

АННОТАЦИЯ ТРЕНИНГОВ ПРОФИЛЬНОЙ (СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ) СМЕНЫ ЛАГЕРЯ В РАМКАХ ПРОЕКТА ОТКРЫТЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

I БЛОК. 11:00 – 13:00



Тренинг «Я/МЫ КОМАНДА»

Ведущая АЛЕКСАНДРА УМНОВА

Аннотация: Любую цель ты можешь достичь один, но как быстро и качественно ты это сделаешь — зависит от людей, которые идут рядом. Создание эффективной команды — главная задача лидера. Особенно это важно в студенчестве, где за работу мы «платим» поддержкой и словами благодарности.



Тренинг «ИГРА В КОММУНИКАЦИЮ»

Ведущая КСЕНИЯ КУВАРДИНА

Аннотация: Главный секрет успеха в чём-либо - знание, как обращаться с людьми. Разберём на тренинге что, когда и как говорить, чтобы быть услышанным и не потерять в своих интересах.



Тренинг «БОЙ С ТЕНЬЮ» - ТРЕНИНГ ПРЕОДОЛЕНИЯ ВНУТРЕННИХ ПРЕПЯТСТВИЙ НА ПУТИ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИДЕРА»

Ведущий ДЕНИС СМІРНОВ

Аннотация: Тренинг предназначен для тех, у кого большие цели, но не достаточно сил. С помощью практик общения мы раскроем внутренние преграды и, актуализировав медитации образ «Внутреннего Воина» сделаем шаг к своей цели.



Тренинг «КАК ИСКАТЬ СИЛЫ К «ПОЛЁТУ»

Ведущий ИВАН ЧЕЧУЛИН

Аннотация: Тренинг будет посвящен проблемам мотивации и самомотивации. Каждый участник сформулирует для себя факторы, которые его демотивируют, и обнаружит способы их нейтрализации. На тренинге будет предложено практическое руководство по профилактике выгорания. Тренинг будет способствовать поиску новых источников вдохновения.



Тренинг «Я ДИРЕКТОР СВОИХ ЭМОЦИЙ»

Ведущий ЕЛЕНА ЛУЗИНА

Аннотация: Скорее всего, с каждым из нас когда-нибудь случалось такое, что на эмоциях мы сказали лишнего, а потом жалели об этом.

Важно уметь контролировать себя в подобных ситуациях. Как это сделать, расскажу на тренинге по эмоциональному интеллекту.

А также: что это такое, почему он так важен и как его развивать.



Тренинг «SELF SKILLS НАВЫКИ ДЛЯ ТВОЕЙ ИДЕАЛЬНОЙ ЖИЗНИ ЗДЕСЬ И В БУДУЩЕМ»

Ведущий СВЕТЛАНА ГАЛИЕВА

Аннотация: На тренинге вы узнаете содержание Self skills и разницу от Soft, Hard skills, честно ответите себе на вопрос «как студенчество повлияет на вашу жизнь» и «можете ли вы управлять собственным потенциалом», мы создадим ваш идеальный Я-образ, от которого ваши родители и педагоги не придут в ужас, а вы испытаете Радость



Тренинг «МАНИПУЛЯЦИИ: ИГРЫ, В КОТОРЫЕ ИГРАЮТ ВСЕ»

Ведущий ДАРЬЯ ДЕЕВА

Аннотация: Бывают диалоги, после которых внутри остается сильный "осадок". Такое часто происходит из-за манипуляции.

На мастер-классе мы рассмотрим, почему манипуляции оказывают такое сильное воздействие на человека и как их можно обезвредить.



Тренинг «ТАК-ТО ДА, НО НЕТ»

Ведущий ОЛЬГА ЛОПАТИНА

Аннотация: В ходе интерактивного взаимодействия участники смогут сформировать представления об особенностях современных межличностных коммуникаций, практические упражнения помогут увидеть, какие существуют коммуникативные барьеры, а рефлексия и анализ позволят вывести основные принципы их преодоления. Как сказать, чтобы быть услышанным, как слушать, чтобы услышать, можно ли быть уверенным, что тебя поняли, можно ли исправить ситуацию, если тебя не так поняли и многие другие вопросы, на которые участники точно будут знать ответы после тренинга.



Тренинг «БУДЬ САМИМ СОБОЙ, ПРОДОЛЖАЙ РАЗВИВАТЬСЯ: ВЕРБАЛЬНЫЙ ИМИДЖ»

Ведущий СОФЬЯ КУЗЬМЕНКО

Аннотация: То, как мы воспринимаем и позиционируем себя, далеко не всегда совпадает с тем, как нас воспринимают окружающие. Обрести свободную коммуникацию, не теряя собственное «Я» и не нарушая комфорт и границы другого человека – задача непростая. Попробуем с ней разобраться.



Тренинг «ОТ ХОРОШЕГО К ЛУЧШЕМУ: КАК ЦЕЛЬ ФОРМИРУЕТ МЫСЛЬ»

Ведущий ВИТАЛИЙ ТАРАСОВ

Аннотация: Все мы знаем, что мысли материальны. Как научиться правильно думать, чтобы идеи воплощались в жизнь? Как найти мотивацию для настоящих поступков? Ищем ответы на самые актуальные вопросы.



Тренинг «КРЕАТИВНЫЙ КЛАСС»

Ведущая АЛЕКСАНДРА УМНОВА

Аннотация: Уметь креативно подходить к любой ситуации — важный навык современного человека. Выгодно отличаться от других, гибко мыслить, придумывать новое или улучшать то, что уже есть — всё это креативное мышление. Оригинальным может быть каждый.



Тренинг «ТИХО! ИДЁТ СЪЁМКА СТРЕССА»

Ведущая КСЕНИЯ КУВАРДИНА

Аннотация: Со стрессом ежедневно встречается каждый из нас. Кто-то считает, что это нормально, а кто-то уверен, что стресс его убивает. На самом деле стресс важен и необходим, но нужно уметь с ним работать. На тренинге разберём, как управлять стрессом так, чтобы он не разрушал твой мир.



Тренинг «Я ЧЕЛОВЕК ПРОСТОЙ: ЕСТЬ РЕШЕНИЕ – ПРИНИМАЮ»

Ведущий ЕЛЕНА ЛУЗИНА

Аннотация: Чтобы быстрее достигать своих целей, легко отбрасывать ненужные вещи/события или людей из жизни, важно уметь принимать решения. О том, как происходит процесс принятия решения, какие есть техники и что может помочь, чтобы облегчить этот процесс, поговорим и потренируемся на тренинге.



Тренинг «В ЧЕМ СМЫСЛ, БРАТ? ИЛИ О ТОМ, КАК НЕ ПРОПУСТИТЬ СВОЕ СТУДЕНЧЕСТВО»

Ведущий СВЕТЛАНА ГАЛИЕВА

Аннотация: Можно жить без Смысла.

Смысл – это вообще про умных.

Но я уверена, что когда вы знаете «кто вы» и «зачем вы», жить становится проще, жить становится круто.

А крутое, яркое, осмысленное студенчество – это залог такой же взрослости и старости. Я в это верю.

Мое студенчество было потрясающим.

Я расскажу свою историю, а ты создашь свою!



Тренинг «ЛИЧНЫЙ БРЕНД В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ. КАК ПОСТРОИТЬ И НЕ СТАТЬ ЗАЛОЖНИКОМ»

Ведущий АНАСТАСИЯ МИКОВА

Аннотация: На мастер-классе мы разберём основные принципы построения личного бренда и его продвижения. Сопоставим их с трендами и научимся использовать в своём блоге.



Тренинг «ИСПЫТАЙ СЕБЯ НА TEDx»

Ведущий ОЛЬГА ЛОПАТИНА

Аннотация: В ходе тренинга разберемся с популярными мифами и утверждениями о самом востребованном формате публичного выступления - лекции в стиле TEDx. Что такое TEDx? Зачем нужен этот формат, и что в нем такого особенного? Почему сегодня все ведущие ученые, бизнесмены и деятели культуры стремятся попасть на сцену TEDx? Правда ли, что если ты вышел на эту сцену — считай, состоялся в своей области? Попробуем себя в качестве участника, разберем чек-лист для выступления, и, конечно, познакомимся с лайфхаками от ведущих лекторов TEDx.



Тренинг «СВОБОДА ДВИЖЕНИЯ И ЖЕСТОВ»

Ведущий СОФЬЯ КУЗЬМЕНКО

Аннотация: В самый ответственный момент коммуникации наша мимика и тело предательски демонстрирует окружающим наше психическое напряжение. Как избежать «зажимов» и быть в согласии со своим телом и мыслями поговорим на мастер-классе.



Тренинг «Я В МОМЕНТЕ, Я В РЕСУРСЕ: КАК МОТИВИРОВАТЬ СЕБЯ И НЕ ПЕРЕСТАРАТЬСЯ»

Ведущий ВИТАЛИЙ ТАРАСОВ

Аннотация: Участникам тренинга будут предложены практики для поиска внутренней мотивации к действию. Только по делу, без лишних слов.



АННОТАЦИЯ МЕРОПРИЯТИЙ ПРОФИЛЬНОЙ (СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ) СМЕНИ ЛАГЕРЯ

22 НОЯБРЯ 2021 Г. (ПОНЕДЕЛЬНИК)



Ведущая Радостева Анна Геннадьевна

КВЕСТ «ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЭКСПРЕСС»

Аннотация:

Отправимся в увлекательное путешествие по стране Психология за время которого мы сделаем несколько остановок. На каждой станции вы узнаете что-то интересное про себя и ваших близких. Разгадаете тайны психики, познакомитесь с новым понятиями, примите самое активное участие, проявите себя и посмотрите на других.

23 НОЯБРЯ 2021 Г. (ВТОРНИК)



Ведущий Костарев Павел Дмитриевич

ПРАКТИКУМ ПО 3D МОДЕЛИРОВАНИЮ «ДОМИК У МОРЯ»

Аннотация:

За занятие вы познакомитесь с программой Blender и с нуля создадите классную сцену с домиком у моря. И всё это всего лишь за 2,5 часа. Это занятие рассчитано на начинающих и знакомство с основами Blender начинается с нуля. Вы узнаете, как можно начать создавать 3D объекты и сцены, которые можно использовать во многих областях (играх, дизайне, рекламе, строительстве и многом другом). Узнаете, как можно их настраивать, корректировать и накладывать цвета. И в конце получите свою первую, созданное вами, 3D сцену!

Ссылка на скачивание программы Blender: <https://www.blender.org/download/>



АННОТАЦИЯ МЕРОПРИЯТИЙ ПРОФИЛЬНОЙ (СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ) СМЕНИ ЛАГЕРЯ

24 НОЯБРЯ 2021 Г. (СРЕДА)



Ведущий Куралин Владимир Валерьевич

«АРТУМЕНТАРИУМ 2.0»

Аннотация:

Игра, которая позволит участникам строить аргументацию вокруг определённой темы, заданной отрывком из художественной, научной или публицистической литературы. Данная игра позволит в дальнейшем прокачать свой skills в написании аргументации для сочинения ЕГЭ, а также освоить ораторские и лидерские начала

25 НОЯБРЯ 2021 Г. (ЧЕТВЕРГ)



Ведущий Вострокнутов Артем Викторович

ИСТОРИЧЕСКАЯ ОНЛАЙН ЭКСКУРСИЯ ПО Г. ПЕРМИ

Аннотация:

Историческая онлайн экскурсия по центральной части г.Перми. Подробное знакомство с архитектурными объектами, достопримечательностями и историей города