

«Су-Джок терапия как средство здоровьесбережения дошкольников»



Подготовила:
Фахраддинова Р.И., педагог
дополнительного образования

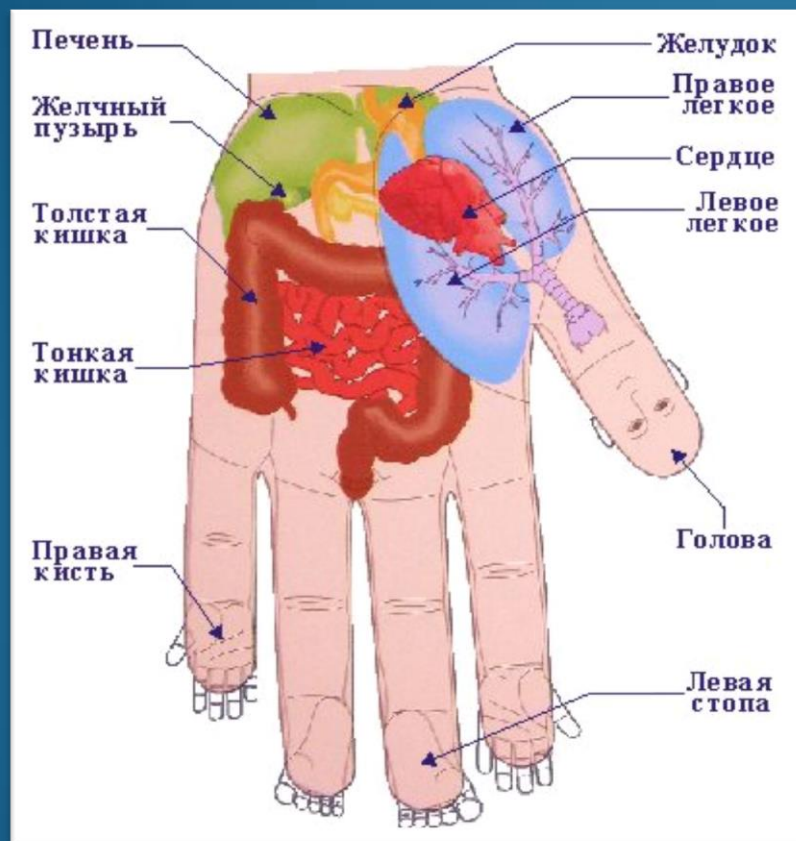
Здоровьесберегающие технологии

эта система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития

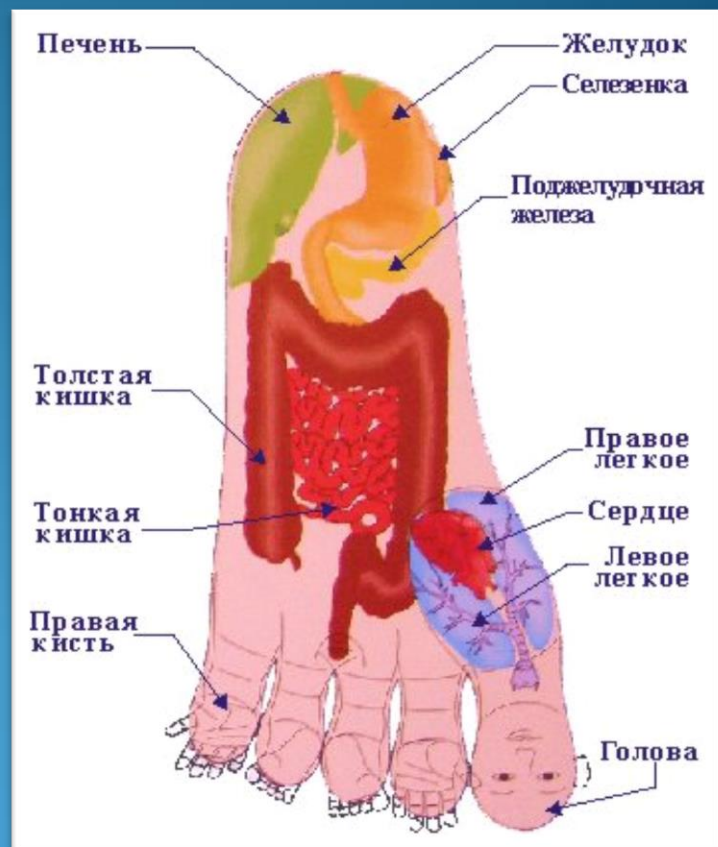


Су-Джок терапия в переводе с корейского

«Су» - кисть



«Джок» - стопа



Основоположник Су-Джок терапии



**Профессор из Южной
Кореи Пак Чже Ву
(академик IAS (Berlin),
президент Корейского
института Су-Джок,
президент
международной
ассоциации врачей
Су-Джок)**

Достоинства Су-Джок терапии

- Высокая эффективность
- Абсолютная безопасность
- Универсальность
- Доступность
- Простота применения



Средства Су-Джок терапии



Су-Джок терапия



Приемы Су-Джок терапии

Массаж специальным шариком



Ручной массаж кистей и
пальцев рук



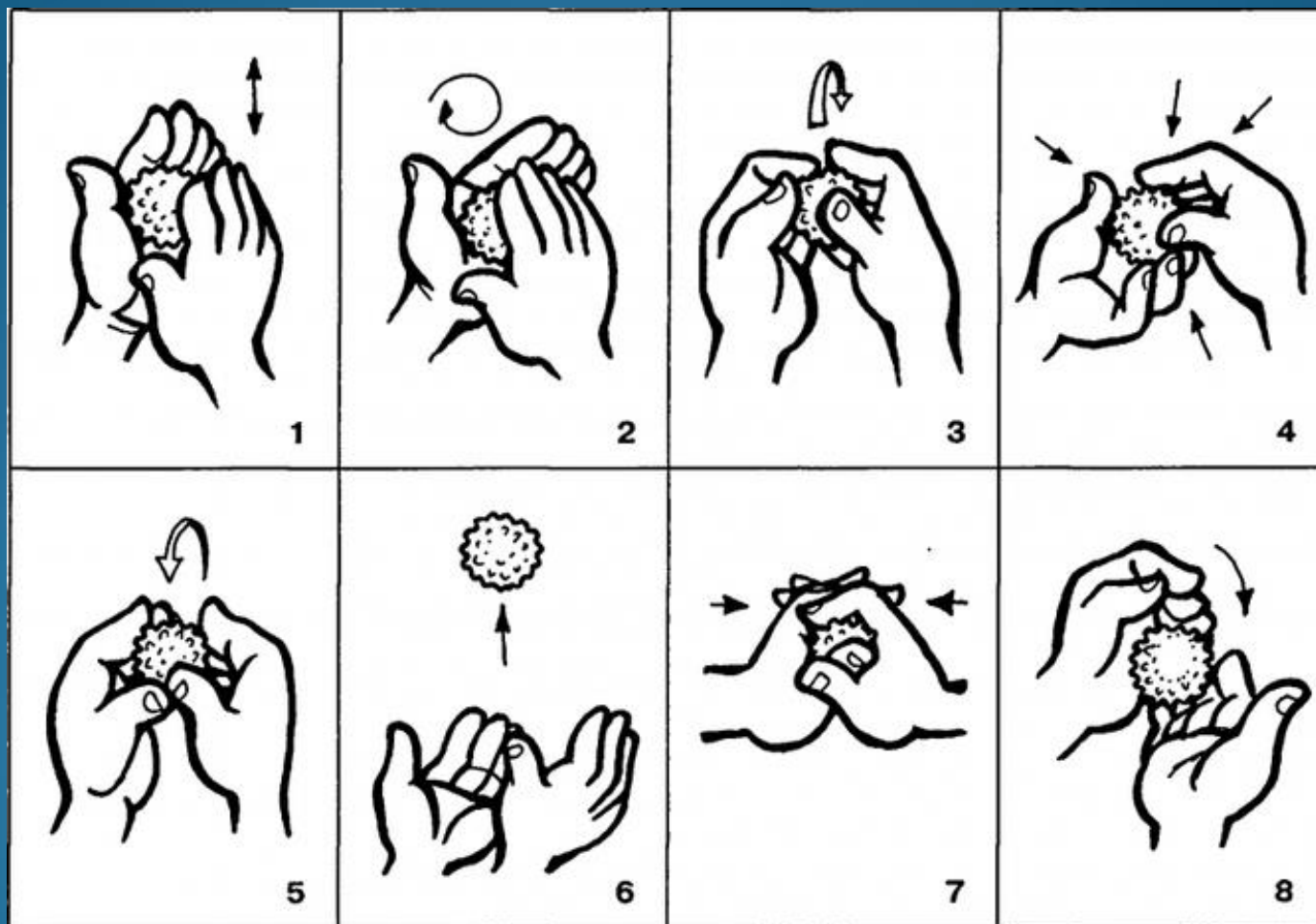
Массаж эластичным кольцом



Массаж стоп



Приемы работы Су-Джок



Массаж Су-Джок шарами.

Повторение слов и выполнение действий в соответствии с текстом



Я мячом круги катаю,
Взад - вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку.
Будто я сметаю крошку,
И сожму его немножко,
Как сжимает лапу кошка,
Каждым пальцем мяч
прижму,
И другой рукой начну.

Массаж Су-Джок шарами



«Бабочка»



«Футбол»

Массаж пальцев эластичным кольцом



«Здоровье – бесценный дар,
потеряв его в молодости не найдёшь
до самой старости» .

народная мудрость

«Су-Джок терапия как средство здоровьесбережения дошкольников»



Подготовила:
Фахраддинова Р.И., педагог
дополнительного образования.