



Очень важен спорт для  
всех.  
Он - здоровье и успех.

\*ЛЕТНИЙ БАЛ\*  
г. Кронштадт  
2015

Панкова Ксения 5 лет

Как только утром я проснусь,  
Присяду, встану и нагнусь-  
Красоту и пластику  
Дарит нам.....

(ГИМНАСТИКА)



До вздоха все отточены движенья.  
Сама - мила, прозрачна и легка;  
Но сколько в ней, упорства и  
стремленья,  
И живости, и сил, и огонька!

Чтоб успешно развиваться,  
Нужно спортом заниматься.  
От занятий физкультурой  
Будет стройная фигура.



Станем прямо, ноги шире,  
Мяч поднимем - три-четыре,  
Поднимаясь на носки.  
Все движения легки.

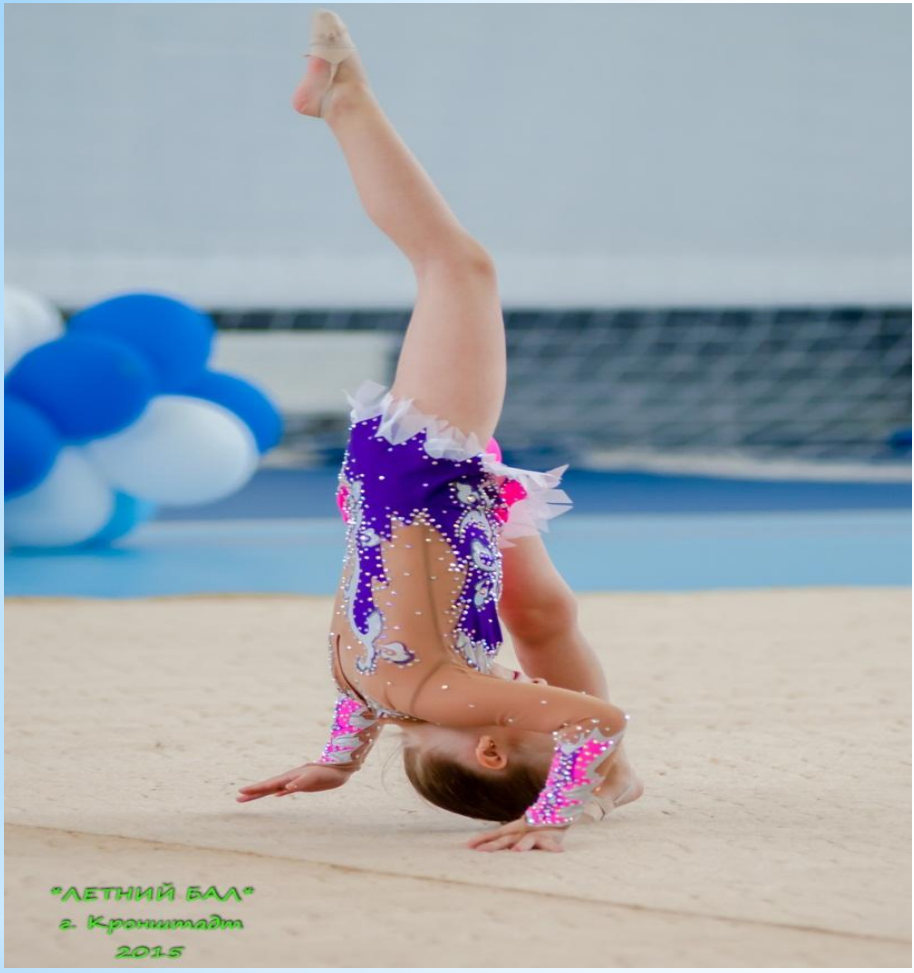
Нам полезно без сомненья  
Все, что связано с движеньем.  
Вот, поэтому, ребятки,  
Будем делать мы зарядку



**Труд, терпенье нам помогут  
Гибкость нам развить немного.  
Будем чаще наклоняться,  
Приседать и нагибаться.**

**Вот отличная картинка:  
Мы как гибкая пружинка!  
Пусть не сразу все дается,  
Поработать нам придется!**





Раз, два, три, четыре, пять -  
Начинаем мы вставать.  
Ну-ка, быстро - не ленись,  
На руки ты становись!

# А теперь, ребятки, отгадайте - ка загадки!

Я держу в руках 3 раза  
Призовую эту вазу.  
Ведь к победе я стремилась  
И трудом её добилась!

**КУБОК**



Что за лесенка такая-  
Не простая, призовая.  
На неё не просто встать-  
Нужно в спорте побеждать!

**ПЬЕДЕСТАЛ**

Этот знак не продают,  
А торжественно вручают.  
За спортивные успехи  
Им лишь лучших награждают!

**МЕДАЛЬ**







Нам вчера в спортивном зале  
Класс девчонки показали.  
Вряд ли кто-то из ребят  
Так же сядет на ...

**ШПАГАТ**

Не легко её добыть  
Надо лучшим в сорте быть.  
Только тем она даётся,  
До последнего, кто бьётся!

# ПОБЕДА

