

**ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
«Молитва об избавлении от вредных привычек»**

Наименование программы	«Молитва об избавлении от вредных привычек»
Направленность программы	Социально-гуманитарная
Объём (в академических часах)	8 ак.ч.
Форма обучения	Заочная, применяется <i>исключительно электронное обучение и дистанционные образовательные технологии</i> без отрыва от работы.
Применение дистанционных образовательных технологий и электронного обучения	8 ак.ч.
Кто может быть допущен к обучению по программе	К освоению программы допускаются лица в возрасте от 18 лет, без требования к образованию.
Форма итоговой аттестации	Не предусмотрена
Документ, выдаваемый по результатам освоения программы	Нет
Содержание программы	Вредные привычки как духовная и телесная зависимость: природа, причины, последствия – 4 ак.ч. Молитва как инструмент внутренней трансформации-3 ак.ч. Дыхание, тело и молитва: восстановление связи с собой – 3 ак.ч. Итоговая аттестация - нет
Краткая аннотация программы	<p>Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее – образовательная программа) социально-гуманитарной направленности разработана и реализуется в АНО ДПО «Академия осознанного мышления» (далее – Академия) с целью сформировать у обучающихся осознанное отношение к внутренним причинам вредных привычек и освоить духовно-практические способы их преодоления через работу с молитвой, телесные и дыхательные практики.</p> <p>В результате освоения настоящей образовательной программы обучающиеся:</p> <ul style="list-style-type: none"> • приобретут навыки осознанной работы с телом, дыханием и вниманием; • научатся применять духовно-ориентированные практики (в том числе молитву) как ресурс личной устойчивости и освобождения от деструктивных привычек;

	<ul style="list-style-type: none"> • укрепят внутреннее чувство опоры, целостности и связи с собой; • освоят инструменты саморегуляции и эмоционального восстановления в повседневной жизни. <p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа обеспечена комплектом ресурсов, необходимых для ее реализации.</p> <p>Оценка качества по программе «Молитва об избавлении от вредных привычек» включает текущий контроль знаний.</p> <p>Итоговая аттестация не предусмотрена.</p>
--	--