

14.12.2024

Дзень прапаганды здаровага ладу жыцця

Ва ўстанове адукацыі 14 снежня для 1-4 класау прайшла гульня-віктарына «Азбука здароўя». Мэта гульні-віктарыны - актуалізацыя і пашырэнне ведаў вучняў аб шляхах захавання свайго здароўя, выхаванне усвядомленай патрэбы ў здаровым ладзе жыцця. Дзецям былі прапанаваны конкурсы: "Так-не", "Адгадай-ка", "Прыказкі і прымаўкі пра здаровы лад жыцця", "Веру-не веру", "Садоўнік-агароднік", "Формула здароўя". Гульня-віктарына паказала, што навучэнцы добра валодаюць інфармацыяй пра тое, што дрэнна і добра для здароўя, ведаюць, што трэба рабіць, каб захаваць і ўмацаваць сваё здароўе.

Для старэйшых навучэнцаў, 5-8 класаў, прайшоў філасофскі стол «Здаровы чалавек XXI стагоддзя. Хто ён?». Мэта мерапрыемства - прапагандаванне здаровага ладу жыцця, прывіццё беражлівых адносін да свайго здароўя, барацьба са шкоднымі звычкамі. Навучэнцам было прапанавана правесці мікрадаследванне ў выглядзе тэстаў «Праверце свой спакой», «Ці здаровы лад жыцця ты вядзеш?», разам пабудавалі «дрэва «Маё здароўе». Таксама закранулі тэму паводзін на прыродзе, так як наша добрае стаўленне да навакольнага свету прыроды характарызуе адну са складаных нашага здароўя - духоўнае здароўе. У канцы мерапрыемства удзельнікі паразважалі і адказалі на пытанне «Што такое здароўе і чаму гэтая тэма такая актуальная ў 21 стагоддзі?». У наш век прагрэсу важна захаваць і перадаць нашчадкам перадумовы і неабходныя ўмовы для паўнаwartаснага развіцця самых розных бакоў чалавечай жыццядзейнасці, дасягненні чалавекам актыўнага даўгалецця, актыўнага ўдзелу чалавека любога ўзросту ў сацыяльнай, працоўнай, сямейнай дзейнасці.







Здоровый человек XXI века. Кто он?



КАЖДОЕ УПРАЖНЕНИЕ ВЫПОЛНЯТЬ 4-6 РАЗ



ЗАРЯДКИ С ОМ

Пить больше воды и больше двигаться!

ЗАКАЛЫВАНИЕ

СПОРТ

Пить больше воды и больше двигаться!





