

«Су - Джок терапия для детей дошкольного возраста



Подготовила: воспитатель Горбань Е.Е.

цель использования су-джок терапии:

Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у воспитанников ответственности в деле сохранения собственного ЗДОРОВЬЯ (стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах).

Задачи:

Использовать элементы су-джок терапии в оздоровлении детей.

Содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности, нормализовать тонус.

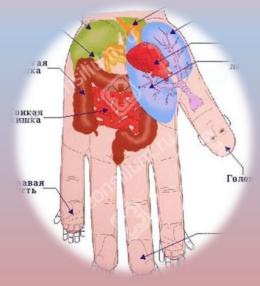
Стимулировать речевые области в коре головного мозга

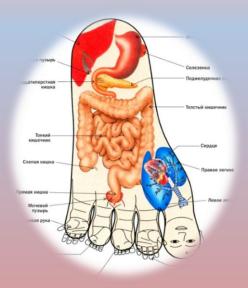
Совершенствовать навыки пространственной ориентации, развивать память, внимание.

Су – Джок в переводе с корейского:

«Су» - кисть

«Джок» - стопа





На кистях и стопах располагаются системы высокоактивных точек соответствия всем органам и участкам тела. Воздействуя на них, мы можем регулировать функционирование внутренних органов.





Стимуляция точек на кистях рук массажерами эффективно лечит многие заболевания, оздоравливает работу всех органов, заменяет общий массаж тела, способствует повышению тонуса, работоспособности и оказывает общее профилактическое действие.



Известно, что **речь** — это результат согласованной деятельности многих областей головного мозга. Анатомически речевая область расположена рядом с двигательной и формируется под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук. Поэтому, массажируя их, ребенок развивает не только пальчиковую моторику, ловкость и координацию движений, но и активизирует словарь, развивает чувство ритма, речь, в целом.



Лечебный комплект «Ёжик + 2 Кольца»



«Ежик» - симпатичный пластмассовый шарик с острыми шипами. В каждом шарике есть два «волшебных» эластичных кольца.



Высокая эффективность

Абсолютная безопасность применения

Доступность

Простота

Универсальность

Массаж рук улучшает:

- 1. кровоснабжение всего организма, в частности, головного мозга;
- 2. способствует расслаблению, возвращая хорошее самочувствие, уравновешенность;
- 3. укрепляет здоровье и препятствует развитию нарушений в организме;
- 4. благоприятствует восстановлению нарушенных функций.

Применение

-вращение массажного шарика между ладонями по часовой стрелке и против часовой стрелки (круговые движения);

- -катать в ладонях вперёд и назад по всей поверхности (прямые движения);
- -попеременно сжимать шарик кончиками пальцев; -
- сжимать шарик в кулачок от 5 до 10 раз, затем раскрыть ладонь полностью, разведя пальцы в стороны удерживать его в центре ладони 5 или 10 секунд (точечные движения).

Приемы Су – Джок терапии Ручной Массаж Массаж Массаж массаж шариком кольцом СТОП кистей и «ежиком»

















Применение Су – Джок терапии для детей в детском саду



Образовательная деятельность







Пальчиковая гимнастика





Физкультминутки









Минутки здоровья использование массажора при выполнении ОРУ (утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика)







Заучивание стихотворений, потешек и рассказывание сказок



Формы работы с родителями:

√ Консультация
«Применение Су – Джок
терапии в ДОУ».

- ✓ Индивидуальные беседы по применению Су — Джок массажора в домашних условиях.
- ✓ Распространение памяток «Су-Джок».

Научился сам – научи другого!



Использование Су - Джок массажёра возможно в любом месте и в любую свободную минутку. Это интересно не только детям, но и взрослым.



Вывод. Использование «Су-Джок» терапии при работе с детьми в ДОУ.

Су - Джок терапия — последнее мировое достижение восточной медицины. Недаром говорят, что все гениальное исключительно просто.



Детям нравится массировать пальцы и ладошки, играть с маленьким «шариком - ежиком». Это оказывает благотворное влияние на весь организм, повышает иммунитет, а также способствует развитию мелкой моторики пальцев рук, самым, активизируя и развивая речь детей.



Используя мудрость Природы, мы сможем помочь себе, нашим детям и близким более качественно и эффективно!



Будьте здоровы!

