

Презентация «Спорт укрепляет здоровье»

Подготовила
Бойко А. А.
воспитатель МАДОУ Д/С 15

" Спорт укрепляет здоровье. Спорт -это мир.
Занятие физической культурой и спортом
полезны в любом возрасте, особенно в наш век,
век научно-технической."

Спорт-это сила и здоровье. Спорт -это мир. Занятие физической культурой и спортом полезны в любом возрасте, особенно в наш век, век научно-технической революции, когда доля физического труда резко сократилась. Вместе с тем следует иметь в виду, что с возрастом организм человека становится особенно чувствительным к дефициту мышечной деятельности, что заметно сказывается на состоянии здоровья. Существует очень много видов спорта, и каждый вид полезен по-своему.

Футбол развивает быстроту, ловкость,
выносливость, координацию движений.



Баскетбол. С помощью занятий этой популярной игрой укрепляется здоровье, улучшается работа сердца, сосудов и лёгких, развиваются выносливость и ловкость.



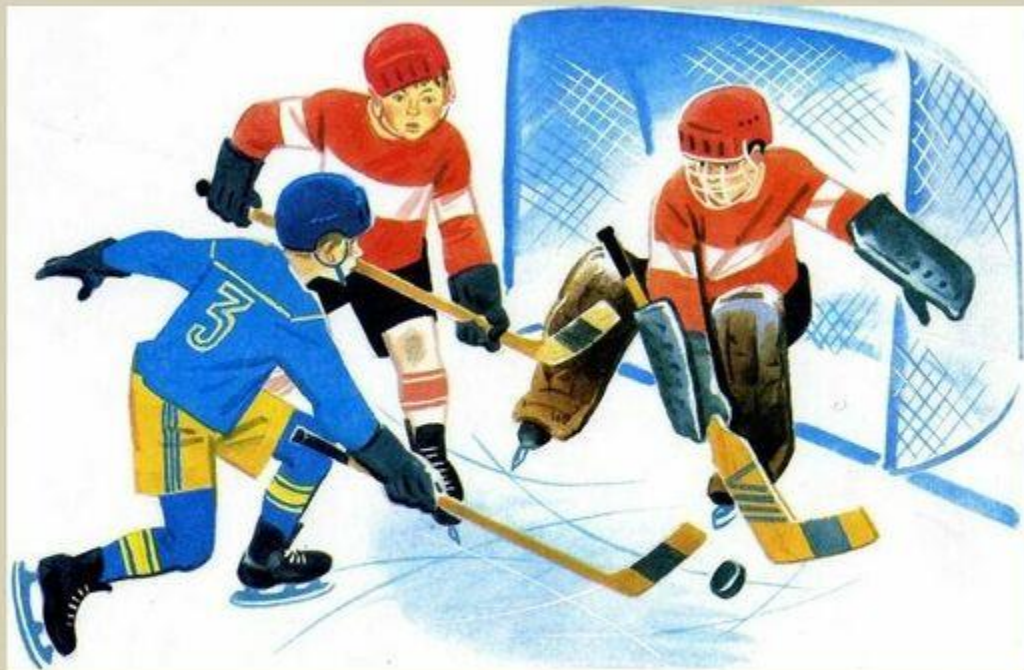
Плавание Умение плавать имеет огромное значение для жизни каждого человека. Плавание в бассейнах, естественных водоёмах укрепляет здоровье, закаливает, доставляет огромное удовольствие.



Бег развивает выносливость, скорость, помогает человеку сохранять прекрасную форму.



Хоккей Относится как к профессиональному виду спорта, так и к любительскому.



хоккей

Лыжный спорт При занятиях лыжным спортом
укрепляются мышцы ног, развивается
выносливость.



" Спорт укрепляет здоровье. Спорт -это мир. Занятие физической культурой и спортом полезны в любом возрасте, особенно в наш век, век научно-технической."

Спасибо за внимание!!!