

**Аннотация к дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей)
программе социально-педагогического направления
«Майнд-фитнес для школьников»**

Ведущая **идея занятий** – создание условий для наиболее полного раскрытия интеллектуального потенциала учащихся 5-х – 7-х классов, активизации и развития их когнитивных функций с учётом возрастных особенностей. Главная цель интеллектуального развития школьников этого возраста состоит в формировании у них вербально-логических когнитивных структур, осуществляющих сложные формы интеллектуальной деятельности, прежде всего, абстрактного мышления.

В процессе реализации занятий решаются **задачи**, связанные со знакомством с понятиями из области когнитивной психологии, а также с тренировкой таких познавательных способностей, как мышление и его свойства (логика, анализ и синтез, комбинаторика, осведомлённость, закономерность, абстракция, гибкость, лабильность), память, её виды (кратковременная и долговременная, зрительная, слуховая и двигательная) и свойства (объём, скорость запоминания и воспроизведения, длительность хранения информации), внимание и его свойства (устойчивость, объём, переключаемость, распределение и концентрация) и воображение. Каждая из задач реализуется в соответствующем блоке программы.

Курс предлагаемых занятий **рассчитан** на 30 часов в год. Проведение занятий планируется с группами учащихся 5-х – 7-х классов по 1 часу в неделю. Возможна интенсификация: 2 часа в неделю, в таком случае программа будет пройдена школьниками в течение полугодия. Для эффективного проведения занятий наиболее целесообразным является количественный состав группы 8 – 15 человек.

Посещение курса занятий по программе «Майнд-фитнес для школьников» предлагается как учащимся лица, так и учащимся других школ.

Разработчики и ведущие занятий – педагоги-психологи МБОУ «Лицей № 11 г. Челябинска» – Антипова А. А., Табакова В. Н.