|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Движение – это жизнь! ЕСЛИ МЕНЯ ЧТО-ТО ДВИГАЕТ ВПЕРЕД, ТО ТОЛЬКО МОЯ СЛАБОСТЬ, КОТОРУЮ Я НЕНАВИЖУ И ПРЕВРАЩАЮ В СВОЮ СИЛУ.  МАЙКЛ ДЖОРДАН  Упражнения на руки и спину  https://avatars.mds.yandex.net/get-pdb/1527424/a0671ccb-4beb-41e9-a04b-7afbe37352e5/s1200 |  | Живи ярко! Ежедневные победы над собственной ленью и регулярные занятия спортом учат самоорганизации и ответственности. |  |  |
|  |  |  |
|  | | |
| Движение- это жизнь! |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | В целях массового привлечения населения к систематическим и регулярным занятиям физической культуры и спортом во всех муниципальных образовательных учреждениях организуются физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.  Я не ожидаю подходящего настроения. Если его ожидать, ничего не достигнешь.  Перл Бак. |  | «ЕСЛИ МЕНЯ ЧТО-ТО ДВИГАЕТ ВПЕРЕД, ТО ТОЛЬКО МОЯ СЛАБОСТЬ, КОТОРУЮ Я НЕНАВИЖУ И ПРЕВРАЩАЮ В СВОЮ СИЛУ.»  МАЙКЛ ДЖОРДАН |
|  |  |
| Крайне важна пропаганда физической культуры и здорового образа жизни граждан, особенно среди детей, подростков и молодежи, в средствах массовой информации, как в печатных, так и в электронных через сеть Интернет.  Физическая культура- важное средство в системе образования и воспитания подрастающего поколения, в формировании здорового образа жизни, организации отдыха и досуга, восстановлении и развитии телесных и духовных сил. В этом проявляется ценность физической культуры для личности и общества, ее образовательное, воспитательное, оздоровительное и общекультурное значение. | Упражнения на подтянутые ноги и ягодицы https://avatars.mds.yandex.net/get-pdb/901820/06dd427c-3e72-466b-b166-c79a5859a67e/s1200 |
|  |
|  |