

# Су-Джок терапия в воспитании детей дошкольного возраста

*«Ум ребенка находится на кончиках его пальцев»  
Василий Александрович Сухомлинский*

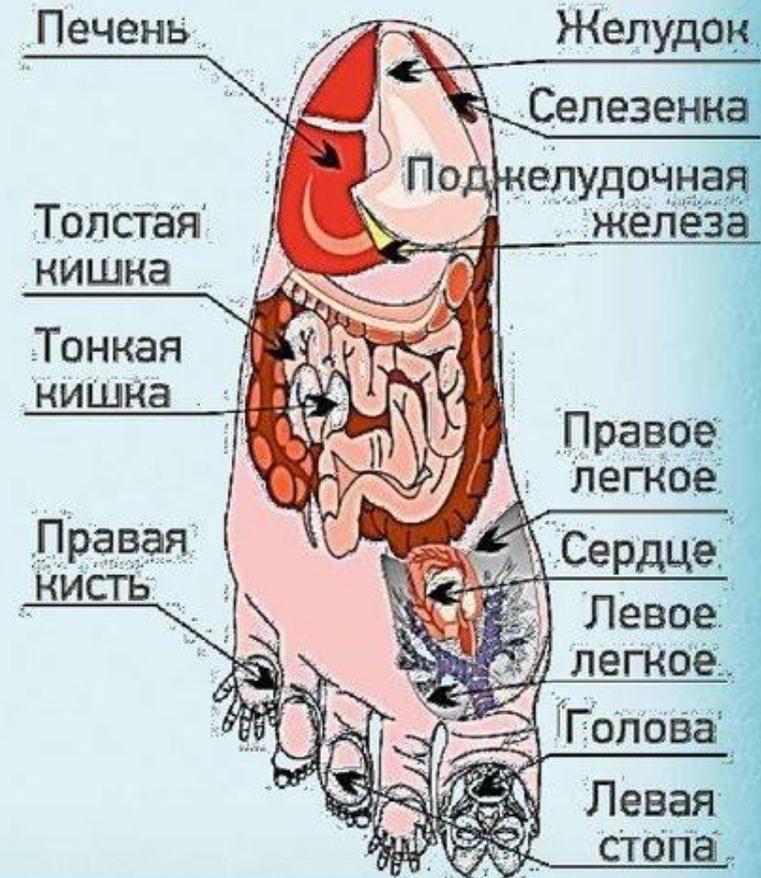
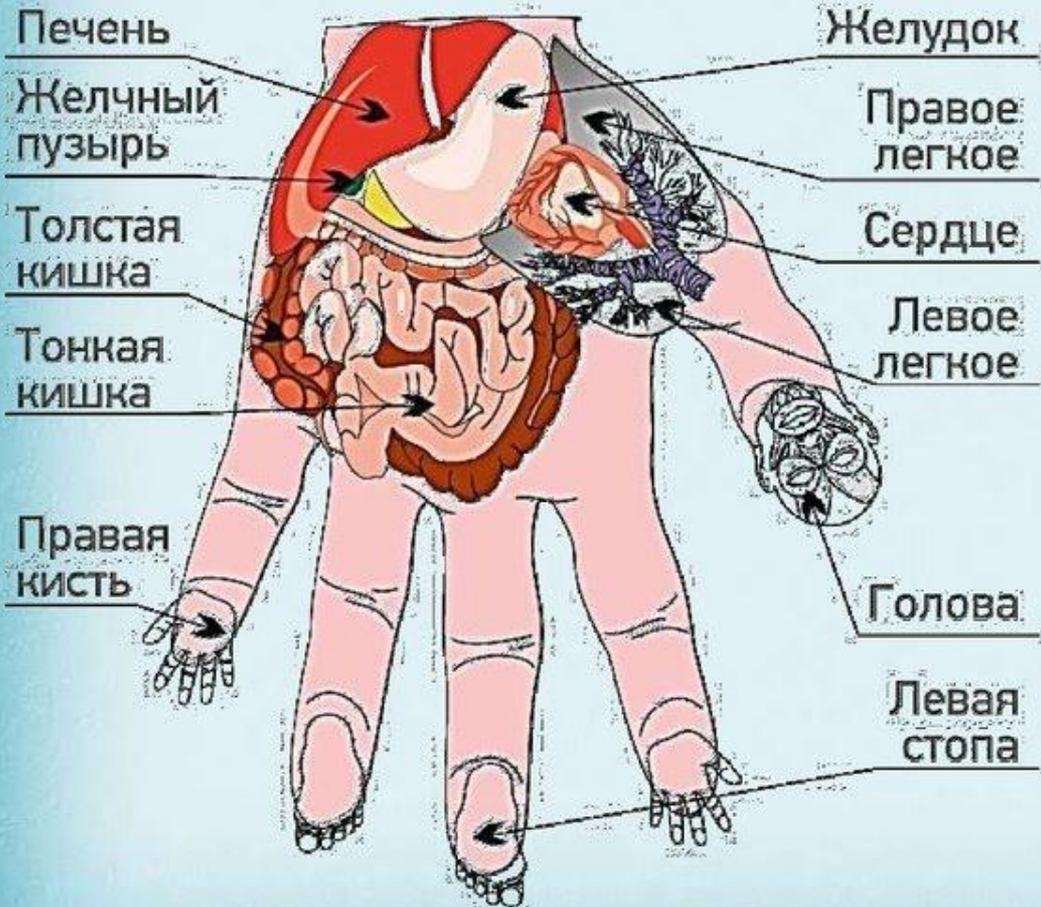
*«Пальцы помогают говорить»  
Мария Монтессори*

# **Основателем Су-Джок-терапии является южно-корейский профессор Пак Чжэ Ву**

В переводе с корейского языка «Су» означает кисть, «Джок» - стопа. Данная терапия основывается на том, что на стопах и кистях есть специальные точки, воздействие на которые положительно влияет на организм.



В строении кисти и стопы есть удивительная схожесть со строением человеческого тела. Обратите внимание: в теле человека выделяется туловище и 5 выступающих частей – голова, две руки и две ноги. При взгляде на кисть и также можно увидеть, что она состоит из ладони и 5 выступающих частей – пальцев.



Укрепление  
здоровья  
ребенка

Стимуляция  
памяти,  
мышления,  
интереса к  
окружающему  
миру

Нормализация  
психо-  
эмоционального  
состояния ребенка

Применение  
Су-Джок  
терапии в  
дошкольном  
возрасте

Подготовка  
дошкольника  
к письму

Положительно  
воздействует  
на речевое  
развитие

Укрепление  
защитных  
свойств  
организма

# Су-Джок

## массажеры:

специальные пластмассовые шарики; кольца из металлической проволоки, которые можно легко растягивать и свободно проходить ими по пальцу вниз и вверх; кольца из металлической проволоки для кисти; палочка или стержень, массажные коврики и т.д.



# Правила применения

- Воздействие должно быть приятным, не вызывать негативной реакции у ребенка.
- Проводить такие занятия можно, если ребенок хорошо себя чувствует, у него нет температуры, сыпи и других проявлений кожных или инфекционных заболеваний.
- Массаж проводят до появления слегка розового цвета кожи и ощущения тепла.
- Нельзя надолго оставлять эластичное кольцо на пальцах в одном положении, чтобы не нарушить кровоснабжение.
- Избегайте интенсивных движений, чтобы не травмировать кожу ребенка



Постукивание  
ребром ладони по  
шарику



Катание шарика по  
каждому пальчику

## Упражнения с шариками Су-Джок



Сжимание шариков в  
кулачке



Касание подушечками  
пальцев иглоочек  
шарика

# Массаж пальцев эластичными кольцами Су-Джок

Массаж эластичным кольцом помогает стимулировать работу внутренних органов. Поскольку всё тело проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы, то эффективным способом профилактики и лечения болезней является массаж пальцев, кистей и стоп эластичным кольцом. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж зоны соответствующей поражённой части тела, до её покраснения и появления ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

Раз-два-три-четыре-пять,  
Вышли пальцы погулять,  
Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.  
Этот пальчик для того, что показывать его.  
Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.  
Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.  
А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.



**Поочередно надевать кольца на каждый палец, проговаривая текст стихотворения**

# ● Достоинства Су-Джок терапии

## ● *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*

- – для получения результата необходимо проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су-Джок шариков (они свободно продаются и не требуют больших затрат).

**Спасибо за внимание!**

Презентацию подготовила воспитатель  
Ботанина Лариса Николаевна