|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Шарики суджок**Неоспоримыми достоинствами** **Су – Джок терапии являются:*** **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.**

фото 1 | **Всем вам знакомы вот такие весёлые шарики —      их можно купить в любой аптеке.**Что же такое Су-джок? Это в первую очередь самомассаж.Су-джок терапию можно отнести к методам самопомощи. Су — кисть, Джок — стопа. Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Данный вид массажа не только полезен, но и очень интересен детям.   Прокатывая шарик между ладошками, ребенок массирует мышцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» эластичное кольцо, которое помогает стимулировать работу внутренних органов. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж до появления ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день. В нашей группе приемы Су-Джок терапии используются с целью общего укрепления организма, в качестве массажа , для улучшения психоэмоционального состояния детей, для формирования чувства ритма, при тактильной стимуляция в определённом ритме и развитию мелкой моторики пальцев рук.  Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за работу головного мозга человека. Эту работу можно проводить в игровой форме, с использованием забавных стихов или сказок.И сами шарики и колечки мы используем в разных режимных моментах. Это и пальчиковая гимнастикаДети катают между ладоней шарики (они наощупь колкие, а колечки поочередно примеряют на пальчики (все это сопровождается стишками, потешками и т. д.) | Применение метода Су – Джок терапиидля сохранения и укрепления здоровья детейimg338ПодготовилаВОСПИТАТЕЛЬ МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 16 СТ.АРХОНСКАЯ» ПИСАРЕНКО Н.А.вОЛЧ Шарики суджок |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Применяя Су–Джок массажеры вы воздействуете на биологически активные точки организма расположенные на кистях и стопах.****На сегодняшний день имеется обширный практический материал, применение которого способствует эффективному развитию ребенка.  «Су-Джок» – последнее достижение Восточной медицины. «Су–джок» терапию можно отнести к методам самопомощи. С помощью шаров – «ежиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, повышает иммунитет, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя и развитию речи.**Shariq_Sudjoq_8 | Пальчиковая игра «Черепаха» (у детей в руках Су Джок).Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.**Шла большая черепаха** **И кусала всех от страха,**(дети катают Су Джок между ладоней)**Кусь, кусь, кусь, кусь,**(Су Джок между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит «щепоткой». Надавливают ритмично на Су Джок, перекладывая из руки в руку).**Никого я не боюсь**(дети катают Су Джок между ладоней).**Пальчиковая игра «Мальчик-пальчик»**Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.**- Мальчик-пальчик,****Где ты был?**(надеваем кольцо  Су Джок на большой палец)**- С этим братцем в лес ходил,**(надеваем кольцо  Су Джок на указательный палец)**-С этим братцем щи варил,**(надеваем кольцо  Су Джок на средний палец)**-С этим братцем кашу ел,**(надеваем кольцо  Су Джок на безымянный палец)-**С этим братцем песни пел**(надеваем кольцо  Су Джок на указательный палец1c31d8e6-1b26-11e1-96e8-008048243fb9 | **Пальчиковая игра «Ёжик»**Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.**Ёжик, ёжик, хитрый ёж,****на клубочек ты похож.**(дети катают Су Джок между ладонями) **На спине иголки**(массажные движения большого пальца)**очень-очень колкие.**(массажные движения указательного пальца)**Хоть и ростом ёжик мал,**(массажные движения среднего пальца)**нам колючки показал,**(массажные движения безымянного пальца)**А колючки тоже**(массажные движения мизинца)**на ежа похожи**(дети катают Су Джок между ладонями).Shariq_Sudjoq_7**Я мячом круги катаю,****Взад - вперед его гоняю.****Им поглажу я ладошку.****Будто я сметаю крошку,****И сожму его немножко,****Как сжимает лапу кошка,****Каждым пальцем мяч прижму,****И другой рукой начну.** |