

ШАГ ЗА ШАГОМ 2016

С 12 октября по 1 декабря 2016 года в городе Ярославле традиционно проводилась городская комплексная профилактическая Программа **«Акция «ШАГ ЗА ШАГОМ»**. Разработчики и организаторы Акции – Муниципальное учреждение социального обслуживания подростков и молодежи **«Ярославский городской молодежный центр»**. Акция проводится при поддержке Управления по молодежной политике мэрии города Ярославля.

Основной целью данной программы является пропаганда здорового образа жизни и сознательного отношения к своему здоровью среди молодежи.

Этапы программы:

I этап – **«Даешь ЗОЖ!»** - 10.11.2016

II этап – **Спартакиада «Умный спорт»** - 24.11.2016

III этап – **Акция «Лента жизни»** - 29.11.2016

IV этап – **Шоу-программа «Свобода выбора»** - 01.12.2016



Флешмоб "Даёшь ЗОЖ"

<http://yar-kip.edu.yar.ru/videomateriali.html>



Спартакиада «Умный спорт»

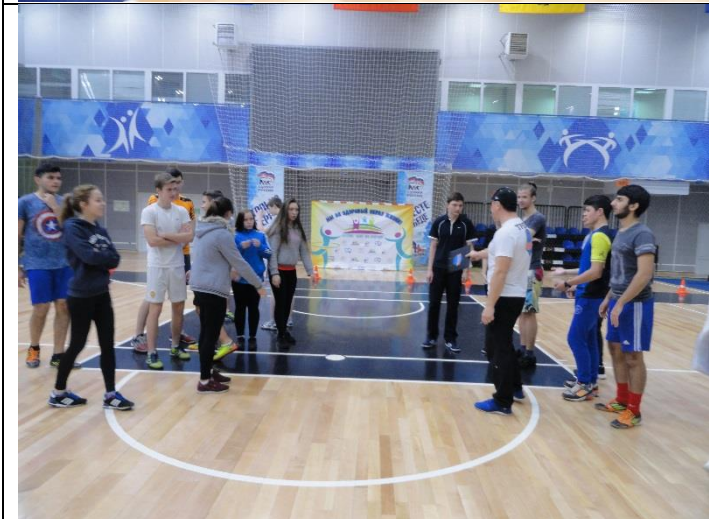
Впервые спартакиада проходила в спортивном комплексе «Вознесенский».

Участникам предстояло сыграть в английский регби и познакомиться с новым и интересным направлением – Кроссфит. Кроме этого в перерывах между силовыми нагрузками командам было предложено показать свои знания в викторине, посвященной ЗОЖ.

Кроссфит – это система общей физической подготовки (ОФП), функциональный тренинг. Она создана таким образом, чтобы вызвать максимально широкую адаптационную реакцию организма. Атлет получает равномерное и полноценное физическое развитие. Это круговая тренировка без отдыха (либо с минимальным отдыхом).



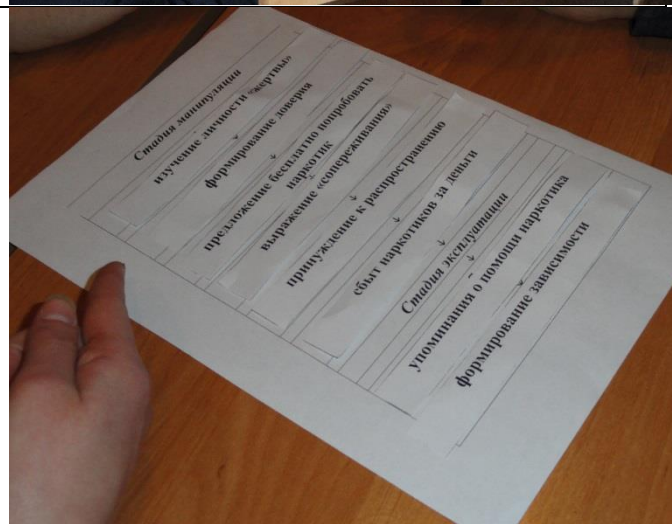




Акция «Лента жизни»

В рамках акции участники проходили интерактивные игровые станции, направленные на информирование о вреде ПАВ и пропаганду здорового образа жизни:

- | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|
| • Сексуальное воспитание | • Здоровое питание |
| • Профилактика зависимости от ПАВ | • Административная ответственность |
| • Волонтерство | • Делай раз |
| • Спортивная | • Медицина |

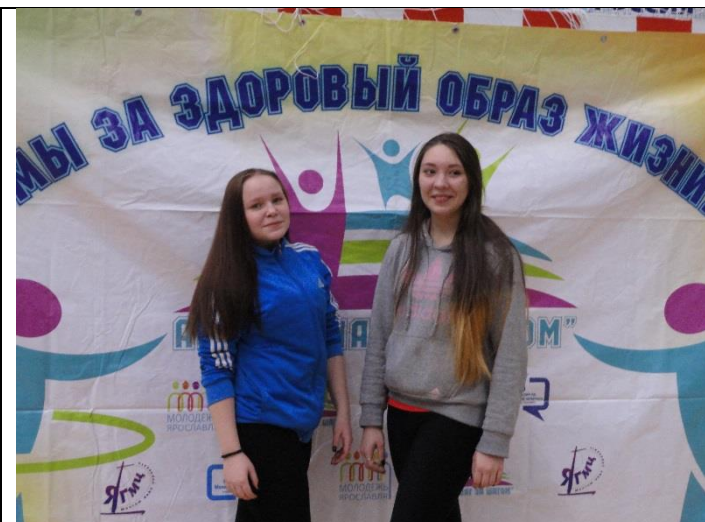




Шоу-программа «Свобода выбора»

включает в себя интерактивное мероприятие в форме флешмобов, проводимых на территории ТЦ «РИО-Опт» (на Тутаевском шоссе, 1), а так же подведение итогов Акции и торжественное награждение всех участников профилактической программы.





Материал подготовила Т.В. Смирнова

Смотрите также:

<http://yarpmp.ru/gallery>

<http://yarpmp.ru/gallery/90>

<http://yarpmp.ru/gallery/89>

<http://yarpmp.ru/gallery/91>

<https://vk.com/yagmc>



В Акции «Шаг за шагом» принимали участие студенты ЯрКИП:
 Мирошник Варвара, Мокрова Алина, Акопян Эдгар, Тамоян Тенгис, Круглова Виктория, Детюк Светлана, Наживин Дмитрий, Трушина Кристина, Красковская Ирина, Захарова Дарья, Лебедева Алена, Калабекова Елизавета, Михайлова Анастасия, Самборская Юлия, Толобов Даниил, Беляков Максим, Смирнова Полина, Пахомов Максим, Ермолин Кирилл, Багров Иван, Эшматов Тахир, Груздева Елизавета, Ашмарин Антон, Сердюков Александр.

