



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 73 – Центр развития ребёнка» города Бийска



**Проект**  
**«Минутки здоровья**  
**с Су-Джок»**  
(младший дошкольный возраст)

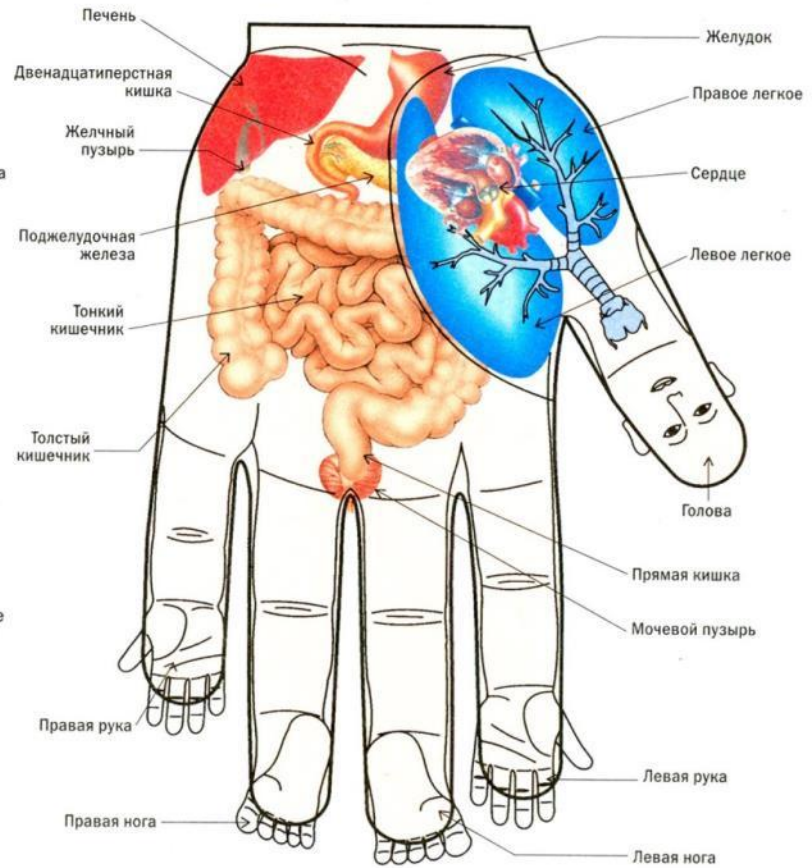
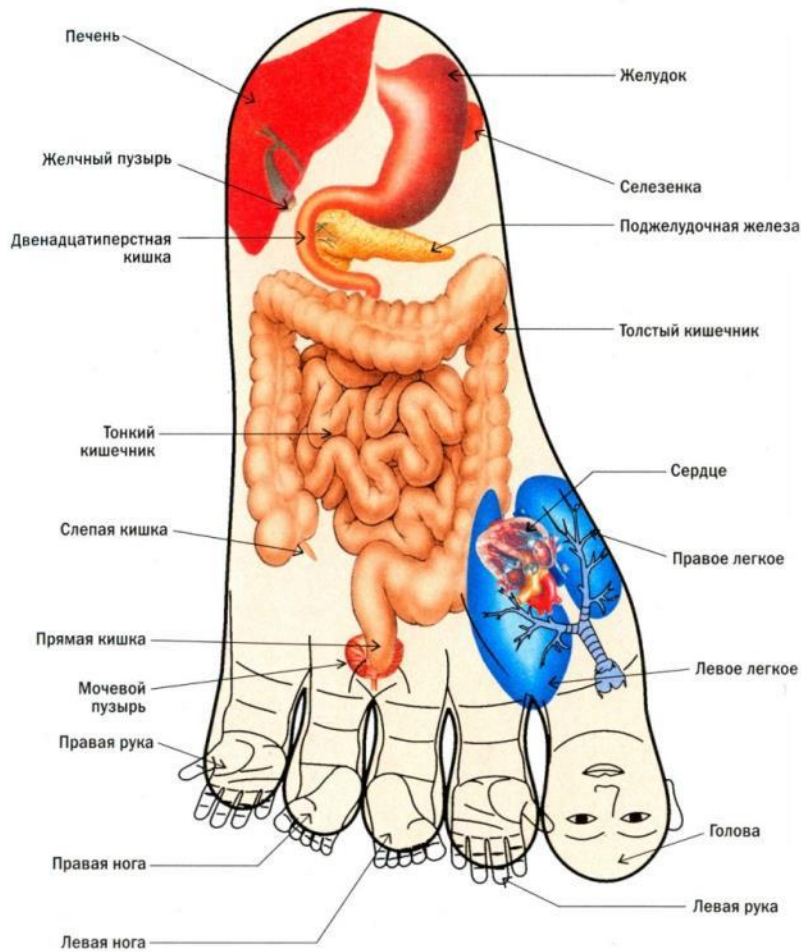
Воспитатель  
**Мурашова Марина Васильевна**

Бийск, 2017 год



# «Су-Джок»

В переводе с корейского Су – кисть, Джок – стопа.



**Цель** сохранение и укрепление здоровья детей, повышение иммунитета с помощью использования Су-Джок терапии и формирование у воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

сохранить психофизическое здоровье ребенка

формировать основы личной гигиены;  
формировать потребность к поддержанию своего организма в естественном здоровом состоянии

включить ребенка в процесс самооздоровления на уровне знаний, умений, навыков.

воспитывать привычку к здоровому образу жизни в ДОУ и семье

**Разработал это направление корейский профессор Пак Чжэ Ву (Park Jae Woo), академик IAS(Berlin), президент Корейского института Су-Джок, президент международной ассоциации врачей Су-Джок (Лондон, 1991г.)**



## Неоспоримыми достоинствами Су – Джок терапии являются:

**Высокая эффективность** – при правильном применении наступает выраженный эффект.

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

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

**Простота применения** – ваша рука и знания всегда с вами, а подходящий инструмент для проведения лечения вы без труда найдете

## Приемы Су – Джок терапии:



**Массаж Су-  
Джок  
шариками**



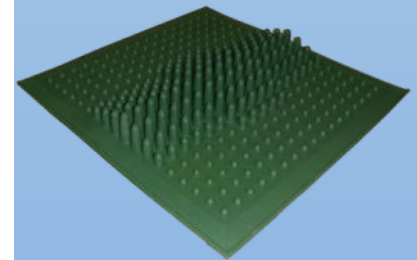
**Массаж  
эластичными  
кольцами**



**Ручной массаж  
кистей и пальцев  
рук**



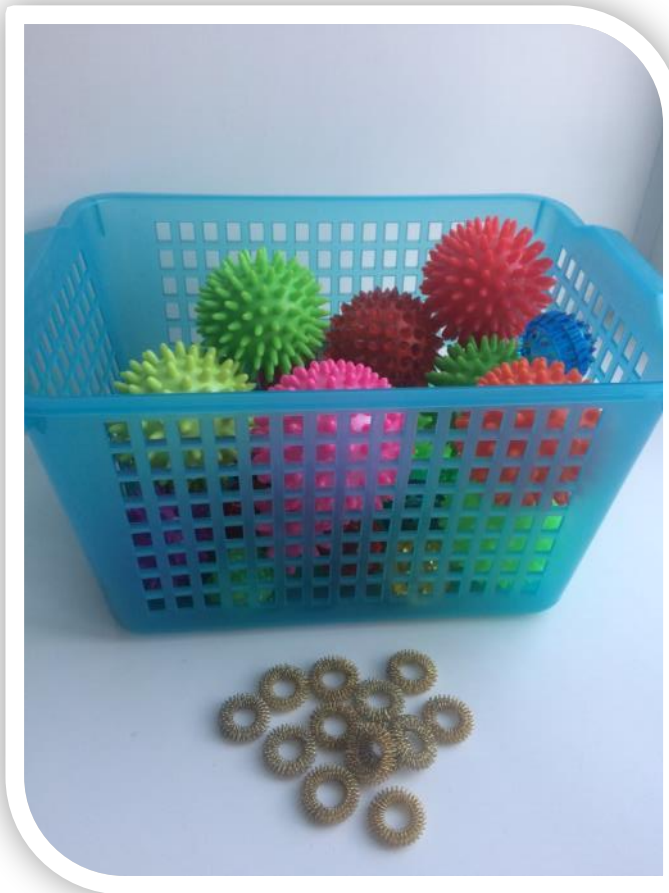
**Массаж стоп**



## Формы работы с детьми:



## Средства Су-Джок терапии при работе с детьми.





## Использование Су-Джок терапии при работе с детьми: «Пальчиковые игры»



## «Подвижные игры»



## «Индивидуальные занятия и игры»



# «Индивидуальные и групповые занятия и игры во время досуга детей»



## «Индивидуальные и групповые занятия и игры во время досуга детей»



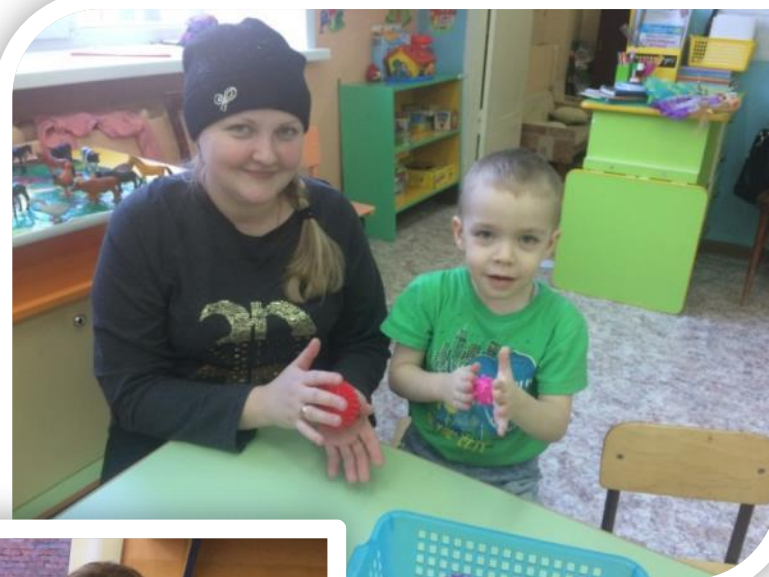
# «Применение Су-Джок терапии на утренней гимнастике и на занятиях физкультуры»



# Использование Су-Джок терапии на прогулках, гимнастике пробуждения и гимнастике после сна»



# Индивидуальные консультации для родителей по применению Су – Джок терапии в домашних условиях.





# Применение Су – Джок терапии родителями и детьми в домашних условиях.



# Применение Су – Джок терапии родителями и детьми в домашних условиях.



**Использование детьми пальчиковой гимнастики в повседневной жизни.  
Показ детьми мастер-класса «Су-Джок пальчиковых игр» дома своей семье.**





**Спасибо за внимание!**