

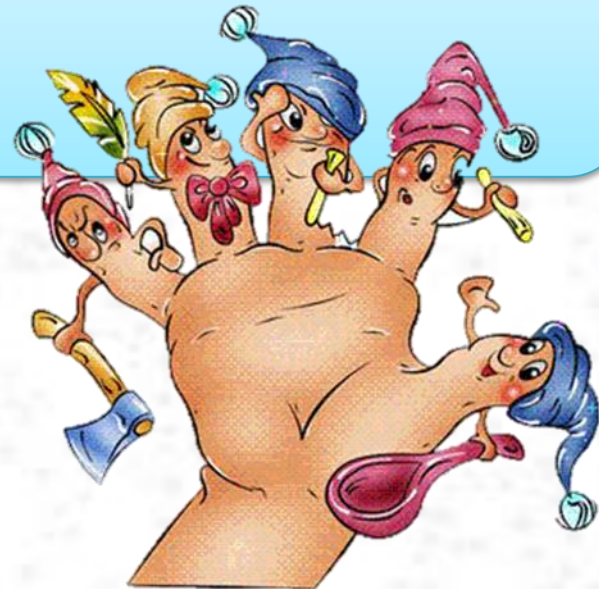
**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ  
ПРОЦЕССЕ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС**

**Подготовила:  
Учитель-логопед: Костикова Надежда  
Владиславовна  
МБДОУ № 83**



**«Рука является вышедшим наружу головным мозгом»**

**И. Кант**



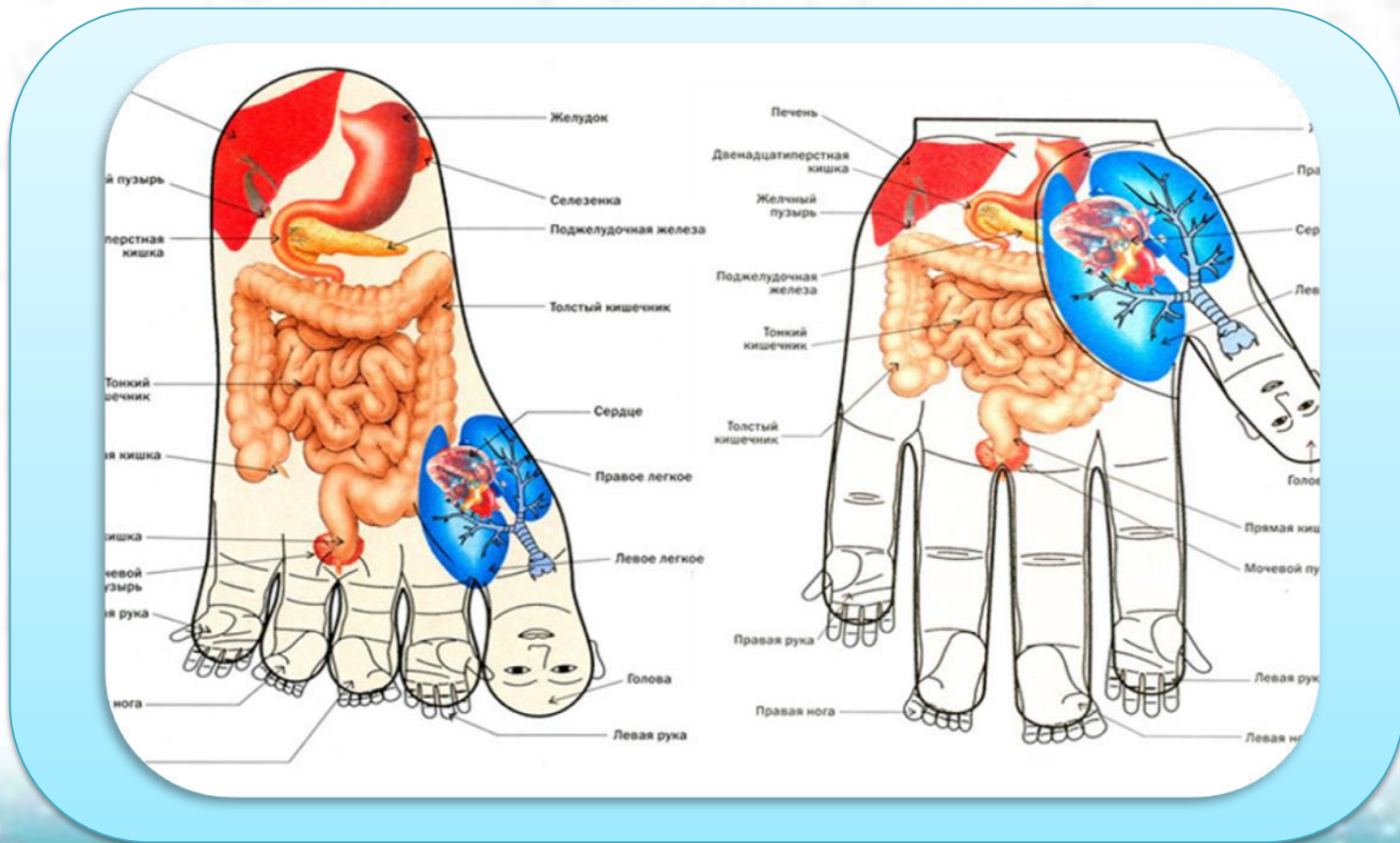
**«Ум ребенка находится на кончиках его пальцев».**

**В.А.Сухомлинский.**

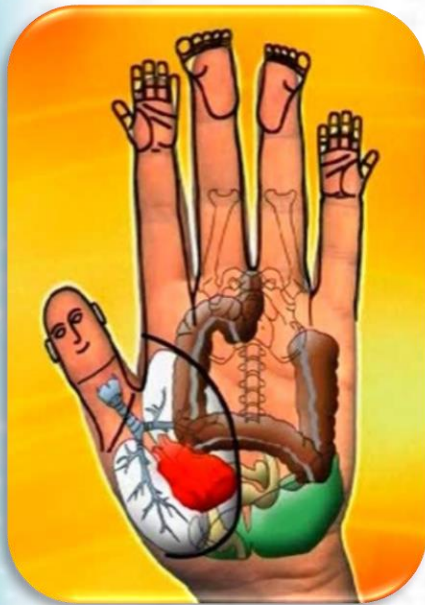
**Здоровьесберегающие технологии** – это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального и физического здоровья дошкольников.

**Цель здоровьесберегающих технологий** – обеспечить дошкольнику высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни и воспитав у него культуру здоровья.

В переводе с корейского  
"Су" означает – кисть "Джок" – стопа



Воздействуя на точки, мы можем регулировать функционирование внутренних органов.



мизинец – сердце,  
безымянный –  
печень,  
средний – кишечник,  
указательный –  
желудок,  
большой палец –  
голова



## ЦЕЛЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СУ-ДЖОК ТЕРАПИИ:

- ❖ Сохранение и укрепление здоровья детей
- ❖ Формирование у воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья

## Принципы здоровьесберегающих технологий:

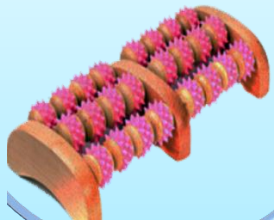
- ❖ принцип «Не навреди!»;
- ❖ принцип сознательности и активности;
- ❖ принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса;
- ❖ принцип систематичности и последовательности;
- ❖ принцип доступности и индивидуальности;
- ❖ принцип всестороннего и гармоничного развития личности;
- ❖ принцип системного чередования нагрузок и отдыха;
- ❖ принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий



# ЗАДАЧИ:

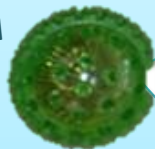
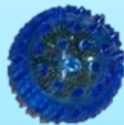
- ❖ Воздействовать на биологически активные точки по системе Су–Джок
- ❖ Стимулировать речевые зоны коры головного мозга
- ❖ Нормализовать мышечный тонус
- ❖ Использовать элементы Су–Джок терапии на различных этапах работы по коррекции речи
- ❖ Содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности.
- ❖ Совершенствовать навыки пространственной ориентации, развивать внимание и память
- ❖ Повысить уровень компетентности педагогов и родителей в вопросах коррекции речевых нарушений у детей
- ❖ Повышение иммунитета и оздоровление организма дошкольников

## Приёмы Су-Джок терапии



Массаж

Массаж  
специальным  
шариком



Массаж  
эластичным кольцом





# ФОРМЫ РАБОТЫ

Формы работы с Су-Джок – самые разнообразные.

Прежде всего, это различные пальчиковые упражнения как шариком Су-Джок, так и с эластичным кольцом.

Движения могут быть различными:

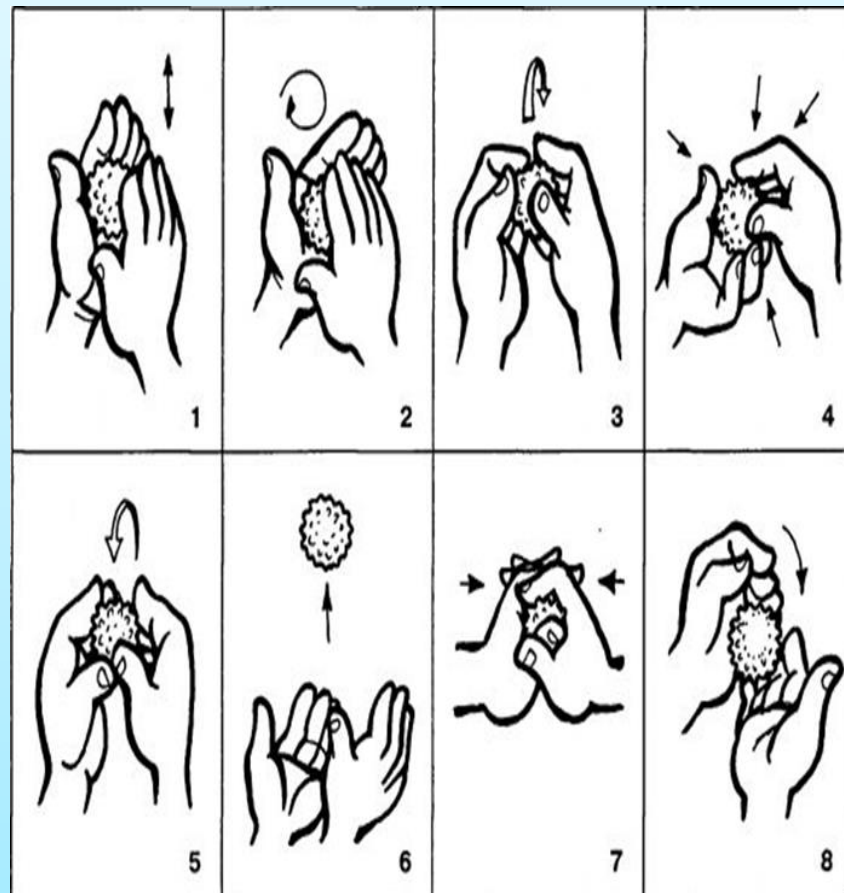
- ❖ **круговые движения** шарика между ладонями,
- ❖ **перекатывание** шарика от кончиков пальцев к основанию ладони, **вращение** шарика кончиками пальцев
- ❖ **сжатие** шарика между ладонями, сжатие и передача из руки в руку,
- ❖ **подбрасывание** шарика с последующим сжатием между ладонями и т.д.

Каждое упражнение сопровождается небольшим стихом ,потешкой.

Кроме этого, можно использовать стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук, при помощи различных приспособлений - массажных мячиков с шипами, колючих валиков, массажных варежек, элементов иппликатора Кузнецова, грецких орехов, плодов каштана и т.д.

## Упражнения из книги И.А. Ермаковой «Развиваем мелкую моторику малышей»

1. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте массажные движения, катая мяч вперёд-назад.
2. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте круговые движения, катая мяч по ладоням.
3. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения вперёд (как будто закручиваете крышку).
4. Держа мяч подушечками пальцев, с усилием надавите ими на мяч (4—6 раз).
5. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения назад (как будто открываете крышку).
6. Подкиньте мяч двумя руками на высоту 20—30 см и поймайте его.
7. Зажмите мяч между ладонями, пальцы сцеплены в "замок", локти направлены в стороны. Надавите ладонями на мяч (4—6 раз).
8. Перекладывайте мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.



## Ручной массаж кистей и пальцев рук



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





### «Ёжик»

Ёжик, ёжик,  
хитрый ёж,  
на клубочек ты похож.  
На спине иголки  
очень-очень колкие.  
Хоть и ростом ёжик  
мал,  
нам колючки показал,  
А колючки тоже  
на ежа похожи.



## Групповые занятия

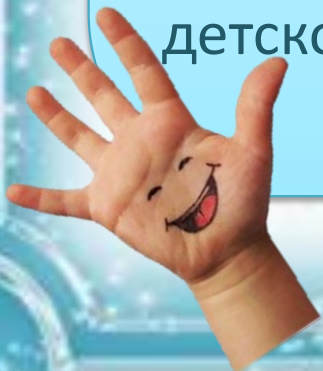


## ВЫВОД:

- ❖ 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 проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су-Джок шариков. ( они свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат)

Су-Джок терапия – это высокоэффективный, универсальный, доступный и абсолютно безопасный метод самооздоровления и самоисцеления путем воздействия на активные точки.

Сочетание пальчиковой гимнастики, самомассажа с упражнениями по коррекции звукопроизношения и формированию лексико-грамматических категорий, позволяет значительно повысить эффективность коррекционно-логопедической деятельности как в детском саду, так и дома.



### Литература:

1. Ивчатова Л. А. Су-джок терапия в коррекционно-педагогической работе с детьми // Логопед - 2010. №1. - с. 36-38.
2. Новиковская О. А. Ум на кончиках пальцев: веселые пальчиковые игры / О. А. Новиковская - М. АСТ, 2007 С. 94
3. Пак Чжэ Ву Вопросы теории и практики Су Джок терапии: Серия книг по Су Джок терапии / Чжэ Ву Пак - Су Джок Академия, 2009 - С. 208
4. Филичева Т. Б., Соболева А. Р. Развитие речи дошкольника. – Екатеринбург: Издательство «Арго», 1996.
5. Швайко Г. С. Игры и игровые упражнения для развития речи. – М., 19
6. Пак Чже Ву. «Су Джок для всех», Москва, 2009г. – 136с.





**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**

