

Прыгунки

развивающий оздоровительный тренажер для грудных детей Инструкция.

Внимание! Прыгунки – не магнитофон или иная бытовая «игрушка», которую не очень жалко испортить. Это – тренажер для **Вашего ребенка**.

Поэтому сначала **внимательно** прочитайте и **поймите** инструкцию!

Остались вопросы? Сходите на Интернет-сайт www.prigunki.com

"УТВЕРЖДАЮ"

зам. Начальника главного управления
охраны здоровья матери и ребенка РСФСР

Д.И. Зелинская

28 апреля 1989 г

Рекомендации по применению развивающего тренажера для грудных детей «Прыгунки»

Правильное двигательное развитие ребенка предусматривает разностороннюю мышечную деятельность. В этой связи прыгунки могут быть полезны для ребенка, как один из видов такой деятельности. К факторам положительного влияния прыгунок можно отнести:

- развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата ребенка, особенно ног и плечевого пояса;
- укрепление вестибулярного аппарата;
- стимуляцию развития интеллекта, т.к. находясь в вертикальном положении, ребенок воспринимает больше информации;
- улучшение координации движений за счет того, что в раннем возрасте у ребенка расширяется возможность управлять своим телом;
- благоприятное воздействие активных движений и положительных эмоций на деятельность всех систем организма.

Начинать использовать прыгунки можно, по достижении ребенком возраста 4-6 месяцев, хотя в отдельных случаях опережающего развития малыша по согласованию с участковым врачом этот возраст может быть снижен до 2-х месяцев. Необязательно, чтобы ребенок мог самостоятельно сидеть, достаточно, чтобы он хорошо держал голову.

Начинать тренировки следует с сеансов не более 5 мин, постепенно увеличивая нагрузки. Здоровый ребенок может находиться в прыгунках до 30-35 мин. подряд с последующей сменой деятельности (игра в манеже, ползание и пр.).

Целесообразно применение тренажера для детей со слабостью мышц спины, плечевого пояса и рук, при порочных установках ног, что часто наблюдается при неврологических заболеваниях, а также в процессе реабилитации после травм ног. Однако в этом случае время однократного использования тренажера должно быть уменьшено до 10-15 минут, а занятия проводятся при постоянной активной коррекции взрослым движений ребенка.

Противопоказания к применению прыгунок:

- лежа на животе, ребенок не может, свободно прогибая спину, удерживать голову в течение 1 минуты;
- имеются воспалительные процессы на коже в тех местах, где она соприкасается с тренажером;

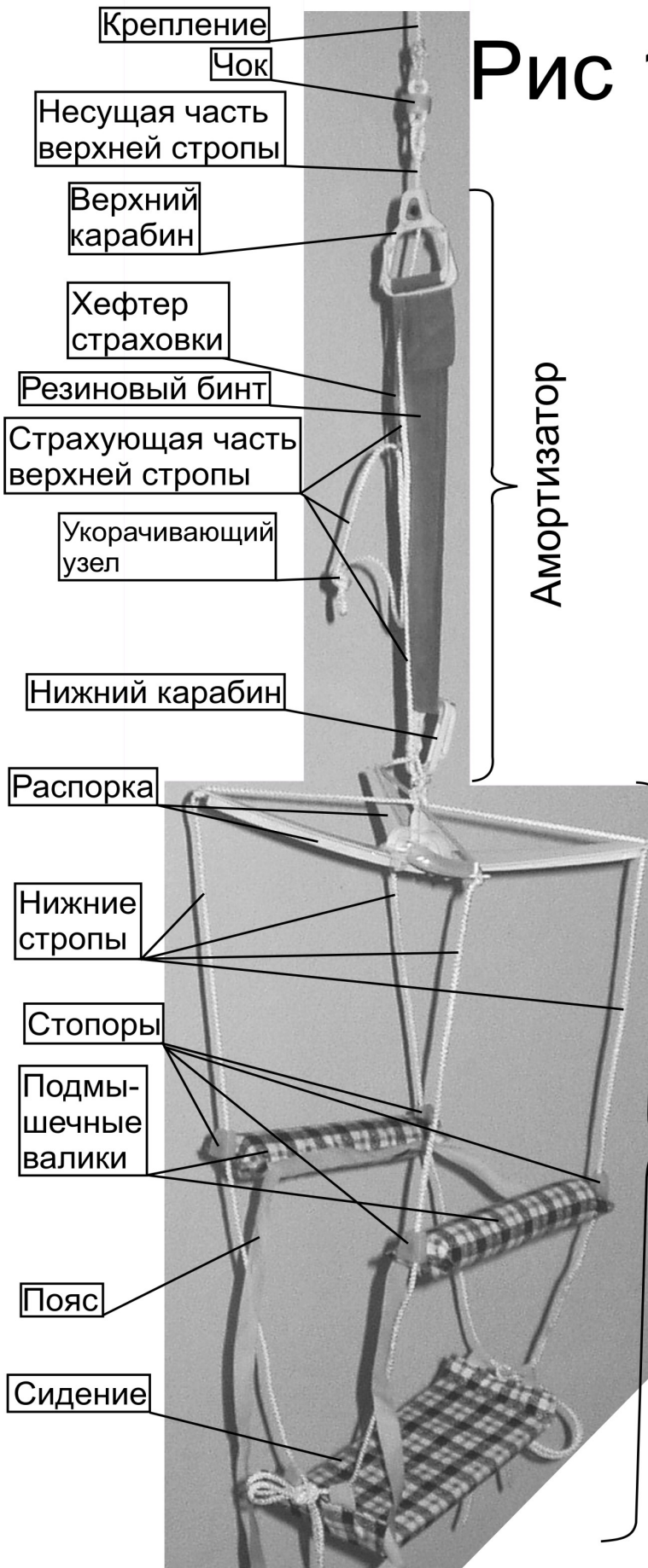
При наличии у ребенка каких либо отклонений в состоянии здоровья и заболеваний вопрос о применении тренажера должен решаться врачом. Применение данного тренажера не заменяет необходимость всестороннего воспитания и выполнения всех рекомендаций врача по режиму питания, гимнастике и массажу и пр.

Тренажер "Прыгунки" одобрен кафедрой физиологии, развития и воспитания детей ЦОЛИУВ и апробирован в доме **ребенка № 12 г Москвы**.

Сертификат № 77.01.05.961.п.30458.12.4 от 27.12.04.

Устройство тренажера

Рис 1



Прыгунки состоят из двух основных частей: **Подвесной системы**, удобно поддерживающей ребенка, и **Амортизатора**, подбрасывающего подвесную систему.

Основа амортизатора – пропущенный через карабины резиновый бинт. Оба карабина имеют устройство для неповреждающего крепления резинового бинта и удобной регулировки длины и количества слоев. Нижний карабин имеет петлю для крепления подвесной системы и нижнего конца страховой части верхней стропы. В верхний карабин встроен стопор, через который проходит верхняя стропа. Этот стопор разделяет верхнюю стропу на несущую и страховую части. Для подгонки под Вашу высоту крепления служит укорачивающий узел.

Чок – подшипник скольжения, предотвращающий скручивание амортизатора, когда ребенок, прыгая, крутится вокруг своей оси. Скручивание приводит к ускоренному износу резины. Чок - необязательная, но полезная деталь. К нижней петле чока привязан верхний конец верхней стропы. К верхней петле чока привязано крепление.

Крепление – шнур, один конец которого привязан к чоку. На другом конце - 1-4 петли – в зависимости от предпочтений потребителя. Эти петли одеваются на крюк, закрепленный к верхнему косяку дверного проема или к другому месту.

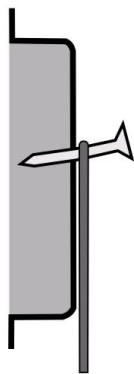
Подвесная система «пронизана» четырьмя нижними стропами, связывающими вместе нижний карабин и распорку и проходящими через пазы по углам распорки. Далее вниз нижние стропы продеты через стопоры на концах подмышечных валиков и через петли на сидении попарно связаны друг с другом. Вдоль валиков вшиты по две петли из тесьмы. В петли

продернут пояс, которым обвязывается в 2 оборота ребенок, сидящий в прыгунках.

Сборка и регулировка тренажера.

При внешней простоте прыгунки – довольно сложная инженерная конструкция, требующая понимания и добросовестности выполнения всех пунктов инструкции. Ответственность при неправильном использовании прыгунок полностью ложится на потребителя. Прочтите инструкцию, а собирать начинайте и только при втором чтении.

Крючки



Сначала устройте крючки в дверных проемах тех помещений, где вы проводите много времени (кухня, спальня и пр.). Крючки крепят к середине верхнего косяка. Крючком может служить, например, стальной гвоздь не тоньше 2.5 мм (прилагается), который необходимо вбить в древесину верхнего косяка дверного проема на равном расстоянии от правого и левого косяков и загнуть немного вверх, чтобы надетая на него стропа не соскальзывала (рис. слева).

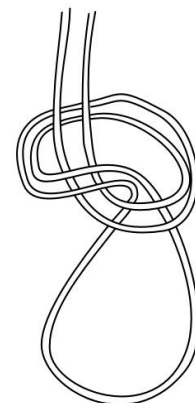


Для испытания крючка достаточно подвесить к нему на веревке груз в 20 кг в течение 1 мин. Если это не приведет к явным повреждениям косяка, а гвоздь после снятия нагрузки не вытащить пальцами, прочность приемлемая. Если вы беспокоитесь за эстетику дверного проема, гвоздь можно вбить сверху (рис. справа), но тогда цеплять за него прыгунки будет чуть менее удобно. Для надежной работы чок выбирайте такую длину «крепления», чтоб чок не касался косяка.

Планируется начать выпуск недорогих комплектов для устройства надежной не мешающей проходу в дверь подвески в середине комнаты. Следите за нашим интернет-сайтом.

Верхняя стропа и хефтер страховки.

Хотя несущая и страхующая части верхней стропы являются по назначению различными деталями, они выполнены в виде единого шнура (т.к. уменьшение длины страхующей части приводит к такому же увеличению несущей и наоборот). Положение крючка может быть разным, поэтому длина верхней стропы немного больше, чем необходимо для стандартного двухметрового дверного проема. Для уменьшения длины до высоты расположения Вашего крючка служит **укорачивающий узел**. (Этот узел, кроме того, может служить упором в верхний карабин в случае поломки стопора). Схема узла показана на рисунке.

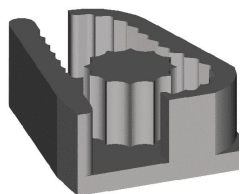


Для настройки длины верхней стропы вынуть резину из карабинов или опустить верхний карабин вдоль стропы к нижнему, подвесить прыгунки без ребенка на стропе, в 20-40 см от нижнего карабина завязать укорачивающий узел так, чтобы сиденье едва касалось пола. Страхующую часть сделайте длиннее нерастянутого амортизатора в 2.5-3 раза.

Вначале, пока ребенок не освоится, он не будет подпрыгивать высоко. Но через какое то время прыжки станут выше. В нашей практике случались «прыгуны», умудрявшиеся прыгнуть почти до верхнего карабина. При высоких прыжках излишки страховки могут опуститься до головы малыша, и он может схватиться за шнур. Это не безопасно. Для предотвращения этого служит хефтер. **Хефтер** – это тонкая резинка длиной 15-30 см. Ее нижний конец привязан к верхней стропе на расстоянии 2/3 длины нерастянутого аморти-

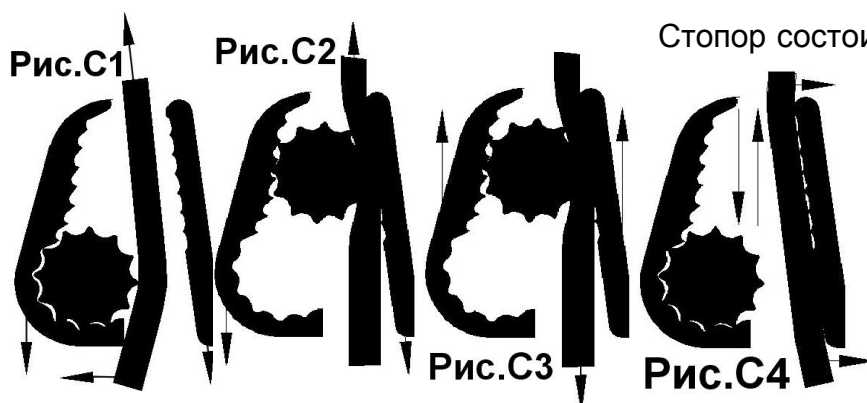
затвора от нижнего карабина. Верхний конец хефтера привязывается либо к верхнему карабину, либо к страхующей части недалеко от верхнего карабина. При прыжках хефтер растягивается и сжимается, поддерживая страхующую часть стропы выше распорки. Следите за ребенком. Как только он начнет подпрыгивать выше 10 см, обязательно привяжите хефтер к страховке.

Регулярно проверяйте, не появилось ли потертостей на верхней стропе или креплении. Шнур прочный и износостойкий. Его хватит и внукам. Но при ошибках и он может перетереться.



Как устроен и работает клиновидный стопор.

В прыгунках 5 стопоров. Один стопор впрессован в верхнюю часть верхнего карабина, позволяя легко и быстро регулировать высоту крепления амортизатора. 4 стопора на концах валиков для настройки подвесной системы на размер ребенка. Стопор позволяет менять положение крепления вдоль шнура, **не снимая нагрузки** (даже удобнее двигать стопоры, не вынимая малыша из тренажера). Передвинуть стопор получается **только** вдоль **натянутого** шнура.



Стопор состоит из 3-х деталей: зубчатого колесика, «корытца» с зубчатыми сужающимися стенками и объединяющей оболочки с отверстиями для шнура, в которой эти колесико и стенки собраны вместе. Для наглядности корытце имеет квадратное

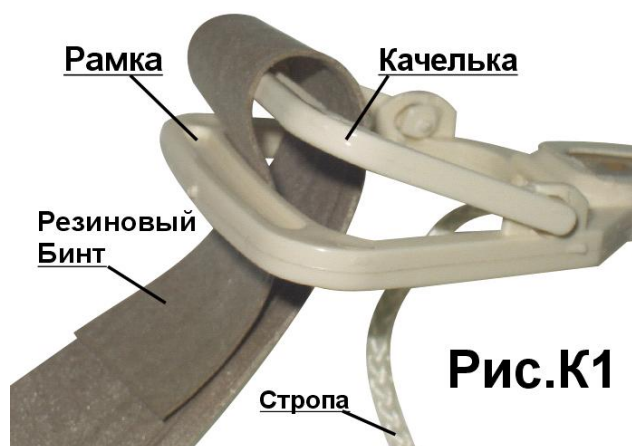
отверстие в дне и сделано полупрозрачным, а колесико черным. Если надо застопорить шнур, прижмите его нижний конец к левой стенке, а верхний потяните вверх (рис.С1). Колесико зацепится за шнур и покатится вверх, где в узкой части корытца шнур заклинится колесиком (рис.С2). Чтобы ослабить стопор, просто потяните нижний конец стропы вниз, а стопор вверх (рис.С3). Колесико провалится в широкую часть – шнур освободится. Прижимая шнур к правой стенке, подальше от колесика, можно двигать стопор вдоль шнура, находя подходящее положение (рис.С4), а когда надо будет застопорить шнур – просто прижмите его к колесу и потяните вверх (рис.С2).

Стопоры валиков рассчитаны на 4 кг каждый. Стопор в верхнем карабине рассчитан на 12 кг. Поэтому, если Ваш ребенок тяжелее, клиновидный стопор **верхнего карабина** может со временем «поехать» вниз вдоль стропы, стачивая зубцы колесика и стенок. Это не травмоопасно, но прыжки в этот момент станут не такими высокими, а в дальнейшем регулировать амортизатор придется без нагрузки. Этот стопор является бесплатной экстр. опцией без гарантий длительного срока службы (хотя мы и постарались сделать его надежнее). Поэтому советуем после окончания настроечных действий перевязать укорачивающий узел под верхний карабин, чтобы он «подпер» верхний карабин и снял нагрузку со стопора.

Примечания: 1. Бывает, что стопор «не слушается». Если колесико не цепляется за шнур (рис.С2), ослабьте нагрузку на нижний конец страховки, тогда шнур «распушится» и зацепит зубья колесика. Если и это не помогло, поверните стопор на 90 град по часовой стрелке, чтобы колесико под собственной тяжестью «упало» на шнур. Если наоборот, стопор закусывает шнур даже в положении рис.С4, тогда надо посильнее натянуть веревку, и она станет чуть тоньше. Не поможет – повернуть стопор на 45 град против часовой стрелки, чтоб колесико под своим весом опустилось вниз. На рис.С5 фотографически изображена схема с С4 для верхнего карабина: Пальцем правой руки страховая часть стропы отжата в сторону. При этом левая рука слегка натягивает страховую часть вниз. Карабин немного повернут, чтоб колесико скатилось под своей тяжестью дальше от шнура. Таким образом, даже при толстой веревке карабин легче двигать вдоль стропы **вниз** (вверх двигать всегда легко). Если, опустившись на несколько см. стопор снова «закусил» шнур, повторите операцию несколько раз (небольшой сдвиг вверх и больший вниз). При особенно «лохматой» веревке есть 100% надежный способ - конец булавки или скрепки, вставленный в квадратное отверстие и удерживающий колесико от «закусывания».



2. Дети меняют размер и вес небыстро и регулировка – не слишком частая операция. Во избежание преждевременного износа деталей стопоров и веревок не следует их двигать без нужды.
3. Прежде чем сажать ребенка первый раз в прыгунки, потренируйтесь управлять стопорами. Расклинить стопор, переместить и заклинить на новом месте у Вас должно занимать не более 3 сек.

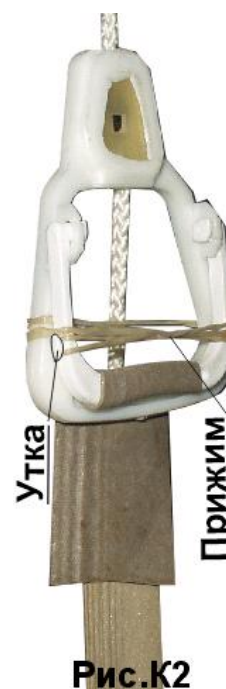


Карабины

Карабин (рис.К1) состоит из основной рамки и прикрепленной к ней подвижной «качельки». Резиновый бинт проходит через рамку, охватывает качельку и уходит снова в рамку. Чем сильнее натяжение, тем сильнее

качелька прижимает бинт к рамке (рис.К2). Продергивать бинт в карабин или регулировать его длину можно только без нагрузки на амортизатор (т.е. либо без ребенка, либо опустив верхний карабин вниз вдоль верхней стропы, чтоб малыш повис на страховке). Для перемещения бинта через карабин надо поднять качельку перпендикулярно рамке и продеть бинт (рис.К1).

Если амортизатор без нагрузки (особо высокий прыжок или в перерыве между тренировками), бинт может продвинуться в карабине, изменив настройку, и даже выскочить. Чтобы этого не произошло, используется прижим качельки к рамке. Прижим – это резиновое колечко, обмотанное вокруг рамки с качелькой и зацепленное за «утку» - маленький выступ сбоку на качельке. Поднятие качельки «сталкивает» прижим к осям качельки, поэтому по-



сле окончания регулировки все слои прижима надо вернуть назад на уровень «утки». Если бинт шире рамки, сложите его повдоль вдвое.

Сборка и настройка амортизатора

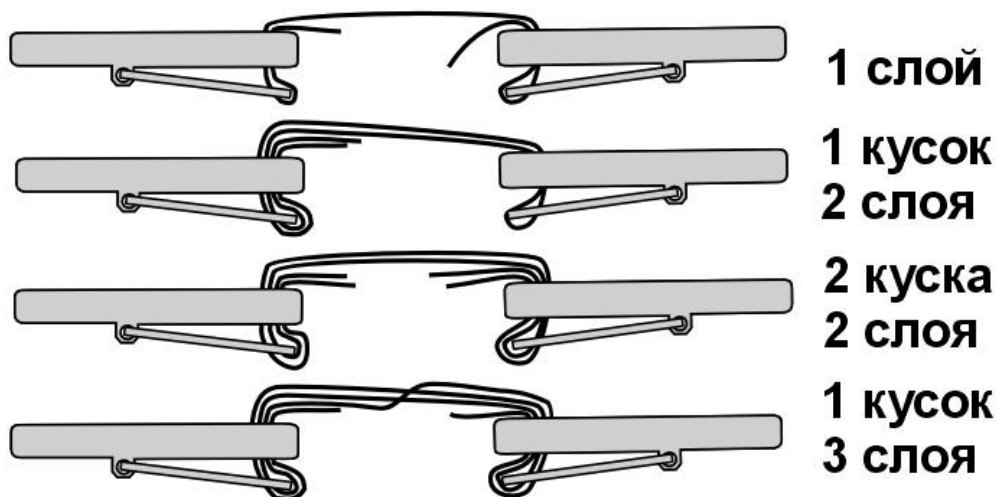
Упругость амортизатора зависит от суммарного сечения всех слоев резины. Резина бывает разной толщины и ширины. Дети различаются весом, а дверные проемы - высотой. Поэтому настройку амортизатора «под себя» осуществляет родитель на месте. Мы можем лишь дать советы. Упругость амортизатора настраивается на глазок. При правильной настройке ребенок должен едва касаться ногами пола. Подняв ножки, малыш должен повиснуть на той же высоте или чуть опуститься вниз (не более 10 см). Если малыш не касается пола, нужно изменить настройку амортизатора одним из 3 способов

1. Уменьшить количество слоев резинового бинта (грубая регулировка).
2. Удлинить резину между карабинами (увеличится амплитуда прыжков)
3. Опустить вдоль верхней стропы верхний карабин (это последнее уточнение).

Если наоборот ребенок слишком низко, действия противоположные. Результат достигается комбинацией всех трех способов.

Если взять за стандарт бинт шириной 55 мм и толщиной 1 мм, то при растяжении вдвое от первоначальной длины один слой стандартного бинта сжимается с силой **примерно 2 кг**, а при растяжении втрое - примерно 4 кг. Растягивать более чем в три раза не рекомендуется, т.к. бинт от этого быстрее портится. Количеством слоев бинта между карабинами, их длиной регулируют упругость амортизатора. Чем в большее количество раз растягивается амортизатор под весом ребенка и чем длиннее амортизатор в нерастянутом виде, тем больше будет амплитуда и длительность прыжков, тем больше удовольствия будет получать малыш (но не "переборщите", а то порвется резина). Поэтому рекомендуем, настраивая амортизатор, поднимать верхний карабин

ближе к чоку. Детям до 4 кг достаточно одного стандартного слоя, до 8 - не менее 2-х, при 12 - не менее 3-х и т.д. Если в вашем амортизаторе используется бинт



иной толщины\ширины, следует сделать на это поправку. На рисунке схематически изображены разные варианты компоновки слоев резины в амортизаторе.

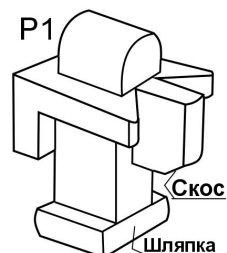
Сборка распорки

Распорка – сборная крестовина, раздвигающая нижние стропы (до прямоугольника 19×27 см), чтобы они не сжимали голову и плечи ребенка, и он чувствовал себя комфортно. По-

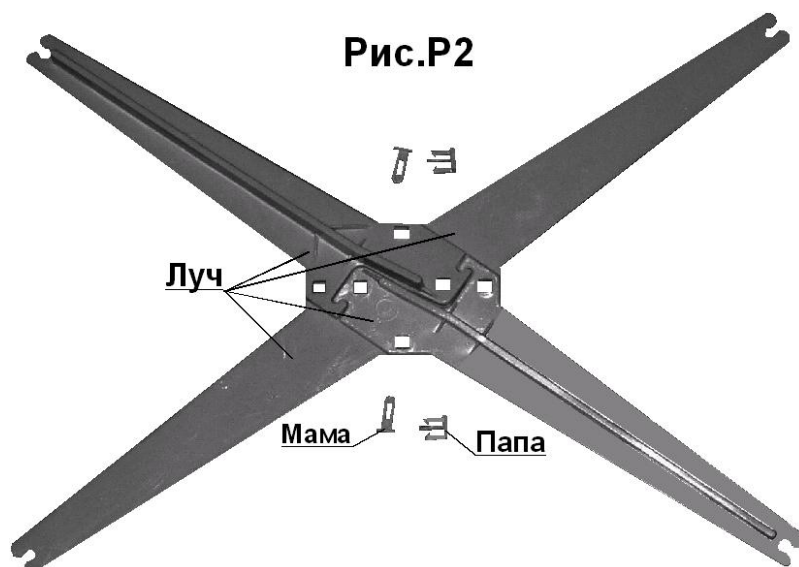
требитель должен сам правильно собрать крестовину и вставить нижние стропы в щели на концах «лучей».

Сборка крестовины – немного головоломка, «детский конструктор». Не спешите! Внимательно читайте пояснения, рассматривайте картинки, вертите детали в руках. Мы верим: Вы сумеете! Если задача все же оказалась не для Вашего склада ума, **обратитесь за помощью к какому-нибудь умелому мужчине** (всякому приятно продемонстрировать «сообразительность» и «рукастость» ☺). Собрать надо лишь один раз.

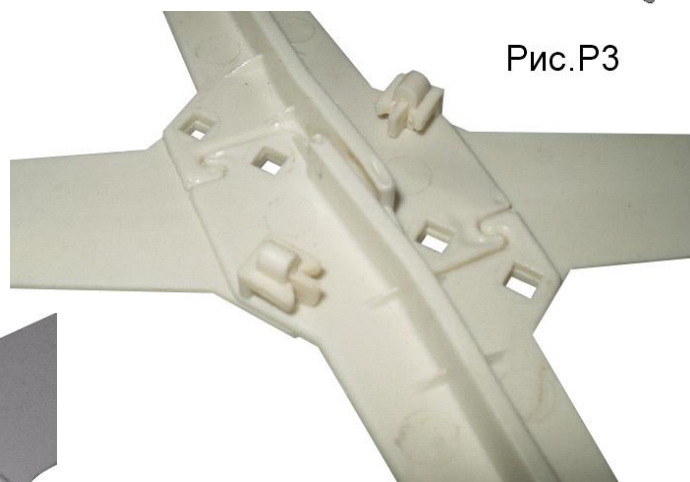
В крестовину входят 13 деталей: 4 «луча», «квадромама», 2 «мамы», 6 «пап» (просим прощения за технически-слэнговые термины – они точнее отражают смысл). «Квадромама» уже привязана к стропам. «Мамы» и «папы» лежат в отдельном пакетике (это мелкие детали. Осторожней, не потеряйте их!). «Папы» вставляются в отверстия в «мамах» и «квадромаме», и запирают их. На рис.Р1 показана «мама» с правильно вставленным «папой». «Папа» вошел полностью, и его зубцы зацепились за «маму», обхватив ее. Обратите внимание, что «папа» вставлен скосом ближе к шляпке «мамы». Не запрещено вставлять «папу» скосом наоборот, но это труднее, т.к. несокошенный угол упрется в материал «луча». При правильной сборке все «папы» вставляются до конца без усилий и зубцы «папы» защелкиваются с характерным щелчком. Если силы пальцев не хватает, можно подтолкнуть «папу» чем-нибудь твердым.



1. Сложите вместе в крестовину все 4 «луча» так, чтобы совпали все 6 отверстий в них (рис.Р2). Крючки каждой пары «лучей» должны войти в зацепление.



2. Вставьте две «мамы» в два отверстия и зафиксируйте двумя «папами» (Рис.Р3). Первые 2 операции можно делать в любом месте на расстоянии от остального изделия.



3. Полученную крестовину рассматриваем в



дальнейшем, как единую деталь. Повесьте прыжки на вбитый ранее гвоздь, распутайте и расправьте нижние стропы вокруг «квадромамы» так, как показано на Р8. Вставьте «квадромаму» в образовавшийся ряд 4-х отверстий крестовины (вид

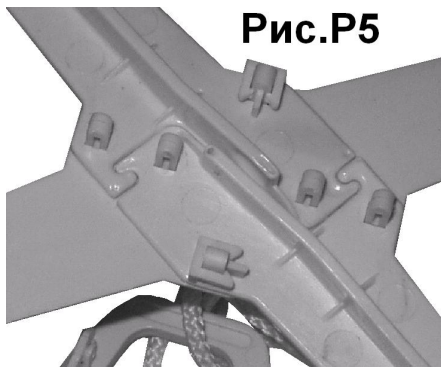


Рис.Р5

сверху рис Р4, вид снизу рис.Р5) и зафиксируйте ее 4-мя «папами» (рис Р6). Проверьте, что все 6 «пап» зафиксированы, иначе крестовина может развалиться в неподходящий момент.

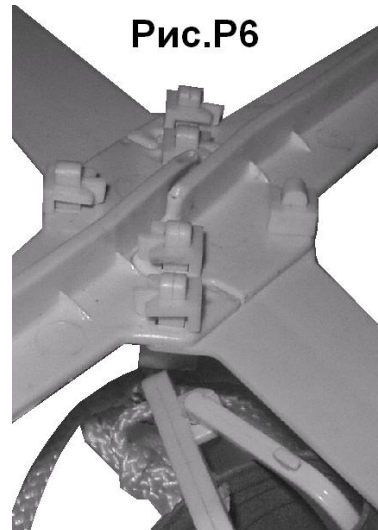


Рис.Р6

Последний шаг - вставить стропы в пазы на концах «лучей» так, чтобы узелки на стропках были под пазами, опираясь в них (рис.1). Если прыгунки были распутаны и стропы правильно (рис.Р8) расположены, это делается под некоторым натяжением, в результате чего концы «лучей» немного выгнутся вверх. Когда в прыгунки будет посажен малыш, концы крестовины наоборот слегка загнутся вниз. Вас это не должно смущать.

Как посадить ребенка в подвесную систему.

Чтобы малыш не испугался, прыгунки должны некоторое время повисеть просто так, "примелькаться". Можно посадить в них куклу. Сразу привыкайте сажать ребенка в прыгунки в одиночку, без посторонней помощи. В первый раз, когда ребенок в хорошем настроении и убедившись, что он "сухой", желательно за час до еды, либо через час после. Будьте спокойны и уверены, иначе волнение может передаться ребенку, он расплачется и придется отложить. Сначала

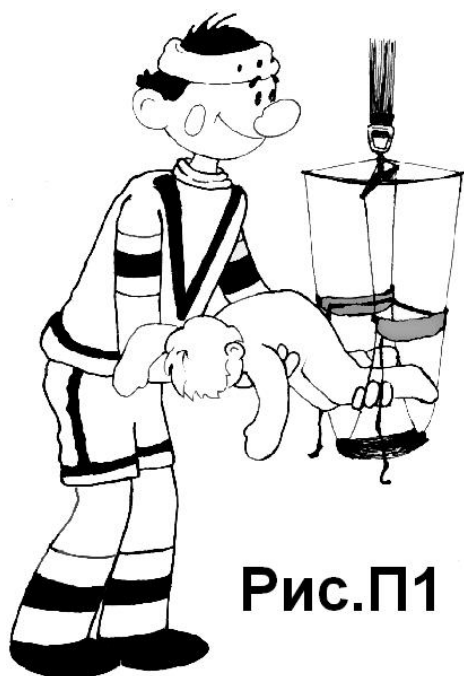


Рис.П1

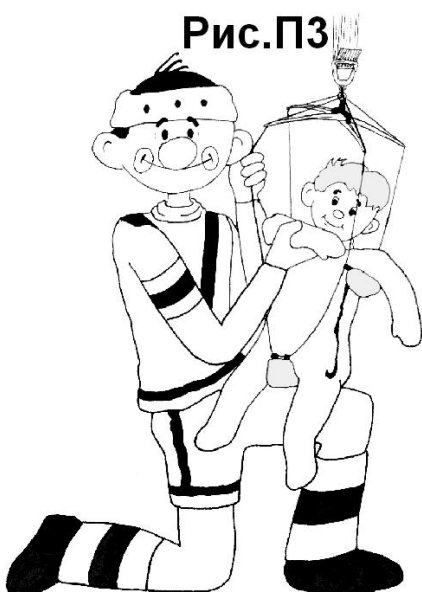


Рис.П3

подвесьте прыгунки, проверив предварительно, не нарушено ли что-то в изделии. Кладем ребенка грудью на правую руку, а левой обхватываем обе ножки и просовываем ножки между передними стропами над сиденьем (рис.П1) (для левшей можно наоборот). Отпустив левую ногу ребенка, направьте его ноги так, чтобы сиденье оказалось между ними. Под весом малыша амортизатор растянется и подвесная система опустится. Одновременно с ней присядьте и Вы, подставляя левое колено под ребенка. Придерживая левой рукой ребенка за спинку, правой просуньте его левую ручку между стропами над левым валиком (рис.П2). Затем, своей левой рукой оттяните правую переднюю стропу, а правой рукой просуньте его правую ручку на место – над правым валиком (рис.П3). Посадив малыша в прыгунки, пояс обязательно пропустите



Рис.П2

поверх нижних строп на второй круг подмышками ребенка и завяжите “бантиком” на спине – если завязать спереди, малыш может его развязать и вывалиться из прыгунков. Вынимать из прыгунков ребенка надо в обратном порядке.

Настройка Подвесной системы состоит в изменении расстояний между сидением, подмышечными валиками и площадкой. Сиденье и валики должны быть горизонтальны, валики на одинаковой высоте. Перед первой посадкой валики достаточно расположить лишь приблизительно на расстоянии половины роста малыша от сидения (при перемещении стопоров вдоль строп не забывайте натянуть стропы, иначе не получится). Когда посадите, быстро переместите стопора валиков так, чтоб малышу было удобно, и прочно заклиньте их. Под весом ребенка валики и сиденье прогнутся, удобно обхватив его. Первые дни не отходите от ребенка в прыгунках, внимательно наблюдайте за тем, насколько ему комфортно (да и в дальнейшем не выпускайте малыша из поля зрения). Подрегулируйте валики, подвиньте сиденье под попку, если он сидит криво или неудобно. Нагрузка должна распределяться примерно поровну: половина - под мышки, половина - на сиденье. Скоро Вы поймете, какая регулировка лучше подходит Вашему малышу, и далее надо будет лишь корректировать ее раз в неделю по мере роста ребенка. Как показала практика, в правильно настроенной подвесной системе ребенок устает меньше, чем у матери на руках, ведь мама поддерживает в 2-х местах, а прыгунки в трех. На рисунках изображены случаи, когда валики слишком высоко (Н1) и слишком низко (Н2).

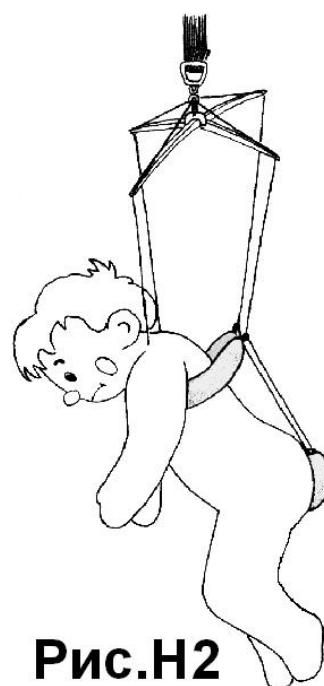
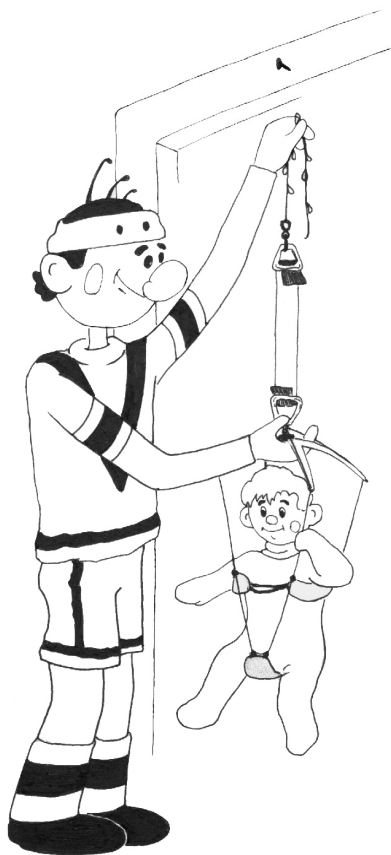
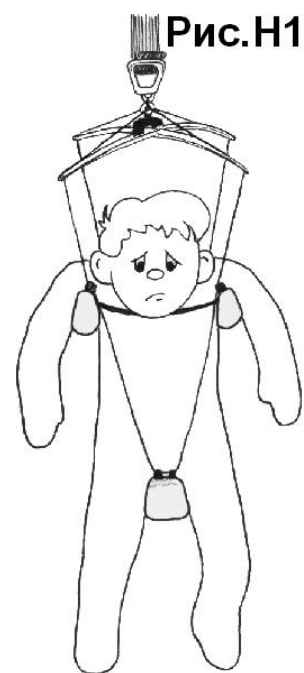


Рис.Н1

Рис.Н2

Изменить положение сидения относительно крестовины тоже можно, но без ребенка в прыгунках. Для этого измените положение узлов, соединяющих передние и задние стропы.

Эксплуатация тренажера.

Внимание! Прыгунки рассчитаны на детей **до 12 кг.**

Чтобы вызвать первые положительные эмоции у малыша, можно помочь ему. Покачайте его за руки или за ноги.

Если в доме несколько мест подвешивания, можно переносить малыша с одного места в другое, не вынимая из прыгунков. Одной рукой возьмитесь под крестовину и поднимите

ребенка (см. рисунок). Тогда другой легко снять петлю крепления с крючка. Так, держа за крестовину, и несите малыша в другое место и вешайте крепление на другой крючок .

Меры предосторожности и советы

1. Самым надежным критерием при использовании прыгунков является настроение ребенка. Если он капризничает в них, лучше отложить до более подходящего момента. Симптомом того, что ребенок устал в прыгунках, может служить общая вялость, наклоненная или запрокинутая голова (если, конечно, там, куда он смотрит, нет ничего, привлекающего его внимание). Следите за тем, чтобы ребенок сидел удобно, вовремя поправляйте его и регулируйте положение валиков, будьте всегда **внимательны к своему ребенку, вдумчиво и творчески следуйте инструкции**. Будем благодарны, если Вы поделитесь с нами своим опытом использования прыгунков по адресу: 105043, Москва-43, а/я 4/7, пришлете фотографии, которые мы с удовольствием разместим на нашем интернет-сайте. По этому же адресу можно заказать прыгунки и дополнительную резину с наложенным платежом.

2. Многие детали прыгунков сделаны из полиамида (в просторечии «капрон», «нейлон»). Это очень прочный и эластичный материал, что позволяет значительно уменьшать габариты изделий из него. Кроме того, полиамид химически пассивный и безвредный, потому один из самых безопасных материалов, если не нагревать его выше 250°C. Но с годами и он постепенно разрушается под воздействием света. Поэтому не оставляйте прыгунки надолго под солнцем, если хотите, чтоб они послужили Вашим внукам.

3. Резина постепенно высыхает. Рекомендуем раз в 2-3 мес. менять бинт на свежий. Храните бинт без доступа света и воздуха (в полиэтиленовом пакете). Если нет запасного, порвавшийся бинт можно срастить обыкновенным узлом, завязав предварительно на сращиваемых концах стопорящие узелки. Упругие свойства резины со временем снижаются, поэтому при использовании старого бинта добавьте в амортизаторе дополнительные слои, чтобы бинт растягивался меньше чем в 3 раза, хотя это ведет к уменьшению амплитуды прыжков. Но лучше купить новый бинт Мартенса у нас или в аптеке.

4. Когда ребенок немного освоится и начнет активно двигаться, целесообразно сажать его в прыгунки голышом при комнатной температуре: в памперсе или обмотав предварительно сиденье пленкой, а сверху марлевым подгузником. Это еще больше увеличит активность малыша. Кроме того, прохладный пол и свободно циркулирующий вокруг кожи воздух обладают хорошим закаливающим эффектом. Не опасайтесь того, что ребенок простынет, т.к. он находится в движении. Холодные ножки - нормальное явление для бодрствующего ребенка.

5. Чтобы усилить развивающий эффект, вносите больше разнообразия. Давайте малышу в руки или вешайте рядом на нитке игрушки и другие предметы. Можно придумать иные способы размещения в пределах досягаемости для малыша развивающих развлечений. Прыгающему ребенку можно дать в ручку кусочек яблока или хлеба. Старайтесь не отходить далеко и все время разговаривайте с малышом, активизируя этим его речевые функции. Можно регулярно менять настройку амортизатора, делая его то более упругим, то менее, то короче, то длиннее. Тогда прыжки будут то выше, то ниже, то частыми, то редкими, и малышу придется подстраиваться под изменения, одновременно привыкая к разнообразию окружающего мира, к необходимости постоянно чему-то учиться, что-то придумывать и изобретать.

6. Хотя коэффициент трения кожи о капрон мал, некоторые дети первое время натирают себе щечки о стропы. Обычно, через несколько недель это проходит, а пока сократите длительность занятий в прыгунках. Можно одеть на стропы над валиками гладкие трубки 20-30 см. Не огорчайтесь, если ребенок не начнет сразу прыгать — ему нужно освоиться. Скоро он порадует вас осознанными упругими движениями.

7. Прыгунки легко превратить в качели, укоротив страховку и опустив верхний карабин вдоль верхней стропы, чтоб резина не растягивалась.

8. Запас прочности подвесной системы довольно большой (несущие элементы выдержат и взрослого). Для детей старше 5 лет с повреждениями опорно-двигательного аппарата тренажер можно использовать, увеличив распорку и удлинив нижние стропы.

9. Конечно, прыгунки не заменят тепло материнских рук, они не для этого предназначены. Но руки устают, и прыгунки могут их на короткое время подменить, доставив при этом малышу радость.

10. Нам известны случаи, когда дети моложе года проводили в прыгунках подряд более 100 мин. Хотя заметных повреждений и проблем от этих «рекордов» не выявлено, мы **категорически** не рекомендуем, чтобы малыш находился в прыгунках непрерывно более 40 минут подряд даже в тех случаях, когда он проявляет признаки удовольствия и желания прыгать дольше. А до 4 месяцев сеансы не должны длиться более 10-15 мин.

11. Вопрос «начинать ли использовать наши прыгунки до того, как ребенку исполнилось 4 месяца» остается спорным. Мы не оспариваем запретительную точку зрения и рекомендуем следовать советам врачей. Отметим лишь, что в нашей практике имелись многочисленные случаи, когда прыгунки с разделенными валиком и сидением использовались для малышек, начиная с более раннего возраста. Ни у одного из этих детей нами не выявлено отрицательных отклонений в развитии и здоровье, в которых можно было бы винить прыгунки. Все эти дети очень успешны и в умственном и в физическом развитии. Самая первая девочка, для которой и были изобретены эти прыгунки, в первый раз была посажена в прыгунки в возрасте 4-х недель. Она на год раньше сверстников закончила школу, знает 3 языка (два из них в совершенстве), сейчас успешно учится в одном из ведущих университетов на химика, увлекается скалолазанием и сноубордингом, играет на фортепьяно и сочиняет музыку. Конечно, не стоит говорить, что прыгунки – главная причина этих достижений (важнее, наверное, роль родителей). Но нет никаких оснований полагать, что от прыгунок был хоть какой-то вред. И совершенно точно можно сказать, что этот тренажер существенно облегчил матери первый год с ребенком, а малышке доставил много часов бурных положительных эмоций.

12. Некоторые родители опасаются, что малыш может удариться во время прыжков о косяк... Да может! Но не сразу, а когда научится прыгать. Произойдет это тогда, когда ребенок начнет в прыгунках раскачиваться, постепенно наращивая амплитуду. В какой-то момент он сможет «на излете» коснуться бокового косяка. Этот касание и ударом не назвать. Даже следа не останется, но немножко больно будет. С этой болью придет понимание, что ударяться о твердое на большой скорости не следует. У маленьких детей чувство самосохранения врожденное, более сильное, чем у взрослых. Они просто еще не

все понимают. Вас удивит, насколько быстро малыш усвоит, в каком направлении можно раскачиваться, а в каком нельзя, как научиться уворачиваться от опасностей.

В жизни так бывает, что уже подросшие дети, которых слишком опекали, не знают реальных опасностей и, попав в ситуацию без опеки, получают серьезные травмы, иногда даже гибнут, потому, что сил навредить себе уже достаточно, а знаний об окружающем мире не хватает. Не научившись падать, не научиться ходить. Прыгунки, через безвредные микропроисшествия с первых месяцев жизни подготавливают малыша к опасностям окружающего мира, помогают в будущем избежать настоящих опасностей.

13. Раз в несколько месяцев происходит разрыв одного из слоев резины. Это происходит обычно в момент, когда малыш находится в нижней точке прыжка. Если прыгунки настроены правильно, дети обычно не пугаются этого. Они лишь слышат негромкий щелчок над головой и замечают, что касаются ягодицами пола, повиснув на страховке, и не могут подпрыгнуть столь же высоко, как секунду назад. Рутинная операция по замене резины не занимает много времени. Обрывов можно избежать, если раз в 1-2 месяца менять бинт Мартенса на свежий заранее.

Далее следует информация, не относящаяся напрямую к использованию прыгунок и не обязательная для чтения

Разбор критики прыгунок

Большую часть претензий можно свести к следующим:

а) *Прыгунки вредят позвоночнику и пережимают кровяные сосуды ног.* Проблема есть, только если подвесная система выполнена в виде трусиков, без поддержки подмышки. В наших прыгунках, при правильной настройке, нагрузка с позвоночника снята. Мягкое сиденье безвредно.

б) *Прыгунки небезопасны.* Все небезопасно в жизни. Все время лежать еще более опасно для развития и здоровья малыша. Но наши прыгунки наименее опасны из всех. Главная опасность – тяжелые твердые предметы над головой ребенка. В наших прыгунках все легкое и эластичное. При правильном использовании травмы исключены. Ничего не меняя принципиально, например для детей с ДЦП, по специальным заказам мы дорабатываем прыгунки (удлиняем стропы, меняем стопоры на усиленные петли, увеличиваем распорку, валики и сиденье, даем добавочные карабины) на людей весом до 80 кг.

в) *Дети в прыгунках иногда в последствии не встают на полную ступню.* Дети без прыгунок даже чаще не встают на полную ступню. Прямой связи между прыгунками и этой патологией не выявлено, но известно немало случаев, когда с помощью прыгунок исправляли или смягчали последствия самых разных недугов и травм. Посоветуйтесь с толковым врачом, подумайте сами. Прыгунки наоборот могут помочь при этой проблеме. Например, ослабьте амортизатор или попробуйте опустить ребенка на 10 см ниже, чтоб он вынужден был опираться всей стопой. Некоторые надевают обувь с жесткой подошвой.

г) *Прыгунки ограничивают свободу, что мешает развитию.* Прыгунки, в подвесной системе которых ребенка «окружает» со всех сторон большой обод и т.п., действительно ограничивают свободу. Наши прыгунки лишены этого недостатка. Ребенок может прыгать, качаться, крутиться. Руки, ноги, голова и даже туловище не скованы, хотя в безопасности. Свободы больше, чем в манеже или кроватке. Эта свобода как раз и дает ребенку возможность установить прямую связь между движениями и их последствиями. Почувствовать на себе, что такое скорость и ускорение, поступательное и вращательное движение, научиться отличать визуально твердое и мягкое. Например, дети начинают понимать, что изменить движение, свое положение и траекторию можно не только напрягая мышцы ног, но и резко изгибая корпус. Наблюдение за детьми, выросшими в наших прыгунках, показало, что они

лучше чувствуют механику окружающего мира, прогрессируют в видах спорта, требующих координации движений и понимания окружающей обстановки.

д). В Интернете и прессе столько пишут про прыгунки. Одни ругают, другие хвалят. Непонятно, кому верить. Доверьтесь здравому смыслу. Обратите внимание на то, что хвалят те, кто попробовал на своем ребенке и убедился в удобстве и полезности, в радости для малыша. А ругают те, кто не попробовав, выстраивает «теоретические» умозаключения. Получается «Солженицына я не читал, но осуждаю».

К сожалению, с необоснованной критикой выступают даже некоторые врачи. Мы знаем немало педиатров, ортопедов, невропатологов, детских массажистов, постоянно использующих прыгунки в своей практике. С самого начала, еще в 1988 году, прежде чем начинать массовое производство прыгунок, мы обратились в Минздрав за рекомендацией (тогда это не продавалось за взятки). Десятки прыгунок были розданы в дома ребенка, лучшим докторам Москвы и Области, равнодушным родителям. Более года шли испытания. Получены и обобщены десятки независимых отзывов. Мы и сейчас интересуемся успехами некоторых детей, участвовавших в тех испытаниях, и не замечаем отклонений. Наоборот они ловчее и крепче сверстников. То заключение, полученное в 89-м году и подписанное по настоящему ответственным медиком Д.И.Зелинской, рекомендации, полученные тогда в ходе испытаний, мы до сих пор считаем самыми заслуживающими доверия.

Мы внимательно следим за новостями и не уходим от дискуссий. Прочсть разбор других критических доводов можно на нашем интернет-сайте www.prigunki.com.

Из истории прыгунок.

Самое раннее из известных нам упоминаний о подобном тренажере - патент США М 1426063, выданный в 1921 г Фрэнсису Хэскинсу (хотя по непроверенным данным нечто похожее на прыгунки встречали даже на наскальных рисунках). Юджин Гиффен получил патент США N 2912044 в 1957 г. на усовершенствованный вариант прыгунок. Купленный Вами тренажер выгодно отличается от вышеназванных широкими возможностями регулировки и подгонки к особенностям конкретного ребенка, а значит возможностью более длительного и эффективного использования.

Изобретателям и рационализаторам.

Этот раздел для тех, кто считает конструкцию прыгунок неудачной или видит, что в ней надо изменить. Мы ценим любые предложения, направленные на улучшение. Но просим прежде, чем что-то предлагать или проявлять неодобрение этой конструкции, прочитайте нижеследующее:

Мы часто получаем от равнодушных покупателей рацпредложения. Согласны: прыгунки можно и нужно улучшать. Внимательно изучая все предложения, мы благодарны за них. Выпуская тренажер более 17 лет, мы постоянно работаем над их улучшением. У нас и наших друзей рождаются дети, и все усовершенствования сначала опробуются на них. Мы посадили в прыгунки тысячи детей, изучали их функционирование, наблюдая длительно на сотнях малышей. Сотрудничаем с медиками. Увы, многие «новые» предложения повторяют то, что уже испытано и отвергнуто, как неприемлемое. Чтобы не тратить время на повторение известного, прочитайте этот раздел.

А), предлагая что-то, не забывайте о себестоимости. Это демократичный товар, доступный самым малообеспеченным. Добавление дорогих "прибамбасов" поднимет себестоимость, не очень улучшая, а то и ухудшая изделие. Мы убеждены, что по возможностям и полезности наши прыгунки - лучшие в мире, и одни из самых дешевых.

Б), предлагая «украшательства» не забывайте об основных функциях этого товара, таких как удобство, функциональные возможности, компактность, неприхотливость в транспортировке и эксплуатации и пр. Вы когда-нибудь видели парашютиста под наполненным куполом в небе? Наверняка. Красивое зрелище, не правда ли?! А видели ли Вы этот парашют лежащим на земле? Какие-то тряпки, веревки, подвязки...! Смотрится не эстетичнее горы мусора. Аналогично и прыгунки. Не оторвать взгляда от радостно прыгающего в прыгун-

ках восторженного ребенка, а без малыша они, увы, некрасивы ...

В), оценивая прочность этого изделия, помните, что впечатления, не подкрепленные расчетами и испытаниями, часто обманчивы. Поверьте, мы тщательно все рассчитываем и проверяем. Если использовать прыгунки **по назначению и в соответствии с инструкцией**, почти все детали отлично справляются с перегрузками, которые может создать даже 5-летний ребенок, не смотря на кажущуюся ажурность конструкции. А то, что со временем может разрушиться, не может при этом травмировать ребенка.

А теперь приведем типичные замечания и предложения, с которыми мы часто сталкиваемся и разберем, почему они не приемлемы.

1. Амортизатор (как основной рабочий элемент он привлекает наибольшее внимание).

1.1. "Неэстетично выглядит амортизатор с параллельно расположенным страховочным шнуром. Резиновый бинт смотрится непрезентабельно. Не лучше ли использовать резину в матерчатой оплетке, как у резины от эспандера?"

Нет, не лучше, а наоборот гораздо хуже.

Во-первых, такая резина тоже рвется, неожиданной и болезненной. Поэтому с ней страховочный шнур даже нужнее.

Во-вторых, резина в оплетке растягивается не более чем в 2-2.5 раза от первоначальной длины и от этого быстро вытягивается. Такова ее структура – нити, переплетенные с резиной, перетирают последнюю. А резиновый бинт может многократно растягиваться в 5 раз от первоначальной длины. Значит, прыжки будут выше и плавнее, т.е. больше удовольствие, меньше утомление, интенсивнее развитие.

В-третьих, эспандер, даже самые «трудолюбивые» физкультурники растягивают не более 300 раз в сутки. Амортизатор прыгунок растягивается до 5000 раз в сутки. Если эспандер служит 1-2 года, после чего его резина вытягивается и требует замены, то на прыгунках амортизатор из эспандерной резины не прослужит и 2-х месяцев. Резиновый бинт служит в 5 раз больше, что обеспечивает при использовании основного и запасного бинта необходимое для среднего ребенка время эксплуатации (10 месяцев: возраст от 2-4 до 12-14 месяцев).

В-четвертых, при помощи бинта достигаются **большая точность и разнообразие регулировки**, что позволяет получать от прыгунок максимум возможного. При правильной настройке это будут действительно прыгунки, а не «виселки», как у большинства других производителей подобной продукции.

Ну и, наконец, в-пятых, резина в оплетке значительно дороже бинта, хотя и в нынешней себестоимости изделия резина составляет ощутимую долю.

1.2. "Нужно поместить амортизатор в какой-нибудь рукав или гофрированный шланг или что-то еще. Не раз приходилось видеть подобные решения в изделиях другого назначения. Это эстетично и выглядит надежнее"

Увы, и это предложение мы вынуждены были отвергнуть. Эта надежность, кажущаяся из-за внушительных размеров, но все равно придется прикреплять внутри этого "шланга" страховочный шнур, чтобы себестоимость не возросла до неприличия. Кроме того, окружающий резину материал "шланга" трется об нее, неизбежно повышая износ и снижая срок службы. Но главная проблема – рукав сильно мешает при регулировке упругих свойств, а ведь именно это отличает прыгунки от обычных качелей

1.3. «Нужно заменить резину пружиной - она и надежнее, и прочнее».

Категорически **НЕТ!** Как ни увеличивай прочность и надежность амортизатора, нельзя гарантировать, что однажды, нечаянно, Вы не выроните ребенка прыгунках во время подвешивания. Или сам малыш стянет лежащие на столе прыгунки на себя. Это может случиться с каждым. Тяжелая, твердая извивающаяся пружина может не только сильно поранить, но даже покалечить малыша, да и взрослого травмировать. Встречаются прыгунки нескольких модификаций, в том числе использующие металлические пружины и металлические приспособления крепления к косяку. По поручению Минздрава РСФСР в 1988-м был проведен анализ различных модификаций. Наиболее безопасным, удобным в использовании, имеющим широкий диапазон регулировки и комфортным для ребенка признан амортизатор из бинта Мартенса. Первый критерий безопасности — все, что над ребенком как можно легче и мягче, меньше твердых и тяжелых деталей.

Кроме того, ни одна пружина не даст десятки тысяч растяжения в 3-5 раз при нужных упругих

свойствах.

2. *«Все эти валики и сиденья кажутся такими неудобными, в них так легко запутаться. Не лучше ли делать подвесную систему в форме штанишек?»*

Нет. Наоборот: главное достоинство как раз в том, что разделены сиденье и подмышечные валики. Это снимает нагрузку на неокрепший позвоночник за счет переноса тяжести верхней половины тела на подмышки (так, как это происходит, когда мама правильно держит ребенка). Это позволяет начинать использовать прыгунки вОвремя, т.е. в возрасте 2-4 месяцев (когда малыш только начал держать головку), а не тогда, когда ребенок начал сидеть (6-8 месяцев), и когда упущено благоприятное время эффективного использования тренажера. А неудобства кажутся. Если освоить процесс усаживания ребенка в прыгунки по инструкции, это даже проще и удобнее, чем "штанишки". Мы ставили эксперимент: предлагали родителям, освоившему наши прыгунки, посадить малыша в другие. Помимо неудобств для ребенка все отмечали, что в наши сажать удобнее.

3. *«Крепление к косяку при помощи гвоздя неэстетично и ненадежно».*

По поводу надежности – уверены, что надежно. Ни разу ни у кого не было проблем. Но мы и не настаиваем на этом креплении. Хозяева сами вправе решать, чего, где и как в своем доме крепить. Это лишь один из доступных, надежных и недорогих вариантов. Кстати, оставляющий наименьшие следы по окончании использования. Бывают конструкции, имеющие обжим для косяков. Но, во-первых, они имеют массу и твердость, повышая травмоопасность, а во-вторых, они подходят не для любых дверных проемов. К тому же прыгунки можно повесить не только в дверях.

4. *«Собираемая из частей крестовина-распорка сложна и ненадежна. Не вернуться ли к дощечке?»*

Сборная крестовина - компромисс между противоречивыми требованиями. С одной стороны она должна быть достаточно большой, чтобы отодвигать стропы от головы, с другой – легкой для безопасности, с третьей – не увеличивать размер товара и не повреждать упаковку, что существенно снижает стоимость. Возможны другие компромиссы, но этот сочтен наилучшим. Нынешняя распорка почти вдвое легче прежней (70 гр. против 120), притом, что прочнее и больше. Тот, кто изучал сопромат, согласится, что цельная дощечка таких размеров, неприхотливая к транспортировке, весила бы не меньше 400 грамм, значительно подняв цену изготовления, складирования и доставки потребителю, но главное – опасность изделия. С прежней дощечкой мы получали до 30% возвратов из-за поломанных дощечек. Думается, что небольшое одноразовое затруднение при сборке крестовины для большинства более приемлемо, чем двукратное увеличение цены и снижение безопасности. Если Вам все же нужна сплошная площадка, можно заменить крестовину, выпилив прямоугольник из ДВП или фанеры и сделав по углам прорези для нижних строп. Крепить квадромаму к такой дощечке не обязательно. От нагрузок торговых складирования и транспортировки такая дощечка сломается, но с ролью распорки справится. Можно, также, по-прежнему заказать прыгунки старой конструкции и у нас по той же цене, что и новые.

5. *Почему бы ни обернуть нижние стропы, чтобы избежать натирания о них щек.*

Не более 15% детей натирают щеки, а большинству эти осложнения и удорожания не нужны. У каждого ребенка свои аллергии, противопоказания на разные материалы. Капрон – один из самых нейтральных. Нет надежного и дешевого решения, пригодного для всех. Обычно хватает рукава из ткани или ПВХ-кембрика от провода. Был случай, что помог только фторопласт. Обычно, столкнувшиеся с проблемой родители сами подбирают наилучший вариант.

6. *Нужна какая-нибудь пряжка на пояске. Опробовано много разных пряжек и материалов для пояска. Практика показала: простая тесьма удобнее и надежнее, меньше спутывается.*

7. *Зачем вообще стопор верхнего карабина, если он может «поплыть»? Пока он еще ни разу никого не подвел. Но теоретически это может случиться. Предупреждаем, чтоб не было рекламаций.*

8. *Веревка тонкая, боязно за малыша...* Любое решение многократно просчитано и испытано. Затем проверено на собственных детях и детях добровольцев. «Ненадежность» кажущаяся. Шнур хоть и тонкий, но прочный. Верхняя стропа и крепление выдерживают на разрыв от 150 кг. Нижние (гладкие и мягкие) – 30 кг каждая. Не сложно взять толстый шнур. Но, помимо удорожания, это приведет к неудобству в использовании, лишнему весу.

9. *Инструкция непонятна.* Да, ее можно и нужно сделать лучше, хотя эта лучше предыдущей. Мы будем благодарны и даже оплатим реально хорошие усовершенствования.

10. *Какие-то у Вас сложные прыгунки. Столько всяких деталей, веревочек и пр. Как простому человеку в этом всем разобраться? «Простота – сестра таланта».*

Представьте радиоприемник без единой кнопки\ручки: включил в розетку – громко играет радио «Маяк». Выключил – не играет. Все просто! Нет регулировки громкости, тембра, настройки на другие волны, не говоря о таких «наворотах», как эквалайзеры, таймер с будильником, программирование и пр. Прыгунки большинства других производителей – как этот приемник. Возможно некоторым именно такой приемник и нужен. Нужен ли он Вам?! Тем, кто заботится о своих детях, прыгунки без возможности настроек вряд ли пригодятся. В сравнении с прыгунками, выполненными в виде трусиков, стульчиков и пр., наши, в первый момент, выглядят сложнее. Но в них малыш может прыгать с ранних месяцев без вреда здоровью и с пользой для развития, а не тогда, когда от прыгунок пора отказаться. Вдобавок, они травмобезопаснее других. В менее 250 гр. много нужных устройств и приспособлений, которых нет у других. Упрощено многое. Другие упрощения - отказ от возможностей, повышающих удобство, безопасность, полезность.

Вспомним также известную поговорку: «Если сделать систему, которой может пользоваться и дурак, то только дураки ей и будут пользоваться». Мы верим в природную смекалку россиян, верим, что им под силу разобраться в этом, в общем-то, несложном изделии

Если все-же Вы решили что-то предложить, сопровождайте подробными чертежами и понятными объяснениями. Если нам понравится Ваша идея, и мы используем ее, мы, конечно, Вам за нее заплатим. Сколько, кому, за что и когда платить, мы решаем сами. Все изобретатели и рационализаторы, идеи которых нам понравились и мы использовали их в своих изделиях, весьма довольны сотрудничеством с нами, т.к. за действительно хорошие идеи мы платим действительно хорошо.

Уважаемые родители!

Мы рады, если Вы рады! Наша цель - решить Ваши проблемы. Если Вы недовольны - виноваты мы. Наш главный девиз: "Клиент всегда прав!". Если почему-то Вам не нравится тренажер, и знакомые не выпросили его для своего ребенка - в течение 30 дней после получения можно обменять его у нас на деньги или новое изделие. Но все же просим снова перечитать инструкцию, еще раз попробовать. Бывало, в порыве раздражения от первых обманчивых впечатлений, люди возвращали, а потом понимали ошибки. Товар покупался вновь, но время, оптимальное для использования, было безвозвратно упущено.

Этот товар необычен и не прост. Чтоб по достоинству его оценить, надо, не доверяясь поверхностным впечатлениям, увидеть своего радостного малыша в прыгунках. Попробуйте - не пожалеете! Главное - точно и вдумчиво соблюдайте инструкцию. В прыгунках занимаются десятки тысяч детей по всей стране. Только прямая экономия времени мамы (до 100 часов/месяц) многократно окупает затраты на покупку. А чем измерить развитие, здоровье и стабильную психику малыша, настроение его «спасенной» от усталости мамы?!

Мы будем благодарны Вам за советы по улучшению, за положительные отзывы, т.к. моральная поддержка нужна нам не меньше материальной. Особо интересен опыт с детьми, имеющими заболевания опорно-двигательного аппарата и другие нестандартные случаи.

Желаем Вам извлечь всю возможную пользу из тренажера, и передать его знакомым!

Здоровья Вашему малышу!