

## 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/...](http://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/...)

