

Комплекс вправ з хустинкою № 8

I. Ходьба за вихователем, "як конячка", високо піднімаючи коліна, ходьба, зупинки за сигналом, біг, ходьба.

II. Комплекс загальнорозвивальних вправ:

1. "Гарна хустинка".

В. п. - о. с.

1-2 - підняти хустинку над головою, помахати нею. 3-4 - в. п. Повторити вправу 4-5 разів.

2. "Заховалися".

В. п. - те саме.

1-2 - присісти, заховати обличчя хустинкою. 3-4 - в. п. Повторити вправу 4-5 разів.

3. "Веселі хустинки".

В. п. - лежачи на животі, руки з хустинкою витягнуті вперед.

1-2 - змахнути хустинкою вперед - вгору, подивитися на хустинку. 3-4 - в. п.

Повторити вправу 4-5 разів у повільн.о.му темпі.

4. "Потанцюємо з хустинкою".

В. п. - о. с.

1-4 - кружляти навколо себе ліворуч. 5-8 - те саме праворуч.

III. Ходьба у середньому темпі.