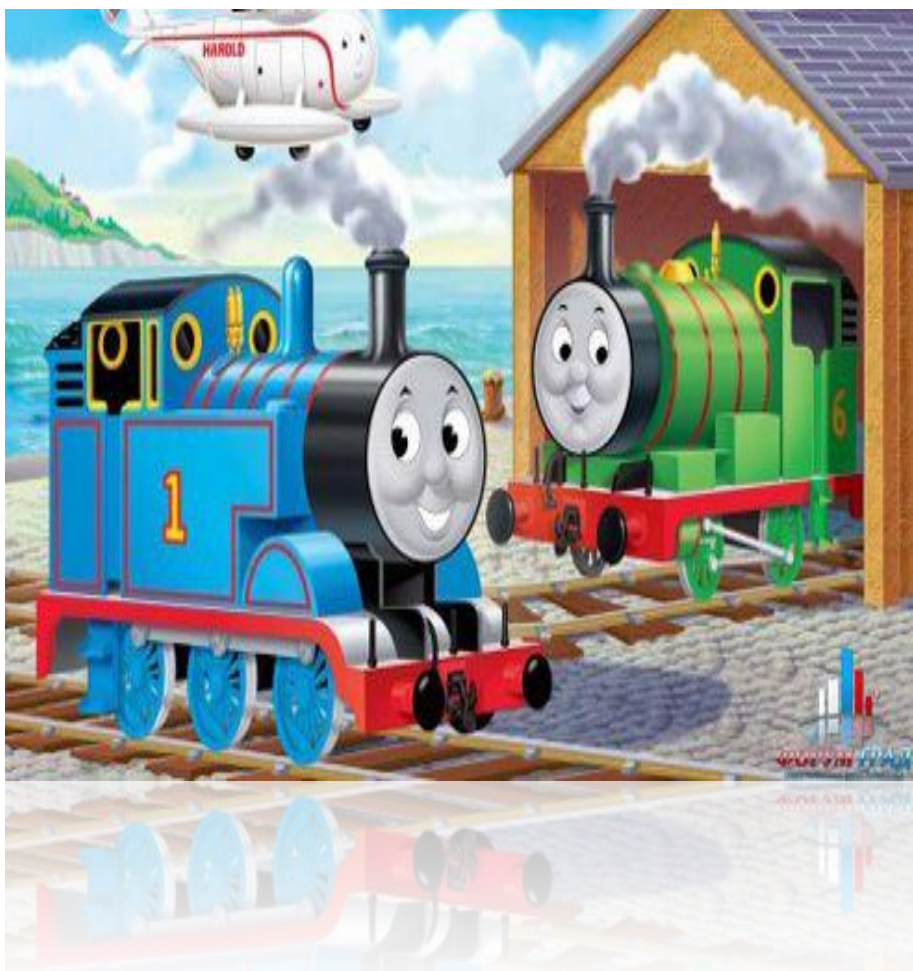


Если хочешь быть  
здоров!



# Путешествие по странам!

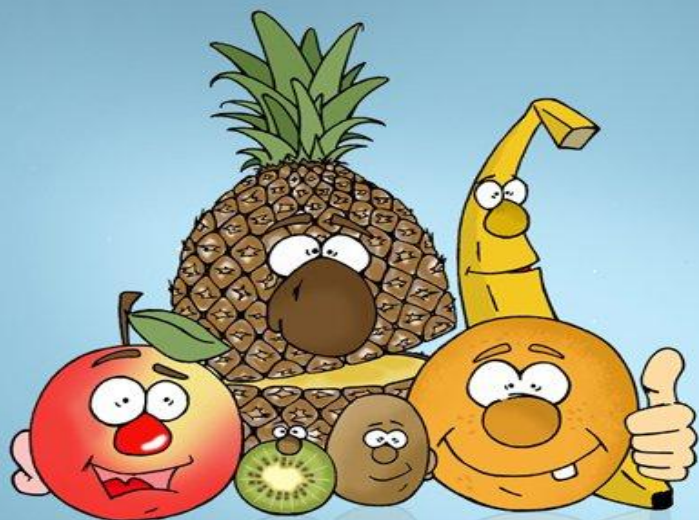


«Правильное питание»

«Спорт»

«Вредные привычки»

# Первая страна «Правильное питание»



Витамины-  
это вещества,  
жизненно  
необходимые для  
организмы.



**Помни истину простую:  
Лучше видит только тот,  
Кто жует морковь сырую  
Или сок морковный пьет!**

**Очень важно спозаранку  
Съесть за завтраком  
овсянку.**



**Рыбий жир  
всего полезней,  
Хоть его  
противно пить,  
Он спасает от  
болезней,  
Без болезней  
лучше жить!**



**От простуды и  
ангины  
Помогают  
апельсины  
Ну а лучше  
съесть лимон,  
Хоть и очень  
КИСЛЫЙ ОН.**

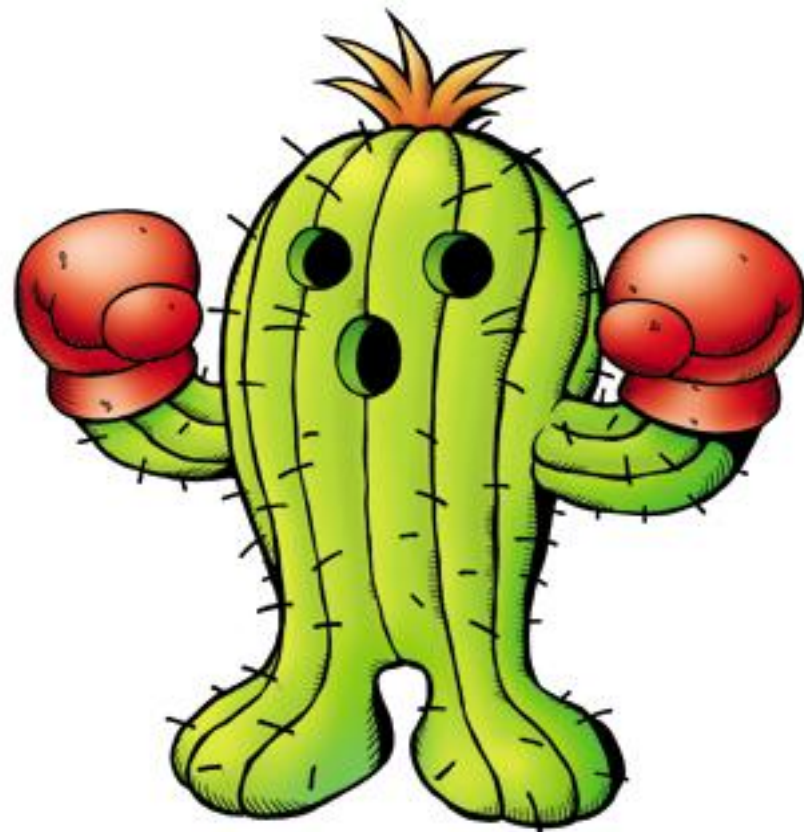
# ПОСЛОВИЦЫ:

- В здоровом теле –здоровый дух
- Здоровье дороже золота.
- Ум да здоровье всего дороже.
- Солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья!

# Вторая страна «Спорт»

**Быть здоровым, быстрым,  
ловким**

**Нам помогут тренировка,  
Бег разминка, физзарядка  
И спортивная площадка!**

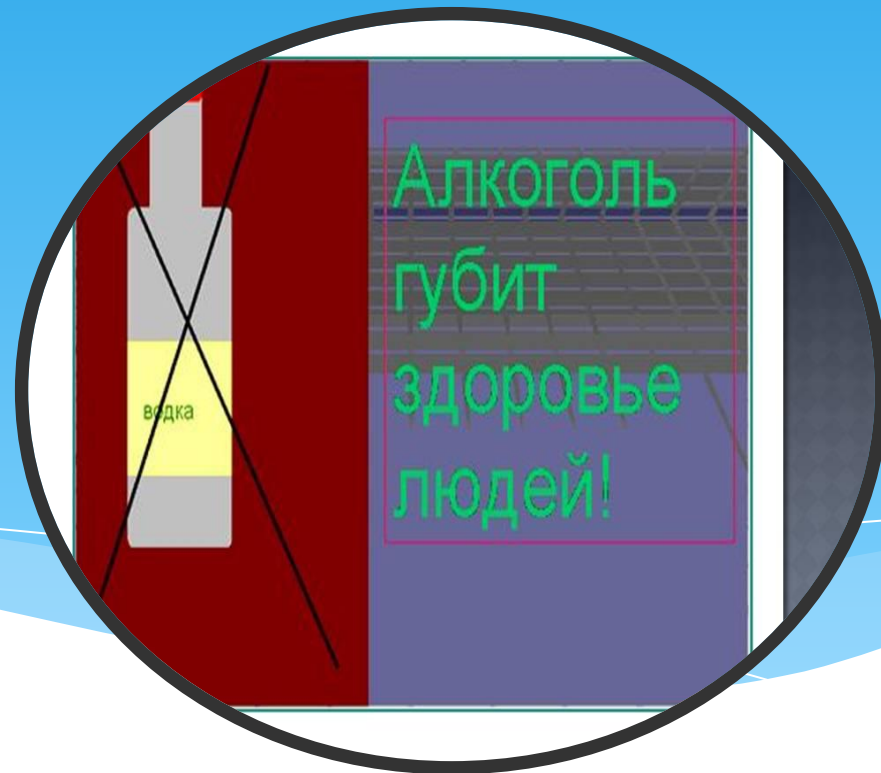


Физкультура даёт нам здоровье  
и красоту человеческого тела.






# Третья страна «Вредные привычки» Курение и алкоголь вредит здоровью



**Курить – здоровью вредить!**

Говорят, что сигарета  
Смертоносней пистолета,  
Убивает без огня  
Закурившего коня.



**Здоровый человек это  
румяный, стройный, крепкий,  
весёлый, активный, бодрый,  
счастливый человек!**