

«Использование Су-Джок терапии с детьми дошкольного возраста»

Выполнила: Русакова Н.В.

педагог-психолог

МАДОУ детский сад № 34 ОСП 4

Создатель метода Су-Джок

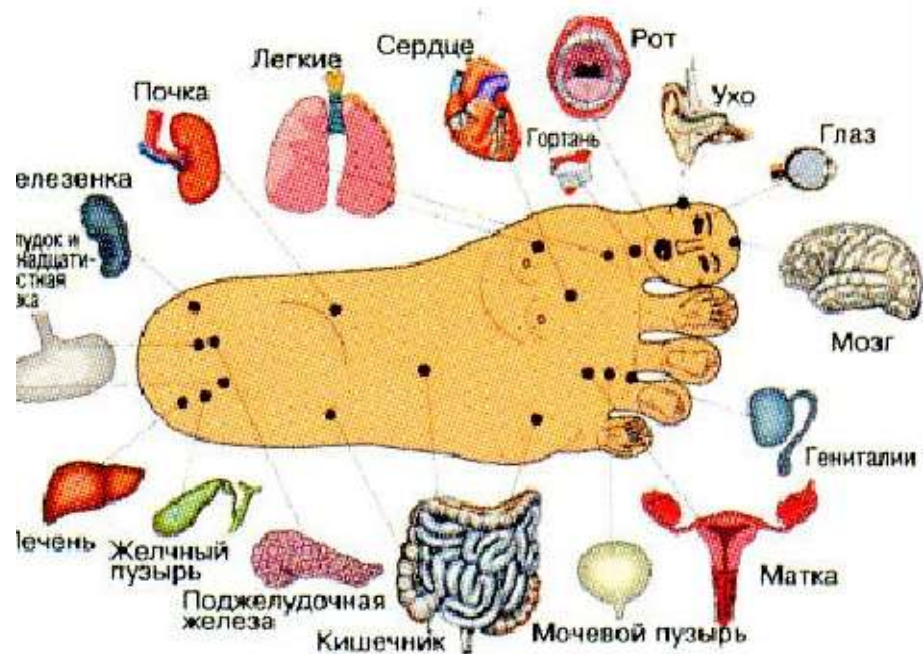
Южно-корейский
профессор Пак Чже Ву.

В основе его метода
лежит система
соответствия, или
подобия, кистей рук и
стоп всему организму в
целом.



Что такое Су-Джок терапия?

Су-Джок терапия – это метод точечного воздействия на кисть и стопу.



«Ум ребенка находится на кончиках его пальцев»

В. А. Сухомлинский

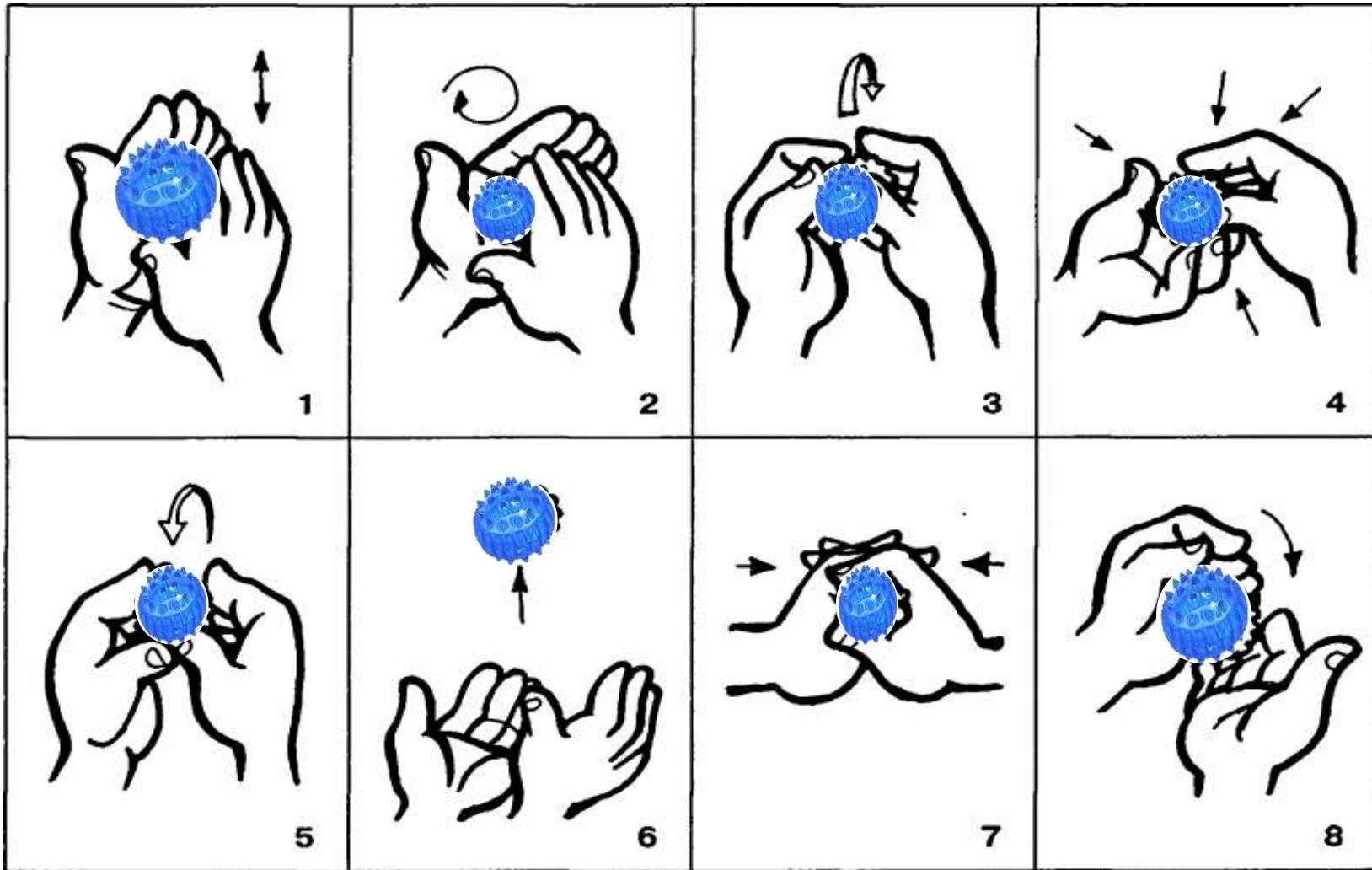


Цель: использование Су-Джок-терапии для укрепления психического здоровья детей.

Задачи:

- Нормализация общего мышечного тонуса пальцев рук.
- Содействие снижению двигательной и эмоциональной расторможенности, нормализация общего тонуса организма.
- Активизация межполушарного взаимодействия.
- Совершенствование навыков ориентации в пространстве.
- Развитие памяти, внимания, мышления, самоконтроля.

Приемы Су-Джок массажа



«Дождик»

Капля раз, капля два,

Очень медленно сперва.

(стучим медленно шариком об ладонь)

А потом, потом, потом

Всё бегом, бегом, бегом.

(стучим шариком об ладонь, ускоряя темп)

Мы зонты свои раскрыли,

(шарик находится под ладонью)

От дождя себя укрыли.

(сжимаем шарик в ладони).



«Шарик пальчиком катаю»

Шарик пальчиком катаю,
Ловкость пальцев проверяю.
Ты колючий шарик мой,
Подружись сейчас со мной.

*(Шарик на ладони катать каждым
пальцем поочередно)*



«Крючочки»

Как наш пальчик изловчился,
И за шарик зацепился.
Буду шарик поднимать,
Свои пальцы обучать.

*(обхватывать каждым пальцем
(поочередно) шарик, удерживать
его и поднимать)*

«Моя семья»

Этот пальчик - дедушка,

Этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик – папочка,

Этот пальчик – мамочка,

А вот этот пальчик – я.

(поочередно надевать массажное кольцо на каждый палец)

Вот и вся семья!

(кольцо в центре ладони, сжатие в кулаке и разжатие всех
пальцев одновременно)



«Мальчик-пальчик»

(Дети поочередно на каждый пальчик надевают пружинку, прокатывают её до основания пальца и обратно в соответствии с текстом упражнения).

Мальчик-пальчик, где ты был?
-С этим братцем в лес ходил.
С этим братцем щи варил.
С этим братцем кашу ел.
С этим братцем песни пел.



«Дорожка»

Кольцо на пальчик надеваю,
И по пальчику качу.
Здоровья пальчику желаю,
Ловким быть его учу.

(Дети надевают пружинку и прокатывают её до основания пальца и обратно в соответствии с текстом упражнения поочередно).



«Мяч»

Здравствуй мячик интересный
(перекладываем мячик с одной
руки в другую)
Для ребятки ты полезный
Мы с тобой хотим поиграть,
(катаем мячик между ладоней)
Свои ручки развивать.
Мы сожмем тебя немножко
(сжимаем мячик в руках)
И тихонько разожмем
А потом тебя подбросим,
(подбрасываем и ловим мячик)
И тихонечко потрем.

«Колючий ежик»

Гладь мои ладошки, ежик!
Ты колючий, ну и что же?
Я хочу тебя погладить!
Я хочу с тобой поладить!
(Катаем мячик между
ладошками, гладим его,
дотрагиваемся
пальчиками до колючек)



«Мячик-ежик»

Мячик-ежик мы возьмем, (берем массажный мячик)

Покатаем и потрем. (катаем между ладоней)

Вверх подбросим и поймем, (можно просто поднять мячик вверх)

И иголки посчитаем. (пальчиками одной руки нажимаем на шпики)

Пустим ежика на стол, (кладем мячик на стол)

Ручкой ежика прижмем (ручкой прижимаем мячик)

И немножко покатаем... (ручкой катаем мячик)

Потом ручку поменяем. (меняем ручку и тоже катаем мячик)

«Катится колючий еж»

музыка Е. Железновой



«Дорожки»



Составление цветowych комбинаций из шариков разного цвета



Вывод:

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, способствует укреплению психического здоровья.