

# Физкультурная разминка

**Раз, два, три...**

Подготовила: учитель информатики и ИКТ  
Черепова Ольга Николаевна МБОУ СОШ №2 г.Зверево

# Ходьба на месте раз, два, три...раз, два, три.



**Прыгаем кто выше  
раз, два, три...раз, два, три.**



Поднимаем правую ногу вверх,  
потом левую раз, два, три...раз, два, три.



Поднимаем руки вверх  
раз, два, три...раз, два, три.



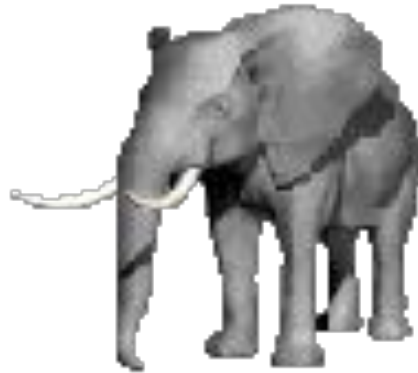
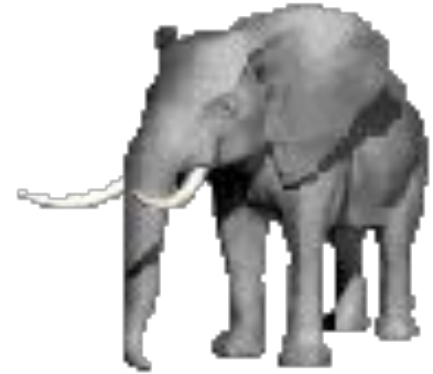
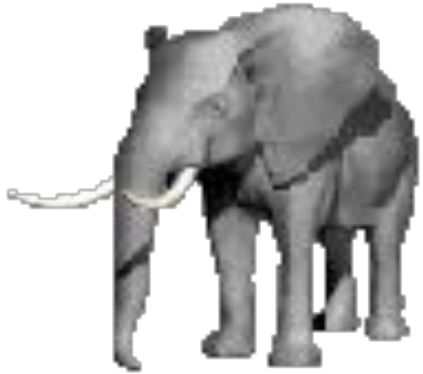
Прыгаем на одной ноге, потом на другой раз, два, три...раз, два, три.



**Наклоняем голову на лево и  
на право раз, два, три...раз, два, три.**

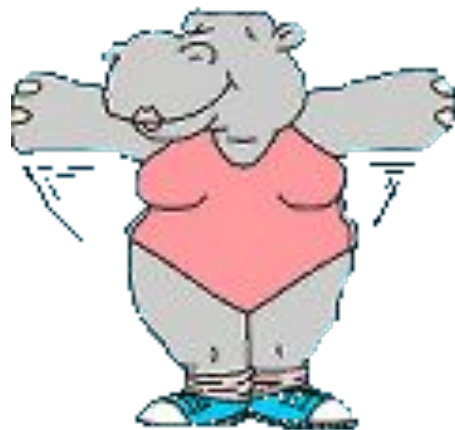
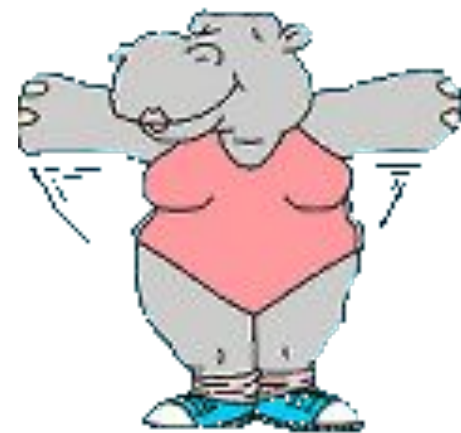
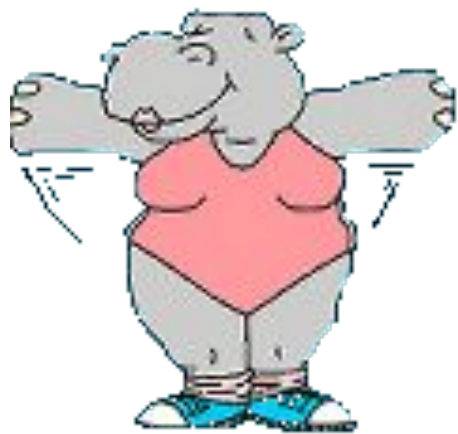


**Наклоняем голову вниз и поднимаем  
раз, два, три...раз, два, три.**





**Руки поднимаем и опускаем  
раз, два, три...раз, два, три.**



# Выполняем повороты налево и направо раз, два, три..раз, два, три.



# Шагаем на месте раз, два, три...раз, два, три.



Повторяем за мной раз, два, три...  
раз, два, три.



А теперь потанцуем раз, два, три...  
раз, два, три...раз, два, три.



# Будьте здоровы!

