

Муниципальное бюджетное учреждение культуры
«Анапская централизованная библиотечная система»
Детско-юношеская библиотека-филиал №1
им. В. И. Лихоносова

ПАСПОРТ КНИЖНОЙ ВЫСТАВКИ

В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ – ЗДОРОВЬЕ!



АНАПА, 2019

ЗДОРОВЬЕ

**КУПИТЬ МОЖНО МНОГО:
ИГРУШКУ, КОМПЬЮТЕР,
СМЕШНОГО БУЛЬДОГА,
СТРЕМИТЕЛЬНЫЙ СКУТЕР,
КОРАЛЛОВЫЙ ОСТРОВ
(ХОТЬ ЭТО И СЛОЖНО),
НО ТОЛЬКО ЗДОРОВЬЕ
КУПИТЬ НЕВОЗМОЖНО.**

**ОНО НАМ ПО ЖИЗНИ
ВСЕГДА ПРИГОДИТСЯ.
ЗАБОТЛИВО НАДО
К НЕМУ ОТНОСИТЬСЯ.**

АНАТОЛИЙ ГРИШИН

Форма: Книжная выставка

Читательское назначение: подростки, молодёжь, взрослые

Цель: информационное сопровождение мероприятий, посвящённых нормам и правилам здорового образа жизни

Сроки экспонирования: в течение года

Здоровье – это главная ценность жизни, оно занимает самую высокую ступень в иерархии потребностей человека. Здоровье – один из важнейших компонентов человеческого счастья и одно из ведущих условий успешного социального и экономического развития.

Еще в начале 40-х годов XX столетия понятию «здоровье» дали следующее определение: «Здоровым может считаться человек, который отличается гармоническим развитием и хорошо адаптирован к окружающей его физической и социальной среде. Здоровье не означает просто отсутствие болезней: это нечто положительное, это жизнерадостное и охотное выполнение обязанностей, которые жизнь возлагает на человека».

К сожалению, многие люди не соблюдают самых простейших, обоснованных наукой норм здорового образа жизни. Охрана собственного здоровья – это непосредственная обязанность каждого человека.

Данная выставка познакомит с НПА, регулирующие отношения, связанные со здоровым образом жизни, с литературой по основам ЗОЖ и видам спорта для активного времяпрепровождения.

I. ПО ЗАКОНУ

1. О защите детей от информации, причиняющей вред здоровью и развитию: федер. закон: [принят Гос. Думой 21 декабря 2010г.: одобр. Советом Федерации 24 декабря 2010 г].

2. Об утверждении Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года: указ Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. // Система Гарант Аэро.

3. Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года: [утв. Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. № 690] // Система Гарант Аэро.

4. Уголовная ответственность за незаконный оборот наркотических средств и психотропных веществ / разраб. Подразделением ОНК и ОПДН МВД России по г-к. Анапа.



II. НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ – ЗДОРОВОЕ ПРОДВИЖЕНИЕ

*Короткую жизнь мы не получаем, а делаем ее
такою; не бедны мы жизнью,
а пользуемся ею расточительно.
Жизнь длинна, если ею умело пользоваться.*

Сенека

1. Горски, Т. Путь выздоровления: план действий для предотвращения срыва / Теренс Т. Горски. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2003. – 182 с. – (Лечение зависимости).
2. Гигиена и экология человека: учеб. пособие / под ред. Н. А. Матвеевой. – 2-е изд., стер. – М.: Академия, 2008. – 304 с.
3. Кожин, А. А. Здоровый человек и его окружение: учеб. пособие / А. А. Кожин, В. Р. Кучма, О. В. Сивочалова. – 2-е изд., стер. – М.: Академия, 2008. – 400 с.
4. Марков, В. В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней / В. В. Марков. – М.: Академия, 2001. – 320 с.
5. Флорова, Н. Б. Родословная беды: [информ. пособие] / Нина Борисовна Фролова. – 3-е изд. – М.: Нарком, 2015. – 152 с.: ил., табл. – (Пока не поздно).

III. СКАЖИ СПОРТУ – ДА!

*Умеренно и своевременно занимающийся
физическими упражнениями человек,
не нуждается ни в каком лечении, направленном
на устранение болезни.*

Авиценна

1. Антонова, Л. В. Фитнес и ваше здоровье / Л. В. Антонова. – М.: Вече, 2008. – 192 с. – (Медицина + здоровье).
2. Жизневодитель для молодёжи: найди себя!: [рекомендательный указатель] / отв. за вып. Г. М. Павлова; сост. В. А. Давыдов, Е. С. Хромых. – Анапа: МБУК «Анапская ЦБС», 2018.
3. Заваров, А. Футбол. Уроки профессионала для начинающих / А. Заваров. – СПб.: Питер, 2010. – 208 с.: ил.
4. Как правильно заниматься спортом / кафедра ЛФК и спорт. мед. ГОУ ВПО Росздрава РГМУ. – М., 2009. – 8 с.
5. Кочетков, М. А. Бодибилдинг. Атлетизм. Гиревой спорт / М. А. Кочетков. – М.: АСТ: Астрель: Полиграфиздат, 2010. – 512 с.: ил.
6. Рукопашный бой / отв. Ю. Г. Хацкевич. – Минск: Харвест; М.: АСТ, 2002. – 144 с. – (Самоучитель).

ЗДОРОВЫЕ СОВЕТЫ

Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.

За осанкой ты следи,
Спину, выпрямив, сиди.
Если ты ложишься спать,
Жёстче выбери кровать!

Чтобы мне здоровым быть,
Надо овощи любить.
Свёкла, репка, лук, морковь –
Моя первая любовь.

Если долго вдаль глядеть,
На зеленый цвет смотреть,
Будешь ты здоров всегда,
Будут сильными глаза.

По утрам ты закаляйся,
Водой холодной обливайся.
Будешь ты всегда здоров.
Тут не нужно лишних слов.

Если будешь унывать,
Плакать, ныть, скучать, страдать,
Можешь даже очень быстро
Ты здоровье потерять.

Составитель: зав. отделом по работе с юношеством
Е. С. Нецадимова