

**Дополнительная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарной направленности  
« НА ПУТИ К УСПЕХУ»  
(психологическая подготовка к ОГЭ и ЕГЭ)**

**Учебный план**

№	Наименование модуля/раздела	Трудоемкость (кол-во часов)	Форма аттестации
I.	Модуль I. «Экзамены на Ура!» (работа с детьми)		
1.1	Занятие № 1 «Что такое экзамен и что он значит для меня?»	2	Тренинг
1.2	Занятие № 2 «Здоровье»	2	Тренинг
1.3	Занятие № 3 «Чувства и эмоции»	2	Тренинг
1.4	Занятие № 4 «Тревожность и страхи»	2	Тренинг
1.5	Занятие № 5 «Самооценка»	2	Тренинг
1.6	Занятие № 6 «Стрессоустойчивость»	2	Тренинг
1.7	Занятие № 7 «Успешное взаимодействие»	2	Тренинг
1.8	Занятие № 8 «Мудрость тела»	2	Тренинг
1.9	Занятие № 9 «Способы восприятия информации»	2	Тренинг
1.10	Занятие № 10 «Познавательные процессы»	2	Тренинг
1.11	Занятие №11 «Сдаем экзамен»	2	Тренинг
1.12	Занятие №12 «Итоговое»+ Промежуточная аттестация	1,5 0,5	Тренинг Анкетирование
<b>ИТОГО:</b>		<b>24</b>	
II.	Модуль II. «Экзамены! Спокойствие, только спокойствие!»		

	(работа с родителями)		
2.1	Занятие № 1 «Вводное»	2	Тренинг
2.2	Занятие № 2 «Здоровье и стрессоустойчивость»	2	Тренинг
2.3	Занятие № 3 «Каждый ребенок уникален!»	2	Тренинг
2.4	Занятие № 4 «Родительский ресурс»+Промежуточная аттестация	1,5 0,5	Тренинг Анкетирование
<b>ИТОГО:</b>		<b>8</b>	
III.	Модуль III. «Настройся на успех!» (работа в диаде «родитель-ребенок»)		
3.1	Занятие № 1 «Итоговое занятие»+Итоговая аттестация	4	Тренинг Анкетирование
<b>ИТОГО:</b>		<b>4</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>36</b>	