

Секрет Су-Джок терапии



Что такое Су-Джок?

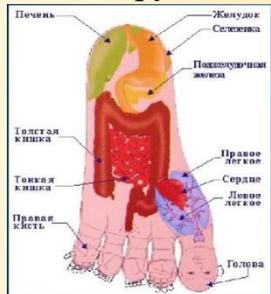
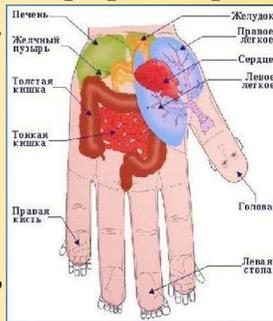
Су-Джок – это медицинский массажер.

Массажер Су-Джок (Массажный шарик в комплекте с двумя пружинами) - улучшает циркуляцию крови в зоне применения, воздействует на отдельные части тела и органы, а также рефлекторно на все системы организма.

Су-Джок терапия («Су»- кисть, «Джок» - стопа) известна давно и Зарекомендовала себя как одна из самых лучших в системе самооздоровления, где самомассаж

биоэнергетически активных точек на кистях рук и ног оказывает лечебных эффект на весь организм человека. Известен факт, что регулярное воздействие на определенные точки на руках и ногах ребенка, активизирует защитную функцию детского

организма, стимулирует мелкую моторику рук, способствует сохранению на протяжении длительного времени положительного эмоционального фона.



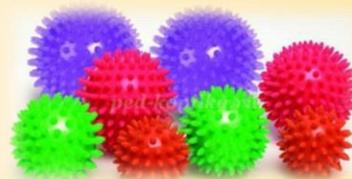
Использование Су-Джок-терапии в коррекционной работе логопеда вызывает у дошкольников с речевыми нарушениями яркий эмоциональный отклик и является одним из наиболее интересных и любимых игр.

Целью использования упражнений с шариком Су-Джок в работе логопеда является:

- совершенствование ручной умелости и мелкой моторики;
- активизация межполушарного взаимодействия,
- стимулировать речевые зоны коры головного мозга с целью профилактики и коррекции речевых нарушений;
- нормализация мышечного тонуса, при дизартрических расстройствах речи.

Су-джок терапию могут применять не только педагоги, а также родители в домашних условиях.

Главное же в том, что неправильное применение этого метода не способно нанести человеку никакого вреда.



«Ум ребенка находится на кончиках его пальцев» В. А. Сухомлинский

Су-джок шарики свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат. Су-джок терапию рекомендовано применять с младшего дошкольного возраста, подготавливая моторику рук к последующему усложнению занятий. Массируя мышцы руки, дети повторяют художественное слово и выполняют движения. Эту работу можно проводить утром в кругу общения, перед выполнением заданий, связанных с письмом, рисованием, лепкой, проводить в качестве пальчиковой гимнастики во время динамической паузы на занятиях. Таким образом, игры с массажными шариками Су-джок— это высокоэффективный, универсальный, доступный и безопасный метод развития мелкой моторики рук и речи дошкольников.

Су-Джок

МАССАЖ ШАРИКОМ

шариком - «каштаном» стимулируем точки на ладонях

«Ёжик»

Возвращался еж домой -

(катаем мячик между ладошек)

Хлынул дождик проливной,

Ручейки помчались с гор.

(перекладываем мячик с одной руки в другую)

Еж не растерялся,

Быстро встал под мухомор

И сухим остался.

(зажать мячик в ладошках)

Обошелся хитрый еж

Без зонта и без галош.

(катаем мячик в ладошках)



МАССАЖ КОЛЬЦОМ

массажными колечками стимулируем точки, труднодоступные для шариков
«Мальчик-пальчик»

Мы делили апельсин, Много нас, а он один *(сжимать и разжимать кольцо в ладони)*

Эта долька для чижа *(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)*

Эта долька для ужа *(надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)*

Эта долька для утят *(надеваем кольцо на средний палец)*

Эта долька для котят *(надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)*

Эта долька для меня *(надеваем кольцо на мизинец).*

А для волка кожа! *(сжимать и разжимать кольцо в ладони)*



МАССАЖ СТОП

мячиками с шипами стимулируем точки на ступнях

«Бабочка»

Утром бабочка проснулась

Улыбнулась, потянулась

(Катаем мячик поочередно двумя ступнями по полу)

Раз — росой она умылась,

Два — красиво покружилась,

Три — нагнулась и присела,

(Нажимать поочередно ступнями на мячик)

На четыре — улетела.

(Взять мячик двумя ступнями)

