

ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ

РОДИТЕЛЯМ

ТАТЬЯНА ПОПОВА «ЗДОРОВЫЕ ПРИВЫЧКИ. ДЕТСКАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ»

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ, МАНН, ИВАНОВ
И ФЕРБЕР, 2023 – 80 СТРАНИЦ, 0+

Детская
энциклопедия

Чевостик



Татьяна Попова

Здоровые
привычки

ОПИСАНИЕ

Герой Чевостик решил стать врачом, но для этого ему предстоит совершить множество открытий. Вместе с дядей Кузей они отправятся в путешествие и узнают, как возникла гигиена и зачем перед едой мыть руки, почему нужно делать зарядку, правильно питаться и заниматься спортом, а также, что такое ментальное здоровье и как проявлять о нем заботу. Книга обогащает знаниями о здоровом образе жизни и дает ответ на вопрос:

«Почему важно следить за своим здоровьем с детства?»





ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

- ❓ *Что интересного для себя ты узнал/а о гигиене?*
- ❓ *Как справляться с вредными привычками?*
- ❓ *Почему так важно делать зарядку?*
- ❓ *Давай вместе придумаем твою собственную зарядку, движения которой тебе было бы приятно выполнять. Попробуем делать ее по утрам в течение 7 дней?*
- ❓ *Что интересного ты узнал/а о здоровье зубов? Как ты можешь применить эти знания в своей жизни?*
- ❓ *Что ты узнал/а о ментальном здоровье? Какими способами ты можешь позаботиться о своем ментальном здоровье?*
- ❓ *Как можно бороться с обидчиками?*