

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №4 «Ягодка»**

**Консультация для родителей
«Создание массажных ковриков для детей своими руками»**

**Подготовила:
воспитатель,
Э.Ф. Мозглякова
(первая квалификационная категория)**

Чебаркуль, 2020 г.

Консультация для родителей по созданию массажных ковриков

Цель:

Расширять знания родителей о средствах и методах активного оздоровления.

Развивать творческо-конструктивные способности родителей для оздоровления организма ребенка при помощи массажных дорожек, посредством воздействия на биологически активные точки стопы.

Задачи:

Закаливание организма.

Профилактика и коррекция плоскостопия.

Развитие чувства равновесия и координации движений.

Сенсорное развитие.

Сохранение и укрепление здоровья детей.

Массажные коврики-дорожки — это несравнимое удовольствие и средство закаливания для детей.

Массаж стоп оказывает благотворное влияние не только на формирование ног и опорно-двигательного аппарата, ребенка, но и на центральную нервную систему, а через нее – на весь организм в целом.

Поэтому он является одним из самых эффективных способов укрепления здоровья.

Массажные дорожки имеют несколько видов рифленой поверхности, а следовательно, отличаются степенью воздействия на стопы ребенка. Благодаря этому дорожки обеспечивают массаж стоп, способствуют укреплению голеностопного сустава и предотвращают появление и развитие плоскостопия у детей.

Рассмотрим варианты изготовления массажных ковриков для детей своими руками.

Первый вариант массажного коврика для ребенка из **круп**.

Берем натуральную ткань прямоугольной или квадратной формы и сшиваем её так, чтобы получилось 3-4 отдела.

Насыпаем туда фасоль или сухой горох и зашиваем по контуру так, чтобы крупа не высыпалась.

Обязательно делаем один, а лучше два чехла для такого коврика.

И малыш босыми ножками может ходить сколько угодно по такому напольному покрытию.

Второй вариант коврика из **пуговиц**.

Берём и нашиваем на хлопчатобумажную или льняную ткань пуговицы различного диаметра, формы, цвета. Нашиваем густо-густо.

Стелим на пол и ходим ножками. Основание может быть плотным, тонким, главное — удобным!

Третий вариант **пластиковые крышечки и пробки**.

Вы можете использовать большое количество такого бросового материала как пластиковые крышечки, пробки сделав из них так же настил на ткани.

Все крышечки можно приклеить к ткани или другому материалу с помощью супер клея или пришить с помощью ниток и цыганской иглы.

Коврик для массажа детских ног **из камней — гальки**.

Есть два способа изготовления, Вы можете выбрать наиболее удобный для Вас.

✚ Наносим равномерно клей на основу, а затем раскладываем камни в нужном порядке, накрываем чем-нибудь по размеру коврика (например, кухонной деревянной доской или подносом), плотно прижимаем грузиками и оставляем на сутки. В качестве груза можно использовать гантели или чугунную сковороду.

✚ Более качественный, но в то же время хлопотный способ — это нанесение клея на каждый камешек. Так Вы сможете

контролировать силу прижатия, что обеспечит надежную фиксацию всех деталей будущего коврика.

✚ После оклейки также, как в первом случае, просушиваем готовое изделие под грузом в течение суток.

Дети - неутомимые авантюристы, которые постоянно находятся в движении, и коврик хороший способ позаниматься физическими нагрузками, а также умственными.

Проверьте вашего ребенка на наличие плоскостопия



Здоровая стопа



Плоскостопие
1ая степень

Увеличение пятки
и утолщение
внутреннего края
стопы



Плоскостопие
2ая степень

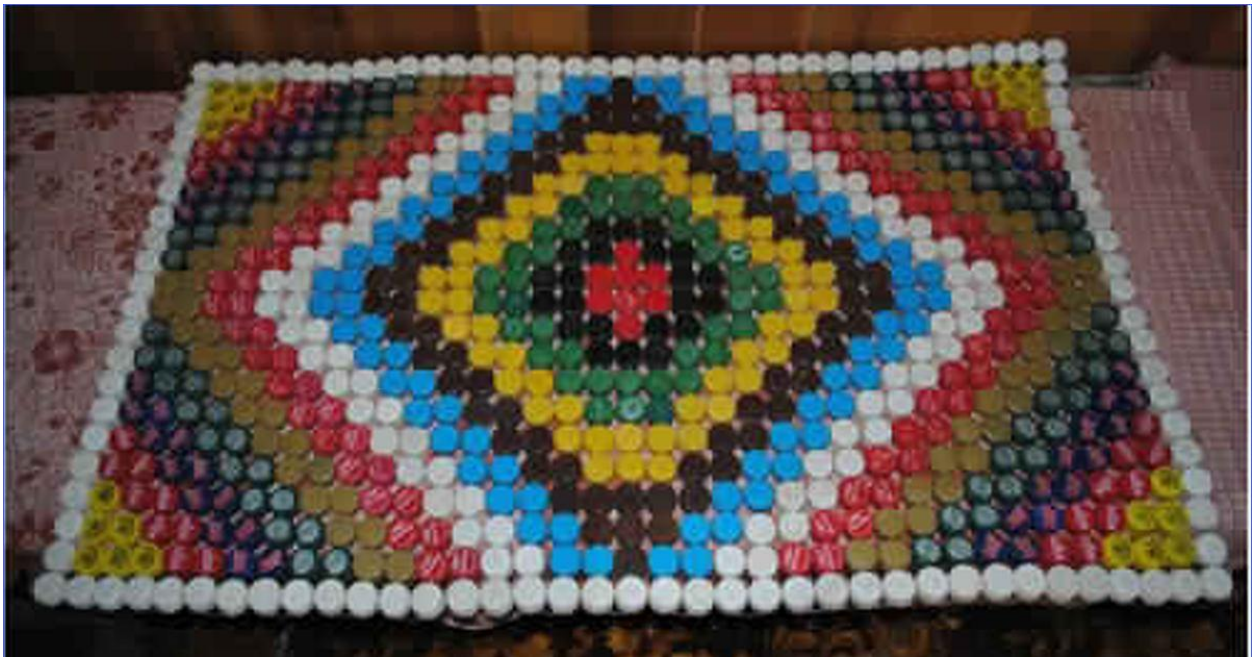
Исчезновение
арки стопы и
большого
пальца



Плоскостопие
3ья степень

Отсутствие арки
стопы и
большого пальца

Примеры изготовленных ковриков





БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!