

Projekt „Zdravé nôžky“

Dňa 9.5. 2019 navštívila spojenú základnú školu T. Ševčenku v Prešove ďalšia skupinka žiakov 3. ročníka študijného odboru masér. Dôvodom bolo prezentovanie projektu „zdravé nôžky“. Žiaci v rámci odbornej klinickej praxe strávili čas s deťmi z rôznych ročníkov. Začali tými najmenšími, žiakmi z 1. ročníka. Následne išli žiaci do tried k tretiakom a štvrtákom. Na záver prišli deti z družiny, kde boli okrem prváčikov aj žiaci z 2. ročníka. Každý skupinke žiakov základnej školy sme vysvetlili ako vyzerá a z čoho sa skladá zdravá noha, prečo je dôležitá pre zdravie a aká je jej úloha pri držaní tela. Žiakom sme odporúčali zvýšenú starostlivosť o svoje nohy a edukovali sme ich aj o tom, ako má vyzeráť zdraviu vyhovujúca obuv. Po pozornom počúvaní, si žiaci pod našim dozorom vyskúšali rôzne pomôcky na stimuláciu a masáž chodidiel a rehabilitačné pomôcky na cvičenie. Na záver, po poctivom cvičení im naši žiaci študijného odboru masér vykonali klasickú masáž dolných končatín a reflexnú masáž chodidiel, ktorá mala najväčší úspech. Deti nás s radosťou budú očakávať aj niekedy nabudúce.

Mgr. Miroslava Kováčiková



