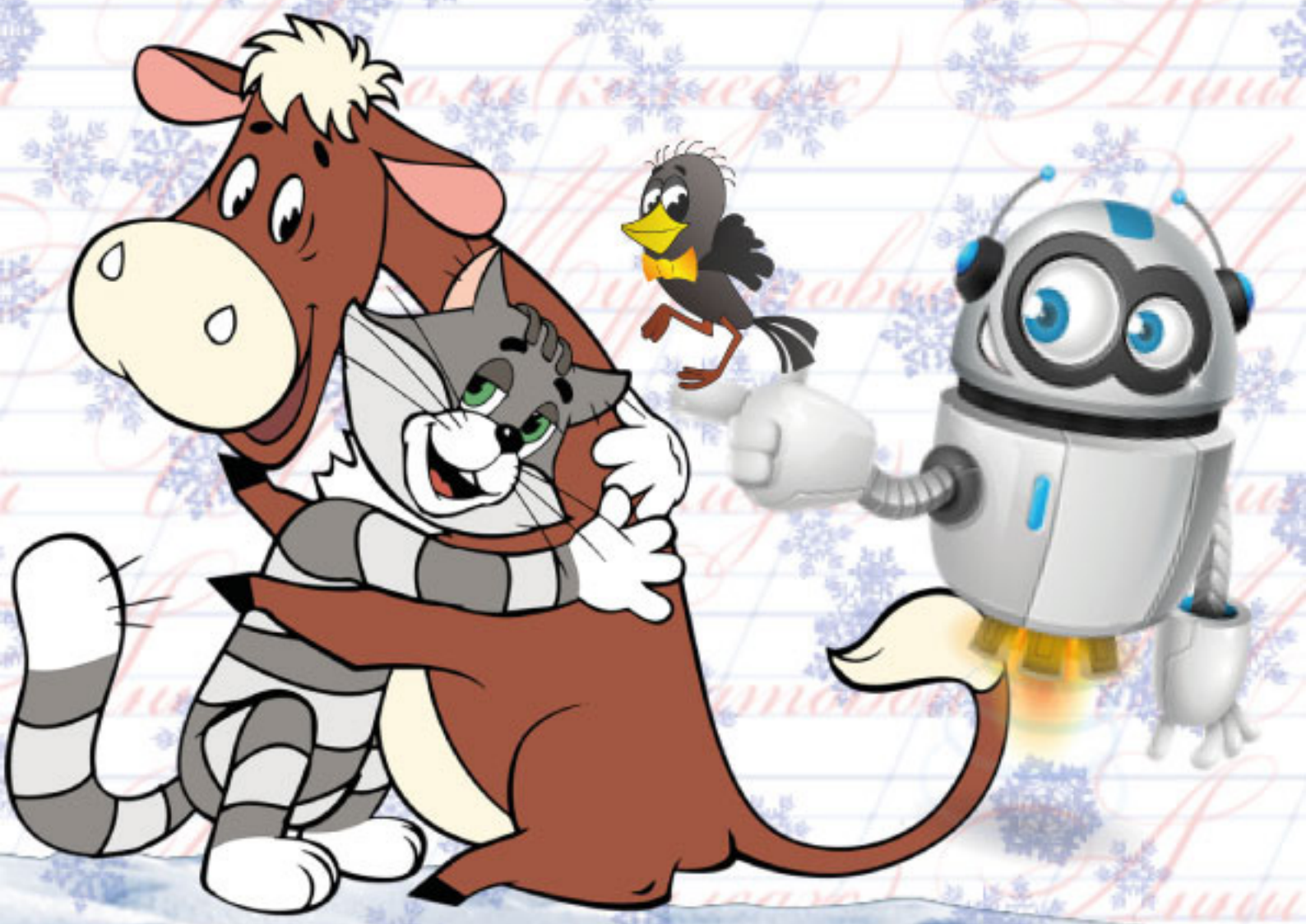
Школа (колледж) Анны Муратовой

Выпуск №5
январь

ЭлектроникУМ



2021 г.

Читайте в номере:

КАБИНЕТ ПСИХОЛОГА

У ребёнка страх перед соревнованиями: как помочь избавиться? 4

КАБИНЕТ ЛОГОПЕДА

Как помочь ребенку, если он: забывает, путает, неправильно пишет буквы? 8

ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Знакомство с буквой “Г” 10

Игра «доскажи словечко» 12

ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

Мы в Простоквашино 14

Помоги найти продукты 16

Задагки-соединяшки 18

ОТ 14 ДО 18

8 современных книг, от которых не оторваться 20

Способы повышения самооценки 22

ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Профилактика зависимости от гаджетов 24

РЕБЯТА-ПОВТОРЯТА

Супер вкусное какао 26

Как приготовить блинчики 27

ВАЖНЫЙ ДЕНЬ МЕСЯЦА

Всемирный день объятий 28

ОТВЕТЫ 30

ИНТЕРЕСНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ 34

Кабинет психолога. У ребёнка страх перед соревнованиями: как помочь избавиться?

СОРЕВНОВАНИЯ — ЭТО ДРУГОЙ МИР

Классический случай. На тренировках ребенок демонстрирует великолепные навыки и технику. С легкостью выполняет задания тренера. Не испытывает никаких проблем с мотивацией и настроением. Кроме того, в день соревнований, на разминке, ребенок тоже все выполняет отлично. Родители и тренер в восторге. Да, похоже, сегодня кому-то светит пьедестал! Все в предвкушении потирают руки и думают о том, как будут отмечать первое место. Но вот звучит стартовый свисток, соревнования начинаются. И… ребенка как будто подменяют. Вся техника куда-то исчезает. Весь настрой пропадает. Другие дети буквально «затаптывают» его в землю, превосходя абсолютно по всем параметрам. Ребенок не показывает и доли того, что на самом деле умеет. В глазах — страх и растерянность. В голове — желание, чтобы все это побыстрее закончилось. Неужели стартовый свисток виноват в такой перемене? Конечно, нет. В столь резких изменениях виновата боязнь соревнований. Ребенок может никак не проявлять свой страх перед выступлениями, а в некоторых случаях и не ощущать этого осознанно. Однако именно страх, сидя глубоко-глубоко внутри, виноват в происходящем.

ОДИН НА СЦЕНЕ

В какой-то степени спортивные соревнования похожи на выступление на сцене, особенно в сознании ребенка. Даже если это не индивидуальное выступление (например, фигурное катание), а командное (футбол, хоккей). Ребенок воспринимает происходящее как «происходящее вокруг него», где он — центр, при этом вне зависимости от своей роли или положения.

- Он капитан команды? Он — центр всеобщего внимания.
- Он выполняет «черновую работу» на поле?
- Он — центр.
- Он сидит в запасе и готовится к выходу на поле? Он все равно центр.

Восприятие себя как главного действующего лица влечет за собой понятный страх, связанный с тем, что вся собравшаяся публика будет смотреть на него: родители, другие зрители, тренер, одноклубники и даже соперники. Находиться в центре внимания непросто, особенно в детском возрасте, не обладая необходимым опытом и уровнем понимания происходящего.

Устраивать долгую психологическую проработку страха выступлений в детском возрасте не стоит. Это излишество. Да и просто жалко так сильно «мутузить» ребенка почем зря. В конце концов, в страхе нет ничего страшного. Человек, как живое существо, может и должен испытывать страх. Это абсолютно нормальное проявление нашего биологизма.

СНИЖАЕМ УРОВЕНЬ СТРАХА

Рекомендуется применять методы, которые позволят постепенно, как сразу, так и в ходе взросления снижать уровень страха перед соревнованиями.

БУДЬТЕ РЯДОМ

Даже если ребенок вас не просит об этом, вам следует взять за правило посещать все соревнования ребенка, вне зависимости от их важности и серьезности. Ваше личное присутствие перед, во время, после соревнований может очень сильно снизить уровень страха в ребенке. Не бойтесь переусердствовать:

в детском мире ежедневно происходят ситуации, когда ваша поддержка нужна, но ребенок физически не может ее получить. Например, в школе, при ответе у доски или с места. Это то же самое выступление. Но в виду правил и ограничений, вы физически не можете присутствовать рядом с ребенком во время школьных занятий. Поэтому там он вынужден бороться со своим страхом сам. А в тех случаях, где вы можете оказать ему поддержку (на соревнованиях) — пожалуйста, делайте это.

ИГРАЙТЕ В СОРЕВНОВАНИЯ

Этот замечательный прием поможет качественно снизить уровень страха ребенка. Устройте «полуофициальные игровые соревнования»: дома, на улице, на даче. Здесь все зависит только от вашей фантазии. Главное, чтобы это была не совсем игра, а с примесью официального выступления. Пригласите друзей ребенка. Устройте «олимпийские игры» с реальными призами. В общем, проведите некий аналог настоящих соревнований, но с абсолютно родным и доверительным окружением. Во время таких выступлений ребенок тоже может испытывать чувство страха, но выражено оно будет куда слабее. Такая полу-игра отлично натренирует вашего ребенка к участию в ситуации спортивного состязания.

НЕ РУГАЙТЕ

Ни в коем случае не ругайте ребенка за то, что он боится/боялся, плохо выступил, растерялся, «потерялся» и так далее. Даже если вы произнесете 100 хвалебных слов и одно критикующее, ребенок ярче всего запомнит именно последнее. И уже не говорим о родителях, которые кричат до вспухания вен на лбу на своих детей после неудачных соревнований. «Ну чего ты боялся-то? С чего вдруг? Мы что, с тобой вчера это не обсуждали? Никто не боится, а ты боишься! Ты посмотри вокруг! Ты посмотри на других детей!» — кажется

дикостью. Но вы можете наблюдать подобные реакции едва ли не на каждых детских соревнованиях. Не ведите себя так, не разрушайте внутренний мир своего малыша.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключение хочется еще раз напомнить о том, что любой детский страх, даже самый на первый взгляд пустяковый, все же остается страхом — то есть, очень сильной эмоцией. Такую сильную эмоцию нельзя решить в одночасье. Она не исчезает после долгих монологов родителей о том, что бояться можно, что «я когда был маленький, тоже боялся» и так далее. Все это не работает. Не нужно пытаться убеждать и увещевать. Это слабоэффективно. Да и может навредить, если у вас нет психологического образования. Лучше постепенно, медленно, любовью и поддержкой помогайте ребенку привыкать к соревнованиям. От раза к разу избавляясь еще от одной толики страха. И в итоге страх снизится до той планки, на которой он присутствует у абсолютно всех людей перед соревнованиями. Да-да, не забывайте, что перед соревнованиями чувство страха испытывают абсолютно все. До единого. И это нормально.

Вы можете задать вопрос нашему психологу! Достаточно будет отправить его на нашу почту:* elektronikum00@mail.ru
и получить ответ уже в следующем номере!
*Вопрос отправлять с темой «Мой вопрос психологу».

Кабинет логопеда.
Как помочь ребенку, если он забывает, путает, неправильно пишет буквы?

Если ребенок пишет буквы не в ту сторону (зеркально), путает расположение элементов букв чаще всего это следствие несформированных пространственных представлений. Проверьте, умеет ли ваш ребенок правильно показывать свое правое ухо, левую ногу и т. д.

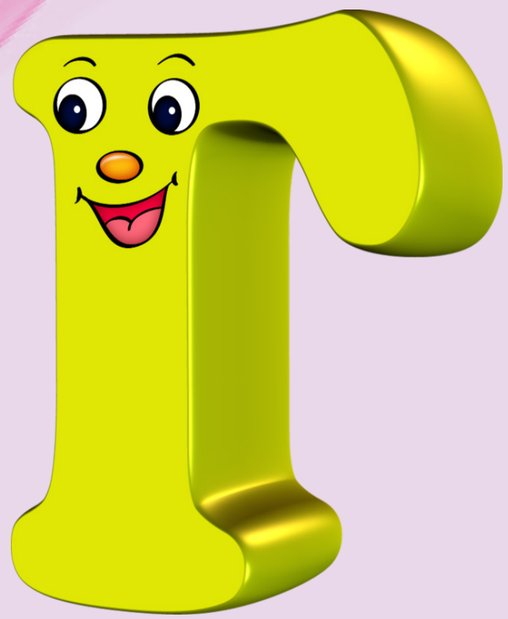
Очень полезны игры-занятия типа «Танграм», «Пифагор», «Сложи квадрат», различные «конструкторы».

Бывает, что ребенок путает совершенно непохожие по написанию буквы: М и Б, Т и Д. Причиной этого может быть, то что ребенок плохо различает соответствующие звуки на слух. При этом физический слух у него может быть абсолютно нормальным. Поучите ребенка находить на слух трудные звуки в слогах, словах. Чтобы ребенку было легче запоминать буквы, рекомендуются следующие приемы:

- Раскрашивание буквы, штриховка;
- Лепка ребенком буквы из пластилина.
- Вырезание ребенком буквы по контуру, нарисованному взрослым.
- «Написание» широкими жестами всех изучаемых букв в воздухе.
- Сравнение буквы и ее элементов со знакомыми предметами, другими буквами: буква У – заячьи ушки и т.д.
- Обводка пальцем буквы, вырезанной из мелкой наждачной бумаги или бархатной бумаги, узнавание букв на ощупь с закрытыми глазами.
- Выкладывание буквы из различных материалов: тесьмы, пуговиц, спичек и т.д.
- Обводка ребенком букв, написанных взрослым.
- Письмо буквы по опорным точкам, поставленным взрослым.

Вы можете задать вопрос нашему логопеду! Достаточно будет отправить его на нашу почту:* elektronikum00@mail.ru
и получить ответ уже в следующем номере!
*Вопрос отправлять с темой «Мой вопрос логопеду».

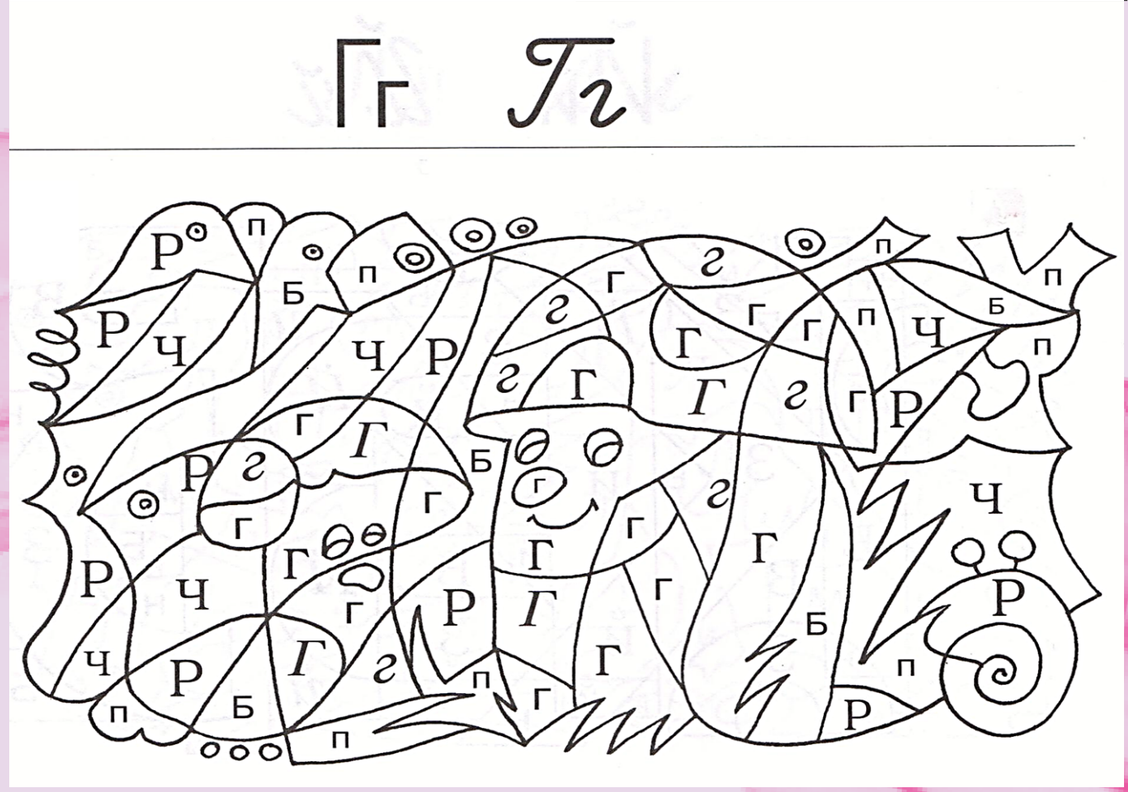
ДЛЯ ДЕТЕЙ.
Дошкольники.
В гостях буква «Г»



– Привет, я буква «Г»! Я четвёртая буква в русском алфавите.

Давай знакомиться!

ПРЯТКИ
Найди все буквы Г,г и обведи.



сказка

Встретились на дороге гусенок и щенок.

— Р-р-р, — зарычал щенок, — я тебя укушу!

— Ш-ш-ш, — зашипел гусенок , — я тебя ущипну.

— Нельзя так грубо разговаривать, — строго сказала буква Г. Она подарила щенку — « гав-гав », а гусенку — « га-га-га ».

— Га-га-га , — закричал гусенок , — давай играть.

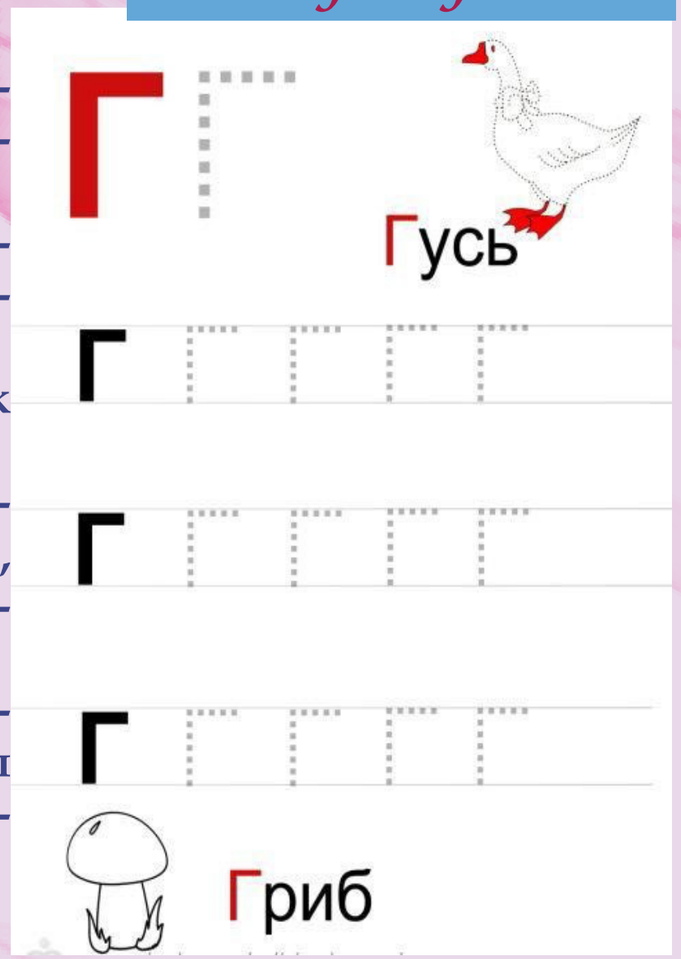
— Гав-гав , — ответил щенок, — побежали наперегонки.

Вечером гусенок сказал щенку:

— Га-га-га , — пойдем ко мне в гости , я угощу тебя горохом .

— Гав-гав , — ответил щенок, — ты очень гостеприимный .

Пропиши букву Г



ИГРА
«ДОСКАЖИ СЛОВЕЧКО»

Ежедневно, встав с постели,
Поднимаю я….

Михаил играл в футбол
И забил в ворота…..

На жарком солнышке подсох
И рвется из стручков…..

Я в любую непогоду
Уважаю очень воду.
Я от грязи берегусь –
Чистоплотный серый…

Всех перелетных птиц черней,
Чистит пашню от червей,
Целый день по пашне вскачь,
А зовется птица…..

БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН И СКАЖИ:

- Мне было приятно быть гостем твоего номера! До скорых встреч!

ДЛЯ ДЕТЕЙ. ШКОЛЬНИКИ.

МЫ В ПРОСТОКВАШИНО

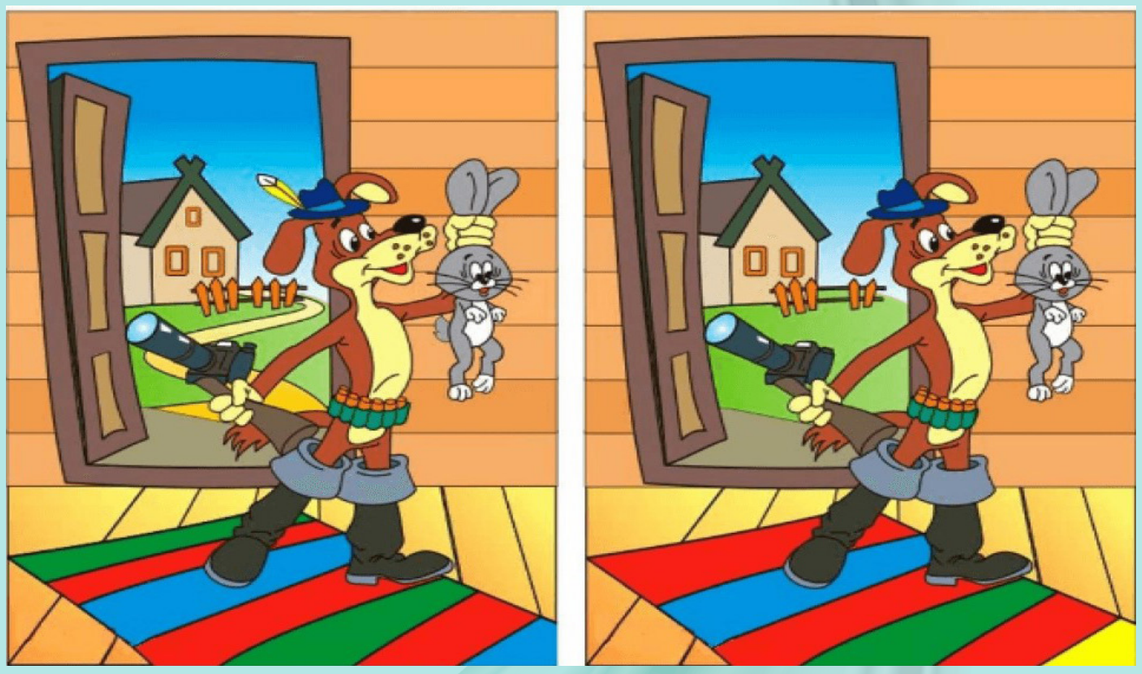
– Здравствуй, дорогой друг! Наверняка ты меня знаешь, я Дядя Фёдор. Я рад, что ты стал гостем в нашей деревни Простоквашино! Пора познакомить тебя со своими друзьями!

Это мои друзья – Кот Матроскин и Шарик! Придай раскраске цвет.

ФОТООХОТА

– Шарик собирается на охоту, посмотри внимательно на фотографии и найди их отличия! Подсказываю – всего 12 отличий.

(ОТВЕТЫ ВСЕГДА МОЖНО ПОСМОТРЕТЬ В РАЗДЕЛЕ «ОТВЕТЫ»)

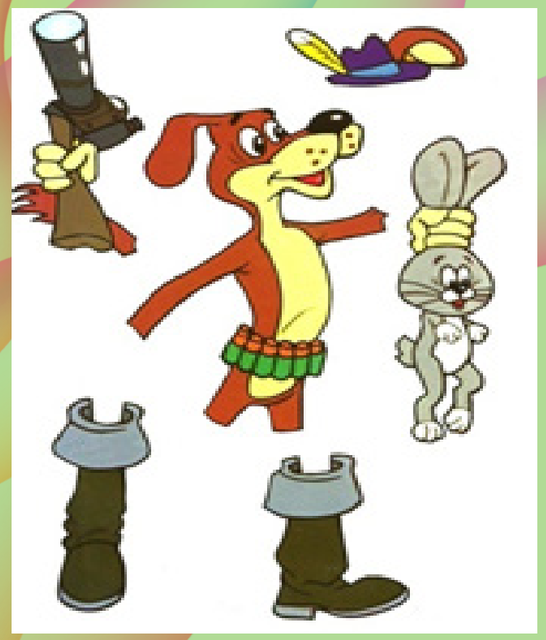


– Матроскин, ты чего такой хмурый? Опять продукты потерял? Ну , ничего, сейчас мы поможем тебе их найти!

ПОМОГИ НАЙТИ ПРОДУКТЫ:

Яблоко, банан, виноград, печенье, хлеб, шоколадка

ВЫРЕЖИ И НАКЛЕЙ



– Матроскину помогли, Шарик как раз пришёл с фотоохоты. Ребята, как насчёт загадок- соединяшек?

Задача: отгадать загадку и соединить её с ответом (картинкой)

В Простоквашино их дом,
Проживают вчетвером.
Кто из них погожим днём
Вдруг свалился в водоём?

Мордочка усатая, шубка полосатая,
Часто умывается, молоком питается.
Он — яркая звезда экрана,
Практичен, мудр и деловит.
Сельскохозяйственными планами
На всю Россию знаменит.

Корова Матроскина
С дивной фигуркой
Всегда весела
И зовут её ...

В Простоквашино Гаврюша
На веревке бельё кушал
Он коровы был ребенок
Потому,что он ....

В Простоквашино живёт,
Службу там свою несёт.
Почта-дом стоит у речки.
Почтальон в ней — дядя ...

**Нам было приятно играть с тобой!
Спасибо тебе за участие во всех заданиях!
До скорых встреч!**

От 14 до 18

8 современных книг, от которых не оторваться!

Что интересного можно почитать помимо школьной программы?

Джон Грин «Бумажные города»

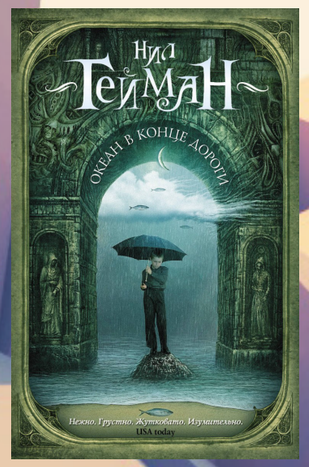
Сэлинджер «Над пропастью во ржи»

Дэниэл Киз «Цветы для Элджернона»

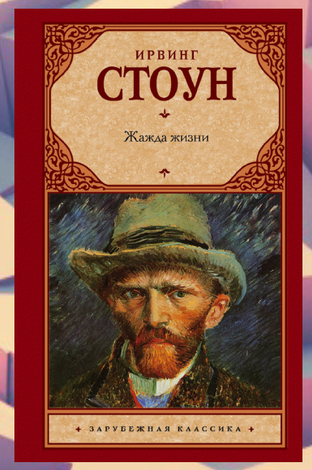
Оскар Уайльд «Портрет Дориана Грея»

Харпер Ли «Убить пересмешника»

Уильям Голдинг «Повелитель мух»



Нил Гейман «Океан в конце дороги»



Ирвинг Стоун «Жажда жизни»

Джек Лондон «Сердца трёх»

СПОСОБЫ ПОВЫШЕНИЯ САМООЦЕНКИ

Самооценка – больная тема для многих ребят. Особенно начинаешь сомневаться в себе в подростковом возрасте. Возникают вопросы, как принимать себя и свое тело, как переживать неудачи и можно ли вообще быть удачливым, когда кажется, что все вокруг этому мешает. Делимся несколькими важными советами по обретению чувства собственного достоинства и повышению самооценки.

НЕ СРАВНИВАЙТЕ СЕБЯ С ДРУГИМИ.

Люди разные – кто-то имеет внешность, которая вам кажется красивее, кто-то умеет делать то, чего не умеете вы. Так бывает всегда и со всеми – невозможно сочетать в себе все и сразу. Лучше не искать в других того, что «лучше» у них, а найти и развить в себе собственные сильные стороны. Замечайте хорошие черты и таланты в себе, хвалите себя за них и делайте так, чтобы они становились еще лучше. Самый прекрасный человек – тот, который разглядел и принял собственную индивидуальность.

НЕ ЗАБЫВАЙТЕ ОТМЕЧАТЬ СВОИ ДОСТИЖЕНИЯ.

Даже небольшие победы заслуживают признания, не обесценивайте их. А если вам нужно «поле» для совершения подвигов – найдите себе занятие для досуга: танцы, музыка, курсы, волонтерство, рукоделие… На любом поприще можно достигать успехов. А также это позволит вам лучше узнать себя и понять, на что вы действительно способны – не в фантазиях, а на делах.

КАК НАУЧИТЬСЯ УПРАВЛЯТЬ ЭМОЦИЯМИ

- Попробуйте разобраться в собственных эмоциях: прислушайтесь к себе и скажите, что происходит внутри вас в тот момент, как это можно назвать? Посмотрите, как отличаются эмоциональные состояния, как настроение меняется в течение дня, что подталкивает вас к тем или иным переживаниям. Постарайтесь давать своим чувствам названия, настоящие или выдуманные.
- Говорите с близкими людьми о том, что вы чувствуете. Даже если испытываете негативную эмоцию, проговаривайте это (все равно вам ее не скрыть – она проявится в словах, жестах, мимике). Интересуйтесь у родных, что они чувствуют в тот или иной момент и постарайтесь запоминать, как выглядят эмоции со стороны.
- Постарайтесь меньше использовать оценочных суждений. Ведь «хорошо» или «плохо» - понятия достаточно субъективные. У каждого свое видение мира и мнение по поводу происходящего в нем. Оно не правильное и не неправильное – оно просто свое.
- Попробуйте освоить техники «обуздания» сильных эмоций. Любых – и негативных, и позитивных. Есть дыхательные упражнения, помогающие «притормозить» фонтан переживаний. Например, десять глубоких вдохов или мысленный счет. Также можно заняться физическими упражнениями или переключиться на что-то.
- Эмоции и творчество тесно связаны друг с другом. При помощи рисунка или танца мы можем без слов выразить то, что испытываем. А погружение в искусство развивает наш эмоциональный интеллект.

ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ПРОФИЛАКТИКА ЗАВИСИМОСТИ ОТ ГАДЖЕТОВ

Компьютер, планшет и телефон - это далеко не всегда плохо. Вкупе с интернетом они дают доступ ко всей информации мира. На них можно писать собственную книгу, сочинять и записывать песню, рисовать скетчи. Да чего только не сделаешь с помощью гаджета! Однако, стоит иногда устраивать «диджиталдетоксы» и отдыхать от них, чтобы успеть увидеть жизнь не только в экране компьютера, но и вокруг нас.

Как отдохнуть от гаджетов?

- **Отправляйтесь на природу.**

Как только, чувствуете, что возникает свободное время, то сразу запланируйте «вылазку»: поход за грибами, пикник, отдых на пляже, катание на лыжах или другие развлечения.

- **Ведите активный образ жизни.**

Больше гуляйте, проводите время на свежем воздухе, займитесь спортом. Это здорово переключает мозг, а еще и здоровье приводит в порядок;)

- **Хобби.**

Найдите любимое занятие или увлечение, не связанное с гаджетом и уделяйте ему несколько часов в неделю.

- **Проводите время с друзьями.**

Да, все друзья доступны в несколько кликов, однако живое общение приносит особенные эмоции. А если друг живет в другом городе - отчего бы не навестить его?

ЛИЧНОЕ ПРОСТРАНСТВО ПОДРОСТКА

Каждому человеку необходимо свое собственное личное пространство, на которое никто не посягает.

Запретите себе наводить порядок в комнате дочери или сына, перекладывать его вещи, подслушивать разговоры, читать смс или личные дневники. Если вы хотите, чтобы ребенок вырос самостоятельным человеком, то нужно учиться давать ему свободу. Это все начинается с предоставления ему личного пространства.

Тем не менее, старайтесь проводить достаточно времени со своим ребенком. Обсуждайте его интересы, интересуйтесь его друзьями в ненавязчивой форме, устраивайте совместные мероприятия, например, совместную прогулку в выходные или катание на роликах. Приглашайте его друзей в дом, приготовьте что-нибудь вкусненькое или хотя бы закажите пиццу. Старайтесь быть другом своему взрослеющему ребенку.

ПОДРОСТОК НАЧИНАЕТ ОТДАЛЯТЬСЯ

В младшем подростковом возрасте (11-14 лет) у подростка начинают складываться другие отношения, помимо значимого взрослого. Его развитие в этот период напрямую зависит от его социальных связей. Именно поэтому приоритет отдается общению со сверстниками. Родителю следует аккуратно «отпускать» подростка, давая ему больше прав и свободы, подготавливая его к выходу в большую жизнь. Вместе с взрослением подросток приобретает не только права и свободы, но и обязанности, ответственность. Это важный аспект жизни.

- В этом возрасте активно развивается интимно-личностная сфера: подростки начинают вести дневники, появляются острые переживания, чувство первой влюбленности, они впервые встречаются с чувством одиночества. Подросток усилено ищет ответ на вопрос «Кто я?». Родителям требуется огромное терпение, понимание того, что сейчас — важный момент в становлении человека.
- В те моменты, когда ребенок делится с вами своими переживаниями, важно поддерживать его безоценочно и не осуждая. Недоверие или насмешка по отношению к чувствам подростка раз и навсегда закрывают двери ко взаимопониманию.
- Даже если ребенок хорошо учится, в подростковом возрасте учеба может отойти на второй план. И это нормально. В этом случае мы можем поддержать подростка в том, что учеба как процесс — это его обязанность (как нам, взрослым, надо ходить на работу), а качество учебы — это его ответственность. Доверие, которое вы оказываете подростку, предлагая ему самому делать выбор, способно дать поразительные результаты.
- В старшем подростковом возрасте (15–18 лет) подростку важно не только чувствовать себя взрослым, но чтобы окружающие, особенно родители, признавали его таковым. Относитесь внимательно к личному пространству подростка.
- Самая главная задача для родителей — принять подростка таким, какой он есть. Принять — с его первыми попытками быть взрослым, с ужасным лексиконом, со странными вкусами в музыке и нежеланием жить как вы.

Ребята-повторята

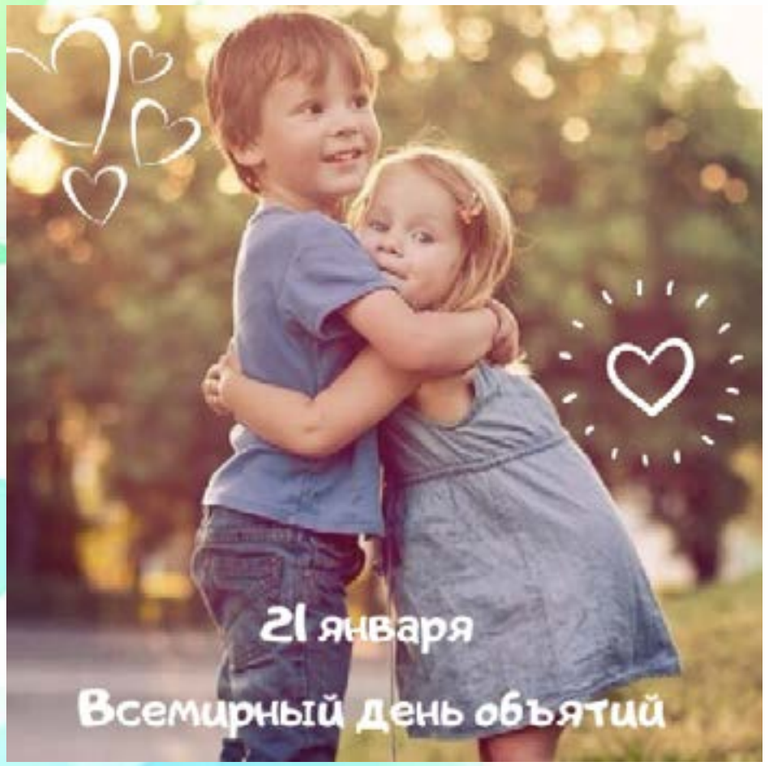
Супер вкусное какао

Ребята-повторята

Как приготовить блинчики

Важный день месяца

История и традиции праздника



Всемирный день объятий — сравнительно молодой праздник. Официально он появился в США в 1986 году под названием Национальный день объятий (National Hugging Day). Впоследствии добрую традицию подхватили и другие страны.

А вот мнение об истоках праздника неоднозначно. Согласно самой популярной версии, День объятий придумали европейские студенты, чтобы иметь возможность свободно и без упреков обнимать друг друга. Существует и другая теория — о том, что Национальный день объятий придумал американский пастор Кевин Заборни, который считал, что общество стыдится выражать чувства публично, тогда как людям необходимо позитивное взаимодействие. Именно его пастор видел во взаимных объятьях, которые использовал в работе с трудными подростками.

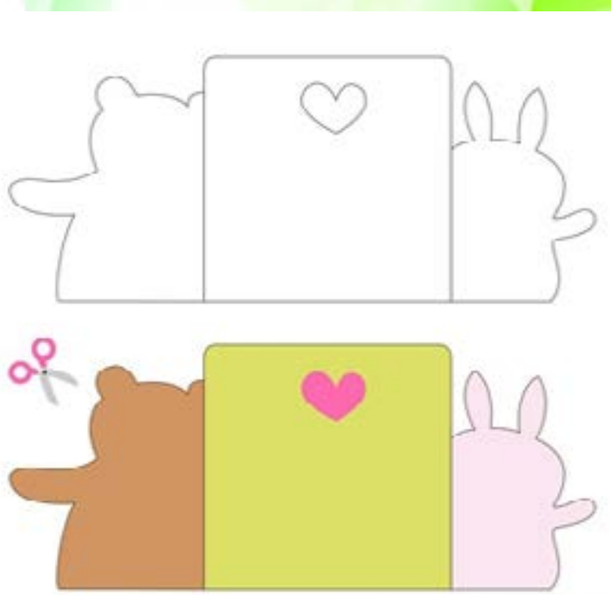
Сегодня День объятий считается международным праздником, и люди по всему миру с удовольствием дарят друг другу тепло с помощью «обнимашек». Подарки в этот день дарят редко, зато очень популярны всевозможные флэшмобы. На улицах городов можно встретить людей в необычных костюмах и с разнообразными табличками: «Обними меня!», «Free Hugs» и т.д.

Интересные факты

- Научно доказано: обниматься не просто приятно, но и полезно. Ученые считают, что объятия улучшают иммунитет, нормализуют работу нервной и эндокринной систем, снижают давление и уровень стресса.
- Благотворно влияют объятия и на психологическое здоровье: обнимая кого-то, мы испытываем чувство защищенности, получаем эмоциональный комфорт и становимся увереннее в себе. А вырабатывающийся в процессе объятий окситоцин позволяет ощутить тепло, заботу и нежность, в которых нуждается каждый человек.

ОТКРЫТКА- ОБНИМАШКА СВОИМИ РУКАМИ

Вырежи, соедини и подари!



ОТВЕТЫ

ИГРА
«ДОСКАЖИ СЛОВЕЧКО»

Ежедневно, встав с постели,
Поднимаю я….(ГАНТЕЛИ)

Михаил играл в футбол
И забил в ворота…..(ГОЛ)

На жарком солнышке подсох
И рвется из стручков…..(ГОРОХ)

Я в любую непогоду
Уважаю очень воду.
Я от грязи берегусь –
Чистоплотный серый…(ГУСЬ)

Всех перелетных птиц черней,
Чистит пашню от червей,
Целый день по пашне вскачь,
А зовется птица…..(ГРАЧ)

ОТВЕТЫ

ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ
ЗАДАНИЕ «ФОТООХОТА»

ЗАДАНИЕ «ПОМОГИ НАЙТИ ПРОДУКТЫ».

ОТВЕТЫ

загадки Дяди Фёдора

В Простоквашино их дом,
Проживают вчетвером.
Кто из них погожим днём
Вдруг свалился в водоём?

Мордочка усатая, шубка полосатая,
Часто умывается, молоком питается.
Он — яркая звезда экрана,
Практичен, мудр и деловит.
Сельскохозяйственными планами
На всю Россию знаменит.

Корова Матроскина
С дивной фигуркой
Всегда весела
И зовут её ...

В Простоквашино Гаврюша
На веревке бельё кушал
Он коровы был ребенок
Потому,что он ....

В Простоквашино живёт,
Службу там свою несёт.
Почта-дом стоит у речки.
Почтальон в ней — дядя ...

**Нам было приятно играть с тобой!
Спасибо тебе за участие во всех заданиях!
До скорых встреч!**

Интересные предложения от ИНТехнО

Институт новых технологий в образовании реализует программы профессиональной переподготовки свыше 250 часов для педагогов, специалистов и руководителей (продолжительностью от 3 до 10 месяцев), программы повышения квалификации свыше 16 часов (продолжительностью 1 месяц), а также проводит факультативы и семинары по актуальным вопросам образования, менеджмента, управления персоналом, финансов, маркетинга, личной эффективности и коммуникаций.

Особенностью обучения является активное использование в образовательном процессе дистанционных образовательных технологий, позволяющих качественно, в сжатые сроки и предельно комфортно получать необходимые слушателям знания. **Институт новых технологий в образовании предлагает принять участие в уникальных акциях:**

«Ноябрь приветлив, ноябрь игрив». «Приветливые» скидки для воспитателей!

Программы профессиональной переподготовки по 2700 рублей, программы повышения квалификации по 1300 рублей и сдвоенные программы для учителей по 5500 рублей!

«Пушистые» скидки от ИНТехнО!
Программы повышения квалификации за 350 рублей! Успейте подать заявку!

«Зима в свои права вступила, Пушистым снегом все укрыла…» «Пушистые» скидки для воспитателей от ИНТехнО!

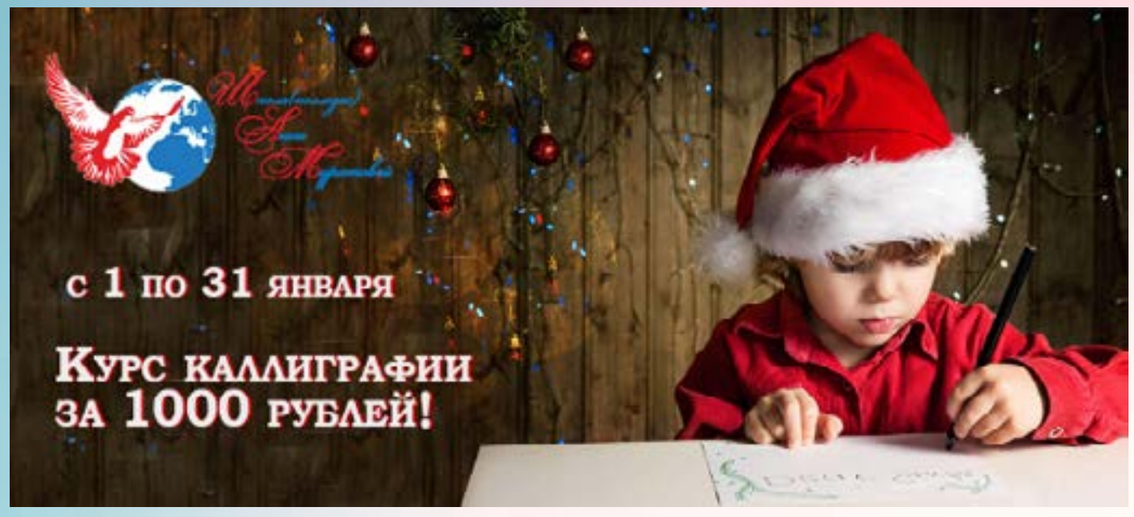
Программы профессиональной переподготовки от 2700 рублей, программы повышения квалификации по 1300 рублей .

«Зима в свои права уже вступила, Пушистым снегом все укрыла…» «Пушистые» скидки от ИНТехнО для специалистов в области ОВЗ!

Программы профессиональной переподготовки от 2500 рублей, программы повышения квалификации по 1000 рублей .

Телефоны:
8 (800) 555-54-30 (бесплатно по России); +7 (495) 105-96-04; +7 (3812) 21-00-57
+7 913 635-45-04 — viber и whatsapp
+7 913 628-05-36 — whatsapp
+7 913 633-77-43 — viber и whatsapp
Электронные адреса:
edu.mo@in-texno.ru — Учебный отдел
edu.rcps3@in-texno.ru— по вопросам подачи заявки на обучение
edu.mo3@in-texno.ru— по юридическим договорам
Оставьте заявку на интересующую вас программу, укажите ваш e-mail и контактный телефон. Мы свяжемся с вами в ближайшее время.

Интересные предложения Школы (Колледжа)Анны Муратовой



Красивый и аккуратный почерк — это целое искусство, и освоить его при желании может каждый. Даже если вы уверены, что ваша манера изображения букв выработана годами, и в силу возраста поздно что-то менять. Дистанционные занятия в школе Анны Муратовой помогут освоить данный курс за короткий промежуток времени. Занимайтесь в любом месте в любое удобное для Вас время. Занятия каллиграфией научат

Вас писать красиво и будут способствовать развитию творческих способностей. Запишитесь на наши занятия и Вы убедитесь в том, что каллиграфия – это искусство красивого письма!

Подробную информацию о стоимости обучения и условиях предоставления скидок можно узнать по телефонам: : +7 (983) 524-49-24, +7 (923) 037-94-76 или написав нам: school_anna_muratova@mail.ru

ДЕЛИМ ЦЕНЫ ПОПОЛАМ. ВЕСЬ ЯНВАРЬ СКИДКА НА ЭЛЕКТРОННЫЕ УРОКИ. СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ В ПОДАРОК!!!

Стоимость электронных уроков за одно полугодие составляет 15000 рублей (3000 рублей в месяц) для тех, кто заключит договор с 01.01.2021 г. по 31.01.2021 г. (сопровождение прохождения промежуточной аттестации бесплатно).
ЧПОУ «СРШ (колледж) Анны Муратовой» предлагает обучение и промежуточную аттестацию учеников с использованием электронного образовательного ресурса . Мы обеспечиваем индивидуальный подход к каждому обучающемуся, формируем личную траекторию учебных достижений в образовании.

Узнавайте подробности по телефонам: +7 (923) 037-94-76, +7 (913) 633-70-33 или напишите нам: school_anna_muratova@mail.ru

Школа

Телефон: +7 (923) 037-94-76, +7 (913) 633-70-33

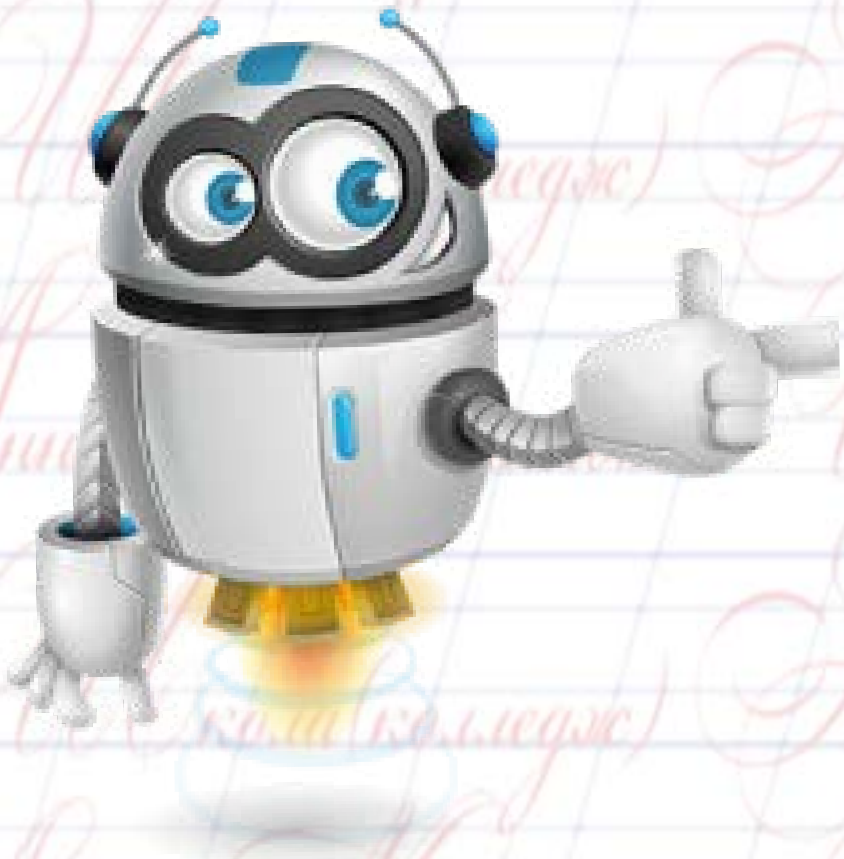
Почта: school_anna_muratova@mail.ru

Колледж

Телефоны: Приемная комиссия — 8-933-441-29-30

Учебно-методический отдел — 8-913-143-11-96

Почта: colledge_anna_muratova@mail.ru



Творческий коллектив:

Главный редактор журнала, автор – Анна Евгеньевна Муратова, директор ЧПОУ «Школа (Колледж) Анны Муратовой»

Редактор журнала, старший корректор, соавтор – Куликова Вероника

Дизайн, верстка – Оксеньчук Елена

Почта журнала: elektronikum00@mail.ru