

## **Массажные коврики своими руками для детского сада.**

Ортопедический коврик — это тканевая или прорезиненная основа с выступами различной формы, величины и текстуры.

Хожение по такому коврику полезно для маленьких детей, у которых костно-мышечная система находится в процессе формирования.

### **Главные плюсы применения ортопедического коврика:**

стимуляция нервных импульсов;

улучшение когнитивных функций мозга;

формирование правильной осанки;

профилактика плоскостопия;

поднятие общего тонуса;

повышение иммунитета.

С помощью этого несложного приспособления можно изменить асимметричную походку ребенка, исправить нарушения функций стопы и наладить правильное развитие детских суставов.

У детей регулярная ходьба по массажным дорожкам способствует повышению иммунитета, снижает утомляемость, служит профилактикой плоскостопия и помогает сформировать правильный свод стопы.

Дорожка здоровья для детей не только улучшит здоровье ребенка, но и послужит интересным аксессуаром для игр.

Яркий и интересный предмет обязательно заинтересует внимание ребенка, ему понравится ходить и прыгать по нему.

Особого ухода такой коврики не требует.

Достаточно раз в три-четыре дня протирать поверхность влажной тряпочкой от пыли и загрязнений.



## Преимущества и польза массажного коврика для детей



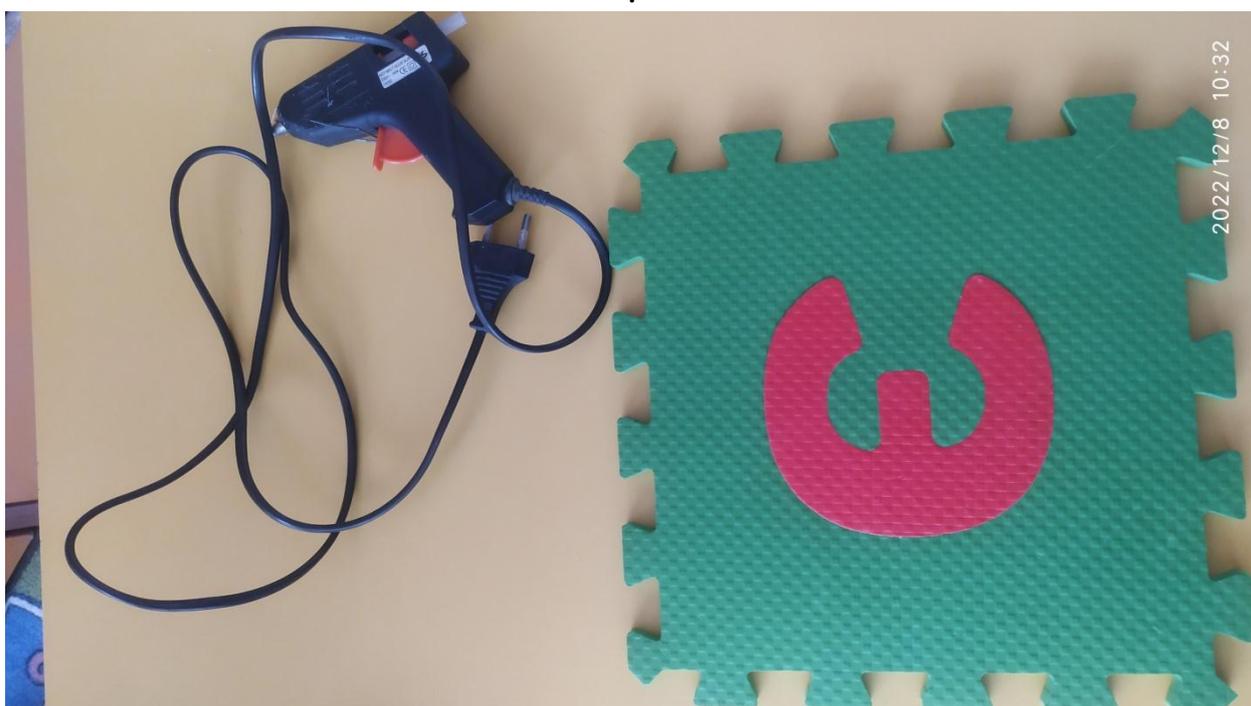
Коврик должен создавать ощущение хождения по неровной природной местности: тропинке, траве, песку, гальке. Он может сочетать в себе разные виды поверхностей, стимулирующих точки на ступнях.



## Формы

Массажные коврики своими руками для детского сада и группы могут иметь различную геометрическую форму в зависимости от фантазии .

Наиболее распространена прямоугольная форма, приспособленная для ходьбы. За основу можно взять напольные мягкие пазлы и при помощи клеевого пистолета приклеить различные предметы( кубики, карандаши, крышки, ткани различной тактильности.....Вообщем все ,что не принесет вреда стопам ребенка. Должно быть достаточно места для выполнения элементарных упражнений





В процессе использования дорожек здоровья можно читать веселый стишок!

Ножки встали на дорожку.

На дорожку не простую,

На веселую такую!

А вот змейка перед нами, мы потопаем ногами.

На лесной полянке чудо,

Вот тут желтый поролон,

Ножкам мягко так на нем,

Здесь немножко отдохнем И опять вперед пойдём.

Ну, а тут наши пуговки живут, здесь их много, не одна!

Здесь их целая страна!

Мы по пуговкам пройдемся, Потихоньку - не споткнёмся!

Ты внимательно иди, Топни ножкой - раз, два, три.

Чтоб здоровыми остаться, Надо с детства закаляться!

Вот и кончилась дорожка,

## Мы размяли свои ножки!



С помощью этого несложного приспособления можно изменить асимметричную походку ребенка, исправить нарушения функций стопы и наладить правильное развитие детских суставов.

Полученный результат- это здоровый счастливый ребенок, который с радостью будет заниматься на массажном коврике как в детском саду так и дома.

Надеюсь, вам была интересна и полезна эта информация. Спасибо за внимание! Будьте здоровы!