**Зарядка «Становитесь по порядку на веселую зарядку».**

Эй, Лежебоки, ну- ка вставайте!  
На зарядку выбегайте!  
Хорошенько потянулись, наконец-то вы проснулись!  
Начинаем! Все готовы? Отвечаем - Все готовы!  
Начинаем, все здоровы?! Я не слышу - Все здоровы!  
Становитесь по порядку, на веселую зарядку.  
Приготовились, начнем и все вместе подпоём!  
  
Солнышко лучистое, любит скакать,  
С облачка на облачко перелетать!  
Вот так вот!  
**Раз, два, три, четыре,  
раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре, пять.  
Еще раз!  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре, пять!**  
  
Все разрабатываем руки - нету места больше скуки!  
Все разрабатываем плечи - чтоб походу было легче!  
Все разрабатываем ноги - чтоб не уставать в дороге!  
Все разрабатываем шею - что бы пелось веселее!  
  
Солнышко лучистое любит скакать,  
С облачка на облачко перелетать  
Все вместе!  
**Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Еще раз!  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре, пять!**  
  
Так, приготовьтесь, сей момент, самый сложный элемент,  
Надо пополам согнуться и руками земли коснуться!  
Ну-ка, ноги не сгибать! Раз, два, три, четыре, пять!  
Молодцы! Все постарались, разогнулись, отдышались.  
  
Солнышко лучистое, любит скакать,  
С облачка на облачко перелетать!  
Вот так вот!  
**Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Не халтурить!  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре, пять!**  
Прыгают, скачут все на свете, даже зайцы и медведи.  
А жирафы и слоны скачут прямо до луны.  
Кошки, белки, утки, свинки, все на утренней разминке  
Всем прибавилось настроенья от такого пробужденья.  
  
Солнышко лучистое, любит скакать,  
С облачка на облачко перелетать!  
**Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре, пять!**  
  
С чувством полного удовлетворенья в заключенье упражненье,  
Встали тихо на носочки, тянем руки что есть мочи!  
Прям до неба дотянись, выдыхаем, руки вниз!  
Поздравляем, все в порядке, молодцы! Конец зарядки!  
  
Солнышко лучистое, любит скакать,  
С облачка на облачко перелетать!  
Все вместе!  
**Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Еще раз!  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре, пять!  
ВСЁ!!!**