

Данилова В.Д., воспитатель первой младшей группы №2 «Сказка»

29/11/2023 год

В первой младшей группе №2 «Сказка» с начала учебного года реализуется проект «Волшебные шарики – Су-Джок». Су Джок-терапия — это высокоэффективный, универсальный, доступный и абсолютно безопасный метод самооздоровления путем воздействия на активные точки, расположенные на кистях и стопах, специальными массажными шарами. «Су-Джок» с виду — симпатичный шарик с острыми шипами, лёгкий и гигиеничный, простой в обращении и доступный в любой момент. Внутри таких шариков — «каштанов», как в коробочке, находятся два специальных кольца, сделанных из металлической проволоки, ими можно свободно проходить по пальцу вниз и вверх, создавая приятное покалывание. Формы работы с шариками Су-Джок — самые разнообразные. Прежде всего, это различные пальчиковые упражнения как с шариком Су-Джок, так и с эластичным кольцом. Движения могут быть различными - круговые движения шарика между ладонями, перекачивание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони, вращение шарика кончиками пальцев, сжимание шарика между ладонями, сжимание и передача из руки в руку, подбрасывание шарика с последующим сжатием между ладонями и т.д. Каждое упражнение сопровождается небольшим стихом, потешкой, песенкой. Всё происходит в игровой форме. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Проявляя живой интерес к занятиям с массажерами, ребенок развивает не только пальчиковую моторику, ловкость и координацию движений, но и способствует повышению физической и умственной работоспособности.

[ФОТОБАНК](#)

