**День здоровья в Детской библиотеке**

**Фоторепортаж**

18 июня в Детской библиотеке ЦБС Ибресинского района для отрядов «Адреналин», «220 вольт» и «Покемоны» пришкольного лагеря МБОУ «Ибресинская СОШ № 1» был организован библиоквест «Будь здоров и не бойся докторов».

«Здоровому все здорово!» - так издавна говорят в народе. Возражать против этого невозможно. Каждый из нас прекрасно понимает, что здоровье - самый драгоценный дар, который дает человеку природа. Ни за какие деньги нельзя приобрести безотказное сердце, могучие легкие, крепкие нервы, налитые силой мускулы. Привычка сохранять здоровье – это залог нормальной жизни для человека. А сформироваться эта привычка сможет только тогда, когда сам человек будет постоянно и регулярно заниматься тем, что приносит ему пользу: физической культурой, спортом, закаляться, правильно питаться и хорошо отдыхать остановимся на одном из элементов ЗОЖ, от которого зависит наше здоровье - движении.
В самом начале мероприятия разговор зашел о том, какого человека можно назвать здоровым и от каких факторов зависит здоровье. Заведующая Детской библиотекой Наталья Зотикова рассказала о значении здорового образа жизни для человека. Ребята узнали о том, что здоровье делится на такие категории, как физическое, психическое и духовное, о важности правильного питания и соблюдения правил личной гигиены. Все сообща они назвали привычки, которые вредят здоровью человека. Далее участники дружно отвечали на вопросы спортивной викторины, отгадывали загадки, связанные со

спортом, вспоминали виды спорта, знаменитых спортсменов, названия спортивного инвентаря, народные пословицы. Они объяснили значение таких пословиц: «Здоровье не купишь», «Болезнь человека не красит», «Береги платье снову, а здоровье смолоду». Очень интересно прошли спортивные состязания для детей, в которых они показали свою сноровку, ловкость и быстроту.
В завершение мероприятия на асфальте всем участникам было предложено нарисовать рисунки на тему «Мы за здоровый образ жизни».