

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Использование массажного шарика Су-Джок для развития мелкой моторики и улучшения координации движения пальцев рук»

Давайте поговорим о том, как улучшить координацию движений пальцев рук для подготовки детской руки к письму.

На ряду с пальчиковыми играми, штриховками, лепкой, рисованием можно использовать Су-Джок терапию, которая позволяет повысить потенциальный энергетический уровень ребёнка, обогащает знания о собственном теле, развивает тактильную чувствительность, способствует снижению двигательной и эмоциональной расторможенности, нормализует тонус мышц. Су-Джок используют не только для развития мелкой моторики пальцев рук, но и снятия напряжения, а также с целью общего укрепления организма.

Использовать для игр можно не только массажный шарик, но и металлическое эластичное кольцо.

Игры развивают память, так как ребёнок учится запоминать определённое положение рук и последовательность движений. В результате освоения упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а в дальнейшем облегчит овладение навыком письма. Механический фактор воздействия Су-Джоком способствует усилению обменных процессов, устранению застойных явлений.

Работу с Су-Джок мячиком необходимо проводить в игровой форме, с использованием забавных стихов.

На ладони находится множество биологических активных точек, поэтому эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком с шипами. Прокатывая шарик между ладонями, дети массируют мышцы рук.

Пример стихотворных текстов для массажных движений

Я мячом круги катаю,
Взад-вперёд 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.

(Крупенчук О. И.)

Игры:

«Дорожка»

Шарик положить между ладонями, пальцы прижать друг к другу. Делать массажные движения, катая шарик вперед-назад. При этом можно петь любимые песенки или читать знакомые стихи (например А. Барто).

«Шарик»

Шарик положить между ладонями, пальцы прижать друг к другу. Делать круговые движения, катая шарик по ладоням.

«Клубок»

Держать шарик подушечками пальцев, делать вращательные движения вперед или назад.

«Кнопочки»

Держать шарик подушечками пальцев, с усилием надавить ими на мяч (4-6 раз).

«Прятки»

Зажать шарик в одном кулаке, затем в другом.

Массажные шарики хорошо использовать и при проговаривании чистоговорок.

Можно катать шарик вперед-назад между ладонями, катить шарик к каждому пальцу, вращать подушечками пальцев, нажимать на подушечки пальцев и т.д.

Массаж эластичным кольцом.

Кольцо нужно надеть на палец и массажировать до появления ощущения тепла. Массаж начинают с большого пальца и заканчивают мизинцем. При этом также используются чистоговорки и знакомые стихи.

Литература:

1. Акименко В.М. Новые логопедические технологии: учебно-методическое пособие. Ростов н/Д: Феникс, 2009.
2. Крупенчук О.И. Уроки логопеда: Пальчиковые игры/ Крупенчук О.И.- Лира, 2008.- с.32.
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.