



**Е**сть у чудесной детской писательницы Астрид Линдгрен сказка про принцессу, которая не любила играть в игрушки. Их у неё было много, даже слишком, и всё время появлялись новые, потому что король с королевой очень хотели порадовать дочку – а та почему-то не радовалась, не веселилась и на штабеля кукол в детской вообще не обращала своего высочайшего внимания. Друзей у той принцессы, понятное дело, тоже не было – откуда взять ровню? А бегать взапуски с придворными дамами, согласитесь, то ещё веселье. Так и жила принцесса в утрюмом одиночестве, пока в один прекрасный день не повстречала случайно девочку... О существовании себе подобных, кстати, она до сих пор вообще не задумывалась. А у той девочки была кукла: деревянная, с нарисованным и наполовину стёршимся лицом, завернутая в старые тряпки. Единственная и любимая. И вот за эту-то куклу наша принцесса с радостью отдала новой подруге половину своей детской со всей её роскошью – так полюбились ей это экологически чистое изделие из природных материалов, как теперь это принято называть. Никто ещё не узнал в героине сказки знакомые черты? Мои друзья как-то на даче в порядке эксперимента тоже сделали для своей дочки куклу из деревянной чурочки, нарисовали ей глаза, нос и рот, завернули в старый платок... Целый год была любимая игрушка. Нет, я, конечно, не за то, чтобы все новогодние подарки имели подобный рукодельный вид. Чтобы такая игрушка ожила, нужны особые обстоятельства. Да и не в игрушках, наверное, дело. А в том, с кем в них будут играть. Поэтому в Новый год мы всей редакцией желаем вам, дорогие читатели, а особенно вашим детям весёлой компании, в которой возможно сотворить чудо из всего, что окажется под рукой.



*AB*

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, [galabzina@mcf.ru](mailto:galabzina@mcf.ru)

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

Литературный редактор Анна Сазонова

Арт-директор Лилия Славеснова

Дизайнер Валентина Лёвшина

Бильд-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)

Анжела Мартиросян,  
[amartirosyan@mcf.ru](mailto:amartirosyan@mcf.ru)

Татьяна Монахова,  
[tmonakhova@mcf.ru](mailto:tmonakhova@mcf.ru)

Светлана Кулишина  
(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)  
Претензии 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),  
[kchichachev@mcf.ru](mailto:kchichachev@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

Стиль: Любовь Сердцева

Модель: Анастасия Вострикова

Одежда: Monsoon

Редакция не несёт ответственности за содержание рекламных материалов.

Раздел «За партией» и комикс «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 № Ф77-22426 от 05.12.2005. Выдано Федеральной службой по надзору в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия.

Цена свободная. Подписано в печать 10.11.2014.

Кирилл Чихачёв (руководитель),  
д. 25/20 Отпечатано в типографии ИАВ «Spraudos Konturai», Литва, 14158, Вильнюс, ул. Вакарине, д. 1.

3АО «МЦФЭР» Юридический адрес: 129090, Москва, ул. Щепкина, д. 25/20 Отпечатано в типографии ИАВ «Spraudos Konturai», Литва, 14158, Вильнюс, ул. Вакарине, д. 1.  
© ЗАО «МЦФЭР», 2014

ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ СТАРШЕ ШЕСТИ ЛЕТ





## Тема номера

10 Подарки: ещё, хочу ещё!

14 Посоветуйте, как быть?



## За партой

Репортаж 18 Равные возможности

Технологии 22 Курсы или репетитор?

Личный опыт 24 Готовь сани летом, или  
Плохо быть безответственным

Дошколёнок 26 Как устроен этот мир

Острый угол 28 «Моя твоя не понимает!»



стр. 48



стр. 52

## Медосмотр

Вопрос-ответ 32 Почта декабря

Сезонные заболевания 34 Грипп без осложнений

Правильное питание 38 Выбираем полезные продукты

Актуальная тема 42 Слишком вкусно,  
слишком много...

Зелёная аптека 46 Витамины по-домашнему

Профилактика 48 Пора в бассейн

Консультация специалиста 52 Нервная кожа



стр. 46





# Психология

Движущая сила 54 Сигнал тревоги

Растить без страха 56 «Блуждающие» дети

Трудный возраст 58 Первая любовь

Тест 62 Дорог не подарок, а внимание?



стр. 62



## После уроков

Еда без вреда 64 Праздник к нам приходит!

Спортклуб 68 Мальчишек радостный народ...

Собрание родителей 74 Диана Гурцкая:  
«До рождения Кости всё вокруг  
было бессмысленно»

Самые модные 78 Нежное Рождество

У зеркала 82 Палитра для принцессы

Книжная полка 88 Тяга к вымыслу

Город грамотеев 89 Новогодние сюрпризы



стр. 78



# Что такое взрослая жизнь?



Алина Кочарян



9-й класс

Сейчас у меня есть увлечение, с которым я хочу связать свою взрослую жизнь, – рисование. Но, прежде всего, мне нужно сдать экзамены и поступить в колледж, где я буду получать основы своей будущей профессии. Также я не представляю себя без высшего образования. Я вижу свою взрослую жизнь с хорошей, дружной семьёй, с верными друзьями. Я хочу, чтобы моя профессия не только мне дарила положительные эмоции, но и приносила пользу людям.



Матвей Медведенко



2-й класс

Я представляю себя во взрослой жизни в двух ролях, пока не определился. Так как я учусь в музыкальной школе, возможно, я буду музыкантом. Ещё раньше я мечтал быть доктором-стоматологом, как мой крёстный. А вообще, у меня ещё есть время определиться. Главное – быть честным, умным и добрым человеком!



Варсеник Айвазян



8-й класс

Я представляю себе взрослую жизнь трудной, но интересной. Трудности в том, что на человека наваливаются новые обязанности – например, работа и семья. Но при этом открывается много нового...

Иногда взрослому хочется бросить всё и стать ребёнком, а ребёнку – наоборот, он желает поскорее вступить во взрослую жизнь. По-моему, это от того, что детям взрослая жизнь кажется более увлекательной и самостоятельной.

Но надо помнить: быть взрослым – это ещё и уметь принимать правильные решения и нести ответственность за свои поступки.

Данила Осипов



3-й класс

Я уже взрослый. Работаю спасателем. У меня есть семья: жена и дети. Мы ходим в магазины и покупаем мороженое, газировку, картошку, мясо. А детям покупаем игрушки. Мы ходим в кино и в театры. У нас есть шиншилла Бинтик, но мне хочется ещё попугая Кешу. Он мне будет петь песни. Очень-очень сильно мне хочется купить сыну iPhone. Может, я ещё буду ездить на машине куда-нибудь, например, на дачу.

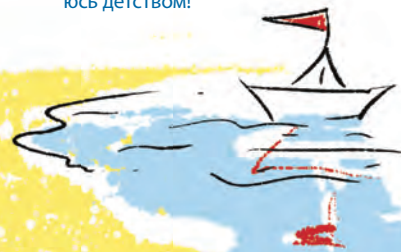


Анастасия Грознова



7-й класс

В детстве я хотела стать волшебницей, чтобы помогать всем тем, кто нуждается. А сейчас в моей жизни сложный период, я не могу определиться, какой всё-таки я представляю свою взрослую жизнь. Но я знаю точно, что в моей жизни будет куча интересных моментов: я буду путешествовать, у меня будет большая семья. Взрослым быть тяжело, а поэтому я пока наслаждаюсь детством!







Мамы  
и дитя  
телеканал

0+

РЕКЛАМА



[www.mama-tv.ru](http://www.mama-tv.ru)  
[fb.com/tvmama](https://fb.com/tvmama)  
[vk.com/mama\\_tv](https://vk.com/mama_tv)  
[mama-tvchannel.livejournal.com](http://mama-tvchannel.livejournal.com)

Детское  
меню

➡ Спрашивайте у Вашего оператора платного телевидения ⬅



## Почти 100 % детей от 3 до 7 лет ходят в детские сады

По словам первого заместителя образования и науки РФ Натальи Третьяк, проблема с очередями в детские сады полностью решена в 11 регионах страны: в Амурской, Владимирской, Вологодской, Мурманской, Новгородской, Оренбургской, Тюменской и Ярославской областях, Чукотском автономном округе, Москве и Санкт-Петербурге. Также Наталья Третьяк отметила, что в рамках нового федерального государственного образовательного стандарта более 40 % воспитателей прошли переподготовку. Важной особенностью нового стандарта является необходимость эмоциональной и физической подготовки ребёнка к школе, при этом детский сад должен сформировать у детей внимательность, умение принимать решения, бережно относиться к своему здоровью, а бегло читать и считать научат в школе.

## ЕГЭ можно не сдавать

Правительство РФ готово рассмотреть возможность отмены ЕГЭ для выпускников школ, которые не намерены продолжать обучение в вузах.

Вице-премьер по социальной политике Ольга Голодец сказала: «Мы такую тему пока не прорабатывали, но готовы её проработать. Ситуация с ЕГЭ у нас очень гибкая, то есть человек может прийти сдавать ЕГЭ в любом возрасте, что у нас и происходит». Иными словами, если на момент выпуска школьник не собирается поступать в вуз, он сможет не сдавать ЕГЭ в случае принятия такого решения правительством. А если через некоторое время после окончания школы молодой человек или девушка решат стать студентами вуза, они смогут сдать экзамены, необходимые для поступления.

## Сказка приходит в гости

Осенью в московских детских домах и центрах социального обслуживания прошли благотворительные показы социокультурной программы «Сказочный мир».

Особое внимание организаторы программы обращают на детей с ограниченными возможностями – ведь им трудно посещать культурные мероприятия. И выездные представления как раз помогают таким детям получить новые впечатления, расширить свои знания о мире, положительно влияют на их эмоциональное состояние. Детям показали спектакли «Ёжик в тумане» театра «Экспромт» и «Дикие лебеди» театра «Отражение». Эти спектакли являются лауреатами фестиваля «Сказочный мир».

Программа проводится при поддержке Правительства Москвы.



## Учиться за границей

Россия собирается развивать программы обмена для школьников с разными странами.

Об этом рассказал заместитель главы Министерства образования и науки РФ Вениамин Каганов. «У нас со многими странами идёт достаточно интенсивный обмен. У нас только соглашения о сотрудничестве в сфере образования заключены более чем с 70 странами мира. Действует довольно много международных обменов, и не только с Америкой, но и с Европой, и с Азией. Они будут развиваться», – сказал заместитель министра. По его словам, российские школьники имеют достаточно возможностей поучаствовать в подобных программах.



## Закрывать или нет?

В последнее время в России было закрыто 150 коррекционных школ.

Президент РФ Владимир Путин считает, что руководители регионов должны уделить этому вопросу особое внимание, поскольку закрытие коррекционных школ должно быть сопоставлено с возможностями инклюзивного образования в нашей стране. Также глава государства добавил, что инклюзивное образование крайне важно для всех – и для людей с ограниченными возможностями, и для тех детей, у которых нет проблем со здоровьем. Но пока дети с ограниченными возможностями и здоровые дети могут учиться вместе далеко не везде.



## Проверка для всех

С 2016 года школьники будут писать Всероссийские проверочные работы.

Рособрнадзор считает, что одинаковые работы, проводимые в школах по всей России, будут способствовать формированию единого образовательного пространства. Пока планируется проводить такие работы по русскому языку и математике и только в начальной школе. Затем их будут писать и ученики других классов, а перечень предметов будет расширяться. В Министерстве образования и науки РФ считают, что проведение регулярных работ позволит детям привыкнуть к экзаменам и в дальнейшем снизить стрессы на госэкзаменах. А кроме того, подобные работы помогут оценить реальный уровень знаний, отследить успехи и неудачи школьников в конкретных разделах. Влиять на получение аттестата или сдачу ЕГЭ проверочные работы не будут, они нужны только для внутреннего оценивания и регулировки программ по различным предметам.

фото: Геннадий Черкасов

## НОВОЕ ВОДНОЕ ШОУ ТРЁХКРАТНОЙ ОЛИМПИЙСКОЙ ЧЕМПИОНКИ МАРИИ КИСЕЛЁВОЙ

ВИТА  
МИШКИ

РУССКОЕ  
РАДИО

RU TV



СПАСТИ  
СЕВЕРНОЕ  
СИЯНИЕ

СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС

с 27 декабря  
по 10 января

РЕКЛАМА

0+

УНИКАЛЬНОЕ НОВОГОДНЕЕ  
ПРЕДСТАВЛЕНИЕ НА ВОДЕ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

ELKANAVODE.RU

(499) 390-71-90

Бассейн СК "Олимпийский"  
Москва, Олимпийский проспект, 16

антенна  
Телесемь

woman's day  
еженедельный сайт с женским характером

ЗДОРОВЬЕ  
ШКОЛЬНИКА

СЧАСТЛИВЫЕ  
РОДИТЕЛИ  
ЖУРНАЛ ДЛЯ МАМ И ПАП

PARENTS.RU

Самый  
командный сайт  
7ya.ru

Детский  
телеканал

ДНУ.РУ ИНТЕРНЕТ  
ГАЗЕТА

реклама