

Речевки к зарядке.

1. Чтоб расти и закаляться не по дням, а по часам. Физкультурой заниматься, заниматься надо нам.
2. Приучай себя к порядку, делай каждый день зарядку. Смейся-смейся веселей, будешь-будешь здоровей.
3. Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно. Только надо знать, как здоровым стать.
4. Пусть летят к нам в комнату все снежинки белые! Нам совсем не холодно - мы зарядку сделали.
5. Малыши-крепыши вышла площадку. Малыши-крепыши сделали зарядку.
6. Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна. От лени и болезни спасает нас она.
7. Зарядку делай каждый день: пройдет усталость, вялость, лень.
8. Всем ребятам наш привет и такое слово: "Спорт любите с малых лет, будете здоровы! "
9. Спорт ребята очень нужен, мы со спортом крепко дружим. Спорт - помощник, спорт - здоровье, спорт - игра! Физкульт - Ура!
10. Если кто-то от зарядки убегает без оглядки, он не станет ни почем настоящим силачом!
11. Каждый день у нас, ребятки, начинается с зарядки. Руки в стороны и вниз. Все присели. Поднимись. И девчонки, и мальчишки побежали все в припрыжку.
12. Сделать нас сильнее на много упражнения помогут.
13. Даже утром самым хмурым веселит нас физкультура. И конечно очень важно, чтоб зарядку делал каждый.
14. В мире нет рецепта лучше - будь со спортом не разлучен! Проживешь сто лет вот и весь секрет!
15. Рано утром я проснусь, на зарядку становлюсь. Приседаю и скачу - быть здоровым я хочу.
16. По утрам зарядку делай! Будешь сильным! Будешь смелым!
17. В космос путь далек, но чтоб туда добраться. Мы будем каждый день зарядкой заниматься.
18. Мы зарядкой заниматься начинаем по утрам, чтобы реже о обращаться за советом докторам.
19. Здоровье в порядке - спасибо зарядке!

20. С каждым годом, с каждым днем, с каждым часом мы растем. Будем крепки и здоровы и к труду всегда готовы!

21. Нам лекарство пить не надо, нам не нужно докторов. Занимайся физкультурой, будешь весел и здоров!

Выше руки – шире плечи
1, 2, 3 – дыши ровней
От зарядки и закали
Будешь крепче и сильней.

Сон играть пытался в прятки,
Но не выдержал зарядки,
Вновь я ловок и силен
Я зарядкой заряжен.

Пусть летят к нам в комнату
Все снежинки белые
Нам совсем не холодно
Мы зарядку сделали.

Мы зарядку любим очень
Каждый стать здоровым хочет
Сильным смелым вырастать
И в игре не отставать.

Малыши, малыши
Встали по порядку.
Малыши, малыши
Сделали зарядку.

Выходите по порядку
Становитесь на зарядку
Начинай с зарядки день
Разгоняй движеньем лень.

Мне пока что мало лет,
Но открою вам секрет,
Знаю я, как стать сильней
Всех знакомых и друзей.

Чтоб расти и закаляться,
Не по дням, а по часам
Физкультурой заниматься,
Заниматься надо нам.

Всем известно, всем понятно,
Что здоровым быть приятно,
Только надо знать,
Как здоровым стать!

Зарядка всем полезна,
Зарядка всем нужна,
От лени и болезней
Спасает всех она.

Каждый день зарядку делай,
Будешь сильным,
Будешь смелым!

Шире плечи, выше руки
Раз, два, три держись ровней
От зарядки станешь крепче
Станешь крепче и сильнее

Мы зарядку любим очень
Каждый быть здоровым хочет
Сильным, смелым вырастать
И в труде героем стать.

Чтоб расти и закаляться
Нужно спортом заниматься!

Мы в кружочек ровный встали,
Заниматься не устали,
Вверх потянемся мы дружно,
Заниматься спортом нужно.

Для чего нужна зарядка?
Это вовсе не загадка,
Чтобы силу развивать

И весь день не уставать.

В детстве сам Гагарин Юра
Занимался физкультурой,
Бегал, прыгал и скакал,
Космонавтом первым стал!

Чтоб расти и закаляться
не по дням, а по часам.
Физкультурой заниматься,
заниматься надо нам.

Зарядка даром не прошла,
Нам здоровье принесла.

Чтоб с болезнями не знаться
Заниматься надо нам
Мы привыкли заниматься
Физкультурой по утрам

Физкультурники нужны
Ловкие и смелые
Каждый день у нас в саду,
Мы зарядку сделаем

Ходим мы на физкультуру
Развивать мускулатуру,
Чтоб была у всех фигура
Как античная фигура.

Зарядка всем полезна,
зарядка всем нужна.
От лени и болезни спасает нас она.

Каждый должен с малых лет
Приучать себя к порядку
Убирать свою постель,
Делать физзарядку.

