**Четверг 14.05.2020г.**

**Утренняя гимнастика**

**«Покажите руки»**

Ходьба, непродолжительный бег стайкой. Перестроиться в полукруг.

Общеразвивающие упражнения

***«Покажите руки»*.**

И. п.: ноги слегка расставлены, руки за спиной. Руки поднять перед собой, ладони кверху, вернуться в исходное положение. Повторить 4 раза.

***«Руки на колени»*.**

И. п.: ноги на ширине плеч, руки внизу. Наклониться вперёд, руки положить на колени, выпрямится. Повторить 4раза.

***«Спрячьте руки»*.**

И. п.: то же. Присесть, руки на колени, встать, опустить руки. Повторить 4 раза.

Ходьба на носках. Ходьба стайкой.