

ТВОЯ ЖИЗНЬ- ТВОЙ ВЫБОР

*«Здоровый человек – самое драгоценное
произведение природы»*

Твоё здоровье- твой выбор!



Твое здоровье в твоих руках! Сделай правильный выбор!

Правила здорового образа жизни



Зарядка – лучший друг твоего здоровья!

Ты должен с раннего возраста приучаться к утренней зарядке!

По утрам ты закаляйся,
Водой холодной обливайся.
Будешь ты всегда здоров.
Тут не нужно лишних слов.



Здоровый образ жизни

- Зарядка
- Правильное питание
- Высокая двигательная активность
- Гигиена



Враги твоего здоровья

- Неправильное питание
- Наркотики
- Курение
- Алкоголь



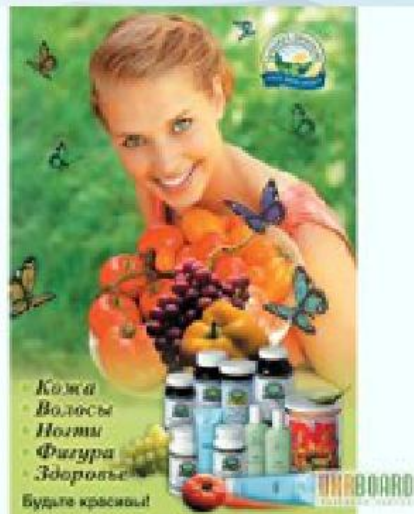
Наша школа сделала свой выбор - **мы за здоровый образ жизни...**

Но если ты хочешь: - сохранить свое здоровье;

- **состояться в жизни как личность;**
- **выглядеть молодо и привлекательно;**
- **всегда быть в хорошей спортивной форме;**
- **родить и вырастить здоровых детей;**
- **быть самостоятельным человеком;**
- **не быть рабом вредной привычки.**

Не допусти, чтобы табак помешал тебе реализовать свои возможности и поставь большую жирную точку. Ведь твой выбор – никогда не начинать курить.

Соблюдение всех вышеперечисленных правил личной гигиены обеспечит крепкое здоровье и будет способствовать сохранению этой главной ценности человека.



remembrance.kmb

ed. or arpo



Кто аккуратен, тот людям приятен

Чистота - лучшая красота

Чисто жить - здоровым быть

***Не думай быть нарядным,
а думай быть опрятным.***

