

УДК 372
ББК 74.1
Е72

Ермакова И. А.

Е72 Игры с мячом для самых маленьких. — СПб.: Издательский Дом «Литера», 2024. — 32 с.: ил. — (Серия «Первые шаги»).

ISBN 978-5-94455-784-1

В книге представлены упражнения с мячом, составленные в соответствии с особенностями физического роста и развития детей в возрасте от 0 до 3 лет.

Предназначена для детей и родителей, воспитателей, инструкторов лечебной физкультуры и массажистов.

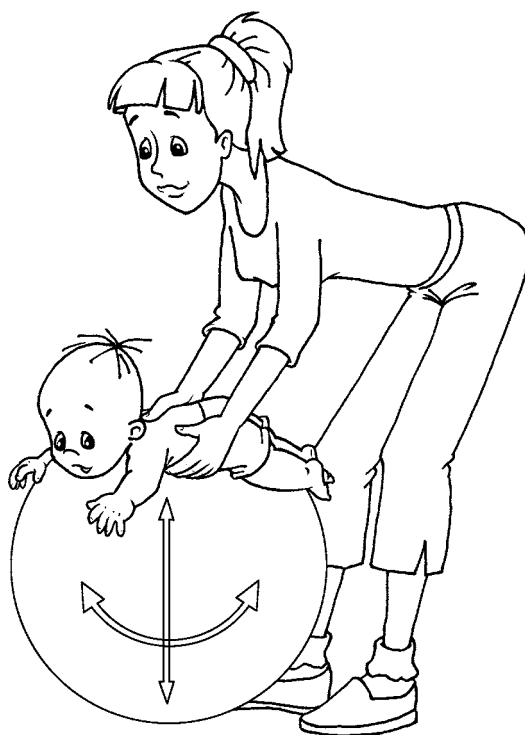
**УДК 372
ББК 74.1**

ISBN 978-5-94455-784-1

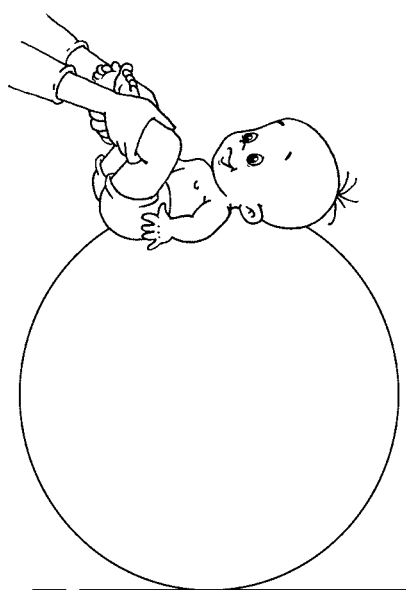
© Ермакова И. А., 2006
© Издательский Дом «Литера», 2024



3. Малыш лежит животом на мяче. Положите свои ладони на ягодицы и спину ребёнка. Покачивайте его вверх-вниз короткими движениями.

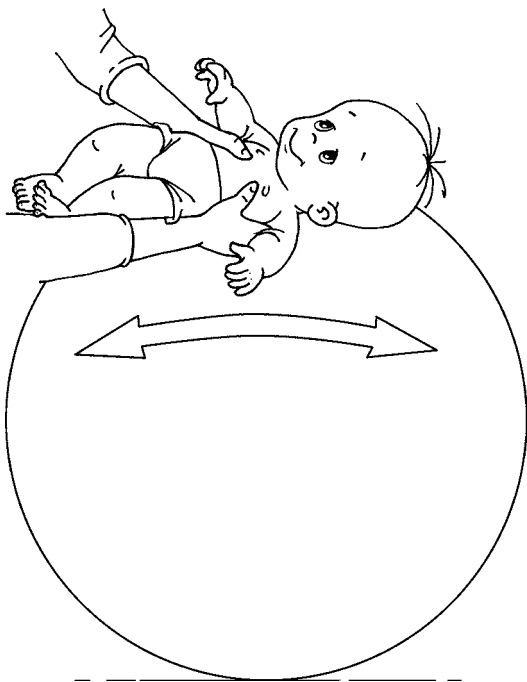
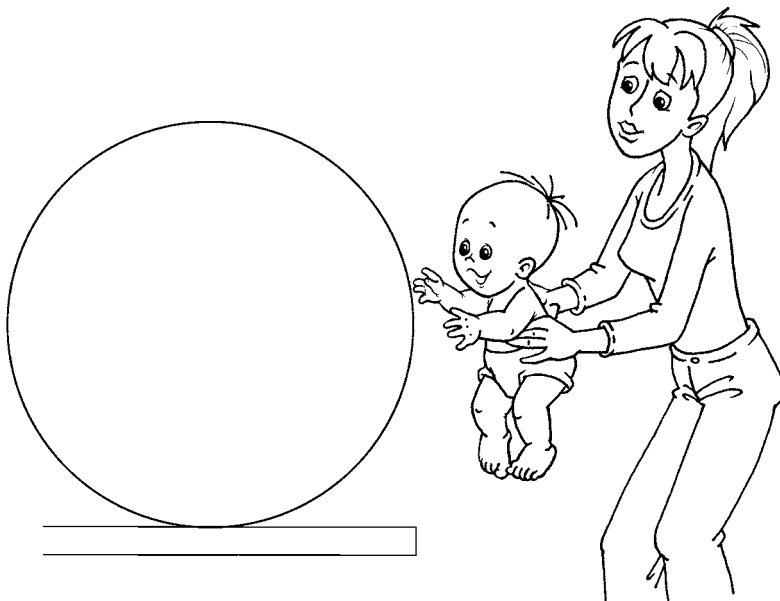


4. Ребёнок лежит животом на мяче, руки свисают вниз. Покачайте (покатайте) малыша вперёд-назад, вправо-влево.



5. Малыш лежит спиной на мяче. Удерживайте его за голени. Согните ноги ребёнка в коленях и прижмите к груди. Откачивая мяч назад, выпрямите ноги малыша.

6. Положите мяч на стол. Держите ребёнка перед собой в вертикальном положении лицом к мячу. Поднесите малыша к мячу и наклоните его так, чтобы он опёрся на мяч. Пусть малыш не просто опирается на мяч, но ещё и толкает его вперёд.

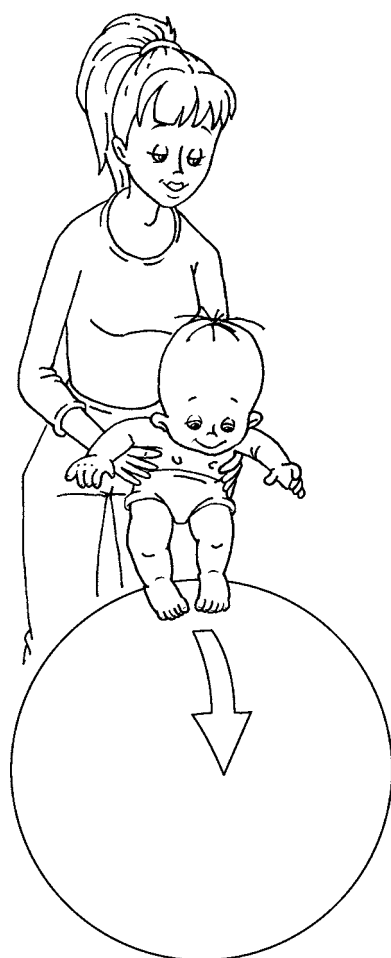


7. Ребёнок лежит спиной на мяче. Слегка придерживая его, совершайте качательные движения вперёд-назад.

8. Малыш лежит спиной на мяче. Слегка придерживая его, совершайте качательные движения вправо-влево.



9. Ребёнок лежит животом на мяче, придерживайте его за тазобедренные суставы, выполняйте движения вниз до касания ладонями пола и обратно.



10. Поддерживая ребёнка под мышками, поставьте его ногами на мяч, спиной к себе. Совершая движение вперёд, посадите его на мяч. При обратном движении верните в исходное положение.

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Введение</i>	3
Ступени развития малыша.....	4
От 0 до 6 месяцев.....	4
От 6 месяцев до 1 года.....	9
От 1 года до 1 года 6 месяцев	14
От 1 года 6 месяцев до 2 лет.....	18
От 2 лет до 2 лет 6 месяцев	22
От 2 лет 6 месяцев до 3 лет	26
<i>Литература</i>	30