

**МБДОУ
детский сад
комбинированного вида № 6
г. Белгорода –
территория здорового образа
жизни**

Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье и полноценную радостную жизнь.

Гиппократ



Конечно, Вам решать, пройти лишние 15 минут пешком или с комфортом доехать на машине, пойти погонять с друзьями мяч в свободный вечер или переключать каналы, сидя в любимом кресле, поваляться до обеда в постели в свой единственный выходной или выйти на утреннюю пробежку.

Физической культурой можно заниматься где угодно и когда угодно, в любом возрасте и людям с разных профессий достаточно иметь желание и правильно организовать свой день.



Физическая культура ориентирована на оздоровление организма, формирование, поддержание и развитие здорового образа жизни.

Занимаясь физкультурой, Вы не просто занимаетесь собой, Вы занимаетесь своим будущим: давно известно, что лучшее средство борьбы с болезнями — это профилактика. Сколько денег можно сэкономить на лекарствах и на визитах к врачу в будущем, начав заниматься своим здоровьем сейчас!

Не откладывайте начало занятий физкультурой на завтра, на выходные или на следующий год, начните заниматься прямо сейчас, примите это ответственное решение и заслужите уважение и похвалу от самого себя.

В МБДОУ д/с № 6 г. Белгорода функционирует спортивный клуб «Азбука здоровья».



**Приглашаем всех в наш
детский сад!
С нами интересно!
С нами позитивно!
С нами здорово работать
и весело и отдыхать!!!**