

# Всероссийский детско-юношеский конкурс фоторепортажей «Жизнь в движении»

Подготовила работу Сахарова Анастасия

Объединение «Эффект» МБОУДО Подпорожский центр детского творчества.

Руководитель: Бубникова Валерия Алексеевна



# Спорт = жизнь.



- Все мы не раз слышали высказывание о том, что движение - это жизнь. И это действительно так. Ведь физическая активность - это энергия, это бодрость духа и тела. Регулярные занятия фитнесом помогают повысить умственную активность, поднять работоспособность и продуктивность.



- Как говорил Николай Морозов: «Спорт - это биение твоего сердца, твое дыхание, это твой ритм жизни».



- Спорт бывает абсолютно разным и свой для каждого. Кто-то занимается гонками, получает удовольствие от скорости. Другие любят проводить часы в спортзале, совершенствуют свою форму.



**Спасибо за внимание!**

