

ЗОЛОТЫЕ ПРАВИЛА ЗДОРОВЬЯ

МАМЫ И ПАПЫ!

Запомните эти чудесные и нужные правила и прививайте их ребёнку с малых лет!

По утрам зарядку делай,

Будешь сильным, будешь смелым!

Зрение детей оберегайте,

Пореже к телевизору их допускайте!

Почаще бывайте на улице, на солнце,

Не любуйтесь на него через оконце!

Чтоб ребёнок был умелым,

Ловким, быстрым, сильным, смелым,

Пусть полюбит он СКАКАЛКИ,

МЯЧИК, ОБРУЧИ и ПАЛКИ!

В мире нет рецепта лучше –

Вам откроем мы секрет:

Будь со спортом неразлучен –

Проживёшь тогда 100 лет!

