

СПОРТ – ЭТО ЗДОРОВЬЕ !!!

Работу выполнила
ученица 3 «а» класса
Рудковская Валентина



Позвольте представиться!

Меня зовут Валентина ! Я ученица 3 «а» класса, школы № 10. Я бы хотела рассказать, как спорт повлиял на моё здоровье!

В 4 года врачи обнаружили у меня деформацию грудной клетки. В детском саду я занималась физкультурой в специальной группе.



Спортивный праздник в садике





Плавание является эффективным средством борьбы с болью в суставах, мышцах и сухожилиях.

ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ МОЖНО В ШКОЛЕ!
На уроках физкультуры мы играем в «Снайпер».
В первом классе у меня уже была **2 группа** здоровья.
А во втором классе у меня была основная группа
здоровья . **Спорт помог!!!!**



**В свободное время , мы с папой
любим кататься на снегоходе**



Вечерами мы играем в шахматы



Летом я катаюсь на роликах!



Я люблю принимать участия в школьных мероприятиях



Я хочу научиться играть с Йо-Йо!!!!





**Занимайтесь
спортом!
Будьте здоровы!**

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!!!**