

Зимние виды спорта

Чтоб здоровым быть сполна
Физкультура всем нужна.
Для начала по порядку -
Утром сделаем зарядку!
И без всякого сомненья
Есть хорошее решенье -
Бег полезен и игра,
Занимайся детвора!
Чтоб успешно развиваться,
Нужно спортом заниматься.
От занятий физкультурой
Будет стройная фигура.



Лыжный спорт



Приносит удовольствие нам бег
И просто, и, особенно, на
лыжах.

Мы – лыжники, когда в лесу
есть снег,
И бегуны, когда его уж нет.

Мотаем километры день за
днём,
Дыхание мы тренируем,
мышцы, волю.

Бывает, очень сильно устаём,
Но любим всё же лыжный
спорт до боли,

Горные лыжи



Деревянных два коня
Вниз с горы несут меня.
Я в руках держу две
палки,
Но не бью коней, их
жалко.
А для ускоренья бега
Палками касаюсь снега.

Биатлон



Очень трудно быть, не спорьте,
Самым метким в этом спорте.
Просто мчаться по лыжне
То под силу даже мне.
Сам попробуй бегать день,
А потом попасть в мишень,
Лежа навзничь, из винтовки.
Тут нельзя без тренировки!
А мишень тебе не слон.
Спорт зовётся ...

Хоккей



Там в латах все на
ледяной площадке
Сражаются,
сцепились в острой
схватке.

Болельщики кричат:
«Сильнее бей!»
Поверь, не драка
это, а — хоккей.

Конькобежный спорт



Металлических два
братца,
Как с ботинками срослись,
Захотели покататься,
Топ! — на лёд и
понеслись.
Ай, да братья, ай, легки!
Братьев как зовут? ...

Фигурное катание

На льду танцует
фигурист,
Кружится, как осенний
лист.
Он исполняет пируэт
Потом двойной тулуп...
Ах, нет!
Не в шубе он, легко
одет.
И вот на льду теперь
дуэт.
Эх, хорошо катаются!
Зал затаил дыхание.



Саный спорт

Помнишь
транспортное
средство:
Когда ты ещё был мал,
То ты папу для
удобства,
Как лошадку,
запрягал?



Спорт – это жизнь, это
радость, здоровье!

