**5-сынып**

**Диктант.**

**Денсаулық.**

Денсаулық-табиғаттың ең қымбат сыйы. Денсаулықты сақтау үшін тамақтану керек,уақытында демалу керек, дене шынықтырумен айналысу керек. Денсаулықты сақтауда дұрыс тамақтанудың маңызы зор. Спортпен айналысу денсаулықты жақсартады. Спорттың ең қарапайым түрі-жүгіру. Денсаулықтың бірінші жауы темекі, спирт ішімдіктері. Ешкімге жамандық жасама. Жүзіңнен әрқашанда күлкі кетпесін. Адам күлген сайын ағзадағы шлактар сыртқа шығады. Таңертеңгілік тамақты ішкен оқушы сабақты жақсы оқиды. Сондықтан да таңғы асты таста ма.

(63 сөз)