Здоровье-это самое главное условие счастья человека, и потому оно является, прежде всего, делом и заботой каждого. Здоровье-это бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества.

Я считаю, что здоровый образ жизни – это хорошо, и поддерживаю его. Я и мои родители соблюдаем правила здорового образа жизни. А чтобы их соблюдать, должна быть строгая дисциплина во всем. А я так хочу быть крепким, сильным и здоровым человеком, чтобы не тратить свою жизнь на болезни и лекарства.   
 С пяти лет я занимаюсь художественной гимнастикой и танцами. Стараюсь есть только полезные продукты. Мы с моей семьей катаемся на велосипедах, каждый год ездим в горы, играем в теннис, занимаемся на турниках и придерживаемся правильного питания.

Хожу на гимнастику в секцию я.  
Скакалка и обруч мне стали друзья.  
Бросаю я обруч, скакалкой верчу  
На первенстве первой скорей стать хочу!

Я делаю "мостик", "затяжку", "шпагат",  
Не стала бояться драчливых ребят,  
Ведь стала я ловкой, и быстрой, и сильной.  
Сосед мой по парте сказал, что я очень красива.

