

Edyta Pawlak

## ***Elementarz sportowy***

Każde dziecko o tym wie:  
Chcesz być zdrowy – ruszaj się!  
Sport to bardzo ważna sprawa.  
Są reguły, jest zabawa.  
Jest dyscyplin co nie miara,  
część z nich nowa, a część stara.  
Od wędkarstwa, sztuk łowieckich,  
od antycznych igrzysk greckich,  
poprzez dzieje, poprzez lata  
aż do współczesnego świata.  
Każdy znajdzie coś dla siebie  
Sprawdź, co dobre jest dla ciebie.  
Może rolki, koszykówka,  
rower, piłka lub siatkówka,  
szachy, judo czy pływanie  
taniec, skoki, żeglowanie  
biegi, sanki i łyżwiarstwo,  
hokej, snowboard czy narciarstwo?  
Może tenis lub karate?  
Namów mamę, siostrę, tatę.  
Również dla twojego brata  
dobrodziejstwa sportów świata:  
refleks, sprawność, orientacja,  
walka i rywalizacja.  
Ważna jest też ta zasada  
(to zaleta jest, nie wada):  
nie są ważne tu medale,  
lecz jak ćwiczysz – czy wytrwale,  
czy szanujesz przeciwnika.  
Jaki jesteś, stąd wynika!  
Sport nauczyć może wiele.  
Zdrowy duch jest w zdrowym ciele,  
a z wszystkiego jedna racja:  
górną sport i rekreacja!

