



# Первые шаги

от 0 до 3 лет

И. А. Ермакова

## Игры с мячом

для самых  
маленьких



- Особенности развития малыша с рождения до трёх лет

- Шесть комплексов оздоровительной гимнастики

- Рекомендации и поясняющие рисунки для родителей

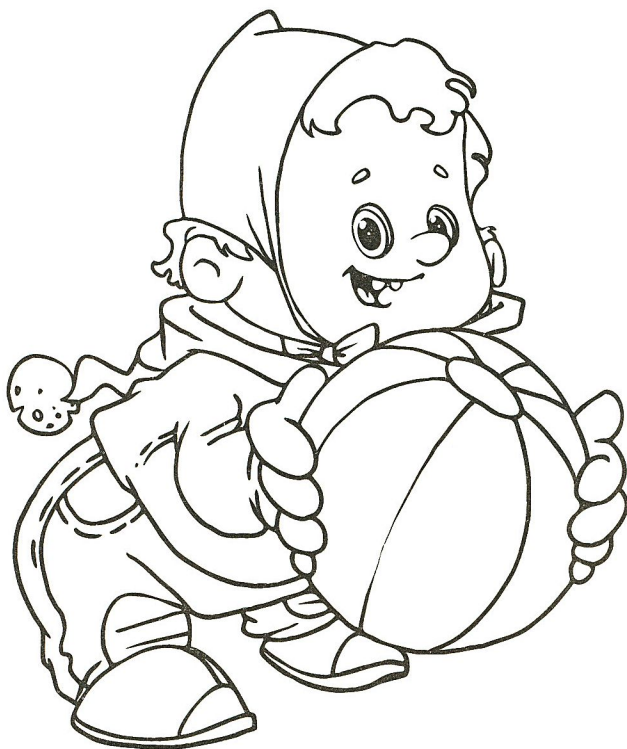
Достаточно  
позаниматься  
**10-15**  
минут в день!



Серия «Первые шаги»

И. А. Ермакова

# ИГРЫ С МЯЧОМ ДЛЯ САМЫХ МАЛЕНЬКИХ



УДК 376  
Е72

**Ермакова И. А.**

Е72 Игры с мячом для самых маленьких. — СПб.: Издательский Дом «Литера», 2009. — 32 с.: ил. — (Серия «Первые шаги»).

ISBN 978-5-94455-784-1

В книге представлены занимательные 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, педиатров, инструкторов лечебной физкультуры и массажистов.

УДК 376

ISBN 978-5-94455-784-1

© Ермакова И. А., 2006  
© Издательский Дом «Литера», 2009

## **Уважаемые родители!**

В последнее время всё чаще можно увидеть в продаже фитболы (большие ортопедические мячи). Заниматься на таких мячах могут как взрослые, так и дети с самого рождения.

Гимнастика для малышей должна быть не только полезной, но ещё и занимательной. Для этой цели можно использовать фитболы разного размера и цвета. Упражнения с мячом заинтересуют ребёнка своей игровой формой. Каждая мама знает, что игра очень полезна как для психического, так и для физического развития ребёнка.

Фитбол — незаменимый помощник в семье, где недавно появился малыш. Мяч необходим для сеансов массажа и в период, когда ребёнок учится ползать и ходить. К тому же он не только станет участником ваших игр с малышом, но и поможет вам расслабиться после долгого и напряжённого дня, ведь мяч может выдержать не только малыша, но и его маму или папу. При помощи большого мяча вы сможете приобщить ребёнка к физкультуре уже с раннего возраста.

Книга состоит из разделов с описанием тех физических умений, которые может выполнять малыш данного возраста. В каждом разделе представлены специальные упражнения на гимнастических мячах, которые помогут вашему малышу овладеть новыми навыками и закрепить уже приобретённые. Упражнения расположены с учётом возраста ребёнка: от простых к более сложным. Рекомендуется ежедневно уделять по 10—15 минут этим оздоровительным занятиям. Ведь упражнения полезны как для малыша, так и для его родителей.

*Желаем вам здоровья и успехов!*

## СТУПЕНИ РАЗВИТИЯ МАЛЫША

### От 0 до 6 месяцев

#### *Новорождённый*

У новорождённого возникает реакция на внешние воздействия: малыш начинает видеть и слышать. Выявляются врождённые способности: сосание, глотание, моргание и т. п. Появляются условные рефлексы на зрительный и слуховой раздражитель.

Малыш ещё не может самостоятельно изменить положение своего тела. Лёжа на животе, голову не поднимает. Не способен удерживать её в вертикальном положении.

#### *1 месяц*

Несколько секунд ребёнок удерживает голову в вертикальном положении. Лёжа на животе, старается её приподнять. В ответ на раздражение производит рефлекторные движения руками и ногами.

#### *2 месяца*

В два месяца ребёнок уже хорошо поднимает и удерживает голову в вертикальном положении 1—1,5 минуты. Лёжа на животе, приподнимает голову и грудь. Поворачивает голову в сторону говорящего. Внимательно следит за движущимися яркими предметами. Предметы хватает всей ладонью и крепко их удерживает.

#### *3 месяца*

В течение 5—6 минут свободно удерживает голову в вертикальном положении. Лёжа на животе, приподнимается и опирается на предплечья и локти. Переворачивается со спины на бок; меняет положение своего тела, но движения ещё не координированы. Определяет по голосу местонахождение взрослого. Тянется за игрушкой, суёт пальцы в рот. Любит, если с ним играют родители.

#### *4 месяца*

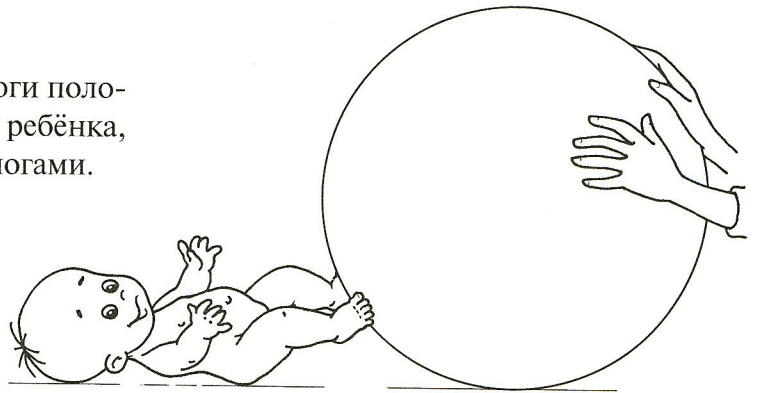
В четыре месяца малыш приподнимает голову, лёжа на спине. При поддержке в вертикальном положении крепко упирается ногами. Свободно переворачивается со спины на живот. Лёжа на животе, приподнимается, опираясь на ладони, и следит за дви-

жущимся предметом. Хватает и удерживает в руках мелкие предметы, играет с висющими над кроваткой или коляской игрушками, берёт их в руки, ощупывает, тянет в рот.

### **5—6 месяцев**

При поддержке или опоре садится, но удерживать спину прямо ещё не может. Поддерживаемый под мышки, малыш стоит на ногах ровно. Пытается поворачиваться с живота на спину. Подолгу удерживает схваченные предметы. Хорошо знает маму и не идёт на руки к чужим людям. Различает тон голоса, который можно использовать в воспитательных целях. Не понимая слов, улавливает их смысл по интонации.

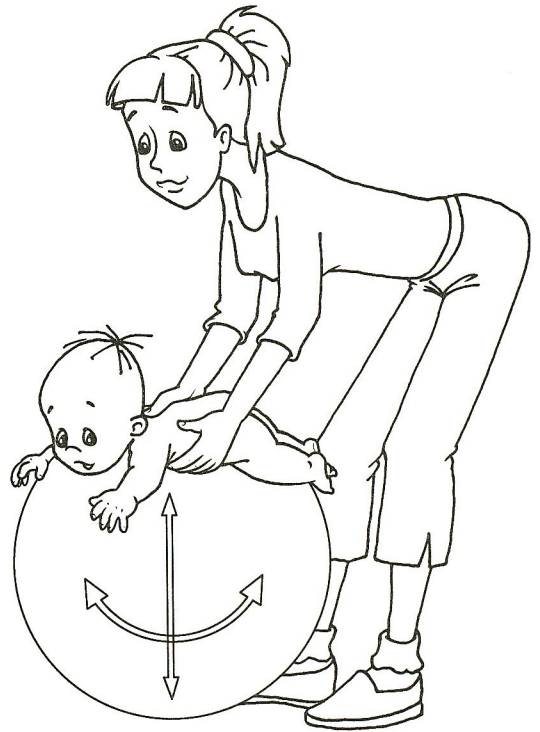
**1.** Малыш лежит на спине. В ноги положите мяч. Приближая мяч к ногам ребёнка, побуждайте его отталкивать мяч ногами.



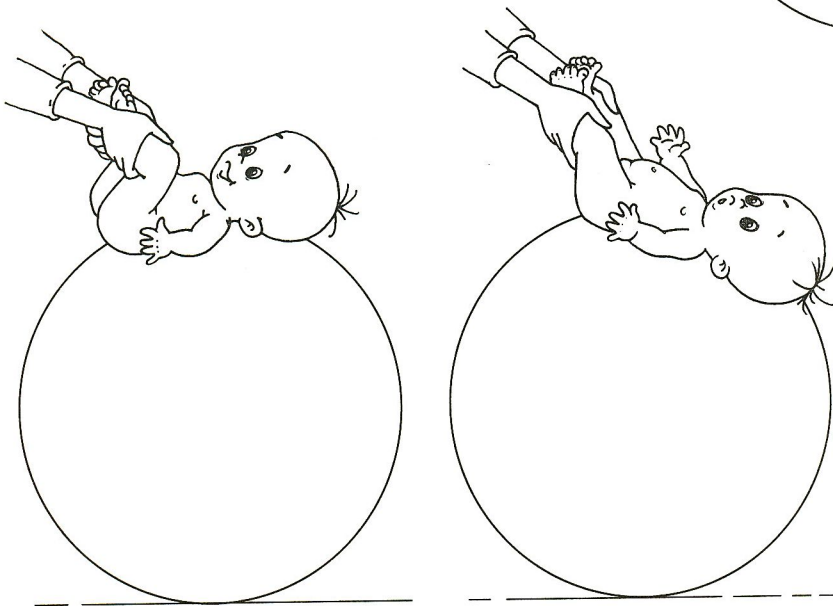
**2.** Положите ребёнка так, чтобы его голова, грудь, живот и бёдра сливались с поверхностью мяча. Стоя рядом, удерживайте малыша за талию, покатайте его, притягивая к себе, а затем отталкивая от себя.



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

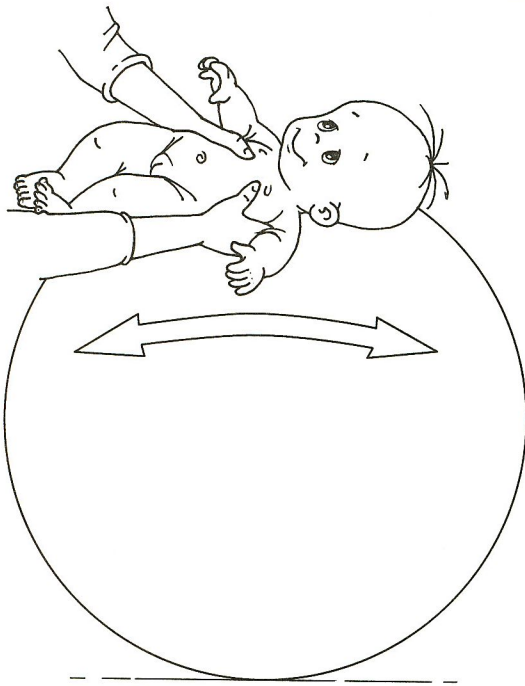
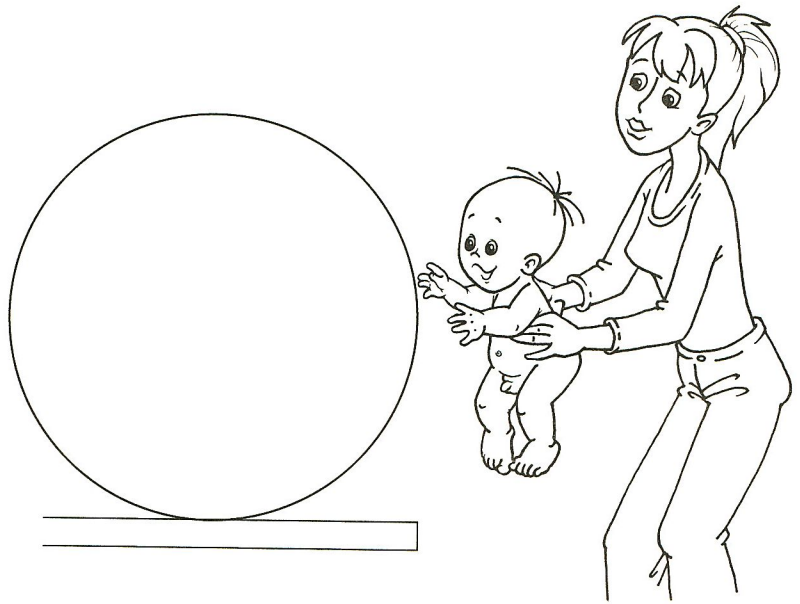


4. Ребёнок лежит животом на мяче, руки свисают вниз. Покачайте (покатайте) малыша вперёд-назад, вправо-влево.



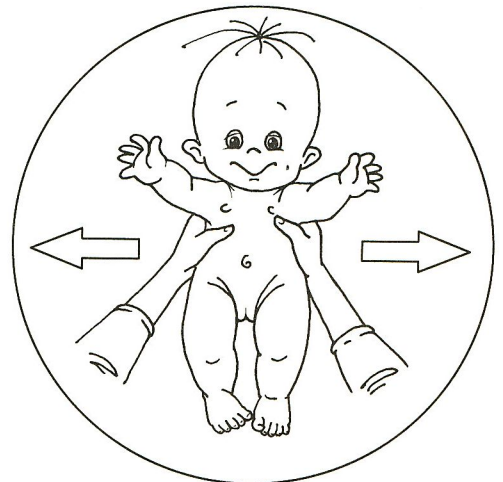
5. Малыш лежит спиной на мяче. Удерживайте его за голени. Согните ноги ребёнка в коленях и прижмите к груди. Откачивая мяч назад, выпрямите ноги малыша.

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.

## От 6 месяцев до 1 года

Итак, вашему малышу уже исполнилось полгода. Делать самостоятельно гимнастику он ещё не может, а вопрос физического развития ребёнка актуален для родителей всегда. Прежде всего вам стоит определиться, чему вы хотите научить малыша, какие навыки и умения привить и закрепить?

Каждый ребёнок проходит свой путь развития. Невозможно оценивать его достижения, опираясь на некие универсальные критерии. Но всё же, чтобы дать развитию малыша объективную оценку, нужно учитывать конкретные ориентиры, а определить степень погрешности — это уже задача педиатра.

### *6 месяцев*

На шестом месяце основными достижениями считаются первые попытки сесть, но мышцы спины ещё недостаточно окрепли, чтобы держать тело, поэтому ребёнок опирается на руки, пытаясь хоть как-то удержаться в сидячем положении. Лёжа на животе, малыш может приподнять свой корпус на выпрямленных руках, опираясь на ладони. Заинтересовавшись каким-либо предметом, он берёт его в руки. Начинается формирование свода стопы: малыш всё чаще становится на полную стопу и с большим удовольствием подпрыгивает на месте. Поэтому необходимо поддерживать малыша под мышками.

### *7 месяцев*

К седьмому месяцу малыш уже приподнимается на четвереньки, свободно ползает и пачит. Уверенно сидит. Сидя самостоятельно, наклоняет и выпрямляет туловище. Тянется к своему отражению в зеркале, ищет взглядом и находит крупные предметы, называемые взрослыми. Начинает стучать игрушкой о спинку кровати. Часто бросает игрушку специально. С каждым днём становится более ловким, увереннее владеет своим телом.

### *8 месяцев*

В восемь месяцев малыш, цепляясь за кровать, встаёт и садится сам. Пытается хлопать в ладоши. Пробует ходить при поддержке за руки. Становится разнообразной мимика; возникает интерес и удивление при появлении новой игрушки или незнакомого лица. Ищет взглядом нужный ему предмет и настойчиво стремится достать его. Много играет с игрушками: рассматривает их, постукивает одной о другую, пытается бросить их вниз и т. д.

### *9 месяцев*

Пробует стоять без опоры. Самостоятельно ходит, держась за опору, приподнимается и встаёт из любого положения. При ползании по ровной поверхности забирается на подушку, валик и т. п. Выполняет довольно сложные действия: перебирает кубики, собирает мелкие предметы; исполняет простые просьбы: «Дай ручку», «Помаши ручкой», «До свидания» и т. д. С игрушками предпочитает играть сидя. Ищет упавший или

спрятанный предмет, находит вещи, расположенные в разных местах, запоминает их названия. Помнит своё имя, поворачивает лицо к тому, кто его зовёт. Понимает слово «нет». Улавливает не только интонацию, но и значение отдельных слов («дай», «брось», «на», «иди» и др.). Различает величину, цвет, форму предметов.

### *10 месяцев*

К десятому месяцу малыш поднимается сам и стоит без опоры. Может ходить, держась за руку или за коляску. Не отдаёт понравившуюся игрушку, хорошо подражает движениям взрослых. Начинает произносить простые слова. Окружающие предметы и животных называет отдельными слогами.

### *11 месяцев*

К одиннадцатому месяцу малыш уже хорошо ориентируется в пространстве (встаёт, садится, нагибается, ходит при поддержке за руку). Знает названия многих предметов и показывает определённую игрушку, части своего тела и т. д. Выполняет многие требования, при отрицании качает головой. Заметно возрастает координация движений пальцев (крепко держит игрушку, комкает и рвёт бумагу).

### *12 месяцев*

Ребёнок уже самостоятельно ходит; подходит, если его зовут. Приседает и выпрямляется без опоры; наклонившись, может поднять предмет. Даёт игрушку, если её у него просят. Выполняет сравнительно сложные задания: открывает дверь, приносит отдельные предметы, игрушки. Любит наблюдать за передвижением людей, животных; тянется к движущимся предметам, игрушкам.

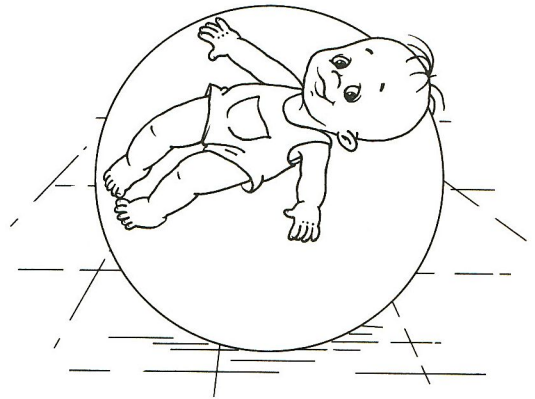


Ваш малыш только начинает ползать? Или уже ходит? Тогда поиграйте с ним при помощи фитбола. Для этого лучше всего использовать мяч диаметром 45—55 см.

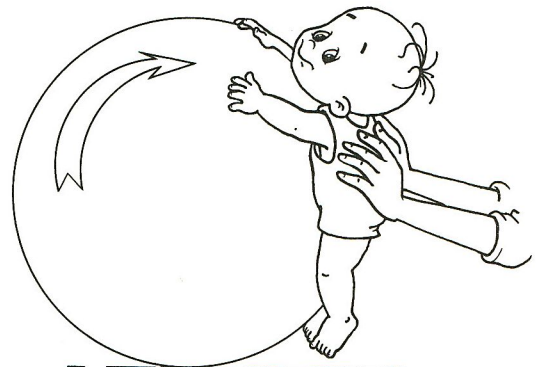
**Внимание!** Во время занятий на мяче запрещается тянуть или удерживать ребёнка за кисти (ладони) или стопы. Это поможет вам избежать травм.

**1.** Малыш стоит ногами на мяче, пытается пружинить, делать подскоки и сохранять равновесие. Обязательно придерживайте малыша, присев на корточки (со стороны спины ребёнка) ведь координация движений и равновесие у него ещё недостаточно развиты.

2. Ребёнок лежит спиной на мяче, руки разведены в стороны и свисают вниз. Подержите малыша в таком положении: пусть его мышцы отдохнут.

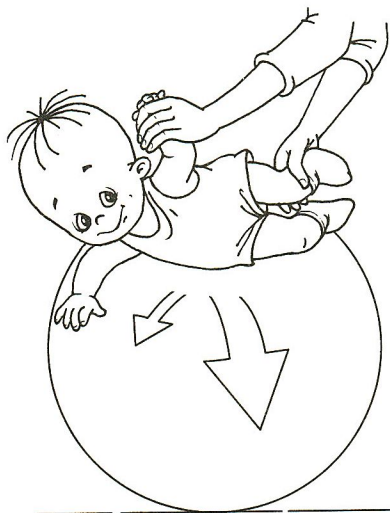


3. Малыш лежит животом на мяче. Удерживая за спину, покачайте ребёнка вперёд-назад, а затем вытяните его руки по возможности вперёд. Ваша задача — добиться, чтобы малыш при движении вперёд касался руками пола, а при движении назад — совершал такие касания стопами.



4. Лёжа животом на мяче, малыш ладонями обнимает его. Придерживайте ребёнка двумя руками за голени. Откатите мяч назад, подтяните малыша к себе, ноги согните в коленях. Откатите мяч вперёд, разогните ноги малыша.



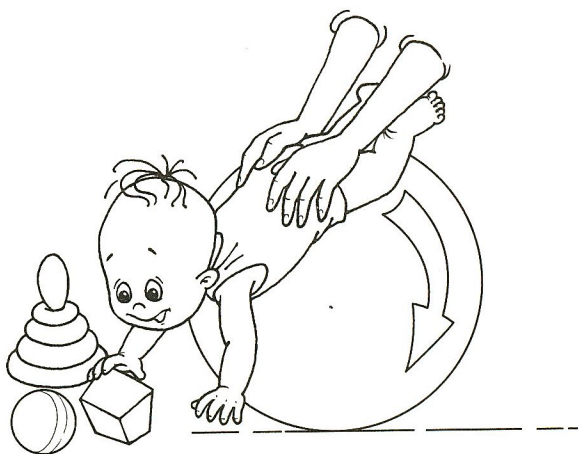


5. Положите малыша на мяч правым боком. Удерживая ребёнка за голень и предплечье, покатайте его несколько раз вправо-влево. То же самое повторите другим боком.

6. Положите ребёнка животом на мяч и придерживайте его слегка руками. Наклоняйте мяч то вправо, то влево, побуждая малыша удержаться на мяче и вытягивать руку к полу в ту сторону, куда вы наклоняете мячик.



7. Разместите перед мячом на расстоянии 40 см несколько игрушек. Положите ребёнка животом на мяч, лицом к игрушкам. Удерживая малыша руками, подтолкните его вперёд. Когда малыш перевалится на другую половину мяча, он будет вынужден сам крепко опереться на руки. Причём он попробует опереться только на одну руку, а второй — достать игрушку.

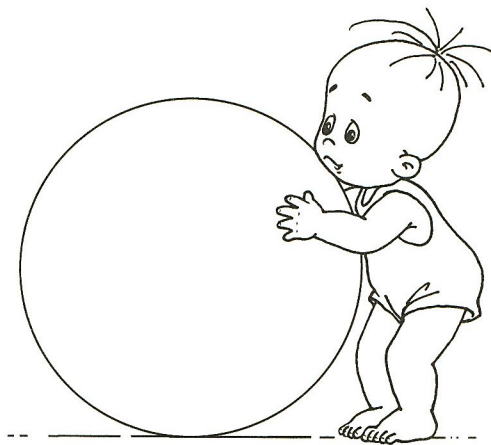


8. Мяч следует надуть на  $\frac{2}{3}$  объёма. Посадите на него малыша, лицом к себе так, чтобы он буквально провалился в ямку. Ребёнка следует держать крепко за ноги. Наклоняйте малыша в разные стороны: вперёд-назад, вправо-влево и т. п. Ребёнок будет выполнять движения, помогающие ему сохранять равновесие и удержаться в вертикальном положении на мяче.



9. Поочерёдно придерживайте рукой то правую, то левую ногу малыша так, чтобы он ударял по мячу только одной ногой.

10. Ребёнок стоит на полу, руки лежат на мяче. Толкая мяч вперёд, малыш продвигается по комнате.

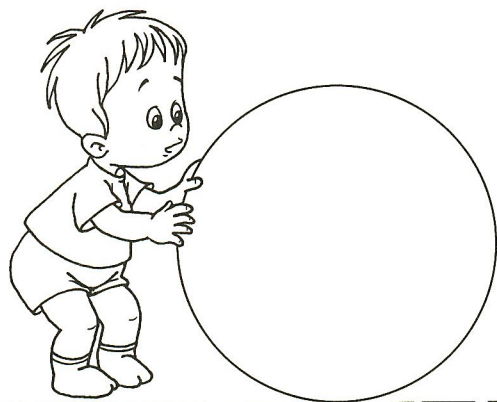


## От 1 года до 1 года 6 месяцев

В этом возрасте многие дети проходят, не присаживаясь, расстояние до 10 м. Ребёнок передвигается быстро, так как при этом легче удерживать равновесие. Заметны изменения в овладении основными движениями, ребёнок свободнее двигается в пространстве и легче преодолевает естественные препятствия. Малыш поднимается и спускается по лестнице приставным шагом, держась за перила. Ходит по наклонной доске, перешагивает через препятствия высотой 5—10 см от пола. Ребёнок учится бросать одной рукой маленький мячик на расстояние 50 см.

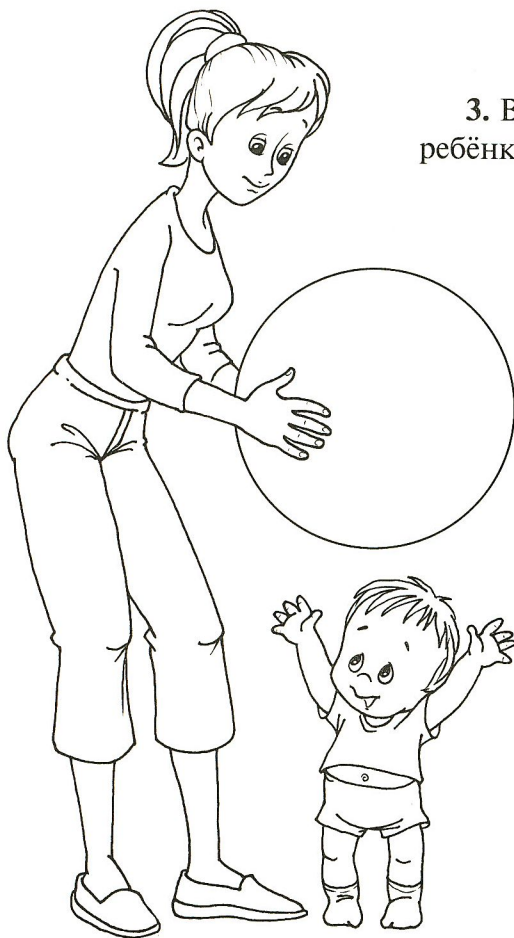
Поскольку для малыша теперь более естественно вертикальное положение, многие упражнения делаются сидя и стоя, но исходные положения чередуются, чтобы не перенапрягать мышцы ребёнка.

**1.** Возьмите мяч диаметром 20—25 см. Покачайте его по очереди с малышом. Это упражнение направлено на развитие координированных движений рук.



**2.** Побудите ребёнка прокатить большой мяч на расстояние 50—60 см.

3. Взрослый держит мяч на высоте вытянутых вверх рук ребёнка. Малыш должен достать мяч руками.



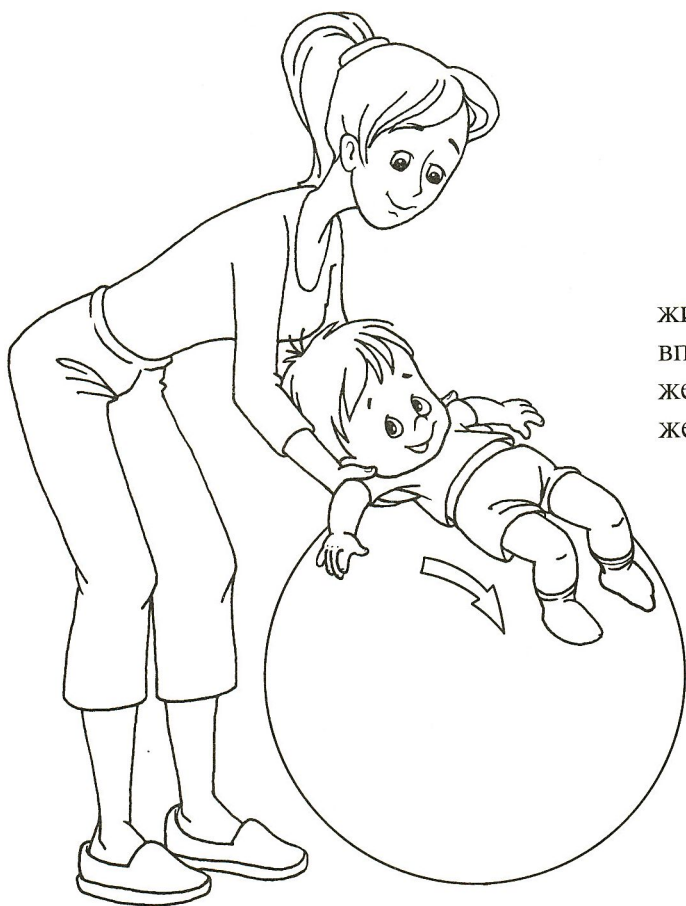
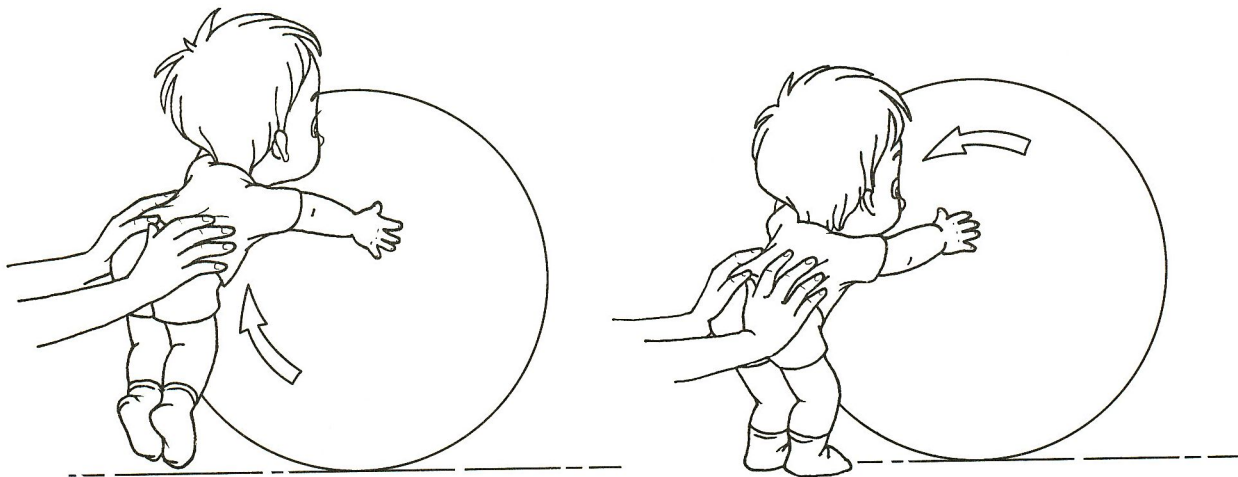
4. Посадите ребёнка на мяч, поддерживая за плечевые суставы и, нажимая на них вниз, совершайте колебательные движения вверх-вниз.



5. Положите ребёнка животом на мяч. Поддерживая его одной рукой за ноги, а другой — за правую руку, поворачивайте малыша влево, укладывая на левый бок. Затем, так же поддерживая его одной рукой за ноги, а другой рукой — за левую руку, поворачивайте малыша на правый бок.



6. Ребёнок лежит животом на мяче. Придерживайте его за тазобедренные суставы и отталкивайте мяч назад до касания пола сначала носочками, а затем стопами.

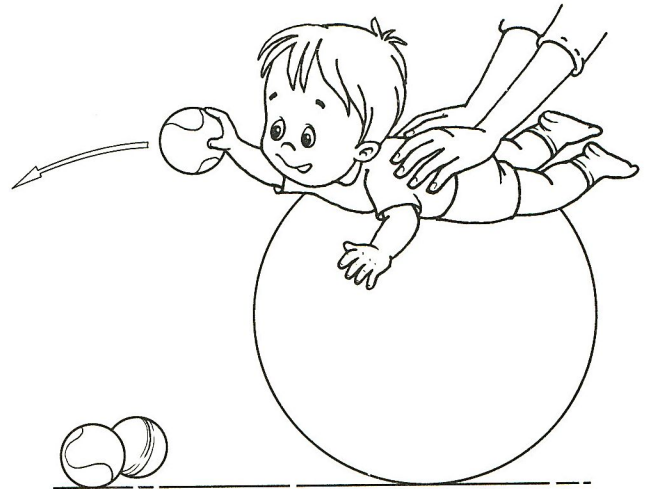


7. Посадите малыша на мяч, поддерживая за плечевые суставы. Движением вперёд положите его спиной на мяч, движением назад верните в исходное положение.

8. Малыш лежит спиной на мяче. Придерживая его за плечевые суставы, откатите мяч вперёд до касания пола пятками, а затем стопами.



9. Возьмите несколько маленьких мячей. Положите ребёнка животом на мяч. Дайте ему в руку маленький мяч. Придерживая малыша за спину, позвольте ему бросать мяч вперёд.



10. Посадите малыша на мяч, широко разведя ноги в стороны в тазобедренных суставах. Придерживая ребёнка за ноги, совершайте качательные движения вправо-влево.

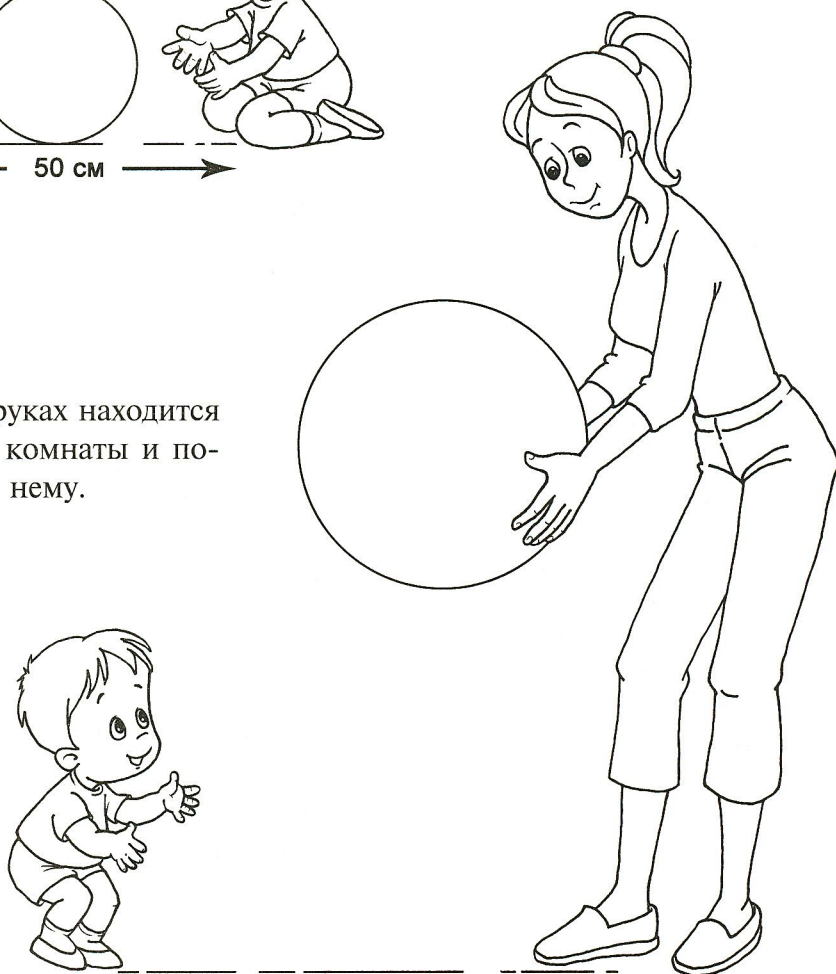
## От 1 года 6 месяцев до 2 лет

В этом возрасте ребёнок может перешагнуть через препятствие, поднятое на высоту 18—20 см от пола. Бросает мяч в горизонтальную цель на расстояние 60—70 см. Легко забирается на гимнастическую стенку и спускается чередующимся шагом.

1. Сидя на полу, малыш должен прокатить мяч среднего размера взрослому. Взрослый сидит напротив, на расстоянии 50 см от ребёнка.



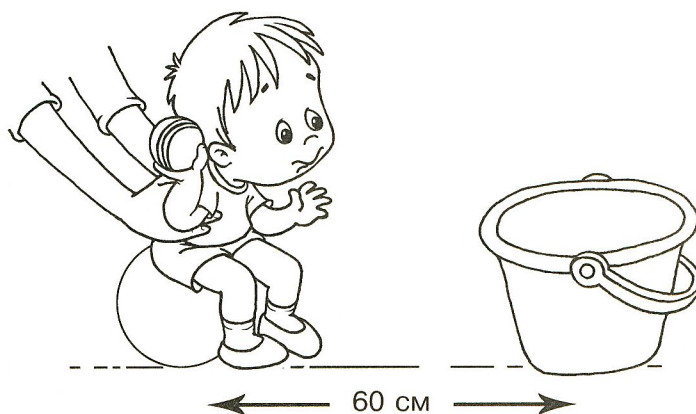
2. Взрослый с мячом в руках находится в противоположном конце комнаты и побуждает ребёнка подойти к нему.





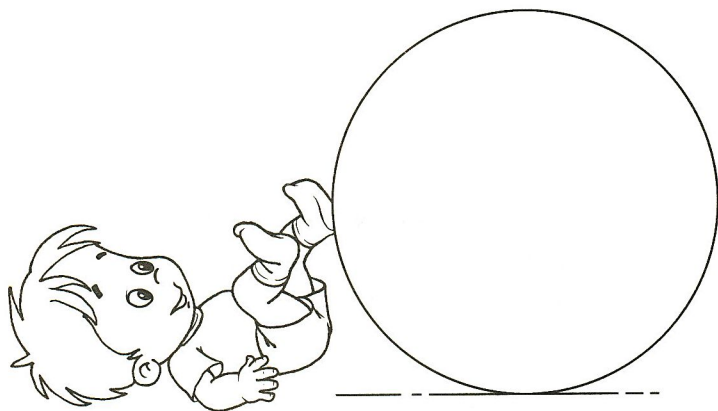
3. Положите ребёнка животом на мяч. Удерживая одной рукой за ноги, а другой — за руки, побуждайте его прогнуться и выполнить «лодочку».

4. Посадите ребёнка на мяч среднего размера, придерживая за талию. Пусть малыш бросает маленькие мячи в ведёрко, расположенное на расстоянии 60 см от него.



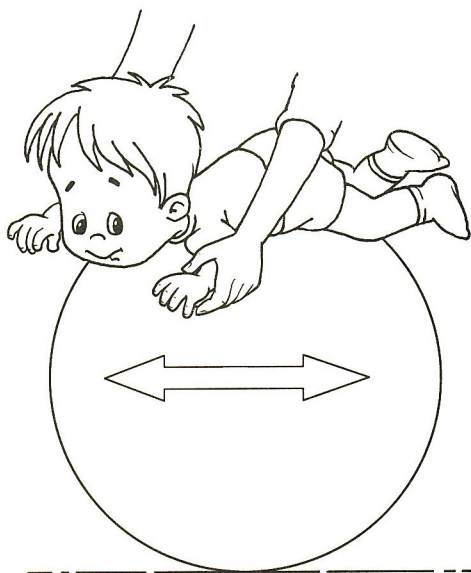
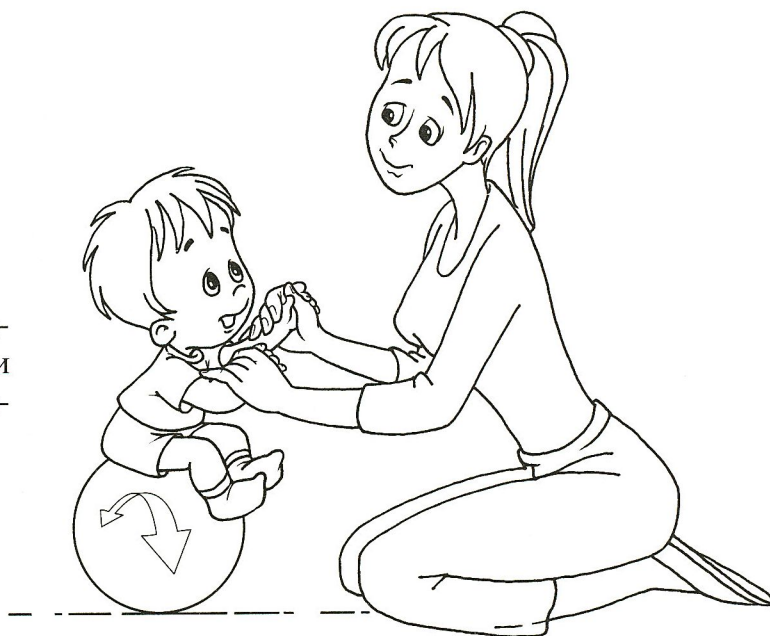
5. Сядьте на пол перед мячом друг против друга. Пусть малыш с усилием барабанит ладонями по мячу.





6. Ребёнок лежит на спине с согнутыми в коленях ногами. Подкатите к нему мяч: пусть малыш с усилием стучит по нему пятками.

7. Малыш сидит на мяче среднего размера. Сядьте перед ним и возьмите его за ладони. Покачивайте ребёнка вправо-влево.



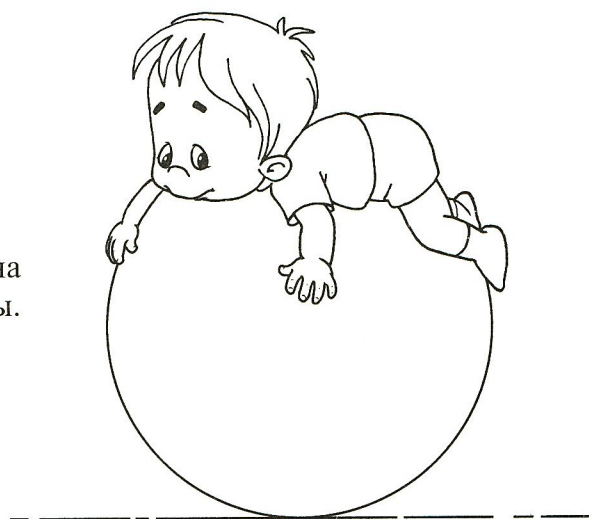
8. Малыш лежит животом на мяче. Поддерживая его за руки, совершайте движения вперёд-назад.



9. Встаньте на пол и передавайте мяч друг другу, отталкивая его ладонями.



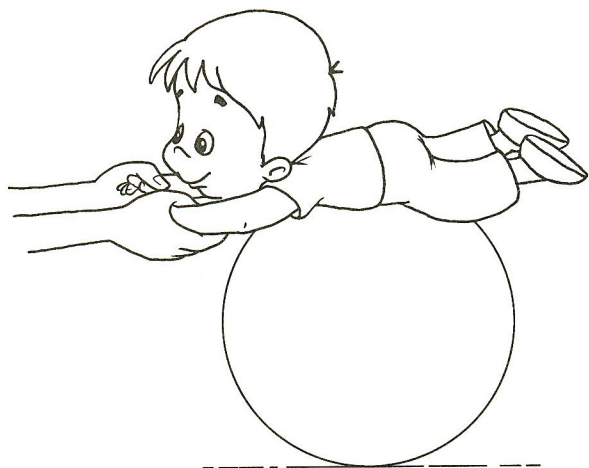
10. Ребёнок свободно лежит животом на мяче, широко разведя руки и ноги в стороны.



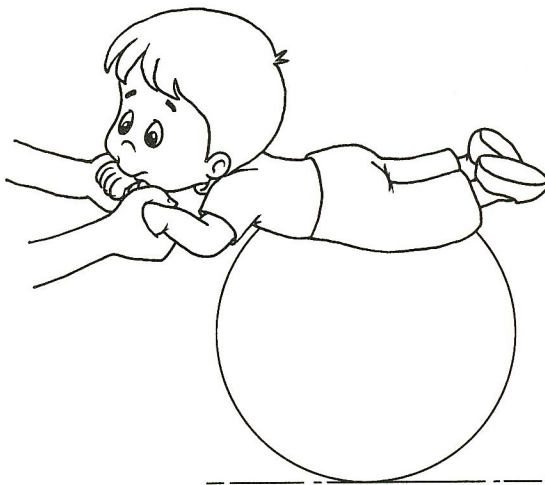
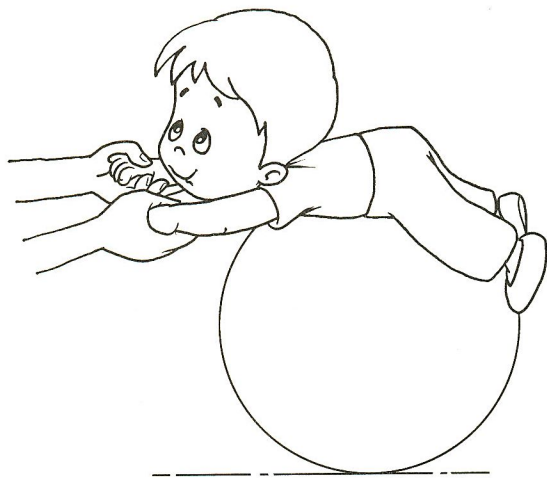
## От 2 лет до 2 лет 6 месяцев

В этом возрасте ребёнок может пройти вверх по наклонной доске, приподнятой на 25—30 см от пола. Залезает на табурет высотой 15 см и слезает с него приставным шагом. Перешагивает через палку или верёвку, поднятую на высоту 20—28 см от пола. Забирается на гимнастическую стенку высотой 150 см и спускается с неё чередующимся шагом. Маленькие мячи бросает одной рукой в горизонтальную цель на расстояние 80—100 см, расположенную на уровне груди.

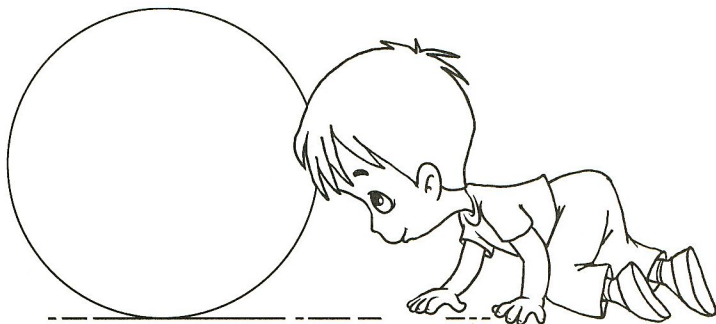
1. Малыш лежит животом на мяче и сгибает ноги в коленных суставах. Обязательно придерживайте его за руки, ведь он ещё очень мал для самостоятельного выполнения упражнений.



2. Ребёнок лежит животом на мяче. Удерживайте малыша за руки, а он в это время будет сгибать и разгибать руки.



3. Ребёнок встаёт на четвереньки на коврик и толкает головой мяч, не касаясь его руками. Задача ребёнка — докатить мяч до конца коврика.



4. Сядьте на пол друг против друга и покажите мяч друг другу.



5. Ребёнок сидит на мяче среднего размера, ноги, согнутые в коленях под прямым углом, твёрдо стоят на полу. Поддерживайте малыша за вытянутые вперёд руки, позволяя ему легко подпрыгивать, не отрываясь от мяча.



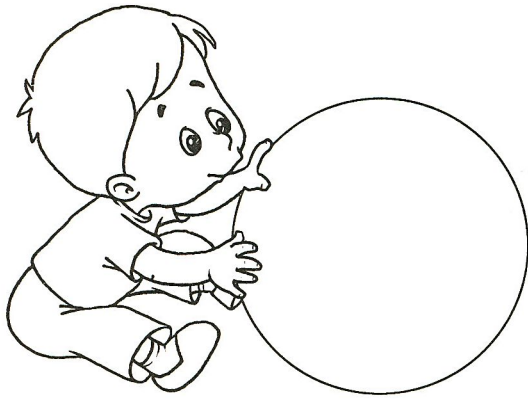


6. Ребёнок лежит животом на мяче. Придерживайте его за руки. Малыш выполняет поочерёдные движения прямыми ногами вверх-вниз.

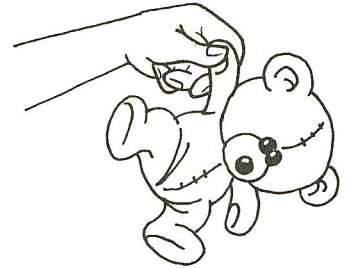
7. Малыш сидит на мяче среднего размера, опираясь ногами о пол, и выполняет хлопки руками перед собой.



8. Малыш сидит на мяче, ноги твёрдо стоят на полу. Придерживайте его за руки. Малыш выполняет шагающие движения ногами.



9. Сидя на полу с широко раздвинутыми ногами, малыш отталкивает мяч ладонями вперед и тянется за ним.



10. Ребёнок сидит на мяче среднего размера. Ноги твёрдо стоят на полу. Держите сверху игрушку, чтобы он, пружиня на мяче, смог дотянуться до неё руками.



## От 2 лет 6 месяцев до 3 лет

Ребёнок проходит вверх по наклонной доске, приподнятой от пола на 30—35 см. Залезает на табурет высотой 25 см и слезает с него. Перешагивает через палку или верёвку, поднятую на высоту 30—35 см от пола. Бросает мяч в горизонтальную цель на расстояние 100—125 см. Забирается на гимнастическую стенку высотой 150 см и спускается приставным или чередующимся шагом. Может согласовывать свои действия с другими людьми, одновременно действовать руками и ногами. Меняет темп, направление, характер движения в зависимости от сигнала (словесного или музыкального). Может сдерживать свои движения и дожидаться разрешающего сигнала.

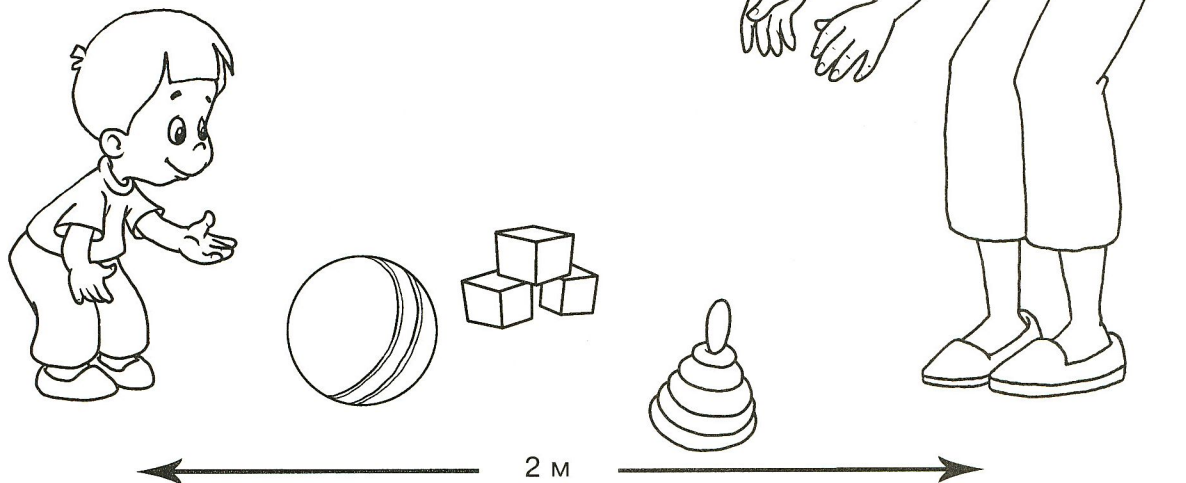


1. Ребёнок лежит животом на мяче. Придерживайте его за голень. Малыш приподнимает туловище с одновременным движением рук в стороны.

2. Ребёнок лежит спиной на мяче. Придерживайте его за руки. Малыш выполняет поочерёдные движения прямыми ногами вверх-вниз.



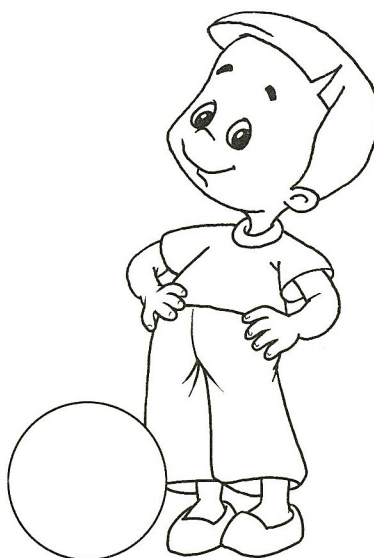
3. Встаньте друг против друга на расстояние примерно 2 м. По очереди прокатывайте мяч в ворота, установленные заранее (это могут быть кубики, кегли и т. п.).



4. Ребёнок сидит на стуле. Малыш ставит босые ноги на мяч и катает его вперёд-назад.



5. Ребёнок катит мяч руками по полу. По сигналу «стоп» он должен остановиться вместе с мячом на месте, выпрямить корпус, руки поставить на пояс.



6. Малыш лежит спиной на мяче, ноги твёрдо стоят на полу. Придерживайте ребёнка за тазобедренные суставы. Малыш поднимает туловище и обнимает вас за шею.

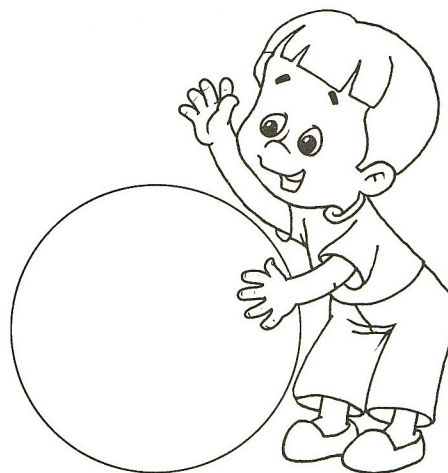


7. Поддерживая ребёнка под мышки, поставьте его коленями на мяч. Выполните колебательные движения.



8. Ребёнок лежит спиной на мяче. Руки и ноги отведены в стороны. Удерживая малыша руками, производите колебательные движения.

9. Малыш стоит около мяча и барабанит по нему ладонями. По сигналу «стоп» он должен прекратить стучать по мячу.



10. Упражнения № 5 и 9 можно усложнить, выполняя их под музыку, и при помощи музыкального «стоп-сигнала» останавливать движения малыша.

## Литература

*Болотовский Г. В., Чутко Л. С., Кропотов Ю. Д.* Гиперактивный ребёнок. — СПб.: Издательская компания «Невский проспект», 2004.

*Вайнер Д.* Массаж, гимнастика, йога для детей раннего возраста. — СПб.: КОРОНА принт, 2003.

*Галанов А. С.* Психическое и физическое развитие ребёнка от 0 до года. — М.: Аркти, 2000.

*Галанов А. С.* Психическое и физическое развитие ребёнка от одного года до трёх лет. — М.: Аркти, 2000.

*Галанов А. С.* Психическое и физическое развитие ребёнка от трёх до пяти лет. — М.: Аркти, 2003.

*Голубева Л. Г.* Гимнастика и массаж для самых маленьких. — М.: Просвещение, 1996.

*Ильина М. Н.* Развитие ребёнка с 1-го дня до 6-ти лет. — СПб.: КОРОНА принт, 2004.

*Левченкова Т. В.* Рекомендации по оздоровительной гимнастике на специальных мячах для детей. — М., 1996.

*Потапчук А. А., Лукина Г. Г.* Фитбол-гимнастика в дошкольном возрасте. — СПб., 1999.

*Страковская В.* Помогите малышу подготовиться к школьной жизни. — М.: Тера-Спорт, 2000.

*Тарабарина Т. И.* Ребёнок от рождения до 3-х лет. — Ярославль: Академия развития, 2004.

*Цукунфт-Губер Б.* Гимнастика для грудных детей. — СПб.: Питер, 1995.

## Содержание

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



Издательский Дом «Литера»  
приглашает к сотрудничеству авторов  
Телефоны редакции: (812) 560-8684, 325-4741  
E-mail: [publish@litera.spb.ru](mailto:publish@litera.spb.ru)  
<http://www.litera.spb.ru>

По вопросам реализации обращаться  
в Санкт-Петербурге: (812) 441-3649, 441-3650  
E-mail: [sales@litera.spb.ru](mailto:sales@litera.spb.ru)  
в Москве: (495) 641-2322  
E-mail: [mail@litera.inc.ru](mailto:mail@litera.inc.ru)  
в Екатеринбурге: (343) 360-0559  
E-mail: [litera-ural@list.ru](mailto:litera-ural@list.ru)

Гигиенический сертификат  
№ 78.01.07.953.П.002499.05.04 от 20.05.04

*Ермакова Ирина Анатольевна*

**Игры с мячом для самых маленьких**

Редакторы *Ю. Петлюк, Я. Позднякова*  
Художник *Г. Лютикова*  
Обложка *Е. Савик, З. Смирнова*  
Корректоры *Н. Андрианова, Е. Караванова*  
Верстка *И. Хайрова*

Подписано в печать 24.11.08. Формат 84×108<sup>1/16</sup>. Печать офсетная. Гарнитура Таймс.  
Усл. печ. л. 3,36. Тираж 6000 экз. Заказ № 12262.

ООО «Издательский Дом „Литера“»  
192131, Санкт-Петербург, Ивановская ул., 24

Отпечатано по технологии СтР  
в ОАО «Печатный двор» им. А. М. Горького  
197110, Санкт-Петербург, Чкаловский пр., 15

# Растём с «ЛИТЕРОЙ» — одобрено родителями!



**Первые шаги**  
от 0 до 3 лет

**Мамин массаж с потешками**  
для детей первого года жизни

О. Ю. Боткина

- Прямые массажи с пописывающими рисунками
- Потешки — сопроводительные стихи и песенки
- Упражнения и развивающие игры
- Навыки общения с малышом

Справится любая мама!

**Первые шаги**  
от 0 до 3 лет

**Я рисую пальчиками**  
Рисуем в кружочке вместе с ребенком

О. М. Сахарова

- Увлекательные задания
- Занимательные истории
- Рекомендации для родителей

**Первые шаги**  
от 0 до 3 лет

**Ладушки**

О. И. Крупицкая

Пальчиковые игры для малышей

- Развитие мелкой моторики
- Улучшение координации движений
- Полезные игры

**Первые шаги**  
от 0 до 3 лет

**Поговори со мной, мама!**

И. А. Ермакова

Развивающие занятия для малышей

- Игры на управление для развития речи
- Скороговорки, частушки, потешки
- Логический массаж и артикуляционная гимнастика

**Первые шаги**  
от 0 до 3 лет

**55 развивающих игр для малышей от года до трёх**

Р. К. Халиева

- Сравниваем предметы по величине
- Учимся различать цвета
- Знакомимся с формами предметов
- Развиваем фонематический слух
- Развиваем мелкую моторику

**Первые шаги**  
от 0 до 3 лет

**Игры, чистоговорки, песенки, потешки**

А. Б. Дарегина

- Формируем навыки восприятия речи
- Учимся различать цвета и формы
- Развиваем художественный вкус и творческие способности
- Весёлые карнавальные маски

**Первые шаги**  
от 0 до 3 лет

**Каляки-маляки**  
Первые опыты рисования

О. М. Сахарова

- Сказочные истории и мультяшка обучают
- Развитие речи, воображения, творческих способностей
- Рисуем в игровой форме вместе с ребенком

**Первые шаги**  
от 0 до 3 лет

**Поиграй со мной, мама!**

Игры, развивающие навыки для самых маленьких

И. А. Ермакова

- Развиваем речь, мелкую моторику, координацию движений
- Стимулируем познавательную активность
- Формируем положительный эмоциональный настрой

**Первые шаги**  
от 0 до 3 лет

**Лепка и аппликация для самых маленьких**

О. М. Сахарова

- Игровая методика обучения
- Подробные рекомендации и пошаговые рисунки
- Развитие мелкой моторики

Играем и мастерим вместе с малышом!

**Ирина Анатольевна Ермакова** — психолог, педагог, инструктор по лечебной физкультуре — занимается оздоровительной работой с детьми дошкольного возраста. Лауреат конкурса педагогических достижений в номинации «Здоровьесберегающая деятельность» (Санкт-Петербург, 2004).

ISBN 978-5-94455-784-1

