«Дорога к доброму здоровью»

Автор: Administrator
09.04.2021 08:03

«Здоровье – это вершина, на которую человек должен подняться сам». И.И. Брехман

7 апреля в Тилининской сельской библиотеке в рамках межведомственной комплексной оперативно-профилактической акции «Дети России – 2021» для юных читателей был проведён тренинг «Дорога к доброму здоровью».

Участники тренинга совершили поход по тропинкам здоровья для того, чтобы понять, как много значит здоровье в их жизни и что нужно сделать, чтобы сохранить здоровье на долгие-долгие годы. Выполняя задания в группах, ребята обобщили свои знания о режиме дня, правилах питания и поведения и зарядились положительными эмоциями.

Завершилось мероприятие релаксационной оздоровительной минуткой «Сотвори солнце в себе». Закрыв глаза, дети представили в своем сердце маленькую звездочку и мысленно направили к ней лучики, которые несли любовь, мир, радость, тепло, свет, нежность, ласку и, конечно, здоровье! В результате, звездочка стала огромной, как солнце, и подарила тепло всем юным читателям библиотеки.