

ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.

Массажеры для детей.

ЧЕМ ПОЛЕЗЕН МАССАЖ?

- Детский массаж - средство для предупреждения и профилактики многих заболеваний, которые подстерегают малыша на всех этапах его развития. Непродолжительное воздействие на поверхность тела влияет на работу многих органов, все функциональные системы организма. Он способствует не только стимулированию развития и расслабления мягких тканей, но также позволяет быстро выявить любые напряженные участки тела или места острого дискомфорта или ригидности (неподвижности). Массаж сможет помочь вашему ребенку справиться с таким заболеваниями, как плоскостопие.

ВИДЫ МАССАЖЕРОВ.

Для рук

- ⦿ ладошки
- ⦿ валики
- ⦿ шарик- массажер

Для ног.

- ⦿ Массажные коврики, дорожки
- ⦿ полусферы

Для родителей в нашей группе проводилась презентация массажеров с которыми занимаются дети в детском саду.

Предлагалось и самим родителям испробовать эффект массажа на себе. Отзывы были только положительные.

ВОТ КАК ЭТО БЫЛО....



ИССЛЕДОВАНИЕ РОДИТЕЛЯМИ.



МАССАЖЕР ПОЛУСФЕРА И МАССАЖНАЯ ДОРОЖКА





МАССАЖ ДЛЯ РУК.

РАЗНОВИДНОСТЬ МАССАЖЕРОВ.



Уважаемые родители, если вы хотите чтобы ваш ребенок был здоров, соблюдайте правила!

Режим дня.

Важными составляющими в режиме дня являются сон, пребывание на свежем воздухе, игровая деятельность, занятия, отдых, прием пищи, личная гигиена, занятия физической культурой.

Основными принципами построения гигиенически правильного режима дня следует считать строгое его соблюдение и учет возрастных особенностей. Правильным режимом дня считается тот, когда он способствует развитию организма, повышает общую сопротивляемость организма.

Детей с раннего детства нужно приучать выполнять режим дня. Только в этом случае у ребенка сформируются привычки и навыки и организованности, и правильного отдыха. Детям это необходимо ежедневно, постепенно. У детей дошкольного возраста слабы процессы внутреннего торможения, малоподвижность нервной системы. Это затрудняет быстрый переход нервной системы от состояния возбуждения к состоянию торможения. А поэтому несоблюдение режима дня, игнорирование правил, отсутствие отдыха на свежем воздухе, могут вредно влиять на здоровье детей дошкольного возраста.

Массажи для детей!!!






Обратите особое внимание!

Будьте здоровы вместе!

**ТАКЖЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ БЫЛИ
СОЗДАНЫ РЕКЛАМНЫЕ БУКЛЕТЫ.**



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ.