

□ **Весёлая**

□ **зарядка!!!!**



ВСТАНЬТЕ ДЕТИ НА
ЗАРЯДКУ!
ПОТЯНИТЕСЬ
СЛАДКО – СЛАДКО,
ПОТЯНУЛИСЬ,
ПОТЯНУЛИСЬ
ПОТЯНУЛИСЬ И
ПРОСНУЛИСЬ!



**Как солдаты мы
шагаем
И колени
поднимаем.
Левой- правой,
аты – баты,
Левой – правой,
как солдаты.**



Руки в боки и
присели,
На пенечке
посидели,
Встали – сели,
Встали – сели!



А теперь,
встаем на
пятки,
Будем топать,
как лошадки.

Цок – цок,
Цок – цок.

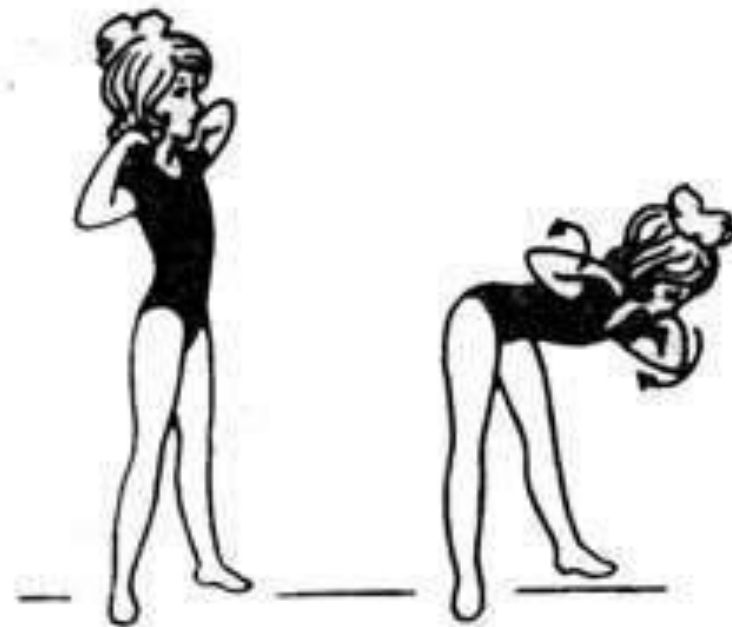


**Встали
прямо, ноги
вместе,
И запрыгали
на месте.
Как зайчата
скок – скок,
Прыг – скок,
прыг – скок.**

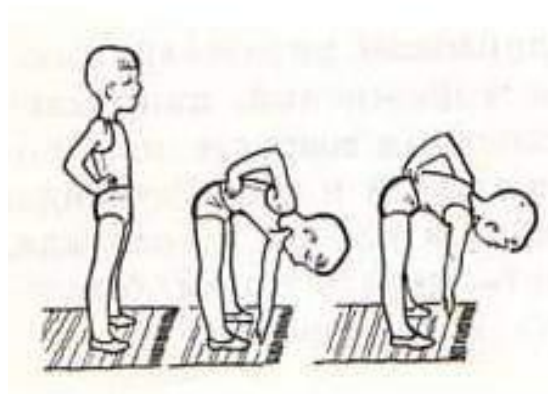


**Руки в боки,
ноги врозь,
Так работает
насос.**

**Влево –
вправо, кач
– кач,
Влево –
вправо, как
калач.**



**Руки кверху
поднимаем,
Ноги прямо –
не сгибаем.
Наклонились,
как смогли,
Тянем руки
до земли.**



**Снова руки
поднимаем.
Руки, ноги не
сгибаем.
Будем
кланяться опять
И до пола
доставать.**



**Выпрямились,
руки в боки
И запрыгали с
прискоком.
Скок – скок, прыг
– прыг,
Скок – скок, прыг –
прыг.
Прыг – прыг, скок
– скок,
Прыг – прыг, скок
– скок**



**Выровнялись,
Посмотрели
друг на друга!**

**Кто активно
занимался?**

**Был
внимательным
, старался,**

**Может сам
себе
похлопать,**

**Посмеяться и
потопать!**





**ЗДОРОВЬЕ
В ПОРЯДКЕ —
СПАСИБО ЗАРЯДКЕ!**

