

CHODZENIE NA PALCACH

CZY CHODZENIE NA PALCACH
JEST OZNAKĄ PROBLEMÓW?
CZY POWINNIŚMY SIĘ MARTWIĆ?



ZDROWO
I SPORTOWO

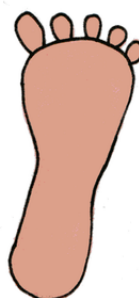
zdrowoisportowo.edu.pl



Możliwe przyczyny:

- faza rozwojowa
- zaburzenia SI
- problem neurologiczny
- zmiany w budowie (stopy, Tydki) z powodu złych nawyków

Jak pomóc?



- rozciąganie ←
- fizjoterapia ←
- ćwiczenia SI ←
- interwencja ←
- lekarska

Na co szczególnie należy zwrócić uwagę?

CHODZENIE
NA PALCACH
UTRZYMUJE SIĘ
POW 2-3 ROKU
ŻYCIA DZIECKA.

WIDOCZNE SĄ INNE
PROBLEMY W ROZWOJU
MOTORYCZNYM
I PSYCHOFIZYCZNYM
DZIECKA.

WIDOCZNE SĄ INNE
ZABURZENIA
INTEGRACJI
SENSORYCZNEJ.

Ćwiczenia

1. chodzenie w pletwach
2. maszerowanie z głośnym tupaniem
3. chodzenie/jeżdżenie w butowrotkach (kółka w piętach)
4. chodzenie boso