

Загадки о физкультуре

Я шагаю по квартире,
Приседаю: три-четыре.
И уверен твердо я-
С нею ждет успех меня
(Зарядка.)

Утром раньше поднимайся.
Прыгай, бегай, отжимайся.
Для здоровья, для порядка
Людам всем нужна... (Зарядка.)

Чтобы не был хилым, вялым,
Не лежал под одеялом,
Не хворал и был в порядке,
Делай каждый день... (Зарядку.)

Просыпаюсь утром рано,
Вместе с солнышком румяным.
Заправляю сам кровать,
Быстро делаю ... (Зарядку)

Раз, два, три, четыре, пять,
Нужно правильно дышать.
Здесь поможет нам сноровка,
Упражненье, тренировка. (Дыхательная гимнастика)

Хочешь ты побить рекорд?
Так тебе поможет... (Спорт.)

Чтоб большим спортсменом стать,
Нужно очень много знать.
И поможет здесь сноровка
И, конечно, ... (Тренировка.)

Я беру гантели смело -
Тренирую мышцы ... (Тела.)

Подружилась с физкультурой -
И горжусь теперь... (Фигурой.)

Стать сильнее захотели?
Поднимайте все ... (Гантели.)

Я люблю эту игру
По зелёному ковру
Мячик все гоняют,
Лупят и пинают.
Главное забить здесь гол!
Классная игра -(Футбол.)

Десять шустрых игроков
Кругляшку гоняют.
Двое юрких пареньков
Кругляшку хватают.
Палки длинные в руках.
Все мальчишки на коньках.
Ты ответь мне поскорей!
Что же за игра? -(Хоккей.)

Он лежать совсем не хочет.
Если бросить, он подскочит.
Чуть ударишь, сразу вскачь,
Ну, конечно – это ... (Мяч.)

Есть лужайка в нашей школе,
А на ней козлы и кони.
Кувыркаемся мы тут
Ровно сорок пять минут.
В школе – кони и лужайка?!
Что за чудо, угадай-ка! (Спортзал.)

Кто по снегу быстро мчится,
Провалиться не боится? (Лыжник.)

Есть ребята у меня
Два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих
Что за кони у меня? (Коньки.)