

«Мы за здоровый образ жизни»

В рамках районной акции «Молодежь за здоровый образ жизни» библиотекарь Кировской сельской библиотеки центральной библиотечной системы Ибресинского района провела квест-игру « Мы за здоровый образ жизни» для детей дошкольного и школьного возраста.

Игра была направлена на формирование культуры здорового образа жизни у подрастающего поколения, проявление ответственности, самостоятельности и командного взаимодействия детей. Ведущая подготовила 5 различных этапов для прохождения, где ребята выполняли практические задания, решали интеллектуальные задачи, проявляли творчество. За каждую пройденную станцию участники получали отрывок из слогана о здоровом образе жизни. На станции «Пословицы и поговорки» составляли пословицы и поговорки о здоровом образе жизни. На станции «Олимпийская викторина» ребята отвечали на вопросы об олимпийских чемпионах. На станции «Антистресс» ребята познакомились с основными способами снятия стресса, составили основные правила здорового сна. На станции «Загадки» участники игры отвечали на загадки о видах спорта. Заключительным этапом квест-игры была станция «Со спортом дружить – здоровым быть», где дети участвовали в подвижных играх. Пройдя все станции игры, ребята из отрывков сложили слоган «Мы за здоровый образ жизни!».

Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию. Участники квеста пришли к выводу, что только от нас зависит состояние нашего здоровья.