

Специально для домашних занятий упражнения для стопы

- Помогите малышу укрепить мышцы стопы.
- Ограничьте нагрузку на конечности.
- Обеспечьте ношение рациональной обуви.
- Используйте игры и придумывайте их для ребенка сами.



«Воробьи» Понаблюдайте с ребенком, как прыгают воробьи. Предложите ему поиграть. Держите его под мышки, а затем, за плечи (лицом к себе). Пусть он осваивает подпрыгивания.

«Кач-кач» Ребенок лежит или сидит на полу, ноги вытянуты. Научите его сгибать и разгибать ступни (вправо-влево, вверх-вниз), со словами: «Кач-кач».

«Проведи зайку через мостик» Поставьте за ребристым мостиком зайку - он боится пройти по мостику, нужно его перевести. Предложите малышу пройти по доске и вернуться назад с игрушкой. Обратите внимание на походку, осанку, носовое дыхание, смыкание губ ребенка.