**Тренинги в Программе психологической поддержки студентов**

**в условиях конкурсов профессионального мастерства**

Занятия проводятся по структуре тренинговых занятий и включают в себя:

1. Блок «Интеллектуально-продуктивная сфера» - управления на развитие дивергентного и конвергентного мышления.

2. «Социально-коммуникативная сфера» - упражнения на взаимодействие в группе, на развитие лидерских качеств, на отработку публичных выступлений

3. Блок «Эмоционально-волевая сфера» – упражнения на уверенность в себе; развитие саморегуляции; формирование адекватной самооценки;

4. Блок «Физическая сфера» - включает упражнения на развитие дыхания и мышечной системы, сохранение душевного равновесия.

Даты проведения

1. Блок 09.02.2023 в 14.00

2. Блок 15.02.2023 в 14.00

3. Блок 01.03.2023 в 14.00

4. Блок 15.03.2023 в 14.00