СТИХИ ДЛЯ ДЕТЕЙ О ЗДОРОВЬЕ, СПОРТЕ И ЗАКАЛКЕ

Здоровье

Купить можно много:

Игрушку, компьютер,

Смешного бульдога,

Стремительный скутер,

Коралловый остров

(Хоть это и сложно),

Но только здоровье

Купить невозможно.

Оно нам по жизни

Всегда пригодится.

Заботливо надо

К нему относиться.

(А. Гришин )

Закалка

По утрам ты закаляйся,

Водой холодной обливайся.

Будешь ты всегда здоров.

Тут не нужно лишних слов.

Если хочешь быть здоров

Малыш, ты хочешь быть здоров,

Не пить плохих таблеток,

Забыть уколы докторов,

И капли из пипеток?

Чтобы носом не сопеть,

И не кашлять сильно,

Обливайся каждый день,

Лей весьма обильно.

Чтоб в учебе преуспеть,

И была смекалка,

Всем ребятушкам нужна

Водная закалка.

(Т. Семисынова)

"Здоровый" акростих

Знайте это, взрослые и, конечно, дети:

Для того чтоб долго жить на белом свете,

От дурных привычек напрочь откажитесь.

Раньше не курили? Ну и не беритесь!

Очень важно также правильно питаться –

Витамины, овощи всем очень пригодятся.

Спорт не любит ленивых

Спорт не любит ленивых,

Тех, кто быстро сдается.

Ненадежных, трусливых.

Он над ними смеется.

Благосклонен он очень

К тем, кто духом силен.

И победы дарует

Лишь выносливым он.

Физкультура

Физкультура – мой любимый, обожаемый предмет.

Вот где можно порезвиться, где запретов, в общем, нет.

По канату можно лазать и через козла скакать.

Отжиматься, бегать- прыгать и оценки получать.

Спорт- отличное лекарство. Укрепляет и бодрит.

Помогает быть сильнее. Так физрук наш говорит.

И поэтому без спорта, я ребята, никуда.

Забираюсь на высоты без особого труда.

Со спортом нужно подружиться

Со спортом нужно подружиться.

Всем тем, кто с ним еще не дружен.

Поможет вам он всем взбодриться.

Он для здоровья очень нужен.

Ни для кого секрета нету,

Что может дать всем людям спорт.

Поможет всем он на планете

Добиться сказочных высот.

Спортивные люди

Спортивные люди – они так красивы.

В них столько энергии, бодрости, силы.

Ты хочешь на них быть хоть каплю похожим?

Лишь спорт тебе в этом отлично поможет!

Здоровье усилит, успехов прибавит.

От скуки, безделья тебя он избавит.

Поверь ты в себя и добейся высот.

О чем ты мечтал, даст тебе только спорт.

Про спорт

Пересилить себя и чего-то добиться,

Это в жизни любому должно пригодиться.

Спорт поможет любому выносливым быть.

Силу духа способен он всем укрепить.

Не ленитесь, весь день проводите в движенье.

Спорт поможет легко вам всем снять напряженье.

Подружитесь вы с ним- благодарность вас ждет.

Ведь к победам вас спорт так легко приведет.

Я расту достойной сменой

Я расту достойной сменой

Всем известнейшим спортсменам.

Я вынослив и здоров,

Мой ответ: всегда готов!

Я готов поотжиматься,

Приседать и кувыркаться.

Подтянуться я могу,

Обогнать всех на бегу.

И в футбол, в хоккей сыграть.

И на брусьях полетать.

Спорт – мой самый лучший друг

Удивляю всех вокруг

Я энергией своей.

Нет вокруг меня бодрей!

Я с детства очень спорт люблю

Я с детства очень спорт люблю.

Он приучил меня к порядку.

Я долго по утрам не сплю.

Я поднимаюсь на зарядку.

Затем пробежка и прыжки

И отжимания от пола.

Да, упражненья не легки,

Зато я бодрый и веселый.

Что такое спорт

Спорт – это жизнь. Это легкость движенья.

Спорт вызывает у всех уваженье.

Спорт продвигает всех вверх и вперед.

Бодрость, здоровье он всем придает.

Все, кто активен и кто не ленится,

Могут со спортом легко подружиться.

Спорт

Спорт- это не только увлеченье,

Но еще и долгий, тяжкий труд.

Только тех, не знает кто о лени,

Профи и спортсменами зовут.

Тренировки, матчи, пораженья

До предела, из последних сил.

За победу бурные сраженья.

Спорт в почете. Он всех победил!