Областной конкурс литературного творчества о здоровом образе жизни и питании «В здоровом теле – здоровый дух»

Автор: Головин Илья Олеговна, 2–Б класс

МБОУ СОШ № 93 г.Барабинск

Руководитель: Апчугова Юлия Владимировна

Лес - волшебник.

Жила была семья: папа, мама и два сыночка. Летом выехали они отдыхать на природу для укрепления здоровья. Папа с сыновьями ловили рыбку, а мама – хозяюшка варила вкусную уху на костре. В лесу все вместе собирали грибочки и ягодку, и про листочки лесной смородины и земляники не забыли. По приезду домой мама стала готовить запасы на зиму: сварила вкуснейшее варенье из лесной смородины и крыжовника, закатала несколько баночек компота с костяникой, а какой получился чай, просто чудо. Мамуля смешала листики смородины, малины, земляники и ягодки шиповника и сказала, что это волшебный чай.

- Что же в нём волшебного? - спросил сын.

- А это, сынок, ты весной узнаешь.

На всё зиму семье запасов лесных хватило. Пришла весна. Солнышко светит, душа поёт. Тепло идёт. Только в классе детей всё меньше и меньше становится. Заболели ребятишки. Приходит сын домой и жалуется маме, что в классе друзья болеют, скучно стало.

- Знаешь, сынок, почему наша семья не болеет? – спросила мама.

- Почему?

- Вспомни, какой чай мы всю зиму и весну пьём?

- Лесной. Ты ещё говорила, что он волшебный.

- Так вот, сынок, проявилось волшебство. Чай нам здоровье подарил и защитил от страшных вирусов.

-Запомни, малыш, всё, что дарит сибирский лес опытному грибнику и ягоднику - полезно для здоровья.

- Значит в Сибири лес волшебный?

- Выходит так. Только волшебством его надо умело пользоваться. А главное, быть благодарным за такие дары.