

**Консультация для родителей:
«Пальчиковые игры и упражнения
с использованием массажера для Су-
джок терапии
и пружинных колец»**



Учитель-дефектолог: Голикова Т.А.

Су-Джок терапия – это мировое достижение восточной медицины. Су-Джок в переводе с корейского дословно означает Су – кисть, Джок – стопа. Метод Су-Джок терапии разработан корейским профессором Пак Чже Ву в 1986 году, обладает высокой эффективностью, безопасностью и простотой, базируется на традиционной акупунктуре и восточной медицине самооздоровления.

Су-Джок терапия используется в работе с детьми наряду с пальчиковыми играми, мозаикой, штриховкой, лепкой, рисованием. Упражнения с использованием Су-Джок обогащают знания ребенка о собственном теле, развивают тактильную чувствительность, мелкую моторику пальцев рук, опосредованно стимулируют речевые области в коре головного мозга, а также способствуют общему укреплению организма и повышению потенциального энергетического уровня ребенка.

Из предлагаемых Су-Джок терапией массажёров, наиболее приемлемым считается использование шариков с шипами и массажные металлические кольца, так как работа с ними не требует специальной подготовки и доступна для самостоятельного использования массажёра ребенком. С помощью шаров – «ёжиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя психоречевому развитию.

Неоспоримыми достоинствами Су-Джок терапии в работе с детьми с особыми образовательными потребностями являются:

- Высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект.
- Абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто не эффективно.
- Универсальность – Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.
- Проводится в игровой форме, что так важно для дошкольников.
- Простота применения – для получения результата проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су-Джок шариков (они свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат).

Существует достаточно много вариантов упражнений с тренажёрами Су-Джок. Человек, который делает массаж (педагог или родитель), в процессе может их дополнять и придумывать свои. Главное, чтобы были соблюдены основные принципы использования Су-Джок:

- проводите занятия, только когда ребенок здоров;
- манипуляции с шариками необходимо проводить до того, как на коже появится розовый цвет, а по телу пойдет тепло (1-3 минуты);

- избегайте нахождения массажного кольца или шарика в одном положении.

Каждое упражнение сопровождается небольшим стишком, потешкой и т.д. Эту работу можно проводить в течение 1-3 минут перед выполнением заданий, связанных с рисованием, лепкой, письмом. Попробуйте покатаь его между ладонями - тут же ощутите, прилив тепла и лёгкое покалывание

Использование массажных шариков Су-Джок вызывает интерес и помогает справиться с быстрой утомляемостью и потерей интереса к обучению, а также закрепление навыков. Занятие поднимает ребенку настроение, снимает состояние тревожности, появляется чувство уверенности.

Наблюдения показывают, что у детей с особыми образовательными потребностями после сеансов терапии отмечаются позитивные изменения настроения и общего самочувствия, значительно улучшается координация движений, психомоторика, возрастает четкость артикуляции и звукопроизношения.

«Веселая игра»

(Выполняем движения в соответствии с текстом)

В ручку правую возьмём,
В кулачок его сожмём.
Раз сжимаем, два сжимаем
Шарик мы не выпускаем.

(Выполняем движения в соответствии с текстом)

В ручку левую возьмём,
В кулачок его сожмём.
Раз сжимаем, два сжимаем
Шарик мы не выпускаем.

(Выполняем движения в соответствии с текстом)

Мы положим шар на стол
И посмотрим на ладошки,
И похлопаем немножко,
Потрясём свои ладошки.
Мы немного отдохнём,
Заниматься мы начнём.

«Мячики»

Этот шарик непростой, *(любую шариком на левой ладошке)*

Он колючий, вот какой. *(накрываем правой ладонью)*

Будем с шариком играть *(катаем шарик горизонтально)*

И ладошки согревать.

Раз катаем, два катаем *(катаем шарик вертикально)*

Сильней на шарик нажимаем.

Как колобок мы покатаем, *(катаем шарик в центре ладошки)*

Сильней на шарик нажимаем.

(Выполняем движения в соответствии с текстом в правой руке)

В руку правую возьмём,
В кулачок его сожмём.
(Выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке)

В руку левую возьмём,
В кулачок его сожмём.
(Выполняем движения в соответствии с текстом)

Мы положим шар на стол
И посмотрим на ладошки,
И похлопаем немножко,
Потрясём свои ладошки.

Ёжик колет нам ладошки,
Поиграем с ним немножко.
Ёжик нам ладошки колет –
Ручки к школе нам готовит.
Мячик-ёжик мы возьмем,
Покатаем и потрем. *(прокатываем между ладошек)*
Вверх подбросим и поймаем, *(опять подбрасываем мячик)*
И иголки посчитаем. *(пальчиками мнем иголки мячика)*
Пустим ёжика на стол, *(кладем мячик на стол)*
Ручкой ёжика прижмем *(ручкой прижимаем мячик)*
И немножко покатаем... *(катаем мячик)*
Потом ручку поменяем *(меняем руки)*

«Зайки»

На поляне, на лужайке *(катать шарик между ладонями)*
Целый день скакали зайки. *(прыгать по ладошке шаром)*
И катались по траве, *(катать вперед – назад)*
От хвоста и к голове.
Долго зайцы так скакали, *(прыгать по ладошке шаром)*
Но напрыгались, устали. *(положить шарик на ладошку)*
Мимо змеи проползали, *(вести по ладошке)*
«С добрым утром!» - им сказали.
Стала гладить и ласкать
Всех зайчат зайчиха-мать. *(гладить шаром каждый палец)*

«Медведица»

Шла медведица спросонок, *(шагать шариком по руке)*
А за нею – медвежонок. *(шагать тихо шариком по руке)*
А потом пришли детишки, *(шагать шариком по руке)*
Принесли в портфелях книжки.
Стали книжки открывать *(нажимать шариком на каждый палец)*
И в тетрадочках писать.

КОЛЕЧКИ

Это зайчонок, это бельчонок, это лисенок, это волчонок,
А это спешит, ковыляет спросонок бурый, мохнатый,
Смешной медвежонок.

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки).

На правой руке:

Этот малыш - Илюша, *(на большой палец)*

Этот малыш - Ванюша, *(указательный)*

Этот малыш - Алеша, *(средний)*

Этот малыш - Антоша, *(безымянный)*

А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья. *(мизинец)*

На левой руке:

Эта малышка - Танюша, *(на большой палец)*

Эта малышка - Ксюша, *(указательный)*

Эта малышка - Маша, *(средний)*

Эта малышка - Даша, *(безымянный)*

А меньшую зовут Наташа, *(мизинец)*

«Мальчик-пальчик»

- Мальчик-пальчик,

Где ты был *(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)*

- С этим братцем в лес ходил, *(надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)*

- С этим братцем щи варил, *(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)*

- С этим братцем кашу ел, *(надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)*

- С этим братцем песни пел *(надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец).*

Раз, два, три, четыре, пять, пальчики хотят играть.

Мы колечко взяли и на пальчик одеваем.

Раз - пальчик большой, он красивый такой.

Два - пальчик указательный очень обаятельный.

Три - пальчик средний, он совсем не вредный.

Четыре - безымянный пальчик очень славный.

Пять - мизинчик маленький счастливчик.

«Пальчики»

Этот пальчик — в лес пошёл, *(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)*

Этот пальчик — гриб нашёл, *(надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)*

Этот пальчик — занял место, *(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)*

Этот пальчик — месит тесто, *(надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)*

Этот пальчик — много ел,

Оттого и растолстел. *(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)*

В результате использования Су-Джок терапии:

- осуществляется благоприятное воздействие на весь организм;
 - стимулируются речевые зоны коры головного мозга;
 - развивается координация движений и мелкая моторика;
 - развиваются произвольное поведение, внимание, память, речь и другие психические процессы, необходимые для становления полноценной учебной деятельности.
- использование специальных комплексов разнообразных игр и упражнений наиболее способствует активизации речевой деятельности.