Автор: admin
03.07.2007 03:03 -

# Массаж детей

Однако, как доказали медики, тугое пеленание грозит развитием некоторых патологий, в частности, вывиха головки бедра. Оказалось, что разведенные и согнутые в коленях ножки - естественное положение новорожденного. К тому же, широкое пеленание или «взрослая» одежда дают ребенку больше возможностей быстрее познакомиться с этим миром. Именно поэтому отмечается, что современные дети, не стянутые туго, стали быстрее развиваться, но при этом их стало труднее воспитывать.
В дополнение к свободе тела, активизировать все процессы маленького человечка стало модно массажем. Существует две основные разновидности: лечебный и профилактический. Не вдаваясь в подробности, отметим, что лечебный массаж имеет противопоказания и может выполняться только специалистами по назначению врача. Тогда как сами родители могут выполнять профилактический массаж, направленный на пробуждение всех органов и систем. В грудном возрасте массаж особенно важен, так как первые месяцы жизни восприятие ребенка осуществляется в основном через кожу, а зрительные и слуховые ощущения еще не так развиты.
Чтобы активизировать все каналы, можно проводить массаж, совмещая его с традиционными играми - ведь народная мудрость оставила нам великолепное наследие: потешки, присловья, сопровождающие перепеленания, развивающие присказки. Они несут с собой элементы народного воспитания и физиологического развития.
Мы попросили прокомментировать такие присказки профессионального детского массажиста, чтобы разобраться, как выполнять те или иные движения, и понять, какое влияние они оказывают на ребенка.
Потягивания
Самая известная присказка, направленная на общее развитие:
потягушечки-потянушечки, от носочков до макушечки. Мы потянемся-потянемся, маленькими не останемся.
Комментарий: это целый комплекс упражнений, включающий в себя потягивание рук, поглаживание живота по часовой стрелке, сгибание-разгибание ножек.
Массаж ладоней
Каждый регион России запоминал присказки по-своему, поэтому самая известная игра с ладошкой имеет множество интерпретаций. Как, например, такие: сорока-ворона кашу варила, деток кормила. Этому дала в ложку, этому в поварёшку,  этому в горшок, этому в вершок,  а ты Пахомочек, мой котёночек, печку топи, деток корми.
Принцип, тем не менее, понятен: водим своим указательным пальцем по тыльной стороне ладони ребёнка кругами. Загибаем пальцы ребёнка (кроме большего) по одному к ладони. А потом растираем большой палец, с отведением его в сторону.
Комментарий: массаж каждого пальчика отсылает импульсы к разным частям тела. Так, мизинец и указательный палец – это ручки, а средний и безымянный – ножки, ну а большой палец – голова. Разработка большого пальца важна еще и потому, что

отведение его в сторону ликвидирует недоразвитости его двигательных функций.
Массаж рук
Массаж рук можно проводить, приговаривая: на ладошку села кошка, и пошла-пошла-пошла, мышку там она нашла.
Комментарий: Мамины четыре пальчика, имитирующие "кошечку" щекотят ладошку, потом поднимаются вверх по руке и щекотят подмышечную впадину. Важно проводить растирание от кисти рук по направлению вверх, так как важно направить ток по лимфатическим сосудам, отвечающим за работу иммунной системы.
Массаж стоп
Пяточки-топтаточки, щекотки-щекотаточки, розовы, да гладеньки, как конфетки сладеньки. Маленькие стопочки, стопочки-топ-топочки, до чего прекрасны. Шелковы-атласны. Маленькие пальчики, девочки и мальчики. Розовы подушечки, Крохотны ногтюшечки, Пальчики-горошинки, До чего ж пригоженьки. Вот какие ножки ходят по дорожке!
Комментарий: массаж стоп выполняется по восьмерке, от пяточки переходя вверх и обратно, а потом к каждому пальчику.
Массаж спинки
На малышку глядя, спинку мама гладит: рыбка по морю плывет, белка хвостиком метет, как по небу облачка, мы погладили бочка; как летят снежинки, так мы гладим спинку!
Комментарий: выкладывая малыша на живот, стимулируется ползание, движения рук направляем сначала вверх, затем вниз.
Массаж живота
Розовый животик мурлычет, словно котик, заурчал щеночком, забулькал ручеечком. Ах, животик ты, живот, кто же там внутри живет? Кто мешает баиньки маленькому заиньке? Мы погладим пузики, толстые арбузики. Спит щеночек, спит котенок. Улыбается ребенок.
Комментарий: это же стихотворение можно читать при вечернем массаже животика в случае колик. Гладим животик по часовой стрелке.
Приведенными присказками народная мудрость не исчерпывается, она может пополняться и фантазией родителей и потребностями малыша. Главное, чтобы ребенок действительно улыбался, развивался, чувствуя заботу и тепло поглаживающих его рук.