«Мишка вылез из берлоги»

*(веселая зарядка для малышей)*

Мишка вылез из берлоги,

Огляделся на пороге *(повороты влево и вправо)*

Потянулся он со сна: *(потягивание рук вверх)*

«К нам опять пришла весна!»

Чтоб скорей набраться сил,

Головой медведь крутил *(вращение головой)*

Наклонялся взад, вперед *(наклоны)*

Вот он по лесу идёт *(ходьба вперевалочку)*

Ищет мишка корешки *(наклоны вперед)*

И трухлявые пеньки

В них съедобные личинки –

Для медведя – витаминки.

Наконец медведь наелся,

И на брёвнышко уселся *(ребёнок садится на стульчик)*

