

Если вы хотите, чтобы дети жили по нашим правилам, то объясните их на языке малышей.



Кнофа Лис

делает зарядку с трекером

Большое и дружное семейство Лис живёт в лесу. У них трое очаровательных малышей — Томик, Тирля и Кнофа. Они вместе растут, играют и веселятся, но так не похожи друг на друга! Томик — серьёзный и спокойный, большой любитель читать книжки и заниматься спортом. Как настоящий старший брат, он всегда заботится о своих сестричках, Тирле и Кнофе. А девочки — словно маленькие принцессы. Тирля очень любит петь и танцевать и даже в ванной напевает любимые песенки, а собирая игрушки, всегда пританцовывает. Кнофа совсем маленькая, но очень весёлая и озорная, ей хочется бегать, прыгать, громко хохотать, а ещё она очень любит играть в театр. Такие разные и такие прекрасные детки живут в семье Лис.







Для каждого из своих особенных малышей мама Лис придумала разные игры и занятия. Даже утреннюю зарядку каждый делал по-своему.

По утрам мама заходила к каждому из малышей и напоминала про утренние процедуры.

— Томик, доброе утро! Пора просыпаться, — сказала мама Лис, постучавшись и заглянув в комнату к сыночку.

— Я уже проснулся, — ответил малыш. — Заправил постель и начал разминаться.

Обычно он делал наклоны головой и телом, приседал и отжимался, поднимал коленочки к вытянутым ладошкам. А в хорошую погоду Томик любил выходить на улицу и прыгать со скакалкой или, как настоящий мальчик, висеть на турнике. Малыш всегда с удовольствием просыпался и никогда не забывал делать утреннюю зарядку: он знал, как важно разминаться, чтобы расти сильным и крепким.

