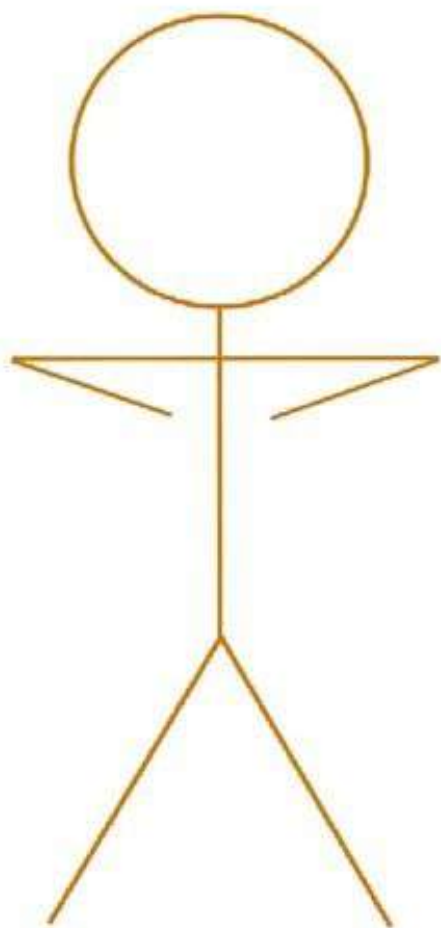


КАРТОЧКИ ДЛЯ ДЕТСКОЙ ЗАРЯДКИ

(дети проведут зарядку сами)

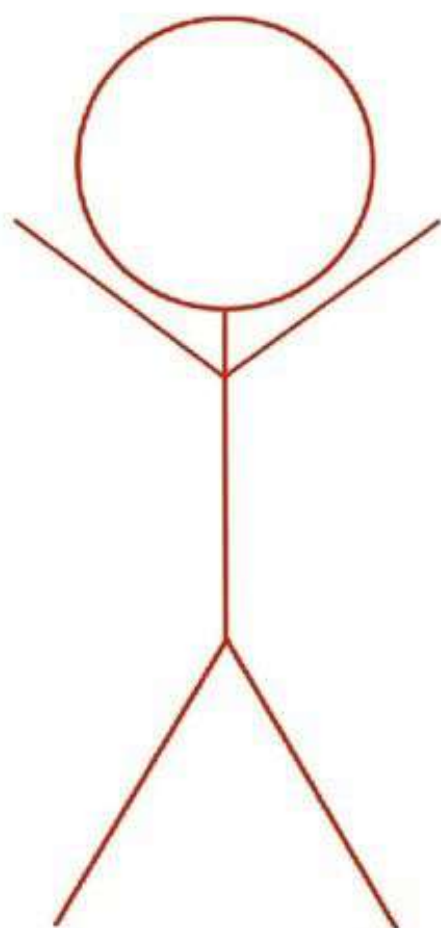




РУКИ В СТОРОНЫ

СОГНУЛИ РУКИ В
ЛОКТЯХ

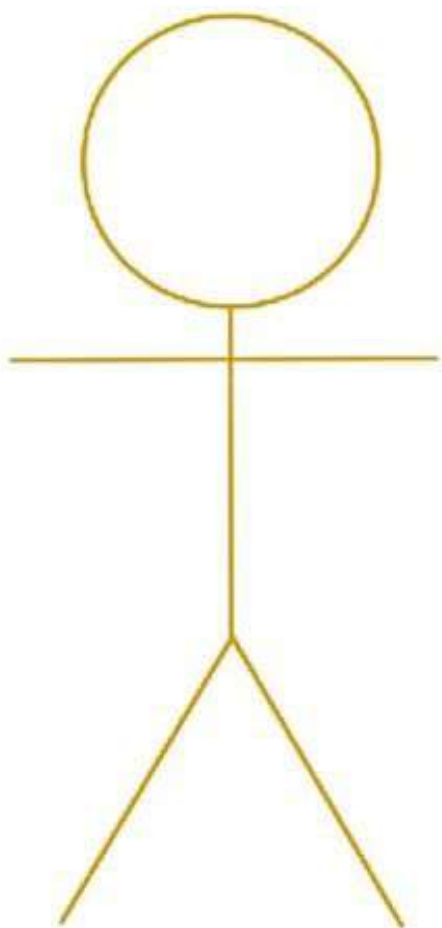
ВЫПРЯМИЛИ РУКИ



РУКИ ВВЕРХ

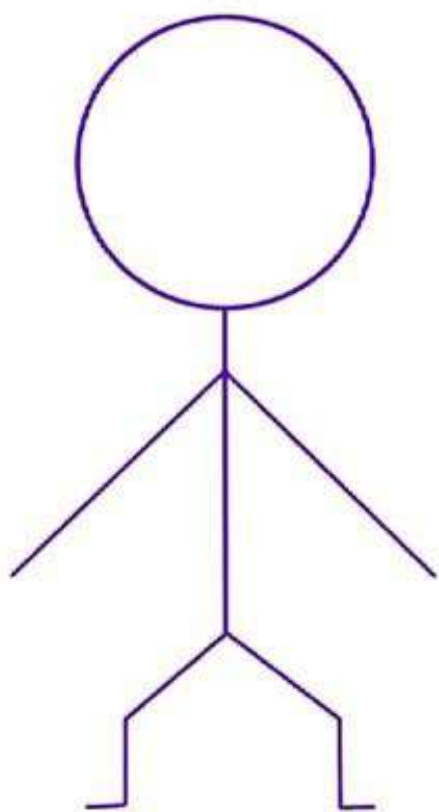
ПОТЯНУЛИСЬ

ОТПУСТИЛИ РУКИ



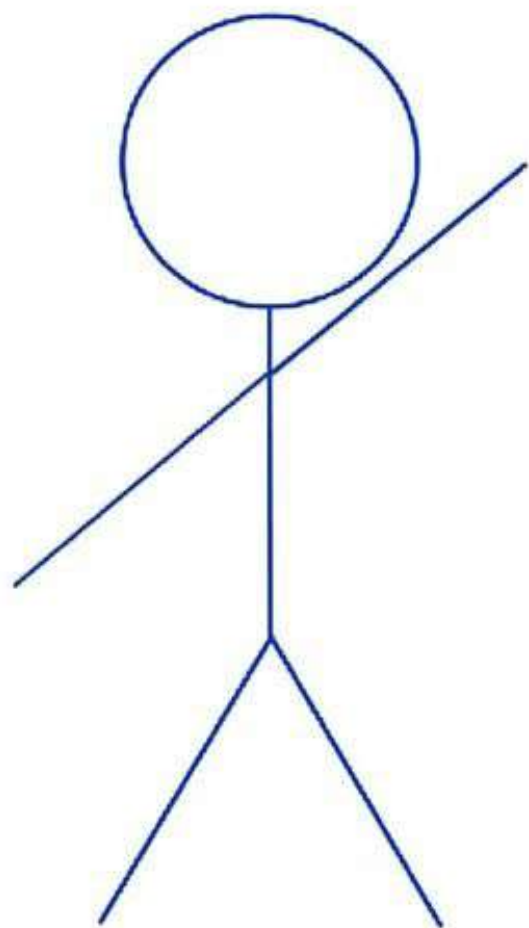
РУКИ В СТОРОНЫ

РУКИ ВНИЗ



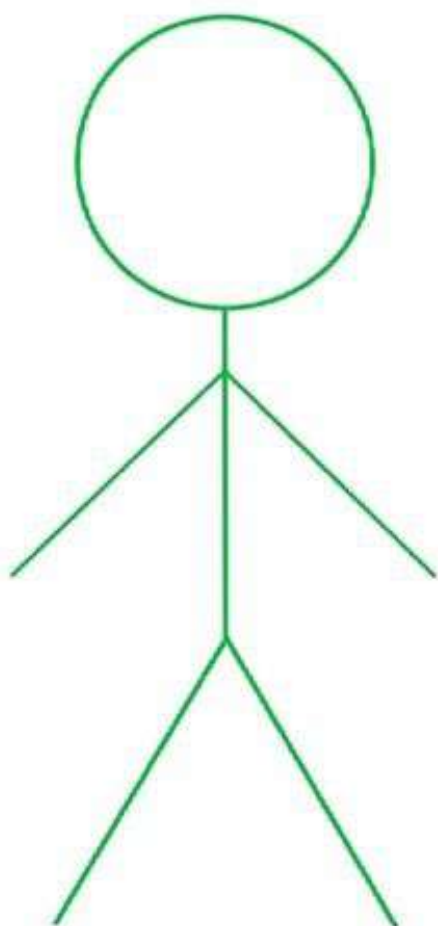
ПРИСЕДАЕМ

ВСТАЁМ



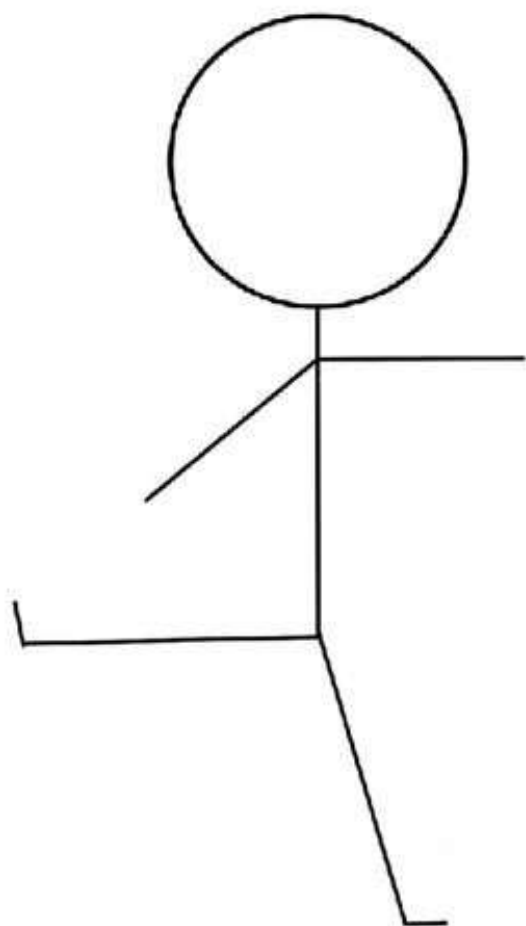
ОДНА РУКА ВВЕРХ
ДРУГАЯ РУКА ВНИЗ

КРУТИМ МЕЛЬНИЦУ



РУКИ ВНИЗ

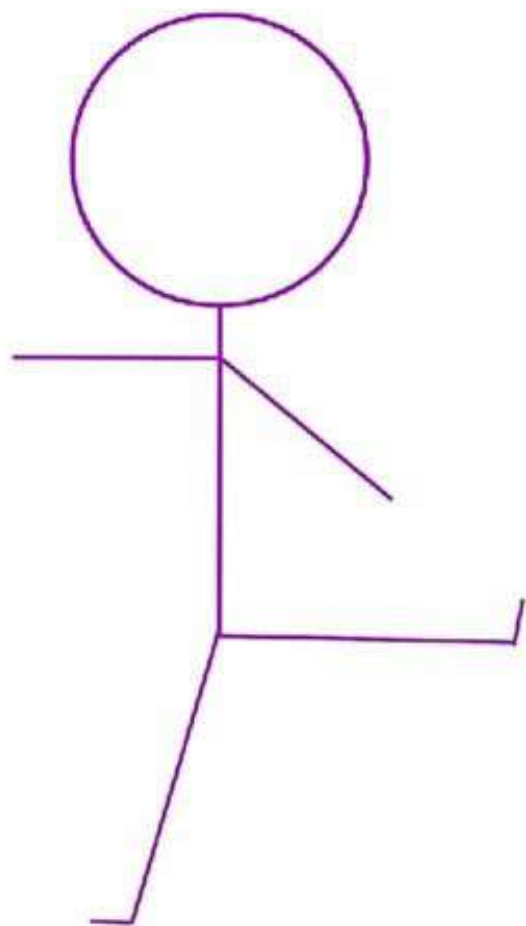
НОГИ В СТОРОНЫ



ЛЕВАЯ РУКА
ТЯНЕТСЯ К ЛЕВОЙ
НОГЕ

ОТПУСКАЕМ НОГУ

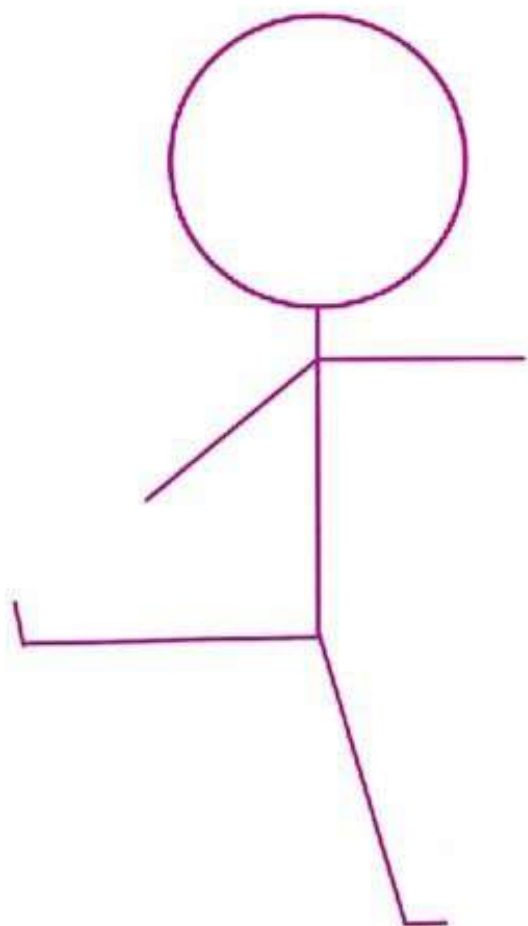
ПОВТОРЯЕМ ЕЩЁ
РАЗ



ПРАВАЯ РУКА
ТЯНЕТСЯ К ПРАВОЙ
НОГЕ

ОТПУСКАЕМ НОГУ

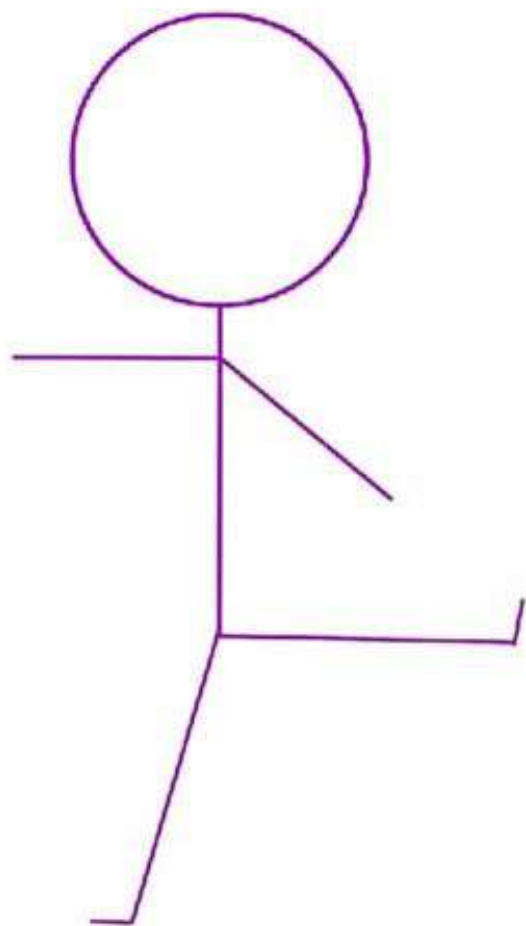
ПОВТОРЯЕМ ЕЩЁ
РАЗ



ЛЕВАЯ РУКА
ТЯНЕТСЯ К ЛЕВОЙ
НОГЕ

ОТПУСКАЕМ НОГУ

ПОВТОРЯЕМ ЕЩЁ
РАЗ



ПРАВАЯ РУКА
ТЯНЕТСЯ К ПРАВОЙ
НОГЕ

ОТПУСКАЕМ НОГУ

ПОВТОРЯЕМ ЕЩЁ
РАЗ