Здоровье - это твой личный ответственный выбор

Юность - время, когда ты каждый день строишь свою будущую жизнь. Благополучие твоей жизни зависит от твоего здоровья, трудоспособности, созидательной энергии, образования и культуры. Главное - это всегда ощущать свою ответственность за его сохранение и постоянно вырабатывать в себе привычки здорового образа жизни.



Доброе здоровье обеспечивает нам долгую и активную жизнь, способствует выполнению наших планы, преодолению трудностей, дает возможность успешно решать жизненные задачи.



Здоровье - это твой личный ответственный выбор

Юность - время, когда ты каждый день строишь свою будущую жизнь. Благополучие твоей жизни зависит от твоего здоровья, трудоспособности, созидательной энергии, образования и культуры. Главное - это всегда ощущать свою ответственность за его сохранение и постоянно вырабатывать в себе привычки здорового образа жизни.



Доброе здоровье обеспечивает нам долгую и активную жизнь, способствует выполнению наших планы, преодолению трудностей, дает возможность успешно решать жизненные задачи.



Здоровье - это твой личный ответственный выбор

Юность - время, когда ты каждый день строишь свою будущую жизнь. Благополучие твоей жизни зависит от твоего здоровья, трудоспособности, созидательной энергии, образования и культуры. Главное - это всегда ощущать свою ответственность за его сохранение и постоянно вырабатывать в себе привычки здорового образа жизни.



Доброе здоровье обеспечивает нам долгую и активную жизнь, способствует выполнению наших планы, преодолению трудностей, дает возможность успешно решать жизненные задачи.



**"Секреты здоровья»**

В путь- дорогу собирайтесь! За здоровьем отправляйтесь!

Соблюдая эти простые советы, ты сохранишь здоровье.

* Люди с самого рождения жить не могут без движения!
* От простой воды и мыла у микробов тают силы!
* Прежде чем за стол садиться, думай, что ты можешь съесть.
* Всегда помни, что режим, в жизни всем необходим!
* Кто с физкультурой дружен, тому врач не нужен!



**Всегда соблюдай режим дня!**

Режим дня – это определённый ритм жизни,

 когда чередуются различные виды вашей деятельности:

учёба, отдых,  труд, питание, сон.

Рано утром просыпайся

И зарядкой занимайся,

Закаляйся, умывайся,

Всегда правильно питайся,

Режим дня ты соблюдай

И здоровье сохраняй!

**"Секреты здоровья»**

В путь- дорогу собирайтесь! За здоровьем отправляйтесь!

Соблюдая эти простые советы, ты сохранишь здоровье.

* Люди с самого рождения жить не могут без движения!
* От простой воды и мыла у микробов тают силы!
* Прежде чем за стол садиться, думай, что ты можешь съесть.
* Всегда помни, что режим, в жизни всем необходим!
* Кто с физкультурой дружен, тому врач не нужен!



**Всегда соблюдай режим дня!**

Режим дня – это определённый ритм жизни,

 когда чередуются различные виды вашей деятельности:

учёба, отдых,  труд, питание, сон.

Рано утром просыпайся

И зарядкой занимайся,

Закаляйся, умывайся,

Всегда правильно питайся,

Режим дня ты соблюдай

И здоровье сохраняй!

**"Секреты здоровья»**

В путь- дорогу собирайтесь! За здоровьем отправляйтесь!

Соблюдая эти простые советы, ты сохранишь здоровье.

* Люди с самого рождения жить не могут без движения!
* От простой воды и мыла у микробов тают силы!
* Прежде чем за стол садиться, думай, что ты можешь съесть.
* Всегда помни, что режим, в жизни всем необходим!
* Кто с физкультурой дружен, тому врач не нужен!



**Всегда соблюдай режим дня!**

Режим дня – это определённый ритм жизни,

 когда чередуются различные виды вашей деятельности:

учёба, отдых,  труд, питание, сон.

Рано утром просыпайся

И зарядкой занимайся,

Закаляйся, умывайся,

Всегда правильно питайся,

Режим дня ты соблюдай

И здоровье сохраняй!