«В гости к Емеле»

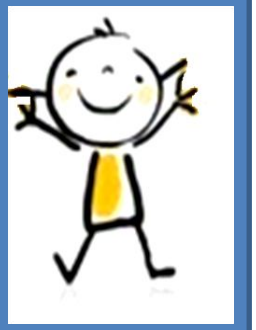
ХОДЬБА В КОЛОННЕ ПО ОДНОМУ

ХОДЬБА «ГУСИНЫМ ШАГОМ»

Сели-встали, сели-встали –
Наши ножки не устали.

ХОДЬБА НА НОСКАХ, РУКИ ВВЕРХ

Все готовы? Не зевай!
Упражненья начинай!
Руки в стороны и вверх
Станем мы сильнее всех!

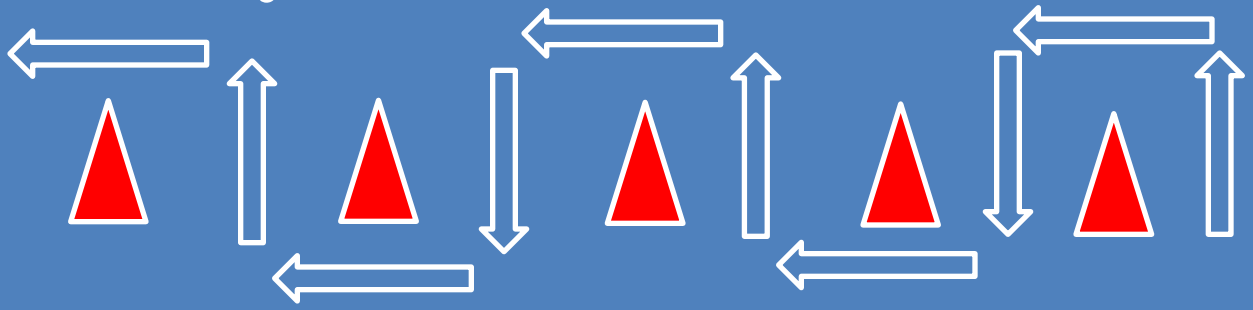


ХОДЬБА НА ПЯТКАХ, РУКИ НА ПОЯСЕ

Руки на поясе? Не зевай!
Ходьбу на пятках начинай!

ХОДЬБА «ЗМЕЙКОЙ» - РУКИ НА ПОЯСЕ

Руки на поясе? Не зевай!
Ходьбу «змейкой» начинай!

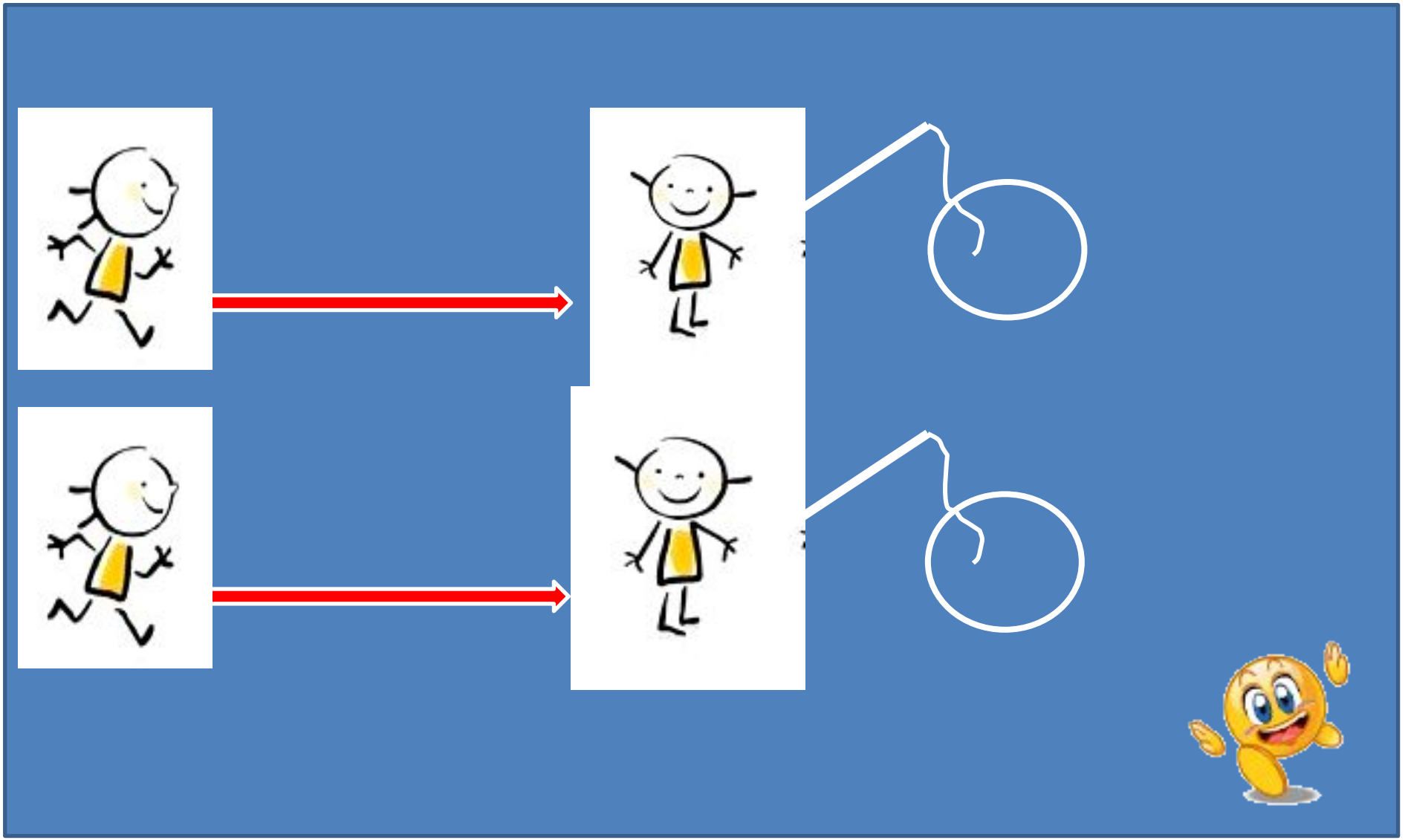


БЕГ В КОЛОННЕ ПО ОДНОМУ

Мы побегаем немножко
Друг за другом по дорожке!

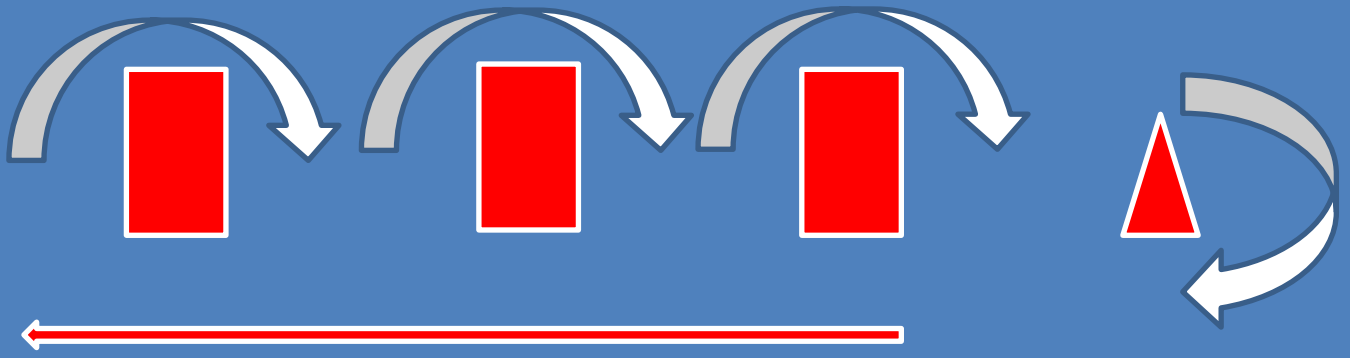
Первое задание:

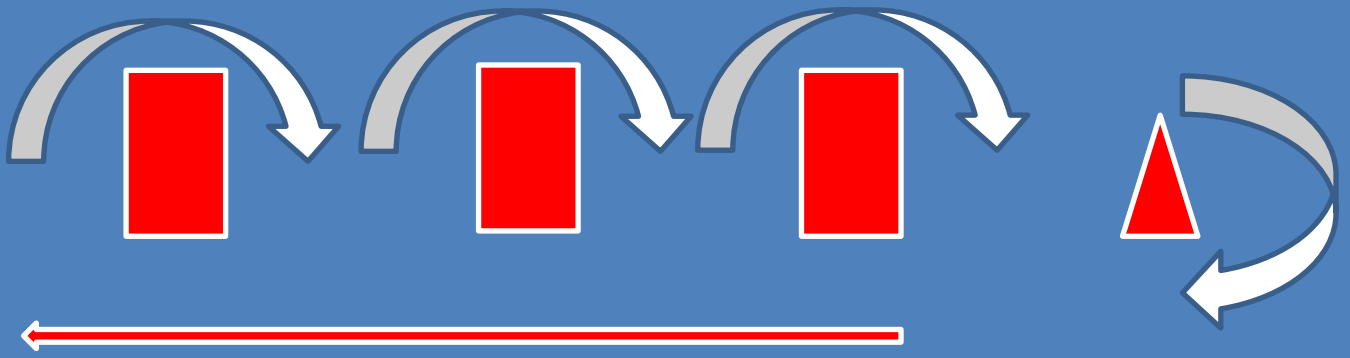
«Рыбаки»



Второе задание:

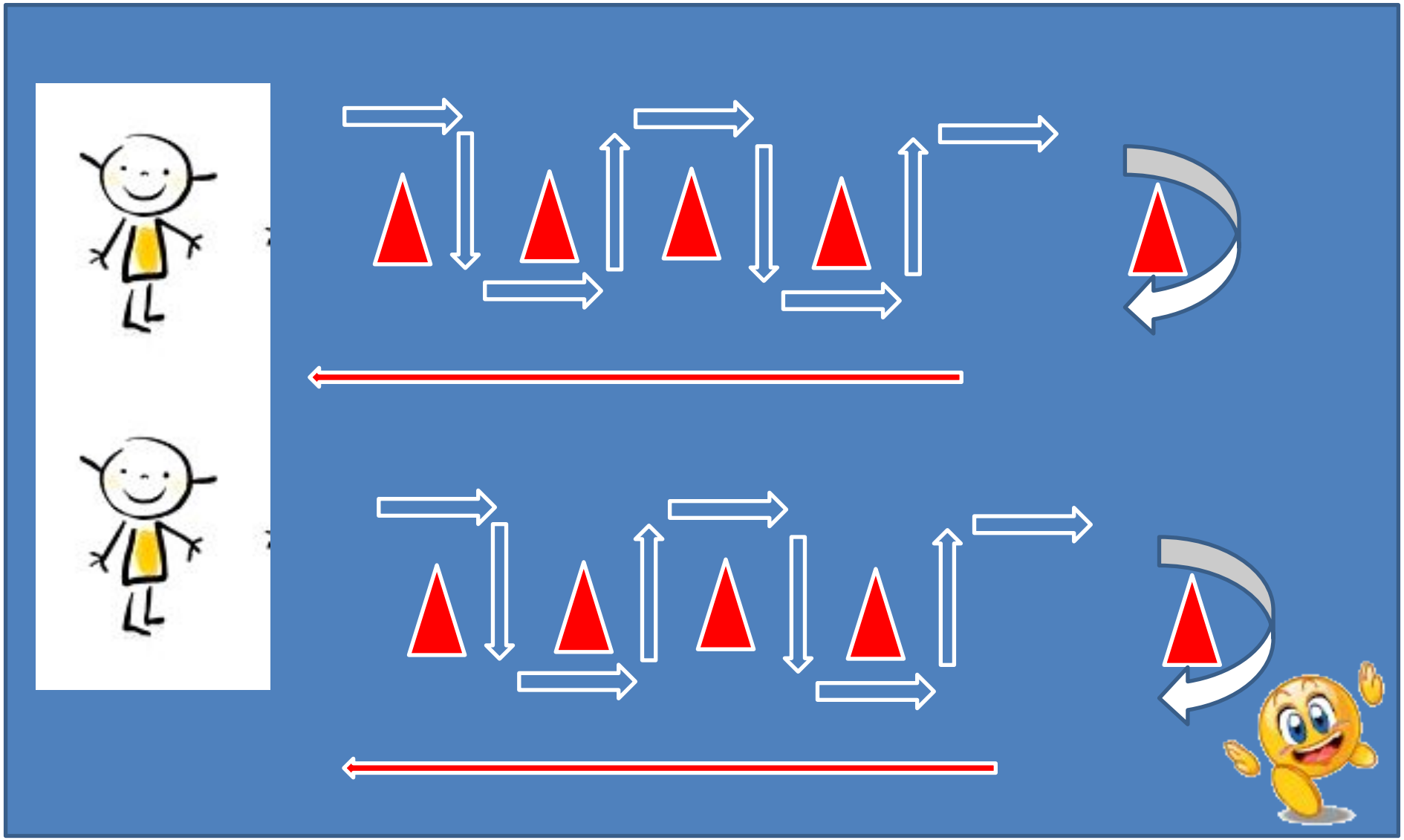
«Самый прыгучий»





Третье задание:

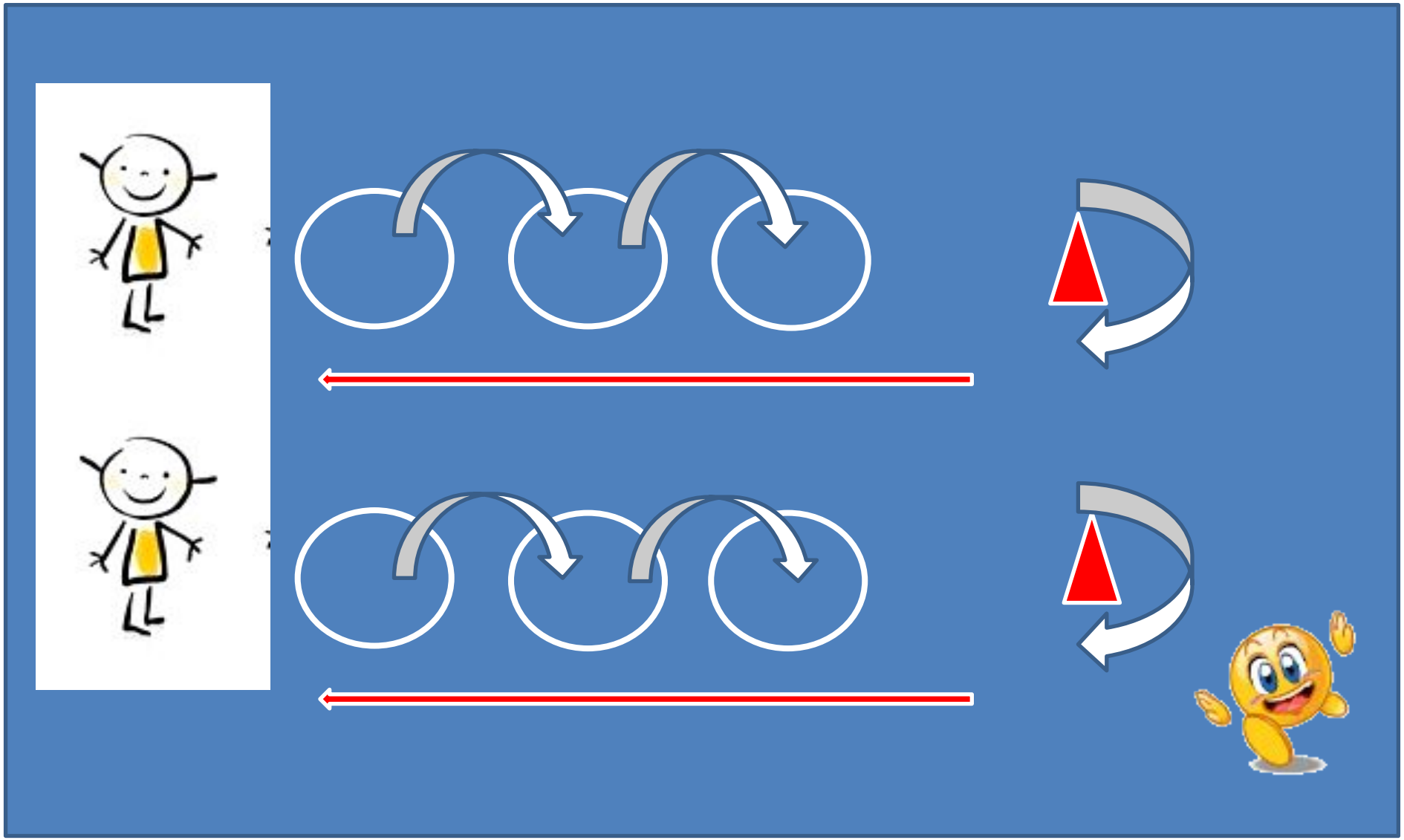
«Самый быстрый»

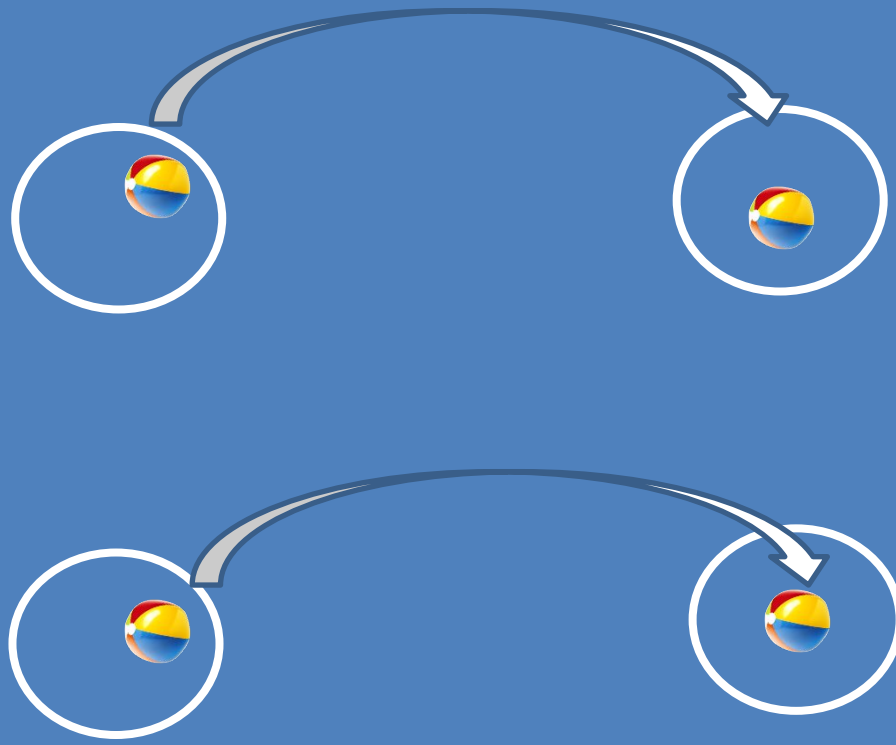


Музыкальная пауза «Чунга – чанга»

Четвертое задание:

«Прыжки на хип - хопах»



Пятое задание:

«Самый меткий»