

Летний интенсив

ВИТАМИН РОСТА

Концентрат наших лучших тем за 5 дней!

для учеников **1-2** классов



Все, чему не учат в школе,
но что нужно для счастья и уверенности.



Задачи тренинга:



Укрепить внутреннюю опору:

научить ребенка замечать свои «суперсилы», не пасовать перед неудачами и пробовать то, что не получается с первого раза



Помочь легче дружить:

понимать, как подойти к ребятам, как делиться и как мириться без слез



Освоить саморегуляцию:

передать «пульт управления» эмоциями, справляться с гневом или страхом, когда что-то идет не по плану



Разбудить креативность:

научить мозг думать хитро и находить необычные способы решения обычных задач



Научиться быть самостоятельным:

планировать дела и самому помнить про важное



Программа по уникальной формуле **Р-О-С-Т-А**



День **Р** — Решительность: Фундамент уверенности

- ★ Мы будем выявлять личные таланты («в чем я уже супер»);
- ★ снижать страх ошибки через игру;
- ★ научимся экологично защищать свои границы (говорить «нет»).



День **О** – Общение: Секретный код дружбы



Учимся строить мосты
к другим людям и создаем
«секретный код дружбы»



освоим простые способы
как завести знакомство



потренируем умение
договариваться в паре
и группе без крика и обид.



День С — Саморегуляция: Пульт управления эмоциями



Исследуем карту эмоций
в теле (где живет гнев,
а где — покой);



осваиваем техники
самоконтроля и мгновенного
успокоения;



учимся выражать претензии
без обид через
«Я-сообщения».



День **T** — Творчество: Тренировка супер-мозга

- ★ Развиваем гибкость мышления (поиск множества решений одной задачи);
- ★ практикуемся в создании новых идей с нуля;
- ★ учимся мыслить нестандартно и находить выход из бытовых трудностей без слез.



День **А** — Авторство: Я — хозяин своих дел



Учимся лайфхакам «детского» тайм-менеджмента и ответственности за важные дела;



строим «Лестницу целей» на лето;



повышаем самостоятельность и превращаем скучные обязанности в интересные квесты.



итоги тренинга

ВИТАМИН РОСТА



АВТОРСКАЯ РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ:

ребенок заполнит свой Дневник суперсилы с рисунками и секретами.



ЗНАЧКИ-ВИТАМИНКИ:

за каждый пройденный этап участник получает наклейку-символ.



ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ:

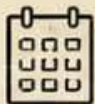
в голове у ребенка останутся четкие схемы — что делать, если страшно, как помириться и как самому планировать и расставлять приоритеты.



Витамин РОСТА — это **7,5 часов** полезного игрового тренинга, после которых ребенок чувствует себя взрослее и увереннее!



Ведет тренинг **Наталья Еремина** –
практикующий психолог для детей
и родителей, руководитель
тренингового направления
Детского Департамента TeamSoft



КОГДА: с 13-17 июля



ГДЕ: на Гвардейской, 58



ВО СКОЛЬКО: с 10.00-11.30



СТОИМОСТЬ: 7500 рублей

