**План**

**размещения информации в социальных сетях в рамках программы «Университет третьего возраста»**

**НА АПРЕЛЬ 2022 ГОДА**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Наименование информации, тема** | **Название факультета** | | **Вид информации** | **Ответственный** |
| 01.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Виброгимнастика (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Лекция | | Чебыкина С.П. |
| Влияние смехотерапии на здоровье человека | Факультет «Психология» | Лекция | | Кернадз О.Х. |
| 04.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Нижний Новгород – столица Поволжья (просмотр видеоролика, знакомство с историей города)  (виртуальный туризм в оффлайн формате) | Факультет «Социальный туризм» | Видео-урок | | Большакова Н.В. |
| Безопасная жизнедеятельность  пожилых людей в жилых помещениях (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Безопасность жизнедеятельности» | Текст | | Солдаткина В.Н. |
| 05.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Страх оценки - что это, как проявляется и как с этим бороться (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Психология» | Видео-урок | | Кернадз О.Х. |
| 06.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Памятники зодчества (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Сазыкина О.В. |
| Защита прав потребителей. Права потребителя в случае приобретения товара с недостатками (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Правовые знания» | Лекция | | Хакимова Т.Ф. |
| 07.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Безопасные покупки в интернете (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Финансовая грамотность» | Лекция | | Паймухина Л.И. |
| 08.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Лучшие сорта комнатных томатов (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Растениеводство» | Лекция | | Солдаткина А.Н. |
| Папье – маше». Декор для дома (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Творческое развитие личности» | Мастер-класс | | Исакова К.Ю. |
| 11.04.2022 | Утренняя гимнастика(в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Великая империя Диор. Как кутюрье покорил миллионы женских сердец (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Мода и стиль» | Лекция | | Мамедова Н.Н. |
| 12.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Путешествие по тропинке родительской мудрости (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Школа родительской мудрости» | Видео-урок | | Большакова Н.В. |
| 13.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Гимнастика для глаз (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| 14.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| «Знакомство с интернет-магазинами:  -покупки в сети Интернет с помощью пластиковой карты» (условия, доставка, способы оплаты, платежные терминалы) | Факультет «Цифровая грамотность» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Как подать заявление на меры социальной поддержки через Госуслуги | Факультет «Цифровая грамотность» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| 15.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Медицинский туризм (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Лекция | | Чебыкина С.П. |
| Изготовление декора для дома в технике «Папье –маше» (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Творческое развитие личности» | Видео-урок | | Исакова К.Ю. |
| 18.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Рыбалка по правилам: как ловить рыбу не нарушая закон (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Основы рыбной ловли» | Лекция | | Чебыкина С.П. |
| 19.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Неуверенность в себе. Причины и методы борьбы с ней (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Психология» | Лекция | | Кернадз О.Х. |
|  | Мастер-класс роспись ткани в технике «Холодный батик» | Факультет «Творческое развитие личности» | Мастер-класс | | Сазыкина О.В. |
| 20.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Понятие опеки и попечительства, их разграничение». Лекция 1. (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Правовые знания» | Лекция | | Хакимова Т.Ф. |
| 21.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Как уберечь себя и близких от финансового мошенничества (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Финансовая грамотность» | Лекция | | Паймухина Л.И. |
|  | Лотос из салфеток в технике «модульное оригами» (пэчворк без иглы) | Факультет «Финансовая грамотность» | Видео-урок | | Мамедова Н.Н. |
| 22.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Как узнать какие продукты содержат ГМО (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео лекция | | Мамедова Н.Н. |
| 25.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Растения-лекари, их лекарственные свойства (в оффлайн и онлайн форматах) | Факультет «Растениеводство» | Лекция | | Солдаткина А.Н. |
| 26.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Безопасность пожилых людей на транспорте (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Безопасность жизнедеятельности» | Лекция | | Солдаткина А.Н. |
| 27.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Изготовление броши из подручного материала (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Творческое развитие личности» | Видео-урок | | Мамедова Н.Н. |
| 28.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Улыбка с точки зрения психолога | Факультет «Психология» | Лекция | | Кернадз О.Х. |
| 29.04.2022 | Утренняя гимнастика (в оффлайн формате) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Видео-урок | | Колотухин А.А. |
| Грядущие праздники в апреле (в онлайн формате) | Факультет «Культура и искусство» | Лекция | | Большакова Н.В. |
| Кардионагрузка для гипертоника (в онлайн и оффлайн форматах) | Факультет «Здоровье и физическая активность» | Лекция | | Колотухин А.А. |

Информацию подготовила: Большакова Н.В., культорганизатор отделения социальной реабилитации и абилитации

Тел.: 3(4675)38842