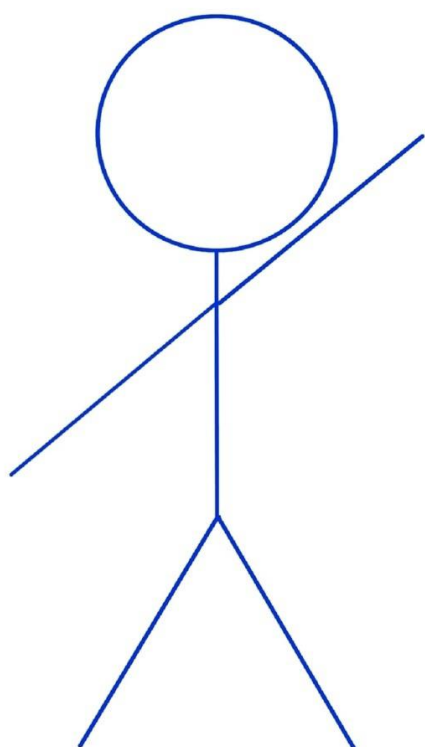


КАРТОЧКИ ДЛЯ ДЕТСКОЙ ЗАРЯДКИ

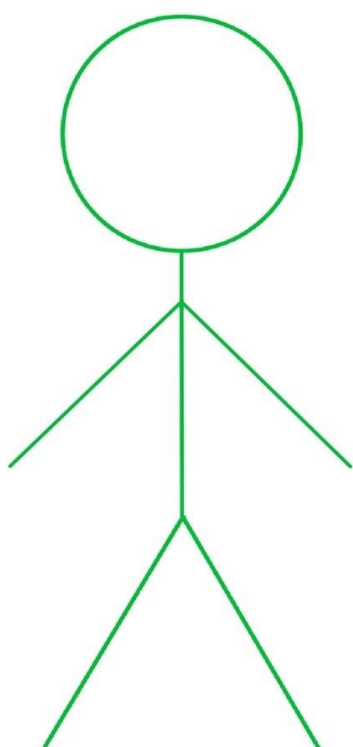
(Дети проведут зарядку сами)





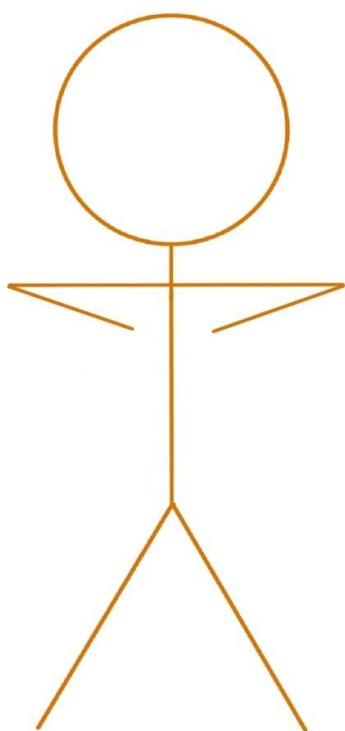
ОДНА РУКА ВВЕРХ
ДРУГАЯ РУКА ВНИЗ

КРУТИМ МЕЛЬНИЦУ

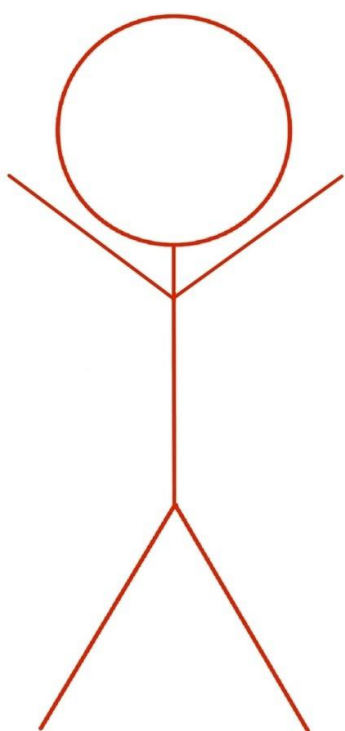


РУКИ ВНИЗ

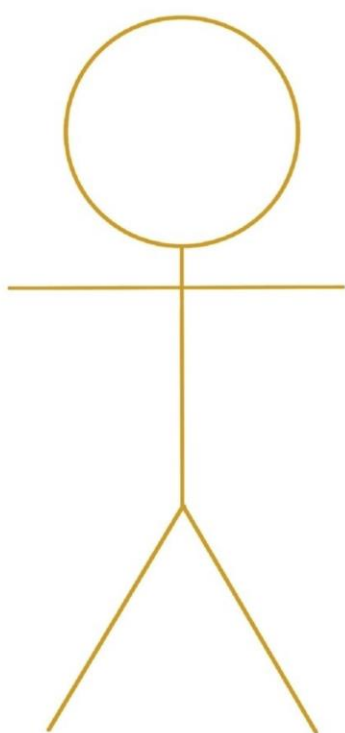
НОГИ В СТОРОНЫ



РУКИ В СТОРОНЫ
СОГНУЛИ РУКИ В
ЛОКТЯХ
ВЫПРЯМИЛИ РУКИ

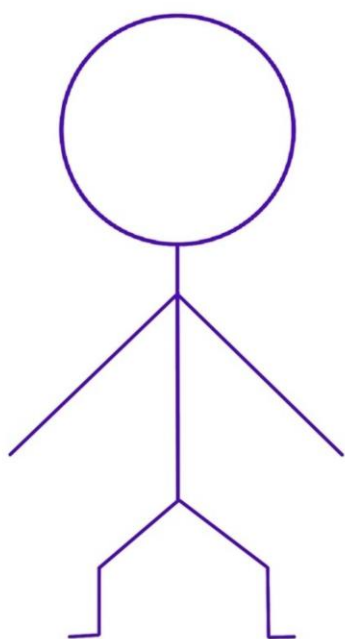


РУКИ ВВЕРХ
ПОТЯНУЛИСЬ
ОТПУСТИЛИ РУКИ



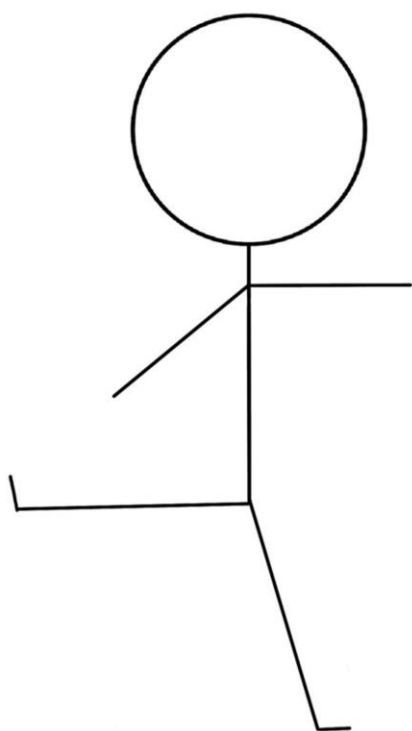
РУКИ В СТОРОНЫ

РУКИ ВНИЗ



ПРИСЕДАЕМ

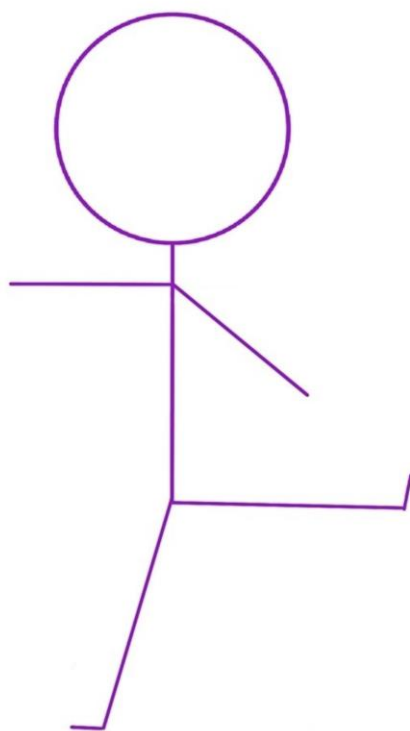
ВСТАЁМ



ЛЕВАЯ РУКА
ТЯНЕТСЯ К ЛЕВОЙ
НОГЕ

ОТПУСКАЕМ НОГУ

ПОВТОРЯЕМ ЕЩЁ
РАЗ



ПРАВАЯ РУКА
ТЯНЕТСЯ К ПРАВОЙ
НОГЕ

ОТПУСКАЕМ НОГУ

ПОВТОРЯЕМ ЕЩЁ
РАЗ