

«Дорожка здоровья в детском саду-игра и массаж»

Детский сад – место, где ребенок проводит продолжительную часть своего времени. А, как известно, маленькие дети – самые непоседливые и неусидчивые существа на свете, и самые хорошие результаты приносит обучение именно через игру. С одной стороны – увлекательно для ребёнка, с другой – с пользой для его здоровья. Одним из таких изобретений является дорожка здоровья в детском саду, которая одновременно несет функции и развлечения, и массажа.

Для чего детям нужны массажные дорожки и коврики? Благодаря использованию разных по фактуре материалов (пуговицы, губки, грубые шнуры, наполнители и др.) ходьба по массажному коврику помогает тренировке мышц стопы. У детей это способствует формированию сводов стоп и профилактике плоскостопия. Развивающую массажную дорожку можно сделать своими руками, много времени это не займет, а сам процесс творческий и интересный.

Для изготовления этого чуда понадобится основа (плотная ткань, одеяло, покрывало, старый плед, дорожка из остатков ткани) и массажные элементы (камни, шишки, каштаны, жёлуди, фасоль, горох, карандаши, пробки, хозяйственные губки, пуговицы, в общем, всё, что можно пришить к основе) Можно сшить кармашки и положить туда массажные элементы, ещё проще взять старые носочки и наполнить их чем-то из списка выше. А можно пришить массирующие детали поверх основы.

Создание массажной дорожки не требует никаких знаний швейного дела. Любой может сотворить такую развивающую игрушку для детей.





5

Привлекайте родителей к изготовлению таких красивых и полезных дорожек. И чем разнообразнее они будут, чем радостней и полезней будет детям

