

**МБОУ «Гимназия №1»
Дошкольное отделение «Дельфин»**

Консультация для родителей:

**"Массаж ладоней колючими мячиками,
шариками СУ-ДЖОК, карандашами"**

**Филина Т.И.
учитель-логопед
старшей группы**

Мытищи, 2025

Общие положения о Су-Джок терапии.

Что такое Су-Джок? В переводе с корейского языка «Су» - кисть, «Джок» - стопа. Этот метод основан на том, что каждому органу человеческого тела соответствуют биоактивные точки, расположенные на кистях и стопах.

На кистях и стопах располагаются системы высокоактивных точек соответствия всем органам и участкам тела. Воздействуя на них, мы можем регулировать функционирование внутренних органов. Например, мизинец – сердце, безымянный – печень, средний – кишечник, указательный – желудок, большой палец – голова. Следовательно, воздействуя на определенные точки, можно влиять на соответствующий этой точке орган человека.

Су-Джок это в первую очередь самомассаж, который не только полезен, но и очень интересен детям и положительно сказывается на самочувствии. Применение су-джок массажёров способствует созданию функциональной базы для перехода на более высокий уровень двигательной активности мышц и возможность для оптимальной речевой работы с ребенком, повышает физическую и умственную работоспособность детей.

Направления коррекционной работы с использованием шариков Су-Джок.

1. Массаж Су-Джок шарами.

Этот шарик непростой,	<i>Любуемся шариком на левой ладошке</i>
Он колючий, вот какой.	<i>Накрываем правой ладонью</i>
Будем с шариком играть И ладошки согревать.	<i>Катаем шарик горизонтально</i>
Раз катаем, два катаем	<i>Катаем шарик вертикально</i>
Сильней на шарик нажимаем.	<i>Катаем шарик в центре ладошки</i>
Как колобок мы покатаем, Сильней на шарик нажимаем.	<i>Выполняем движения в соответствии с текстом в правой руке</i>
В руку правую возьмём, В кулачок его сожмём.	<i>Выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке</i>
В руку левую возьмём, В кулачок его сожмём. Мы положим шар на стол И посмотрим на ладошки, И похлопаем немножко, Потрясём свои ладошки.	<i>Выполняем движения в соответствии с текстом</i>

2. Массаж пальцев эластичным кольцом.

Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики, упражнение выполняется колечком – пружинкой сначала на правой руке, затем на левой, надевая на каждый пальчик руки.

<i>Раз, два, три, четыре, пять! Пружинку будем мы катать! Вот нашли большой мы пальчик Он попрыгает, как зайчик! Вверх-вниз, вверх-вниз Ты, пружиночка, катись! Указательный поймает И пружинку покатаем. Вверх-вниз, вверх-вниз Ты, пружиночка, катись! Где ты, наш середнячок, Ты ложись-ка на бочок! Вверх-вниз, вверх-вниз Ты, пружиночка, катись! Кольца любит безымянный. Покажись-ка, наш желанный!</i>	<i>Вверх-вниз, вверх-вниз Ты, пружиночка, катись! Вот наш пальчик маленький Самый он удаленький! Вверх-вниз, вверх-вниз Ты, пружиночка, катись! Мы пружиночки снимаем Свои пальчики считаем. 1, 2, 3, 4, 5! 1, 2, 3, 4, 5! А сейчас мы проверяем На двух ручках посчитаем! 1, 2, 3, 4, 5! Мы закончили играть. Пальчики свои встряхни! И немного отдохни!</i>
--	---

3. Использование Су-Джок шаров при автоматизации звуков.

Если ваш ребенок испытывает трудности в произношение некоторых звуков или путает их то ему можно предложить поочередно надевать массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука). Например на звук Ш.

<i>Этот малыш-Илюша,</i>	На большой палец
<i>Этот малыш-Ванюша,</i>	Указательный
<i>Этот малыш-Алеша,</i>	Средний
<i>Этот малыш-Антоша,</i>	Безымянный
<i>А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья.</i>	Мизинец

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

Упражнение «Один-много».

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

Аналогично проводим упражнения «Назови ласково», «Скажи наоборот», «Я знаю 5 предметов.» и т. д.

Употребление предлогов.

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

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

Дети выполняют инструкцию:

- 1) Надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т. д.;
- 2) Ребенок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо.

6. Использование шариков для звукового анализа слов.

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

7. 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.

8. Подготовка к обучению грамоте.

- 1) Прокатывание шариком по написанной букве.
- 2) Написание буквы и её элементов прокатыванием шарика по поверхности стола, на ладони.

9. Развитие цветовосприятия, обучение счёту.

Игры: «Разложи шарики по цвету», «Найди все синие» (красные, желтые, зеленые), «Сделай разноцветные шарики» (сине-красный, зелено-желтый).

10. Связная речь.

Делаем массаж и одновременно рассказываем (ребенок сам рассказывает) занимательную сказку о «Колобке», о «Рукавичке» и т. д.

Вот таким нестандартным и интересным способом мы не только занимаем ребят, но и развиваем речь, так как движения пальцами и развитие речи тесно связаны. Это лишь некоторые примеры использования су-джок терапии. Творческий подход, использование альтернативных методов и приёмов способствуют более интересному разнообразному и эффективному проведению образовательной и совместной деятельности педагогов и детей в детском саду.

Как заниматься с массажным мячиком?

Игры с массажными мячиками очень полезны для стимуляции нервных окончаний на ручках и теле малыша, а также для улучшения циркуляции крови. Занятия подходят для развития мелкой моторики и речевой активности детей. Данные упражнения можно использовать под любой из нижеприведённых стишков, чтобы ребёнку не было скучно.

1. Мяч находится между ладоней, пальцы прижаты друг к другу. Делать массажные движения, катая мяч вперед-назад.
2. Мяч находится между ладоней, пальцы прижаты друг к другу. Делать круговые движения, катая мяч по ладоням.
3. Держа мяч подушечками пальцев, делать вращательные движения вперёд, как будто закручиваете крышку).
4. Держа мяч подушечками пальцев, с усилием надавить ими на мяч.
5. Держа мяч подушечками пальцев, делать вращательные движения назад (как будто открываете крышку).
6. Подкинуть мяч двумя руками на высоту 20-30 см и поймать его.
7. Зажать мяч между ладонями, пальцы сцепить в замок, локти направлены в стороны. Надавить ладонями на мяч (4-6 раз).
8. Перекладывать мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

<i>Ежа в руки мы возьмем, Покатаем и потрём. (катаем между ладошек) Вверх подбросим и поймаем, (подбрасываем вверх и ловим) И иголки посчитаем. (пальчиками одной руки нажимаем на шипы) Пустим ёжика на стол, (кладем мячик на стол) Ручкой ёжика прижмём (ручкой прижимаем мячик) И немножко покатаем... (ручкой катаем мячик) Потом ручку поменяем. (меняем ручку и тоже катаем мячик)</i>	<i>Ёжика возьмём в ладошки И потрем его слегка, (в одной ручке держим мячик, другой проводим по нему) Разглядим его иголки, (меняем ручку, делаем тоже самой) Помассируем бока. (катаем между ладошек) Ёжика в руках кручу, (пальчиками крутим мячик) Поиграть я с ним хочу. Домик сделаю в ладошках — (прячем мячик в ладошках) Не достанет его кошка. (прижимаем ладошки к себе)</i>
<i>Катится колючий ёжик, Нет ни головы, ни ножек. (выполняем круговые движения мячиком между ладонями) По ладошкам он бежит И пыхтит, пыхтит, пыхтит. Мне по пальчикам бежит И пыхтит, пыхтит, пыхтит. (перебираем мяч пальчиками) Бегают туда, сюда! Мне щекотно? Да, да, да! (катать мячик по ножкам-ручкам вверх-вниз) Уходи, колючий ёж, В тёмный лес, где ты живёшь! (пускаем мячик по столу и ловим его подушечками пальцев)</i>	<i>Я мячом круги катаю, Взад-вперёд его гоняю. (можно катать мячик по ручкам-ножкам или по столу) Им поглажу я ладошки, А потом сожму немножко. Каждым пальцем мяч прижму, И другой рукой начну. А теперь последний трюк: Мяч катаю между рук! Движения соответствуют тексту.</i>

Массаж ладоней карандашами.

- Сначала все упражнения надо выполнять медленно. Следите, чтобы ребёнок правильно воспроизводил положение кисти или пальцев и переключался с одного движения на другое. При необходимости помогите ему или научите помогать себе второй рукой.

- Упражнения отрабатываются сначала одной рукой (если не предусмотрено участие обеих рук), затем другой, после этого двумя руками одновременно.
- Каждому упражнению соответствует своя рифмовка. Если ребенок будет выполнять упражнения, сопровождая их знакомыми рифмованными строчками, то его речь станет более четкой, ритмичной, яркой и ему будет легче контролировать выполнение заданных движений.

«Скольжение»

Продвижение вверх и вниз по длине карандаша, захватив его пальцами, как при рисовании. И с упором острым концом в стол.

Инструкция. *«Держи пальцами карандаш так, как ты его держишь, когда рисуешь. Крепко сожми пальцы рук. Двигайся по карандашу сначала вверх, потом вниз. Повтори эти движения другой рукой».*

Проговаривание рифмовки. *«По карандашу скольжу, съехать вниз скорей спешу».*

«Ладонка»

Обрисовка тупым концом карандаша ладони, лежащей на столе (массаж межпальцевых зон).

Инструкция. *«Положи ладонь на стол. Широко раздвинь пальцы. Обведи несколько раз каждый палец тупым концом карандаша».*

Проговаривание рифмовки. *«Нарисую я ладошку, отдохну потом немножко».*

«Эстафета»

Передача карандаша поочередно каждому пальцу из одной руки в другую.

Инструкция. *«Сожми карандаш указательным пальцем правой руки, поддержи, передай его указательному пальцу левой руки. Удерживай карандаш средним пальцем правой руки. Передай его среднему пальцу левой руки. Передавай карандаш как эстафетную палочку другим пальцам».*

Проговаривание рифмовки. *«Карандаш я подержу, в гости к пальчику приду».*

«Качалочка»

Прокатывание карандаша между пальцами.

Инструкция. *«Возьми карандаш в правую руку и прокати его поочередно между пальцами левой руки. Теперь прокати карандаш левой рукой между пальцами правой руки. Постарайся его не уронить.»*

Проговаривание рифмовки. *«Карандаш не отдыхает, между пальцами гуляет».*

«Добывание огня»

Прокатывание карандаша между ладонями.

Инструкция. *«Положи карандаш на правую ладонь. Прикрой его левой ладонью. Катай карандаш между ладонями сначала медленно, а потом быстрее от кончиков пальцев к запястьям. Попробуй сделать сразу двумя карандашами».*

Проговаривание рифмовки. *«Карандаш катать я буду, может быть огонь добуду».*

«Утюжок»

Прокатывание карандаша по поверхности стола.

Инструкция. *«Положи карандаш на стол. Прокати его сначала ладонью правой руки, а потом ладонью левой руки».*

Проговаривание рифмовки. *«Карандаш по столу прокачу вперед-назад, как захочу».*

Литература:

1. Ивчатова Л. А. Су-джок терапия в коррекционно-педагогической работе с детьми // Логопед - 2010. №1. - с. 36-38.
2. Новиковская О. А. Ум на кончиках пальцев: веселые пальчиковые игры / О. А. Новиковская - М. АСТ, 2007 С. 94.
3. Пак Чжэ Ву Вопросы теории и практики Су Джок терапии: Серия книг по Су Джок терапии / Чжэ Ву Пак - Су Джок Академия, 2009 - С. 208.
4. Филичева Т. Б., Соболева А. Р. Развитие речи дошкольника. – Екатеринбург: Издательство «Арго», 1996.
5. Швайко Г. С. Игры и игровые упражнения для развития речи. – М., 19.
6. Пак Чже Ву. «Су-Джок для всех», Москва, 2009г. – 136с.
7. Тимофеева Е. Ю., Чернова Е.И Санкт-Петербург 2012г «Пальчиковая гимнастика»
8. « Учимся, играя» от 2до3 лет.№8 2012г, № 10 2015г
9. О.П Рожков, И.В. Дворова «Упражнения и занятия по сенсорно-моторному воспитанию детей 2-4 года жизни» Москва-Воронеж 2007.