

*Частное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 161 ОАО «РЖД»
г. Барабинск*

Мастер-класс «Су - Джок терапия»

Инструктор по
физической культуре
Королева Е.В.





Метод терапии су-джок основан на том, что каждому органу человеческого тела соответствуют биоактивные точки, расположенные на кистях и стопах. Воздействуя на эти точки, можно избавиться от многих болезней или предотвратить их развитие.

Су-джок - это метод, проверенный исследованиями и доказавший свою эффективность и безопасность. Эта система настолько проста и доступна, что освоить ее может даже ребенок. Метод достаточно один раз понять, затем им можно пользоваться всю жизнь.

Достоинства Су – Джок терапии

Высокая эффективность - при правильном применении наступает выраженный эффект.

Абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто не эффективно.

Универсальность – Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.



Задачи:

- Нормализовать мышечный тонус, развивать координацию движений и мелкой моторики;
- Активизировать области коры головного мозга, способствовать установлению межполушарных связей;
- Содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности;
- Использовать элементы Су-Джок терапии в различных видах деятельности и на различных этапах коррекционной работы.

Воздействие на активные точки

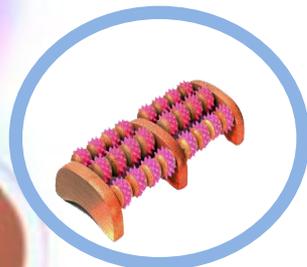
Активизация зон коры головного мозга

Хорошо развитая кисть

Развитие интеллекта

**Приемы
Су – Джок терапии**

стоп



Массаж

*кистей
рук*



*эластичным
кольцом*



*специальными
шариками*



ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ПО РАЗВИТИЮ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ

ЗАЙЧИКИ

На поляне, на лужайке
(катать шарик между ладонями)
Целый день скакали зайки
(прыгать по ладошке шаром).
И катались по траве,
(катать вперед – назад)
От хвоста и к голове.



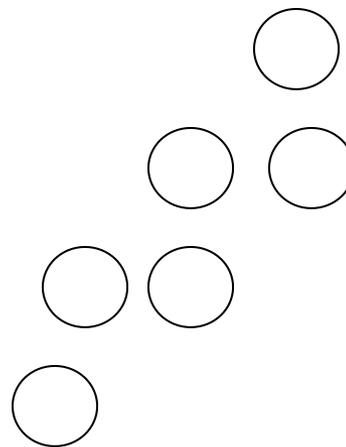
Массаж «ёжиком» в соответствии с текстом стихотворения



Проведение шарика по дорожкам различной конфигурации

Котик

Котик с бабочкой играл,
Котик бабочку поймал,
И не знает, как с ней быть,
Может, в клетку посадить?
Только всем давно известно-
В клетке бабочке не место.



Прогулка

Вышли пальчики гулять.

Этот пальчик в лес пошел
(поочередно надевать массажное кольцо на каждый палец),

Этот пальчик гриб нашел,

Этот пальчик чистить стал,

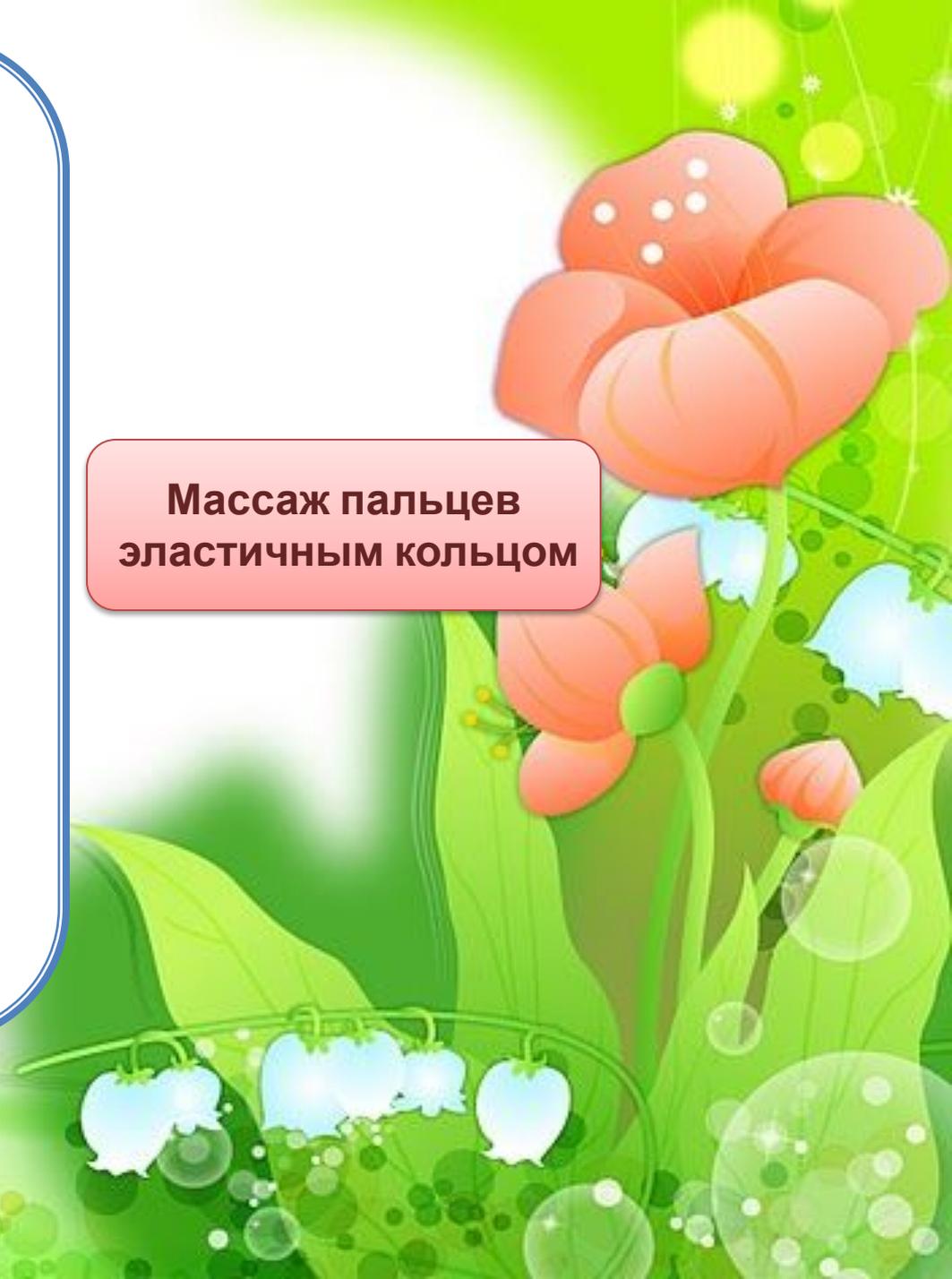
Этот пальчик жарить стал,

Оттого и потолстел.

Упражнение выполняется сначала на правой руке, потом на левой.



**Массаж пальцев
эластичным кольцом**



Игры, направленные на обобщение и расширение словаря,
развитие грамматического строя речи

«По ладошке мяч катаю и
животных называю»

«Я знаю 5 названий...»

«Едет, плывет, летит»

«Скажи ласково»

«Один-много»

«Что из чего сделано»



Игры, направленные на развитие в пространстве и времени



«Влево, вправо прокати только мяч не упусти»
«Мячик прыгает по мне – по груди и по спине»
«Путешествие колобка»

«Мячик ты скорей катай,
дни недели называй»
«Утро, день, вечер, ночь»
«Времена года»

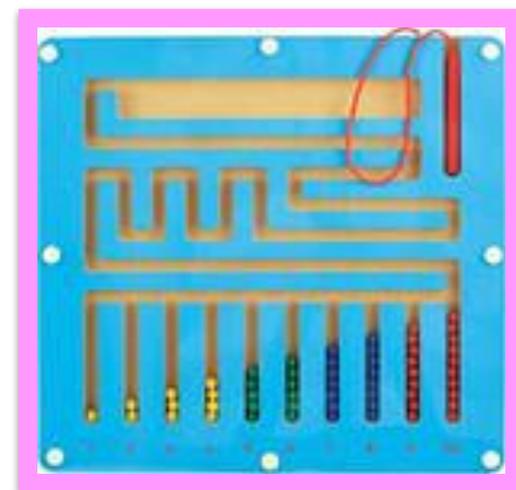


Игры с цветом, со счетом

«Какой мячик лишний»

«Разложи по цвету»

«Соедини половинки»



« Сосчитай все одинаковые»

«Мячик по руке катай,
по порядку всех считай»

«Паутина»



**СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ!**

