

Развивающие упражнения.

Задачи:

- воспитывать любовь к занятиям спортом, интереса к их результатам, внимание, активность, выразительность движений.

Ход занятия:

1. «Покажи ручки»

Ребенок стоит, ноги слегка расставить, руки убрать за спину.

Выполнение: «Где наши ручки?», «Вот!» - вынести руки вперед.

Повторение: 4-5 раз.

2. «Маленькие - большие»

Ребенок стоит руки внизу.

Выполнение: подняться на носки, руки вверх, потянуться, - «Вот какие мы большие»; присесть, положить руки на колени, - «Вот какие мы маленькие». Повторение: 4-6 раз.

3. «Покажи колени»

Ребенок стоит, руки на поясе.

Выполнение: «Где колени?» наклониться вперед, коснуться колен руками «Вот!»,

Повторение: 4-5 раз.

