

“Мы - за здоровый  
образ жизни!”

“Здоровье в порядке  
– спасибо зарядке!”

“Здоровье – всему  
голова”

“Спорт и движение  
– жизнь!”

“Чтоб здоровым,  
сильным быть,  
нужно спорт,  
друзья, любить”



### Правила здорового образа жизни:

- не употребляйте вещества, наносящие вред вашему организму (алкоголь, никотин, наркотики)!
- больше бывайте на свежем воздухе!
- соблюдайте режим дня!
- употребляйте в пищу свежие фрукты и овощи!
- ежедневно занимайтесь физической культурой!
- уменьшите время нахождения перед экраном телевизора и монитором компьютера!
- чаще улыбайтесь!

**Будьте здоровы!**



КУЕДА, 2023

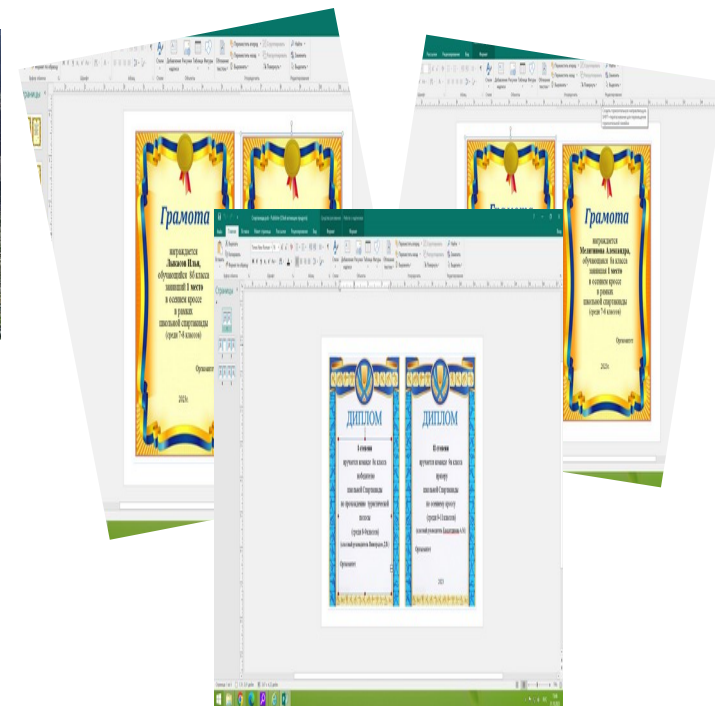
МБОУ «Куединская средняя  
общеобразовательная школа  
№2—Базовая школа»

## «День здоровья» - как традиционное мероприятие в школе



Виноградов Дмитрий Владимирович,  
классный руководитель 8кадетского  
класса МБОУ «Куединская СОШ№2-БШ»

2023



Дети – это наше будущее!

А чтобы наше будущее было здоровым, нужно с малых лет прививать

детям навыки здорового образа жизни, воспитывать в них бережное отношение к своему собственному здоровью и приучать к спорту.

Поэтому ежегодно в нашей школе проводится традиционный День Здоровья для обучающихся 1-11 классов. В этот день школа будто оживает, ведь задействованы все: учащиеся, педагоги, родители. Школьники очень ждут этот день, чтобы поучаствовать в спортивных соревнованиях, порезвиться и подышать свежим воздухом.

День начинается с линейки, торжественного объявления «Дня Здоровья». Затем ученики совместно с классными руководителями и родителями весело отправляются в путь на берег р.Буй, чтобы бодро и здорово провести этот день.



Ежегодно класс занимает призовые места в прохождении туристической полосы и конкурса «Бивуаков». Что стимулирует ребят принимать активное участие в данном мероприятии.

