Богданова Наталья Викторовна,

 воспитатель первой квалификационной категории

МБДОУ ЦРР «Карагайский детский сад № 5»

Карагайский муниципальный район

**Мастер класс «Су Джок терапия».**

Ход:

Добрый вечер, уважаемые родители, педагоги! Мне очень приятно видеть всех вас сегодня.

Тема мастер – класса «Су Джок терапия».

Наша встреча проходит под девизом:

 «Здоровье добываем руками, а не конфетами и пирогами»

**Практическая часть**

Давайте познакомимся с этим массажером поближе. *(Раздаю массажеры)*

*Этот кругленький дружок называется Су Джок*

*Яркий необычный шарик покатайте вы в руках,*

*Чтобы легче стало думать, быть с моторикой в ладах. (Катаем шарик)*

*Покатайте по ладошкам, он откроется вот так. (Открываем шарик0*

*Там колечко не простое, а полезное такое. (Надеваем колечки на пальцы)*

*В гости к пальчикам заходит, всем оно подходит.*

*Катая шарики между ладонями, что вы ощутили?*

Су Джок это в первую очередь самомассаж, он повышает общий тонус организма.

Эту работу можно проводить перед выполнением заданий, связанных с рисованием, лепкой, аппликацией, письмом, в течение 1 минуты для того чтобы снять напряжение и подготовить пальчики к работе.

Сейчас мы выполним массаж рук с помощью технологии «Су-Джок»

*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* *(выполнять действия с шариком в соответствии с текстом).*

**Пальчиковая игра «Ёжик». (с шариком)**

*Ёжик, ёжик, хитрый ёж,*

*на клубочек ты похож. (дети катают Су-Джок между ладонями)*

*На спине иголки (массажные движения большого пальца)*

*очень-очень колкие (массажные движения указательного пальца)*

*Хоть и ростом ёжик мал, (массажные движения среднего пальца)*

*нам колючки показал, (массажные движения безымянного пальца)*

*А колючки тоже (массажные движения мизинца)*

*на ежа похожи. (дети катают Су-Джок между ладонями)*

Массаж пальцев эластичным кольцом поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики

*Раз – два – три – четыре – пять, /разгибать пальцы по одному/*

*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.*

**Пальчиковая игра «Домик». (с шариком)**

*В этом домике пять этажей: (катаем шарик по ладони)*

*На первом живет семейство ежей, (надеваем кольцо поочередно на каждый пальчик)*

*На втором живет семейство зайчат,*

*На третьем - семейство рыжих бельчат,*

*На четвертом живет с птенцами синица,*

*На пятом сова - очень умная птица.*

*Ну, что же, пора нам обратно спуститься:*

*На пятом сова,*

*На четвертом синица,*

*Бельчата на третьем,*

*Зайчата - втором,*

*На первом ежи, мы еще к ним придем.*

Сейчас мы проиграем Сказку «Ежик на прогулке».

 Я буду проговаривать текст, и показывать движения, а вы повторяйте движения за мной.

 (Зажать шарик в ладошках)

Жил да был ежик в лесу, в своем домике - норке.

Выглянул  ежик  из  своей  норки  (раскрыть  ладошки  и  показать  шарик)  и  увидел  солнышко.

Улыбнулся ежик солнышку (улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером) и решил прогуляться по лесу.

Покатился  ежик  по  прямой  дорожке  (прямыми  движениями  по  ладошке  раскатывать  шарик,  катился  -  катился  и  прибежал  на  красивую,  круглую  полянку  (ладошки  соединить  в  форме круга).  Обрадовался  ежик  и  стал  бегать  и  прыгать  по  полянке  (зажимать  шарик  между ладошками)

Стал  цветочки  нюхать  (прикасаться  колючками  шарика  к  кончику  пальца  и  делать  глубокий вдох).

Вдруг набежали тучки (зажать шарик в одном кулачке, в другом, нахмуриться, и закапал дождик: кап-кап-кап (кончиками пальцев в щепотке стучать по колючкам шарика) .

Спрятался ежик под большой грибок (ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик по ним) и укрылся от дождя, а когда закончился дождь, то на полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберезовики, опята, лисички и даже белый гриб (показать пальчики) .

Захотелось ежику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много … как понесет их ежик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ежик грибочки на иголки (каждый кончик пальчика уколоть шипом шарика) и довольный побежал домой (прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик).

*Желаю здоровья, побольше, покрепче,
Ведь без него не достичь ничего.
Пусть будет оно, словно чистая речка,
Бежать под защитой своих берегов.*

*И пусть на пути не возникнут преграды,
Пусть будет здоровье прозрачней воды.
Здоровье - ценнейшая в мире награда,
Лекарство от горя, печали, беды.*

 *Рефлексия «Дорисуй свой портрет»*

Спасибо за сотрудничество. Творческих всем успехов!