

# Спорт – это мой ритм жизни!

Это лучшее, что существует  
для поднятия своего духа,  
поддерживания физической формы  
и здоровья человека



Выполнил ученик 4 «В» класса  
МБОУ «Аликовская СОШ им. И.Я.Яковлева»

Егоров Роман,  
2020 год

# Мои любимые виды спорта



Лыжный

Футбол

# Мои любимые виды спорта



Ходьба

Я люблю футбол



**Я обожаю игры с мячом,  
а больше всего люблю футбол.  
Это очень интересная игра, полная азарта**



**Футбол самый известный вид спорта, занятия которым способствуют сохранению и укреплению здоровья, а также развивают в человеке такие качества как: выносливость, трудолюбие и умение работать в команде**









**"Ничто не укрепляет мышцы и не делает тело таким сильным и эластичным, ничто не повышает реакции и быстроты, ничто не закаляет волю и не упражняет ум так, как лыжи"**  
**/Фритъоф Хансен/**





Я люблю спортивную ходьбу



Спортивная ходьба – не менее эффективный способ поддерживать себя в хорошей физической форме. Данной дисциплиной можно заниматься и для общего оздоровления организма, и на профессиональном уровне, готовясь к соревнованиям



# Мои достижения



# Лыжный спорт



# Футбол



# Ходьба





**Спасибо за внимание!**

**Занимайтесь спортом!**

