**Номинация конкурс семейных фотоплакатов « Здоровье- это здорово!»**

Плакат « Краснодарский край – для туристов рай!»

«Здоровье - не всё, но всё без здоровья - ничто» Сократ

Такую надпись я увидел в бассейне, где занимаюсь с первого класса. Мне стало интересно, что это значит. Мама мне объяснила, что прежде всего надо быть здоровым и сохранять свое здоровье с детства. Для этого я и начал с классом посещать бассейн. Сейчас я увлекаюсь вместе с мамой аэройогой. Это так интересно, необычно и конечно же полезно для здоровья.

А еще наша семья старается вести здоровый образ жизни. Моя мама- косметолог, поэтому она хорошо знает как надо правильно питаться, ухаживать за кожей своего тела, что следует делать, чтобы выглядеть хорошо. Папа по образованию - учитель истории, он рассказывал мне про Спарту, историю Олимпийских игр. Он доказал, что только здоровые люди достигают своих целей. Мой папа Дима не курит.

Наша семья старается много времени проводить вместе на свежем воздухе. Любим путешествовать. Мы побывали в Олимпийском парке Сочи, прошлись по берегам реки Жане, увидели ее водопады. Оказалось, что рядом с нами в Крымском районе есть река с небольшими водопадиками - Неберджай. Мне было очень интересно пройтись по руслу реки, посмотреть водопады, развести костер и, конечно же, испечь картошку!

Туризм — отличный вид занятий,  
Семье он просто необходим!  
Расширить кругозор приятно,  
И много радостных причин!

Шилов Артём ученик 3 класса «Б» МБОУ СОШ № 16