

Здоровый образ жизни

2 «А» класса

**выполнила ученица
2 «А» класса
Еина Юлия**

Знают взрослые и дети
Пользу витаминов этих:
Фрукты, овощи на грядке —
Со здоровьем все в порядке!



**Чтобы нам здоровым быть,
Надо овощи любить.
Свёкла, репка, лук, морковь —
Наша первая любовь**



Спорт – это здоровье,
Спорт – это успех,
Спорт – это прикольно,
Спорт – это для всех!



Хочешь быть здоровым, сильным?

Занимайся спортом ты!

И тогда добиться в жизни,
Сможешь очень много ты!



Любим мы в футбол играть,
Голы мы любим забивать!
А вратарь, ты не зевай,
И голы не пропускай!



**Всей семьёй в поход мы ходим,
Отдыхаем на природе.
Бегаем и загораем.
Так здоровье укрепляем.**



Много разных предложений,
Как здоровье укреплять,
И одно из них в бассейне
Можно мускулы качать





Всё! Зима взяла разбег,
В поле выпал первый
снег.

Дети лыжи надевают,
Зиму с радостью
встречают.

Как им весело кататься,
Словно ветер с горки
мчатся.

Спорт для жизни

очень важен:

Он здоровье всем
даёт.

На уроке
физкультуры
Узнаем мы про него
Мы играем в
баскетбол,
И футбол, и
волейбол.

Мы зарядку делаем
Приседаем, бегаем.
Очень важен спорт
для всех.

Он – здоровье и
успех.

Зарядку делаем с
утра –
Здоровы будем мы
всегда

