



Физминуткаяс коми урокъяс вылын.

# Лыддьöдлана физзарядка-1.



Чеччам чöла –  
шум ни зык.  
Вöчам тадзи:  
ÖТИК –КЫК  
ÖТИК –КЫК , ÖТИК  
–КЫК.  
Вöчам тадзи:  
ÖТИК –КЫК.

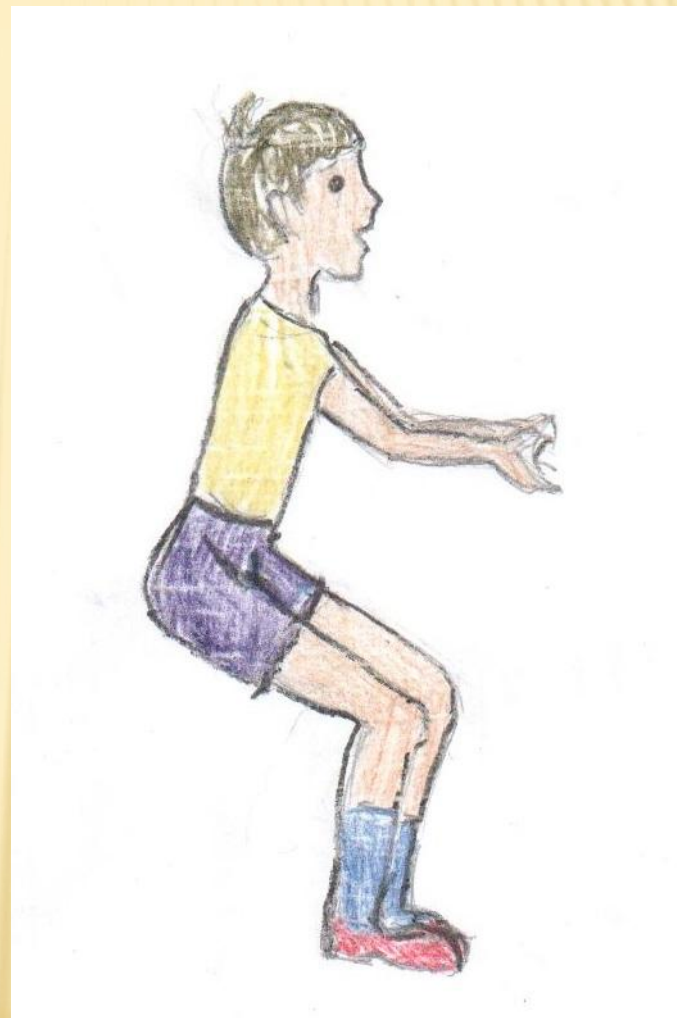
Коскӧ пуктам  
кыкнан ки,  
Недыр  
чеччалыштам  
ми,  
Медым ньӧти  
мудз эз коль:  
куим – нӧль,  
куим – нӧль.  
Медым ньӧти  
мудз эз коль:  
куим – нӧль,  
куим – нӧль.





Ўні лолыштамой  
пыдодз,  
Кияс шевкнитламой  
быдён,  
Ме ног, челядь,  
вочой вай:  
Вит и квайт, вит и  
квайт.  
Ме ног, челядь,  
вочой вай:  
Вит и квайт, вит и  
квайт.

Кияс  
нюжодамөй  
тадзи,  
Сэсса  
лажыньтчамөй  
надзөн.  
Сувтам: сизим и  
көкъямыс.  
Бара  
лажыньтчамөй  
надзөн,  
Сувтам: сизим и  
көкъямыс.

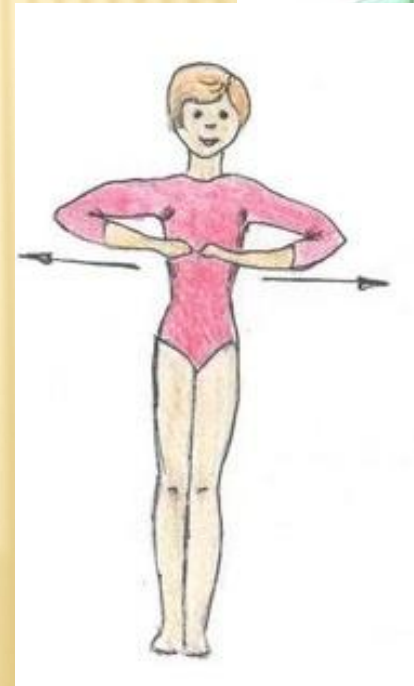




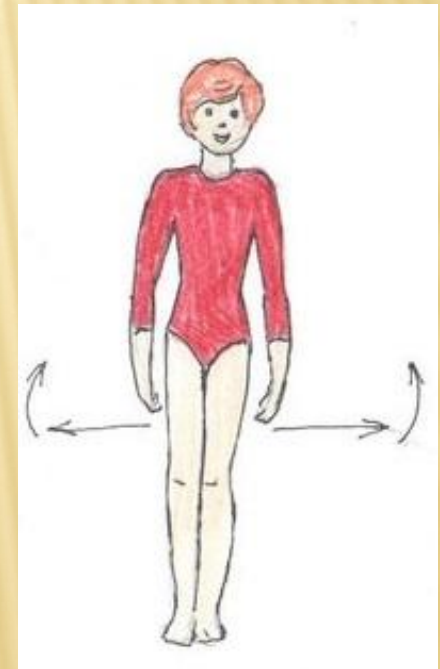
Физзарядка  
вöчам водзö,  
Киöн  
судзöдчылам  
джоджöдз.  
Молодечьяс, ай  
да класс,  
Помаламöй:  
öкмыс – дас,  
öкмыс – дас.  
Помаламöй:  
öкмыс – дас,  
öкмыс – дас.

# Лыддьöдлана физзарядка

Öти –кык,  
куим – нёль  
Коз пу йылö  
öшйис коль.



Ёна жö нин  
пöльтчис  
Ыргöн  
кöлöкöльчик.





Вывті ёна  
радлө ур,  
Төвбыд  
сылы  
лоас нур.



**Молодечьяс!**

**Аттьö.**

Коми кыв вылын физминуткаяс  
дасьтіс

Бажукова Елена Вильевна, коми кыв  
да литература велӧдысь.