



Татьяна Комзалова



ВЕСЁЛАЯ ПЕРЕМЕНКА



УДК 820/89-93
ББК 84(2Рос-Рус)
К 69

Для чтения взрослыми детям
Для самостоятельного чтения рекомендуется с 7 лет

Художник А. Михайлова

Комзалова Т. А.
К 69 **Весёлая переменка. – Смоленск: Русич, 2016. – 48 с.:**
 ил. – (Учись, малыш!)

ISBN 978-5-8138-0943-9

УДК820/89-93
ББК 84(2Рос-Рус)

ISBN 978-5-8138-0943-9

© Оформление. «Русич», 2016

ВЕСЁЛАЯ ЗАРЯДКА



Зимой и летом, в дождь и зной,
Забыв про сон и лень,
Как птицы, рыбы, зверь лесной,
Встречай зарядкой день.



Захлопал крыльями петух
И разогнал собак.
Как крылья, руки у тебя –
Ты тоже сделай так.



*Встань прямо, руки опущены. Поднимай руки
вверх – вдох, опускай вниз – выдох.*



Трубит охотничий рожок,
Мчит по полю русак.
И прыг и скок, и прыг и скок...
Ты тоже сделай так.



*Встань прямо, руки согни в локте, кисти
опущены. Попрыгай на двух ногах по кругу.*



Вот зайчик спрятался
в кустах.
Найдёт ли его враг?
Два чутких уха ловят
звук...
Ты тоже сделай так.



*Встань на колени,
раскрытые ладошки,
как заячьи ушки,
приложи к голове.
Поворачивай голову
влево и вправо. При
этом одна ладошка
открывается,
другая – закрывается.*





Медведь шагает вдоль берёз,
Спускается в овраг,
На четырёх идёт ногах...
Ты тоже сделай так.



*Ноги на ширине
плеч, руки
опусти на пол.
Походи по
кругу на руках
и ногах.*



СЛОВА-МАТРЁШКИ

Знаешь ли ты, что есть такие словечки, которые прячутся внутри других слов? Их называют «слова-матрёшки».



Впиши в клеточки 6 раз одно и то же слово и получишь столько же новых слов.

		Г	Р				у лошади
		С	Л				фрукт
	Т	Е	Т				у лука
К	Р	А	П				растение
		Д				Н	мебель

