

ПРОЕКТ «Су-Джок терапия»

Воспитатель: Герасимова Галина Викторовна

Цель: сохранение и
укрепление здоровья детей,
повышение иммунитета с
помощью использования
Су-Джок терапии

Задачи проекта:

Оздоровительные:

- сохранить психофизическое здоровье ребенка;
- формировать потребность к поддержанию своего организма в естественном здоровом состоянии.

Образовательные:

- осознанно воспринимать значение профилактико-оздоровительной системы Су-Джок и использовать ее в практической деятельности;
- включить ребенка в процесс самооздоровления на уровне знаний, умений, навыков.

Продолжительность проекта:
вторая половина учебного года

Тип проекта

Информационно-практико-ориентированный.

Вид проекта

Групповой

Мы и Су-Джок

"Я мячом круги катаю"

Я мячом круги катаю,
Взад вперед его гоняю,
Им поглажу я ладошку,
Будто бы сметаю крошку,
И помну его немножко,
Как сжимает лапу кошка.



"ЕЖИК"

Ежика возьмем в
ладонки
И потрем его слегка,
Разгладим его иголки
Помассируем бока,
Ежика в руках кручу,
Поиграю с ним хочу,
Домика сделаю в
ладонках -
Не достанет его кошка



Мы и Су-Джок

Пальчиковые игры
с кольцом Су-Джок



Картотека пальчиковых игр с Су-джок

«Дружные пальчики»

- Пальчик, пальчик, где ты был?
(пальчики сгибаются в кулачок и разгибаются)
 - С этим пальцем в лес ходил.
 - С этим пальцем щи варил.
 - С этим пальцем кашу ел.
 - С этим пальцем песни пел.
- (на каждую строчку загибается один пальчик)



«Семья»

- Этот пальчик – дедушка,
- Этот пальчик – бабушка,
- Этот пальчик – папочка,
- Этот пальчик – мамочка,
- Этот пальчик – я!



«Наша группа»

- В нашей группе все друзья.
(ритмично стучат кулачками по столу)
Самый младший – это я.
Это Маша,
Это Саша,
Это Юра,
Это Даша.
(разжимают кулачки, начиная с мизинчика)



«Как у нас семья большая»

- Как у нас семья большая
Да весёлая.
(ритмичные хлопки в ладоши и удары кулачками попеременно)
Два у лавки стоят,
(загнуть большие пальцы на обеих руках)
Два учиться хотят,
(загнуть указательные пальцы на обеих руках)
Два Степана у сметаны обедаются.
(загнуть средние пальцы)
Две Дашки у кашки питаются.
(загнуть безымянные пальцы)
Две Ульки в люльке качаются.
(загнуть мизинцы)



Форма взаимодействия педагога с родителями:

1. Консультации применение Су-джок терапии



Этапы Су-Джок терапии

Этап 1.
Знакомство детей с массажером (шариком и эластичным кольцом).

Этап 2.
Закрепление знаний в упражнениях (дети повторяют слова и выполняют действия с шариком и эластичным кольцом в соответствии с текстом).

Этап 3.
Самостоятельное использование массажера детьми в соответствии с потребностями и желаниями.



Что представляет собой этот чудо массажер?

Массажер «Ежик» или «Каштан» — это полое сферическое изделие из пластмассы с шипиками на внешней поверхности. Изделие состоит из двух полушаров, которые открываются, как коробочка. Внутри полости может находиться массажер для пальцев рук — от одного до трех пружинных колец.



Противопоказаний к самолечению Су-Джок — стимуляторами не существует, тем более и навредить себе человек таким образом не может. Худший вариант из возможных — отсутствие нужного эффекта из-за неправильного выбора зоны воздействия. Проще говоря, если у вас насморк, а вы массируете зону рта, насморк от этого не пройдет. Но состояние десен улучшится.

Сопровождая все движения стихотворным текстом занятия с массажером становятся интересными и увлекательными.

2. Индивидуальные консультации по применению Су-джок



3. Анкетирование

Уважаемые родители, Ваши искренние ответы помогут нам организовать эффективную деятельность по сохранению и укреплению здоровья детей.

1. Устраивают ли Вас Формы работы специалистов ДОУ;
 - с детьми
 - с родителями
2. Как Вы относитесь к применению инновационных технологий в работе с Вашими детьми:
 - положительно
 - отрицательно
 - затрудняюсь ответить
3. Любите ли Вы играть со своим ребенком?
4. Как часто играете с ребенком?
5. Занимаетесь ли Вы с ребенком пальчиковой гимнастикой?
6. По чьей инициативе занимаетесь физическими упражнениями вместе с ребенком?
7. Какие формы работы наиболее приемлемы для Вас:
 - консультации
 - круглый стол
 - семинар-практикум
 - другое

Благодарим Вас за сотрудничество. Мира, здоровья и добра вашей семье!

Вывод:

Таким образом, при регулярном использовании элементов Су-Джок терапии:

- дети проявляют интерес к пальчиковой гимнастике с использованием Су-Джок терапии;
- осуществляется благоприятное воздействие на весь организм.

Таким образом, Су-Джок терапия является одним из эффективных приемов, обеспечивающих развитие познавательной, эмоционально-волевой сфер ребенка и плодотворно воздействует на весь организм в целом.

Спасибо за внимание!

