

Наш выбор- здоровье и спорт



Что такое спорт?

- * спорт — это комплекс мероприятий, средств и деятельности, целью которых является достижение высоких результатов в состязаниях, физическое образование и активный отдых людей в свободное время



Зимние виды спорта

Олимпийские

- Лыжный спорт
- Конькобежный спорт
- Бобслей
- Хоккей на льду
- Биатлон
- Керлинг
- Санный спорт

Паралимпийские

- Горные лыжи
- Биатлон
- Следж-хоккей на льду
- Лыжные гонки
- Керлинг на колясках



Игровые виды спорта.

- 1.Шашки.
- 2.Теннис.
- 3.Волейбол.
- 4.Армрестлинг.





Выводы

С помощью спорта человек может достигнуть небывалых высот, стать сильнее, быстрее, крепче духом.

Но слишком частое и усердное занятие спортом может привести к травмам и можно будет забыть о здоровом теле.

Видов спорта очень много и каждый может найти себе что – нибудь.

Мы за спорт!!!



**Спасибо за
внимание!**