

# Физминутка

Раз - подняться, потянуться,  
Два - нагнуться, разогнуться,  
Три - в ладоши три хлопка,  
Головою три кивка.  
На четыре - руки шире,  
Пять - руками помахать,  
Шесть - на место тихо сесть