

С 26 августа по 1 сентября Минздравом РФ в нашей стране объявлена неделя продвижения здорового образа жизни среди детей.

По данным ВОЗ около 80% подростков в России недостаточно физически активны.

В последние годы отмечается резкий спад физической активности у детей и подростков наряду с ростом числа заболеваний ожирением и сахарным диабетом среди детей.

Время, проведенное за гаджетами и высокая нагрузка в учебном году, способствуют гиподинамии, снижению концентрации внимания, нарушению психоэмоционального состояния и развитию остеохондроза.

Решение есть!

Элементы игры в приобщении к ЗОЖ придут на выручку каждому родителю!

Заинтересуйте ребенка с помощью легкого квиза от проекта Здоровое поколение.

Узнайте больше о здоровом образе жизни и физическом развитии детей в канале Всероссийского социального проекта «Здоровое поколение» [https://t.me/zdorovoe_pokolenye_rf!](https://t.me/zdorovoe_pokolenye_rf)

Совместный семейный и здоровый досуг сформируют у детей и подростков правильные представления и ориентиры для укрепления здоровья и гармоничного развития.

Дарим к началу учебного года совместно со Всероссийским социальным проектом «Здоровое поколение»:

интерактивный квиз по основам ЗОЖ для детей и родителей;

красочное расписание для занятий или спортивных тренировок юных чемпионов;

книгу "Спортометр: ЗОЖ для детей"

Воспитаем здоровое поколение вместе!

#здоровоепоколениеупдн

#здоровоепоколениеЗОЖ