

Упражнения для формирования правильной осанки

(И.п- стоя)

Для начала мы с тобой

Крутим только головой. *(Вращения головой.)*

Корпусом вращаем тоже.

Это мы, конечно, сможем. *(Повороты вправо и влево.)*

Напоследок потянулись

Вверх и в стороны.

Прогнулись. *(Потягивания вверх и в стороны.)*

От разминки покраснелись

И за парты снова сели. *(Дети садятся за парты.)*