

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Лесенка к успеху»

№ п/п	Наименование раздела	Объем часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Модуль “Оптимизация высших психических функций”				
1.1	Развитие зрительного восприятия и внимания	4	1	3	Игровые задания, наблюдения
1.2	Развитие слухового восприятия и внимания	4	1	3	Игровые задания, наблюдения
1.3	Развитие памяти	3	1	2	Тестирование
1.4	Развитие воображения	3	1	2	Игровые задания
2.	Модуль “Формирование и развитие словесно-логических навыков”				
2.1	Навыки словесно-логического мышления	5	1	4	Тестирование, игровые задания
2.2	Развитие навыков анализа и синтеза	6	2	4	Тестирование, игровые задания
2.3	Развитие навыков обобщения и классификации	4	2	2	Тестирование, игровые задания
2.4	Практикум по развитию высших психических функций.	3	1	2	Тестирование, игровые задания
3.	Модуль “Развитие навыков стрессоустойчивости”				
3.1	Развитие рефлексии и саморегуляции деятельности	7	2	5	Аналитическая беседа, наблюдение
3.2	Формирование и развитие навыков стрессоустойчивости	8	2	6	Игровые задания, беседа
3.3	Профилактика тревожности	8	2	6	Аналитическая беседа
3.4	Повышение самооценки	7	3	4	Игровые задания
4.	Модуль “Развитие навыков социального интеллекта”				
4.1	Развитие представлений о вербальной и невербальной коммуникации	7	2	5	Устный опрос, аналитическая беседа (разбор ситуаций)
4.2	Развитие способности распознавать свои чувства и эмоции	9	3	6	Аналитическая беседа, игровые задания
4.3	Развитие способности распознавать чувства и эмоции другого человека	9	3	6	Аналитическая беседа, игровые задания
4.4	Развитие навыков эффективного общения	6	2	4	Разбор ситуаций, аналитическая беседа
5.	Модуль “Развитие психологического здоровья”				
5.1	Базовые навыки саморегуляции тревожных	6	2	4	Аналитическая беседа

	состояний				
5.2	Формирование ориентаций на здоровый образ жизни	9	3	6	Творческая работа (коллаж, рисунок), аналитическая беседа, игровые ситуации
	Всего	108	34	74	