

Здоровье в порядке – спасибо зарядке!





Если хочешь стать
умелым, быстрым,
сильным, ловким,
смелым.
Физкультурой
занимайся,
И водою обливайся,
Никогда не унывай,
В ногу весело шагай.



Ножками потопали:
Топ-топ-топ!
Ручками похлопали:
Хлоп-хлоп-хлоп!
Сели!
Встали!
Сно-ва
Се-ли!
А потом
Всю кашу
Съели!





- *Нам пилюли и микстуру*
  И в мороз, и в холода
  Заменяют физкультура
  И холодная вода.

Для чего на улице
деточкам гулять?
Чтобы щёчки на лице
солнцу подставлять.
Чтобы бегать как
зверушки
и как птички
щебетать.
Чтоб в любимые
игрушки
на веранде поиграть.
Свежий воздух
малышам
нужен и полезен -
помогает их носам
избежать болезней.










FORGET
RULES