



Журнал классного руководителя

Замечать главное. Помогать расти.



ШКОЛА

КЛАСС

УЧЕБНЫЙ ГОД

20

/

20

КЛАССНЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ

ЦентрМаг

КЛАСС • ЛЮДИ • ПЛАНЫ • РЕЗУЛЬТАТЫ

ЖУРНАЛ

классного руководителя

Знать каждого.
Планировать вместе.
Замечать изменения.

ЦентрМай

Школа

Класс _____ Учебный год 20____ / 20____

Классный руководитель

Как вести журнал

Универсальный макет для школы в РФ • до 40 учеников • учебный год вписывается

01 В начале года

Заполните паспорт класса, список и рабочие контакты. Выберите 3-5 целей по реальным потребностям детей. Уточните школьный календарный план.

02 Каждый месяц

Разместите события в месячной сетке, назначьте ответственных. В недельном плане оставьте конкретные действия и сроки проверки договорённостей.

03 По итогам периода

Отмечайте наблюдаемые изменения, участие и необходимую помощь. Учебные результаты переносите из школьной системы только в нужном объёме.

04 По запросу

Используйте карточки поддержки, встреч и событий. Названия периодов подходят для четвертей или триместров: лишние формы можно пропустить.

Это рабочий инструмент педагога. Состав разделов и порядок хранения согласуйте с локальными документами школы; журнал не устанавливает новые обязательные отчёты.

Редакционная проверка источников: 06.09.2026. Источники и ссылки: с. 126-127.

Содержание

Разделы расположены по ходу работы: от знакомства с классом до итогов года

04 Что обновлено и что актуально

05-20 Класс: люди, расписание, цели

21-36 Учёба, посещаемость и поддержка

37-48 Развитие, события и безопасность

49-58 Семья, обратная связь, договорённости

59-60 Банк тем для классных часов

61-81 Годовой календарь и 10 месячных разворотов

82-121 40 недельных планов без жёстких дат

122-125 Итоги, характеристика, передача дел

126-127 Источники и обновление материалов

128 Профессиональная рефлексия

Что изменилось

Авторская переработка исходного журнала • проверено 06.09.2026

Было в источнике	Стало в новом макете
Контроль сдачи и проверки дневников	Договорённости, сроки и следующий контакт
Перечни «неуспевающих»	Учебная трудность, помощь и признак улучшения
Диагнозы, ярлыки семейных ситуаций	Необходимое условие поддержки и ответственный
Много ведомостей и чистых страниц	Месячные развороты, недели, карточки и итоги

Планирование на 2026/27 год [1, 2]

Учитывайте школьную программу воспитания. В ЕДОО опубликовано письмо от 27.08.2026 № 03-1624 об историческом просвещении; добавлена карточка работы с музеем и местной историей.

Возраст и содержание занятий [3, 4]

Для «Разговоров о важном» выбирайте материалы своего возраста. «Россия - мои горизонты» адресована 6-11 классам; для младших предусмотрите знакомство с профессиями.

Бережное обращение с данными [5]

Вносите только сведения, необходимые для рабочей задачи. Подробные чувствительные данные не переносите в общие таблицы; используйте установленный школой порядок доступа.

Паспорт класса

Короткие сведения для ежедневной работы

Школа / корпус / кабинет

Класс / профиль / учебный год

Классный руководитель / часы связи

Обучающихся всего / прибыло / выбыло

Формат периодов / каникулы / ключевые даты

Школьный электронный журнал / рабочий канал связи

Локальный план воспитания: название и дата утверждения

Команда сопровождения

Заполните рабочие контакты и порядок обращения

Роль / специалист	Имя и рабочий контакт	Когда обращаться
Администрация		
Советник по воспитанию		
Педагог-психолог		
Социальный педагог		
Медицинский работник		
Педагог-организатор		
Служба примирения		
Другое		

Часы связи, место встречи и способ записи уточните у специалиста. Личные контакты размещайте только при необходимости.

Список учеников

Позиции 1-20 • номера используются в рабочих таблицах

№	Фамилия и имя	Как обращаться / примечание
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		

Удобно сохранить одинаковые номера учеников во всех разделах журнала.

Список учеников

Позиции 21-40 • номера используются в рабочих таблицах

№	Фамилия и имя	Как обращаться / примечание
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		
33		
34		
35		
36		
37		
38		
39		
40		

Удобно сохранить одинаковые номера учеников во всех разделах журнала.

Контакты семьи

Позиции 1-10 • рабочая контактная информация

№	Законный представитель / имя	Телефон или рабочий канал	Удобное время / дата сверки
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

Заполняйте в объёме, разрешённом школьным порядком. Дополнительный контакт укажите при необходимости на отдельном листе с ограниченным доступом.

Контакты семьи

Позиции 11-20 • рабочая контактная информация

№	Законный представитель / имя	Телефон или рабочий канал	Удобное время / дата сверки
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

Заполняйте в объёме, разрешённом школьным порядком. Дополнительный контакт укажите при необходимости на отдельном листе с ограниченным доступом.

Дни рождения и традиции

Для поздравлений достаточно дня и месяца; учитывайте желание ребёнка

Сентябрь _____ _____ _____	Октябрь _____ _____ _____	Ноябрь _____ _____ _____
Декабрь _____ _____ _____	Январь _____ _____ _____	Февраль _____ _____ _____
Март _____ _____ _____	Апрель _____ _____ _____	Май _____ _____ _____
Июнь _____ _____ _____	Июль _____ _____ _____	Август _____ _____ _____

Традиция класса / как поздравляем: _____



Схема кабинета

Первое полугодие • по два места за столом, до 40 мест

ДОСКА / ЭКРАН

1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	38	39	40

Дата изменения / условия доступности и удобства



Схема кабинета

Второе полугодие • по два места за столом, до 40 мест

ДОСКА / ЭКРАН

1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	38	39	40

Дата изменения / условия доступности и удобства



Расписание класса

Период _____ • кабинет при необходимости указывается рядом с предметом

Урок / время	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						

Внеурочные занятия / консультации / изменения

Рабочая неделя педагога

Уроки, встречи, консультации и время для подготовки

День	Занятия / кабинеты	Встречи / часы связи	Главное дело
Понедельник			
Вторник			
Среда			
Четверг			
Пятница			
Суббота			

Защищённое время для подготовки / собственный ресурс

Портрет класса: старт

Начало учебного года • описывайте наблюдаемые факты без оценочных ярлыков

Сильные стороны, интересы, общие успехи

Отношения, участие и чувство принадлежности

Учебная самостоятельность и организация

Кому и в чём нужна поддержка

Главные изменения / ближайшие шаги

Портрет класса: итог

Конец учебного года • описывайте наблюдаемые факты без оценочных ярлыков

Сильные стороны, интересы, общие успехи

Отношения, участие и чувство принадлежности

Учебная самостоятельность и организация

Кому и в чём нужна поддержка

Главные изменения / ближайшие шаги

Цели на учебный год

Выберите 3-5 достижимых целей вместе с детьми; критерий должен быть наблюдаемым

Цель / зачем	Как поймём, что получилось	Действия / участники	Срок проверки

Что важно самим ученикам



Учебная поддержка: период 1

Период с _____ по _____ • четверть / триместр / другое

Ученик / №	Предмет / трудность	Что делаем / кто помогает	Срок / результат

Фиксируйте конкретную трудность и следующий шаг: консультация, план выполнения, связь с учителем. Официальные отметки уточняйте в школьном журнале.

Период с _____ по _____ • четверть / триместр / другое

[illegible]

22

Динамика учебных результатов

Позиции 1-20 • краткий итог периода по школьным данным

№	Ученик	Период 1	Период 2	Период 3	Период 4	Год / шаг
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						

Обозначения определите заранее: например, «стабильно», «рост», «нужна помощь».

Динамика учебных результатов

Позиции 21-40 • краткий итог периода по школьным данным

№	Ученик	Период 1	Период 2	Период 3	Период 4	Год / шаг
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						
34						
35						
36						
37						
38						
39						
40						

Обозначения определите заранее: например, «стабильно», «рост», «нужна помощь».

Посещаемость: свод за год

Суммы берите из школьного учёта; единица измерения - пропущенный урок

Месяц	Всего пропусков	Из них по болезни	Иные уважит. причины	Причина не подтверждена	Что помогло / шаг
Сентябрь					
Октябрь					
Ноябрь					
Декабрь					
Январь					
Февраль					
Март					
Апрель					
Май					
Июнь					

Последние три числовые графы в сумме дают «Всего». Основание для категории причины определяется школьным порядком.

Пропуски: действия в периоде 1

Для случаев, требующих внимания; это не ежедневный табель

Дата / ученик	Что уточнить	Контакт с семьёй / действие	Срок / повторная проверка

Пишите только факты, необходимые для организации помощи и возвращения к занятиям.

Для случаев, требующих внимания; это не ежедневный табель

ЦентрМар

Пишите только факты, необходимые для организации помощи и возвращения к занятиям.

Индивидуальный маршрут 01

Ученик / № _____ • дата начала _____ • пересмотр _____

Запрос ребёнка и сильные стороны

Одна ближайшая цель / признак улучшения

Шаг / доступное действие	Кто помогает	Срок	Что изменилось

Мнение ребёнка / следующий шаг / дата встречи



Индивидуальный маршрут 02

Ученик / № _____ • дата начала _____ • пересмотр _____

Запрос ребёнка и сильные стороны

Одна ближайшая цель / признак улучшения

Шаг / доступное действие	Кто помогает	Срок	Что изменилось

Мнение ребёнка / следующий шаг / дата встречи

Фиксируйте рабочее решение; специальные сведения ведутся по школьному порядку

ЦентрМар

Здесь можно отметить удобное место, адаптацию задания или встречу со специалистом без записи диагноза.

Интересы и участие

Позиции 1-20 • интересы и занятость со слов ребёнка / семьи

№	Ученик	Кружок / секция / интерес	Дни / нагрузка	Что хочет попробовать
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				

Интересы и участие

Позиции 21-40 • интересы и занятость со слов ребёнка / семьи

№	Ученик	Кружок / секция / интерес	Дни / нагрузка	Что хочет попробовать
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				
37				
38				
39				
40				

Самоуправление и поручения

Роли можно менять; обсуждайте посильность и добровольное участие

Роль / задача	Кто участвует	Срок / смена роли	Поддержка / результат

Примеры ролей: координатор проекта, помощник новичка, медиагруппа, организатор пространства, команда добрых дел.

Проекты и добрые дела

Идея ребёнка - реальная задача - полезный результат

Идея / для кого	Команда / партнёр	Следующий шаг / срок	Результат / вывод

Фиксируйте вклад и приобретённый опыт; избегайте сравнения детей по количеству мероприятий.

Карточка события

Проект / экскурсия / встреча / классное дело

Название / дата / место / участники

Зачем проводим / что смогут сделать дети

Подготовка / задача	Ответственный	Срок / готовность

Условия участия / доступность / организационные согласования

Что получилось / что изменить

События и впечатления 01

Записывайте результат, который заметен детям

Дата / событие	Участники / роли	Что попробовали / узнали	Обратная связь / следующий шаг

Участие может выражаться в подготовке, выступлении, помощи, исследовании или рефлексии.

События и впечатления 02

Записывайте результат, который заметен детям

Дата / событие	Участники / роли	Что попробовали / узнали	Обратная связь / следующий шаг

Участие может выражаться в подготовке, выступлении, помощи, исследовании или рефлексии.

Профориентация и выбор

Для 6-11 классов - в связи с «Россией - моими горизонтами» [4]; для младших - мир профессий

Дата / тема / формат	Интерес ребёнка / группы	Проба / встреча / опыт	Вывод / следующий шаг

Отмечайте, что ребёнок попробовал и что хочет узнать дальше. Темы и материалы своего учебного года сверяйте на официальной платформе.



История рядом с нами

Музей, семейная история, местное наследие • формат по выбору детей [2]

Тема / исследовательский вопрос / партнёр

Что исследуем	Источник / как проверим	Роль учеников / результат

Как представим результат / чей опыт и права учитываем

План профилактики и безопасности

Формы и порядок проведения определяются школьными документами

Тема	Дата / формат	Что отрабатываем	Как проверим понимание
Дорога / транспорт			
Пожар / эвакуация			
Интернет / мошенничество			
Общение / травля			
Личные границы			
Здоровые привычки			
Экскурсии / походы			
Каникулы / сезонные риски			

План не заменяет установленные журналы инструктажей и школьные алгоритмы действий.

Ситуация: помощь и проверка

Краткая запись фактов по школьному алгоритму; без публичного обсуждения ребёнка

Дата / место / кто сообщил / факты без предположений

Как обеспечена безопасность / кому передано

Договорённости и поддержка ребёнка

Ответственный / срок повторной проверки

Результат проверки / что ещё требуется

Цифровая безопасность и ИИ

Авторские темы для обсуждения по возрасту • материалы о данных: источник [5]

Тема	Практическое действие
Пароли и доступ	Учимся распознавать просьбу сообщить код; обсуждаем безопасный вход и помощь взрослого.
Чужой контент	Проверяем автора, дату и первоисточник сообщения. Отличаем мнение от подтверждённого факта.
Общение в сети	Разбираем правила чата, уважение к границам и порядок обращения за помощью при травле.
Фото и личные данные	Обсуждаем разрешение на публикацию, цифровой след и последствия распространения чужих сведений.
ИИ в учебной работе	Обсуждаем школьные правила, проверку ответа, указание помощи ИИ и защиту данных детей.

Наши договорённости / когда вернёмся к проверке

Работа с семьями: план

Темы уточняются по запросам родителей и возрасту детей

Период / тема	Цель встречи	Формат / участники	Что согласуем
Старт / адаптация			
Учебные привычки			
Общение / климат			
Безопасность в сети			
Поддержка выбора			
Нагрузка / отдых			
Итоги / достижения			
Другая тема			

Заранее обозначайте цель и время встречи. Индивидуальные ситуации обсуждайте отдельно.

Встреча с родителями 01

Дата _____ • формат _____ • число участников _____

Тема / цель / приглашённые специалисты

Вопросы и предложения родителей

Решение / договорённость	Кто делает	Срок	Проверка

Как доведены решения / что осталось обсудить

Встреча с родителями 02

Дата _____ • формат _____ • число участников _____

Тема / цель / приглашённые специалисты

Вопросы и предложения родителей

Решение / договорённость	Кто делает	Срок	Проверка

Как доведены решения / что осталось обсудить

Индивидуальные контакты 01

Короткая фиксация разговора и следующего шага

Дата / № ученика	Тема / запрос	Договорённость	Кто / срок / следующий контакт

Записывайте согласованный шаг; оценочные суждения о семье не помогают проверить результат.

Индивидуальные контакты 02

Короткая фиксация разговора и следующего шага

Дата / № ученика	Тема / запрос	Договорённость	Кто / срок / следующий контакт

Записывайте согласованный шаг; оценочные суждения о семье не помогают проверить результат.

Запрос семьи на поддержку

Ученик / № _____ • дата _____ • рабочая карточка

Какой вопрос семья хочет решить

Какая помощь доступна / к кому обратиться

Что согласовано с семьёй / ответственный

Срок / способ обратной связи

Результат / дальнейшая потребность

Голос учеников

Короткая обратная связь о жизни класса; можно собирать анонимно

Что в нашем классе помогает мне учиться и общаться?

Когда я чувствую поддержку?

Что хотелось бы изменить?

Какое общее дело я хочу предложить?

После обсуждения выберите 1-2 общих действия. Не обещайте абсолютную конфиденциальность, если сообщение требует помощи для безопасности ребёнка.

Когда сообщим о результате

Договорённости класса

Формулируем вместе, проверяем на понятность и возвращаемся к ним

Как мы поступаем	Зачем это нужно	Как поддержим правило

Дата обсуждения / когда пересматриваем / предложение детей

Банк классных часов 01

24 авторские темы на выбор; это не официальный календарь «Разговоров о важном»

Тема	Формат	Возможный результат
Знакомство и принадлежность	Карта интересов класса	Общее дело, где есть роль каждому
Как просить о помощи	Разбор школьных ситуаций	Карта взрослых и способов обращения
Учимся договариваться	Ролевая задача в паре	Три понятных правила разговора
Когда шутка ранит	Обсуждение примеров по возрасту	Способ остановить обидное общение
Личные границы	Безопасные учебные кейсы	Фразы отказа и обращения за помощью
Планируем время	Составление реальной недели	Баланс занятий, отдыха и сна
Ошибка как шаг к учёбе	Обсуждение опыта без отметок	Один приём самопроверки
Проверяем информацию	Сравнение двух сообщений	Автор, дата, источник, доказательство
Цифровой след	Разбор макета публикации	Решение, какие данные не публиковать
ИИ: помощь и проверка	Сопоставление ответа с источником	Правила честной учебной работы
Семейные традиции	Рассказ по желанию ребёнка	Уважение к разному семейному опыту
Мы создаём класс	Проект удобного пространства	Одно реализуемое изменение

Банк классных часов 02

24 авторские темы на выбор; это не официальный календарь «Разговоров о важном»

Тема	Формат	Возможный результат
История нашей улицы	Мини-исследование источников	Карта или рассказ с указанием источника
Как работает музей	Подготовка вопросов к экскурсии	Наблюдение и короткая рефлексия
Профессии рядом	Встреча с представителем профессии	Вопросы о задачах и навыках
Моя первая профпроба	Практическая задача по возрасту	Что заинтересовало / что попробовать
Вклад в общее дело	Планирование полезного проекта	Посильная роль и проверяемый результат
Экологичная привычка	Наблюдение в школе или дома	Одна привычка и срок наблюдения
Безопасный маршрут	Анализ знакомого маршрута	Опасные места и безопасные действия
Деньги и решения	Разбор покупок и рекламы	Различие желания и необходимости
Как поддержать друга	Обсуждение способов поддержки	Слушать и вовремя звать взрослого
Готовимся к переменам	Карта вопросов о новом этапе	Список доступной поддержки
Чему мы научились	Портфолио класса	Достижения без ранжирования детей
Безопасные каникулы	Ситуации по сезону и возрасту	Личный план и контакты помощи

Календарь учебного года

Учебный год 20__ / 20__ • периоды и каникулы впишите по школьному календарю

Месяц	Разворот	Учебный период / важные даты	Каникулы / изменения
Сентябрь	62-63		
Октябрь	64-65		
Ноябрь	66-67		
Декабрь	68-69		
Январь	70-71		
Февраль	72-73		
Март	74-75		
Апрель	76-77		
Май	78-79		
Июнь	80-81		

Слева в каждом месячном развороте - календарь и приоритеты; справа - действия и результаты. Все даты остаются редактируемыми.



Сентябрь / обзор

Год _____ • календарные числа и каникулы впишите по плану школы

Адаптация и отношения

Что поможет каждому почувствовать себя частью класса?

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
—	—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	—	—

Три главных приоритета месяца

Сентябрь / действия

Запланировали - провели - заметили результат

Дата / дело / направление	Для кого / цель	Кто делает / ресурс	Результат / следующий шаг

Кому нужна поддержка

Что получилось / перенести

Неделя 01

С _____ по _____ • месяц _____ • учебный период _____

Главный результат недели

День / дата	Дело / время / участники	Результат / следующий шаг
Понедельник		
Вторник		
Среда		
Четверг		
Пятница		
Суббота / вс.		

Контакты / кому помочь

Итог / перенести / проверить

Неделя 02

С _____ по _____ • месяц _____ • учебный период _____

Главный результат недели

День / дата	Дело / время / участники	Результат / следующий шаг
Понедельник		
Вторник		
Среда		
Четверг		
Пятница		
Суббота / вс.		

Контакты / кому помочь

Итог / перенести / проверить

Короткий итог периода

Период _____ • дата _____ • обсудили с _____

Цель / договорённость	Наблюдаемый результат	Что помогло / мешало	Что меняем дальше

Обратная связь детей / вопрос на следующий период

Итоги года: изменения

Сопоставьте результаты с целями на с. 20 и наблюдениями на старте

Главные достижения и подтверждающие примеры

Участие детей / отношения / самостоятельность

Какая поддержка оказалась полезной

Что узнали от детей и родителей

Приоритеты следующего учебного года

Педагогическая характеристика

Рабочий конструктор: только относящиеся к цели сведения и проверяемые факты

Для какой цели / кому адресована / период наблюдения

Ученик / сильные стороны / интересы

Учебная деятельность: наблюдение и пример

Общение и участие: наблюдение и пример

Условия поддержки / динамика

Выводы, рекомендации / автор / дата

Лето и передача дел

Отметьте завершённое и назначьте ответственного за незакрытые вопросы

Задача / вопрос	Что уже сделано	Кто / срок	Статус / куда передано
Итоги и обратная связь			
Информация о следующем этапе			
Поддержка отдельных учеников			
Безопасность на каникулах			
Летние возможности / интересы			
Проверка рабочих контактов			
Хранение документов			
Другие договорённости			

Источники и пояснения

Проверено 06.09.2026 • названия карточек ниже являются активными ссылками в PDF

[1] План воспитательной работы

ЕДСОО. «Как разработать общешкольный календарный план воспитательной работы». План конкретизируется на год и может корректироваться. Использовано для структуры годовых, месячных и недельных форм.

[2] Историческое просвещение: 2026/27

Минпросвещения России. Письмо от 27.08.2026 № 03-1624 «Об организации исторического просвещения...». Добавлена карточка местной истории, музейного и исследовательского проекта.

[3] «Разговоры о важном»

Официальный сайт проекта: материалы выбираются по возрастной группе и учебному году. Темы в банке этого журнала разработаны отдельно и не подменяют официальный календарь.

[4] Профориентация: 6-11 классы

Официальная платформа «Билет в будущее», «Конструктор будущего». Курс «Россия - мои горизонты», календарно-тематический план и рабочая программа.

[5] Персональные данные

Федеральный закон от 27.07.2006 № 152-ФЗ, ст. 5: сведения должны соответствовать цели обработки и не быть избыточными. Принцип учтён при переработке граф.

Как обновлять материалы

Рабочий маршрут проверки перед началом года и при изменениях

Школьный календарь

Перенесите даты каникул, собраний и общих дел из утверждённого школьного плана. Названия периодов и объём заполнения определяйте по школьной системе.

Федеральные образовательные программы

Откройте раздел ЕДОО и выберите свой уровень образования. Сверяйте школьную программу воспитания и её календарный план с актуальными документами.

Темы ближайших занятий

На 06.09.2026 у «Разговоров о важном» доступен раздел 2026/27; на профориентационной платформе опубликованы сентябрьские занятия 2026 года. Доступность последующих материалов проверяйте по мере выхода.

Сведения об учениках

Определите цель каждого поля, круг доступа и место хранения. Открытые ИИ-сервисы и общие чаты не используйте для передачи заполненных страниц с персональными данными.

Что является авторским

Структура, формы, 24 темы, подсказки и визуальный дизайн этого журнала - редакционная разработка. Номера в квадратных скобках ведут к источникам на с. 126.

Рефлексия педагога

Что стоит сохранить в своей работе, а что сделать проще

Что в этом году приносило смысл и удовлетворение

Какие действия действительно помогали детям

Что можно сократить или организовать иначе

Чему хочу научиться / у кого попросить поддержку

Один следующий шаг

ЦентрМаг



Каждый важен.

- Знать каждого.
- Планировать вместе.
- Замечать изменения.



ВДОХНОВЛЯТЬ

