

**Подготовила :
Дмитренко Н. Ю.**



**Спортивное
развлечение
«Сам себе я помогу и
здоровье сберегу!»**

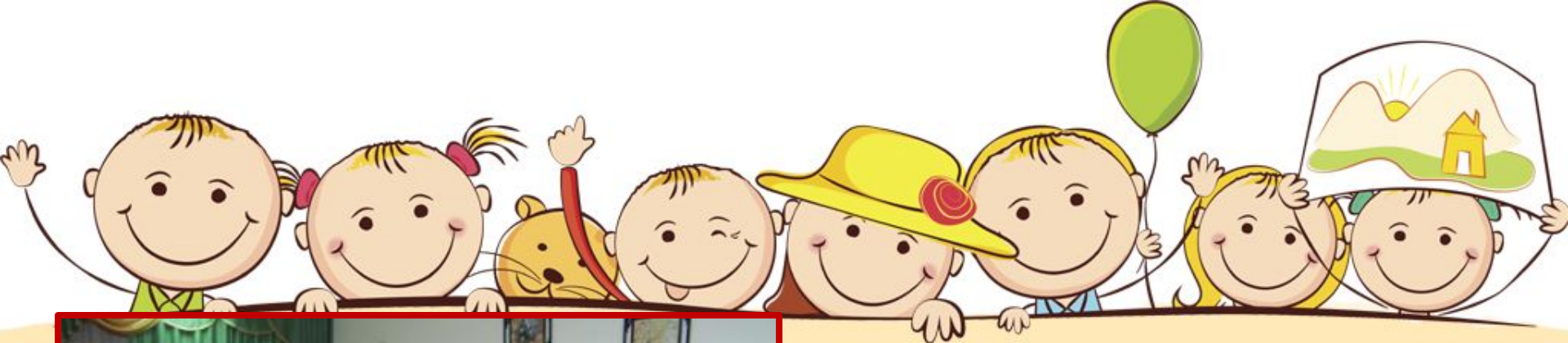


*В паровозик мы играем
и вагончики цепляем.
Машинист гудок дает,
поезд движется вперед*



*На болоте 2 лягушки,
2 зеленые квакушки,
утром рано умывались,
полотенцем
растирались.
Ручками хлопали,
ножками топали.
Вправо-влево
наклонялись
и обратно
возвращались.
Вот здоровья в чем
секрет,
Всем друзьям:
Физкульт – привет!*





Полоса препятствий:

- «болото простуды»;
- «мостик Неболейки»;
- «пещера Ангины»;
- «гора температуры».





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



*Чтоб успешно развиваться
Нужно спортом заниматься
От занятий физкультурой
Будет стройная фигура*



*В огороде для Полины
Поспевают витамины.
Вот висят на каждой ветке
Разноцветные таблетки.*



*Закрой глаза, представь звезду,
ту, на которой я сижу.
Ко мне ты ручку протяни
и глубоко вот так вздохни!*





Возвращаемся домой

*Чтоб здоровым быть сполна
Физкультура всем нужна!*





***Спасибо
за
внимание!***