

Название	"Мое завтра"
Автор	Педагог-психолог Щепоткина С.А., педагог-психолог 1 квалификационной категории
Адресат программы	Программа для школьников и студентов (14-18 лет).
Цель	Создание условий по формированию навыков жизнестойкости подростков.
Задачи	<p>формирование навыков преодоления жизненных трудностей, трансформируя их в ситуации развития;</p> <p>развитие коммуникативных умений и навыков конструктивного взаимодействия ;</p> <p>формирование позитивного самосознания собственной личности и личности других людей.</p>
Планируемые (ожидаемые результаты)	<ul style="list-style-type: none"> - расширят знания о приемах эффективного сотрудничества; - овладеют способами разрешения конфликтов; - будут ориентироваться в приемах здоровья сбережения; - приобретут навыки рефлексии.
Объем в часах	Общее время ведения программы 10 часов. Программа рассчитана на 5 занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю .
Содержание и структура	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сотрудничество 2. Истоки здоровья 3. Конфликт 4. Смысл жизни 5. СДР (Смотри, думай, решай)
Формы реализации	Программа может быть реализована в очной, дистанционной и смешанной форме.