

всё о детях от 5 до 17

№ 11/2015

ЗДОРОВЬЕ  
ШКОЛЬНИКА

# ЗДОРОВЬЕ ШКОЛЬНИКА

Лекарство  
от лени

актуально

**13** правил  
защиты  
зрения  
от влияния  
гаджетов

Спасаемся  
от гриппа:

наш ответ  
вирусам

Не любит  
читать...  
Почему?

тема номера

Пропавшие  
предметы

ISSN 1818-099X  
11  
9 1771818 099159



С 24 октября  
в парке Сокольники

Впервые в Москве! Новая шоу-программа!



0+



**БЕСПЛАТНЫЙ АВТОБУС  
ОТ МЕТРО СОКОЛЬНИКИ**



5-Й ЛУЧЕВОЙ ПРОСЕК, ДОМ 5-А,  
СТРОЕНИЕ 2, ПАВИЛЬОН 3.

**БИЛЕТЫ В КАСЕ НА  
ГЛАВНОМ ВХОДЕ В ПАРК**

495 937-77-37

**+7 (499) 322 24 24**  
ЗВОНИТЕ КРУГЛОСУТОЧНО

**WWW.CIRCUS-SOKOLNIKI.RU**



**В** этом году мы все дружно радовались за саранского 11-классника Ивана Утешева, который стал победителем Мировой олимпиады по астрономии. Более того, он ещё и абсолютный победитель Всероссийской (три года подряд), Московской и Петербургской олимпиад (два года подряд), опять же по астрономии. Вот только предмета «Астрономия» в нашей школьной программе уже давно нет. Возникает наивный вопрос: как так? А кто же тогда победителя так прекрасно подготовил по несуществующему предмету? Это произвол, ужас и оскудение отечественного школьного образования – или дети сейчас как-то совсем иначе учатся, чем даже десяток лет тому назад?

Вот, например, в прошлом году, когда моя дочь была в 1-м классе, я узнала, что уже для первоклассников предусмотрены какие-то олимпиады – по русскому языку, математике, чему-то ещё. Хочешь участвовать – регистрируйся, решай, побеждай! И это твоё личное дело, школа только проинформирует, какие есть возможности. Чувствуешь в себе силы – пробуй их. Получается, что уже с младшей школы ты приучаешься понимать, что твоё образование и твои результаты – в первую очередь, твоя ответственность. Это, наверно, неплохо, просто мы привыкли по-другому: чтобы кто-то за нас решил, в чём мы талантливы, и за руку отвёл туда, где эти таланты проверяют на прочность.

В чём же тогда роль школы, если надо самому придумывать, как бы себя проявить? Вероятно, в том, чтобы показать, как много всего лежит за её пределами и как легко этим воспользоваться, если есть такое желание. Знание в наши дни – категория предельно открытая, что, конечно, многих пугает. Количество доступных источников информации сейчас действительно неисчерпаемо: любые библиотеки, музеи, лекции, уроки – что душе угодно. Был бы только рядом умный учитель, который научит плавать в этом информационном океане. И объяснит, что это совсем не страшно.



Ваш главный редактор  
Алла Виноградова



## ЗДОРОВЬЕ ШКОЛЬНИКА

Выходит при поддержке  
Департаментов образования  
и здравоохранения города Москвы

Учредитель и издатель: ЗАО «МЦФЭР»



**МЦФЭР** Генеральный директор  
Максим Межанский

Издательский дом МЦФЭР

Директор издательского дома

Валентин Гирихиди

Главный редактор

Екатерина Богданова

### Редакция

Главный редактор Алла Виноградова,  
[avinogradova@mcf.ru](mailto:avinogradova@mcf.ru)

Заместитель главного редактора

Анастасия Шагова

Редактор Галина Лабзина, [glabzina@mcf.ru](mailto:glabzina@mcf.ru)

Редактор Мария Трофимова, [mtrofimova@mcf.ru](mailto:mtrofimova@mcf.ru)

Литературный редактор Анна Сазонова

Арт-директор Лилия Славеснова

Дизайнер Валентина Лёвшина

Билд-редактор Светлана Колесникова

Корректор Анна Михайлова

### Адрес редакции

127287, Москва, ул. 2-я Хутурская,  
д. 38 А, стр. 17,

тел.: (495) 937-90-80, доб. 5135

[www.za-partoi.ru](http://www.za-partoi.ru), [www.shop.mcf.ru](http://www.shop.mcf.ru)

### Для писем

129164, Москва, а/я 9

[info@za-partoi.ru](mailto:info@za-partoi.ru), [redaktor@za-partoi.ru](mailto:redaktor@za-partoi.ru)

### Подписные индексы

«Роспечать» – 18295,

«Почта России» – 11392,

«Пресса России» – 87977

### Отдел рекламы

Руководитель Ольга Филатова, [ofilatova@mcf.ru](mailto:ofilatova@mcf.ru)

Евгений Карпов, [ekarpov@mcf.ru](mailto:ekarpov@mcf.ru)

Ангела Мартirosян,

[amartirosyan@mcf.ru](mailto:amartirosyan@mcf.ru)

Екатерина Миrowова

(менеджер по размещению рекламных полос)

### Отдел по работе с клиентами

Тел.: (495) 937-90-82, 933-63-17;

факс: (495) 933-52-62;

e-mail: [ap@mcf.ru](mailto:ap@mcf.ru)

Петензии по доставке направляйте по факсу:

(495) 933-52-62 или e-mail: [pressa@mcf.ru](mailto:pressa@mcf.ru)

### Отдел распространения

#### и маркетинга

Кирилл Чихачёв (руководитель),

[kchihachev@mcf.ru](mailto:kchihachev@mcf.ru)

Татьяна Матвеева, [tmatveeva@mcf.ru](mailto:tmatveeva@mcf.ru)

### PR-группа

Наталья Полякова, [pr@za-partoi.ru](mailto:pr@za-partoi.ru)

Андрей Смирнов

### Обложка

Фотограф: Павел Парамонов

Модель: Николай Колесников

Одежда: Reima

Редакция не несёт ответственности за содержание

рекламных материалов.

Рубрики «Репортаж» и «Город грамотеев»

выходят при финансовой поддержке

Федерального агентства по печати и массовым

коммуникациям.

Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов.

Перепечатка материалов допускается только с письменного

согласия редакции.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС77-22426 от 05.12.2005.

Выдано Федеральной службой по надзору в сфере массовых

коммуникаций и охране культурного наследия.

Цена свободная. Подписано в печать 08.10.2015.

Выход тиража 16.10.2015. Формат 60х90 1/8.

Тираж 130 000 экз. Печать офсетная. Бумага офсетная. Усл. печ. л. 12.

Изд. № 7416.

ЗАО «МЦФЭР» Юридический адрес: 129090, Москва,

ул. Щепкина, д. 25/20. Отпечатано в Lietuvos rytas,

01103, Литва, Вильнюс, пр. Гедимина, д. 12а

© ЗАО «МЦФЭР», 2015

ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ СТАРШЕ ШЕСТИ ЛЕТ



# Тема номера

10 Пропавшие предметы

16 То ли ещё будет...



## За партой

Звёздный старт 18 Леонид Якубович:  
Непростая  
и замечательная жизнь

Технологии 22 Запись в школу:  
возможны варианты

Школьный репортаж 24 В хоккей по блату не играют

Острый угол 28 Группа разбора конфликта

Дошколёнок 31 Дайте мне средство от лени...



стр. 24

## Медосмотр

Вопрос-ответ 38 Почта ноября

Актуальная тема 40 Сгинь, инфлюэнца!

Профилактика 46 Если дети плохо спят

Дорогие мальчики 48 Царская болезнь

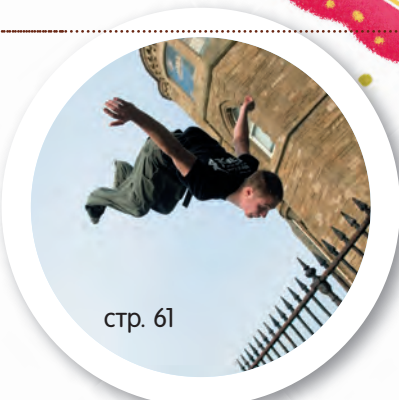
Жизнь без аллергии 51 Вычисляем продуктовую угрозу

Школа диабета 54 Накормить «сладкого» ребёнка

Консультация специалиста 56 Защитить  
глаза от гаджетов







стр. 61

стр. 66

## Психология

Если учиться тяжело 58 Трудности обучения чтению

Трудный возраст 61 Остаться в живых

Растить без страха 64 Мамин сын

Тест 66 Баловать или портить?

## После уроков

Спортклуб 68 Умение делать выбор

Еда без вреда 74 Обед от простуды

У зеркала 78 Подлинная красота

Самые модные 80 Раскрась ноябрь

Книжная полка 88 Стать большим

Город грамотеев 90 Маленькие, но важные



стр. 80

Пусть дети подхватывают друг за другом все,



...Кроме гриппа и простуд!

Реклама ЛСР № 000372/01



### ДЕТСКИЙ

Создан специально для детей



### УНИВЕРСАЛЬНЫЙ

Применяется как для сезонной профилактики, так и для лечения гриппа и ОРВИ



Доверие педиатров и мам\*



С 1 месяца



Горячая линия: +7 (495) 681-09-30  
[www.schoolofcare.ru](http://www.schoolofcare.ru), [www.anaferon.ru](http://www.anaferon.ru)

**B** [vk.com/all\\_mothers](https://vk.com/all_mothers)

\*Анаферон Детский – лауреат Ежегодной премии доверия «Марка №1 в России 2013» в категории Противовирусное средство.

По данным исследований RIndex «Мониторинг назначений лекарственных препаратов», ноябрь 2011 год и «Российский индекс целевых групп» 2011/III-IV, 2012/I волна, проведенного ООО «Синовейт Комкон».

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ  
ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ