

Комплекс загальнорозвивальних вправ "Пташечка" № 13

I. Ходьба за вихователем у заданому напрямку, обходячи кубики, на носках, перехід від ходьби до бігу, звичайний біг, біг за вихователем.

II. Комплекс загальнорозвивальних вправ:

1. "Пташка крилами махає".

В. п. - о. с. 1 - підняти руки в сторони - вгору. 2 - В. п. 3-4 - те саме. Повторити вправу 4-5 разів.

2. "Пташка дзьобає зернятка".

В. п. - о. с., руки на поясі. 1-2 - присісти, по долоньках постукати пальчиком. 3-4 - в. п. Повторити вправу 4-5 разів.

3. "Пташка п'є водичку".

В. п. - ноги на ширині плечей, руки на поясі. 1-2 - нахилитися вперед, руки в сторони. 3-4 - в. п.

Повторити вправу 4-5 разів.

4. "Пташки літають".

Легкий біг за вихователем, руки в сторони.

III. Ходьба за вихователем у середньому та повільному темпі. Вправа на дихання "Пташечка" зі звуконаслідуванням.