**Сборник стихов о спорте**

**Что такое спорт?**

Спорт – это жизнь, это легкость движенья.

Спорт вызывает у всех уваженье.

Спорт продвигает всех ввех и вперед.

Бодрость, здоровье он всем принесет.

Все, кто активен и кто не лениться,

Могут со спортом легко подружиться.

**Спорт.**

Спорт – это не только увлеченье,

Но еще и долгий тяжкий труд.

Только тех, не знает кто о лени,

Профи и спортсменами зовут.

Тренировки, матчи, пораженья

До предела из последних сил.

За победу бурные сраженья.

Спорт в почете – он всех победил!

**Я с детства очень спорт люблю.**

Я с детства очень спорт люблю.

Он приучил меня к порядку.

Я долго по утрам не сплю,

Я поднимаюсь на зарядку.

Затем пробежка и прыжки,

И отжимание от пола.

Да, упражненья не легки,

Зато я бодрый и веселый.

**Я расту достойной сменой.**

Я расту достойной сменой всем известнейшим спортсменам.

Я вынослив и здоров, мой ответ всегда готов!

Я готов поотжиматься, приседать и кувыркаться.

Подтянуться я могу, обогнать всех на бегу.

И в футбол, в хоккей сыграть, и на брусьях полетать.

Спорт – мой самый лучший друг.

Удивляю всех вокруг я энергией своей.

Нет вокруг меня бодрей!

\*\*\*

Пусть спортивные рекорды

Не стареют никогда!

Пусть их бьют почаще в спорте,

Вы со мной согласны?Да!

\*\*\*

Мы за битвы и сраженья.

За спортивный дух побед.

Мы за горечь пораженья

Только в спорте! В жизни – нет.

\*\*\*

Да здравствуют сетки, мячи и ракетки,

Зеленое поле и солнечный свет!

Да здравствует отдых! Борьба и походы!

Да здравствует радость спортивных побед!

**Спорт не любит ленивых.**

Спорт не любит ленивых, тех, кто быстро сдается.

Ненадежных, трусливых – он над ними смеется.

Благосклонен он очень к тем, кто духом силен

.И победы дарует лишь выносливым он!

**Спорт для жизни очень важен**

Спорт для жизни очень важен. Он здоровье всем дает. На уроке физкультуры Узнаем мы про него. Мы играем в баскетбол, И футбол, и волейбол. Мы зарядку делаем, Приседаем, бегаем. Очень важен спорт для всех. Он – здоровье и успех. Зарядку делаем с утра — Здоровы будем мы всегда.

**Я стать хотел бы силачом**

Я стать хотел бы силачом,  
Чтоб с места сдвинуть шкаф плечом.  
Я стать хотел бы силачом,  
Чтоб гири были нипочём,  
Чтобы чугунные шары  
Мне пригодились для игры,  
Чтоб свои мускулы едва  
Я смог протиснуть в рукава…  
Тогда б сказал я: «Драчуны!  
Вы слабых трогать не должны.  
Предупреждаю подобру:  
Я под защиту их беру!»

*М. Пляцковский*

**Футбол**

В понедельник в нашей школе  
Мы «болели» на футболе.  
Мы кричали что есть силы:  
— Гол! Ура! Мы победили!  
Мы на музыке не пели —  
Голоса у нас хрипели.  
На английском мы молчали  
И урок не отвечали.  
Говорили еле-еле —  
Нас учителя жалели.  
Только к будущей неделе  
Мы опять все «заболели» —  
И кричали что есть силы:  
— Гол! Ура! Мы победили!

*Л. Огурцова*

**Раз! Два!**

Мы зарядкой заниматься  
Начинаем по утрам.  
Пусть болезни нас боятся,  
Пусть они не ходят к нам.

Раз – два,  
Шире шаг!  
Делай с нами так!

Широко раскинул ветки  
Возле дома старый клён.  
Выгнул спину кот соседкин –  
Физкультуру любит он.

Раз – два,  
Шире шаг!  
Делай с нами так!

Птица крылья расправляет,  
Просыпаясь на заре.  
Мишка лапы разминает  
У берлоги на ковре.

*В. Викторов*

**Прыжок в воду**

Сегодня прыгнуть в воду с вышки  
Хочу, ведь это просто блеск!  
Прыжок, полёт — и будет слышен  
При входе в воду громкий всплеск.

Но только с вышки вниз смотрю я,  
Так сразу мне не до глубин.  
И вниз я прыгать не рискую.  
Пойду-ка лучше на трамплин!

Но и трамплин великоватым  
Сегодня показался мне,  
С него мне как-то страшновато  
Пойти навстречу глубине.

Я прыгну с бортика бассейна,  
Уж это сделаю легко!  
Прыжок, полёт… Уж я уверен,  
Что здесь не будет высоко!

Не всё ль равно, откуда прыгну?  
А так — недалеко лететь.  
Ведь всё равно — полёт и брызги,  
Все будут на меня смотреть…

А, может, прыгать мне не стоит  
И в воду просто так сойти?  
Зато ничто не беспокоит,  
Ведь нет удобнее пути!

*А. Монвиж-Монтвид*

**Про чемпионов**

Чтобы прыгнуть метра на два,  
Разогнаться мощно надо,  
Оттолкнуться, что есть силы  
И над планкою взлететь,  
Приземляетесь красиво –  
Будет публика реветь!

Будут вам тогда букеты,  
Поцелуи и приветы,  
У экрана ваша мама  
Со щеки слезу сотрёт.

Что, согласны? Значит, прямо  
Вот сейчас в спортзал – вперёд!

Чтоб до этого лет двадцать  
Каждый день тренироваться  
Вместо компа и кино.  
Стрёмно? То-то и оно…

*О. Бундур*

**Поход**

Собираемся в поход,  
С нами дедушка идет.  
Он спортсмен отважный,  
Поможет и подскажет.

— Что же взять с собой в поход?  
— Слушайте сюда, народ:  
Котелок, рюкзак, палатка —  
И будет все в прядке.

В рюкзак мы сложим вещи:  
Два пледа, свитера,  
Носки, штаны, рубашки  
И спички для костра.

Положим еще миски  
И кружки для воды,  
И соль мы не забудем,  
И вкусненькой еды.

В походе ведь все вкусно:  
Картошка из костра,  
Сардиночка из банки,  
Коль свежая она.

А хлеб посыпать солью…  
И свежий огурец…  
Потом лучком закусим —  
И сыты наконец.

Возьмем с собой мы котелок  
И сварим в нем кулеш —  
Такого угощения  
В квартире ты не съешь.

И вот мы всё собрали  
И вышли со двора.  
И до угла за нами  
Бежала детвора.

Мы вышли за околицу  
И поле перешли.  
Уверенной походкою  
Мы километр прошли.

Потом мы стали отставать —  
Ведь мы же новички.  
И пятки розовые нам  
Натерли башмачки.

— Привал! — сказал наш дедушка.  
Мы сели отдохнуть,  
Стоб бодрыми, веселыми  
Продолжить дальше путь.

Нас спас рюкзак:  
Там кеды были,  
С собой их взять  
Мы не забыли.

А в кедах легче нам идти  
С веселой песней по пути.

Мы забрались на гору высокую,  
Переплыли мы речку широкую,  
По тропинке лесной мы прошли.  
И корзину малины нашли.

Научились мы плавать, нырять  
И зверей по следам узнавать.  
Мы узнали, где север, где юг —  
Научил нас всему старший друг.

Старший друг- это дедушка наш.  
И не старый он, а молодой.  
Веселится, как маленький, с нами,  
Хоть уже и немножко седой.

Он многое знает, умеет  
И любит он очень нас.  
А мы ему посвящаем  
Поэтический свой рассказ.

Вышли к вечеру мы на поляну  
И решили, что здесь отдохнём,  
Ужин сварим, поставим палатку  
И, укутавшись в пледы, заснём.

Какую же вкусную кашу  
Сварил на костре наш дед!  
Теперь мы и дома попросим  
Его готовить обед.

А после мы звезды считали  
Ислушали шум ветвей.  
— Ты, дедушка, под гитару  
Нам песню пропой скорей.

Так радостно и уютно  
Сидеть нам втроем у огня.  
И звезды нам светят ласково,  
Исердце поет у меня.

И вот мы забрались в палатку —  
Маленький домик наш.  
А дедушка днем научил нас  
Из веток строить шалаш!

Дед пахнет дымом от костра  
И веточкой сосны,  
И мы в палатке до утра  
Смешные видим сны.

А утром ранним мы проснулись  
И встретили рассвет.  
Мы солнцу вместе улыбнулись  
И крикнули:  
— Привет!

Весь день мы наслаждались  
И солнцем, и рекой…  
А вечером, довольные,  
Вернулись мы домой.

*Н. Яковлева*

**Посвящение тренеру**

Спортсмены возникают, вырастая  
Из тренера, как ветви из ствола.  
Час грянул! Чемпион на пьедестале!  
А тренеру негромкая хвала.

К нему подходят, руку жмут до хруста:  
«А твой-то, твой!  
Спортменище!  
Орёл!»

А тренер головой кивает грустно –  
Как будто потерял – не приобрел…

Как будто помогал ему Всевышний…  
Как будто не исполнилась мечта…  
И кажется обыденной, привычной  
Невиданная эта высота…

Его питомец замер, задыхаясь  
В сиянье золоченого венца…  
Вновь тренеру – теряя, чертыхаясь –  
Вести по жизни нового юнца.

Вновь чувствовать, что в молодость вернулся,  
Шептать неулыбающимся ртом:  
«Ты выиграешь!  
Только не волнуйся!»

И знать,  
что под рукою валидол…

*Р. Рождественский*

**Перестарался**

Пятый «А» и пятый «Б»  
На футбольном поле…  
Номер «Восемь» в пятом «Б» —  
Семицветов Коля.

Вот он мяч перехватил,  
Пас отдал… и снова  
Он выходит на один  
С вратарём Петровым!!!

На трибунах шум и крик,  
Радость и волненье…  
Семицветову несут  
Воду и печенье!

Вот опять пошла игра…  
Что есть силы Коля,  
Обгоняя игрока,  
Мчится к центру поля…

Мяч «на грудь берет» … «носком»…  
Бьёт «подъёмом» … «крутит»…  
И гудят трибуны: «ГОООЛ!!!»  
На восьмой минуте.

За ошибку вратаря,  
Школьникам на диво,  
С «углового» Коля бьёт  
«Лист сухой» красиво.

Коля — здесь и Коля — там,  
С ним его Фортуна…  
Вот свисток арбитр дал,  
Но… молчат трибуны.

На табло «ДВА — ДВА», ничья…  
Лишь доволен Коля:  
Ведь четыре гола все  
ОН(!) забил на поле!

*М. Серова*

**На утренней зарядке**

Лентяи – поросятки  
Не делали зарядки  
И стали неуклюжи,  
Не вылезут из лужи.  
Никак,  
Никак,  
Никак!

Теперь самим досадно,  
Что бегают нескладно,  
Что стали так неловки,  
Что прыгать нет сноровки.  
Хрю – хрю,  
Хрю – хрю,  
Хрю – хрю!

А наши – то ребятки  
На утренней зарядке  
Все делают, как нужно,  
Шагают в ногу дружно.  
Вот так,  
Вот так,  
Вот так!

Умеют все ребятки  
С носочков встать на пятки,  
Вздохнуть и подтянуться,  
Присесть и разогнуться.  
Вот так,  
Вот так,  
Вот так!

*М. Ивенсен*

**На уроке физкультуры**

Кто велел Андрею с Люсей  
Делать ласточку на брусьях?  
Как залезть сумела Зина  
В баскетбольную корзину?  
Словно в цирке шесть ребят  
На одном кольце висят!  
На бревне танцует Юра,  
Что кричит — не слышу.  
Наш учитель физкультуры  
На минутку вышел.

*Е. Дюк*

**На коньках**

Фигурное катанье на коньках  
Похоже на витанье в облаках.  
Похоже на стремительный полёт,  
Как будто всюду небо, а не лёд.  
И трудно после этого ногам  
К своим же приучаться сапогам.

*Г. Дядина*

**Мой стиль плавания**

В плаваньи немало стилей,  
Как известно, может быть.  
Надо, чтобы все решили,  
Как дистанцию проплыть.

Всех быстрей, конечно, вольный  
(По другому — это кролль).  
Быстро им плывёшь, довольный,  
Как какой-нибудь король!

Как же выглядит красиво  
Плавать стилем баттерфляй!  
Словно бабочка, игриво  
Над волной легко порхай!

Попотеть, конечно, нужно,  
Чтобы плавать стилем брасс.  
Поплывёшь им, как лягушка,  
Ощущенья — просто класс!

А ещё, ребята, можно  
Просто плавать на спине.  
Если будешь осторожным,  
Не окажешься на дне!

Но пока я, как мечтаю,  
Не освоил кролль и брасс,  
Стилям всем предпочитаю  
Просто надувной матрас!

*А. Монвиж-Монтвид*

**Мама-болельщица**

Я занимаюсь боксом,  
Я увлекаюсь боксом,  
А мама уверяет,  
Что дракой я увлекся

— Беда!— вздыхает мама.—  
Я так удручена,  
Что вырастила сына я  
Такого драчуна!

Я маму звал  
В боксерский зал,  
Она мне отказала.  
— Нет,— говорит,— я не могу,  
Я убегу из зала!—

И заявила прямо:  
— На бокс смотреть противно!  
Я говорю ей:— Мама!  
Ты мыслишь не спортивно!

Вот предстоит мне первый бой,  
Мне так нужна победа,  
Противник мой привел с собой  
Двух бабушек и деда.

Явилась вся его родня,  
Все за него, против меня.

Он видит всю свою семью,  
Поддержку чувствует в бою,  
А я расстроен! Я сдаю!

А защищать мне нужно честь  
Школьников Рязани.

Вдруг вижу — мама,  
Мама здесь!  
Сидит спокойно в зале,  
Сидит в двенадцатом ряду,  
А говорила — не приду!

Я вмиг почувствовал подъем —  
Сейчас противника побьем!  
Вот он при всех ребятах  
Запутался в канатах.

— Ну, как я дрался? Смело?—  
Я подбегаю к маме.  
— Не знаю,— сидела  
С закрытыми глазами.

*А. Барто*

**Лыжники**

Вьюга,  
Вьюга,  
Вьюга,  
Вьюга.  
Не видать  
Совсем друг друга,  
Мерзнут щеки  
На бегу,  
Перегоним  
Мы пургу!  
Все быстрей  
Мелькают лыжи,  
Цель все ближе,  
Ближе,  
Ближе,  
Через ельник,  
Сквозь кусты,  
С перевала,  
С высоты.  
Нет для лыжников  
Помех.  
Кто домчится  
Раньше всех?  
По дороге  
Белой  
Смело,  
Смело,  
Смело  
Мы несемся  
Вперед.  
Пусть опасен  
Поворот,  
Пусть тропинки  
Узки,  
Очень круты  
Спуски,  
Тяжелы  
Подъемы, —  
Скорость  
Не сдаем мы!  
Ввысь и вниз  
Вихрем мчись!  
Ель, сосна,  
Посторонись!  
Пусть свирепствует  
Мороз —  
Состоится  
Лыжный кросс!

*Г. Дядина*

**Летняя физкультурная**

Золотым, горячим светом  
Солнце брызнуло на нас,  
На лужайке тёплым летом  
Физкультура началась.

Ну-ка, обруч покатаем,  
Он – от нас, а мы – за ним,  
Поспеваем, подгоняем,  
Только падать не дадим!

Через прыгалки поскачем  
По дорожке далеко.  
Не сумел бы даже мячик  
Так подпрыгнуть высоко.

Мы на солнце загорели,  
Стали все, как шоколад,  
Даже мамы еле-еле  
Узнают своих ребят.

*О. Высотская*

**Коньки**

По скрипучему льду  
На коньках прокачусь…  
Поскользнусь… упаду…  
Ничего… Научусь!

*Л. Яковлев*

**Каток**

Люблю кататься на катке  
В расшитом блестками платке!  
Сиять улыбкой глаз и губ!  
И выполнять тройной тулуп!

То задом ехать, то бочком!  
Вращаться бешеным волчком!  
На повороте, на витке  
Люблю подпрыгнуть на катке!

А приземлившись, вновь скольжу  
Вперед к зигзагу-виражу!  
И пусть каток совсем не тот,  
Где ждет тебя зеркальный лед.

Асфальт укладывает он  
И весит пару-тройку тонн.  
Но очень дорог мне каток,  
Как свежий воздуха глоток!

И летом в жаркие деньки  
Он заменяет мне коньки!

*Г. Дядина*

**Зверюшкин спорт**

На площадке на спортивной  
Целый день шурум-бурум:  
В баскетбольную корзину  
Три жирафа, три верзилы  
Мяч кидали поутру.

Шум стоял на всю округу,  
Так что даже сонный слон,  
Прихватив с собой подругу,  
К солнцем залитому кругу  
Прибежал на стадион.

Кенгурята ввысь взлетали,  
Прыгая с большим шестом;  
Обезьяны шар из стали,  
Как большой кокос, метали  
Своим выгнутым хвостом.

Кабанята мяч пинали:  
Попадая в створ ворот,  
Так пронзительно визжали,  
Что совсем не замечали,  
Как проснулся бегемот.

Бегемот – штангист известный,  
К штанге молча подошёл,  
Отхлебнул водицы пресной,  
Подмигнул зайчатам местным,  
И рекорд свой превзошёл;

Грозный лев с косматой гривой  
Был арбитром с давних лет.  
Взял он в пасть свисток визгливый,  
Свистнул малышне пугливой,  
Приглашая на обед;

Звери в две шеренги встали  
Сзади сетчатых ворот  
И купаться побежали,  
И ныряли, и визжали…  
Что за чудо этот спорт!

*В. Вин*

**Зарядка**

По порядку  
Стройся в ряд!  
На зарядку  
Все подряд!

Левая!  
Правая!  
Бегая,  
Плавая,  
Мы растем  
Смелыми,  
На солнце  
Загорелыми.

Ноги наши  
Быстрые,  
Метки  
Наши выстрелы,  
Крепки  
Наши мускулы  
И глаза  
Не тусклые.

По порядку  
Стройся в ряд!  
На зарядку  
Все подряд!

Левая!  
Правая!  
Бегая,  
Плавая,  
Мы растем  
Смелыми,  
На солнце  
Загорелыми.

*А. Барто*

Стихи о спорте для маленького человечка – это только первая ступень на следующий уровень. Благодаря таким произведениям ребенок станет полностью понимать, какой вид спорта ему по душе.

Нужно рассказать малышу о том, что все дается нелегко и не сразу. Должно пройти некоторое время, чтобы у вашего чада начало что-нибудь получаться. Каждый стих несет в себе только положительные эмоции. Даже самый короткий стишок подразумевает собой очень глубокий смысл. Ребенок может много фантазировать по этому поводу. Расскажите ему, что спорт – это очень хорошо! Скажите ребенку, что он вырастет большим и сильным, ведь именно этого и хотят дети. Также, данные стихотворения развивают в малыше некую ответственность. Если детеныш хочет заниматься спортом, ему необходимо ходить на тренировки и стараться делать все наилучшим образом.

Стихи о спорте пишутся для того, чтобы молодое поколение развивало свой дух и тело. Даже самые простые слова, которые подбирает автор, имеют огромное значение. Ребенок очень хорошо умеет читать главные мысли «между строк». Даже если вам кажется, что произведение написано в виде развлекательного характера – поверьте, это совершенно не так. Ребенок сам прекрасно понимает, что в любом начинании ему придется нелегко, но он знает, что родители всегда смогут его поддержать в трудную минуту. Такие произведения стимулируют маленького человека становиться лучше.

Если нужно учить стихотворения наизусть, то это еще и большой плюс к развитию долгосрочной памяти у ребенка. Расскажите ему о том, что даже один маленький стишок может помочь ему добиваться своей мечты. В большинстве произведений описывается нелегкий путь спортсмена, но занятие по душе помогает стремиться к лучшему. Также, стоит отметить, что занятие спортом – это железная дисциплина. Скажите малышу, что он самостоятельно сможет создавать свой график на весь день, как это делают взрослые. Это очень непростое занятие, но ребенок будет очень увлеченно этим заниматься и выполнять все пункты по плану.

Все родители хотят, чтобы их чадо было разносторонне развито. Приобщить ребенка к занятию спортом можно, но будет ли это ему нравится? Стихи о спорте являются некой мотивацией для детей. Для того чтобы малыш с охотой начал заниматься каким-либо видом спорта, ему следует прочесть много стишков. В каждом произведении описываются все плюсы, которые дите сможет приобрести. Подайте ребенку информацию правильно, и вы не сможете налюбоваться на то, что малыш самостоятельно выбрал здоровый образ жизни. Не давите и не гоните его с принятием решения. Ребенок самостоятельно вам скажет о том, чем он хочет заниматься после прочтения таких произведений.