

СУ-ДЖОК-терапия для детей

Массаж специальным шариком.
Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладонками, ребенок массирует мышцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» эластичное кольцо, которое помогает стимулировать работу внутренних органов. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж до появления ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за работу головного мозга человека.

Стимулировать активные точки, расположенные на пальцах рук можно при помощи различных приспособлений (шариков, массажных мячиков, грецких орехов, колючих валиков).



Познавательные занятия с детьми раннего возраста

Чтобы сделать занятия более эффективными, обратите внимание на следующие моменты:

- Проводите занятия с детьми систематически, в предложенной последовательности.
- Каждое тематическое занятие нужно разделить на 2-3 занятия.
- Продумайте план занятия заранее, подготовьте необходимый материал.
- Во время занятий используйте наглядный материал (картинки, игрушки, карточки и т.д.).
- Организуйте рабочее пространство, уберите все отвлекающие предметы.
- В начале занятия необходимо вызвать интерес и желание заниматься у ребенка (используйте сюрпризные моменты).
- Ваша речь должна быть четкой и эмоционально окрашенной.
- Будьте доброжелательны и уважительны к детям!

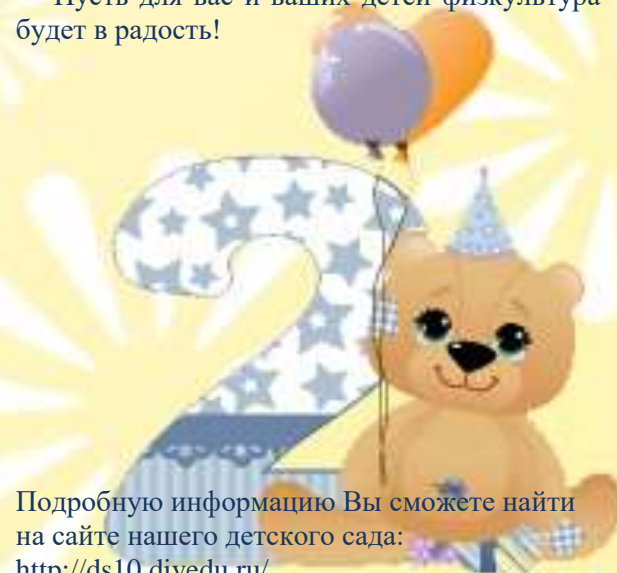


«Давайте поиграем!»

Вот несколько простых правил, соблюдение, которых обеспечит эффективность занятий физкультурой в домашних условиях:

- Физические упражнения, как и любые игры повышенной двигательной активности нельзя проводить натошак и в плохо проветренном помещении.
- Не следует начинать их сразу после приёма пищи. Должно пройти не менее 30 минут.
- Игры большой активности сменяются спокойными. Лучше чуть-чуть не доиграть, чем переиграть. И тогда игра для ребёнка будет всегда заманчивой привлекательной и не нанесёт ущерба здоровью.
- По возможности, после игр повышенной активности полезны тёплый душ и обтирания.

Пусть для вас и ваших детей физкультура будет в радость!



Подробную информацию Вы сможете найти на сайте нашего детского сада:
<http://ds10.divedu.ru/>