

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ - 7 апреля

7 апреля во всех классах нашей школы прошла утренняя зарядка. Так начался учебный день, подаривший ребятам и учителям заряд энергии и позитивное настроение. Зарядка помогает проснуться, взбодриться, повышает тонус организма, улучшает процессы кровообращения в организме, активизирует выработку гормона радости (эндорфина), улучшает внимание, подавляет стрессовые ситуации.

