

Ауырмау үшін не істеу керек?

Как стать Нобеловкой?



Для учащихся 3 – 4 классов

**Здоровье – клад бесценный**

(Казахская народная пословица)

Береги платье снову, а здоровье смолоду

(Русская народная пословица)

Как устроен человек?

Человек / пер. с англ. Мосолова.-М.:ООО  
издательство «Астрель», 2001.-112с.:ил.

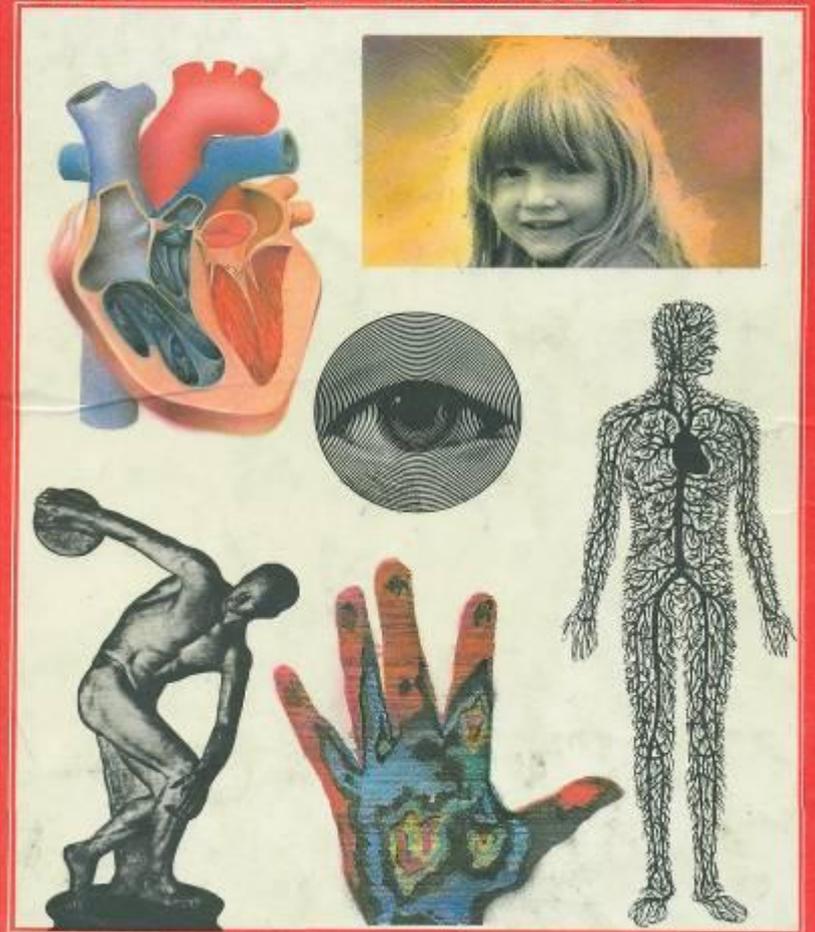


Из чего мы сделаны? Как выглядит наша кожа под микроскопом? Почему у людей разный цвет кожи? Как череп защищает твой мозг? Как мы передвигаемся? Могут ли мышцы работать без усталости? Спит ли твой мозг, когда ты спишь? Как работают органы вкуса и обоняния? Как сердце качает кровь? Эта книга – отличная возможность узнать все о человеческом организме. В ней можно найти много интересных фотографий, рисунков и удивительных фактов. Её можно использовать для занятий в школе или просто для увлекательного чтения.

# Дорохов А.А. Про тебя самого.- М.: Дет. Лит., 1989.-56 с.:ил.

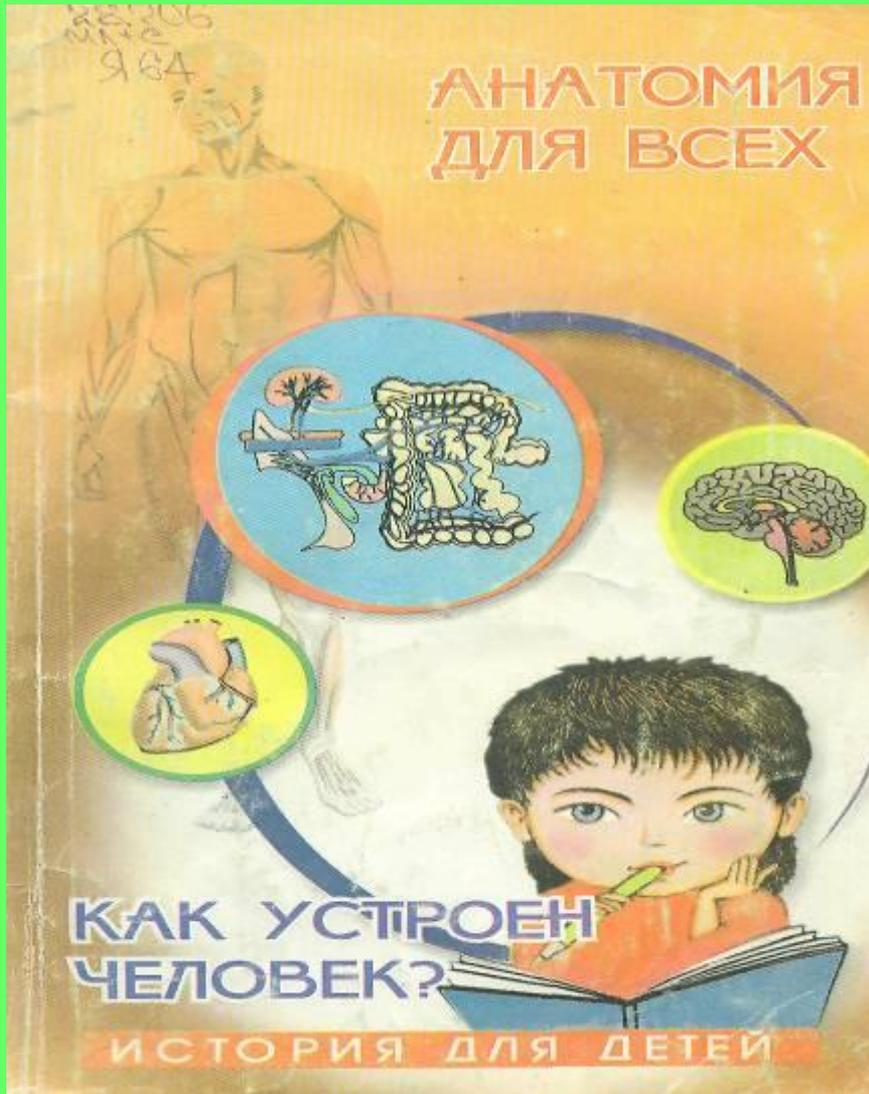
Алексей Дорохов  
**ПРО ТЕБЯ САМОГО**

ИЗДАТЕЛЬСТВО  
ДЕТСКАЯ  
ЛИТЕРАТУРА

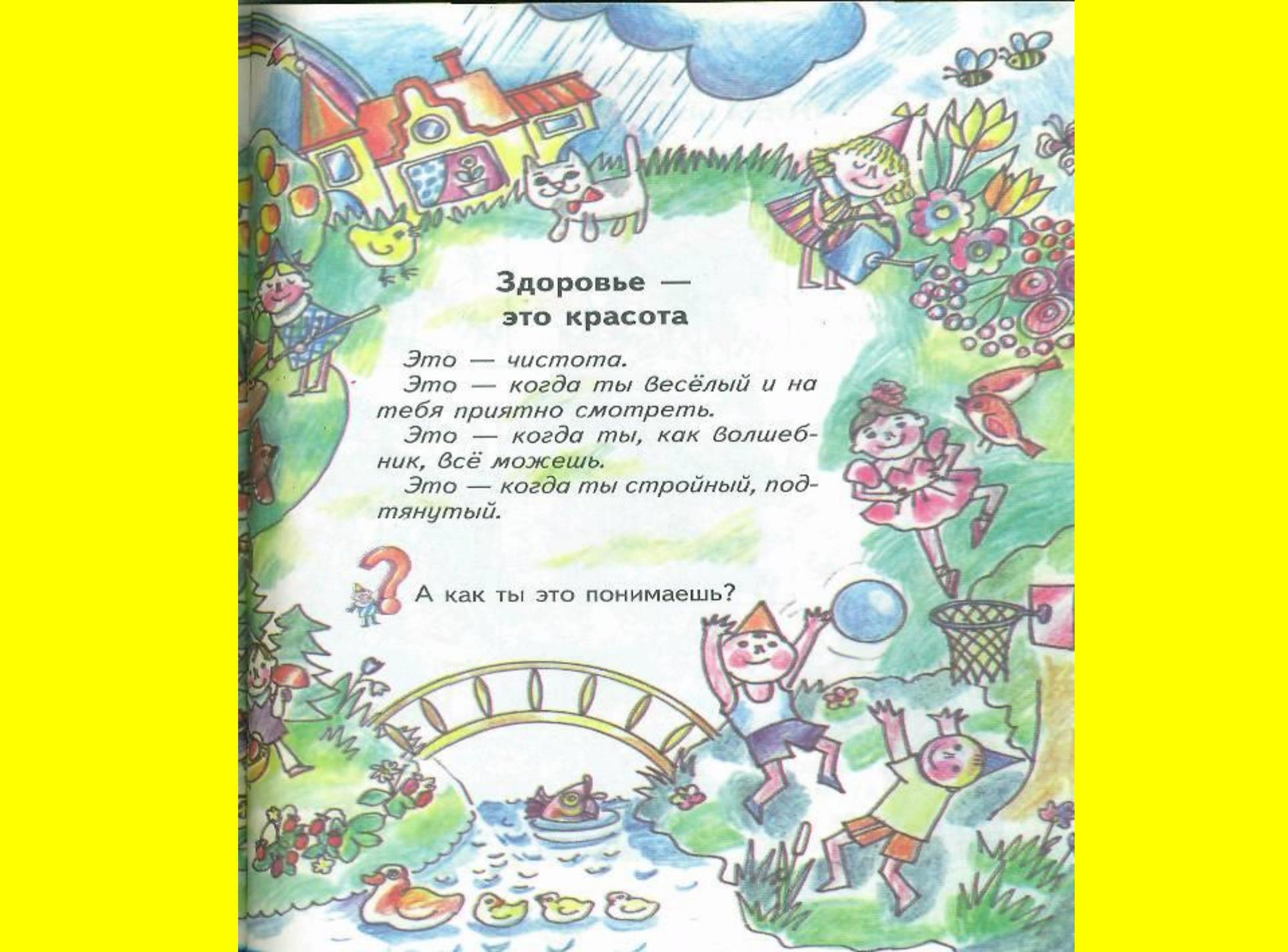


Из тридцати коротких рассказов, помещенных в этой книге, ты сможешь узнать о том, как устроено твое тело, что такое аппетит, полезна или вредна боль, а также о том, бывают ли живые электростанции, чем мозг человека похож на боевую рубку линкора, какая «телефонная сеть» проложена по всему твоему телу; достаточно ли ты вешишь и как тебе перестать простужаться. Попутно ты прочтешь о стальном сердце и стеклянных легких, о невидимых врагах и неслышных защитниках и о многом другом, не менее интересном.

Яновская Т.Ю. Как устроен человек? История для детей.-Ростов н/Д:Феникс, 2000.-224с.



Вам когда-нибудь приходилось выполнять упражнения «Ванька-встанька»? А «Тяни - Толкай»? Или «Зажми нос»? Неужели не приходилось? А ведь эти и многие другие упражнения, если их правильно выполнять, помогут хорошо работать вашему сердцу, легким, мышцам, глазам, носу, помогут вашим рукам стать сильными и ловкими, ногам – быстрыми, укрепят вашу нервную систему. Отправляйтесь в путешествие. По этой книге с маленьким смешным человечком Тили, и узнаете, как интересно устроен ваш организм, как он изменяется с возрастом, почему нужно каждый день пить молоко, кефир, или ряженку, чем полезны ванны с солью, крахмалом и отрубями, и ещё много чего интересного и полезного.



## Здоровье — это красота

*Это — чистота.*

*Это — когда ты весёлый и на  
тебя приятно смотреть.*

*Это — когда ты, как волшеб-  
ник, всё можешь.*

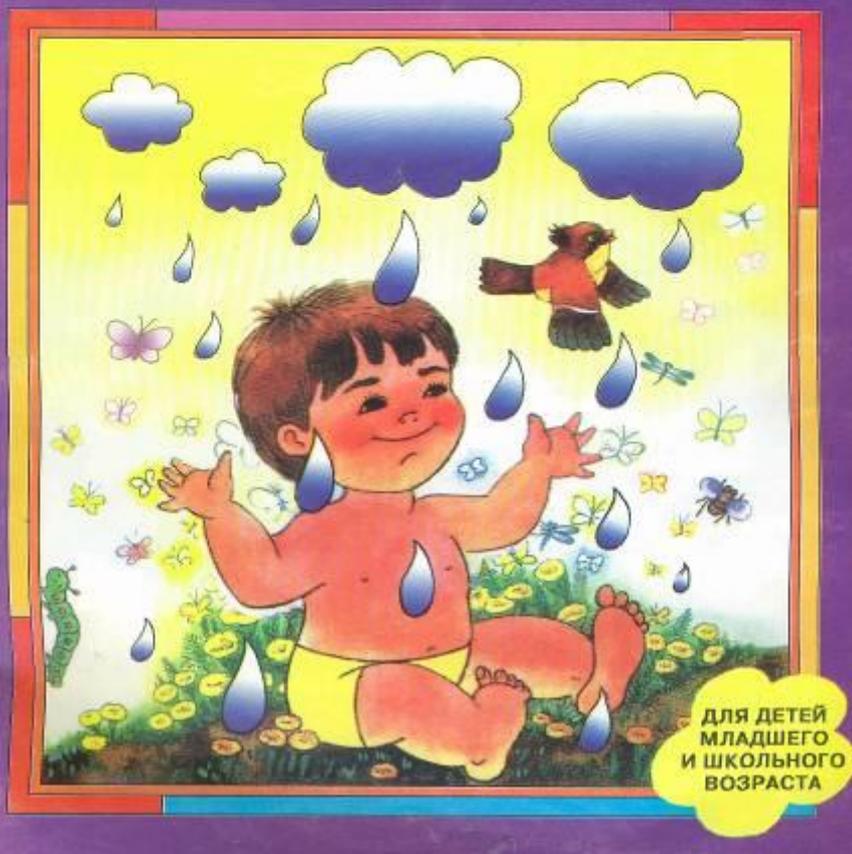
*Это — когда ты стройный, под-  
тянутый.*



А как ты это понимаешь?

Помогите себе быть здоровыми и счастливыми.

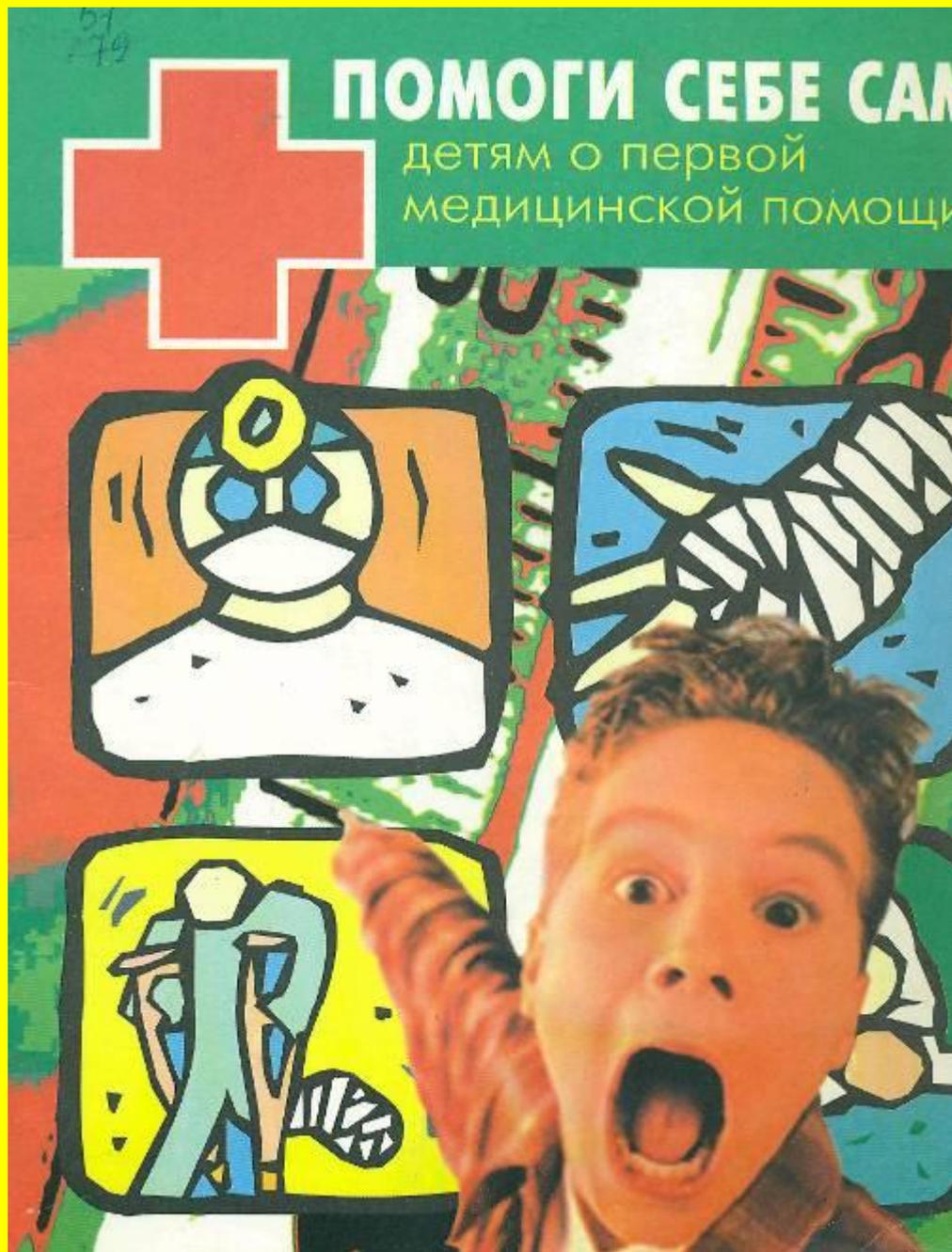
# Ои екі өсиеттің тарихы История двенадцати заповедей



Мальчик по имени Даурен, который приехал на каникулы в гости к бабушке с бабушкой в аул, спросил у своего деда: «Дедушка, о тебе в ауле говорят что ты знаешь какой-то секрет, потому что ты хоть и стар, а силен как барс и мудр как беркут, и все несчастья обходят твой дом стороной!»

И дедушка рассказал о том, как много лет назад встретил на своем пути мудрого человека, который всю жизнь искал ответ на вопрос: как сделать людей счастливыми и здоровыми, чтобы они жили в мире с собой и природой. Звали этого человека Порфирий Иванов. Он все-таки нашел ответ на этот главный вопрос. И своей жизнью доказал, что ответ верный он не стал скрывать от всех открытую им тайну, а все рассказал в 12 заповедях, названных «Деткой» и попросил своих учеников щедро делиться этими знаниями с другими.

Если вы тоже хотите вместе с Дауреном познакомиться с этими заповедями и с 12 занимательными историями, обращайтесь к этой книге.



Дубравина С.В., Плетминцева И. С.

Первая медицинская помощь детям и взрослым, оказанная детьми.-М.: «Поматур» ,2001.-48 с, ил.-(серия «Помоги себе сам»).

Цель этой книги – научить вас, как действовать, если несчастный случай произошел с вами, или с кем-то другим на ваших глазах. К сожалению, многие плохо знают правила оказания первой помощи. Они не могут помочь и впадают в панику. Эта книга рассказывает вам о нескольких простых приемах, которые вы сможете применить при несчастных случаях. Умение лечить небольшие раны, снимать раздражения, и даже спасти чью-то жизнь пригодится всегда. К сожалению, многие плохо знают правила оказания первой помощи. Они не могут помочь и впадают в панику. Эта книга рассказывает вам о нескольких простых приемах, которые вы сможете применить при несчастных случаях. Умение лечить небольшие раны, снимать раздражения, и даже спасти чью-то жизнь пригодится всегда.

Семенова И.И. Учись быть здоровым, или как стать Неболейкой.-М:Изд-во «Педагогика», 1989



Вы никогда не слышали про страну Растяпию? Догадываетесь, как называются жители этой страны? А ведь в эту страну можно запросто попасть, если забыть об осторожности! Например, если устроить с другом бой на палках и, размахавшись этими палками, поранить друг друга. Или если побежать на проезжую часть улицы за укатившимся футбольным мячом.

А в Стране ватных одеял все предметы мягкие – мягкие, даже заборы сделаны из огромных пуховых подушек. Ведь в этой стране живут Куталки. Ребята они хорошие, но уж очень боятся злой простуды. Из дома они выходят, только закутавшись в тулупы, валенки, и очень теплые шапки.

Улицы в этой стране застелены коврами, ведь куталки боятся споткнуться, упасть и ушибиться!

Семенова И.И. Учись быть здоровым, или как стать Неболейкой.-М:Изд-во «Педагогика», 1989



Но, пожалуй, хуже всего живется в стране Трухляндии! Ведь у всех ее жителей пропало хорошее настроение. Они не могут ни кашу варить, ни пол мести, ни даже завязывать шнурки на своих ботинках! Целый день они все хнычут и плачут.

Вам ещё не стало жаль всех этих Куталок, Растяп, Трухляндцев? Может быть, вы хотите им помочь? Тогда обрушайтесь к этой книге. Она расскажет вам много интересного о человеческом организме, поможет стать ловкими и меткими, обрести правильную осанку и красивую походку. Будет очень здорово, если вы прочтете эту книгу вместе с родителями. Ведь для них там тоже есть немало полезных советов!



## Здоровье — это счастье

*Когда ты здоров, ты улы-  
баешься, хочешь прыгать, иг-  
рать и даже учиться.*

*Это весёлая жизнь.*

*Ты смело думаешь о будущем.*

*Ты чувствуешь радость, и тебе  
хочется, чтобы всем было хорошо.*

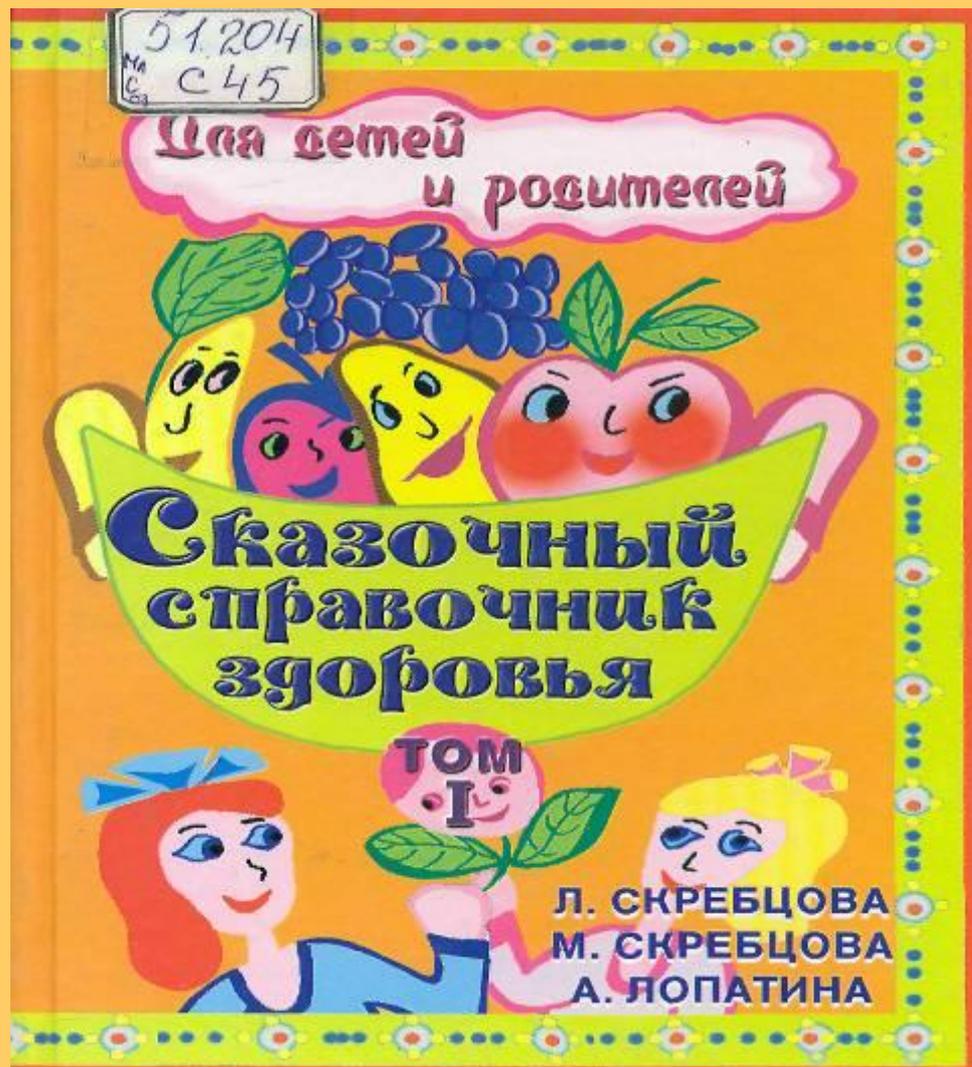
*Тебе хочется всех любить, де-  
лать добрые дела!*

Нарисуй в своём альбо-  
ме счастливых людей,  
себя, когда ты счастлив.



Лекарственные растения – наши верные друзья.

Скребцова Л., Скребцова Н., Лопатина А. Сказочный справочник здоровья для детей и родителей.-М:2004.-272с.-(серия «Ценные дары природы»).



В этой книге вас ждут необыкновенные встречи с Лесной Яблонькой и Невестой Вишенкой, Мудрой Грушей и Малиновой Принцессой, Сливовой Феей и Знахарем Черничного Королевства. Они расскажут вам о целебных свойствах фруктов и ягод и научат, как приготовить очень вкусные и полезные кушанья.

Надеждина Н. Во саду ли, в огороде. Рассказы.-М.:Изд-во «Детская литература», 1972.



Эта книга расскажет вам о необычных докторах – капусте, репе, моркови, фасоли, об арбузе, который поил зверей, о невидимой стране, спрятанной в луковице, о редьке которую вулкан сделал великаншей. В общем, о тех, кто на огороде растет, нам здоровье несет.

Читайте книги – и будьте здоровы!

# Автор: Ткачёва Г.А.

- В презентации использованы книги из фонда библиотеки.