

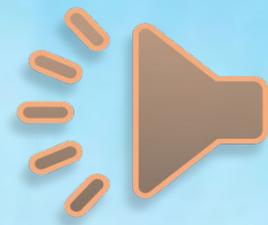
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №1
Г.Липецк

ФИЗКУЛЬТУРА

«Я снова с вами!»

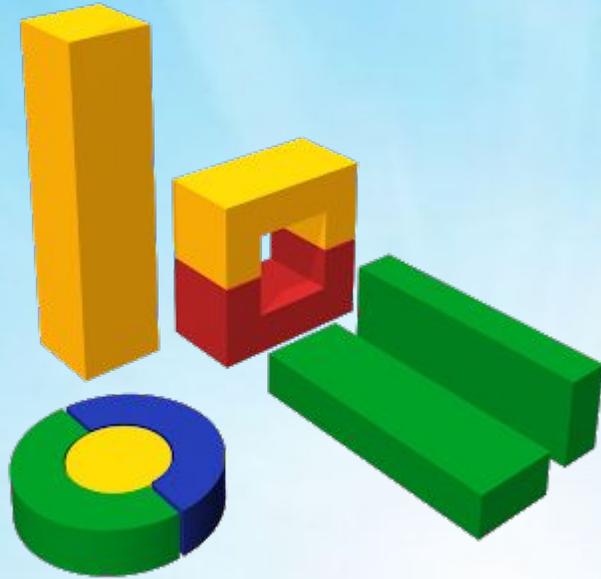
Инструктор по ФК: Мельникова Н.Н.







1. *Environmental Adaptation*
2. *Physical and Chemical*





Гладильная доска

1. Ползти
2. Идти, сохраняя равновесие



Диван

1. Ползти
2. Идти
3. Прыгать



Стулья



1. Идти, наступая на сиденье
2. Идти, приседая на каждом сиденье

Подушки



1. Оббежать подушки «змейкой»
2. Перепрыгнуть через каждую подушку
3. Пробежать, наступая на подушки
4. Перепрыгнуть подушки справа налево и наоборот

Сушилка для белья



1. Пройти под сушилкой, не касаясь развешанных полотенец
2. Проползти под сушилкой

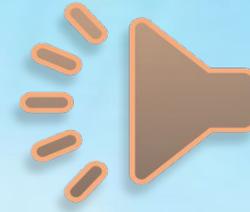
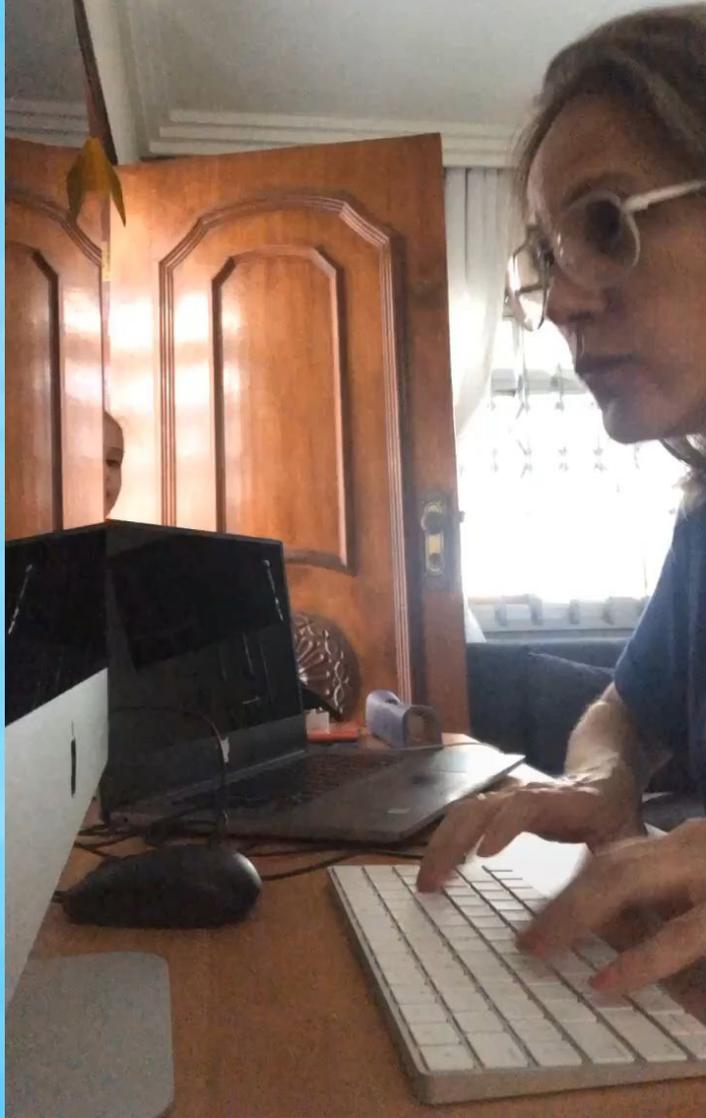
Шарфик

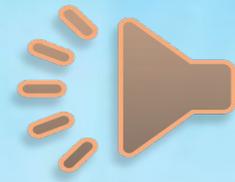


1. Пройти прямо сохраняя равновесие, приставляя пятку одной ноги к носку другой
2. Пройти приставным шагом
3. Пройти прямо на носках, на пятках
4. Перепрыгнуть шарфик на правой ноге справа налево и наоборот



TikTok
@bubadiy





Ссылки на сайты

<https://www.youtube.com/watch?v=peIXy-BpRAs>

<https://www.pinterest.ru/pin/294704369369145191/>