

Что способствует укреплению и сохранению здоровья

1. Правильное питание
2. Закаливание
3. Соблюдение режима труда и отдыха
4. Психическая и эмоциональная
устойчивость
5. Личная гигиена
6. Оптимальный уровень двигательной
активности
7. Поведение на дома, на улице, в школе
8. Отказ от саморазрушающего
поведения



Будьте здоровы!