

«Что делать, если у ребенка плоскостопие».

Стопа ребенка, образованная хрящами, может легко деформироваться. Деформация стопы, сопровождается уплощением ее сводов. Различают плоскостопия: *продольное, поперечное, смешанное.*

Плоскостопие считается одним из самых распространенных заболеваний у детей. По статистике, этот диагноз ставят каждому третьему ребенку.

Часто родители это заболевание не воспринимают всерьез. У детей в первые годы жизни свод стопы заполняется жировой подушкой, отчего стопа выглядит плоской. Это мнимое плоскостопие.

Жировая подушка исчезает обычно к 4 годам, а полностью стопа формируется в 7-9 лет.

Советы родителям для предупреждения плоскостопия

Делайте своему ребенку массаж стоп и икроножных мышц, проводите с ним лечебную гимнастику, ножные ванны. При первых признаках возникновения плоскостопия необходимо использовать комплекс специальных физических упражнений для правильного формирования стопы и исправления ее деформации. Чем раньше начнутся занятия, и чем меньше возраст ребенка, тем легче решить поставленную задачу.

Одним из средств профилактики плоскостопия является - *массажная дорожка детская ребристая координационная с рифленой поверхностью.* Используется как спортивный инвентарь для детского сада.

Это необходимый инвентарь для детских садов!

Составлена из круглых ребристых палочек, соединенных между собой шнуром. Легко сворачивается "в трубочку" и убирается.

Прекрасно подходит для занятий физкультурой и ленивой гимнастикой после сна. На ней прекрасно делать упражнения для равновесия, для укрепления мышц стоп, для формирования правильных сводов стопы при ходьбе. Дорожка способствует развитию тактильных ощущений детишек и взрослых и укрепляет нервную систему, *а, главное, упражнения приносят огромное удовольствие детям!*



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575802

Владелец Гулина Светлана Дмитриевна

Действителен с 18.08.2021 по 18.08.2022