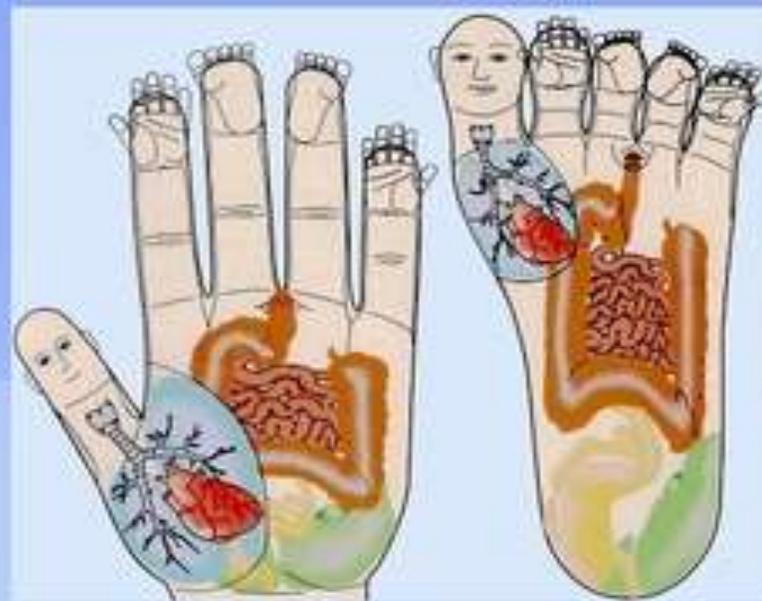


СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ ДЛЯ ДОШКОЛЯТ

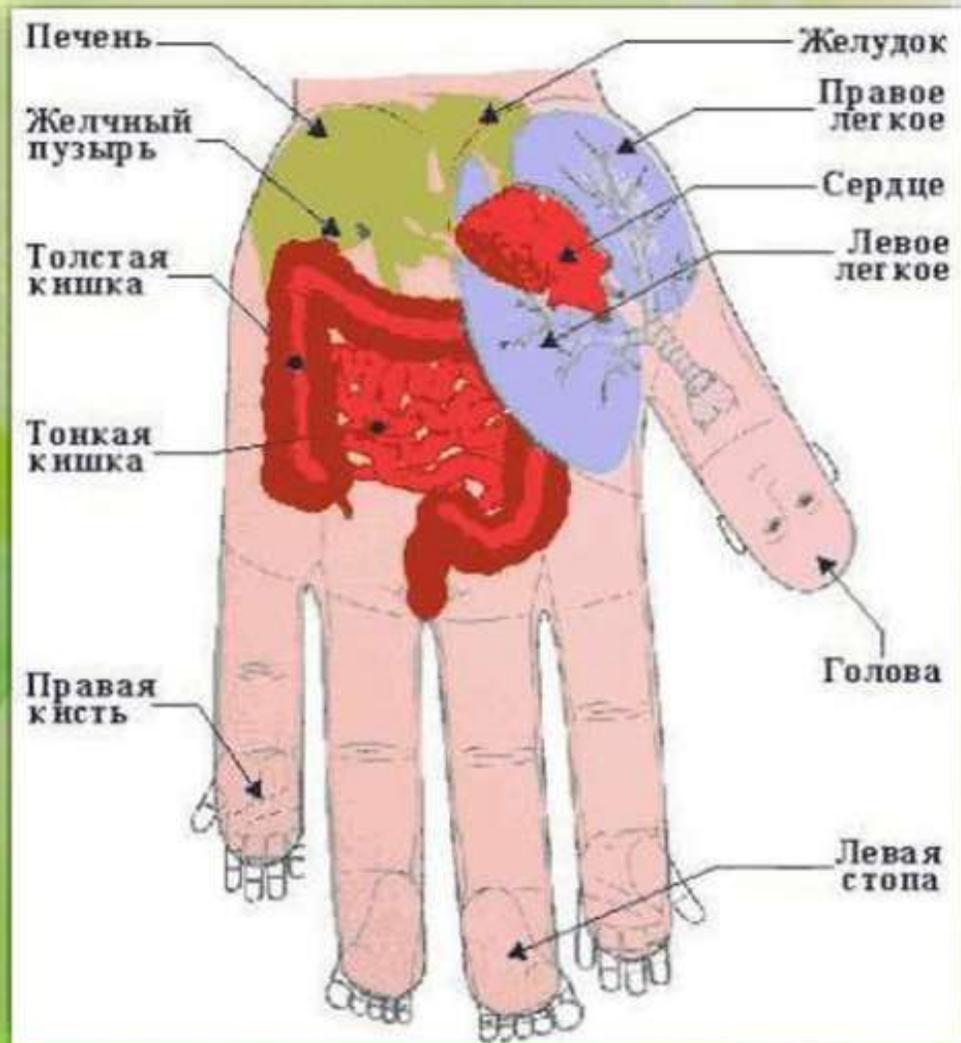


Подготовила: педагог-психолог Викулова О.Н.



В конце XX века мир облетела сенсационная весть: корейский учёный, профессор сеульского национального университета Пак Чже Ву, 30 лет своей жизни посвятивший изучению восточной медицины, разработал оригинальный метод самоисцеления, получивший название «су джок» (в переводе с корейского «су» — кисть, а «джок» — стопа).

«Су» - кисть



«Джок» - стопа





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, массируя их, ребенок развивает не только пальчиковую моторику, ловкость и координацию движений, но и активизирует словарь, развивает чувство ритма, речь, в целом.



Специальное кольцо, сделанное из металлической проволоки так, что может легко растягиваясь, свободно проходит по пальцу вниз и вверх, создавая приятное покалывание. Одна из распространённых схем использования такого колечка очень проста и через пару раз доводится до автоматизма. Рекомендуется проводить подобную процедуру несколько раз в день, но на практике всё зависит исключительно от желания. Методика хороша тем, что используя её сложно причинить вред организму, а кроме пользы, она может принести приятные ощущения и заряд положительных эмоций.

Су - Джок массажёры





Достоинства
метода
Су – Джок терапии

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.

Задачи

- ▶ Содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности, нормализовать тонус.
- ▶ Стимулировать речевые области в коре головного мозга.
- ▶ Совершенствовать навыки пространственной ориентации, развивать память, внимание, мелкую моторику.



Приемы Су – Джок терапии

Массаж
шариком -
«ежи́ком»



Массаж
кольцом



Ручной
массаж
кистей и
пальцев
рук



Массаж
стоп



Массаж рук мячиком Су-Джок

- ▶ *Этот шарик непростой, он колючий, вот какой, будем с шариком играть и ладошки согревать.*



*Я мечом круги катаю, взад-вперёд его гоняю,
Им поглажу я ладошку, будто я сметаю крошку,
И сожму его немножко, как сжимает лапу кошка,
Каждым пальцем мяч прижму, и другой рукой начну.*



*Шла большая черепаха и кусала всех от страха.
Кусь-кусь-кусь никого я не боюсь!*



*У сосны, у пихты, ёлки очень колкие иголки,
Но ещё сильнее, чем ельник,
Вас уколёт можжевельник!*



Массаж пальцев рук кольцом Су-Джок

- ▶ 1 2 3 4 5- вышли пальчики гулять.
- ▶ Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.
- ▶ Этот пальчик для того, чтоб показывать его.
- ▶ Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.
- ▶ Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.
- ▶ А мизинчик хоть и мал, очень ловок и удал!



Массаж стоп мячиком Су-Джок



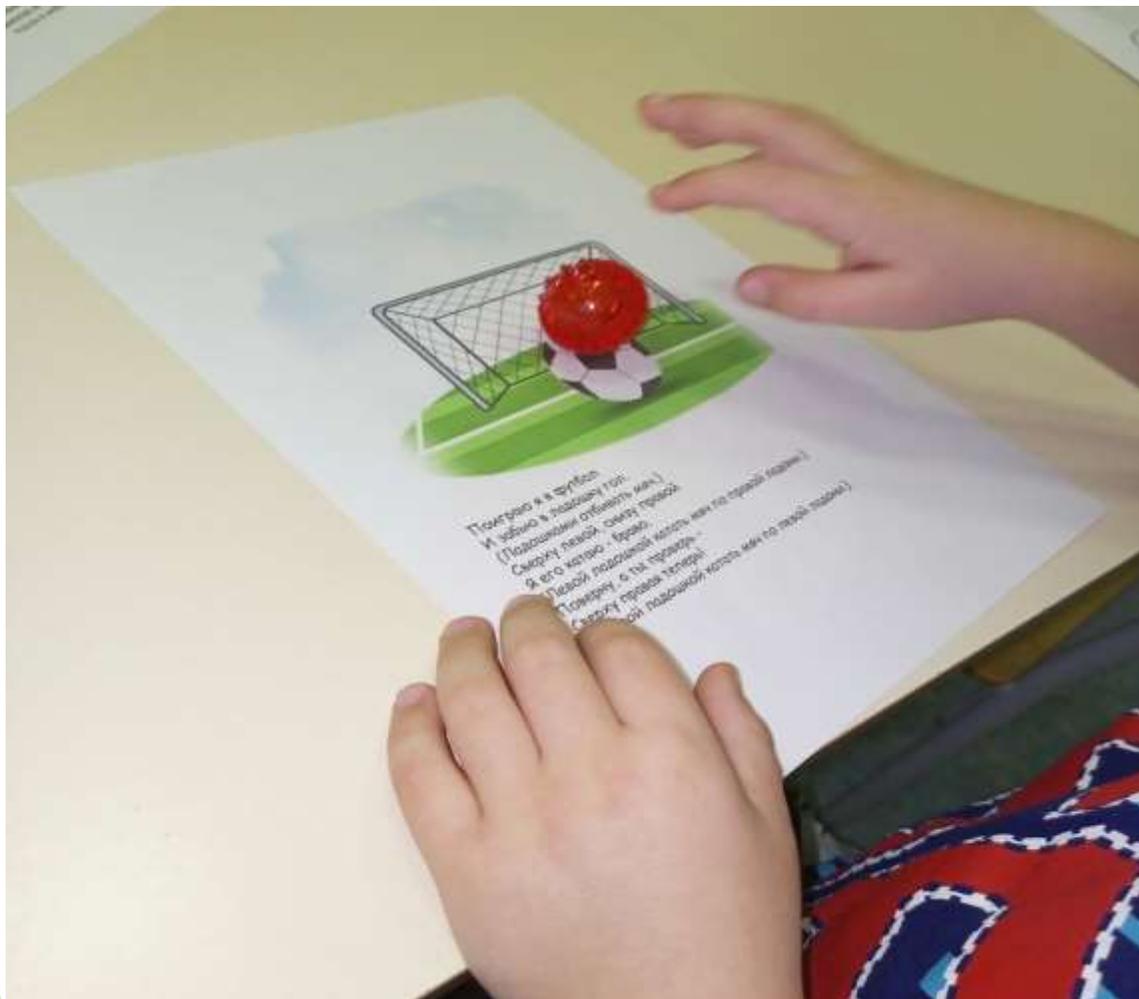
Море положительных эмоций



Массаж Су-Джок мячиками направлен на развитие мелкой моторики, пространственной ориентации, межполушарных связей.



Поиграю я в футбол
И забью в ворота гол.
Сверху левой, снизу правой
Я его катаю-браво.



Игра «Звуковые спиральки»



Профилактика дисграфии



**С помощью Су-Джок терапии
можно изменить своё
эмоциональное состояние-
повысить настроение и
работоспособность, устранить
тревогу и беспокойство. Су-
Джок способствует
расслаблению организма и
повышает устойчивость к
стрессам. При длительном
регулярном применении это
может привести к изменению
характера в лучшую сторону.**





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, тем самым, активизируя и развивая речь детей.

НАУЧИЛСЯ САМ-НАУЧИ ДРУГОГО!

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



Дети учат друг друга, близких и родителей

Взаимодействие в семье



Упражнение «Пинцет»



Игра «Колючий Ёж»



Упражнение с кольцами Су-Джок



**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!
СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**

