

Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Централизованная библиотечная система»
Центральная городская детская библиотека им. Н. К. Крупской
Библиотечно-информационный центр



Здоровье от самой природы

ко всемирному дню здоровья

Составитель: Половинко А.С.

Батайск
2021

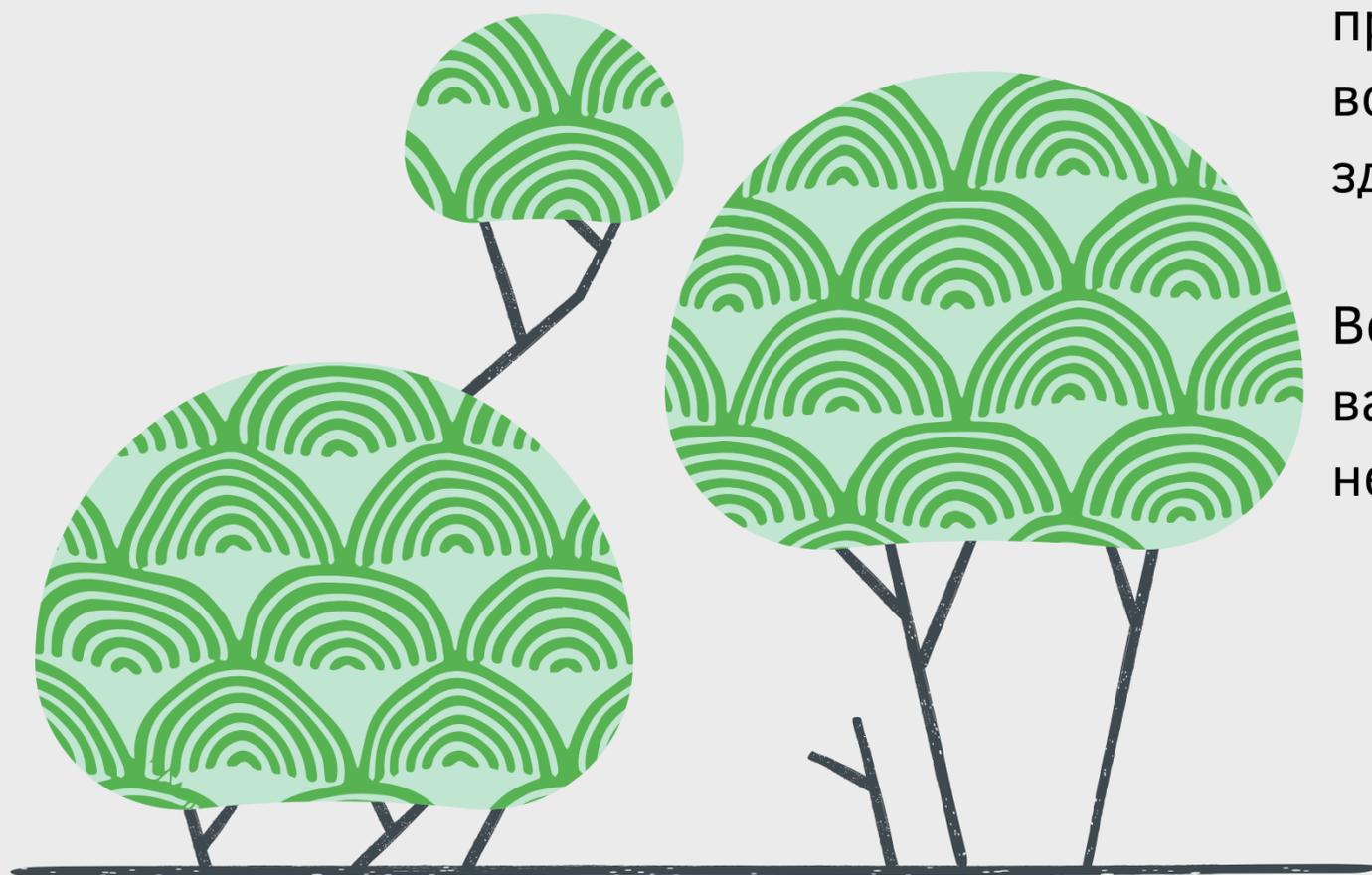
0+

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

история праздника

Всемирный день здоровья отмечается **7 апреля** в ознаменование годовщины основания Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в 1948 году. С 1950 года Всемирный день здоровья проводится ежегодно с целью привлечения внимания людей во всем мире к основным проблемам общественного здравоохранения, стоящим перед международным сообществом.

Всемирный день здоровья в 2021 году позволяет вспомнить о важности душевного и физического здоровья, а также необходимости его своевременной профилактики.



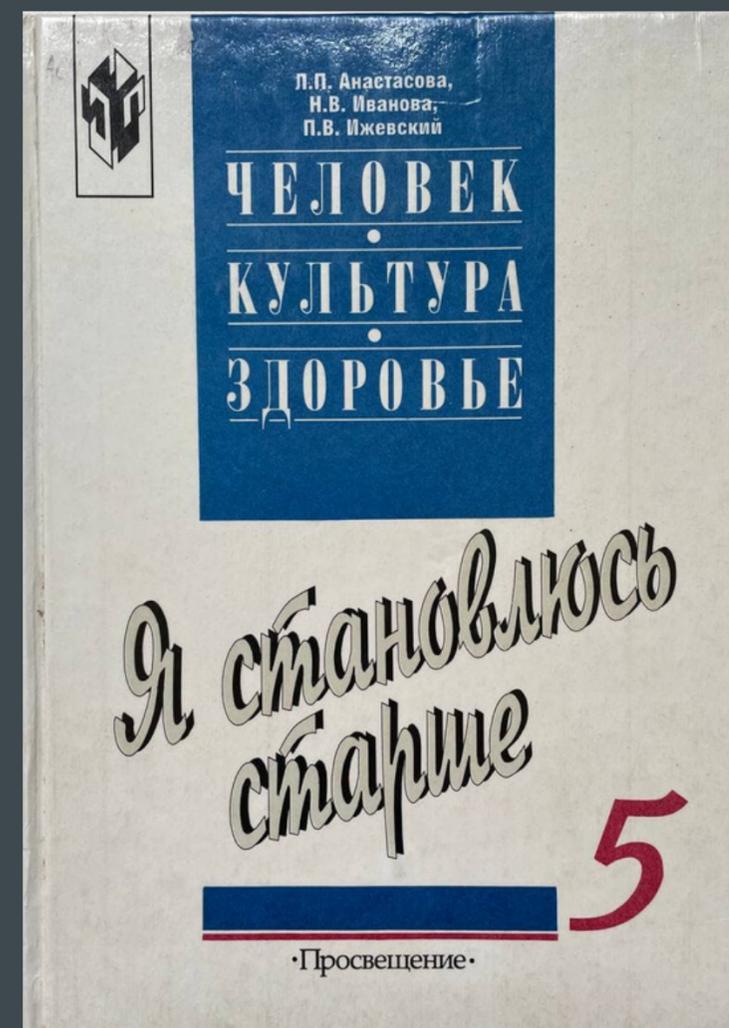
Рекомендуемые произведения художественной и отраслевой литературы по формированию здорового образа жизни

"Здоровье и болезнь"

Человек. Культура. Здоровье : я становлюсь старше

В пособии идет речь об анатомо - физиологических особенностях развивающегося организма младших подростков, периоде их полового созревания, психологических особенностях. Пособие может быть использовано в качестве дополнительного при изучении биологических дисциплин, ОБЖ, основ психологии. Обо всём этом и не только в книге Человек. Культура. Здоровье: Я становлюсь старше. 5 класс

Анастасова, Л.П. Человек. Культура. Здоровье : я становлюсь старше : пособие для учащихся 5 кл. / Л. П. Анастасова, Н. В. Иванова, П. В. Ижевский. - Москва : Просвещение, 1998. - 142 с. : ил.; 25 см.

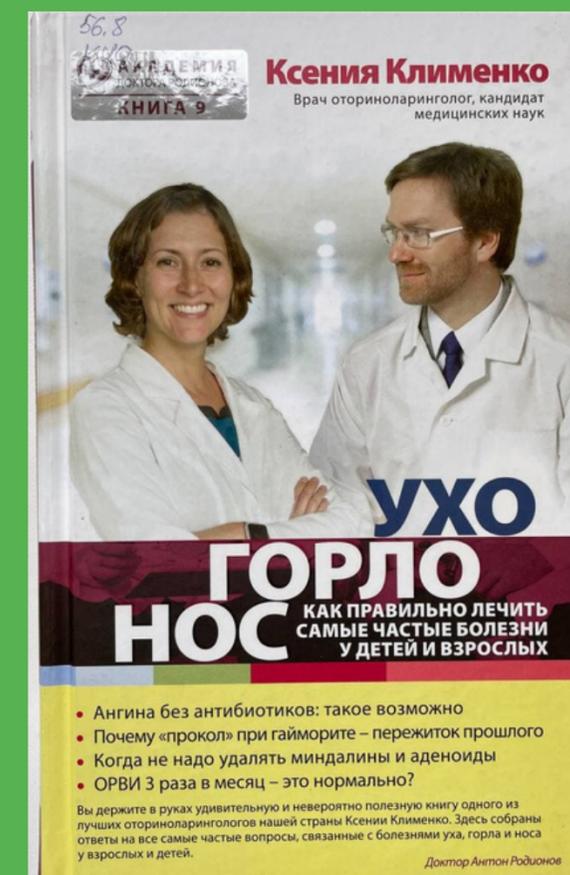


"Здоровье и болезнь"

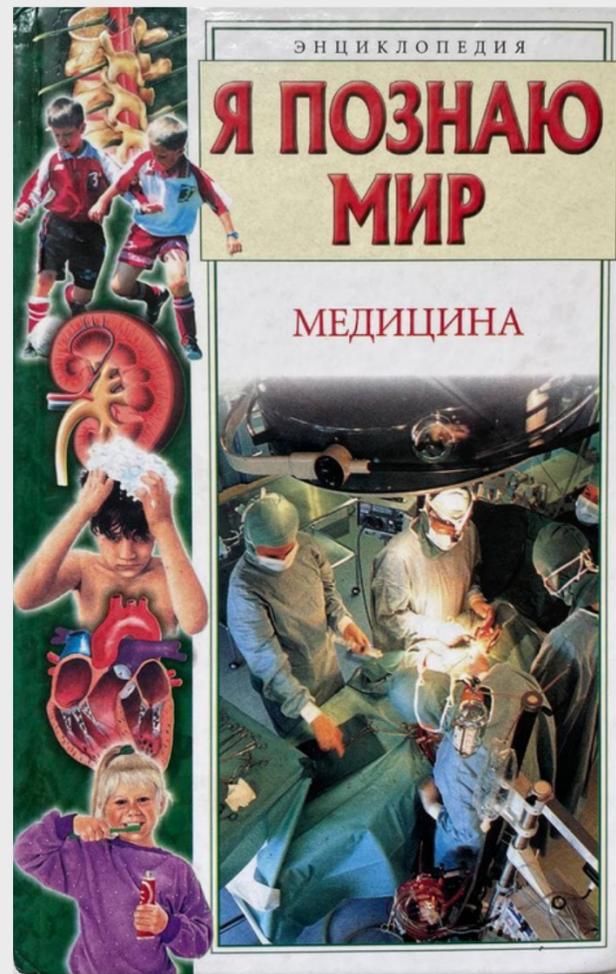
"Ухогорлонос. Как правильно лечить самые частые болезни у детей и взрослых"

У каждого человека хотя бы раз в жизни болело горло, шумело в ушах или закладывало нос. Недиagnosticированная ангина, не вовремя принятые антибиотики, недолеченный отит могут приводить к тяжелым хроническим последствиям. Чтобы этого не случилось, важно вовремя распознать начинающуюся болезнь и узнать все об эффективном лечении. Из этой книги вы узнаете, как отличить вирусную ангину от бактериальной, когда прием антибиотиков показан, а когда это может привести к хронизации заболевания, чем вредны капли от насморка, что делать, если у ребенка часто болят уши, почему не стоит торопиться с удалением аденоидов. Теперь вы сможете сами разобраться в основных видах заболеваний ЛОР-органов и оказать первую помощь в домашних условиях.

Клименко, К. УХОГОРЛОНОС: как правильно лечить самые частые болезни у детей и взрослых / Ксения Клименко. - М.: Издательство "Э", 2017. - 160 с. (Академия доктора Родионова).



"Здоровье и болезнь"



"Я познаю мир. Медицина"

В доступной форме автор рассказывает детям об истории медицины, знаменитых врачах, устройстве человеческого организма, болезнях и лекарствах. Книга может ответить на множество «трудных» вопросов, которые ставят в тупик родителей.

Как и все предыдущие книги серии «Я познаю мир» том «Медицина» иллюстрирован и снабжен предметноименным указателем, позволяющим использовать его как справочник.

Издание рекомендуется в качестве пособия для учащихся младших и средних классов школ, гимназий и лицеев, послужит хорошим помощником учителям и родителям.

Я познаю мир. Медицина : дет. энцикл. / авт. - сост. Н.Ю. Буянова; худож. А.В. Кардашук, Т.В. Березкина, Е.В. Дедова. - М.: АСТ, 2006. - 398, [2] с.: ил.



"Поход к врачу"



Я иду к врачу!

Книги серии «Сказкотерапия» помогут ребёнку адаптироваться к стрессовым ситуациям, с которыми он сталкивается в повседневной жизни.

В книгах собраны очень добрые, веселые, а главное - полезные сказки! Их герои - милые зверята. Они переживают классические детские страхи и справляются со сложностями, с которыми часто сталкиваются дети в реальной жизни. Адаптация к детскому саду или поход к врачу, боязнь темноты или страх поссориться с лучшим другом - обо всех этих и многих других ситуациях ребёнок узнает из книг нашей серии.

Кутявина, А.В. Я иду к врачу! / А.В. Кутявина . - Ростовн/Д : Феникс, 2019. - 48 с. : ил. - (Сказкотерапия).

Вера у врача

Вера собирается в поликлинику на приём к врачу. Могут ли Тату и Пату усидеть дома? Конечно, они отправятся вместе с ней! Ведь им любопытно: что это за место - поликлиника? Зачем туда ходят дети? Врач - он какой: страшный или не очень? В кабинете у врача оказывается столько всего интересного! Здесь можно измерить температуру, рост и вес. Проверить зрение с помощью картинок, а рефлексы - с помощью молоточка. Теперь Тату и Пату знают, что такое стетоскоп, отоскоп и тонометр! Зачем мыть руки перед едой, почему питаться надо правильно, а одеваться по погоде.

Хавукайнен, А. Вера у врача / Айно Хавукайнен, Сами Тойвонен ; пер. А.П. Сидоровой. - Спб. : "Издательство "Речь", 2019. - 32 с. : ил.



"Поход к врачу"



"Один день с врачом"

Дети часто любят играть в больницу, но вот ходить туда не любит никто, кроме маленького тапира Терри. Он с удовольствием отправляется в больницу, ведь там он будет помогать маме. Его мама - самый настоящий врач! Вместе с Терри маленький читатель узнает, что нужно врачам для работы, какие отделения есть в больнице и как врачи помогают самым разным пациентам.

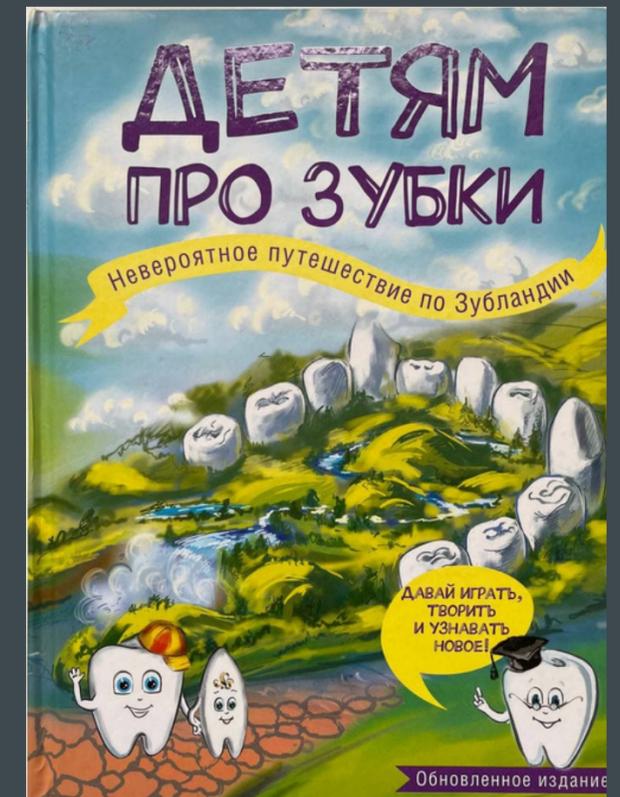
Рентта, Ш. Один день с врачом / Шерон Рентта ; пер. с англ. М. Пшеничной ; рисунки автора. - М. : ЭНАС-КНИГА, 2019. - 31 с. : ил. - (Один день приключений).

"Детям про зубки"

Во время путешествия по Зубландии ты выполнишь увлекательные задания, прочтешь захватывающие комиксы, проведёшь незабываемые исследования и сделаешь памятные поделки. Скучать уж точно не придется!

Мы надеемся, что ты станешь настоящим специалистом по уходу за зубами, и родителям не придётся тебе об этом напоминать их чистить и уговаривать дважды в год посещать врача-стоматолога!

Епифанова, О. Детям про зубки : невероятное путешествие по Зубландии / Ольга Епифанова. - Обновленное издание. - М. : Эксмо, 2019. 96 с. : ил. - (Хочу всё узнать про здоровье. Для детей 7-10 лет).





"Детям о питании"

Здоровое питание для детей закладывает фундамент их полноценной жизни, обеспечивает рост, физическое и умственное развитие.

Поэтому крайне важно, чтобы оно было сбалансировано и отвечало всем запросам ребенка с учетом его возраста и потребностей.

Расскажите детям о еде интересно и увлекательно.

"Детям о питании"

"Детям о питании. Невероятное путешествие по Нутриландии"

Эта книга для таких любознательных детишек, как ты! Ведь наверняка тебе хочется узнать много нового и интересного, а также стать самым сильным и ловким. Во время путешествия по самой веселой мире стране Нутриландии ты выполнишь увлекательные задания, прочтешь захватывающие комиксы, а также проведёшь незабываемые исследования. Желаем тебе невероятно вкусного и активного путешествия!

Мириманова, Е. Детям о питании. Невероятное путешествие по Нутриландии / Е. Мириманова. – М. : Издательство "Э", 2016. – 128 с. : - (Хочу всё знать про здоровье. Для детей 7-10 лет).



Сладкий год Кубы и Бубы

Эта шутивная книга настоящих рецептов поможет юным кулинарам отлично провести время и удивить родителей вкусными сюрпризами. Фруктовый салат взрывается вкусами бананов и ананасов, как новогодний фейерверк, в домашних мюсли прячется бабочка, а манная каша оказывается настоящим лакомством.

Каздепке, Г. Сладкий год Кубы и Бубы. 28 рассказов и рецепты десертов на любой вкус / Г. Каздепке ; Г. Недзельская ; художник Е. Поклевская-Козиелло ; пер. с польского С. Карпенка. – СПб. ; М. : Речь, 2020. – 96 с. : ил.





Внутренние органы

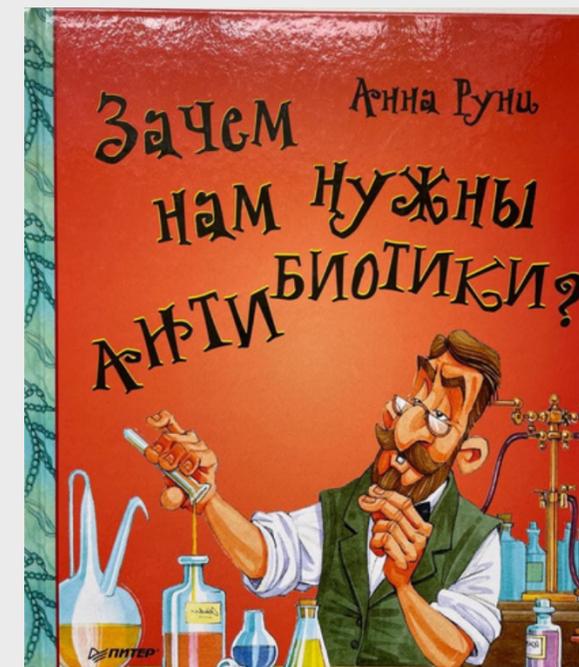
Забота о здоровье ребенка состоит не только в правильно организованном питании и отдыхе. Современный человек должен хорошо знать свой организм, его потребности и возможности. Без этого нельзя сохранить и приумножить свое здоровье. Пренебрежительное или безразличное отношение к собственному телу и здоровью приводит к раннему старению, болезням. С раннего детства, формируя самосознание ребенка, взрослые должны дать ему знания о своем физическом «Я», состоящем не только из внешних, но и внутренних органов человеческого тела. Понимание простейших физиологических процессов, происходящих в человеке, часто удерживает детей от вредных привычек и необдуманных поступков.

Зачем нам нужны антибиотики?

Сто лет назад даже царапина могла привести к смерти из-за попадания инфекции.

При порезе или ранении из окружающей среды в организм проникают микробы, в том числе бактерии. Несмотря на то, что они очень маленькие, бактерии быстро размножаются, и скоро их становится так много, что они способны сделать человека слабым или даже погубить. Сегодня смерть от микробов нам почти не грозит, потому что появились удивительные лекарства - антибиотики. Они убивают бактерии и спасают больного. Без них наша жизнь была бы совсем другой!

Руни, А. Зачем нам нужны антибиотики? / Анна Руни ; пер. А. Басова. - СПб. : Питер, 2017. - 32 с. : ил. - (Серия "Вы и ваш ребенок").



Трогательные факты о сердце

Сердце — это самая важная мышца в нашего тела. День и ночь оно бьётся в груди, один удар в секунду, всю жизнь.

Знаешь ли ты, что сердце голубого кита размером с автомобиль? Или что твоё сердце такое же уникальное, как твои отпечатки пальцев? Почему кровеносные сосуды голубые, если кровь красная? Сколько сердец у дождевого червя? И что делает сердце на двери уличного туалета?

В сердце столько всего сокрыто!

Давайте вместе отправимся в самую глубину сердца.

Шёберг, Л. Трогательные факты о сердце / Лена Шёберг ; пер. со шведского М. Конобеева. - М. : Издательство «Самокат», 2017. - 48 с. : ил.





ЗОЖ - здоровый образ жизни ребенка

В настоящее время ведение здорового образа жизни (ЗОЖ) стало не только полезным, но и модным увлечением. Все больше людей выбирают для себя активное занятие спортом и правильное питание, которые являются залогом здоровья, хорошего самочувствия, отличного настроения и красивой фигуры. К правильному образу жизни они стараются привлечь семью, детей. Здоровье – это наш дар. Поэтому необходимо беречь и сохранять его с раннего детства любыми методами. Здоровый образ жизни для детей – основополагающий фактор физического и нравственного развития ребенка, его гармоничного существования в обществе.



Главными составляющими здорового образа жизни являются:

- распорядок дня;
- свежий воздух;
- двигательная активность;
- здоровое питание;
- психическое и эмоциональное состояние.

Советы как приучать ребенка к здоровому образу жизни:

Привлекайте ребенка в совместным походам за продуктами и приготовлению пищи. Поход в продуктовый магазин это прекрасная возможность познакомить детей с разными продуктами, которые вы употребляете в пищу. Попросите ребенка изучить прилавки в магазине, а потом помочь вам найти и выбрать необходимые продукты по вашему списку. В некоторых супермаркетах постоянно происходят дегустации, это способ дать ребенку попробовать новый продукт и расширить свои гастрономические пристрастия. Когда вы готовите семейный ужин, зовите своих детей на помощь. Во взрослой жизни ребенка навыки приготовления пищи очень пригодятся. Когда человек умеет готовить, он меньше потребляет полуфабрикатов и фаст-фуда. Вдобавок ко всему, во время совместного приготовления ужина у ребенка появится желание пробовать новые блюда, в процессе приготовления которых он участвовал.

Здоровый образ жизни ребенка



Будь здоров. Полезная книга малыша

Заботиться о здоровье нужно с самых ранних лет! Из новой книги с полезными советами малыши узнают, как важно регулярно чистить зубы, мыть руки с мылом! Делать зарядку и правильно питаться!

Купырина, А. Будь здоров! Полезная книга малыша / Анна Купырина ; художник Е. Заякина. – Ростов-на-Дону : Издательский дом "Проф-Пресс", 2019. – 24 с. : ил.

Не мешайте мне трудиться

Этот сборник наиболее полно и разносторонне знакомит с творчеством Е. Благиной. В нем вы найдёте стихи, игры, считалки, переводы стихотворений и сказок и многое-многое другое.

Иллюстрации для книги сделал заслуженный художник России Леонид Непомнящий. Его рисунки отличаются особым стилем, яркая, насыщенная цветовая палитра и динамичные образы, которые прекрасно дополняют произведения и помогают наглядно представить все, что происходит с героями.

Благинина Е.А. Не мешайте мне трудиться / Е.А. Благинина ; художник Л. Непомнящий. – М. : ООО "Издательство «Стрекоза», 2020. – 168 с. : ил.



Ждём вас в гости!



Контактная информация

346892, г. Батайск, ул. Коваливского, 74а

т. 8(86354) 5-76-42, 8(950) 840-39-81

e-mail: bcdbs99@gmail.com

сайт: kids.cbs-bataysk.ru

Instagram: [@detskaya_biblioteka_batayska](https://www.instagram.com/detskaya_biblioteka_batayska)



Режим работы

Понедельник - суббота с 9-30 до 18-00

Выходной – воскресенье

Последний четверг месяца – санитарный день

