Программа по формированию здорового образа жизни

у подростков 13-18 лет «Сегодня модно быть здоровым»

(для проведения в детских лагерях с использованием сети Интернет), реализуемая специалистами «ГБУ ВО «ЦПППиРД» в летний период

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Кол-во часов |
| 1. | Быть здоровым – здорово! | 30 мин |
| 2. | Навыки бесконфликтного общения | 30 мин |
| 3. | Закон и наркотик | 30 мин |
| 4. | Я – житель Интернета | 30 мин |
| 5. | В ладу с собой (профилактика стрессовых состояний) | 30 мин |
| 6. | Мой жизненный ресурс | 30 мин |

Программа по формированию здорового образа жизни

у подростков 10-12 лет «Сегодня модно быть здоровым»

(для реализации в детских лагерях с использованием сети Интернет), реализуемая специалистами «ГБУ ВО «ЦПППиРД» в летний период

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Кол-во часов |
| 1. | Формула здоровья | 30 мин |
| 2. | Навыки бесконфликтного общения | 30 мин |
| 3. | Эмоции и чувства. Что это такое. Как их понять | 30 мин |
| 4. | Интернет: друг или враг? | 30 мин |
| 5. | Город возможностей | 30 мин |

Занятия с подростками проходит через программу Zoom

Идентификатор и пароль высылается после согласования мероприятий.

Контактный телефон 89081381995 Зенина Марина Анатольевна