

Вот и заканчивает школу наш самый лучший, самый дружный класс! И заканчивают они школу, получив свои спортивные награды- золотые значки ГТО. Мы надеемся, что желание заниматься физкультурой и спортом они сохранят и в своей студенческой жизни!

ПОЗДРАВЛЯЕМ ! ПОЗДРАВЛЯЕМ! ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Напутствие от учителя физической культуры Евгения Алексеевича Никишина

Есть у людей такой обычай -
Здоровья друг другу при встрече желать.
И я, друзья мои, уверен,
Здоровье надо сохранять.
А чтоб напрасно время не терять,
Совет полезный готов вам дать:
Пораньше утром просыпаться,
Водой прохладной умываться
И на зарядку отправляться,
Природе, солнцу улыбаться.
Чтобы весь день не утомляться,
Должны все правильно питаться.
Активно спортом заниматься,
Побед в делах всех добиваться.
Учиться, с силами собраться
Тренироваться, тренироваться.
Дружить, гулять, читать...
Мир окружающий активно познавать.
С улыбкой новый день встречать.
И никогда не унывать!

А вот пожелания от учителя физической культуры Игоря Николаевича Чистякова

Если хочешь быть здоров, не бояться докторов,
По утрам ты поднимайся, на зарядку отправляйся.
И, конечно, не забудь чистить зубы, принять душ.
Завтрак должен быть полезным, чтобы не было болезни.
Съешь морковку и шпинат-организм твой будет рад.
Долго дома не сиди, а на улицу иди.
Свежим воздухом дыши, за не спеши.
Санки, лыжи и снежки вмиг избавят от тоски.
Потому что где движенье места нет хандре и лени