

## *Здоровый дух в здоровом теле*

**Цель Сохранение и укрепление здоровья детей,  
приобщение их к ценностям здорового образа  
жизни**

*Здоровый дух в здоровом теле  
Об этом вечно нам твердят !  
Мы знаем - спорт на самом деле  
Полезен очень для ребят !*





*Гладь мои ладошки, ежик,  
Ты колючий, ну и что же,  
Я хочу тебя погладить,  
Я хочу с тобой поладить!*



*Кинешь в речку-мяч не тонет,  
Бьешь о стенку- мяч не стонет.  
Будешь оземь мяч кидать-  
Станет кверху он летать!*



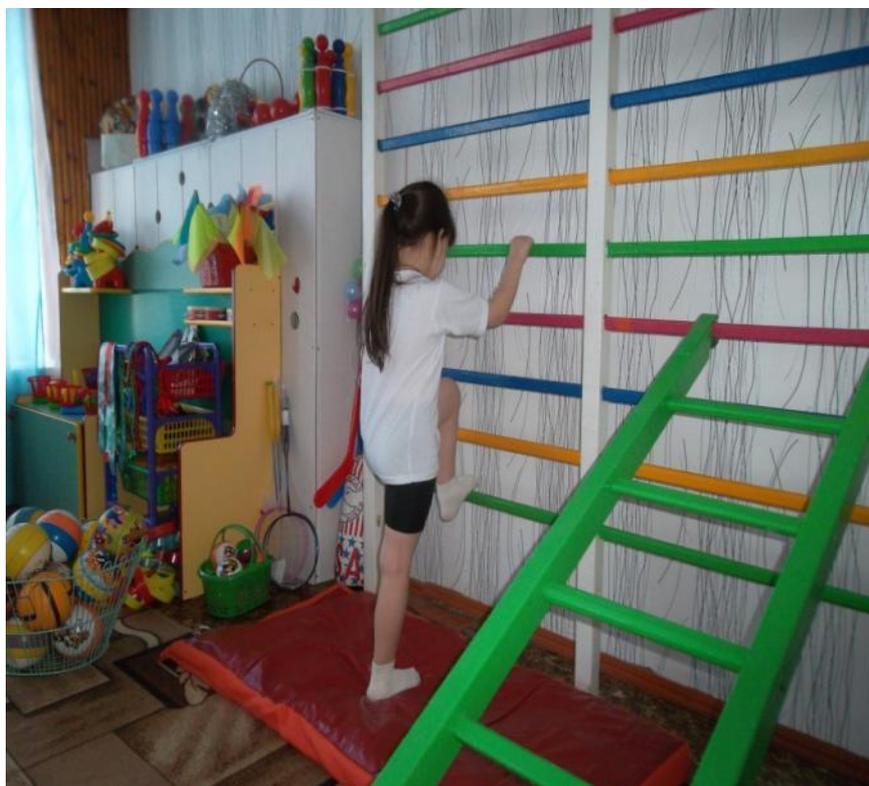
*Много ковриков у нас!  
Заниматься просто класс!  
Тренируем стопы ног,  
Чтобы каждый был здоров!*



Обруч в руки мы возьмем,  
Все движения разучим,  
Станем крепче мы и лучше!



*К стенке прислонюсь я,  
Спинку распрямлю.  
Рост я свой отмечу,  
Прямо постаю!*



*Любим в игры мы играть!*



Тренировки каждый день,  
Заниматься нам не лень!



Гибкость нам развить поможет палка,  
Будем чаще наклоняться,  
Приседать и нагибаться!

