**Речевки перед оздоравливающими мероприятиями и режимными моментами**

**На зарядку становись!**

Зарядка, зарядка

С утра к себе зовет

Зарядка, зарядка

Здоровье нам дает!

**Идем на зарядку!**

Раз и два! И все в порядке

Будет холод - не беда!

Тот, кто делает зарядку

Не болеет никогда!

Раз, два! Раз, два!

**На коктейль!**

Чтоб дышалось веселей

Кислородный пьем коктейль

Пузырьки желанные

Чуть - чуть шоколадные.

**Перед обливанием**

Ни мороз, не страшен ни жара

Удивились наши доктора

Потому, что утром рано

Заниматься нам не лень

И водою из под крана

Обливаться каждый день!

**Обливаемся**

Водичка, водичка!

Дай нам здоровья!

**После обливания**

Мы болеть не будем никогда

Потому, что лечит нас вода!

**Умывание**

Буль, буль, буль –

Журчит водица

Все ребята любят мыться

Вот так хорошо, хорошо.

Руки с мылом мы помыли

Нос и щеки не забыли

Не ленились вымыть уши

После вытерлись посуше

Мы помылись как большие

Вот мы чистые какие!