



Станем прямо, ноги шире  
Мяч поднимем – три-  
четыре,  
Поднимаясь на носки.  
Все движения легки.



Нужно глубоко вдохнуть,  
Чтоб листочки все раздуть





Для массажа, для осанки – обручи  
и мячики!  
Вот спортивные какие девочки и  
мальчики!



Чтоб успешно развиваться  
Нужно спортом заниматься  
От занятий физкультурой  
Будет стройная фигура



Чтоб проворным стать атлетом, проведем мы эстафету.  
Будем бегать быстро, дружно, победить нам очень нужно!

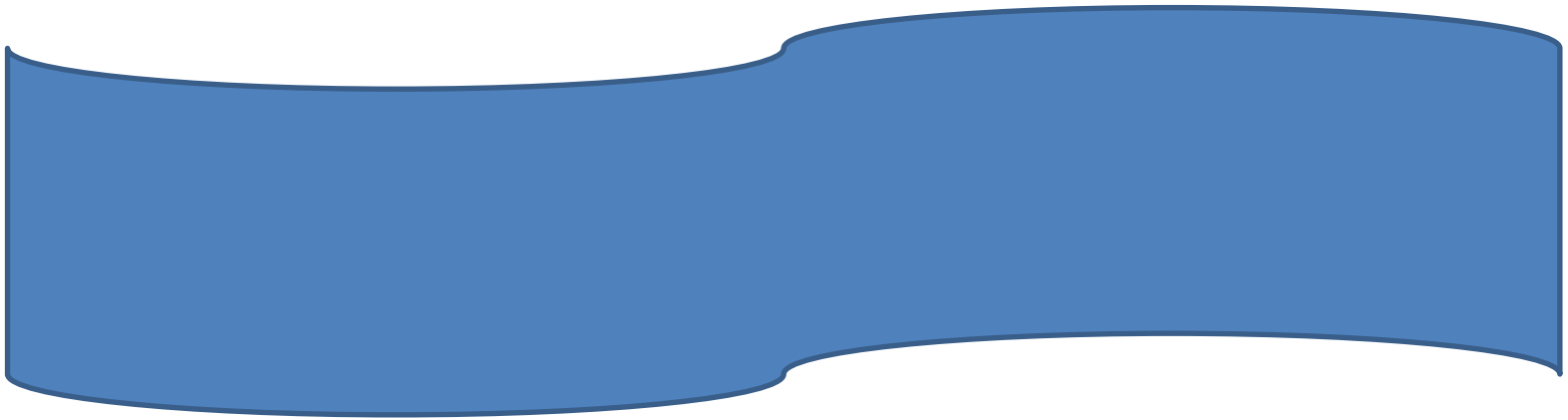


*стоять.*

*Ножку на пол не  
спускать,  
И не падать, не  
качаться,  
За соседа не*



*Мы руки поднимаем, мы руки опускаем,  
мы руки подаём и бегаем бегом.*



Носиком дышу свободно, тише -  
громче, как угодно.  
Без дыханья жизни нет, без дыханья  
меркнет свет.



Чтоб успешно развиваться  
Нужно спортом заниматься  
От занятий физкультурой  
Будет стройная фигура





Но, лошадка, но, лошадка,  
Но, лошадка, поспеши.  
Едут, едут на лошадке,  
Едут наши малыши



Полетели птички,  
Птички-невелички,  
Все летали,  
Все летали,  
Крыльями махали.



Кошка мышек сторожит,  
притворилась, будто спит  
Тише, мышки, не шумите,  
кошку вы не разбудите



Мишка - плюшевый медведь  
Может громко зареветь.  
Но я мишку не боюсь.  
Он рычит, а я смеюсь.

