

# СОДЕРЖАНИЕ

ТУРНИК  5

ДОБРЫЕ ДЕЛА  7

СКАЗКА ПРО МУДРОГО КОТА  8

БАБУШКА И ВНУК  12

ДЕТСКАЯ ПЛОЩАДКА  13

ДЕТСКИЙ САДИК — МОЙ ДОМ  20

ПОЧЕМУЧКА  23

КОРОЛЕВА КОТЛЕТ  26

ПУСТЬ ВСЕМ БУДЕТ ЛУЧШЕ  30

КАК В ЖИЗНИ БОРОТЬСЯ  32



# ТУРНИК

Дедушке Славе и Серёже

Мне повесили турник.  
Висеть на нём я не привык.  
Ноги подгибаются,  
Пальцы разъезжаются.  
Я тянусь, но нету сил,  
Губы нервно закусил.  
И пыхчу, пыхчу, пыхчу,  
Подтянуться вверх хочу.  
Покраснел, как помидор,  
И, боясь навлечь позор,  
Подбородком зацепился –  
Не сорвусь, я убедился.  
И, вися на бороде,  
Как сосиска на жерде,  
Вспо-о-омнил я, как булки ел,  
Бегать с дедом не хотел,  
На зарядку не вставал,  
Физкультуру пропускал.

Попытался я качнуться –  
Хоть бы разик подтянуться.  
Наблюдая все с дивана,  
«Ра-а-аз», – сказала строго мама.

Ждал напрасно я от мамы  
Окончания программы  
И упал на мат без сил:  
Верно, я для спорта хил.

Дед захохотал: «Что за смена,  
Времена прошли спортсменов!  
Заниматься надо, внук,  
Труд и спорт – твой верный друг!»





Дед запрыгнул на турник,  
Как прилежный ученик,  
С лёгкостью, без лишних фраз  
Подтянулся ДЕСЯТЬ раз.

Стало стыдно мне, поверьте,  
Деду – семьдесят, мне – десять,  
А как будто я старик,  
К турнику я не привык!

И, проснувшись утром бодро,  
На турник залез я гордо.  
Начал я тренироваться,  
Сил и духу набираться.

Папы, помогайте детям!  
Ваш пример – лучший на свете!  
Тренируйтесь вместе дружно,  
Объясните: делать нужно  
И зарядку, и разминку,  
Упражнения для спинки,  
Приседать и отжиматься,  
Ежедневно закаляться...

Знайте, дети: СПОРТ – ваш друг!  
В здоровом теле – здоровый дух!

# ДОБРЫЕ ДЕЛА

Бабушке Сене



Воробей сидел на ветке,  
Ёжился от холода,  
В этот год зима сурова,  
Погибал от голода.

Вдруг окошко приоткрыла  
Маленькая Сонюшка,  
Ручку птичке протянула,  
А в ладошке – зёрнышко.

– На, воробушек, покушай,  
Принесла я зёрнышко.  
Ты совсем продрог на стуже:  
Зимой мало солнышка.

– Закрывай окошко, Соня,  
А то вдруг замёрзнешь.  
Видишь, вьюга завывает,  
А ты птичек кормишь!

– Мама, что ты, дорогая,  
Пусть метели веют,  
Меня добрые дела  
Очень сильно греют!

Помогайте, детки, птичкам:  
Стройте им кормушки!  
Ведь на улице зимой  
Не летают мушки.



# СКАЗКА ПРО МУДРОГО КОТА

Папе и дяде Вите

Как-то раз в одной деревне  
Бабка рано встала  
И коту ленивцу Ваське  
Строго наказала:

«Ты лови мышей мне в доме —  
Греешься на солнце,  
Мыши съели все запасы:  
Рис, пшено на донце.

Обнаглели, распустились  
И стыда не знают,  
Хлеб погрызли, сыр украли:  
Нас не уважают.

Коль не словишь мне до завтра  
Всех мышиных тварей,  
Прогоню жить на чердак,  
Молока не дам я».

Ночь пришла, легла бабуся,  
Спит в кровати томно,  
А Василий несёт службу —  
Караулит дом он.

Вдруг в углу за печкой старой  
Дверка отворилась  
И, почёсывая пузик,  
Мышка появилась.





На задние лапки встала плутовка,  
На хлеб под салфетку прыгнула ловко,  
Крошки поела, набрала зерна  
И потихоньку в нору понесла.

Васька за хвост мышку схватил,  
Мышка рванула что было сил...  
Кот на охоте силен и не прост –  
Крепко держал он мышку за хвост.

Мышь запищала, стала молить:  
«Маленьких деток мне надо кормить!  
Тебе повезло – тебя кормят люди,  
Пищу тебе приносят на блюде.

Мне же приходится всё воровать.  
Как по-другому семью содержать?  
Лень мне по полю зёрна искать,  
Ночью у бабки легче забрать.

Воровать – это плохо! С этим не спорю.  
Зёрна краду я – и это не скрою.  
Но маленьких сереньких десять мышат  
Ждут свою маму и кушать хотят».

Наш Васька был добрый, отзывчивый кот,  
Продумывал планы он все наперёд:  
Он сделает так, чтобы мышка не крала,  
А бабка его за мышей не ругала.

