

## Использование Су-Джок терапии в детском возрасте.

В последнее время наблюдается рост числа детей, имеющих нарушения общей, мелкой моторики и речевого развития. На сегодняшний день имеется обширный практический материал, включающий традиционные методы и способы коррекции, так и нетрадиционные технологии. Су-Джок терапия уделяет должное внимание упражнениям, играм, различным заданиям на развитие мелкой моторики и координации движений рук.

Су – Джок терапию можно отнести к методам самопомощи. Шарики включают в себя две кольцевые пружины. И сами шарики, и колечки мы используем при пальчиковой гимнастике. Дети катают между ладоней шарики они на ощупь колкие, а колечки поочередно примеряют на пальчики. Их используем не только для развития мелкой моторики, но и для развития цветовосприятия, при обучении счету и т. д.

Можно использовать следующие игры: «Разложи шарики по цвету», «Найди все синие (красные, желтые, зеленые)», «Сделай разноцветные шарики» (сине-красный, зелено-желтый). Такие шарики продаются в аптеках.



Приемами Су-Джок терапии являются массаж кистей специальными шариками и эластичными кольцами, массаж стоп. Вся работа по данному методу проводится с помощью Су-Джок стимуляторов-массажеров, один из которых представляет собой шарик – две соединенные полусферы, внутри которого, как в коробочке, находятся два специальных кольца, сделанных из металлической проволоки так, что можно их легко растягивать, свободно проходить ими по пальцу вниз и вверх, создавая приятное покалывание.

Формы работы с Су-Джок – самые разнообразные. Прежде всего, это различные пальчиковые упражнения как шариком Су-Джок, так и с

эластичным кольцом. Движения могут быть различными – 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. Каждое упражнение сопровождается небольшим стишком, потешкой.

#### Пальчиковая игра «Мальчик-пальчик»

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

— Мальчик-пальчик, Где ты был? (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

— С этим братцем в лес ходил, (надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)

—С этим братцем щи варил, (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

—С этим братцем кашу ел, (надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)

—С этим братцем песни пел (надеваем кольцо Су-Джок на мизинец).



Достоинствами Су-Джок терапии являются:

1. Улучшение концентрации внимания: дети развивают и тренируют одновременную вовлеченность в несколько видов мыслительных процессов.

Они постепенно учатся сосредотачиваться на конкретном задании, абстрагируясь от того, что отвлекает их внимание.

2. Высокая эффективность – при правильном применении всегда наступает выраженный эффект;

3. Абсолютная безопасность – это лечебная система. Стимуляция точек соответствия приводит к излечению, неправильное применение никогда не наносит вред человеку – оно просто неэффективно;

4. Стимулирует творческое мышление;

5. Универсальность – упражнения с использованием Су-Джок терапии могут применять родители в домашних условиях;

6. Увеличение наблюдательности и слуха. С течением времени, это значительно улучшает его наблюдательность;

7. Простота применения для получения результата достаточно проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су-Джок шариков, которые свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат.

8. Улучшение памяти;

9. Повышение скорости и улучшение умственной деятельности.

