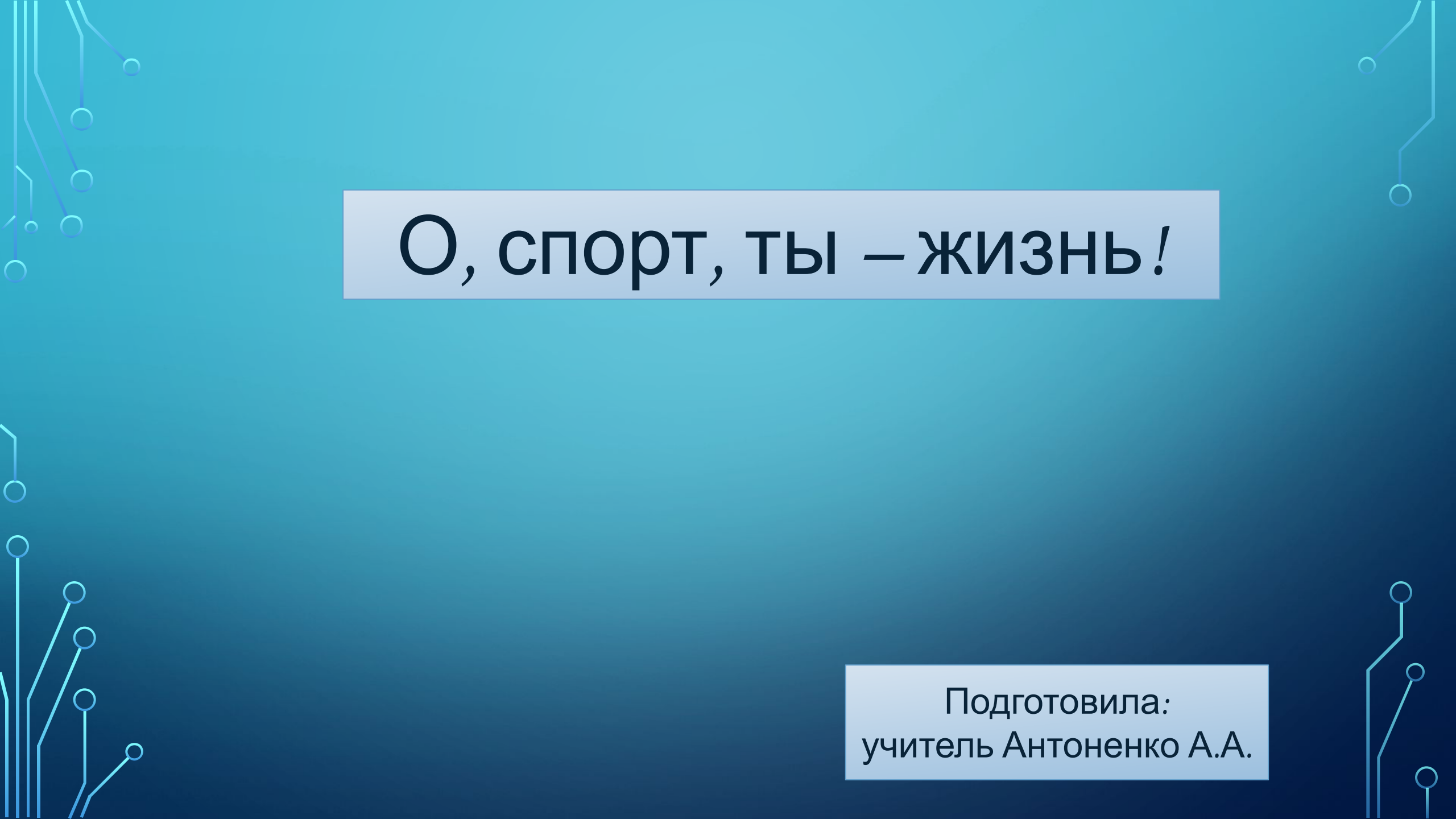


The background is a blue gradient. In the corners, there are decorative white lines resembling circuit traces or neural network connections, with small circles at the endpoints.

О, спорт, ты – жизнь!

Подготовила:
учитель Антоненко А.А.

Что такое спорт?

Спорт – важная часть физической культуры общества. Это различные виды соревнований, и специальной подготовки к этим соревнованиям. Различные виды спорта известны с незапамятных времён. В древней Греции, где родились Олимпийские Игры, существовало большое разнообразие





*«Надо непременно встряхивать себя
физически,
чтобы быть здоровым нравственно»*

Лев Николаевич Толстой

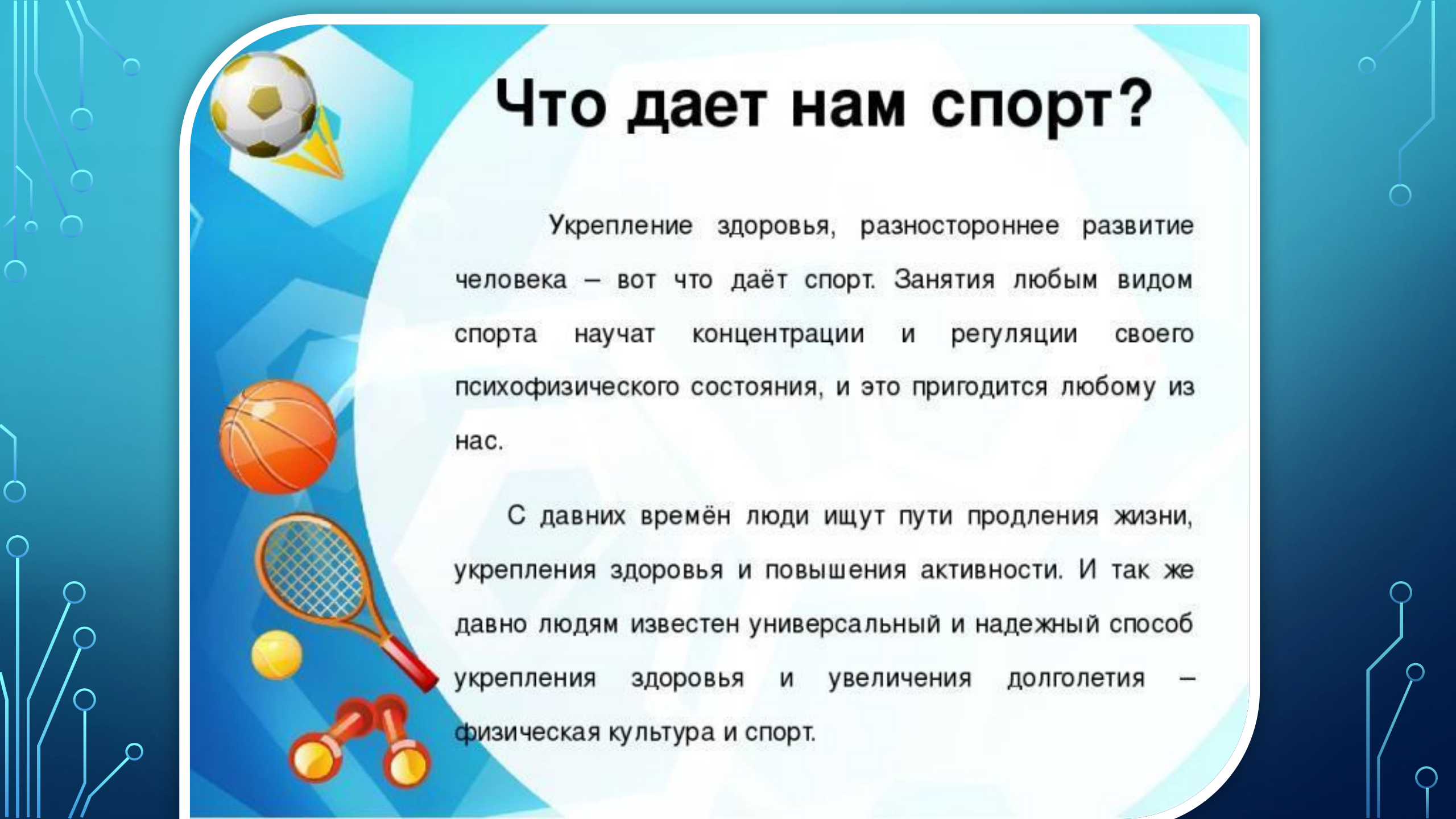
Для чего нужен спорт?

**Спорт нам плечи расправляет,
Силу, ловкость нам дает.
Он нам мышцы развивает,
На рекорды нас зовет**

**Кто с зарядкой дружит смело
Кто с утра прогонит лень,
Будет смелым и умелым
И веселым целый день!**

**Все ребята знают,
Что закалка помогает,
Что полезны нам всегда
Солнце, воздух и вода.**





Что даёт нам спорт?

Укрепление здоровья, разностороннее развитие человека — вот что даёт спорт. Занятия любым видом спорта научат концентрации и регуляции своего психофизического состояния, и это пригодится любому из нас.

С давних времён люди ищут пути продления жизни, укрепления здоровья и повышения активности. И так же давно людям известен универсальный и надёжный способ укрепления здоровья и увеличения долголетия — физическая культура и спорт.



*Спортивные люди – они так
красивы.*

*В них столько энергии, бодрости,
силы.*

*Ты хочешь на них быть хоть каплю
похожим?*

*Лишь спорт тебе в этом отлично
поможет.*

Здоровье усилит, успехов прибавит.

От скуки, безделья тебя он избавит.

Поверь ты в себя и добейся высот.

*О чем ты мечтал, даст тебе
только спорт.*

**Для здоровья важен спорт,
Чтоб болезням дать отпор.
Нужно спортом заниматься,
И здоровым оставаться!**





Пословицы

- Чистота – залог здоровья.

- Здоровье в порядке – спасибо зарядке.

- Если хочешь быть здоров – закаляйся.

- В здоровом теле – здоровый дух.

- Кто аккуратен, тот людям приятен.

- Чистота – лучшая красота.



Стихотворение

Если хочешь быть здоровым,

Чисти зубы по утрам,
Умывайся и гимнастикой занимайся.
Бегай, прыгай, закаляйся
И режим свой соблюдай.
Малышей не обижай,

Маму с папой слушайся.
Старших всех ты уважай.
И всё у тебя получится!



ЛЕТНИЕ



ЗИМНИЕ



Зачем ещё заниматься спортом?

Благодаря спорту, слабый человек всегда может стать сильным.

Также, занимаясь спортом мы приобретаем ценные человеческие качества: собранность и дисциплинированность. У занимающихся спортом меньше трудностей в учёбе. А главное, спорт учит нас дружить, мы умеем радоваться успехам других, сопереживать неудачи.





Будьте здоровы!

**Спасибо за
внимание!**