**Информация для детей**

Ты особенный, не такой, как другие дети. На свете нет ни одного человека, который был бы точно таким, как ты. Каждый человек, взрослый или ребенок, особенный. Это значит, что каждый человек выглядит, ведет себя, думает, чувствует, не так, как любой другой человек.

У тебя есть твое собственное имя, дом или квартира, где ты живешь. Если ты подойдешь к зеркалу, то увидишь, как ты выглядишь. У тебя есть характер – ты знаешь, что иногда бываешь веселым, иногда грустным, иногда обижаешься, иногда радуешься, и делаешь это иначе, чем другие. Это значит, что твой характер – особенный.

Ты живешь в семье. Члены твоей семьи живут вместе и общаются друг с другом по-особенному, не так, как в других семьях. Твоя семья тоже особенная, другой такой семьи нет. На наших занятиях ты сможешь узнать, какой ты и какие бывают другие люди.

Начать лучше всего с автопортрета, который ты нарисуешь сам и повесишь над своим столом. Посмотри в зеркало и назови части своего тела. Нарисуй себя и назови части тела, которые ты нарисовал. Если ты еще не знаешь, как называются некоторые из них, узнать об этом тебе помогут наши занятия.

Положи на чистую страницу руку и обведи ее фломастером или карандашом. Это твоя рука, ты хороший человек.

**Мои чувства.**

Когда мое тело здорово, я чувствую себя хорошо. Когда у меня что-то болит или кружится голова, мне нужна помощь и я должен сказать об этом родителям или другим взрослым. Иногда приходится обращаться за помощью к детскому доктору (он называется педиатр) или зубному врачу (иначе он называется стоматолог). В поликлинику со мною могут пойти родители или бабушка, чтобы я чувствовал себя спокойно и уверенно. Врач поможет мне, боль пройдет, и я снова буду ощущать себя сильным и здоровым. Можно постараться жить и вести себя так, чтобы как можно реже обращаться к врачу. Это называется ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ. Научиться вести здоровый образ жизни тебе помогут наши занятия.