

«Лето без вредных привычек»

The background of the entire slide is a sunset with a warm orange and yellow gradient. On the left side, there is a large silhouette of a basketball hoop and backboard. In the center and right, there are silhouettes of four basketball players in various dynamic poses: one is jumping high to shoot or dunk, another is jumping to block, and two others are on the ground in a defensive stance. The sun is visible as a bright white circle on the right side of the image.

*Летний
оздоровительный
лагерь МБОУ Верх-
Аскизская СОШ*

*Воспитатель Сунчугашева Ольга
Александровна*

Спорт - наша жизнь!

Столько уже слов было сказано о вреде наркомании, столько агитационных программ проведено против употребления веществ, приносящих вред здоровью, но всё же эта проблема с каждым днём становится всё острее. На наш взгляд, выход есть всегда. Мы считаем, что главным противником наркомании и источником здорового образа жизни является спорт. Человек должен понимать, что жизнь одна, и нужно прожить её достойно, а спорт обеспечит счастливое долголетие.



Наш девиз:
Здоровому образу жизни – Привет!,
Вредным привычкам скажем – «Нет!»



Растем спортивными – вырастаем здоровыми!



Спорт делает нас сильнее!

Спортом должны заниматься все. Не ставьте перед собой цель обязательно побить мировой рекорд (мировых рекордсменов — единицы, и будет крайне наивно рассчитывать, что все занимающиеся спортом станут со временем чемпионами). Поставьте перед собой более скромную задачу: укрепить свое здоровье, вернуть себе силу и ловкость, стать стройным и привлекательным. Этого для начала будет вполне достаточно.



Альтернатива вредным привычкам



Но даже если вы не имеете возможность заниматься спортом систематически и профессионально, заниматься физкультурой. Ежедневная утренняя зарядка неплохо укрепит организм. Предпочтите танцы, засиживанию перед телевизором и компьютером. Каждые выходные выезжайте с родителями на природу, приобщайте взрослых к здоровому образу жизни, они тоже утомляются.



*Дружное исполнение финальной
жизненной песни (И.Матвиенко) «Жить»*



Мы за здоровый образ жизни!
Спасибо за внимание!