Утренняя гимнастика 2 младшая группа

Ходьба парами друг за другом

Ходьба врассыпную

Бег друг за другом

ОРУ без предметов

1. «Ладони к плечам»

И.п. н. слегка расставить,

р. вниз

В.: 1- р. к плечам

2- р. вниз 6 раз

1. «Ладони на колени»

И.п.: н. врозь,

р. за спину

В.: 1- наклон вперед, р. на колени

2- И.п. 5 раз

1. «Топаем и хлопаем»

И.п.: сидя, р. упор с боков

В.: 1- согнуть ноги, потопать, похлопать

2- И.п. 5 раз

1. «Подпрыгивание»

И.п.: н. слегка расставить,

р. на пояс

В.: 8-10 подпрыгиваний с хлопками

8-10 шагов на месте 2 раза

Ходьба