

НАСТЯ УМЕЕТ НЕ КАПРИЗНИЧАТЬ

Есть детки, которые плачут на улице, кричат на маму и даже топают ногами. Почему они так делают? Потому что плохо себя чувствуют. Может быть, потому что проголодались? Или устали ходить? Или от того, что им захотелось спать? У деток, которые кричат и плачут, закончились силы. Что же делать? Нужно срочно вернуться домой, поесть и поспать.

Настя знает, если она съест всё, что мама положила в тарелку, то зарядится энергией. И потом долго-долго будет гулять в хорошем настроении. Поэтому Настя старается хорошо кушать. А ещё Настя старается получше выспаться. Потому что сон тоже даёт ребёнку силы и энергию. Вот Настя поспит, а когда проснётся, будет быстро бегать и высоко подпрыгивать, нести свою розовую сумочку с продуктами и не проситься к маме на ручки.

У того, кто хорошо поел и выспался, много энергии и хорошее настроение!

быть в плохом настроении
être de mauvaise humeur



иметь хороший аппетит
manger de bon appétit

NASTIA SAIT NE PAS FAIRE DE CAPRICES

Il y a des petits enfants qui pleurent dans la rue, crient et tapent même du pied. Pourquoi le font-ils ? Parce qu'ils ne se sentent pas bien ; ils sont peut-être affamés ou fatigués ; peut-être ont-ils sommeil. A bout de force, ils commencent à crier et à pleurer. Que faire ? Ils doivent rentrer tout de suite à la maison, manger et dormir.

Nastia le sait : si elle mange tout ce que maman lui met dans l'assiette, elle se remplit d'énergie. Après, elle pourra se promener, passer beaucoup de temps dehors, tout en restant toujours de bonne humeur. Voilà pourquoi Nastia s'applique à bien manger et à bien dormir. Le sommeil aussi donne à l'enfant de la force. Après avoir dormi, Nastia se réveille et va dehors courir et sauter. Elle accompagne sa maman quand elle fait des courses, et porte elle-même son petit sac rose contenant la baguette de pain et le yaourt. Elle ne demande pas à maman de la prendre dans ses bras.

Celui qui a bien mangé et bien dormi a de l'énergie et de la bonne humeur à revendre.

крепкий сон
dormir profondément

