

СУ – ДЖОК ТЕРАПИЯ

«Волшебный шарик»

Одной из нетрадиционных технологий является **Су-Джок терапия**, которая была разработана южнокорейским ученым и профессором Пак Чже ву. В переводе с корейского обозначает Су-кисть, Джок-стопа. Этот метод основан на том, что каждому органу человеческого тела соответствуют биоактивные точки, расположенные на кистях и стопах. Су-джок с виду симпатичный шарик с острыми шипами, но, удивительно. Сколько пользы он может принести. Попробуйте покатавать его между ладонями – тут же ощутите прилив тепла и лёгкое покалывание.

Су-Джок терапию можно и **нужно** использовать в коррекционных целях 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 так же способствуют общему укреплению организма и повышению потенциального энергетического уровня ребенка.

Су-Джок – пластмассовый шарик-массажёр с маленькими шипами. Он поделён на две равные части. Внутри этого шарика лежат два колечка. Они сделаны из металлической проволоки, которая хорошо растягивается. Шарик нужен для массажа ладоней, а колечки – для массажа пальцев. Когда мы делаем массаж Су-Джоком, мы ощущаем лёгкое покалывание и расслабление.

Приёмы Су- Джок терапии:

Массаж шариком кистей и пальцев рук.

Массаж эластичным кольцом.

Маленький колючий еж,

До чего же он хорош! Ежик прячется в ладошке (прячем в одной ручке)

Прячет ушки, прячет ножки

Хочет ежик убежать (катаем по столу)

Будем мы его держать! (сжать двумя руками). Повторить еще раз, но другой ручкой.

Выполняем действия с шариком в соответствии со словами.

На поляне, на лужайке (катать шарик между ладонями)

Целый день скакали зайки (прыгать по ладошке шаром)

И катались по траве (катать вперёд - 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.

Это уникальная тактильная гимнастика, которая оказывает воздействие на кору головного мозга. Этот метод вызывает раздражение рецепторов, расположенных на ладошках и стопах детей и вызывает приятные ощущения, развивает мелкую моторику, активизирует межполушарное взаимодействие, активизирует развитие речи ребенка, позволяет эффективно развивать эмоционально-волевую и познавательную сферу, способствует общему укреплению организма ребёнка.

Мелкая моторика рук **хорошо развивает речь, мыслительные процессы, воображение, память, творческие способности.** А также на руках имеются биологически активные точки, связанные с работой мозга, поэтому, массируя руки, мы стимулируем работу мозга и всех систем организма. Развитие моторики всегда важно, в любом возрасте, которую лучше продолжать развивать всю жизнь.

Мелкая моторика рук напрямую определяет активную речь.

Массажер су джок используют следующим образом.

Массажное кольцо надевается на определенный палец руки или ноги, его интенсивно передвигают по всему пальцу или по его части. Каждый палец массируется до тех пор, пока в нем не возникнет ощущение тепла и не появится легкое покраснение. Степень воздействия можно регулировать, нажимая на палец больше или меньше. Наибольшее внимание следует уделять самым болезненным точкам.

Массаж эластичным кольцом.

Поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение.

«Дорожка»

Кольцо на пальчик надеваю.

И по пальчику качу.

Здоровья пальчику желаю,

Ловким быть его учу.

Массаж пальцев эластичным кольцом.

На правой руке.

Этот малыш – Илюша, (на большой палец)

Этот малыш-Ванюша

Этот малыш-Алеша

Этот малыш - Антоша

А маленького малыша зовут Мишуткою друзья (мизинец)

На левой руке:

Эта малышка – Танюша, (на большой палец)

Эта малышка – Ксюша, (указательный)

Эта малышка – Маша, (средний)

Это малышка – Даша, (безымянный)

А меньшую зовут Наташа. (мизинец)

Массаж пальцев эластичным кольцом. Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец.

Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.

Этот пальчик для того, чтоб показывать его.

Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.

Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.

А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.