Утренняя зарядка для разновозрастной группы

Нынче Светочка – физрук,

Она построила всех в круг.

Раз – похлопали в ладошки,

Два - по коленям хлопнем тоже,

Потянулись и присели,

Влево, вправо посмотрели,

Разбежались, собрались,

А теперь прыжки – вперёд,

Вбок, назад, наоборот.

Будем дальше продолжать.

Поднимаясь на носок.

Раз, два, три, четыре, пять,

Повторяем все опять.

Руки выше подними,

Только носиком дыши.

Вот и кончилась зарядка!

До свидания, ребятки!

Если очень захотите,

Завтра снова приходите.