

Мы зарядкой заниматься  
Начинаем по утрам,  
Пусть болезни нас боятся,  
Пусть они не ходят к нам.

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

По порядку стройся в ряд  
На зарядку все подряд.  
Вырастаем смелыми,  
На солнце загорелыми.

Каждый должен с малых лет  
Приучать себя к порядку,  
Заправлять свою постель,  
Выполнять физкультзарядку.

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

По утрам зарядку делай –  
Будешь сильным, будешь смелым.

Здоровье в порядке?  
Спасибо зарядке!

Мальши-крепьши  
Вышли на площадку.  
Мальши-крепьши  
Делают зарядку!

Если день начать с зарядки,  
Значит будет все в порядке!

Кто зарядку крепко любит,  
Тот всегда здоровым будет!