**Правила здорового образа жизни:**

  **Отказ от разрушителей здоровья, т. е. от вредных привычек.**

**Систематические занятия физкультурой и спортом.**

**Соблюдение правил личной гигиены и режима дня.**

**Рациональное питание.**

**Закаливание организма**

 **Положительные эмоции.**

  



**Подумай над этим!**

Ах, эти вредные привычки,
Не вступайте с ними в стычки
Они ведь вредны для земли
В употреблении людьми.

