**Муниципальное казенное учреждение « Социально-культурного объединения»**

 **Черниговского сельского поселения Апшеронского района**

 **«библиотека Черниговского сельского поселения»**

Информация

по пропаганде здорового образа жизни на ноябрь 2019г.

 «Библиотека Черниговского сельского поселения»

15.11, в библиотеке проведенная беседа «Я выбираю здоровье!» помогла учащимся расширить знания о здоровье и здоровом образе жизни. Определили, что относится к основным компонентам здорового образа жизни. Поговорили о вредных привычках, которые наносят большой вред здоровью людей. Вспоминали русские пословицы и поговорки о здоровье, спорте и физкультуре. Все с большим интересом послушали отрывки из статьи «ЗОЖ с телефоном в руках» (газета «Кубанские новости» за 02.11.19) о разработанных целого ряда приложений для смартфона. Книжная выставка « К здоровью с книгой» напомнила присутствующим о разных видах спорта. Говоря о здоровье, вспомнили о стрессах и учились приёмам быстрого снятия стресса. Инструктор по физической культуре и спорту – А.Г.Хартян призывал школьников к формированию ценностного отношения к собственному здоровью, на примерах показал значимость здоровья для каждого учащегося, отметил активных ребят и поделился планами на будущий год. Чтение стихов, разговор о соблюдении правильного питания и режиме дня, просмотр слайдов - всё это позволило сделать вывод: учитесь радоваться жизни - всему, что вас окружает. Прозвучал призыв: будьте все здоровы и знайте – всё в ваших руках! Присутствовало 16 человек.

  

  

 