учитель -логопед Елина О.Б.

Консультация для родителей

Тема: «Использование су-джок терапии с детьми дошкольного возраста»

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма – одна из основных проблем в современном обществе. Дошкольный возраст наиболее ответственный период в жизни каждого человека. Именно в этом возрастном периоде закладываются основы здоровья.

Медицинские работники, родители и педагоги повсеместно констатируют отставание, нарушения, несоответствия нормам в развитии детей, неполноценность их здоровья.

В настоящее время идёт постоянный поиск новых и совершенствование старых форм, средств и методов оздоровления детей дошкольного возраста в условиях организованных детских коллективов. Одним из таких методов является Су- Джок терапия. Принцип действия, которого заключается в законе соответствия: кисть и стопа подобны человеческому телу – они имеют объёмную часть, и пять отходящих лучей. Если кисть опустить вниз и пальцы слегка развести, будет понятно, что большой палец – это голова и шея, указательный и мизинец – руки, безымянный и средний – ноги. Линия, которая делит кисть на две части, соответствует позвоночнику. На большом пальце отражены наиболее важные органы: мозг, органы зрения и слуха. Его внутренняя сторона – лицо, внешняя – затылок.

Каждому органу нашего тела соответствует определённое место на наших ладонях и стопах. Если какой-то из внутренних органов болен или ослаблен, его можно оздоровить с помощью массажа «точек здоровья» на руках и стопах.

Оздоровительный массаж рук по «точкам здоровья» проводится под руководством взрослого в игровой форме, что благоприятно воздействует на психоэмоциональную устойчивость и физическое здоровье, а также развивает у детей самостоятельность, активность, умение заботиться о своём здоровье.

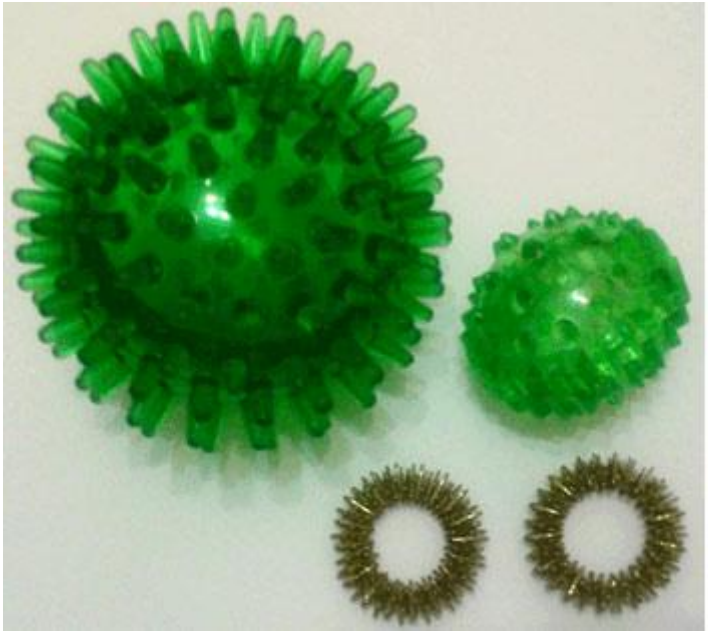
***Приемы Су – Джок терапии*:**

Массаж специальным шариком. Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» колечко.

И следующий прием это: *Массаж эластичным кольцом,* которое 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 появлении ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

Эластичные кольца

С помощью шаров – «ежиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.



Су-джок шары

Ручной массаж кистей и пальцев рук. Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека.

Во время деятельности происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики).

Упражнения с шариком массажером Су – Джок:

1. Берём 2 массажные шарика и проводим ими по ладоням ребёнка *(его руки лежат на коленях ладонями вверх)*, делая по одному движению на каждый ударный слог:

Гладь мои ладошки, ёж!

Ты колючий, ну и что ж!

Потом ребёнок гладит их ладошками со словами:

Я хочу тебя погладить,

Я хочу с тобой поладить.

2. На поляне, на лужайке */катать шарик между ладонями/*

Целый день скакали зайки. */прыгать по ладошке шаром/*

И катались по траве, */катать вперед – назад/*

От хвоста и к голове.

Долго зайцы так скакали, */прыгать по ладошке шаром/*

Но напрыгались, устали. */положить шарик на ладошку/*

Мимо змеи проползали, */вести по ладошке/*

«С добрым утром!» - им сказали.

Стала гладить и ласкать

Всех зайчат зайчиха-мать. */гладить шаром каждый палец/*

3. Шла медведица спросонок, */шагать шариком по руке/*

А за нею – медвежонок. */шагать тихо шариком по руке/*

А потом пришли детишки, */шагать шариком по руке/*

Принесли в портфелях книжки.

Стали книжки открывать */нажимать шариком на каждый палец/*

И в тетрадочках писать.

Игровые упражнения для развития мелкой моторики с использованием «ёжика» Су Джок:

Лошадки

Вот помощники мои

Вот помощники мои. *(показать пальцы*)

Их, как хочешь поверни.

По дорожке белой, гладкой

Скачут пальцы, как лошадки. (*шариком провести по руке, до локтя*)

Чок, чок, чок,

Чок, чок, чок –

Скачет резвый табунок. (*повторить с другой рукой*)

На лужок

На лужок пришли зайчата ,

Медвежата, барсучата,

Лягушата и енот.(*поочередно надеваем кольцо на каждый палец*)

На зеленый ты лужок

Приходи и ты, дружок!(*катаем шарик по ладошке*)

Капуста

Мы капусту рубим, рубим, *(ребром ладони стучим по шарику*)

Мы капусту солим, солим, (*подушечками пальцев трогаем шарик*)

Мы капусту жмем, жмем (*потираем ладошками о шарик*)

Мы морковку трем, трем (*сжимаем шарик в кулачке)*

Рыбки

Рыбки весело резвятся

В чистой тепленькой воде, (*перекидывать шарик из руки в руку*)

То сожмутся, разожмутся,

То зароются в песке, (*сжимать, разжимать шарик в кулачке)*

Игрушки

На большом диване в ряд

Куклы Катины сидят:

Два медведя, Буратино,

И веселый Чиполлино,

И котенок, и слоненок. (*поочередно катаем шарик Су -Джок к каждому*

Раз, два, три, четыре, пять. *пальчику, начиная с большого*)

Помогаем нашей Кате

Мы игрушки сосчитать.

Вот все пальчики мои

Вот все пальчики мои

Их, как хочешь, поверни-

И вот этак, и вот так,

Не обидятся никак.

Раз, два, три, четыре, пять,

Не сидится им опять.

Постучали, (*постучать пальцами о шарик*)

И работать захотели.

Дали ручкам отдохнуть,

А теперь обратно в путь.

С помощью шаров – «ежиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.