**《САМЫЙ ЗДОРОВЫЙ КЛАСС 2022》**

**МБОУ МО ПЛАВСКИЙ РАЙОН “ЦО\_3”**

**7 КЛАСС**

**Классный руководитель: Секлетеева Мадина Рамзановна**

**Песня "Мы за ЗОЖ..." (на мотив песни "Фантазер" Я.Евдокимова)**

1 **куплет**:

"Чтобы дольше прожить  - нужно бросить курить", - нам Минздрав говорит...

Нам Минздрав говорит, что убьёт никотин.

Он твердит про инсульт, про инфаркт, про бронхит,

И не верить ему, и не верить ему у нас нету причин...

**Припев**:

Чупа-чупс сигарету заменит -

Он вкусней, и дешевле, поверь мне!

Подкопишь -  отдохнешь на курорте,

Не дымя, и сосуды не портя...

2 **куплет**:

Тот, кто день начинал со стакана вина, это так толковал,

Это так толковал пристающей родне:

"Не зависимый я, да и вовсе не пьян, это мой ритуал,

Это мой ритуал, чтобы быть на коне.

**Припев**:

Алкоголь... он проблем не решает...

Он людей в дураков превращает...

Мозг усох... отказали две почки...

И цирроз не представит отсрочки...

3 **куплет**:

Верный путь для себя поскорей выбирай, за питаньем следи,

За питаньем следи, и совет наш усвой:

Физкультурой займись, соблюдая режим, свою жизнь береги,

Свою жизнь береги, ведь не будет другой!

**Припев**:

Мы за ЗОЖ, против ПАВ, против лени!

Жизнь одна! Мы её очень ценим!

Каждый день мы режим соблюдаем,

И фастфуд в рацион не включаем!