

Комплекс упражнений для детей 2 -3 лет.

(с лентами)

1. И. П.: встать прямо, ноги на ширине ступни, руки опущены. Поднять руки вверх через стороны, помахать лентами. Сказать: «Привет!». Вернуться в И.П. (3-4 раза)
2. И. П.: встать прямо, ноги на ширине ступни, руки опущены. Присесть, «постучать» лентами об пол. Сказать: «Тук-тук». Вернуться в И.П. (3-4 раза)
3. И. П.: встать прямо, ноги на ширине ступни, руки опущены. Вынести руки вперёд, 2 раза скрестить ленты. Вернуться в И.П. (3-4 раза)
4. Перешагивание через ленту, разложенную на полу.

