

## **Консультация для родителей «Су-Джок терапия в работе с детьми дошкольного возраста»**

Больше всего на свете дети хотят двигаться, ведь для них движение — это способ познать мир. А это значит, что чем точнее и четче будут движения ребенка, тем осмысленнее и глубже станет его знакомство с окружающим миром.

Одной из нетрадиционных технологий является Су-Джок терапия. В переводе с корейского «Су»– кисть, «Джок»– стопа.

Упражнения с использованием Су-Джок развивают тактильную чувствительность, мелкую моторику пальцев рук, стимулируют речевые области в коре головного мозга, а также способствуют общему укреплению организма и повышению потенциального энергетического уровня ребенка. Они помогают организовать занятия интереснее и разнообразнее, создают благоприятный комфорт детям во время занятия.

Приемами Су-Джок терапии являются массаж кистей специальными шариками и эластичными кольцами, массаж стоп. Работа по данному методу проводится с помощью Су-Джок стимуляторов - массажеров. Этот стимулятор представляет собой шарик – две соединенные полусферы. Внутри, как в коробочке, находятся два специальных кольца, сделанных из металлической проволоки так, что можно их легко растягивать, свободно проходить ими по пальцу вверх и вниз. Формы работы с Су-Джок – самые разные. Это различные пальчиковые упражнения как с самим шариком Су-Джок, так и с эластичным кольцом, который находится в шарике. Движения могут быть различными - круговые движения шарика между ладонями, перекачивание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони, вращение шарика кончиками пальцев, сжимание шарика между ладонями, сжимание и передача из руки в руку, подбрасывание шарика с последующим сжатием его между ладонями и т. д. Каждое упражнение обязательно должно сопровождаться небольшим стишком, потешкой, сказкой и т. д.

Эту работу можно проводить в течение одной, двух минут перед выполнением заданий, связанных с рисованием, лепкой, аппликацией, проводить в качестве пальчиковой гимнастики во время динамической паузы на занятиях.

Система эта настолько проста и доступна, что освоить ее может даже ребенок младшего дошкольного возраста. Метод достаточно один раз понять, затем им можно пользоваться всю свою жизнь.

С виду Су – Джок – это симпатичный шарик с острыми шипами, но, удивительно, сколько пользы он может принести. Попробуйте покатайте его между ладонями и тут же, ощутите прилив тепла и лёгкое покалывание.

## Достоинства Су – Джок:

- Высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект.

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

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

Сейчас мы с вами рассмотрим некоторые формы работы с детьми:

**1. Массаж Су – Джок шарами** (*дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом*)

1. Этот шарик непростой, - (*любую шариком на левой ладошке*)

Он колючий, вот такой. - (*накрываем правой ладонью*)

Будем с шариком играть - (*катаем шарик горизонтально*)

И свои ладошки согревать.

Раз катаем, два катаем - (*катаем шарик вертикально*)

Сильней на шарик нажимаем.

Как колобок мы покатаем, - (*катаем шарик в центре ладошки*)

Сильней на шарик нажимаем.

(*Выполняем движения в соответствии с текстом в правой руке*)

В правую руку мы его возьмём,

В кулачок его сожмём.

(*Выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке*)

В левую руку мы его возьмём,

В кулачок его сожмём.

(*Выполняем движения в соответствии с текстом*)

Шар положим мы на стол

И посмотрим на ладошки,

И похлопаем немножко,

Потрясём свои ладошки.

2. «Шарик»

Шарик я открыть хочу.

Рукой правой покручу

Шарик я открыть хочу.

Рукой левой покручу

(*Крутить правой рукой правую половинку шарика, левой рукой левую половинку шарика*).

3. Шариком круги катаю,

Взад - вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошку.

Будто я сметаю крошку,

И сожму его немножко,

Как сжимает лапу кошка,

Каждым пальцем шар прижму,

И другой рукой начну.

4. Берём 2 массажных шарика и проводим ими по ладоням ребёнка (*его руки лежат на коленях ладонями вверх*), делая по одному движению на каждый ударный слог:

Гладь мои ладошки, ёж!

Ты колючий, ну и что ж!

(*Потом ребёнок гладит их ладошками со словами*):

Я тебя хочу погладить,

Я с тобой хочу поладить.

5. На полянке и лужайке (*катать шарик между ладонями*)

Целый день скакали зайки. (*прыгать по ладошке шаром*)

И катались по траве, (*катать вперед - назад*)

От хвоста и к голове.

Долго зайчики скакали, (*прыгать по ладошке шаром*)

Но напрыгались, устали. (*положить шарик на ладошку*)

Мимо ужик проползал, (*вести по ладошке*)

«С добрым утром!» - им сказал.

Стала гладить и ласкать

Всех зайчат зайчиха-мать. (*гладить шаром каждый палец*).

6. Шла медведица спросонок, (*шагать шариком по руке*)

А за нею - медвежонок. (*шагать тихо шариком по руке*)

А потом пришли детишки, (*шагать шариком по руке*)

Принесли в портфелях книжки.

Стали книжки открывать (*нажимать шариком на каждый палец*)

Стали книжечки читать.

7. Ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение

Ходит ежик без дорожек,

Не бежит ни от кого.

С головы до ножек

Весь в иголках ежик.

Как же взять его?

2. Массаж пальцев эластичным кольцом. (*Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение*)

1. «Дорожка»

Кольцо на пальчик надеваю.

И по пальчику качу.

Здоровья пальчику желаю,

Ловким быть его учу.

2. Раз - два - три - четыре - пять, (*разгибать пальцы по одному*)

Вышли пальцы погулять,

Этот пальчик - самый сильный, самый толстый и большой.

Этот пальчик - для того, чтоб показывать его.

Этот пальчик - самый длинный и стоит он в середине.

Этот пальчик - безымянный, он избалованный самый.

А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.

3. На правой руке:

Этот малыш - Адрюша, *(одеваем кольцо на большой палец)*

Этот малыш - Данюша, *(на указательный)*

Этот малыш - Антоша, *(на средний)*

Этот малыш - Алеша, *(на безымянный)*

А меньшего малыша зовут Мишенькой друзья. *(на мизинец)*

На левой руке:

Эта малышка - Ксюша, *(одеваем кольцо на большой палец)*

Эта малышка - Танюша, *(на указательный)*

Эта малышка - Саша, *(на средний)*

Эта малышка - Даша, *(на безымянный)*

А меньшую зовут Наташа. *(на мизинец)*

### 3. Рассказывание сказок с использованием шарика.

#### СКАЗКА «ПРОВОРНЫЙ ЁЖИК»

Жил был на свете ёжик *(показываем шарик-массажёр)*. Он был колючий, колючий *(обхватываем шарик ладонью правой, затем - левой руки)*. Как-то раз, пошёл он погулять в лес *(катаем шарик по кругу на ладони)*. Пришёл ёжик на полянку, увидел одну тропинку и побежал по ней *(катаем шарик от ладони к мизинчику и обратно)*, вернулся на полянку *(катаем шарик по кругу на ладони)*, опять побежал по полянке *(катаем шарик между ладонями по кругу)*, заметил маленькую речку и побежал гулять по её бережку *(катаем шарик по безымянному пальцу)*, снова вернулся ёжик на полянку *(катаем шарик между ладонями)*. Посидел наш ёжик, отдохнул, погрелся на солнышке, увидел вторую тропинку и побежал по ней *(катаем шарик по среднему пальчику)*, вернулся на полянку и увидел горку, решил забраться на нее *(поднимаем указательный пальчик (горка) и водим шариком по нему)*. Ёжик скатился вниз с горки и снова оказался на полянке *(движение шарика по кругу на ладони)*, увидел дерево и оббежал вокруг него *(катаем шарик вокруг большого пальчика, слегка подняв его)*. *Открываем шарик и достаём массажное колечко. Поочерёдно надеваем его на каждый палец ведущей руки, движения вверх-вниз несколько раз.*

Ёжик увидел белый гриб и поспешил его сорвать *(одеваем кольцо на большой палец)*, заметил цветочек и решил его понюхать *(кольцо - на указательный палец)*, нашёл наш ёжик красивый листочек и побежал посмотреть на него *(кольцо - на средний палец)*, заметил ягодку, сорвал её и съел *(кольцо - на безымянный палец)*, нашёл маленькую шишечку и взял её с собой в подарок для любимой мамы *(кольцо - на мизинец)*. Ёжик так весело гулял по лесу, что совсем не заметил, как стало темно. Солнышко спряталось за горизонт. Наступил поздний вечер. Довольный своей прогулкой ёжик отправился к себе домой *(закрываем шарик, катаем его между ладонями)*.

Все эти формы использования Су-Джок терапии - лишь малая часть из примеров использования этого волшебного маленького шарика в нашей работе. Использование игровых приемов и методов, творческий подход способствуют более интересному, эффективному и разнообразному проведению образовательной и совместной деятельности педагогов и детей в детском саду, а также детей и родителей дома.

Однако, следует помнить о том, что умелыми пальцы станут не сразу. Главное помнить золотое правило: игры и упражнения, пальчиковые разминки должны проводиться систематически. Систематически выполняя пальчиками различные упражнения, дети достигнут хорошего развития мелкой моторики рук, которая окажет благоприятное влияние на развитие речи вашего ребенка.