

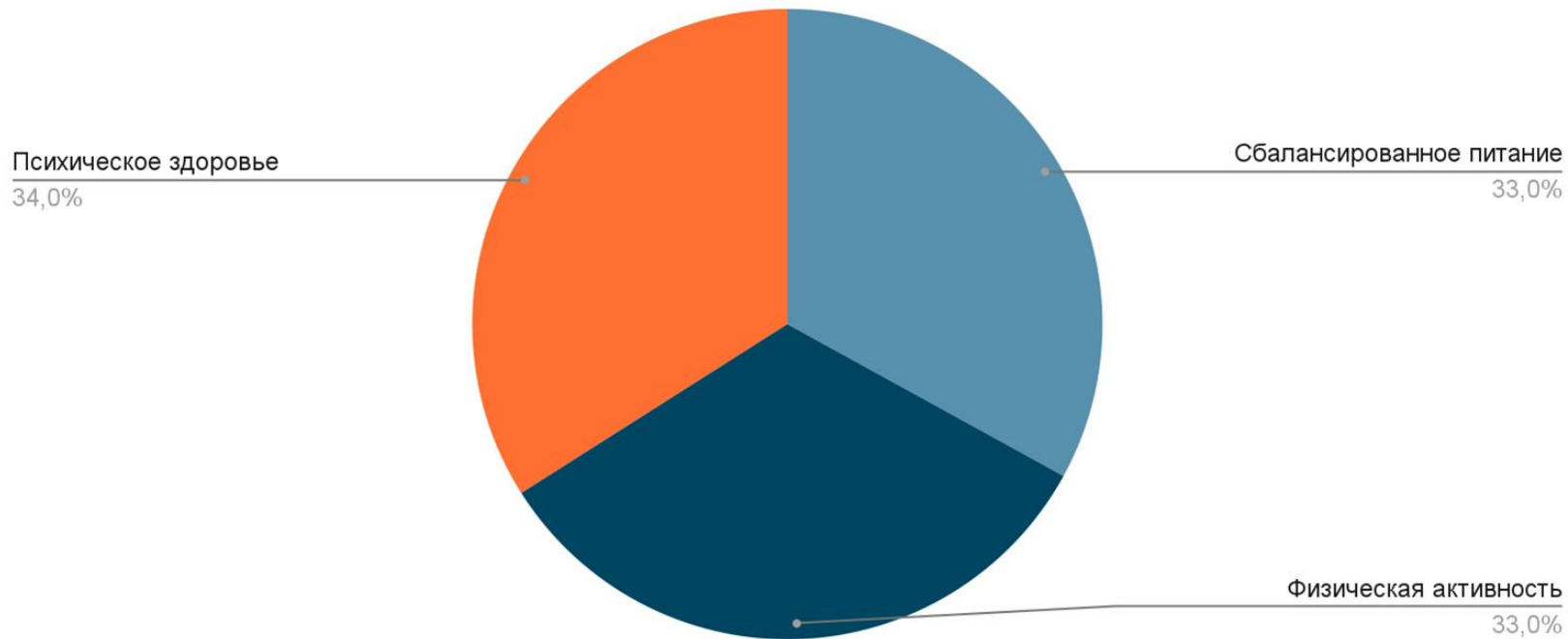


МБУ ДО СШОР

Здоровый образ жизни

Спортивно - оздоровительная программа

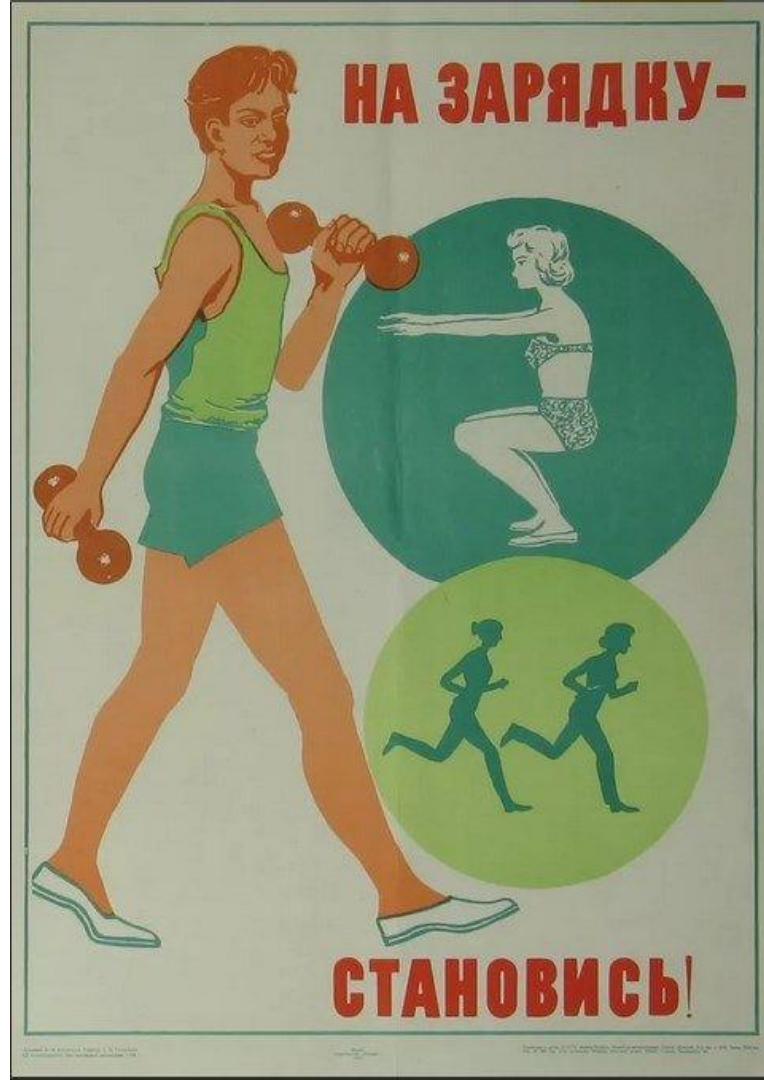
Здоровье





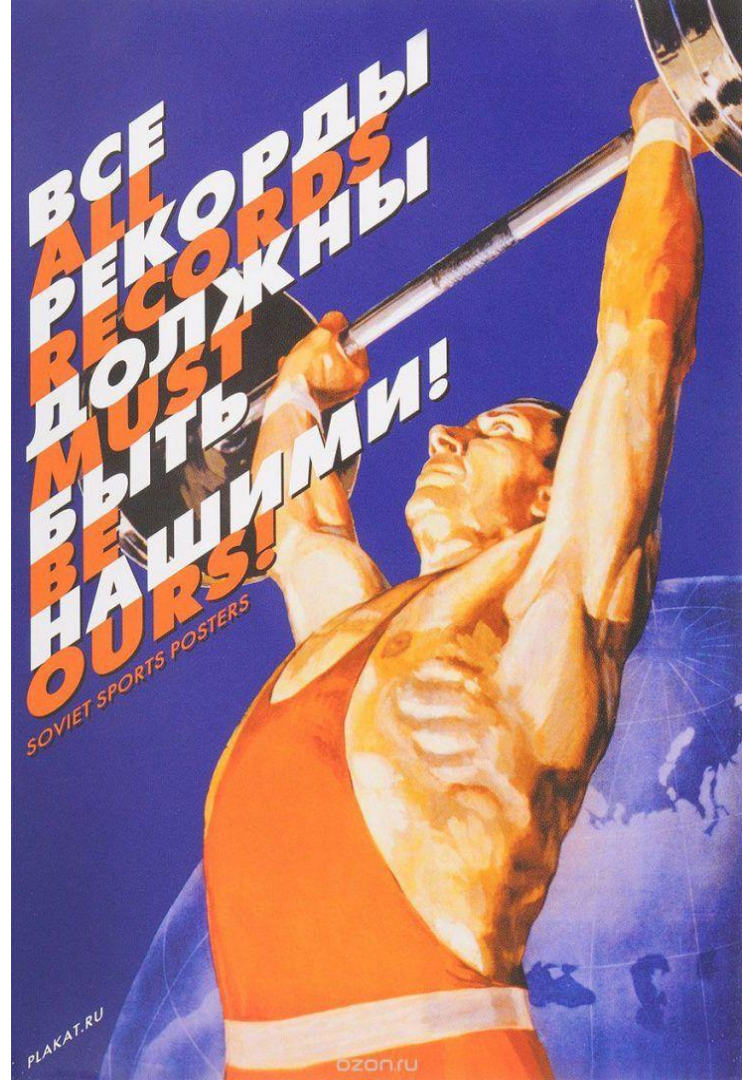
Учреждением ведется работа в следующих направлениях:

Формирование
понимания о
важности и ценности
здоровья, а также
способов его
сохранения и
укрепления



Ответственность

как форма подхода к собственному здоровью и благополучию, которое без него невозможно

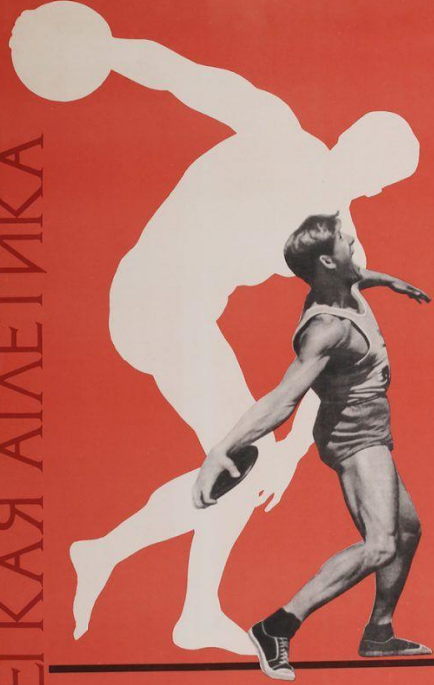


ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА •



ИЗДАТЕЛЬСТВО «ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ» МОСКВА
© 1985 ГОД
СЕРИЯ «ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ» № 10
С. 10-11
ИЗДАТЕЛЬСТВО «ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ» МОСКВА

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА



С. 12-13
ИЗДАТЕЛЬСТВО «ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ» МОСКВА

Сбалансированное питание

Сотрудники МБУ ДО СШОР осведомлены о проблемах, которые могут вызывать питание с высоким содержанием простых углеводов, транс-жиров, дефицитом или профицитом калорийности потребляемой пищи.



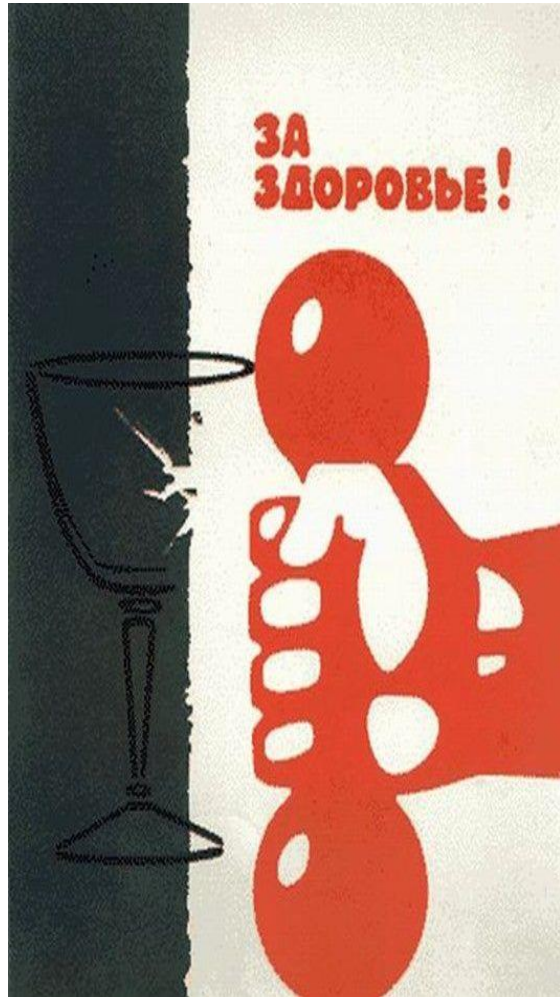
Популяризация массового спорта

Деятельность учреждения неразрывно связана с привлечением новых лиц школьного возраста к занятиям физической культурой и спортом

На мероприятия соревновательного характера активно приглашаются жители города - молодежь и старшее поколение



**ХОЧЕШЬ БЫТЬ ТАКИМ-
ТРЕНИРУЙСЯ!**



Также основополагающим принципом внедрения Спортивно-оздоровительной программы является проведение бесед с целью агитирования за отказ от вредных привычек:

- распитие алкогольных напитков,
- курение,
- применение психоактивных веществ

Психическое здоровье

По данным Всемирной организации здравоохранения процент заболеваний, относящихся к разряду психических, неуклонно растет с каждым годом.

Занятия спортом, сбалансированное питание, периодическое медицинское обследование являются надежной профилактикой и защитой психического здоровья - о чем ведутся профилактические беседы с воспитанниками и сотрудниками учреждения.

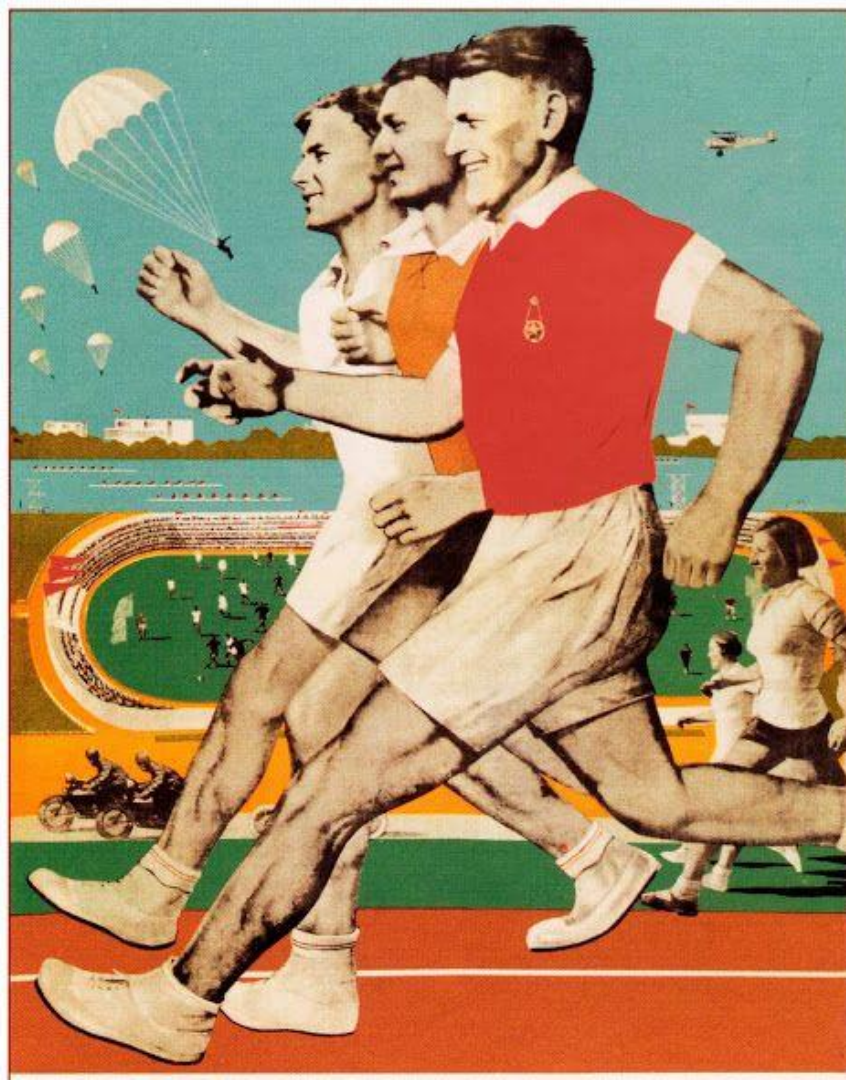


Фото из фото-архива учреждения



Кросс нации



Спартакиада по волейболу



ФЗСК ГТО

