***Головою три кивка***

*Раз - подняться, потянуться, (Потянулись.)*

*Два - согнуться, разогнуться, (Прогнули спинки, руки на поясе.)*

*Три - в ладоши три хлопка, (Хлопки в ладоши.)*

*Головою три кивка. (Движения головой.)*

*На четыре - руки шире, (Руки в стороны.)*

*Пять - руками помахать, (Махи руками.)*

*Шесть — на место сесть опять. (Присели.)*