я здоровьем дорожу и со спортом я дружу

Подготовил: ученик 9 Б класса ГБОУ школы-интерната №2

г.о. Жигулёвск

Егоров Александр (14лет)

- Чтоб здоровым, крепким быть
- Надо развиваться.
- И для тела и души
- Спортом заниматься!

Моя семья и я дружим со спортом.

- Если хочешь стать умелым
- Ловким, быстрым, сильным,
  смелым,
- Научись любить скакалки,
- Мячик, обручи и палки!

- Солнце, воздух и вода
- Наши лучшие друзья.
- С ними будем мы дружить
- Чтоб здоровыми нам быть.

- Чтоб ты не был хилым, вялым,
- Не лежал под одеялом,
- Не хворал и был в порядке,
- Делай каждый день зарядку!

- Чтоб всегда здоровым быть,
- Нужно нам в поход ходить.
- На природе отдыхать.
- Свежим воздухом дышать.

Здоровьем дорожить умейт

- Свежий воздух

- Режим дня

Хорошее настроение

- Правильное питание

Занятия спортом

Вывод:

- **Здоровье-** *бесценное богатство каждого человека в отдельности, и всего общества в целом. При встрече с близкими мы желаем им* ***здоровья,*** *потому что это- главное условие* ***полноценной и счастливой жизни.*** *И поэтому я слежу за своим здоровьем.*

Спасибо за внимание!