

Уважаемые ребята!

Предлагаем Вам узнать, что такое спорт!

Спорт (англ. *sport*, сокращение от первоначального старофранц. *desport* – «игра», «развлечение» – организованная по определённым правилам деятельности людей, состоящая в сопоставлении их физических или интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе.

- ❖ Спорт – это то, что приносит радость и удовольствие.
- ❖ Спорт – это способ самовыражения, способ достигнуть определенных вершин и целей!
- ❖ Спорт – это дело каждого. Человек самостоятельно выбирает, какой вид спорт ему по душе, на какую секцию ему записаться. Уделять внимание спорту.
- ❖ Спорт – это спасение от вредных привычек.



10 ЗАПОВЕДЕЙ СПОРТСМЕНА

- ❖ **Самое главное** – отец.
- ❖ **Самое родное** – мама.
- ❖ **Самое важное** – здоровье.
- ❖ **Самое страшное** – водка.
- ❖ **Самое противное** – курение.
- ❖ **Самое грустное** – предательство.
- ❖ **Самое грязное** – врать.
- ❖ **Самое гадкое** – скулить и ныть.
- ❖ **Самое прекрасное** – иметь мечту и стремиться к ней.
- ❖ **Всю жизнь заниматься спортом, быть бодрым, подтянутым, красивым и жизнерадостным!**



Регулярные занятия физической культуры:

- ❖ Тренируют весь организм;
- ❖ Усиливают его выносливость;
- ❖ Помогают улучшить работоспособность мозга;
- ❖ Предупреждают развития различных заболеваний;
- ❖ Позволяют нам иметь красивую, подтянутую фигуру.



ЗАЙМИСЬ СПОРТОМ

Что такое спорт

Спорт – это жизнь. Это легкость движения.

Спорт вызывает у всех уважение.
Спорт продвигает всех вверх и вперед.
Бодрость, здоровье он всем придает.
Все, кто активен и кто не ленится,
Могут со спортом легко подружиться.

Светлана Olegova



Спорт

Спорт - это не только увлечение,
Но еще и долгий, тяжкий труд.
Только тех, не знает кто о лени,
Профи и спортсменами зовут.
Тренировки, матчи, поражения
До предела, из последних сил.
За победу бурные сраженья.
Спорт в почете. Он всех победил!

Светлана Olegova

Будь спортивным и здоровым...

Будь спортивным и здоровым!
Спортивным быть теперь вновь модно!
Со спортом много ты поймёшь:
Спорт – и здоровье без таблеток,
Спорт – и веселье без забот.
С друзьями спортом заниматься,
Поверь, реально круглый год!
Мороз – коньки ты одеваешь,
Затем на лыжи уж встаёшь!
Попробуй делать каждый день
Зарядку утром! Будет лень
Вначале, но привыкнешь скоро...
Здоровым станешь – это клёво!

Агния Жаброва



Составитель: Турапина Т.С., заведующая
ОКиО МБУК «ГМЦРБ»

