*Приложение 2.*

**Комплекс упражнений «Танцуйте сидя»**

Упражнение 1:
Руки на пояс поставьте вначале
Влево и вправо качайте плечами.
Выполнить по 5 наклонов в каждую сторону.

Упражнение 2:
Вы дотянитесь мизинцем до пятки,
Если достали – все в полном порядке.
Выполнить по три раза.

А напоследок должны вы мяукнуть,
Крякнуть, проквакать, залаять и хрюкнуть!