

Семинар – практикум «Значение самомассажа с применением су-джок терапии для детей с ОВЗ»

Учитель-логопед Солодова М.Д.

МДОУ "Детский сад № 101"

Цель: повышение знаний родителей о значении самомассажа с применением су-джок терапии в жизни детей.

Задачи:

1. Дать теоретические знания о самомассаже с применением су-джок терапии.
2. Познакомить с элементами Су-джок терапии.
3. Развивать творческий потенциал родителей.
4. Формировать чувство ответственности за укрепление и сохранение здоровья детей.

Орг. момент.

Знакомство с родителями.

Ход семинара:

1. Виды самомассажа.

Самомассаж— это активный метод механического воздействия, который изменяет состояние мышц, нервов, кровеносных сосудов и тканей человека.

Систематическое применение самомассажа имеет целенаправленное, эффективное и безопасное воздействие на речевое развитие и на здоровье детей в целом, и в частности ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

1. Хлопковый самомассаж – это такой массаж, когда все части тела с головы до ног массируются ритмичными хлопками в такт стихотворному тексту.

2. Точечный самомассаж – это массаж биологически активных точек организма. В его основе лежит механическое воздействие пальцем на биологически активные точки (БАТ), имеющие рефлекторную связь с различными органами и функциональными системами организма.

3. Самомассаж с массажными мячиками способствует развитию мелкой моторики, развивает координацию, улучшают кровообращение.

Закругленные массажные шипы на поверхности мячика воздействуют на биологически-активные зоны кожи и способствуют улучшению состояния всего организма.

4. Игровой самомассаж - служит для детей хорошей тренировкой образного мышления, тренирует их память, помогает быстро и легко запомнить стихи и песни, способствует укреплению умственного и физического здоровья.

5. Скальпированный самомассаж - стимулирует кровообращение, активизирует височные, ушные, лобные и затылочные мышцы; приводит в тонус мышечный «шлем».

2. Противопоказания самомассажа.

Самомассаж применяется для укрепления и поддержания мышц в тонусе, нормализации системы кровообращения, а также общего расслабления тела. Его лучше выполнять вместе с ребенком, находясь при этом напротив, чтобы ребенок просто повторял движения. Непременное условие является постоянное наблюдение за самочувствием и индивидуальной реакцией детей.

Противопоказания к проведению самомассажа являются:

- лихорадочное состояние;
- острые воспалительные процессы;
- носовые кровотечения и склонность к нему;
- конъюнктивиты;
- различные заболевания кожных покровов и волосистой части головы.

3. Применение су-джок терапии.

Метод терапии Су-Джок основан на том, что каждому органу человеческого тела соответствуют биоактивные точки, расположенные на кистях и стопах. Воздействуя на эти точки, можно избавиться от многих болезней или предотвратить их развитие. Су-Джок — это метод, проверенный исследованиями и доказавший свою эффективность и безопасность.

Разработал это направление корейский профессор Пак ЧжэВу (ParkJaeWoo, академик IAS(Berlin, президент Корейского института Су-Джок, президент международной ассоциации врачей Су-Джок (Лондон, 1991г.) ребенок. Метод достаточно один раз понять, затем им можно пользоваться всю жизнь.

В чем же заключается это подобие?

Тело человека имеет 5 условно отдельных частей: голова, две руки и две ноги. И у кисти руки, и у стопы ноги - по 5 пальцев, которые соответствуют 5 частям тела.

Это сходство наглядно можно представить, рассмотрев собственную кисть. Максимально отставленный большой палец — это голова, мизинец и указательный пальцы - руки, а средний и безымянный - ноги.

Возвышение ладонной поверхности, расположенное под большим пальцем, - грудная клетка, остальная ее часть - брюшная полость. Тыльная сторона кисти - спина, а продольная линия, условно делящая кисть пополам, - позвоночник.

Таким образом, Су-Джок терапия — это высокоэффективный, универсальный, доступный и абсолютно безопасный метод само оздоровления и само исцеления путем воздействия на активные точки, расположенные на кистях и стопах, специальными массажными шарами.

Но есть противопоказания: высокая температура, гнойные заболевания, открытые раны, онкологические заболевания.

Так занимаясь с этим удивительным массажером, мы можем решить несколько задач одновременно:

- Воздействовать на биологически активные точки организма.
- Стимулировать речевые зоны коры головного мозга;
- Лечение внутренних органов, нормализация работы организма в целом.
- Развивать мелкую моторику рук;
- Автоматизировать звуки;
- Развивать память, внимание;
- Развивать связную речь;
- Совершенствовать навыки пространственной ориентации;
- Развивать лексико-грамматические категории.

Что представляет собой этот чудо массажер?

Массажер «Ёжик» или «Каштан» — это полое сферическое изделие из пластмассы с шипиками на внешней поверхности. Изделие состоит из двух полушфер, которые открываются, как коробочка. Внутри полости может находиться массажер для пальцев рук – от одного до трех пружинных колечек.

Технология интересна тем, что подобные упражнения можно проводить не только педагогам в детском саду, но и дома самими родителями.

«Этот кругленький дружок называется Су-Джок».

Попробуйте покатавать его между ладонями - тут же ощутите прилив тепла и легкое покалывание. Его остроконечные выступы воздействуют на биологически активные точки, неизменно вызывая улучшение, самочувствия, снимая стресс, усталость и болевые ощущения, повышая общий тонус организма, увеличивая работоспособность. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук.

Способы использования массажёра:

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

8. Перекладывайте шарик из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

Использование Су-Джок терапии в работе с детьми открывает большие возможности. Сделать занятия более разнообразными и интересными помогает художественное слово. И массаж становится не скучным. Отрабатывая движения и рассказывая сказку вместе со взрослым, ребенок развивает мелкую моторику рук и точность произношения слов этой сказки, заучивает стихи и рассказывает их сам.

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 и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях. Так как на руках и стопах есть проекции всех органов и частей тела, то методика Су-Джок применима для лечения всего организма.

- 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).

Таким образом,

Су-Джок терапия — это высокоэффективный, универсальный, доступный и абсолютно безопасный метод самооздоровления путем воздействия на активные точки, специальными массажными шариками.

Подведение итогов. Рефлексия.