**Чемес Анна, 4 класс, МОБУ лицей № 7**

\* \* \*

Спортом надо заниматься:

Прыгать, бегать, отжиматься.

С утра, рано, спозаранку,

Обливаться, растираться…

Свежий воздух и вода –

Наши лучшие друзья!

Кушай фрукты! Не болей!

Будь здоров и не робей!

Физкультура всем важна

Для настроя и труда.

Будешь это выполнять -

Будешь жить и процветать!

Не ленись, люби себя!

Без здоровья – никуда!

В здоровом теле – здоровый дух

Победит любой недуг!