

Поговорим о здоровье



«Поговорим о здоровье» - на такую тему шел разговор с учащимися 9 Ф класса. Сегодня уже не секрет, что физическое и психическое здоровье школьников – это проблема, требующая пристального внимания и решения. По данным Министерства Здравоохранения, практически нет абсолютно здоровых выпускников, не страдающих хроническими заболеваниями. Заболевания опорно-двигательной системы, органов зрения, кишечно-желудочного тракта преобладают в этом списке.

Разговор на классном часе шел о здоровом и своевременном питании, о соблюдении режима дня, ограничении времени работы с компьютером, об ограничительных мерах, связанных с коронавирусом. Были даны рекомендации и советы по здоровому питанию.

На фотографии: следим за осанкой, сидим правильно.