

БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!

ТЕМА : МОЙ СПОРТ

Выполнила: Стадухина Ольга

«Лицей №1» г.Шадринск

**Руководитель: Селянина Мария Николаевна, учитель
ФК МКОУ «Лицей №1»**

Что такое здоровый образ жизни (ЗОЖ)

- Что такое здоровый образ жизни , каждый понимает по-своему . Для кого-то это просто отсутствие вредных привычек , для кого-то активные занятия спортом . Для того что бы горда называться гордым здоровым человеком , необходим спорт . Не важно какому спорту вы отдаете предпочтение . Это может быть как спортивная игра в роде футбола , волейбола или баскетбола , так и просто комплекс упражнений которые известны школьникам с уроков физкультуры .



Я люблю заниматься спортом , больше всего мне нравится Волейбол и Баскетбол



Я И ВОЛЕЙБОЛ

Волейболом я занимаюсь с девяти лет . Участвовала во многих соревнованиях городского, областного , федерального , всероссийского и международного значения.



г.РЕЖ(УРФО) с 24-27 ОКТЯБРЯ 2013г



Г. ПЕТРОПАВЛОВСК (КАЗАХСТАН)



Г.МАГНИТОГОРСК



Г.САМАРА



МОИ ДОСТИЖЕНИЯ











Я И БАСКЕТБОЛ

Баскетболом я занимаюсь почти два года. Каждый год у нас проходят городские соревнования по баскетболу . Я являюсь лучшим игроком команды нашей школы и города в моей возрастной группе .



Мои достижения в БАСКЕТБОЛЕ





*Я призываю вас отказаться от
вредных привычек и заняться
спортом, вести здоровый образ
жизни .*

Спасибо за внимание

