

Квест «Азбука здоровья»

17 марта в рамках проекта «Территория здоровья.School.Чапаевск» волонтеры проекта провели квест «Азбука здоровья» по здоровому образу жизни для участников проекта-обучающихся в гимназии колледжа.

50 детей и подростков приняли участие в мероприятии. Цель квеста, развивать в детях внимательное и бережное отношение к своему здоровью, путем решения заданий, совершенствовать навыки работы в команде. Все задания игры были распределены на группы по станциям: «Интеллект», «Вкусно и полезно», «Веселые старты».

На каждой из станций ребятам необходимо было отгадать загадки, ответить на интеллектуальные вопросы о здоровом образе жизни, сделать коллаж о вкусной и полезной пище. На станции «Веселые старты» участники проекта соревновались за звание ловких, быстрых и спортивных.

По окончании квеста всем участники получили руководство по детскому питанию и физической активности от Всемирной организации здравоохранения. Цель данного руководства- способствовать укреплению здоровья в детском возрасте. Книга в доступной и легкой форме рассказывает об основах здорового образа жизни: о сбалансированной диете и физической активности.

Ребята получили нескрываемое удовольствие от мероприятия, которое выражалось в их активности, внимательности, включенности в процесс.

Мероприятие, посвященное столь актуальной проблеме нашего времени, несомненно имеет важное значение для последующего развития учащихся, поскольку пропагандирует здоровый образ жизни.