

МКУК ЦБС Советского района  
Филиал «Библиотека им. А. Л. Барто»

**«Библиотека + стадион  
=  
территория здоровья»**

**Электронная книжная выставка  
в рамках Академии полезных наук**

**6+**

Автор: Н. В. Азимова



## Дорогой друг!

Ты наверняка знаешь, как важен спорт для нашего здоровья. Занятия спортом укрепляют мышцы, делают нас сильнее и выносливее. Но необходима не только физическая, но и умственная активность. Лучшее занятие для ума, конечно, чтение! В библиотеке ты найдешь много интересных книг, в том числе о человеческом организме, здоровье и спорте.

Электронная книжная выставка **«Библиотека + стадион = территория здоровья»** состоит из трех разделов: «Меню для здоровья», «Азбука спорта» и «Мы шагаем на зарядку».

Каждый раздел посвящен одной из тем – правила здорового питания, виды спорта и художественные произведения о спорте.

Интерактивные кнопки помогут тебе в навигации по выставке.

Приятного чтения!





## • Меню для здоровья



## • Азбука спорта



## • Мы шагаем на зарядку

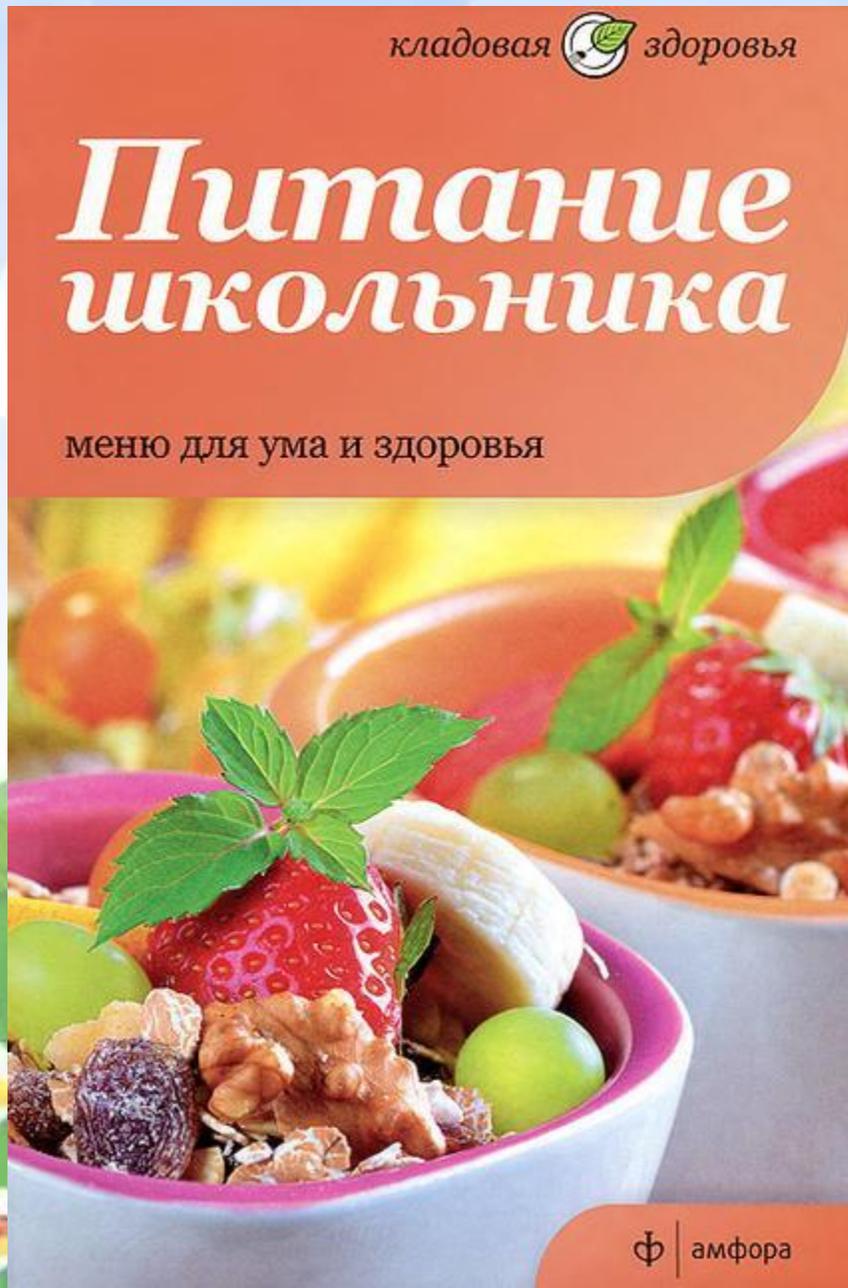




# Меню для здоровья



# Меню для здоровья



Для хорошего роста и развития важно правильно питаться пищей, богатой витаминами, минералами и другими полезными веществами. Эта книга, содержащая сведения о целебных свойствах продуктов, - хорошая подсказка для родителей! Завтраки и обеды, полдники и ужины, приготовленные с помощью предлагаемых кулинарных рецептов, доставят радость и удовольствие детям, а также помогут сбалансировать и разнообразить их ежедневное меню.



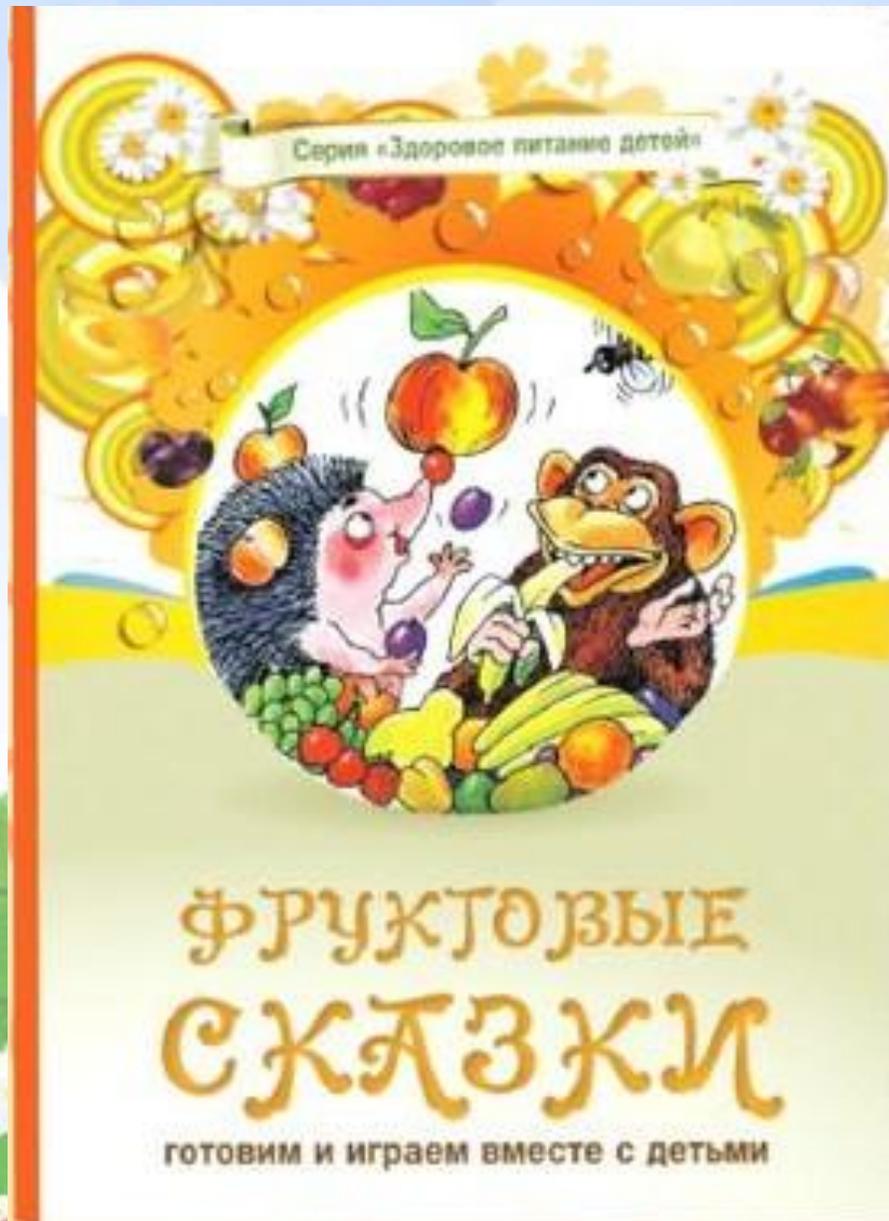
# Меню для здоровья



Эта книга уникальна тем, что она не только рассказывает, как правильно готовить различные блюда для детей и какие продукты использовать, но и раскрывает секрет, в какой последовательности их следует вводить в рацион ребенка. На страницах этой книги вы найдете огромную коллекцию рецептов вкусных, а главное, полезных блюд. Узнаете все секреты кормления детей с рождения и до 4х лет.



# Меню для здоровья



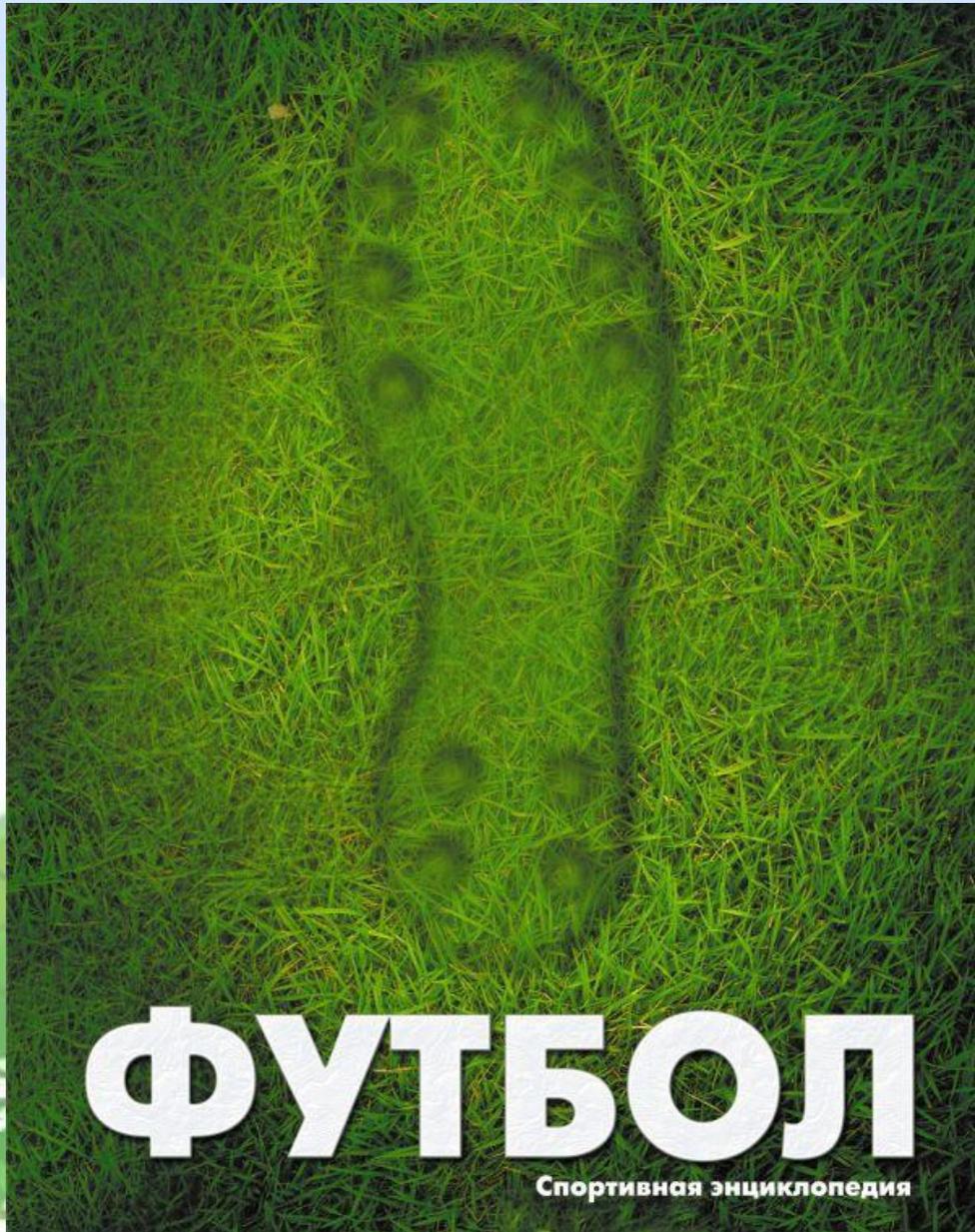
Большинство родителей и детей относятся к сказкам, как к развлекательному виду литературы. Авторы этой книги М. Скребцова и А. Лопатина предлагают взглянуть на жанр сказки как на поучительный материал, который, с одной стороны, близок душе маленького ребенка, а с другой стороны, обучает его. «Фруктовые сказки» в интересной форме расскажут о пользе фруктов и помогут привить принципы здорового питания.





# Азбука спорта





В одних спортивных играх важна физическая форма, в других - ум и хитрость, в третьих - сыгранность команды. Но есть игра, в которой нужны и ловкость, и смекалка, и взаимовыручка. Это, конечно, футбол. Эта спортивная энциклопедия посвящена самой популярной спортивной игре в России – футболу.

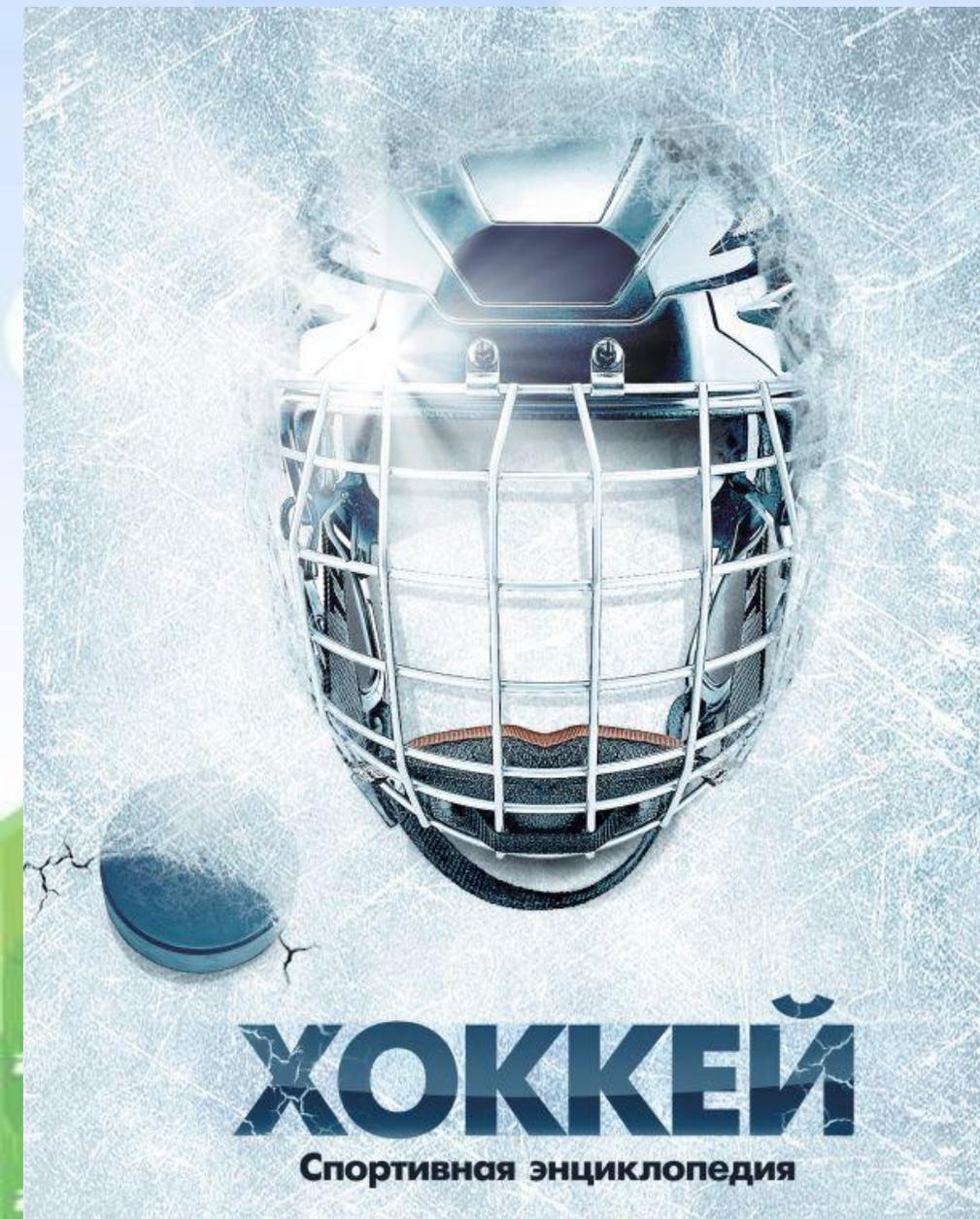




Шахматы - это борьба умов, в которой побеждает более умный, более знающий, более умелый. Занятия шахматами, развивают логику, последовательность, усидчивость, умение анализировать. Познакомьтесь с правилами, историей возникновения и особенностями самого интеллектуального вида спорта с помощью этой книги.



# Азбука спорта



«Трус не играет в хоккей», - так поется в знаменитой песне. Действительно, хоккей — это игра для смелых, ловких и целеустремленных ребят. Эта спортивная энциклопедия расскажет о легендарных игроках, чемпионатах, правилах и обо всех нюансах, связанных с самой любимой зимней игрой в нашей стране — хоккеем.

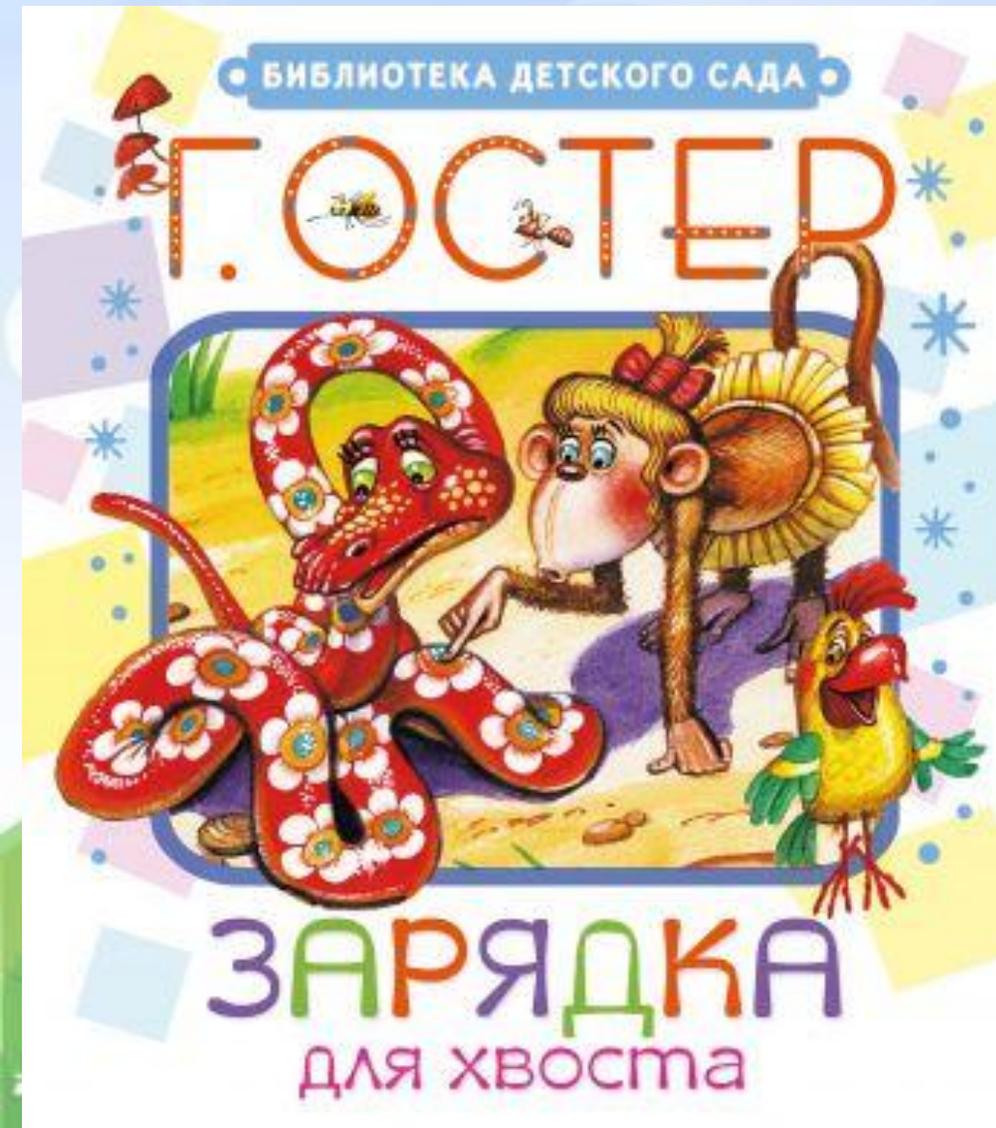


The background features a light beige color with a subtle diagonal line pattern. It is decorated with various icons of books and stacks of books in a simple line-art style. Interspersed among these are numerous circles in shades of teal, yellow, green, and pink, some of which are larger and more prominent. A central white rectangular box contains the main text.

# Мы шагаем на зарядку



# Мы шагаем на зарядку



«Зарядка для хвоста» - сборник сказок Григория Остера из известного цикла «38 попугаев». В книжке столько всего интересного и веселого! Вместе с озорной мартышкой, вежливым слонёнком, умным попугаем и длинным удавом узнайте, как сделать зарядку для хвоста. Ведь зарядка так важна!



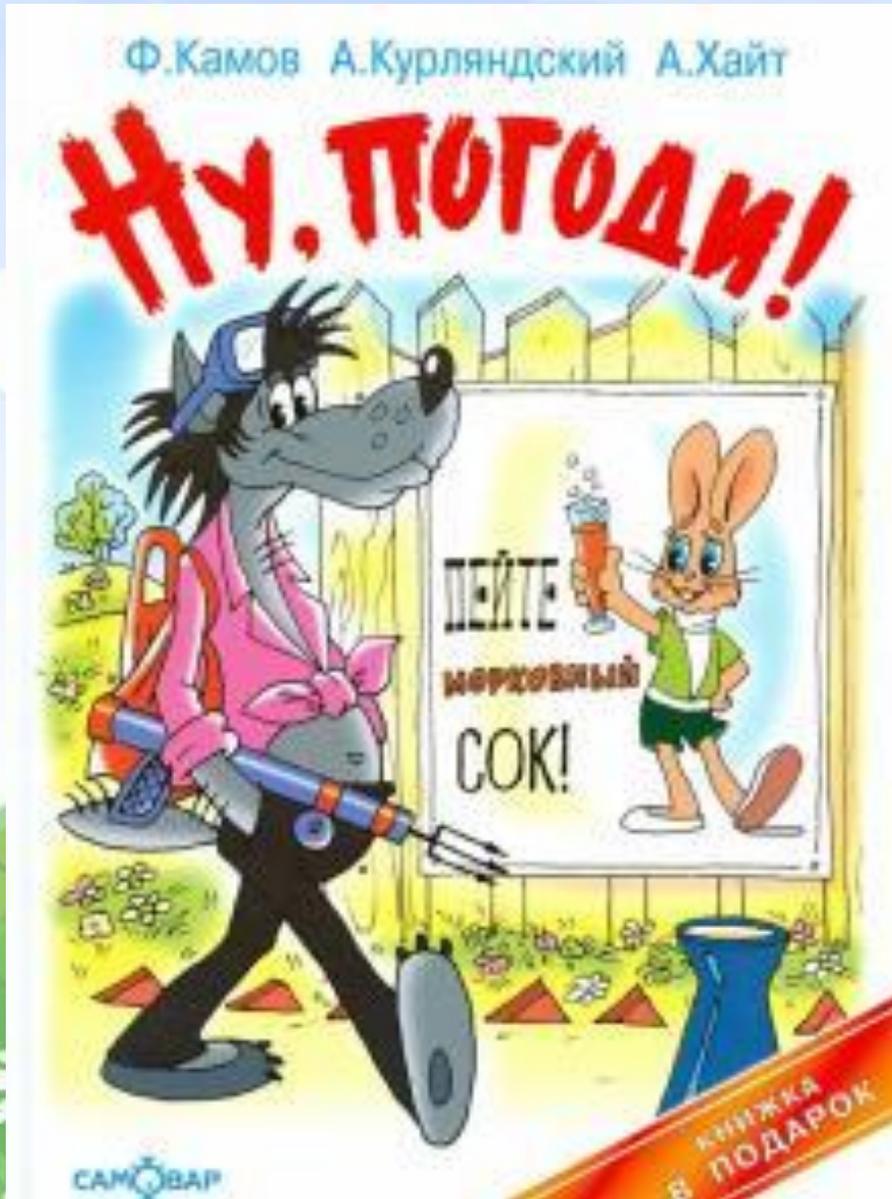
# Мы шагаем на зарядку



«Искусство должно соседствовать со спортом», - утверждал Пьер де Кубертен, человек, возродивший современные Олимпийские игры. Книга «Физкульт-ура!» - яркое тому подтверждение. Это не спортивная энциклопедия, а сборник рассказов и стихотворений, которые, без сомнения, помогут пробудить интерес к физической культуре и спорту через книгу.



# Мы шагаем на зарядку

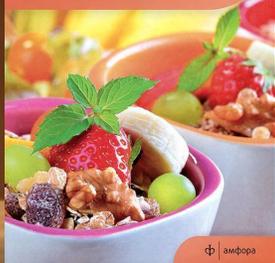


Морковный сок очень полезен, все это знают. Он укрепляет иммунитет и благотворно влияет на зрение. Поэтому пейте морковный сок! Именно о нем в веселой форме будет упоминаться в этой книжке с любимыми героями классического мультфильма «Ну, погоди!».



# Питание школьника

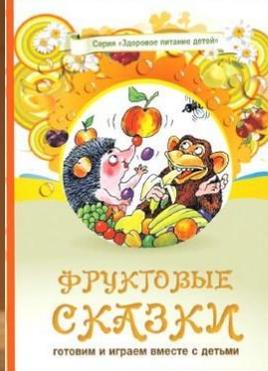
меню для ума и здоровья



Ф | амфора

Е. Э. Спрингис

## Рецепты детского питания С рождения до 4 лет



## ФРУКТОВЫЕ СКАЗКИ

готовим и играем вместе с детьми

