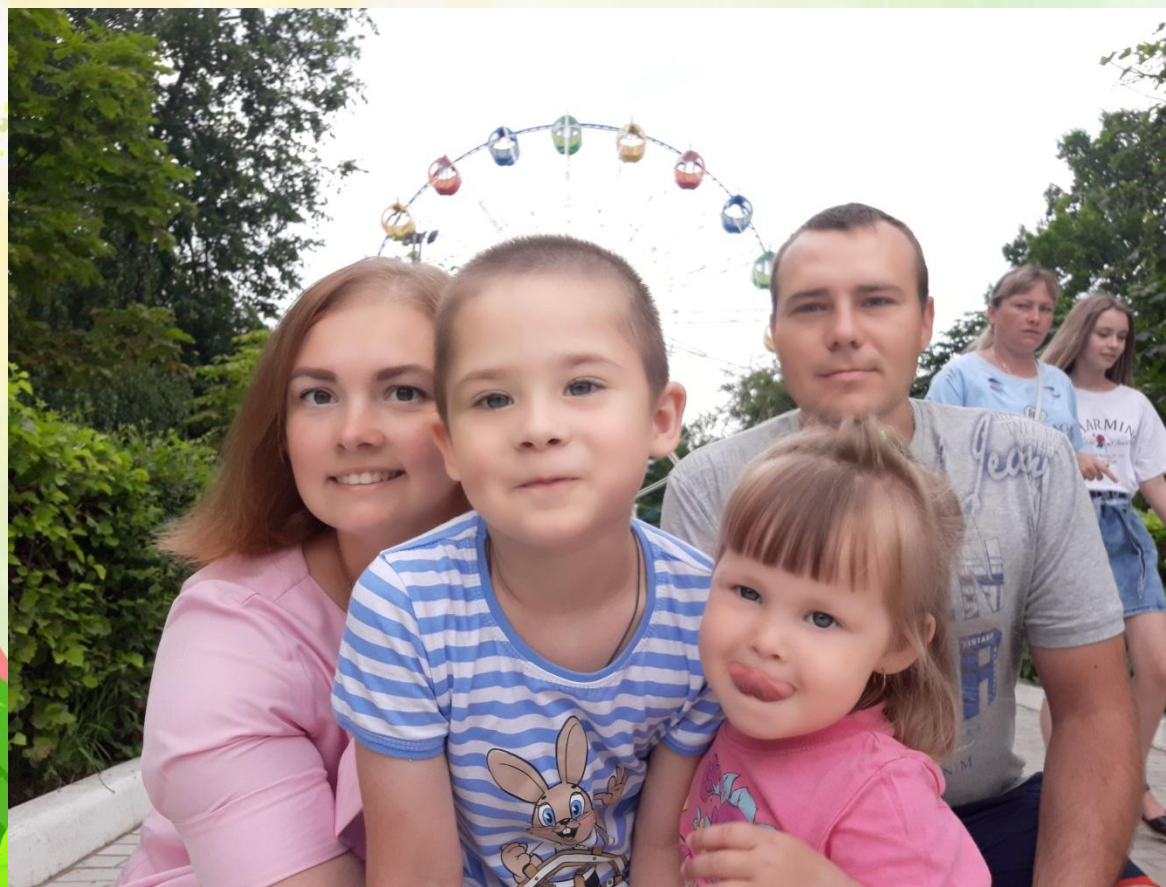
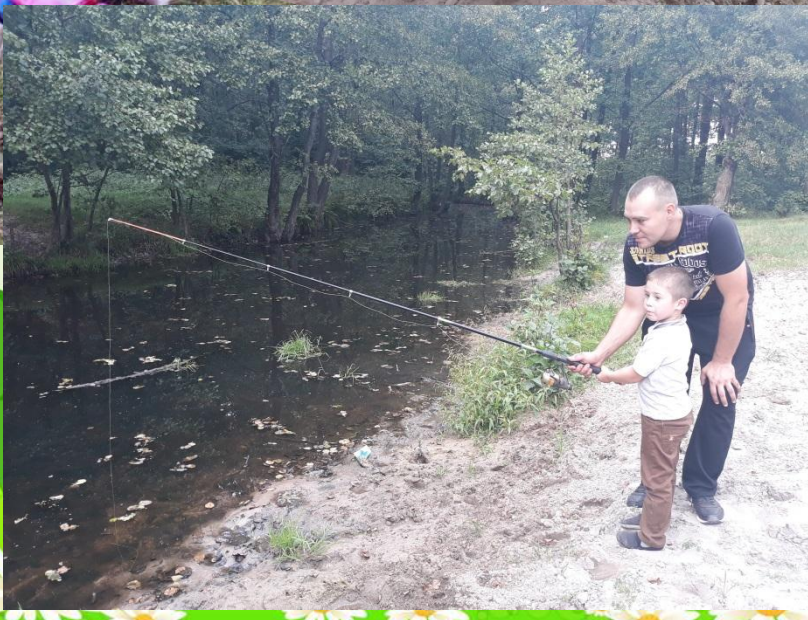
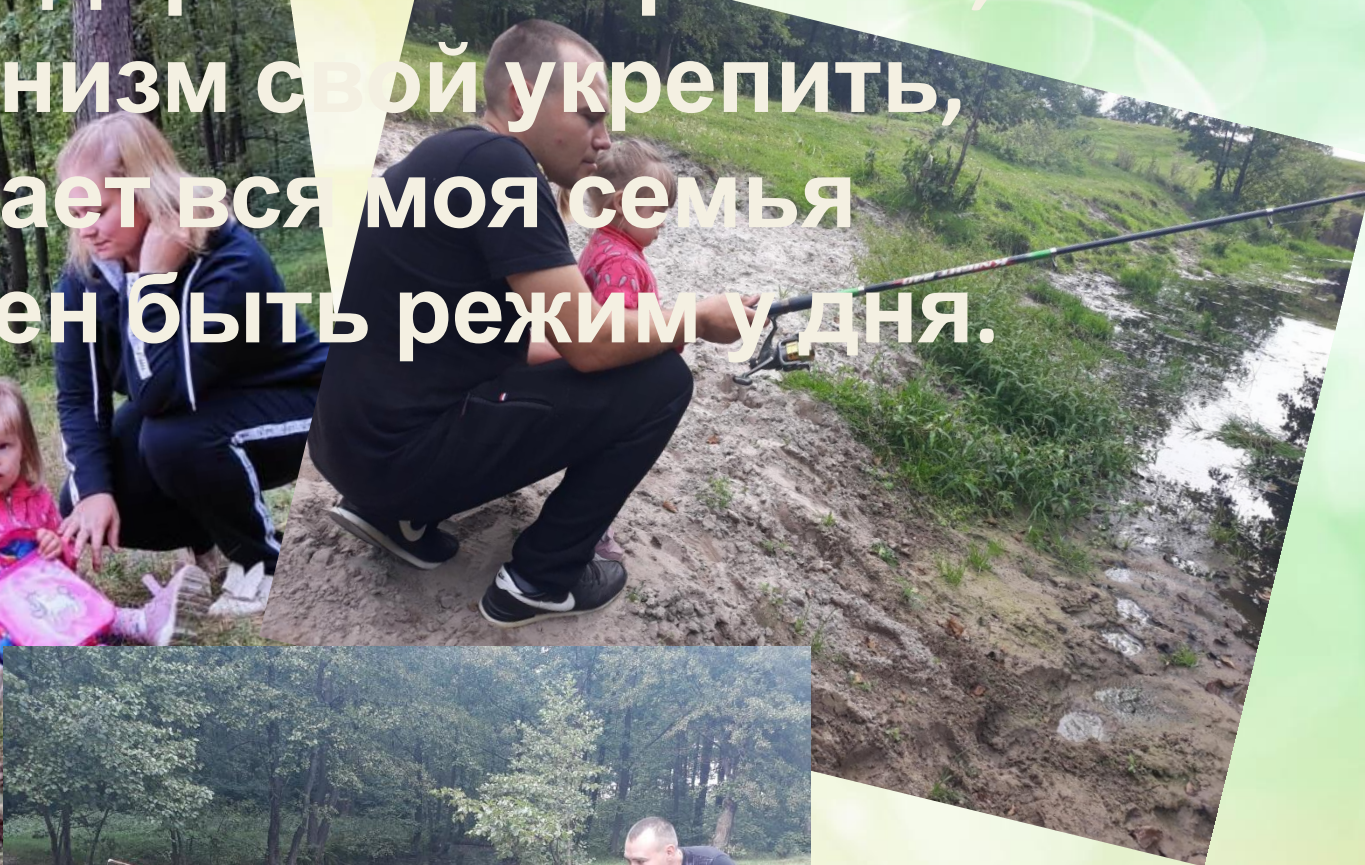


«Мы за здоровый образ жизни»

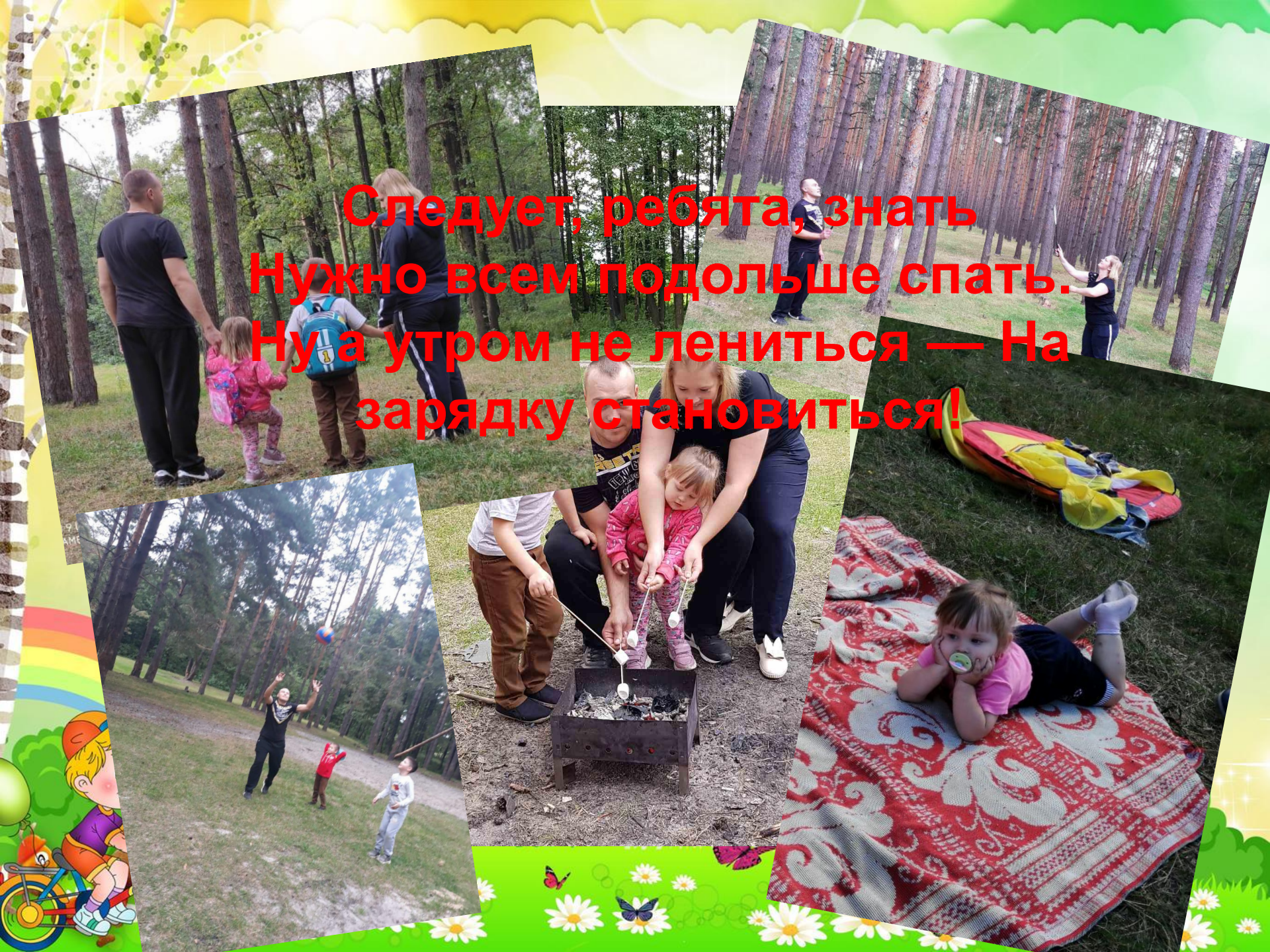
Семья Титовых



Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.



**Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться — На
зарядку становиться!**





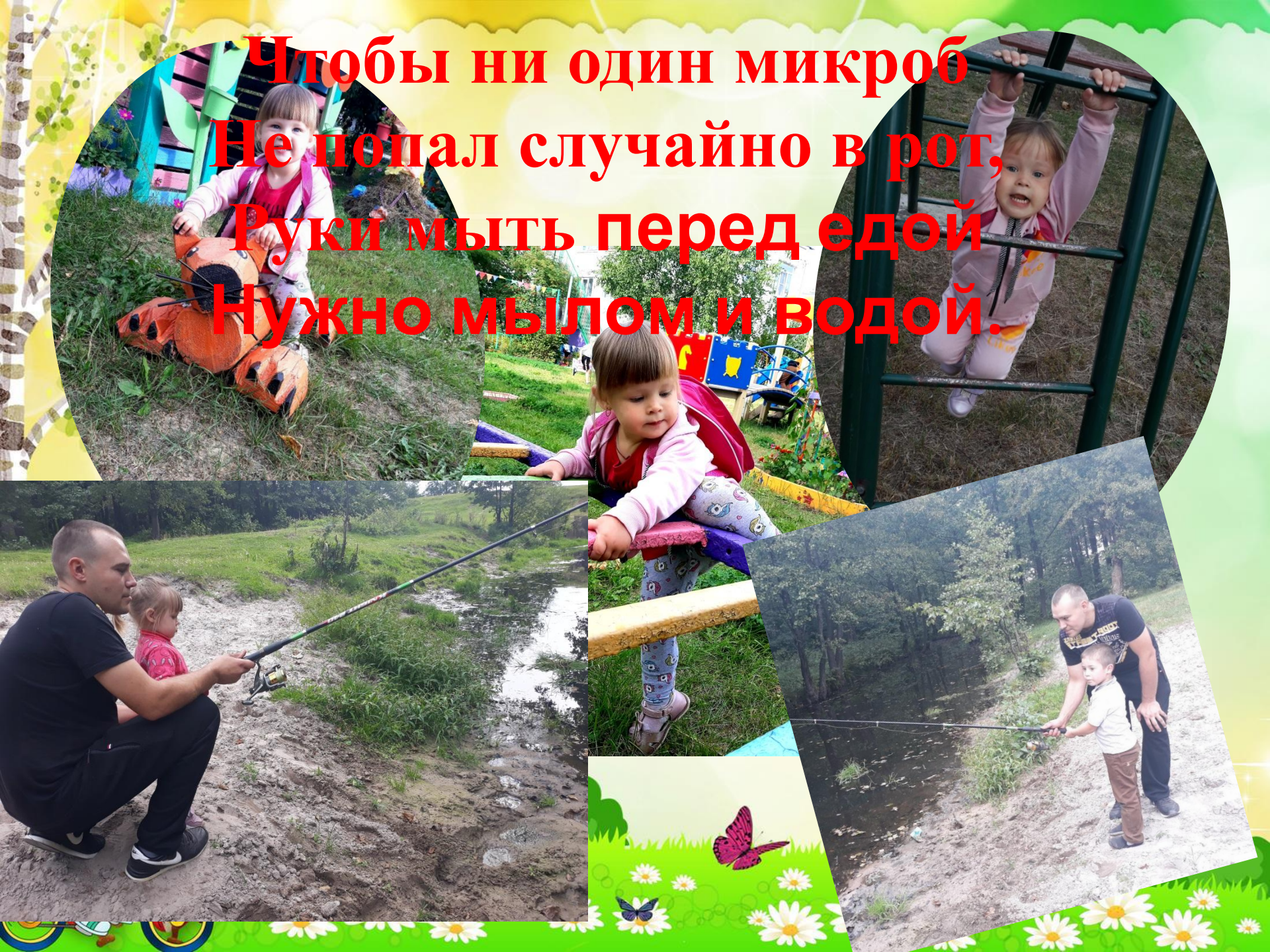
**Чистить зубы, умываться,
И почаще улыбаться,
Закаляться, и тогда
Не страшна тебе хандра.**



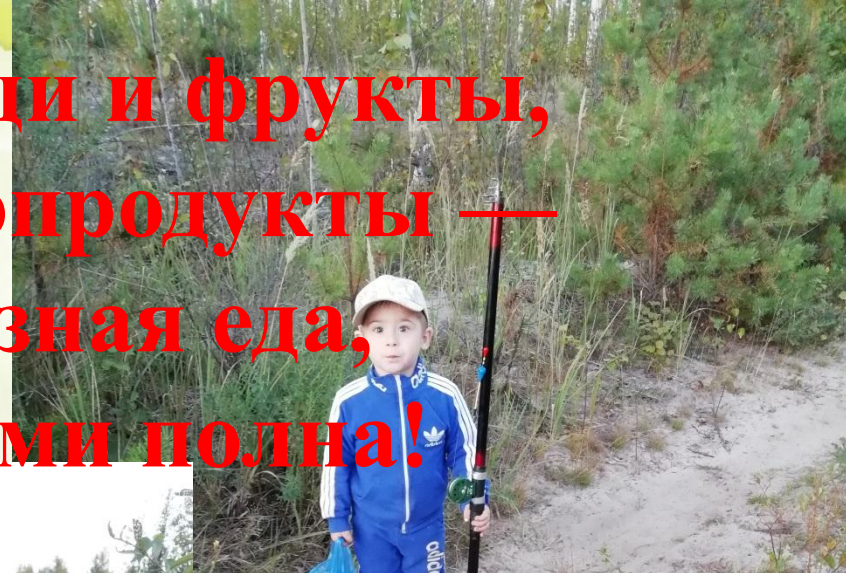


**У здоровья есть враги,
С ними дружбы не води!
Среди них тихоня лень,
С ней борись ты каждый день.**

**Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой.**



**Кушать овощи и фрукты,
Рыбу, молокопродукты —
Вот полезная еда,
Витаминами полна!**



**На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!**

