

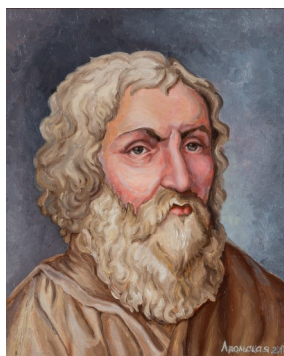
ЧИТАЙ И БУДЬ ЗДОРОВ!

- Барин Л.Г. Мама, папа, я - здоровая семья, - СПб.: Питер, 2005, 254 с.
- Березин И.П., Дергачев Ю.В. Школа здоровья, - Минск: Вышейшая школа, 2004, 303 с.
- Буцкина Д.К. Младший школьник, - Москва: Аверсев, 2001, 152 с.
- Воеводина О.Л. Здоровый малыш, - Москва: Физкультура и спорт, 1989, 232 с.
- Зудина Р.О. Пароль в страну здоровья. Москва.: Физкультура и спорт, 2004, 112 с.
- Кузина Р.А. Школа здоровья, - Москва: Луч, 2000, 202 с.
- Куркович А.О. Здоровый образ жизни, - Москва: Овал, 2002, 233 с.
- Куценко Г.И., Новиков Ю.В. Книга о здоровом образе жизни, - Москва: Аверсев, 1997, 393 с.
- Лебедева Н.И. Формирование здорового образа жизни младших школьников. Москва.: ИВЦ Минфина, 2005, 112 с.
- Лещинский Л.А. Берегите здоровье. Москва: Физкультура и спорт, 1995, 303 с.
- Мир детства: Младший школьник / Под ред. А.Г. Хрипковой, Отв. ред. В.В. Давыдов. - М.: Педагогика, 1981, 400 с.
- Панкратьева Н.В. и др. Здоровье - социальная ценность: Вопросы и ответы. Москва.: Мысль, 2002. 236 с.
- Слостенин В., Исаев И., Шиянов Е. Педагогика, - Москва: Луч, 2000, 592 с.



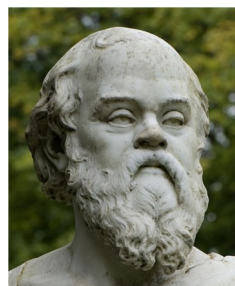
Все здоровые
люди любят
жизнь.

Генрих Гейне



Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь.

Гиппократ



Движение — кладовая жизни.

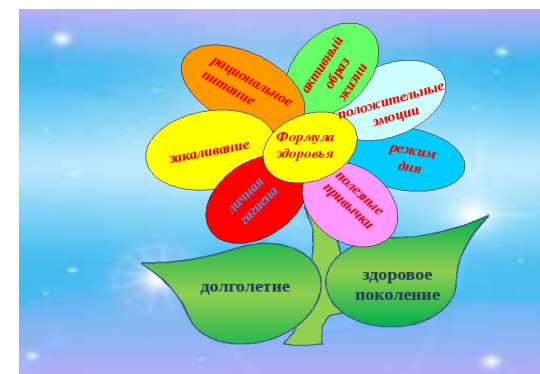
Плутарх

Наш адрес:
ст. Камышевская
улица Победы, 30
Телефон: (863 91) 47 714
Составитель: Макарян Э.С.

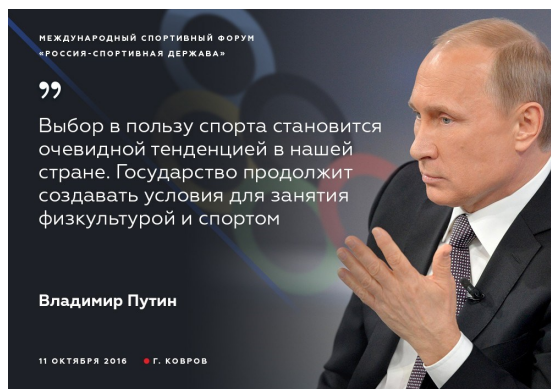
Камышевский отдел
МБУК ЦР «ЦМБ»



Наш друг—
здоровье!



ст. Камышевская
2019



В современном обществе высоко ценится здоровый образ жизни. Он служит неким оценивающим критерием успешности человека, показателем его целеустремленности. Легко быть ленивым и при этом винить низкий обмен веществ, сложнее следить за собой каждый день и быть примером для окружающих.



Алкогольная или табачная зависимость пагубно влияет на здоровье любого человека. Такие вредные привычки ухудшают самочувствие любого человека. Имея такие вредные привычки, организм не будет получать нужное количество питательных веществ, снизится аппетит, появятся проблемы с иммунитетом, что в совокупности пагубно влияет на самочувствие и здоровье организма. Отказавшись от вредных привычек, появится множество свободного времени и уменьшится риск заболеваний.

Пароль в мир здоровья!



Юсин А. А. Я купил велосипед [Текст]/ А.А. Юсин. - М. : Молодая гвардия, 1984. - 178 с. - (Если хочешь быть здоров)

Велосипед - удивительная машина, двухколесный друг человека. Он помогает почувствовать скорость, радость преодоления сотен километров, закаляет характер, воспитывает терпение, дарит здоровье. В книге «Я купил велосипед», адресованной физкультурникам любого возраста, новинкам и ветеранам, автор постарался ответить на все вопросы, связанные с велосипедом: какая машина лучше, как научиться кататься, как разбирать велосипед, где его хранить и т.п.

