



# «Су-Джок терапия»



МДАОУ «Центр развития ребенка –  
детский сад №2»

Воспитатель : Левицкая Вера  
Васильевна



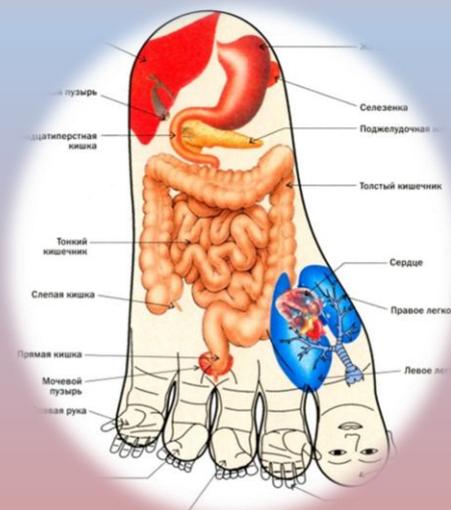
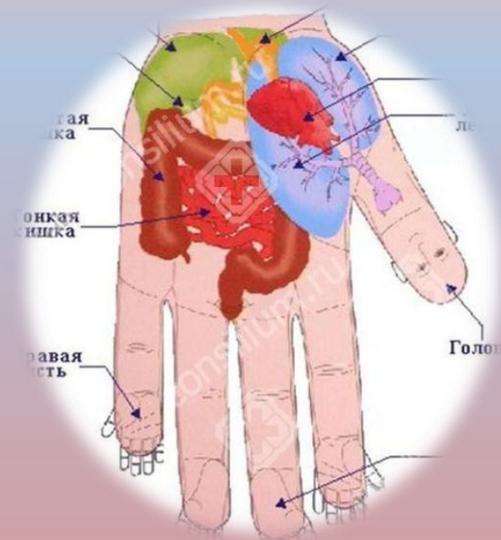
# Задачи:

- ❑ **Содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности, нормализовать тонус.**
- ❑ **Стимулировать речевые области в коре головного мозга**
- ❑ **Совершенствовать навыки пространственной ориентации, развивать память, внимание.**

# Су – Джок в переводе с корейского:

«Су» - кисть

«Джок» - стопа



На кистях и стопах располагаются системы высокоактивных точек соответствия всем органам и участкам тела. Воздействуя на них, мы можем регулировать функционирование внутренних органов.



# Лечебный комплект «Ёжик + 2 Кольца»



**«Ёжик» - симпатичный  
пластмассовый шарик с острыми  
шипами. В каждом шарике есть два  
«волшебных» эластичных кольца.**



**Достоинства  
метода  
Су – Джок терапии**

**Высокая  
эффективность**

**Абсолютная  
безопасность  
применения**

**Доступность**

**Простота**

**Универсальность**

**Массаж рук  
улучшает:**

- 1. Кровоснабжение всего организма, в частности, головного мозга;**
- 2. способствует расслаблению, возвращая хорошее самочувствие, уравновешенность;**
- 3. укрепляет здоровье и препятствует развитию нарушений в организме;**
- 4. благоприятствует восстановлению нарушенных функций.**

# Применение



- ❑ вращение массажного шарика между ладонями по часовой стрелке и против часовой стрелки (круговые движения);
- ❑ катать в ладонях вперёд и назад по всей поверхности (прямые движения);
- ❑ попеременно сжимать шарик кончиками пальцев; -
- ❑ сжимать шарик в кулачок от 5 до 10 раз, затем раскрыть ладонь полностью, разведя пальцы в стороны удерживать его в центре ладони 5 или 10 секунд (точечные движения).



Упражнение №1

# «Су-Джок терапия»

**Шар колючий-  
не простой,  
Поиграть  
спешит с тобой.  
Его трудно  
удержать-  
Так и хочет  
убежать !**





## Упражнение №2

**Мы возьмем в  
ладошки ёжик  
И сожмём его  
слегка.**

**Разглядим его  
иголки,**

**Помассируем  
бока.**

**Ёжика в руках  
кручу,**

**Поиграть я с  
ним хочу.**





## Упражнение №3

**Ёжик Тимми  
бежит по тропинке  
За грибами спешит  
без корзинки,  
А зачем ему  
корзинка?  
Если вся в иголках  
спинка!**





# Научился сам – научи другого!

**Использование Су - Джок массажёра  
возможно в любом месте и в любую  
свободную минутку. Это интересно не  
только детям, но и взрослым.**