**Комплекс 6**

1. Ходьба на месте (средний темп).

2. И.п. о.с. - руки перед грудью. 1 - руки вверх, подняться на носки, 2 -руки на пояс, 3 - руки вверх, подняться на носки, 4 - и.п.

3. И.п. о.с. - руки на пояс. 1 - левую руку за голову, правую за спину, 2 -и.п., 3-4 - то же с другой руки.

4. И.п. - стойка ноги врозь, руки вверх. 1-3 - наклоны влево, 4 - и.п., 5-8 -то же вправо.

5. Ходьба на месте.