



# **Спортивная жизнь группы**



## **О здоровье**

**В жизни главное — здоровье,**

**Согласитесь, господа.**

**И к нему с большой любовью**

**Мы относимся всегда**

**Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья  
Должен быть режим у дня.**

**Следует, ребята, знать  
Нужно всем подольше спать.  
Ну а утром не лениться —  
На зарядку становиться!**



На зарядку встали дружно,  
Наклоняться нам не трудно.  
За здоровьем мы следим  
И болеть мы не хотим..



Спорт и физкультура,  
Всех вперёд ведут.  
В трудную минуту  
Нас не подведут.



Будем вместе мы играть  
Бегать, прыгать и скакать  
Чтобы было веселее  
Мяч возьмем мы поскорее



Солнце, воздух и вода —  
Наши лучшие друзья.  
С ними будем мы дружить,  
Чтоб здоровыми нам быть.



На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши.  
Только помни при уходе:  
Одеваться по погоде!



Зимой в игры мы играем  
Или катимся с горы,  
Мы здоровье укрепляем,  
Отдыхаем от души!



Надо спортом заниматься,  
Надо — надо закаляться!  
Надо первым быть во всем,  
Нам морозы нипочем!



Чтоб расти и закаляться  
Не по дням, а по часам,  
Физкультурой заниматься  
Надо всем, ребята, нам!



Чтоб здоровье раздобыть,  
Не надо далеко ходить.  
Нужно нам самим стараться,  
И всё будет получаться.



Чтоб проворным стать атлетом  
Проведем мы эстафету.  
Будем бегать быстро, дружно  
Победить нам очень нужно!



- 
- **Чтоб расти и закаляться  
Не по дням, а по часам,  
Физкультурой заниматься  
Надо всем, ребята, нам!**