

Сочинение.

„С заботой о здоровье!“
Каждому важно быть здоровым. Здоровый человек весёлый, счастливый и красивый. Нужно заботиться о своём здоровье.

Важно заниматься спортом! Футбол, бокс, бег и подтягивание укрепляют здоровье. В школе у нас есть урок физкультуры. Там мы бегаем, делаем зарядку, прыгаем на скакалке и играем в футбол. На перемене

я играю в машинки со своей учительницей Надеждой Федоровной и одноклассниками. Это помогает мне думать. Ещё полезно гулять на свежем воздухе. Гулять можно в парке, в лесу и на площадке. Чтобы быть сильным, нужно правильно питаться. Кушать кашу, мясо, овощи и фрукты. Они вкусные и полезные. Обязательно надо мыть руки перед едой, чистить зубы и умываться.

Я очень хочу быть здоровым

Верле Николай, 10 лет
г. Краснодар

Поэтому я просыпаюсь, чищу
зубы, делаю зарядку и иду
гулять на улицу. Ещё люблю
плавать в бассейне. Хорошо
быть здоровым!

Верле Николай, 10 лет

г. Краснодар