



Перед началом  
вымойте руки и  
используйте детское  
масло

---



Выполнила  
студентка 111 гр.  
Колосова Ю. С.

# Памятка родителям

Комплекс массажа для грудных  
детей





1

### Поглаживание косых мышц живота

помогает улучшить работу пищеварительной системы ребенка, избавить его от колик

#### Круговое поглаживание

движение по часовой стрелке, нежно очерчивая круг

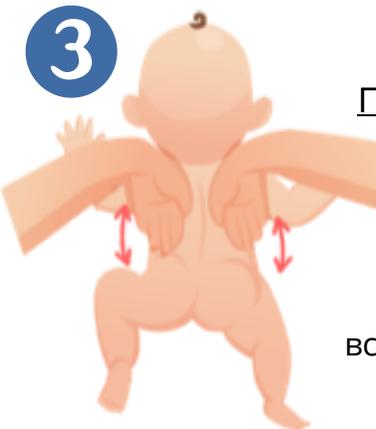
2



### Поглаживание спины

аккуратно положите ребенка на животик. Сделайте несколько легких движений по всей поверхности вдоль позвоночника

3



### Растирание спины

круговое растирание спины. Допустимо делать мягкие похлопывания и пощипывания

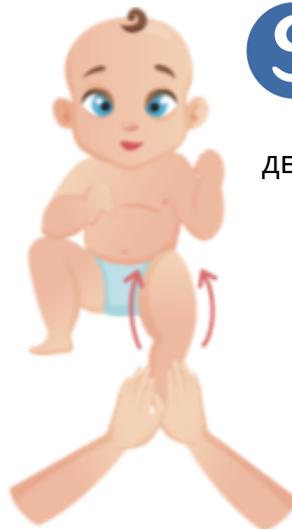
4



9

### Растирание ног

совершать нежные движения от стопы вверх



## Каждое движение делается

3-5 раз.

## Массаж проводится ежедневно

## **Важно!**

- Если ребенок не в настроении - отложите массаж
- Перед массажем должно пройти 2 часа после кормления
- Температура в помещении должна быть комфортной, так как малыш будет раздет во время массажа
- Поверхность для массажа должна быть устойчивой
- На ваших руках не должно быть украшений и длинных ногтей

5

### Разминание кистей

аккуратно размять и аккуратно потянуть каждый пальчик малыша



### Поглаживание рук

совершаем поглаживания от основания кисти в сторону подмышки, возвращаемся вниз по внешней стороне руки

6



### Растирание рук

растираем всю поверхность руки круговыми движениями

7



### Разминание стоп

пальцы аккуратно вытянуть и легонько надавить на подушечки

8

