<u>Урок здоровья</u>

В связи с принимаемыми мерами по предотвращению распространения коронавирусной инфекции во всех общеобразовательных организациях был проведен «Урок здоровья». На нем мы с ребятами обсудили, как правильно мыть руки, как важно соблюдать социальную дистанцию, поговорили о недопустимости посещения школы при наличии симптомов заболевания.

Не забыли мы и в целом о здоровом образе жизни. Вспомнили, что такое режим дня и почему так важно, чтобы он был правильно организован. О том, как важно регулярно принимать пищу, о вреде фастфуда и газированных напитков. О том, как важен сон в их жизни, а также отдых на свежем отдыхе.

Все это было сделано для того, чтобы еще раз привлечь внимание ребят к здоровому образу жизни, о котором мы при таком интенсивном ритме жизни часто забываем.