|  |  |
| --- | --- |
| Все проснулись? В круг встаемИ сейчас играть начнемЧтоб здоровыми расти,Сосчитаем до пяти.Повторяйте все за мной.Сцепим руки за спиной,Голову поднимем вышеИ легко – легко подышимВсе ладошки вверх подняли,Пальчики пересчитали:Раз, два, три, четыре, пять,До пяти легко считать.Будем делать столько разУпражнение сейчас.Раз — и на носочки встали. Два — и ручки вверх подняли.Три — на пятки опустились.Четыре — ручки вниз, глаза закрыли.Пять — давайте повторять.Ручки в стороны, считаем,Влево, вправо корпус наклоняем.Раз, два, три, четыре, пять,Вместе весело играть,Раз, два, три, четыре, пять,Ритм хлопками отбивать.Раз, два, три, четыре, пять,Щечки, глазки умывать, Раз, два, три, четыре, пять,Ручки, ножки закалять! | Ходят по кругу, взявшись за руки.Дети делают вдох – выходСчитаютИ. П. – стоя, руки опущены.Поднимаются на носочки.Руки через стороны вверх.Возвращаются в и.п., закрывают глаза. Повторяют 5 раз.Движения в соответствии с текстом. |