

## **«Су-джок терапия» в коррекционной работе воспитателя**

Су-джок терапия – это достижение восточной медицины. В переводе с корейского языка Су- кисть, Джок – стопа. Разработана южнокорейским ученым профессором Паком Дже Ву. Всю свою жизнь он изучал древние восточные манускрипты об устройстве человека и штудировал труды по акупунктуре. Но полученные многочисленные знания никак не укладывались в систему, но однажды ученый во сне увидел странный образ – Человека-руку спускающегося с неба. Кореец сразу проснулся с криком «Эврика» упал на пол. Так у него появилась идея создать систему терапии Су-джок.

В коррекционно-развивающей работе приемы Су-джок активно используются в качестве массажа при дизартрических расстройствах, для развития мелкой моторики пальцев рук, а также с целью общего укрепления организма. Использование тренажеров Су-джок благотворно влияет на речевую активность детей и положительно сказывается на коррекции речевых нарушений.

### **Направления работы с использованием массажеров Су-джок:**

- выполнение пальчиковой гимнастики;
- развитие фонематического восприятия;
- выполнение дыхательных и голосовых упражнений;
- коррекция звукопроизношения (автоматизация и дифференциация звуков);
- развитие лексико-грамматических категорий;
- развитие буквенно-звукового анализа слов;
- развитие слоговой структуры слов;
- развитие связной речи;
- развитие психических процессов.

### **Главные достоинства Су-джок терапии:**

- высокая эффективность
- абсолютная безопасность
- универсальность метода
- доступность метода для каждого человека
- простота применения.



Приемы Су-джок терапии, используемые в работе с детьми с нарушениями речи:

1. Массаж массажным шариком Су-джок.

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

Пример:

«Дорожка». Шарик положить между ладонями, пальцы прижать друг к другу. Делать массажные движения, катая шарик вперед-назад.

«Шарик». Шарик положить между ладонями, пальцы прижать друг к другу. Делать массажные движения, катая шарик по ладоням.

«Клубок». Держать шарик подушечками пальцев, делать вращательные движения вперед или назад.

«Кнопочки». Держать шарик подушечками пальцев, с усилием надавить или на мяч (4-6 раз)

«Прятки». Зажать шарик в одном кулаке, затем в другом.

2. Массаж эластичным кольцом.

Массаж эластичным кольцом помогает стимулировать работу внутренних органов. Поскольку все тело человека проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы, то 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. Можно использовать речевой материал по лексическим темам, например: *«Игрушки»*.

У Павлуши есть игрушки:

Вот веселая лягушка *(надеть массажное кольцо на большой палец)*

Вот железная машина *(надеть м.кольцо на указательный палец)*

Это мяч. Он из резины *(надеть м.кольцо на средний палец)*

Разноцветная матрешка *(надеть м.кольцо на безымянный палец)*

И с хвостом пушистым кошка *(надеть м.кольцо на мизинец)*

*«Овощи»*

Собираем мы в лукошко

И морковку и картошку.

Огурцы, фасоль, горох

Урожай у нас не плох. *(дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец проговаривая стихотворение).*

*«Домашние животные»*

Здравствуй, котенок!

Здравствуй, козленок!

Здравствуй, теленок!

Здравствуй, ягненок!

Здравствуй веселый, смешной поросенок! *((дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец проговаривая стихотворение)).*

### 3. Массаж массажным мячиком.

Массировать этим мячиком можно руки, ноги, спину и даже голову.

Благодаря колючей поверхности такого мячика происходит воздействие на кожу, мышцы и нервные окончания, таким образом стимулируя различные точки на теле ребенка. Мячики бывают резиновые, силиконовые, с колючками или пупырышками, с разным диаметром и разной твердостью.

Упражнения с массажным мячиком:

- взять в руки мяч и покатавать его вперед и назад по ладошке.
- покатавать мяч круговыми движениями по ладошке в одну и в другую сторону.
- катать мячик по столу с разной силой надавливания (слабо-сильно).
- катать мячик по внешней стороне руки до локтя и обратно. Затем на другой руке.
- сжимать и разжимать мячик в одной руке, затем в другой.
- подбрасывать в воздух мячик и ловить его.
- зажать мячик между ладонями, пальцы сцепить в «замок», локти направить в стороны. Надавить ладонями на мяч (4-6 раз).

Для разнообразия занятия можно использовать такой массаж с грецким орехом в скорлупе, каштаном, еловой шишкой, желудем, круглой расческой.

При выполнении массажа можно использовать речевой материал в соответствии с текстом, например:

Пустим ежика на стол *(катать мячик по столу правой рукой)*

Ручкой ежика прижмем *(сильно ладошкой надавить на мячик)*

И немножко покатаем... *(катать мячик по столу)*

Потом ручку поменям. *(катать мячик по столу левой рукой).*

.....

У меня колючий мяч *(катать мяч между ладонями вперед-назад)*

Прыгать может, как циркач. *(прыгать по ладошке мячиком)*

Буду с ним сейчас играть *(покатать мячик круговыми движения по ладошке в одну сторону)*

Свои ручки разминать. *(покатать мячик круговыми движения по ладошке в другую сторону).*

В руку правую возьму *(взять мяч в правую руку)*

Пальцами сжимать начну *(сжимать и разжимать мячик в руке)*

В руку левую возьму *(взять мяч в левую руку)*

Крепко пальцами сожму. *(сжимать и разжимать мячик в руке).*

#### 4. Ручной массаж кистей и пальцев рук.

Массаж пальцев и ногтевых пластин кистей очень полезен и эффективен. 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 палец. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека.

Упражнение «Точилка»

- Мы точили карандаш,

Мы вертели карандаш.

Мы точилку раскрутили,

Острый кончик получили. *(сжать одну руку в кулачок, вставить в него поочередно по одному пальцу другой руки и прокручивать влево-вправо каждый пальчик по 2 раза).*

#### 5. Массаж стоп.

Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, массажным коврикам, коврикам с пуговицами, массажным мячиком и т.д.

*Правила выполнения массажа с использованием массажных шариков:*

- воздействие должно быть приятным и не вызывать негативной реакции у ребенка;

- массаж проводить до появления слегка розового цвета кожи и ощущения тепла;

- проводить массаж, если ребенок хорошо себя чувствует, у него нет температуры, сыпи и других проявлений кожных или инфекционных заболеваний;

- не оставлять надолго эластичное кольцо на пальцах в одном положении, чтоб не нарушить кровообращение.

-избегать интенсивных движений, чтобы не травмировать нежную кожу ребенка.

В результате использования Су-джок терапии: осуществляется благоприятное воздействие на весь организм, стимулируют речевые зоны коры головного мозга, развивается координация движений и мелкая моторика, развиваются произвольное поведение, внимание, память, речь и другие психические процессы, необходимые для становления полноценной учебной деятельности.

Вариативность использования в логопедической практике разнообразных методов и приемов развития ручного праксиса и стимуляция систем соответствия речевых зон по Су-Джок позволяет сократить сроки и повысить качество коррекционной работы.