



# Школа мяча

## Подбрасывание мяча

- Подбросить мяч вверх и поймать двумя руками.
- Подбросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши и поймать.
- Подбросить мяч вверх и поймать его после удара об пол..
- Подбросить мяч вверх и поймать его одной правой или левой рукой.
- Подбросить мяч вверх, повернуться вокруг себя и поймать мяч.
- Продвигаясь вперед, подбрасывать мяч вверх.

## Игры с ударом мяча об пол

- Ударить мячом об пол и поймать его двумя руками.
- Ударить мячом об пол, хлопнуть в ладоши и поймать его.
- Ударить мячом об пол, повернуться вокруг себя и поймать его.
- Ударить мячом об пол и поймать его правой (левой) рукой.
- Отбивать мячом об пол двумя руками 5-6 раз подряд.
- Отбивать мячом об пол двумя руками, продвигаясь вперед.
- Отбивать мячом об пол правой (левой) рукой по 5-6 раз, продвигаясь вперед.

## Игры с ударом мяча о стену

- Ударить мячом о стену и поймать его двумя руками.
- Ударить мячом о стену, хлопнуть в ладоши, поймать мяч.
- Ударить мячом о стену, повернуться вокруг себя и поймать мяч.
- Бросить мяч одной рукой в стену и поймать его.
- Ударить мячом о стену, перепрыгнуть через него.
- Ударить мячом о стену из-за спины.
- Ударить мячом о стену из-за головы.

## Перебрасывание мяча

- Перебрасывание мяча друг другу снизу.
- Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди (баскетбольный бросок).
- Перебрасывание мяча друг другу из-за головы.
- Перебрасывание мяча друг другу с ударом об пол.

## Прыжки с мячом

- Допрыгать до определенного места, зажав мяч между коленями.
- Установить мяч на голове и придерживать его одной рукой.
- Зажать мяч между ступней ног.
- Удерживать мяч локтями перед грудью.

## Мяч толкаем, догоняем

- Ребенок передвигается на четвереньках и головой подталкивает перед собой большой надувной мяч, не касаясь его руками.
- Поставьте перед ребенком какую-нибудь задачу, например, загнать мяч в угол.

## Не урони мяч

- Лежа на ковре (вытянувшись на спине), зажать мяч между ног.
- Пусть ребенок попробует перевернуться на живот, не выронив мяча.

