**Проект**

**«ВОЛШЕБНЫЕ ШАРИКИ**

**СУ-ДЖОК»**

**для детей младшего  дошкольного возраста (2-4 года)**



**Автор проекта:Копылова С.А.**

**2024 год**

**Паспорт проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование проекта** | Здоровьесберегающий проект «Волшебные шарики» |
| **Адресация  проекта**  | Проект предназначен для совместной деятельности педагогов с детьми младшего  дошкольного возраста (2-4 года) и их родителями. |
| **Участники проекта**  | Педагоги, родители и дети младшего дошкольного возраста (2-4 года) |
| **Цель проекта**  | Сохранение и укрепление здоровья детей, повышение иммунитета с помощью использования Су-Джок терапии и формирование у воспитанников ответственности в сохранении собственного здоровья. |
| **Задачи проекта** | **Задачи для педагога:**1.Создание условий и организации системно работы в ДОУ для сохранения и укрепления здоровья детей через использование Су-Джок терапии.2. Познакомить детей с нетрадиционными способами оздоровления за счёт воздействия на биологические активные точки по системе Су-Джок. 3. Оказать позитивное воздействие на речь и здоровье детей;4. Активизировать мозг, развить межполушарное взаимодействие;5. Способствовать развитию внимания, памяти, образного и абстрактного мышления, оптико-пространственного восприятия и мелкой моторики рук**Задачи для воспитанников:**1.Овладеть  элементарными знаниями о своем организме,  способе  укрепления собственного здоровья через использование  Су-Джок терапии.2.Воспитывать привычку к здоровому образу жизни в ДОУ и семье;4. Формировать потребность к поддержанию своего организма в естественном здоровом состоянии;**Задачи для родителей:**2. Повысить компетентность родителей в области оздоровления детей через использование Су-Джок терапии  и формирования у детей здорового образа жизни. |
| **Сроки реализации**  | Долгосрочный,   январь 2023-май 2023 гг. |
| **Вид проекта**  | Групповой, подгрупповой |
| **Итоги проекта**  | Театрализация сказки «Ежик на прогулке» |

**Актуальность**

Формирование здоровья детей -  одна из основных проблем в современном обществе. На данном этапе развития общества можно заметить тенденцию к снижению уровня здоровья детей. Одна из причин этого - понижение двигательной активности детей дошкольного возраста.

Это связано с современными информационными технологиями и большим количеством мультимедийных развивающих игр, не требующих физической и двигательной активности. Как следствие - нарушение процессов нормального развития, что ведет к изменению обмена веществ. Все виды движения — одна из важнейших потребностей растущего организма.

**Проблема**

В настоящее время идёт постоянный поиск новых и совершенствование старых форм, средств и методов оздоровления детей в условиях дошкольных образовательных учреждений. Для данной работы выбран один из элементов Су Джок-терапии — Су Джок-массажер, как одно из средств здоровьесбережения дошкольников.

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 самооздоровления.

Оздоровительный эффект данного метода основан на том, что на теле человека имеются системы соответствия - участки тела, куда проецируется анатомическое строение человека в уменьшенном виде. Воздействуя на определенные точки, можно влиять на соответствующий этой точке орган человека.    Например, 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.

Из предлагаемых Су-Джок терапией массажеров, наиболее подходящим считается использование шариков с шипами и массажные металлические кольца, так как работа с ними не требует специальной подготовки и доступна для самостоятельного использования массажера ребенком.

  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, за это время разработано большое количество картотек упражнений с применением шариков и колец Су-Джок. Систематическое занятие с детьми Су-Джок положительно сказывается не только на здоровье  и настроении, но и способствует развитию мелкой моторики. Данные массажеры имеются в группе,  находятся в свободном доступе, что дает возможность детям самостоятельно выполнять упражнения, без вмешательства педагога.

    **Достоинствами**Су–Джок терапии являются:

**Высокая эффективность** – при правильном применении наступает выраженный эффект.

**Абсолютная безопасность** – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто неэффективно; безопасность использования многократно в течении дня, включая самомассаж в различные режимные моменты в условиях ДОУ;

**Универсальность**- Су–Джок терапию могут использовать как и педагоги в своей работе, так и родители с детьми в домашних условиях.

**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); включение самомассажа в любую образовательную деятельность (физкультминутки); легок в выполнении; проводится в игровой форме, что вызывает интерес детей.

Занимаясь с массажераии Су-Джок ДОУ, мы можем решить несколько **задач** одновременно:

* Воздействие на биологически активные точки организма ребенка.
* Развитие мелкой моторики рук;
* Развитие связной речи, автоматизировании звуков, стимулирование речевых зон коры головного мозга;
* Развитие памяти, внимания;
* Повышение иммунитета.

**Что представляет собой этот чудо массажер?**

  Массажер «Ёжик»— это полое сферическое изделие из пластмассы с шипиками на внешней поверхности. Изделие состоит из двух полусфер, которые открываются, как коробочка. Внутри полости может находиться массажер для пальцев рук – два пружинных колечка.

 Для проведения профилактической оздоровительной работы во второй младшей группе был создан проект «Волшебные шарики».

**Материалы и оборудование для организации проектной деятельности**.

Набор Су-Джок массажеров: массажные шарики и эластичные кольца(пружинные колечки), картотека игр и сказок для проведения гимнастики.

**Предполагаемый результат.**

• Произойдет воздействие на биологически активные точки по системе Су-Джок.

• Стимуляция речевых зон коры головного мозга.

• Повышение интереса родителей к здоровому образу жизни.

• Видимый результат стойкости организма на простудные заболевания.

**Формы взаимодействия педагога с детьми:**

1. Пальчиковая гимнастика;

2. Рассказывание сказок;

3. Использование массажера при выполнении гимнастики.

**Формы взаимодействия педагога с родителями:**

1. Консультация «Применение Су – Джок терапии»;

2. Индивидуальные консультации по применению Су – Джок терапии в домашних условиях;

3. Анкетирование родителей;

Формы взаимодействия с коллективом:

1. Презентация на педсовете.

**Этапы реализации проекта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этапы** | **Деятельность педагога** | **Деятельность****детей** | **Взаимодействие с родителями** |
| **I. Подготовительный этап** | 1.Изучение методики «Су – Джок».2.Подбор материала для внедрения данного метода и приобретение шариков «Су – Джок» и эластичных колец.3.Составление картотеки пальчиковых игр, сказок.4.Составление перспективного плана проведения пальчиковых игр м шариками «Су-Джок».5.Включение пальчиковых игр с использованием Су-Джок терапии в конспекты разных видов занятий, в утреннюю гимнастику, физкультминутки, в свободную деятельность детей.6.Рассказ родителям о системе работы, ответить на все интересующие их вопросы. | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. | 1.Консультация «Су – Джок терапии».2.Индивидуальные консультации по применению Су – Джок терапии в домашних условиях |
| **II.****Практический этап** | Месяц | Неделя | 1.Консультации на стенде информации: «Почему с детьми надо проводить пальчиковые игры Су-Джок?», «Как проводить с ребенком пальчиковые игры».2.Создание мини-картотеки пальчиковых игр с Су-Джок массажерами для родителей. | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. | 1.Консультация «Пальчиковые игры в младшем дошкольном возрасте», «Речь и пальчики», «Здоровье детей и Су-Джок терапия».2.Индивидуальные консультации по применению Су – Джок терапии в домашних условиях.3.Изучение консультации на стенде информации: «Почему с детьми надо проводить пальчиковые игры Су-Джок?», «Как проводить с ребенком пальчиковые игры». |
| Январь | 1-23-4 | Организацияпальчиковых игр **«Шарик»**«Раз – два – три – четыре – пять» (кольцо),«Колючий еж»,«Мячик»,«Веселый счет»,«Шарик»,**«Фрукты».** **«На лужок»**,«Мой ежик»,«Я мячом круги катаю,«Последний трюк». | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. | Изучение консультации на стенде информации: «Почему с детьми надо проводить пальчиковые игры Су-Джок?», «Как проводить с ребенком пальчиковые игры». |
| Февраль | 1-23-4 | Организацияпальчиковых игр «Игрушки», «Мальчик-пальчик» (кольцо),«Ежик без головы и ножек»,«Орех», «Ежик и грибы», «Ежик и мышки», «Колкие иголки», «Лесной ежик»,«Черепаха». | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. |  |
| Март | 1-23-4 | Организацияпальчиковых игр «Ягодки»,«Насекомые»,«Зайцы»,«На лужок»,«Капустка»,*СКАЗКА «ЁЖИК НА ПРОГУЛКЕ»*«Игрушки»,«Рыбки». | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. | Консультация «Пальчиковые шаги», «Речь и пальчики», «Здоровье детей и Су-Джок терапия».Использование мини-картотеки пальчиковых игр с Су-Джок массажерами в домашних условиях с детьми. |
| Апрель | 1-23-4 | Организацияпальчиковых игр «Дом животые»,«Насекомые»,**«Рыбки»**«Лесные звери»,«Пальчики»,**« Колючий ежик»** «Моя семья»,**«Ягоды»** ,«На лужок»,**«Мяч»**,«Еж»,«Рыбки». | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. | Использование мини-картотеки пальчиковых игр с Су-Джок массажерами в домашних условиях с детьми.Консультация «Пальчиковые шаги», «Речь и пальчики», «Здоровье детей и Су-Джок терапия». |
| Май | 1-23-4 | Повторение ранее изученных игр («Игрушки», «Рыбки». «Пальчики», **«Колючий ежик»** «Моя семья»).Театрализация сказки «Ежик на прогулке». | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. | Использование мини-картотеки пальчиковых игр с Су-Джок массажерами в домашних условиях с детьми. |
| **III.****Заключительный этап** | Совместное оформление презентации «Волшебные шарики».Продолжать поддерживать интерес детей в потребности к поддержанию своего организма в естественном здоровом состоянии. | Помощь в оформлении презентации.Просмотр презентации на родительском собрании. | Помощь в оформлении презентации.Просмотр презентации на родительском собрании. |

**Литература:**

1. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» »  / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, 4 изд-е,. 2016 .– с.368.

2. Веракса Н. Е. Проектная деятельность дошкольников: Уч.-метод.пос.д/дошк.воспитания,/ Н.Е. Веракса, А.Н. Веракса. -М.: Мозаика-Синтез, 2010.- 136 с.

3. Вопросы терапии и практики Су–Джок  терапии Серии книг по Су–Джок терапии (Пак Чжэ Ву, Су–Джок Академия,2009)

4. Ивчатова Л.А. Су-джок терапия в коррекционно-педагогической работе с детьми // Логопед - 2010. №1. - с. 36-38

5. Новиковская О. А. Ум на кончиках пальцев: веселые пальчиковые игры / О. А. Новиковская - М. АСТ, 2007 С. 94

Османова Г. А Новые игры с пальчиками для развития мелкой моторики:– КАРО, 2008 – С. 160

6. Цвынтарный В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. – СПб. Издательство «Лань», 2002.

7. Швайко Г. С. Игры и игровые упражнения для развития речи. – М., 1983.