

**ПРОГРАММА «КОЛЬЦА ЗАЩИТЫ»  
ДЛЯ ДЕТЕЙ В ДОЛ ОАО «РЖД»**

<b>№</b>	<b>Занятие</b>	<b>Описание</b>
1	Я себя знаю	<i>Введение в программу «Кольца защиты». Проверка своих качеств, возможностей организма в формате игры «Брейн-ринг».</i>
2	Я свое тело	<i>Практическое изучение особенностей своего тела: зрительного восприятия, зрения, чувствительности кожи, слуха, обоняния.</i>
3	Я в силах помочь	<i>Тренировка навыков оказания первой помощи через игровые ситуации. Действия при ожоге, затрудненном дыхании, переломе, кровотечении.</i>
4	Я сочувствую	<i>Природа и физиологические проявления эмоций. Тренировка распознавания эмоций. Упражнения с Колесом Плутчика.</i>
5	Я визуализирую	<i>Практика структурирования и визуализации информации. Скрайбинг. Создание визуальных заметок по темам.</i>
6	Я управляю информацией	<i>Детективный квест по поиску информации, анализу фактов, доказательств. Индивидуальные задания на поиск информации о своих предках для составления родословной.</i>
7	Я анализирую	<i>Развитие навыка отличия мнения от факта (какой информации можно доверять, какую нужно проверять). Цифровая безопасность.</i>
8	Я есть интеллект	<i>Навык создания контента в соавторстве с искусственным интеллектом. Нейросетевое командное соревнование: поиск ответов на вопросы, генерация изображений, озвучка текста, написание авторской сказки с помощью ИИ.</i>
9	Я играю	<i>Тренировка навыка проведения игр для сверстников и детей младшего возраста на основе занятий программы «Железнодорожная игротека».</i>