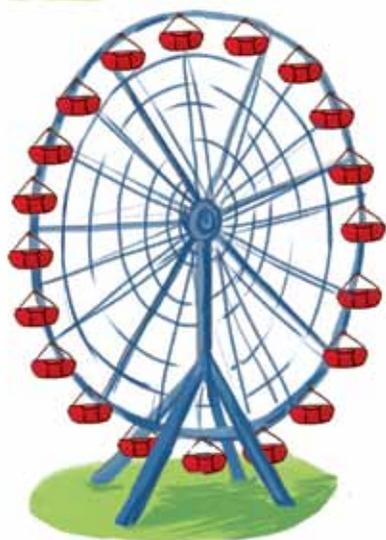
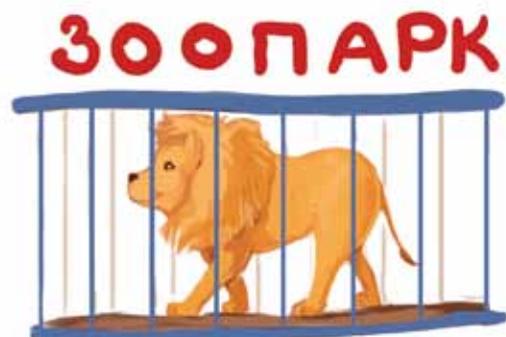


## В НЕЗНАКОМОМ МЕСТЕ



- ▶ Представь, что вы всем классом отправились в цирк, зоопарк, кинотеатр или парк.
- ▶ Обсудите, как нужно вести себя на экскурсии, чтобы не потеряться.

## Если ты потерялся или отстал от класса



- ▶ Сохраняй спокойствие. Всё будет хорошо, ты справишься с ситуацией.
- ▶ Оставайся там, где ты находишься. За тобой вернутся.
- ▶ Если у тебя есть мобильный телефон, сообщи родителям. Если нет – обратись за помощью ко взрослому.

## К кому обратиться за помощью

Обратись ко взрослым, которые там работают. Скажи, что потерялся, назови свой адрес и телефоны родителей. Тебе непременно помогут.



## Полезные советы



▶ Выучи наизусть свой домашний адрес и номера телефонов родителей.

▶ На экскурсии слушай учителя, будь внимателен, старайся не отставать.



▶ Договоритесь о месте встречи на тот случай, если кто-нибудь потеряется.

## БЕЗОПАСНОСТЬ В ДОМЕ

Белка селится в дупле,  
а лиса живёт в норе,  
в дебрях – дикий поросёнок,  
а в берлоге – медвежонок.  
Есть жилища у людей  
возле улиц, площадей  
шумных да весёлых  
в городах и сёлах.  
Есть у каждого свой дом,  
и тепло, уютно в нём.

Олег Орач  
Перевод с украинского  
Леси Вознюк



Нарисуй свой дом и расскажи:

- ▶ сколько в нём этажей;
- ▶ есть ли в доме газ, горячая и холодная вода.

## Где можно играть в доме

В каждом доме есть места, где бегать и играть опасно. Рассмотрй рисунок. Какие помещения есть в этом доме?



- ▶ Почему кухня – это опасное место для игр и развлечений?
- ▶ Почему нельзя играть на балконе, возле распахнутых окон, на подоконнике?
- ▶ Почему нельзя входить без разрешения в подсобные помещения: подвал, гараж, кладовую?



Вместе со взрослыми исследуйте ваш дом. Узнай, где тебе можно играть, а где нельзя.

## Опасные предметы дома



Найди на рисунке то...

- ▶ что может поразить током;
- ▶ что может вызвать пожар;
- ▶ что может залить пол в квартире;
- ▶ чем можно порезаться или уколотся;
- ▶ чем можно отравиться.

## Полезные советы



▶ Включай электрические приборы только с разрешения родителей.

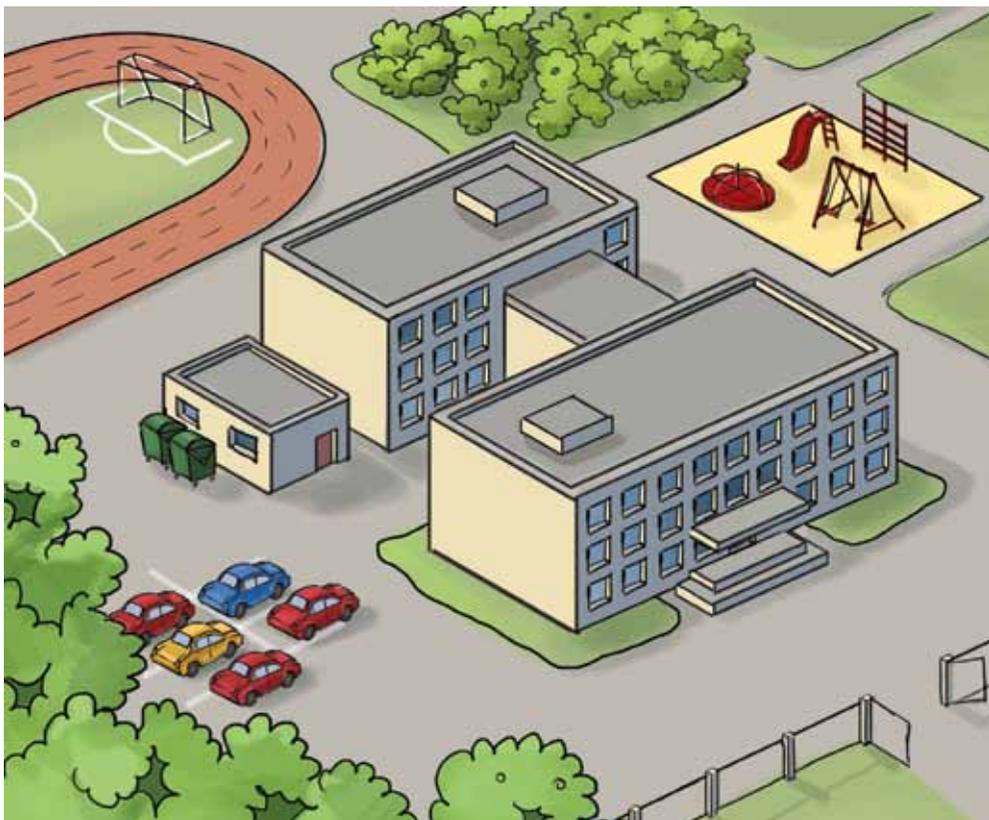
▶ Если электроприбор искрит, скажи об этом взрослым.



▶ Следи за тем, чтобы краны с водой были закрыты.

▶ Пользуйся инструментами вместе со взрослыми. После работы инструменты нужно убрать в безопасное место.

## БЕЗОПАСНОСТЬ В ШКОЛЕ



- ▶ Найди на рисунке площадку для игр, спортивную площадку, хозяйственные помещения, стоянку для автомобилей, сквер.
- ▶ Где в этом дворе играть не следует? Объясни, почему.
- ▶ Чем двор твоей школы похож на тот, что на рисунке?
- ▶ Чем он отличается?

## Отдых на школьном дворе



- ▶ Составь рассказ о том, как ребята отдыхают на школьном дворе.

## Чем заняться на перемене?

Перемена, Юра знает, втрое дольше, чем урок, потому что успеваает уйму дел наделать впрок. Если очень поспешить, можно класс весь рассмешить: ручкой книжку разукрасить, в коридоре нос расквасить. И к портфелю у соседки жвачку припечатать крепко. Юра с радостью готов поплевать на воробьёв. Но внезапно на урок Юру возвратил звонок. Но урок промчится быстро, если очень захотеть, то опять на перемене можно кучу дел успеть.



*Анатолий Костецкий  
Перевод с украинского  
Леси Вознюк*



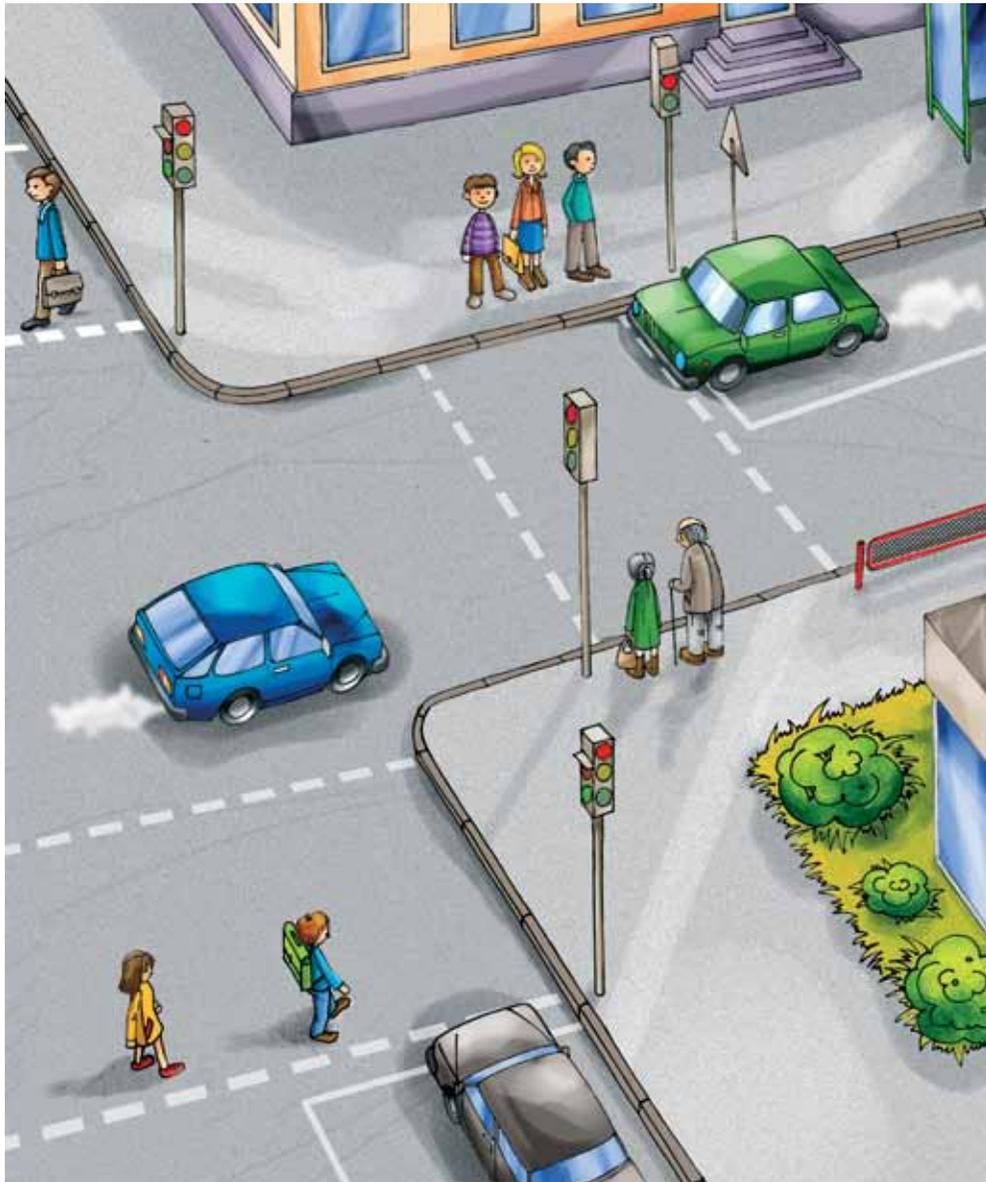
- ▶ Объясни мальчику, чем можно заняться на перемене.

## Полезные советы



- ▶ Будь осторожен с инструментами на уроках труда.
- ▶ Спортивным инвентарём пользуйся только под присмотром учителя.
- ▶ В столовой веди себя спокойно, жди своей очереди, правильно пользуйся столовыми приборами.

# ТЫ – ПЕШЕХОД



► Покажи на рисунке составные части дороги: проезжую часть, бордюр, тротуар, перекрёсток, пешеходный переход.

# Тротуар

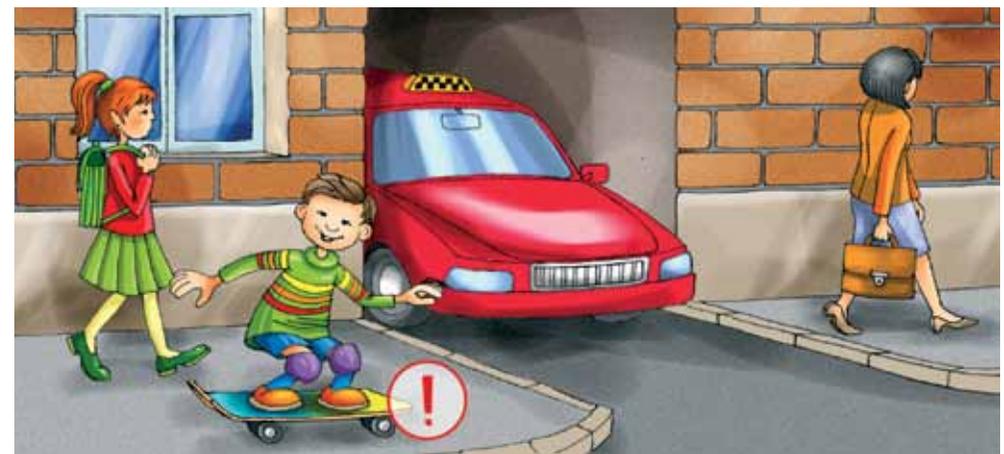
Есть вдоль улицы дорожки, по которым ходят ножки. Самый важный здесь народ не водитель – пешеход.



*Леся Вознюк*



По тротуару ходи спокойно, не мешай прохожим. Будь осторожен возле арки и выезда из гаража.



► Рассмотрни рисунки. Кому угрожает опасность? Объясни, почему.

## Подземный и надземный переходы



Ты шагай со мною в ногу,  
вместе перейдём дорогу:  
я над (под) улицей пройду  
и тебя переведу.



*Леся Вознюк*



- ▶ Найди на рисунках дорожные знаки, которыми обозначают подземный и надземный переходы.

## Переход дороги на пешеходном переходе



Озорной половичок,  
полосатенький бочок  
на дороге отдыхает,  
пешеходам помогает.



*Леся Вознюк*



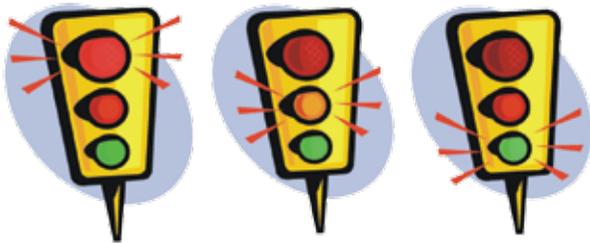
На переходе посмотри налево, направо и снова налево. Переходи дорогу, если автомобилей нет или они остановились и пропускают тебя.

## Светофор



На дороге от рождения регулирует движение.  
Красным глазом подмигнёт:  
– Стой! Ни шагу, пешеход! –  
Жёлтый скажет: «Ожидай!»,  
а зелёный свет: «Шагай!»

*Леся Вознюк*



- ▶ Найди на рисунке светофор, предназначенный только для пешеходов. Чем он отличается от обычного?

## Полезные советы

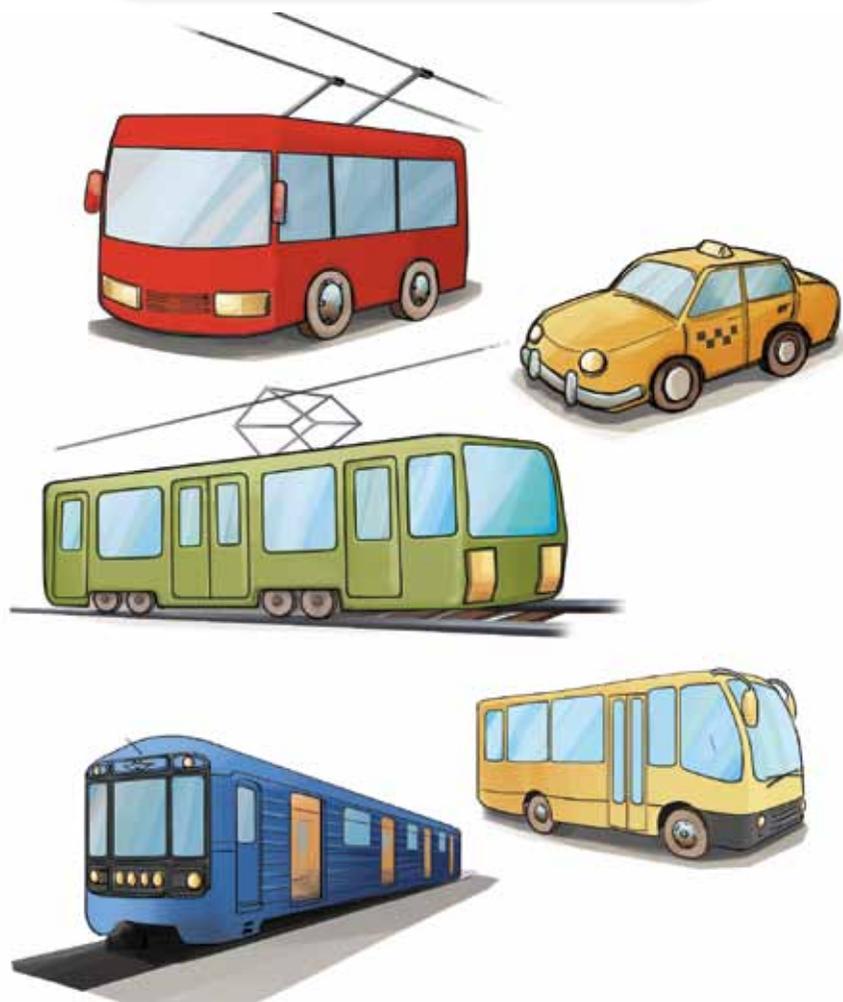


- ▶ Если возле дороги нет тротуара, иди по обочине навстречу транспорту.



- ▶ Если нет перехода, переходи дорогу на перекрёстке.
- ▶ Там, где нет перехода и перекрёстка, переходи дорогу в том месте, где её хорошо видно в обе стороны.
- ▶ Начинай переход, когда транспорта нет или он очень далеко.

## ТЫ – ПАССАЖИР



- ▶ Какой транспорт изображён на этом рисунке?
- ▶ Какой общественный транспорт есть там, где ты живёшь?
- ▶ Пользуешься ли ты транспортом, чтобы добраться до школы? Если да, то каким?

## На остановке



Здесь троллейбусы, трамваи,  
и автобус ожидаем,  
в транспорт городской садимся,  
по маршруту резво мчимся.



*Леся Вознюк*



- ▶ Найди рисунки дорожных знаков, которыми обозначены остановки автобуса, трамвая, троллейбуса.
- ▶ Кто правильно переходит дорогу возле остановки?
- ▶ Какие опасности угрожают другому мальчику?

## В общественном транспорте

В трамвае переполненном  
Максим с мячом сидит.  
Неподалёку — дедушка,  
ссутулившись, стоит.  
К Максиму обращаются:  
— Хотелось бы узнать,  
а в школе объясняют вам,  
как старших уважать?  
— Конечно, объясняют нам,  
но именно сейчас  
у школьников каникулы,  
никто не учит нас.



*Грицько Бойко  
Перевод с украинского Леси Вознюк*



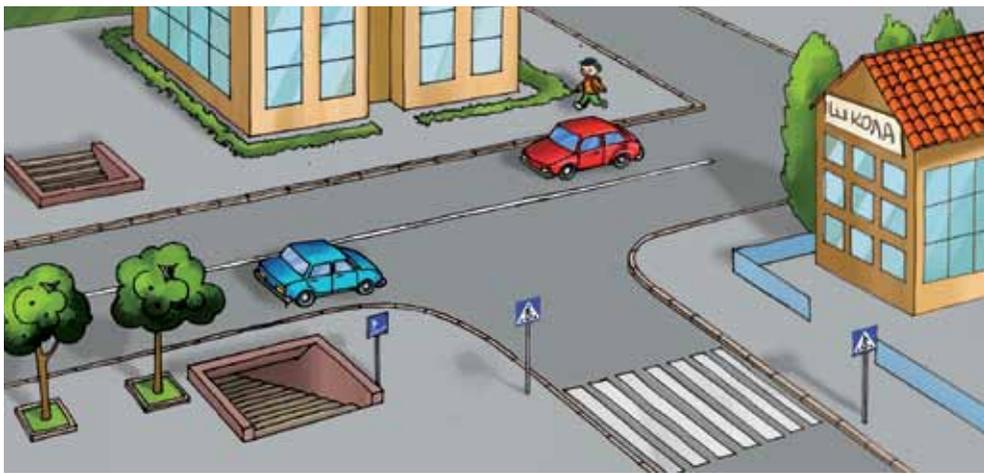
В общественном транспорте принято уступать место инвалидам, пожилым людям и пассажирам, которые едут с маленькими детьми.

## Полезные советы



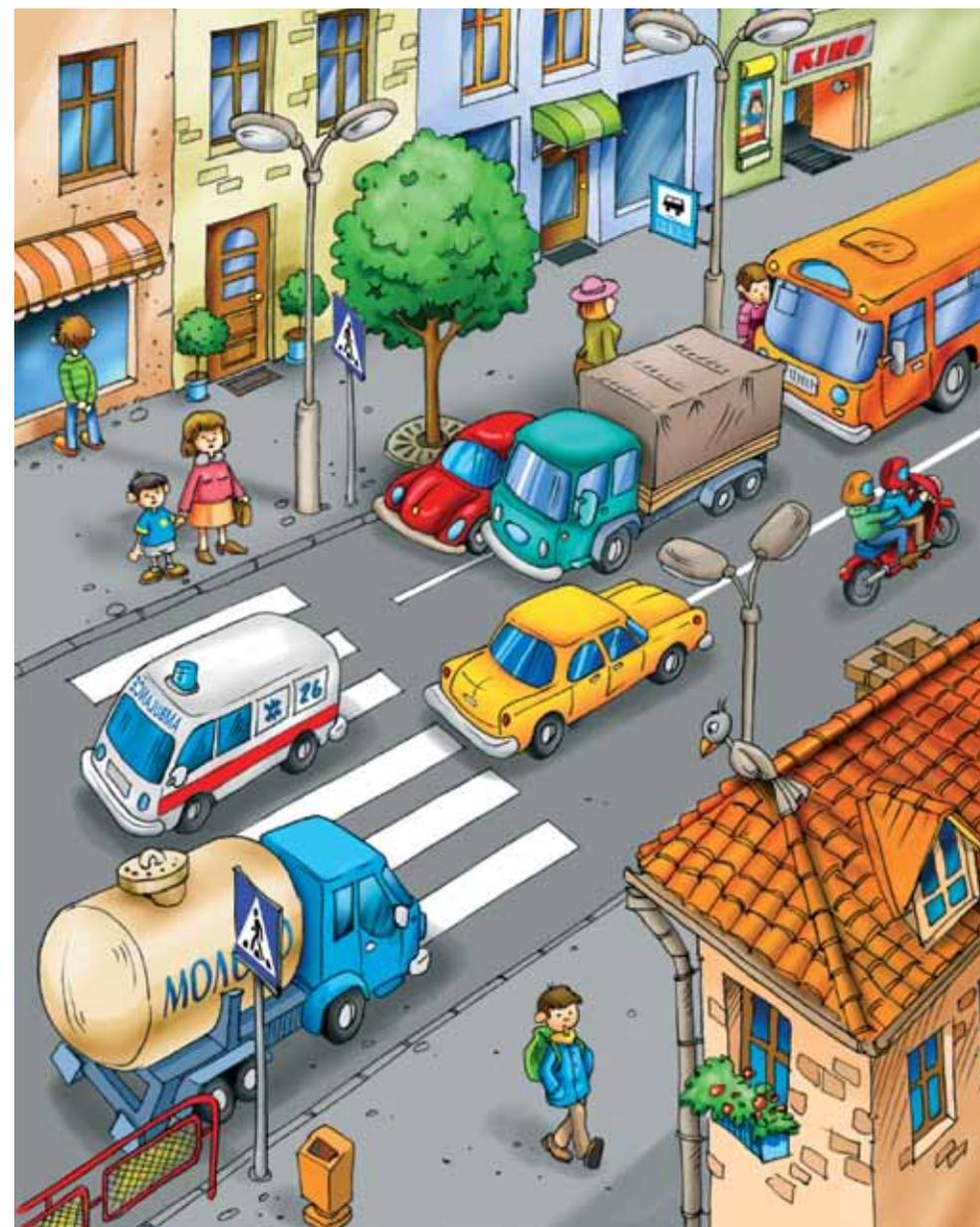
- ▶ Ожидай общественный транспорт на безопасном расстоянии от дороги.
- ▶ Когда он подъедет, стань сбоку от дверей. Пропусти выходящих пассажиров.
- ▶ В салоне садись на свободное место или становись так, чтобы было удобно держаться.
- ▶ Готовься к выходу. Меняйся местами с теми, кто не выходит на остановке.

## ДОРОГА В ШКОЛУ



- ▶ Дети опаздывают на урок. Какой путь к школе самый короткий, а какой – самый безопасный?
- ▶ Расскажи, как ты ходишь в школу. Какие опасности могут подстергать на этом пути? Как их избежать?

## Дорога – место повышенной опасности!



- ▶ У дороги будь сосредоточен и предельно внимателен. Изучай со взрослыми правила дорожного движения.

## Осторожно: незнакомцы!



- ▶ Из каких сказок эти рисунки?
- ▶ Как пострадали от незнакомцев Красная Шапочка, Белоснежка и Колобок?
- ▶ Какие опасности подстерегали Буратино, когда он не пошёл в школу? Кто попытался его обмануть и ограбить?

## Полезные советы



- ▶ Избегай разговоров с незнакомцами.
- ▶ Отказывайся от их предложений и подарков.
- ▶ Если незнакомцы уговаривают тебя идти или ехать с ними, беги к людям, зови на помощь.
- ▶ Обратись к милиционеру, укажи на того, кто тебя преследует.

# ЗДОРОВЫЙ ДУХ

В этой главе ты узнаешь:

О неповторимости каждого человека



О народных традициях и здоровье



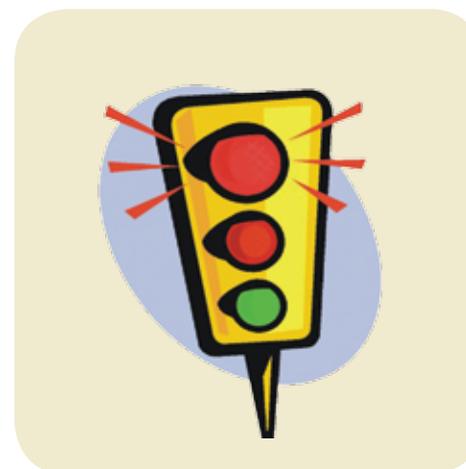
Какие бывают чувства



Как улучшить настроение



Как принимать решения



## НЕПОВТОРИМОСТЬ ЧЕЛОВЕКА



- ▶ Из какой сказки эти рисунки?
- ▶ Чем гадкий утёнок был похож на других утят?
- ▶ Чем он отличался от них?
- ▶ Как отнеслись к нему обитатели птичьего двора?
- ▶ Как он себя чувствовал из-за этого?
- ▶ Кем стал гадкий утёнок, когда вырос?

## Общее – разное

Все снежинки похожи друг на друга. Но если присмотреться, в мире не найдётся двух одинаковых снежинок. Каждая снежинка неповторима и по-своему прекрасна. Назови, что является общим для всех снежинок и чем они отличаются.



Все люди похожи друг на друга. Но если присмотреться, в мире не найдётся двух одинаковых людей. Каждый человек неповторим и по-своему прекрасен. Что является общим для всех людей и чем они отличаются?

## Уважай отличия

У каждого человека есть свои вкусы и увлечения. Именно поэтому в мире так много интересного.



- ▶ В паре с одноклассником расскажите, чем вы любите заниматься в свободное время.
- ▶ Найдите одно общее увлечение и одно – отличающееся.
- ▶ Подумайте, стоит ли ссориться из-за того, что ваши вкусы не совпадают.

## Полезные советы



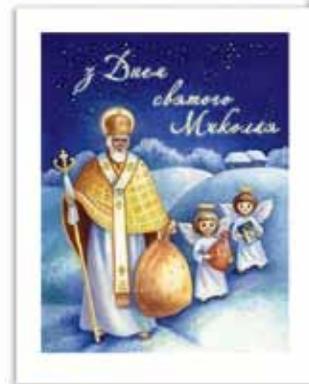
- ▶ Относись к другим с уважением – и тебя будут уважать.
- ▶ Помогай другим – и ты найдёшь много друзей.
- ▶ Будь открыт для всего нового – и ты никогда не будешь скучать.

## НАРОДНЫЕ ТРАДИЦИИ И ЗДОРОВЬЕ



- ▶ Кто главные герои этих мультфильмов?
- ▶ Какую одежду носили казаки?
- ▶ Как называется причёска казаков?
- ▶ Какое любимое блюдо казаков?
- ▶ Как укрепляли здоровье наши предки?

## Праздники и здоровье



- ▶ Какие праздники изображены на открытках?
- ▶ Какой твой любимый праздник?
- ▶ Какие традиции празднования полезны для здоровья? Какие – вредны?
- ▶ Составьте памятку «Как устроить весёлый праздник».



Прочитай со взрослыми стихотворение «В гостях» на с. 130. Почему гости сбежали с праздника? Какие ты знаешь правила гостеприимности?

## Народные традиции и здоровье



Прочитай народные пословицы и поговорки о здоровье. Объясни, как ты их понимаешь.



- ▶ Здоровье всего дороже.
- ▶ Здоровью цены нет.
- ▶ Было бы здоровье, а счастье найдётся.
- ▶ Береги одежду снову, а здоровье – смолоду.
- ▶ Больному и мёд не вкусен.

## Полезные советы



- ▶ Изучай народные традиции, особенно традиции здорового образа жизни.
- ▶ Старайся правильно питаться даже за праздничным столом. Не увлекайся сладостями.
- ▶ Пей только безалкогольные напитки!



- ▶ Из какого мультфильма эти рисунки?
- ▶ Кому угрожал крошка Енот?
- ▶ Кого он испугался?
- ▶ Что ему посоветовала мама?
- ▶ В каком настроении он возвращался?

## Улыбка

1. От улыбки хмурый день светлей,  
От улыбки в небе радуга проснётся...  
Поделись улыбкою своей,  
И она к тебе не раз ещё вернётся.



*Приве:*

И тогда наверняка вдруг запляшут облака,  
И кузнечик запиликает на скрипке...  
С голубого ручейка начинается река,  
Ну, а дружба начинается с улыбки.  
С голубого ручейка начинается река,  
Ну, а дружба начинается с улыбки.

2. От улыбки солнечной одной  
Перестанет плакать самый грустный дождик.  
Сонный лес простится с тишиной  
И захлопает в зелёные ладоши.

*Приве.*

3. От улыбки станет всем теплей —  
И слону, и даже маленькой улитке...  
Так пускай повсюду на земле,  
Будто лампочки, включаются улыбки!

*Приве.*

*муз. В. Шаинского  
сл. М. Плещинского*

*(из мультфильма «Крошка Енот»)*



- ▶ Вместе со взрослыми выучи слова и научись петь песенку.

## Чувства

Чувства – это то, что человек испытывает в разных ситуациях.



Что ты чувствуешь, когда:

- ▶ гуляешь на улице в хорошую погоду;
- ▶ увидел что-то интересное;
- ▶ вдруг на улице началась гроза;
- ▶ нужно сидеть дома, когда хочется гулять;
- ▶ тебе всё надоело и нечем заняться?

## Учимся распознавать чувства



- ▶ Рассмотрите рисунки и прочитайте названия чувств.
- ▶ Какие из этих чувств приятны?
- ▶ В паре с одноклассником научитесь распознавать чувства. Один из вас загадывает чувство и изображает его, а другой – угадывает. Потом меняетесь ролями.

## Как улучшить настроение

## Полезные советы



- ▶ Назовите игры, которые поднимают настроение.
- ▶ Подумайте, как ещё можно улучшить настроение.
- ▶ Как вы понимаете поговорку «Весёлая мысль – половина здоровья»?



Если тебе грустно, постарайся поднять себе настроение:



- ▶ погуляй на свежем воздухе, поиграй с мячом или в другие подвижные игры;
- ▶ нарисуй своё настроение, это правда помогает;
- ▶ почитай интересную книгу;
- ▶ посмотри весёлый мультфильм.

## УЧИМСЯ ПРИНИМАТЬ РЕШЕНИЯ



Рассмотри рисунки из мультсериала «Смешарики».



- ▶ Как зовут его главных персонажей?
- ▶ О чём идёт речь в сериях «Азбука безопасности», «Азбука здоровья», «Азбука доброжелательности»?
- ▶ Какие ещё сказки и мультфильмы учат заботиться о своём здоровье?

## Решения и последствия

Люди ежедневно принимают множество решений. У каждого решения есть последствия — позитивные или негативные. Позитивные вызывают у людей приятные чувства: радость, удовлетворение, благодарность, уважение. Негативные — страх, грусть, гнев или отчаяние.



Составь рассказ по рисункам. Подумай:

- ▶ Какое решение привело к тому, что девочка: утром проспала; чуть не угодила под машину; забыла дома тетрадь?
- ▶ Как ты думаешь, что она теперь чувствует?
- ▶ Как она должна была поступить?

## Как принимать взвешенные решения

Взвешенные решения – это то, что люди делают после обдумывания ситуации. Ты можешь научиться принимать взвешенные решения с помощью «Правил светофора».



- ▶ Учись думать о последствиях и делать правильный выбор.
- ▶ Если сам не знаешь, как поступить, спроси у взрослых.

## Решения для здоровья

Табачный дым вреден для здоровья курильщиков и тех, кто находится рядом. Вдыхание табачного дыма некурящими называется пассивным курением. Прочти ситуации и выбери вариант, который поможет тебе избегать пассивного курения.

1. Вы с друзьями сидите на лавочке в своём дворе. Рядом сел взрослый мужчина с сигаретой. Вы:
  - а) продолжите сидеть на этой лавочке;
  - б) уйдёте в другое место, ведь двор большой!
2. Вы с друзьями собираетесь ехать в лифте, но в кабине стоит человек с сигаретой. Вы:
  - а) поедете в этом лифте;
  - б) пойдёте пешком, это полезно для здоровья.
3. Вы с родителями зашли в кафе. В одном из залов висит знак: «Курение запрещено». Ты:
  - а) предложишь сесть там, где этого знака нет;
  - б) сядешь там, где он есть.



Знак «Курение запрещено»

Если твой выбор – только варианты б), твоё здоровье в безопасности, ты умеешь избегать пассивного курения!

## 10 весёлых правил летнего отдыха

Прочти предложение и выбери из двух вариантов один правильный ответ.

1. С тёплым солнышком дружи, но здоровьем...
  - а) дорожи;
  - б) рассмеши.
2. Ты у моря в первый день – непременно прячься в...
  - а) пень;
  - б) тень.
3. Поутру ты загорай, ну а в полдень...
  - а) запевай;
  - б) отдыхай.
4. С лакомствами не гуляй, ос и пчёл не...
  - а) привлекай;
  - б) испугай.
5. Там, где волны и вода, с папой, мамой будь...
  - а) иногда;
  - б) всегда.
6. Чтоб под солнышком ходить, надо голову...
  - а) накрыть;
  - б) помыть.
7. Ты панамку надевай и уверенно...
  - а) гуляй;
  - б) зевай.
8. Надо, чтоб здоровым быть, фрукты, овощи...
  - а) полить;
  - б) помыть.

9. Ты со взрослыми гуляй, не зевай, не...
  - а) отставай;
  - б) улетай.

10. Всё запомнил? Всё понятно? Будет отдых твой...
  - а) опрятным;
  - б) приятным.

*Проверь свой результат:* 1 – а; 2 – б; 3 – б; 4 – а; 5 – б; 6 – а; 7 – а; 8 – б; 9 – а; 10 – б.

Если ты правильно закончил все предложения – молодец! Хорошего лета!

*Леся Вознюк*



# ПРИЛОЖЕНИЯ

Материалы для дополнительного чтения



## Самый лучший отец

Самыми лучшими отцами среди животных называют императорских пингвинов. Они живут в Антарктиде.

В самое холодное время года самец три месяца греет одно-единственное яйцо на своих лапах. Всё это время он ничего не ест и теряет почти половину веса.

Самка возвращается, когда вылупливаются птенцы. Только тогда пингвин-папа идёт в море, чтобы поесть.



## Самый послушный ребёнок

Дельфинёнка можно назвать самым послушным ребёнком. В первый год своей жизни он не отплывает от мамы более чем на три метра. Во всём подражает ей, повторяет каждое движение и каждую остановку. Так он учится всему, что пригодится в жизни: добывать пищу, избегать опасностей, общаться с другими дельфинами.

## Пожарные собаки

Бывает часто, что в городах на пожарах остаются дети в домах, и их нельзя вытащить, потому что они от испуга спрячутся и молчат, а от дыма нельзя их рассмотреть. Для этого в Лондоне приучены собаки. Собаки эти живут с пожарными, и когда загорится дом, то пожарные посылают собак вытаскивать детей. Одна такая собака в Лондоне спасла двенадцать детей; её звали Боб.

Однажды загорелся дом. И когда пожарные приехали к дому, к ним выбежала женщина. Она плакала и говорила, что в доме осталась двухлетняя девочка. Пожарные послали Боба. Боб побежал по лестнице и скрылся в дыме. Через пять минут он выбежал из дома и в зубах за рубашонку нёс девочку. Мать бросилась к дочери и плакала от радости, что дочь была жива. Пожарные ласкали собаку и осматривали её – не обгорела ли она; но Боб рвался опять в дом. Пожарные подумали, что в доме есть ещё что-нибудь живое, и пустили его. Собака побежала в дом и скоро выбежала с чем-то в зубах. Когда народ рассмотрел то, что она несла, то все расхохотались: она несла большую куклу.

*Лев Толстой*

## Козлята и Огонь

Трудился огонь безустанно в печи,  
готовил кулеш, выпекал калачи.  
Коза ранним утром кормила ребят –  
троих белоснежных забавных козлят.  
Вот маме бежать на работу пора,  
останется в доме одна детвора.  
– Мы будем послушны! – заверил сынок,  
но спичками чиркнул, лишь мать за порог.  
И вот уже дым над избушкой поднялся,  
сестра растерялась, и брат испугался,  
но с мыслями старший сынок совладал  
и номер спасателей быстро набрал.  
– Алло! Запылала избушка Козы!  
По адресу: Лес, переулок Лозы,  
под номером два. Умоляем, спасите!  
От верной гибели нас защитите! –  
Огонь извивался и грозно шипел,  
свирепый огонь угасать не хотел.  
Ему надоело трудиться в печи,  
готовить кулеш, выпекать калачи.  
Пожар потушили, и живы козлята.  
– Не трогайте спичек, опасно, ребята!  
И помните, дети, везде и всегда:  
где шутки с огнём – там случится беда.

*Тамара Коломиец  
Перевод с украинского Леси Вознюк*

## В гостях

У Вити –  
день рождения.  
Мы все  
приглашены.  
И ровно в шесть  
с цветами  
пришли все,  
как должны.

Малышка  
дверь открыла, –  
она – сестрёнка Вити, –  
и строго нас спросила:  
– А ноги кто не вытер?  
Не для того  
ковёр здесь,  
чтоб пачкать  
и марать!  
В прихожей  
у порога  
ботинки  
всем снимать!  
Ну и подарки  
сразу  
давайте,  
я их спрячу.



И не касайтесь  
вазы,  
ведь треснет,  
не иначе!  
Вы думаете,  
просто  
ходить сегодня  
в гости?  
Ведь это – скажем смело –  
ответственное дело.  
И мебели  
в гостиной  
не велено касаться,  
и возле стен  
квартиры  
не надо отираться...

Она «гостеприимно»  
нас дальше поучала,  
но мы устали слушать  
и быстро убежали.  
Действительно,  
не просто  
ходить сегодня  
в гости.

*Анатолий Костецкий*  
*Перевод с украинского Леси Вознюк*

## Перечень рекомендованных мультфильмов

38 попугаев  
Рикки-Тикки-Тави  
Гадкий утёнок  
Всё о казаках  
Крошка Енот



Смешарики: Азбука здоровья:

- Нездоровый рекорд
- Если хочешь быть здоров
- Кому нужна зарядка
- Личная гигиена



Смешарики: Азбука безопасности дорожного движения:

- Где кататься?
- Зебры в городе
- На остановке
- В автобусе



Смешарики: Азбука доброжелательности:

- Времена года
- Подвиг
- Мораль
- Муха не червяк
- Кто кому?



Мультфильмы и другие занятные и полезные развлечения со смешариками можно найти в Интернете по адресам:

[www.smeshariki.ru](http://www.smeshariki.ru)

[www.ndfond.ru](http://www.ndfond.ru)

<http://ndfond.ru/menu/projects/100414PR121836>

# СОДЕРЖАНИЕ

## ВВЕДЕНИЕ

Знакомство со школой .....	8
Рост и развитие .....	12
Здоровье и болезни .....	16

## ГЛАВА 1. ЗДОРОВОЕ ТЕЛО

Режим дня .....	22
Твоя осанка .....	26
Здоровые стопы .....	30
Чистота и здоровье .....	34
Питание и здоровье .....	38
Движение и здоровье .....	42
Закаливание .....	46
Полезный отдых .....	50

## ГЛАВА 2. СРЕДИ ЛЮДЕЙ

Моя семья .....	56
Девчонки и мальчишки .....	60
Учимся дружить .....	64

## ГЛАВА 3. БЕЗОПАСНАЯ ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА

Безопасность игр и развлечений .....	70
Наши спасатели .....	74

В незнакомом месте .....	78
Безопасность в доме .....	82
Безопасность в школе .....	86
Ты – пешеход .....	90
Ты – пассажир .....	96
Дорога в школу .....	100

## ГЛАВА 4. ЗДОРОВЫЙ ДУХ

Неповторимость человека .....	106
Народные традиции и здоровье .....	110
Настроение и чувства .....	114
Учимся принимать решения .....	120

## ПРИЛОЖЕНИЯ

Материалы для дополнительного чтения ...	126
Перечень рекомендованных мультфильмов ...	132

*Учебное издание*

**Бех Иван Дмитриевич**  
**Воронцова Татьяна Владимировна**  
**Пономаренко Владимир Степанович**  
**Страшко Станислав Васильевич**

# **ОСНОВЫ ЗДОРОВЬЯ**

**Учебник для 1-го класса  
общеобразовательных учебных заведений**

*Рекомендовано Министерством образования и науки,  
молодёжи и спорта Украины*

Перевод с украинского и литературное редактирование *А. Кравченко*  
Художественное оформление *А. Кислицина*  
Обложка *Н. Зуева*  
Фотография на обложке *О. Москаленко*  
Технический редактор *Т. Пихота*  
Корректоры *Н. Кравченко, С. Гайдук*

Подписано в печать 25.05.2012. Формат 70×100/16.  
Бумага офсетная. Гарнитура Петербург. Печать офсетная.  
Усл. печ. л. 11,05. Уч.-изд. л. 10,65.  
Тираж 91 925 экз.

Издательство «Алатон», 03164, Киев, ул.Олевская, 7, кв. 316.  
Свидетельство о внесении субъекта в Государственный реестр издателей № 4110 от 13.07.2011

Отпечатано с готовых диапозитивов ООО «ПЭТ»  
Св. ДК № 3179 от 08.05.2008.  
61024, г. Харьков, ул. Ольминского, 17