

СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ В ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ РАБОТЕ.



СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ - это эффективный метод профилактики и лечения болезней.

«СУ» -кисть, «ДЖОК» -стопа. Кисти и стопы, благодаря Природе, подобны телу по строению. На кистях и стопах располагаются системы высокоактивных точек соответствия всем органам и участкам тела.

Например, мизинец – сердце, безымянный – печень, средний – кишечник, указательный – желудок, большой палец – голова. Воздействуя на них, мы можем регулировать функционирование внутренних органов, так как стимуляция оказывает выраженное лечебное и профилактическое действие. Точки на кистях и стопах располагаются в строгом порядке, отражая в уменьшенном виде анатомическое строение организма.

Тело и его системы соответствия находятся в постоянном взаимодействии. При заболевании “сигнальная” волна направляется из пораженного органа или части тела в точку соответствия и приводит ее в возбужденное состояние — точка становится резко болезненной. В момент стимуляции такой точки возникает “лечебная” волна, которая оказывает нормализующее влияние на заболевший орган.

СУ-ДЖОК-терапия для детей.

Приемы Су - Джок терапии используют с целью общего укрепления организма, в коррекционно - логопедической работе в качестве массажа , для улучшения психоэмоционального состояния детей, для формирования чувства ритма, при тактильной стимуляции в определенном ритме и развитию мелкой моторики пальцев рук.

Массаж специальным шариком.

Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладонками, 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.

Очень полезен и эффективен **массаж пальцев и ногтевых пластин** кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла, в течение 1 минуты. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за работу головного мозга человека.

1. Массаж Су-Джок шарами.

Эту работу можно проводить в игровой форме, с использованием забавных стихов или сказок.

(дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом)

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.

Пальчиковая игра «Черепашка»

(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, переключая из

руки в руку) .

Никого я не боюсь. (дети катают Су-Джок между ладонями) .

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) .*

Пальчиковая игра «Ёжик»

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

Ёжик, ёжик колкий, где твои иголки, *(дети катают Су-Джок между ладонями)*

Нужно бельчонку сшить распашонку,
Починить штанишки шалуну-зайчишке,
Фыркнул ежик, отойдите, не просите, не спешите,
Если отдам иголки съедят меня волки. *(дети катают Су- Джок между ладонями)*

Пальчиковая игра «Капустка»

Описание: *упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой.*
Мы капустку рубим, рубим, *(ребром ладони стучим по шарик)*
Мы капустку солим, солим, *(подушечками пальцев трогаем шарик)*
Мы капустку трем, трем *(потираем ладошками о шарик)*
Мы капустку жмем, жмем. *(сжимаем шарик в кулачке)*

Пальчиковая игра «Игрушки»

Описание: *упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой.*
На большом диване в ряд
Куклы Катины сидят: *(дети катают Су- Джок между ладонями)*
Два медведя, Буратино,
И веселый Чиполлино,
И котенок, и слоненок. *(поочередно катаем шарик Су-Джок к каждому пальчику, начиная с большого)*
Раз, два, три, четыре, пять.
Помогаем нашей Кате
Мы игрушки сосчитать. *(дети катают Су - Джок между ладонями)*

2. Массаж пальцев эластичным кольцом.

Пружинное кольцо надевается на пальчики ребенка и прокатывается по ним, массируя каждый палец до его покраснения и появления ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

Пальчиковая игра «Раз – два – три – четыре – пять»

Описание: *дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.*

Раз – два – три – четыре – пять,
Вышли пальцы погулять, *(разгибать пальцы по одному)*
Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.
(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)
Этот пальчик для того, чтоб показывать его.
(надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)
Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.
(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)
Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.
(надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)
А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.
(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец) .

Пальчиковая игра «Мальчик-пальчик»

Описание: *упражнение выполняется 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 мизинец)* .

Пальчиковая игра «Пальчики»

Описание: *упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой, начиная с мизинчика.*

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 — ляжет тесно, *(надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)*

Этот пальчик — много ел,

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

Пальчиковая игра «Семья»

Описание: *дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.*

Этот пальчик — дедушка, *(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)*

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

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

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

Этот пальчик — Ванечка (Танечка, Данечка и т. д.)

(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец) .

Пальчиковая игра «Родные братья»

Описание: *дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.*

Ивану-большому — дрова рубить, *(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)*

Ваське-указке — воду носить, *(надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)*

Мишке-среднему — печку топить, *(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)*

Гришке-сиротке — кашу варить, *(надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)*

А крошке Тимошке — песенки петь,

Песни петь и плясать,

Родных братьев потешать. *(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)* .

3. Использование Су-Джок шаров при автоматизации звуков.

— Ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука, например [Ш]

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)*

—Ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука [Ж].

Ходит ежик без дорожек,

Не бежит ни от кого.

С головы до ножек

Весь в иголках ежик.

Как же взять его?

4. Использование Су – Джок шаров при совершенствовании лексико-грамматических категорий

Упражнение «Один-много».

Логопед катит «чудо-шарик» по столу ребенку, называя предмет в единственном числе. Ребенок, поймав ладонью шарик, откатывает его назад, называя существительные во множественном числе.

Аналогично проводятся упражнения «Назови ласково», «Скажи наоборот».

5. Использование Су – Джок шаров для развития памяти и внимания

Дети выполняют инструкцию: надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т.д.; ребенок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо.

6. Использование шариков при выполнении гимнастики

И.п.: ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища, в правой руке шар.

1 - руки развести в стороны;

2 - руки поднять вверх и переложить шар в другую руку;

3 - руки развести в стороны;

4 - опустить руки.

7. Использование шариков для звукового анализа слов

Для характеристики звуков используются массажные шарики трех цветов: красный, синий, зеленый. По заданию логопеда ребенок показывает соответствующий обозначению звука шарик.

8. Использование шариков при совершенствовании навыков употребления предлогов

На столе коробка, по инструкции логопеда ребенок кладет шарики соответственно: красный шарик - в коробку; синий – под коробку; зеленый – около коробки; затем наоборот, ребенок должен описать действие взрослого.

9. Использование шариков для слогового анализа слов

Упражнение «Раздели слова на слоги»

Ребенок называет слог и берет по одному шарiku из коробки, затем считает количество слогов.

СКАЗКА «ЁЖИК НА ПРОГУЛКЕ»

В сказочном лесу в маленьком уютном домике жил-был маленький ёжик (*зажать шарик в ладошке*). Выглянул ёжик из своего домика (*раскрыть ладошки и показать шарик*) и увидел солнышко. Улыбнулся ёжик солнышку (*улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером*) и решил прогуляться по лесу. Покатился ёжик по прямой дорожке (*прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик*), катился – катился и прибежал на красивую, круглую полянку (*ладошки соединить в форме круга*). Обрадовался ёжик и стал бегать и прыгать по полянке (*зажимать шарик между ладошками*). Стал цветочки нюхать (*прикасаться колючками шарика к кончику пальца и делать глубокий вдох*). Вдруг набежали тучки (*зажать шарик в одном кулачке, в другом и нахмуриться*) и закапал дождик: кап-кап-кап (*кончиком пальцев стучать по колючкам шарика*). Спрятался ёжик под большой грибок (*ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик под ним*) и укрылся от дождя, а когда закончился дождь, то на полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберёзовики, опята, лисички и даже белый гриб (*прокатить шарик по каждому пальчику*). Захотелось ёжику обрадовать свою маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много, как понесет их ёжик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ёжик грибочки на иголки (*каждый кончик пальчика по шипам шарика*) и довольный побежал домой, сначала бежал он по прямой дорожке (*прямыми движениями по ладошке катать шарик*), а потом по извилистой дорожке (*круговые движения шариком*). Прибежал домой, отдал мамочке грибы, мама улыбнулась, обняла и поцеловала сыночка за заботу. А когда наступил вечер, закрыл ёжик свой домик, лёг в кроватку и уснул сладким сном! (*зажать шарик в ладонях*).

Неоспоримыми достоинствами Су – Джок терапии являются: Высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект.

Абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто неэффективно.

Универсальность - Су – Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.

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 /

Источник: nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/...

