

## Средняя группа



Наш девиз:  
«Спорт, здоровье,  
радость, смех –  
принесет во всем  
успех!»



# О Спорт -

## Уважаемые родители!

Для того, чтобы ваш ребенок сильным, смелым здоровым и физически подготовленным показывайте ему личный пример!  
Делайте утреннюю гимнастику!  
Занимайтесь спортом!

## Мысли великих людей о спорте

«Ничто так не истощает и не разрушает человеческий организм, как физическое бездействие»

Аристотель

«Тысячи и тысячи раз я возвращал здоровье своим больным посредством физических упражнений»

Клавдий Гален

«Надо непременно встраивать себя физически, чтобы быть здоровым нравственно»

Лев Толстой

«Как суконщики чистят сукно, выбивая его от пыли, так гимнастика очищает организм»

Гиппократ

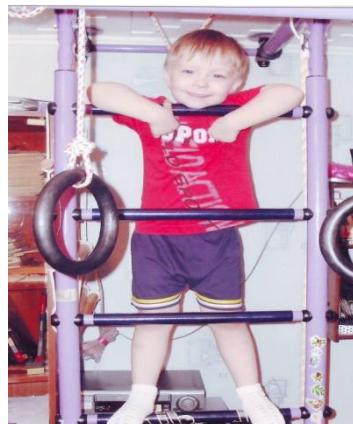
«Для соразмерности, красоты и здоровья требуется не только образование в области наук и искусства, но и занятия всю жизнь физическими упражнениями, гимнастикой.»

Платон

# ТЫ ЖИЗНЬ!

## Пословицы и поговорки о спорте

Кто любит спорт, тот здоров и бодр.  
Физкультура — лечит, спорт — калечит.  
Двигайся больше - проживешь дольше  
Если хочешь быть здоров - закаляйся.  
Гимнастика удлиняет молодость человека  
Движение это жизнь.  
Отдашь спорту время - взамен получишь здоровье  
Здоровому все здорово.  
Каждый кузнец своего здоровья  
С молоду занимайся - на весь век сгодишься!  
Кто пешком ходит тот долго живет  
Кто спортом занимается, тот силы набирается.  
Кто любит спорт, тот здоров и бодр



# Загадки про спорт и здоровый образ жизни

Он лежать совсем не хочет.  
Если бросить, он подскочит.  
Чуть ударишь, сразу вскочь,  
Ну, конечно – это ...

(Мяч)



Деревянные кони по снегу скачут,  
А в снег не проваливаются.

(Лыжи)



Что крутит вокруг талии  
Гимнастка? Вы узнали?  
Кто тот снаряд спортивный  
крутит, тот очень стройным  
скоро будет

(обруч)



Палка в виде запястой  
Гонит шайбу перед собой.  
(Клюшка)



Есть ребята у меня  
Два серебряных коня.  
Езжу сразу на обоих  
Что за кони у меня?

(Коньки)



Этот конь не ест овса,  
Вместо ног – два колеса.  
Сядь верхом и мчись на нем,  
Только лучше правь рулем.

(Велосипед)



В честной драке я не  
струшу,  
Защищу двоих сестер.  
Бью на тренировке  
грушу,  
Потому что я...

(боксер)



Чтоб здоровым быть сполна  
Физкультура всем нужна.

... Чтобы успешно развиваться  
Нужно спортом заниматься.

От занятий физкультурой  
Будет стройная фигура..

Чтобы было веселее

Мяч возьмем мы поскоре  
Станем прямо, ноги шире  
Мяч поднимем – три-четыре,  
Поднимаясь на носки.

Все движения легки.

В руки мы возьмём скакалку  
Обруч, кубик или палку.

Все движения разучим  
Станем крепче мы и лучше  
Чтобы прыгать научиться  
Нам скакалка пригодится

Будем прыгать высоко  
Как кузнечики – легко.  
Обруч, кубики помогут  
Гибкость нам развитить немного  
Будем чаще наклоняться  
Приседать и нагибаться.

Вот отличная картинка  
Мы как гибкая пружинка  
Пусть не сразу все дается  
Поработать нам придется!...





# Дети рисуют спорт



*Дорогие родители!  
Обещаем не лениться,  
Зубы чистить, фрукты есть.  
Только, милые родные,  
У нас одно условие есть.  
И вот оно какое?  
Скучно будет нам одним  
Укреплять здоровье.  
Давайте вместе начинать -  
Вот наше условие!*

Дети



*Солнце, воздух и вода помогают нам всегда!*