

## Су-Джок терапия – уникальное средство для развития речи детей

Учитель-логопед: Возжанникова С.Ю.

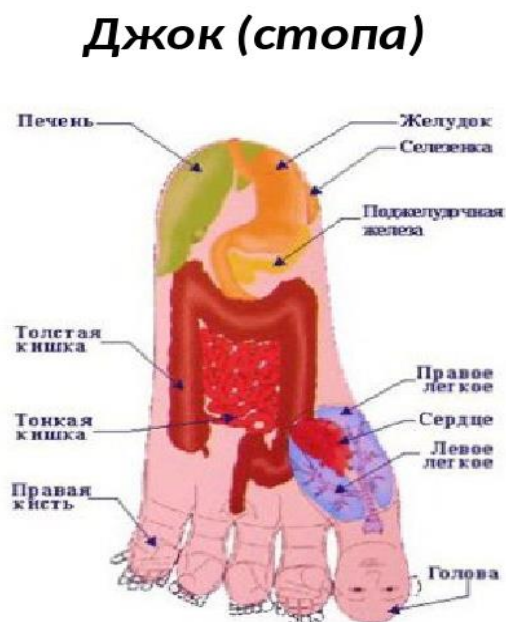
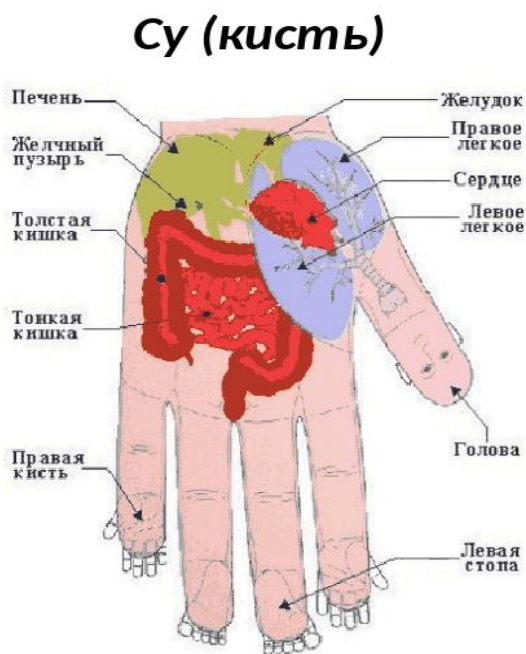


Дети проводят в дошкольном учреждении значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психологического здоровья – дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье человека – важный показатель его личного успеха.

На фоне экологической и социальной напряженности, на фоне небывалого роста болезней «цивилизации» чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления.

В настоящее время одной из здоровьесберегающей технологией является Су-Джок терапия. Су-Джок терапия методика оздоровления, основанная на представлении восточной философии о том, что на стопах и кистях расположены активные точки, соответствующие внутренним органам и частям тела человека.

«Су» по-корейски – кисть, «Джок» - стопа.



Давайте вместе рассмотрим **соответствие точек организма и ладонек**, следуя теории корейского учёного.

Су-Джок терапия это воздействие на биоэнергетические точки с целью активизации защитных функций организма. В коррекционно-педагогической работе приемы Су-Джок терапии активно используются в качестве массажа для развития мелкой моторики пальцев рук, а так же с целью общего укрепления

организма. Во время коррекционной деятельности следует стимулировать активные точки, расположенные на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячи, грецкие орехи), это позволяет повысить потенциальный энергетический уровень ребенка, обогащает его знания о собственном теле, развивает тактильную чувствительность. Такую работу можно проводить перед выполнением заданий, которые связаны с рисованием и письмом.

Воздействие на точки соответствия внутренних органов благотворно влияет на самочувствие, приводит в тонус организм, поднимает настроение и этим достигается благотворный эффект.

Технология интересна тем, что подобные упражнения можно проводить не только специально обученным людям, но и педагогам в детском саду и дома самим родителям.

### **ДОСТОИНСТВА СУ-ДЖОК ТЕРАПИИ:**

**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 в работе и педагоги, 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).

### **СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ ПОЗВОЛЯЕТ:**

Воздействовать на биологически активные точки по системе Су-Джок.

Нормализовать мышечный тонус (что особенно важно для детей с различными двигательными расстройствами).

Стимулировать речевые зоны головного мозга.

Повысить энергетический уровень ребенка, развить тактильную чувствительность.

Развить познавательную и эмоционально-волевую сферы ребенка.

Эффективность и простота Су-Джок терапии привели к ее широкому распространению не только на родине в Корее, но и по всему земному шару.

Использование Су-Джок терапии в работе с детьми открывает большие возможности.

А теперь я познакомлю вас с формами и приемами Су-Джок терапии.

### **Формы и приемы Су-Джок терапии:**

Массаж специальным шариком, эластичным кольцом;

Эта система настолько проста и доступна, что освоить ее может даже ребенок. Метод достаточно один раз понять, затем им можно пользоваться всю жизнь. Су – Джок с виду - симпатичный шарик с острыми шипами, но, удивительно, сколько пользы он может принести.

Попробуйте взять шарик и покатайте его между ладонями – тут же ощутите прилив тепла и лёгкое покалывание. Его остроконечные выступы воздействуют на биологически активные точки, неизменно вызывая улучшение самочувствия,

снимая стресс, усталость и болевые ощущения, повышая общий тонус организма, увеличивая работоспособность.

Чтобы процесс массажа не показался детям скучным, используется стихотворный материал, потешки, песенки и одновременно с массажным эффектом происходит автоматизация звука в речи, развивается память и внимание.

**Умелыми пальцы становятся не сразу. Главное помнить золотое правило: игры и упражнения, пальчиковые разминки должны проводиться систематически.**

Упражнения выполняются в течении 1-2 минут.



Возьмите в руки волшебные шарики:

*1. 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.*

*(Ребенок повторяет слова и выполняет действия с шариком в соответствии с текстом.)*

### **«ЧЕРЕПАХА»**

*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, перекладывая из руки в руку.*

*Никого я не боюсь. (Дети катают Су Джок между ладоней).*

### **Массаж кольцом-пружинкой:**



### **Пальчиковая игра «Семья»**

*Этот пальчик — дедушка,  
Этот пальчик — бабушка  
Этот пальчик — папочка,  
Этот пальчик — мамочка,  
А вот этот пальчик — Я,  
Вот и вся моя семья.*

*(надеваем кольцо Су-Джок на пальцы поочередно и прокатываем кольцо вниз-вверх)*

**Так можно проговаривать любое стихотворение, например: «Наша Таня», А. Барто.**

*Наша Таня громко плачет  
Уронила в речку мячик.  
Тише, Танечка, не плачь,  
Не утонет в речке мяч.*

Мы поедem за водой  
И достанем мячик твой.

(надеваем кольцо Су-Джок на пальцы поочередно и прокатываем кольцо вниз-вверх)

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.

**И ещё один важный совет:** определите в семейном вечере небольшое время для игры, например, после ужина. Пусть игры с волшебным шариком станут семейным ритуалом!

**Будьте здоровы!**