



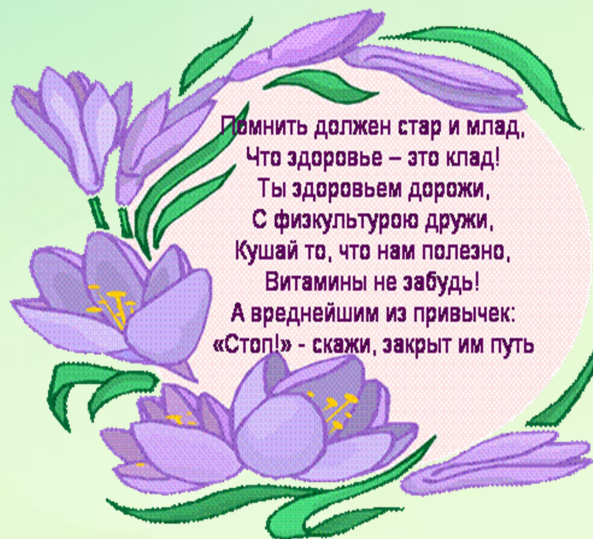
Главное в жизни—это здоровье,
С детства нам нужно это понять!
Главная ценность—это здоровье,
Его не купить, но легко потерять!



Впереди ожидает вам
Дружба и свет любимых глаз,
Здоровье и радость жизни,
И служение Отчизне,
Новых звезд и открытий блеск.
А не вредных соблазнов треск.



Наше здоровье - в наших руках



Помнить должен стар и млад,
Что здоровье – это клад!
Ты здоровьем дорожи,
С физкультурой дружи,
Кушай то, что нам полезно,
Витамины не забудь!
А вреднейшим из привычек:
«Стоп!» - скажи, закрыт им путь



Белгородская область
Старооскольский район
с. Крутое, ул.Центральная,36

Телефон: 49-41-36
Эл. почта: krutoe-sch@mail.ru

Выполнила учитель
физической культуры
Копнина Людмила Николаевна

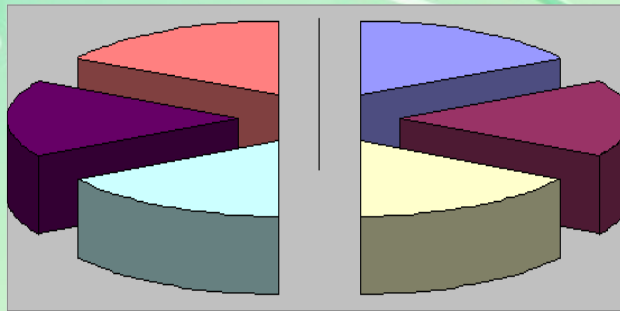
**МБОУ «Основная
общеобразовательная
Крутовская школа»**

Наш девиз:
Здоровый образ жизни - это наша жизнь!

Здоровый образ жизни обеспечивает каждому человеку хорошее настроение и самочувствие, желание заниматься умственным и физическим трудом, высокую умственную и физическую работоспособность.



Слагаемые ЗОЖ



- Рациональное питание
- Двигательная активность
- Умение снимать нервное напряжение
- Закаливание
- Отсутствие вредных привычек
- Гигиена организма

**Наша жизнь, как дорога,
много встреч на пути.
Не прощая ошибок,
жизнь, как птица, летит.
Надо сделать свой выбор,
сам дорогу найди.
Даже если ты молод,
Выбор ждет впереди!**

Спорт — это модно!

Нет здоровья без движения,
Это скажет вам любой.
Занимайтесь физкультурой,
Спортом, танцами, ходьбой!



**Чтоб сильнее Россия стала,
Впереди всех стран шагала,
Ты здоровым должен быть,
И здоровье сохранить!**

