

Муниципальное казённое учреждение культуры
«Новощербиновская сельская библиотека»
Новощербиновского сельского поселения
Щербиновского района

Книжная мозаика «Дружим со спортом всей семьёй»

ст.Новощербиновская
2020 год



Дорогие читатели!
Предлагаем вам выставку книг, которые помогут
организовать
совместные с детьми занятия спортом в семье.



ГЕЛИЙ ВАСИЛЬКОВ

Каждый день и всю жизнь

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ СЕМЕЙНОГО
СПОРТА. ТОМ II



В предлагаемой книге профессор Гелий Васильков рассказывает о средствах физической культуры и спорта, которые могут стать настоящим эликсиром здоровья для всех членов семьи. Книга содержит большой практический материал в виде полезных и увлекательных комплексов упражнений, игровых заданий и спортивных развлечений для разных форм занятий, а также много ценных рекомендаций по их использованию.



С.А. ПОЛИЕВСКИЙ, Е.П. ГУК
ФИЗКУЛЬТУРА
И
ЗАКАЛИВАНИЕ
В СЕМЬЕ



ФИЗИЧЕСКАЯ
КУЛЬТУРА
И
ЗАКАЛИВАНИЕ



В книге изложены вопросы оздоровительной физкультуры и закаливания в семье. Раскрыто содержание занятий физкультурой и спортом, проведение которых возможно в домашних условиях, даны рекомендации по оборудованию семейного спортивного уголка и методике проведения занятий всеми членами семьи. Описана организация закаливающих процедур в домашней обстановке и при активном отдыхе на природе.



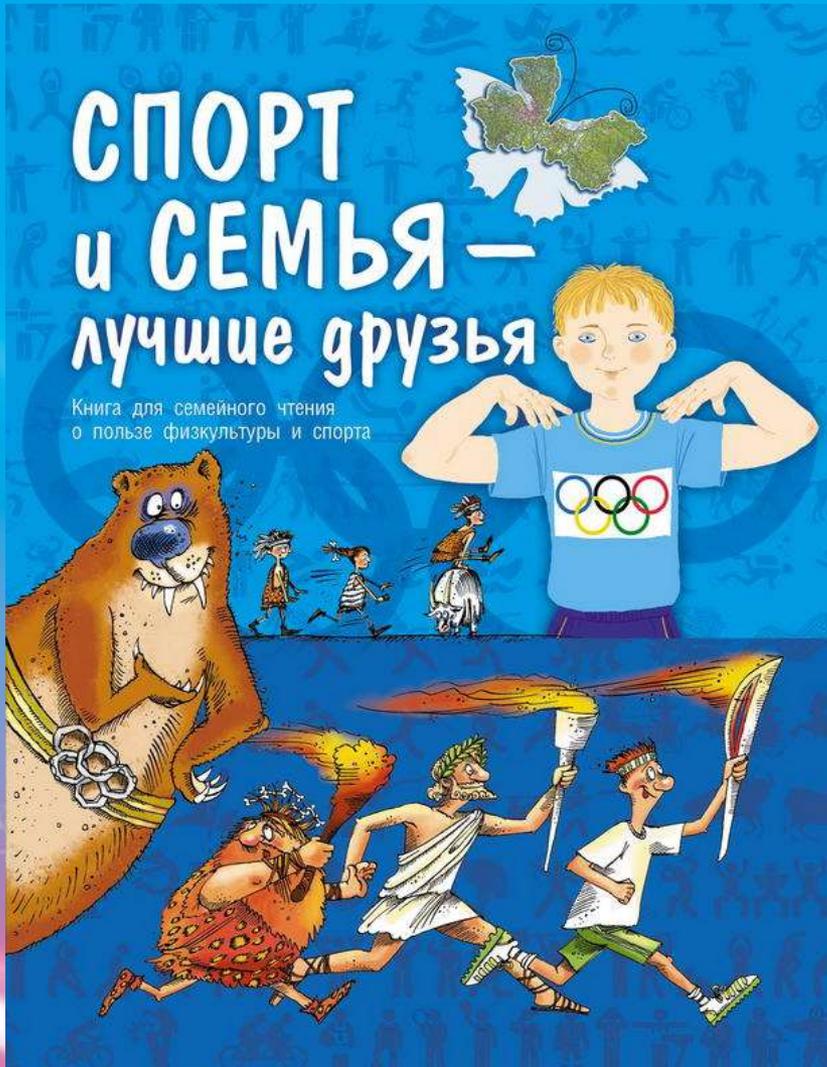


РЕБЕНОК И СПОРТ

RODITELI.UA

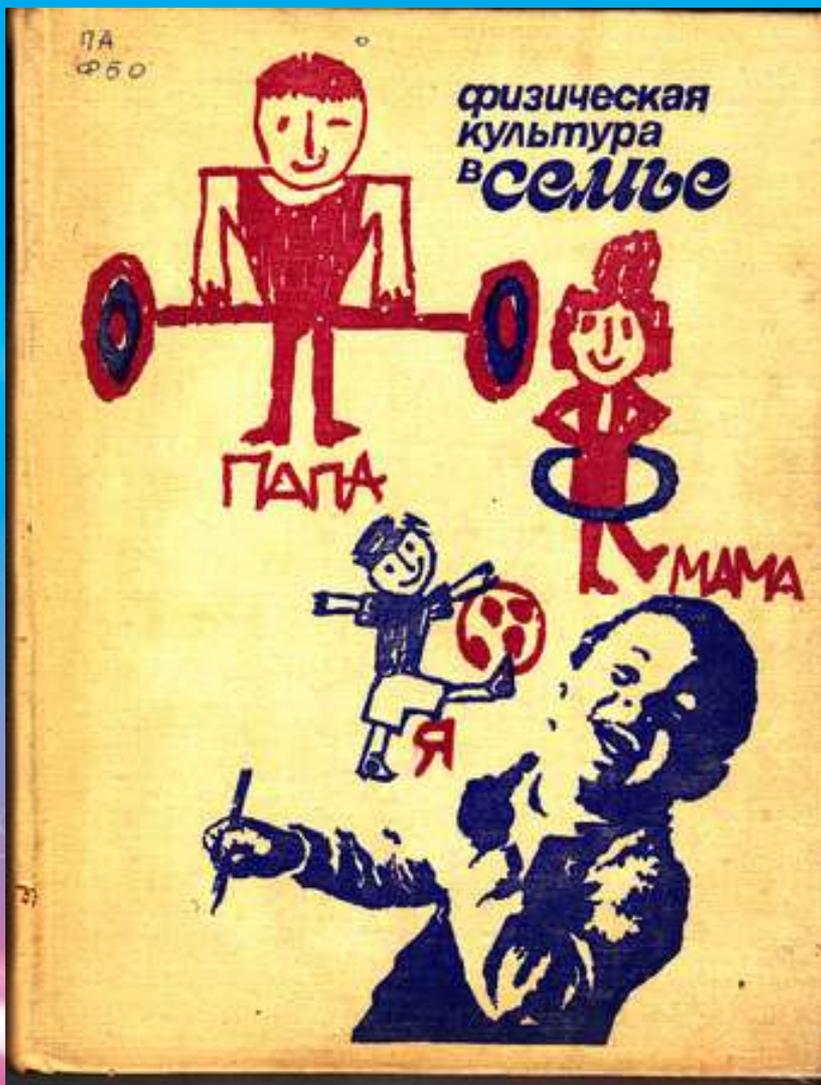
С самого раннего детства стоит приучать детей к активным, физическим нагрузкам. Занятие спортом очень хорошо помогает развитию ребенка.





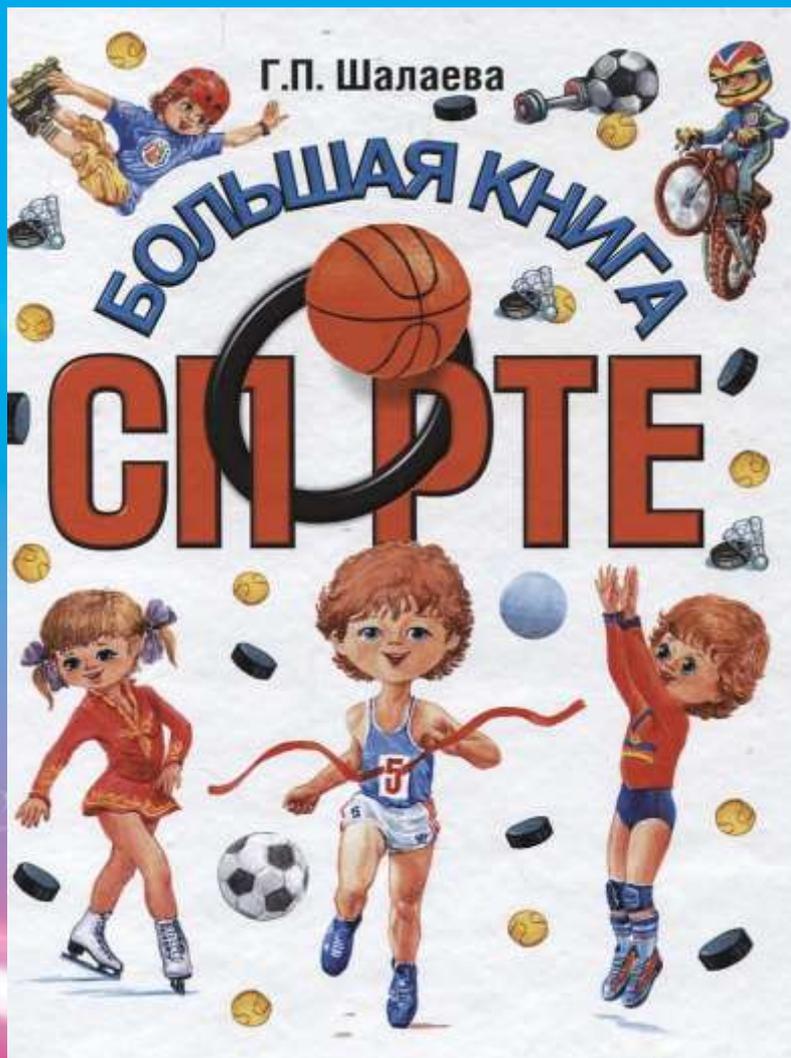
Увлекательное красочное издание об истории мирового и отечественного спорта, о великих спортсменах прошлого и настоящего. О развитии спорта и физкультурного движения в Ленинградской области в наши дни.





Эта книга — своеобразная энциклопедия физической культуры в семье — в маленьком коллективе, спаянном любовью и заботой. Ее авторы — ученые, педагоги, врачи, журналисты, спортсмены — популярно рассказывают, как и какими средствами укрепить здоровье членов семьи, развить важные физические качества, выработать жизненно необходимые навыки





Видеть своего ребенка здоровым, сильным, выносливым, ловким и смелым - разве не к этому стремятся все родители? Чтобы стать таким, малыш должен заниматься спортом, который даст ему хорошую физическую закалку и подготовку, сделает красивым и здоровым.



АКАДЕМИЯ ЭКСПЕРТОВ
ИЩАНА ПИНОСЕВИЧА

ИСТОЧНИК СИЛ ДЛЯ УСТАВШЕЙ МАМЫ

ЗАБОТА О СЕБЕ – ПУТЬ К ПОРЯДКУ В СЕМЬЕ

КНИГА-ТРЕНИНГ



С В Е Т А Г О Н Ч А Р О В А

автор книги «Тайм-менеджмент для мам»

Мама — сердце семьи. Мамы ни на миг не останавливаются, заботясь о своих семьях. Когда сердце в порядке, — будет здорово и все тело. Если мама здорова, полна сил и радости — будут счастливы и ухожены дети, муж, дом. Но если сердце "сдаёт", — с ним страдает все тело. Плохо маме — плохо всей семье. Что хорошего может дать мужу и детям уставшая, расстроенная женщина, живущая в хроническом беспорядке? Поэтому самое лучшее, что может сделать любящая мама для своих близких — научиться заботиться о себе и наполнять себя! Именно этому учит книга-тренинг "Источник сил для уставшей мамы". В ней каждая мама найдет простой и практичный план для того, чтоб шаг за шагом стать здоровым, сильным и любящим сердцем своей семьи.



Семейные занятия спортом сплачивают семью, а дети учатся вести здоровый образ жизни. У многих выдающихся спортсменов, добившихся небывалых вершин, в детстве было на кого равняться - родители вели активную спортивную жизнь.

