**Очікувані результати**

Під час занять в учнів формується:

* любов до життя;
* фізична та нервово-психологічна витривалість;
* навички здорового способу життя;
* стресостійкість;
* моральна стійкість.

Під час занять учні вчаться:

* навичкам рефлексії;
* навичкам аналізу та узагальнення;
* працювати в команді;
* знаходити вихід з будь-яких конфліктних ситуацій та уникати їх.

Під час занять учні оволодівають:

* методиками аутотренінгу, релаксації;
* комунікативними навичками;
* навичками роботи із суперечливою інформацією.