

**Подготовила :  
Дмитренко Н. Ю.**



**Спортивное  
развлечение  
«Сам себе я помогу и  
здоровье сберегу!»**

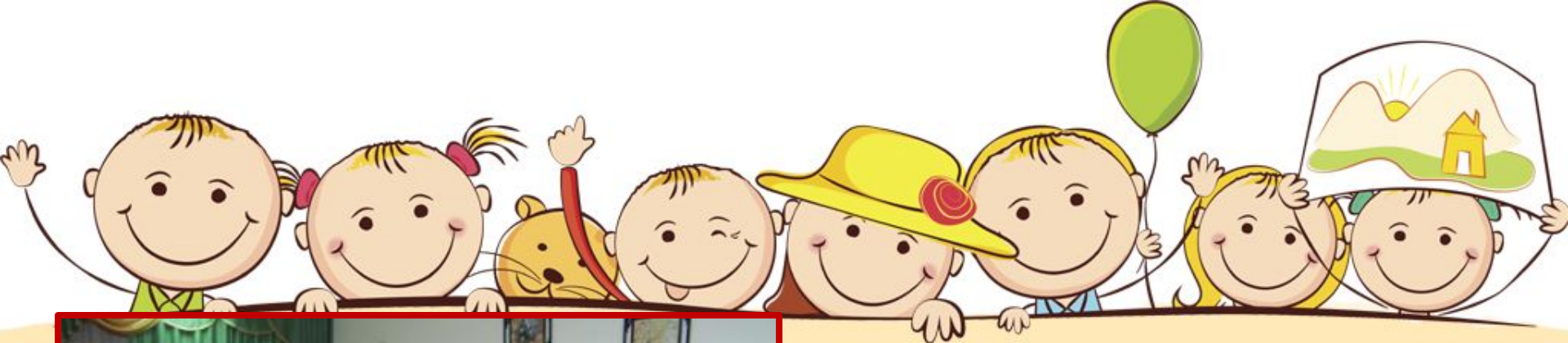


*В паровозик мы играем  
и вагончики цепляем.  
Машинист гудок дает,  
поезд движется вперед*



*На болоте 2 лягушки,  
2 зеленые квакушки,  
утром рано умывались,  
полотенцем  
растирались.  
Ручками хлопали,  
ножками топали.  
Вправо-влево  
наклонялись  
и обратно  
возвращались.  
Вот здоровья в чем  
секрет,  
Всем друзьям:  
Физкульт – привет!*





***Полоса препятствий:***

- «болото простуды»;
- «мостик Неболейки»;
- «пещера Ангины»;
- «гора температуры».





*Чтоб проворным стать атлетом  
Проведем мы эстафету.  
Будем бегать быстро, дружно  
Победить нам очень нужно!*



*Чтоб успешно развиваться  
Нужно спортом заниматься  
От занятий физкультурой  
Будет стройная фигура*



*В огороде для Полины  
Поспевают витамины.  
Вот висят на каждой ветке  
Разноцветные таблетки.*



*Закрой глаза, представь звезду,  
ту, на которой я сижу.  
Ко мне ты ручку протяни  
и глубоко вот так вздохни!*







**Возвращаемся домой**

*Чтоб здоровым быть сполна  
Физкультура всем нужна!*





***Спасибо  
за  
внимание!***