**Утренняя гимнастика 2-3 года**

*1 часть.* Ходьба и бег в колонне по одному с платочком в руке.

*2 часть. Общеразвивающие упражнения с платочками.*

1. И.п. – стоя, расставить ноги пошире, платочек держать обеими руками за углы. Наклониться вперед, помахать платочком несколько раз вправо и влево – «полоскаем белье», затем выпрямиться, потянуться вверх (3-4 раза).
2. И.п. – стоя, ноги врозь, платочек держать обеими руками за углы. Присесть, поднять руки с платочком вперед, выпрямиться, опустить руки (3-4 раза).
3. И.п. – лежа на спине, платочек в обеих руках на груди, поднять ноги и руки вперед, опустить (3-5 раз).
4. Поскоки на месте на двух ногах (20-30 с). платочек держать в одной руке. Ходьба друг за другом. Положить платочек.