

Физкультурная минутка



Раз - подняться,
потянуться,



Два - нагнуть,
разогнуться,



Три - в ладоши,
три хлопка,



Головою при кивка.



На четыре - руки
шире,



Пять - руками
помахать,



Шесть - на место
тихо сесть.



Раз - подняться, потянуться,
Два - нагнать, разогнуться,
Три - в ладоши, три хлопка,
Головою три кивка.

На четыре - руки шире,
Пять - руками помахать,
Шесть - на место тихо сесть.

