

## **Веселые перемены**

С наступлением перемены дети с веселым шумом наполняют школьные коридоры. Но школьные перемены строятся однообразно...

Участники соревнования классов Здоровья из 6-б класса решили их разнообразить: организовать подвижные игры в начальной школе, провести танцевальную перемену для друзей.

Динамические паузы, проводимые во время переменок в школе, способствуют активному отдыху детей, снижают накопившееся на уроках утомление, повышают работоспособность к следующему уроку. Подвижные игры хорошо влияют на эмоционально-психологическое состояние детей, развивают их ловкость и координацию движений. Они формируют командный дух, взаимовыручку и упорство.

В подвижные игры на переменах можно играть небольшими группами, классом, а можно и целыми классами. Так были организованы русские народные игры «Ручеек», «Горелки», в которых с удовольствием приняли участие и старшеклассники, и малыши, поскольку народные игры отражают исконную любовь народа к веселью, движениям, удалству.

Такое совместное времяпровождение на перемене вызывало только положительные эмоции, доставило радость всем!

А участники соревнования классов Здоровья еще раз убедились, что путь в страну «Детство – территория здоровья» лежит через активную жизненную позицию, соблюдение здорового образа жизни!