

# **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

