**Слайд 1 .Мастер – класс «Су – Джок – терапия для дошкольников».**

**Ход мастер-класса.**

Добрый день и добрый час,

Приглашаю в мастер-класс!

1. **Вступительная часть.**

Здравствуйте, уважаемые коллеги! Нашу встречу я хочу начать со следующих слов:

**Слайд 2.**

 *«Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости не найдёшь до самой старости». Так гласит народная мудрость.*

**Слайд 3. Цель мастер-класса:** *обучение участников мастер - класса применению нетрадиционной методики Су-Джок терапии, освоение и последующее активное применение здоровьесберегающей технологии в практической деятельности педагога.*

**Слайд 4. Задачи мастер-класса:**

1. *Сформировать представление о нетрадиционной технологии Су-Джок терапии.*
2. *Познакомить педагогов с приемами Су-Джок терапии в работе с детьми.*
3. *Расширить представление педагогов о методах и формах работы, помогающих активизировать биологически активные точки по системе Су-Джок.*

 **Слайд 5. Теоритическая часть.**

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка — это самая главная задача не только для родителей, и для педагогов. Для эффективного решения данной проблемы в дошкольном учреждении используются здоровьесберегающие технологии.

В своей работе мы используем как традиционные, так и нетрадиционные методы

  Я хочу вас познакомить с Су – Джок терапией, которую разработал Южно – Корейский учёный, профессор Пак Чже Ву.

Цель этой терапии: воздействовать на биологически активные точки по системе Су - Джок, стимулируя речевые зоны коры головного мозга, значительно улучшает мелкую моторику рук, поднимает настроение ребенку.

*Су – Джок терапия – это одно из направлений восточной медицины, разработанное южно – корейским профессором Пак Чже Ву.*.

**Слайд 6.** Что такое Су **Джок**?

В переводе с корейского языка «Су» - кисть, «Джок» - стопа. Этот метод основан на том, что каждому органу человеческого тела соответствуют биоактивные точки, расположенные на кистях и стопах.

 Су-Джок-это в первую очередь самомассаж, который не только полезен, но и очень интересен детям и положительно сказывается на их самочувствии.

Существует древняя китайская легенда, повествующая о том, что пять тысяч лет тому назад один китайский император династии Цин, постоянно мучился головными болями. Однажды, во время жуткого приступа мигрени, на его стопу упал тяжелый предмет, после чего вскоре боль исчезла. Императору стало интересно, и он решил продолжить свои эксперименты. Во время очередного приступа головной боли, он уже намеренно бросил на свою стопу тяжелый груз, и чудо повторилось – мигрень прошла. Так была открыта «биологически активная точка», и этот случай можно считать началом развития одной из древнейших оздоровительных методик, к которой и относится Су-Джок, являясь лучшим методом самопомощи.

**Слайд 7.** Замечали ли вы, что наша кисть руки похожа на тело. Если ее опустить вниз и пальцы слегка развести, будет понятно, что большой палец-это голова и шея; указательный и мизинец-руки; безымянный и средний-ноги. Линия, которая делит кисть на две части соответствует позвоночнику.

Кроме того, считается, что мизинец отвечает за работу сердца; безымянный-печени; средний-кишечника; указательный-желудка, а большой палец отвечает за работу нашей головы.

 А ведь каждый день, мы смотрим на свои руки и не знаем, что обладаем великолепной возможностью помочь себе сохранить здоровье. Вы спросите, как? Достаточно просто, если познакомитесь с Су-Джок терапией!

**Что простуда есть на свете**

**Знают взрослые и дети**

**Если заболел дружок**

**Применяй методику Су-Джок!**

**Слайд** **8. Су – Джок стимуляторы .**

Су-Джок с виду симпатичный шарик с острыми шипами, состоит из двух соединенных полусфер, внутри которого находятся два металлических колечка.

 **Слайд 9. Преимущества Су- Джок терапии.**

*1.Высокая эффективность*

*2.Безопасность использования.*

*3.Универсальность.*

*4.Доступность.*

*5.Проводится в игровой форме.*

Массируя мышцы рук активизируется работа головного мозга, развивается речь, внимание, память, мелкая моторика.

 **Слайд 10. Существует несколько приемов Су – Джок терапии:**

***1.Массаж Су - Джок шариком.***

Дети повторяют слова и выполняют действия с шариком, в соответствии с текстом. Чтобы процесс массажа не показался детям скучным, используется стихотворный материал. Здесь одновременно идет процесс заучивания детьми коротких стихов, развивается память, речевые навыки.

 *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*.

1. ***Массаж эластичным кольцом.***

Поочередно надеваем массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики, упражнение выполняется колечком-пружинкой сначала на правой руке, затем-на левой).

*Раз, два, три, четыре, пять - (сжимаем и разжимаем пальцы)*

*Вышли пальцы погулять*

*Этот пальчик-самый сильный,*

*Самый толстый и большой.*

*Этот пальчик для того, чтоб 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!*

***3.Массаж стоп.*** Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики. Упражнение выполняется колечком - пружинкой сначала на правой ноге, затем на левой, надевая на каждый пальчик.

**Слайд 11. Сочетание массажа и автоматизации звука «Ж».**

**Ребенок катает массажный шарик между ладошек и проговаривает стихотворение:**

***«Ходит ежик без дорожек,***

***Не бежит ни от кого.***

***С головы до ножек***

***Весь в иголках ежик!»***

**Слайд 12.  Использование Су-Джок шаров для развития цветовосприятия и обучения счету.**

• Разложи шарики по цвету.

• Найди все синие (красные, желтые, зеленые).

• Сделай шарики разноцветными (соедини разные по цвету половинки).

• Какой шарик лишний.

• Сосчитай все одинаковые шарики.

**Слайд 13. В результате использования Су – Док терапии:**

**.** *Осуществляется благоприятное воздействие на весь организм;*

***.*** *Развивается координация движений и мелкая моторика;*

***.*** *Стимулируются речевые зоны коры головного мозга;*

***.*** *Развивается внимание, память, речь.*

**Слайд 14.****Практическая часть мастер - класс .**

*(раздаю всем массажные шарики Су-Джок).*

Я предлагаю вам сейчас,

закрепить наш мастер-класс.

Будем с шариком играть,

Ручки наши развивать!

 **Мы с вами**  **с использованием шарика** **обыграем сказку «Ежик».**Жил был ёжик (показываем шарик-массажёр). Он был колючий (обхватываем ладонью правой, затем левой руки). Как-то раз, пошёл он погулять (катаем по кругу на ладони). Пришёл на полянку, увидел короткую тропинку и побежал по ней (катаем от ладони к мизинчику и обратно), вернулся на полянку (катаем по кругу на ладони), опять побежал по полянке (катаем между ладонями по кругу), заметил речку, побежал по её бережку (катаем по безымянному пальцу), снова вернулся на полянку (между ладонями), посидел, отдохнул, погрелся на солнышке, увидел длинную тропинку и побежал по ней (катаем по среднему пальчику), вернулся на полянку и увидел горку, решил забраться туда (слегка поднимаем указательный пальчик (горка) и водим шариком по нему). Потом ёжик покатился вниз и снова оказался на полянке (движение по кругу на ладони), увидел деревце и оббежал вокруг него (катаем вокруг большого пальчика, подняв его). Стало ёжику жарко, он высунул свою мордочку навстречу прохладному ветерку: дыхательная гимнастика- вдох через нос, выдох на ладонь руки( повторить 2 раза)..
Открываем шарик и достаём массажное колечко. Поочерёдно надеваем его на каждый палец ведущей руки, движения вверх-вниз несколько раз.
Ёжик увидел грибок и поспешил сорвать его (на большой палец), заметил цветочек и понюхал его (на указательный), нашёл красивый листочек и подбежал его посмотреть (на средний), приметил ягодку и сорвал её (на безымянный), нашёл шишку и взял её для своей мамы в подарок (на мизинчик). Ёжик так весело гулял по лесу, что не заметил, как стало темнеть. Наступал вечер. Довольный прогулкой он отправится домой (закрываем шарик, катаем между ладонями).

Вот таким нестандартным и интересным способом мы не только занимаем ребят, но и развиваем речь, так как движения пальцами и развитие речи тесно связаны. Это лишь некоторые пример использования су – джок терапии.   .

Свое выступление мне хотелось бы завершить стихотворением (взято с интернета).

**Слышала на свете чудо есть,**

**Что не можно глаз отвесть,**

**Шар колючий, словно ёж**

**Разноцветный он, хорош!**

**А создал его профессор**

**Из Кореи-Пак Дже Ву**

**Он известен, и скажу вам**

**Благодарны мы ему.**

**Шар здоровью помогает**

**Малышам речь развивает**

**И моторика всегда**

**Будет в норме, детвора!**

**Польза шарика огромна,**

**Нескончаема, объемна,**

**И скажу тебе, дружок**

**Имя шарика-Су-Джок!**

**Рефлексия участников мастер-класса. Подведение итогов.**

Предлагаю оценить уровень развития после мастер-класса.

У вас на столах две карточки: зелёная и жёлтая. Если вам понравился мастер – класс и вы будете это использовать в своей работе – покажите мне зелёную карточку. Ну а если это всё вас совсем не тронуло – покажите жёлтую карточку.

**Мне остается только поблагодарить вас за внимание и пожелать здоровья и творческих успехов!**