

## ZDROWIE NAJWYŻSZĄ WARTOŚCIĄ CZŁOWIEKA- ZNACZENIE WODY DLA ZDROWIA CZŁOWIEKA

„Znaczenie wody dla zdrowia  
człowieka”,  
To temat kluczowy, obszerny jak  
rzeka.

Trawienie, transport, nawilżenie i  
ochrona,

Wszystko istotne i taka jej rola.

Woda to skarb, co życie nam daje,  
Bez niej organizm łatwo się poddaje.  
Gdy ją pijemy, sił nam przybywa,  
I lepiej działa głowa szczęśliwa.

Pamiętaj o tym każdego dnia,  
Pij dużo wody, nie z musu-do dna!  
Woda w szklance, czy też w kranie,  
Zdrowie daje niesłychanie.

Gdy pijesz wodę rano i w nocy,  
Ciało nabiera większej mocy.  
Gdy brak jej w ciele-jesteśmy  
zmęczeni,  
Smutni, ospali, po prostu spragnieni.

Pomaga skórze być zawsze gładką,  
A sercu pracować lekko i łatwo.  
Nawet mózg lepiej wtedy się czuje,  
Nie ma szans na to, że dostaniesz  
dwóję.

Nie tylko latem trzeba ją pić,  
Zimą też warto, by zdrowo żyć.  
Bo woda to przyjaciółka każdego z  
nas,  
Która o zdrowie troszczy się cały  
czas.

Więc pamiętaj, gdy jesteś w szkole,  
W domu, na dworze, czy też przy  
stole.  
Butelkę wody miej zawsze przy  
sobie,  
Bo ona najlepiej pomoże Tobie.

Lena Pawlak

Klasa 6b

Zespół Szkolno-Przedszkolny w Bądkowie