

ГБОУ СОШ №653
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ
(ХИНДИ И АНГЛИЙСКОГО)
КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ИМЕНИ РАБИНДРАНАТА ТАГОРА

Портфолио

Ученицы 8



Санкт-Петербург
2019

Резюме

ФИО: Орлова Ксения Алексеевна

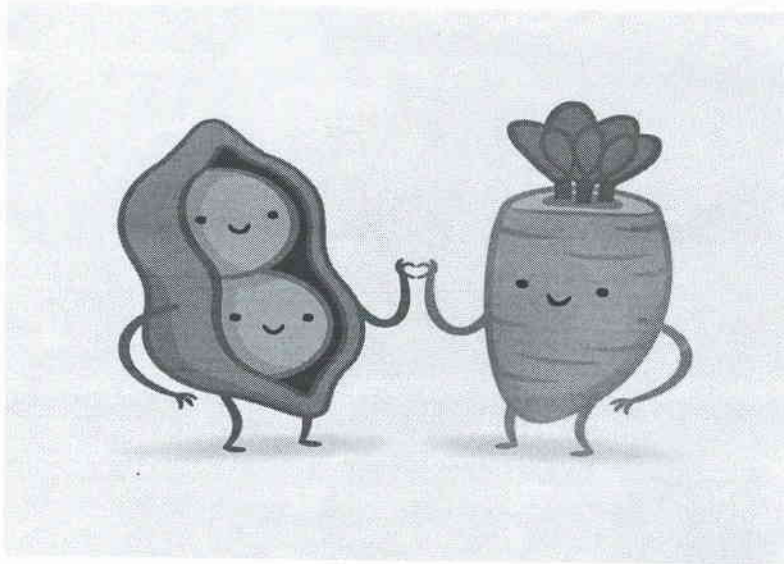
Дата рождения: 22.06.2004

Место рождения: Россия, Санкт-Петербург

Образование: ГБОУ СОШ №653 2011 – наст. время

Заболевания: Отсутствуют

Показатели	В начале года	В конце года
Рост	166	168
Вес	47	49



Мудрые Мысли

Ты можешь сказать, что у тебя плохая генетика, плохой обмен веществ, а можешь просто подняться с дивана и начать работать над собой, задаться целью и верить в себя. В этом случае ты обязательно добьешься успеха.

Арнольд Шварценеггер.

Если человек сам следит за своим здоровьем, то трудно найти врача, который знал бы лучше полезное для его здоровья, чем он сам.

1. Сократ.



Способы ведения здорового образа жизни

1. Часто пить воду, чтобы выводить вредные вещества из организма
2. Делать зарядку по утрам
3. Не питаться вредной пищей
4. Есть только полезные продукты
5. Спать +- 8 часов и ложиться в одно и то же время



Библиография

Ты можешь больше, чем ты думаешь

Армстронг, Томас

Эта книга поможет детям по-новому взглянуть на свои возможности. Что значит считать себя умным? Каждый из нас когда задумывается об этом. Многим (особенно родителям и учителям) кажется, что умнее тот, кто получает хорошие оценки в школе и самые высокие баллы за тесты. Но что на самом деле значит быть умным? Об этом стоит задуматься раньше, чем ты станешь взрослым. Интеллект — это не только хорошие оценки, высокие результаты тестов и умение запоминать. На самом деле, интеллект проявляется во многом — в творчестве, в музыке, в спорте...

Разум чемпионов. Как мыслят, тренируются, побеждают великие спортсмены

Афремов Джим

У всех людей больше общего, чем различий, и любому по силам развить те качества, которые мы ценим в других. Зачем пытаться просто их копировать, если можно максимально реализовать собственный потенциал и таланты и достичь уровня любимых спортсменов? Придерживаясь этого принципа и работая

во всю силу, вы лепите из себя чемпиона и добиваетесь совершенства. Ваша основная задача – развить чемпионский образ мыслей. Если хотите показывать результаты как у лучших из лучших, нужно и думать как они.