

«Наш здоровый образ ЖИЗНИ»

ГБУ ЛО «Сиверский ресурсный центр по
содействию семейному устройству»
(бывший коррекционный детский дом)

Адрес: 188330, Ленинградская обл.,
Гатчинский р-н, п. Сиверский, ул.
Красная 18

Неделя спорта в нашем доме



Вдох глубокий, руки шире, не спешите,
три-четыре.
Бодрость духа, грация и пластика.
Общеукрепляющая, утром
отрезвляющая,
Если жив пока еще, гимнастика.

Мы не можем без движения,
Мы всегда под напряженьем!!!





Канат сжимают сотни рук
И каждый чувствует опору
Когда с тобою рядом друг,
Свернете вы любую гору!





Если вы в своей квартире, лягте на пол, три-четыре
Выполняйте правильно движения.
Прочь влияния извне, привыкайте к новизне.
Вдох глубокий до изнеможения.



Наши спортивные игры проходят не только в здании,

Но и на улице



А наши мальчишки самые сильные и терпеливые







Не страшны дурные вести-мы в ответ бежим на месте.

В выигрыше даже начинающий.

2012/07/02 01:58

После этих упражнений
Нас уже не одолеть,
И микробы, без сомнений,
Не заставят нас болеть.

▶ **Всё!!!**