

## 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?