**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**

**УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «МОЗАИКА» С. ТОПОЛЕВО**

**ХАБАРОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

**ХАБАРОВСКОГО КРАЯ.**

**ПРОГРАММА**

**ПО РАЗВИТИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ МОТОРИКИ РУК.**

**«МИНУТКИ ЗДОРОВЬЯ** **С СУ-ДЖОК»**

****

**Подготовила и составила: воспитатель**

**Кабакова Александра Геннадьевна**

Программа «Су - Джоку» направлена на развитие и укрепление мелкой моторики рук, речевой активности у детей с 2-х лет, с целью общего укрепления организма, улучшения психоэмоционального состояния детей. Для формирования чувства ритма, при тактильной стимуляция в определенном ритме.

**Актуальность**.  Формирование здоровья детей -  одна из основных проблем в современном обществе. Дошкольный возраст наиболее ответственный этап в жизни каждого человека. Именно в этом возрастном периоде закладываются основы здоровья. В настоящее время идёт постоянный поиск новых и совершенствование старых форм, средств и методов оздоровления детей в условиях дошкольных образовательных учреждений. Одним из таких методов является Су-Джок терапия.

Су-Джок в переводе с корейского дословно означает Су – кисть, Джок – стопа. Метод Су-Джок терапии разработан корейским профессором Пак Чже Ву в 1986 году, обладает высокой эффективностью, безопасностью и простотой, базируется на традиционной акупунктуре и восточной медицине само оздоровления.

 Су-Джок терапия активно используется в коррекционно-логопедической работе ДОУ, но практика показывает, что использование массажеров Су-Джок в обычных группах эффективно в качестве профилактики респираторных заболеваний и укрепления здоровья дошкольников.

Су-Джок массажеры в педагогической практике активно применяют на протяжении двух лет. За это время мною разработана картотека упражнений с применением шариков и колец Су-Джок.

Систематическое занятие с детьми Су-Джок положительно сказывается не только на здоровье и настроении ребят, но и способствует развитию мелкой моторики.

Массажеры имеются в группе, находятся в свободном доступе, что дает возможность детям самостоятельно выполнять упражнения, без вмешательства педагога.

В настоящее время нетрадиционные формы и средства работы с детьми привлекают всё большее внимание. Су-Джок терапия – одна из них. Основанная на традиционной акупунктуре и восточной медицине,она считается одной из лучших систем само оздоровления. Для лечебного воздействия здесь используется только те точки, которые находятся на кистях рук и стопах. Применение в работе ДОУ таких нетрадиционных здоровье сберегающих педагогических технологий, как Су-Джок терапия, повысит иммунитет и сформирует у детей, педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья.

**Неоспоримыми** **достоинствами**Су–Джок терапии являются:

**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, как и педагоги в своей работе, так и родители с детьми в домашних условиях.

**Средства достижения поставленных задач:**

-применение пальчиковой гимнастики во время досуга детей;

-использование пальчиковой гимнастики на занятиях, на прогулке и т.д.;

-информационные листы для родителей;

-разучивание стихов, потешек;

-использование атрибутов к пальчиковой гимнастике.

**Для реализации программы имеется**:

материалы «Су – Джок» и инструменты для работы;

наглядные пособия;

методическая литература. Во время педагогического процесса соблюдаются санитарно-гигиенические и методические требования к охране жизни и здоровья дошкольников в рамках дополнительного образования.

**Цель программы:**

развивать и укреплять мелкую моторику рук у детей младшего дошкольного возраста посредством Су – Джок терапии. **Форма работы с детьми:**

10 минут ежедневно 2 раза в день, включая в утреннюю гимнастику и гимнастику после дневного сна.

**Ожидаемые результаты:**

После освоения содержания рабочей программы дети готовы и способны:

- воспроизводить кистевые и пальчиковые движения вслед за воспитателем;

- манипулировать мелкими предметами;

- застегивать и расстегивать пуговицы, застежки, молнии;

- справляться со шнуровкой и нанизыванием пуговиц, шариков на тесьму;

- развивается речь: ребенок использует речь как средство общения, связно объясняет свои действия, запоминает и произносит стихи, потешки и т.

- владеет приѐмами работы с карандашом, кистью, пластилином, бумагой.

**Учебный план работы «** **Развитие мелкой моторики рук детей младшего дошкольного возраста посредством методики Су-Джоку» .**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Содержание образовательной деятельности** | **Цель:** | **Развивающая предметно - пространственная среда** |
| **Сентябрь**  **1-2 неделя** | **Занятие №1.**  **Тема: «Встреча с мамой Ежихой и ежатами».** | Способствовать закреплению знаний основных цветов (красный, зеленый, желтый, синий) знаний о величине (большой-маленький), форме предмета (круглый), поверхности предмета (колючий).  2.Использовать чувства познания: зрение, слух, осязание при закреплении в игре основных приемов работы с колючим шариком -массажором ( Су-джок-терапия):  - вращение шарика между ладонями;  -прокатывание шарика в ладонях вперед и назад;  - сжимание шарика в кулачок и разжимание.  3. Стимулировать Су-джок массажором речевые области в коре головного мозга.  4. Развивать мелкую моторику и координацию движения обеих рук. Стимуляция осязательной активности.  5. Развивать психические процессы (ощущение, внимание, воображение, память, мышление). | разноцветные шарики Су-джок массажоры (четыре основных цвета), мнемотаблица по сказке «Разноцветные ёжики», мелодия «Звуки леса», мяч, игрушка ёжик. |
| **3-4 неделя** | **Занятие № 2.**  **Тема: «Ёжик».** | воздействовать на биологически активные точки кистей рук с помощью Су–Джок массажёра, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга. | шарики Су джок, игрушка ёжик, маска ёжика. |
| **Октябрь**  **1-2 неделя** | **Занятие № 3.**  **Тема: «Грибы»** | уточнение, расширение и активизация словаря по теме « Грибы». Воздействовать на биологически активные точки кистей рук с помощью Су–Джок массажера, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга. | массажные кольца, картинки грибы, корзинка, шерстяные нитки. |
| **3-4 неделя** | **Занятие № 4.**  **Тема: «Волшебные шарики»** | воздействовать на биологически активные точки кистей рук с помощью Су–Джок массажера, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга. | разноцветные шарики Су-джок массажёры (четыре основных цвета, массажные кольца, вязаный шарик. |
| **Ноябрь**  **1-2 неделя** | **Занятие № 5.**  **Тема: «Сказка Ёжик»** | воздействовать на биологически активные точки кистей рук с помощью Су–Джок массажера, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга. | разноцветные шарики Су-джок массажоры (четыре основных цвета), массажные кольца, |
| **3-4 неделя** | **Занятие № 6.**  **Тема: «Фрукты»** | развивать речь по теме «Фрукты», обогащать словарь прилагательными. Воздействовать на биологически активные точки кистей рук с помощью Су–Джок массажера, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга. | разноцветные шарики Су-джок массажоры (четыре основных цвета), Ежиха, колокольчик, массажные кольца, картинки фрукты, муляжи овощей и фруктов, мешочек, кусочки разных фруктов на тарелочке. |
| **Декабрь 1-2 неделя** | **Занятие № 7.**  **Тема: «Наши пальчики».** | Воздействовать на биологически активные точки кистей рук с помощью Су–Джок массажера, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга. | разноцветные шарики Су-джок массажоры (четыре основных цвета), колечки, ежиха. |
| **3-4 неделя** | **Занятие № 8.**  **Тема: «Овощи»** | расширять словарный запас по теме овощи. Воздействовать на биологически активные точки кистей рук с помощью Су–Джок массажера, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга. | разноцветные шарики Су-джок массажоры (четыре основных цвета, колечки, картинки овощей, мяч. |
| **Январь 1-2 неделя** | **Занятие № 9.**  **Тема: «Поздняя осень».** | знакомить с сезонными явлениями поздней осени, расширять представления о творчестве композиторов. Воздействовать на биологически активные точки кистей рук с помощью Су–Джок массажера, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга. | Пьеса П. И. Чайковского «Ноябрь» (из цикла «Времена года»), разноцветные шарики Су-джок массажоры (четыре основных цвета), колечки, мнемо- квадраты. |
| **3-4 неделя** | **Занятие № 10.**  **Тема: «Зимние забавы».** | активизация и актуализация по теме «Зимние забавы»; учить составлять простые предложения по сюжетным картинкам; продолжать совершенствовать грамматический строй речи: учить согласовывать прилагательные с именами существительными в роде и числе; тренировать артикуляционный аппарат: удерживать язык в определённом положении, правильно направлять воздушную струю, тренировать мышцы щёк; учить правильно артикулировать, чётко произносить слова. Воздействовать на биологически активные точки кистей рук с помощью Су–Джок массажёра, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга. | CD «Музыка для релаксации». Мяч, листы тонкой белой бумаги на каждого ребёнка, обруч, сюжетные картинки «Зимние забавы», разноцветные шарики Су-джок массажёры (четыре основных цвета), колечки. |
| **Февраль 1-2 неделя** | **Занятие № 11.**  **Тема: «Зимние забавы».** | активизация и актуализация по теме «Зимние забавы»; воздействовать на биологически активные точки кистей рук с помощью Су–Джок массажёра, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга. | картина «Зимние забавы», снежки из ваты - 20шт., картинки (шапка, сандалии, кепка, шуба, коньки, санки, лыжи), музыкальный центр, DVD диск с музыкой А. Вивальди «Зима», доска, магниты; разноцветные шарики Су-джок массажоры (четыре основных цвета), колечки. |
| **3-4 неделя** | **Занятие № 12.**  **Тема: «Новогодний праздник».** | Закрепление представлений о новогоднем празднике. Уточнение, расширение и активизация словаря по теме «Новогодний праздник» (елка, хоровод, карнавал, маска, украшение, подарок, конфетти, Дед Мороз, Снегурочка; веселый, праздничный, новогодний; украшать, дарить, получать, вынимать, вешать). Совершенствование грамматического строя речи (подбор однокоренных слов к слову елка). Совершенствование навыка слогового анализа. Воздействие на биологически активные точки кистей рук с помощью Су–Джок массажёра, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга. Развитие речевого дыхания, диалогической речи, зрительного внимания, мышления, артикуляционной, тонкой и общей моторики, координации речи с движением.  Воспитание активности, инициативности, доброжелательных взаимоотношений с детьми в процессе игровой деятельности. | Магнитная доска, разрезные картинки на новогоднюю тему, снежок, украшенная елочка, фигурка Деда Мороза, фигурки детей, магнитофон, еловые ветки, тарелочка с очищенным мандарином, картинки,разноцветные шарики Су-джок массажёры (четыре основных цвета), колечки. |
| **Март 1-2 неделя** | **Занятие № 16.**  **Тема: «Женский день - 8 Марта».** | Развитие связной речи у детей в процессе активной межличностной коммуникации с использованием различных вспомогательных средств. | картинки 8 марта, шарики и колечки «Су – Джок», мяч, фишки. |
| **3-4 неделя** | **Занятие № 15.**  **Тема: «ПДД».** | Формирование осознанно-правильного отношения к соблюдению правил дорожного движения в качестве пешехода. Закрепить в речи детей слова: пешеход, пассажир, тротуар; закрепить в речи названия дорожных знаков. | жезл,дорожные знаки, шарики и колечки «Су – Джок», мяч. |
| **Апрель 1-2 неделя** | **Занятие № 17.**  **Тема: «Весна».** | Уточнить и систематизировать представления детей о весенних изменениях в природе, название весенних месяцев; характерные признаки весны; развивать словарь по данной теме. | картинки на тему весна, шарики и колечки «Су – Джок», мяч |
| **3-4 неделя** | **Занятие № 18.**  **Тема: «Весна».** | Закрепить представления о весне и ее приметах. Уточнить, расширить и активизировать словарь по теме «Весна» (весна, оттепель, солнце, облако, сосулька, капель, проталина,  лужа, ручей). Совершенствовать грамматический строй речи (образование однокоренных слов), навык слогового анализа, синтаксическую сторону речи (составлять простые распространенные предложения). | музыка Вивальди Весна «Времена года», картинки на тему весна, шарики и колечки «Су – Джок», мяч. |
| **Май 1-2 неделя** | **Занятие № 19**  **Тема: «Чудо, которое поможет победить холод»** | Обучение составлению рассказа по опорным картинкам, обеспечение целостного восприятия картины. Формирование словаря по теме «Весна». Уточнение и расширение представлений о ранней весне и ее признаках.  Развитие связной речи, совершенствование грамматического строя речи, уточнение и расширение словаря по теме «Приметы весны», развитие творческого воображения. Развитие зрительного внимания, речевого слуха, чувства рифмы, тонкой и артикуляционной моторики, координации речи с движением.  Формирование навыков сотрудничества, взаимодействия, доброжелательности, самостоятельности, ответственности. Воспитание любви и бережного отношения к природе. | Сюжетные картины с признаками весны, переносной ноутбук; мультимедийная презентация «Весна в лесу», аудио-запись «Звуки весны»; аудио-запись песни «Капельки», мяч, фишки шарики и колечки «Су – Джок».. |
| **3-4 неделя** | **Занятие № 20**  **Тема: «Весна. Перелетные птицы»** | Актуализация словаря по теме «Весна». Формирование целостного впечатления об изобра­женном на картине «Грачи прилетели». Совершенствование грам­матического строя речи. Развитие связной речи, фо­нематических представлений, мышления, артикуляционной мо­торики и мелкой моторики.  Формирование доброже­лательности, самостоятельности, инициативности, ответствен­ности. Развитие чувства справедливости. Воспитание бережного отношения к природе. | Магнитная доска, аудиозаписи П.И. Чайковский «Апрель», «Пение птиц», презентация «Перелетные птицы», репродукция картины А.К. Саврасова «Грачи прилетели», плоскостные изображения перелет­ных птиц (грач, ласточка, чиж, соловей, скворец, аист) и деревьев (дуб, сосна, береза), скворечника; шарики и колечки Су - Джок. |

**Аналитический отчёт по оздоровительной программе**

**«Минутки здоровья** **с су-джок».**

При регулярном использовании элементов «Су-джок терапии», у детей проявляется интерес к пальчиковой гимнастике с использованием Су-джок шарика, развиваются произвольное поведение, внимание, память, речь и другие психические процессы, необходимые для становления полноценной учебной деятельности. Таким образом, Су – Джок терапия является одним из эффективных приемов, обеспечивающих развитие познавательной, эмоционально-волевой сфер ребенка и плодотворно воздействует на весь организм в целом.

**Приложение**

**Занятие №1. Тема: «Встреча с мамой Ежихой и ежатами».**

**Задачи:**

1.Способствовать закреплению знаний основных цветов (красный, зеленый, желтый, синий), знаний о величине (большой-маленький), форме предмета (круглый), поверхности предмета (колючий).

2.Использовать чувства познания: зрение, слух, осязание при закреплении в игре основных приемов работы с колючим шариком -массажором ( Су-джок-терапия):

- вращение шарика между ладонями;

-прокатывание шарика в ладонях вперед и назад;

- сжимание шарика в кулачок и разжимание.

3. Стимулировать Су-джок-массажором речевые области в коре головного мозга.

4. Развивать мелкую моторику и координацию движения обеих рук. Стимуляция осязательной активности.

5. Развивать психические процессы (ощущение, внимание, воображение, память, мышление).

**Оборудование:** разноцветные шарики Су-джок массажоры (четыре основных цвета), мнемотаблица по сказке «Разноцветные ёжики», мелодия «Звуки леса», мяч, игрушка ёжик.

**Содержание:**

**1. Вводная часть (игровой разогрев).**

- Здравствуйте, ребята! Я рада Вас видеть. Давайте познакомимся. Вы будете передавать мяч друг другу, называя своё имя, а все остальные эхом будут его повторять. ***Игра «Эхо».***

**2. Рабочая часть.**

- Сегодня мы с Вами отправимся в путешествие, закройте глаза, отгадайте, где мы?

Звучит ***музыка «Звуки леса».***

- Правильно, мы с Вами в осеннем лесу.

Отгадайте, кто нас встречает?

*В густом лесу под елками,*

*Осыпанный листвой,*

*Лежит клубок с иголками,*

*Колючий и живой.* Показываю игрушку - ёжик.

- Как вы догадались, что это ёжик?

- Это мама-ежиха! Как зовут деток. У ежихи? (ежата)

(Дети знакомятся с колючим шариком при рассказывании сказки по мнемотаблице , в которой говорится о том, как ежата раскрасили себя красками и стали – разноцветными ёжиками. Дети держат их в руках, рассматривают, проговаривают форму, величину, цвет, чем покрыто тело ёжиков. Закрепляют основные движения: вращение между ладонями, прокатывание вдоль ладоней, сжимание шарика в кулачок.)

- Кто же в лесу прячется – играет с нами в прятки? (ёжики). Идет активизация речи детей – «Какого цвета ёжик?»

Проверим, кто спрятался в лесу (из пакета достается лист, на котором нарисованы мама ежиха со своими ежатами). Дети берут в руки шарики-массажеры, катают их в ладонях – играют с ёжиками. Проговариваются слова: круглый колючий, маленький. У кого красный ёжик? (поднимают шарик над головой). У кого синий, зеленый, желтый? Прячут шарик в кулачке, разжимают – играют в прятки. Игра заканчивается, когда мама ежиха зовет ежат домой.

***Разучивание стих.***

Ежик колет нам ладошки,

Поиграем с ним немножко.

Ежик нам ладошки колет –

Ручки к школе нам готовит.

***Массаж***

Мячик-ежик мы возьмем, (подбрасываем мячик вверх)

Покатаем и потрем. (прокатываем между ладошек)

Вверх подбросим и поймаем, (опять подбрасываем мячик)

И иголки посчитаем. (пальчиками мнем иголки мячика)

Пустим ежика на стол, (кладем мячик на стол)

Ручкой ежика прижмем (ручкой прижимаем мячик)

И немножко покатаем… (катаем мячик)

Потом ручку поменяем (меняем руки)

(Массаж позволяет активизировать межполушарное взаимодействие, синхронизировать работу обоих полушарий мозга. Их содержание и ритм максимально приближены к характеру самого движения, чтобы у ребенка возникал конкретный образ. Вначале дети выполняют упражнения, молча, по показу, затем, по мере формирования правильного произношения, проговаривают текст. Позже они произносят тексты самостоятельно.) **3. Завершающая часть (игровая релаксация): ритуал прощания.** - На этом наше путешествие заканчивается. Расскажите, что вам понравилось? (ответы детей). - А теперь давайте попрощаемся и скажем «спасибо» друг другу за замечательное путешествие.

**Список литературы**

1. Горюнова Т. М. Развитие детей раннего возраста: Анализ программы дошкольного образования. – М.: ТЦ Сфера, 2009.
2. Картушина М.Ю. Конспекты логоритмических занятий с детьми 2-3 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2007.
3. Смирнова Е. А. Система развития мелкой моторики у детей дошкольного возраста. – М.: Изд-во: Детство-пресс, 2013.
4. Трясорукова Т.П. Игры для дома и детского сада на снижение психо- эмоционального и скелетно-мышечного напряжения / Т.П. Трясорукова. – Изд.3-е, стер. – Ростов на Дону: Феникс, 2013.
5. Янушко Е. А. Развитие мелкой моторики рук у детей раннего возраста: методическое пособие для воспитателей и родителей. – М.: Мозаика- синтез, 2009.