АННОТИРОВАННЫЙ УКАЗАТЕЛЬ ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

**Брошюры для родителей:**

1. Антропова М.В., Кузнецова Л.М. Развитие ребенка и его здоровье.- М.: Вентана-Граф, 2003 Чем меньше ребенок, тем быстрее он растет и меняется внешне. Знаете ли Вы, какие признаки развития ребенка можно считать нормальными и своевременными? Что должно насторожить родителей? Как ухаживать за ребенком во время простудных заболеваний? Обо всем можно узнать, прочитав эту брошюру. *Для того чтобы сохранить здоровье ребенка, воспользуйтесь короткими советами, которые выделены рамками, обратите внимание на десять советов родителям в конце брошюры.*

 2. Антропова М.В., Кузнецова Л.М., Параничева Т.М. Режим дня младшего школьника.- М.: Вентана-Граф, 2002.-24 с. Всем известен афоризм: "Посеешь поступок - пожнешь привычку, посеешь привычку - пожнешь характер, посеешь характер - пожнешь судьбу". Именно так подходят к проблеме здоровья детей авторы книги. Режим дня - это образ жизни, путь к здоровью. Учите детей быть здоровыми! Для родителей.

3. Бабенкова Е.А. Здоров ли ваш ребенок? - М.: Вентана-Граф, 2002.-32с. Что такое здоровье? Как определить, здоров ли ваш ребенок? Как укрепить его здоровье? Что делать, если ребенок заболел? Эти и другие проблемы здоровья детей находятся в центре внимания автора книги, специалиста в области возрастной физиологии. Для родителей.

4. Бабенкова Е.А. Как приучить ребенка заботиться о своем здоровье.- М.: Вентана-Граф, 2003 Брошюра рассчитана на родителей, у которых есть дети в возрасте от 5 до 8 лет. Мы хотим помочь родителям научить ребенка укреплять свое здоровье. Из брошюры можно узнать много интересного: что должен знать ребенок о своем организме; о правилах личной гигиены; как ухаживать за своим телом; зачем заниматься утренней гимнастикой, спортом; какие правила безопасности нужно соблюдать дома, в школе, на улице, на отдыхе; 10 советов родителям.

5. Безобразова В.Н., Догадкина С.Б., Кмить Г.В., Рублева Л.В., Шарапов А.Н. Как сохранить сердце ребенка здоровым.- М.: Вентана-Граф, 2002.-32с. Почему дети порой страдают заболеваниями сердца? Как связано состояние сердечно-сосудистой системы ребенка с началом его обучения в школе? Что нужно делать родителям, чтобы сохранить сердце ребенка здоровым? Если вас волнуют эти вопросы, познакомьтесь с рекомендациями авторов книги - специалистов - физиологов. Для родителей.

 6. Безруких М.М. Чему и как учить до школы.- М.: Вентана-Граф, 2003 Нужно ли заниматься с ребенком (дошкольником)? Когда и в каком возрасте нужно начинать подготовку к школе? Как заниматься? Учить ли ребенка читать и писать? На эти и многие другие вопросы, волнующие родителей, педагогов и воспитателей, отвечает эта брошюра. Она учит правильно организовывать занятия с дошкольниками, учитывая возраст и индивидуальные особенности.

 7. Безруких М.М. Пора ли в школу? - М.: Вентана-Граф, 2002.-32с. Вашему ребенку пора идти в школу. И конечно, вас тревожит: не повредит ли новый режим жизни и обучения его здоровью? Наконец, какую школу выбрать? Исчерпывающие ответы на подобные вопросы вы найдете в этой книге. Для родителей.

 8. Дружинина В.Р., Параничева Т.М. Режим дня ребенка- дошкольника.- М.: Вентана-Граф, 2003 Знают ли родители что такое здоровье, как его сохранить, какие факторы влияют на здоровье детей дошкольного возраста? Соблюдение режима дня - главный фактор сохранения здоровья. Не надо воспринимать режим дня как аксиому, возможны отклонения от жестких рамок, ведь ребёнок - не машина и родители должны чутко реагировать на все изменения его состояния, не забывая при этом, что есть определенные нормы организации жизни ребенка в соответствии с его возрастом. Строгое соблюдение режима дня, выполнение всех элементов режима всегда в одно и тоже время рождает привычку, облегчающую переход от одной деятельности к другой. Правильный режим дисциплинирует детей, улучшает их работоспособность, аппетит, сон, способствует нормальному физическому развитию и укреплению здоровья.

 9. Зайцева В.В. Зачем учиться физкультуре.- М.: Вентана-Граф, 2002.-40 с. В брошюре рассказывается об образовательных и воспитательных технологиях, которые сегодня называют здоровьесберегающими. На самом деле это давно известные меры по охране и укреплению здоровья, в совокупности представляющие собой физическую культуру в широком смысле этого понятия. Нужно ли учить детей физкультуре? А если нужно, то зачем, когда и как? Как семья может обеспечить физическое здоровье ребенка-школьника? Какие упражнения подойдут именно вашему малышу? На эти и другие вопросы, касающиеся двигательной активности и здоровья начинающего ученика, отвечает автор. Для родителей.

10. Зайцева В.В. Полные и худощавые дети. - М.: Вентана-Граф, 2003 В брошюре, адресованной родителям, педагогам и воспитателям, рассказывается об особенностях строения тела и некоторых других чертах, свойственных детям - представителям разных типов конституции. Эти особенности оказывают влияние на здоровье, физическую активность, обучение и наиболее сильно выражены у детей худощавых и полных, что порой усложняет их жизнь и отношения со сверстниками. Следовательно, особенности конституции необходимо учитывать для сохранения и укрепления здоровья детей.

11. Копылов Ю.А., Малыхина М.В., Полянская Н.В. Физическое воспитание младшего школьника.- М.: Вентана-Граф, 2002.-24 с. Эта книга поможет родителям правильно проводить индивидуальные занятия физической культурой в домашних условиях с детьми младшего школьного возраста, не имеющими отклонений в состоянии здоровья. Авторы предлагают комплексы утренней зарядки, упражнения для сохранения зрения, коррекции плоскостопия. Представлены основные правила и способы контроля самочувствия ребенка. Рекомендации разработаны специалистами в области физического воспитания детей. Для родителей, а также учителей физической культуры общеобразовательной школы.

12. Копылов, Полянская Н.В. Физическое воспитание ослабленных детей.- М.: Вентана-Граф, 2003 В брошюре рассматриваются проблемы, с которыми сталкиваются родители ослабленных детей при попытках самостоятельно организовать занятия физической культурой, рассказывается об особенностях физического воспитания этих детей, обращается внимание на необходимость индивидуального подхода, даны правила формирования навыков здорового образа жизни и профилактика близорукости, нарушения осанки, плоскостопия. Брошюра содержит комплексы упражнений для утренней гимнастики, для проведения динамической паузы, для профилактики простудных заболеваний и др. Брошюра предназначена для родителей младших школьников, а также учителей физической культуры начальной школы.

13. Лапицкая Е.М. Как выбрать спортивную секцию для ребенка.- М.: Вентана-Граф, 2003 Нужно ли заниматься спортом, как выбрать спортивную секцию, когда начинать занятия? Вот три основных вопроса, которые родители задают специалистам. В этой брошюре не идет речь о большом спорте. Вместе с тем, детский и юношеский спорт не так безобиден, как кажется на первый взгляд. Наша брошюра подскажет, как родителям не ошибиться в выборе спортивной секции, а, возможно, и жизненного пути своего ребенка.

14. Леонова Л.А. Как выбрать книгу для дошкольника.- М.: Вентана-Граф, 2003 В брошюре рассказывается о том, как в процессе воспитания и обучения дошкольника можно использовать книги. Объяснено, как правильно выбрать книгу, какие требования предъявляются к ее полиграфическому оформлению, каким образом лучше организовать рабочее место для ребенка, как нормировать его занятие с книгой, в том числе чтение.

15. Леонова Л.А., Макарова Л.В. Как познакомить ребенка с компьютером.- М.: Вентана-Граф, 2003 В брошюре рассказывается о том, какие трудности возникают у детей, когда они учатся работать на компьютере. Причина кроется в особенностях приспособления ребенка к новому для него виду деятельности. Предлагается специальный комплекс упражнений, облегчающий привыкание ребенка к работе на компьютере. Эти упражнения могут выполняться в домашних условиях под руководством родителей.

16. Леонова Л.А., Макарова Л.В. Компьютер и здоровье ребенка.- М.: Вентана-Граф, 2002.-16с. Компьютер вошел во все области общественной жизни. Сейчас занятия с использованием персонального компьютера проводятся во многих дошкольных учреждениях, а в школах изучение информатики начинается со 2 класса. Авторы брошюры, компетентные специалисты в области охраны здоровья детей, отвечают на волнующие многих родителей вопросы, связанные с проблемой "ребенок и компьютер". Для родителей.

17. Макеева А.Г. Как уберечь ребенка от курения и знакомства с алкоголем.- М.: Вентана-Граф, 2002.-32с. Автор книги приглашает читателей к обсуждению очень важной проблемы: как предотвратить раннее знакомство детей с одурманивающими веществами? От такой беды не застрахован ни один ребенок. Как поступить, если это случилось? Что могут и должны делать родители, чтобы воспитать у ребенка стойкое неприятие всего, что вредит здоровью? Как помочь ребенку противостоять курению и алкоголю? Ответы на эти вопросы можно найти, если начать думать вместе. Для родителей.

18. Савватеева С.С. Как помочь ребенку сохранить хорошее зрение.- М.: Вентана-Граф, 2003 В брошюре рассматриваются вопросы сохранения зрения детей. Наиболее частой причиной понижения зрения у детей является близорукость. Проблема эта весьма серьезна. В брошюре рассматривается система мер по охране зрения детей: световой режим, гигиенические требования к режиму дня и занятий, к организации занятий детей в домашних условиях. При появлении близорукости необходимо также проведение комплекса гимнастики для коррекции осанки. Рассматриваются гигиенические требования к просмотру телепередач и при работе на персональном компьютере. При учебной деятельности с целью сохранения полноценного здоровья, в том числе и полноценного зрения необходимо соответствие нагрузки возможностям организма детей. Делается вывод о том, что утомление и переутомление - вот основная причина ухудшения зрения. В заключение брошюры приводятся несколько вариантов зрительной гимнастики, помогающий снять спазм аккомодации у детей и развивающий мышц глаз.

 19. Сонькин В.Д. Законы правильного питания.- М.: Вентана-Граф, 2003 Брошюра адресована родителям младших школьников. В ней рассказывается о веществах, составляющих основу пищи, об их энергетической ценности, о принципах рационального питания. Рассказано об особенностях питания детей младшего школьного возраста, связанных с их учебной и физической нагрузкой, о простейших правилах питания, которые следует соблюдать в гостях, в туристических походах, в поездках и т.д.

20. Сонькин В.Д., Анохина И.А. Как правильно закаливать ребенка.- М.: Вентана-Граф, 2002.-56 с. Ваш ребенок часто простужается. Можно ли повысить иммунитет ребенка, вырастить его здоровым? Оказывается, можно. Для этого нужны ваше терпение, настойчивость и знание простых способов закаливания. О том, как правильно закаливать ребенка, вам расскажут авторы этой книги. Для родителей.

21. Фарбер Д.А. Младший школьник: развитие мозга и познавательной деятельности.- М.: Вентана-Граф, 2002.-32с. Автор книги, специалист в области возрастной физиологии, знакомит родителей с особенностями состояния и функционирования нервной системы младшего школьника. В книге содержатся рекомендации, которые помогут обеспечить эффективное развитие детей и их успешное обучение в школе.