

## Час информации "Смейся на здоровье".

В ходе беседы учащиеся 8 класса рассказали о необходимости вести здоровый образ жизни, заниматься физкультурой, правильно питаться, закаливаться, соблюдать правила личной гигиены, отрицательно относиться к вредным привычкам.

Здоровый образ жизни делает возможным воплощение в жизнь многих планов и идей. А придерживающиеся его люди полны бодрости, здоровья, сил и энергии. Крепкое здоровье и хороший иммунитет, полученные при соблюдении принципов ЗОЖ позволят долгие годы наслаждаться жизнью и получать от неё максимальное удовольствие.

