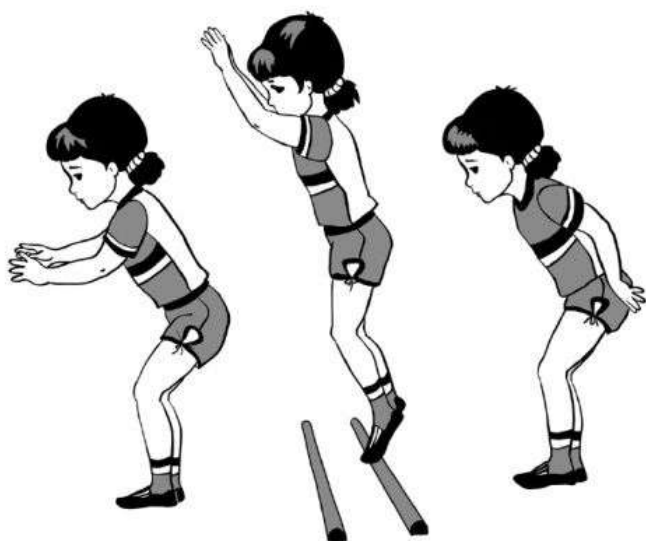


Предлагаем выполнить эти упражнения для детей 3-5 лет



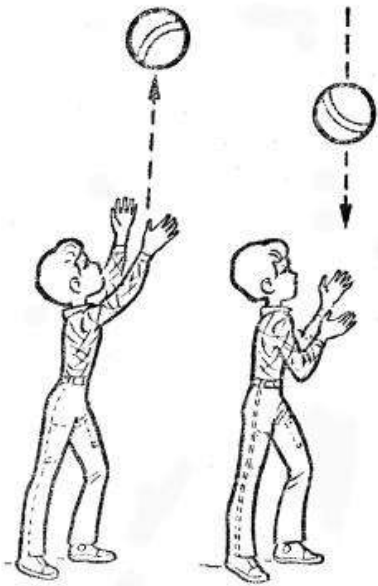
**«Пройди-не упали»** Ходьба, перешагивая кубики, руки свободно.



**«Прыг, скок через ручеек»** Прыжки на двух ногах через ленту (два шнура).  
Взмах рук, сильный толчок и приземление на полусогнутые ноги.



**«Веселые медведи»** Ползание на четвереньках- ладонях и стопах.



**«Мой веселый, звонкий мяч»** Подбрасывание и ловля мяча двумя руками ( большой или средний диаметр мяча)

Мой веселый, звонкий мяч,  
Ты куда помчался вскачь?  
Желтый, красный, голубой,  
Не угнаться за тобой!

## «Самолеты»

Очень, длинный и могучий.

Он летит, пронзая тучи,  
громко в облаках ревет,  
пассажиров он везёт. (Самолет)

По сигналу «К полету готовься!» мы будем (кружить согнутыми в локтях руками) – заводить мотор. Когда я скажу: «Летите!» мы поднимем руки в стороны и летим. По сигналу «На посадку!»- все возвращаются на свои аэродромы.