

ФИЗКУЛЬТМИНУТКА

Это легкая забава – повороты
влево вправо.

Нам известно всем давно –
Там стена, а там окно.
Приседаем быстро, ловко.

Здесь видна уже сноровка.
Чтобы мышцы развивать,
Надо много приседать.
А теперь ходьба на месте,
Это тоже интересно!!!





Поработали мы дружно

Отдохнуть немного нужно.

Дружно встанем, тихо сядем

И закроем все глаза.

Наступает, наступает,

наступает тишина

