

**В МУСО «Социально-реабилитационном центре для несовершеннолетних» Катав-Ивановского муниципального района, педагог-психолог провела тренинговое занятие «Я выбираю здоровье!», приуроченное профилактической акции «Зам здоровый образ жизни»**

Мероприятия, посвященные теме здорового образа жизни, всегда актуальны в воспитании детей. Данную необходимость диктует сама жизнь. Любой современный ребенок должен понять и усвоить ценность здоровья. Занятия, направленные на популяризацию здорового образа жизни, всегда интересны для ребенка и проходят в непринужденной и доброжелательной атмосфере. Вот и тренинговое занятие: «Я выбираю здоровье!», педагога-психолога **Натальи Бисяриной**, прошло в такой же доброжелательной атмосфере. Целью занятия было способствовать определению собственных духовных ценностей и ориентации на здоровый образ жизни, объяснить значение понятия «здоровье», воспитывать чувство ответственности за сохранение здоровья, формировать у подростков стремление занимать активную жизненную позицию, доказать приоритетность здоровья среди других ценностей человека и негативное влияние вредных привычек на самочувствие подростков.

Ребята с большим интересом и удовольствием участвовали в упражнениях: «Интервью», «Скрепка», «Угроза жизни», «Путь к здоровью», «Преимущества здоровья», в диалогах, беседах и рассуждениях.

*«Здоровье не только берегает жизнь, но и преумножает её, раскрывая самые невероятные возможности, о каких не может мечтать слабый, страдающий от болезней человек. задумайтесь ребята, каким вы выберете своё будущее»* - прокомментировала педагог-психолог **Наталья Бисярина**.