

**Консультация для педагогов
«Су-Джок терапия в детском саду»**

**воспитатель Ступина Е.А.
высшая категория**

Что же такое Су-Джок?

Это в первую очередь самомассаж, который является частью логопедической работы: данный вид массажа не только полезен, но и очень интересен детям и положительно сказывается на самочувствии.

- Нормализует мышечный тонус, развивает координацию движений и мелкой моторики;
- Активизирует области коры головного мозга, способствует установлению межполушарных связей;
- Использование элементов Су-Джок терапии в различных видах деятельности.
- Совершенствуются навыки пространственной ориентации, развивается память, внимание.

Технология интересна тем, что подобные упражнения можно проводить не только логопедам и педагогам в детском саду, но и дома самими родителями.

Этот кругленький дружок

Этот шарик разноцветный

Покатаем мы в руках

Чтобы легче было думать,

Сила чтоб была в руках

Покатаем по ладошкам

Он откроется вот так!

Там, волшебное колечко

Не большое, ни малое,

В гости к пальчикам заходит

Всем оно подходит .

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.

Это работу можно проводить перед выполнением заданий, связанных с рисованием и письмом в течении одной минуты для того чтобы снять напряжение и подготовить свои пальцы к работе.

Все движения шариком сопровождаются в соответствии с текстом стихов или потешек.

Массаж Су-Джок шарами:

Это шарик не простой,

Он колючий, вот какой. (любимся шариком на левой ладошке, закрываем его правой рукой)

Будем с шариком играть,

Своим ручкам помогать. (катаем шарик горизонтально между ладонями)

Раз катаем, два катаем

И ладошки согреваем. (катаем шарик вертикально)

Катаем, катаем, катаем

Сильней на шарик нажимаем. (катаем шарик вертикально, нажимаем до покалывания)

Как колобок мы покатаем,

Сильней на шарик нажимаем. (катаем шарик в центре ладошки по кругу)

В ручку правую возьмём,

В кулачек его сожмем.

Раз сжимаем, два сжимаем

Шарик мы не выпускаем. (выполняем движения в соответствии с текстом в правой руке)

В руку левую возьмем
В кулачек его сожмём.
Раз сжимаем, два сжимаем
Шарик мы не выпускаем. (выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке)
Мы положим шар на стол
И посмотрим на ладошки,
Есть у нас на них горошки? (кладём шарик на стол и смотрим, есть ли на них ямочки от шарик)
Мы похлопаем немножко,
Потрясём свои ладошки
Мы немножко отдохнём,
Заниматься мы начнём.

Массаж пальца эластичным кольцом (Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики, упражнение выполняется колечком-пружинкой сначала на правой руке, а затем на левой, надувая на каждый пальчик руки)

Раз, два, три, четыре, пять!
Пружинку будем мы катать!
Вот нашли большой мы пальчик.
Он попрыгает, как зайчик!
Ты, пружиночка катись!
И пружинку покатаем.
Ты, пружиночка, катись!
Где ты, наш середнячок,
Ты ложись-ка на бочек!
Ты, пружиночка, катись!
Кольца любит безымянный
Покажись-ка, наш желанный
Вверх- вниз, вверх-вниз
Ты, пружиночка, катись!
Вот наш пальчик маленький
Самый он удаленький!
Ты, пружиночка, катись!
Мы пружиночки, снимаем
Свои пальчики считаем. 1,2,3,4,5!1,2,3,4,5!
А сейчас мы проверяем
На двух ручках посчитаем!
1,2,3,4,5! Мы закончили играть.
Пальчики свои встряхни
И немного отдохнем!

Ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука Ж.

Ходит ежик без дорожек,
Не бежит ни от кого.
С головы до ножек
Весь в иголках ежик.
Как же взять его?