



**Название практики: «Су-Джок терапия»**

**Идея:** знакомство с методикой Су-Джок терапии как одним из методов реабилитации людей пожилого возраста и инвалидов для укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

**Организатор:** муниципальное казенное учреждение «Комплексный центр социального обслуживания населения Юргинского муниципального округа» г.Юрга, ул. Строительная, д.17;  
Тел./факс: 8(38451)49855 ; эл. почта: [mkukcson@yandex.ru](mailto:mkukcson@yandex.ru);  
сайт: <https://www.mkukcson.org/>

**Целевая группа:** граждане пожилого возраста и инвалиды.

**Охват практики:** 10 человек ежемесячно.

**Описание:**

**Цель:** сохранение и поддержание граждан пожилого возраста и инвалидов в состоянии активного, творческого и самостоятельного отношения к себе, своей жизни и деятельности.

**Задачи:**

- Нормализовать мышечный тонус, стимулировать речевые области в коре головного мозга.
- Использовать элементы Су-Джок терапии на различных этапах работы лиц с деменцией.
- Содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности, нормализовать тонус.
- Совершенствовать навыки пространственной ориентации, развивать, память, внимание.

**Механика:** на базе отделения дневного пребывания МКУ «КЦСОН» Юргинского муниципального округа проводятся оздоровительные занятия «Су-Джок терапия» с гражданами пожилого возраста и инвалидами. Занятия проводит инструктор по лечебной физической культуре.

**Результат:**

**Качественный:** Наблюдение за состоянием здоровья клиентов отделения дневного пребывания , использующих метод Су-Джок терапии в своей реабилитации, показали следующие результаты:

- улучшается общий тонус организма;
- снижается артериальное давление;
- улучшается состояние опорно-двигательной системы;
- устраняется хроническая усталость и чувство тревоги.

**Количественный:** в реализации практики ежемесячно участвуют 10 получателей социальных услуг.

**Этапы:**

1. Знакомство пожилых граждан и инвалидов с Су-Джок шариком и правилами его использования.
2. Практическое использование Су-Джок терапии на занятиях лечебной физической культуре в отделении дневного пребывания МКУ «КЦСОН».
3. Самостоятельное использование шарика Су-Джок в соответствии с потребностями и желаниями.