



bl.group.name__age

Ұйқыдан ояну жаттығу кешендері: Алақан мен аяққа арналған жаттығулар.

Алақан мен аяққа арналған жаттығулар.

Ұсақ саусақ моторикасын дамытуға және майтабанның алдын алуға зор әсер етеді.

- 1) Алақанға арналған «Кірпі» жаттығуы. Тікенек допты алақанға салып, айналдыру.
- 2) Табанға арналған жаттығу.
- 3) Бақайға арналған жаттығу