

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 19 с. Камбилеевское» МО-Пригородный район РСО-Алания

Мастер - класс для воспитателей:

*«Использование приёмов Су-Джок терапии
в работе с дошкольниками»*



Подготовила и провела:
Короева Илона Хадзимуратовна

2021г

В настоящее время наблюдается рост числа детей, имеющих нарушения общей, мелкой моторики, познавательного, эмоционально-волевого и речевого развития.

Уважаемые воспитатели! Представляю вашему вниманию нетрадиционную технологию работы – Су-Джок терапия ("Су" – кисть, "Джок" – стопа). Она является одним из эффективных приемов, обеспечивающих развитие познавательной, речевой, эмоционально-волевой сфер ребенка.

Данная технология – достижение восточной медицины. Разработана она южно-корейским профессором Пак Чже Ву. В основе его метода лежит система соответствия, или подобия, кистей и стоп всему организму в целом.

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.

Упражнения с использованием Су-Джок развивают тактильную чувствительность, мелкую моторику пальцев рук, опосредованно стимулируют речевые области в коре головного мозга, а также способствуют общему укреплению организма и повышению потенциального энергетического уровня ребенка. Кроме того, они помогают организовать непосредственно образовательную деятельность интереснее и разнообразнее, создают благоприятный психофизиологический комфорт для детей во время непосредственно образовательной деятельности.

В практике воспитатели применяют 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.

На кистях рук имеются точки, которые взаимосвязаны с различными зонами коры головного мозга. Поэтому, определив зоны соответствия речеобразующих органов и систем, можно воздействовать на них с целью профилактики и коррекции речевых нарушений. За речь у человека отвечают, главным образом, две зоны, находящиеся в коре головного мозга — это зона Вернике, которая отвечает за восприятие речи. И зона Брока, отвечающая за экспрессивную речь – произнесение звуков самим человеком.

Из этого следует, что для стимуляции речевого развития воздействовать надо на точки соответствия головному мозгу. По теории Су-Джок, это верхние фаланги пальцев. И при массаже Су-Джок шариком особое внимание нужно уделять именно этим участкам кисти руки, но в тоже время, воздействие на точки соответствия других органов благотворно влияет на самочувствие, приводит в тонус организм, поднимает настроение и, следовательно, достигается дополнительный благотворный эффект от массажа.

Приемы работы Су – Джок массажером:

1. Массаж специальным шариком.
2. Массаж эластичным кольцом. Пружинные кольца надеваются на пальчики ребенка и прокатываются по ним, массируя каждый палец до его покраснения и появления ощущения тепла.

Формы работы с детьми:

1. Пальчиковая гимнастика в стихах с применением Су-Джок шарика – уникальное средство для развития речи ребенка.

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.

Ежик колет нам ладошки,
Поиграем с ним немножко.
Ежик нам ладошки колет –
Ручки к школе нам готовит.
Мячик-ежик мы возьмем, (подбрасываем мячик вверх)
Покатаем и потрем. (Прокатываем между ладошек)
Вверх подбросим и поймаем, (опять подбрасываем мячик)
И иголки посчитаем. (Пальчиками мнем иголки мячика)
Пусть ежика на стол, (кладем мячик на стол)
Ручкой ежика прижмем (ручкой прижимаем мячик)
И немножко покатаем... (катаем мячик)
Потом ручку поменяем (меняем руки)

Массировать следует не только кончики пальцев, но и всю поверхность ладони. Это могут быть круговые движения шарика между ладонями, перекачивание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони, вращение шарика кончиками пальцев, сжатие шарика между ладонями, сжатие и передача из руки в руку, подбрасывание шарика с последующим сжатием между ладонями и т.д.

При массаже пальцев эластичным кольцом, дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, сначала на правой, затем на левой руке, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

2. Использование Су – Джок шаров при автоматизации звуков.

Чтобы процесс массажа не показался детям скучным, используется стихотворный материал, и одновременно с массажным эффектом происходит автоматизация поставленного звука в речи.

Ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука.

На правой руке:

Этот малыш-Илюша, (на большой палец)

Этот малыш-Ванюша, (указательный)

Этот малыш-Алеша, (средний)

Этот малыш-Антоша, (безымянный)

А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья. (мизинец)

На левой руке:

Эта малышка-Танюша, (на большой палец)

Эта малышка-Ксюша, (указательный)

Эта малышка-Маша, (средний)

Эта малышка-Даша, (безымянный)
А меньшую зовут Наташа. (мизинец)

3. Использование Су-Джок шаров при совершенствовании лексико-грамматических категорий.

Упражнение «Один-много». Педагог: «Я прокатываю вам «чудо-шарик» по столу, называя предмет в единственном числе. А вы, поймав ладонью шарик, откатываете его назад, называя существительные во множественном числе». Аналогично проводятся упражнения «Назови ласково», «Скажи наоборот».

4.Использование Су-Джок шаров для развития памяти и внимания.

Выполнение инструкций:

- Наденьте колечко на мизинец правой руки.
- Возьмите шарик в правую руку и спрячьте за спину.
- Закройте глаза, я надену колечко на любой палец, а вы должны назвать, на какой палец какой руки надето кольцо.

5.Использование шариков при совершенствовании навыков употребления предлогов.

(На столе коробка. Ребенок сначала выполняет инструкции педагога, а затем отвечает на вопросы).

- Положи красный шарик в коробку, синий – под коробку; зеленый – около коробки;
- Куда я положила зеленый шарик? (В коробку)
- Откуда я достала красный шарик? (Из коробки) и т. д.

6.Использование шариков для слогового анализа слов.

Упражнение «Раздели слова на слоги»:

Ребенок проговаривает слова по слогам и на каждый слог берет по одному шарик из коробки, а затем считает количество слогов.

Это лишь некоторые примеры использования Су-Джок терапии.

Творческий подход, использование альтернативных методов и приемов способствуют более интересному, разнообразному и эффективному проведению совместной деятельности педагога и детей в детском саду.

СУ-ДЖОК

ТЕРАПИЯ



Усилия работников ДОУ в наше время направлены на оздоровление каждого ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Одним из средств решения обозначенных задач становится применение здоровьесберегающих технологий. В последнее время возрос всеобщий интерес к нетрадиционным формам и средствам работы с детьми.

Одним из таких нетрадиционных средств является один из видов Су-Джок терапии — Су-Джок массажер.

Что же такое Су-Джок терапия?

С древнейших времён, как на востоке, так и на западе, особым вниманием людей пользуются кисти рук и стопы. По канонам восточной медицины на кистях, стопах и пальцах находятся точки, соответствующие внутренним органам и частям тела. Так в переводе с китайского Су-Джок переводится как «Су» – кисть, «Джок» – стопа.

«Кисть и стопа» – это уменьшенные проекции тела человека (голографические отражения в так называемой — системе соответствия).

Система соответствия – это своеобразная информационно-энергетическая копия тела, в которой отражается не только анатомическое строение организма, но и его функциональное состояние.

Что представляет собой этот чудо массажер?

Массажер «Ёжик» или «Каштан» — это полое сферическое изделие из пластмассы с шипиками на внешней поверхности. Изделие состоит из двух полусфер, которые открываются, как коробочка. Внутри полости может находиться массажер для пальцев рук — от одного до трех пружинных колечек.



Противопоказаний к самолечению Су-Джок — стимуляторами не существует, тем более и навредить себе человек таким образом не может. Худший вариант из возможных — отсутствие нужного эффекта из-за неправильного выбора зоны воздействия. Проще говоря, если у вас насморк, а вы массируете зону рта, насморк от этого не пройдет. Но состояние десен улучшится.

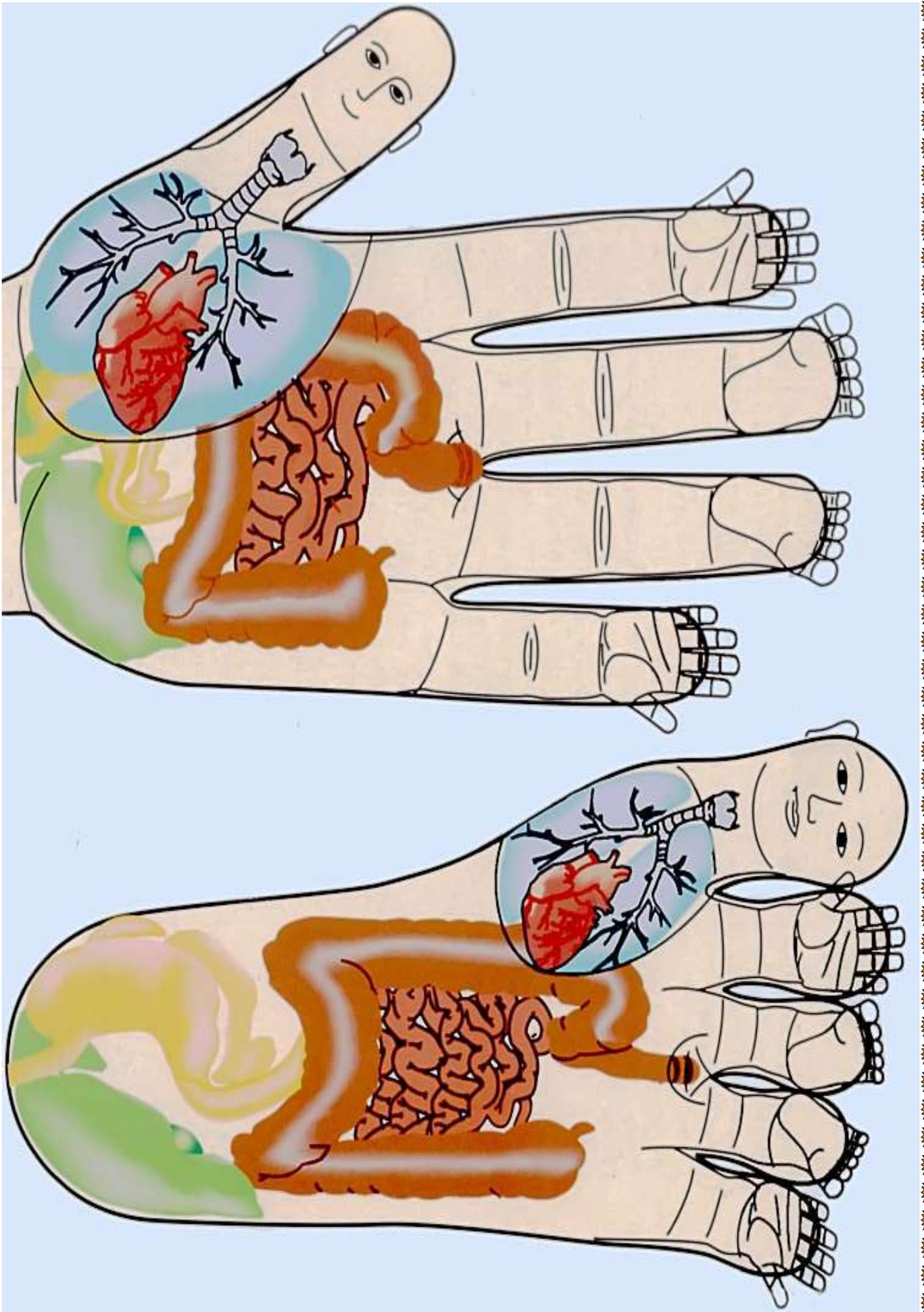
Сопровождая все движения стихотворным текстом занятия с массажером становятся интересными и увлекательными.

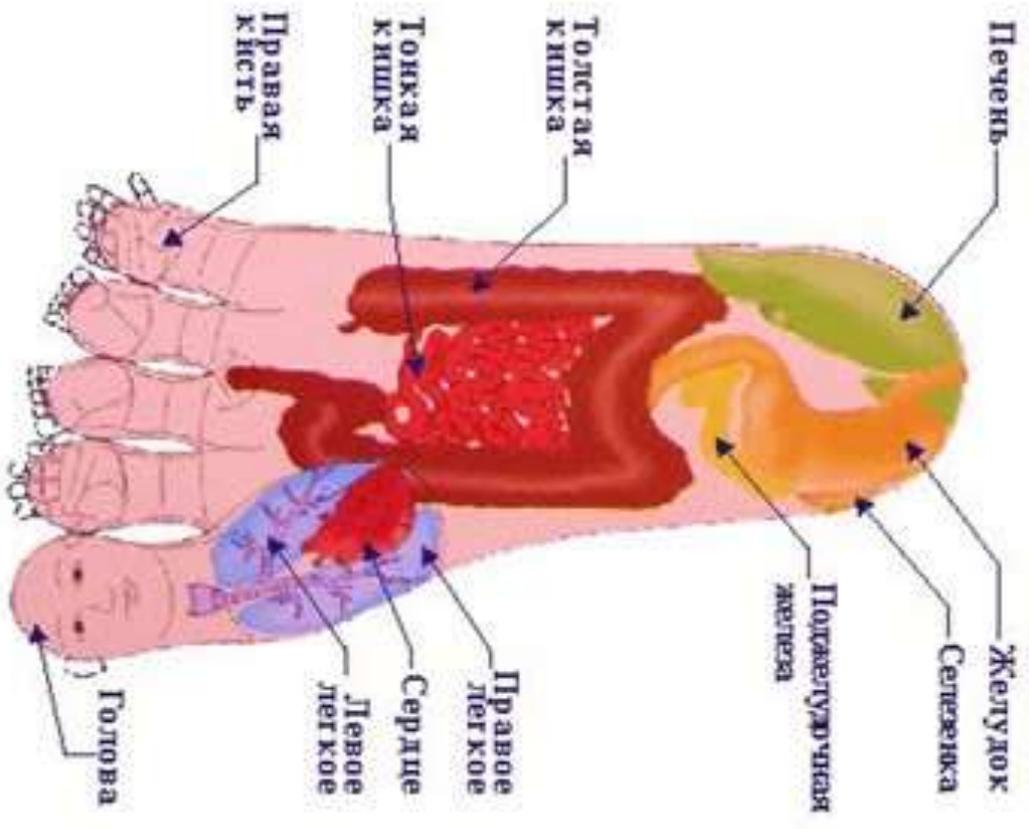
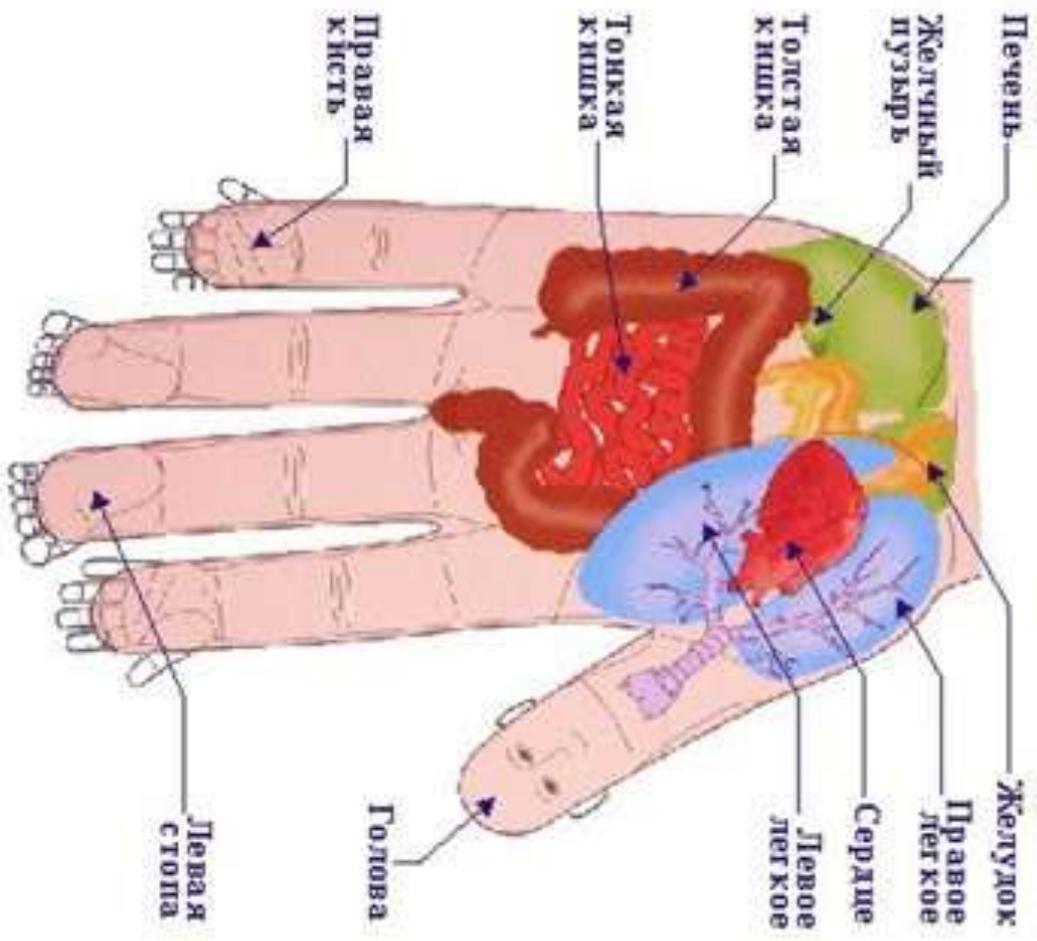
Мелкая моторика – это совокупность скоординированных действий нервной, мышечной и костной системы при выполнении мелких и точных движений кистями и пальчиками рук. Именно поэтому тренажер имеет другое распространенное название – *кистевой массажер*.

Все мы знаем, что развитие мелкой моторики рук непосредственно связано с совершенствованием координации движений, тренировкой зрения, памяти и что самое важное развитием речи. Так занимаясь с этим удивительным массажером, мы можем решить несколько задач одновременно:

- ✓ Воздействовать на биологически активные точки организма.
- ✓ Стимулировать речевые зоны коры головного мозга.
- ✓ Лечение внутренних органов, нормализация работы организма в целом.
- ✓ Развивать мелкую моторику рук.
- ✓ Автоматизировать звуки.
- ✓ Развивать память, внимание.
- ✓ Развивать связную речь.
- ✓ Совершенствовать навыки пространственной ориентации.
- ✓ Развивать лексико-грамматические категории.







Комплекс 1. Су-Джок массаж.
Для профилактики простудных заболеваний
(с массажными колечками).



*Подходи скорей, дружок,
И садись скорей в кружок.
Носик ты скорей найди
Его маме (маме) покажи.
Надо носик нам погреть,
Его немного потереть.*

Инь-поверхность.

(Делается на внутренней стороне ладони. Находим точки «носик» на всех пальцах и массируем их колечком)



*Если в горле стало сухо
Не волнуйся и не плачь
А колечко ты возьми
И по пальчикам пройди!*

Инь-поверхность.

(Делается на внутренней стороне ладони. Находим на большом пальце точки и массируем их)



*Если заболело ухо
Надави на точку «уши»
Мигом все пройдет*

Инь-поверхность.

(Находим точки «ушки» на всех пальцах и массируем их с помощью колечка)

Комплекс 2. Су-Джок массаж.

Для укрепления и поднятия общего тонуса организма (с массажным шариком)



Инь-поверхность

(Для укрепления печени, желудка, поджелудочной железы, кишечника. Покатать шарик на внутренней стороне ладони)

Дома я одна скучала
И игру затеяла
Прежде, чем игру начать,
Надо пальчику сказать:
- Пальчик, пальчик мой хороший
Шарик покрути и покатай
И другому передай.



Ян-поверхность

(Для укрепления межпозвоночных дисков. Катаем на внешней стороне ладони шарик ладонью внутренней стороны другой руки)

Покатаю я в руках
Шарик мой хороший
Чтоб всегда здоровым быть
Ловким и веселым

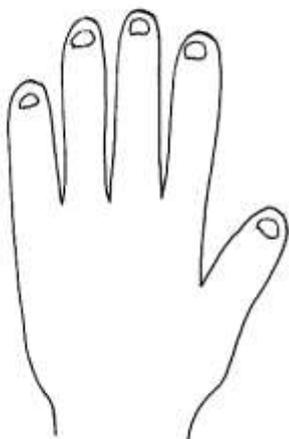


Ян-поверхность

(Для укрепления мочеполовой системы. Катаем шарик между пальцами на внешней стороне ладони)

Шарик я в руках катаю
Между пальцами верчу
Неприменно каждый пальчик
Быть послушным научу.

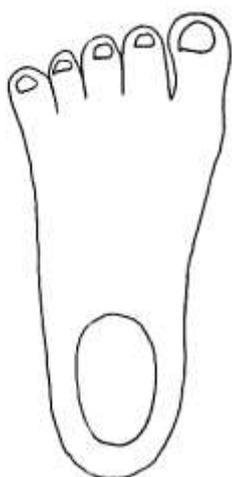
*Комплекс 3. Су-Джок массаж.
Для профилактики осанки по системе «Насекомого» (с массажными
колечками)*



Ян-поверхность

*Вот работа так работа
Колечко катать охота!
Веселее ты катай,
Да за ним ты поспевай!*

(Покатать колечко на каждом пальчике)



Ян-поверхность

*Чтоб сколиоз предотвратить
Нужно колечком поводить
Вот так- вот так
И получился у нас массаж!*

(Покатать колечко на каждом пальчике)

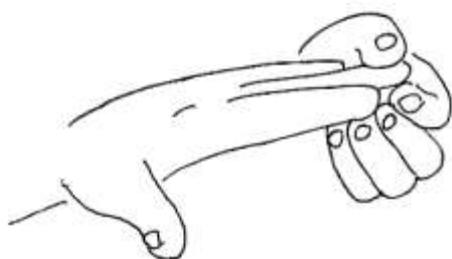
Комплекс № 4 СУ- Джок -массаж

Для снятия напряжения с глаз, боль в спине



**Наши ножки, побежали по дорожке
Побежали, побежали
В сад зеленый прибежали**

(массаж ушных раковин сверху вниз, большим, указательным и безымянным пальцами правой и левой руки)



**Эти глазки посмотри
Как они хороши
Их погладим от души**

(растирающий массаж верхних ногтевых фаланг пальцев)



**Ой как спинка заболела
Есть рецепт у нас один
Ты на пальчики смотри
Их ты разом разотри**

(по системе «насекомого»
Массаж средней и нижней фаланг пальцев;
8 верхних грудных позвонков, 4 нижних грудных позвонков, поясничный отдел)