



СКАЖИ
ЖИЗНИ
ДА!

Буклет для школьников

Здоровый образ
ЖИЗНИ

Принципы ЗОЖ



Удельный вес различных факторов, влияющих на здоровье



Средняя продолжительность жизни в странах мира

- 1 Япония
- 2 Андорра
- 3 Сан-Марино
- 4 Сингапур
- 5 Франция
- 6 Австралия
- 7 Швейцария
- 8 Швеция
- 9 Исландия
- 10 Канада
- 129 Россия

Пословицы о здоровье

В здоровом теле —
здоровый дух.

Береги платье снову,
а здоровье смолоду.

ЦИТАТЫ О ЗДОРОВЬЕ

Здоров будешь —
все добудешь.

Здоровому все здорово.

Здоровье не купишь —
его разум дарит.

Ум да здоровье
дороже всего.

В нашей жизни всё мгновенно.
Всё проходит и пройдёт.
Спортом надо непременно
Заниматься круглый год.
Прыгать, бегать, отжиматься,
Груз тяжелый поднимать,
По утрам тренироваться,
Стометровку пробегать.
Убегая от инфаркта,
Не щади себя, сосед!
Бодрый мир веселых стартов —
Вестник будущих побед!
Не тушуйся. Не стесняйся.
Обходишь без докторов.
Своим телом занимайся.
Будь здоров! Всегда здоров!

