обществе, понимание социального, экономического,

-
- политического, культурного, юридического, природного, эргономического, медицинского и физиологического контекстов информационных технологий;
- принятие правовых и этических аспектов информационных технологий, осознание ответственности людей, вовлечённых в создание и использование информационных систем, распространение информации;
 - создание условий для развития навыков учебной, проектной, научно-исследовательской и творческой деятельности, мотивации слушателей к саморазвитию;
 - приобретение основ компьютерной грамотности;
 - обучение практической работе с табличным процессором Microsoft Excel в операционной системе Windows.

Задачи учебного курса «Excel с нуля: начинаем с чистого листа»:

Сформировать у слушателей Образовательного центра «НИВА»:

- умения и навыки эффективного использования табличного процессора Microsoft Excel для решения практических задач;
- умение грамотно интерпретировать результаты решения практических задач, применять полученные результаты в практической деятельности;
- способность мыслить логически, видеть и понимать экран ПК.

Научить слушателей Образовательного центра «НИВА»:

- настраивать параметры Microsoft Excel и панель вкладок;
- создавать, оформлять и редактировать таблицы;
- устанавливать оформление и заливку ячеек;
- настраивать размеры ячеек, располагать текст в ячейках в несколько строк;
- создавать ссылки различных типов;
- создавать и редактировать расчетные формулы, проводить поиск, отбор, сортировку и анализ табличной информации;
- использовать встроенные функции для выполнения вычислений;
- представлять табличные данные в виде графиков и диаграмм;
- готовить табличный документ к печати.

В содержании учебного курса «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» выделяются четыре темы, которые включают в себя:

- сведения об актуальных версиях табличных процессоров Excel (2016, 2019, 2021);
- порядок работы: ввод данных и их размещение, формулы и использование функций, формирование элементов табличного документа, простое редактирование, оформление, сохранение документа, вывод на печать;
- редактирование и оформление табличного документа: открытие табличного документа, копирование, перемещение, вставка и удаление строк, столбцов и групп ячеек, создание сложных заголовков таблиц, создание сложных формул;
- работа с табличными данными: поиск и отбор данных по заданным критериям, сортировка данных по алфавиту, числовым значениям и другим критериям.

На изучение курса «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» отводится 15 часов аудиторных занятий (3 раза в неделю по 3 часа).

Базовый уровень изучения курса «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» рекомендуется для следующих профилей:

- естественно-научный профиль, ориентирующий слушателей на такие сферы деятельности, как медицина, биотехнологии, химия, физика и другие;
- гуманитарный профиль, ориентирующий слушателей на такие сферы деятельности, как педагогика, психология, общественные отношения и другие;
- социально-экономический профиль, ориентирующий слушателей на профессии, связанные с социальной сферой, финансами, экономикой, управлением, предпринимательством и другими;
- универсальный профиль, ориентированный в первую очередь на слушателей, чей выбор не соответствует в полной мере ни одному из утверждённых профилей.

Базовый уровень изучения курса «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» обеспечивает подготовку слушателей, ориентированных на те специальности, в которых информационные технологии являются необходимыми инструментами профессиональной деятельности, участие в проектной и исследовательской деятельности, связанной с междисциплинарной и творческой тематикой.

Последовательность изучения тем в пределах одного года обучения может быть изменена по усмотрению преподавателя при подготовке рабочей программы и поурочного планирования.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Тема 1 «Основные функции и инструменты табличного процессора Excel. Создание табличного документа» (3 ак. ч.):

Запуск программы, первичные настройки. Панель вкладок, назначение основных элементов.

Создание книги таблиц. Заполнение ячеек, установка типа и размера шрифта, выравнивание, объединение ячеек, обрамление ячеек, изменение высоты строк и ширины столбцов.

Простые функции, ввод простых формул, копирование формул, относительные и абсолютные ссылки.

Сохранение книги таблиц. Форматы файлов (xlsx, xml, html, csv, pdf)

Печать книги таблиц, область печати (поля, установка колонтитулов), установка параметров страницы, предварительный просмотр.

Тема 2 «Редактирование таблиц. Мастер функций» (3 ак. ч.):

Вставка и удаление строк и столбцов, листов книги, переименование и оформление листов книги таблиц.

Автоматическое заполнение ячеек.

Форматы данных (число, дата, время, текст...), оформление таблицы, границы и заливка.

Мастер функций, назначение и типы функций. Математические и логические функции. Сортировка данных в таблице. Создание фильтров.

Закрепление областей для постоянного отображения строк (столбцов) на экране.

Тема 3 «Диаграммы и графики» (3 ак. ч.):

Исходные данные для построения графиков и диаграмм. Типы графиков и диаграмм.

Построение графиков и диаграмм.

Работа с областью диаграммы. Добавление названия диаграммы, название осей, работа с легендой. Изменение параметров диаграмм и графиков. Вывод на печать.

Тема 4 «Работа с вкладкой «Данные». Условное форматирование таблиц. «Умные» таблицы» (3 ак. ч.):

Основные функции вкладки данные. Поиск и сортировка данных в таблице.

Условное форматирование таблиц «Умные» таблицы, подключение строки итогов, вычисления в строке итогов, создание срезов.

Зачёт (3 ак. ч.)

Создание книги таблиц.

Вычисления в таблице, ввод формул, работа с ссылками.

Сортировка данных в таблице.

Построение графиков и диаграмм.

Печать табличного документа.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ «EXCEL С НУЛЯ: НАЧИНАЕМ С ЧИСТОГО ЛИСТА»

Личностные результаты

Личностные результаты отражают готовность и способность слушателей руководствоваться сформированной внутренней позицией личности, системой ценностных ориентаций, позитивных внутренних убеждений, соответствующих традиционным ценностям российского общества, расширение жизненного опыта и опыта деятельности в процессе реализации средствами учебного курса основных направлений воспитательной деятельности. В результате изучения курса «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» у слушателей будут сформированы следующие личностные результаты:

1) гражданского воспитания:

- осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка, соблюдение основополагающих норм информационного права и информационной безопасности;
- готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам в виртуальном пространстве;

2) патриотического воспитания:

- ценностное отношение к историческому наследию, достижениям России в науке, искусстве, технологиях, понимание значения информатики как науки в жизни современного общества;

3) духовно-нравственного воспитания:

- сформированность нравственного сознания, этического поведения;
- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности, в том числе в сети Интернет;

4) эстетического воспитания:

- эстетическое отношение к миру, включая эстетику научного и технического творчества;
- способность воспринимать различные виды искусства, в том числе основанные на использовании информационных технологий;

5) физического воспитания:

- сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью, том числе и за счёт соблюдения требований безопасной эксплуатации средств информационных и коммуникационных технологий;

б) трудового воспитания:

- готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;
- интерес к сферам профессиональной деятельности, связанным с информатикой, программированием и информационными технологиями, основанными на достижениях информатики и научно-технического прогресса, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы;
- готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

7) экологического воспитания:

- осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, в том числе с учётом возможностей информационно-коммуникационных технологий;

8) ценности научного познания:

- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития информатики, достижениям научно-технического прогресса и общественной практики, за счёт понимания роли информационных ресурсов, информационных процессов и информационных технологий в условиях цифровой трансформации многих сфер жизни современного общества;
- осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе.

В процессе достижения личностных результатов освоения программы курса «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» у слушателей совершенствуется эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность:

- саморегулирования, включающего самоконтроль, умение принимать ответственность за своё поведение, способность адаптироваться к эмоциональным изменениям и проявлять гибкость, быть открытым новому;
- внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;
- эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;
- социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты.

Метапредметные результаты

- В результате изучения курса «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» у слушателей будут сформированы метапредметные результаты, отраженные в универсальных учебных действиях, а именно – познавательные универсальные

учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические действия:

- самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать её всесторонне;
- устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;
- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;
- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;
- разрабатывать план решения проблемы с учётом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов;
- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем.

Базовые исследовательские действия:

- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем, способностью и готовностью к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- овладеть видами деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе при создании учебных и социальных проектов;
- формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями и методами;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу её решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;
- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;
- давать оценку новым ситуациям, оценивать приобретённый опыт;
- осуществлять целенаправленный поиск переноса средств и способов действия в профессиональную среду;
- переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;
- интегрировать знания из разных предметных областей;
- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения, ставить проблемы и задачи, допускающие альтернативные решения.

Работа с информацией:

- владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;
- создавать тексты и таблицы в различных форматах с учётом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;
- оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам;
- использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности.

Коммуникативные универсальные учебные действия**Общение:**

- осуществлять коммуникации во всех сферах жизни;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и уметь смягчать конфликты;
- владеть различными способами общения и взаимодействия, аргументированно вести диалог;
- развёрнуто и логично излагать свою точку зрения.

Совместная деятельность:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;
- выбирать тематику и методы совместных действий, с учётом общих интересов и возможностей каждого члена коллектива;
- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по её достижению: составлять
- план действий, распределять роли с учётом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы;
- оценивать качество своего вклада и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям;
- предлагать новые проекты, оценивать идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости;
- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация:

- самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- самостоятельно составлять план решения проблемы с учётом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;
- давать оценку новым ситуациям;
- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;
- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;
- оценивать приобретённый опыт;
- способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень.

Самоконтроль:

- давать оценку новым ситуациям, вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям;
- владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований; использовать приёмы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;
- оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;
- принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности.

Принятия себя и других:

- принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства;
- принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности;
- признавать своё право и право других на ошибку;
- развивать способность понимать мир с позиции другого человека.

Предметные результаты

Результаты базового уровня обучения по программе «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» ориентированы в первую очередь на общую функциональную грамотность, получение компетентностей для повседневной жизни и общего развития. Они включают в себя:

- понимание предмета, ключевых вопросов и основных составляющих элементов изучаемой предметной области;
- умение решать типовые практические задачи, характерные для использования методов и инструментария данной предметной области;
- осознание рамок изучаемой предметной области, ограниченности методов и инструментов, типичных связей с другими областями знания.

В процессе изучения курса «Excel с нуля: начинаем с чистого листа» слушателями будут достигнуты следующие предметные результаты:

-
- владение представлениями о роли информации и связанных с ней процессов в природе, технике и обществе, понятиями «информация», «информационный процесс», «система», «компоненты системы», «системный эффект», «информационная система», «система управления»;
 - понимание основных принципов устройства и функционирования современных стационарных и мобильных компьютеров, тенденций развития компьютерных технологий;
 - владение навыками работы с операционной системой Windows, основными видами программного обеспечения для решения учебных задач по выбранной специализации;
 - соблюдение требований безопасности и гигиены при работе с компьютерами и другими компонентами цифрового окружения, понимание правовых основ использования компьютерных программ, баз данных и материалов, размещённых в сети Интернет;
 - понимание основных принципов дискретизации различных видов информации, умение определять информационный объём текстовых, графических и звуковых данных при заданных параметрах дискретизации;
 - умение создавать структурированные табличные документы с использованием возможностей MS Excel;
 - знание функций табличного процессора MS Excel, основных вкладок и меню;
 - овладение этапами подготовки, редактирования, сохранения и печати расчётных и аналитических таблиц с помощью электронных таблиц;
 - знание основных приемов заполнения таблиц;
 - умение оформлять границы;
 - умение настраивать ширину столбцов и высоту строк, объединять ячейки таблицы;
 - умение создавать ссылки и вводить простые формулы.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Программы «Excel с нуля: начинаем с чистого листа»

15 аудиторных академических часов (5 занятий)

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | | | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|--|---|------------------|-----------------------|---------|---|
| | | всего | контрольные работы | экзамен | |
| 1. | Основные функции и инструменты табличного процессора Excel. Создание табличного документа. | 3 | | | |
| 2. | Редактирование таблиц. Мастер функций. | 3 | | | |
| 3. | Диаграммы и графики. | 3 | | | |
| 4. | Работа с вкладкой «Данные». Условное форматирование таблиц. «Умные» таблицы. | 3 | | | |
| | Зачёт | 3 | | 3 | |
| Общее количество часов по программе | | 15 | | 3 | |