

МКДОУ ЦРР детский сад №10 г. Россоши

Проект

**«Су-Джок терапия как один из
методов в оздоровительной работе
с детьми дошкольного возраста»
(младший дошкольный возраст)**

Воспитатели

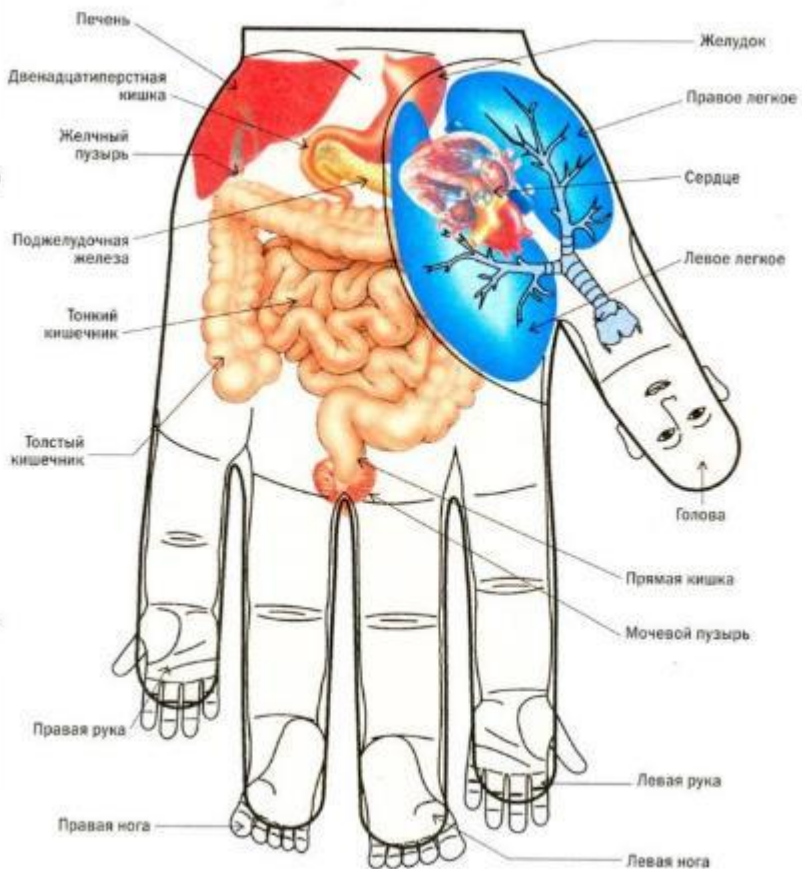
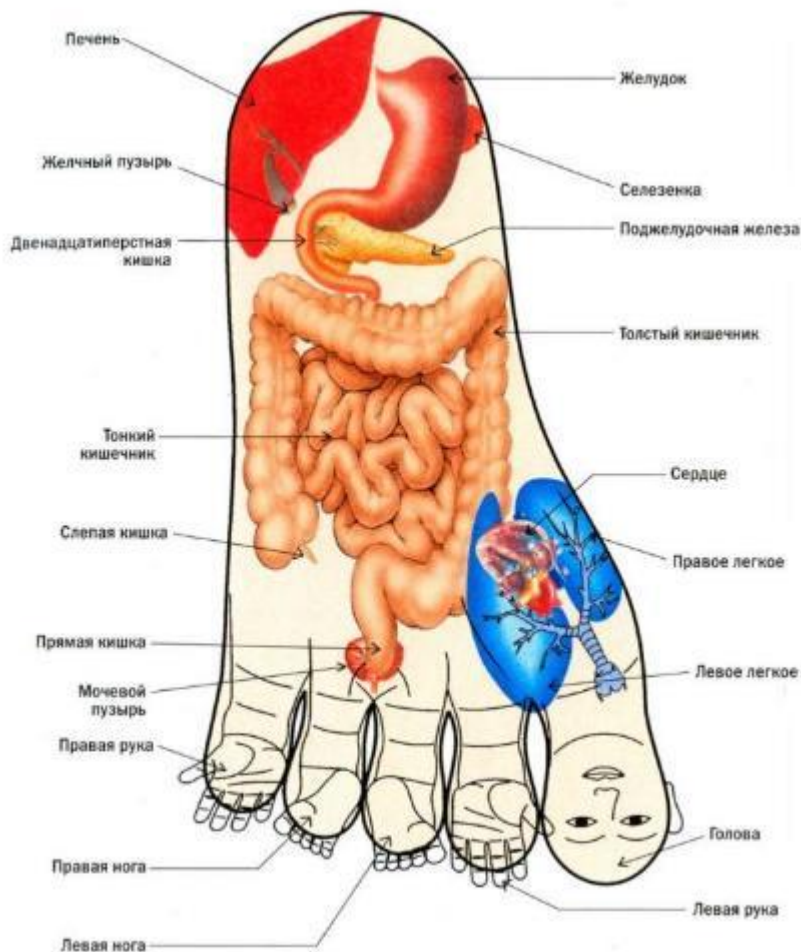
**Голоскокова Елена Евгеньевна
Стрельцова Юлия Викторовна**

Россошь, 2017 год



«Су-Джок»

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

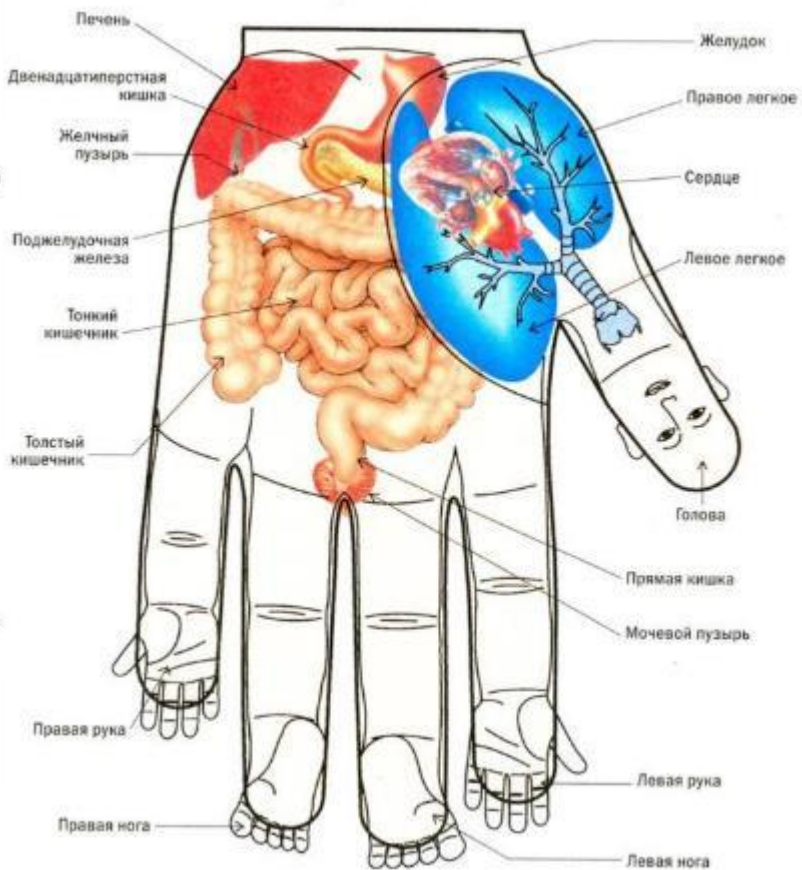
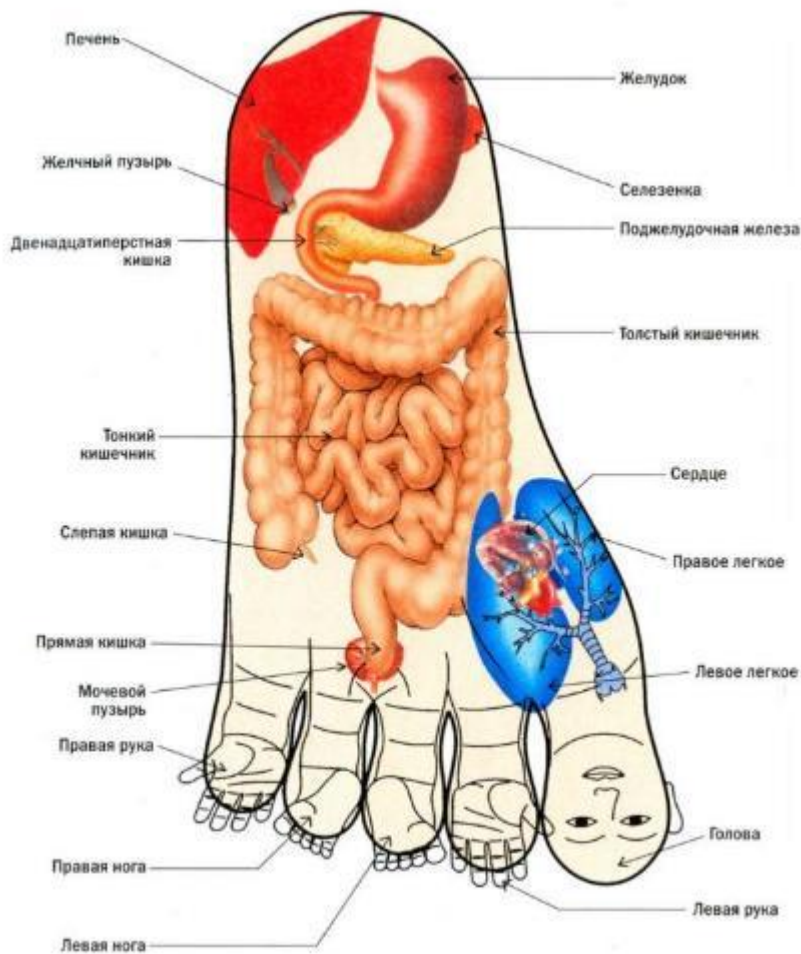


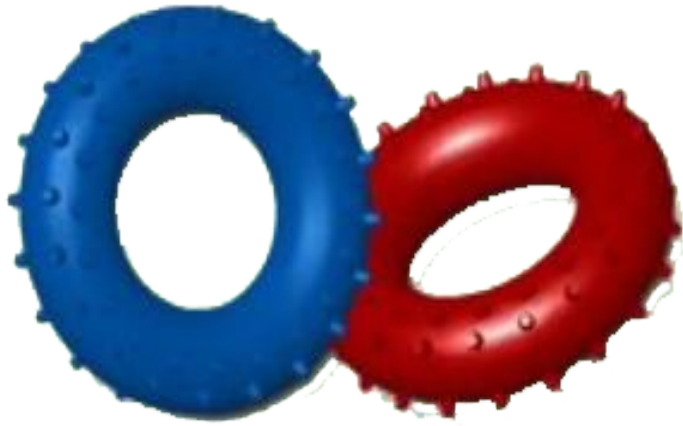
Разработал это направление корейский профессор Пак Чжэ Ву (Park Jae Woo), академик IAS(Berlin), президент Корейского института Су-Джок, президент международной ассоциации врачей Су-Джок (Лондон, 1991г.)



«Су-Джок»

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





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

• **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

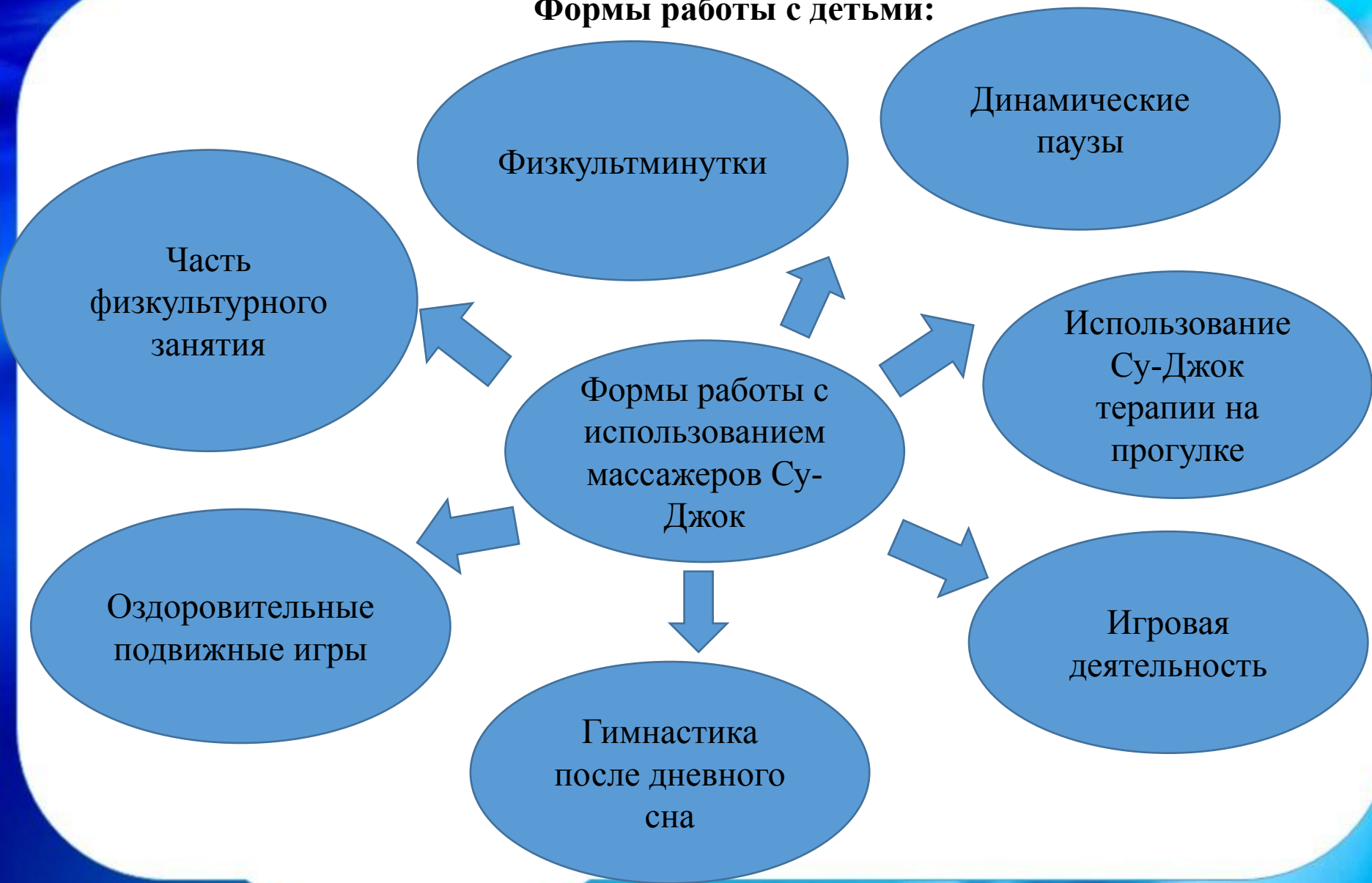
- формировать основы личной гигиены;

- формировать потребность к поддержанию своего организма в естественном здоровом состоянии

- включить ребенка в процесс самооздоровливания на уровне знаний, умений, НАВЫКОВ.

- воспитывать привычку к здоровому образу жизни в ДОУ и семье

Формы работы с детьми:



Средства Су-Джок терапии при работе с детьми.





М. В. Еромыгина



КАРТОТЕКА УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ
САМОМАССАЖА ПАЛЬЦЕВ И КИСТЕЙ РУК,
ЗРИТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА



ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»



Л. П. Воронина, Н. А. Черякова

КАРТОТЕКИ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ
И ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ,
МАССАЖА И САМОМАССАЖА



ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»



ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ
МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ
НЕСТАНДАРТНОГО ОБОРУДОВАНИЯ



ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»

КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ С МАССАЖНЫМ МЯЧОМ



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«ЕЖИК И МЫШКИ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности.

ХОДИТ ЁЖИК БЕЗ ДОРОЖЕК
ПО ЛЕСУ, ПО ЛЕСУ
И КОЛОЧКАМИ СВОИМИ
КОЛЕТСЯ, КОЛЕТСЯ.
А Я ЁЖИКУ – ЕЖУ,
ТУ ТРОПИНКУ ПОКАЖУ,
ГДЕ КАТАЮТ МЫШКИ
МАЛЕНЬКИЕ ШИШКИ.



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«МЯЧИК»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

Я МЯЧОМ КРУТИ КАТАЮ
ВЗАД-ВПЕРЕД ЕГО ГОЛЮЮ
ИМ ПОЛАДУЮ Я ЛАДОШКУ,
А ПОТОМ СОЖМУ НЕМНОЖКО.
КАЖДЫМ НАЛЫМ МЯЧ ПРИЖМУ
И ДРУГОЙ РУКОЙ НАЧНУ,
А ТЕПЕРЬ ПОСЛЕДНИЙ ТРОК –
МЯЧ ЛЕТАЕТ МЕЖДУ РУК.

Движения соответствуют тексту.



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«КОЛКНЕ ИГОЛКИ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

У СОСНЫ, У ПИХТЫ, Ы БАКИ
ОЧЕНЬ КОЛКНЕ ИГОЛКИ.
НО ЕЩЕ СПАЙНЕЙ, ЧЕМ ЕЛЬНИК,
ВАС УКОЛЕТ МОЖЖЕВЕЛЬНИК!

Ребенок катает мяч между ладошками, ладошками вверх-ниж сначала медленно, затем ускоренно темп и приговаривает.



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«ИСПЕЧЕМ МЫ КАРАВАЙ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику.

МЕСИМ, МЕСИМ ТЕСТО (СКИМАЕМ МАССАЖНЫМ МЯЧ В ПРАВОЙ РУКЕ)

ЕСТЬ В ПЕЧИ МЕСТО (ПЕРЕКЛАДЫВАЕМ В ЛЕВУЮ РУКУ И СКИМАЕМ)

ИСПЕЧЕМ МЫ КАРАВАЙ (НЕСКОЛЬКО РАЗ ЭНЕР. ГИЧНО СКИМАЕМ МЯЧ ОБЕИМИ РУКАМИ)

ПЕРЕКЛАДЫВАЙ, ВАЛЯЙ. (КАТАЕМ МЯЧ ПАДОШКАМИ)



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«КОЛОЧНИ ЕЖ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

ГЛАДЬ МОИ ЛАДОШКИ, ЁЖ!
ТЫ КОЛОЧНИЙ, НУ И ЧТО Ж!
Я ХОЧУ ТЕБЯ ПОЛАДЯТЬ!
Я ХОЧУ С ТОВОЙ ПОЛАДЯТЬ!

(Катаем мячик между ладошками, гладим его, двигаемся глазами для отдаленных «колочей». Можно катать стопой по полу, заменив «ладошки» на «попки», делая массаж тела, называя всё соответственно)



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«ЭТОТ ШАРИК НЕ ПРОСТОЙ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

ЭТОТ ШАРИК НЕ ПРОСТОЙ
ВСЕШ КОЛОЧНИЙ ВОТ ТАКОЙ.
МЕЖ ЛАДОШКАМИ КАДАЕМ
ИМ ЛАДОШКИ РАЗОТРЕМ.
ВВЕРХ И ВНИЗ ЕГО КАТАЕМ
СВОИ РУЧКИ РАЗВИВАЕМ!
МОЖНО ШАР КАТАТЬ ПО КРУГУ,
ПЕРЕКИДЫВАТЬ ДРУГ ДРУГУ,
РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ, ПЯТЬ
НАМ ПОРА И ОТДЫХАТЬ!

Движения соответствуют тексту.



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«ОРЕХ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

ПРОКАЧУ Я СВОЙ ОРЕХ
ПО ЛАДОНЫМ СНИЗУ ВВЕРХ,
А ПОТОМ ОБРАТНО,
ЧТОБ СТАЛО МНЕ ПРИЯТНО.
Я КАТАЮ МОЙ ОРЕХ,
ЧТОБЫ СТАЛ КРУТАБЕ ВСЕХ.
ВОКРУГ ЗЕМЛИ ЛУНА ЛЕТАЕТ,
А ВОТ ЗАЧЕМ – САМА НЕ ЗНАЕТ.

Движения соответствуют тексту.



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



«Подвижные игры»



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



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



«Индивидуальные занятия и игры»



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





Спасибо за внимание!