

7 апреля - Всемирный день здоровья

7 апреля во всем мире отмечается Всемирный день здоровья.

Ежегодное проведение дня здоровья вошло в традицию с 1950 года. Информационно-просветительские мероприятия Дня проводятся для того, что бы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни.



В школьной библиотеке для ребят 1 А класса был проведён информационный час **«Здоровый образ жизни»**.



В ходе урока говорили:

- ✚ О правильном питании, что пища даёт нам силы и энергию, потому что содержит полезные вещества. Питательные вещества в пище — это кирпичики для строительства нашего организма и топливо для его работы.
- ✚ О том, что нужно следить за чистотой и личной гигиеной. Чистить зубы, мыться, менять и стирать одежду нужно каждый день!
- ✚ Для здоровья надо не только хорошо работать, но и правильно отдыхать.
- ✚ Учились различать полезные и вредные привычки и поговорили о том, как можно внедрить полезные привычки в жизнь.

✚ Посмотрели мультипликационный фильм «Сестрички – привычки». Канителька, Неряшка и Капризулька – захватили в плен Андрюшу, испортили его характер. Позже Андрюша понял, что ничего хорошего с такими привычками



не получится и мальчик смог обуздать их.

Поучительный мультфильм ребятам очень понравился.

✚ В заключении ребята сделали вывод: чтобы оставаться здоровым, надо правильно питаться, развивать полезные привычки и ни в коем случае

не поддаваться вредным.

