

РАЗМИНКА



Каждый раз на физкультуре делаем разминку

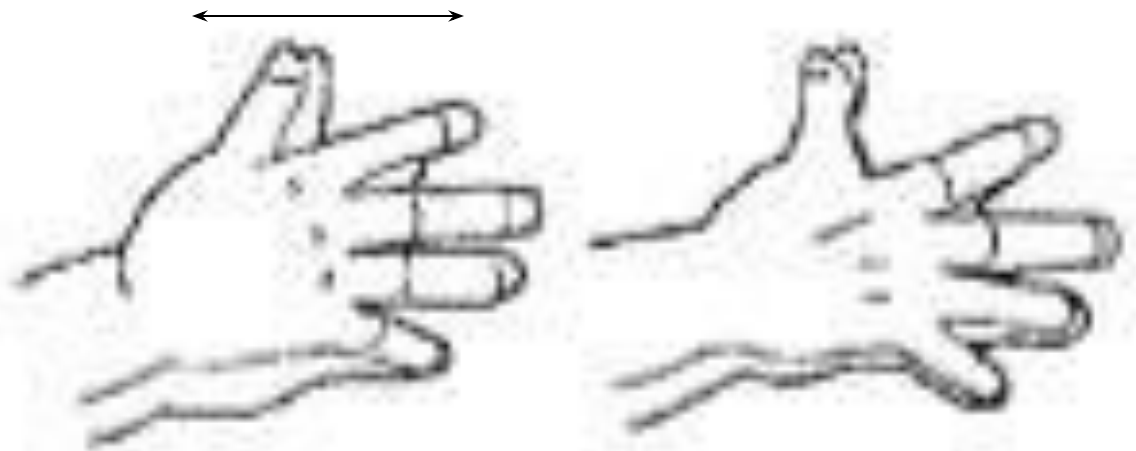
Очень нравится нам делать по порядку:

Весело шагать, весело шагать,

Ручки поднимать, ручки опускать



Зайке холодно сидеть,
Надо лапоники погреть,
Вот так, вот так,
Надо лапоники погреть



Зайка серенький сидит
И ушами шевелит.
Вот так, вот так,
И ушами шевелит

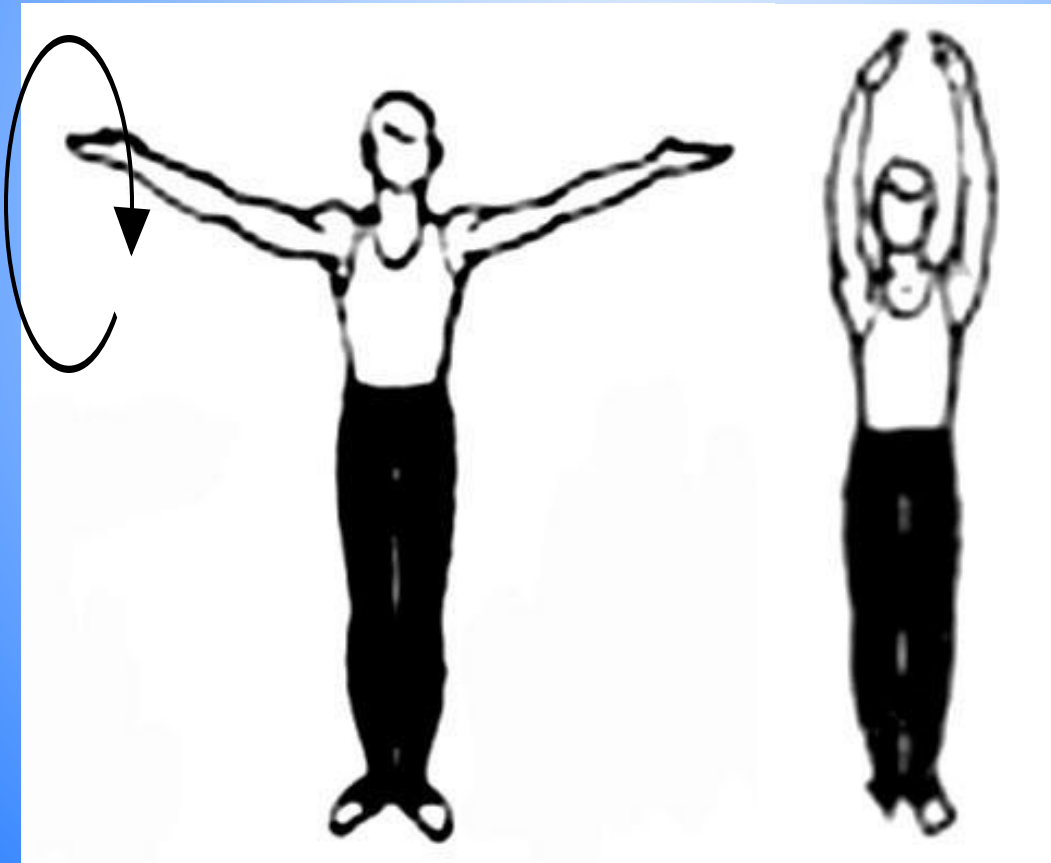


Медвежата в чаще жили,
Головой своей крутили,
Вот так, вот так
Головой своей крутили.

Делаем медленно
каждое движение,
Очень нам всем нравится
это упражнение



Полосатенький енот
Изображает вертолёт:
Лапками машет назад и вперед,
Словно собрался в далёкий полёт



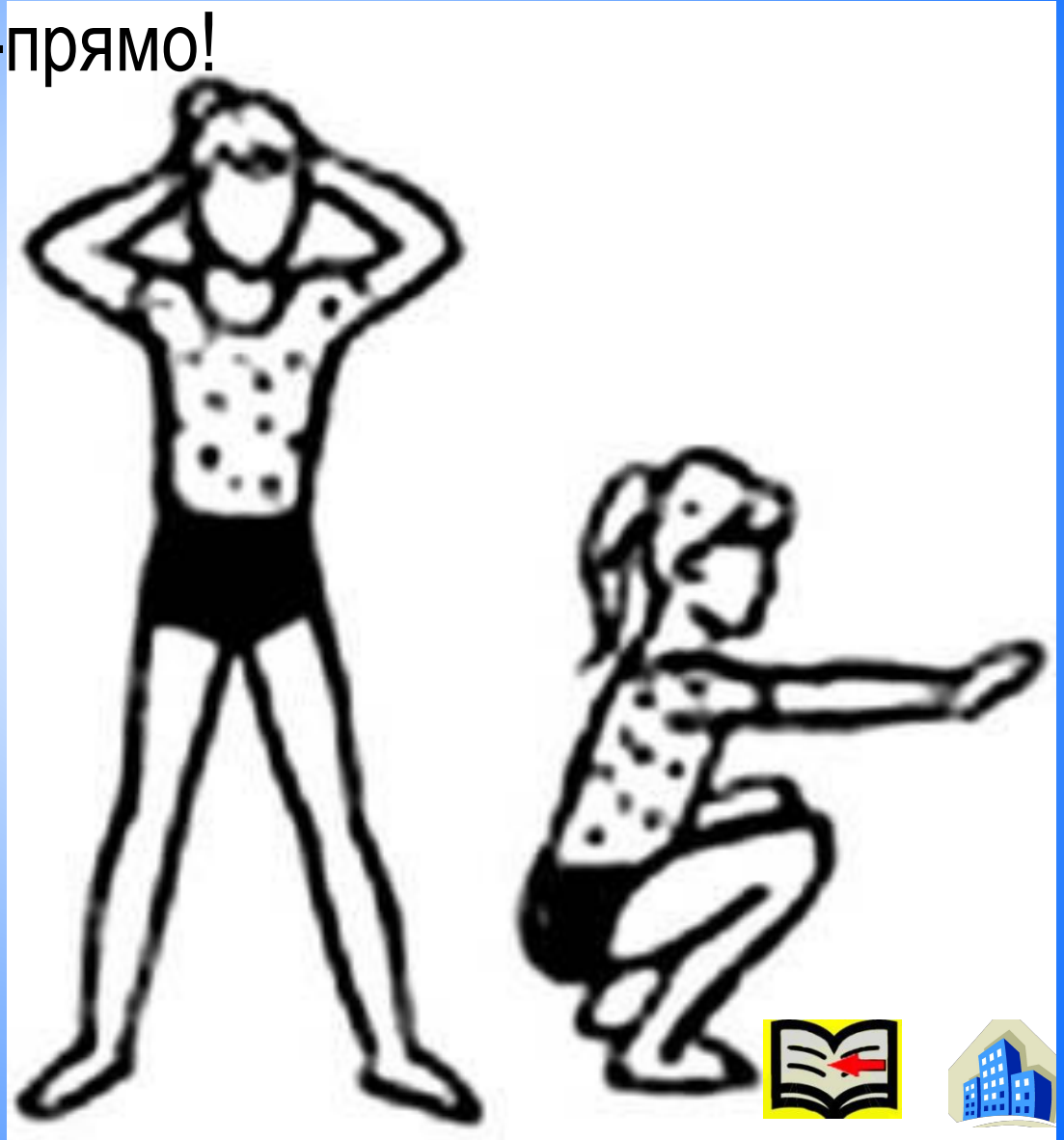
Вперевалочку ходили
И из речки воду пили,
Вот так, вот так
И из речки воду пили



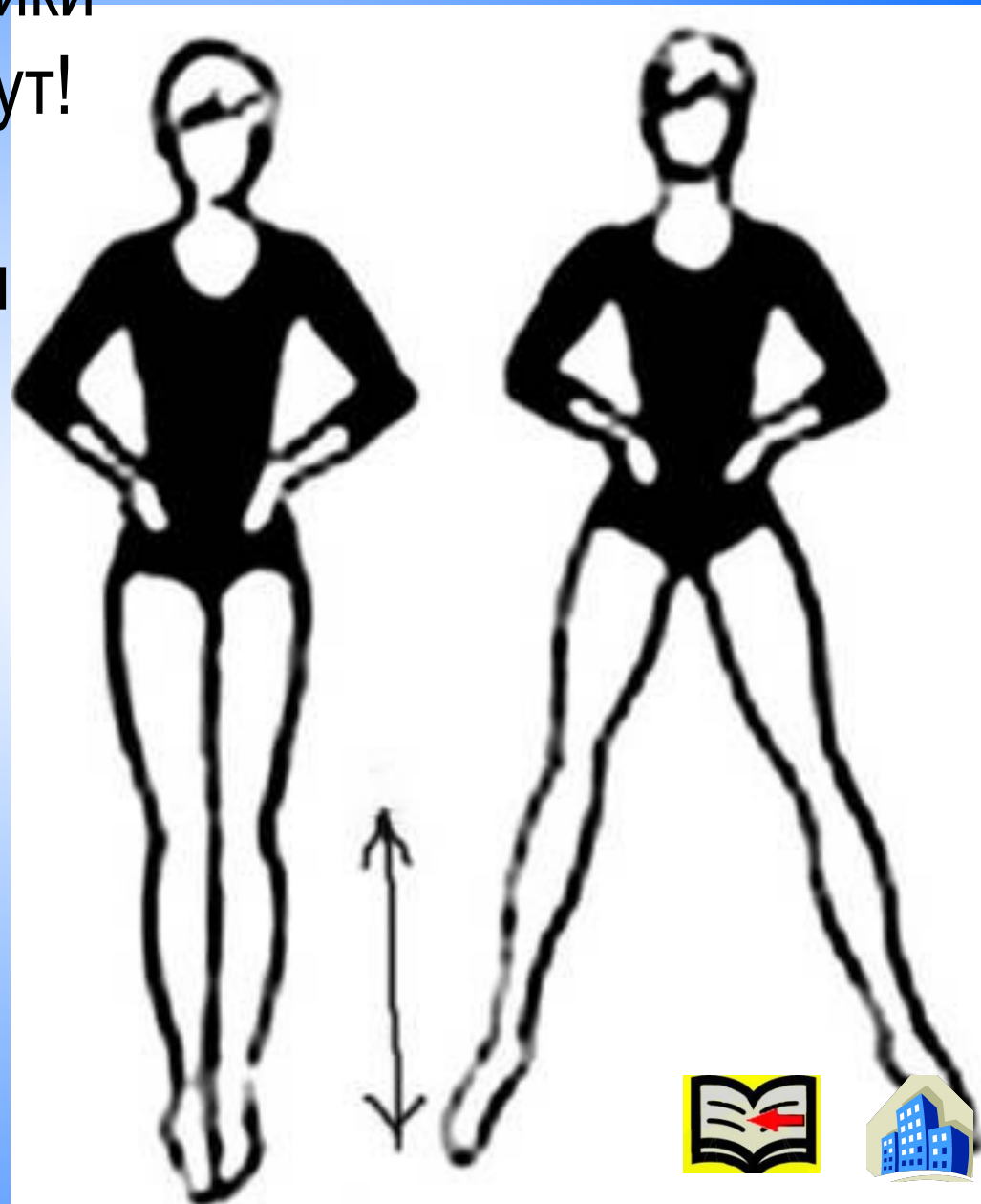
Медвежата мёд искали
Дружно дерево качали,
Вот так, вот так
Дружно дерево качали



Медвежонок приседает,
От пола пятки не отрывает,
Спинку держит прямо-прямо!
Так учила его мама



Ну а белки, словно мячики
Дружно прыгают и скачут!
А потом они плясали
Выше лапки поднимали





БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

