

«Любимые игрушки»

Спросите у ребенка: Ты любишь играть с игрушками? Какие у тебя любимые игрушки? (Ответ) Сегодня мы с тобой в наших упражнениях покажем некоторые игрушки.

- Ходьба по комнате (20 сек.)
- Легкий бег по комнате (20 сек.)
- Ходьба по комнате (10 сек.)
- Остановка.

- **Упражнение «Кукла»**

Исходная позиция: стоя, руки опущены.

Поднять руки перед собой – вверх.

Вернуться в исходную позицию.

Повторить 5 раз. Темп медленный.

- **Упражнение «Неваляшка»**

Исходная позиция: сидя, ноги раздвинуты, руки на поясе.

Наклониться вперед.

Вернуться в исходную позицию.

Повторить 4 раза. Темп медленный.

- **Упражнение «Медвежонок»**

Исходная позиция: лежа на спине, ноги вместе, руки вдоль туловища.

Поднять одну ногу, опустить.

То же другой ногой.

Повторить по 3 раза каждой ногой. Темп умеренный.

Показ и объяснение воспитателя.

- **Упражнение «Веселый мячик»**

Исходная позиция: Стоя, руки произвольно.

Подпрыгивание на месте.

Повторить 2 раза по 10 сек.