**Программа информационно-профилактического онлайн-мероприятия «Ярмарка здоровья»**

**Место проведения**: социальная сеть ВКонтакте, интернет-платформа по организации видеоконференций Zoom

**Дата проведения**: 18 - 21 ноября 2020

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Время** | **Наименование мероприятия** | **Ресурс** | **Ответственный** |
| **18.11** | 10.00 | Открытие онлайн-мероприятия «Ярмарка здоровья»  (представление программы, механизмов реализации) | https://vk.com/yarmarkazoj  Пост | Т.А. Морозова, руководитель Центра СУЗС |
| 10.30 | Программа дня онлайн-мероприятия «Ярмарка здоровья» | https://vk.com/yarmarkazoj  инфографика | А.А. Маренкова, специалист по УМР |
| 11.00 | Конкурсное задание дня | https://vk.com/yarmarkazoj  Пост |
| 12.00 | Правильное питание: мифы, в которые мы верим | Вебинар в Zoom <https://us05web.zoom.us/j/2229569343?pwd=UVdHaW9NUTZSR1Z1VTI1YWpwZU1LQT09> | Спикер: Виктория Сабанова, председатель Студенческого научного общества СамГМУ |
| 14.00 | Время разминки: примеры физических упражнений дома | https://vk.com/yarmarkazoj  Статья | Т.А. Морозова, руководитель Центра СУЗС |
| 15.00 | ЗОЖем, студенты?! | https://vk.com/yarmarkazoj  Статья |
| 17.00 | Ежедневная рубрика «Здоровый совет» | https://vk.com/yarmarkazoj  Пост |
| 18.00 | Итоги конкурсного задания дня | https://vk.com/yarmarkazoj  Пост | А.А. Маренкова, специалист по УМР |
| 18.10 | Вечерний комплекс физических упражнений: расслабление | https://vk.com/yarmarkazoj  Видеоролик | Инструктор: И.С. Кальбердин, ст.преподаватель кафедры физического воспитания |
| **19.11** | 7.30 | Утренняя зарядка «Бодрым в новый день» | https://vk.com/yarmarkazoj  Видеоролик |
| 8.30 | Программа дня онлайн-мероприятия «Ярмарка здоровья» | https://vk.com/yarmarkazoj  инфографика | А.А. Маренкова, специалист по УМР |
| 10.00 | Настроимся на ЗОЖ | Вебинар в Zoom  <https://us05web.zoom.us/j/2229569343?pwd=UVdHaW9NUTZSR1Z1VTI1YWpwZU1LQT09> | Спикер: Д.П. Шипуля, специалист ГБУЗ «Самарский областной центр медицинской профилактики» |
| 11.00 | Конкурсное задание дня | https://vk.com/yarmarkazoj  Пост | А.А. Маренкова, специалист по УМР |
| 14.00 | Время разминки: дневная растяжка. | https://vk.com/yarmarkazoj | Инструктор: И.С. Кальбердин, ст.преподаватель кафедры физического воспитания |
| 15.00 | Иммунитет: знакомый незнакомец | Вебинар в Zoom  <https://us05web.zoom.us/j/2229569343?pwd=UVdHaW9NUTZSR1Z1VTI1YWpwZU1LQT09> | Спикер: Т.А. Морозова, руководитель Центра СУЗС |
| 17.00 | Ежедневная рубрика «Здоровый совет» | https://vk.com/yarmarkazoj  Пост | А.А. Маренкова, специалист по УМР |
| 18.00 | Итоги конкурсного задания дня | https://vk.com/yarmarkazoj  Пост |
| 18.10 | Вечерний комплекс физических упражнений | https://vk.com/yarmarkazoj  Видеоролик | Инструктор: И.С. Кальбердин, ст.преподаватель кафедры физического воспитания |
| **20.11** | 7.30 | Утренняя зарядка «Бодрым в новый день» | https://vk.com/yarmarkazoj  Видеоролик |
| 8.30 | Программа дня онлайн-мероприятия «Ярмарка здоровья» | https://vk.com/yarmarkazoj  инфографика | А.А. Маренкова, специалист по УМР |
| 11.00 | Конкурсное задание дня | https://vk.com/yarmarkazoj  Пост |
| 13.05 | ЗОЖ и факторы риска. Пагубные привычки и последствия | Вебинар в Zoom  <https://us05web.zoom.us/j/2229569343?pwd=UVdHaW9NUTZSR1Z1VTI1YWpwZU1LQT09> | Спикер: М.В. Сидорин, психолог ГБУЗ «Самарский областной наркологический диспансер» |
| 14.00 | Время разминки: дневная растяжка. | https://vk.com/yarmarkazoj | А.А. Маренкова, специалист по УМР |
| 15.00 | Размышляем на тему: «Ловцы душ» | https://vk.com/yarmarkazoj  Видеофильм от общественной организации «Общее дело» | Т.А. Морозова, руководитель Центра СУЗС |
| 16.00 | Квиз от клуба волонтеров по донорству крови «Будем знакомы» | Интерактивная встреча в Zoom  <https://us05web.zoom.us/j/2229569343?pwd=UVdHaW9NUTZSR1Z1VTI1YWpwZU1LQT09> | Спикер: Анастасия Сабанина, координатор клуба волонтёров по донорству крови |
| 17.00 | Ежедневная рубрика «Здоровый совет» | https://vk.com/yarmarkazoj  Пост | А.А. Маренкова, специалист по УМР |
| 18.00 | Итоги конкурсного задания дня | https://vk.com/yarmarkazoj  Пост |
| 18.10 | Вечерний комплекс физических упражнений | https://vk.com/yarmarkazoj  Видеоролик | Инструктор: И.С. Кальбердин, ст.преподаватель кафедры физического воспитания |
| **21.11** | 7.30 | Утренняя зарядка «Бодрым в новый день» | https://vk.com/yarmarkazoj  Видеоролик |
| 8.30 | Программа дня онлайн-мероприятия «Ярмарка здоровья» | https://vk.com/yarmarkazoj  инфографика | А.А. Маренкова, специалист по УМР  Т.А. Морозова, руководитель Центра СУЗС |
| 10.00 | Ежедневная рубрика «Здоровый совет» Совет на пользу здоровья | https://vk.com/yarmarkazoj  Пост |
| 11.00 | Гайд начинающего донора | Интерактивная встреча в Zoom  <https://us05web.zoom.us/j/2229569343?pwd=UVdHaW9NUTZSR1Z1VTI1YWpwZU1LQT09> | Спикер: Кристина Чернышова, координатор группы волонтеров-медиков |
| 13.30 | Закрытие онлайн-мероприятия «Ярмарка здоровья» | https://vk.com/yarmarkazoj  Пост | Т.А. Морозова, руководитель Центра СУЗС |

Руководитель Центра СУЗС Т.А. Морозова

Согласовано:

Начальник УВР М.Г. Резниченко