

Марш здоровья в библиотеке



«Спорт — это жизнь,

Целая жизнь, и даже немножко больше».

Р. Рождественский

В преддверие Всемирного дня здоровья Детская и Центральная библиотеки ЦБС Ибресинского района включились в проведение республиканской акции «Марш здоровья».

5 апреля в Детской библиотеке прошла мульт-зарядка «Время быть здоровым!» с обучающимися 2-4 классов Ибресинской средней школы №1, в которой приняла участие депутат Ибресинского городского поселения Ольга Емельянова. После зарядки библиотекарь Надежда Уткина рассказала об акции, провела обзор литературы «Как
стать



здоровым и сильным». Ребята познакомились с книгами о различных видах спорта, об истории олимпийского движения, с литературой о здоровом образе жизни. Далее они с удовольствием посмотрели познавательный мультфильм «Здоровый образ жизни» из детской передачи «Сундучок» о правильном и здоровом питании. Заквершилось мероприятие флеш-мобом «Жить здорово!», который провели заведующая Детской библиотекой Елена Глухова и ведущий библиотекарь Центральной библиотеки Ольга Прохорова. Также, в течение дня, библиотекари вместе с читателями оформляли забор-газету «Время быть здоровым!». Она состояла из пожеланий, рекомендаций и рисунков о здоровом образе жизни. Ребята в своих рекомендациях предлагали делать по утрам зарядку, следить за питанием, танцевать и чаще улыбаться. К этому дню в библиотеке была оформлена книжная выставка «Жить здорово!». Центральной

библиотекой была организована зарядка под девизом «Спорт — это жизнь» с тренером-преподавателем «Детско-юношеской спортивной школы ФОК «Патвар» Ибресинского района Ксенией Васильевой и учителем физкультуры Ибресинской средней школы №1 Эльвирой Максимовой. Его участникам стали ученики 11 «м» класса. 6 апреля с обучающимися 6-7 классов был проведен урок здоровья «Подросток. Здоровье. Будущее». Участники мероприятия



вместе с библиотекарем вели разговор о том, какого человека можно назвать здоровым, от чего зависит здоровье подростка. Школьники назвали полезные привычки, которые сохраняют здоровье, а также привычки, которые вредят здоровью человека. Примечательно, что среди вредных привычек были названы не только курение, злоупотребление алкоголем и наркомания, но и продолжительная работа за компьютером, просмотр телевизионных шоу и программ, долгое общение по мобильному телефону, некачественная еда. В завершение урока ребята ознакомились с книжной выставкой «Жить здорово!».