

2 Моя
книга
жизни

ПРЕДИСЛОВИЕ

Эта книга будет книгой о твоей жизни вплоть до сегодняшнего дня.

Если ты переезжал, менял школу, приобретал новых друзей и терял старых, то эта книга сможет помочь тебе помнить твою собственную историю.

Когда ты станешь старше, тебе будет очень интересно перелистать страницы назад и посмотреть, что происходило, когда и почему.

В этой книге будет записываться то, что ты знаешь о самом себе, своих родителях, своей семье, родственниках. А также многое-многое другое.

Советуем тебе заполнять ее вместе со взрослым, которому ты доверяешь, и который все о тебе знает. Задавай ему вопросы, на которые не знаешь или не помнишь ответа. А далее проявляй свою фантазию: записывай, рисуй, наклеивай фотографии.

Книга жизни никогда не будет законченной, потому что ты становишься старше, и с тобой будет происходить что-то новое. Ты сам решаешь, заполнить ли тебе ее сразу или постепенно. Но мы рекомендуем тебе ничего не вычеркивать и не стирать.

Ты можешь попросить человека, с которым заполняешь книгу, позаботиться о ней за тебя, чтобы ее не смог прочитать кто угодно.

Запомни, что ты единственный и неповторимый, больше таких, как ты, не существует, поэтому все, что написано в этой книге о твоей жизни, очень важно и ценно.

Помни, что это ты владеешь книгой и самим собой. Только ты решаешь, с кем тебе говорить о своей жизни, и кому ты разрешишь прочитать свою книгу.

УДАЧИ!!!



Эту книгу я получил(а) от _____
_____, в _____ / _____ / _____ г.
Тогда мне было _____ лет.

Так я выгляжу:

место для фото



Моя семья

место для фото



Моя семья

место для фото



Все, что я знаю о моих родителях и об истории семьи до моего рождения:

Blank writing area with horizontal lines for text.



Кто Я

Я родился(ась) в _____ родильном доме
Это произошло: время _____ ч, день _____ / _____ / _____ г.
Я весил(а) _____ кг, рост _____ см.



Кто Я

Я пошел(ла) сам(а), когда мне было примерно _____ мес.



Первые слова и предложения, которые я сказал(а):

Handwriting practice area with ten sets of horizontal lines. Each set consists of a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line, providing a guide for letter height and placement.



Кто Я

Я делал(а) смешные вещи, когда был(а) маленьким(ой):

Первое, что я помню это:

Когда я был(а) маленьким(ой), я говорил(а) много смешного:



Так я выгляжу сегодня,
_____ / _____ / _____ г.

Я похож(а) на: _____

Цвет волос: _____

Цвет глаз: _____

Вес: _____

Рост: _____

Место для фото



Цвет, который мне больше всего нравится: _____

Еда, которая мне больше всего нравится: _____

Музыка, которая мне больше всего нравится: _____

Любимые книги: _____

Любимые игрушки: _____

Игры, которые мне нравятся: _____

Кто Я

Люди, которых я особенно люблю, и почему:

место для фото



место для фото



место для фото



Места, которые мне особенно нравятся, и почему:

Мои привычки:

Мои плохие привычки:

Мне нравится:

Мне не нравится:

Памятные дни

Lined writing area for notes.

место для фото



Памятные дни

Handwriting practice area with 12 horizontal lines. Each line consists of a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line.

место для фото



Памятные дни

Blank lined area for writing, featuring horizontal dashed lines on a light blue background with a faint floral pattern.

место для фото



Мое здоровье

Мне сделаны прививки от:

Дата	

Обследования и тесты:

Дата	

Группа крови _____

Зрение _____

Слух _____

Аллергии _____

Другие данные _____



Мое здоровье

У меня были детские заболевания:

Дата	Какие	Дата	Какие

Другие заболевания:

Дата	Какие	Дата	Какие

Травмы:

Дата	Какие	Дата	Какие

Госпитализации в больнице:

Дата	Какие	Дата	Какие

Детский сад и школа

Мойм первым детским садиком был:

Адрес :

Туда я начал(а) ходить _____ / _____ / _____ г.

Я помню _____

Другие детские сады, в которые я ходил(а):

Первая школа, в которую я ходил(а):

Там я начал(а) учиться _____ / _____ / _____ г.

Я помню _____

Другие школы, в которых я учился(ась):



Детский сад и школа



Сейчас я хожу в _____ школу, в _____ класс

Моих учителей зовут:



Предметы, которые мне больше всего нравятся:

Предметы, которые мне меньше всего нравятся:



Места, где я жил/жила

место для фото



Здесь я живу сейчас:

A large rectangular area with a purple border, containing ten horizontal dashed lines for writing.

Больше обо мне самом/самой

Все, кто меня любит:

... И больше о тех, которые меня любят:

Место для фото



Больше обо мне самом/самой

Обо мне заботятся _____

Это значит, что _____

Кто и за что несет ответственность:

Мои родители _____

Те, у кого я живу _____

Управление по опеке и попечительству _____

Социальный педагог _____

Кто решил, что я буду жить здесь: _____

Моего социального педагога зовут: _____

Тел. _____

Больше обо мне самом/самой

Мои планы на будущее:



Иногда я чувствую себя иначе, чем другие, потому что

Другие дети могут чувствовать себя иначе, потому что

Больше обо мне самом/самой

Я становлюсь Веселым(ой),

Когда _____

Когда я Веселый(ая), я обычно

делаю _____

Так я выгляжу, когда Веселый(ая):

Место для рисования

Я отдыхаю, когда

Когда я отдыхаю, я обычно

делаю _____

Так я выгляжу, когда отдыхаю:

Место для рисования

Больше обо мне самом/самой

Я злюсь, когда

Когда я злой(ая), я обычно
делаю

Так я выгляжу, когда я злой(ая):

место для рисования



Я становлюсь испуганным(ой),
когда

Когда я боюсь, я обычно делаю

Так я выгляжу, когда я чего-нибудь боюсь:

место для рисования



Больше обо мне самом/самой

Я грущу и сожалею, когда

Когда я грустный(ая) и сожалею о чем-нибудь, я делаю

Когда я грущу и сожалею, я могу поговорить с

Так я выгляжу, когда я грустный(ая):

место для рисования



Больше обо мне самом/самой

Очень часто я думаю о

Очень часто я беспокоюсь о

Если бы я мог(ла) решать:

- я хотел(а) бы выглядеть как _____

- я всегда хотел(а) бы быть с _____

- я хотел(а) бы поехать к _____


- я хотел(а) бы жить у _____

- я хотел(а) бы стать _____


Если бы я мог(ла) решать, то я хотел(а) бы, чтобы каждый день был таким: _____

*Генеологическое древо
моей семьи*





*При составлении книги использованы
материалы Катрин Коч и Туве М. Сьондби
Авторы-составители: Ахметова Э.Ф.,
Загретдинова А.Р.
Редактор: Крючкова О.Ю.*



**ФОНД
ПОДДЕРЖКИ
ДЕТЕЙ** находящихся
в трудной
жизненной
ситуации

Методические материалы «Книга жизни» разработаны и изданы в рамках реализации проекта «Ключи к сердцу» при финансовом участии Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации