

«Использование Су – Джок терапии в работе с детьми дошкольного возраста»



Группа «Подсолнушки»

Су- Джок терапия – это ультрасовременное направление акупунктуры, метод стимуляция высокоактивных точек соответствующих всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах ног.



Создатель метода

Су-Джок –

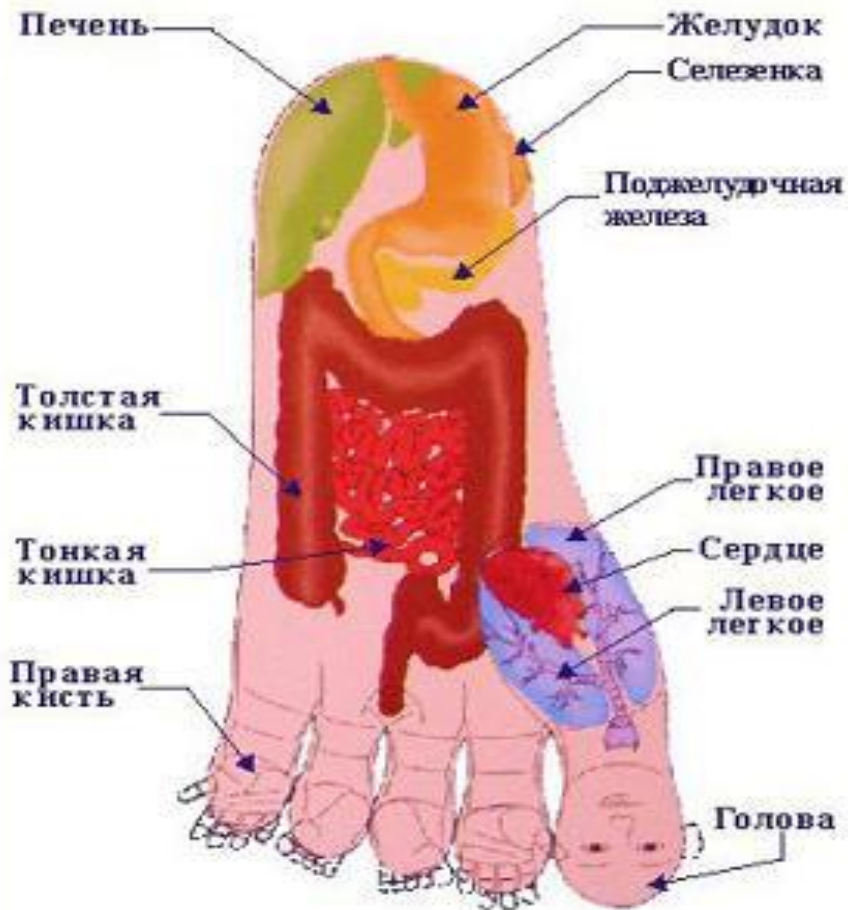
южно-корейский
профессор Пак Чжэ Ву.

В основе его метода
лежит система
соответствия, или
подобия, кистей и стоп
всему организму в
целом.



Су – Джок в переводе с корейского «Су» – кисть, «Джок» – стопа

СХЕМЫ РЕФЛЕКТОРНЫХ ЗОН



Упражнения с использованием Су-Джок:

- ❖ обогащают знания ребенка о собственном теле
- ❖ развивают тактильную чувствительность
- ❖ мелкую моторику пальцев рук
- ❖ опосредованно стимулируют речевые области в коре головного мозга
- ❖ так же способствуют общему укреплению организма и повышению потенциального энергетического уровня ребенка
- ❖ кроме того, они помогают организовать занятия интереснее и разнообразнее, создают благоприятный психофизиологический комфорт детям во время игр.

Приемы Су-Джок терапии

Массаж специальным шариком



Ручной массаж кистей и пальцев рук



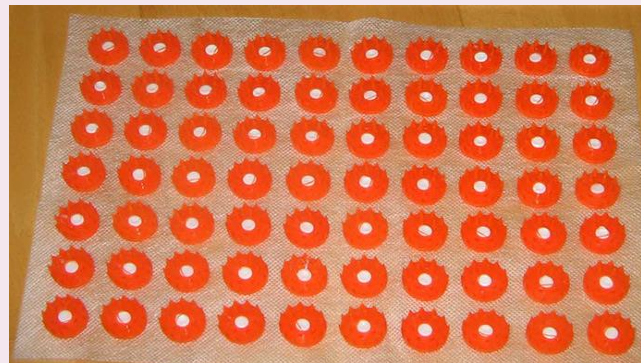
Массаж эластичным кольцом



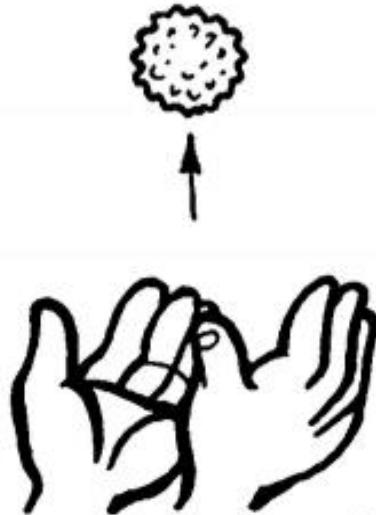
Массаж стоп



Су-Джок стимуляторы-массажеры



Формы работы с детьми



Пальчиковые игры с шариком «Су-Джюк» и массажными кольцами

«Дождик»

Капля раз, капля два,
Очень медленно сперва.

(стучим медленно шариком об ладонь)

А потом, потом, потом
Всё бегом, бегом, бегом.

(стучим шариком об ладонь, ускоряя темп)

Мы зонты свои раскрыли,
(шарик находится под ладонью)

От дождя себя укрыли.

(сжимаем шарик в ладони).

«Урожай»

В огород пойдём,
Урожай соберём.

(катаем шарик на ладони вперёд-назад)

Мы морковки натаскаем

И картошки накопаем.

Срежем мы кочан капусты,

Круглый, сочный, очень вкусный.

Щавеля нарвём немножко

(на каждую строчку прокатываем шарик по пальцу)

И вернёмся по дорожке.

(катаем шарик круговыми движениями на ладошке)

Пальчиковые игры с шариком «Су-Джок» и массажными кольцами

«Моя семья»

Этот пальчик - дедушка,
Этот пальчик – бабушка,
Этот пальчик – папочка,
Этот пальчик – мамочка,
А вот этот пальчик – я.

(поочередно надевать массажное кольцо на каждый палец)

Вот и вся семья!

(кольцо в центре ладони, сжатие в кулаке и разжатие всех пальцев одновременно)

«Приветствие»

(поочередно надевать массажное кольцо на каждый палец)

Здравствуй, солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок!

Здравствуй, маленький дубок!

Мы живём в родном краю –

(сжимаем и разжимаем кольцо в руке)

Всех я вас приветствую!

(разводим руки в стороны)

«Сказка про ёжика»

Жил да был Ёжик на полянке в своём домике в сказочной стране (*положить шарик на ладошку*). У Ёжика было много друзей (*катать шарик от ладошки к каждому пальчику*): Крош, Копатыч, Нюша, Совунья, Лосяш (*зажать шарик в ладошке*).

И решил он однажды навестить своих друзей.

Выбежал Ёжик на тропинку (*катаем шарик по кругу ладони*) и побежал к Крошу, так как его домик был совсем не далеко. Бежит, подпрыгивает на кочках (*шариком покалываем подушечку каждого пальца*).

Но не оказалось Кроша дома: «Наверное, он убежал Лосяша навестить» - подумал Ёжик и покатился дальше (*катаем шарик по кругу ладони*).

Катится Ёжик, а навстречу ему Копатыч идёт не спеша.

Обрадовался Ёжик, спрашивает Копатыча:

- «Куда ты идёшь?».

- «В лес за грибами» - отвечает Копатыч – «Пойдём со мной».

Пошли они вместе (*катают шарик по пальчикам по очереди к каждому*).

Раз – грибок (*зажать шарик в ладошке*), два – грибок, (*зажать шарик в другой ладошке*) - много насобирали.

Простился Ёжик с Копатычем и побежал дальше (*катаем шарик по кругу ладони*).

Вдруг ему навстречу выскакивает лягушка – квакушка, спрашивает её Ёжик: - «Ты куда скачешь?». - «Скачу, куда глаза глядят» - отвечает лягушка. – «Поскакали со мной».

Стал Ёжик с лягушкой скакать (*прикасаться колючками шарика к кончику пальцев, делая глубокий вдох*).

Не заметил Ёжик, как у своего домика очутился, не захотел он больше прыгать, устал. Зашёл он в свой домик (*раскатывать шарик по ладошке*), лёг на кроватку, закутался одеяльцем (*зажать шарик в ладошке*) и уснул.

Неоспоримыми достоинствами Су – Джок терапии являются:

- 1. Высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект.*
 - ❖ кровоснабжение всего организма, в частности, головного мозга;*
 - ❖ способствует расслаблению, возвращая хорошее самочувствие, уравновешенность;*
 - ❖ укрепляет здоровье и препятствует развитию нарушений в организме;*
 - ❖ благоприятствует восстановлению нарушенных функций*
- 2. Абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто не эффективно.*
- 3. Универсальность – Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.*
- 4. Доступность*
- 5. Простота*

Вывод:

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, тем самым, активизируя и развивая речь детей.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

