



*Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья  
Должен быть режим у дня.  
Следует, ребята, знать  
Нужно всем подольше спать.  
Ну а утром не лениться —  
На зарядку становиться!*

*Чистить зубы, умываться,  
И почаще улыбаться,  
Закаляться, и тогда  
Не страшна тебе хандра.*