

О роли массажа

Любовь и
доверие...



Прикосновения к коже
вызывают у ребенка чувство
безопасности и уюта. Это
лучший способ проявить
нежность



Поглаживание успокаивает нервную систему, вызывает расслабление мышц, помогает снять боль.

Активизируется кровообращение - улучшается кровоснабжение тканей и органов.

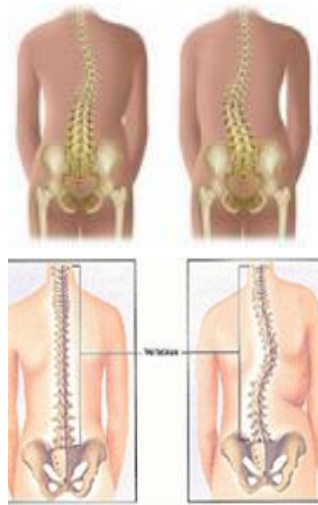


Когда нетерпеливые родители хотят, чтобы ребенок быстрее научился сидеть, ходить, а позвоночник малыша еще не готов к таким нагрузкам может появиться сколиоз. Массаж, и лечебная физкультура являются главными средствами среди способов борьбы со сколиозом.

Приемы массажа при лечении сколиоза различны и зависят от того, какой степени тяжести заболевание.



От всех болезней массажа нет пользы!



С помощью пальцев массируйте спину круговыми движениями. Не массируйте позвоночник — просто положите на него руки, чтобы ребенок ощутил тепло. Можете сделать ряд небольших круговых движений на спине ребенка



Поместите руки на ноги и нежно поглаживайте, постепенно опускаясь к ступням. Достигнув ступни, снова начинайте сверху.



Здоровье ребенка в наших руках



Остаётся только самомассаж и гимнастика

Самомассаж помогает более интенсивно выполнять физическую работу. повышает функциональные возможности организма, снижает утомление и способствует быстрому восстановлению сил после физических и умственных нагрузок, повышает эффективность активного отдыха на природе. Установлено, что 5-8-минутный сеанс самомассажа заменяет 20-30 мин пассивного отдыха, восстанавливает силы, возвращает бодрость, хорошее настроение.

