

" Занятия для детей от 6-14 лет." Сам себе волшебник"



Минск, Беларусь

Каждый родитель желает, чтобы его ребенок умел принимать нестандартные решения в разнообразных жизненных ситуациях, понимал себя и других, был самостоятельным, мог избежать опасностей, умел защитить себя, был неуязвимым, свободным и конкурентоспособным, имел здоровое тело и позитивные мысли, сохранил творческий взгляд на сложный и противоречивый окружающий мир.

Приглашаем ребят в удивительный мир волшебства, творчества, развития своих невероятных способностей:
Сам себе волшебник

Основные направления курса:

1. Оздоровление

- Запуск механизмов, направленных на восстановление здоровья
- Укрепление сердечно-сосудистой, нервной, эндокринной, мочеполовой, иммунной, лимфатической систем
- Коррекция зрения, слуха и других органов чувств
- Нормализация функций опорно-двигательного аппарата
- Формирование и профилактика здорового образа жизни

2. Самозащита

В курсе прорабатывается широкий перечень возможных критических и экстремальных жизненных ситуаций и способов эффективного реагирования на них на основе прикладной психологии, техник восточных боевых искусств.

Основные темы:

- Устойчивость к стрессовым воздействиям
- Методы ослабления стрессовых реакций
- Развитие уверенности в себе и преодоление страха общения в различных ситуациях
- Психология насилия и агрессии на бытовом уровне
- Формирование умений замечать и понимать агрессивный язык тела и высказываний
- Основы психомобилизации. Как быстро снять возникшую психологическую напряженность, отрицательное эмоциональное состояние
- Как противостоять тем, кто любит самоутверждаться за счет другого
- Психотехники насильственного доминирования
- Эффективное поведение в агрессивной социальной среде
- Способы победы над противником за счет использования его агрессии
- Вербальные и невербальные методы управления своими эмоциями
- Механизмы выхода из критических ситуаций
- Приемы прогнозирования ситуаций и выбора оптимального стиля поведения
- Обеспечение личной безопасности
- Методы нейтрализации массовой паники

3. Саморазвитие

- Раскрытие уникальных способностей ребенка, в том числе интуиции
- Тренировка воли, развитие целеустремленности, сохранение жизнерадостности в любых ситуациях
- Формирование ответственности и самодисциплины

Курс направлен на обучение саморегуляции организма для реализации духовного и физического потенциала, заложенного в человека природой, когда дети сами, без постороннего воздействия и вмешательства учатся справляться с возникающими проблемами, планировать и влиять на качество своей жизни.

Занятия проводятся в игровой и тренинговой форме.

Разработчик и мастер курса: Борис Продухо

Цена: **210 Br**

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: неуместен

Марина Марина

+375 (29) 5-001-001