



Новое поколение выбирает ЗОЖ

Здоровье - самое главное богатство человека. В современных условиях оно зависит от многих факторов, таких как экология, правильное питание, здоровый образ жизни.

В Хом-Яндобинской сельской библиотеке централизованной библиотечной системы Ибресинского района в рамках районной акции «Молодежь за ЗОЖ» прошел час здоровья «Здоровым жить здорово», где присутствовали учащиеся 1-4 классов Хормалинской СОШ. Из рассказа библиотекаря ребята узнали о том, как важно отказаться от вредных привычек, таких как курение, злоупотребление алкоголем, употребление наркотических средств, о важности быть физически активным, заниматься спортом, закаливанием и укреплении организма, ознакомились с литературой по ЗОЖ. Кроме этого учащиеся выполняли различные задания: отгадывали загадки, собирали из букв слова, связанные со здоровьем, пытались изобразить различные виды спорта, придумывали слова-антиподы, тренировались в умении сказать «Нет»! в нужные минуты, играли в шашки и шахматы. Затем детям был продемонстрирован мультфильм по рассказу С. Михалкова «Как медведь трубку

нашел». Это поучительная сказка о вреде курения. В заключительной части мероприятия ребята вышли на улицу и на свежем воздухе состязались в разных спортивных конкурсах. В течение районной акции «Молодежь за ЗОЖ» в библиотеке будет действовать выставка-рассказ «Здоровым быть – долго жить».