

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ПРИ ПЛОСКОСТОПИИ:

«Сборщик» – собрать пальцами ног носовой платок и перенести его с одного места на другое (можно использовать любые мелкие предметы, листы бумаги).

«Гусеница» – кто быстрее, сидя на гимнастической скамейке, пересечет контрольную линию стопами, подтягивая пятку к носку

«Художник» – сидя на стуле (гимнастической скамейке), захватить между первым и вторым пальцами ног карандаш и нарисовать на листе бумаги «картину»;

«Барабанщик» – сидя, постукивать пальцами стоп по полу.

«Эквилибрист» – сидя, прокатывать теннисный мяч вправо-влево и по кругу областью внутреннего продольного свода правой, затем левой стопы.

«Кораблик» – сидя, перекачивать теннисный мяч между сводами стоп, держа ноги на весу (кто дольше).

«Маляр» – сидя, поглаживать областью внутреннего продольного свода одной стопы по голени другой стопы и др.