

Medena masaža za predšolske otroke

©Nina Ilič, 2021

Medena masaža se bistveno razlikuje od klasičnih masaž. Med v medeni masaži je sredstvo, ki deluje večstransko in kompleksno. Ko gre za predšolske otroke, je potrebno medeno masažo in tehniko ustrezno strokovno prilagoditi.

Otroci se pri medeni masaži umirijo in sprostijo ter mirno spremljajo dejavnosti. Neverjetno je opazovati, kako nanje deluje pomirjujoča masaža. Skoraj vsi otroci si želijo sodelovati pri masaži na dlaneh, najpogumnejši pa si želijo masirati druge dele telesa (stopala in trebuh).

Med uravnava zdravo peristaltiko, blagodejno vpliva na želodec in vitalnost celotnega organizma, s svojo sestavo pa neposredno izboljšuje kri (zvišuje raven hemoglobina). Z medeno masažo v vrtcu vzpostavimo pozitivno, sproščeno vzdušje, otroci pridobijo prijetno izkušnjo iz področja apiterapije in tradicionalnega pristopa skrbi za svoje zdravje.

Delavnica je kratka, povsem prilagojena potrebam in željam otrok.

Spremljajoči učinki:

- boljša prekrvavitev;
- krepitev in vitalizacija celotnega organizma;
- krepitev imunskega sistema;
- podpora pri izzivih prebavnega sistema (težko izločanje blata pri otrocih);
- dvigovanje razpoloženja (duha skupine);
- krepitev pristnih medsebojnih odnosov;
- spodbujanje intelektualnega razvoja;
- stimulacija motoričnega in duševnega razvoja;
- spodbujanje prosocialnega vedenja in razvoja pozornosti;
- podpora razvoju govora;
- zagotavljanje čustvenih potreb.