

Стихи к плакатам о здоровом образе жизни

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

Кушай овощи и фрукты,
рыбу, молокопродукты –
Вот полезная еда
Витаминами полна.

На прогулку выходи,
свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе,
Одевайся по погоде.

Песни кто всегда поёт,
И с улыбкою живёт,
Ничего тому не страшно,
Много лет он проживёт.

Надо спортом заниматься,
Надо- надо закаляться.
Надо первым быть во всём.
Нам морозы нипочём.

Не сидите за компьютером, дети.
Очень вредно долго « виснуть» в интернете.
Станут, словно знак вопроса ваши спинки,
А из глаз польются жгучие слезинки.

По телевизору тюлень
Смотрел мультфильмы
целый день,
А после до конца недели,
У бедного глаза болели.