

Внеурочная деятельность

М.А. Лукашенко, Н.В. Ключ, Т.В. Телегина

ОРГАНИЗАЦИЯ ВРЕМЕНИ

Рабочая тетрадь
2–4 классы



БАХАСС

Федеральный государственный образовательный стандарт
Образовательная система «Школа 2100»
Внеурочная деятельность

М.А. Лукашенко, Н.В. Ключ, Т.В. Телегина

ОРГАНИЗАЦИЯ ВРЕМЕНИ



Москва
БАХАСС
2013

УДК 373.167.1:50
ББК 20я71
Л84

Федеральный государственный образовательный стандарт
Образовательная система «Школа 2100»

Руководитель издательской программы – доктор пед. наук, проф.,
чл.-корр. РАО *Р.Н. Бунеев*

Л84 Лукашенко М.А.
Организация времени. Рабочая тетрадь. 2–4 классы / М.А. Лукашенко, Н.В. Ключ, Т.В. Телегина;
под науч. ред. Г.А. Архангельского. – М. : Баласс, 2013. – 128 с., ил. (Образовательная система «Школа
2100». Внеурочная деятельность.)

ISBN 978-5-905683-32-9

Пособие по дополнительной образовательной программе внеурочной деятельности «Организация времени» в соответствии с требованиями ФГОС направлено на развитие у ребёнка самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, понимание роли времени в достижении поставленных целей и умения управлять временем через организацию своих дел, формирование чувства уважения к своему времени и времени окружающих людей.

Программа ориентирована на освоение детьми регулятивных универсальных учебных действий и окажет реальную помощь как в освоении учебных дисциплин в школе, так и в реализации жизненных интересов за её пределами.

Данное пособие – составная часть комплекта программ и пособий по внеурочной деятельности развивающей Образовательной системы «Школа 2100».

УДК 373.167.1:50
ББК 20я71

Данное пособие в целом и никакая его часть не могут быть использованы
без разрешения владельца авторских прав

ISBN 978-5-905683-32-9

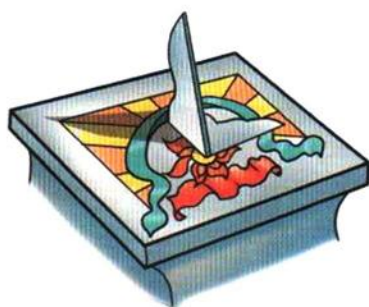
© Лукашенко М.А., Ключ Н.В., Телегина Т.В.,
Архангельский Г.А., 2013
© ООО «Баласс», 2013

Раздел 1

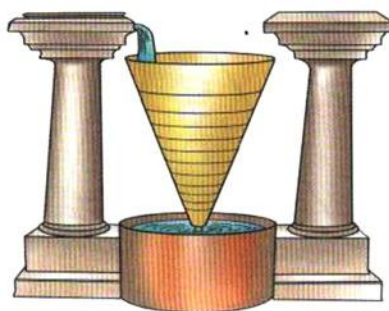
ХРОНОМЕТРАЖ И ПОГЛОТИТЕЛИ ВРЕМЕНИ

Занятие 1. Что такое время

1. Рассмотрите часы на рисунках. Как они работают? Какие промежутки времени они могут измерять?



Солнечные часы
(около 5 000 лет назад)



Водяные часы
(около 3 500 лет назад)



Свеча (больше
1 000 лет назад)



Песочные часы
(около 1 000 лет назад)

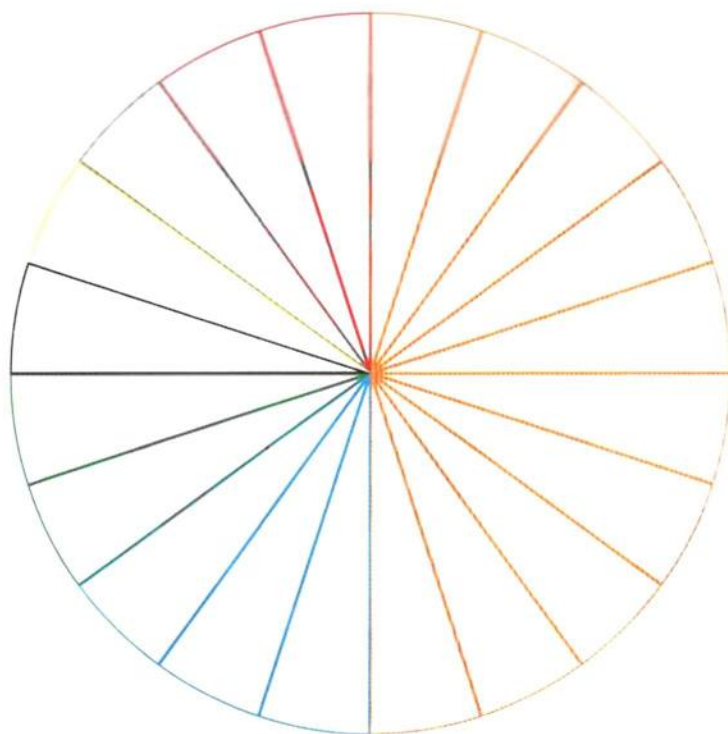


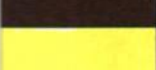
Башенные часы
(700 лет назад)



Механические часы
(600 лет назад)

2. Вася Минуткин составил свой «пирог времени» от рождения до 20 лет. Раскрась куски Васиного «пирога времени» разными цветами.



Цвет	Примерное число лет	Пояснение
	10 лет	Прожитые годы. Этот кусок пирога уже съеден
	3 года	Сон
	2 года	Учёба
	1 год	Организация жизни, домашние заботы
	1 год	Телевизор и Интернет
	1 год	Ожидания и безделье
	2 года	Общение, увлечения, поездки, другое

3. Чем ты хотел бы заниматься? Отметь.



Рисование



Музыка



Уход за животными



Спорт



Путешествие



Прогулки на природе

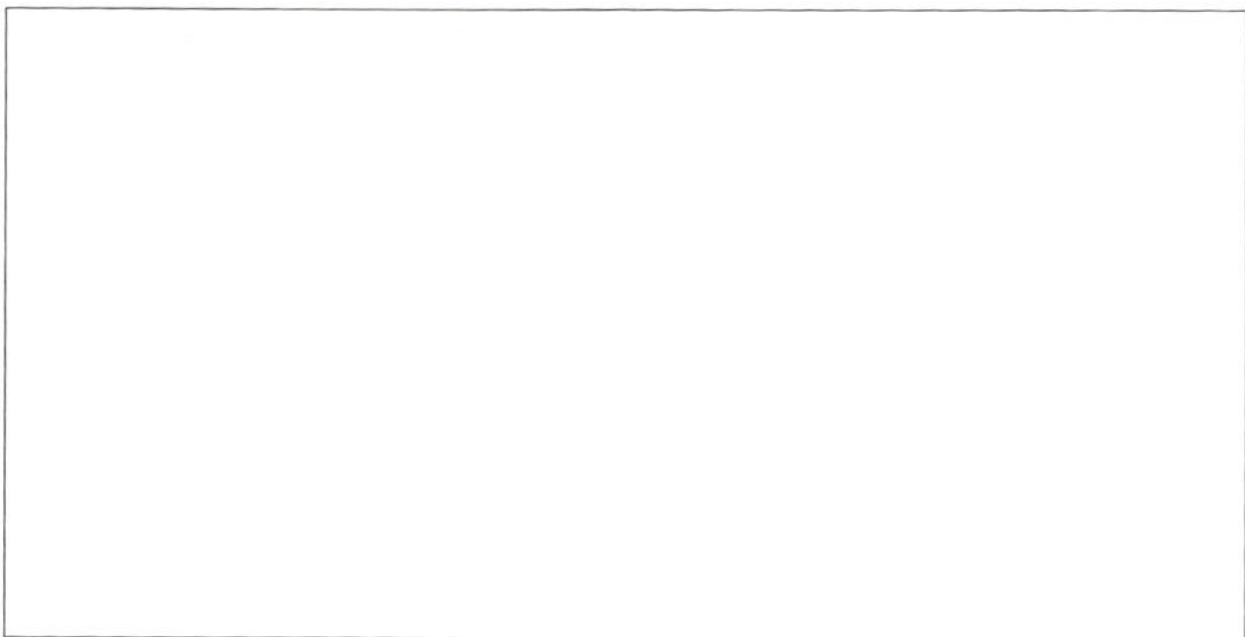
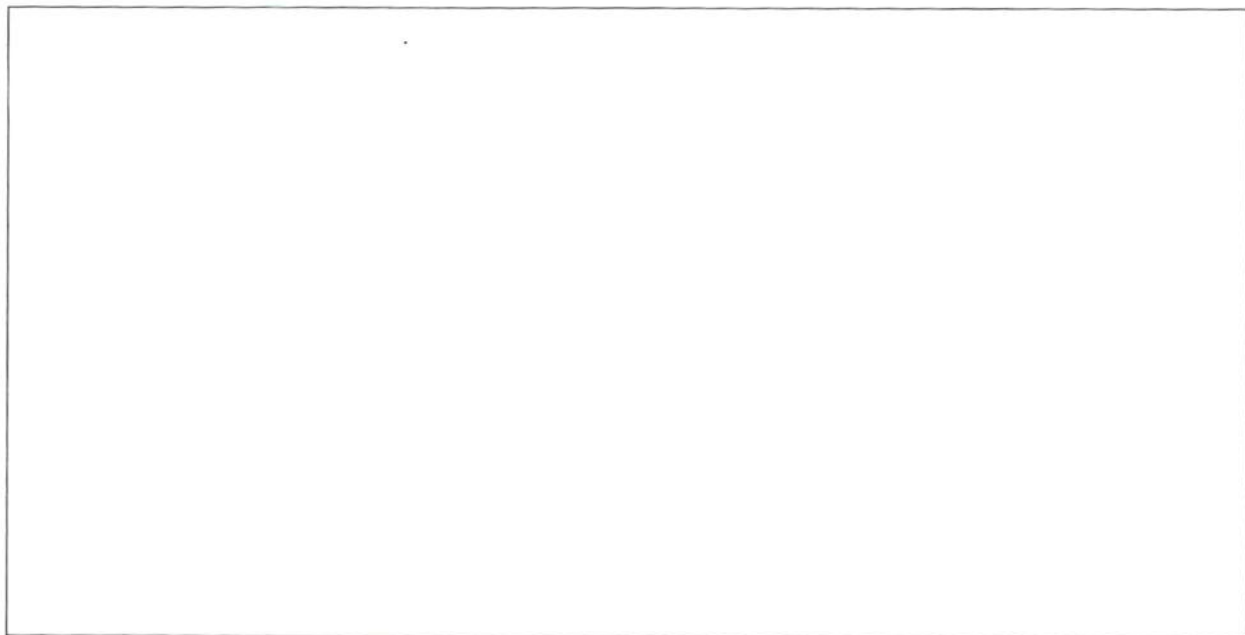


Хождение в гости



Общение с младшими братьями и сёстрами

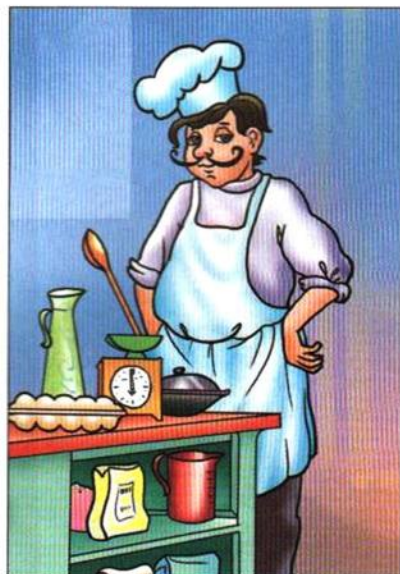
Нарисуй свои варианты.



Время – наша жизнь. Время невосполнимо. На всё времени не хватит. Своё время можно и нужно организовать так, чтобы его хватало на важное и интересное.

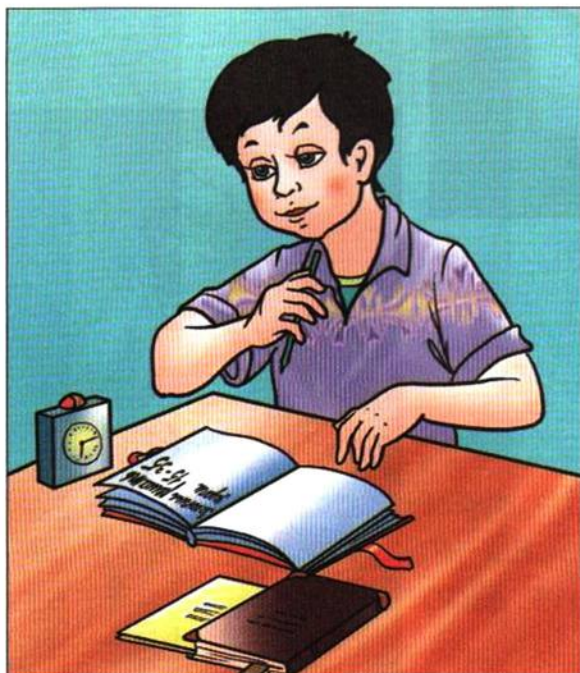
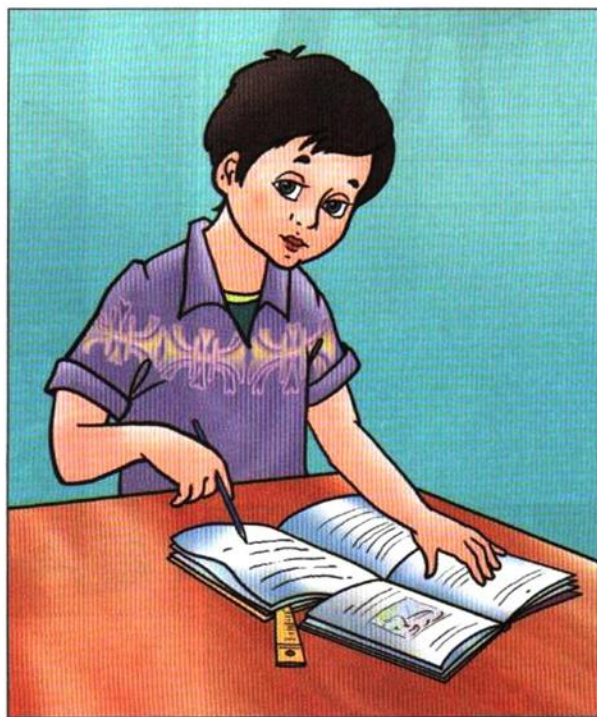
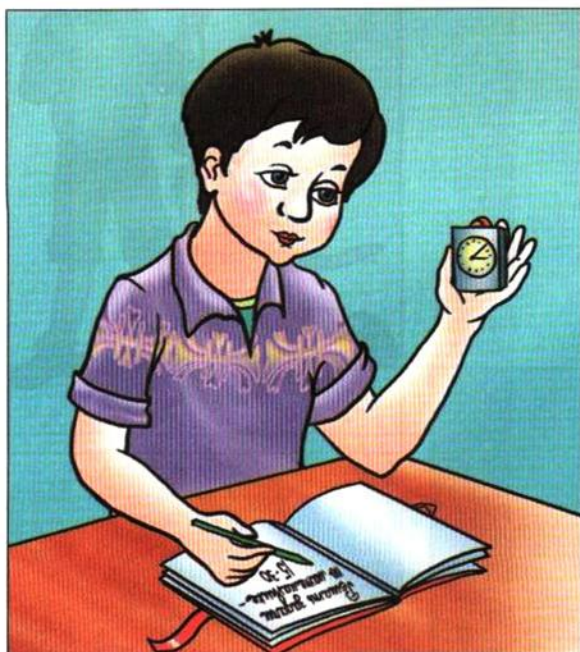
Занятие 2. Как сосчитать время

1. С помощью чего эти люди проводят измерения и зачем они это делают?



ХРОНОМЕТРАЖ – способ учёта времени.

2. Изучи, как Вася Минуткин делает хронометраж. Впиши в таблицу, сколько времени у него ушло на выполнение каждого дела.



Дело	Начало – окончание	Всего
Решал задачи по математике	15.10–15.35	
Читал рассказ по литературе	15.35–16.05	
Отдыхал – метал дротики	16.05–16.20	
Делал упражнение по русско- му языку	16.20–16.25	
Позвонил Витька, поболтали	16.25–16.40	
Делал упражнение по русско- му языку	16.40–16.50	
Вспомнил про альбом с мар- ками, полистал	16.50–17.15	
Доделал упражнение по рус- скому языку	17.15–17.20	

Заполни таблицу.

Васино дело	Начало – окончание	Всего
Делал уроки	15.10–17.20	
Говорил по телефону	16.25–16.40	
Смотрел марки	16.50–17.15	

Реально потрачено времени на уроки _____

ПОГЛОТИТЕЛИ ВРЕМЕНИ – это люди, события, занятия, на которые человек тратит время, но пользы это ему не приносит.

ХРОНОМЕТРАЖ нужен для того, чтобы увидеть, как мы расходует наше время и где оно пропадает зря.

Занятие 3. Поглотители времени: опоздание и ожидание

1. Посмотри на картинки. Заполни таблицу хронометража. Найди поглотителей времени, подчеркни.

Федя, в 18.00 мы едем к бабушке. Пожалуйста, купи в магазине стиральный порошок и заberi справку из поликлиники. Если сделаешь уроки до 18.00, вечером успеешь доклеить самолёт.

Целую, мама



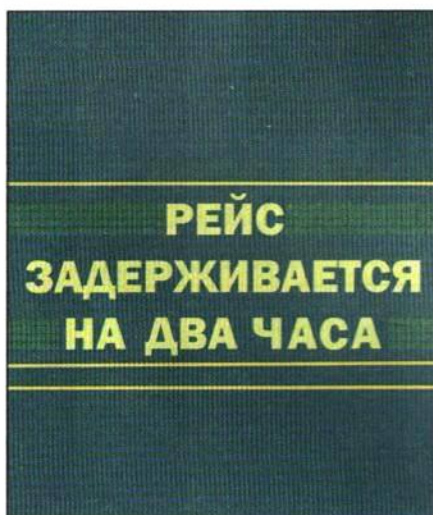


Событие	Начало	Продолжительность
Учил стихотворение		
Собрался на улицу		
Зашёл в магазин. Перерыв		
Просидел в очереди за справкой		
Пришлось идти в магазин снова		
Решал задачи по математике		

2. Запиши способы борьбы с опозданием.



3. Запиши способы борьбы с ожиданием.



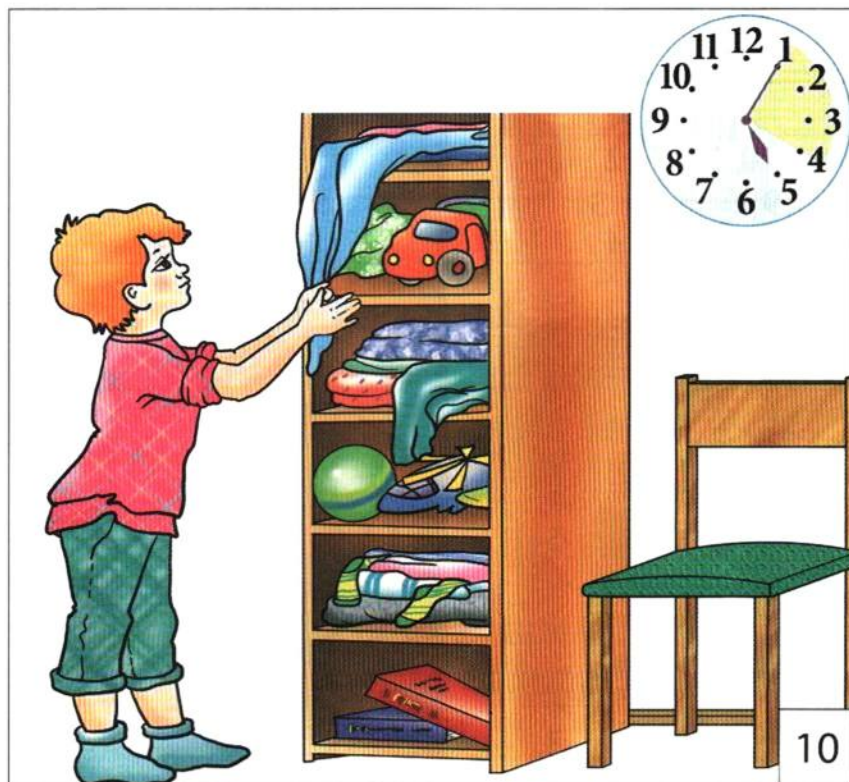
Поглотители времени отнимают наше время и умеют маскироваться. Нужно научиться находить поглотителей времени и бороться с ними.

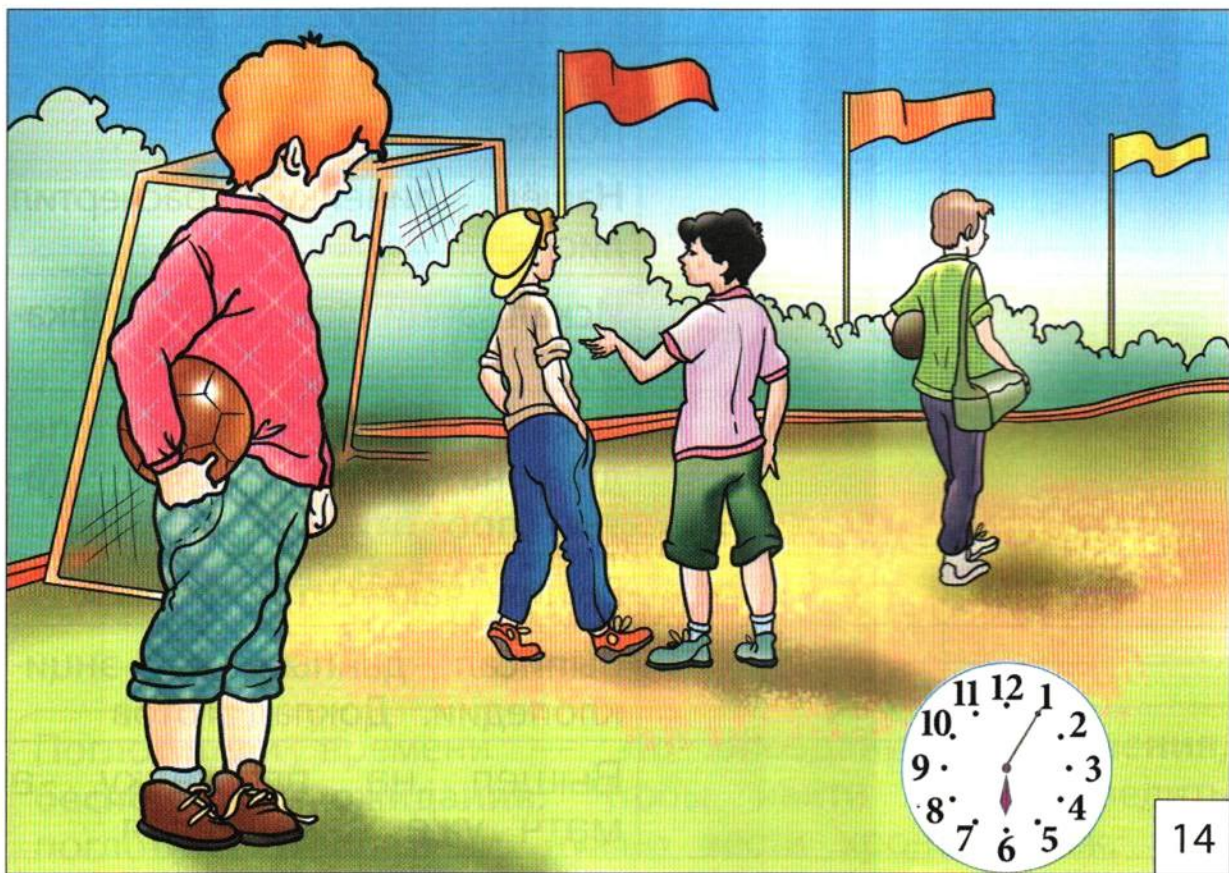
Занятие 4. Поглотители времени: беспорядок и отвлечение

1. Рассмотри рисунки.

Сейчас доделаю доклад, и через полчаса встречаемся на футбольной площадке!







1) Заполни таблицу хронометража Фединых дел и подчеркни дела, которые относятся к докладу про птиц.

Начало	Продолжительность	Что делал
		Подготовил тетрадь и изображения птиц
		Искал клей на полках
		Искал клей в шкафу
		Нашёл под кроватью клей и альбом с марками
		Рассматривал марки
		Приклеивал птиц в тетрадь
		Искал линейку на полке
		Собирал всё, что упало с полки
		Нашёл линейку, расчертил лист
		Искал энциклопедию в шкафу
		Искал и нашёл энциклопедию на кухне, открыл статью про птиц
		Выпил чаю с пирожками
		Выписал данные из энциклопедии. Доклад готов
		Вышел на площадку, а матч уже закончился

2) Выпиши время, когда Фёдор начал работу, и время, когда он вышел на площадку. Сколько времени прошло?

Начало работы	Выход на площадку	Сколько времени прошло

3) Сколько времени ушло на сам доклад? Сложи продолжительность подчёркнутых дел.

2. Подпиши, как называется каждый поглотитель времени.



Поглотители времени — это **опоздания, отвлечения, беспорядок, ожидания**. Чтобы найти и обезвредить поглотителей времени, нужно вести хронометраж.

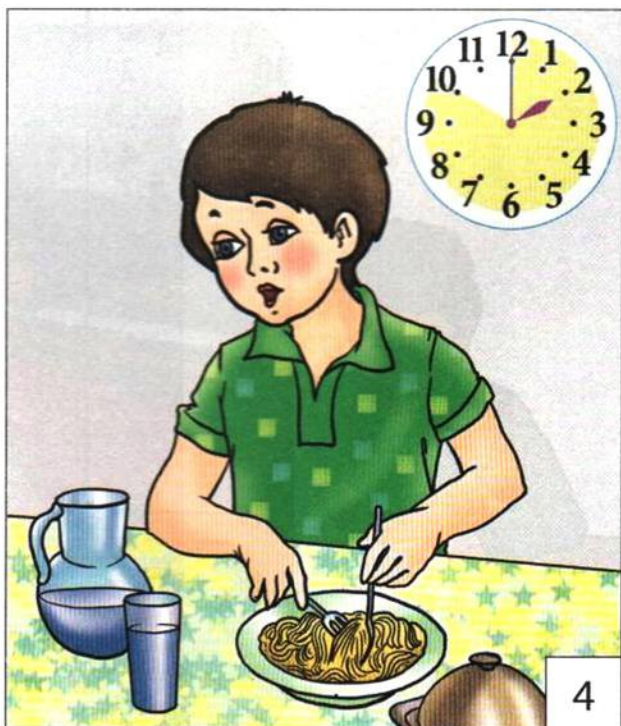
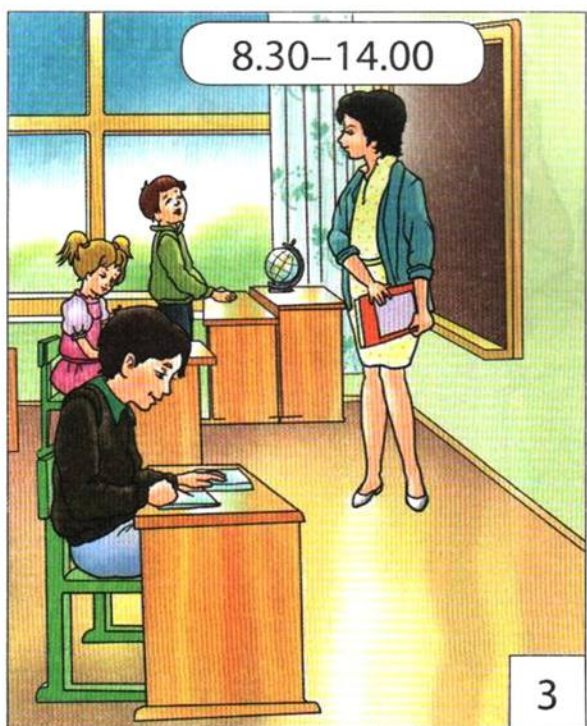
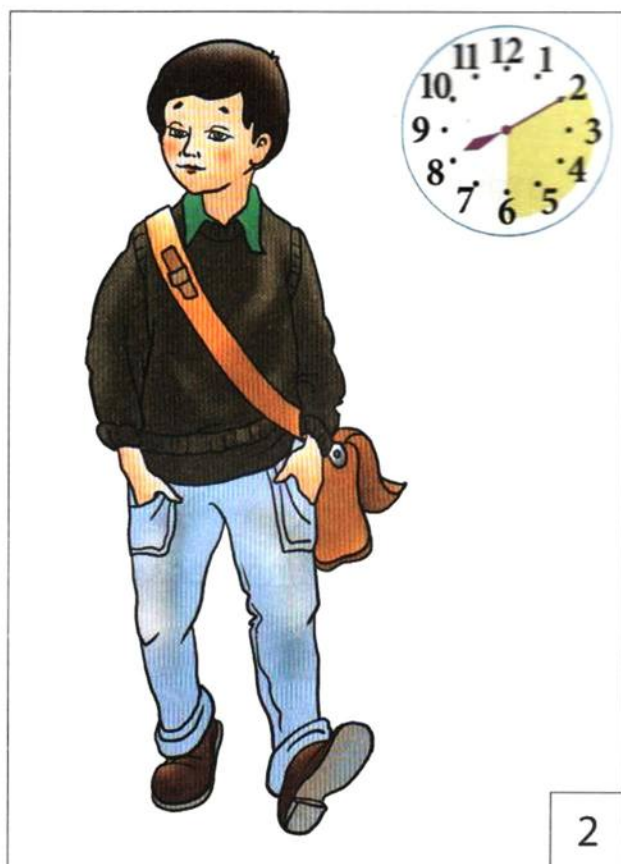
Занятие 5. Самостоятельная работа по теме «Хронометраж»

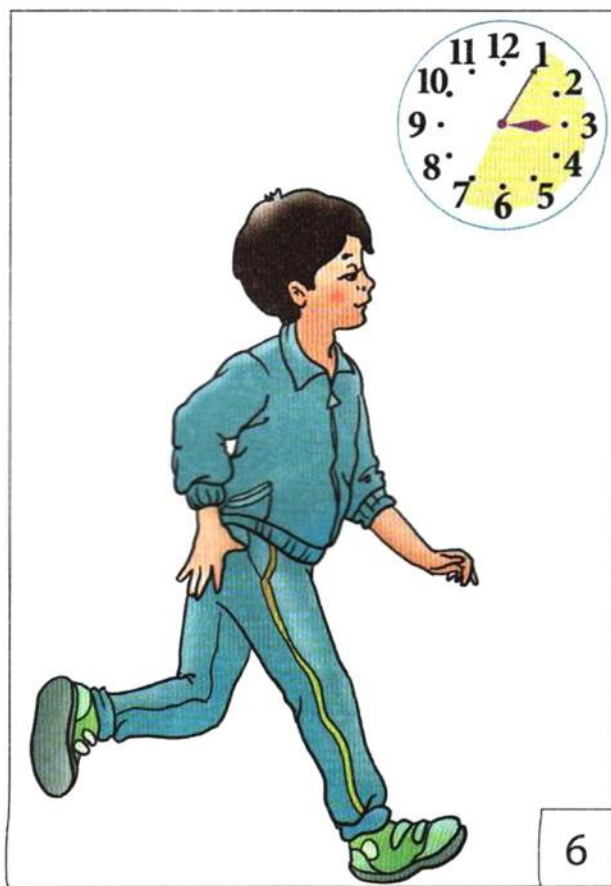
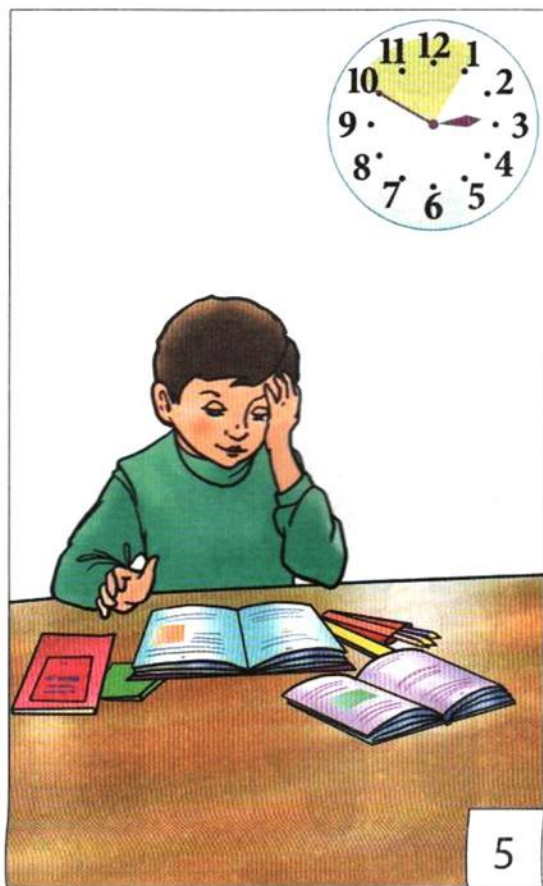
Вариант 1

1. Напиши, какие бывают поглотители времени.

2. Рассмотрим, чем занимался после школы Вася Минуткин. На рисунках указано время начала и завершения каждого дела. Заполни бланк хронометража Васиных дел.

Начало	Продолжительность	Что делал
		Встал, умылся, позавтракал
		Шёл в школу
		Был в школе
		Пришёл домой, пообедал
		Решал математику
		Бегал в магазин за новой тетрадкой
		Снова решал математику
		Позвонил Мишка, уточнил д/з по математике





3. На бланке хронометража Васиных дел найди и подчеркни всех поглотителей времени.

4. Посмотри список разных советов Васе и отметь те, которые позволят ему успешно бороться со своими поглотителями времени.

1) Не умываться. ☐

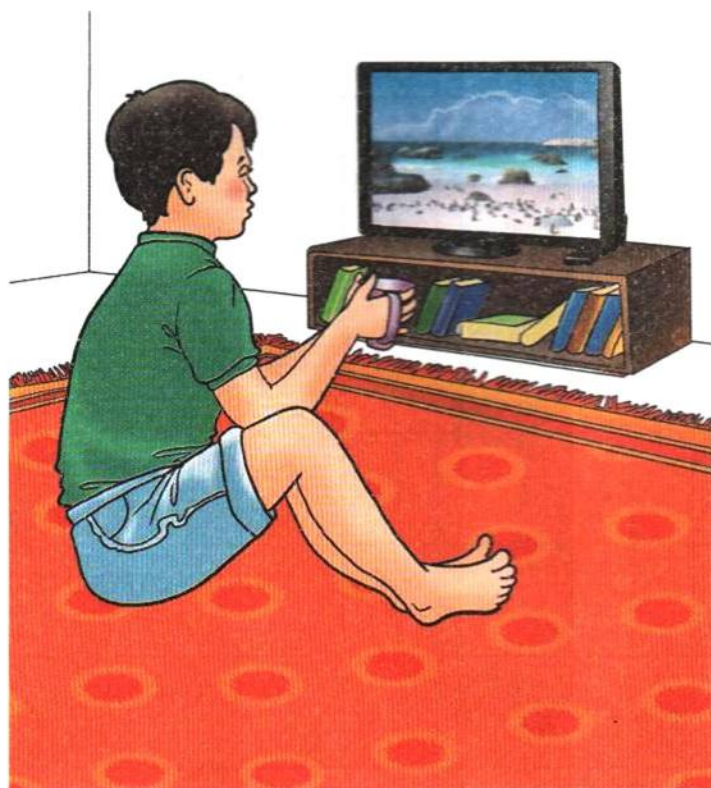
2) Всегда бежать, спешить. ☐

3) Заранее готовить всё необходимое для уроков. ☐

4) Смотреть телевизор после того, как сделал уроки. ☐

5) Не смотреть телевизор вообще. ☐

6) Обедать как можно быстрее. ☐

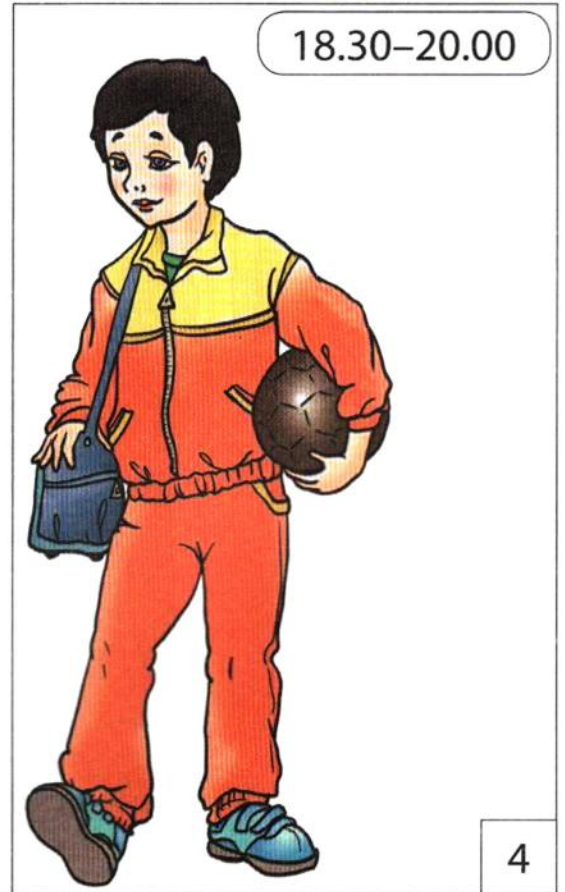
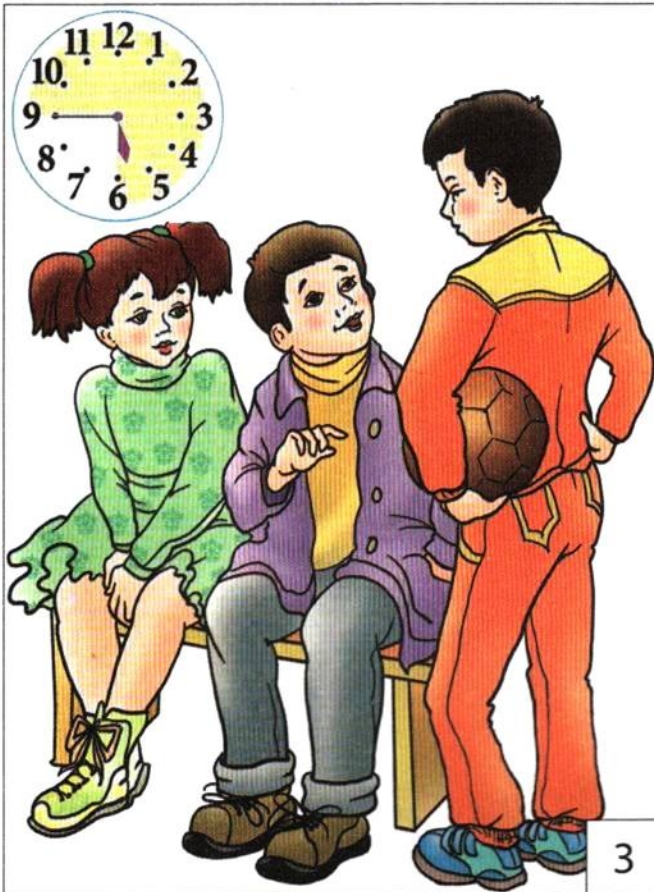
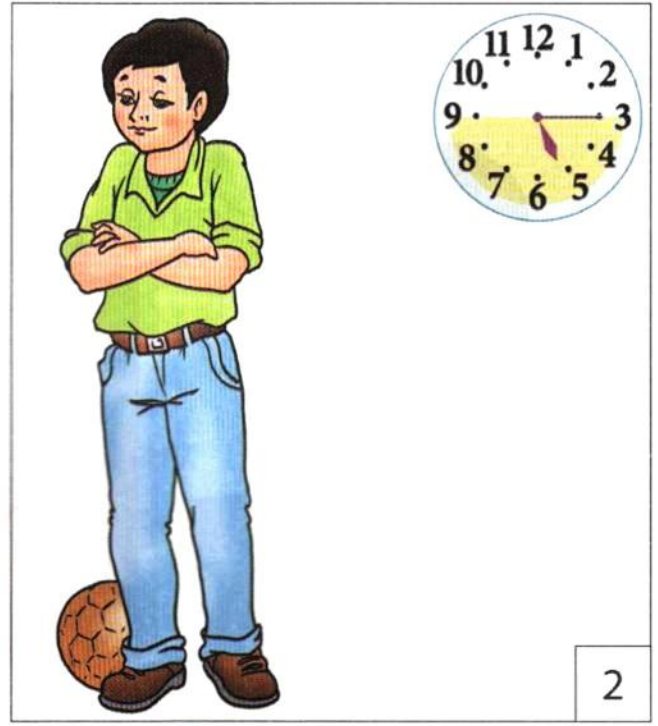


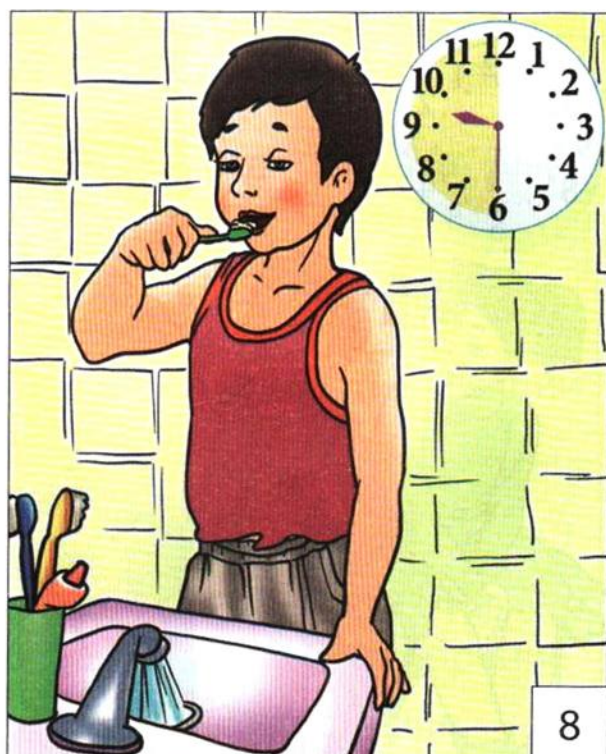
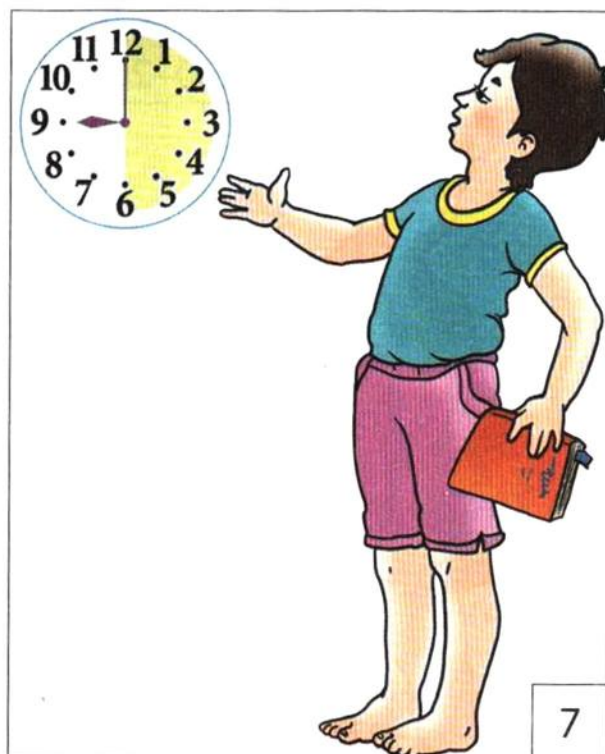
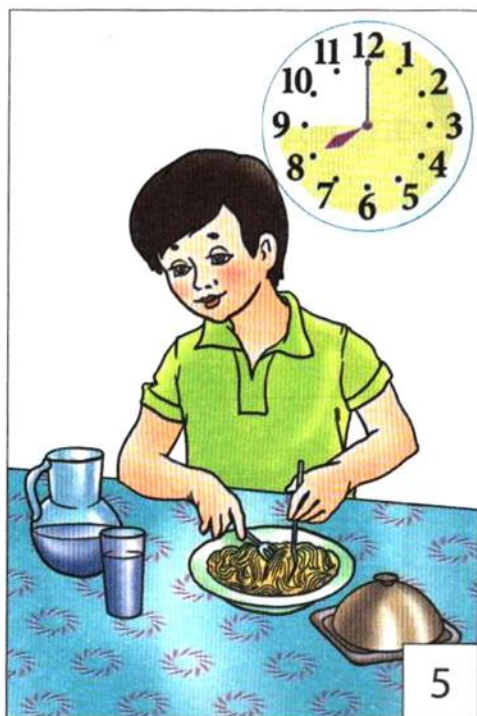
Вариант 2

1. Напиши виды поглотителей времени.

2. Рассмотрите, чем занимался после школы Вася Минуткин. На рисунках указано время начала и завершения каждого дела. Заполни бланк хронометража Васиных дел.

Начало	Продолжительность	Что делал
		Ждал, когда Мишка выйдет гулять, скучал
		Гулял с ребятами
		Ходил на занятия секции по футболу
		Ужинал
		Спорил с мамой, не хотел учить стихотворение
		Учил стихотворение
		Готовился ко сну

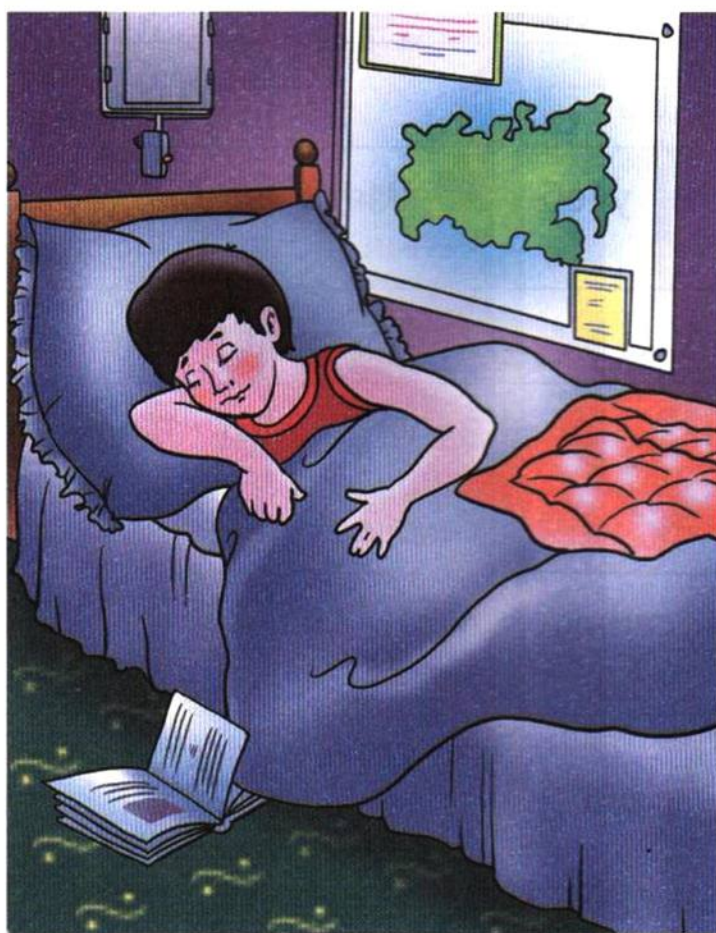




3. На бланке хронометража Васиных дел найди и подчеркни всех поглотителей времени.

4. Прочитай список разных советов Васе и отметь те, которые позволят ему успешно бороться со своими поглотителями времени.

- 1) Когда кого-то ждёшь, читать книгу. ☐
- 2) Делать уроки вместо занятий спортом. ☐
- 3) Не гулять. ☐
- 4) Не спорить с мамой понапрасну. ☐
- 5) Выяснять домашнее задание на уроках. ☐
- 6) Пока не сделаешь какое-то одно дело, не переключаться на другое. ☐



Раздел 2

ПЛАНИРОВАНИЕ И ПРИОРИТЕТЫ

Занятие 6. Как составить план

ПЛАН – перечень тех дел или действий, которые нам предстоит сделать.

ПЛАНИРОВАНИЕ – это составление плана.

1. Какой из планов записан правильно? Почему? Отметь правильный план.

План 1 ☐	План 2 ☐
1. Мишка – учебник	1. Взять в библиотеке «Приключения Тома Сойера».
2. Позвонить	2. Доклеить модель ко вторнику.
3. Сд. 5 ш.	3. Позвонить Лёше, сообщить домашнее задание, спросить про самочувствие.
4. Морская свинка	4. Накормить кролика, почистить клетку.

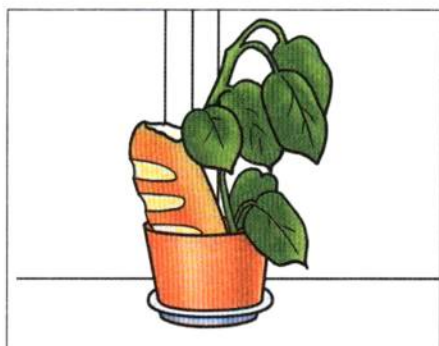
Записывать дело надо так: **ДЕЙСТВИЕ + ЕГО РЕЗУЛЬТАТ**.

Например: разогреть суп, купить тетрадь.

2. Что перепутал Федя Забывакин? Что он вообще забыл сделать?

1. Фикус
2. Соседская собака
3. Рыбка
4. Книжка
5. Полы
6. Компьютер





3. Составь для Фёдора Забывакина правильный план на этот день и запиши его.



4. Запиши свой план на сегодня. Проверь, правильно ли записаны дела.

Мой план на сегодня

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

План действий помогает вспомнить всё, что нужно сделать.

Планируя дело, записываем не только действие, но и его результат.



Занятие 7. Приоритеты

1. Прочти желания, которые загадала Женя.

«Пусть я буду дома и с баранками!»

«Хочу, чтобы мамина любимая вазочка сделалась целая!»

«Хочу оказаться на настоящем Северном полюсе!»

«Хочу скорее вернуться домой!»

«Хочу, чтобы все игрушки на свете были моими!»

«Хочу, чтобы игрушки убрались поскорей обратно в магазины!»

«Пусть Витя будет здоров!»



По-латыни «при́ор» значит «первый», поэтому самое важное и первоочередное называют ПРИОРИТЕ́ТОМ. Дела, которые идут самыми первыми по важности, называют ПРИОРИТЕ́ТНЫМИ.

2. Раскрась лепестки Цветка приоритетов в нужные цвета.

-  Жизнь и здоровье человека.
-  Достижение поставленных целей, развитие.
-  Семейные и личные ценности.
-  Командная задача.
-  Тормозящая задача.
-  Задача поставлена командиром.
-  Личные интересы.

3. 1) Выбери три самых важных дела Элли. Подчеркни их. Раскрась их лепестки в цвет соответствующего приоритета (как в задании 1).

2) Пронумеруй все дела по порядку их выполнения.

Список дел	Лепесток	№
Посмотреть на цветущие розы в саду		
Причесать Тотошку		
Съездить к Джеймсу Гудвину и договориться о совместной поездке в Волшебную страну		
Перебинтовать подбитое крыло вороны Кагги-Карр		
Когда буду в бакалейной лавке Гудвина, запастись провизией в дорогу		
Подумать, как победить Урфина Джюса		
Уговорить родителей, чтобы отпустили в Волшебную страну		



4. Вспомни и напиши два приоритетных и два не приоритетных дела, которые тебе пришлось недавно сделать. Объясни свой выбор.

!1. _____

!2. _____

3. _____

4. _____

Если важных дел несколько, то удобнее начинать с задачи, от которой зависит выполнение других задач. Остальное будет зависеть от ситуации.



Занятие 8. Виды задач

Дела (задачи), которые жёстко привязаны к определённому времени, называют **ЖЁСТКИМИ**.

Дела (задачи), которые не обязательно делать в строго определённые часы, главное – просто успеть их сделать, называют **ГИБКИМИ**.

1. Золушка получила список дел от мачехи и добавила в него свои личные дела.

1) Определи, какие дела жёсткие, а какие – гибкие. Подчеркни жёсткие дела красным, а гибкие – зелёным карандашом.

2) Примерно определи и запиши, сколько времени потребует каждое дело.

Дело	Время
Разобрать мешок фасоли	2 ч
Полить три розы	
Вымыть полы в замке	
Проводить родственниц на бал в 18.00	
Сорвать в огороде тыкву для кареты	10 мин
Принести из кладовки мышеловку с мышами	
Встретить Фею-крёстную в 19.00	
Надеть бальное платье	
Сделать причёску	1 ч
Поехать на бал в 21.00	
Танцевать с принцем	
Вернуться домой в 24.00	

2. Помоги Золушке составить план вечера.

Вопрос	Ответ
Сколько времени есть у Золушки с 19.00 до 21.00?	
Сколько времени уже занято?	
Сколько свободного времени есть у Золушки с 19.00 до 21.00?	
Успеет ли Золушка перебрать фасоль или помыть пол?	
Что Золушка сможет ещё успеть за это время?	

ДЛИТЕЛЬНЫЕ ДЕЛА — это дела, на выполнение которых надо отвести много времени. Когда эти дела запланированы, становится понятно, как планировать другие дела.

Когда планируешь день, надо помнить о делах, которые требуют много времени, и о делах, которые должны быть сделаны к определённому времени.

Занятие 9. Планируем в ежедневнике

1. Прочти список дел короля, которые ему необходимо сделать сегодня. Жёсткие задачи подчеркни красным карандашом, гибкие – зелёным, а длительные – жёлтым.

Напомнить министру о государственных делах.

Принять французского посла в 15.00.

Позаниматься английским языком с гувернанткой два часа.

Посмотреть на нового коня.

Обсудить с генералами ход военных сражений.

Прийти на бал в соседское королевство в 20.00.

Полить королевскую розу.

Подписать указ.

Поиграть на дудочке.



ЕЖЕДНЕВНИК — это записная книжка, предназначенная для планирования нашего времени.

2. Просмотри страницу ежедневника короля. Помоги королю составить план дня.

Жёсткие и длительные дела	Гибкие дела
8.00 _____	Напомнить министру о государственных делах.
9.00 _____	
10.00 _____	
11.00 _____	Два часа позаниматься английским языком с гувернанткой.
12.00 _____	
13.00 _____	Посмотреть на нового коня. Обсудить с генералами ход военных сражений.
14.00 _____	
15.00 _____	Поливать королевскую розу.
16.00 _____	Поиграть на дудочке.
17.00 _____	Подписать указ.
18.00 _____	
19.00 _____	
20.00 _____	
21.00 _____	
22.00 _____	

Алгоритм жёстко-гибкого планирования

1. Возьми лист бумаги в клеточку и раздели его на два столбца. Если у тебя есть готовый ежедневник, возьми его и раздели страницу на два столбца.
2. По левому краю страницы напиши время (часы) сверху вниз, как в ежедневнике короля.
3. Запиши в левом столбце жёсткие задачи, привязывая их к нужному времени.
4. В правом столбце запиши все гибкие задачи.
5. Определи приоритет выполнения гибких задач, пронумеровав их в порядке выполнения.
6. Определи нужное количество времени на выполнение длительных задач.
7. Запланируй время для длительных задач в левом столбце.
8. Следи за тем, чтобы у тебя оставались свободные промежутки времени между делами в левом столбце.



3. Придумай и нарисуй комикс «Мой идеальный выходной».

Перед тем как начать заниматься делами, их надо спланировать: составить список дел и определить порядок их выполнения. В этом поможет алгоритм жёстко-гибкого планирования.

Занятие 10. Конструктор дня

1. Познакомься с мыслями Васи Минуткина по поводу предстоящей субботы. Помоги Васе спланировать его завтрашний день по алгоритму жёстко-гибкого планирования. Подчеркни жёсткие дела красным, а гибкие – зелёным карандашом.

«Суббота — мой любимый день! И мы с родителями договорились пойти в зоопарк! Но они волнуются, что, если мы отправимся в зоопарк, я не успею сделать важные дела. Я должен сделать математику и выучить стихотворение. Только где же моя тетрадь по математике? Наверное, Ромка, сосед по парте, случайно сунул её к себе в портфель. Завтра нужно будет забежать к Ромке и забрать тетрадку. Но сначала созвониться с ним и договориться о встрече. Ещё мама меня просила пойти в булочную и купить хлеба. В 19.00 у меня занятия по айкидо. И к ним нужно подготовиться: рюкзак собрать, положить спортивную форму и запасные носки. А в 10.00 очень интересная передача по телевизору про путешественников. Мы всегда смотрим её всей семьёй и потом обсуждаем... Так много дел на завтра, а я вот уже три дня мечтаю заняться сборной моделью корабля, которую мне подарила бабушка. Ну хоть часик бы поклеить!»

- 1) Заполни страницу ежедневника Васи: впиши жёсткие и гибкие дела.
- 2) Расставь приоритеты.
- 3) Напиши, сколько времени потребуется на длительные дела.
- 4) Впиши длительные дела в план дня.

Жёсткие и длительные дела	Гибкие дела
8.00	
9.00	
10.00	
11.00	
12.00	
13.00	
14.00	
15.00	
16.00	
17.00	
18.00	
19.00	
20.00	
21.00	
22.00	

2. Игра «Конструктор дня».

Вырежь карточки с делами и составь из них план своего завтрашнего дня.

Пойти в кино	Ужин
Позаниматься спортом	Игра в футбол
Позаниматься музыкой	Обед
Собрать пазл	Прогулка
Купить хлеба в булочной	Игра в шахматы
Посмотреть мультики	Уроки в школе
Навести порядок в комнате	
Позвонить друзьям, пообщаться	
Выполнить домашние задания	
Поиграть в компьютерную игру	
Позаниматься английским языком	
Прочитать маме стихотворение	

План дня

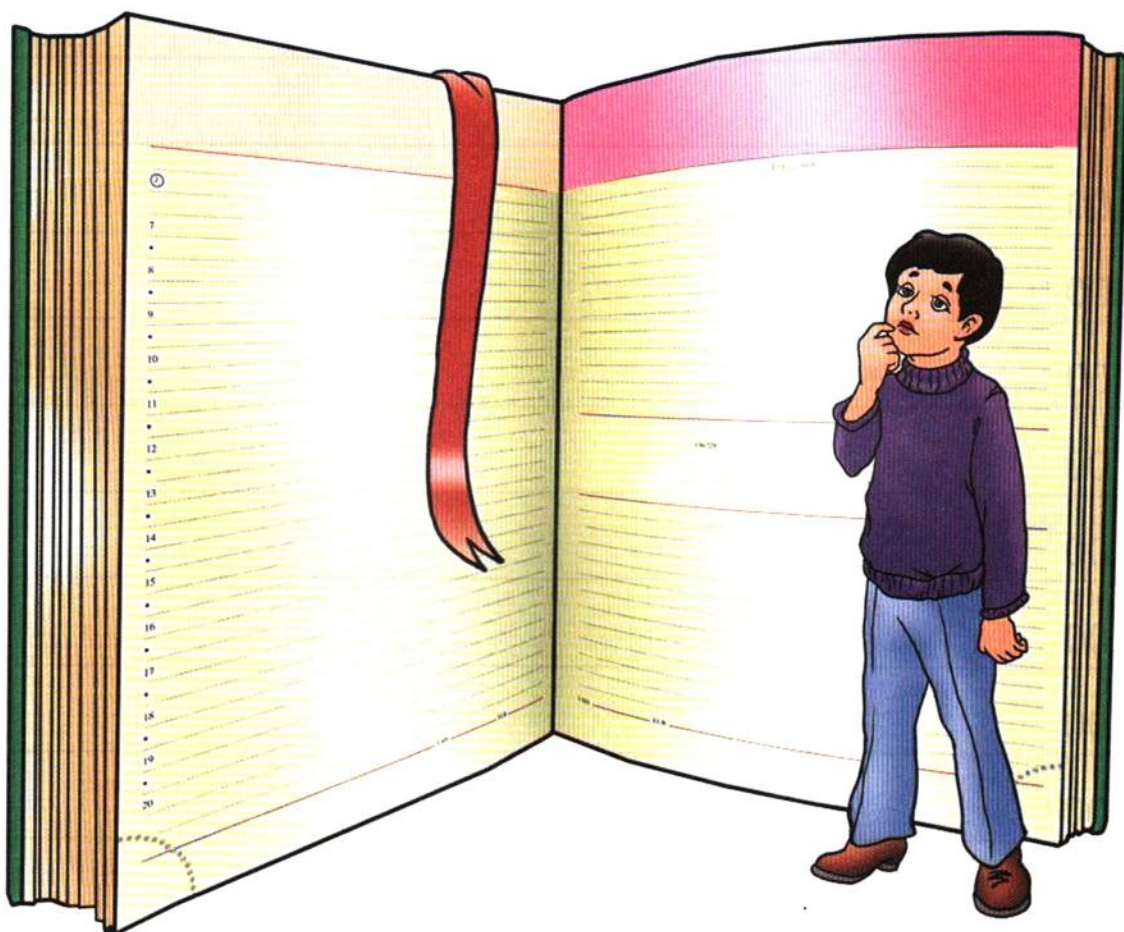
Жёсткие и длительные дела	Гибкие дела
8.00	
9.00	
10.00	
11.00	
12.00	
13.00	
14.00	
15.00	
16.00	
17.00	
18.00	
19.00	
20.00	
21.00	
22.00	

При составлении плана дня нужно определить приоритеты, чтобы в любом случае успеть выполнить важные задачи.

Первыми будем выполнять гибкие задачи, которые определяют дальнейший план дня (узнать время, договориться о встрече, выяснить, куда нужно ехать...).

Если возможны периоды ожидания, думаем, чем их заполнить.

Смотрим, можно ли сделать какие-то дела «по дороге».



Занятие 11. Используем подходящий момент

1. В ежедневнике Золушки перепутались условия (в левой колонке) и задачи (в правой колонке). Соедини стрелками условие и задачу, подходящие друг другу.

Условие	Задача
Если не будет дождя	танцевать с принцем
Когда придёт крёстная	превратить мышку в кучера
Когда буду на балу	полить все цветы в саду
Если в мышеловку попадётся мышка	напоить крёстную чаем с вареньем

КОНТЕ́КСТ — условие, лучше всего подходящее для выполнения определённого действия, решения задачи.

У древних греков был бог удачи, счастливого мига — Кáйрос. Его изображали с прядью волос на голове — только за этот локон и можно было ухватить неуловимого крылатого Кайроса. В руках он обычно держит весы, которые символизируют справедливость судьбы, посылающей удачу тем, кто это заслужил. С тех пор подходящий для дела момент, благоприятное время для дела тоже называют кайросом.



2. Подчеркни дело, для которого нужно особое стечение обстоятельств, — кайрос.

1) Если встречу английскую королеву, узнать у неё, почему она никогда не опаздывает.

2) Встать в 8.00 и сделать зарядку.



3. Прочитай план дня Феди Забывакина. Распредели все его дела по контекстам. Подчеркни дела, которые относятся к одному контексту, каким-то одним цветом.

Что сделать:

- погулять;
- если сделаю все уроки быстро, поиграть в компьютерную игру;
- когда старший брат придет на выходные, попросить его взять меня с собой на стадион;
- купить хлеба в булочной;
- если в субботу будет хорошая погода, поиграть с ребятами в футбол;
- купить новые фломастеры, а то старые не пишут;
- книжку про пиратов почитать, когда все уроки сделаю;
- бабушке ко дню рождения сделать подарок;
- когда увижу Витю из «Б» класса, надо ему вернуть диск с игрой;
- сдать деньги на школьные завтраки.

4. Для каждого контекста придумай подходящую задачу.

1) По пути _____

2) Если встречу _____

3) Когда будет настроение у бабушки, _____

4) Когда буду в школе, _____

5) После школы _____

6) Когда сделаю все уроки, _____

5. Придумай и запиши один контекст из своей жизни и одну соответствующую ему задачу.

Гибкие задачи можно планировать с помощью контекстов. Это делает наш план удобнее и не даёт поглотителям времени отнимать наше время.

Занятие 12. Контекстное планирование



Люди



Место



Обстоятельства

1. Определи вид контекста и впиши его в строке:
Л – люди, М – место, О – обстоятельство.

1) Если отпустят пораньше, зайти в новый зоомагазин. ____

2) Когда будем на даче, собрать листья для гербария. ____

3) Когда приедет брат, устроить поход с ночёвкой. ____

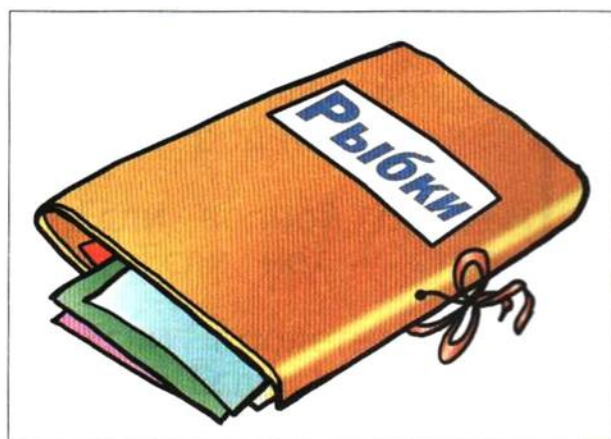
4) Как только простуда пройдёт, обкатать новые коньки. ____

5) Если вечером будет хорошая погода, посмотреть в телескоп. ____

6) Будем в центре – зайти в театральную кассу за билетами. ____

7) Если у мамы будет хорошее настроение, попросить у неё бусы. ____

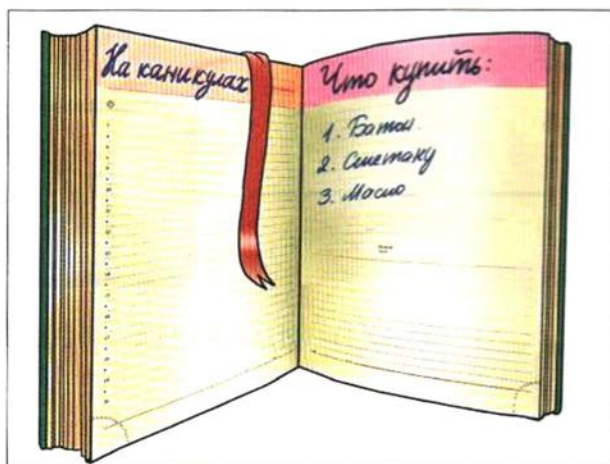
2. Рассмотрите на рисунке наминалки, которые можно использовать для планирования контекстных задач. Отметьте то, что тебе уже приходилось использовать.



1. Контекстная папка



2. Стикеры или записки



3. Страница в ежедневнике

	Мама	Папа	Я
Когда придут гости:	 	 	
Когда поедим на дачу:		 	

4. Доска планирования

3. Игра «Робинзон Крузо».

Сыграйте в игру с соседом по парте. Вы – робинзоны. Выберите по одному мелкому предмету в качестве фишки и поставьте на старт. Первым делает ход игрок справа. Используйте игровой кубик: «чёт» – игрок идёт по стрелке «ДА», «нечёт» – по стрелке «НЕТ». Если у вас нет игрового кубика, то на счёт раз-два-три покажите одновременно «камень» (кулак) или «бумагу» (открытую ладонь). Если ваши жесты совпали, игрок идёт по стрелке «ДА». Если выпали «камень» и «бумага» – по стрелке «НЕТ».

Кто из вас быстрее дойдёт до финиша и спасётся с острова?



Контекстные задачи

1. Если пойдёт дождь — есть запас воды, если нет — иди на родник на другой конец острова и обратно.
2. Если волной прибьёт лодку — средство спасения готово. Если нет — строишь плот сам.
3. Если пролетит самолёт — тебя заметили и спасли, финиш. Если нет — копаешь канал для плота, отплываешь, финиш.



Надо учитывать три вида контекстов:
место, люди, обстоятельства.

Напоминалками могут служить:

- 1) контекстная папка;
- 2) стикеры или записки;
- 3) страница в ежедневнике;
- 4) доска планирования.

Занятие 13. Интервалы планирования

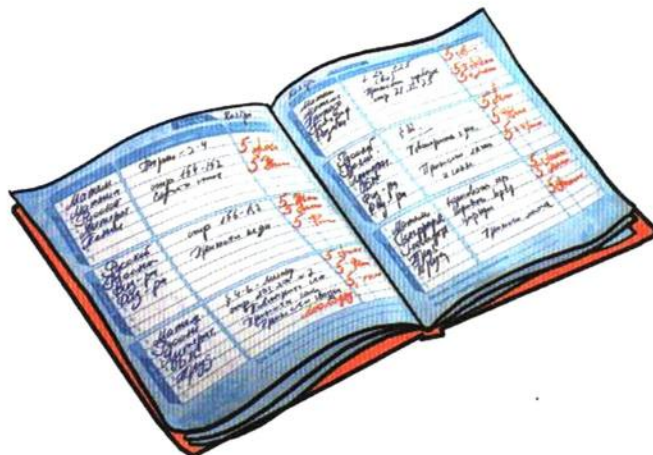
Планировать свои дела нужно не только на день, но и на неделю и на месяц.

1. Соедини стрелкой интервал планирования (день, неделя, месяц) и соответствующий ему план.

План 1	План 2
– Дописать проект. – Зайти в гости к Ольге. – Продолжить вышивку. – Посидеть с братом, когда родители уйдут в кино.	1) Делаем стенгазету. 2) Дежурим по школе. 3) Проводим в классе Неделю вежливости. 4) Готовимся к новогоднему вечеру.

День	Неделя	Месяц
------	--------	-------

План 3



2. Допиши предложения.

Дела на неделю нужно просматривать один раз в ____.

«Созревшие» дела перенести в список дел на _____.

Дела на месяц нужно просматривать один раз в ____.

«Созревшие» дела перенести в список дел на _____.

3. Выдели из списка дел Васи Минуткина задачи, которые ему нужно сделать:

- сегодня;
- в ближайшую неделю;
- в течение месяца.

Соедини стрелкой каждое дело с нужным списком дел. (Имей в виду, что у Васи понедельник – начало недели.)

Сходить в театр через три недели Сделать уроки ко вторнику Подготовиться к викторине по английскому на следующей неделе Покормить кота Выучить стихотворение к концу недели Нарисовать стенгазету к школьному празднику (через месяц) Сходить в зоопарк на выходных На днях сходить к врачу	Список задач на день
	Список задач на неделю
	Список задач на месяц

Дневной план мы просматриваем несколько раз в день и вычёркиваем выполненное.

Список дел на неделю просматриваем один раз в день. Вечером «созревшее» для выполнения дело переносим в список дел на следующий день.

Список дел на месяц просматриваем раз в неделю. В конце недели «созревшее» для выполнения на следующей неделе дело переносим в список дел на эту неделю.

Будущие дела мы вносим в отдельные списки, чтобы они не потерялись и чтобы их не переписывать каждый день по многу раз.



Занятие 14. Самостоятельная работа по теме «Планирование»

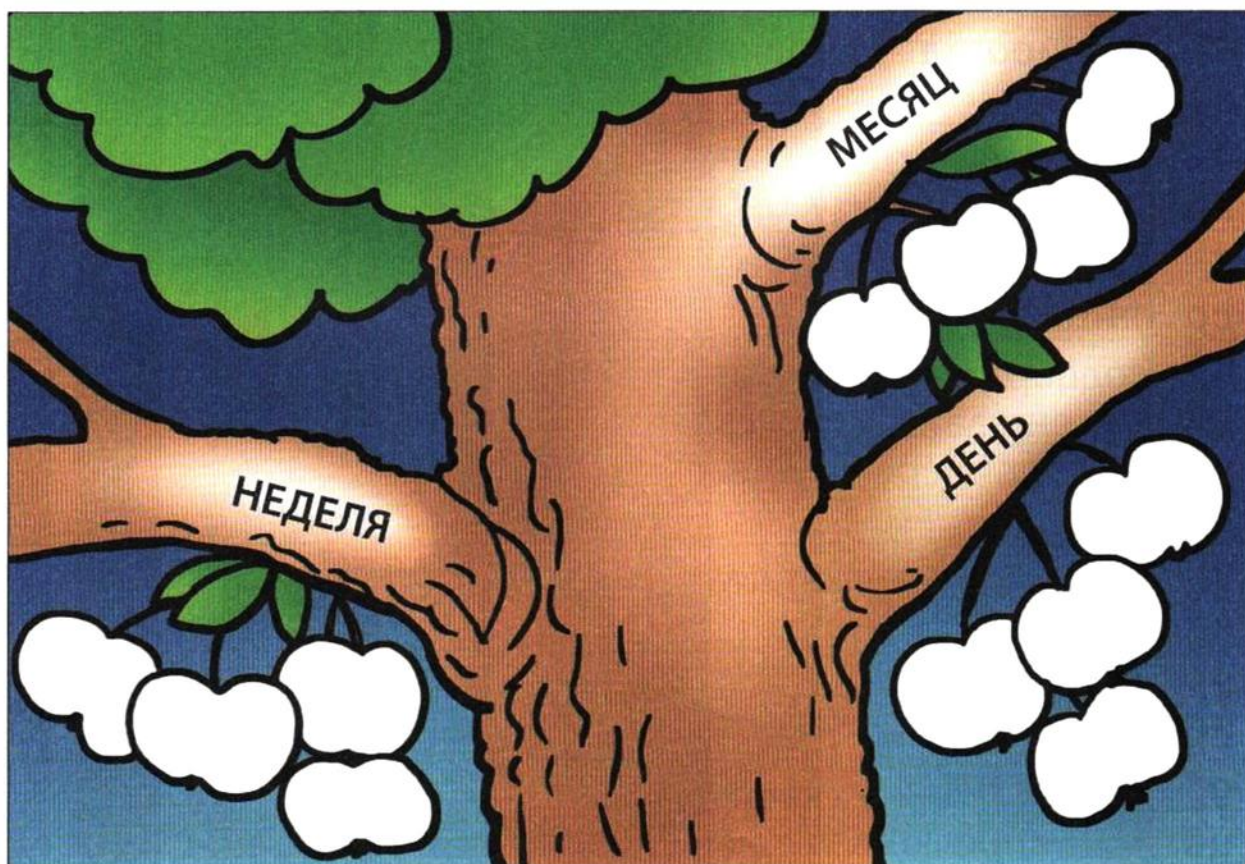
Вариант 1

1. Прочитай список задач. Подчеркни неправильно сформулированные задачи, запиши рядом правильную формулировку.

Задача	Правильная формулировка
1. Сходить в цирк с папой в субботу	
2. Нарисовать открытку бабушке на день рождения через три недели	
3. Тренировка сегодня в 17.00	
4. Подготовиться к завтрашнему диктанту	
5. Мишка, уч. матем., до пятницы	
6. Подобрать картинки для стенгазеты класса на конкурс через неделю	
7. Сделать математику к пятнице	
8. До конца мес. – стих	
9. Домик для скворца – к апрелю!	

Задача	Правильная формулировка
10. Сегодня купить лекарство для младшей сестры	
11. Положить в портфель альбом для рисования на завтра	
12. До апреля прочитать книжку	

2. К какому интервалу времени относятся эти задачи? Запиши номера задач на ДЕНЬ, НЕДЕЛЮ и МЕСЯЦ в соответствующие яблоки. Одно яблоко – одна задача.



3. В первом задании найди в задачах на ДЕНЬ жёсткие, гибкие и длительные задачи. Подчеркни в таблице жёсткие задачи красным карандашом, гибкие – зелёным, а длительные – жёлтым.

4. Прочитай список условий (контекстов) и задач. Соедини стрелочкой соответствующие друг другу условие и задачу.

Условие (контекст)		Задача
Когда мы пойдём в зоопарк...		покажу дневник с пятёркой за контрольную
Если будет дождь в субботу...		куплю новые стержни для ручки
По дороге из спортивной секции...		расскажу всё, что знаю про жирафа
Когда мама придёт вечером с работы...		не пойду гулять, лучше прочитаю книжку про остров сокровищ

5. Впиши названия контекстов.



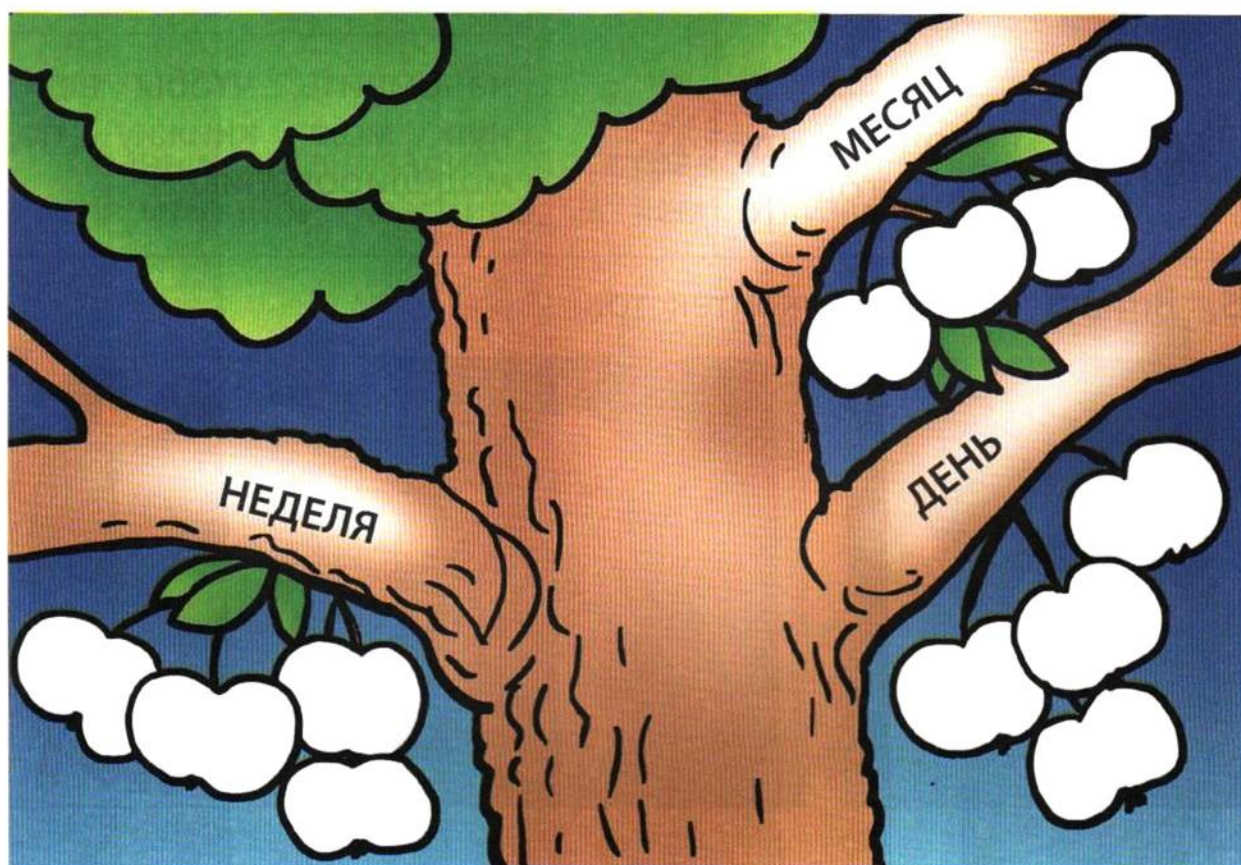
Вариант 2

1. Прочитай список задач. Подчеркни неправильно сформулированные задачи, запиши рядом правильную формулировку.

Задача	Правильная формулировка
1. В воскресенье всей семьёй пойти в зоопарк	
2. Доклеить модель самолёта и подарить брату через месяц	
3. Футбол – секция 16.30	
4. Рисование, ваза, к пятнице	
5. Выучить слова песни – класс выступает через неделю	
6. Купить новые краски для рисования к пятнице	
7. Книгу – библиотека, до конца месяца	
8. Три рыбки – к апрелю!	
9. Проводить бабушку к врачу срочно!	
10. Посмотреть новый мульт (вечером 50 минут, мама разрешила!)	

Задача	Правильная формулировка
11. Учебник для Коли положить в портфель на завтра	
12. До апреля сделать творческое задание по литературе	

2. К какому интервалу времени относятся эти задачи? Запиши номера задач на ДЕНЬ, НЕДЕЛЮ и МЕСЯЦ в соответствующие яблоки. Одно яблоко – одна задача.



3. Найди в задачах на ДЕНЬ жёсткие, гибкие и длительные задачи. Подчеркни в таблице жёсткие задачи красным карандашом, гибкие – зелёным, а длительные – жёлтым.

4. Прочитай список условий (контекстов) и задач. Соедини стрелочкой соответствующие друг другу условие и задачу.

Условие (контекст)		Задача
По дороге из школы...		наберу много грибов и ягод
Когда мы поедим к бабушке в деревню...		покататься на речном трамвайчике
Когда встречу Мишку из соседнего дома...		куплю хлеб в булочной
Если на выходные будет хорошая погода...		напомнить, чтобы вернул мою книжку по моделированию

5. Впиши названия контекстов.



Раздел 3

ПОРЯДОК, ЕГО СОЗДАНИЕ И ПОДДЕРЖАНИЕ

Занятие 15. Порядок

ПОРЯДОК – состояние благоустроенности, налаженности, организованности; правильное расположение, надлежащий вид чего-либо.

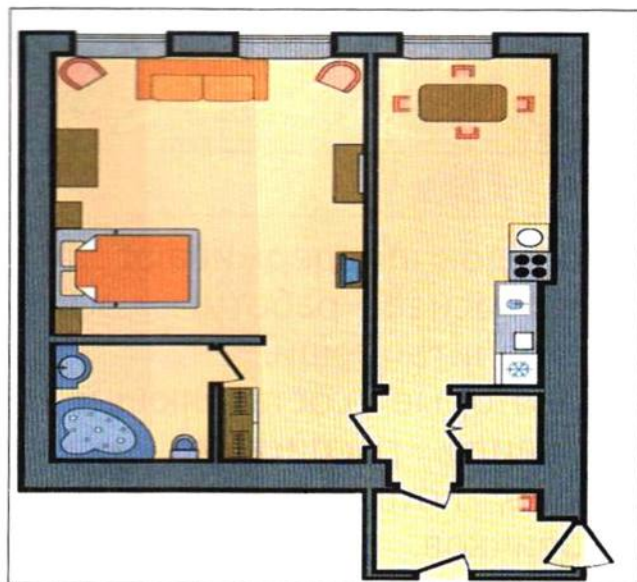
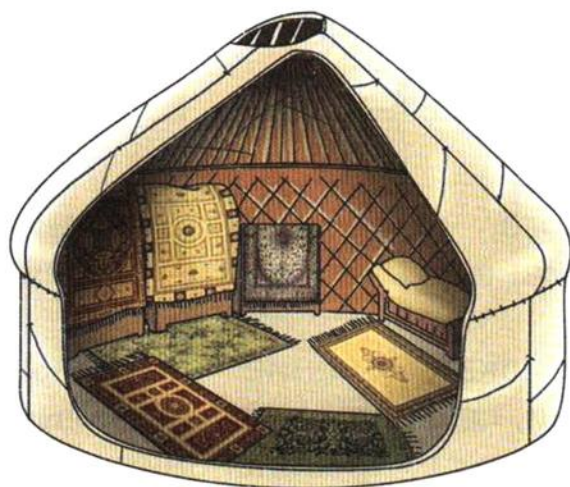
(Толковый словарь русского языка Д.Н. Ушакова)

1. Продолжи последовательность.

32	30	28	26	24			
----	----	----	----	----	--	--	--

10	8	11	9	12			
----	---	----	---	----	--	--	--

2. Сравни организацию пространства в древнем жилище и современной квартире. В чём отличие? Почему?



3. Соедини линиями дорожный знак и его значение.

	Стоянка
	Осторожно, дети!
	Рядом медпункт
	Пешеходный переход
	Поворот налево
	Нет проезда

Порядок поддерживают для того, чтобы сделать жизнь безопаснее, работу – эффективнее, сэкономить время, сохранить вещи.

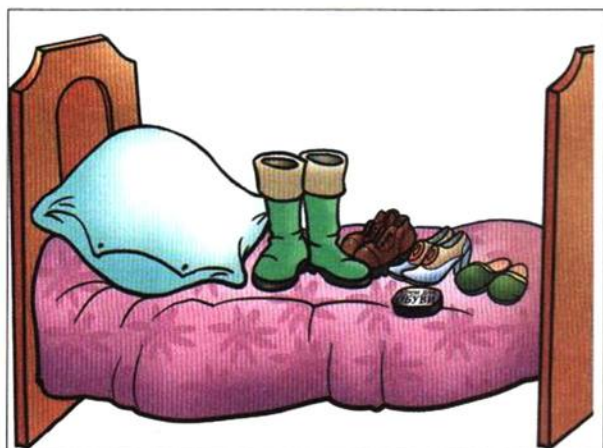
Некоторые составляющие порядка: деление на зоны, правила, расписание, указатели, сигналы, специальные люди, которые следят за порядком, разъяснения для новичков.

Занятие 16. Поддержание порядка

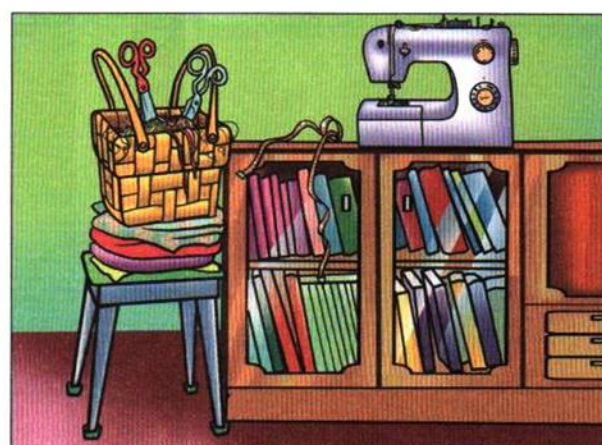
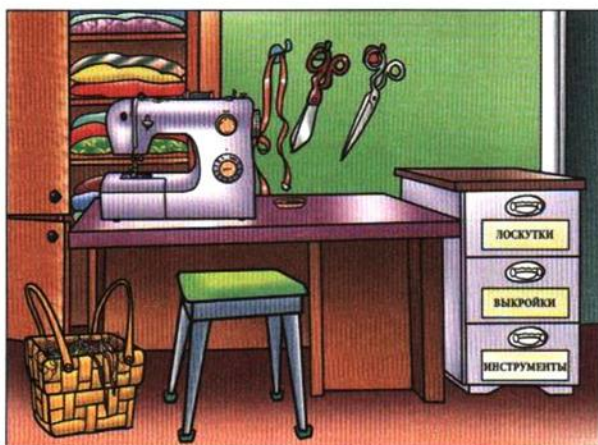
1. Обведи места, где уже появился или сейчас появится мусор.



2. На каких рисунках изображён беспорядок? Объясни, в чём заключается беспорядок.

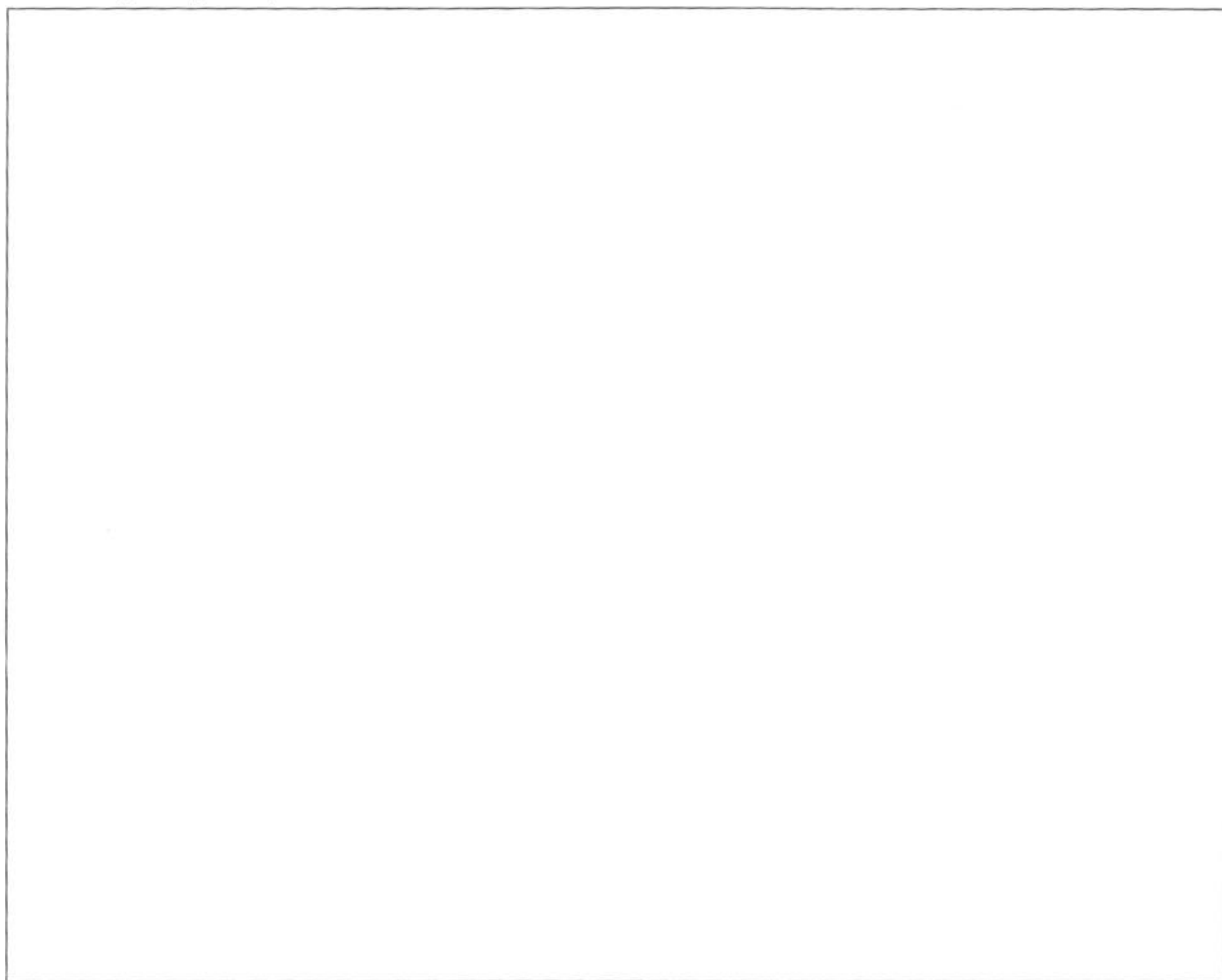


3. В каком порядке расположены вещи? Обсудите в классе, какой порядок удобнее и в каком случае.



Главные враги порядка – мусор, посторонние вещи и неудобное расположение предметов. Регулярное поддержание порядка помогает с ними бороться.

4. Нарисуй рабочее место своей мечты.



Благоустройство комнаты или места зависит от того, что мы там делаем.

Если одна зона используется для разных задач, для каждой задачи нужна контекстная хранилка.

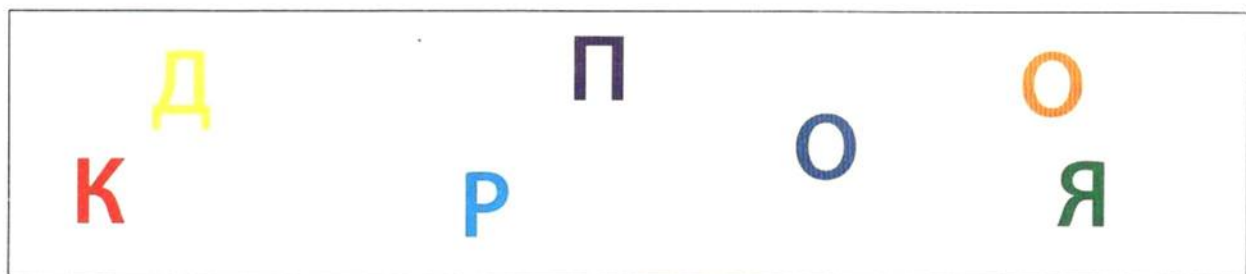
То, что используется постоянно, должно быть под рукой.

Занятие 17. Создание порядка

1. Васе Минуткину подарили щенка. Новое существо в доме – это новый порядок. Помоги Васе создать этот порядок.

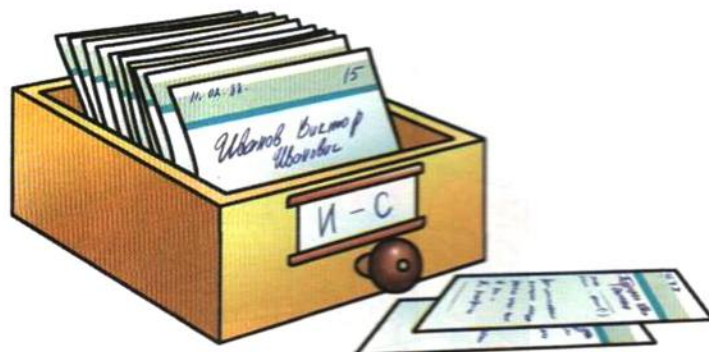
Вид деятельности	Что для неё нужно?	Где это хранить?

2. Расположи буквы по порядку тремя разными способами.

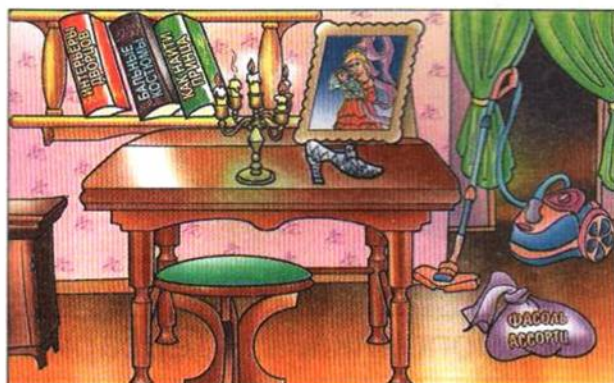


- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____

КАРТОТЕКА – это набор карточек – носителей информации, размещённых в определённом порядке.



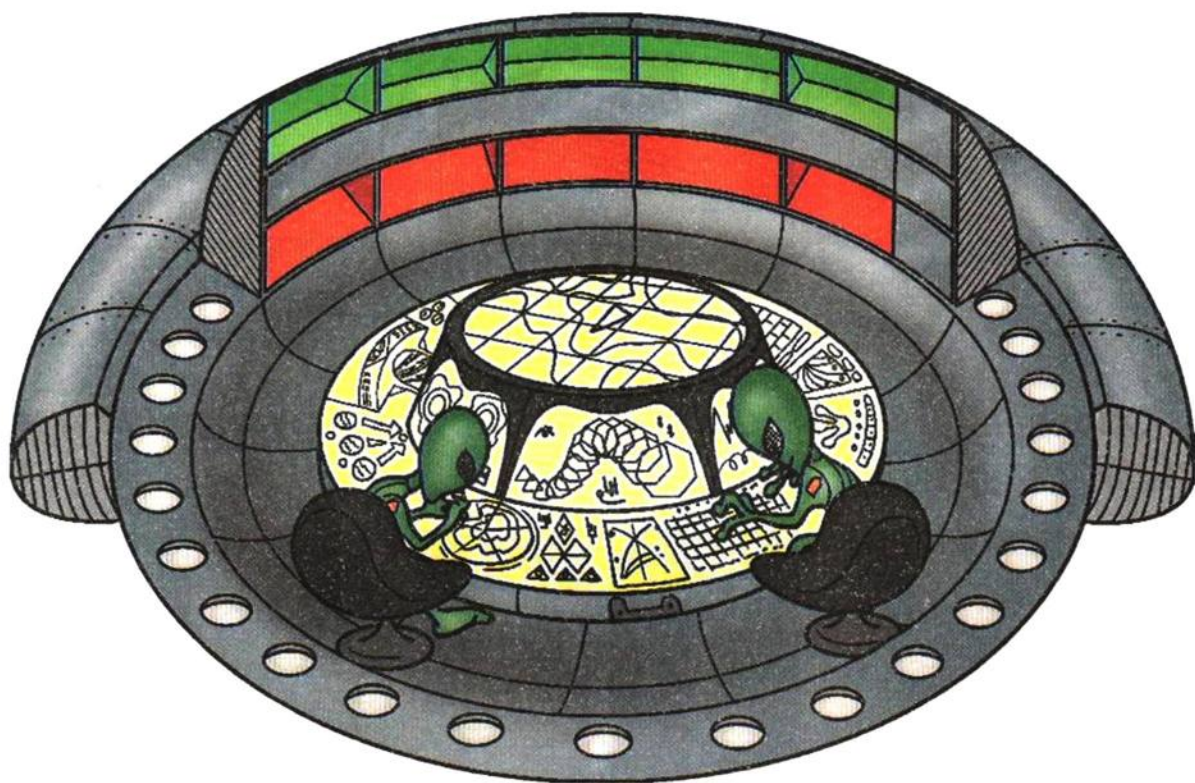
3. Определи, каким сказочным героям принадлежат эти рабочие места.



Алгоритм «СВИНТУС»

Сортируем,
Выкидываем ненужное,
Ищем вещам своё место,
Находим и кладём на место,
Текущий порядок поддерживаем,
Ура, я –
СУПЕР!

4. Тнук и Плюк возвращаются с Земли домой в свою Галактику. Раскрась названия предметов и устройств в цвета той зоны, в которой ими будет удобнее всего пользоваться в полёте. Объясни свой выбор.



Картомаршрут

Валенки

Кормопоилка

Гербарий

Энергоуровень

Развлекалинг

Связефон

Сувениры

Космогладелка

Ракеторемонтник

Тревогоспасалка

Для каждого дела нужен свой порядок.

Для удобного хранения информации пригодится картотека.

Чтобы устранить беспорядок, используем алгоритм «Свинтус».

Занятие 18. Самостоятельная работа по теме «Порядок»

Вариант 1

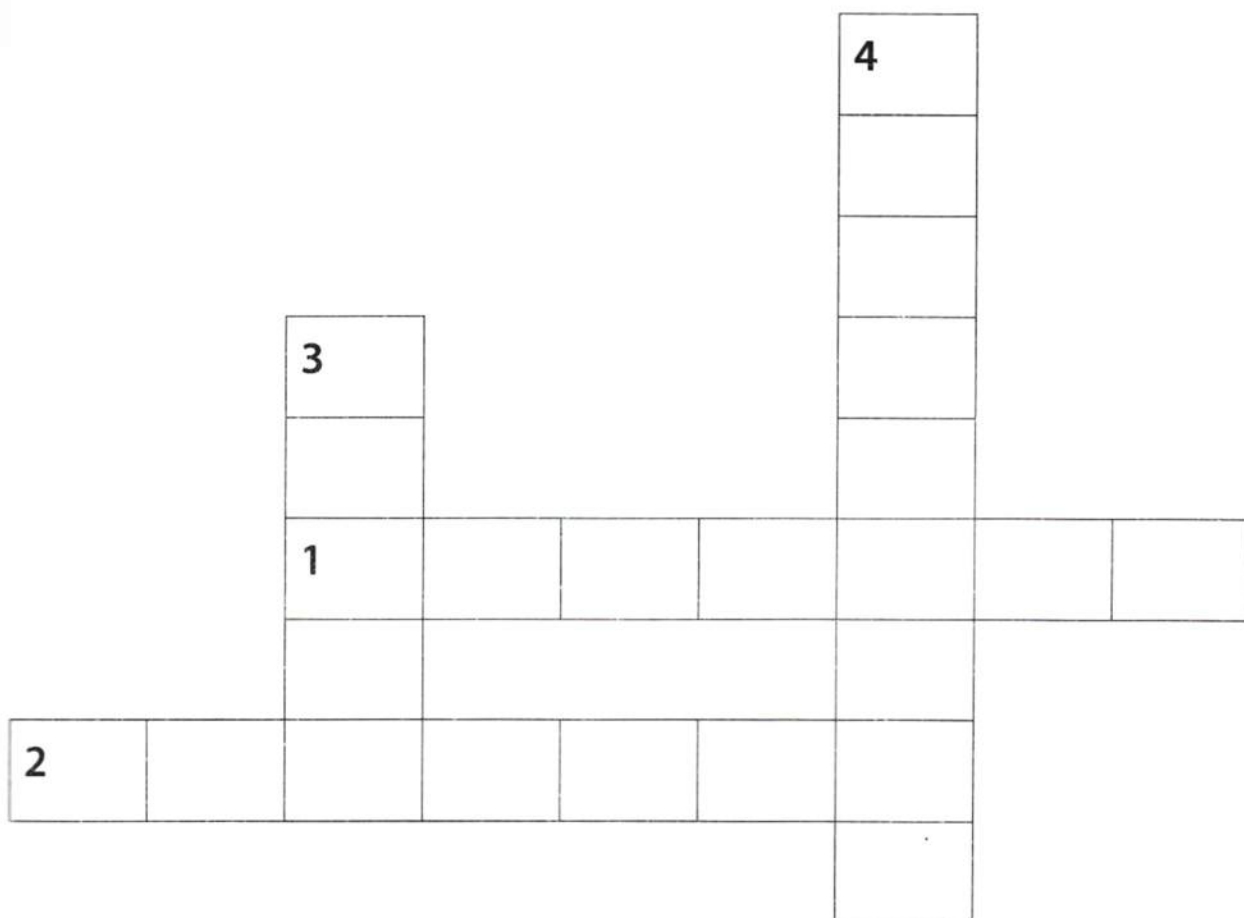
1. Реши кроссворд по теме «Порядок».

По горизонтали

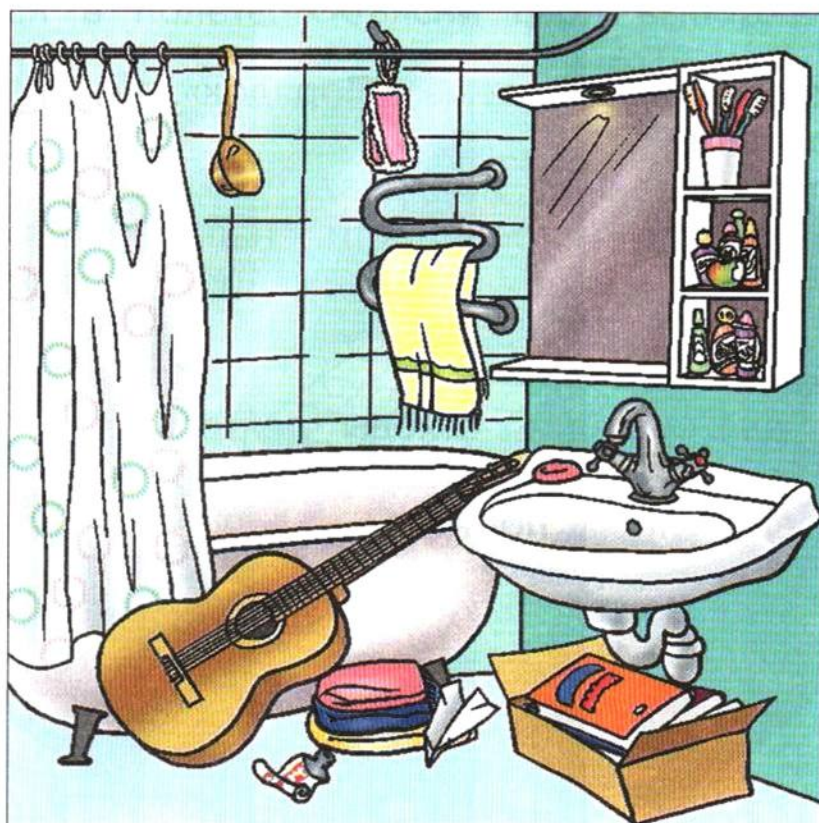
- 1) Алгоритм наведения порядка.
- 2) Состояние благоустроенности, налаженности, организованности; правильное расположение, надлежащий вид чего-либо.

По вертикали

- 3) Помеха для порядка, отходы деятельности.
- 4) Набор карточек – носителей информации, размещённых в определённом порядке.



2. Найди беспорядок на иллюстрации: цифрой «1» отметить мусор, цифрой «2» – лишние вещи, цифрой «3» – неудобное расположение.



3. Алгоритм создания порядка рассыпался. Пронумеруй этапы в правильном порядке.

Номер	Действие
	СУПЕР!
	Выкидываем ненужное
	Текущий порядок поддерживаем
	Ищем вещам своё место
	Ура, я
	Находим и кладём на место
	Сортируем

Вариант 2

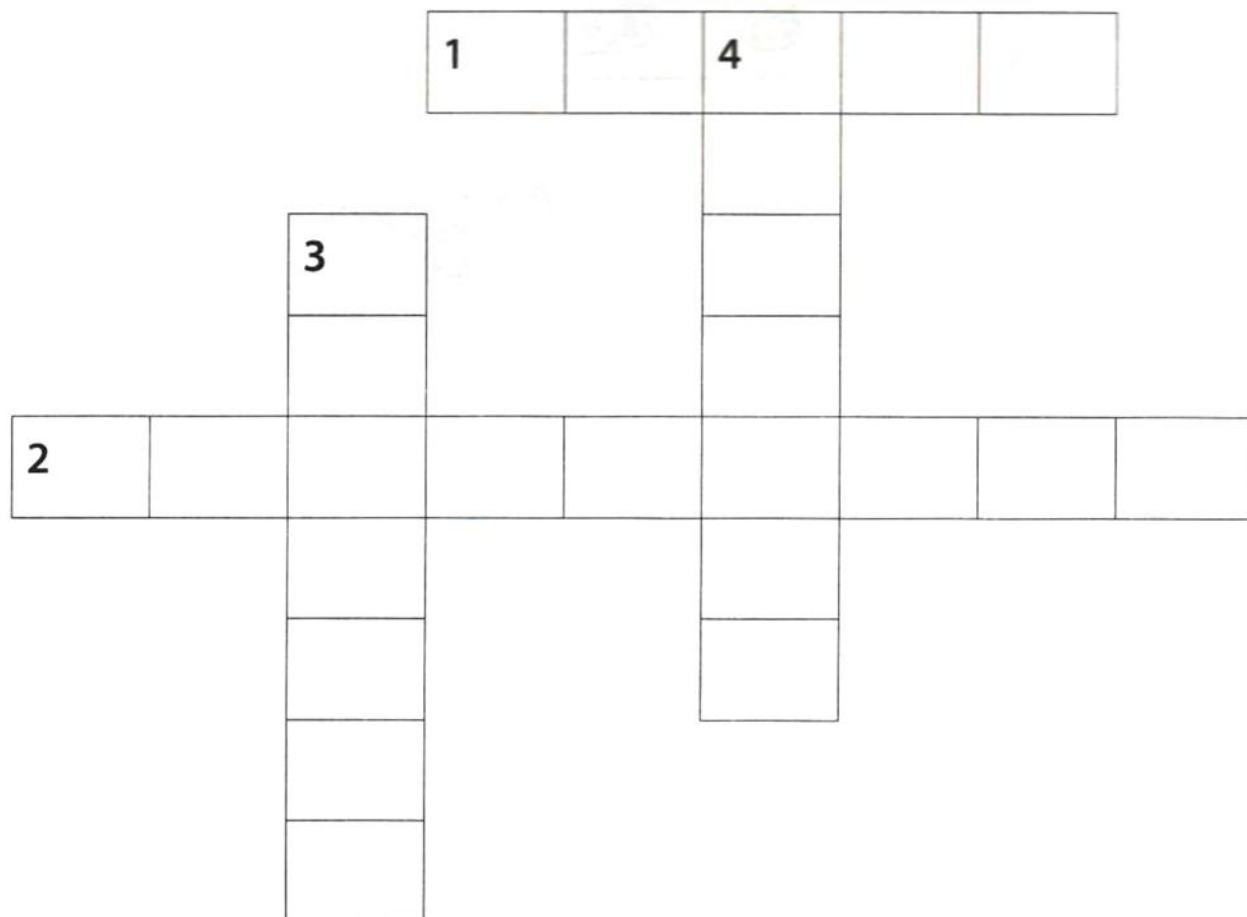
1. Реши кроссворд по теме «Порядок».

По горизонтали

- 1) Помеха для порядка, отходы деятельности.
- 2) Набор карточек – носителей информации, размещённых в определённом порядке.

По вертикали

- 3) Состояние благоустроенности, налаженности, организованности; правильное расположение, надлежащий вид чего-либо.
- 4) Алгоритм наведения порядка.



2. Найди беспорядок на иллюстрации: цифрой «1» отметь мусор, цифрой «2» – лишние вещи, цифрой «3» – неудобное расположение.



3. Алгоритм создания порядка рассыпался. Пронумеруй этапы в правильном порядке.

Номер	Действие
	Находим и кладём на место
	Выкидываем ненужное
	Текущий порядок поддерживаем
	СУПЕР!
	Ищем вещам своё место
	Сортируем
	Ура, я

Раздел 4

КАК СТАВИТЬ ЦЕЛИ И КАК ИХ ДОСТИГАТЬ

Занятие 19. Как осуществить мечту

Карта мечты Васи Минуткина



Алгоритм создания карты мечты

1. Берём лист бумаги. В середине листа клеим свою фотографию, которая нам очень нравится, или рисуем свой портрет.
2. Вокруг фотографии рисуем то, что нам хотелось бы иметь в будущем (или наклеиваем соответствующие картинки).
3. Соединяем линиями свою фотографию в центре с картинками или фотографиями вокруг.

КЛЮЧЕВЫЕ ОБЛАСТИ – это основные направления нашей деятельности, главные «русла» нашей жизни. Например: учёба, семья, друзья, спорт, хобби.

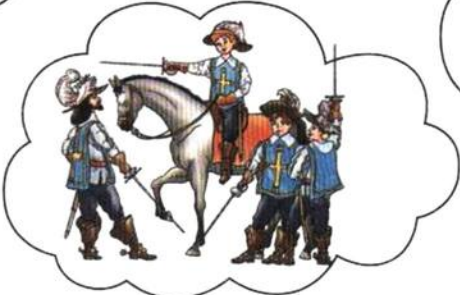
1. Помоги Феде Забывакину соотнести свои мечты с ключевыми областями жизни. Для этого соедини линиями картинки, на которых нарисованы мечты Феди, с ключевыми областями, к которым эти мечты относятся.

Друзья

Учёба

Увлечения

Спорт



2. Помоги Васе Минуткину разобраться с ситуациями, которые его волнуют.

1) Подчеркни зелёным карандашом ситуации, на которые Вася может повлиять уже сейчас. Объясни, как именно он может это сделать.

2) Подчеркни жёлтым карандашом ситуации, которые Вася пока не может изменить. Подумай, что он может сделать, чтобы суметь повлиять на эти ситуации позже.

1. Я не умею кататься на роликах, которые мне подарила мама.

2. Со мной не дружит Лена Мечталиня из соседнего класса.

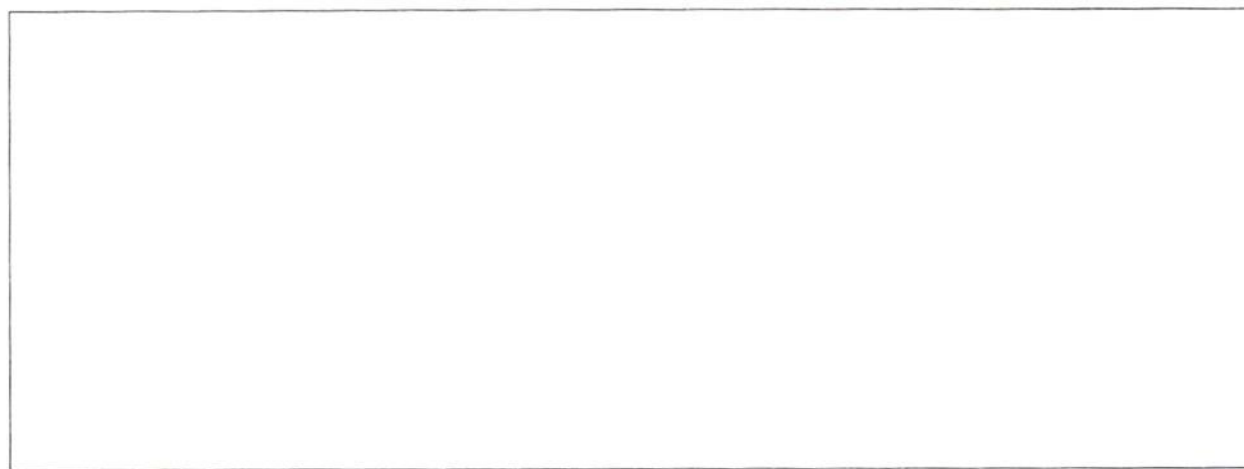
3. У бабушки болит нога.

4. Наша школьная футбольная команда проиграла матч.

5. Моего друга Федю обзывает Колька из 5-го «Б».

6. Я не понял и не решил задачу по математике.

3. Нарисуй свою главную мечту.



Мы поможем своей мечте сбыться, если нарисуем её. Очень многое в жизни зависит от нас. Если хочешь изменить ситуацию, спроси себя, что ты можешь для этого сделать. Чтобы мечта стала реальностью, надо действовать.

Занятие 20. Мечты и цели

1. Определи, какая фраза является мечтой, а какая – целью. Каждую мечту соедини линией с облаком, а каждую цель – с лестницей.

	Хочу летать, как птица.	
	Хочу научиться делать объёмные украшения на торт из сахарной глазури.	
	Хочу сделать доклад об известных способах продления жизни.	
	Хочу поступить в лётное училище.	
	Хочу, чтобы все люди были бессмертными.	
	Хочу жить в городе из сладостей, чтобы всё вокруг было съедобным.	

2. 1) Запиши номер портрета великого человека рядом с информацией о нём.



1) Луи Брайль



2) Томас Алва Эдисон



3) Игорь Васильевич Курчатов

☐ Создал систему электрического освещения, заменившего опасное газовое освещение. Изобрёл фонограф, усовершенствовал телеграф, телефон, кинокамеру и многое другое.

☐ Педагог. Изобрёл специальный шрифт для незрячих, что дало возможность читать и учиться миллионам людей, потерявших зрение.

☐ Учёный-физик, академик, основоположник использования атомной энергии в мирных целях.

2) Определи и запиши, кому из этих людей принадлежит каждое из высказываний.

1. «Сделать изобретение легко; гораздо труднее найти ему практическое применение».

Автор: _____

2. «Я хотел бы внести в мир темноты капельку света».

Автор: _____

3. «Хочу работать в области совершенно новой техники, так как стремлюсь отдать все свои силы и знания на укрепление мощи своей страны».

Автор: _____

3. Что ты сам считаешь Самой главной целью в жизни? Запиши это на памятную доску.

4. Изучи признаки Достойной цели. Отметь те признаки, которые есть у твоей главной цели.

1) **Общественная полезность.** Достойная цель положительна. ☐

2) **Конкретность.** Не общие благие намерения, но чёткая задача, к решению которой можно приступить хоть завтра. ☐

3) **Значительность.** Для достижения Достойной цели нужно много трудиться. ☐

4) **Практичность.** Даже небольшие результаты на пути к цели приносят реальную пользу. ☐

5. Впиши в Диплом Достойной цели своё имя и цель.

Диплом Достойной цели

Выдан _____ (ФИО)

За то, что у него/неё есть Достойная цель:

Мечта нереальна, она живёт только в наших фантазиях. Цель конкретна и достижима. В течение жизни человек ставит перед собой новые цели. Достойная цель значительна и меняет к лучшему жизнь многих людей.

Занятие 21. Интеллект-карта

1. Отметь правильно поставленные цели.

- 1) Не хочу болеть. ☐
- 2) Хочу водить машину. ☐
- 3) Хочу не расстраиваться по пустякам. ☐
- 4) Хочу, чтобы у нас с сестрой не было ссор. ☐
- 5) Хочу, чтобы в моей комнате было приятно находиться. ☐
- 6) Хочу научиться рисовать. ☐
- 7) Хочу избавиться от плохого почерка. ☐
- 8) Хочу пойти в поход. ☐

2. Прочитай ещё раз свою Достойную цель в Дипломе. Правильно ли она сформулирована? Если хочешь, можешь её исправить.

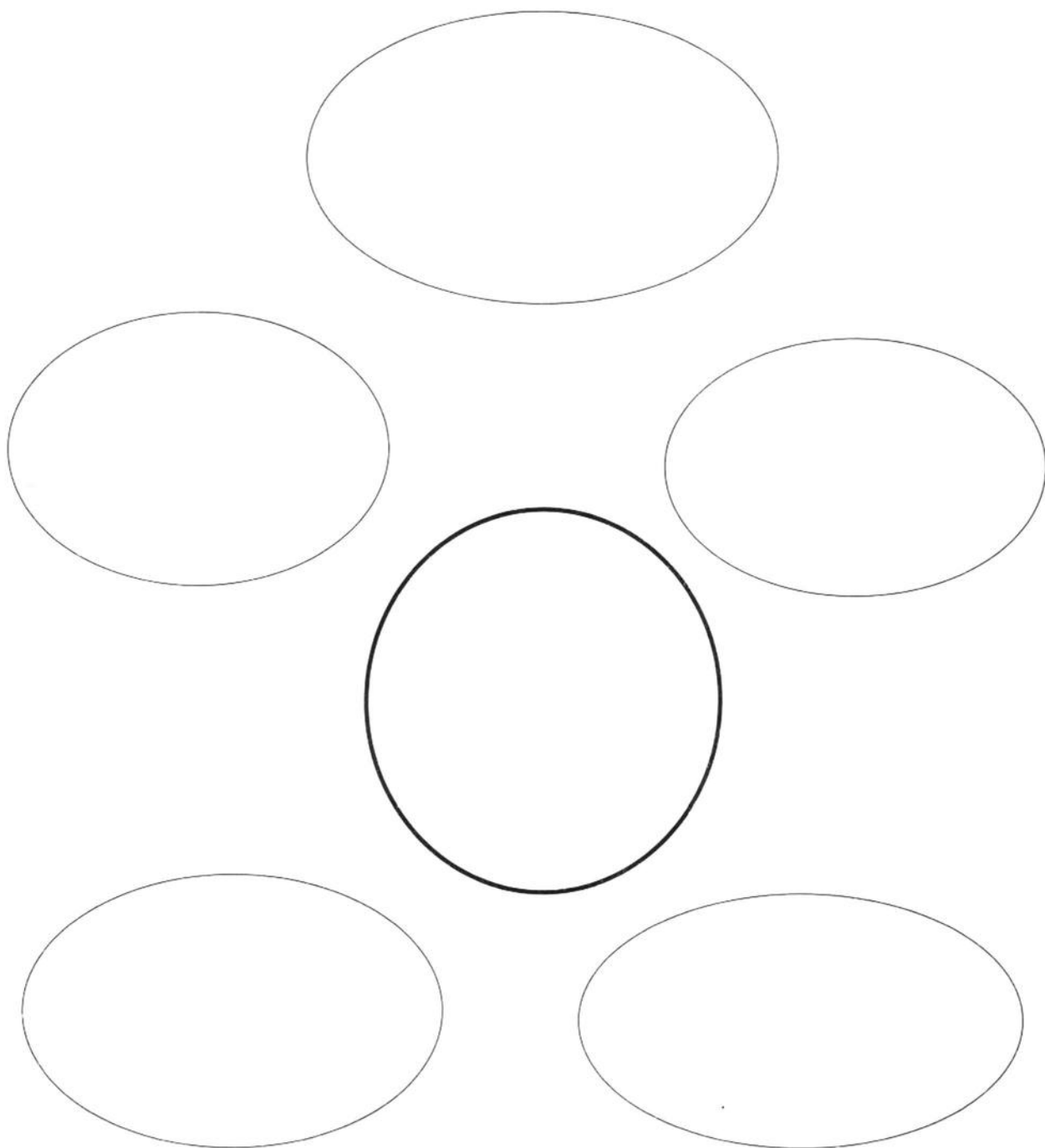
ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТА – это способ собрать и упорядочить мысли, а также найти новые идеи для решения важной и сложной задачи.

3. Прочитай правила создания Интеллект-карты. Выбери правильный вариант ответа, а неправильный зачеркни.

- 1) Интеллект-карта – это творчество ума, поэтому она должна быть **скучной / интересной**.
- 2) Цель записываем **в центральной части / на краю** карты.
- 3) Мысли записываем **по часовой стрелке / против часовой стрелки**.
- 4) Чтобы идеи хорошо запоминались, обязательно используем **рисунки и разные цвета / чёрный и белый цвет**.
- 5) Чтобы с картой было удобно работать, пишем **письменно / печатными буквами**.
- 6) Чтобы видеть связи между идеями, **ничем их не соединяем / соединяем их цветными стрелками**.

7) Когда карта готова, мы можем **сохранить её для работы и дополнять новыми идеями / выбросить и больше не вспоминать о ней.**

4. Составь свою Интеллект-карту небольшой цели.



5. Заполни дома заготовку Интеллект-карты другой цели (можешь это сделать вместе с родными или друзьями).

The image shows a blank mind map template. It consists of a central rectangular box with the text "Провести выходные интересно" (Have an interesting weekend). Surrounding this central box are six other rectangular boxes, arranged in two rows of three. The top row has three boxes, and the bottom row has three boxes. All boxes are empty, intended for the user to fill in their own ideas or goals related to the central theme.

Чтобы правильно поставить цель, надо её обязательно записать. Цель должна быть сформулирована положительно, то есть «что я хочу», а не «что я не хочу».

Привести свои мысли в порядок и найти новые идеи для решения задачи поможет Интеллект-карта.

Занятие 22. Как ставить цели



Правило 1

Записываем цель так, чтобы её достижение зависело от нас.

1. 1) Прочитай записанные цели.
 - 2) Подчеркни зелёным карандашом те, которые сформулированы правильно.
 - 3) Подумай, как следует переформулировать остальные цели.
- Хочу, чтобы мне поставили «пятёрку» по русскому языку.
 - Хочу научиться кататься на скейтборде.
 - Хочу, чтобы учитель похвалил меня на родительском собрании.
 - Хочу, чтобы сестра сшила платье моей кукле.
 - Хочу стать мореплавателем.

Правило 2

Записывая цель, представляем себе результат её достижения.



2. 1) Прочитай записанные цели.
2) Представь себе результаты достижения данных целей.
3) Какие результаты устроили бы лично тебя? Обсуди это с соседом по парте.
- Хочу победить на конкурсе чтецов.
 - Хочу сыграть главную роль в школьном спектакле.
 - Хочу целый день играть в компьютерную игру.
 - Хочу, чтобы дома жил крокодил.
 - Хочу научиться ходить на руках.

Правило 3

Записываем цель конкретно.



3. 1) Прочитай записанные цели.
2) Подчеркни зелёным карандашом те, которые сформулированы конкретно.
3) Подумай, как следует переформулировать неконкретные цели.
- Хочу получить пять «пятёрок» по математике.
 - Хочу быть сильным.
 - Хочу занять первое место на соревнованиях по плаванию.
 - Хочу получить «чёрный пояс» по карате.
 - Хочу быстро бегать.

Правило 4

Ставя цель, проверяем, располагаем ли мы необходимыми возможностями для её достижения.



4. 1) Прочитай записанные цели.
2) Подумай, что может понадобиться для достижения каждой цели.
3) Обсудите это в классе.
- Хочу научиться рисовать.
 - Хочу посадить цветы.
 - Хочу, чтобы у меня была лошадь.
 - Хочу научиться делать сальто.
 - Хочу новую компьютерную игру.



Правило 5

Ставя цель, надо обязательно ответить на вопрос: «Достигнув цели, мы не навредим себе и окружающим?»

5. Прочитай записанные цели. Подумай и ответь на вопрос: «Достигнув цели, мы не навредим себе и окружающим?»

- Хочу кота.
- Хочу барабанную установку.
- Хочу научиться говорить по-французски.
- Хочу научиться нырять.
- Хочу ходить зимой без шапки.

Правило 6

Ставя цель, продумываем и записываем, какие первые шаги мы сделаем для её достижения.

6. Запиши свою цель и первые три шага, которые ты сделаешь для её достижения.

Моя цель: _____

С чего я могу начать:

Шаг 1 – _____

Шаг 2 – _____

Шаг 3 – _____

Чтобы достигнуть цели, надо правильно её сформулировать, проверить, можем ли мы её достичь и не навредит ли достижение нашей цели окружающим.

Занятие 23. Как работать над достижением цели

ДЕЛО-«СЛОН» – это большое и трудное дело, которое невозможно выполнить за один присест. Дело-«слона» нужно разделить на кусочки. Каждый кусочек – это одна маленькая задача, которую можно выполнить за один день.

1. Раздели задачу-«слона» «Стать сильным и закалённым» на несколько задач-«кусочков». Запиши их в таблицу.

Номер задачи	Задача-«кусочек»
1	
2	
3	
4	
5	
6	

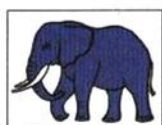
2. Помоги Лене Мечталиной справиться с её делами. У неё есть две задачи-«слона».

1) Подчеркни синим карандашом задачу-«слона» «Хочу получить пятёрку за год по английскому языку» и соответствующие ей задачи-кусочки.

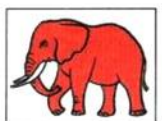


2) Подчеркни красным карандашом задачу-«слона» «Хочу сыграть главную роль в школьном спектакле» и соответствующие ей задачи-«кусочки».

3) Придумай и запиши по одной задаче-кусочку к каждому «слону».



«Хочу получить пятёрку за год по английскому языку».



«Хочу сыграть главную роль в школьном спектакле».

- 1) Каждый день повторять роль.
- 2) Читать по два абзаца английской книги каждый день.
- 3) Запоминать по пять новых слов каждый день.
- 4) Ежедневно заниматься аэробикой по 20 мин.
- 5) Каждый день тренировать дикцию с помощью скороговорок.
- 6) Ежедневно слушать новости на английском языке.
- 7) _____
- 8) _____

3. Федя Забывакин хочет стать сильным и закалённым. Вот как выглядит его таблица ежедневных задач на неделю:

Задача	пн	вт	ср	чт	пт
Делать по 10 отжиманий	+	+		+	+
Делать зарядку утром	+	+	+	+	+
Ходить на тренировку в спортивную секцию		+		+	
Делать пробежку вокруг стадиона рядом со школой (в будние дни)	+	+	+	+	+

Как ты думаешь, удалось ли Феде выполнить свой план ежедневных задач?

4. Выбери своё дело-«слона», раздели его на ежедневные задачи-«кусочки» и запиши их в таблицу ежедневных задач.

Моё дело-«слон»: _____

Моя таблица ежедневных задач:

Задача	пн	вт	ср	чт	пт

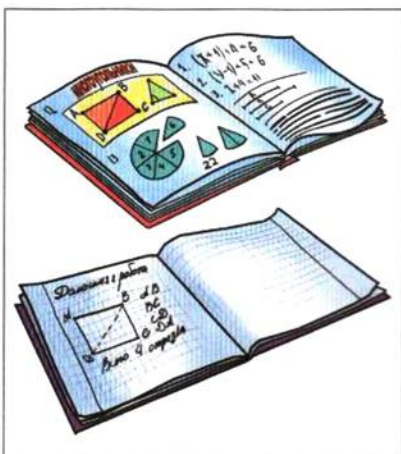
Таблица ежедневных задач помогает разделить дело-«слона» на ежедневные задачи-«кусочки» и контролировать их выполнение. Решая каждый день по задаче-«кусочку», мы приближаемся к выполнению дела-«слона».

Занятие 24. Трудности пути

1. Для каждого дела «Надо» выбери награду – дело «Хочу». Соедини их стрелочками.

Условие: дело «Хочу» длится не дольше, чем дело «Надо».

Надо



Надо решить задачи по математике (2 ч)

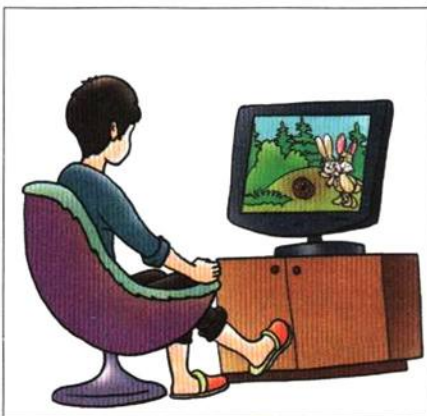


Надо навести порядок в комнате (1 ч)

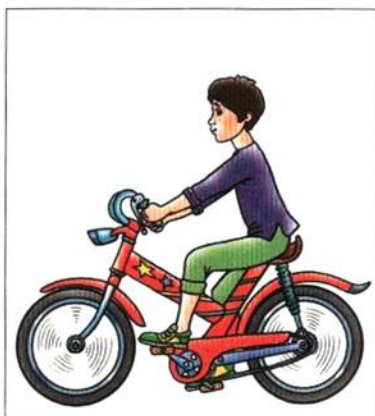


Надо сходить в магазин (40 мин)

Хочу



Хочу посмотреть мультки (30 мин)



Хочу покататься на велосипеде (1,5 ч)

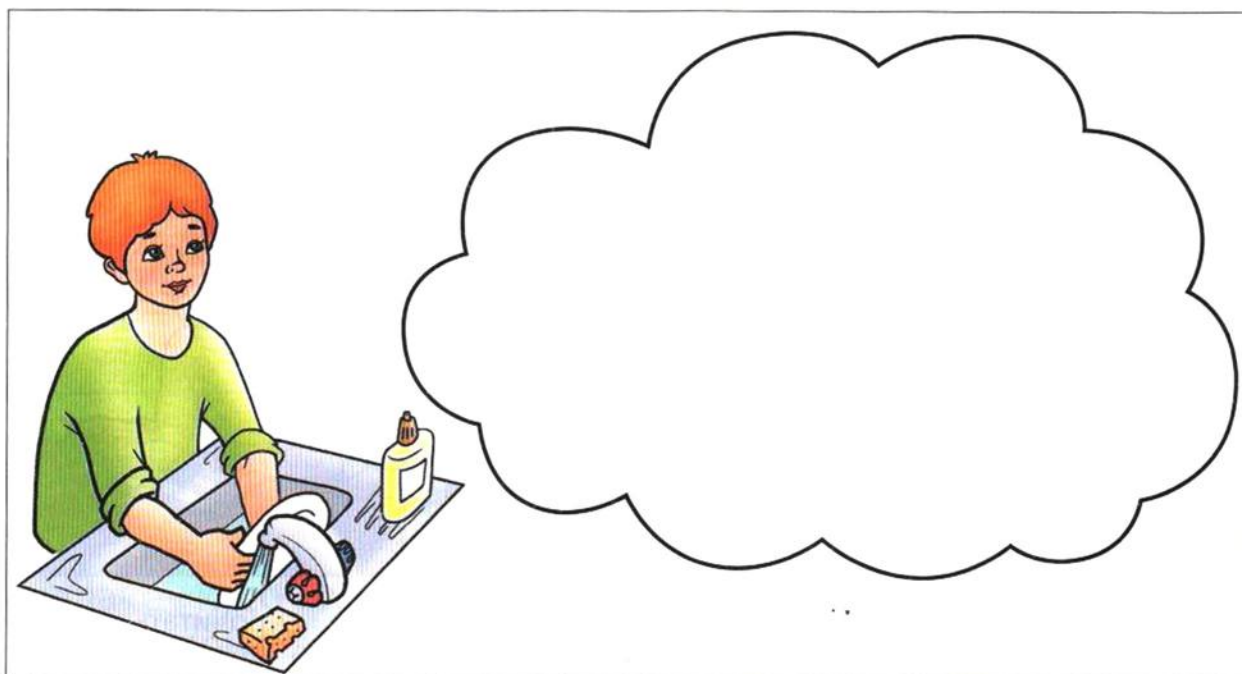


Хочу прочитать интересный журнал (50 мин)

2. Чтобы захотеть написать сочинение, Федя придумал две игры.



Придумай Феде такую игру, чтобы ему захотелось помыть посуду.



ДЕЛА-«ЛЯГУШКИ» – это мелкие неприятные задачи, которые делать не хочется, но надо.

Способ справиться с делами-«лягушками»: составить список дел-«лягушек» и каждый день делать по одному такому делу.

3. Прочти способы справиться с ленью и промедлением. Вычеркни лишнее.

1. Запланировать для каждого дела «Надо» одно дело «Хочу». За каждое сделанное дело награждать себя интересным занятием.

2. Постараться забыть про неприятные дела, может, они сами испарятся.

3. Превратить «Надо» в «Хочу»: представить, что ты играешь в увлекательную игру и задача, которую сейчас нужно решить, необходима для продолжения игры.

4. Большое дело-«слона» разделить на кусочки, составить таблицу ежедневных задач и ставить плюсы за выполнение.

5. Похныкать: «Может, кто-нибудь сделает всё за меня?»

6. Составить список мелких неприятных дел-«лягушек» и каждый день делать по одному такому делу.

Нередко хочется полениться или помедлить, если:

- впереди большое дело, за которое не очень понятно, как взяться;
- «Хочу» и «Надо» спорят друг с другом;
- необходимо решить очень неприятную задачу.

С ленью и промедлением можно бороться с помощью планирования, самонаграждения, игры и составления списка задач.

Занятие 25. Ценности

ЦЕННОСТЬ – это то, что для человека очень важно и значимо.

Примеры ценностей:

Семья
Благосостояние
Честь
Мудрость
Творчество
Здоровье
Общение
Сострадание
Впечатления

Дружба
Справедливость
Комфорт
Спокойствие
Веселье
Созидание
Признание
Разнообразие
Ответственность и др.

1. Какие ценности есть у этих героев? Впиши эти ценности в строки под рисунками.



2. Обсудите с соседом по парте, что для вас в жизни самое главное. Запишите ценности, которые у вас совпадают.

Наши общие ценности с _____
(имя соседа по парте)

1. _____
2. _____
3. _____

МЕМУАРЫ (ВОСПОМИНАНИЯ) – это записи человека, повествующие о событиях, в которых он принимал участие или которые известны ему от очевидцев.

- 1) Запиши Главное событие каждого дня прошедшей недели, начиная со вчерашнего дня.
- 2) В правом столбце запиши ценность, которая следует из каждого Главного события дня.
- 3) В последней строке запиши Главное событие и Главную ценность недели.

«Мемуарник»

Главное событие	Ценность
Вчера:	
Позавчера:	
2 дня назад:	
3 дня назад:	
4 дня назад:	
5 дней назад:	
6 дней назад:	
Главное событие недели:	Главная ценность недели:

Правила ведения «мемуарника»

1. В конце каждого дня недели определи Главное событие дня и запиши его в столбец «Главное событие».
2. Напротив Главного события, в столбце «Ценность», запиши ценность, которая соответствует этому событию.
3. В конце недели подведи итог и выбери Главное событие и Главную ценность недели.
4. Можно подводить итоги месяца, четверти, полугодия и даже года.

4. Игра «Экспедиция "Мечта"».

Ты – капитан корабля «Мечта». Тебе надо набрать экипаж из восьми человек. Ими станут ребята из твоего класса, чьи ценности для тебя наиболее значимы. Узнай у одноклассников, какие ценности они вписали в таблицу, когда делали задание 2. Отбери восемь человек и запиши их в свою команду.

Капитан корабля: _____

Экипаж:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____

Одинаковые ценности объединяют людей, а разные ценности могут их разобщить.

Надо стараться отстаивать свои ценности и уважать чужие. Выявить свои ценности можно с помощью «мемуарника», определяя каждый день Главное событие дня и выявляя ценность, которая ему соответствует.

«Мемуарник» можно вести не только для себя, но и для всего класса.

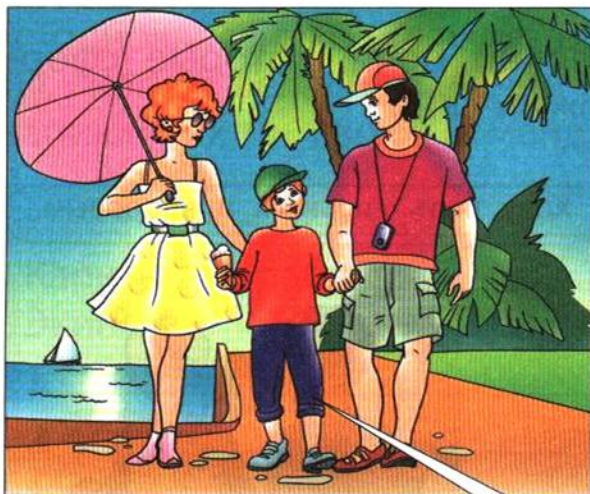
Занятие 26. Самостоятельная работа по теме «Как ставить цели и как их достигать»

Вариант 1

1. Рассмотрите картинки и подчеркните цели, которые сформулированы конкретно и положительно.



2. Среди формулировок целей героев в двух допущены ошибки. Найди неправильно сформулированные цели и подчеркни их.



Хочу закончить год на одних пятёрках, чтобы поехать с родителями отдыхать на море.



Хочу, чтобы все мной восхищались.



Хочу целый день без перерыва играть в компьютерную игру.

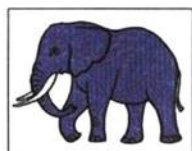


Хочу хорошо выступить на городских соревнованиях, чтобы заработать кубок для нашей школы.

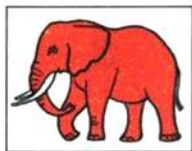
3. Помоги Феде Забывакину справиться с его делами. Определи, какие задачи-кусочки к какому делу-«слону»

относятся. Запиши номер каждой задачи рядом с соответствующим слоном.

1. Попросить папу купить ролики.
2. Решать каждый день по три задачи.
3. Повторять по одной пропущенной теме один раз в неделю.
4. Научиться правильно падать.
5. Ходить на дополнительные занятия.
6. Каждое утро делать зарядку.
7. Купить шлем и наколенники.



«Научиться кататься на роликах».



«Исправить тройку по математике до конца года на пятёрку».

4. Прочти, какими способами можно справиться с ленью и промедлением. Вычеркни лишнее.

1. Запланировать для каждого дела «Надо» одно дело «Хочу». За каждое выполненное дело награждать себя интересным занятием.
2. Потребовать от окружающих, чтобы сделали всё за меня.
3. Превратить «Надо» в «Хочу»: представить, что ты играешь в увлекательную игру и задача, которую сейчас нужно решить, необходима для продолжения игры.
4. Большое дело-«слона» разделить на кусочки, составить таблицу ежедневных задач и ставить плюсы за выполнение.
5. Похныкать: «Может, кто-нибудь сделает всё за меня?»
6. Составить список мелких неприятных дел-«лягушек» и каждый день делать по одному такому делу.

Вариант 2

1. Рассмотрите картинки и подчеркните цели, которые сформулированы конкретно и положительно.

Главное – не набрать поганок!



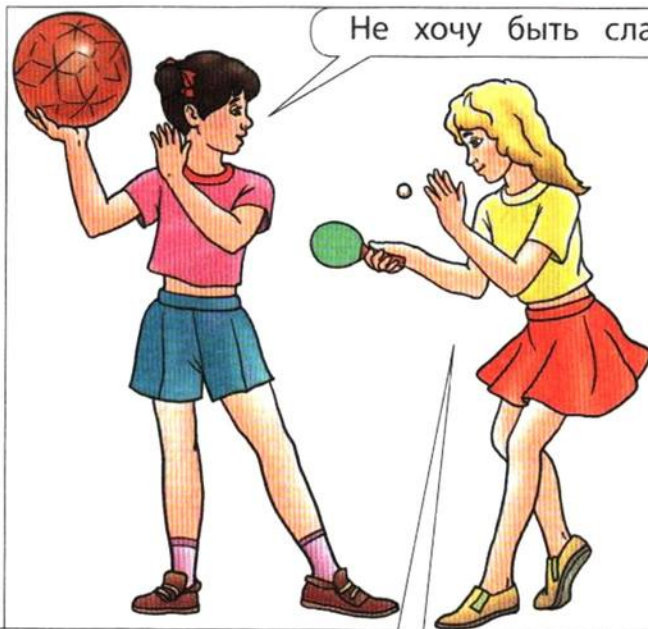
Хочу набрать белых грибов на суп.

Хочу написать самостоятельную работу на пятёрку.



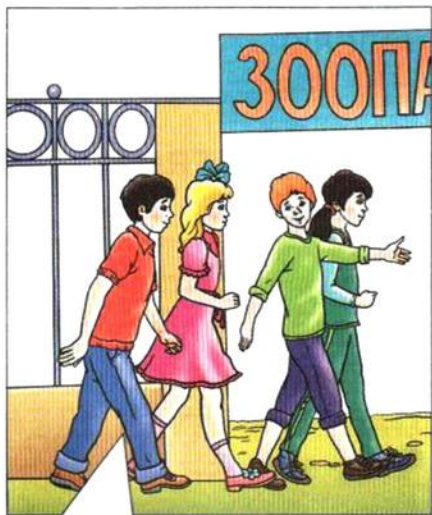
Только бы не наделать ошибок в самостоятельной работе.

Не хочу быть слабой.



Хочу заниматься спортом и быть сильной.

2. Найди неправильно сформулированные цели и подчеркни их.



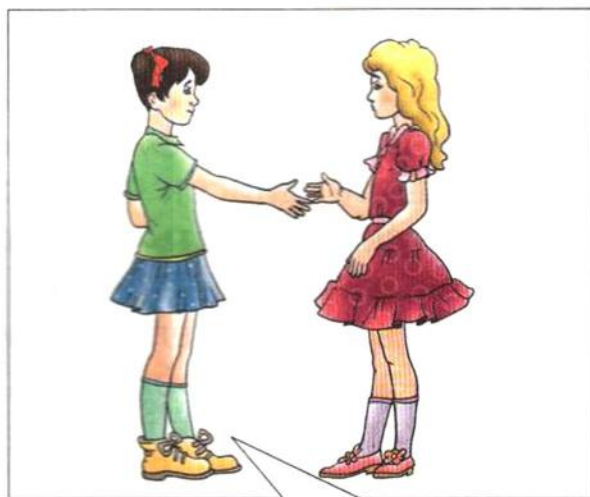
Хочу пригласить ребят в зоопарк.



Хочу хорошо сыграть свою роль.



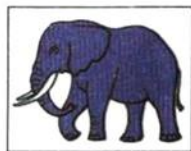
Хочу с утра до ночи играть на трубе.



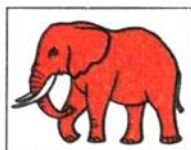
Хочу, чтобы Лена со мной помирилась.

3. Помоги Лене Мечталиной справиться с её делами. Определи, какие задачи-«кусочки» к какому делу-«слону» относятся. Запиши номер каждой задачи рядом с соответствующим слоном.

1. Купить книгу рецептов.
2. Каждый день делать упражнения по списку.
3. Испечь пирог под руководством бабушки.
4. Ходить на танцы один раз в неделю.
5. Научиться лазить по канату.
6. Научиться варить борщ.
7. Купить гири розового цвета по 0,5 кг.



«Научиться вкусно готовить».



«Исправить отметку по физкультуре».

4. Прочти, какими способами можно справиться с ленью и промедлением. Вычеркни лишнее.

1. Составить список мелких неприятных дел-«лягушек» и каждый день делать по одному такому делу.
2. Превратить «Надо» в «Хочу»: представить, что ты играешь в увлекательную игру и задача, которую сейчас нужно решить, необходима для продолжения игры.
3. Постараться забыть про неприятные дела, может, они сами испарятся.
4. Большое дело-«слона» разделить на кусочки, составить таблицу ежедневных задач и ставить плюсы за выполнение.
5. Откладывать неприятные дела, может, все про них забудут.
6. Запланировать для каждого дела «Надо» одно дело «Хочу». За каждое выполненное дело награждать себя интересным занятием.

Раздел 5

ОРГАНИЗАЦИЯ ВРЕМЕНИ В СЕМЬЕ И ГРУППЕ

Занятие 27. Коллективные ценности

КОЛЛЕКТИВНЫЕ ЦЕННОСТИ – это общие ценности группы людей. Они позволяют ставить общие цели и становятся основой совместной деятельности.

ПРАЗДНИКИ символизируют ценности общества и напоминают нам о них.

ТРАДИЦИЯ – это передача из поколения в поколение правил и норм поведения, идей, ценностей.

1. Соедини стрелочкой ценность и традицию, которая её поддерживает.

Ценность	Традиция
Вода как источник жизни	Украшать первый сноп нового урожая
Совместный труд как источник благополучия	Награждать космонавтов, побывавших в космосе
Возможность свободно перемещаться	Вбивать «золотой клин» – праздновать соединение двух концов железной дороги
Новые знания о Вселенной	На новом месте приносить дары Духам Воды

ОБЫЧАИ, ТРАДИЦИИ и НОРМЫ – это повседневные действия людей, направленные на поддержание коллективных ценностей.

2. Отметь в таблице плюсом те праздники, традиции, обычаи и нормы, с которыми ты встречался.

Ценность	Жизнь и здоровье детей	
Праздники	20 ноября – Всемирный день ребёнка	
	1 июня – Международный день защиты детей	
Традиции и обычаи	Праздновать день рождения ребёнка	
	Дарить подарки семье, где появился новорождённый	
	Повязывать на пелёнки мальчикам голубую ленту, а девочкам – розовую	
Нормы	Надо уступать место в транспорте женщине с ребёнком	
	Маленьких надо защищать	
	Младенца нельзя оставлять одного без присмотра	

Чтобы люди соблюдали нормы, их надо этому научить.

3. Придумай традицию или обычай, праздник и норму для команды космонавтов.

Ценность	Новые знания о Вселенной
Праздники	
Традиции и обычаи	
Нормы	

Коллективные ценности помогают людям действовать сообща. А вместе люди могут сделать то, что не под силу одному человеку.

Занятие 28. Правила и договорённости

1. У Лены Мечталиной скоро премьера спектакля, и ей необходимо сделать несколько важных дел. Она договорилась с Машей, Васей и Федей, что они ей помогут.

1) Покажи стрелками, с кем и о чём договорилась Лена.

2) Соедини задачу с нужным сроком её выполнения.

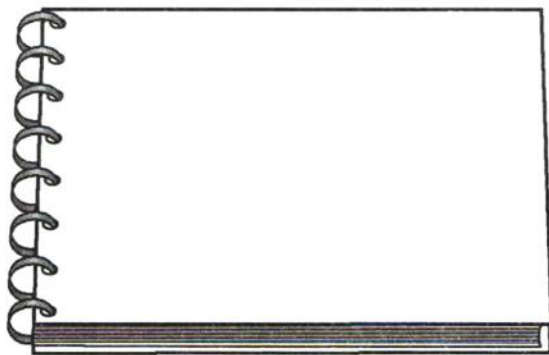
Договорённость	Срок выполнения
1. Отрепетировать танец	За два дня до спектакля
2. Вырезать снежинки на занавес	
3. Смастерить корону	За день до спектакля
4. Повторить роль	
5. Сделать причёску	За два часа до спектакля



2. Соедини стрелками договорённость и того поглотителя времени, с которым мы хотим справиться при помощи этой договорённости.

Договорённость	Поглотитель времени
Мы с подругой договорились прийти в театр за полчаса до начала спектакля.	Ожидание
Мы с бабушкой договорились, что ужин будет ровно в 19.00 ч.	Отвлечение
Мы с мамой договорились, что новый пазл я буду собирать в воскресенье.	Опоздание
Мы с другом договорились, что созвонимся вечером, когда сделаем уроки.	
Мы с мамой договорились пойти гулять, когда я уберу свою комнату.	Беспорядок

3. Придумай и нарисуй обложку для сборника законов своего класса.



Когда мы вместе делаем какое-то дело, мы должны договориться, кто за что отвечает, к какому сроку дело должно быть сделано и каковы требования к качеству выполнения дела.

Для того чтобы договорённости соблюдались, люди должны о них знать и контролировать их выполнение. Если человек не выполняет договорённости, то ему перестают верить, у него плохая репутация, ему может грозить наказание.

Занятие 29. Создание новых правил и договорённостей

Правило 1

Если договорённость не очень понятная, её необходимо уточнить и убедиться в том, что все её поняли одинаково.

1. Прочитай формулировки в левой части таблицы. Запиши эти договорённости в правой части таблицы более конкретно и понятно.

Непонятная договорённость	Понятная договорённость
Прийти не поздно	Пример: Прийти не позже 20.00
Побыть с братом	
Подготовиться к школе	
Далеко не уходить	

Правило 2

Договорённость может состоять из двух частей: о чём мы договорились и какое наказание следует за неисполнение или нарушение.

2. Вспомни и запиши, какое наказание получили сказочные герои, не выполнившие договорённости.

Договорённость	Наказание. Если договорённость нарушена, то:
Золушка должна вернуться с бала до наступления полуночи	
Калиф-аист не должен смеяться, когда превращается в аиста	
Иванушка не должен пить из козлиного копытца	
Иван-царевич не должен сжигать лягушачью шкурку	
Принцесса не должна трогать веретено	

Правило 3

Договорённость может состоять из двух частей: о чём мы договорились и какая награда будет вручена за своевременное и качественное исполнение.

Правило 4

Правило можно установить с помощью знаков и надписей.

3. Придумай и нарисуй знаки для следующих правил.

Правило	Знак
Не ходите босиком	
Места для детей с мороженым	

Правило 5

Если у тебя изменились обстоятельства и ты не можешь выполнить договорённость, позвони всем, с кем ты договорился, и предупреди. Обязательно извинись за то, что подвёл, и постарайся исправить ситуацию.

4. Запиши в таблицу, кого надо предупредить и перед кем извиниться в следующих ситуациях.

Ситуация	Кого предупредить и перед кем извиниться
Не можешь прийти на встречу с другом	
Задерживаешься в школе после уроков	
Пригласил друга в гости	
Заболел и не можешь прийти в школу	

Для того чтобы успешно взаимодействовать друг с другом, нужно уметь договариваться. Договорённости необходимо соблюдать.

Занятие 30. Просьбы и отказы

Чтобы попросить другого человека о чём-то, надо:

- выбрать подходящий момент и быть вежливым;
- объяснить, что именно тебе нужно, зачем и почему это важно;
- если человек не может тебе помочь, не обижаться и поискать другой выход из ситуации.

1. Вася запланировал на день несколько дел, но по просьбе близких некоторые из них пришлось отменить. Найди и подчеркни планы, которые пришлось отменить.

Запланировано	Состоялось
1. Сходить с ребятами на каток после школы	Купил в аптеке лекарства для сестры
2. Сделать задание по русскому языку	Сделал задание по русскому языку
3. Отдать Лене Мечталиной учебник английского	Отдал Лене Мечталиной учебник по пути в аптеку
4. Сегодня доделать модель парусника	Читал сестре «Денискины рассказы» Виктора Драгунского

Придумай и запиши просьбы, ради которых Вася поменял планы.

В просьбе надо отказать, если:

- ситуация опасна для вашей жизни и здоровья;
- просьба исходит от незнакомого человека.

2. Отметь просьбы, опасные для сказочного героя. Объясни, в чём опасность ситуации.



Машенька, пригляди за братцем Иванушкой.



Отнеси пирожки моим бабушке с мамой.



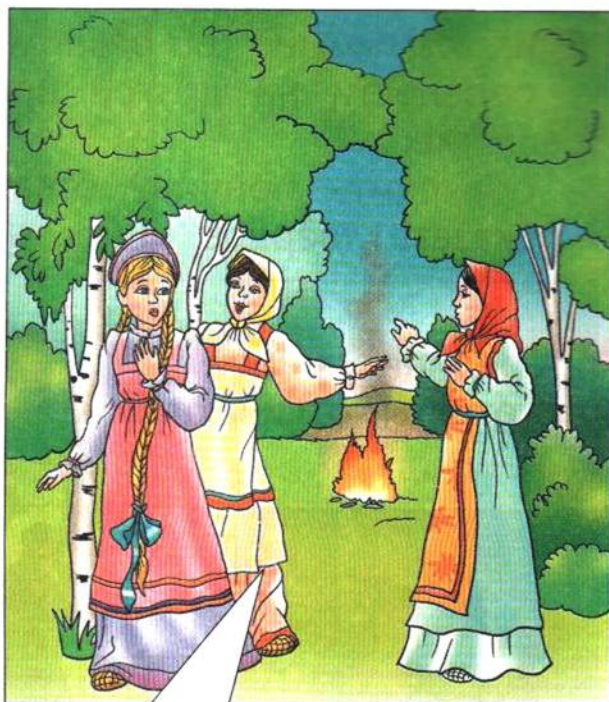
Принеси полную корзину подснежников.



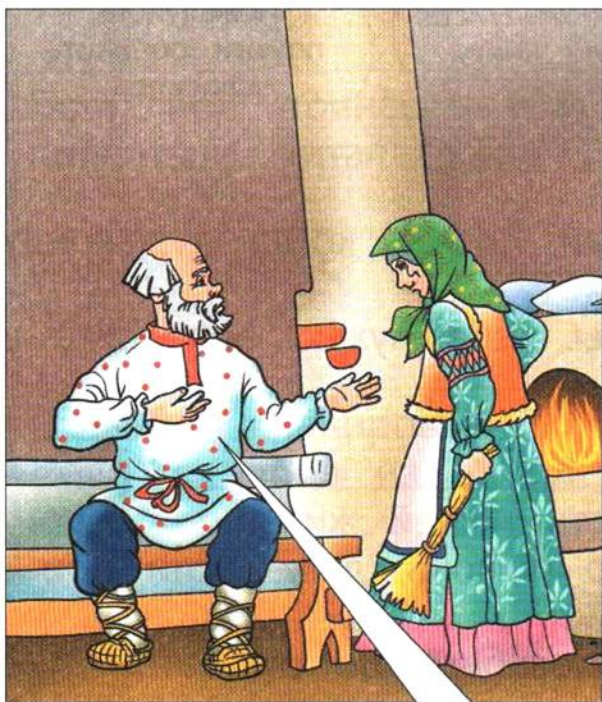
Избушка-избушка, повернись к лесу задом, а ко мне передом.



Колобок, сядь ко мне на язычок, а то я плохо слышу.



Снегурочка, давай прыгать через костёр.



Испеки мне, бабка, колобок.



Расскажи, где живёт твоя бабушка.

Отказать можно по-разному:

- перенести на другое время или предложить другое решение;
- объяснить причину отказа;
- сказать твёрдое «нет».

3. Соедини линией ситуацию с ответом на просьбу. Чем эти ответы отличаются друг от друга?



Откройте, дверь, пожалуйста.



Дайте мне, пожалуйста, почитать эту книгу.



Пожалуйста, помоги починить велосипед.

1. Нет.
2. Нет, сейчас не могу. Давай позже, когда я закончу сочинение.
3. Нет, это книга моей сестры. Тебе нужно попросить у неё.

Взаимопомощь – важная часть нашей жизни. Бывают ситуации, когда надо помочь, даже если придётся изменить свои планы. Бывают ситуации, когда в просьбе надо отказать.

Занятие 31. Важное дело – отдых

1. Сравни записи в космических отчётах Тнюка и Плюка. Ответь на вопросы.



Тнюк	Плюк
Доил корову	Распаковал новый визиофон
Дрова рубил, печку топил, готовил обед	Бегал за белкой, чтобы её отсканировать. Не догнал
Почтальон принёс газету, поболтали, читал газету	Бегал за зайцем, чтобы его отсканировать. Получилось
Полил цветы, прополол грядку	Бегал по берегу за бобром, чтобы его отсканировать. Бобр уплыл
Отдыхал, планировал поездку в город на выходные	Бегал за зайцем, чтобы отдать визиографию. Не догнал

1) Кто успел за день сделать больше дел?

2) Как ты думаешь, кто больше устал к вечеру?

2. Заполни планы дня Плюка и Тнюка подходящими делами из списка.

Плюк	Тнюк
1.	1.
2. Сбегать в лес с визиофоном, чтобы сделать объёмные портреты зверей	2. Покрасить крыльцо
3.	3.
4. Найти всех зверей и отдать им визиографии	4. Подоить корову

Список дел:

- Сбегать за коровой в стадо.
- Сбегать к почтальону за журналами.
- Починить сапоги.
- Сделать зверям визиографии.

Правила отдыха

- делайте в работе короткие перерывы;
- чередуйте разные виды деятельности;
- постарайтесь работать в одном месте, а отдыхать в другом.

3. Сказочные герои планируют выходные. От одного способа отдохнуть герою придётся отказаться. Соедини линией героя и вид отдыха, который ему не подойдёт. Объясни почему.

Сказочный герой		Способ отдыха
Крокодил Гена		Совершить прогулку на яхте
Мальвина		Поплавать в бассейне
Спящая красавица		Сходить в зоопарк
Синдбад-мореход		Посетить кукольный театр
Русалочка		Как следует выспаться

4. Нарисуй комикс «Каникулы моей мечты».

Уставший человек рискует своим здоровьем и может подвергнуть опасности жизнь других людей. Чтобы бороться с усталостью, надо уметь организовывать работу и отдых.

Занятие 32. Самостоятельная работа по теме «Организация времени в семье и группе»

Вариант 1

1. Прочитай формулировки в левой части таблицы. Запиши эти договорённости в правой части таблицы более конкретно и понятно.

Непонятная договорённость	Понятная договорённость
Приходи вовремя	
Встретимся где-нибудь поблизости	
Добавь немного сахара	

2. Кого надо предупредить и перед кем извиниться в следующих ситуациях? Впиши в таблицу.

Ситуация	Кого предупредить и перед кем извиниться
Забыл занести справку в медпункт	
Из-за посещения врача придётся пропустить урок	
Не сможешь прийти на день рождения к однокласснику	

3. Дополни предложения словами «да» или «нет».

1. Если родители просят меня помочь, я всегда говорю _____.
2. Если друг просит объяснить ему домашнее задание, я говорю _____.
3. Если незнакомые люди пытаются заговорить со мной, я говорю _____.
4. Если мне предлагают совершить дурной поступок, я всегда говорю _____.
5. Если мне предлагают сделать то, что мне не разрешают родители, я говорю _____.
6. Если меня просят сделать то, что нарушает мои договорённости, я говорю _____.

4. Впиши в планы дня Тнюка и Плюка подходящие дела из списка.

Тнюк	Плюк
1.	1. Залатать валенок
2. Устроить лыжную прогулку по лесу	2.
3.	3. Упаковать подарки для друзей
4. Натаскать воды из колодца	4.

Список дел:

- Изучить книгу про животных.
- Испечь блины.
- Отвезти самовар в соседнюю деревню.
- Починить летающую тарелку.

Вариант 2

1. Прочитай формулировки в левой части таблицы. Запиши эти договорённости в правой части таблицы более конкретно и понятно.

Непонятная договорённость	Понятная договорённость
Посиди с сестрой	
Подготовься к урокам	
Подожди неподалёку	

2. Кого надо предупредить и перед кем извиниться в следующих ситуациях? Впиши в таблицу.

Ситуация	Кого предупредить и перед кем извиниться
По семейным обстоятельствам придётся пропустить урок	
Не сможешь зайти в гости к однокласснику	
Задержал библиотечную книгу	

3. Дополни предложения словами «да» или «нет».

1. Если меня просят сделать то, что нарушает мои договорённости, я говорю _____.

2. Если родители просят меня помочь, я всегда говорю _____.
3. Если мне предлагают совершить дурной поступок, я всегда говорю _____.
4. Если мне предлагают сделать то, что мне не разрешают делать родители, я говорю _____.
5. Если незнакомые люди пытаются заговорить со мной, я говорю _____.
6. Если друг просит объяснить ему домашнее задание, я говорю _____.

4. Впиши в планы дня Тнюка и Плюка подходящие дела из списка.

Тнюк	Плюк
1. Изучить книгу про животных	1.
2.	2. Отвезти самовар в соседнюю деревню
3. Испечь блины	3.
4.	4. Починить летающую тарелку

Список дел:

- Натаскать воды из колодца.
- Устроить лыжную прогулку.
- Залатать валенок.
- Упаковать подарки для друзей.

Занятие 33. Подводим итоги

Главное событие весны

Главная ценность класса

1. Прочти загадки и отгадай темы прошлых занятий.

1. Не хватает мне минут,
Чтобы дело повернуть.
Детектива я позвал –
Где ж я время прозевал?
Он вручает карандаш,
Чтоб вести _____.
2. Отвлечение, ожиданье,
Беспорядок, опозданье –
Все собрались за столом
Угощаться пирогом.
Только я не сплеховал
И пирог у них забрал!
Ведь они вредители,
Времени _____.

3. Писатель пишет две книги о порядке: «Составляющие порядка» и «Чтобы создать порядок, надо...». Соедини линией книги и темы, которые в них входят.

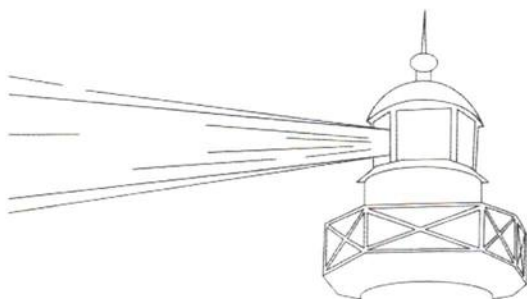


- Использовать технологию «СВИНТУС»
- Разделение на зоны
- Завести контекстные хранилки
- Организовать переносное рабочее место
- Правила, расписание
- Указатели

4. В таблице перечислены инструменты достижения целей. Какие из них ты уже использовал или планируешь скоро использовать? Отметь такие инструменты плюсом.

Инструмент	Кирпич	+
Карта мечты		
Ключевые области жизни		
Правила постановки цели		
Интеллект-карта Достойной цели		
Таблицы ежедневных задач		
«Мемуарник»		
Таблица дел-«лягушек»		

Дорисуй маяк, используя только те кирпичи, которые ты отметил плюсом.



5. Лебедь, рак и щука научились работать в команде. Что им для этого понадобилось? Найди и зачеркни лишние клетки.

Лес			
Ценности	Договорённости		
	Правила	Обед	
	Умножение	Просьба	Отказ
			Отдых

6. Составь Интеллект-карту занятий по курсу «Организация времени».

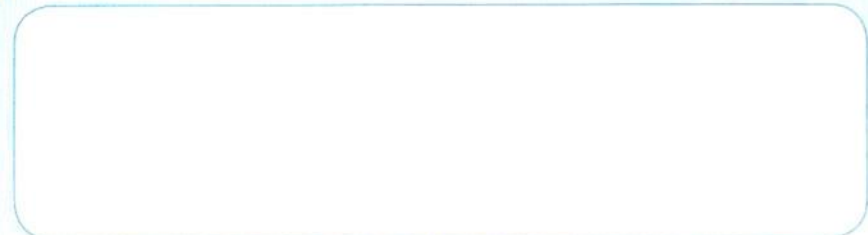
5. Организация времени в семье и группе

5.*

Организация времени

4.*

4. Как ставить цели и как их достигать



1. Хронометраж и поглотители времени



1.*



2. Планирование и приоритеты



2.*



3. Порядок, его создание и поддержание



3.*

Содержание

Раздел 1. Хронометраж и поглотители времени

Занятие 1. Что такое время	3
Занятие 2. Как сосчитать время	7
Занятие 3. Поглотители времени: опоздание и ожидание	10
Занятие 4. Поглотители времени: беспорядок и отвлечение	13
Занятие 5. Самостоятельная работа по теме «Хронометраж»	18

Раздел 2. Планирование и приоритеты

Занятие 6. Как составить план	26
Занятие 7. Приоритеты	30
Занятие 8. Виды задач	33
Занятие 9. Планируем в ежедневнике	35
Занятие 10. Конструктор дня	39
Занятие 11. Используем подходящий момент	45
Занятие 12. Контекстное планирование	48
Занятие 13. Интервалы планирования	52
Занятие 14. Самостоятельная работа по теме «Планирование»	55

Раздел 3. Порядок, его создание и поддержание

Занятие 15. Порядок	61
Занятие 16. Поддержание порядка	63
Занятие 17. Создание порядка	66
Занятие 18. Самостоятельная работа по теме «Порядок»	69

Раздел 4. Как ставить цели и как их достигать

Занятие 19. Как осуществить мечту	73
Занятие 20. Мечты и цели	76
Занятие 21. Интеллект-карта	79
Занятие 22. Как ставить цели	82
Занятие 23. Как работать над достижением цели	86
Занятие 24. Трудности пути	89
Занятие 25. Ценности	92
Занятие 26. Самостоятельная работа по теме «Как ставить цели и как их достигать»	95

Раздел 5. Организация времени в семье и группе

Занятие 27. Коллективные ценности	101
Занятие 28. Правила и договорённости	104
Занятие 29. Создание новых правил и договорённостей	106
Занятие 30. Просьбы и отказы	109
Занятие 31. Важное дело – отдых	113
Занятие 32. Самостоятельная работа по теме «Организация времени в семье и группе»	116
Занятие 33. Подводим итоги	120

**Лукашенко Марианна Анатольевна
Ключ Наталия Валериевна
Телегина Татьяна Викторовна**

ОРГАНИЗАЦИЯ ВРЕМЕНИ
Рабочая тетрадь
2–4 классы

Концепция оформления и художественное редактирование *Н.В. Меркулова*

Подписано в печать 08.04.13. Формат 84х108/16.
Гарнитура Мириад. Объем 8 п.л. Бумага офсетная. Печать офсетная.
Тираж 9 000 экз. Заказ № 34420 ц. см.

Издательство «Баласс»
109147 Москва, Марксистская ул., д. 5, стр. 1
Почтовый адрес: 111123 Москва, а/я 2, «Баласс»
Телефоны для справок: (495) 368-70-54, 672-23-34, 672-23-12
<http://www.school2100.ru> E-mail: izd@balass.ru

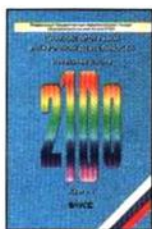
Отпечатано в филиале «Смоленский полиграфический комбинат»
ОАО «Издательство «Высшая школа»»
214020 г. Смоленск, ул. Смольянинова, 1



**Образовательная система
«Школа 2100»**

**Комплект пособий
по организации внеурочной деятельности
учащихся начальных классов**

**Программы и пособия обеспечивают новый образовательный
результат в соответствии с ФГОС**



Сборник программ
по внеурочной
деятельности



Рабочая тетрадь по программе
«Организация времени» (2–4 кл.)
и методические рекомендации
для учителя



Пособия по программе «Театр» (2–4 кл.)
и методические рекомендации для учителя



Пособия по программе «Детская риторика» (1–4 кл.) и методические рекомендации для учителя



Рабочие тетради серии «Как мы учимся» (образовательные технологии)



Проектная деятельность



Технология оценивания



Проблемный диалог



Продуктивное чтение

Заявки принимаются по адресу: 111123 Москва, а/я 2, «Баласс»

Телефоны для справок: (495) 672-23-12, 672-23-34, 368-70-54; www.school2100.ru

Заявки на отправку по почте: (495) 735-53-98, post@balass.su

Запись на курсы повышения квалификации по телефону: (495) 778-16-74; www.school2100.ru

Ежемесячный журнал «Начальная школа плюс До и После»

В журнале – материалы о работе по учебникам «Школы 2100»

Тел.: (495) 778-16-97. Почтовый индекс для подписчиков РФ – 48990