

Акция «Учимся быть здоровыми» 2013-14 учебный год

Отрывки из сочинений

учащихся 8-2 класса на тему

« Что я знаю о своем здоровье и как его сохранить»

Я знаю, что здоровье очень важно для человека, и что оберегать его надо обязательно... Когда человек здоровый, он счастливый и сильный...

Мария Х., 8-2 класс

Чтоб сохранить свое здоровье, я соблюдаю правила гигиены, питаюсь сбалансированно и вовремя... С детства меня учили мыть руки после прогулок на улице и этой привычке я не изменяю до сих пор.

Ксения Н., 8-2 класс

Я думаю, что я здоров и у меня очень сильный иммунитет с детства, ттак как я закаляюсь и веду здоровый образ жизни, занимаюсь спортом (бассейн, хоккей)

Семен Х., 8-2 класс

...Если будет здоровье, то все остальное тоже будет. Нужно следить за своим здоровьем и поправлять его вовремя, чтоб не было серьезных последствий, ограничивающих жизнь.

Алина Б., 8-2 класс

...чтобы, сохранить здоровье, нужно закаляться, принимать различные витамины... еще, чтобы не болеть, надо перед тем как выйти на улицу одеться по погоде.

Людмила П., 8-2

... Я могу свою болезнь перехитрить: 1. Правильно питаться- фрукты, овощи, а не чипсы и газированную воду пить. Исключение -минеральная вода. 2. Заниматься спортом или тем, что мне нравится, например турклуб, туризм.

Кирилл М., 8-2 класс

Я знаю, что мое здоровье в порядке и я в отличной форме. И я собираюсь держать такую форму и даже делать ее лучше... конечно, я не легкоатлет, но бегать иногда люблю.

Никита К. 8-2 класс