

Су-Джок терапия в работе с детьми раннего и дошкольного возраста

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 технологий является Су-Джок терапия. Метод Су-Джок - это ультрасовременное направление акупунктуры, объединяющее древние знания медицины Востока и последние достижения европейской медицины.. В переводе с корейского «Су» – кисть, «Джок» – стопа.

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. Су-Джок терапию можно и нужно использовать в работе с детьми 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

Целью использования упражнений с шариком Су-Джок в работе является воздействие на биологически активные точки, стимулировать речевые зоны коры головного мозга.

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.

Эта система настолько проста и доступна, что освоить ее может даже ребенок. Метод достаточно один раз понять, затем им можно пользоваться

Этапы проведения Су – Джок терапии на занятиях по развитию речи:

- I этап. Знакомство детей с Су-Джок, правилами его использования.
- II этап. Закрепление знаний в упражнениях, играх.
- III этап. Самостоятельное использование шарика Су-Джок в соответствии с потребностями и желаниями.

Приемами Су-Джок терапии являются массаж кистей специальными шариками и эластичными кольцами, массаж стоп. В работе воспитателя можно использовать 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. Ими можно массировать труднодоступные места.

Формы работы с Су-Джок – самые разнообразные:

Массаж специальным шариком. Массаж эластичным кольцом. Ручной массаж кистей и пальцев рук. Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей; 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. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук. **Массаж эластичным кольцом** помогает стимулировать работу внутренних органов. Рассмотрим подробнее приёмы работы с шариком:

- удерживать шарик на расправленной ладони каждой руки
- сжимать шарик в кулачок, надавливая 5-10 сек, а затем раскрывать ладонь, полностью разводя пальцы в стороны и удерживать в центре ладони 5-10 сек.
- каждым пальчиком надавливать на иголки шарика каждой руки.
- надавливать щепотью каждой руки на иголки шарика
- сжимать шарик кончиками пальцев каждой руки.
- захватывать колющий шарик тремя пальчиками и стучать им по столу. двигаться по поверхности стола.
- вращать шарик между ладонями по часовой и против часовой стрелки
- прокатывать шарик в ладонях вперед и назад, проходя всю поверхность кисти.
- 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.

Вот некоторые варианты работы с детьми с шариком:

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

Этот шарик непростой, - (любуюемся шариком на левой ладошке)

Он колючий, вот какой. - (накрываем правой ладонью)

Будем с шариком играть - (катаем шарик горизонтально)

И 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 руку правую возьмём,

В кулачок его сожмём.

(Выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке)

В руку левую возьмём,

В кулачок его сожмём.

(Выполняем движения в соответствии с текстом)

Мы положим шар на стол

И посмотрим на ладошки,

И похлопаем немножко,

Потрясём свои ладошки.

«Шарик»

Шарик я открыть хочу.

Правой я рукой кручу.

Шарик я открыть хочу.

Левой я рукой кручу.

Крутить правой рукой правую половинку шарика, левой рукой левую половинку шарика.

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

«Дорожка»

Кольцо на пальчик надеваю.

И по пальчику качу.

Здоровья пальчику желаю,

Ловким быть его учу.

3. Речевые игры с шариком.

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 ягоду 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).

4. Прокатывание шарика по лабиринту. Например, « Помоги ёжику добраться до грибка».

Для развития фонематического восприятия можно рекомендовать игры: «Если звук услышат ушки- подними шар над макушкой»; «Шарик мы ладошкой стук, если слышим нужный звук» ; « Телеграфисты» (нужно простучать шариком так, как простучит педагог). « Спрячь шарик в ладошке, когда замяукает кошка»(зарычит собака, прокукарекает петушок и т.д.) Для более старшего возраста: «Синий шар кати, согласный звук мне назови» «Спрячь шарик в ладонях, если звука «С» нет в слове»

Для автоматизации звуков игры: «Шарик мы ладошью «стук», повторяем в слове звук.»; «Шарик мне назад верни, слово (слоги) верно повтори».

Развитие лексико- грамматических категорий: Игры: «Шар лови, пять овощей назови» «Назови ласково» «Скажи наоборот» «Один – много» «Какой? Какая? Какое?»

Для развития памяти, внимания упражнение « Веселое колечко»

Педагог надевает поочередно колечко на пальцы правой руки ребенка, начиная с большого пальца, проговаривая: « Колечко, колечко на большом пальчике твое местечко (и т. д.) . На другой руке ребенок самостоятельно пытается повторить движения с колечком, называя пальцы рук.

Использование Су-Джок шаров для совершенствования навыков пространственной ориентации, ориентировки в схеме тела, развития памяти, внимания.

«Лево – право различаю, каждый свой я пальчик знаю»

«Слушай и запоминай, повторяй и выполняй»

Ребёнка просят надеть колечко на определённый палец.

«Глазки закрывай, на каком колечко пальце, угадай»

Использование шариков при совершенствовании навыков употребления предлогов.

«Ловко с шариком играем и предлоги называем

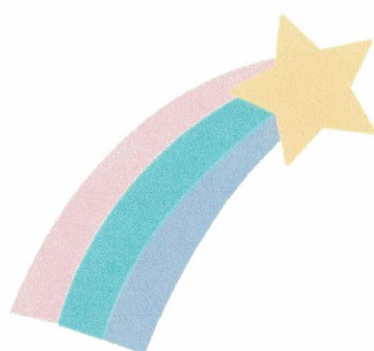
На столе коробка, по инструкции воспитателя ребенок кладет шарики соответственно: красный шарик - в коробку; синий – под коробку; зеленый – около коробки.

Использование шариков для слогового анализа слов.

Упражнение «Раздели слова на слоги»: Ребенок называет слог и берет по одному шарiku из коробки»

«По слогам словечко называй и на каждый слог шарик доставай»

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



СУ-ДЖОК терапия

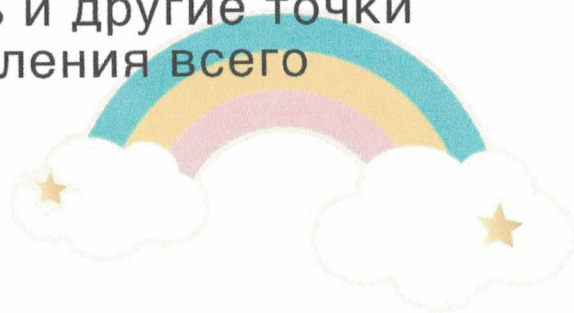


Су-Джок - стимулятор-массажёр, представляет собой пластмассовый шарик с небольшими шипами, разделённый на две половинки. Внутри него находятся два кольца. Колечки сделаны из эластичной, металлической проволоки и очень хорошо растягиваются. Массаж ладоней проводится шариком, а колечками мы массируем пальчики.

Определив зоны соответствия речеобразующих органов и систем, можно воздействовать на них с целью профилактики и коррекции речевых нарушений.

За речь отвечают две зоны, находящиеся в коре головного мозга. Зона Вернике – отвечает за восприятие речи и зона Брока – за произношение звуков. По теории Су-Джок точки соответствия этим зонам, это верхние фаланги пальцев. Поэтому при массаже Су-Джок шариком, необходимо уделять внимание именно этой части кистей рук.

Однако, учитывая всё выше изложенное, необходимо стимулировать и другие точки соответствия, для оздоровления всего организма.



ТОЧКИ СООТВЕТСТВИЯ—

волшебное зеркало нашего организма.
Воздействие через руки проходит на проекции
органов всего организма.

