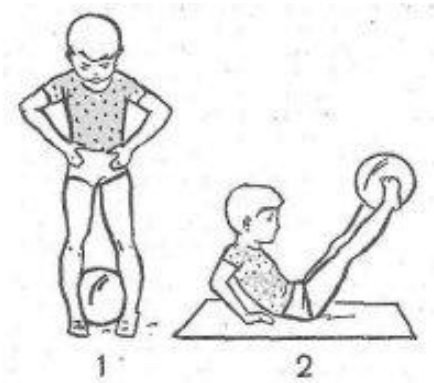
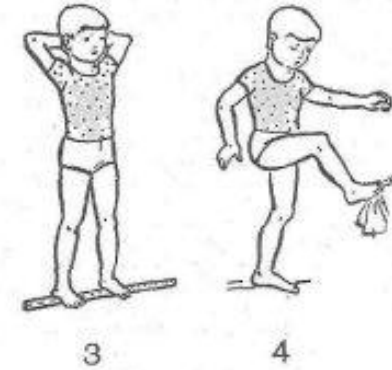


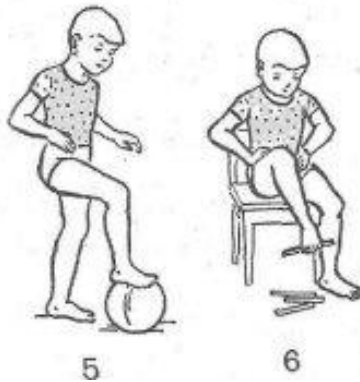
Упражнения для детей при плоскостопии:



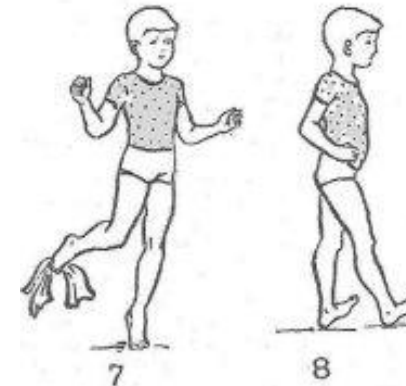
- 1 — зажав мячик между ногами, медленно идти, стараясь не уронить его;
2 — сидя на полу, опереться руками в пол и стараться как можно выше, поднять ногами мяч;



- 3 — положить на пол палку и пройти по ней боком, заложив руки за голову;
4 — поднять пальцами ног с пола носовой платок;



- 5 — вращать на полу мяч ногой;
6 — сидя на стуле, брать пальцами ног разбросанные по полу карандаши;



- 7 — подскоки на одной ноге, на цыпочках; в пальцах другой ноги зажат платок;
8 — ходьба попеременно на носках и пятках.

Воспитатель: Азаренкова Т.М.