

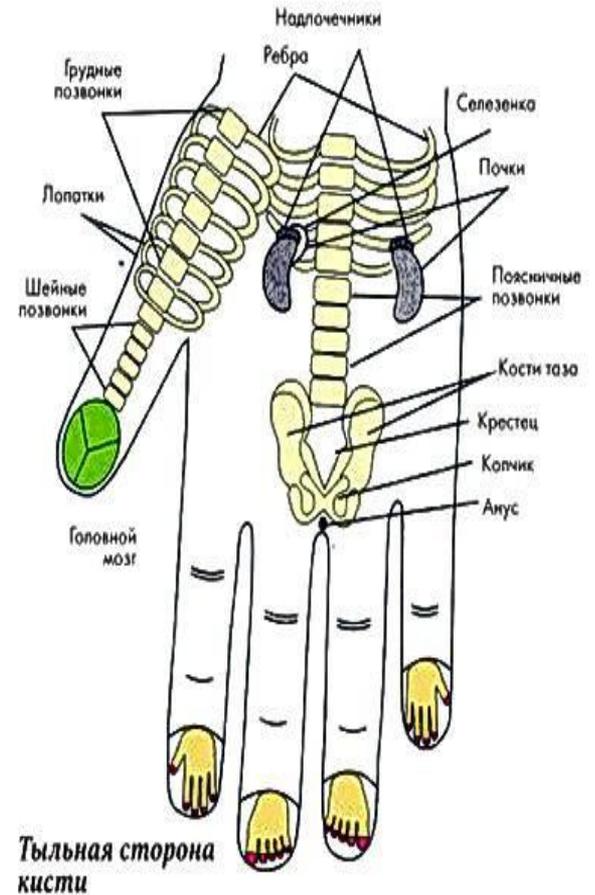
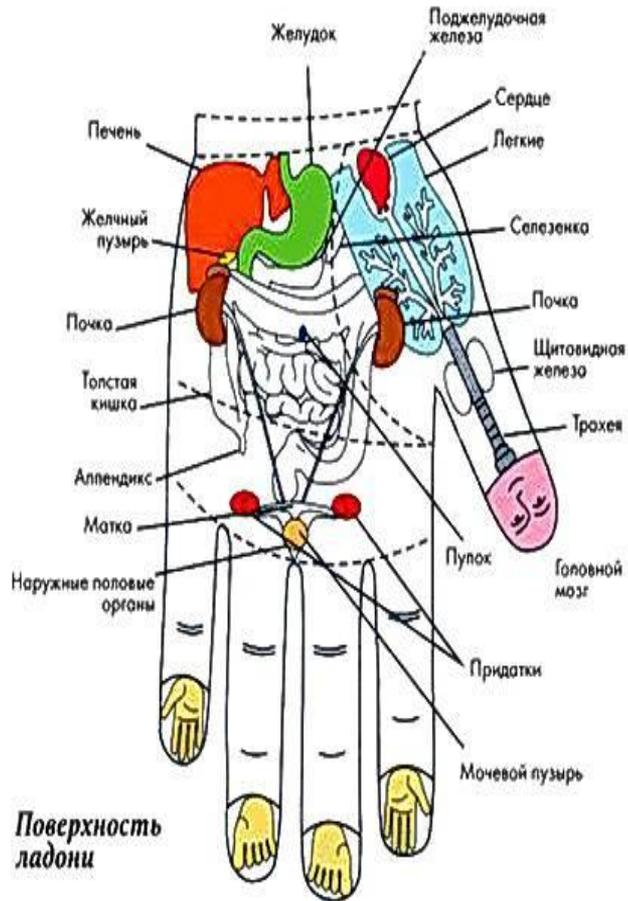
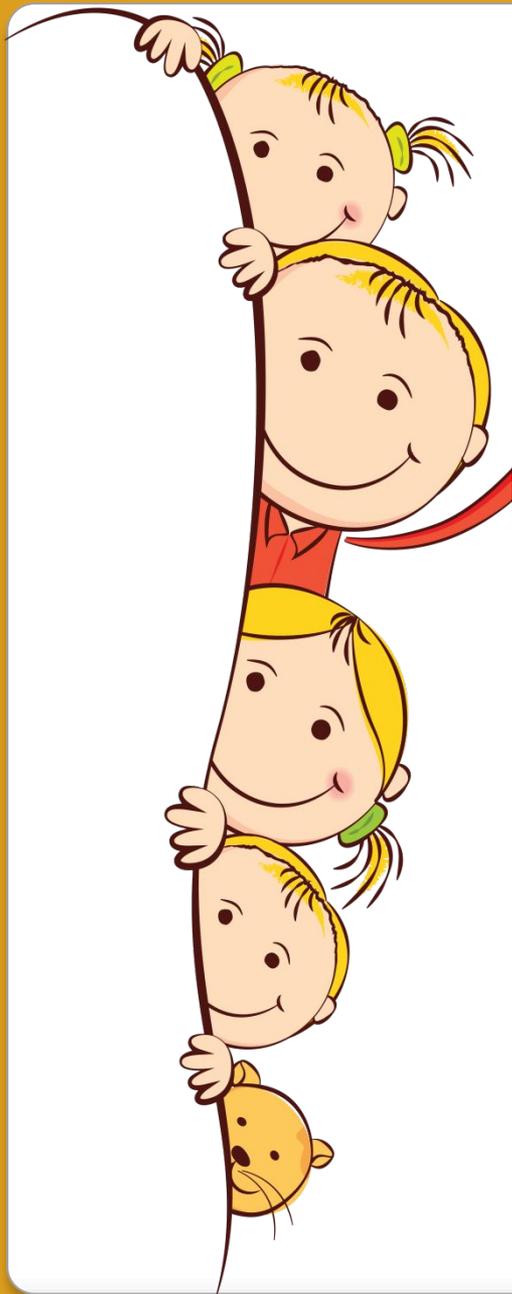
СУ – ДЖОК терапия

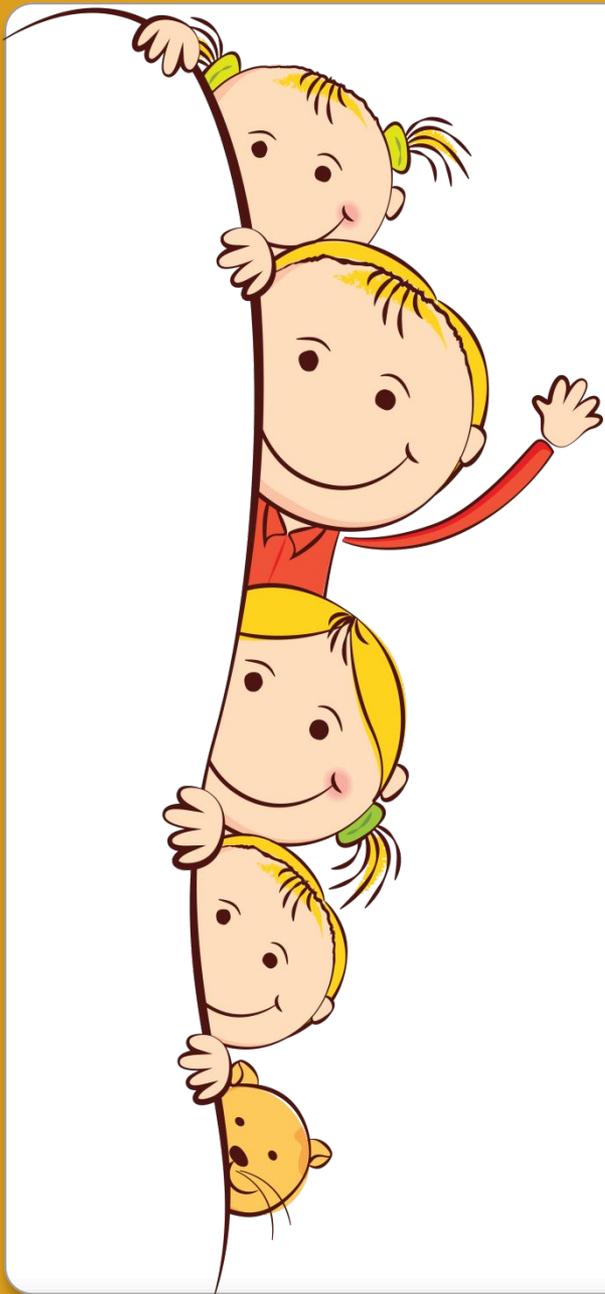
Су-Джок — это одно из направлений **акупунктуры**, метод которого основан на воздействии на определенные биологически-активные точки **кистей и стопы**.
В переводе с корейского

**Су — кисть,
Джок — стопа.**

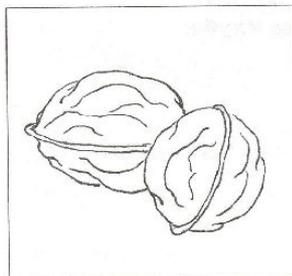
Данный вид терапии разработан южно-корейским профессором Пак Чже Ву в восьмидесятых годах двадцатого века.



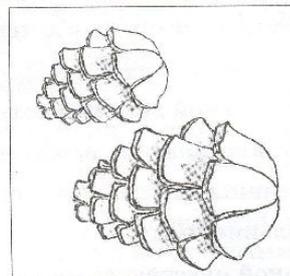




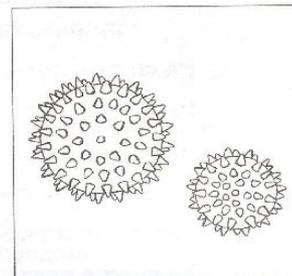
Итак, материал для массажа:



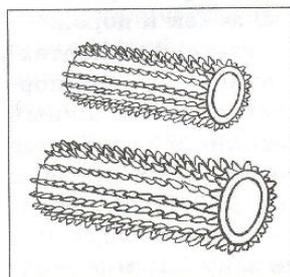
Грецкие орехи



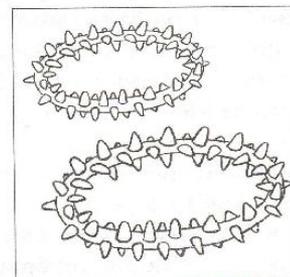
Шишки



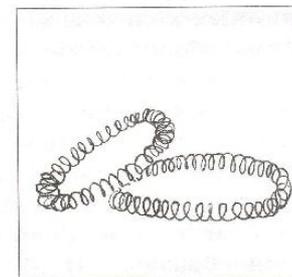
Массажные мячи



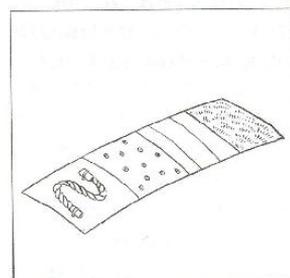
Массажные трубочки



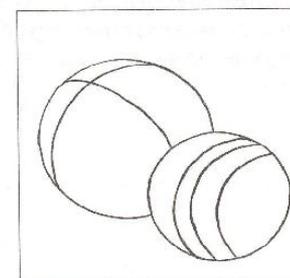
Массажные колечки



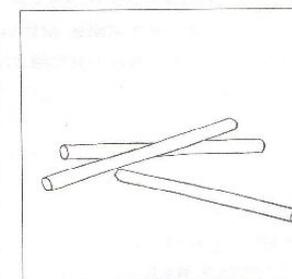
Пружинные колечки для пальчиков



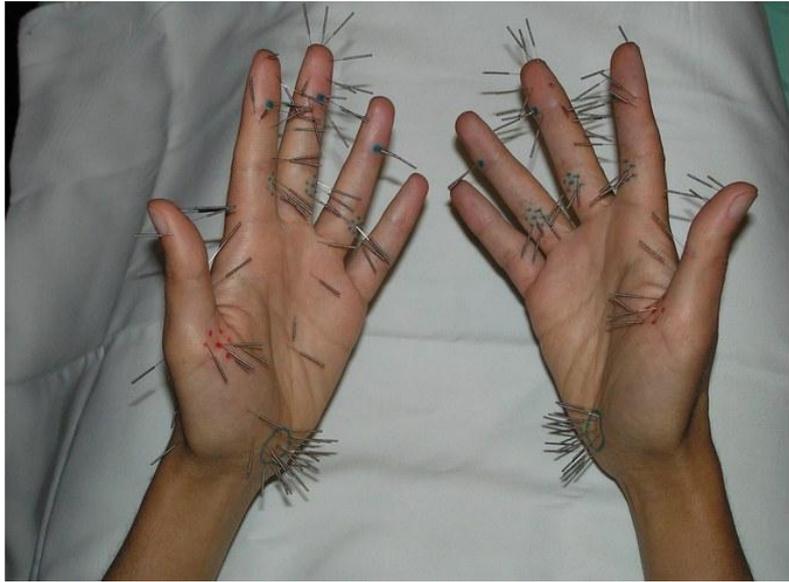
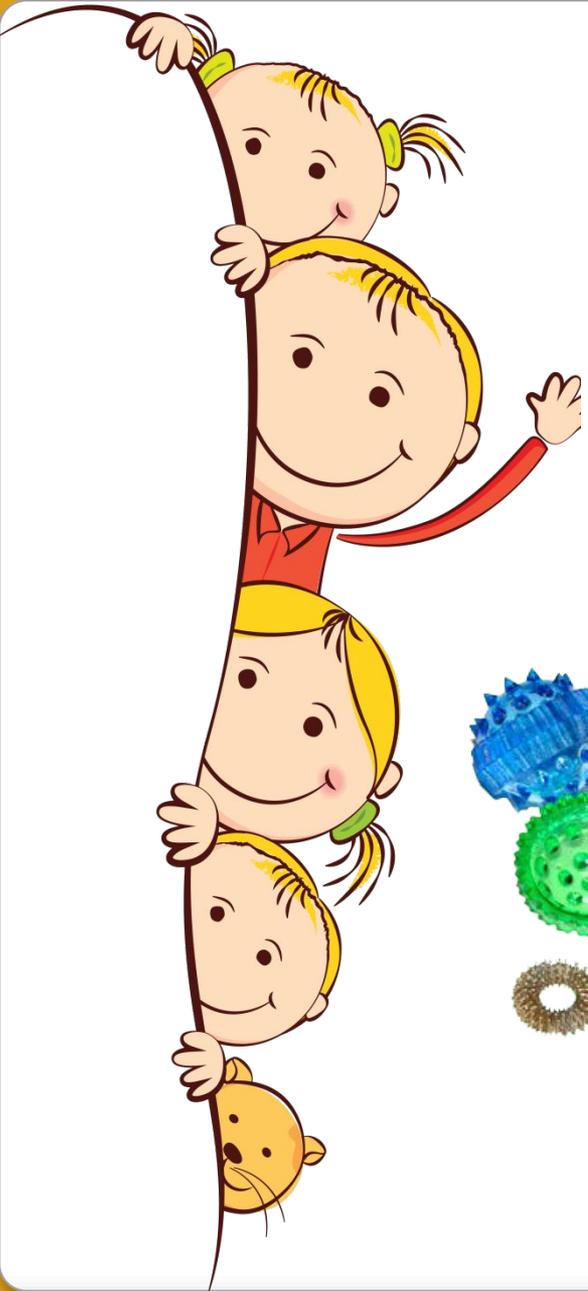
Массажные коврики и массажные дорожки



Мячики резиновые



Палочки спортивные



КРЮЧОЧКИ



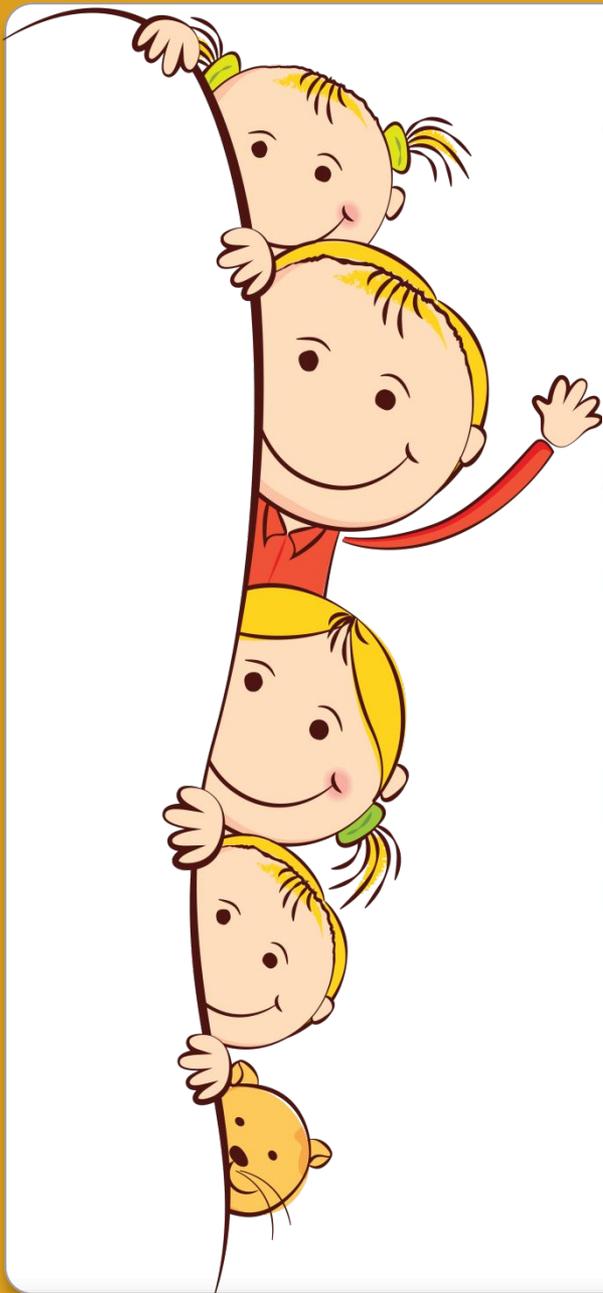
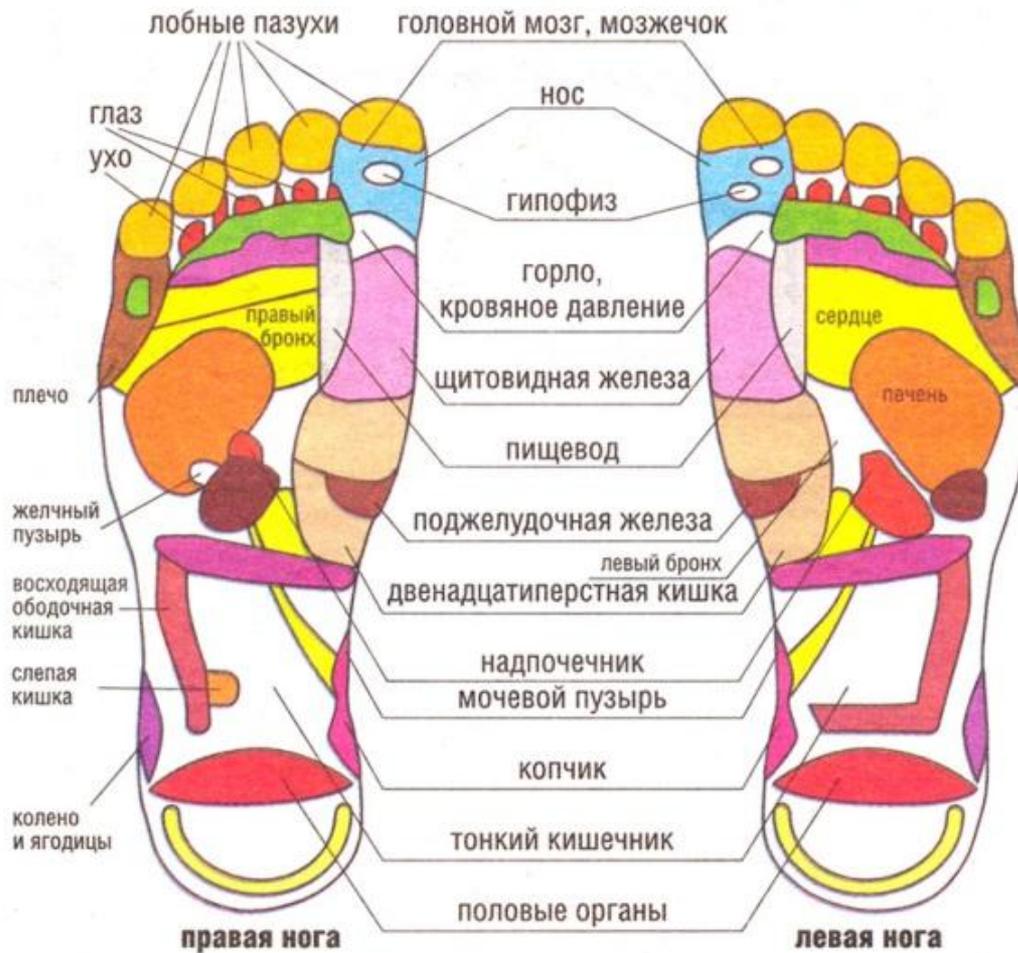
ЛЕСЕНКА

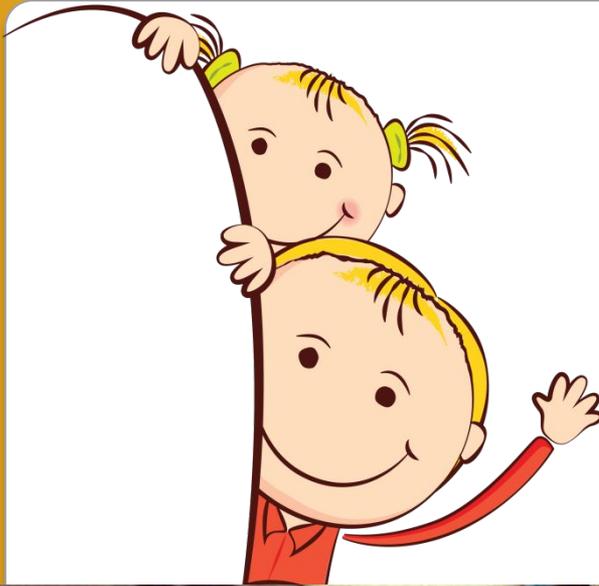


САМОЛЁТ

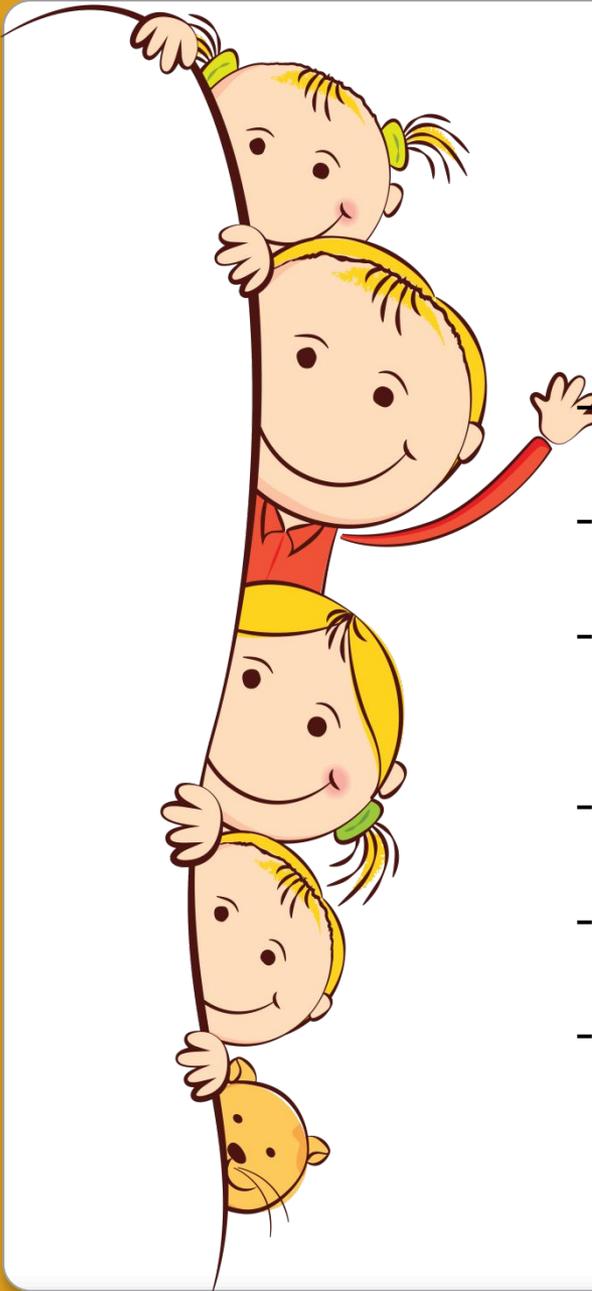


Ищем «кнопку» для воздействия на разные органы





Какие задачи решают массажные минутки?



-развитие моторики рук и ног,

-развитие подражательной деятельности,

-развитие речи, а также памяти,
воображения и внимания,

-развитие согласованных движений обеих рук,

-развитие и укрепление мышц рук, стопы,

-развитие тактильной чувствительности.

Когда выполнять массаж кистей и стоп?

- После сна.
- Перед продуктивной деятельностью (рисование, лепка, аппликация и др).
- После дневного сна.
- Во время «переменок» между занятиями.



Ряд типовых упражнений при использовании массажных предметов

- катаем массажный предмет между ладонками(шарик, трубочку, орех и т.д.)
- катаем массажный предмет ладонками о крышку стола по очереди: сначала одной рукой, затем другой, обеими руками (2 шарика)
- катаем массажный предмет ножками об пол по очереди: сначала одной, потом другой и вместе
- катаем массажный предмет по ручке, ножке, животу, спинке ребенка
- перекладываем массажный предмет из одной руки в другую
- сжимаем массажный предмет в ладонках крепко-крепко
- одеваем и снимаем массажное колечко на каждый пальчик
- катаем массажные предметы по тыльной стороне ладошек

Общие правила при проведении массажных минуток

- Желательно знать текст для массажа наизусть
- Текст произносить выразительно, с эмоциями
- Можно использовать музыку при проведении массажных минуток
- Деток от 1 до 3 лет нужно сначала познакомить (дать потрогать) с теми предметами, которые будете использовать для массажа
- Взрослый делает сам и просит повторять ребенка (сначала можно помогать ребенку)
- Массажным колечком выполняем упражнения сначала на одной руке, а потом – на другой
- Следите, чтобы при катании шарика между ладонями, они оставались прямыми и напряженными

Время от времени, повторяйте уже ранее изученные упражнения

Домашнее задание.

Ежедневно проводить:

1. Артикуляционную гимнастику + кинезиология
2. Массажные минутки с использованием массажного шарика и колечка, шишек, орехов, карандашей и др. (описание)
3. Логопедический массаж
4. Игра в «сосиску», обнимашки до 50 раз в день
5. Раскрашивание, штриховка, лепка, использовать в поделках с пластилином крупы: горох, фасоль), (развитие графомоторики)

