Департамент по труду и социальной защите населения Костромской области

Областное государственное бюджетное учреждение «Центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов по г. Костроме»

Ресурсно-методическое отделение

Методическая разработка

«СУ-Джок терапия»



Кострома

2017 г.

В настоящее время нетрадиционные формы и средства работы с пожилыми гражданами и инвалидами привлекают всё большее внимание. Технология «Су-Джок» – одна из них. Основанная на традиционной акупунктуре и восточной медицине,она считается одной из лучших систем самооздоровления.

Су-джок – это также регулярное и опосредованное воздействие на биоэнергетические точки с целью активизации защитных функций организма.

**Цель**: сохранение и укрепление здоровья пожилых граждан и инвалидов.

**Задача:** научить пожилых людей и инвалидов пользоваться техникой нахождения точек по системам соответвствия и приобретению навыков воздействия на эти точки соответствия, предоставить информацию по методике лечения некоторых наиболее распространенных заболеваний.

**Виды технологии:**

* терапия зерном;
* магнитотерапия;
* лечение цветом;
* ручной массаж при помощи массажера.

**Функции технологии:**

* обучающая;
* терапевтическая.

**Формы:**

* лекция;
* практические занятия.

**Форма проведения занятий:** групповая

**Время**: 1,5 часа

**Достоинства технологии:**

* высокая эффективность;
* абсолютная безопасность;
* универсальность.

**Алгоритм реализации:**

**1. организационный:**

* организация PR компании;
* проведение мониторинга;
* разработка плана занятий;
* определение помещения для занятий;
* приобретение инструментов.
  1. **основной:**
* проведение планового занятия.
  1. **заключительный:**
* подведение итогов результативности занятия (мониториг качества)
* оформление отчетной документации.

**Примерный тематический план по апробации данной технологии на базе КЦСОН Костромской области:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятие №** | **Название** | **Форма проведения** | **Методическое сопровождение** | **Инструменты и материалы** |
| 1. | -знакомство с технологией Су-Джок и принципами нахождения точек по системам соответствия;  - проведение практического занятия по стимуляции нескольких точек. | лекция  практика | карточки:  -точки соответствия  -примеры лечебного воздействия методами су-джок  -ручной массаж | -карандаш  -массажер  Су –Джок |
| 2. | Методики лечения некоторых наиболее распространенных заболеваний  -закрепление навыков по владению массажером Су-Джок | лекция  практика | - | 1. крупа  черный перец, светлая фасоль, греча, рис, лейкопластырь.  1.карандаш |

Таким образом, систематическое проведение занятий по технологии «Су-Джок» будет способствовать улучшению соматического здоровья у пожилых граждан и инвалидов.