



Ежегодно в апреле отмечается Всемирный день здоровья – это важный праздник для тех, кто заботится о своем состоянии и физическом развитии. Смоленская областная библиотека для детей и молодежи им. И. С. Соколова-Микитова провела для ребят 4-х классов школы № 30 г. Смоленска познавательный час «Мы выбираем здоровье».

Ребята познакомились с историей праздника, его традициями, побеседовали о важности здорового образа в жизни каждого человека. Библиотекарь рассказала детям о значимости правильного питания, о пользе физических упражнений, и о том, что нужно заботиться о своем здоровье с юных лет. Ребята отгадывали загадки, вспоминали пословицы и поговорки о здоровье, посмотрели познавательную серию мультфильмов «Будь здоров!» и «побывали» на уроке осторожности тетушки Совы.

В завершение беседы учащиеся пришли к выводу, что очень важно и полезно для своего здоровья делать зарядку, соблюдать чистоту, правильно питаться, гулять на свежем воздухе и заниматься спортом.



Картинка взята из открытых источников сети Интернет.