

## Больше знаешь – здоровее будешь

Здоровье – это ценность и богатство,  
Здоровьем людям надо дорожить!  
Есть правильно и спортом заниматься,  
И закаляться, и с зарядкою дружить.  
Чтобы любая хворь не подступила,  
Чтоб билось ровно сердце, как мотор,  
Не нужно ни курить, ни пить, ни злиться,  
Улыбкой победить любой укор.  
Здоровый образ жизни – это сила!

Лена Одинцова



Сегодня сотрудники городской библиотеки №2 посетили социально – реабилитационный центр для несовершеннолетних №5 и провели с детьми игровую программу «Больше знаешь – здоровее будешь», чтобы научить ребят здоровому образу жизни.

В гости к детям пришли доктор Пилюлькин и Витаминчик. Они рассказали ребятам о важности режима дня, правильного питания, движения, закаливания, а

также о вредных привычках, которые влияют на здоровье человека. Дети весело выполнили вместе с Барбариками музыкальную зарядку, из списка привычек определили вредные и полезные, ответили на вопросы викторины «Гигиена». Поиграли в игру «Витамины», «Двигательная активность». Доктор Пилюлькин измерил всем участникам температуру большим градусником и прописал всем прививки – загадки. Ребята отгадывали загадки о здоровье, написанные на бумажных шприцах. Под руководством Пилюлькина дети оказывали пострадавшим первую медицинскую помощь. Мероприятие прошло интересно и весело, все получили конфетки – пилюльки, заряд бодрости, энергии и конечно, много полезной информации о том, как сохранить свое здоровье.





