

Программы Серебряного университета

2017-2018 учебный год

Наименование	Срок освоения	Содержание	Результат
Еда вместо лекарств	24 часа	<ul style="list-style-type: none"> - Лечебно-профилактические свойства растительной клетчатки; - Нормализация процессов пищеварения; - Обмен веществ в организме человека; - Понятие и классификация токсинов; - Целесообразность и способы очищения организма; - Сорбенты для очищения организма и их виды. 	По окончании программы слушатели смогут правильно подбирать продукты питания и следить за своим здоровьем.
Информационное пространство жизни	24 часа	<ul style="list-style-type: none"> - Информационно-образовательная среда в жизни общества; - Приемы подготовки документов, презентаций в Microsoft Office; - Электронные устройства и коммуникации; - Психолого-педагогические и коммуникационные аспекты культуры использования современного оборудования. 	Слушатели научатся: <ul style="list-style-type: none"> - Использовать возможности информационной среды для обеспечения качества жизни; - Использовать Интернет для поиска необходимой информации и общения; - Использовать информационные порталы Москвы, сервисы информационного обслуживания здравоохранения (EMIAS), транспортного обслуживания; - Совершать покупки в Интернет-магазинах.
История и культура Москвы	24 часа	<ul style="list-style-type: none"> - Московведение как отрасль краеведения; - Москва в XII-XV веках: от пограничной крепости к столице единого Российского государства; - Москва в XVIII веке. Экономическое развитие Москвы. Внешний облик Москвы: новые архитектурные сооружения; - Москва в XX веке. Москва – столица советского государства в 1-ю половину XX века. Москва во второй половине XX века. 	По окончании программы слушатели смогут: <ul style="list-style-type: none"> - Анализировать основные этапы и закономерности исторического развития Москвы; - Рецензировать и аннотировать методические и исторические публикации.

<p>Конфликтное поведение: предупреждение и разрешение конфликтов</p>	<p>24 часа</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Методы исследования конфликтного поведения; - Стадии конфликта и его динамика; - Анализ стратегий конфликтного поведения. 	<p>Слушатели научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Предупреждать конфликтные ситуации; - Определять стадии конфликта; - Подбирать адекватную стратегию выхода из конфликтов и конфликтных ситуаций; - Выявлять особенности конфликтного поведения вашего ближнего окружения, чтобы сделать общение с близкими комфортным и гармоничным.
<p>Основы финансовой и правовой грамотности</p>	<p>24 часа</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Банковский вклад: ставки, доходность, схема выбора; - Кредит, процентная ставка, полная стоимость, сравнение кредитных предложений; - Ценные бумаги, основные виды: акции, облигации; - Финансовые риски, основные виды финансовых рисков; - Финансовое мошенничество, правила выбора финансовой компании, основные меры финансовой предосторожности 	<p>По окончании программы слушатели научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выбирать банковские вклады; - Сравнивать кредитные предложения; - Распознавать финансовые мошенничества; - Применять меры финансовой предосторожности.
<p>Социальные медиа и литературное творчество</p>	<p>24 часа</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Основы теории коммуникации и творческой деятельности журналиста. - Современные отечественные СМИ. - Сбор материала для публикации. Специфика обработки информации. - Стилистика и литературное редактирование. - Креативные практики создания текста. - Выпуск учебной газеты. 	<p>По окончании программы слушатели смогут:</p> <ul style="list-style-type: none"> - быстро прочитывать периодику (газеты и журналы), выделять главное в прочитанном; - писать полемические статьи на социокультурные и социо-политические темы, - готовить материалы к публикации в газеты и журналы Москвы.
<p>Психологические проблемы общения</p>	<p>24 часа</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Коммуникативный процесс: структура, участники, схема - Проблемы и особенности коммуникации в пожилом возрасте; - Эффективное управление коммуникативным процессом; Способы эффективной саморегуляции 	<p>По окончании программы слушатели смогут:</p> <ul style="list-style-type: none"> - управлять коммуникативным процессом, способствуя его эффективности, - актуализировать личный опыт в общении, - использовать различные способы эффективной саморегуляции.

<p>Пять шагов к волонтерству</p>	<p>24 часа</p>	<ul style="list-style-type: none"> - история волонтерства в России; - основные направления и содержание волонтерской деятельности; - волонтерство в социальной работе; - организация и осуществление волонтерской работы 	<p>Слушатели ознакомятся с опытом волонтерской деятельности, получат навыки организации волонтерской работы.</p>
<p>Разговорный английский/немецкий язык</p>	<p>36 часов</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Знакомство с правилами чтения; - Приветствие и представление себя; - Путешествие по стране языка; - Покупки в магазине; - Легкая беседа (мои хобби, досуг, погода и т.д.). 	<p>По окончании программы слушатели смогут:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Начинать, вести и поддерживать беседу в базовых ситуациях общения; - Рассказывать о себе, своих интересах, планах на будущее; - Расспрашивать собеседника, высказывать свое мнение, отвечать на предложения собеседника согласием или отказом; - Понимать короткие тексты (прогнозы погоды, программы телепередач, различные объявления).
<p>Рукоделие и творчество</p>	<p>24 часа</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Основы теории и практики создания декоративной композиции; - Особенности творчества в технике художественной росписи по дереву; - Технология изготовления ручной вышивки; - Традиционные и современные техники художественного войлока; - Роспись по ткани как вид декоративного искусства; - Ознакомление со свойствами бумаги; - Основы оригами. 	<p>По окончании программы слушатели научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Элементарным умениям, навыкам, способам художественной деятельности; - Творческому восприятию природного мира средствами изобразительного и декоративно-прикладного искусства через цвет, форму, фактурные возможности материала.
<p>Современные средства и инструменты удаленного общения</p>	<p>24 часа</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Основные принципы удаленного общения; - Основы работы с программой Скайп; - Видеоконференции; - Мессенджеры на мобильных устройствах; - Мессенджеры: плюсы и минусы. Информационная безопасность; - Социальная сеть. 	<p>По окончании программы слушатели смогут:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Общаться в сети Интернет; - Использовать программный продукт Skype, популярные мессенджеры - WhatsApp, Viber, социальные сети – Одноклассники, Facebook; - Создавать логины и пароли для пользования программными продуктами;

			- Соблюдать меры безопасности при работе в интернете.
Танцуем вместе	24 часа	- Владение своим телом, коррекция фигуры; - Тренировка равновесия и дыхания, увеличение подвижности суставов, укрепление мышечного корсета.	По окончании программы слушатели научатся: - Выполнять правильную постановку корпуса, ног, рук и головы; - Осваивать основные позиции ног и рук народно-сценического танца и движения; - Исполнять русские народно-сценические танцы.
Оздоровительное плавание <i>Место проведения:</i> СВАО, <i>ул. Касаткина, д. 23</i>	24 часа	- Основы двигательной активности в воде; - Задержка дыхания; - Плавание с использованием инвентаря; - Плавание кролем на груди и спине; - Игры и развлечения в воде.	По окончании программы слушатели смогут: - Правильно дышать и двигаться в воде; - Плавать разными стилями; - Выполнять упражнения с помощью специального инвентаря.
Изготовитель игровых кукол (рабочая профессия) <i>Место проведения:</i> 1. ЗАО, <i>Поклонная ул, д.2</i> 2. СВАО, <i>ул. Грекова, д.3 к.1</i>	160 часов (10 месяцев)	- Создание художественного образа куклы; - Выбор итогового эскиза, материалов для изготовления куклы; - Изучение особенностей изготовления деталей куклы; - Изготовление одежды, костюмов, головных уборов и обуви для кукол.	По окончании программы слушатели смогут: - Осуществлять внешнее оформление игровых кукол по эскизам художника; - Изготавливать фактурные парики, делать раскрой, пошив и отделку простых современных костюмов, платьев, головных уборов и обуви для кукол; - Узнавать устройство игровых кукол различных систем и конструкций, способов обработки применяемых материалов при изготовлении игровых кукол.
Няня (рабочая профессия) <i>Место проведения:</i> 1. ЮЗАО, <i>ул. Цюрупы, 14Б</i>	160 часов (10 месяцев)	- Анатомо-физиологические основы детского организма и основы безопасности жизнедеятельности; - Основы детской психологии и дошкольной педагогики; - Развитие и укрепление детского организма; - Организация досуга в семье; - Практикум общения в семье.	По окончании программы слушатели смогут: - Осуществлять уход за ребенком в возрасте от 2-х до 7-ми лет; - Оказывать консультативную психолого-педагогическую помощь семье и ребенку дошкольнику; - Разбираться в вопросах семейного воспитания, социального, психологического и физического развития ребенка;

<p>2. ВАО, Измайловский буль- вар, д. 19</p>			<p>- Корректировать процесс взаимодействия с ребенком и семьей.</p>
<p>Рабочий зеленого хозяйства (рабочая профессия)</p> <p>Место проведения: САО, ул. Вучетича, дом 3/1</p>	<p>160 часов (10 месяцев)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Приемы работ по озеленению, устройству газона, цветника и уходу за растениями; - Устройство дорожек и площадок; - Уход за зелеными насаждениями в послепосадочный период. 	<p>По окончании программы слушатели смогут:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выполнять простые работы при устройстве скверов, газонов и содержании зеленых насаждений; - Соблюдать требования безопасности труда, электро- и пожарной безопасности.