

Диалоги о наставничестве



Спикеры:

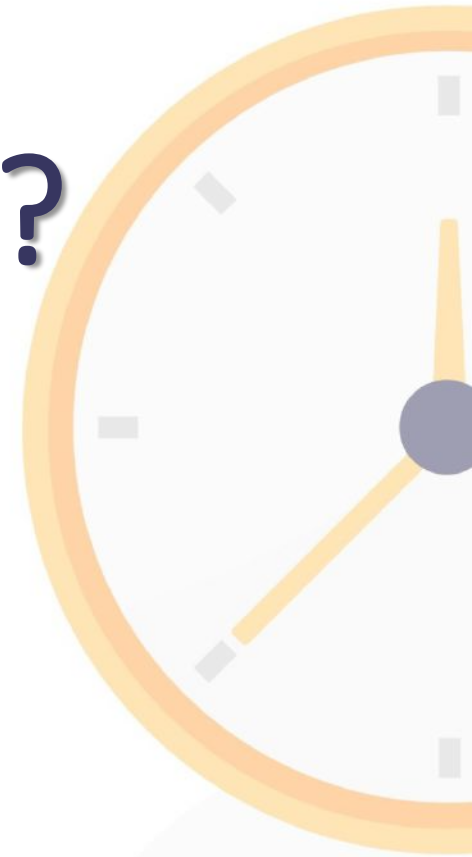
Бабкина Людмила Геннадьевна

Александрова Маргарита Игоревна



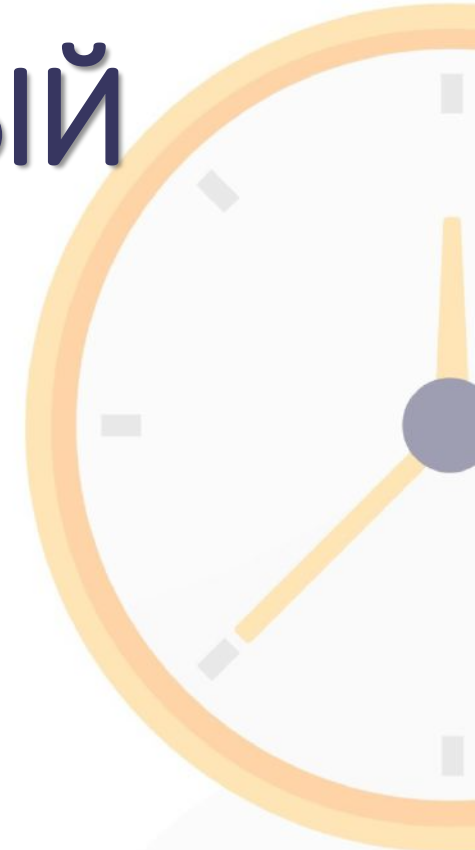
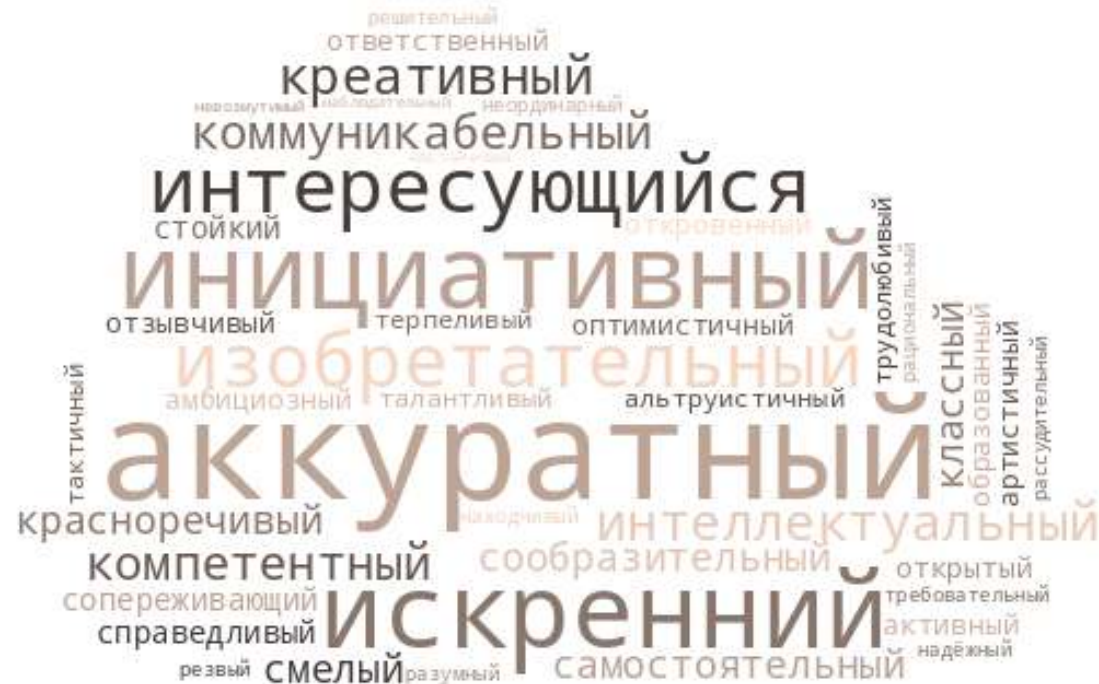


Идеальный наставник/наставляемый?





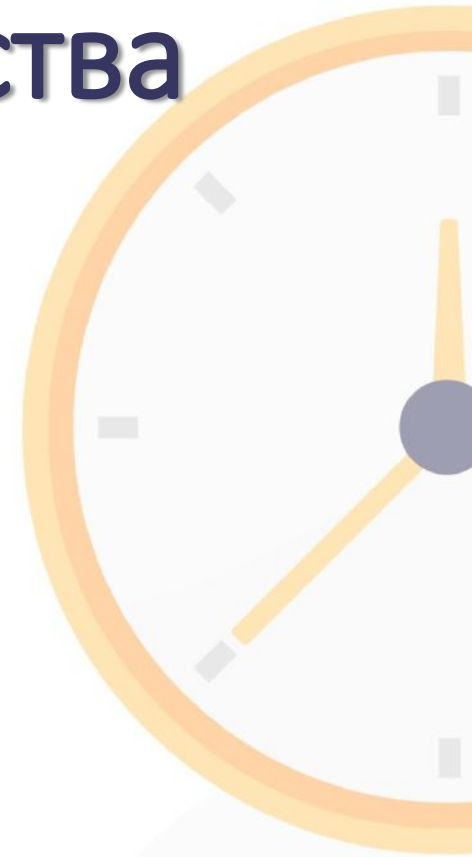
НАСТАВНИК ↔ НАСТАВЛЯЕМЫЙ





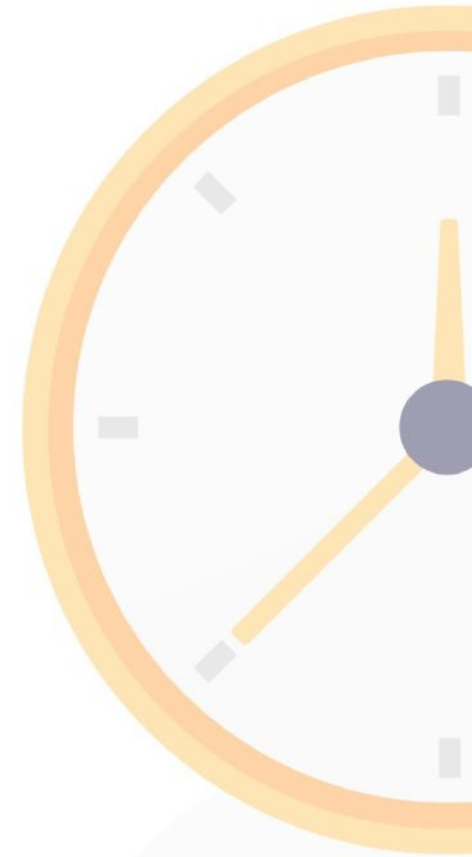
Современная модель наставничества «РАВНЫЙ – РАВНОМУ»

одна из самых популярных моделей партнерского наставничества, в рамках которой наставник является равным по уровню подопечному, но обладает большими знаниями, опытом, которыми и делится с ним.



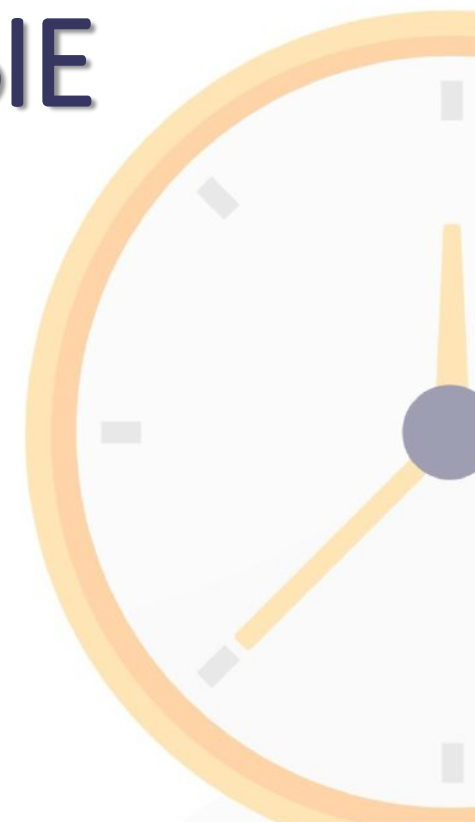


Что является качественным источником материалов для подготовки к урокам? Как сделать урок одинаково информативным и эффективным?



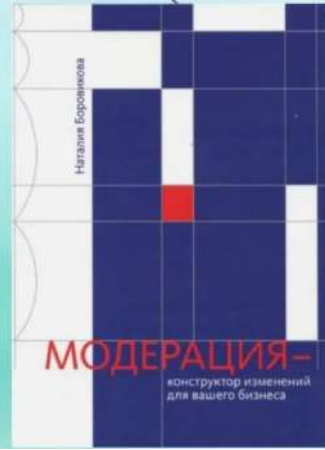
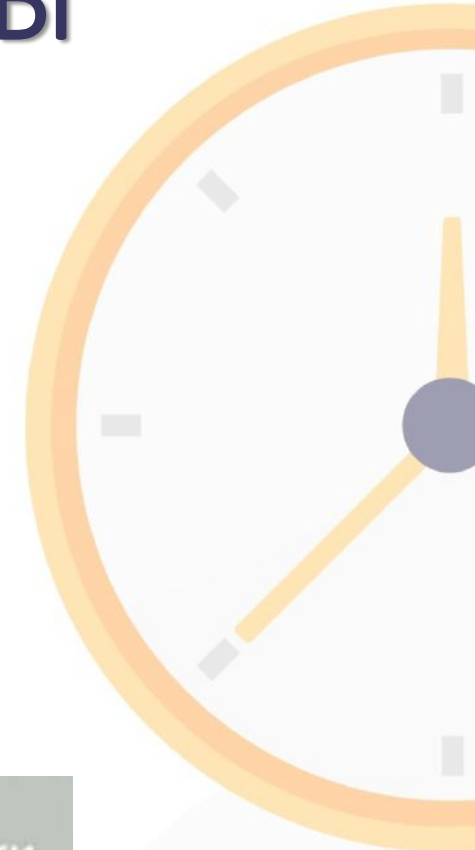


КНИЖНЫЙ ТОП: ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ АВТОРЫ



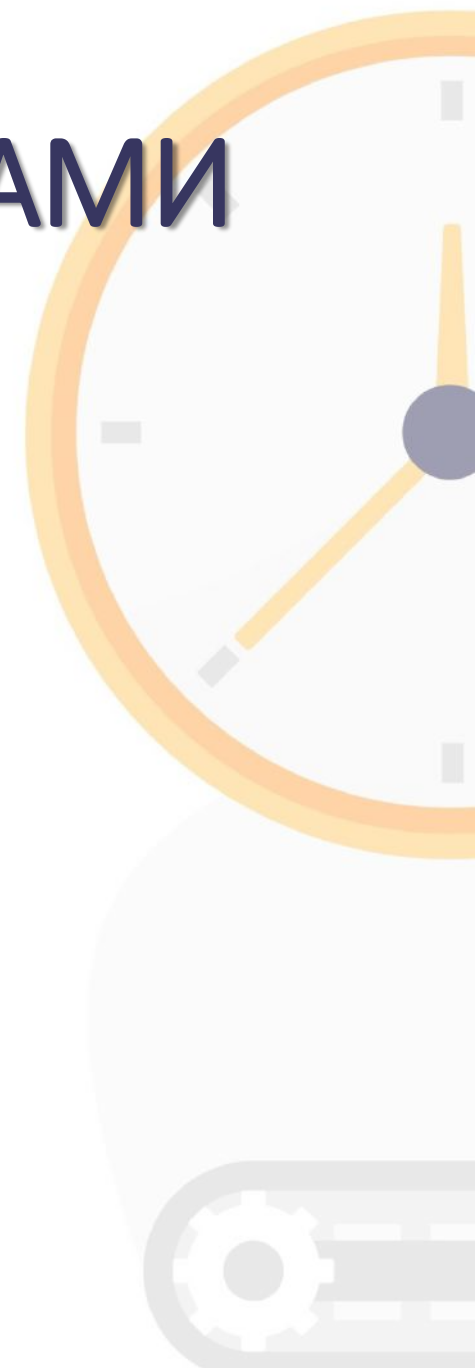


КНИЖНЫЙ ТОП: АКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ



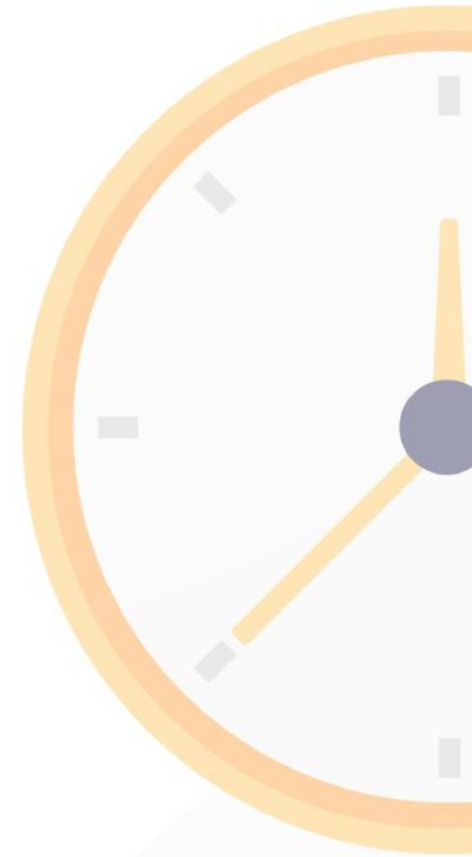


КНИЖНЫЙ ТОП: УПРАВЛЕНИЕ КЛАССОМ И ПРОЕКТНЫМИ ГРУППАМИ





Как самому не потерять
мотивацию при работе с классом
с низким уровнем дисциплины и
учебной мотивации?





МЕТОДИКА СКОРОСТНОГО НАСТАВНИЧЕСТВА

СКОРОСТНОЕ НАСТАВНИЧЕСТВО – это вид наставничества, реализуемый в формате быстрых встреч между наставниками (совместный поиск стратегии решения кейса).

Алгоритм решения кейса:

1 шаг

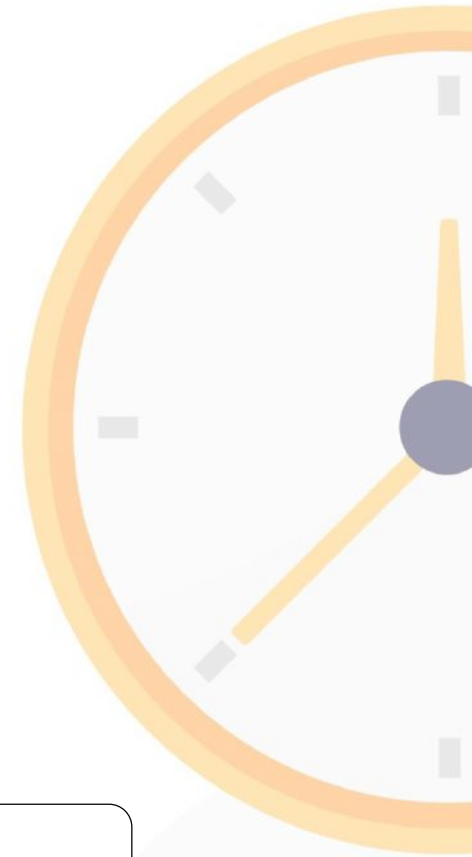
- Проанализируйте предложенный кейс.

2 шаг

- Дополните предложенную ситуацию недостающей информацией.

3 шаг

- Обсудите возможные решения и выберите оптимальное.

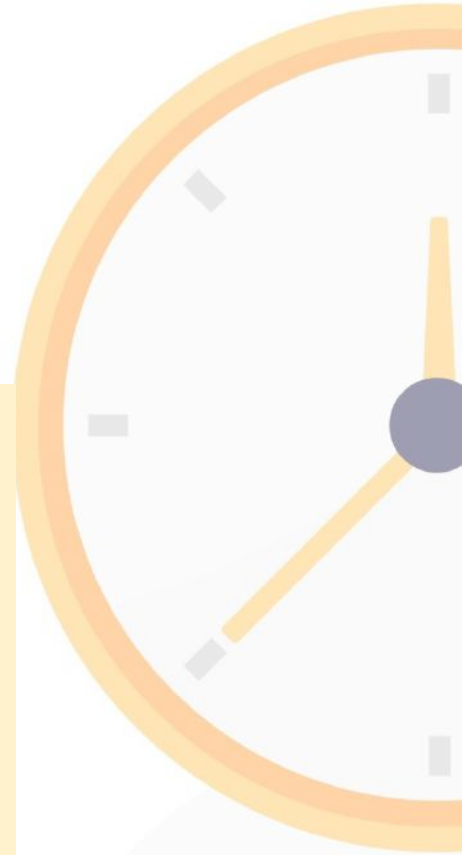




ОБСУДИТЕ КЕЙС-СИТУАЦИЮ

Кейс:

Молодой специалист с идеализированным представлением о школе принят на должность учителя русского языка с нагрузкой 30 часов и классным руководством. Первую неделю ученики присматривались к учителю, но потом начались трудные будни: со стороны родителей – недовольство оценками («Почему у моего ребёнка «3»?», «Где оценки в Сетевом городе?»), со стороны учеников – низкая дисциплина, частые срывы уроков. **Как сохранить молодого специалиста в школе и в профессии?**

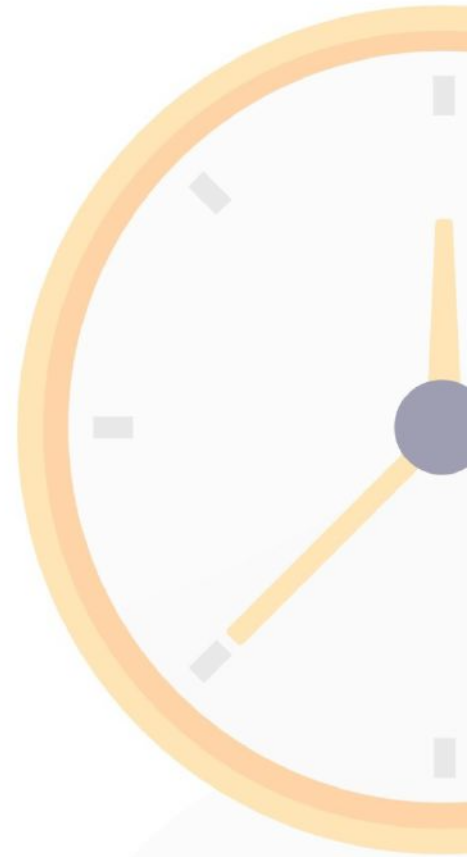




Примеры решения кейса:

Вариант 1: «Я б к наставнику пошёл, пусть меня научат»
(молодому учителю следует напрямую обратиться к наставнику за помощью).

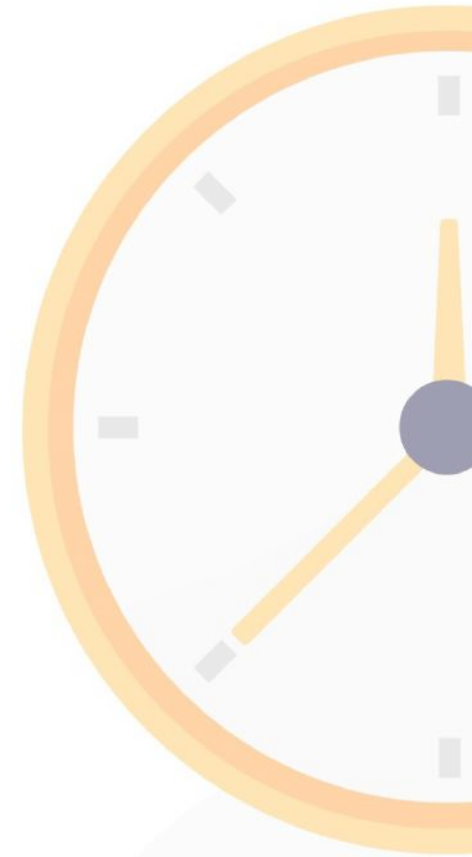
НАСТАВНИК ≠ ДИКТАТОР/ МЕНТОР





Примеры решения кейса:

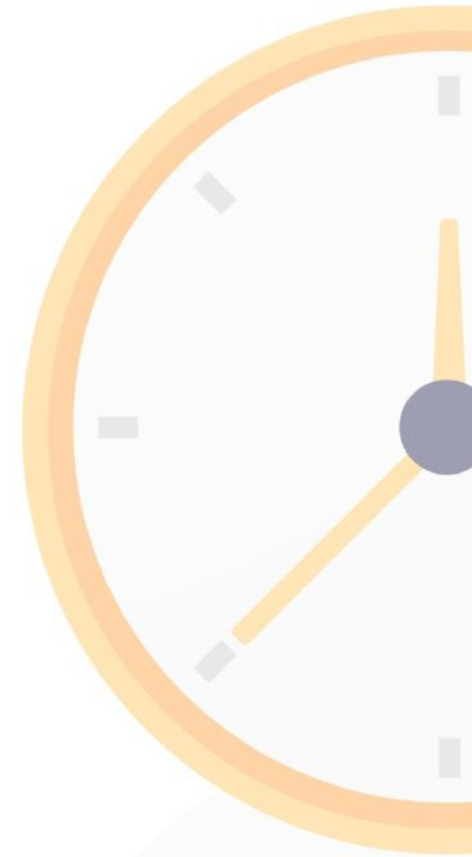
Вариант 2: «Молодому учителю в первый год не следует давать большую учебную нагрузку, уровень зарплаты компенсируется премиями или иными системами поощрения».





Примеры решения кейса:

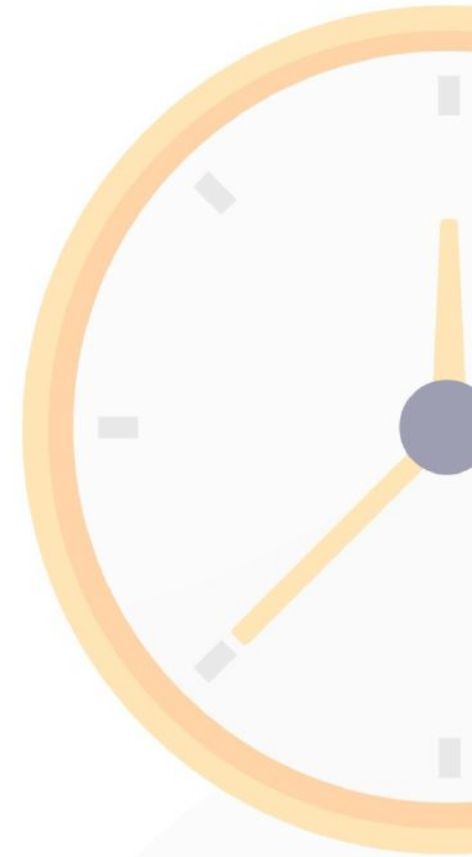
Вариант 3: «Учителю следует проанализировать обстановку в классе и отыскать тех учеников, которые окажутся на стороне учителя, чтобы затем через эту группу выстроить дальнейшее взаимодействие».





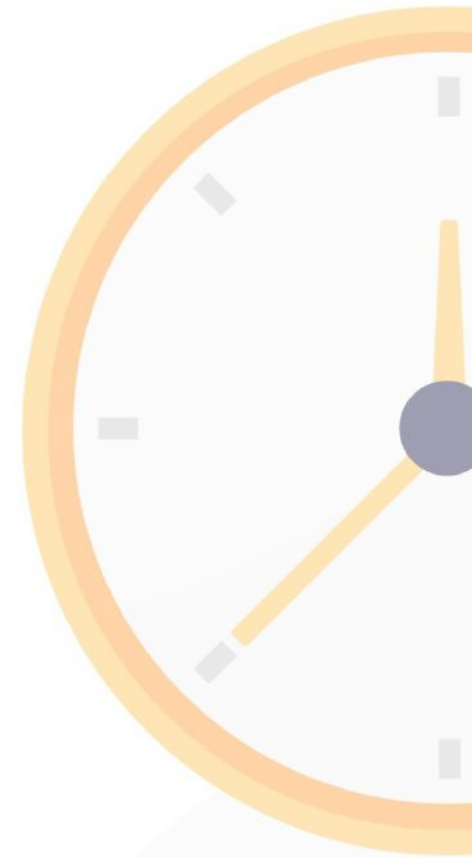
Примеры решения кейса:

Вариант 4: «Сократить учебную нагрузку, но при этом предложить молодому учителю внеурочный курс на выбор, который позволит сформировать группу заинтересованных учеников, которые «погрузят» учителя в ситуацию успеха и зародят личностную привязанность».



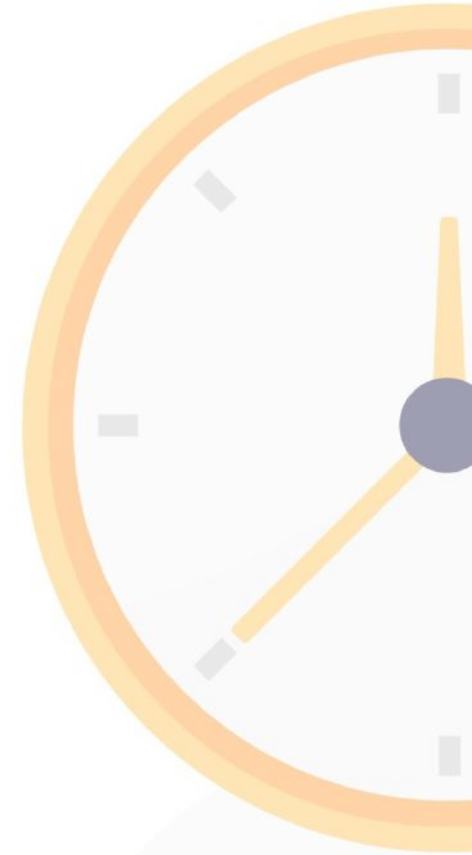
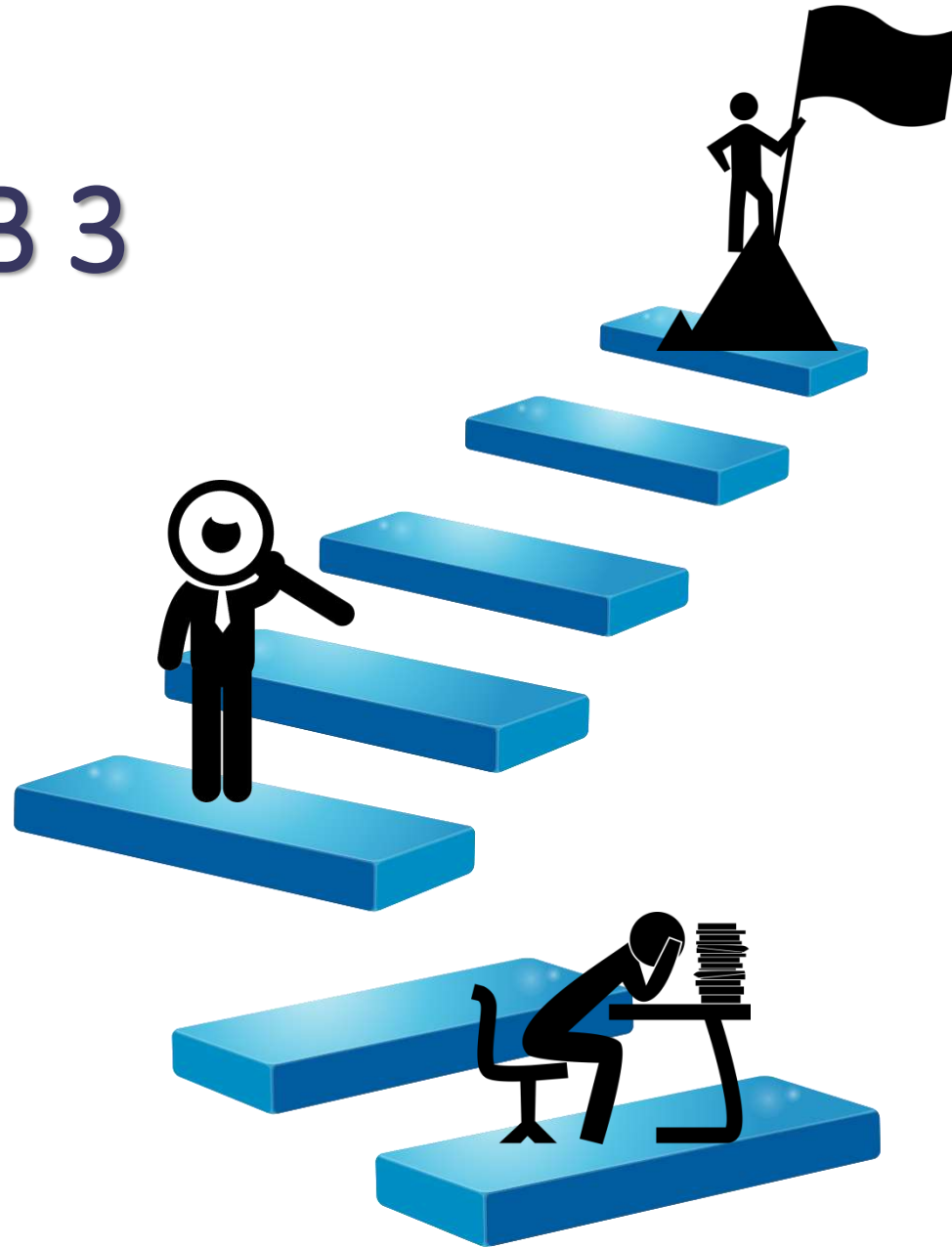


Сколько педагогического опыта
нужно, чтобы зародилось
педагогическое мастерство?





ПУТЬ ДЛИНОЙ В 3 ГОДА



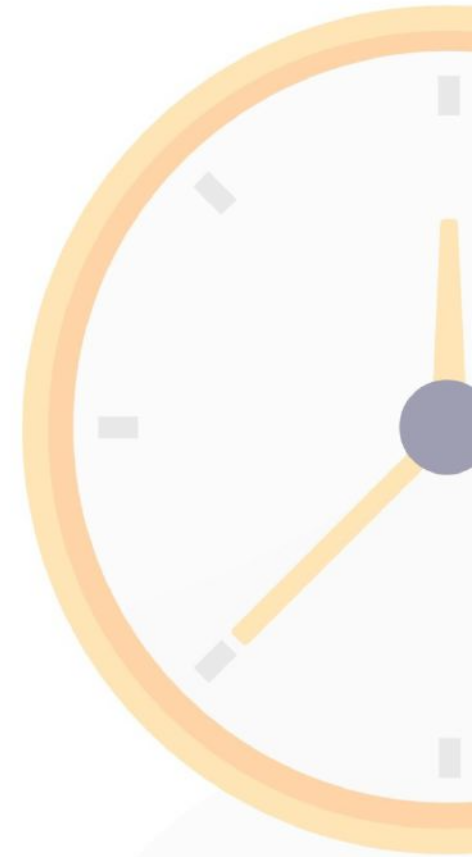


РИВЕРСИВНОЕ НАСТАВНИЧЕСТВО

модель, при которой высококвалифицированный профессионал консультирует менее опытного учителя по вопросам образовательного процесса, в свою очередь, опытный учитель становится подопечным более молодого учителя по вопросам, в которых испытывает затруднения.

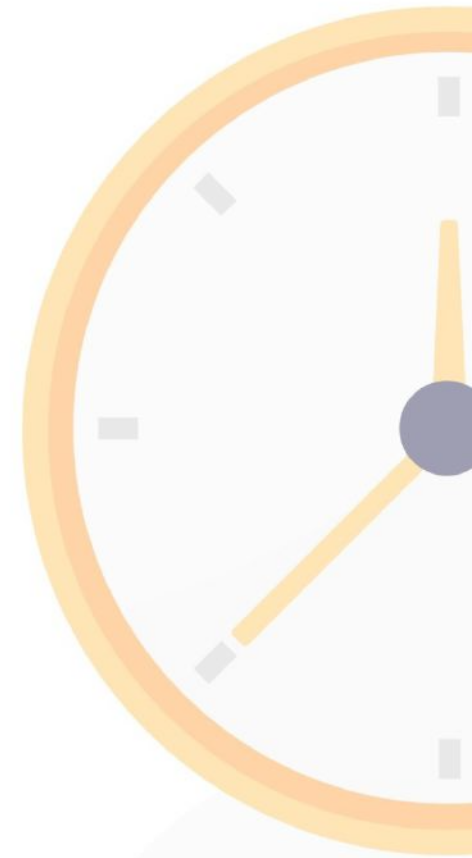


НАСТАВНИК ↔ НАСТАВЛЯЕМЫЙ



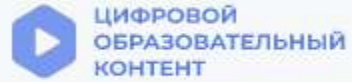


ЦИФРОВИЗАЦИЯ



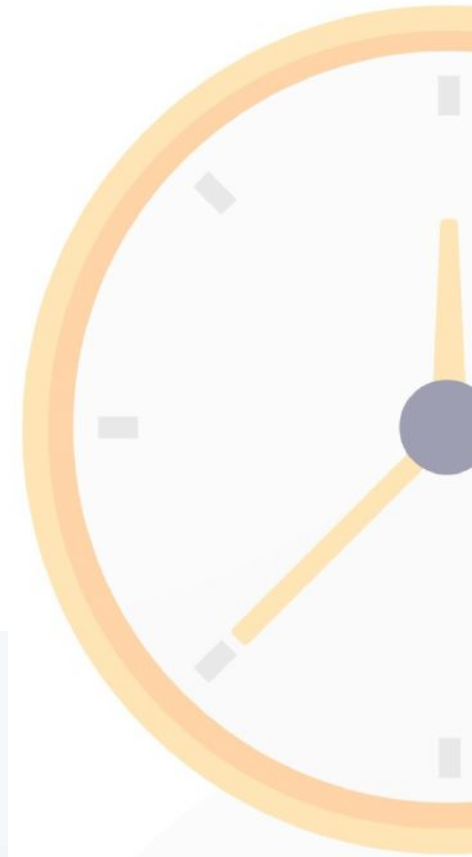


ЦОК



0 проекте

Проект направлен на повышение доступности и создания равных условий для возможности получения качественного образования детям вне зависимости от места их проживания и уровня жизни семьи.





ЦОК В ЦИФРАХ

1 792 957

учеников получили бесплатный доступ к образовательным онлайн-курсам



277 784

педагогов получили бесплатный доступ к образовательным онлайн-курсам



1 700+

учебных курсов заявлено в проекте



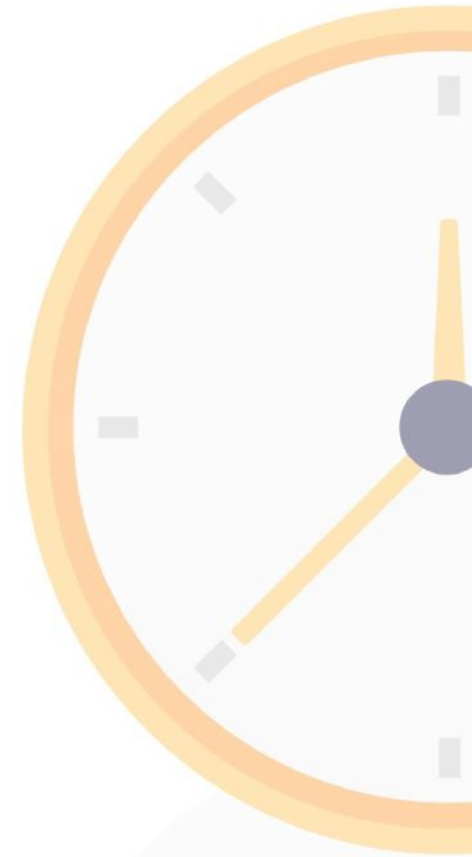
1 463

педагогов прошли курсы повышения квалификации



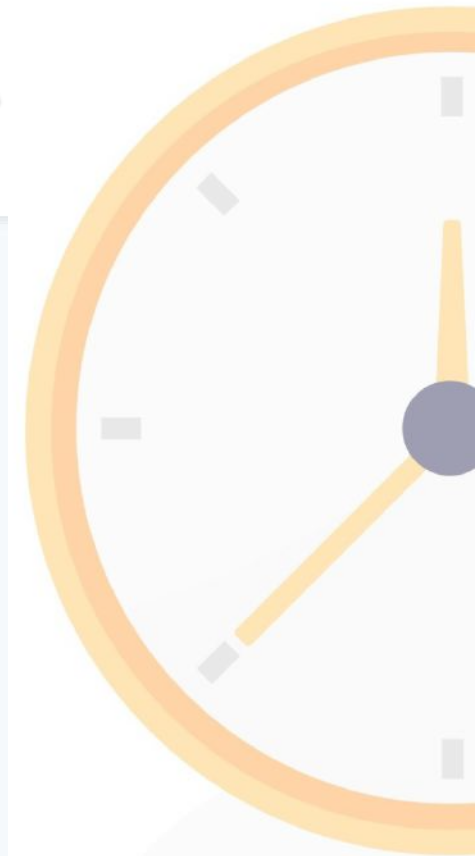
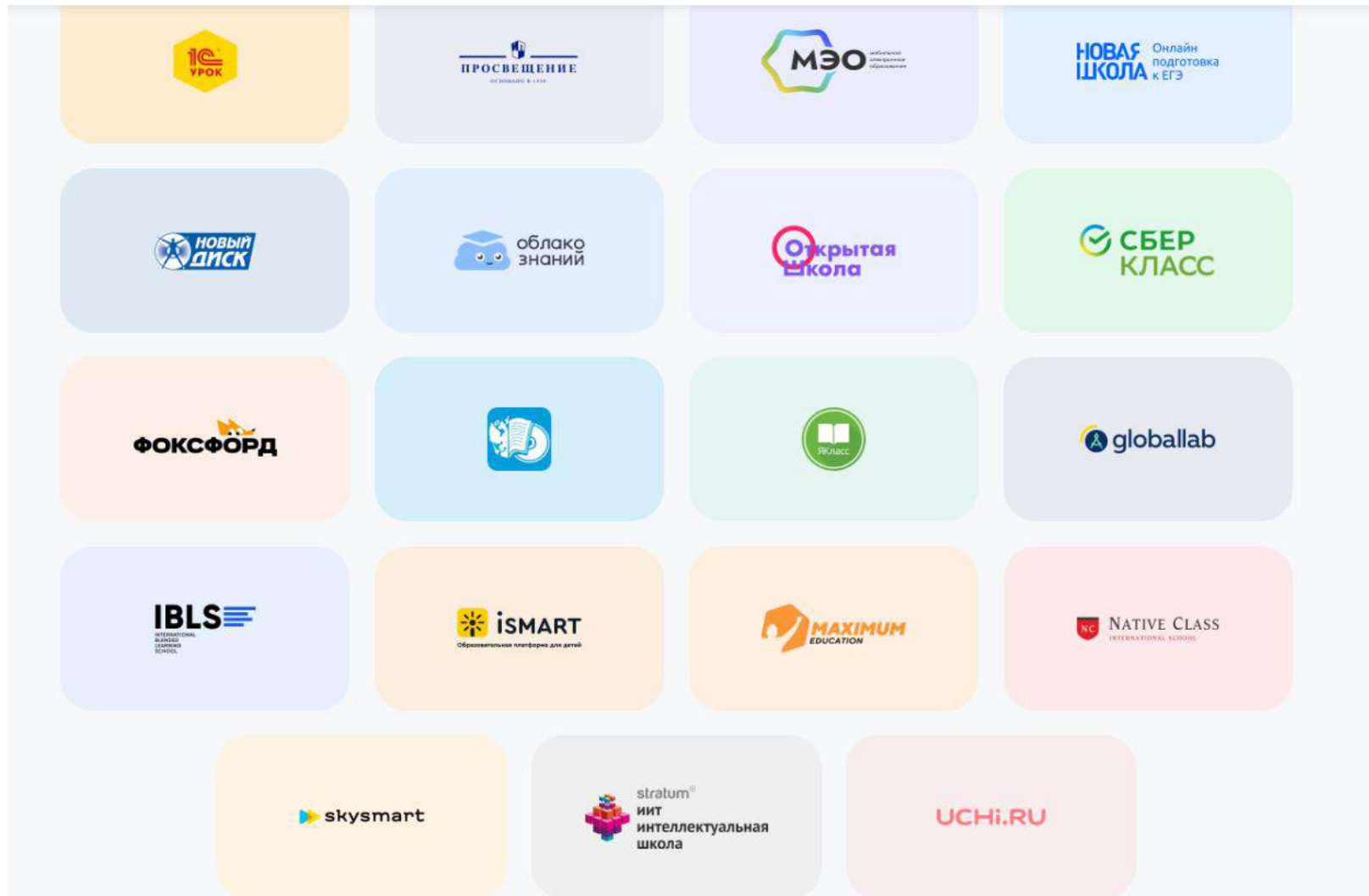
48 972

педагога прошли оценку компетенций



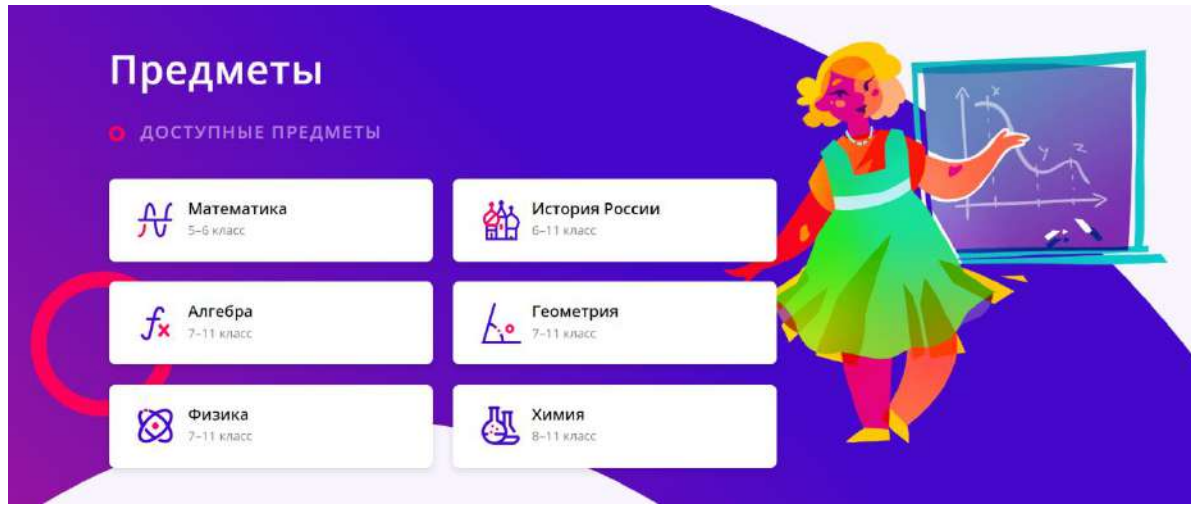


ЦИФРОВАЯ ЭКОСИСТЕМА





Преимущества платформ ЦОК



Открытая школа - 2035

Используйте курсы Новой Школы и поступите на бюджет в топовый ВУЗ

Готовьтесь к ЕГЭ бесплатно весь год через платформу Цифрового образовательного контента

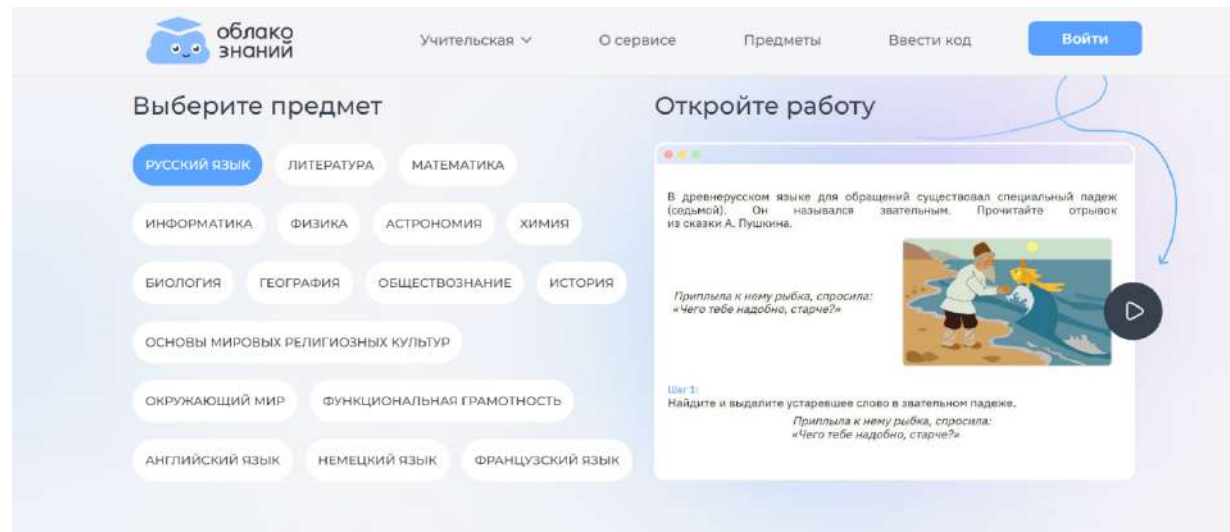
[Войти через ЦОК](#)

[Инструкция по регистрации](#)
Для незарегистрированных пользователей

Новая школа – подготовка к ЕГЭ

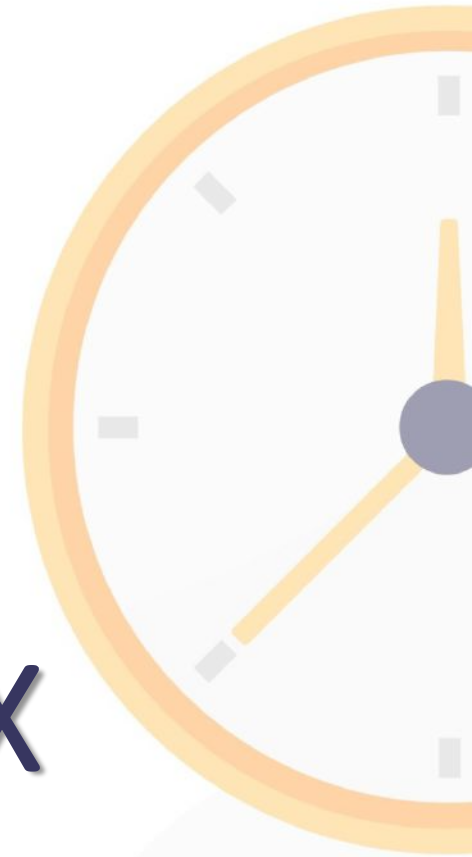


Коммерческие проекты на службе учителя



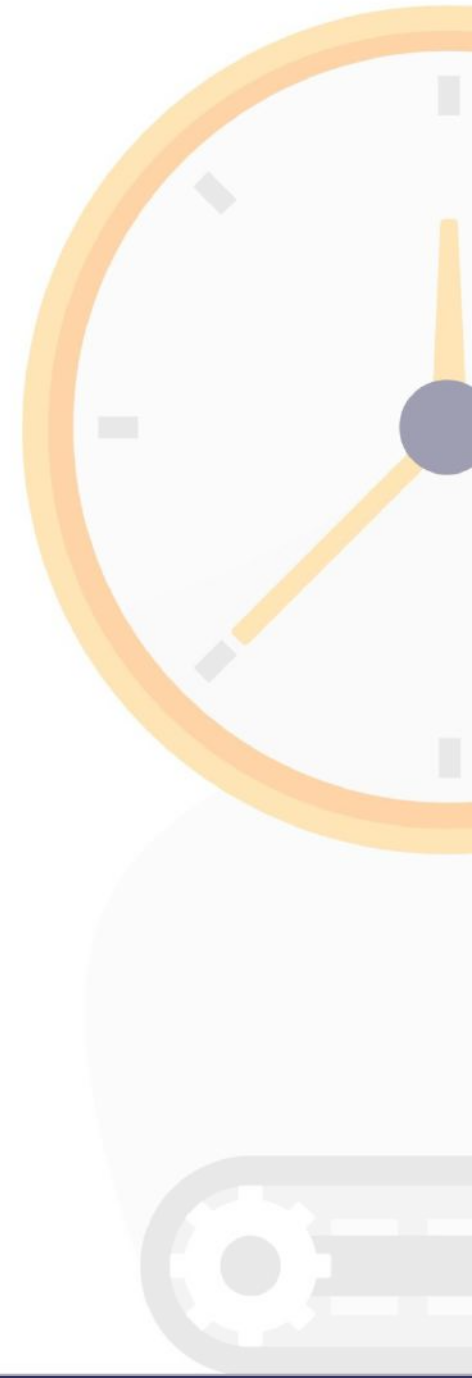


МОЙ ЛИЧНЫЙ ТОП УДОБНЫХ ЦИФРОВЫХ СЕРВИСОВ





I. Ввод нового материала (открытие нового знания)





Виртуальный рабочий лист с ВОЗМОЖНОСТЬЮ ПЕЧАТИ

Wizer.me

LiveWorksheets



Пример рабочего листа

Десятое апреля. Домашняя работа.

К какому разряду относятся прилагательные из словосочетаний: МИШИНА ТЕТРАДЬ, ЛИСЬЯ НОРА, ЗВЕРИНЫЕ ТРОПЫ?

а Качественные
 б Относительные
 в Притяжательные

Замените прилагательные в словосочетаниях МИШИНА ТЕТРАДЬ, ЛИСЬЯ НОРА, ЗВЕРИНЫЕ ТРОПЫ на местоимения.
 Образец: мамина сумка - её сумка.

Притяжательные местоимения изменяются по родам. Распределите данные ниже местоимения в соответствии с родам.

МОЯ, ВАШ, ТВОЁ, ЕЁ, СВОЯ, НАШЕ, МОЙ, ТВОЙ, ВАША, ЕГО, МОЁ.

Мужской род	Женский род	Средний род
ваш	моя	твой
мой	её	наше
твой	своя	его
его	ваша	моё

Вставьте недостающие по смыслу слова.

Местоимение – самостоятельная часть речи, которая указывает на предметы, признаки, количество, но не называет их. Личные местоимения изменяются по лицам, числам и падежам, а в форме 3 лица они ещё имеют и категорию рода. Возвратное местоимение так называется, потому что возвращает действие на его производителя. Возвратное местоимение всего одно – это слово себя.

Соедините местоимения с их начальными формами (это личные местоимения)

на нём а
 у неё мы

ВАЖНО! ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ СПРАВКА!

И прилагательные, и местоимения из предыдущего задания обладают одинаковыми значениями - принадлежности. Даже вопросы таких местоимений и прилагательных совпадают: в обоих случаях задается вопрос: ЧЕЙ? (ЧЬЯ? ЧЬЕ? ЧЬИ?).

А значит, можно сделать вывод, что эти местоимения, как и прилагательные могут быть ПРИТЯЖАТЕЛЬНЫМИ.

ЗАПОМНИТЕ:
ПРИТЯЖАТЕЛЬНЫЕ МЕСТОИМЕНИЯ - это местоимения, которые указывают на принадлежность.

Перед вами список всех притяжательных местоимений. Они даны напротив личных местоимений, которым соответствуют.

Разряд, число	Личные местоимения	Притяжательные местоимения
Единственное число		
1 лицо	я	мой
2 лицо	ты	твой
3 лицо	он, она	его, её
Множественное число		
1 лицо	мы	наш
2 лицо	вы	ваш

Рассмотрите картинку, запишите, какой признак возвратного местоимения был указан во время прошлого урока неверно? Сделайте вывод. Подправьте записи в словаре.

Возвратное местоимение

Я	Сей
ДЯ	Сей
ТЯ	Сей
ТА	Сей
Она	Сей
Она	Сей

Распределите предложения по группам: в первую группу отнесите предложения с ЛИЧНЫМИ местоимениями, а во вторую - с ПРИТЯЖАТЕЛЬНЫМИ.

Пример:
Аня не узнала её с первого взгляда. - здесь есть личное местоимение ЕЕ (в.п. от местоимения ОНА), нужно отнести в первую группу.
Её улыбка прекрасна. - здесь есть притяжательное местоимение ЕЕ (улыбка чья? её), нужно отнести во вторую группу.

Есть личные местоимения

Никто не знает его.

Есть притяжательные местоимения

Учитель знает его номер телефона.

Притяжательные местоимения изменяются по падежам. Обратите внимание на ОСОБЕННОСТИ склонения местоимений ЕЕ, ЕГО

Просклоняйте словосочетания ВАША ГРУППА, МОЙ СОВЕТ, ЕГО УРОК по образцу.

Образец: твоё мнение, её работа.

И.п. твоё мнение, её работа
 Р.п. твоего мнения, её работы
 Д.п. твоему мнению, её работе
 В.п. твоё мнение, её работу
 Т.п. твоим мнением, её работой
 П.п. (о) твоём мнении, (о) её работе



Обратная связь / результаты

Имя числительное как часть речи

Абдулборий Рахимбердиев ильдинет

Здравствуй, Борис! Работа у тебя получилась в целом очень качественной. Но у меня есть ряд замечаний:

- в пятом задании ты три слова написал неверно (три тысяч-ИИ девятьсот двадцать, тринадцать миллиардОБ, сорин девять пятИдесятых).
- в девятом задании (склонение числительного 221) неверная форма в Д.п. -и) даУИстом пятидесяти семи.
- в последнем задании (морфологический разбор) потерял балл из-за того, что определил у собирательного числительного (ПЯТЕРО) почему-то падеж еще и число. **СОБИРАТЕЛЬНЫЕ ЧИСЛИТЕЛЬНЫЕ ИЗМЕНЯЮТСЯ ТОЛЬКО ПО ПАДЕЖАМ** (и только числительное **оба** еще и по РОДАМ). А у числительного пятьдесят шесть ты неверно определил падеж, если ты пишешь, что числительное входит в состав дополнения, то оно просто не может иметь И.п., поэтому верный ответ - В.п. (пытались разделить (что?) пятьдесят шесть конфет).

Еще раз просмотрите все свои ошибки, но в целом по количеству баллов сд из возможных за твою работу оценена мной в 1-3.



Запиши словами в таблицу КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ числительные в зависимости от их разряда. Внимание: числительные отделены друг от друга точной с запятой (!)

786; 7-ро; 1/78; 0.59; 50-ый; 2.000.000; 10-ра; 105-ый; 6 5/9; 14; 3920; 5-ра; обе; 108758-ая, 13.000.000.000; 1; 49/50; трое; 87.7; 0.0001; восьмеро.

ЦЕЛЫЕ ЧИСЛИТЕЛЬНЫЕ	ДРОБНЫЕ ЧИСЛИТЕЛЬНЫЕ	СОБИРАТЕЛЬНЫЕ ЧИСЛИТЕЛЬНЫЕ
Семьсот восемьдесят шесть	Одна семьдесят восьмая	Семеро
Для миллиона	Ноль целых пятьдесят девять сотых	Десятеро
Четырнадцать	Шесть целых пять девятых	Пятеро
Три тысяча девятьсот двадцать	Сорок девять пятидесятых	Обе
Тринадцать миллиарда	Восемьдесят семь целых семь десятых	Трое

✓ Какой основой в косвенных падежах обладают числительные **оба, обо**?

- а числительные **оба** и **обе** имеют одинаковую основу **обо-** во всех косвенных падежах
- б числительные **оба** и **обе** имеют одинаковую основу **обе-** во всех косвенных падежах
- в числительное **оба** обладает в косвенных падежах основой **обе-**; а числительное **обе** - основой **обо-**
- г числительное **оба** обладает в косвенных падежах основой **обо-**; а числительное **обе** - основой **обе-**



Изучите в учебнике параграф 75 на страницах 57-60, запишите порядок морфологического разбора числительных в словарь и выполните морфологический разбор числительных из предложения ниже. Все числительные запишите словами. Разборы выполняйте прямо в этом рабочем листе в окошечке ниже. Пишите разбор в строчку, чтобы хватило места.

Пятеро товарищей пытались разделить между собой 56 конфет поровну.

1)пятеро-числ.(сколько?)кол-во предметов. Н.ф-пятеро. Пост...прост.количественное(собирательное). Непост...и.п., мн.ч. Синтаксическая роль- подличащие
2)пятьдесят шесть- числ.. (сколько?) кол-во предметов. Н.ф-пятьдесят шесть. Пост...состав., количественное (целое). Непост...и.п.

✓ Просклоняйте порядковое числительное **567** по образцу

- И.п. (какой?) сто двадцать третий
- Р.п. (нет какого?) сто двадцать третьего
- Д.п. (к какому?) сто двадцать третьему
- В.п. (какой?) сто двадцать третий
- Т.п. (каким?) сто двадцать третьим
- П.п. (о каком?) (о) сто двадцать третьем

И.п. - пятьсот шестьдесят седьмой

Р.п. - пятьсот шестьдесят седьмого

Д.п. - пятьсот шестьдесят седьмому

В.п. - пятьсот шестьдесят седьмой

Т.п. - пятьсот шестьдесят седьмым

П.п. - (о) пятьсот шестьдесят седьмом

CHOOSE ASSIGNMENT

CYAVTV

25 Students

Search student

Sort

rita17071996@mail... 0/70 ✓

Amon Gaming - Br... 17.86/... ✓

Марк Арманд 25.86/... ✓

LEO-Brawl Stars n... 29/70 ✓

София Печиного 36.86/... ✓

Mister Silver 44/70 ✓

Артём Мареев 45/70 ✓

Элбек Турсунов 48/70 ✓

Даша Золотарева 52/70 ✓

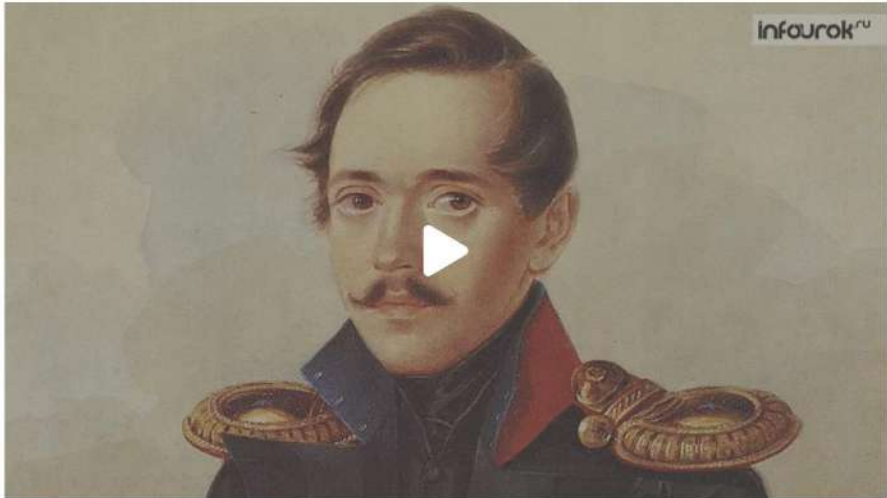
Экстремальная 4 54/70 ✓



Интерактивные обучающие видео

edpuzzle Content Gradebook My Classes

Михаил Юрьевич Лермонтов. Стихотворения - Русская литература 7 класс #16 - Инфоурок
Margarita Igorevna



00:00 03:12

To do

- 00:18 Open-ended
- 00:51 Multiple-choice
- 01:58 Open-ended
- 02:44 Multiple-choice

[Assign](#)
[Edit](#)
[Duplicate](#)
[Delete](#)
[Public](#)


EdPuzzle



Процесс воспроизведения

edpuzzle Search content Content Gradebook My Classes ?

Михаил Юрьевич Лермонтов. Стихотворения - Русская литература 7 класс #16 - Инфоурок
Margarita Igorevna



У Лермонтова есть три стихотворения с названием «Молитва». Одно из них — «В минуту трудную...» — написано в 1839 году.


OPEN ENDED QUESTION

Что такое молитва? Какова её цель?

Rewatch Skip Submit

edpuzzle Search content Content Gradebook My Classes ?

Михаил Юрьевич Лермонтов. Стихотворения - Русская литература 7 класс #16 - Инфоурок
Margarita Igorevna



Молитва — обращение к Богу, разговор с Ним.

MULTIPLE CHOICE QUESTION


Когда человек прибегает к молитве?

- Когда он радуется
- Когда человек хочет выместить свою злость
- Когда человеку требуется помощь

Rewatch Skip Submit

edpuzzle Search content Content Gradebook My Classes ?

Михаил Юрьевич Лермонтов. Стихотворения - Русская литература 7 класс #16 - Инфоурок
Margarita Igorevna



грусть — облегчение
трудно — легко
теснится грусть — бремя скатится


OPEN ENDED QUESTION

Как называется такой приём?

Rewatch Skip Submit

edpuzzle Search content Content Gradebook My Classes ?

Михаил Юрьевич Лермонтов. Стихотворения - Русская литература 7 класс #16 - Инфоурок
Margarita Igorevna



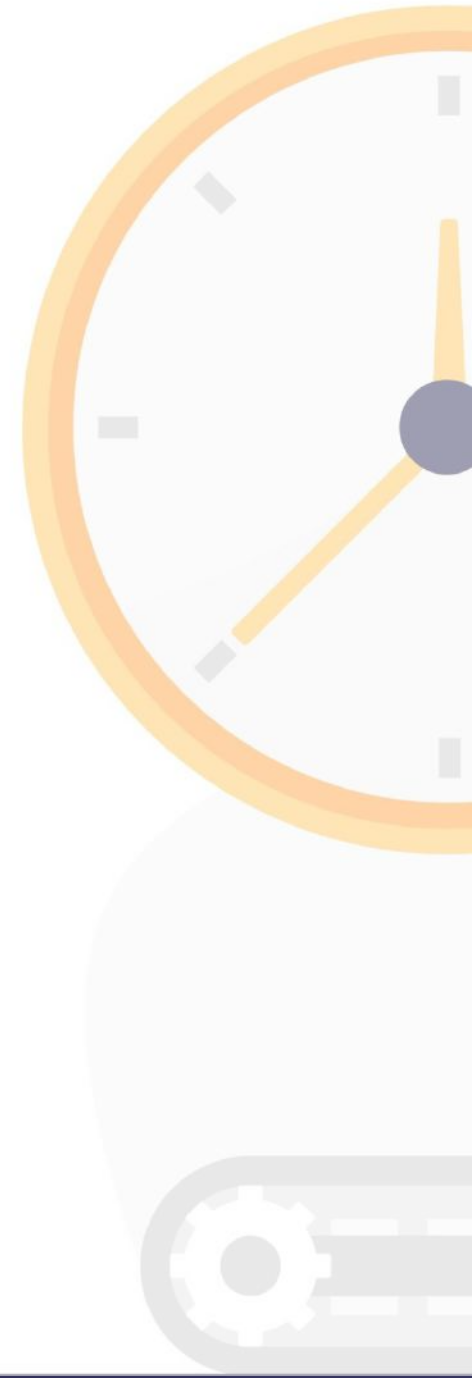
NOTE

Согласны ли вы с такой интерпретацией текста стихотворения "Молитва"? Если нет, то дополните её своими размышлениями выводами, сделанные в видео.

Rewatch Skip Continue

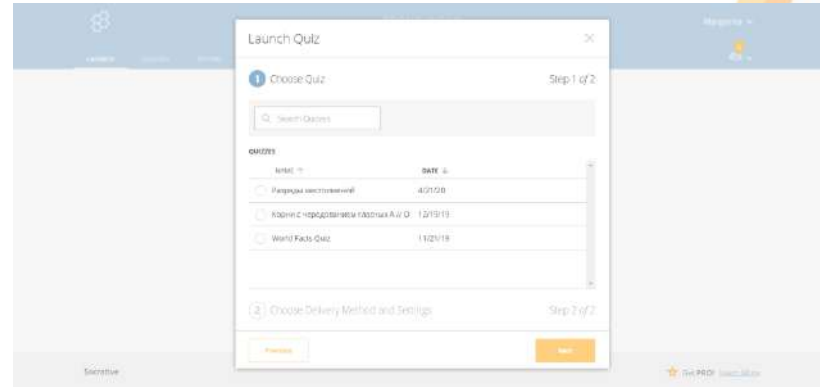
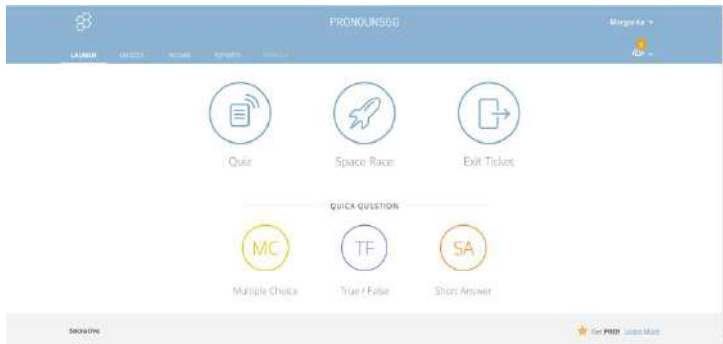


II. Закрепление изученного, домашнее задание





Socratic (минималистичные викторины)



Имя	Score (%)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Эл	73%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C
Al a	9%	A	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C
PRONOUNS	9%	B	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C
Вла	100%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C
Адаптированный И.	50%	C	True	A	A	True	C	True	B, D	C	Стрепы	B
Дале Г.	38%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C
Дале Г.	91%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C, D, B
Дале Г.	55%	C	True	A	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B
Дале Г.	0%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B, D, B
Валерий С.	91%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	A, D, B
Испр. Я.	73%	A	True	C	A	True	C	True	B, D	C	Стрепы	B, D, B
Елизавета И.	64%	A	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	D
Элиотара Даша	73%	A	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B, D, B
Элиотара Даша	55%	False	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	E, D
Элиотара Даша	0%	False	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	E, D
Мария С.	9%	True	C	A	A	True	C	True	B, D	C	Стрепы	D, B, A
Мари В.	55%	C	True	A	A	True	C	True	B, D	C	Стрепы	D, B, A
Марта Р.	13%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C, D, B
Олег М.	10%	A	True	C	A	True	C	True	B, D	C	Стрепы	A
София В.	100%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C, D, B
София В.	5%	True	C	A	A	True	C	True	B, D	C	Стрепы	C, D, B
Татья А.	64%	B	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B
Нарисов С.	64%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B
Владимир	73%	D	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B, D, B
Средний	73%	D	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B, D, B

Имя	Score (%)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Эл	73%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C
Al a	9%	A	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C
PRONOUNS	9%	B	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C
Вла	100%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C
Адаптированный И.	50%	C	True	A	A	True	C	True	B, D	C	Стрепы	B
Дале Г.	38%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C
Дале Г.	91%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C, D, B
Дале Г.	55%	C	True	A	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B
Дале Г.	0%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B, D, B
Валерий С.	91%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	A, D, B
Испр. Я.	73%	A	True	C	A	True	C	True	B, D	C	Стрепы	B, D, B
Елизавета И.	64%	A	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	D
Элиотара Даша	73%	A	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B, D, B
Элиотара Даша	55%	False	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	E, D
Элиотара Даша	0%	False	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	E, D
Мария С.	9%	True	C	A	A	True	C	True	B, D	C	Стрепы	D, B, A
Мари В.	55%	C	True	A	A	True	C	True	B, D	C	Стрепы	D, B, A
Марта Р.	13%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C, D, B
Олег М.	10%	A	True	C	A	True	C	True	B, D	C	Стрепы	A
София В.	100%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	C, D, B
София В.	5%	True	C	A	A	True	C	True	B, D	C	Стрепы	C, D, B
Татья А.	64%	B	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B
Нарисов С.	64%	C	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B
Владимир	73%	D	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B, D, B
Средний	73%	D	True	C	A	False	B	True	B, D	C	Стрепы	B, D, B

2. Слово **полог** является исключением из правила написания корней с чередованием **ЛАГ // ЛОЖ**.

True

1. Слово **полог** является исключением из правила написания корней с чередованием **ЛАГ // ЛОЖ**, т.к. по правилу **перед конечной согласной Г** корня мы пишем гласную **А**, а **перед конечной согласной корня Ж - гласную О**.

3. Написание корней с чередованием **ЗАР // ЗОР** зависит от конечной гласной корня.

False

1. Написание корней с чередованием **ЗАР // ЗОР** зависит от **УДАРЕНИЯ**.

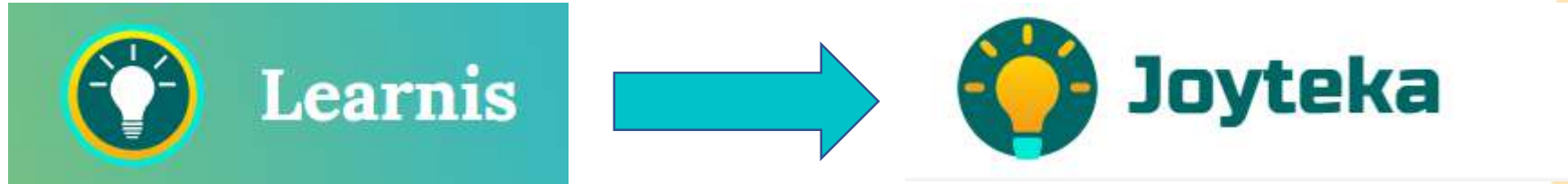
4. Корень **КАС // КОС** со значением "прикасаться, дотрагиваться, затрагивать" не является корнем с чередованием гласных, а в безударном положении традиционно проверяется при помощи проверочного слова.

False

Back to Top



WEB-квесты



Достоинства платформы:

1. Унификация опций.
2. Понятный интерфейс, интуитивное управление.
3. Большой выбор квест-комнат.
4. Обратная связь от обучающихся.



Веб-квесты для обучения

Загрузите свои собственные задания по любой дисциплине. Ученикам предстоит «выбраться из комнаты», решив все задачи.

[СОЗДАТЬ КВЕСТ](#)[ДАЛЕЕ](#)

Образовательная игра «Квест»

Встраивайте свои задания и окунитесь в мир увлекательного обучения вместе со своими учениками!



Веб-сервис «Видео»

Хотите преодолеть пассивность при просмотре обучающего видео? Добавьте вопросы, тесты и другие интерактивные элементы!



Интеллектуальная игра «Викторина»

Проведите урок с помощью популярного и эффективного формата игр – викторин!



Комната путешественника

8  



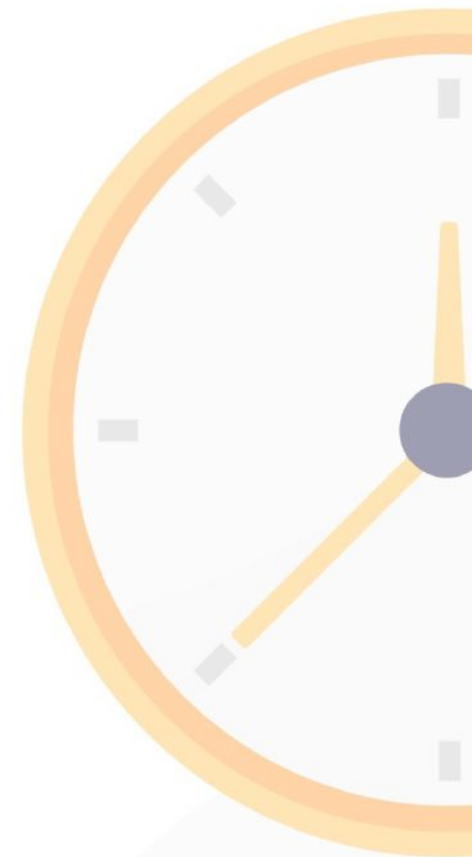
Комната с кошкой

4  



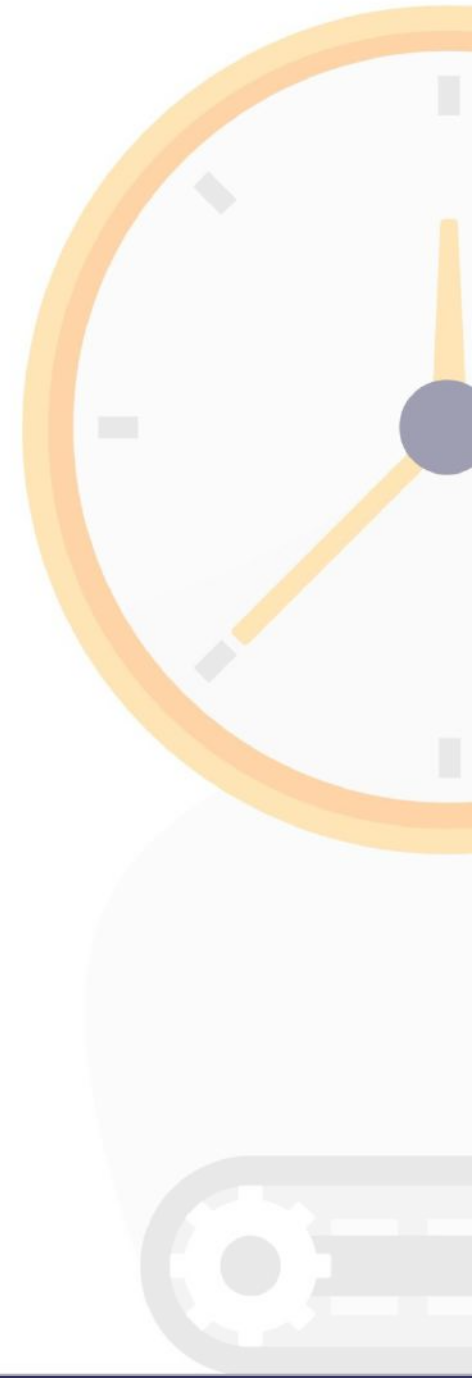
Комната в замке

4  



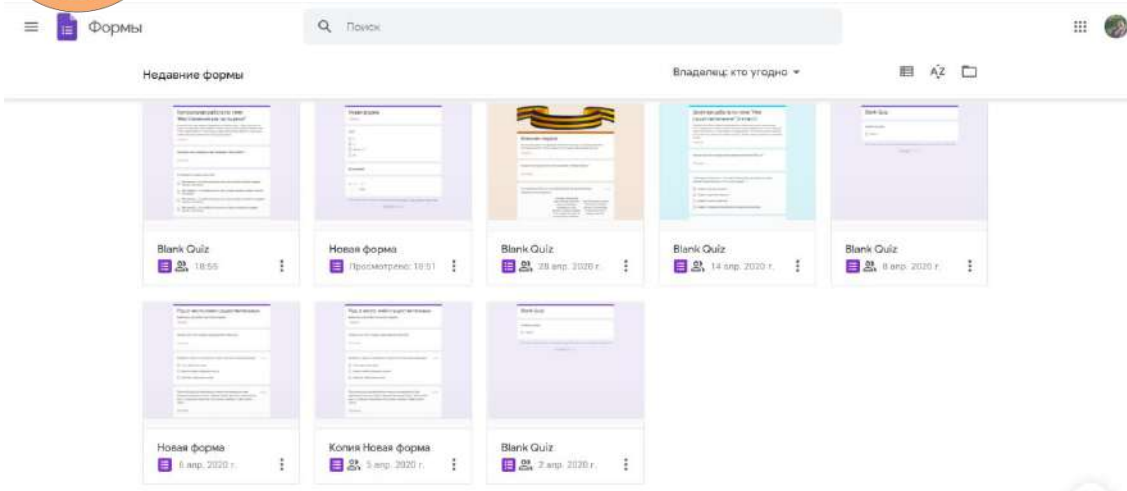


III. Контроль

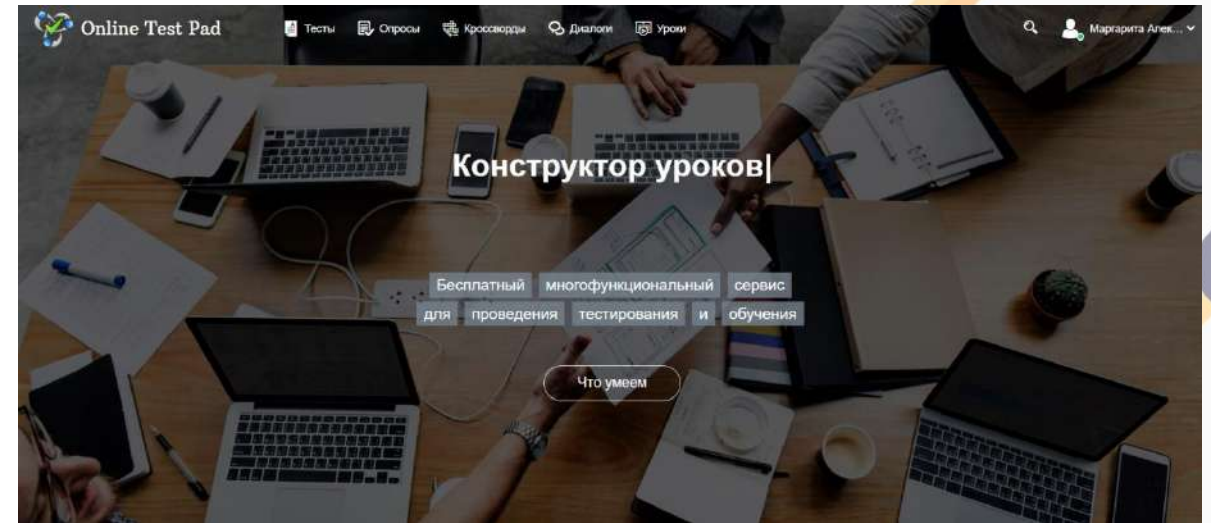




Онлайн-тесты



Google.Формы



Online Test Pad



Конструктор Тестов. ру

НАШИ ПРОДУКТЫ И УСЛУГИ

Курсы, тесты и опросы

Проверка знаний через тесты и домашние задания

Обучение через видео и аудио уроки

Материалы к урокам: файлы и презентации

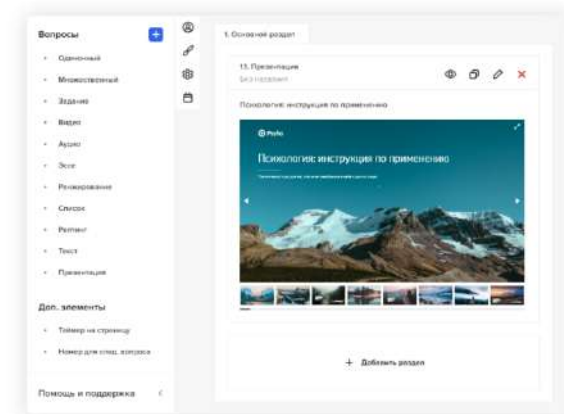
Создавайте уникальные курсы, добавляя в них материалы различных форматов. Создать можно от простого аудио-курса с MP3-файлами до сложного курса с презентациями, картинками и видео.

Брендинг курса, теста и опроса

Контроль успеваемости и прогресс участников

Удобные отчеты по результатам обучения

[Узнать подробнее →](#)



Pruffme

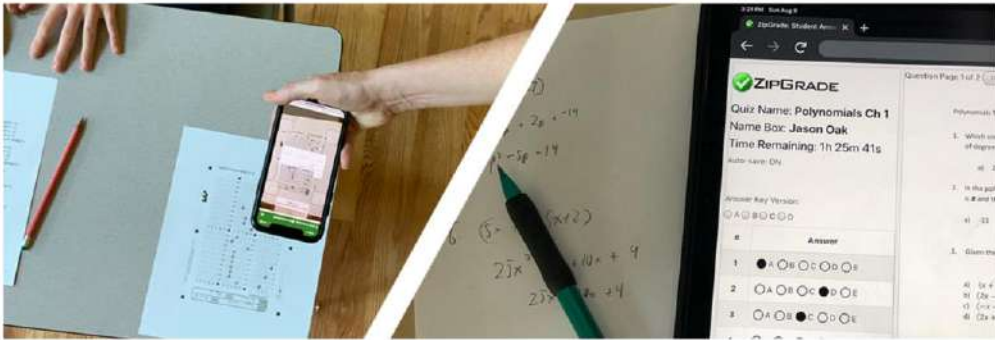


Оффлайн-проверка без напряжения

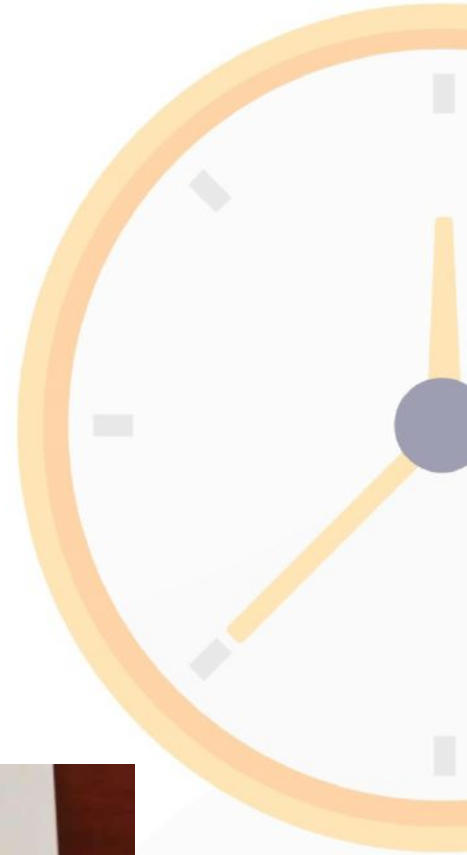


Login

Touchless grading when in class...

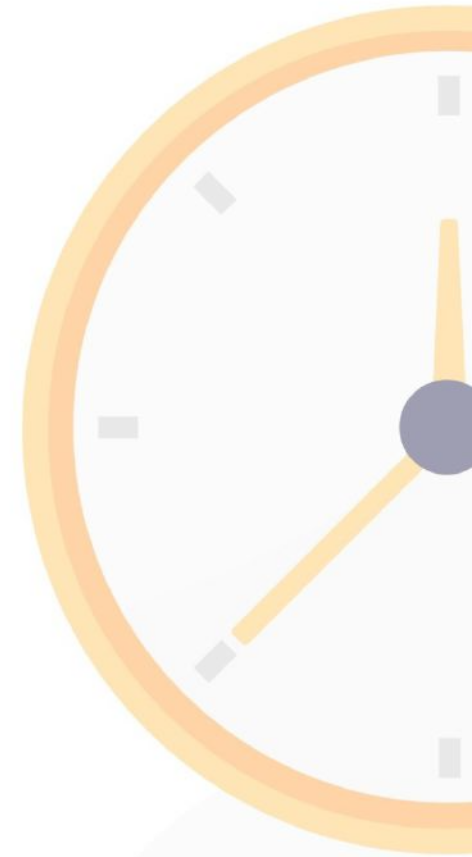


ZipGrade





НАСТАВНИЧЕСТВО





Формула успеха «5+»



1. Взаимоуважение и партнёрство
2. Внимание к индивидуальности
3. Педагогическая эмпатия
4. Педагогическая осознанность
5. Путешествие в ногу со временем

