

Весёлая зарядка с зайкой



1. Рано утром зайка встал,
За правым ушком почесал,
Умылся, причесался —
На зарядку собрался.



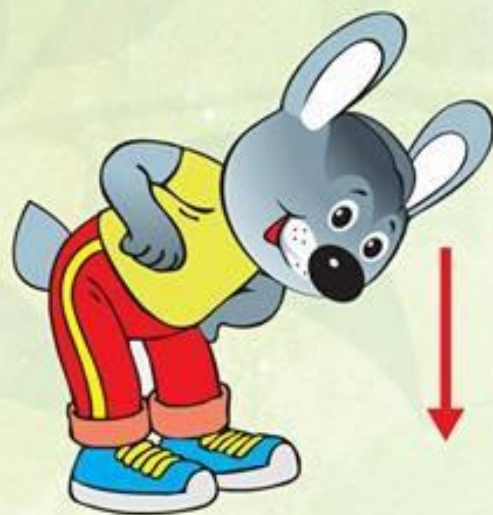
2. Головою наш зайка
По кругу вращает,
Упражнение он
Восемь раз повторяет.

3. Чтобы лапки размять,
Нужно вверх их поднять,
А затем опустить
И еще раз повторить.



4. Лапы на пояс

Поставил наш зайка —
Выполняет наклоны,
Ему помогай-ка!



5. Выпады зайка

Делать умеет,
Очень старается,
Сил не жалеет.

6. Чтобы морковку

С грядки сорвать,
Нужно низко присесть
И быстренько встать.



**7. Зайка доволен,
Он бодро скачет,
Прыгает, словно
Веселый мячик.**



**8. Зарядка окончена —
Нужно бежать,
Никто не сможет
Зайку догнать!**