

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

к «Путеводителю
по самостоятельной жизни»



«Дети Наши»

Благотворительный фонд



2014

Авторы-составители: Александра Герасимова, Анна Семёнова
Художник: Ольга Муратова
Исполнительный редактор: Александр Монахов
Редактор: Мария Пушкова
Фотоматериалы: Shutterstock
Дизайн: Ирина Гортинская
Корректор: Ирина Дьячкова
Цветокоррекция, обработка фото: Сергей Дудин, Сергей Соловьев

Выражаем отдельную признательность
Благотворительному фонду «Формула добра»,
компания Ahmad Tea Ltd и лично семье Афшар,
Глебу Смирнову, Сергею Дашкову и Марии Гневашевой
за поддержку в реализации проекта

При создании «Рабочей тетради» в том числе использовались материалы следующих пособий:

Школа жизни. Подготовка к самостоятельной жизни. Рабочая тетрадь.
Авт.-сост.: И.В. Дикун и др. – М.: Центр книги ВГБИЛ им. М.И. Рудомино, 2009

Программа «Мы сами» (БФ «Женщины и дети прежде всего»)

Отпечатано в BALTO print, Литва
www.baltoprint.com

ISBN: 978-5-9905496-1-6

© Благотворительный фонд «Дети Наши», 2014

© Составление, оригинал-макет — ООО «Издательство «ВОКРУГ СВЕТА», 2014

Дорогой друг!

Данная «Рабочая тетрадь» является приложением к «Путеводителю по самостоятельной жизни». Здесь ты встретишь те же разделы, что и в «Путеводителе», но не найдешь готовых советов и убедительных рекомендаций. Зато, отвечая на предложенные вопросы и решая предлагаемые задания, ты сможешь лучше познакомиться с содержанием «Путеводителя» и подготовиться к самостоятельной жизни.

Желаем тебе успеха!

Условные обозначения:



Это значок обозначает, что здесь приводится важная информация. Внимательно прочитай ее и постарайся запомнить!



Этот значок говорит о том, что нужно прочитать предлагаемое задание и постараться как можно лучше его выполнить.



На страницах данной «Рабочей тетради» ты не раз встретишься с твоим ровесником Тимом Соболевым. В чем-то его жизненная ситуация очень близка твоей. Но в чем-то он уже успел разобраться. Так что, думаем, его советы не окажутся напрасными!

ОГЛАВЛЕНИЕ

В НАЧАЛЕ ПУТИ

ЗАДАНИЕ 1. КЛЮЧЕВЫЕ ВОПРОСЫ	6
ЗАДАНИЕ 2. МОИ ДОКУМЕНТЫ	7
ЗАДАНИЕ 3. ЕСЛИ НУЖЕН НОВЫЙ ПАСПОРТ.....	8
ЗАДАНИЕ 4. ЗАЯВЛЕНИЕ.....	9
ЗАДАНИЕ 5. В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ.....	10

ТВОЙ ДОМ

ЗАДАНИЕ 1. ОПЛАЧИВАЕМ ЭЛЕКТРОЭНЕРГИЮ	11
ЗАДАНИЕ 2. ХОЛОДИЛЬНИК	12
ЗАДАНИЕ 3. ПРЕДМЕТЫ БЫТА	14
ЗАДАНИЕ 4. УБОРКА В ДОМЕ	16
ЗАДАНИЕ 5. МОБИЛЬНЫЙ ТЕЛЕФОН	17

БЕЗОПАСНОСТЬ

ЗАДАНИЕ 1. ЭКСТРЕННЫЕ ТЕЛЕФОНЫ	18
ЗАДАНИЕ 2. ЗВОНОК В ДВЕРЬ	19
ЗАДАНИЕ 3. ОПАСНАЯ/БЕЗОПАСНАЯ СИТУАЦИЯ.....	20
ЗАДАНИЕ 4. ЗАЯВЛЕНИЕ В ПОЛИЦИЮ.....	21
ЗАДАНИЕ 5. ПЕРЕД ВЫХОДОМ ИЗ ДОМА.....	22
ЗАДАНИЕ 6. ЗАДЕРЖАНИЕ.....	23

ЗДОРОВЬЕ

ЗАДАНИЕ 1. ЗАКОНЫ ПЕРВОГО ВПЕЧАТЛЕНИЯ.....	24
ЗАДАНИЕ 2. ДОМАШНЯЯ АПТЕЧКА.....	25
ЗАДАНИЕ 3. ЕСЛИ ЧТО-ТО ЗАБОЛЕЛО	26
ЗАДАНИЕ 4. ОПАСНЫЕ СВЯЗИ	27
ЗАДАНИЕ 5. Я ХОЧУ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!	28

ПИТАНИЕ

ЗАДАНИЕ 1. ПРОДОВОЛЬСТВЕННАЯ КОРЗИНА.....	29
ЗАДАНИЕ 2. ПЛАНИРУЕМ ПОКУПКИ.....	30
ЗАДАНИЕ 3. СРОКИ ГОДНОСТИ	31
ЗАДАНИЕ 4. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ.....	32
ЗАДАНИЕ 5. В КАФЕ	33

УЧЕБА

ЗАДАНИЕ 1. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ	34
ЗАДАНИЕ 2. УРОВНИ ОБРАЗОВАНИЯ	35
ЗАДАНИЕ 3. ПРАВИЛА УСПЕШНОЙ УЧЕБЫ.....	36
ЗАДАНИЕ 4. ПРОТИВ СТРЕССА.....	37
ЗАДАНИЕ 5. МОЕ БУДУЩЕЕ МЕСТО УЧЕБЫ	39

РАБОТА

ЗАДАНИЕ 1. МОЕ РЕЗЮМЕ	40
ЗАДАНИЕ 2. СОБЕСЕДОВАНИЕ.....	42
ЗАДАНИЕ 3. ДОКУМЕНТЫ ПРИ УСТРОЙСТВЕ НА РАБОТУ.....	43
ЗАДАНИЕ 4. РИСКИ ТРУДОУСТРОЙСТВА.....	44
ЗАДАНИЕ 5. ПИСЬМО В БУДУЩЕЕ	45

ДЕНЬГИ

ЗАДАНИЕ 1. МОИ ФИНАНСЫ ПОЮТ РОМАНСЫ?.....	46
ЗАДАНИЕ 2. ДУМАЕМ САМИ	48
ЗАДАНИЕ 3. УМЕЕШЬ ЛИ ТЫ ТРАТИТЬ ДЕНЬГИ?	50
ЗАДАНИЕ 4. РЕШАЕМ В УМЕ	52
ЗАДАНИЕ 5. ДЕНЕЖНЫЕ ЕДИНИЦЫ.....	53

ПОКУПКИ

ЗАДАНИЕ 1. ТРИ ВИДА РАСХОДОВ	54
ЗАДАНИЕ 2. ВЫБИРАЕМ ПОДАРОК.....	55
ЗАДАНИЕ 3. ОШИБКА В ЧЕКЕ.....	56
ЗАДАНИЕ 4. НЕУДАЧНАЯ ПОКУПКА	58
ЗАДАНИЕ 5. ВОЗВРАТ ТОВАРА.....	59

ОБЩЕНИЕ

ЗАДАНИЕ 1. ЭФФЕКТИВНОЕ ОБЩЕНИЕ	60
ЗАДАНИЕ 2. КОМПЛИМЕНТЫ	61
ЗАДАНИЕ 3. НАСТОЯЩИЙ ДРУГ.....	62
ЗАДАНИЕ 4. ЗНАКОМСТВО	64
ЗАДАНИЕ 5. ГЕНИЙ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ	65

ОТДЫХ

ЗАДАНИЕ 1. ВИДЫ ОТДЫХА	66
ЗАДАНИЕ 2. К НАМ ПРИЕХАЛИ ГОСТИ.....	67
ЗАДАНИЕ 3. ПРАВИЛА ЭТИКЕТА.....	68
ЗАДАНИЕ 4. ОТДЫХ В КЛУБЕ.....	69
ЗАДАНИЕ 5. ОТДЫХ ЗА ГРАНИЦЕЙ.....	70

В НАЧАЛЕ ПУТИ

ЗАДАНИЕ 1. КЛЮЧЕВЫЕ ВОПРОСЫ



Помни! Отстаивая свои права, не забывай указывать номер статьи или хотя бы название закона, где это закреплено.

 **Прочитай два вопроса (под номером 1 и 2) и запиши свои ответы. Эта информация может скоро тебе пригодиться.**

1. Какое название и какой номер у федерального закона и статьи, где содержится основная информация о дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей?

2. Какие положения данного закона могут тебе быть особенно полезны?



— Вы не имеете права!!! По закону...
— Ну-ка? По какому такому закону?

ЗАДАНИЕ 2. МОИ ДОКУМЕНТЫ



У каждого человека по ходу жизни собирается большое количество документов, которые могут понадобиться в самое разное время. Приучи себя к бережному хранению документов. Заведи для них отдельную папку!



Познакомься со списком документов в таблице и отметь «галочкой» ✓, какие документы у тебя уже есть, а какие еще необходимо получить.

№	Название документа	У меня уже есть	Необходимо получить
1.	Свидетельство о рождении		
2.	Паспорт		
3.	Справка о пребывании в государственном детском учреждении		
4.	Заверенная копия медицинской карты		
5.	Документ об образовании		
6.	Сведения о родителях (что-то из этого – свидетельство о смерти родителей, копия приговора или решение суда о лишении прав родителей или признания безвестно отсутствующими; справка о болезни или розыске родителей и другие документы, подтверждающие отсутствие родителей или возможности воспитания ими своих детей)		
7.	Сведения о наличии и местонахождении братьев, сестер, других близких родственников		
8.	Полис обязательного медицинского страхования		
9.	Исполнительный лист на взыскание алиментов с родителей		
10.	Индивидуальный номер налогоплательщика – ИНН		
11.	Страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования – СНИЛС		
12.	Сберегательная книжка		
13.	Пенсионное удостоверение (для получающих пенсию)		
14.	Документы, подтверждающие право на имущество, жилую площадь (что-то из этого – договор социального найма или свидетельство о государственной регистрации права собственности, выписка из домовой книги, если есть)		
15.	Удостоверение об инвалидности (при наличии)		

ЗАДАНИЕ 3. ЕСЛИ НУЖЕН НОВЫЙ ПАСПОРТ



Паспорт нужно менять по достижении 20- и 45-летнего возраста. Если этого не сделать своевременно, то могут возникнуть проблемы при покупке билетов на поезда и самолеты и другие сложности. Также новый паспорт нужно делать в случае его утраты! Иначе твоими данными могут воспользоваться мошенники, например для оформления кредита на крупную сумму.



В ТАБЛИЦЕ ПЕРЕЧИСЛЕНЫ ДЕЙСТВИЯ, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМО СОВЕРШИТЬ, ЧТОБЫ ПОЛУЧИТЬ НОВЫЙ ПАСПОРТ (В СЛУЧАЕ ЕГО ПОТЕРИ). ЭТИ ДЕЙСТВИЯ ПРЕДСТАВЛЕНЫ В СЛУЧАЙНОМ ПОРЯДКЕ. ОПРЕДЕЛИ ПРАВИЛЬНУЮ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ШАГОВ И ЗАПИШИ СВОЙ ОТВЕТ В СТОЛБЦЕ «НОМЕР ШАГА».

Действие	Номер шага
Обратиться в дежурную часть любого территориального ОВД для фиксации пропажи и получения справки.	Шаг № 1
Отправиться в районное отделение Федеральной миграционной службы со всеми собранными документами: 1) Справка из ОВД; 2) Заявление на выдачу паспорта (форма № 1П); 3) Выписка из домовой книги (Ф-9); 4) Квитанция об оплате госпошлины; 5) Четыре фотографии.	Шаг № ...
Оплатить госпошлину за замену паспорта.	Шаг № ...
Получить в паспортном столе выписку Ф-9.	Шаг № ...
Сделать 4 фотографии установленного образца.	Шаг № ...
Найти любой другой документ, удостоверяющий личность (оригинал или копию свидетельства о рождении; справку с места работы, для работающих – трудовую книжку; другие документы), и пойти с ним в паспортный стол.	Шаг № ...
Заполнить в паспортном столе заявление на получение паспорта по форме № 1П.	Шаг № ...



«Не забудь умыться, причесться и прилично одеться, когда пойдешь фотографироваться на паспорт. Но в принципе это стоит делать вообще каждый день».

ЗАДАНИЕ 4. ЗАЯВЛЕНИЕ



Каждому человеку в жизни приходится заполнять множество самых разных бланков: при устройстве на работу, при выезде за границу, при оформлении ребенка в школу... Не нужно этого бояться! Это самая обыкновенная процедура, проконсультировать по поводу которой тебя может работник данного учреждения.



ИСПОЛЬЗУЙ ВОЗМОЖНОСТЬ ПОТРЕНИРОВАТЬСЯ В ЗАПОЛНЕНИИ ОФИЦИАЛЬНОГО ДОКУМЕНТА.
НАПИШИ ЗАЯВЛЕНИЕ НА ПОЛУЧЕНИЕ ПАСПОРТА.

Приложение № 1 к Административному регламенту ФМС России по выдаче, замене и учету паспортов гражданина РФ. Форма 1П

Код подразделения ФМС	Паспорт	серия	номер	дата	месяц	год
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

1. _____
Фамилия, имя, отчество

2. _____ 3. Пол муж. жен. 4. _____
Число, месяц, год рождения Место рождения - село, поселок, город, район, область,

_____ край республика (по существовавшему административно-территориальному делению)

5. Семейное положение (если состоит в браке, указать фамилию, имя, отчество жены/мужа)

6. _____
каким органом ЗАГС и когда зарегистрирован брак

_____ Фамилия, имя, отчество отца и матери

7. Место жительства _____
наименование области, города, поселка, села, улицы, дом, корпус, квартира

7.1 Место пребывания _____
 обращения _____
наименование области, города, поселка, села, улицы, дом, корпус, квартира

8. _____
Состоял ли ранее в иностранном гражданстве и когда принят в российское гражданство

9. Прошу выдать (заменить) паспорт _____
указать причину выдачи/замены паспорта _____ дата _____ подпись _____

10. Подпись гр. _____ заверяю _____ 11. Паспорт выдать _____
подпись _____ на основании _____
наименование документа, серия, номер, когда и кем выдан

Руководитель подразделения _____ Паспорт оформил _____
подпись _____ подпись _____

Паспорт получил _____
фамилия, имя, отчество _____ дата _____ подпись _____



НАПИШИ В КАКИХ ОРГАНИЗАЦИЯ МОЖНО ПОЛУЧИТЬ НЕКОТОРЫЕ СПРАВКИ

Справка	Организация
Справка о размере заработной платы	_____
Справка о статусе безработного	_____
Справка о статусе учащегося (студента)	_____
Справка о размере пенсии	_____

ЗАДАНИЕ 5. В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ



Общественный транспорт – место близкого контакта большого количества очень разных людей, причем контакт этот вынужденный. Только взаимная вежливость и предупредительность не допустят возникновения конфликтов и ссор.



Правильно закончи предложения, описывающие поведение в общественном транспорте.

Начало предложения	Завершение предложения
Не следует стоять в дверях, потому что...	_____
Если ты везешь с собой большую сумку, не стоит занимать ею сиденье, потому что...	_____
Не стоит громко разговаривать или включать магнитофон, потому что...	_____
Запрещено садиться в общественный транспорт с едой или в пачкающей одежде, потому что...	_____
Сохраняй билет до конца поездки, потому что...	_____
В транспорте не принято причесываться и поправлять макияж, потому что...	_____
Если тебе уступили место...	_____



«Спорим, он знает, что нужно уступать пожилым людям и женщинам с детьми! Потому и завел себе такую шляпу!»

ТВОЙ ДОМ

ЗАДАНИЕ 1. ОПЛАЧИВАЕМ ЭЛЕКТРОЭНЕРГИЮ



Необходимо ежемесячно оплачивать приходящие счета. В противном случае могут отключить свет и газ. А при очень большой задолженности могут выселить с занимаемой жилплощади.



РАССЧИТАЙ ОПЛАТУ ЗА ЭЛЕКТРОЭНЕРГИЮ, ИСПОЛЬЗУЯ ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ДАННЫЕ, И ЗАПОЛНИ КВИТАНЦИЮ.

Данные для заполнения квитанции:

Показания счетчика на день оплаты – 05745,2 (см. иллюстрацию справа)

Показания счетчика за прошлый месяц (это известно из сохранившейся квитанции за прошлый месяц) – 05423,8

Тариф – 3 руб. 17 коп. за 1 кВт

ООО «Энергосбыт»		Месяц _____ 20__ г.	
		Код плательщика 001	
КВИТАНЦИЯ НА ОПЛАТУ ЭЛЕКТРОЭНЕРГИИ			
ФИО плательщика _____			
ТАРИФ ЗА 1 КВ. _____		3,17 руб.	
Показания счетчика за прошлый месяц, кВт	Показания счетчика на день оплаты, кВт	Расход	К оплате, руб.
_____	_____	_____	_____



«Уф! Теперь я могу быть спокоен, что свет не отключат, и я смогу почитать перед сном».

ЗАДАНИЕ 2. ХОЛОДИЛЬНИК




Чтобы сохранить продукты, мало просто положить их в холодильник, нужно еще сделать это правильно!



ОПРЕДЕЛИ, ЧТО В ХОЛОДИЛЬНИКЕ ХРАНИТСЯ ПРАВИЛЬНО, А ЧТО НЕТ.



 **Запиши в соответствующем столбце таблицы, какие продукты хранятся правильно в холодильнике (см. рисунок на стр. 12), а какие – нет.**

Продукты, которые лежат правильно	Продукты, которые лежат неправильно
1. _____ _____	_____ _____
2. _____ _____	_____ _____
3. _____ _____	_____ _____
4. _____ _____	_____ _____
5. _____ _____	_____ _____



«А еще – говорю просто так, на всякий случай – не стоит долго держать холодильник открытым!»

ЗАДАНИЕ 3. ПРЕДМЕТЫ БЫТА



Для поддержания порядка и чистоты в доме существуют специальные средства и приспособления.



Соедини стрелочками предмет быта и его назначение.



Мытье пола

Хранение отходов перед их выносом

Подметание пола

Мытье стекол

Устранение засоров в ванной и раковине на кухне

Выбивание ковров

Хранение грязного белья перед стиркой

Мытье посуды

Приготовление еды

Стирка белья

Хранение продуктов

 **Напиши, КАКИМ БЫ ТЫ ХОТЕЛ ВИДЕТЬ СВОЙ ДОМ.**

ДОМ МОЕЙ МЕЧТЫ



«Однажды я перепутал и вымыл окна не средством для мытья стекол, а средством для мытья посуды».

ЗАДАНИЕ 4. УБОРКА В ДОМЕ



Состояние, в котором находится твое жилище, может напрямую влиять на твое самочувствие и здоровье!



Вспомни свою последнюю уборку.

Ответь, что ты сделал, а что нет, поставив «галочку» ✓ в соответствующем столбике

Последний раз, когда я убирался, то...	Да	Нет
Вытер пыль		
Пропылесосил пол		
Вымыл пол в ванной и туалете		
Со специальным средством вымыл сантехнику		
Вымыл плитку на кухне		
Протер зеркала		
Вымыл окна		
Выбил ковры		
Убрал чистые вещи в шкаф		
Постирал грязные вещи		
Положил все предметы (книжки, чашки) на свои места		
Вынес мусор		
Протер плафоны люстр		
Проветрил помещение		




«В домашней работе есть и весьма скучные дела. Но можно придумать, как их разнообразить».

ЗАДАНИЕ 5. МОБИЛЬНЫЙ ТЕЛЕФОН



**Мобильный телефон расширяет возможности общения!
Но и накладывает ограничения на его использование!**

 **Подумай, как правильно пользоваться мобильным телефоном. В первом столбике поставь предлог «НЕ», если действительно считаешь, что не следует поступать так, как предложено во втором столбике. Если согласен, оставь клетку пустой.**

	отключай телефон во время занятий и когда находишься в местах, где нельзя разговаривать (в кино, театре, церкви и т. д.).
	настраивай громкость звонка на максимальную.
	звони друзьям в любое время, предполагая, что у настоящего друга нет ничего важнее твоих дел.
	выставляй мобильник напоказ, чтобы все видели, какой он современный и дорогой.
	старайся побыстрее закончить разговор, если говоришь в общественном месте.



«Я рррад, что у тебя там солнце и лето, но у нас ссейчас зима и ночь».

БЕЗОПАСНОСТЬ

ЗАДАНИЕ 1. ЭКСТРЕННЫЕ ТЕЛЕФОНЫ



Есть номера телефонов, которые нужно знать наизусть!



Запиши в графу «НОМЕР ТЕЛЕФОНА» тот номер, по которому нужно позвонить, если ты оказался в той или иной ситуации.

Ситуация	Номер телефона
Ты очень плохо себя чувствуешь (признаки отравления, сердечная боль, очень высокая температура).	_____
Ты увидел в окне соседнего дома огонь и дым.	_____
Ты чувствуешь в квартире запах газа.	_____
Ты видишь, что в соседнюю квартиру проникли посторонние люди.	_____




«Ну почему, почему я не выучил этот важный номер?!»

ЗАДАНИЕ 2. ЗВОНОК В ДВЕРЬ



Ты имеешь право не открывать дверь, когда звонит кто-то незнакомый!

 Представь, что тебе позвонили в дверь. И на твой вопрос «Кто там?» звучат слова, которые представлены в столбике «Фраза из-за двери». Выбери правильный вариант действий на прозвучавшие слова, ориентируясь на столбик «Что делать», и соедини стрелочкой слова и действия.

Фраза из-за двери

«Я сосед снизу. Вы нас заливаете!»

«Я почтальон. Вам телеграмма!»

«Пожалуйста! Мне очень нужно позвонить!»

«Предлагаем купить хороший товар по сниженной цене!»

«Я мастер из ЖЭКа. Идет проверка газопровода.»

Что делать

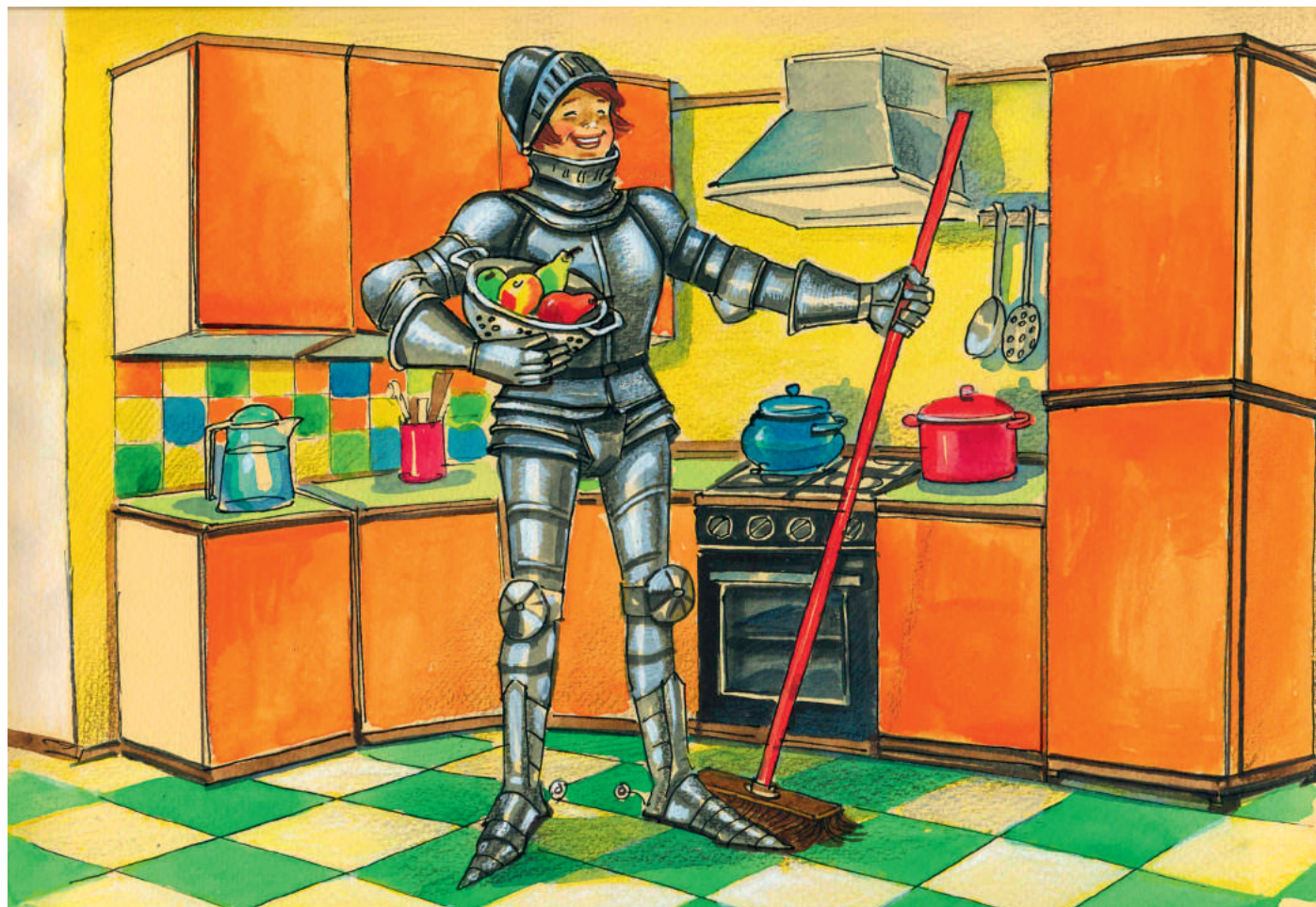
Проверить, есть ли вода на полу кухни, ванной, туалете. Если есть – закрыть все краны и позвонить в ЖЭК (ДЭЗ).

Узнать фамилию и имя пришедшего. Позвонить в ЖЭК и узнать, действительно ли идет проверка, а также уточнить имена тех, кого направили ее осуществлять.

Ответить: «Спасибо, нам ничего не нужно!»

Объяснить, где находится ближайший телефон.

Ответить: «Прочитайте, пожалуйста, вслух! Я потом сам приду на почту и распишусь в ее получении.»



«Мой дом – моя крепость!»

ЗАДАНИЕ 3. ОПАСНАЯ/БЕЗОПАСНАЯ СИТУАЦИЯ



Вовремя определить опасную ситуацию – лучший способ избежать неприятностей!



Прочитай ситуации, перечисленные в графе «Ситуация», оцени степень их опасности и поставь «галочку» ✓ в соответствующем столбике.

Ситуация	Опасная ситуация	Безопасная ситуация	Спорная ситуация
К девушке подходит приятный мужчина и предлагает донести тяжелые сумки...			
Друзья приглашают молодого человека на вечеринку к себе дачу...			
Пятнадцатилетнему парню предлагают сигарету на дискотеке...			
Пятилетний мальчик плачет и просит шестнадцатилетнюю девушку помочь ему открыть дверь...			
Пожилого мужчину, который идет по темной улице, преследует незнакомый человек...			
Девушка едет работать за границу. В турфирме ее заверили в том, что у нее будет рабочая виза, знание языка необязательно....			
В подъезде вместе с девушкой в лифт зашел незнакомый мужчина...			
Молодой человек идет по пустырю и видит пьяную компанию...			
Девушка едет в электричке, и в ее пустой вагон заходит мужчина...			
Бабушка просит двух детишек донести сумки до квартиры...			



«А еще недавно я понял, что очень опасно ходить по городу в наушниках!»

ЗАДАНИЕ 4. ЗАЯВЛЕНИЕ В ПОЛИЦИЮ



Не вини себя, если с тобой случилось что-то плохое (тебя избили, ограбили). Это преступление, и обидчики должны понести за него справедливое наказание! Обязательно обратись в полицию!



ЗАПОЛНИ ПРИМЕРНОЕ ЗАЯВЛЕНИЕ, КОТОРОЕ НЕОБХОДИМО ПОДАТЬ В СЛУЧАЕ ОГРАБЛЕНИЯ.

Начальнику управления МВД России по _____
(вставь название своего населенного пункта)

(укажи Ф.И.О. начальника управления МВД России по своему населенному пункту)

от гражданина _____
(укажи свои Ф.И.О.)

паспорт _____
(впиши номер и серию паспорта)

выдан _____
(впиши, кем и когда выдан твой паспорт)

ЗАЯВЛЕНИЕ

Довожу до Вашего сведения, что _____

(вставь любое число и укажи любое время, но если неприятность действительно случится, укажешь все точно)

около дома по адресу: _____

(укажи любой адрес, но если неприятность действительно случится, нужно будет указать все точно)

на меня было совершено покушение с целью ограбления.

Во время ограбления у меня изъяли: _____

(указываешь любые предметы, которые могли бы быть при тебе, но если неприятность действительно случится, нужно будет указать все точно)

Заявление подписано собственноручно и верно. Об ответственности за дачу ложных показаний (статья 306 УК РФ) предупрежден.

(поставь сегодняшнюю дату)

(распишись)

ЗАДАНИЕ 5: ПЕРЕД ВЫХОДОМ ИЗ ДОМА



В первую очередь человек должен САМ заботиться о своей безопасности и безопасности своего жилища!



Прочитай, что может случиться, если забыть что-то проверить, выходя из дома. В столбике рядом напиши, что нужно проверить, чтобы не допустить беды.

Тяжелые последствия	Что обязательно нужно проверить перед выходом из дома, чтобы не допустить тяжелых последствий
Пожар из-за короткого замыкания	_____
Затопление квартиры соседей этажом ниже	_____
Слишком большой счет за электричество	_____
Проникновение воров через окно	_____
Проблемы с холодильником (сломался или наморозилось много льда в морозильнике)	_____
Вызов специалистов по вскрытию замков	_____



«Лучше проверить дважды, чем вообще забыть проверить что-то важное».

ЗАДАНИЕ 6. ЗАДЕРЖАНИЕ



Если тебя задержала полиция, обязательно позвони знакомым, родственникам, воспитателю (если тебе меньше 18 лет), социальному педагогу!



Найди красный фломастер и подчеркни каждую фразу, описывающую то, как себя вести в случае задержания.

Не пытаться убежать!

Не грубить!

Не выдумывать событий и фактов – того, чего не было!

Не подписывать документы, предварительно не прочитав их!

Не подписывать пустой бланк протокола!

Не брать на себя то, чего ты не делал!



«Запомни главное: дача показаний, подписание протокола, а равно отказ от этих действий – твое право, а не обязанность»

ЗДОРОВЬЕ

ЗАДАНИЕ 1. ЗАКОНЫ ПЕРВОГО ВПЕЧАТЛЕНИЯ



Часто именно первое впечатление определяет, появятся ли у человека друзья, примут ли его на хорошую работу!



Внимательно приглядиись к лицам юношей и девушек, представленных ниже.

Ответь на два вопроса:

1) Много ли у нее/него друзей? 2) Хорошая ли ей/ему достанется работа?



1. _____

1. _____

1. _____

1. _____

2. _____

2. _____

2. _____

2. _____



«Когда ты опрятно одет и в хорошем настроении, это сразу к тебе располагает даже незнакомых людей».

ЗАДАНИЕ 2. ДОМАШНЯЯ АПТЕЧКА



Всем нам кажется, что с нами ничего плохого не случится! Пусть так и будет!
Но под рукой всегда должна быть аптечка, чтобы оказать первую помощь!

 **Ниже приведены медицинские препараты***, которые желательно иметь в домашней аптечке. Соедини стрелочками медицинский препарат и его назначение.

Дезинфекция и заживление небольшой ранки

Применяется при отравлениях

Применяется при переедании

Средство для остановки крови

Жаропонижающее, болеутоляющее

Измерение температуры

Средство от кашля

Предварительная обработка раны и дезинфекция

При солнечных и термических ожогах

Противоаллергическое средство



«Все необходимые медицинские средства и препараты должны быть под рукой».

* Все препараты и средства выбраны случайно, на основе данных об объеме продаж, имеют аналоги и могут быть заменены на другие.

ЗАДАНИЕ 3. ЕСЛИ ЧТО-ТО ЗАБОЛЕЛО



Чем скорее ты обратишься к врачу, тем быстрее сможет наступить выздоровление!



Поставь «галочку» ✓ **НАПРОТИВ ПРАВИЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ПОЯВЛЕНИИ БОЛЕЗНЕННЫХ ОЩУЩЕНИЙ.**

Тип поведения при появлении заболевания	Правильно делать так
Предупредить мастера в колледже или начальника на работе, что ты заболел.	
Никому ничего не говорить, не обращать внимания на боль.	
Вызвать врача на дом или пойти в поликлинику.	
Избегать общения с врачами.	
Пройти назначенные врачом обследования.	
«Потерять» направления на обследования.	
Купить необходимые лекарства.	
Купить другие вещи вместо лекарств.	
Принимать прописанные лекарства так, как это рекомендовал врач.	
Принимать лекарства время от времени, забывать о них.	



«Если к врачам не ходить, они придут сами...»

ЗАДАНИЕ 4. ОПАСНЫЕ СВЯЗИ



Безвредных наркотиков не существует! Любой наркотик – яд для организма!

Ниже представлен диалог. Борис, который зависит от наркотиков, уговаривает Виктора попробовать запрещенное вещество. Помоги Виктору найти нужные слова, чтобы избежать опасности!

Борис: Да ты только попробуй! В жизни нужно всё попробовать!

Виктор: _____

Борис: Ты не представляешь, какой это кайф!

Виктор: _____

Борис: Я тебе бесплатно дам дозу, как другу!

Виктор: _____

Борис: С одного раза не подсядешь!

Виктор: _____

Борис: Это легкий наркотик, притом растительного происхождения, не химия какая-нибудь.

Виктор: _____

Борис: Ну а если подсядешь, то сейчас столько клиник, в любую обращайся – вылечат!

Виктор: _____

Борис: Ты что, меня совсем не уважаешь?

Виктор: _____

Борис: И что ты думаешь – ты лучше всех? Хочешь чистеньким остаться?

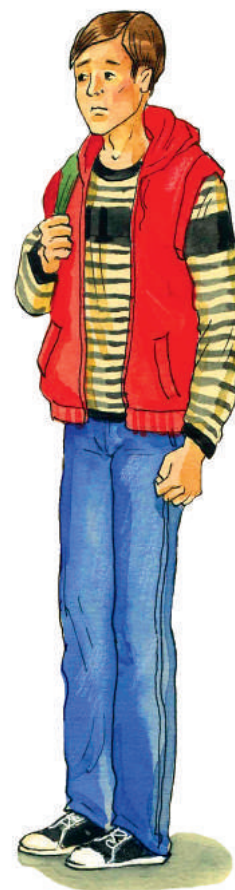
Виктор: _____

Борис: Ну если ты не хочешь по-хорошему, я тебя заставляю! Сейчас только дружков позову!

Виктор: _____



Борис



Виктор

ЗАДАНИЕ 5. Я ХОЧУ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!



Очень важно именно захотеть быть здоровым! Потому что в этом случае найдутся и время, и силы, чтобы следить за своим физическим состоянием и всегда быть в форме!



Если ты хочешь всего того, что перечислено в столбце «Я хочу...», напиши, что для этого тебе нужно делать в столбце «Для этого мне нужно...»

Я хочу...	Для этого мне нужно...
Я хочу, чтобы у меня было крепкое здоровые и белые зубы.	_____ _____
Я хочу как можно реже простужаться.	_____ _____
Я хочу, чтобы у меня была хорошая осанка.	_____ _____
Я хочу, чтобы у меня была красивая здоровая кожа.	_____ _____
Я хочу быть свободным от наркотиков.	_____ _____
Я хочу уберечь себя от ВИЧ.	_____ _____



«Зарядка – один из лучших способов оставаться здоровым и активным!»

ПИТАНИЕ

ЗАДАНИЕ 1. ПРОДОВОЛЬСТВЕННАЯ КОРЗИНА



Есть такое выражение: «Я – то, что я ем». Правильное и здоровое питание характеризует человека, как зрелого и успешного.



Положи в корзину (прочерти стрелочку от продукта к корзине) те продукты, которые следует купить

огурец: среднего размера, упругий, кожица гладкая

помидор: ярко-красный, вкусно пахнет

мясо: красное, свежий запах, поверхность мяса слегка влажная

картофель: мягкий, мокрый, с ссадинами, порезами и вмятинами

банан: коричневый

огурец: дряблый, кожица морщинистая, очень большой

картофель: твердый, сухой, без ссадин, порезов и вмятин

помидор: зеленоватый, без запаха

мясо: с сероватым оттенком, несвежий запах, поверхность мяса липкая

банан: желтый

ЗАДАНИЕ 2. ПЛАНИРУЕМ ПОКУПКИ



Что плохо готовить, что хорошо – время будет затрачено одинаковое!
Так уж лучше постараться, чтобы еда получилась вкусной!



Представь, что в выходные ты собираешься приготовить селедку под шубой, грибной суп и котлеты (рецепты этих блюд ты найдешь в книжке «Путеводитель по самостоятельной жизни»). Составь общий список продуктов, которые нужно купить.

СПИСОК ПОКУПОК



«Я заранее составляю список необходимых продуктов! Главное – не забыть его дома и не потерять в магазине!»

ЗАДАНИЕ 3. СРОКИ ГОДНОСТИ



Нужно не только покупать хорошие продукты, но и использовать их до истечения срока годности!



У каждого продукта есть свой срок годности. Пронумеруй продукты, указанные внизу, в порядке увеличения срока годности при хранении их в холодильнике (не в морозильной камере).



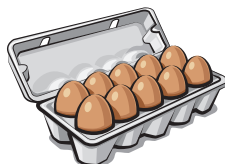
















«Ну и зачем было покупать столько лишнего?!»

ЗАДАНИЕ 4. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ



Красиво поданная еда кажется еще вкуснее!



Запиши правила поведения за столом:

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



«А у меня для гостей есть специальный красивый сервиз! И праздничная красная скатерть!»

ЗАДАНИЕ 5. В КАФЕ



**Значительно дешевле готовить дома!
Но поход в ресторан или кафе может сделать встречу особенно запоминающейся!**



**ОПРЕДЕЛИ ПРАВИЛЬНУЮ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ПРЕДЛОЖЕННЫХ ФРАЗ – ТАК, ЧТОБЫ ПОЛУЧИЛСЯ ДИАЛОГ.
НАЙДИ МЕСТО КАЖДОЙ ФРАЗЕ В РЕЧИ ОФИЦИАНТА И ПОСЕТИТЕЛЯ.**

Официант:

Нет, я еще не выбрал. Поясните, пожалуйста, что такое «мусака»?

Посетитель:

1.

Нет! Счет, пожалуйста!

1.

2.

Мусака – это традиционное блюдо, которое готовят жители Балкан и Ближнего Востока. Она представляет собой запеканку из тонких ломтиков баклажанов, которые прослаиваются мясным фаршем (чаще бараниной), томатами и овощами.

2.

3.

Здравствуйте!

3.

4.

Спасибо!

4.

5.

Вам понравилось?

5.

6.

До свидания!

6.

7.

Мы можем предложить овощи и рыбу на гриле!

7.

8.

Приходите еще!

8.

9.

А есть ли у вас постные блюда?

9.

10.

Что вы порекомендуете?

11.

Вы готовы сделать заказ?

12.

Спасибо! Все было очень вкусно!

13.

Вот Вам меню, пожалуйста!

14.

Здравствуйте!

15.

Желаете что-нибудь еще?

Да, я закажу это! А из напитков я буду свежавыжатый сок!



УЧЕБА

ЗАДАНИЕ 1. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ



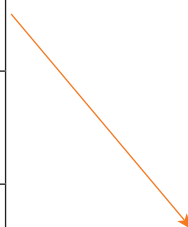
**У каждого человека есть не только права, но и обязанности!
И некоторые обязанности напрямую связаны с имеющимися правами!**



Соедини стрелочками твои права и связанные с ними обязанности в сфере учебы.

Права
Быть зачисленным бесплатно на курсы по подготовке к поступлению в техникумы, колледжи и вузы.
Получать первое и второе начальное профобразование бесплатно.
Получать стипендию, которая на 50% выше, чем у остальных.
Получать ежегодное пособие на приобретение письменных принадлежностей и учебной литературы в размере трехмесячной стипендии (в течение 30 дней с начала учебного года).
Бесплатно ездить в общественном транспорте в период обучения, а также бесплатно добираться один раз в год к месту жительства и обратно к месту учебы.

Обязанности
Экономно вести свой бюджет.
Ответственно и добросовестно учиться в учебном заведении, приобретая навыки и знания для выбранной профессии (профессий).
Ответственно и добросовестно учиться на курсах по подготовке к поступлению в техникумы, колледжи и вузы.
Соблюдать правила, установленные для пассажиров общественного транспорта.
Потратить пособие на приобретение письменных принадлежностей и учебной литературы на приобретение именно этих вещей.



«А еще нужно следить за порядком в комнате общежития, которое предоставляется учебным заведением».

ЗАДАНИЕ 2. УРОВНИ ОБРАЗОВАНИЯ



Выбирая будущую профессию (и, соответственно, уровень получаемого образования), постарайся определить то, чего бы хотелось именно тебе.



ОПРЕДЕЛИ И НАПИШИ, КАКОЕ У ЧЕЛОВЕКА ОБРАЗОВАНИЕ («ПОЛНОЕ СРЕДНЕЕ», «НЕПОЛНОЕ СРЕДНЕЕ», «ВЫСШЕЕ», «СРЕДНЕЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ», «НЕОКОНЧЕННОЕ ВЫСШЕЕ»), ЕСЛИ ОН...

...окончил техникум или колледж.	_____
...проучился в вузе не менее трех лет, но не окончил его.	_____
...окончил вуз.	_____
...окончил 9 классов общеобразовательной школы.	_____
...окончил 11 классов общеобразовательной школы.	_____



«Документы о полученном образовании понадобятся при устройстве на работу».

ЗАДАНИЕ 3. ПРАВИЛА УСПЕШНОЙ УЧЕБЫ



Хорошая учеба сейчас – успешная работа в будущем!



Внизу перечислены основные правила, которые позволят учиться хорошо. Если ты будешь выполнять каждое, то годы обучения пройдут для тебя с большой пользой. Поставь свою подпись под теми правилами, которые ты сам себе обещаешь выполнять.

Обещание	Место для подписи
Я не буду прогуливать занятия.	_____
Я буду записывать все лекции.	_____
Я буду выполнять все необходимые практические задания и готовиться к семинарам.	_____
Я буду посещать все предлагаемые консультации перед зачетами и экзаменами.	_____
Я не буду приходить неподготовленным на экзамены и зачеты.	_____



«Я в свое время пообещал себе приходить на занятия вовремя. И я выполнил это обещание!»

ЗАДАНИЕ 4. ПРОТИВ СТРЕССА



Если ты очень волнуешься перед сдачей экзаменов или зачетов, подумай о том, что преподаватель – такой же человек, как и ты! У него есть свои радости и горести, свои проблемы и мечты!



Пройди тест и узнай, насколько ты подвержен стрессу.
 Ответь «да» или «нет» на предлагаемые ниже вопросы.

№	Вопрос	Ответ («да» или «нет»)
1	Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые могут ободрить тебя или утешить?	_____
2	Трудно ли тебе ответить «нет»?	_____
3	Часто ли у тебя бывают спады и подъемы настроения?	_____
4	Часто ли ты чувствуешь себя несчастным без всякой причины?	_____
5	Возникает ли у тебя чувство робости и смущения, когда хочешь завести разговор с симпатичным человеком противоположного пола?	_____
6	Часто ли ты беспокоишься из-за того, что сделал или сказал что-то, чего не следовало бы делать или говорить?	_____
7	Легко ли тебя обидеть?	_____
8	Верно ли, что иногда ты полон энергии, так, что все горит в руках, а иногда чувствуешь себя вялым?	_____
9	Часто ли ты мечтаешь?	_____
10	Часто ли тебя беспокоит чувство вины?	_____
11	Считаешь ли ты себя человеком возбудимым и чувствительным?	_____
12	Часто ли ты, сделав какое-нибудь важное дело, испытываешь чувство, что мог бы сделать его лучше?	_____
13	Бывает ли, что тебе не спится из-за того, что разные мысли лезут в голову?	_____
14	Бывает ли у тебя сильное сердцебиение?	_____
15	Бывают ли у тебя приступы дрожи?	_____
16	Раздражителен ли ты?	_____
17	Волнуешься ли ты по поводу каких-то неприятных событий, которые могли бы произойти?	_____
18	Часто ли тебе снятся кошмары?	_____
19	Беспокоят ли тебя какие-нибудь боли?	_____
20	Можешь ли ты назвать себя нервным человеком?	_____
21	Легко ли ты обижаешься, когда люди указывают на твои ошибки в работе или на твои личные промахи?	_____
22	Беспокоит ли тебя чувство, что ты чем-то хуже других?	_____
23	Страдаешь ли ты от бессонницы?	_____
24	Беспокоишься ли ты о своем здоровье?	_____

 **Посчитай, сколько раз ты ответил «да». За каждый ответ «да» присвой себе один балл и посчитай общую сумму баллов. Прочитай результаты теста.**

МЕНЕЕ 12 БАЛЛОВ. Если ты набрал менее 12 баллов, значит ты не так уж склонен волноваться перед сдачей экзамена или зачета. Но это не значит, что можно мало готовиться. Самоуверенность, помноженная на незнание предмета, может особенно рассердить преподавателя!

БОЛЕЕ 12 БАЛЛОВ. Если ты набрал более 12 баллов, значит ты склонен сильно волноваться перед сдачей экзамена или зачета. А следовательно, накануне тебе нужно обязательно хорошо выспаться! И перед этим подготовиться с особенной тщательностью. Когда человек хорошо подготовлен, поводов волноваться остается гораздо меньше!



«Представление отменяется! Актриса на главную роль не может справиться с волнением.»

ЗАДАНИЕ 5. МОЕ БУДУЩЕЕ МЕСТО УЧЕБЫ



Необходимо узнать как можно больше о том месте, куда ты собираешься поступать!



СОБЕРИ ИНФОРМАЦИЮ О СВОЕМ БУДУЩЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ И ЗАПОЛНИ ПРИЛАГАЮЩУЮСЯ НИЖЕ КАРТОЧКУ.

Название учебного заведения	_____
Адрес учебного заведения	_____
Предоставляет ли данное учебное заведение общежитие?	_____
Какие специальности можно получить в данном учебном заведении?	_____
Какая специальность интересует именно тебя?	_____
Почему ты выбрал именно эту специальность?	_____
Какой проходной балл необходим, чтобы поступить на обучение по выбранной специальности?	_____
Сколько лет нужно учиться, чтобы получить выбранную специальность?	_____
Знаешь ли ты, как сложилась профессиональная жизнь известного тебе выпускника данного учебного заведения?	_____



«В учебных заведениях бывают дни открытых дверей. На них можно узнать много важного и полезного».

РАБОТА

ЗАДАНИЕ 1: МОЕ РЕЗЮМЕ



Резюме – это документ, который рассказывает работодателю о человеке, который ищет работу. И здесь важно все: и образование, и имеющийся опыт, и личные качества. А также то, как информация подана (аккуратно ли, нет ли ошибок и так далее).



Напиши свое резюме, заполнив предлагаемую форму.

РЕЗЮМЕ

Искомая вакансия: _____

Ф.И.О.: _____

Дата рождения: _____

Город проживания: _____

Телефон: _____

e-mail: _____

Учеба*:

1. _____
(месяц и год начала – месяц и год окончания) _____
(полное название учебного заведения, полученная специальность)

2. _____
(месяц и год начала – месяц и год окончания) _____
(полное название учебного заведения, полученная специальность)

*Места учебы заполняются в обратном порядке – первым указывается самое последнее (т. е. самое недавнее) место учебы.

Опыт работы**:

1. _____
(месяц и год начала – месяц и год окончания) _____
(полное название организации, должность)

(основные обязанности и достижения)

2. _____
(месяц и год начала – месяц и год окончания) _____
(полное название организации, должность)

(основные обязанности и достижения)

**Места работы заполняются в обратном порядке – первым указывается самое последнее (т. е. самое недавнее) место работы.

Профессиональные навыки: _____

(укажи то, что ты умеешь, если это поможет успешно справляться с предполагаемыми служебными обязанностями, например «уверенный пользователь ПК (Excel, Word, PowerPoint)»)

Личные характеристики: _____

(укажи сильные стороны своей личности, которые могут выгодно выделить тебя среди других претендентов на искомую вакансию)



«Интернет-сайты для поиска работы предлагают свои формы резюме, которые можно заполнить, сидя за компьютером».

ЗАДАНИЕ 2. СОБЕСЕДОВАНИЕ



На собеседовании кроме вопросов о профессиональных навыках и умениях могут задать вопросы личного характера. В том числе и неожиданные.



ПОПРОБУЙ ОТВЕТИТЬ НА НЕКОТОРЫЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ МОГУТ ПРОЗВУЧАТЬ НА СОБЕСЕДОВАНИИ.

1 Ваше главное достижение в жизни?

2 Какие стороны Вашего характера Вы считаете наиболее сильными?

3 Какие у Вас есть недостатки?

4 Какие у Вас есть хобби и увлечения?



«Некоторые хобби и увлечения могут выставить тебя перед работодателем в самом выгодном свете».

ЗАДАНИЕ 3. ДОКУМЕНТЫ ПРИ УСТРОЙСТВЕ НА РАБОТУ



Из всех принесенных документов забрать и положить в сейф могут только трудовую книжку. Со всех остальных документов должны сделать ксерокопии (или тебя заранее попросят прийти с готовыми копиями).



УКАЖИ ВСЕ ДОКУМЕНТЫ, КОТОРЫЕ ПОТРЕБУЮТСЯ ПРИ УСТРОЙСТВЕ НА РАБОТУ.

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



«Я сразу понял, что дело нечисто, когда у меня попытались отобрать паспорт!»

ЗАДАНИЕ 4. РИСКИ ТРУДОУСТРОЙСТВА



Не гонись за огромными деньгами! Помни, что просто так деньги никто не платит!



Из перечисленных характеристик, выбери те, которые описывают потенциально опасные ситуации, связанные с трудоустройством. Запиши шифр. Из полученного шифра составь слово.

- А – Наличие испытательного срока.
- Т – Необходимо предоставить рекомендации.
- О – Неоправданно высокая зарплата.
- К – Собеседование проходит в несколько этапов.
- П – Наличие предварительного взноса.
- А – Большая разница в зарплате на испытательный срок и после.
- С – Работа без заключения договора.
- Д – Предложили выполнить пробное задание.
- Н – Предлагают отдать паспорт.
- О – Есть информация о незаконных увольнениях в организации.

Запиши полученное слово:



«Очень важно внимательно прочитать условия трудового договора».

ЗАДАНИЕ 5: ПИСЬМО В БУДУЩЕЕ



Мы строим свою жизнь, исходя из того, чего мы хотим достичь. Очень важно правильно определить, к чему стоит стремиться!



Пройдет пять лет, и в жизни многое чего поменяется. Напиши, какой бы ты хотел видеть свою жизнь в это время. Какая у тебя работа? Есть ли у тебя семья? Как ты проводишь свой отпуск?

ПИСЬМО В БУДУЩЕЕ



«Ну, может быть, не через пять лет. Но со временем я бы хотел открыть собственное дело и завести семью».

ДЕНЬГИ

ЗАДАНИЕ 1. МОИ ФИНАНСЫ ПОЮТ РОМАНСЫ?



Чтобы не оказаться на мели, нужно правильно соотносить свои доходы и расходы.



Подумай и напиши в Таблице 1 ежемесячные доходы и расходы, которые у тебя есть сейчас. Учитывай именно регулярные поступления, а не имеющиеся сбережения, которые лучше пока приберечь.

Таблица 1. Мои доходы и расходы сейчас

Доходы	Расходы
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
Всего доходов: _____	Всего расходов: _____



Подумай и напиши в Таблице 2 твои доходы и расходы в первый год самостоятельной жизни

Таблица 2. Мои доходы и расходы в первый год самостоятельной жизни

Доходы	Расходы
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
Всего доходов: _____	Всего расходов: _____

ДОХОД

наличные или безналичные денежные средства, которые человек получает за определенный период времени.

РАСХОД

наличные или безналичные денежные средства, которые человек тратит за определенный период времени.



«Похоже, в этом месяце я тратил деньги слишком необдуманно!»

ЗАДАНИЕ 2. ДУМАЕМ САМИ



Деньги нелегко заработать, но еще труднее сберечь!



Самостоятельно продолжи предложенные фразы, представив положительный и отрицательный результат (как это указано в примере).

Я буду брать деньги в долг, в результате...	
1. ...смогу сейчас купить то, что мне захотелось.	1. ...мне придется экономить в следующем месяце, чтобы вернуть долг.
2. _____	2. _____
3. _____	3. _____
4. _____	4. _____
5. _____	5. _____

Я не буду планировать бюджет на месяц, в результате...	
1. ...я сэкономлю время.	1. ...я быстро все потрачу и мне не хватит на самое необходимое.
2. _____	2. _____
3. _____	3. _____
4. _____	4. _____
5. _____	5. _____

Я буду экономить деньги, в результате...	
1. ...у меня будут средства на всякие непредвиденные расходы.	1. ...мне придется во многом себя ограничивать.
2. _____	2. _____
3. _____	3. _____
4. _____	4. _____
5. _____	5. _____

 **Какие способы хранения денег ты знаешь. Напиши:**

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



«Хорошо, что у меня всегда есть заначка! Небольшая сумма денег, припрятанная на черный день. Осталось только найти ее!»

ЗАДАНИЕ 3. УМЕЕШЬ ЛИ ТЫ ТРАТИТЬ ДЕНЬГИ?



**С одними и теми же доходами разные люди живут очень по-разному!
Все зависит от того, насколько грамотно тратятся средства!**



ОТВЕТЬ НА ВОПРОСЫ ТЕСТА, ОБВОДЯ КРУЖОЧКОМ СВОЙ ВАРИАНТ ОТВЕТА ПОД КАЖДЫМ ВОПРОСОМ.

1. Если тебе в магазине приглянулась дорогая вещь, как ты поступишь?

- а) Займешь денег и обязательно купишь.
- б) Будешь копить деньги некоторое время, чтобы купить эту вещь.
- в) Подыщешь что-нибудь менее дорогое.

2. Когда ты идешь в магазин, что ты обычно покупаешь?

- а) Вещи по списку, составленному заранее.
- б) Обычно не совсем то, что задумал.
- в) Все, что нужно и не очень, пока не закончатся деньги.

3. Пересчитываешь ли ты сдачу в магазине?

- а) Да, всегда.
- б) Нет, конечно, нет.
- в) Когда как, по ситуации.

4. Считаешь ли ты копейки деньгами?

- а) Мелочь могу просто кинуть в карман сумки.
- б) Копейки могу даже выбросить.
- в) Конечно, даже мелкую копейку подниму на улице, если попадетсЯ.

5. Как ты будешь покупать очень ценную вещь?

- а) Куплю первую же понравившуюся вещь в первом попавшемся на пути магазине.
- б) Обойду несколько магазинов, сравню цены и ассортимент и потом уже куплю.
- в) Буду долго ходить, смотреть, сравнивать и выбирать, очень переживать, что куплю что-нибудь не то.

6. Можешь ли ты дать денег в займы?

- а) Да, друзьям, если точно знаю, что вернут.
- б) Нет, сам не беру займы и никому не даю.
- в) Даю всем, кто просит, а потом не всегда могу вспомнить, кто мне сколько должен.

7. Ты уже пробовал подрабатывать?

- а) Да, и если где-то есть хоть малейшая возможность заработать, я стараюсь ее использовать.
- б) Нет, но хотел бы.
- в) Нет, у меня еще все впереди.

КЛЮЧ К ТЕСТУ



Найди свои ответы в предлагаемой ниже таблице и обведи их кружочками.

Номер вопроса	Тип 1	Тип 2	Тип 3
1	а	б	в
2	в	б	а
3	б	в	а
4	б	а	в
5	а	б	в
6	в	а	б
7	в	б	а

 **Посмотри, в каком столбце сгруппирована большая часть твоих ответов, и прочитай, каков твой тип расходования денег.**

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА

ТИП 1. Часто ты тратишь деньги совершенно необдуманно. Поэтому время от времени оказываешься обладателем совершенно ненужных или не совсем качественных вещей. Спустить деньги – дело нехитрое. Это может каждый. А вот научиться тратить деньги с умом – это уже настоящее искусство!

ТИП 2. Ты достаточно самокритичен по отношению к себе, поэтому здраво оцениваешь, когда ты проявил разумную бережливость, а когда пустил деньги по ветру. Очень хорошо, что ты пытаешься анализировать свои поступки. Не сходи с этого пути, и ты станешь настоящим профи в составлении семейного бюджета.

ТИП 3. Ты умеешь тратить деньги экономно. Лучше вообще ничего не купишь, чем приобретешь что-то некачественное или не подходящее тебе. Окружающие могут считать, что ты скупаешь. Но какая, в конце концов, разница, что считают окружающие о том, как ты тратишь свои собственные деньги!

Если твои ответы распределились по разным столбцам, тогда твой тип – второй.



«Копеечка рубль бережет!»

ЗАДАНИЕ 4. РЕШАЕМ В УМЕ



Чтобы не потратить лишних денег, нужно быстро и правильно считать в уме!



РЕШИ ЗАДАЧКИ В УМЕ, ПОСТАРАЙСЯ ДЕЛАТЬ ВСЕ ВЫЧИСЛЕНИЯ БЫСТРО, НИЧЕГО НЕ ПИШИ И НЕ ИСПОЛЬЗУЙ КАЛЬКУЛЯТОР. РЕЗУЛЬТАТ МОЖЕТ ТЕБЯ УДИВИТЬ!

Задача 1.

Условие:

Возьми 1000. Прибавь 40. Прибавь еще тысячу. Прибавь 30. Еще 1000. Плюс 20. Плюс 1000. И плюс 10. Что получилось?

Ответ:

Ответ 5000? Неверно. Правильный ответ 4100. Если не веришь, пересчитай на калькуляторе!

Задача 2.

Рассчитай, сколько денег тебе необходимо для покупки продуктов.

Продукты, которые нужно купить	Количество продуктов	Цена за 1 кг	Ответ (необходимое количество денег)
Сыр	200 г	120 руб.	_____
Мясо	500 г	400 руб.	_____
Конфеты	300 г	130 руб.	_____
Помидоры	2 кг	110 руб.	_____
Картофель	3 кг	30 руб.	_____
Итого:			_____



«Специально придумывают такие цены! Думают, я решу, что восемьсот девяносто девять рублей – это восемьсот, а не все девятьсот рублей! Без одного рубля».

ЗАДАНИЕ 5. ДЕНЕЖНЫЕ ЕДИНИЦЫ



Необходимо хорошо знать, как выглядят принятые в обращение денежные купюры и иметь представление, как отличить правильную купюру от подделки!



Узнай и напиши, какие города изображены на купюрах российских рублей и чем знамениты данные города.

Купюры	Что за город обозначен на данной купюре?	Чем известен данный город?
	<hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
	<hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
	<hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
	<hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
	<hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
	<hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

ПОКУПКИ

ЗАДАНИЕ 1. ТРИ ВИДА РАСХОДОВ

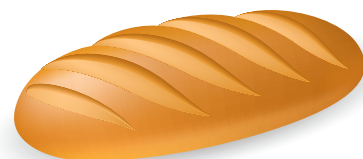


Все траты делятся на три группы: **НЕОБХОДИМОЕ** (питание, коммунальные услуги, лечение, учеба), **ВАЖНОЕ** (одежда, обустройство дома), **НЕОБЯЗАТЕЛЬНОЕ** (развлечения, сладости). Если необходимо сократить расходы, грамотно начинать именно с **НЕОБЯЗАТЕЛЬНОГО**.



ОПРЕДЕЛИ, К КАКОМУ ВИДУ ОТНОСЯТСЯ ПРЕДЛОЖЕННЫЕ ТРАТЫ И ПРОЧЕРТИ СТРЕЛОЧКУ ОТ ПРЕДМЕТА К ТОМУ ИЛИ ИНОМУ РАЗДЕЛУ.

Необходимое	Важное	Необязательное



ЗАДАНИЕ 2. ВЫБИРАЕМ ПОДАРОК



Прежде чем совершить любую покупку, лучше еще раз подумать: действительно ли это нужно тебе или другим людям (если, например, ты покупаешь подарок)



Соедини стрелочками человека и то, что лучше ему подарить.

Подарок	Человек

Note: An orange arrow points from the colorful shawl in the 'Подарок' column to the elderly woman in the 'Человек' column.



«Похоже, лучший подарок – это не всегда то, что доставило бы тебе самую большую радость».

ЗАДАНИЕ 3. ОШИБКА В ЧЕКЕ



Желательно проверять чеки, которые пробивает кассирша, чтобы подстраховать свой бюджет от ошибок, вызванных усталостью или невнимательностью другого человека!



Сравни чеки и товары. Если найдешь несоответствие в том, какие товары пробиты в кассовом чеке и какие товары реально приобретены, подчеркни строку в чеке.

Чек	Товары
БАТОН ХЛЕБА 16 РУБ. МАСЛО 56 РУБ. МОЛОКО 43 РУБ. ЯБЛОКИ 90 РУБ. КЕФИР 45 РУБ. ШОКОЛАД 65 РУБ. ЯЙЦА 46 РУБ. ИТОГ 361 РУБ.	
НАБОР ФЛОМАСТЕРОВ 78 РУБ. АЛЬБОМ 55 РУБ. НАБОР КАРАНДАШЕЙ 44 РУБ. ТОЧИЛКА 20 РУБ. РУЧКА 18 РУБ. ЛАСТИК 12 РУБ. КИСТОЧКА 15 РУБ. КАЛЬКУЛЯТОР 90 РУБ. ИТОГ 332 РУБ.	

 УЗНАЙ И ЗАПИШИ, КАК СОВЕРШАТЬ ПОКУПКИ ЧЕРЕЗ ИНТЕРНЕТ.



«Какой такой «павлин-мавлин»?! Я же покупал хомячка?»

ЗАДАНИЕ 4. НЕУДАЧНАЯ ПОКУПКА



Никто в этой жизни не застрахован от неудачных покупок.
Но главное – вынести правильные выводы из любой неприятной ситуации!



Проанализируй свою самую неудачную покупку, ответив на следующие вопросы.

1 Что ты считаешь своей самой неудачной покупкой?

2 Почему ты считаешь эту покупку неудачной?

3 Долго ли ты расстраивался из-за того, что совершил эту покупку?

4 Есть ли люди, которым эта вещь могла бы пригодиться?

5 Что могло бы предотвратить эту покупку?

6 Что бы ты посоветовал своему другу, который, на твой взгляд, собрался совершить покупку, которую ты считаешь неудачной?



«Вот ищущего того продавца, который мне в прошлом году хомячка продал».

ЗАДАНИЕ 5. ВОЗВРАТ ТОВАРА

Совершая покупку, необходимо хорошенько изучить все характеристики товара. Помни: целый ряд товаров при отсутствии производственного брака вернуть невозможно (Постановление правительства РФ от 20.10.1998 N 1222, от 06.02.2002 N 81)!



Это относится к товарам следующих групп:

- | | |
|--|---------------------------------------|
| 1) лекарства и медицинские препараты; | 6) мебель; |
| 2) средства личной гигиены (зубные щетки, расчески и пр.); | 7) животные и растения; |
| 3) косметика и духи; | 8) изделия с драгоценными камнями; |
| 4) белье и колготки; | 9) книги, альбомы, календари; |
| 5) бытовая химия; | 10) посуда и кухонные принадлежности. |



Ты можешь вернуть любой товар в случае обнаружения производственного брака!



Зачеркни изображения тех товаров, которые невозможно вернуть в случае отсутствия брака.



«Ну, значит, так и будем жить с тобой...»

ОБЩЕНИЕ

ЗАДАНИЕ 1. ЭФФЕКТИВНОЕ ОБЩЕНИЕ



Успешное общение подразумевает взаимный интерес людей друг к другу!



Прочитай все варианты завершения предложения (Чтобы общение с другим человеком было успешным, нужно...) и вырази свое согласие («Да!») или несогласие («Нет!») с получившимся утверждением.

Чтобы общение с другим человеком было успешным, нужно...	«Да!» / «Нет!»
...говорить только о том, что интересно тебе.	_____
...внимательно слушать то, что говорит тебе другой.	_____
...не перебивать говорящего.	_____
...сохранять дружелюбное выражение лица.	_____
...всячески подчеркивать свое превосходство над другим человеком.	_____
...обращаться к говорящему по имени.	_____
...подавать сигналы собеседнику, что ты его слышишь и понимаешь (можно качать головой, можно поддакивать).	_____



«Иногда Я рассказываю очень интересные вещи о СЕБЕ, но почему-то никто не хочет МЕНЯ слушать!»

ЗАДАНИЕ 2. КОМПЛИМЕНТЫ



Общаясь с людьми, необходимо видеть их самые лучшие качества!



Представь своих хороших друзей и знакомых и подумай, какие им можно было бы сделать комплименты. Запиши их.

Имя	Комплимент
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____



«Вы – самая обаятельная и привлекательная!»

ЗАДАНИЕ 3. НАСТОЯЩИЙ ДРУГ



Есть мнение, что настоящий друг – это не тот, к кому ты сможешь обратиться в трудную минуту, а тот, кто сам попросит у тебя помощи, если окажется в сложной ситуации!



Вспомни человека, которого считаешь своим другом, и определи, характерны ли для него описываемые качества. Напротив каждого утверждения, которые приводятся в столбце «Мой друг», поставь «галочку» ✓ в той колонке, которая соответствует твоему ответу – «Да», «Нет» или «Не знаю».

№	Мой друг	Да	Нет	Не знаю
1.	Делится новостями о своих успехах.			
2.	Оказывает мне эмоциональную поддержку.			
3.	Добровольно помогает в случае нужды.			
4.	Стремится, чтобы мне было приятно в его обществе.			
5.	Вовремя возвращает долги.			
6.	Готов защитить меня.			
7.	С уважением относится к другим моим друзьям.			
8.	Хранит доверенные ему тайны.			
9.	Не критикует меня публично.			
10.	Не ревнует меня к остальным людям.			
11.	Стремится не быть назойливым, не надоедает.			
12.	Не поучает, как нужно жить.			
13.	Уважает мой внутренний мир.			
14.	Не использует доверенную тайну в своих целях.			
15.	Не стремится переделать меня.			
16.	Не предаёт в трудную минуту.			
17.	Доверяет свои самые сокровенные мысли.			
18.	Понимает мое состояние и настроение.			
19.	Уверен во мне.			
20.	Искренен в общении.			
21.	Первым прощает мои ошибки.			
22.	Радуется моим успехам и достижениям.			
23.	Не забывает поздравить меня (например, с днем рождения).			
24.	Помнит обо мне, когда меня нет рядом.			
25.	Не завидует мне.			

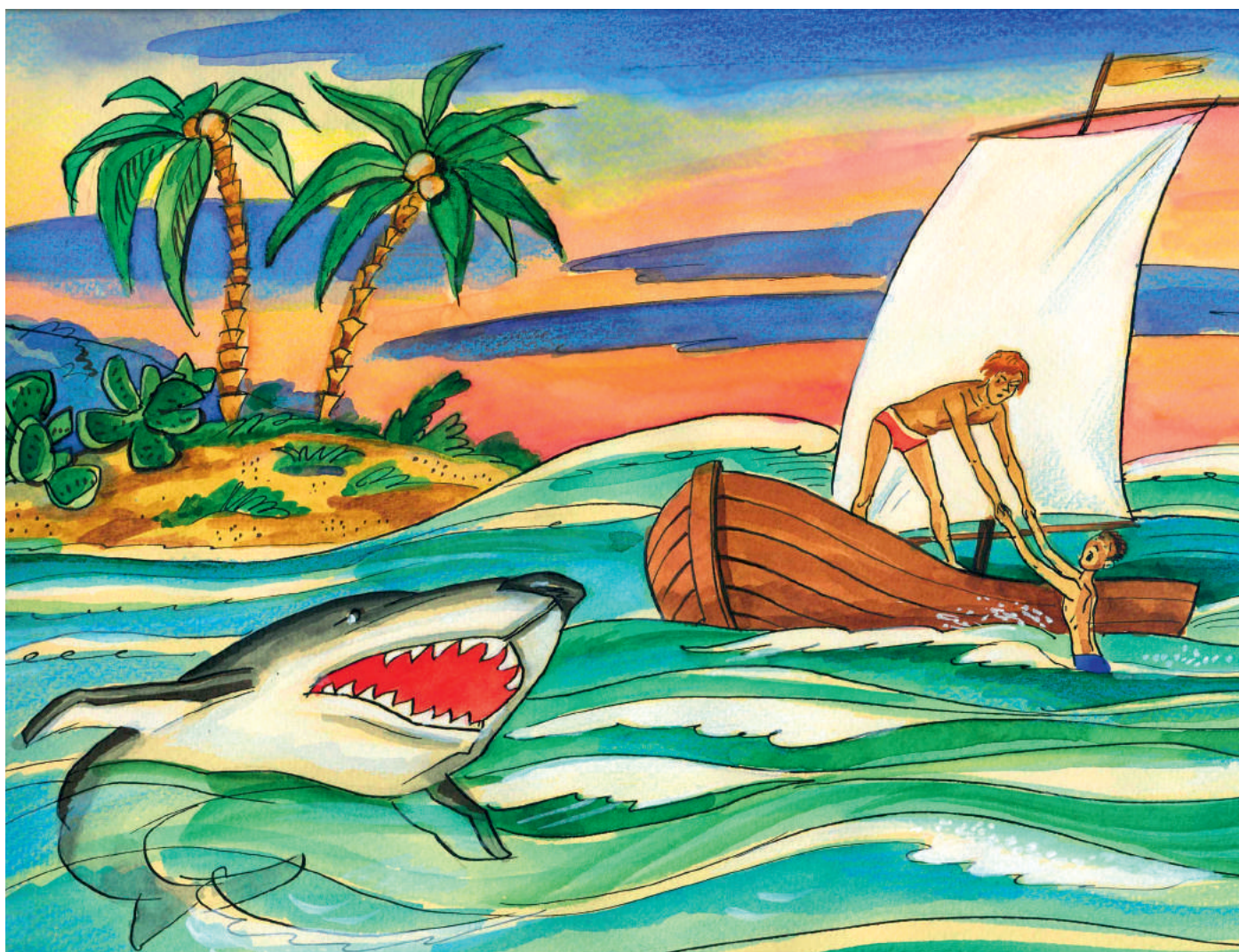
ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ

 **За каждый ответ «Да» засчитай 2 очка, за ответ «Не знаю» – одно, а за ответ «Нет» – ни одного. Суммируй полученные очки и посмотри, какая характеристика им соответствует.**

От 0 до 14 очков. Похоже, человек, которого ты считаешь своим другом, часто огорчает тебя невнимательным или небрежным отношением. Но дружба, как и любовь, невозможна без взаимности. Может быть, это только ты считаешь, что вы друзья, а на самом деле есть только твое желание дружить? Посмотри по сторонам – возможно, кто-то другой мечтает стать твоим другом.

От 15 до 37 очков. В отношениях с твоим другом есть и радости, и обиды. Иногда вы бурно ссоритесь, а потом столь же бурно миритесь. Быть может, стоит как-нибудь в спокойной обстановке обсудить, как сделать отношения более надежными? Обсудите, что больше всего мешает вашей дружбе и как можно это устранить.

От 35 до 50 очков. Тебе очень повезло! Рядом с тобой настоящий друг! Это действительно большая удача. Постарайся сблизить эти отношения, чтобы справляться с невзгодами и делить радости вместе до самой старости.



«Не бойся! Я с тобой!»

ЗАДАНИЕ 4: ЗНАКОМСТВО



**Неправильно начинать знакомство с фразы: «Девушка, а как Вас зовут?»
С какой стати девушке представляться совершенно незнакомому человеку!**



Для того чтобы выполнить это задание, необходимо пообщаться с лицом противоположного пола. Разделитесь на пары (пусть мальчик будет придумывать реплики за Павла, а девочка – за Марию). Вместе придумайте успешный вариант знакомства.



Павел

Павел _____

Мария _____

Павел _____

Мария _____

Павел _____

Мария _____

Павел _____

Мария _____

Павел _____

Мария _____

Павел _____

Мария _____



Мария

ЗАДАНИЕ 5: ГЕНИЙ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ



У всех людей разные способности к общению.
Но если приложить усилия, можно научиться общаться лучше!



Проанализируй свои сильные стороны в общении и те качества, которые нуждаются в развитии. Запиши то, что ты узнал о себе.

Мои сильные стороны в общении	То, что мне нужно развивать в себе для успешного общения с людьми
1. _____ _____	1. _____ _____
2. _____ _____	2. _____ _____
3. _____ _____	3. _____ _____
4. _____ _____	4. _____ _____
5. _____ _____	5. _____ _____



«Один известный персонаж древности, чтобы научиться произносить речи на больших собраниях, тренировался перед бушующим морем».

ОТДЫХ

ЗАДАНИЕ 1: ВИДЫ ОТДЫХА



Чтобы придумать и организовать себе интересный и насыщенный отдых, необходимо приложить фантазию и усилия!



Напиши, чем можно заниматься на досуге.

Вечернее время в будни (после работы или учебы)

Досуг в выходные дни

Досуг во время каникул и отпусков



«Во время отдыха можно придумывать приятные сюрпризы для друзей».

ЗАДАНИЕ 2: К НАМ ПРИЕХАЛИ ГОСТИ



В каждом месте есть свои возможности для отдыха! Нужно только глубже ознакомиться с историей, географией и культурным наследием своего края!

Представь, что к тебе на три дня приезжают друзья, которые живут очень далеко. Они никогда не были в твоих краях. Составь план их пребывания: куда ты их поведешь, о чем расскажешь. Это может быть не только посещение достопримечательностей, но и прогулки в красочных местах, поход в гости (конечно же, по предварительной договоренности). Не забудьте об аргументах, убеждающих посетить каждое из этих мест.

День	Время	Место	Аргумент в пользу того, чтобы посетить данное место
День 1-й	10:00 – 14:00	_____	_____
	14:00 – 18:00	_____	_____
	18:00 – 22:00	_____	_____
День 2-й	10:00 – 14:00	_____	_____
	14:00 – 18:00	_____	_____
	18:00 – 22:00	_____	_____
День 3-й	10:00 – 14:00	_____	_____
	14:00 – 18:00	_____	_____
	18:00 – 22:00	_____	_____



«Только сегодня и только в нашем городе можно наблюдать полное солнечное затмение!»

ЗАДАНИЕ 3. ПРАВИЛА ЭТИКЕТА



В первую очередь правила этикета направлены на то, чтобы люди не доставляли неудобств друг другу!



Прочитай начало предложения и правильно его заверши.

Начало предложения	Завершение предложения
К началу спектакля или киносеанса нужно приходить вовремя, потому что в противном случае...	_____
Одеваться для посещения музеев или театров нужно прилично, иначе...	_____
Не стоит громко переговариваться в музее или театре, потому что в этом случае...	_____
Если во время представления случился приступ кашля или насморка, лучше выйти в туалет, потому что...	_____



«Ходить в общественные места нездоровым – значит подвергать остальных опасности заболеть».

ЗАДАНИЕ 4. ОТДЫХ В КЛУБЕ



Поход в клуб кроме радости и веселья несет в себе и определенные угрозы!



Подумай о мерах безопасности при посещении клуба. Напиши, чего нельзя делать ни в коем случае.

№	Ни в коем случае НЕЛЬЗЯ...
1.	<hr/> <hr/>
2.	<hr/> <hr/>
3.	<hr/> <hr/>
4.	<hr/> <hr/>
5.	<hr/> <hr/>
6.	<hr/> <hr/>



«Последний коктейль точно был лишней!»

ЗАДАНИЕ 5. ОТДЫХ ЗА ГРАНИЦЕЙ



**Постарайся выучить английский язык.
Он пригодится тебе при поездке в любую страну мира.**



С помощью словаря (или друзей) переведи на английский язык следующие фразы, которые очень помогут в твоей поездке за границу. Выучи их!

Фраза на русском языке	Перевод на английский язык
Здравствуйте!	_____
Скажите, пожалуйста, как пройти к гостинице?	_____
Где я могу найти врача?	_____
Есть ли поблизости кафе?	_____
Сколько это стоит?	_____
Мне это нравится.	_____
Покажите, пожалуйста, на карте, где это находится.	_____
У вас есть гид, говорящий по-русски?	_____
Спасибо!	_____
До свидания!	_____



«Вау! Какое произношение!»