

Танец «Сороконожка»

https://www.youtube.com/watch?time_continue=34&v=eodO45Wkm4M&feature=emb_title

Упражнение «Бегемотики»

Можно взять подушки или коробки

<https://www.youtube.com/watch?v=Q-3b5CT4Axo>

Игра «Паравозик»

Можно использовать ленты или просто держаться за руки.

Обратить внимание на ускорение темпа

<https://www.youtube.com/watch?v=v2Uf7Sdsz9U>

«Танец с мишкой»

Можно взять любимую игрушку

<https://www.youtube.com/watch?v=2TGbkDwwtR0>

Пальчиковая гимнастика

ИП: стоя или сидя, руки согнуты в локтях, подняты, пальцы сжаты в кулаки.

Раз-два-три-четыре-пять!

Вышли пальчики гулять. (Поочерёдно, начиная с большого пальца, разогнуть все пальчики.)

Раз-два-три-четыре-пять!

В домик спрятались опять. (Поочерёдно, начиная с большого пальца, согнуть все пальчики. Поднять прямые руки и немного потрясти ими.)