

Движение – это жизнь!

Спорт для жизни очень важен:
Он здоровье всем дает.
Мы играем в баскетбол,
И футбол, и волейбол.
Мы зарядку делаем,
Приседаем, бегаем.
Очень важен спорт для всех.
Он – здоровье и успех..



Муниципальное бюджетное
учреждение культуры
Цимлянского района
«Центральная межпоселенческая библиотека»
Железнодорожный отдел

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ загадки для детей

Составитель: Чурекова Л.Ф. библиотекарь
Железнодорожного отдела МБУК ЦР «ЦМБ»
х. Железнодорожный ул. Советская 29,
тел:41-3-10.
Эл.адрес:churekovabib@yandex.ru



Он бывает баскетбольный,
Волейбольный и футбольный.
С ним играют во дворе,
Интересно с ним в игре.
Скачет, скачет, скачет, скачет!
Ну конечно, это... **(мячик)**



Рядом идут по снежным горам,
Быстрее помогают двигаться нам.
С ними помощницы рядом шагают,
Нас они тоже вперед продвигают.
(Лыжи и лыжные палки)



Воздух режет ловко-ловко,
Палка справа, слева палка,
Ну а между них веревка.
Это длинная... **(скакалка)**



Соревнуемся в сноровке,
Мяч кидаем, скачем ловко,
Кувыркаемся при этом.
Так проходят... **(эстафеты)**



Мы, как будто акробаты,
Делаем прыжки на мате,
Через голову вперед,
Можем и наоборот.
Нашему здоровью впрок
Будет каждый... **(кувырок)**



Мы физически активны,
С ним мы станем быстры, сильны...
Закаляет нам натуру,
Укрепит мускулатуру.
Не нужны конфеты, торт,
Нужен нам один лишь... **(спорт)**





Борьбу за выигрыш, признание
Зовем мы все... **(соревнованием)**



Выиграть в соревнованиях —
Это наше кредо.
Мы не требуем признания,
Нам нужна... **(победа)**



Победитель в спорт соревнованиях,
Впереди все время только он.
Как звучит, скажите, гордое
название?



Знают все, что это... **(чемпион)**



Я за лето сил набрался
И значительно подрос,
Спортом много занимался,
Пробежал легко я... **(кросс)**



На команды нас разбили
И дают задание.
Мы участвуем впервые
В спорт... **(соревнованиях)**



Спортивный снаряд этот — две жерди,
На стойке шарнирами прикреплены.
С ними сильным стану я.
Снаряд называется коротко — ...
(брусья)



Громко музыка играет.
Класс движенья выполняет.
Не просты движения,
Это упражнения.
Гимнастика под музыку
Оздоровляет нас.
Скажите-ка название
Ее мне дружно, класс! **(Аэробика)**





Ноги в них быстры и ловки.
То спортивные... **(кроссовки)**



Не было б в бегах победы,
Коль меня не мчали б... **(кеды)**



Подтянуться мне непросто,
Я же небольшого роста.
Знает каждый ученик,
Что подтянет нас... **(турник)**



На уроке с ним можно играть,
Катать его и вращать.
Он будто бы буква «О»:
Круг, а внутри — ничего. **(обруч)**



Кувыркаемся на нем,
Не беда, коль упадем.
Здесь валяться я так рад,
Потому что это... **(мат)**



Ноги и мышцы все время в
движении -
Это не просто идет человек.
Такие вот быстрые передвижения
Мы называем коротко — ... **(бег)**



Ноги, руки — все в движении,
Я ползу под потолок,
Мышцы — просто напряжение
—
Сам себя поднять я смог.
Подо мной постелен мат,
Вверх я влез. Помог... **(канат)**





Первый — прыг! Второй пошел.
А снаряд зовут... **(козел)**

В пол упираются две пары ног,
А сам он высокий, почти что с
меня.

Я оседлать его только что смог.
Мы прыгали классом через...
(коня)

Мяч в кольцо! Команде гол!
Мы играем в... **(баскетбол)**

Я в бассейне плыву,
Знаю, что не утону.

Плаваю я — высший класс! —
В стиле под названьем... **(брасс)**

Руки врозь, а ноги вместе.
Бег, потом прыжки на месте.
Рассчитались по порядку,
Вот и все — конец... **(зарядке)**

В них все видно под водой,
Смелее ты глаза открой,
Не попадет в них никогда
Из бассейна вода.
А если в речке их одеть,
То можно рыбок разглядеть,
Как плавают на дне рачки,
Посмотришь ты через... **(очки)**

По полю команды гоняют мяч,
Вратарь на воротах попался ловкач.
Никак не дает он забить мячом гол.
На поле играют мальчишки в...
(футбол)

