

## Рекомендации по использованию «Су-джок терапии»

Подготовила: воспитатель Дороненкова С.А.

На протяжении учебного года я внедряла в работу с детьми элементы «Су-джок терапии» с целью развивать мелкую моторику рук в процессе пальчиковых игр с помощью массажера су - джок.

Исходя из данной цели были поставлены следующие задачи:

- стимулировать проекции речевых областей в коре головного мозга;
- формировать произвольные, координированные движения пальцев рук;
- развивать зрительно – моторную координацию;
- развивать психические процессы, необходимые для становления полноценной учебной деятельности;
- внедрение здоровьесберегающей технологии в образовательный процесс.

Неоспоримыми достоинствами Су – Джок терапии являются: высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект; абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто неэффективно; универсальность - Су – Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях; простота применения – для получения результата проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су – Джок массажеров, он свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат.



С целью закрепления проведенной работы и полученных результатов рекомендую, уважаемые родители, использовать массажные шарики и игровые упражнения в течение летнего периода. В помощь вам тексты и движения.

#### КОМПЛЕКС «РАЗМИНКА»

Мячик сильно посжимаю

И ладошку поменяю.

(сжимать мячик правой рукой, затем левой)

«Здравствуй, мой любимый мячик! »

Скажет утром каждый пальчик.

(надавливать на мяч указательным и большим пальцем, затем средними большим, безымянным и большим, мизинцем и большим пальцем)

Крепко мячик обнимает,

Никуда не выпускает.

(крепко сжать мяч указательным и большим пальцем)

По столу круги катаю,

Из-под рук не выпускаю.

Взад-вперед его качу;

Вправо-влево — как хочу.

(катать мяч ладонью правой руки вправо-влево, назад – вперед)

Танцевать умеет танец

(катать мяч кончиками пальцев правой руки: указательным, средним, безымянным и мизинцем)

Мячик пальцем разминаю,

Вдоль по пальцам мяч гоняю.

(катать мяч всей длинной пальцев правой руки)

Мячик мой не отдыхает —

Он по пальчикам гуляет.

(покалывание мячиком всех пальцев левой и правой руки)

Поиграю я в футбол

И забью в ладошку гол.

(прокатывание мяча от одной ладони к другой)

Сверху левой, снизу правой

Я его катаю — браво.

(левой ладонью катать мяч по правой ладони)

Поверну, а ты проверь —

Сверху правая теперь!

(правой ладонью катать мяч по левой ладони)

Есть у нас игрушки:

(перекладываем мячик из руки в руку, сжимая его)

Пластмассовые погремушки,

Мишки мягкой меховой,

Мяч резиновый цветной,  
Кубик деревянный.  
Солдатик оловянный,  
Шарик лёгкий надувной,  
(нажимаем мячиком на каждый пальчик)  
Я люблю играть с тобой.  
(перекладываем мячик из руки в руку, сжимая его)

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 книжку открывать  
(нажимать шариком на каждый палец)  
И в тетрадочках писать.  
- Непоседам всем урок –  
Непослушный колобок  
Бегал, прыгал, баловался,  
Побежал и потерялся!

Есть у нас ракеты, танки,  
Кораблей могучий строй.  
Самолёты спозаранку  
Берегут земли покой.

(прокатывают мяч по каждому пальцу)

Под водою, в небе синем.

В чистом поле и в лесу.

Верно воины России

Службу нужную несут.

(сжимают и разжимают поочерёдно кулачки с мячиком)

Рыбки плавали, ныряли

В чистой тёпленькой воде,

(катать мячик по всей круговыми движениями)

То сожмутся,

(сжать мячик в ладони)

Разожмутся.

(раскрыть ладони)

То зароются в песке.

(катать мячик по ладони)

Повторить для другой руки.

Прилетела к нам вчера.

(катать мячик по всей ладони круговыми движениями)

Полосатая пчела.

А за нею шмель – шмельёк

И весёлый мотылёк.

Два жука и стрекоза,

Как фонарики глаза.

(прокатывание мячика по каждому пальчику)

Пожужжали, полетали,

От усталости упали.

(прокатывание мячика прямыми движениями вперёд – назад по ладони).

Желаю вам творческих успехов!