

В. И. Васичкин

# ДЕТСКИЙ МАССАЖ

От рождения до года.  
Профилактика плоскостопия  
и сколиоза



Издательство АСТ  
Москва

УДК 615.82  
ББК 53.54  
В19

**Васичкин, Владимир Иванович**

В19 Детский массаж. От рождения до года. Профилактика плоскостопия и сколиоза — Москва: Издательство АСТ, 2025. — 48 с.: ил. — (Азбука здоровья. Практикум)

ISBN 978-5-17-177723-4

Уникальная методика профессора Васичкина Владимира Ивановича — поможет вам самостоятельно освоить методику оздоровительного массажа.

Владимир Иванович Васичкин возродил принципы обучения и применения разновидностей традиционного русского массажа. Он является лучшим специалистом по разнообразным методикам детского массажа — лечебного, гигиенического, оздоровительного.

В данной книге подробно описаны различные комплексы массажа и гимнастики для детей разного возраста. Гигиенические упражнения и массаж при наиболее распространенных заболеваниях. Развитие основных движений, умений и навыков у детишек в возрасте до года.

Оздоровительные методики массажа для Вас!

УДК 615.82

ББК 53.54

## Содержание

Методика массажа и гимнастики в возрасте от 0,5 до 3 месяцев . . . . .	9
Методика массажа и гимнастики в возрасте от 3 до 4 месяцев. . . . .	13
Методика массажа и гимнастики в возрасте 4–6 месяцев . . . . .	17
Методика массажа и гимнастики в возрасте 6–10 месяцев . . . . .	21
Методика массажа и гимнастики в возрасте 10–12 месяцев . . . . .	27
Сколиоз . . . . .	31
Мышечная кривошея в возрасте 2 недель — 3 месяцев . . . . .	37
Плоскостопие . . . . .	41
Детский церебральный паралич . . . . .	44



**Д**вигательная активность у детей раннего возраста является мощным фактором правильного развития ребенка. Создание физиологически обоснованных методик проведения гимнастики и массажа в раннем возрасте основано на знании состояния и развития скелетной мускулатуры у детей.

В первые 3 мес. жизни наблюдается резкий гипертонус сгибателей конечностей, но постепенно нарастает уравновешивание их мышцами-антагонистами. Гимнастика и массаж способствуют развитию разгибателей и расслаблению мышц.

Нужно стимулировать самостоятельные движения ребенка, связанные с разгибанием, используя врожденные рефлексы. К числу этих рефлексов относятся ряд пищевых (сосание, глотание, слюноотделение), защитно-оборонительных, как, например, поворот или поднятие головы из положения на животе у ребенка первых недель жизни, сосудистых, ряд рефлексов положения (позы)