Использование массажных ковриков из фломастеров.

В последнее время результаты медицинских обследований свидетельствуют об ухудшении состояния здоровья дошкольников, увеличение числа детей с нарушением опорно-двигательного аппарата, в том числе плоскостопием.

Для лечения и профилактики плоскостопия применяется целый ряд методов.

Чтобы разнообразить данную работу, повысить к ней интерес детей я постоянно пополняю оборудование для профилактики плоскостопия интересными самодельными массажными дорожками. При их создании я использую самые разнообразные материалы, в данном случае - это фломастеры. Бесполезные на первый взгляд предметы превратились в яркое, удобное в использовании оборудование. Данную работу одобрили родители, т.к. дорожки просты в изготовлении. Я не только обучила родителей их изготовлению, но и доказала эффективность при их применении.

**Как пользоваться ковриками?**

Можно положить массажный коврик на видном месте (например, у кроватки).Ежедневно, по несколько минут, ходите по коврику.

**Массажные коврики- это полезно!**

Ходьба по массажным коврикам помогает тренировке мышц стопы. У детей это способствует формированию сводов стоп и профилактике плоскостопия. При хождении по массажным коврикам достигается эффект глубокого приятного точечного массажа стоп.

Ходить по коврикам можно в любом возрасте.

**Массажные коврики- это удобно!**

Коврики легко моются мыльным раствором, их можно взять с собой на дачу, это хороший подарок, по массажным коврикам можно ходить зимой и летом.

**Массажные коврики- это безопасно!**

Коврики не содержат металлических частей. Нашими массажными ковриками нельзя пораниться. Упражнения на ковриках безопасны и полезны для здоровья.