**Интерактивные занятия для обучающихся**

(на период дистанционного обучения)

|  |  |
| --- | --- |
|  | Период: **c 02.05. по 16.05.2020г.** |
| Объединение: **Учимся жить**ПОО: **ГПОУ ЯО Ярославский профессиональный колледж №21** | Преподаватель:  **Березина И.В.** |
| Количество часов: **6** |  |

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование темы** | **СРС****(ч.),** **дата** | **Рекомендуемая литература** | **Содержание задания** | **Форма представления выполненного задания** |
| **1.** | Энергия и здоровье – основа благополучия | 207.05.2020г. | Статья «Энергия и здоровье - основа благополучия», статья «Правила улучшения энергетики» <https://pk21.edu.yar.ru>; Видеоконференция Марины Пельт. Активации Энергии Благополучия и Здоровья в Квантовых Потоках <https://www.youtube.com/watch?time_continue=19&v=LRzFL2fpHOw&feature=emb_logo>  Видеоматериал: Изменение своей программы благополучия. Энергия любви и ещё выше. Психология счастья...<https://www.youtube.com/watch?time_continue=41&v=hFsfFuoimv8&feature=emb_logo>   | Ознакомление с содержанием статьи «Энергия и здоровье - основа благополучия», Просмотр видеоконференции Марины Пельт «Активации Энергии Благополучия и Здоровья в Квантовых Потоках», ознакомление со статьей «Изменение своей программы благополучия. Энергия любви и ещё выше. Психология счастья...» (по ссылке) |  Документ Word.Оформление в таблице  правил здоровой энергетики.  |
| **2** |  Трансформация мышления – трансформация жизни. Техника позитивного мышления для создания благоприятного жизненного сценария. | 212.05.2020г. |  Статья «Как преодолеть собственное сопротивление и начать трансформировать свою жизнь» <https://pk21.edu.yar.ru>; Видеоматериал Видеосеминар Игоря Иванилова «Азбука жизни. Как перезагрузить судьбу. Трансформация мышления». <https://www.youtube.com/watch?time_continue=33&v=QGZEtFgTUWA&feature=emb_logo> Пройти по ссылке и ознакомиться с материалом по теме «Трансформация жизни» <https://granirazyma.ru/transformaciya-zhizni/>  | Ознакомление с материалами статьи «Как преодолеть собственное сопротивление и начать трансформировать свою жизнь» «Трансформация жизни» (на сайте колледжа). Просмотр видеоматериалов «Азбука жизни. Как перезагрузить судьбу. Трансформация мышления».  | Документ Word.Оформление в таблице трансформационных шагов, способствующих развитию позитивного мышления для создания благоприятного жизненного сценария.  |
| **3** | Тренинг психокоррекции семейных отношений. | 214.05.2020г. |  Видеобеседа с С.В. Ковалевым «Почему люди расходятся и как сохранить отношения ?» <https://www.youtube.com/watch?time_continue=2&v=2xAOZKyQF5Q&feature=emb_logo>  Видеоинтервью с Сергеем Ковалевым «Как создать идеальную семью?» <https://www.youtube.com/watch?time_continue=2&v=iS3NZmtbJlc&feature=emb_logo> Видеоматериал с психологом С. Ковалевым «О семье...» <https://www.youtube.com/watch?time_continue=2&v=xzb5o96kNj0&feature=emb_logo>  Статья Психокоррекция семейных отношений Автор В. Кочнев <https://pk21.edu.yar.ru>  Статья «Рекомендации для укрепления семейных отношений» https://pk21.edu.yar.ru Видеопсихотренинг Сатья Дас 10 шагов для улучшения семейных отношений<https://www.youtube.com/watch?time_continue=3&v=99j8yQ6oGAw&feature=emb_logo>  |  Ознакомление со статьей «Психокоррекция семейных отношений» психолога В. Кочнева. Ознакомление с видеоинтервью с психологом С. Ковалевым по темам «Почему люди расходятся и как сохранить отношения?», «Как создать идеальную семью?», «О семье...» | Документ Word.Нарисовать «Дерево семейных ценностей»Расписать миссию семьи «ДНК семейной жизни» |

*Пояснения:*

*Задания выполняются в электронном виде, готовые работы предоставляются по электронному адресу*: irina\_gvozd\_62@mail.ru