



настраивать себя на хорошее настроение, не поддаваться стрессам. Улыбка на лице должна стать вашей визитной карточкой.

Таким образом, ключ к здоровому образу жизни – это не только выполнение в отдельности каждого правила, а их разумная комплексная реализация, ведущая к профилактике болезней и укреплению вашего здоровья.



Составитель: учитель физической культуры Денисова К.И.