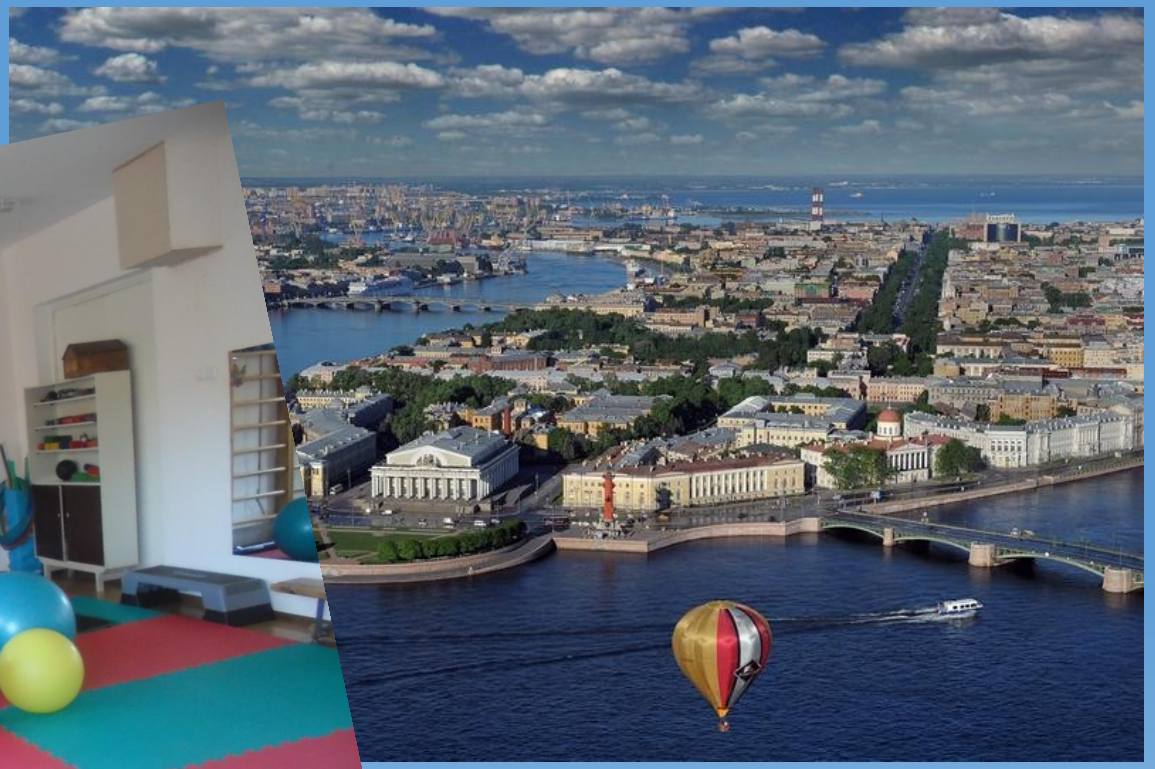
СПБ ГБУЗ «ГОРОДСКАЯ ПОЛИКЛИНИКА №3» ДПО №5

# Интерактивные методы в работе с родителями. Из опыта работы кабинета ЛФК

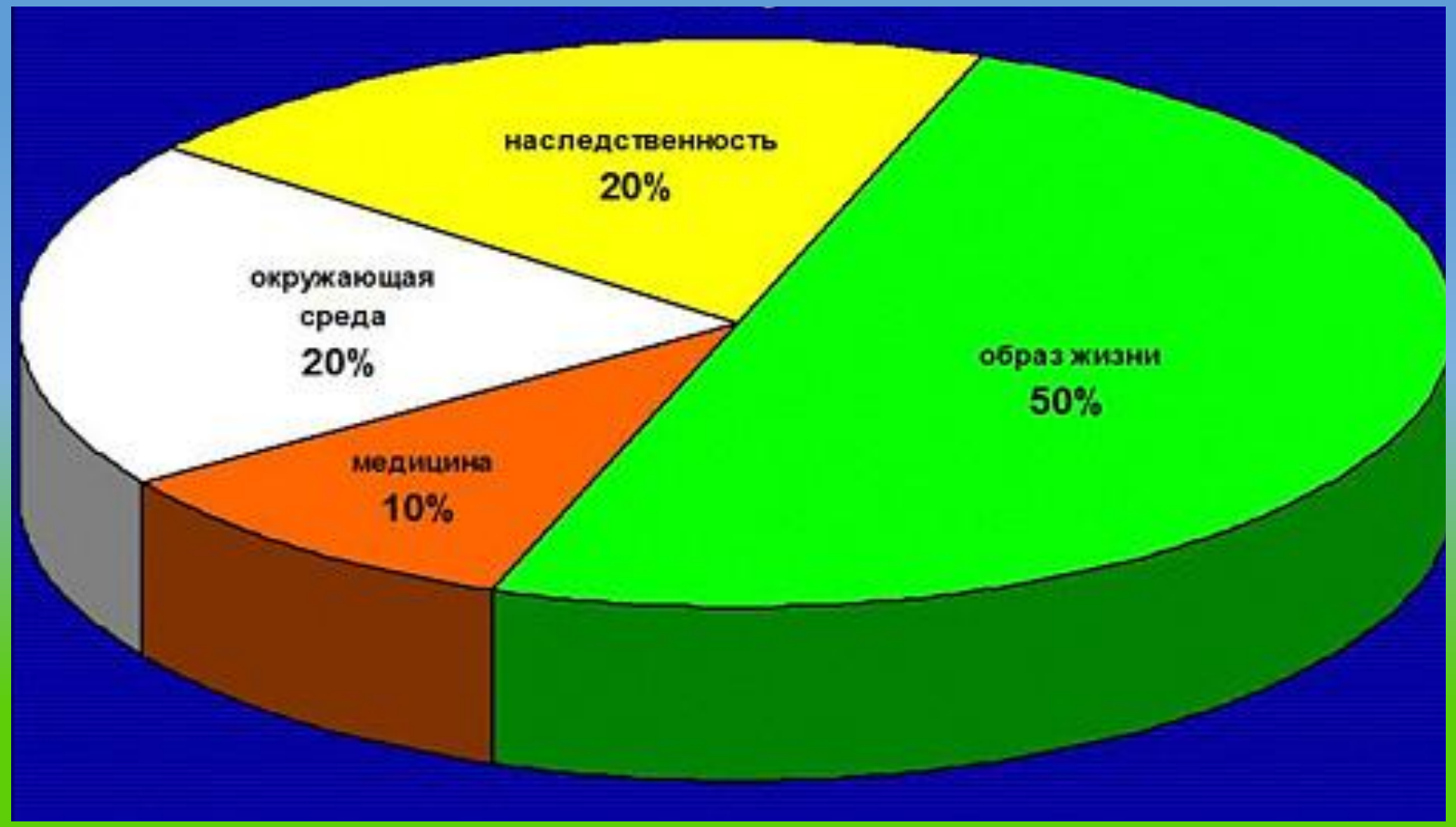
Санкт-Петербург

2016 г.



# ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

(ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ ВОЗ)



# Развитие двигательных навыков у ребёнка первого года жизни

# Мама, покачай!

Тренируем вестибулярный аппарат.
Формируем нижний рефлекс Ландау.

# Посмотри на маму!

Совершенствуем флексию в положении на спине.
Тренируем брюшной пресс.

# Ладошки, хлоп!

Оптическая реакция опоры

# Наклоняйся, поднимайся!

Совершенствуем реакцию выпрямления и оптической опоры. Укрепляем мышцы спины и брюшного пресса.

# Ладошки на мяч!

# Кач – вперёд, кач – назад!

Опора на руки и независимые движения головы способствуют развитию ориентировочных реакций и реакции равновесия.

# Посмотри вверх-вниз, вправо-влево!

Гасим остаточные явления шейных тонических рефлексов, развиваем равновесие.

# Ой, ползу, ползу, ползу!

Учимся переносить центр тяжести с одной руки на другую.
Осваиваем ползание на четвереньках.