



**Книги, которые  
научат детей  
заботиться о  
здоровье.**





## Лена Бахман «Конни у врача»

Конни, героиня любимой серии, — действительно отличная подруга: её волнует всё то же, что и читателей. Перед осмотром у врача она так же переживает, задаёт маме те же самые вопросы, что и все дети. Благодаря ей мы узнаем, почему иногда надо ходить к доктору (даже просто так, когда чувствуешь себя прекрасно), как проверяют уши, горло и глаза, о чём может рассказать анализ из баночки и зачем врач стучит молоточком по коленке. И о том, конечно, что в поликлинике вовсе не страшно.





## Елена Ульева «Идём к стоматологу»

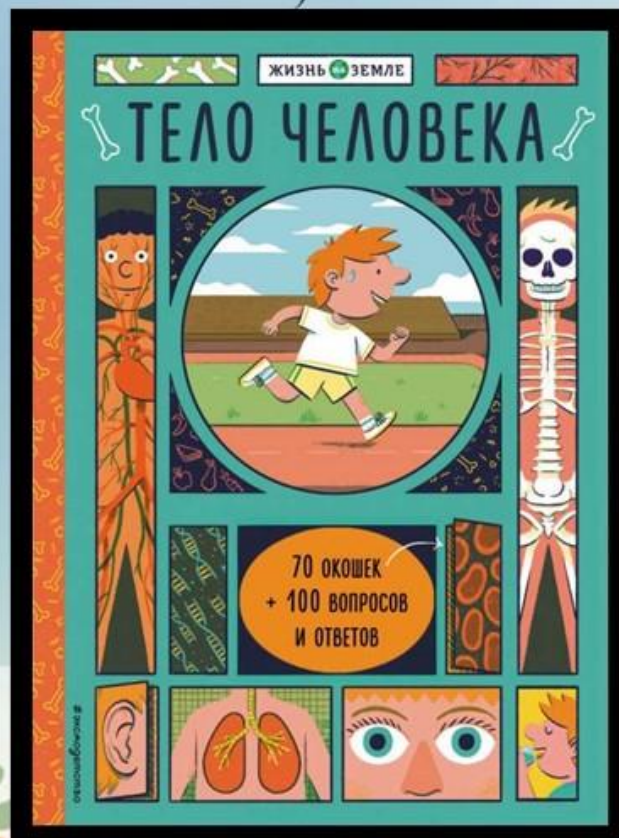
Маленький зайчик побаивается идти к зубному: ой-ой, что его там ждёт? Но делать нечего — кажется, в зубах поселились какие-то зловредные микробы... Хорошо, когда попадается спокойный врач, как дядя Аист из книжки. Он всё расскажет, покажет и вылечит — зубы снова чистые и здоровые! Книжка очень выручит перед первым походом к стоматологу: она успокоит ребёнка (и маму с папой), объяснив, зачем доктору нужен этот громко жужжащий и сверлящий «пылесос» и каким «пластилином» залепляют дырки. А ещё научит правильно ухаживать за зубами — в конце есть удобные картинкисхемы.





## Хизер Александер «Тело человека»

Книжка отвечает на 100 вопросов о том, как устроен человеческий организм. Тут нет длинного сухого текста, зато есть целых 70 окошек! Достаточно отогнуть клапан — и можно заглянуть прямо в ухо или нос, рассмотреть вблизи сердце, суставы и даже мозг: какая там область за что отвечает? После такой подробной и наглядной экскурсии ребёнок точно запомнит, как же устроено тело и как работают органы (и что для них полезно, а вот что — совсем нет).





## Мариона Толоза Систере «Тайная жизнь соплей»

Ни один ребёнок не устоит перед таким названием. А книжка-то ещё и очень интересная! Оказывается, слизь, которая иногда прямо-таки течёт из носа, — штука очень нужная и полезная. Да это настоящий супергерой, который высматривает и ловит вирусы и не пускает их дальше. Где же образуются сопли и как попадают в нос? Почему они бывают разного цвета? А из чего состоят? Как правильно сморкаться? А животные умеют прочищать нос? Книжка сообщит много интересных и неожиданных фактов о загадочной и очень ценной слизи в носу.





## Тай-Юнь Йу «Поиграем в йогу»

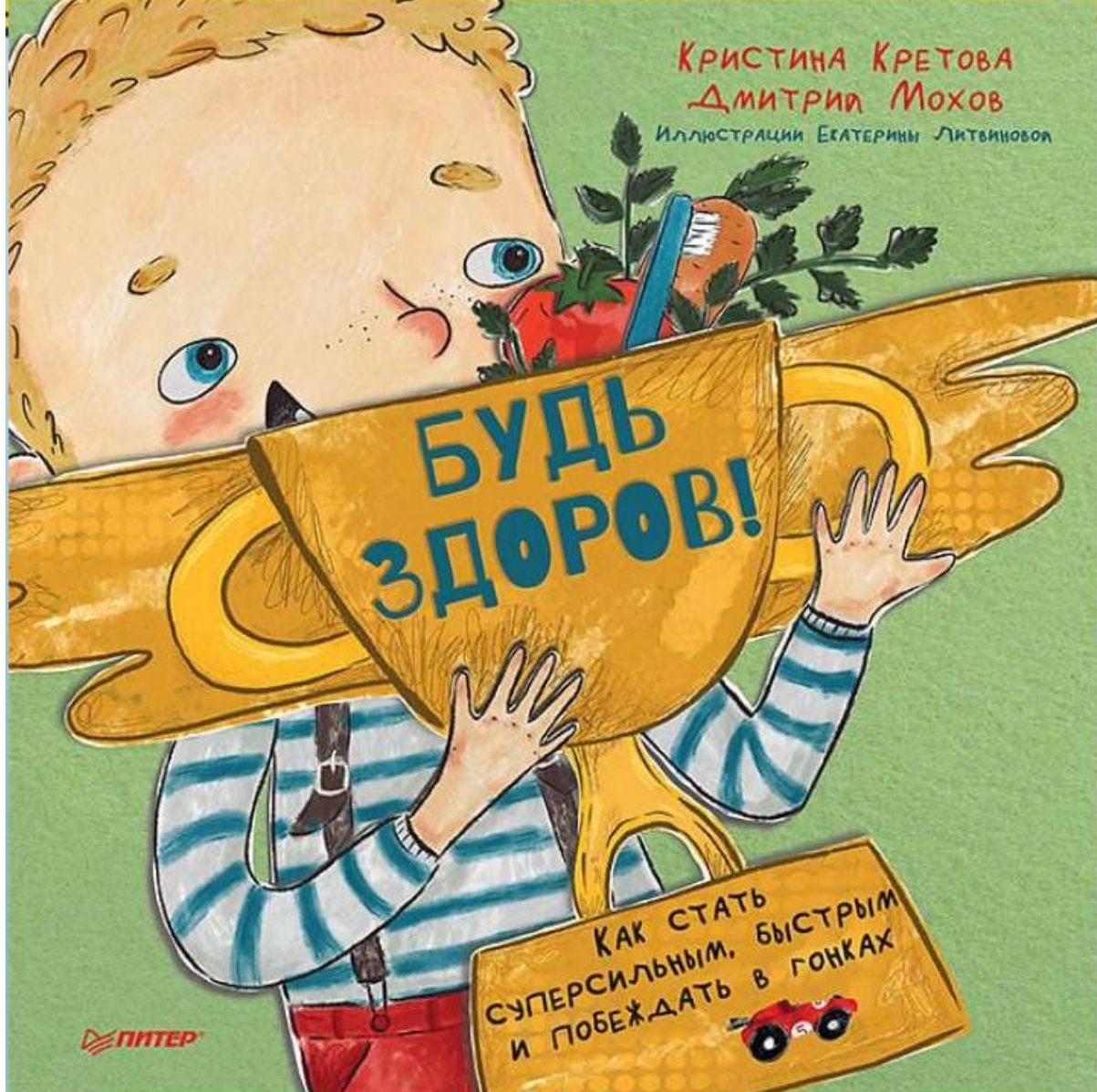
Чтобы хорошо себя чувствовать, быть ловким, гибким и крепким, надо много двигаться. Но делать это нужно правильно: хорошо размяться, как следует потянуться. А ещё заниматься приятнее и полезнее в хорошем настроении. В этой книжке собраны базовые асаны йоги: изображать грозного льва, гибкую кошку, весёлую лягушку, лёгкую бабочку, хитрую змею намного интереснее, чем выполнять обычные наклоны или приседания. Здесь и спорт, и игра! Рассмотрев симпатичные иллюстрации и выслушав понятные описания, ребёнок наверняка захочет тоже попробовать.

И вы присоединяйтесь, договорились?





Кристина Кретова, Дмитрий Мохов «Будь здоров! Как стать суперсильным,



КРИСТИНА КРЕТОВА  
ДМИТРИЙ МОХОВ

Иллюстрации ЕКАТЕРИНЫ ЛИТВИНОВОЙ

БУДЬ  
ЗДОРОВ!

КАК СТАТЬ  
СУПЕРСИЛЬНЫМ, БЫСТРЫМ  
И ПОБЕЖДАТЬ В ГОНКАХ

ПИТЕР





## Мариона Толоза Систере «Тайная жизнь вирусов»

Оказывается, вирусов на нашей планете бесчисленное множество — их даже больше, чем муравьёв. А если собрать все вместе и взвесить, то получится просто невероятно гигантское число — подходящих весов в природе не существует. Все их, конечно, «в лицо» не запомнишь. Но некоторые — из тех, что встречаются очень часто — можно рассмотреть в этой книжке: тут целый каталог вирусов. Как они нас атакуют, что делает в ответ иммунная система? Какие вирусы и когда особенно портили жизнь людям? И что такого особенного в коронавирусе? Классные яркие иллюстрации помогут хорошо усвоить даже довольно сложную информацию.







## Фёдор Катасонов «Куда скачет температура?»

С первых лет жизни ребёнок то и дело слышит вокруг разговоры про свою же собственную температуру: «Ой, поднялась! Не пора ли сбивать? Упала? Сегодня уже померили? А теперь нормальная?». Понятно, что родителей эта самая температура очень волнует. Да что в ней такого важного? Куда она поднимается и зачем потом падает? И что при этом происходит с человеком? Почему она измеряется именно в градусах? И, кстати, как её лучше всего мерить? Об этом подробно расскажет автор — известный педиатр, а в конце книги ещё и предложит провести интересный эксперимент.

