

5 способов улучшить  
здоровье  
Выполнили ученицы 9 Б  
Ольга Окишева и Софья  
Макушкина



# 1. Закаливание





*Если хочешь быть здоров - закаляйся!*

## 2. Соблюдение влажности воздуха в помещении



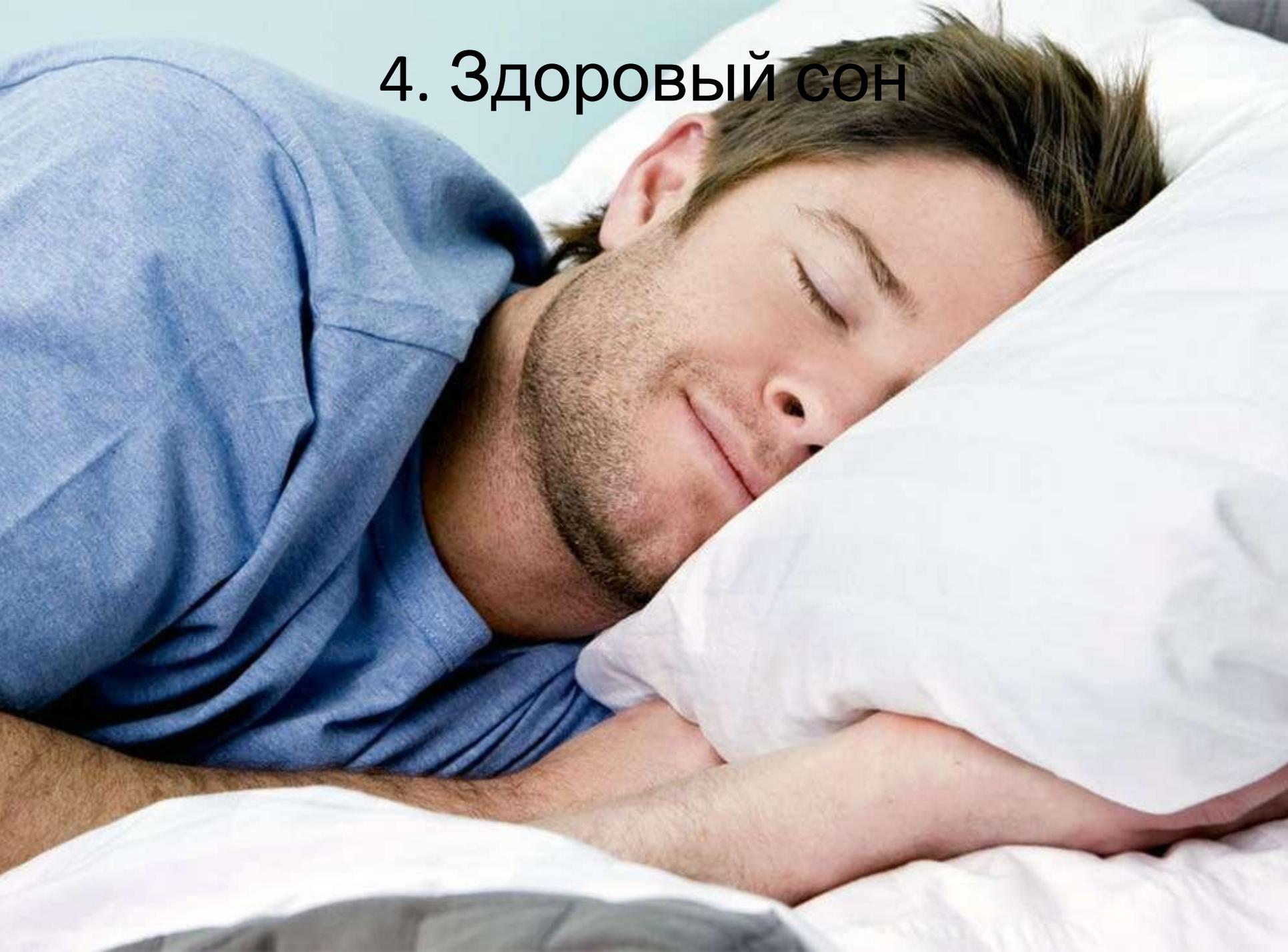


# 3. Физическая активность





## 4. Здоровый сон





# 5. Правильное питание

