

ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА-ЮГРЫ

БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО
ОКРУГА-ЮГРЫ
«ПЫТЬ – ЯХСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ
НАСЕЛЕНИЯ»

СОГЛАСОВАНО:
Методический совет
БУ «Пыть-Яхский комплексный
центр социального
обслуживания
населения»

Протокол № 2 от «24» 08 2023

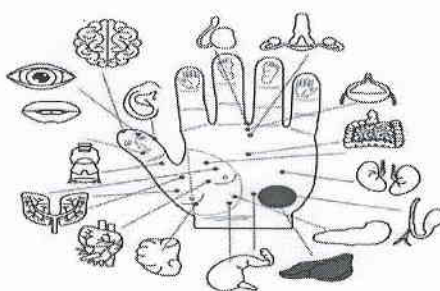
УТВЕРЖДАЮ:
Директор БУ
«Пыть-Яхский комплексный
центр социального
обслуживания
населения»

И.Д. Андреева

08 2023 года



ПРОГРАММА
«СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ КАК ОДИН ИЗ
МЕТОДОВ РЕАБИЛИТАЦИИ ГРАЖДАН
ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА И ИНВАЛИДОВ
ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ МЕЛКОЙ
МОТОРИКИ РУК»



Автор:
Саранчук Н.М., специалист по социальной
реабилитации отделения социальной
реабилитации и абилитации
граждан пожилого
возраста и инвалидов

г. Пыть-Ях 2023

Содержание:

1. Паспорт программы-----	2
2. Пояснительная записка-----	3
2.1. Актуальность программы-----	3
2.2. Целевая группа-----	4
2.3. Цель -----	4
2.4. Задачи -----	4
2.5. Формы и методы работы-----	5
2.6. Приемы и упражнения Су - Джок- терапии-----	5
3. Этапы и сроки реализации программы-----	6-7
4. Ресурсы-----	7
4.1. Кадровые ресурсы-----	7
4.2. Материально-технические ресурсы-----	7
4.3. Информационные ресурсы-----	7
5. Эффективность реализации программы-----	7
5.1. Ожидаемые результаты-----	7
6. Заключение-----	8
7. Список литературы-----	8-9

1. Паспорт программы

1	Наименование учреждения	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа-Югры «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения» г. Пыть-Ях
2	Направленность программы	Восстановление возможностей для самостоятельного социального функционирования, повышение качества жизни получателей социальных услуг
3	Ф.И.О. автора с указанием должности	Саранчук Наталья Михайловна, специалист по социальной реабилитации отделения социальной реабилитации и абилитации граждан пожилого возраста и инвалидов
4	Должность работников, реализующих программу	Саранчук Наталья Михайловна, специалист по социальной реабилитации
5	Должностное лицо, утвердившее программу	Андреева И.Д., директор БУ «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения»
6	Практическая значимость	Восстановление мелкой моторики рук у граждан пожилого возраста и инвалидов
7	Цель	Восстановление нарушения мелкой моторики рук у граждан пожилого возраста и инвалидов
9	Задачи	1.Первичная диагностика граждан пожилого возраста и инвалидов с нарушениями мелкой моторики рук. 2. Использование элементов Су-Джок - терапии для восстановления мелкой моторики рук. 3.Заключительная диагностика по выявлению положительных результатов. 4.Достижение положительных результатов и положительных отзывов
10	Целевая группа	Граждане пожилого возраста и инвалиды
11	Сроки реализации	Курс 21 день (при успешной реализации - бессрочная)
12	Эффективность реализации программы	1.Проведение диагностики у 100% получателей социальных услуг. 2.Восстановление мелкой моторики у граждан пожилого возраста и инвалидов. 3. Восстановление мелкой моторики рук у 100%. 4. Достижение положительных результатов и положительных отзывов у 100%

2. Пояснительная записка

2.1. Актуальность технологии

Одной из важнейшей целью социальной реабилитации является восстановление нарушения мелкой моторики рук у граждан пожилого возраста и инвалидов, а также поддержание получателей социальных услуг в состоянии активного, творческого и самостоятельного отношения к себе, своей жизни и деятельности.

Осуществление комплексной реабилитации в значительной мере зависит от соблюдения её основных принципов, т.е. последовательность, непрерывность в проведении реабилитационных мероприятий и, конечно, доступность.

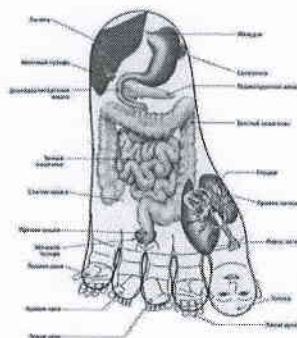
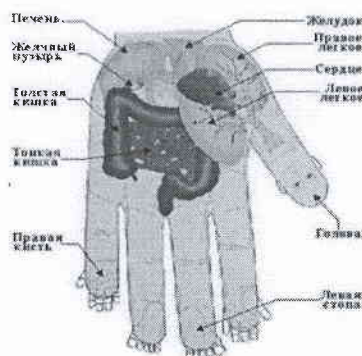
На базе бюджетного учреждения «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения» (далее – учреждение) ежемесячно проходят курс социальной реабилитации граждане пожилого возраста и инвалиды. Это процесс, который, предоставляет пожилым гражданам и инвалидам, возможность достичь оптимального физического, интеллектуального, психического и социального уровня деятельности и поддерживать его.

Для восстановления мелкой моторики рук у получателей социальных услуг используется Су-Джок терапия.

Су-Джок - это универсальный метод лечения, который может освоить каждый человек в любом возрасте. «Су» - кисть, а «Джок» - стопа. С его помощью можно лечить любую часть тела, любой орган.

В основе метода «Су-Джок» лежит система соответствия, или подобия, кистей и стоп всему организму в целом.

Су –Джок в переводе с корейского: «Су» -кисть «Джок» -стопа



Преимуществами данной методики являются её эффективность, доступность и безопасность. Су-Джок - терапия способна полностью или частично восстановить мелкую моторику рук.

С помощью элементов «Су-Джок-терапии» – специалист по социальной реабилитации определяет биологически активные точки на кистях рук. Су-джок – это регулярное и опосредованное воздействие на биоэнергетические Су-джок используют и при плохой подвижности пальчиков. Эта процедура значительно улучшает мелкую моторику рук, поднимает настроение получателям услуг.

Методы Су-Джок - терапии доступны для использования в домашних условиях, они не требуют особых знаний и навыков.

В отделении социальной реабилитации и абилитации граждан пожилого возраста и инвалидов функционирует мультидисциплинарная бригада и служба «Домашний микрореабилитационный центр». Специалист по социальной реабилитации использует метод Су-Джок – терапии при осуществлении выездов данных служб.

Достоинствами Су - Джок терапии является:

высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект;

абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто неэффективно;

универсальность – Су - Джок терапия используется, как специалистом учреждения в своей работе, так ближайшим окружением заботившихся о близких в домашних условиях;

простота применения – для получения результата проводится стимуляция биологически активных точек с помощью Су - Джок шариков (они свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат).

2.2 Целевая группа

Граждане пожилого возраста и инвалиды (получатели социальных услуг).

2.3 Цель программы

Восстановление нарушения мелкой моторики рук у граждан пожилого возраста и инвалидов

2.4 Задачи программы

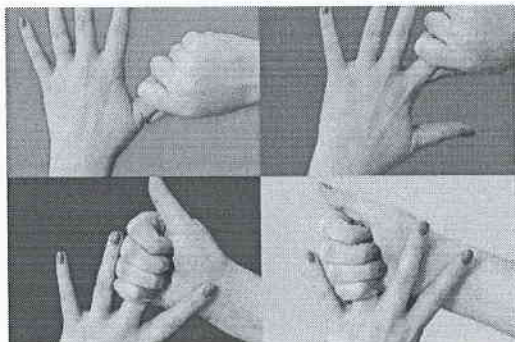
1. Первичная диагностика граждан пожилого возраста и инвалидов с нарушениями мелкой моторики рук.
2. Использование элементов Су-Джок - терапии для восстановления мелкой моторики рук.
3. Заключительная диагностика по выявлению положительных результатов.
4. Достижение положительных результатов и положительных отзывов

2.5. Формы работы и методы работы

Формы работы	Методы работы
<i>Индивидуальная, групповая</i>	<i>Организационный –показ Практический – использование элементов Су-Джок- терапии Заключительный – диагностика</i>

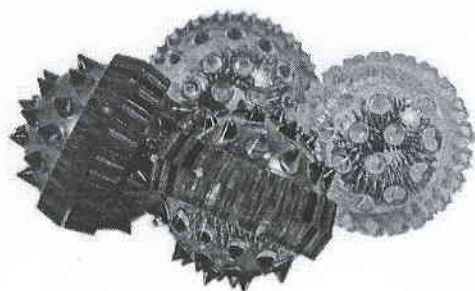
2.6 Приемы и упражнения Су - Джок - терапии на курс реабилитации

1. Ручной массаж кистей и пальцев рук



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. Поэтому кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека.

2. Массаж специальным шариком



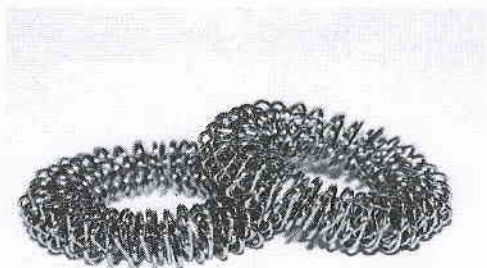
Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж

специальным шариком. Прокатывая шарик между ладонками, мы массируем мышцы рук.

Комплекс упражнений Су-Джок

1. Положить шарик на раскрытую ладонь и удерживать в таком положении не менее 30 секунд.
2. Положить шарик на ладонь одной руки и прикрыть сверху другой, потом поменять руки местами.
3. Сжимание и разжимание шарика в кулаке по очереди каждой рукой.
4. Активное надавливание на иголки шарика пальчиками.
5. Надавливание на Су-Джок щепотью.
6. Катание шарика по ладоням рук круговыми движениями, особенный акцент сделать по подушечке под большим пальцем.
7. Прокатывание шарика по расправленным ладоням вверх-вниз.
8. Удерживание Су-Джока тремя пальчиками по очереди каждой рукой (задействуются большой, указательный, средний пальцы).

3. Массаж эластичным кольцом



В каждом шарике есть «волшебное» колечко, которое помогает стимулировать работу внутренних органов. Так как все тело человека проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы, эффективным способом профилактики и лечения болезней является массаж пальцев, кистей и стоп эластичным кольцом.

Упражнения с кольцом заключаются в надевании его на каждый палец поочередно и передвижении вверх-вниз до конца при помощи большого и указательного пальцев другой руки. Один палец необходимо массировать ритмичными движениями не менее 1 минуты. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

3. Этапы и сроки реализации технологии:

1. Знакомство с методом Су-Джок (шариком и правилами его использования).
2. Практическое использование Су-Джок терапии.
3. Самостоятельное использование шарика Су-Джок в соответствии с потребностями и желаниями.

4. Сроки реализации программы

Курс социальной реабилитации и абилитации 21 день:
подготовительный этап – 1 день;
практический этап – 19 дней;
аналитический этап – 1 день.

5. Ресурсы

5.1. Кадровые ресурсы

Должность	Кол-во ед.	Функции
Директор	1	Осуществление контроля за ходом реализации технологии
Заместитель директора	1	Осуществление контроля за качеством предоставления социальных услуг; оценивание эффективности реализации мероприятий технологии
Заведующий отделением	1	Организация и контроль выполнения мероприятий; осуществление контроля за ведением документации.
Специалист по социальной реабилитации	2	Проведение занятий с гражданами пожилого возраста и инвалидами; оценивание эффективности проводимых мероприятий.

5.2. Материально-технические ресурсы

Для реализации технологии используются Су-Джок шарик, материально-техническая база (комната оккупациональной терапии) бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения».

5.3. Информационные ресурсы

Размещение информации о реализации технологии на официальном сайте учреждения: <http://xn--c1aejfhjgfu0c.xn--p1ai/>;
<https://vk.com/club104482561>

6. Эффективность реализации технологии

6.1. Ожидаемый результат

1. Проведение диагностики у 100% граждан пожилого возраста и инвалидов, нуждающихся в этой методике.
2. Восстановление мелкой моторики у граждан пожилого возраста и инвалидов 100%.
3. При заключительной диагностике определение востребованности и результативности данной терапии.
4. Положительные результаты и наличие положительных отзывов.

7. Заключение

Граждане пожилого возраста и инвалиды, которые применяли элементы «Су-Джок-терапии» под руководством специалиста по социальной реабилитации частично восстановили мелкую моторику рук у 100%. Отмечается улучшение самочувствия, повышение жизненного тонуса. После занятий проходят чрезмерная эмоциональность, нервозность, неуравновешенность. Такой эффект объясняется тем, что используя данный метод приводит в гармонию все системы организма, в том числе и отвечающие за эмоциональный фон.

Пальчиковый массаж хорошо стимулирует моторику рук, поэтому хороший эффект от занятий отмечают получатели социальных услуг, имеющие возрастные нарушения координации движений.

Оценивая эффективность применения данной методики, следует отметить, что хорошие результаты она дает не только при соблюдении правил выполнения упражнений, но также и при наличии благоприятной психологической атмосферы. Атмосфера создается в процессе установления доверительных отношений специалиста с получателем социальных услуг. В конечном итоге граждане пожилого возраста и инвалиды прошедшие курс занятий, рекомендуют родным и знакомым пройти курс реабилитации с использованием упражнений Су-Джок-терапии.

8. Список литературы

1. Вернер Д. Реабилитация детей-инвалидов: Руководство для семей, имеющих детей с физическими и умственными недостатками, работников местных служб здравоохранения и реабилитации / Дэвид Вернер; редактор русского издания Т.В. Золотцева, лит. Редактор русского издания И.И. Малышева; (пер. на рус. язык фирмой «Филантроп»). – 654 с.
2. Ключкова Е.В. Введение в физическую терапию: реабилитация детей с церебральным параличом и другими двигательными нарушениями неврологической природы / Е.В. Ключкова. – М.: Теревинф, 2014. – 288 с.

3. Реабилитация детей с ДЦП: обзор современных подходов в помощь реабилитационным центрам / Е. В. Семёнова, Е. В. Клочкова, А. Е. Коршикова Морозова, А. В. Трухачёва, Е. Ю. Заблоцкис. – М.: Лепта Книга, 2018. – 584 с. – (Серия «Азбука милосердия»: метод.и справ. пособия.)
4. Новиковская О. А. Ум на кончиках пальцев: веселые пальчиковые игры / О. А. Новиковская - М. АСТ, 2007 С. 94 9
5. ОсмановаГ. А. Новые игры с пальчиками для развития мелкой моторики: Популярная логопедия / ОсмановаГ. А – КАРО, 2008 – С. 160
6. Светлова И. Развиваем мелкую моторику. – М., 2002. – С. 72
7. Пак ЧжэВу Вопросы теории и практики Су-Джок терапии: Серия книг по Су-Джок терапии / ЧжэВу Пак – Су-Джок Академия, 2009 - С. 208
8. Пак ЧжэВу Сам себе Су-Джок доктор/ ЧжэВу Пак – Су-Джок Академия, 2003 - С. 268
9. И-ШенСу-джок. Основные приемы самомассажа. Издательство: Вектор Год: 2007.-128 стр.