

**23 ноября в гимназии прошла акция
«Здоровая гимназия - здоровая страна»**

Ни для кого не секрет, что плохая экология, неправильное питание, вредные привычки, малоподвижный образ жизни ведут к ухудшению состояния здоровья, серьезным заболеваниям.

Вот мы и задумали провести в гимназии акцию **«Здоровая гимназия - здоровая страна»**: поговорить о вредных привычках, о здоровой и полезной пище, о необходимости заниматься спортом, вести активный образ жизни.

День оказалась активным, насыщенным и полезным. Ребята из волонтерского отряда «Твой выбор» удивляли всех на переменах, проводили музыкальные зарядки, раздавали яблоки, жетоны «Я хочу быть здоровым». Для учащихся начальных классов были проведены флешмобы, мультимедийные уроки на тему «Мы за здоровый образ жизни», уроки прошли в форме игры, во время которой дети узнали о гигиене, полезном питании и спортивном образе жизни. Много новой и полезной информации было получено в течение дня. Все классы приняли активное участие в акции.

Увидеть себя вы можете на сайте

https://www.instagram.com/_your_choise/

Дорогие ребята! Призываем вас не лениться, жить по **режиму дня**, начинать день с **утренней гимнастики**.

Удачи и здоровья вам!