



Здорово быть здоровым!

Здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом. Вот почему так необходима просветительская и воспитательная деятельность библиотеки по сохранению и укреплению здоровья.

С этой целью 6 апреля 2019 года, в преддверии Всемирного дня здоровья и в рамках библиотечной программы «Чтение с увлечением», в Кировской сельской библиотеке для юных читателей был проведен информационный час с элементами игры «Здорово быть здоровым»».

Вначале библиотекарь Ирина Ефимова детям представила выставку-совет «Твори свое здоровье сам», затем был сделан библиографический обзор литературы. Дети познакомились со значением слова «здоровье», узнали о том, как его нужно беречь, как правильно составить режим дня, почему необходимо заниматься физкультурой и спортом. Ребятам больше всего нравятся мероприятия, где они активно участвуют сами, поэтому помимо обсуждения и рассказа о правилах здорового образа жизни, дети с интересом участвовали в подвижных и словесных играх, где в веселой непринужденной форме закрепили полученные знания. Особенно им понравилось собирать «цветок здоровья». На каждый лепесток нужно было клеить правило здоровья. Ребята получили от главного героя Карлсона (из повести А. Линдгрен) письмо, в котором он жаловался на своё неважное здоровье. Чтобы поправиться, он принимал много сладкого. Ребята объяснили, что не все продукты полезны, что от каких-то продуктов больше зла, чем пользы, и «Карлсону» в ответном письме были даны рекомендации. Девизом мероприятия стали слова «Здоровье даром не дается, за него надо бороться!». Действительно, человек сам творец своего здоровья.