Конкурсная работа

Номинация «Азбука здоровья»

МОУ «Кузнеченская СОШ»

Учитель русского языка и литературы

Автор: Кузнецова Тамара Васильевна

**«А»**

А начнём-ка мы с зарядки,

Рассчитайся по порядку,

Ноги врозь и плечи шире

По команде: «три-четыре»

**«Б»**

Браво шаг ускорим свой

По дорожке беговой,

Набираем скорость ловко,

Каждый день мы в тренировке.

**«В»**

Вот команду слышим: «Марш!»

Будем брать мы свой реванш,

Развиваем мышцы ног,

Что за чудо наш урок!

**«Г»**

Гандбол – игра крутая,

Задача непростая

Забросить мяч в ворота,

И смог ведь я, не кто-то

**«Д»**

Держу пари я смело:

Занятье спортом – дело,

Чтоб смелый стать, здоровым

И к службе быть готовым.

**«Е»**

Если спорт, то это бег

Поутру трусцой,

Это даже оберег

От житья с ленцой.

**«Ё»**

Ёжиться от холода –

Это не дело,

Давай-ка молодо,

Растирай тело!

**«Ж»**

Жить без спорта ну нельзя,

Это аксиома, друзья,

Выбирай своё направленье,

Принимай сегодня решенье.

**«З»**

Займись для начала разминкой,

Найди упражненье для спинки,

Чтоб стала осанка красивой,

И был бы итог счастливый.

**«И»**

И походка была чтоб легка,

И земля под ногою мягка,

Чтобы статью своей гордым быть

И примером хорошим слыть.

**«Й»**

Йогурт выпил – и за дело,

Чтоб здоровым было тело,

Душ холодный принимать,

Закаляться на все «пять».

**«К»**

Клюшку в руки – на каток,

Там азарт, движенье,

Ну такой ты «молоток»:

Играешь с упоеньем.

**«Л»**

Лыжи – стихия моя,

Стремглав лечу с горы,

Скачу откровенно я:

«Не надо другой поры».

**«М»**

Медленно, но упорно

К цели своей иди,

Всегда занимайся спортом,

Мечта тогда победит.

**«Н»**

Надо сказать, «Получится»,

Итог всегда впереди

Может, придётся помучиться,

Но верящий победит.

**«О»**

Откинув лень и праздность,

Дай отмашку мечтам,

Спорт – та великая важность,

Нужна она сильно нам.

**«П»**

Пауэрлифтинг – это красиво,

Мышцы смотрятся игриво,

Упорство в борьбе – славный то путь,

Но клятву спортсмена ты не забудь.

**«Р»**

Рекорд – это итог старанью,

Уменью, терпенью и созиданью,

Его посвящаем тренерам нашим,

Кто вместе с нами здорово «пашут».

**«С»**

Сила воли – то основа,

Что рождает стимул новый,

Ну, а спорт - тому подмога,

Служит он мечте предлогом.

**«Т»**

Труд и спорт – близнецы – братья,

Шагают по жизни рядом,

И будут тогда удачи объятья,

Если же ты в их отряде.

**«У»**

Ура! Физкультура,

Любимый предмет,

Здоровья культура,

Физкульт. ей привет!

**«Ф»**

Финиш! Он разный бывает,

Итог он подводит старанью,

Бывает, порой огорчает,

А может дать стимул желаньям.

**«Х»**

Хоть трудно бывает порой

К победе шагать – сквозь преграды,

Но двери усердью открой,

Получишь судьбы ты награды.

**«Ц»**

Цель ясна и упряма,

Пусть даже дорога терниста,

Шагай всегда только прямо,

Ведь в спорте должно быть всё чистым.

**«Ч»**

Чтоб в спорте чего-то добиться,

Надо так много трудиться,

В деле большом и малом

Усердия надо немало.

**«Ш»**

Шаг за шагом ловко

Тренируй сноровку,

Раз пятнадцать подтянись

И итогу улыбнись.

**«Щ»**

Щадить себя не надо,

Это лишь лени награда,

Планку поставь пристойную,

Чтоб был результат достойным.

**«Э»**

Это чудесно со спортом дружить,

Каждым прожитым днём дорожить,

Быть красивым в стремленье к успеху,

Всё ради здоровья, не на потеху.

**«Ю»**

Юниор живёт мечтой,

План мечты совсем простой:

Идти прямой дорогой,

Минуя судьбы пороги.

**«Я»**

Ярче, солнышко, свети,

Нам с тобою по пути,

Станем Родину славить делами,

Конечно, не без побед на татами.