

"Здоровые дорожки дилег", "Здоровье не купишь", "Здоровье всего дороже", "Здоровья цены нет". Я не очень понимаю смысл поговорок, приведи здесь деньги и здоровье? Будем разбираться вместе.

Я родилась в семье, где моя мама хореограф, а папа - тренер фитнеса. Все детство пример отца был перед глазами. Мама пыталась научить меня двигаться по-мужски, но я поняла - не мое это, пойдешь по парным стопам. С годами у нас с мамой появились турники и регулярные тренировки. Мне 12 лет, и я теперь понимаю, что движение - это жизнь! Во время занятий спортом развивается мой организм, становится крепче и выносливее.

Поговорив о спорте, перейдем к питанию. Мама! Вот, что ем каждый день на завтрак. Мама регулярно даёт мне овощи, фрукты.

Иногда, очень редко, мы маршируем прищипывая пальцы ритмично и покручивая маленькую порцию картофеля фри. Это ничего, потому, что редко!

Укрепление нашего здоровья способствует правильному режиму дня, чередованию труда и отдыха. Важно ложиться спать вовремя, тогда утром просыпаешься бодрый, свежий и полон сил. Надо заботиться о своём здоровье, ведь это так просто, тем более, что родители мне помогают. Нужно понимать, что вредные привычки от того и вредные, что делают сильный удар по организму.

Я всегда обращаю внимание на контейнеры для пожертвования баллами детям. Кажется с мамой деньги, сколько можем. Мне их очень жаль. Почему так?! Выходит, что здоровье, действительно купить нельзя. Значит, надо беречь его, если родилась здоровой - ценить, поддер-

живать, забавить организмы и при
возможности помочь тем детям,
которые лишены этого дара.

Курочкин Артем, 12 лет
г. Краснодар