

Стихотворение «Азбука здоровья»

Корнева Василиса 7, а класс МОУ «Раздольская СОШ»

Чтоб здоровье сохранить,
организм свой укрепить,
Знает вся моя семья :
должен быть режим у дня.

Следует, ребята, знать:
нужно вовремя лечь спать.
Ну, а утром не лениться —
на зарядку становиться!!

Чистить зубы, умываться
и почаще улыбаться.
Закаляться, и тогда
не страшна тебе хандра.

Днем прогулки, воздух свежий,
Будешь крепкий, а не нежный.
В общем, поняли, ребята,
основные постулаты?