**Использование Су – Джок терапии в работе с детьми дошкольного возраста**

*Красулина К.Е., учитель-логопед ВКК.*

В последнее время наблюдается рост числа детей, имеющих нарушения общей, мелкой моторики и речевого развития. На сегодняшний день в арсенале педагогов, занятых воспитанием и обучением детей с такими нарушениями, имеется обширный практический материал, включающий традиционные методы и способы коррекции, так и нетрадиционные технологии.

Одной из нетрадиционных здоровьесберегающих технологий является Су-Джок терапия.

Метод Су-Джок - это ультрасовременное направление акупунктуры, объединяющее древние знания медицины Востока и последние достижения европейской медицины. Создатель метода Су-Джок - южно-корейский профессор Пак Чжэ Ву. В основе его метода лежит система соответствия, или подобия, кистей и стоп всему организму в целом. По мнению самого автора, кисти и стопы являются, "пультами дистанционного управления" здоровьем человека. На кистях и стопах в строгом порядке располагаются биологически активные точки, соответствующие всем органам и участкам тела. Соответственно, воздействуя на эти точки, можно влиять на определенный орган человека, регулировать функционирование внутренних органов. Таким образом, с помощью Су-Джок терапии доступно лечить любую часть тела, любой орган, не прибегая к помощи врача.

Су-Джок терапию можно и нужно использовать в коррекционных целях наряду с пальчиковыми играми, мозаикой, штриховкой, лепкой, рисованием. Упражнения с использованием Су-Джок обогащают знания ребенка о собственном теле, развивают тактильную чувствительность, мелкую моторику пальцев рук, опосредованно стимулируют речевые области в коре головного мозга, а так же способствуют общему укреплению организма и повышению потенциального энергетического уровня ребенка. Кроме того, они помогают организовать занятия интереснее и разнообразнее, создают благоприятный психофизиологический комфорт детям во время занятия.

Приемами Су-Джок терапии являются массаж кистей специальными шариками и эластичными кольцами, массаж стоп. Вся работа по данному методу проводится с помощью Су-Джок стимуляторов-массажеров, один из которых представляет собой шарик – две соединенные полусферы, внутри которого, как в коробочке, находятся два специальных кольца, сделанных из металлической проволоки так, что можно их легко растягивать, свободно проходить ими по пальцу вниз и вверх, создавая приятное покалывание. Формы работы с Су-Джок – самые разнообразные. Прежде всего, это различные пальчиковые упражнения как шариком Су-Джок, так и с эластичным кольцом. Движения могут быть различными - круговые движения шарика между ладонями, перекатывание 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 между ладонями и т.д. Каждое упражнение сопровождается небольшим стишком, потешкой и т.д.

Эту работу можно проводить в течение 1-2 минут перед выполнением заданий, связанных с рисованием, лепкой, письмом, проводить в качестве пальчиковой гимнастики во время динамической паузы на занятиях.

***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.

Попробуйте покатать его между ладонями - тут же ощутите прилив тепла и лёгкое покалывание.

***Приемы Су – Джок терапии:***

Массаж специальным шариком.

Массаж эластичным кольцом.

Массаж стоп.

Ручной массаж кистей и пальцев рук. Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей.

***Рассмотрим некоторые формы работы с детьми:***

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

***Катаем между ладошек, говорим:***
Я катаю свой орех, чтобы был круглее всех.
***По тыльной стороне ладони:***Ёжик ежится у елки, укололся об иголки.
Я колючий серый ёж, и на шарик я похож.
***По щеке катаем круговыми движениями:***
Можжевельник всем хорош, Зря его боится ёж. Можжевельник он полезный, Лечит он от всех болезней.
***По второй щеке:***И у пихты, и у елки очень колкие иголки, Но еще сильней, чем ельник, всех уколет можжевельник.
***По лбу катаем (от середины лба влево и вправо), говорим:***Я катаю колобок, будет круглый каждый бок.

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

- эта птичка соловей,
- эта птичка воробей,
- эта птичка совушка, сонная головушка,
- эта птичка свиристель,
- эта птичка коростель,
- это зяблик,
- это стриж,
- это развеселый чиж,
- это птичка скворушка, серенькое перышко,
- ну а это злой орлан.
Птички, птички, по домам! (сжимаем все пальчики в кулачок).

**3. Рассказывание сказок с использованием шарика**

**СКАЗКА «ЁЖИК»**

Жил был ёжик (показываем шарик-массажёр).

Он был колючий (обхватываем ладонью правой, затем левой руки).

Как-то раз, пошёл он погулять (катаем по кругу на ладони).

- Пришёл на полянку, увидел короткую тропинку и побежал по ней (катаем от ладони к мизинчику и обратно),

- вернулся на полянку (катаем по кругу на ладони),

- опять побежал по полянке (катаем между ладонями по кругу),

- заметил речку, побежал по её бережку (катаем по безымянному пальцу),

- снова вернулся на полянку (между ладонями),

- посидел, отдохнул, погрелся на солнышке, увидел длинную тропинку и побежал по ней (катаем по среднему пальчику),

- вернулся на полянку и увидел горку, решил забраться туда (слегка поднимаем указательный пальчик (горка) и водим шариком по нему).

- Потом ёжик покатился вниз и снова оказался на полянке (движение по кругу на ладони),

- увидел деревце и оббежал вокруг него (катаем вокруг большого пальчика, подняв его).

Стало ёжику жарко, он высунул свою мордочку навстречу прохладному ветерку.

Дыхательная гимнастика: Вдох через нос, выдох на ладонь руки, повторить 2 раза.

Открываем шарик и достаём массажное колечко. Поочерёдно надеваем его на каждый палец ведущей руки, движения вверх-вниз несколько раз.

- Ёжик увидел грибок и поспешил сорвать его (на большой палец),

- заметил цветочек и понюхал его (на указательный),

- нашёл красивый листочек и подбежал его посмотреть (на средний),

- приметил ягодку и сорвал её (на безымянный),

- нашёл шишку и взял её для своей мамы в подарок (на мизинчик).

Ёжик так весело гулял по лесу, что не заметил, как стало темнеть. Наступал вечер. Довольный прогулкой он отправится домой (закрываем шарик, катаем между ладонями).

Это лишь некоторые примеры использования Су – Джок терапии в нашей работе. Творческий подход, использование альтернативных методов и приемов способствуют более интересному, разнообразному и эффективному проведению образовательной и совместной деятельности педагогов и детей в детском саду.

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



***Желаю удачи!***