Приложение 9

**Зарядка после дневного сна**

**«Лесная зарядка»**

|  |  |
| --- | --- |
| А зайчата, как проснутсяОчень любят потянуться,Обязательно – зевнуть.Ловко хвостиком махнутШироко разводят лапки.То одну, то обе вместе.Долго прыгают на местеСкачут, пляшут, лапками машут! | *Дети стоят по кругу и «потягиваются», «зевают».**Ставят руки на пояс, повороты влево и вправо.**Поочередно отводят руки в стороны.**Прыжки на месте на двух ногах.* |