

Гимнастика для стоп «Елочка»



Были бы у елочки
ножки,

Побежала бы она по
дорожке.

Заплясала бы она
вместе с нами,
Застучала бы она
каблучками.

*Идут на месте, не
отрывая носков от
пола.*

*Перекатываются с
носка на пятку.*

*Приподнимаются на
носки и опускаются
на всю стопу.*

Гимнастика для стоп «Гуси - утки»



Вышли гуси на
прогулку
И идут по
переулку.

*Ходьба
перекатом с
пятки на носок.*

Утки с боку на бок
переваливаются,
Им ходить так
очень даже
нравится.

*Ходьба на
наружных краях
стоп.*

Гимнастика для стоп «Собака»



Шла собака через
мост,
Четыре лапы, пятый
хвост.
Если мост
провалится,
То собака свалится!

*Переступают с ноги
на ногу, не отрывая
носков от пола.*

*Стучат пятками, не
отрывая носков от
пола.*