Игра – марафон
«Только здоровые привычки»

1 июня 2022 года сотрудники библиотеки провели **весёлое спортивное мероприятие** для детей микрорайона.

Пропаганда здорового образа жизни проводится в виде приобщения к физической культуре. Важно, чтобы подрастающее поколение поняло, что в реальной жизни есть очень много увлекательного и интересного, например, это – занятия спортом.

Библиотекари рассказали ребятам, что физическое здоровье связано с работой нашего организма, нам важно знать, как должен работать наш организм. Прежде всего, у человека должно быть здоровое тело, правильное, красивое телосложение, достаточный вес, рост относительный своего возраста. Человек должен иметь хорошую физическую подготовку: а это крепкую мышечную силу в руках и ногах, хорошо переносить физические нагрузки, при этом не чувствовать сильной усталости, не падать в обморок. Безусловно, здоровый человек редко болеет простудными и другими заболеваниями, т. е. имеет хорошую защитную функцию против вирусов, микробов.

Популяризация спорта и физической активности, утверждение в обществе ценностей здорового образа жизни для библиотекарей библиотеки семейного чтения не пустые слова. Знания о необходимости серьёзного отношения к своему здоровью сотрудники библиотеки попытались донести до ребят всеми доступными им формами и методами. Мы отправились на детскую площадку и на свежем воздухе провели интересное и познавательное мероприятие «Только здоровые привычки». Ребята играли в вышибалы, городки, но больше всего участникам мероприятия понравился конкурс со скакалкой, в котором принимали участие библиотекари. Все участники мероприятия получили сладкие призы от депутата Городской Думы Мантуровой Юлии Михайловны.

Заведующий библиотекой Светлана Лещева