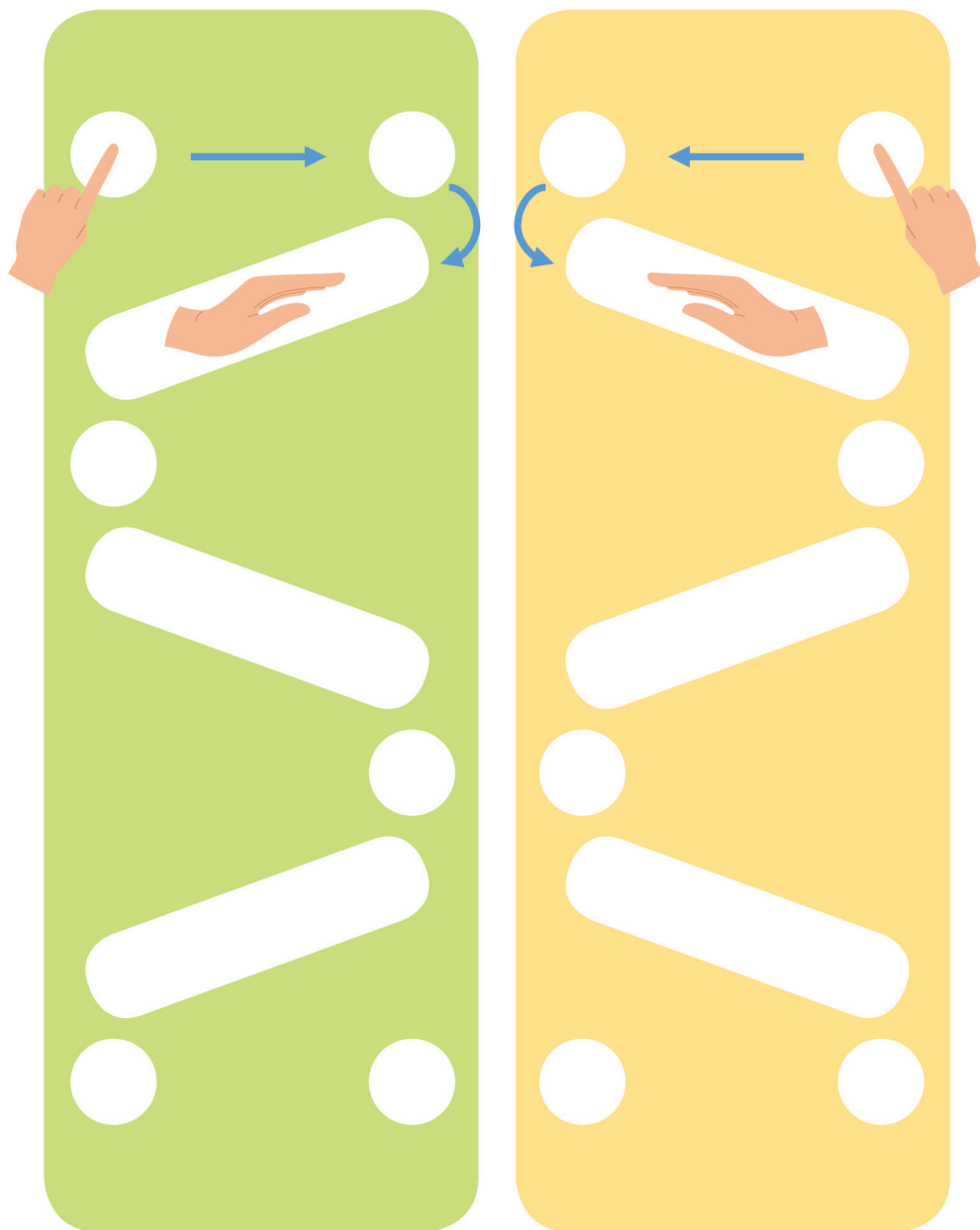


ГИМНАСТИКА. РАЗВИВАЕМ КООРДИНАЦИЮ. ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–5 ЛЕТ



Выполни движения двумя руками одновременно.
Кружочков коснись кончиками пальцев, полосок —
ребром ладоней.

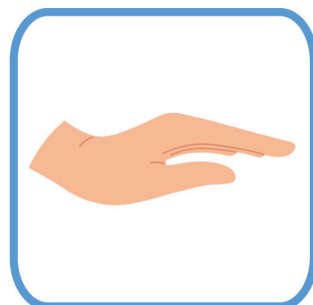


Выполни цепочки упражнений для одной руки. Когда сможешь быстро справиться с одним упражнением, переходи к следующему.

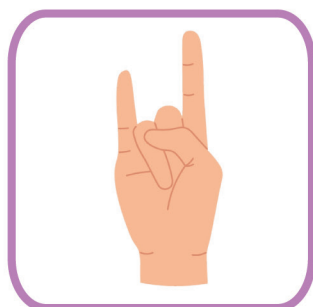
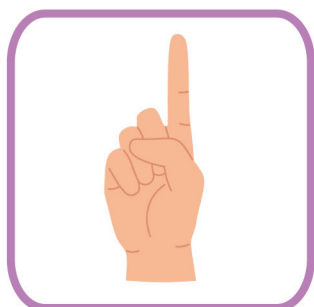
1



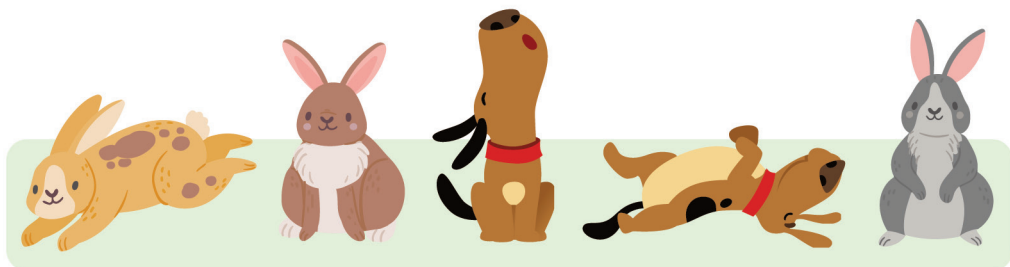
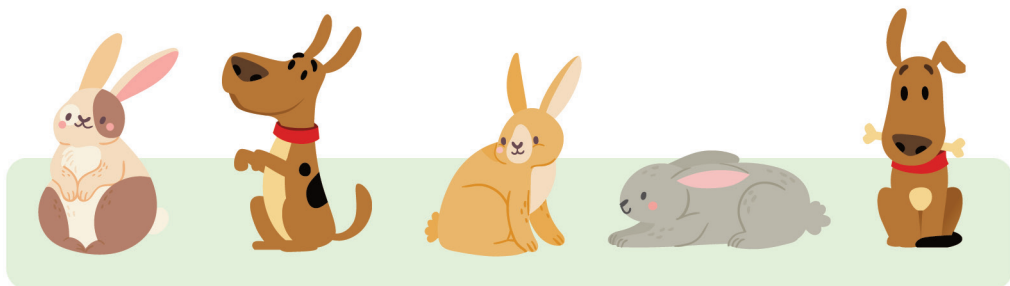
2



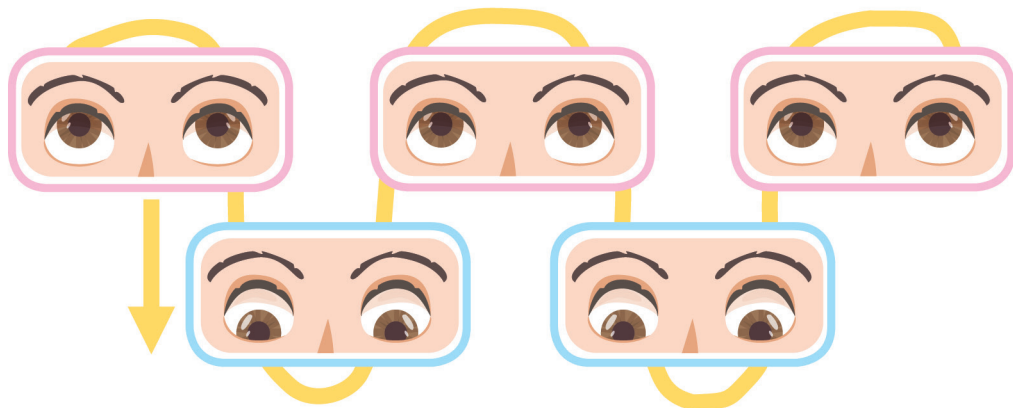
3



Видишь кролика — хлопай в ладоши, видишь собачку — топай ногой.



Посмотри на потолок, а потом на пол — «рисуй» глазами волнистые линии. Повтори 5 раз в оба направления. Старайся двигать только глазами.



Вращай глазами по кругу: 5 раз в одну сторону и 5 раз в другую. Затем попробуй «рисовать» круги перед глазами указательным пальчиком и следить за ним взглядом.

