

Флешмоб «Вместе к здоровью»

К сожалению, статистика неумолимо констатирует ухудшение общего состояния здоровья детей и подростков. Влияние экологических факторов, ритм современной жизни, гаджеты, компьютеры, нагрузка в школе, переутомление, малое проведение времени на свежем воздухе ослабевают здоровье подрастающего поколения. Поэтому важно укреплять защитные силы организма с помощью физической активности, которая влияет не только на физическое состояние организма, но и на психологическое здоровье человека.

Отделом общественного здоровья Слонимского зонального ЦГЭ совместно с ГУО "Средняя школа № 2 г Слонима" был проведен флешмоб "Вместе к здоровью", приуроченный к проведению областной акции "Зарядка для всех".

Зарядка – одна из наиболее распространенных форм применения физической культуры, состоящая из комплекса физических упражнений умеренной нагрузки. Зарядка тонизирует организм, повышая основные процессы жизнедеятельности – обмен веществ, кровообращение, дыхание. При систематических занятиях улучшается сон, аппетит, общее самочувствие, повышается работоспособность.

Цель акции: пропаганда здорового образа жизни, привлечение подрастающего поколения к систематическим занятиям физической культурой.

Быть здоровым — это модно!

Дружно, весело, задорно.

Становитесь на зарядку.

Организму — подзарядка!



Врач-гигиенист (заведующий отделом)
отдела общественного здоровья
Дервеедова Екатерина Васильевна