



Классный час «Движение – жизнь!»

"Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную радость жизни".

Гиппократ

Движение – это...

- Успех

Настроение

- Здоровье

- ЖИЗНЬ



Здоровье – подарок природы!

- На здоровье человека, *как показали современные исследования*, влияют многие факторы:
- **Образ жизни – 50 %**
- **Окружающая среда – 20%**
- **Наследственность – 20%**
- **Уровень развития медицины – 10%**

ФЕСТИВАЛЬ «Красота. Здоровье. Спорт»

- В нашей школе созданы прекрасные условия для поддержания отличной физической формы и позитивного настроения:
- *Многофункциональная спортивная площадка;*
- *Спортивный зал,*
- *«Тропинка +»*
- *Хореографический зал,*
- *Тренажёрный зал.*
- **Пропаганда здорового образа жизни в движении – это участие нашего коллектива в различных спортивных мероприятиях:**
- *Танцевальный батл,*
- *Соревнования по волейболу,*
- *Спортивные переменки для учащихся начальной школы,*
- *Туристический выход*



Мы молоды, веселы и активны!

Многие из одноклассников регулярно занимаются волейболом, футболом, борьбой, кёрлингом, фитнесом, хореографией.

Этот классный час позволит нам больше узнать друг о друге.

А ты

- *любишь заниматься спортом, физкультурой?*
- *сколько времени в день (неделю) тратишь на занятие спортом?*
- *участвуешь в спортивных мероприятиях школы?*



СПОРТИВНЫЕ ПЕРЕМЕНКИ





Туристический маршрут



В здоровом теле –
здоровый дух!