

«Ум ребёнка находится на кончиках его пальцев».

Су-Джок терапия один из методов традиционной корейской медицины, автором которой является профессор Пак Чжа Ву. Кисти и стопы являются, по мнению самого автора системы Су-Джок, «пультами дистанционного управления» здоровьем человека.

Эти лечебные системы функционируют, как своего рода маленькие клиники, естественным образом излечивающие болезни тела».

На кистях и стопах в строгом порядке располагаются биологически активные точки, соответствующие всем органам и участкам тела.

Что представляет собой Су-Джок?

Это колющий шарик, внутри него находятся два пружинистых колечка.

Достоинства Су-Джок:

- Высокая эффективность, при правильном применении наступает выраженный эффект.
- Абсолютная безопасность-неправильное применение никогда не наносит вред.
- Универсальность – Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.

Приёмы работы с детьми:

- удерживать колющий шарик на расправленной ладонке каждой руки;
- удерживать шарик на расправленной ладонке левой руки, прижатый сверху правой ладонкой и наоборот;
- сжимать и разжимать шарик в кулачок каждой рукой;
- каждым пальчиком надавливать на иголочки шарика каждой руки;

- удерживать колючий шарик тремя пальчиками каждой руки (большой, указательный, средний);
- захватывать колючий шарик тремя пальчиками и передвигаться им по дорожкам разной конфигурации;
- прокатывать колючий шарик по ладонке правой и левой руки круговыми движениями в разные стороны;
- прокатывать колючий шарик вдоль расправленных ладонек вверх-вниз.

При выполнении упражнений с массажными шариками важно соблюдать ряд требований:

- чередовать медленный и быстрый темп выполнения движений;
- соблюдать принцип «от простого к сложному»
(сначала ребёнок учиться работать ведущей рукой, затем не ведущей, и наконец обеими руками одновременно);
- перед выполнением упражнения показывать движения, сопровождая их словесной инструкцией;
- каждое упражнение давать в игровой форме.

Знакомство с Су-Джок шариком проводится в 3 этапа:

- Знакомство с Су-Джок шариком и правилами его использования,
- Закрепление приёмов работы в играх и упражнениях по развитию речи,
- Самостоятельное использование Су-Джок шарика в игре.

В результате использования Су-Джок терапии:

- осуществляется благоприятное воздействие на весь организм;
- стимулируются речевые зоны коры головного мозга;
- развивается координация движений и мелкая моторика;

- развиваются произвольное поведение, внимание, память, речь и другие психические процессы, необходимые для становления полноценной учебной деятельности.
- Использование специальных комплексов разнообразных игр и упражнений наиболее способствует активизации речевой деятельности.

Их можно рекомендовать для использования логопедам, педагогам и родителям.

Сказка про Ёжика

@annnak
oss



Героем нашей сказки будет колючий комочек?

Скажите кто же это? Конечно это ёжик.

Вот он (показ су-джок)

Ёжик был какой? потрогайте ежика и скажите мне, пожалуйста, ёжик какой?

Колючий (поглаживание).

Круглый (сжатие).

И жил он в круглом домике.

(показываем ладошками круг).

Наш ёжик часто грустил, у него не было друзей, и он редко выходил из дома.

Но однажды утром к нему в окошко заполз солнечный лучик.

Выглянул ёжик в свое круглое окошко

(показываем пальцами круг)

и увидел яркое солнышко. Оно играло своими лучиками и манило ёжика на

улицу Давайте прикрепим к нашему солнышку лучики-прищепки (Подготовить заранее)

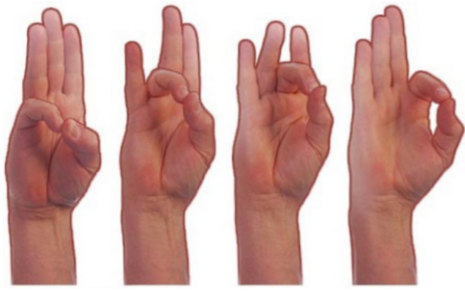
Видишь желтый круг? Сделай лучики вокруг.

Солнце улыбается – Всем нам очень нравится!

Поздоровался ежик с солнышком, небом и ветерком.

(каждый пальчик здоровается с большим)

Здравствуй, солнце золотое! Здравствуй, небо голубое!



Здравствуй, вольный ветерок! Здравствуй, маленький дубок!

Мы живём в одном краю – Всех я вас приветствую!



Решил ежик в этот солнечный денек найти себе друзей.

Покатился наш ежик по дорожке.

(прямыми движениями прокатить мячик по дорожке, распечатать ее заранее)

Вдруг он услышал громкий гул и решил выяснить, кто же там так шумит.

Это пчелы видись вокруг своих ульев и никак не могли попасть домой.



Они жужжали ж-ж-ж. (как они жужжали?)

Решил наш ежик и им помочь (пчелок посадить в ульй.)

Вы молодцы, у вас хорошо получилось. И пчелы остались довольны.

Даже угостили ежика вкусным медом.

Каким мёдом? (сладким, вкусным)

Вот таким! (облизываем губы.)



Довольный наш ежик прибежал на круглую поляну (круговые движения ладоньками)



и тут пошел дождь

ударяем по ладони шариком), как капает дождь - кап-кап-кап.

Спрятался наш ежик под гриб (изображаем гриб: су-джок- ножка, шляпка -ладонь сверху).



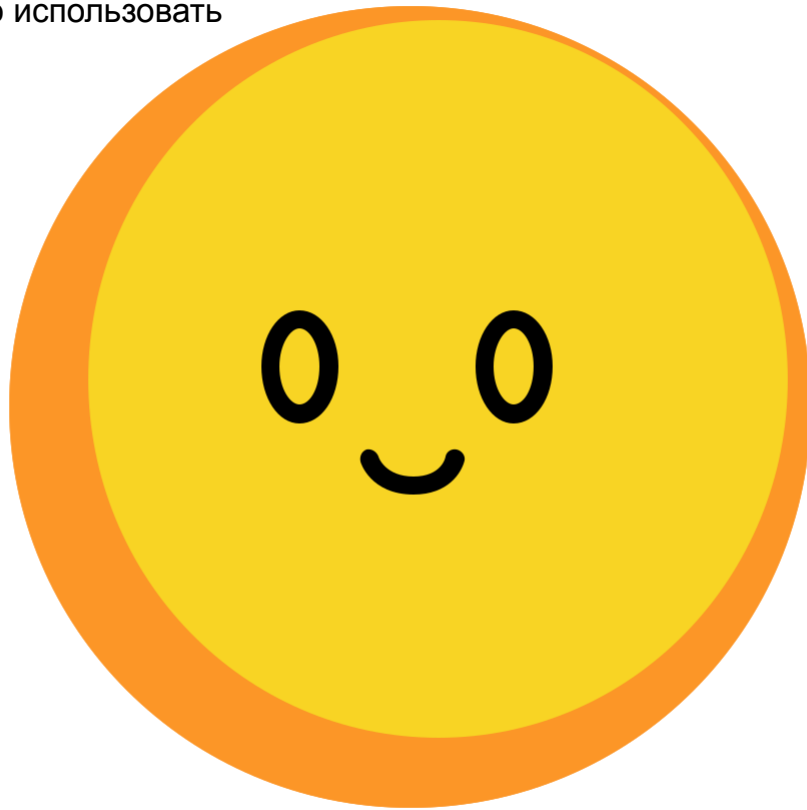
Дождь был теплый, грибной. После дождя выросло на поляне много грибов. Наколел наш ежик грибы на спину. Здесь был и подосиновик, и подберезовик, и масленок, и лисичка, и даже белый гриб (укалываем каждый палец шипом мячика су-джок).

Тут солнце стало клониться к закату (снимаем прищепки с солнышко). Побежал наш ежик домой, зашел в свою круглую норку и счастливый лег спать. Во сне наш ежик улыбался и видел во сне своих новых друзей (покажите, как улыбается ежик)



Ведь добрыми делами и друзья добрые находятся!

Солнышко вырезать и
заламинировать, либо использовать
картон.



Дорожки для мячика



Круги.

Выполняем действия
шариком исходя из текста.

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.



(массажные движения
указательного пальца)

Хоть и ростом ёжик мал,

(массажные движения среднего
пальца)

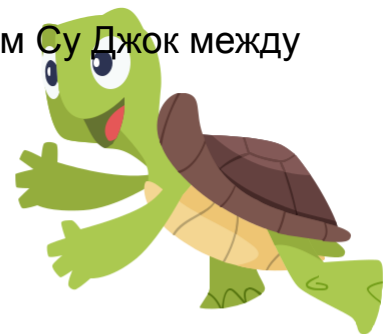
нам колючки показал,

(массажные движения безымянного
пальца)

А колючки тоже

(массажные движения мизинца)
на ежа похожи.

(катаем Су Джок между
ладонями).



Ёжик.

Выполняем действия
шариком исходя из текста.

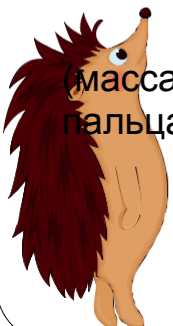
Ёжик, ёжик, хитрый ёж,
на клубочек ты похож.

(катаем Су-Джок между ладонями)

На спине иголки

(массажные движения большого
пальца)

очень-очень колкие.



Упражнение выполняется

шариком сначала на правой руке,
затем на левой.

Шла большая черепаха И
кусала всех от страха,

(катаем 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.

(катаем Су Джок между ладоней).

Ёжик.

Выполняем действия
шариком исходя из текста.

Ежик, ежик колкий, где твои иголки,
(катаем Су- Джок между ладоней)

Нужно бельчонку сшить распашонку,
Починить штанишки шалуну-зайчишке,
Фыркнул ежик, отойдите,

не просите, не спешите,

Если отдам иголки съедят меня волки.

(катаем Су- Джок между ладоней)

Игровые упражнения для детей с Су-Джок шариком:

Массаж пальцев колечком (ребенок поочередно надевает массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики).

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.



«Волшебный шарик».

Этот шарик непростой,

(любujemy шариком на левой ладоньке)

Он колючий, вот какой.

(накрываем правой ладонью)

Будем с шариком играть

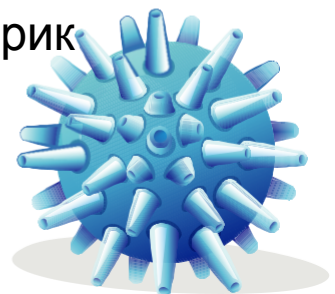
Раз катаем, два катаем

И ладошки согреваем.

(катаем шарик горизонтально)

Катаем, катаем, катаем

Сильней на шарик нажимаем.



И ладошки согревать.
(катаем шарик горизонтально)
Раз катаем, два катаем

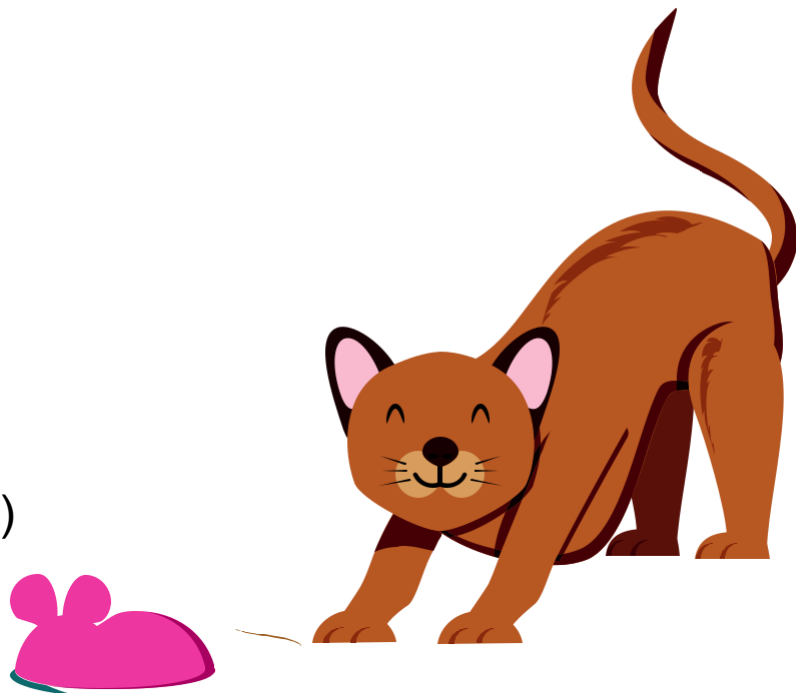
И ладошки согреваем.
(катаем шарик вертикально)

(катаем шарик
вертикально)

Как колобок мы покатаем,
Сильней на шарик
нажимаем.
(катаем шарик в центре
ладошки)

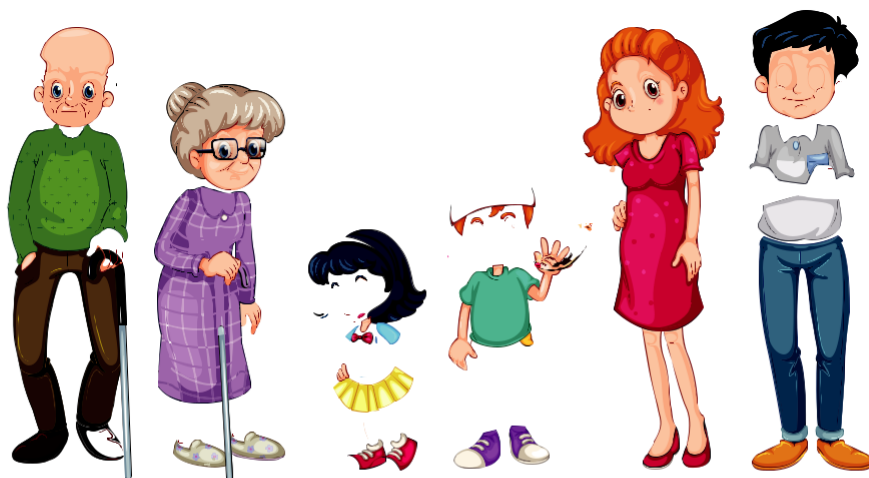
КОТИК

Котик - острый коготок,
Знает в серых мышках толк
(катаем между ладошками,)
Он их ловит, отпускает,
С ними весело играет
(сжимаем между ладошками)
То, что игры для кота,
Для мышат одна беда
(поочерёдно нажимаем подушечками
пальцев на шарик!
И бегут скорей
К милой матушке своей
(быстро катаем между ладошками).



КОРМИЛЕЦ

Пирожок хочу схватить
Маму с папой накормить
(перекладываем из руки в руку,
Только очень горячи
У бабули пирожки



(дуем и перекладываем).

Дам попробовать братишке

И сестрёночке Иришке,

Деду, дяде, тёте-всем,

Ведь нежадный я совсем

(поочерёдно нажимаем пальчиками на шарик!

Накормил свою семью,

Остальное вам даю

(катаем между ладошками).

КОЛЮЧКИ

(ребенок сидит на стуле)

Ножками су-джок катаем,

Так зарядку начинаем,

Вперёд, назад нога идёт,

Ну а потом наоборот

(катаем поочерёдно ногами).

Вот ёжик – тронем мы иголки,

Теперь подходим к старой ёлке,

Хвоинки колют ножки нам,

Они везде: и тут и там

(су-джок лежит между ступнями,

поочерёдно трогаем ногами)



Пальчиковая игра «Зайки на лужайке» (с шариком)

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

На поляне, на 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 зайцы так скакали, (прыгать по ладошке шаром)

Но напрыгались, устали. (положить шарик на ладошку)

Мимо змеи проползали, (вести по ладошке)

«С добрым утром!» - им сказали.

Стала гладить и ласкать

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