

## Использование Су-Джок терапии в работе с детьми дошкольного возраста

Дроздова Елена Анатольевна  
воспитатель ГБДОУ детский сад №16  
Калининского района Санкт-Петербурга

Доказано, что одним из показателей благополучного физического и нервно-психического развития ребенка является развитие его руки, ручных умений, или, как принято говорить мелкой моторики. По умелости детской руки специалисты на основе современных исследований делают вывод об особенностях развития центральной нервной системы и мозга.

Сенсомоторное развитие в дошкольном возрасте составляет фундамент умственного развития, а умственные способности начинают формироваться рано и не сами собой, а в тесной связи с расширением деятельности, в том числе и общей двигательной, и ручной.

Как сказал Василий Александрович Сухомлинский: «Ум ребенка находится на кончиках его пальцев». Начало развитию мышления дает рука. В процессе деятельности мышцы рук выполняют три основные функции: органов движения, органов познания, аккумуляторов энергии (и для самих мышц, и для других органов).

Если ребенок трогает какой-либо предмет, то мышцы и кожа рук в это время «учат» глаза и мозг видеть, осязать, различать, запоминать.

Как же рука изучает, обследует предметы?

1. Прикосновение позволяет убедиться в наличии предмета, его температуре, влажности и т.д.
2. Постукивание дает возможность получить информацию о свойствах материалов.
3. Взятие в руки помогает обнаруживать многие интересные свойства предметов: вес, особенности поверхности, формы и т.д.
4. Надавливание дает возможность определить, мягкий предмет или твердый, из какого материала сделан.
5. Ощупывание поглаживанием дает возможность определить свойства поверхности.

На сегодняшний день в арсенале педагогов, занятых воспитанием и развитием имеется обширный практический материал, включающий традиционные методы и нетрадиционные технологии.

Одной из таких нетрадиционных технологий является Су-Джок терапия. Разработал Су-Джок терапию южнокорейский профессор Пак Чже Ву. Название технологии образовано от сочетания двух слов: «Су» – кисть, «Джок» – стопа.

Системы соответствия всех органов тела на стопах и кистях – это «дистанционное

управление», созданное для того, чтобы человек мог поддерживать себя в состоянии здоровья с помощью воздействия на определенные точки.

«Су-Джок» с виду – симпатичный шарик с острыми шипами, легкий и гигиеничный, простой в обращении и доступный в любой момент. Внутри таких шариков, как в коробочке, находятся два специальных кольца, сделанное из металлической проволоки, им можно свободно проходить по пальцу вниз и вверх, создавая приятное покалывание.

Попробуйте покатайте шарик между ладонями и ощутите прилив тепла и легкое 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. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук.

### **Достоинства Су-Джок терапии**

Неоспоримыми достоинствами Су-Джок терапии являются:

*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 и педагоги в своей работе, 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)

В педагогической практике применяют Су-Джок – массажеры в виде массажных шариков в комплекте с массажными металлическими кольцами. Шариком можно стимулировать зоны на ладонях, а массажные колечки надеваются на пальчики, воздействуя на всю поверхность пальцев. Ими также можно массировать труднодоступные места между пальцами

Массаж позволяет активизировать межполушарное взаимодействие, синхронизировать работу обоих полушарий мозга. Вначале дети выполняют упражнения, молча, по показу, затем, по мере формирования правильного произношения, проговаривают текст. Позже они произносят тексты самостоятельно.

Цель: использования данной технологии в работе с детьми детского сада: развитие общей, мелкой моторики и речи детей.

Задачи:

1. Воздействие на биологически активные точки по системе Су-Джок. Стимулирование речевых зон коры головного мозга.

2. Коррекция речи с движением. Для реализации задач используем следующие

направления и формы работы:

развитие фонематического слуха и слухового восприятия; коррекция произношения (автоматизация и дифференциация звуков);

совершенствование лексико-грамматических категорий;

совершенствование навыков ориентировки на себе, относительно себя, относительно предмета, в большом и малом пространстве;

развитие зрительного восприятия (цветовосприятие, форморазличение);

развитие внимания, памяти;

развитие общей и мелкой моторики.

### **Приемы Су-Джок:**

*Массаж специальным шариком:*

Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладонками, дети массируют мышцы рук.

*Массаж эластичным кольцом:*

Помогает стимулировать работу внутренних органов. Так как все тело человека проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы, эффективным способом профилактики и лечения болезней является массаж пальцев, кистей и стоп эластичным кольцом. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж зоны соответствующей пораженной части тела, до ее покраснения и появления ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

*Самомассаж еловыми шишками:*

Как мы знаем еловые, сосновые шишки – лучшие природные массажеры. При массаже шишку можно разогреть, распарить, а затем просто покатавать по телу. Если вы полностью здоровы, то шишку можно катать по всему телу. Если что-то болит, то в этом месте или над этим местом шишку надо катать подольше и с небольшим усилием, не причиняя себе боли. Игровой самомассаж шишками сосны, кедра, ели с элементами пальчиковой гимнастики способствует активизации речи, познавательной деятельности, развития мелкой моторики пальцев рук, релаксации и повышения иммунитета детей.

Для детей это прежде всего интересная игрушка, которую первый раз страшно брать в руки, потому что она колючая, но постепенно «волшебный ежик», становится лучшим другом. В работе мы используем различные пальчиковые упражнения как с шариком Су-Джок, так и с эластичным кольцом. Движения могут быть различными: круговые движения шарика между ладонями, перекачивание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони, вращение шарика кончиками пальцев, сжатие шарика между ладонями, сжатие и передача из руки в руку,

подбрасывание шарика с последующим сжатием между ладонями и т.д., в младшем возрасте мы учимся открывать шарик, доставать колечко и закрывать шарик, первое время этот не сложный процесс вызывает затруднения, но постепенно все детки с этим справляются. Каждое упражнение сопровождается небольшим стихотворением, потешкой, песенкой.

Таким образом главная задача **игрового массажа Шариками Су-Джок** – это сочетание весело проведенного времени и стимуляции развития организма, его защитных функций.

### **Литература**

1. Акименко В. М. Новые логопедические технологии: учебно-методическое пособие. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2009. – 105 с.
2. Ивчатова Л.А. Су-джок терапия в коррекционно-педагогической работе с детьми // Логопед. № 1. 2010. – С. 36-38.
3. Крупенчук О.И. Мяч и речь. – СПб.: Дельта, 2001. – 96 с.
4. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. – СПб. Лань, 2002. – 31 с.
5. Швайко Г. С. Игры и игровые упражнения для развития речи. – М., 1983. – 64 с.