



**Зарядкой
занимайся –
здоровым
оставайся!**



*На зарядку выходи,
На зарядку всех буди.
Все ребята говорят:*



*Физзарядка — друг,
ребят!
Физзарядка по утрам
Не во вред — на пользу
нам!*



**Обруч, кубики помогут
Гибкость нам развить
немного.**



**Будем чаще наклоняться
Приседать и нагибаться.**



**Нам полезно без сомненья
Все, что связано
с движеньем.**



**Вот, поэтому ребятки
Будем делать мы
зарядку.**



**И без всякого сомненья
Есть хорошее решенье**

-



**Бег полезен и игра
Занимайся
детвора!**





*Будем вместе мы
играть
Бегать, прыгать и
скакать*



*Чтобы было веселее
Мяч возьмем мы
поскорее.*





*Станем прямо, ноги
шире
Мяч поднимем – три-
четыре,*



*Поднимаясь на
носки.
Все движения
легки.*



**Чтоб проворным
стать атлетом
Проведем мы
эстафету.**



**Будем бегать быстро,
дружно
Победить нам очень нужно!**





**Чтобы
прыгать
научиться,
Нам
скакалка
пригодитс
я.**

**Будем
прыгать
высоко,
Как
кузнечики –
легко.**





**Вот отличная картинка -
Мы как гибкая пружинка .
Пусть не сразу все дается,
Поработать нам придется!**



**Чтоб успешно развиваться
Нужно спортом
заниматься.**



**От занятий
физкультурой
Будет стройная
фигура .**



***Спасибо
за
внимание!***