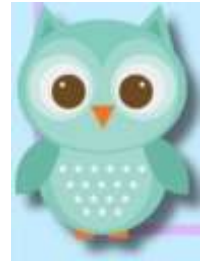




Федеральный проект
«Современная школа»
Национального проекта
«Образование»



МАДОУ №37 г. Армавира
Консультационный центр «Семейное счастье»
для родителей (законных представителей), воспитывающих детей от 0 до
18 лет.

Специалист КЦ: Щербакова С.А.

**Укрепляющий комплекс
для коррекции
комбинированного
плоскостопия**

1. Ходьба по коврику 5 мин
(руки на пояс, спина прямая).
2. Подскоки на двух ногах,
опора только на носок 5 мин.
3. Подскоки на одной ноге
с опорой на носок 5 мин.
4. Ходьба по прямой линии 5 мин.
5. Ходьба на носках
перекрестным шагом 5 мин.
6. Ходьба перекрестным шагом
на внешней стороне стопы 5 мин.
7. Ходьба перекрестным шагом
на внутренней
стороне стопы 5 мин.