



# Наш класс - самый здоровый класс!

Наш девиз

« Я здоровье сберегу:  
Сам себе я помогу! »!





Как у нас весело!  
Как у нас дружно!  
Встретить таких друзей  
Важно и нужно!



Летние каникулы прошли,  
В третий класс мы пришли.  
Силы и здоровье у нас есть,  
Чтобы ступеньку эту знаний  
преодолеть!



Родители должны знать,  
Что мы стремимся к оценке «5».



## Зарядка на свежем воздухе



Начинаем новый день,  
Прогони скорее лень!









«Ох, как не хочется проигрывать!  
Я должен поработать над своей осанкой!»



Минутка физических упражнений помогает  
снять усталость на уроке.



Глазки видят всё вокруг,  
Обведу я ими круг.  
Глазкам видеть всё дано:  
Где окно, а где кино.  
Оведу я ими круг,  
Погляжу на мир вокруг.





Мы ладошкой потрясём,  
Каждый пальчик разомнём.



Котик чёрненький сидит  
И ушами шевелит.  
Вот так, вот так...  
Он ушами шевелит.





Перемена, переменка,

Мы с тобой дружны.

Бегай, прыгай и танцуй от души!



Празднику спортивному рада вся наша дружная семья,  
К спортивным достижениям стремимся мы, друзья!





Покатилися мячи,  
За своим скорей беги,  
Не жалея усилий,  
Догони, отдай,  
Назад скорее прибегай!









Приглашаем всех на весёлое состязание,

Предлагаем взять с собой

силу и быстроту!



Ангина и кашель бывает у тех,  
Кто смотрит со страхом на лыжи и снег.  
Вини себя за вид болезненный и хмурый,  
Не занимаешься ты, видно, физкультурой!







Не забывай в числе других  
продуктов

Побольше кушать овощей и  
фруктов.

Молочные завтраки тоже на  
пользу детям пойдут





# Мы выбираем здоровье!



# Пожелание друзьям:

Желаем вам цвести, расти,

Копить, крепить здоровье!

Оно для дальнего пути – главнейшее  
условие.

Стопроцентное здоровье это: солнечный  
свет, свежий воздух, чистая вода,  
естественное питание, физические  
упражнения, отдых, хорошая осанка,  
разум.

