

Утверждено
Директор ООО «ИНФОУРОК»
В.А. Шишко

Курс повышения квалификации «Майнд-фитнес тренер»

Учебный план курса на 36 часов

Наименование разделов, модулей, тем	Всего часов	Теория	Самостоятельная работа	Практическая работа	Кол-во часов контроля	Тип контроля	
Модуль 1. Особенности мышления. Методы развития разных типов мышления	7	1	2	3	1	1	Тест
Модуль 2. Особенности памяти. Техники, упражнения и игры на развитие памяти	7	1	2	3	1	1	Тест
Модуль 3. Творчество, креативное мышление и воображение. Установки, методы и упражнения на развитие креативности и осознанности, упражнения и игры на развитие воображения	7	1	2	3	1	1	Тест
Модуль 4. Особенности внимания. Мотивация и самоконтроль. Упражнения и игры на развитие внимания и мотивации	7	1	2	3	1	1	Тест

Модуль 5. Коммуникация и стрессоустойчивость. Нейрогимнастика. Упражнения на развитие коммуникации. Система занятий майнд-фитнесом	7	1	2	3	1	1	Тест
Итоговая аттестация	1				1	1	Тест
Всего часов	36	5	10	15	6		