Министерство образования и науки РФ
ФГБНУ «Институт возрастной физиологии Российской академии образования»

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни (ФГОС)

Образовательная программа

«Все цвета, кроме черного»

(первичная педагогическая профилактика вредных привычек)

Татьяна Андреевна Филиппова

кандидат биологических наук, ведущий научный сотрудник,
Директор Центра диагностики развития детей и подростков,
педагог высшей квалификационной категории

Москва, 15 февраля 2018

Факторы риска в России:

1. 43,9 млн. россиян регулярно курят (60,2 % мужчин и 21,7 % женщин).
2. 15,7 литра чистого этилового спирта в год потребляет в среднем один россиянин.
3. 43,8 % россиян старше 25 лет имеют повышенное артериальное давление (>140/90 мм рт. ст.).
4. 10,6 % жителей России имеют повышенный уровень глюкозы в крови (> 7 ммоль/л).
5. Нездоровое (несбалансированное) питание.
6. Гиподинамия.

Стандарты второго поколения

Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения

Начальная школа

ПРОСВЕЩЕНИЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО

УДК 37.01
ББК 74.26
П76

Серия «Стандарты второго поколения»
основана в 2008 году

Программа подготовлена Институтом стратегических исследований в образовании РАО. Научные руководители — член-корреспондент РАО А. М. Кондаков, академик РАО Л. П. Кезина

Составитель — Е. С. Савинов

П76 **Примерная** основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа / [сост. Е. С. Савинов]. — М. : Просвещение, 2010. — 191 с. — (Стандарты второго поколения). —
ISBN 978-5-09-023009-4.

УДК 37.01
ББК 74.26

ISBN 978-5-09-023009-4

© Издательство «Просвещение», 2010
© Художественное оформление.
Издательство «Просвещение», 2010
Все права защищены

6. ПРИМЕРНАЯ ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни обучающихся в соответствии с определением Стандарта — это комплексная программа формирования их знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Примерная программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни на ступени начального общего образования сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обусловливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагополучных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков и всего населения страны в целом;
- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, существенно отличающиеся от таковых у взрослых, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы (необходимость лежать в постели, болезненные уколы), неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью, что обусловливает, в свою очередь, невосприятие ребёнком деятельности, связанной с укреплением здоровья и профилактикой его нарушений, как актуальной и значимой (ребёнок всегда стремится к удовлетворению своих актуальных потребностей, он не знает, что такое будущее, и поэтому ни за что не пожертвует настоящим ради будущего и будет сопротивляться невозможности осуществления своих желаний).

ровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных об зовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;

- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и т. п.;
- создание общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей (законных представителей), разрабатывающих и реализующих школьную программу «Образование и здоровье».

В качестве образовательной программы может быть использован учебно-методический комплект «Все цвета, кроме чёрного», который включает рабочие тетради для учащихся 2 классов («Учусь понимать себя»), 3 классов («Учусь понимать других»), 4 классов («Учусь общаться»), пособие для педагогов «Организация педагогической профилактики вредных привычек среди младших школьников» и книгу для родителей.

Программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, предусматривают разные формы организации занятий:

- интеграцию в базовые образовательные дисциплины;
- проведение часов здоровья;
- факультативные занятия;
- проведение классных часов;
- занятия в кружках;
- проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п.;
- организацию дней здоровья.

6.2.5. Просветительская работа с родителями (законными представителями) включает:

- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.;
- приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.

Как разработать программу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении

Глава 1. Организация здоровьесберегающей деятельности в образовательном учреждении.

«Школьные факторы риска» и факторы семейного риска и их влияние на состояние здоровья детей.
18 - 33

Плюсы и минусы современной организации здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях разных регионов России.
34 - 54

Глава 2. Разработка программы формирования здорового и безопасного образа жизни для конкретного образовательного учреждения.

Анализ ситуации

Разработка основных (приоритетных) модулей

Примеры разработки программ для конкретных ОУ

Типичные ошибки разработки программ

Приложение:

СанПиНы

М. М. БЕЗРУКИХ
Т. А. ФИЛИППОВА

Как разработать программу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении

Начальная школа

ПРОСВЕЩЕНИЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО

РАБОТАЕМ ПО НОВЫМ СТАНДАРТАМ

Учебно-методический комплект «Все цвета, кроме чёрного»

Разработан в рамках федеральной целевой программы
«Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 2002 – 2004 гг.»

А В Т О Р Ы :

БЕЗРУКИХ Марьяна Михайловна, д.б.н., академик РАО

МАКЕЕВА Александра Германовна, к.п.н., с.н.с.

ФИЛИППОВА Татьяна Андреевна, к.б.н., вед.н.с.

Цель – формирование культуры здоровья

Задачи программы:

Сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье.

Научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.

Сформировать представление о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности, научить ребенка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня.

УСЛОВИЯ СОХРАНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

- **СОБЛЮДЕНИЕ СанПиНов**
  (время занятий, продолжительность, мебель, воздушный режим, освещенность)

- **РАЦИОНАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИВАЮЩИХ ЗАНЯТИЙ**
- **ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ОБУЧЕНИЯ:**
  - **УЧЕТ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ТЕМПА РАЗВИТИЯ**
  - **УЧЕТ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ТЕМПА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- **ОТСУТСТВИЕ СТРЕССОВОЙ ТАКТИКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВОЗДЕЙСТВИЙ (ВОСПИТАТЕЛЯ, ЛОГОПЕДА, ПСИХОЛОГА И РОДСТВЕННИКОВ)**

Определение комплекса мер, форм и методов организации здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

- Внутришкольная среда
- Рациональная организация учебного процесса
- Эффективная организация двигательного режима и физкультурно-оздоровительной работы
- Организация работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни (образовательные программы
- Просветительская работа с родителям и

Организация системной работы

Заключительный мониторинг (оценка эффективности здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения)

I . ВНУТРИШКОЛЬНАЯ СРЕДА

- ЗДАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЕ ПОСТРОЕННОЕ ИЛИ ПЕРЕСТРОЕННОЕ

- НАЛИЧИЕ ВОДОПРОВОДА И КАНАЛИЗАЦИИ

-НАЛИЧИЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАЛА, АКТОВОГО ЗАЛА, СТОЛОВОЙ

-НАЛИЧИЕ СПОРТИВНОЙ ПЛОЩАДКИ

- ОГОРОЖЕННАЯ ТЕРРИТОРИЯ ШКОЛЫ

I I.ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

- СОБЛЮДЕНИЕ СанПиНов

-РАЦИОНАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

- ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ОБУЧЕНИЯ:
  - ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ТЕМП РАЗВИТИЯ
  - ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ТЕМП ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- ОТСУТСТВИЕ СТРЕССОВОЙ ТАКТИКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВОЗДЕЙСТВИЙ

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ РИСКА:

- СТРЕССОВАЯ ТАКТИКА ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВОЗДЕЙСТВИЙ

  СТРЕСС ОГРАНИЧЕНИЯ ВРЕМЕНИ

- НЕАДЕКВАТНОСТЬ ТРЕБОВАНИЙ К РЕБЕНКУ

- НЕСООТВЕТСТВИЕ МЕТОДИК И ТЕХНОЛОГИЙ ОБУЧЕНИЯ ВОЗРАСТНЫМ ОСОБЕННОСТЯМ УЧАЩИХСЯ

- **СВЕРХРАННЕЕ НАЧАЛО ОБУЧЕНИЯ**

- ИНТЕНСИФИКАЦИЯ И НЕРАЦИОНАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

- НЕДОСТАТОЧНАЯ КВАЛИФИКАЦИЯ ПЕДАГОГОВ В ВОПРОСАХ ВОЗРАСТНОЙ ФИЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ

ОСОБЕННОСТЬ ВЛИЯНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ И СЕМЕЙНЫХ ФАКТОРОВ РИСКА:

- ВЛИЯНИЕ ДЛИТЕЛЬНОЕ
- ВЛИЯНИЕ КОМПЛЕКСНОЕ И ОДНОВРЕМЕННОЕ
- ВЛИЯНИЕ В ПЕРИОД НАИБОЛЬШЕЙ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ ОРГАНИЗМА (период роста и развития)

III. ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА И ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

- ПОЛНОЦЕННАЯ РАБОТА С УЧАЩИМИСЯ ВСЕХ ГРУПП ЗДОРОВЬЯ
- ПРОВЕДЕНИЕ 3-ГО ЧАСА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
- РЕГУЛЯРНОЕ ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ
- ПРОВЕДЕНИЕ ДНЕЙ ЗДОРОВЬЯ

Двигательная активность

- **Состояние здоровья** (физическое развитие, устойчивость организма к неблагоприятным факторам среды)
-
- **развитие основных двигательных качеств** (силы, быстроты, выносливости)

- **физическая работоспособность** (объем, продолжительность и предельная мощность работы)

зависят от двигательной активности

IV. ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЦЕННОСТИ ЗДОРОВОГО и БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (6.2.4.ФГОС)

1. МОДУЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

2. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ

3.ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОСВЕТИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СРЕДИ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ ПО ПРОБЛЕМАМ ВОЗРАСТНОЙ ФИЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ

По данным комиссии общественной палаты по формированию здорового образа жизни

Не считают здоровье жизненной ценностью:

около 80% школьников и 62% учителей

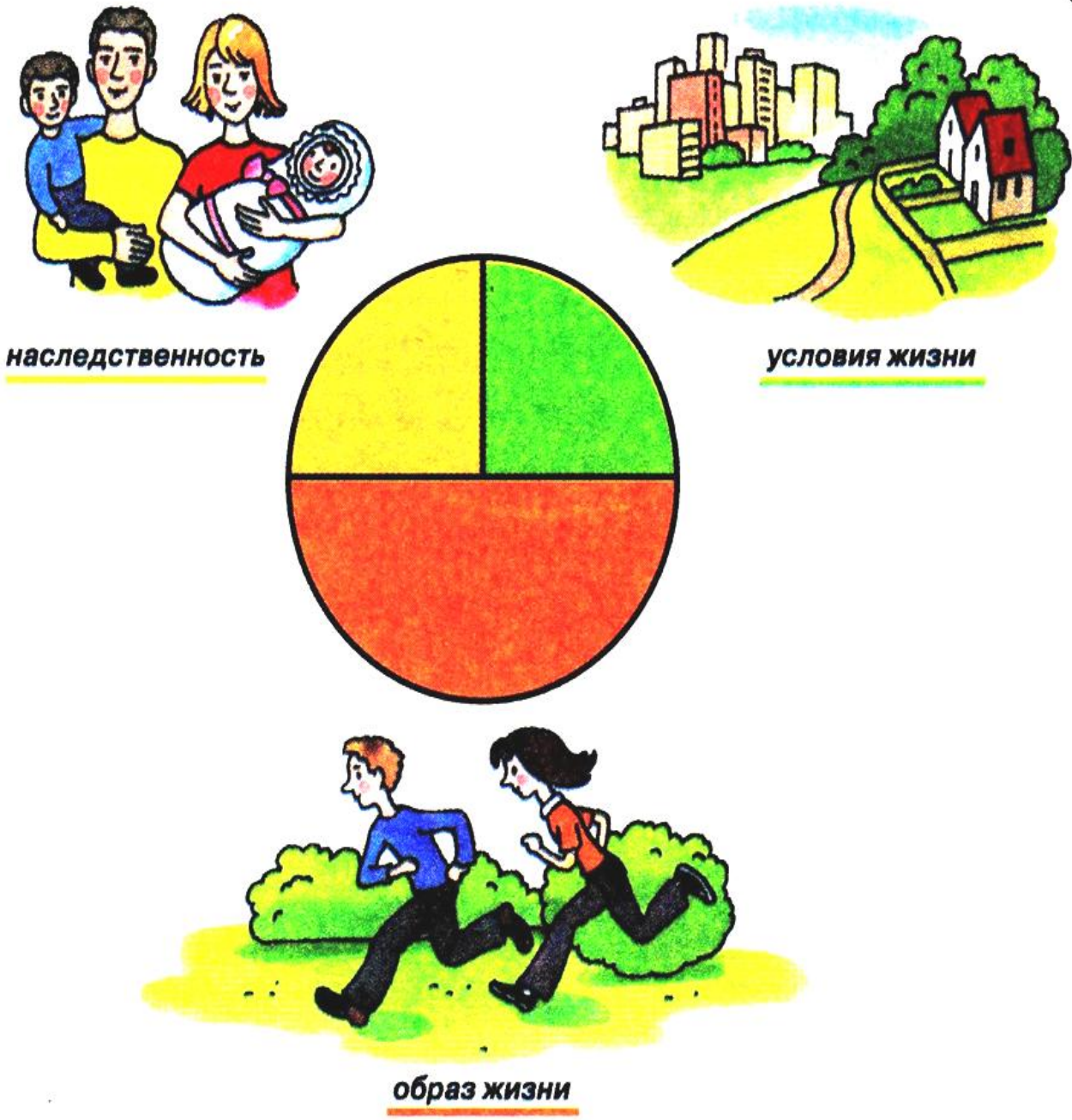
корпорация Российский учебник

От чего зависит здоровье?

25 % - наследственность;

25 % - условия жизни (экология, медицинское сопровождение);

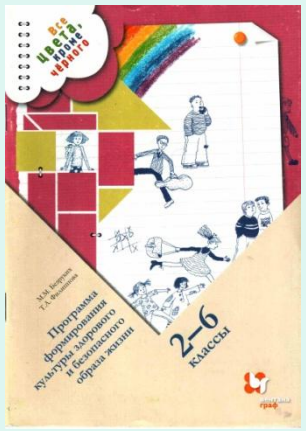
50 % - образ жизни

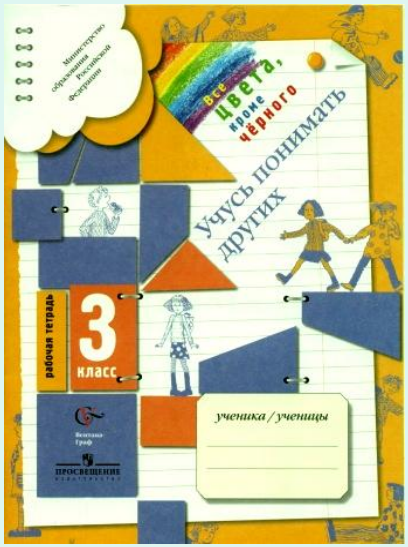


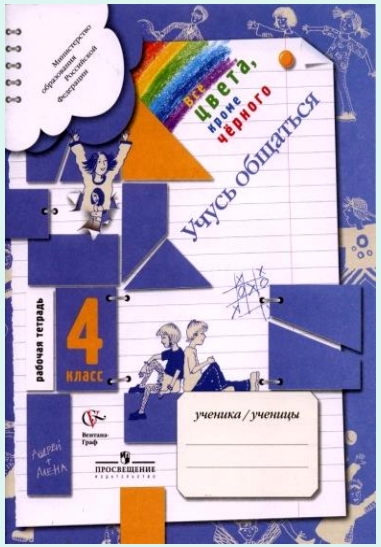
корпорация Российский учебник

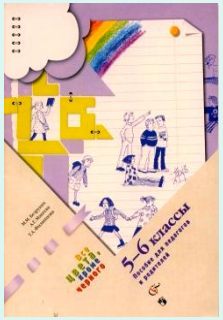
ОП «Все цвета, кроме черного» - программа формирования здорового образа жизни

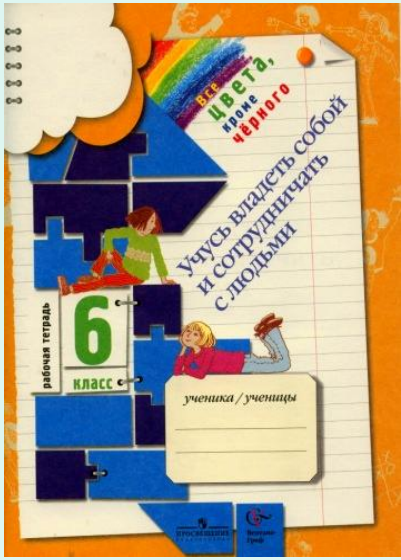
(профилактики вредных привычек для учащихся 2 – 6 классов)

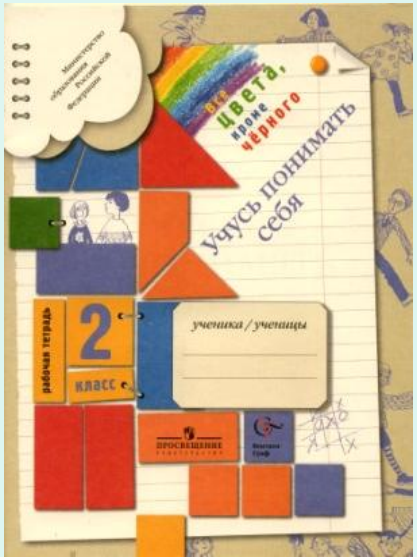


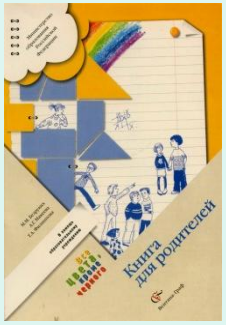


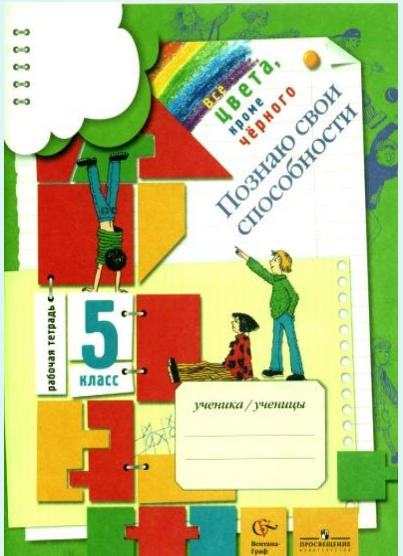












корпорация Российский учебник

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

I. Пояснительная записка.

II. Планируемые результаты освоения программы.

III. Учебный план:

Факультативный курс,

внеучебная деятельность (классные часы).

IV. Формы организации образовательного процесса.

V. Система оценки достижения основных результатов освоения программы.

VI. Межпредметные связи. Предметные области: окружающий мир, ОБЖ, чтение, изобразительное искусство.

VII. Перечень необходимой для реализации программы учебно-методической, учебной и популярной литературы и наглядных пособий (в том числе на электронных носителях).

корпорация российский учебник

ЦЕЛЬ:
формирование культуры здорового образа жизни

- вытеснение из сферы интересов детей и подростков форм активности, связанных с употреблением ПАВ

корпорация российский учебник

Задачи программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни:

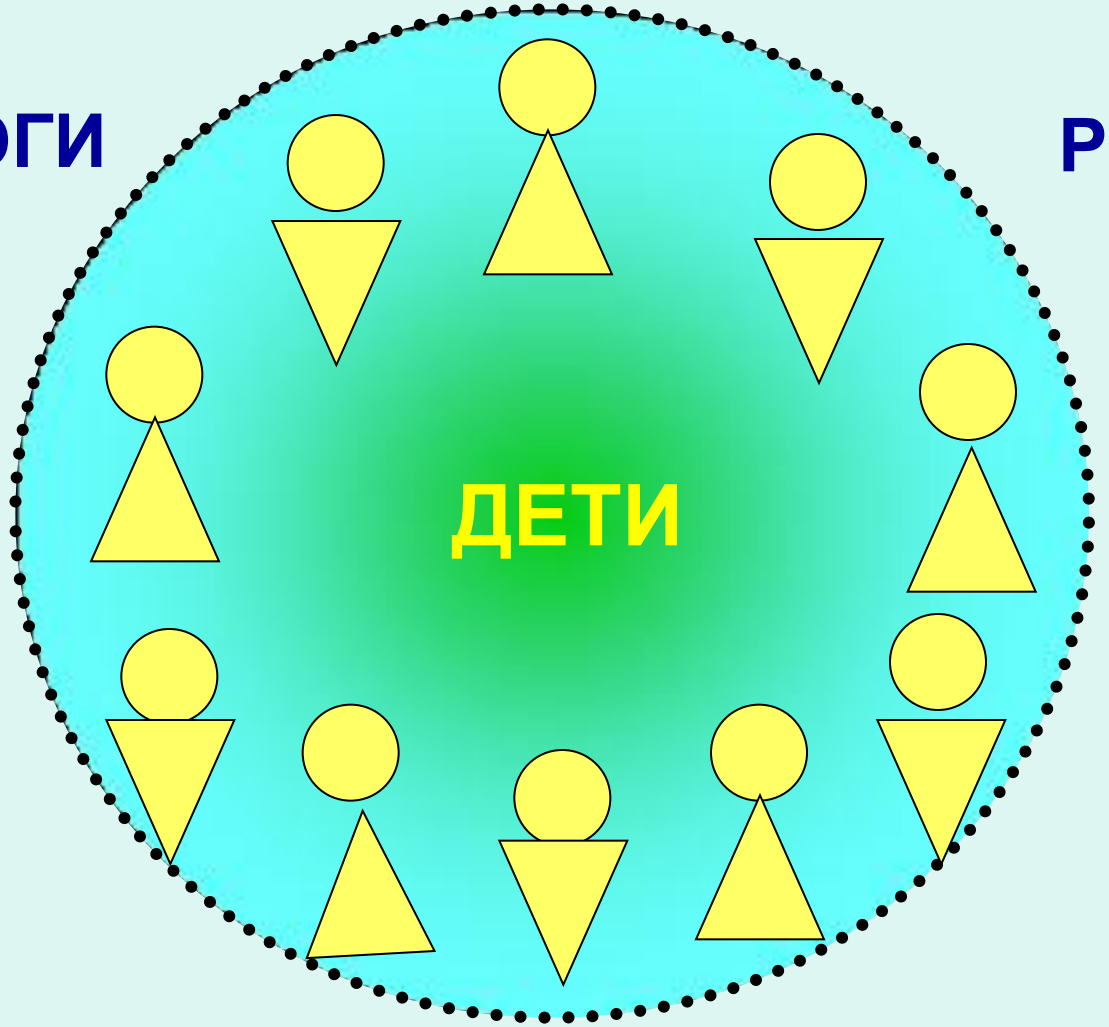
- Сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье.
- Научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.
- Научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе ее использования самостоятельно поддерживать свое здоровье.
- Сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах.
- Сформировать представление о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности, научить ребенка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня.

корпорация российский учебник

Участники педагогической профилактики

ПЕДАГОГИ

РОДИТЕЛИ



ПСИХОЛОГИ, ВОСПИТАТЕЛИ, ВАЛЕОЛОГИ,
СОЦИАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИ

корпорация Российский учебник

ПРИНЦИПЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

- возрастная адекватность
- научная достоверность
- системность
- информационная безопасность
- комплексность
- социо-культурная адекватность

корпорация российский учебник

ФОРМЫ РЕАЛИЗАЦИИ МОДУЛЬНОГО УМК:

- **интеграция в базовые образовательные курсы: природоведение, окружающий мир, ОБЖ, чтение, уроки здоровья**

  реализуют п е д а г о г и

- **факультативные занятия**

  реализуют п е д а г о г и, психологи

- **внеурочная работа: классные часы**

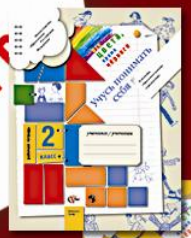
  реализуют педагоги, воспитатели, психологи, валеологи

- **досуговые мероприятия: экскурсии, викторины, конкурсы, праздники**

  реализуют педагоги, воспитатели, родители

корпорация российский учебник

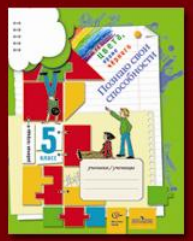
Все цвета, кроме чёрного



Рабочая тетрадь
2 класс
«Учусь понимать себя»

Рабочая тетрадь
3 класс
«Учусь понимать других»

Рабочая тетрадь
4 класс
«Учусь общаться»



Рабочая тетрадь
5 класс
«Познаю свои способности»

Рабочая тетрадь
6 класс
«Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми»

Методическое пособие
для педагогов
начальных классов
«Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников»

Книга для родителей
младших школьников

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР
ВЕНТАНА ГРАФ

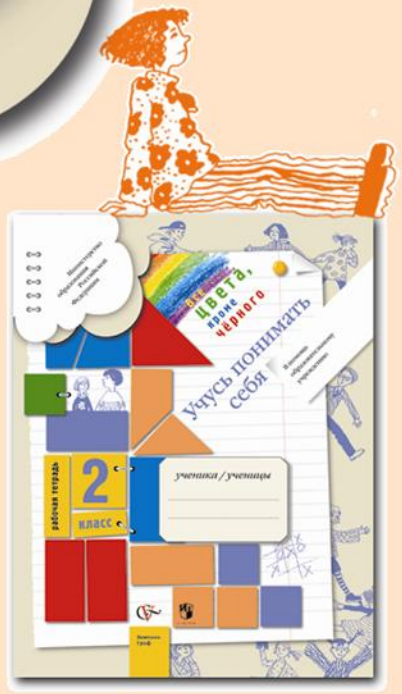
корпорация Российский учебник

Содержание рабочих тетрадей программы

Все цвета, кроме чёрного

2 класс

«Учусь понимать себя»



Содержание

1. Твои новые друзья
2. Как ты растёшь
3. Что ты знаешь о себе
4. Твоё настроение
5. Как ты познаёшь мир
6. Твои чувства
7. Как изменить настроение
8. Твои поступки
9. Твои привычки
10. Настольная игра «Твой день»

Герои пособия-второклассники

Герои – Аня и Дима

учатся во 2 классе,

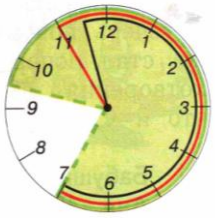
родители, бабушка и дедушка

корпорация российский учебник

Режим дня

Задание 2.

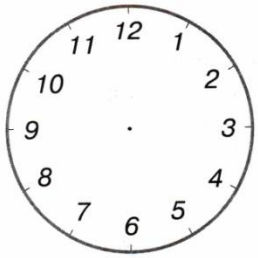
Посчитай, сколько времени у тебя уходит на прогулку, приготовление домашних заданий и т. д. Отметь время начала и окончания этих дел, раскрась сектор (часть круга), соответствующий полученному результату. Например, если ты спишь с 9.30 вечера до 7 утра



(всего 9—10 часов), то закрашиваешь сектор зелёным карандашом, как показано на образце, если с 11 вечера до 7 утра — красным, если меньше 8 часов — чёрным.

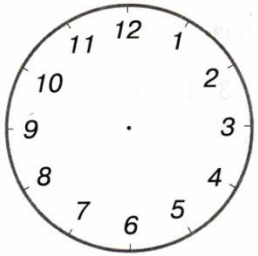
Сколько времени ты гуляешь?

- 3—3,5 часа
- 1—2 часа
- меньше 1 часа



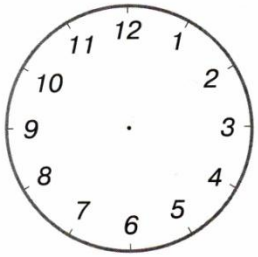
Сколько времени ты смотришь телевизор?

- 20—40 минут
- 40 минут—1 час
- больше 1 часа



Сколько времени ты играешь на компьютере?

- 15—20 минут
- 20—40 минут
- больше 40 минут



Сколько времени ты помогаешь взрослым?

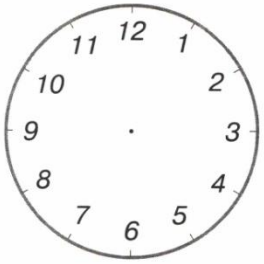
- 30 минут—1 час
- 1—2 часа
- больше 2 часов

Если у тебя получились только зелёные сектора, ты — молодец!

Если у тебя есть красные сектора, подумай, что ты делаешь не совсем правильно. Может быть, ты ма-

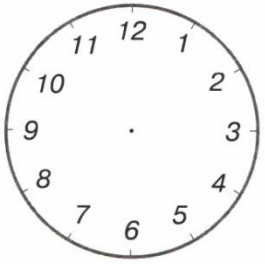
Сколько времени ты спишь?

- 9—10часов
- 8 часов
- меньше 8 часов



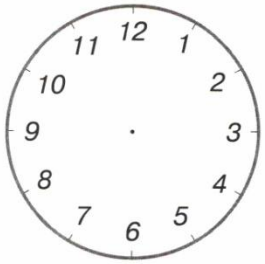
Сколько времени ты делаешь уроки?

- 1—1,5 часа
- 1,5—2 часа
- больше 2 часов



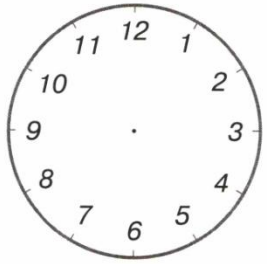
Сколько времени ты играешь или занимаешься любимым делом?

- 1—1,5 часа
- 1,5—2 часа
- больше 2 часов



Сколько времени ты занимаешься в кружках и секциях?

- 1—1,5 часа
- 2—2,5 часа
- больше 2,5 часа



корпорация российский учебник

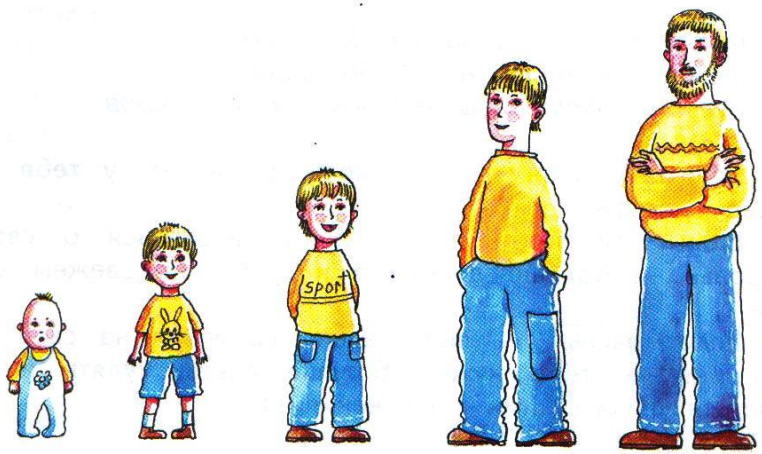
Как ты растёшь.

Сейчас ты очень быстро растёшь, поэтому твой организм нуждается в особой заботе. Найди рисунок, соответствующий твоему возрасту, и обведи его.

Задание 2.

Когда человек растёт, изменяются не только длина тела и вес, но и внутренние органы. Ты можешь узнать, как работает твоё сердце. Спокойно посиди 5—10 минут и после этого посчитай количество ударов сердца (пульс) в минуту, как показано на рисунке.

Частота пульса у людей меняется с возрастом. Рассмотри внимательно рисунки и закончи предложение: *Чем старше становится человек, тем* _____



корпорация
российский учебник

Что ты знаешь о себе.

Трудно было в это поверить, потому что многие взрослые курят. Аня и Дима попросили папу (он у них не курит) и его курящего друга дядю Витю подняться по лестнице на третий этаж и измерить пульс до и после подъёма.

Дяде Вите было гораздо тяжелее, чем папе, выполнить это задание — после подъёма он долго не мог отдышаться, у него резко увеличилась частота пульса и дыхания.

Аня. Бабушка, почему ты не разрешаешь нам входить в комнату, когда там папа работает с дядей Витей, и долго проветриваешь после его ухода? Ведь это он курит, это вредно для его здоровья.

Бабушка. Табачный дым приносит вред не только тем, кто сам курит, но и тем, кто вдыхает дым, находясь в одном помещении с курильщиками.

Дима. Вот почему существует специальный знак «Курить запрещено», запрещающий курение в общественных местах.

корпорация российский учебник

Твоё настроение

Задание 2.

Соедини стрелками слова в левом и правом столбиках. Подчеркни, какое настроение у тебя бывает чаще всего.

Какое бывает настроение?	*Что вызывает такое настроение?*
радостное	неудача; плохая отметка; проигрыш; плохое самочувствие; расставание
весёлое, жизнерадостное	удача; успех; подарок; встреча с друзьями
грустное	ссора; недовольство взрослых; обида; неудача
бодрое, спокойное	неуверенность; беспокойство; ожидание неизвестного; боязнь получить плохую оценку
унылое	всё в порядке (всё получается)
тревожное, беспокойное	весёлая история, музыка; забавная сценка, смешной рассказ, стихотворение или мультфильм
сердитое	обида; обман; проигрыш

Как ты думаешь, какое настроение считается хорошим, а какое плохим? Напиши.

Хорошее настроение _____

_____

Плохое настроение _____

_____

Ребята составили таблицу и раскрашивали каждый день цветом своего настроения.

Настроение Ани

Время суток	*День недели*						
	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
Утро							
День							
Вечер							

Настроение Димы

Время суток	*День недели*						
	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
Утро							
День							
Вечер							

Задание 5.

Понаблюдай за тем, как меняется твоё настроение в течение недели, и заполни таблицу.

Твоё настроение в течение недели

Время суток	*День недели*						
	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
Утро							
День							
Вечер							

корпорация Российский учебник

Как ты познаешь мир («Маленький Мук»).

Аня. Дима, помнишь, историю про Маленького Мука, который съел незнакомый фрукт, после чего у него выросли ослиные уши?

Твои поступки.

«Посеешь поступок, пожнешь привычку; посеешь привычку – пожнешь характер; посеешь характер - пожнешь судьбу».

2 класс «Учусь понимать себя»

1. Твои новые друзья
2. Как ты растёшь.
3. Что ты знаешь о себе.
4. Твоё настроение.
5. Как ты познаёшь мир.
6. Твои чувства.
7. Как изменить настроение.
8. Твои поступки.
9. Твои привычки.
10. Настольная игра «Твой день».

Аня. Я тебя не выдала, но мне было жалко котёнка, которого наказали ни за что. Я рада, что ты сам обо всём рассказал.

Мама. Любому человеку приходится выбирать, как поступить, и не всегда бывает легко сделать выбор.

Хороший поступок – это когда делаешь то, что не вредит ни тебе, ни другим.

корпорация Российский учебник

Все цвета, кроме чёрного

Бабушка. У тебя заложен нос, поэтому ты не чувствуешь не только запахи, но и вкус. Не только вкус пирожков, но и вкус горького лекарства. Неприятный вкус — сигнал опасности. Поэтому любые незнакомые вещества ни в коем случае нельзя ни нюхать, ни пробовать!

Аня. Дима, помнишь, историю про Маленького Мука, который съел незнакомый фрукт, после чего у него выросли ослиные уши?

Дима. Ну, в жизни такое случиться не может.

Мама. Такое, конечно, нет, но вы должны знать, что есть много опасных веществ, запах которых очень вреден для здоровья.

Дима. Почему? Ведь мы же чувствуем запахи и понимаем, какой запах приятный, а какой нет.

Мама. Ощущения приятного и неприятного могут быть обманчивыми. Например, для некоторых людей запах краски или бензина не является неприятным, но вдыхание этих веществ всё равно очень вредно для организма.

Аня. Помнишь, в прошлом году после ремонта в школе сильно пахло краской, у многих ребят разболелась голова и нас

Занятие 8
Твои поступки

Однажды Дима случайно разбил горшок с любимыми маминными фиалками. Мама очень огорчилась. Ни Дима, ни Аня сразу не сказали правду, а переложили вину на котёнка. Котёнка наказали. Дима мучился целый день, а вечером признался маме во всём. К Диминому удивлению, мама не ругала его, а, наоборот, похвалила за то, что он сказал правду. И сказала: «Лучше горькая правда, чем сладкая ложь».

Аня. Я тебя не выдала, но мне было жалко котёнка, которого наказали ни за что. Я рада, что ты сам обо всём рассказал.

Мама. Любому человеку приходится выбирать, как поступить, и не всегда бывает легко сделать выбор.

Хороший поступок – это когда делаешь то, что не вредит ни тебе, ни другим.

Папа. Ребята, а может быть поступком отказ сд… что-то?

Аня. Наверное, нет.

Дима. А я думаю, что может. Помнишь, как ты не стала обманывать родителей своей подружки, хотя она говорила, что перестанет с тобой дружить?

Аня. Ну, тогда и ты совершал поступки. Помнишь, на даче соседские мальчишки предлагали тебе попробовать покурить вместе с ними. Ты отказался, и вы поссорились. Ты тогда переживал, а родители никак не могли понять, в чём дело.

Папа. Я и не знал, что ты способен совершить такой поступок. У тебя сильный характер. Я горжусь тобой!

Дима. Разве поступки и характер связаны между собой?

Папа. Есть такая народная мудрость, она гласит: «Посеешь поступок — пожнёшь привычку».

О том, что такое привычки, какими они бывают и можно ли их изменить, мы поговорим на следующем занятии.

Задание 1.

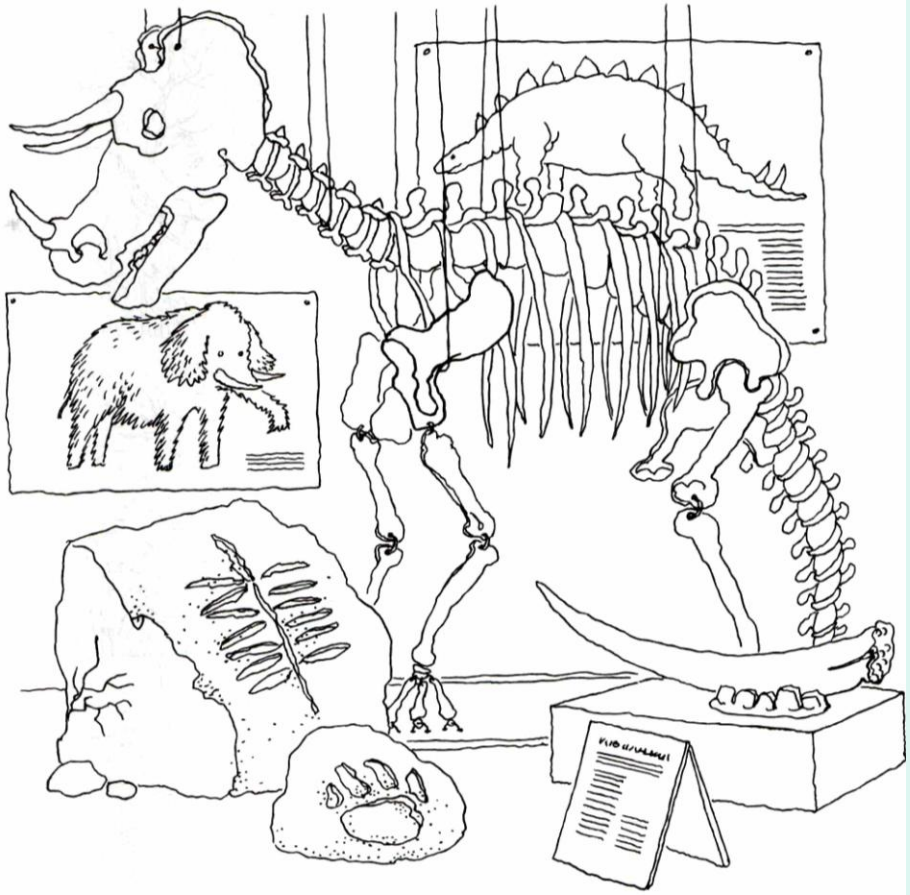
Вспомни и напиши, какой свой поступок ты считаешь очень важным (гордишься им).

Задание 2.

Какой литературный герой тебе нравится больше всего? Каким его поступкам тебе хочется подражать?

Как изменить настроение. Краеведческий музей.

Палеонтологический зал

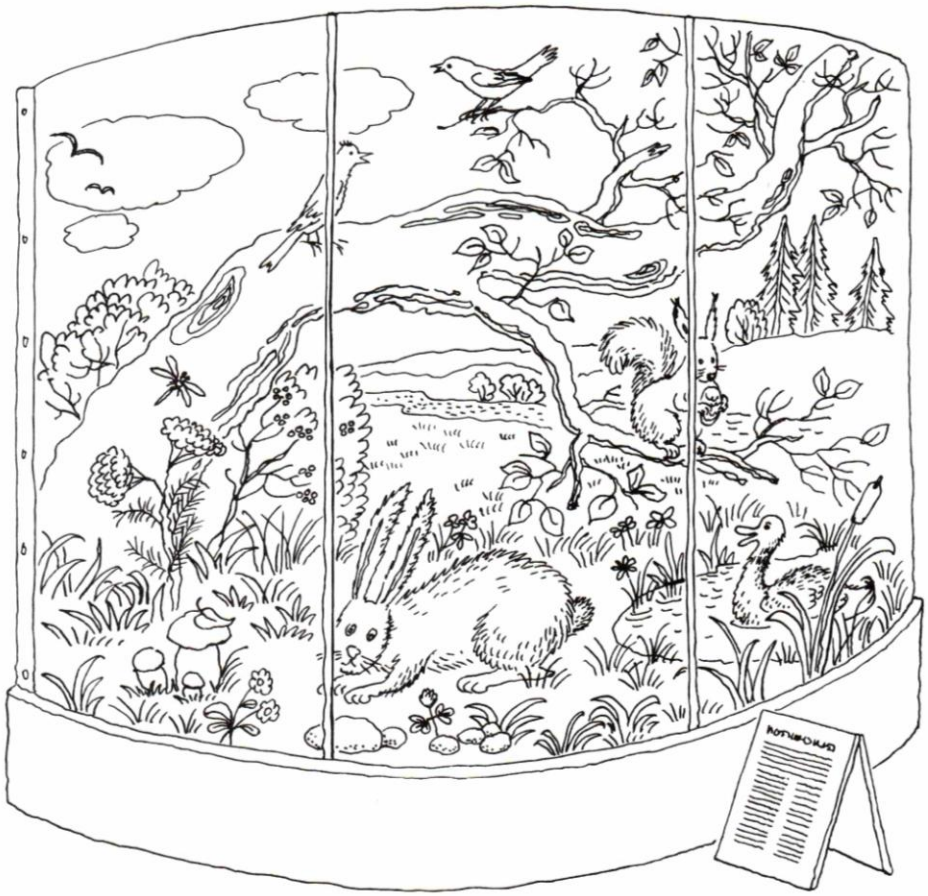


Палеонтолог _____

Геолог _____

Археолог _____

Зал живой природы



Врач _____

Ботаник _____

Зоолог _____

корпорация Российский учебник

Как изменить настроение. Краеведческий музей.

Этнографический зал

Этнограф _____

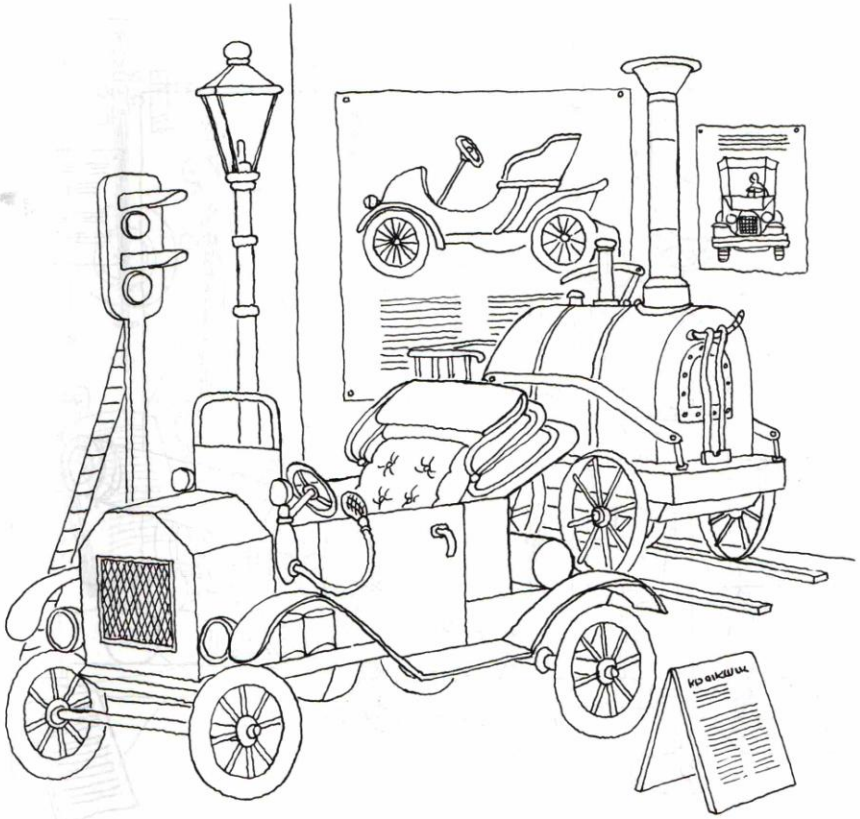
Историк _____

Костюмер _____

Резчик по дереву _____

Гончар _____

Зал техники



Инженер _____

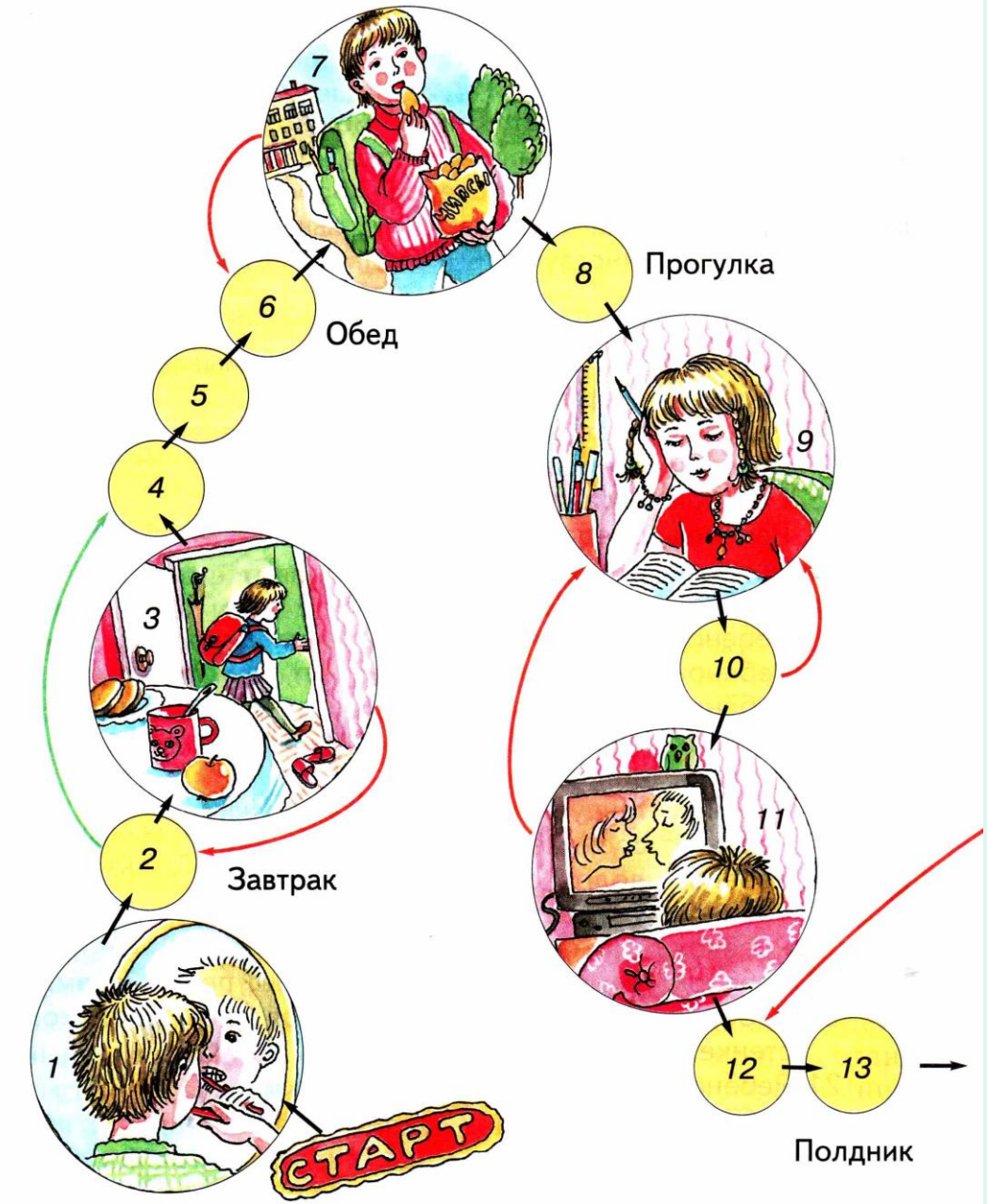
Конструктор _____

Машинист _____

Водитель _____

корпорация Российский учебник

Настольная игра «Твой день»



корпорация российский учебник

Содержание рабочих тетрадей программы

Все цвета, кроме чёрного

3 класс

«Учусь понимать других»

Содержание

1. Что изменилось за год
2. Как научиться разговаривать с людьми
3. Что такое интонация
4. Как научиться преодолевать трудности вместе
5. Как понять друг друга без слов
6. Для чего нужна улыбка
7. Умеешь ли ты дружить
8. Конкурс знатоков

Как научиться разговаривать с людьми

19 ситуаций. Знакомство. Поздравление. Благодарность. Предложение. Просьба. Отказ. Извинение. Сочувствие. Обратиться за помощью. Предложить помощь. Начать разговор. Похвалить другого. Поддержать другого.

Похвалить другого

Разделитесь на пары и по очереди похвалите друг друга, используя одну из этих фраз.

Ты — молодец!
Здорово у тебя это получилось!
Я очень рад за тебя!
Ты всё сделал правильно!
Я горжусь тобой!

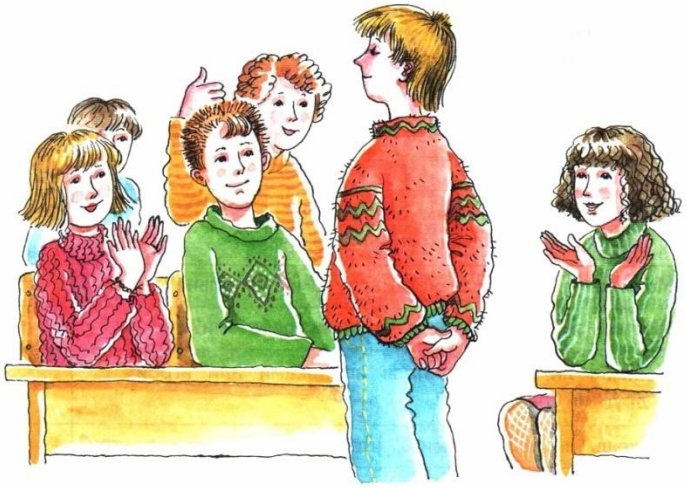
Поддержать другого

Разделитесь на пары и представьте, что нужно поддержать друга в трудную минуту. Пусть каждый из вас выскажет слова поддержки, используя одну из этих фраз.

У тебя обязательно получится!
Попробуй ещё раз, ты сможешь это сделать!
Не волнуйся, всё будет хорошо!

Игра «Аплодисменты»

Правила игры. Ребята по очереди встают, рассказывают перед классом любое стихотворение (четверостишие), все слушатели дружно аплодируют, говорят что-то хорошее, приятное.



Задание 2

Ответь на вопросы.

1. Понравилось ли тебе, когда тебя хвалят? _____
2. Что ты чувствуешь, когда тебя хвалят? _____
3. Нравится ли тебе хвалить других? _____

корпорация Российский учебник

Что такое интонация.

Игра «Испуганный ёжик»

Произнести текст с разной интонацией:

с восхищением

Ты молодец

с насмешкой

с благодарностью

Спасибо тебе

с обидой

И сказала скалка: *(сочувственно)*
«Мне Федору жалко».
И сказала чашка:
«Ах, она бедняжка!»

«Уж не буду, уж не буду *(ласково)*
Я посуду обижать,
Буду, буду я посуду
И любить, и уважать».

Задание 6

Прочитайте стихотворение *К. Чуковского* «Телефон» по ролям.

Игра «Испуганный Ёжик»

Правила игры. Игроки разбиваются на пары. Решите, кто из вас будет Ёжиком, которого сильно напугала собака. Ёжик свернулся в клубок, выставил иголки и шипит на любого, кто к нему приближается. Задача второго участника — успокоить Ёжика при помощи слов, прикосновений, так, чтобы он поверил и спрятал иголки.

Модуль 2 для 3 класса «Учусь понимать других»

Тема 2. Как научиться разговаривать с людьми.

5. Как понять друг друга без слов.

6. Для чего нужна улыбка. 7. Умеешь ли ты дружить.

7. А. Сент-Экзюпери «Маленький принц»

Задание 1

Прочитай отрывок из сказки *Антуана де Сент-Экзюпери* «Маленький принц» и ответь на вопросы.

Лилиана Мур «Крошка Енот»

Вспомни и напиши, что делал Тот, кто сидит в пруду, в ответ на действия Крошки Енота.

корпорация Российский учебник

Занятие 6
Для чего нужна улыбка

Подумай, для чего человеку нужна улыбка. Чтобы ответить на этот вопрос, выполни несколько заданий.

Задание 1

Прочитай отрывок из сказки *Антуана де Сент-Экзюпери* «Маленький принц» и ответь на вопросы.

корпорация
российский учебник

Тема 6. Для чего нужна улыбка.

- Текст сказки Лилианы Мур

«Крошка Енот»

Мультфильм «Крошка Енот, и тот, кто сидит в пруду»

Потом заставил себя заглянуть в воду.

Потом заставил себя улыбнуться Тому, кто сидел в пруду.

И Тот, кто сидел в пруду, улыбнулся в ответ!

Крошка Енот так обрадовался, что стал хохотать. И ему показалось, что Тот, кто сидел в пруду, хохочет точь-в-точь как это делают еноты, когда им весело.

Вспомни и напиши, что делал Тот, кто сидит в пруду, в ответ на действия Крошки Енота.

корпорация Российский учебник

Содержание рабочих тетрадей программы

Все цвета, кроме чёрного

4 класс

«Учусь общаться»

Содержание

1. Что вы знаете друг о друге
2. Твой класс
3. Кто твой друг
4. Как научиться жить дружно
5. Как помириться после ссоры
6. Какой у тебя характер
7. Как воспитать характер
8. Как сказать «нет» и отстоять своё мнение
9. Фантастическое путешествие
10. Конкурс знатоков

корпорация Российский учебник

Занятие 7

Как воспитать характер

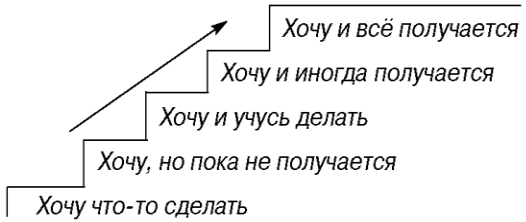
Учительница. А теперь давайте прочитаем пословицу целиком: «Посеешь поступок — пожнёшь привычку, посеешь привычку — пожнёшь характер, посеешь характер — пожнёшь судьбу». Как вы понимаете это выражение? Почему говорят, что судьба человека находится в его руках?

Дима. Мне кажется, так говорят потому, что человек действительно может добиться всего того, о чём мечтает.

Аня. Это очень трудно и не всем удаётся. Разве все люди могут добиться того, что захотят?

Дима. А я и не говорю обо всех людях. Добиться поставленной цели, осуществить свою мечту могут только люди с сильным характером.

Учительница. Это всё правильно. Но даже если у человека сильный характер и он хочет осуществить свою мечту, для этого нужно приложить усилия. Порой на это уходят годы. От «хочу» до «могу» часто очень длинный и трудный путь, его можно представить в виде лестницы.



Учительница. Подумайте, какими качествами и чертами характера должен обладать человек, чтобы подняться на верхнюю ступень.

Задание 1.

Прочитай. Закрась зелёным карандашом 5 самых важных действий, направленных на достижение поставленной цели.

- ○ *быть настойчивым*
- ○ *быть решительным*
- ○ *не расстраиваться при неудаче, ошибке*
- ○ *не торопиться*
- ○ *не ждать быстрого результата*
- ○ *верить в успех*
- ○ *верить в то, что всему можно научиться*
- ○ *поддерживать друзей в трудную минуту*
- ○ *не унывать*
- ○ *не сдаваться*
- ○ *не пасовать перед неудачей или трудностями*
- ○ *не стесняться попросить помощи*
- ○ *не бросать начатое дело*

Сравни свои ответы с ответами твоих друзей.

Аня. Я часто огорчаюсь из-за плохой оценки, мне кажется, что её невозможно исправить.

Учительница. Человек, который не верит в свои силы, вряд ли добьётся успеха. Трудности и неудачи бывают в жизни любого человека. Важно верить в успех и стремиться к нему. Только человек с сильным характером может добиться успеха.

Дима. Во втором классе я писал очень неразборчиво и грязно. Мне пришлось очень много заниматься, чтобы почерк стал понятным и ошибок стало меньше.

Задание 2.

Подумай и напиши, к кому ты можешь обратиться за помощью в трудную минуту.

_____

Были ли у тебя трудности, с которыми тебе помогли справиться?

_____

Кто помог тебе в трудную минуту?

_____

Тема 7.
Как воспитать характер.

Алексей Петрович Маресьев
(20 мая 1916 – 18 мая 2001)

4 апреля 1942 сбит в районе Старой Руссы, 18 суток провел в лесу, ампутация голеней обеих ног. С июня 1943 г. Совершил 86 боевых вылетов, сбил 11 немецких самолетов.

18 мая в театре Российской Армии празднование 85-летия началось с минуты молчания.

корпорация российский учебник

Тема 7.
Как воспитать характер.

Стивен Хокинг
(Stephen William Hawking)

(8.01.1942). В 1962 закончил **Оксфоррдский университет.**

Один из наиболее влиятельных в научном мире физиков-теоретиков современности.

В 1985 г. вследствие паралича потерял способность говорить, друзья подарили синтезатор речи, с помощью которого общается с людьми, читает лекции.

Популяризатор науки:

Большое, малое и человеческий разум.

Краткая история времени.

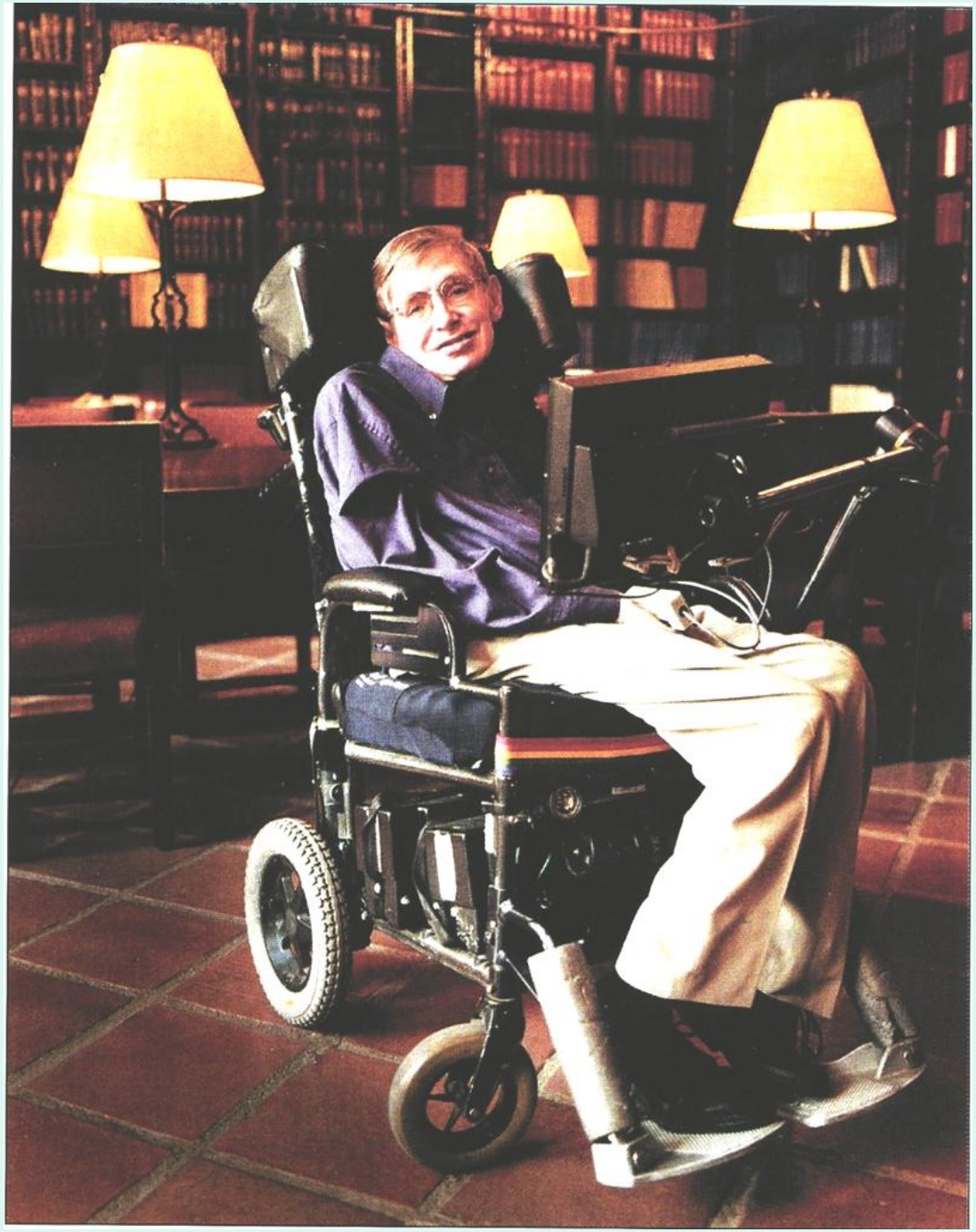
Кратчайшая история времени.

Мир в ореховой скорлупе.

Природа пространства и времени.

Черные дыры и молодые вселенные.

Автобиография.



корпорация российский учебник

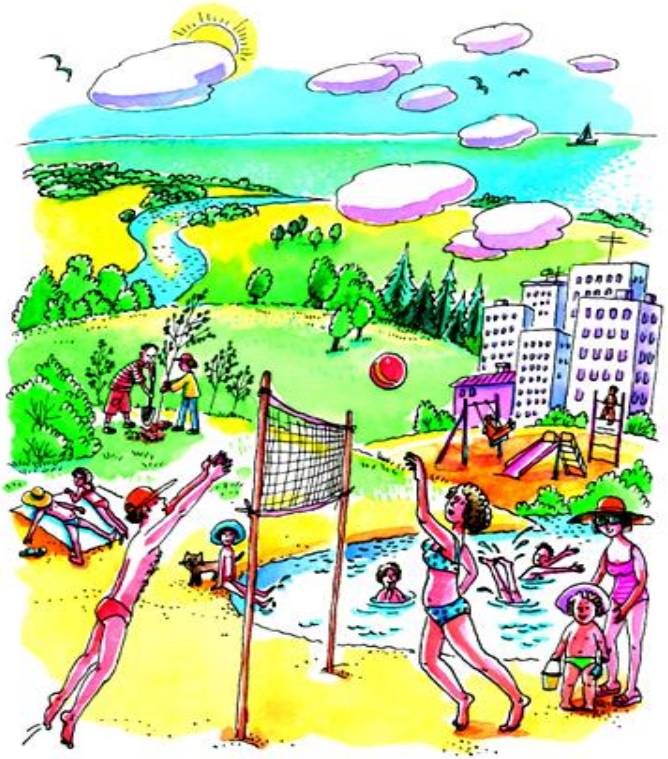
Занятие 9

Фантастическое путешествие

Учительница. Ребята, давайте представим, что вы космонавты, прилетевшие на другую планету. Вас радостно встречают инопланетяне, показывают, как они живут, что умеют делать.

Задание 1.

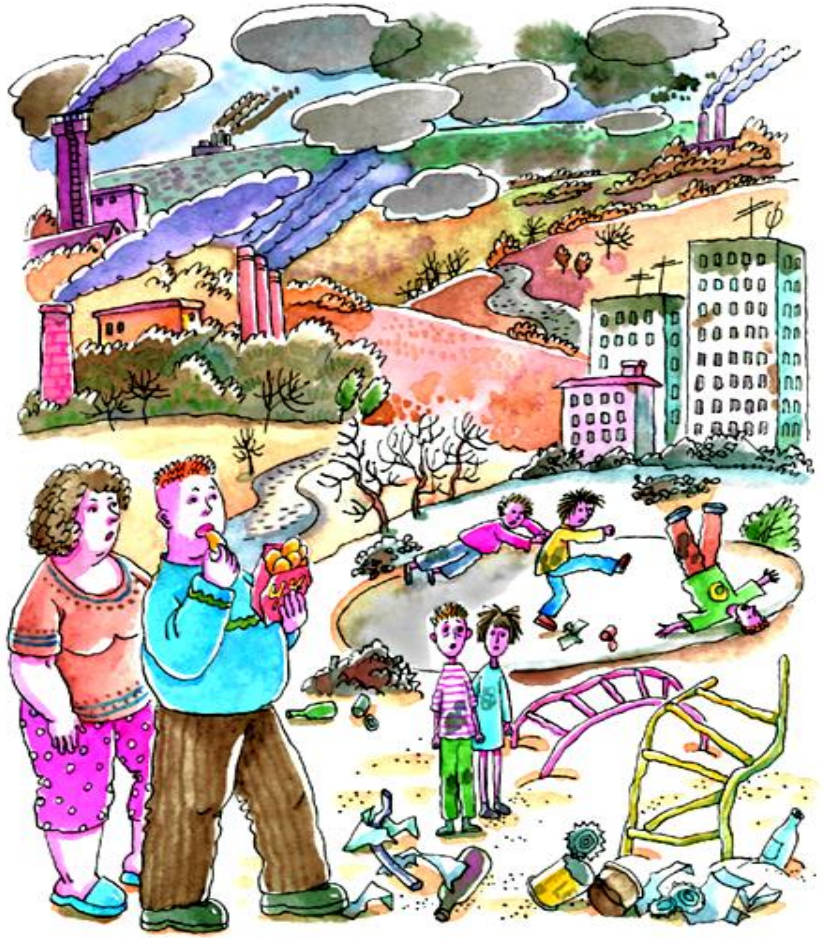
Рассмотри рисунок. Какие привычки у людей на этой планете?



Главный девиз этой планеты — «Хотим быть здоровыми!»

Задание 2.

Рассмотри рисунок. Какие привычки у людей на э



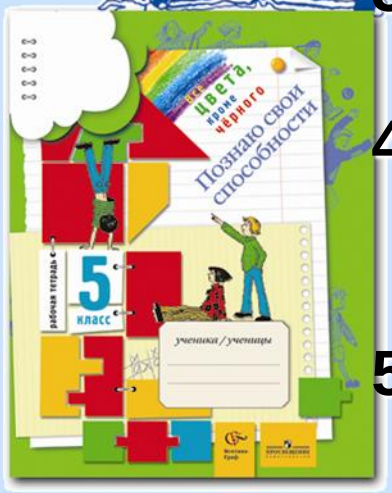
корпорация Российский учебник

Содержание рабочих тетрадей программы

Все цвета, кроме чёрного

5 класс

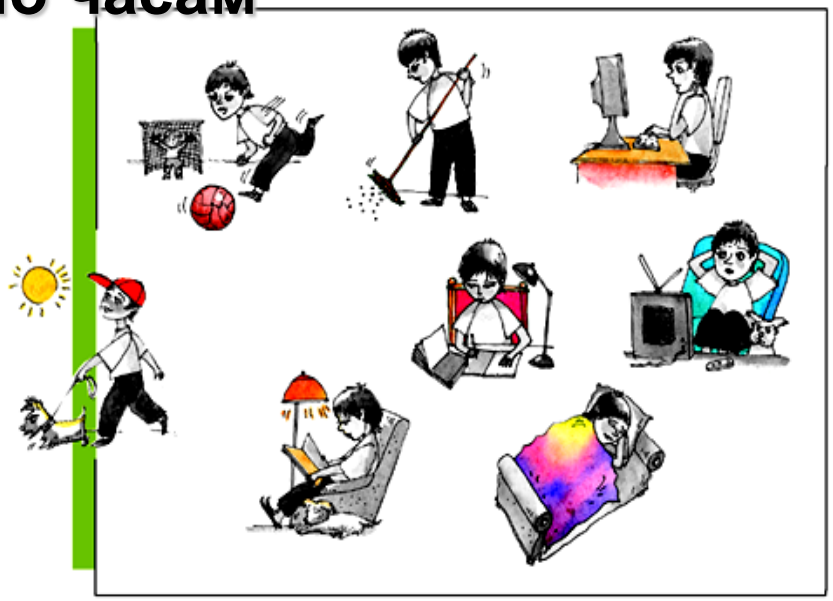
«Познаю свои способности»



Тематические модули

1. Кто жить умеет по часам *(з.1 с. 4–5)*
2. Внимание: внимание! (з. 2,3 с. 19–20)
3. Секреты нашей памяти (з. 2 с. 27–28)
4. Homo sapiens – человек разумный (з. 2 с. 35)
5. Какой ты человек (з. 8 стр. 42–43)
6. Что я знаю о себе (тема 6 с. 46–47)

Кто жить умеет по часам



Тема 1. Кто жить умеет по часам

Для чего человеку нужны часы?

Вначале человек придумал солнечные, водяные, песочные часы, затем появились часы механические, кварцевые, электронные. Наверное, в истории человечества не было бы так много самых разных часов, если бы не нужно было знать время, жить по определенному расписанию, чтобы успеть выполнить все задуманное. Народная мудрость гласит: «Делу время, потехе час».

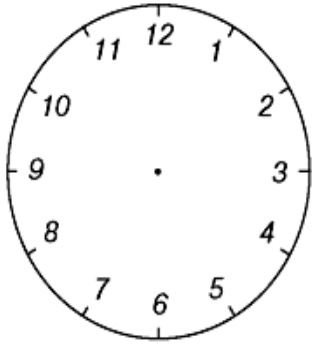
Ты уже знаешь, что такое режим дня, что от него во многом зависят настроение, внимание, память, работоспособность, а значит, и твои успехи. Следующее задание поможет тебе проверить, соблюдаешь ли ты режим дня.

Задание 1
Режим дня

Посчитай, сколько времени у тебя уходит на приготовление уроков, прогулку, занятия спортом. На циферблатах отметь время начала и окончания этих занятий, закрась сектор, соответствующий полученному результату.

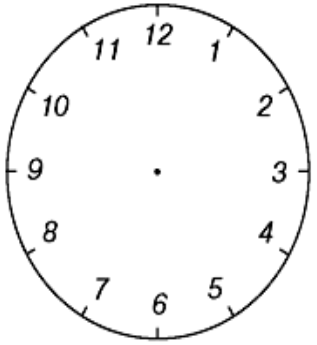
1. Сколько времени ты спишь?

- 9 часов
- 8 часов
- меньше 8 часов



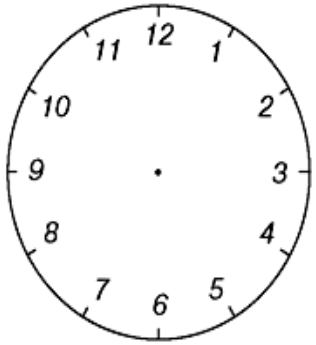
2. Сколько времени ты делаешь уроки?

- 2–2,5 часа
- 2,5–3 часа
- больше 3 часов



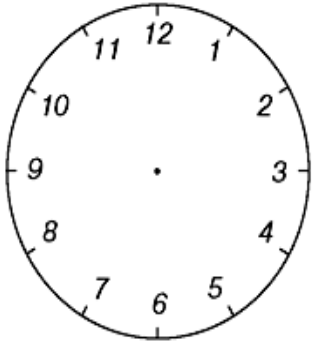
3. Сколько времени ты помогаешь взрослым?

- 1 час
- 1,5–2 часа
- больше 3 часов



4. Сколько времени ты занимаешься в кружках и спортивных секциях?

- 1–2 часа
- 2,5 часа
- больше 3 часов

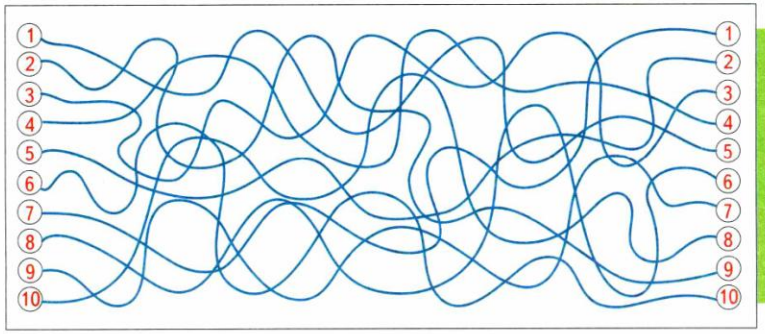


Содержание рабочих тетрадей программы

На каком рисунке видно, что ученики отвлекаются? По каким признакам это можно определить?

Задание 2
Устойчивость внимания

Проведи взглядом все линии слева направо до конца. Запиши парами цифры, обозначающие начало и конец каждой линии.



Задание 3
Смысловая и механическая память

Разбейтесь на пары. Исследователь читает испытуемому 10 пар слов из левого столбика (I). Испытуемый повторяет их вслух, а затем записывает те, которые запомнил. Спустя 5–10 минут то же самое задание выполняется со словами из правого столбика (I. А). Поменяйтесь ролями. Исследователь становится испытуемым и выполняет задание по той же схеме с парами слов из столбиков II и II. А.

I. Смысловая (логическая) память
корова — молоко
фонарь — ночь
краски — рисовать
яблоко — сок
карандаш — писать
расчёска — волосы
лодка — плыть
снег — зима
журнал — читать
санки — кататься

I. А. Механическая память
огонь — диван
бабочка — ваза
соловей — брат
улица — чайник
краб — автобус
шкаф — играть
браслет — песок
молоток — газета
лента — плавать
коза — свет

II. Смысловая (логическая) память
ваза — цветы
конверт — письмо
лыжи — кататься
город — дома
бассейн — плавать
самолёт — летать
театр — спектакль
магазин — покупать
лес — деревья
река — лодка

II. А. Механическая память
автобус — груша
туфли — радио
вагон — причёска
телефон — трава
мороз — телевизор
чашка — краска
море — рис
платье — дерево
корова — санки
рюкзак — пианино

Если правильно написаны все 10 пар слов из каждого столбика — отлично ●, если 7–8 — хорошо ●, если меньше 7 — тебе нужно тренировать свою память ●.

Твой результат:
Смысловая (логическая) память ☐
Механическая память ☐

Тема 6. Что я знаю о себе

Каждому человеку важно знать, что помогает ему добиться хороших результатов в работе, а что мешает. Твоя основная работа сейчас — учеба, а учеба — это вид деятельности, успешность которой во многом зависит от работоспособности, внимания, памяти, от умения наиболее эффективно использовать те качества, которые лучше развиты. Зная свои сильные и слабые стороны, ты можешь организовать работу так, чтобы получить хороший результат. Например, теперь ты знаешь, что у тебя лучше развита слуховая память. Значит, для того, чтобы лучше запомнить материал, тебе нужно прочитать его вслух. Если лучше развита зрительно-моторная память, то нужно не только прочитать, но и записать самые важные положения.

Заполни сводную таблицу по результатам выполнения заданий, отмеченных значком «Проверь себя».

«Мои возможности»

Что тестируем		*№ задания, с.*	*Результат*		
Режим дня					
Работоспособность					
Внимание	Устойчивость				
	Переключение				
	Объем				
Тип памяти	Слуховая				
	Моторно-слуховая				
	Зрительно-слуховая				
	Смысловая (логическая)				

Что тестируем		*№ задания, с.*	*Результат*		
Тип памяти	Механическая				
	Зрительная				
	Образная				

Теперь ты знаешь, каковы твои возможности. Надеемся, что в основном твои результаты тебя порадовали. Но не стоит расстраиваться, если у тебя много красных или черных квадратов. Подумай, что могло стать причиной не очень хороших результатов (нарушение режима, сильное напряжение, большая учебная нагрузка).

Теперь ты знаешь, с помощью каких упражнений тренировать свои способности, а значит, сможешь самостоятельно развить их. Надеемся, что ты найдешь в себе силы стать лучше, избавиться от тех качеств, которые тебе мешают.

Содержание рабочих тетрадей программы

Все цвета, кроме чёрного

6 класс

«Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми»

Тематические модули

1. Радуга эмоций и чувств (з. 1,2,3 с. 3–5)
2. Как научиться понимать друг друга (з. 1 с. 12–13; з. 8 с. 19)
3. Секреты сотрудничества (з. 3 с. 23)
4. Как избежать конфликтов (з. 2, 3, 4 с. 34–35; з. 5 с. 37)
5. Твоя будущая профессия (з. 1,2, с. 40–41)

Тема 2. Как научиться понимать друг друга

Люди общаются друг с другом всю жизнь, даже младенец, еще не умеющий говорить, общается со своей мамой. Кроме слов понять друг друга нам помогают мимика, жесты. А порой случается, что людям бывает трудно понять друг друга. Почему это происходит?

Наверное, у тебя тоже бывали ситуации, когда друзья или взрослые не понимали тебя, и тебе было очень обидно. Вспомни какой-нибудь подобный случай, постарайся оценить его сейчас. Проанализируй, почему это произошло.

Возможно, тебе не стоило сразу обижаться. Попробуй объяснить свое мнение, желание, поступок еще раз спустя какое-то время. Народная мудрость гласит: «Утро вечера мудренее».

Задание 1

Подчеркни одной чертой то, что, по твоему мнению, мешает людям понять друг друга, двумя — то, что мешает именно тебе:

- выражение лица собеседника (безразличное, злое, презрительное и т. п.);
- взгляд собеседника (холодный, агрессивный, безразличный и т. п.);
- неумение подобрать нужные (подходящие) слова;
- нечеткое произнесение слов;
- незаконченные предложения;
- перескакивание с одной мысли на другую;
- использование непонятных слов;
- повторение одних и тех же слов;
- выделение голосом отдельных слов или выражений;
- слишком громкая или слишком тихая речь;
- употребление слов-паразитов.

Подчеркни то, что, на твой взгляд, помогает в общении:

- вежливость;
- четкость изложения мысли, построения фраз и предложений;
- краткость;
- выразительная интонация;
- последовательность, логичность высказываний;
- использование в речи знакомых слов и понятий;
- отсутствие в речи иностранных слов;
- доброжелательное выражение лица;
- открытый взгляд;
- заинтересованность собеседника;
- улыбка.

Игра «Пойми меня»

Играет весь класс. Ведущий вытягивает карточку с названием чувства или эмоции (радость, горе, удивление, гнев, испуг, обида, волнение) и изображает его мимикой, жестами, позой. Можно произносить отдельные междометия. Все игроки отгадывают, какие чувства показывает ведущий.

Тот, кто первым из отгадывающих правильно назвал изображаемое чувство, становится ведущим.

корпорация Российский учебник

6. Умеешь ли ты организовать работу и сплотить коллектив? _____

7. Какая роль при работе в коллективе тебе ближе: организатора или исполнителя? _____

Для работы над коллективным проектом вам предстоит выбрать среди ребят:

руководителя проекта;
координатора;
исполнителей;
оформителя;
ответственного за рекламу и презентацию.

Руководитель формулирует основную идею проекта, предлагает способы ее реализации, организует остальных членов группы и распределяет задания между ними.

Координатор планирует работу, организует взаимодействие между членами группы, обеспечивает их всеми необходимыми материалами и контролирует выполнение индивидуальных заданий.

Исполнители отвечают за качество и своевременность выполнения своей части работы.

Оформитель разрабатывает дизайн (художественное оформление) проекта.

Ответственный за рекламу и презентацию представляет готовый проект так, чтобы подчеркнуть его достоинства и привлечь внимание аудитории (учителей и учащихся).

Задание 4

Подумай, какими качествами должен обладать каждый участник проекта, какие черты характера могут быть несовместимы с его ролью. Перечисли их.

Задание 5
Организаторские способности

Ответив на вопросы теста, ты узнаешь, есть ли у тебя организаторские способности.

Вопрос	Ответ	
	Да	Нет
1. Часто ли тебе удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими твоего мнения?		
2. Трудно ли тебе ориентироваться в сложной или критической обстановке?		
3. Нравится ли тебе заниматься общественной работой?		
4. Отказываешься ли ты от своих намерений, если что-то препятствует их осуществлению?		
5. Любишь ли ты придумывать и организовывать различные игры и развлечения со своими товарищами?		
6. Часто ли ты откладываешь на другие дни дела, которые нужно выполнить сегодня?		
7. Настаиваешь ли ты, чтобы твои товарищи поступали так, как хочешь ты?		
8. Бывают ли у тебя конфликты с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязательств?		
9. Часто ли в решении важных вопросов ты берешь инициативу на себя?		
10. Возникает ли у тебя раздражение, если не удается закончить начатое дело?		
11. Утомляет ли тебя частое общение с товарищами?		

корпорация Российский учебник

Тема 6. Что я знаю о себе

Каждому человеку важно знать, что помогает ему добиться хороших результатов в работе, а что мешает. Твоя основная работа сейчас — учеба, а учеба — это вид деятельности, успешность которой во многом зависит от работоспособности, внимания, памяти, от умения наиболее эффективно использовать те качества, которые лучше развиты. Зная свои сильные и слабые стороны, ты можешь организовать работу так, чтобы получить хороший результат. Например, теперь ты знаешь, что у тебя лучше развита слуховая память. Значит, для того, чтобы лучше запомнить материал, тебе нужно прочитать его вслух. Если лучше развита зрительно-моторная память, то нужно не только прочитать, но и записать самые важные положения.

Заполни сводную таблицу по результатам выполнения заданий, отмеченных значком «Проверь себя».

«Мои возможности»

Что тестируем		*№ задания, с.*	*Результат*		
Режим дня					
Работоспособность					
Внимание	Устойчивость				
	Переключение				
	Объем				
Тип памяти	Слуховая				
	Моторно-слуховая				
	Зрительно-слуховая				
	Смысловая (логическая)				

Что тестируем		*№ задания, с.*	*Результат*		
Тип памяти	Механическая				
	Зрительная				
	Образная				

Теперь ты знаешь, каковы твои возможности. Надеемся, что в основном твои результаты тебя порадовали. Но не стоит расстраиваться, если у тебя много красных или черных квадратов. Подумай, что могло стать причиной не очень хороших результатов (нарушение режима, сильное напряжение, большая учебная нагрузка).

Теперь ты знаешь, с помощью каких упражнений тренировать свои способности, а значит, сможешь самостоятельно развить их. Надеемся, что ты найдешь в себе силы стать лучше, избавиться от тех качеств, которые тебе мешают.

Пособие для педагогов и родителей

Содержание

- Какой должна быть педагогическая профилактика наркотизма?
- Возрастные особенности младших подростков и профилактика наркотизма
- Факторы риска раннего знакомства с ПАВ
- Структура, основные задачи и принципы реализации УМК
- Система работы с тетрадями:
  «Познаю свои способности» (5 класс);
  «Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми» (6 класс)

Русская пословица гласит:

«Праздность – мать всех пороков».

В дословном переводе:

с английского – «ничего не делая, мы учимся, как дурно поступать»;

с французского – «кто ничего не делает, делает плохо»;

с немецкого – «безделье учит делать плохое»;

с испанского – «праздность – мать всех пороков».

корпорация российский учебник

Русская пословица гласит:

«Всякий человек своему счастью кузнец».

В дословном переводе:

с английского языка - «Каждый человек – архитектор своего счастья»;

- *с французского – «Каждый человек – мастер своей судьбы»;*
- *с немецкого – «Каждый – кузнец своего счастья»;*
- *с испанского – «Каждый – кузнец своего счастья».*

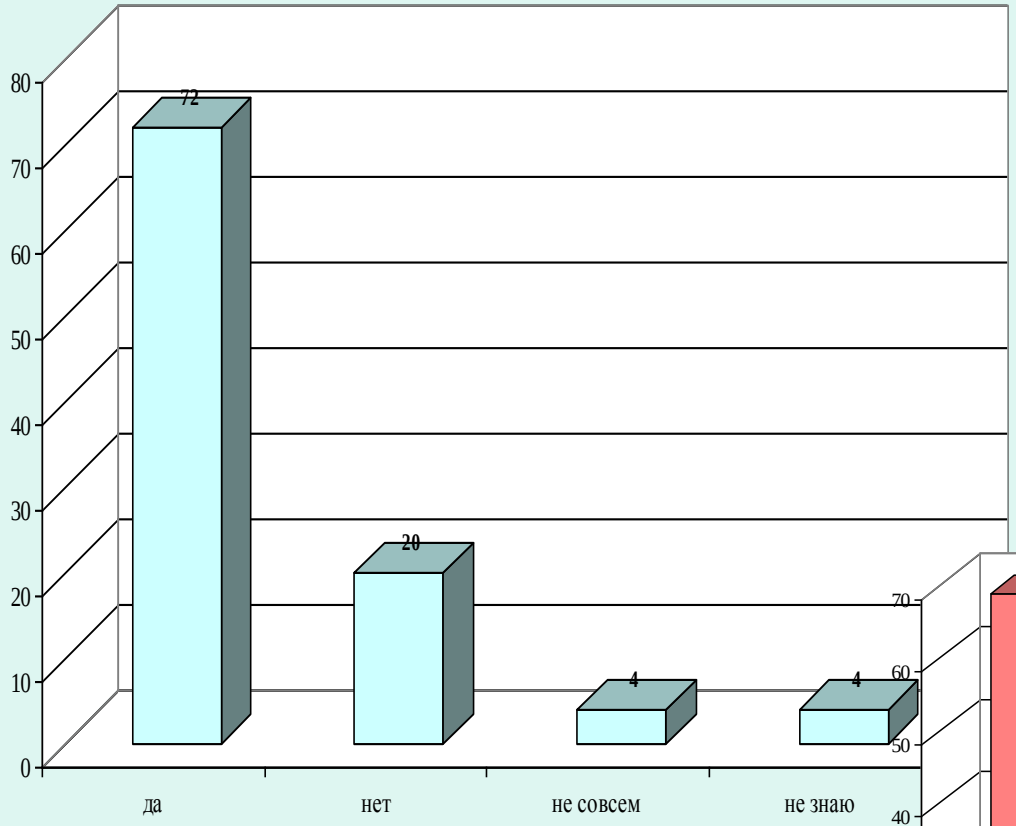
корпорация российский учебник

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

(анкеты учащихся г. Балашихи Московской области)

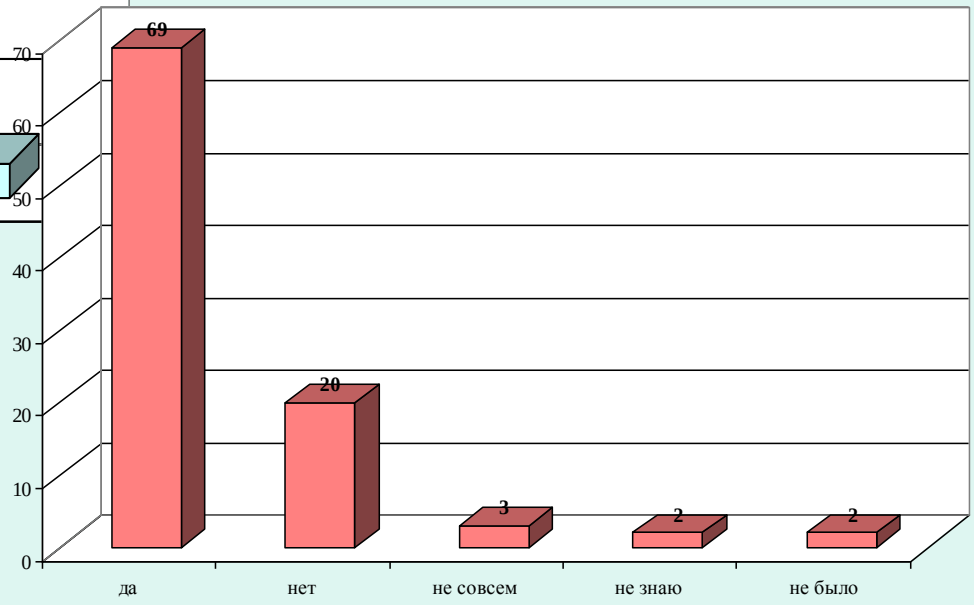
УДАЛОСЬ ЛИ ПРИОБРЕСТИ ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ?

(АНКЕТЫ УЧАЩИХСЯ)



УДАЛОСЬ ЛИ ТЕБЕ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ПЛОХИХ ПРИВЫЧЕК?

(анкеты учащихся)



корпорация российский учебник

Научные связи института

корпорация Российский учебник

С 2003 года участниками программы стали около 2 000 000 школьников в 40 регионах России

корпорация Российский учебник

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

Институт возрастной физиологии РАО

г. Москва, ул. Погодинская, д.8, корп.2

Тел/факс (499) 245-04-33

E-mail: ivfrao@yandex.ru

Сайт: www.ivfrao.ru; www.ivf-lab.com

корпорация российский учебник