7 апреля этого года  отмечается Всемирный день здоровья и 75-летие Всемирной организации здравоохранения. Здоровье-это не просто отсутствие болезней. Здоровье — это состояние полного физического, душевного и социального благополучия.

Здоровье человека в первую очередь зависит от него самого. Своевременная профилактика, здоровый образ жизни, ответственное отношение к себе и окружающим, выбор товаров и услуг, не наносящих вреда здоровью и окружающей среде, все это — необходимые условия сохранения здоровья и долголетия. Основами крепкого здоровья и активного долголетия являются правильный образ жизни, вакцинация, диспансеризация, регулярные профилактические осмотры. Человек должен и сам занимать активную жизненную позицию – придерживаться рационального режима дня, сбалансированно питаться, соблюдать оптимальную двигательную активность, регулярно выполнять закаливающие процедуры, избавляться от вредных привычек.

Всемирный день здоровья призван ориентировать людей на употребление здоровой пищи, отказ от курения и избыточного потребления алкоголя, занятия физическими упражнениями, участие в активных видах отдыха

День здоровья будет отмечен следующими мероприятиями:

***МЕРОПРИЯТИЯ НА 07 АПРЕЛЯ 2023 г.***

**-Михайловский профессионально-педагогический колледже имени В. В. Арнаутова**   1.студенческий флешмоб  «Будь здоров и бодр», начало с 8.00, место сбора - центральный вход МППК;

2.зарядка на свежем воздухе «Дыши глубже», начало 11.20 , место сбора-спортивная площадка МППК;

**-Городской парк культуры и отдыха имени М.М. Смехова**

1.забег по скандинавской ходьбе (старшая возрастная группа), организатор АУ «Центра физической культуры и спорта», время сбора участников  в 11.00, место: центральный стадион, улица Магистральная 2;

 - **Михайловский филиал ГАПОУ «Волгоградский медицинский колледж»**

1.спортивное состязание между студентами «Самая долгая планка» и зарядка на свежем воздухе место проведения: центральный стадион, время проведения:10.00.

**-АУ «Центра физической культуры и спорта»** с 1-9 апреля 2023 г.

1. тестирование и выполнение норм ГТО среди школьников СОШ и воспитанников детских садов,

2. «Фестиваль ГТО» среди обучающихся общеобразовательных организаций г. о. г. Михайловка, большом спортивном зале АУ «ЦФК и С»;

3. Открытый Кубок по волейболу среди мужских команд г.о.г. Михайловка.

-**МКОУ «СШ № 5»**  с 3-8 апреля

неделя здорового питания , психология здорового питания, выставка рисунков « Здоровое питание , здоровый организм» жизни , раздача листовок учащимся на тему здорового образа жизни ,

7 апреля 2023 с 11.15 на территории школы -праздничный флешмоб с участием волонтёров , учащихся старших классов ко дню здоровья.

**- МКОУ «СШ №7»**

-7 апреля 2023 г. праздничная зарядка с участием волонтёров , учащихся старших классов, место проведения: территория школы, время: 11.15.

-МКОУ СШ №4  пойдёт игра в волейбол  между Учениками и отделом МВД по г. Михайловка

1.6 апреля 2023 г. игра в волейбол  между учениками и сотрудниками ОМВД по г. Михайловка, место: спортивный зал школы, время:16.00 ;

2. 7 апреля 2023 г., зарядка на свежем воздухе, место проведения территория школы,

 время :10.00.

-**ГБУЗ «Михайловская центральная районная больница»**

1.6 апреля 2023 г. открытая лекция в кабинете медицинской профилактики на тему здорового образа жизни, своевременного и регулярного прохождения диспансеризации, здоровья на рабочем месте, время:9.00;

- с 5-7 апреля в **ДЮСШ№ 2** проходит спартакиада  школьников «Президентские состязания».