



Неоспоримыми достоинствами Су – Джок терапии 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.



Всем вам знакомы весёлые шарики — их можно купить в любой аптеке.

Что же такое Су-джок? Это в первую очередь самомассаж.

Су-джок терапию можно отнести к методам самопомощи. Су — кисть, Джок — стопа. Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Данный вид массажа не только полезен, но и очень интересен детям.

Прокатывая шарик между ладошками, 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.

В нашем детском саду приемы Су-Джок терапии используются с целью общего укрепления организма, в коррекционно — логопедической работе в качестве массажа при дизартрических расстройствах, для улучшения психоэмоционального состояния детей, для формирования чувства ритма, при тактильной стимуляции в определённом ритме и развитию мелкой моторики пальцев рук.

Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за работу головного мозга человека.

Эту работу можно проводить в игровой форме, с использованием забавных стихов или сказок. И сами шарики, и колечки мы используем в разных режимных моментах. Это и пальчиковая гимнастика

Дети катают между ладоней шарики (они наощупь колкие, а колечки поочередно примеряют на пальчики (все это сопровождается стихотворениями, потешками и т. д.)

Советы родителям

Су-Джок терапия



Применение Су-Джок массажера в логопедической коррекции является уникальной тактильной гимнастикой и способствует коррекции речевых нарушений у дошкольников

В последнее время наблюдается рост числа детей имеющих недостатки общей, мелкой моторики и речевого развития. На сегодняшний день имеется обширный практический материал, применение которого способствует эффективному развитию ребенка.

«Су-Джок» – последнее достижение Восточной медицины. «Су-джок» терапию можно отнести к методам самопомощи. С помощью шаров – «ежиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, повышает иммунитет, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя и развитию речи.



Пальчиковая игра «Черепаха»

(у детей в руках Су Джок).

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Шла большая черепаха

И кусала всех от страха,

(дети катают Су Джок между ладоней)

Кусь, кусь, кусь, кусь,

(Су Джок между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит «щепоткой»). Надавливают ритмично на Су Джок, перекладывая из руки в руку).

Никого я не боюсь

(дети катают Су Джок между ладоней).

Пальчиковая игра «Мальчик-пальчик»

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

- 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)

Пальчиковая игра «Ёжик»

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

**Ёжик, ёжик, хитрый ёж,
на клубочек ты похож.**

(дети катают Су Джок между ладонями)

На спине иголки

(массажные движения большого пальца)

очень-очень колкие.

(массажные движения указательного пальца)

Хоть и ростом ёжик мал,

(массажные движения среднего пальца)

нам колючки показал,

(массажные движения безымянного пальца)

А колючки тоже

(массажные движения мизинца)

на ежа похожи

(дети катают Су Джок между ладонями).



**Я мячом круги катаю,
Взад - вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку.
Будто я сметаю крошку,
И сожму его немножко,
Как сжимает лапу кошка,
Каждым пальцем мяч прижму,
И другой рукой начну.**

