

# Библиотекари провели мероприятие «Мое здоровье в моих руках»



**Дата:** 22.07.2015

**Автор:** Библиотека №1

**Источник:** Информационно-аналитический отдел  
Администрации Октябрьского района ГО г. Уфа РБ

**Сферы деятельности:** [Молодежная политика](#)

**Районы:** [Октябрьский район](#)

Когда есть желание поговорить о здоровом образе жизни, конкретно о здоровье учащихся, то хочется выйти на школьный стадион. Что сотрудники библиотеки №1 вместе со школьниками Октябрьского района и сделали.

Воспользовавшись этим простором, ребята показали разные технические приемы в футболе. Это игра, которая всесторонне развивает человека. А библиотекарям осталось только напомнить, что родоначальницей современного футбола является Англия.

Спортивная площадка не мыслима без турника. Это отличное средство для формирования красивой осанки, помощник увеличения роста ребенка. Подтягиваясь и кувыркаясь на этих перекладинах, ребята продемонстрировали свои силу и ловкость. А навыки здорового образа жизни столь же необходимы, как воздух, вода, пища.

После такой физической нагрузки, решили отдохнуть с пользой - полистать журналы «ФИС», «Культура здоровой жизни» и согласиться с библиотекарями, что у человека только одна жизнь и нужно правильно вести себя в различных ситуациях, чтобы не пострадать и сохранить здоровье. А пример взяли самый простой - вспомнили фрагменты из мультфильма «Ну, погоди!». Волк глупый и все время с сигаретой. Заяц умный, любит заниматься спортом, потому ему все время удается перехитрить Волка. Вывод: курящий человек плохо соображает, у него плохая память. И девиз: «Я выбираю здоровье, я выбираю жизнь!» ребята повторили хором.



<http://ufacity.info/press/news/199996.html>