

Консультация для родителей

«Су-Джок-терапия» с массажным мячиком и колечком для развития мелкой моторики у детей»



В настоящее время мы сталкиваемся с трудностями в работе с детьми по развитию мелкой моторики из-за отсутствия у детей заинтересованности на занятиях, быстрой утомляемости. Вследствие этого, продуктивность снижается. Традиционные методы не всегда эффективны в работе с дошколятами. Одной из нетрадиционных технологий является Су – Джок терапия.

Су-Джок терапия – это одно из направлений медицины, разработанной южнокорейским профессором Пак Чже Ву. В переводе с корейского языка Су – кисть, Джок – стопа. В основе метода Су Джок лежит система соответствия, или подобия, кистей и стоп всему организму в целом. В чем же заключается это подобие? Тело человека имеет 5 условно отдельных частей: голова, две руки и две ноги. И у кисти руки, и у стопы ноги — по 5 пальцев, которые соответствуют 5 частям тела. Максимально отставленный большой палец — это голова, мизинец и указательный пальцы — руки, а средний и безымянный — ноги. Возвышение ладонной поверхности, расположенное под большим пальцем, — грудная клетка, остальная ее часть — брюшная полость. Тыльная сторона кисти — спина, а продольная линия, условно делящая кисть пополам, — позвоночник. При каком-либо возникшем заболевании «сигнальная» волна из пораженного органа или участка направляется в точку соответствия и приводит ее в возбужденное состояние — точка становится резко болезненной. При стимуляции этой точки возникает ответная, лечебная волна, нормализующая деятельность пораженного органа. Таким образом, кисть и стопа – своеобразные пульта управления организмом человека.

Что такое Су-Джок? Су-Джок – это медицинский массажер.

Массажер Су-Джок (Массажный Шарик в комплекте с двумя пружинами) - массажер медицинский для интенсивного воздействия в комплекте с двумя кольцевыми пружинами - улучшает циркуляцию крови в зоне применения, воздействует на отдельные части тела и органы, а также рефлекторно на все системы организма.

Су-Джок терапию можно отнести к наилучшим методам самопомощи, существующим в настоящее время. С помощью колец удобно массировать

пальцы — это оказывает благотворное влияние на весь организм.

Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладошками, ребенок массирует мышцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» эластичное кольцо, которое помогает стимулировать работу внутренних органов. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж до появления ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день. Особенно важно воздействовать

на большой палец, отвечающий за работу головного мозга человека. Стимулировать активные точки, расположенные на пальцах рук можно при помощи различных приспособлений (шариков, массажных мячиков, грецких орехов, колючих валиков). Эту работу можно проводить в игровой форме, с использованием забавных стихов или сказок.

Давайте поиграем!

Упражнение № 1

«Колючий еж»

Гладь мои ладошки, еж! Ты колючий, ну и что ж? *(Катаем мячик между ладошками)*

Я хочу тебя погладить! Я хочу с тобой поладить! *(дотрагиваемся пальцами до отдельных "колючек").*

Упражнение № 2

«Мячик»

Я мячом круги катаю взад-вперёд его гоняю Им поглажу я ладошку, а потом сожму немножко. Каждым пальцем мяч прижму и другой рукой начну. А теперь последний трюк - мяч летает между рук. *(движения соответствуют тексту).*

Упражнение № 3

«Веселый счет»

«Ежик» в руки нужно взять, *(берем массажный мячик).* Чтоб иголки посчитать. *(катаем между ладошек)* Раз, два, три, четыре, пять! *(пальчиками одной руки нажимаем на шипы).* Начинаем счет опять. *(перекладываем мячик в другую руку).* Раз, два, три, четыре, пять! *(пальчиками другой руки нажимаем на шипы).*

Упражнение № 4

«Шарик»

Этот шарик не простой. Весь колючий, вот какой. Меж ладошками кладем. Им ладошки разотрем. Вверх и вниз его катаем. Свои ручки развиваем! Можно шар катать по кругу. Перекидывать друг другу. 1, 2, 3, 4, 5 – Всем пора нам отдыхать! *(Движения соответствуют тексту).*

Упражнение № 5

«Черепашка»

(Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой). Шла большая черепаха и кусала всех от страха, *(дети катают мяч между ладоней).* Кусь, кусь, кусь, кусь, *(мяч между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит «щепоткой», надавливают ритмично на мячик).* Никого я не боюсь *(дети катают мяч между ладоней).*

Упражнение № 6

«Медведица»

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)*

Сказка «Ежик на прогулке»

В сказочном лесу в маленьком уютном домике жил-был маленький ёжик (*зажать шарик в ладошке*). Выглянул ежик из своей норки и увидел солнышко (*раскрыть ладошки и показать шарик*). Улыбнулся ежик солнышку и решил прогуляться по лесу. (*улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером*). Покатился ежик по прямой дорожке (*прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик*).

Катился- катился и прибежал на красивую, круглую полянку (*ладошки соединить в форме круга*). Обрадовался ежик и стал бегать и прыгать по полянке (*зажимать шарик между ладошками*). Стал цветочки нюхать (*прикасаться колючками шарика к кончику пальца и делать глубокий вдох*). Вдруг набежали тучки (*зажать шарик в одном кулачке, в другом, нахмуриться*), и закапал дождик: кап-кап-кап (*кончиками пальцев в щепотке стучать по колючкам шарика*). Спрятался ежик под большой грибок и укрылся от дождя. (*ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик по ним*). А когда закончился дождь, то на полянке выросли разные грибы: (*показать пальчики*). Захотелось ежику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много... Как понесет их ежик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ежик грибочки на иголки (*каждый кончик пальчика потыкать шпиком шарика*).

Довольный ёжик побежал домой (*прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик*), а потом по извилистой дорожке (*круговые движения шариком*). Прибежал домой, отдал мамочке грибы, мама улыбнулась, обняла и поцеловала сыночка за заботу. А когда наступил вечер, закрыл ёжик свой домик, лёг в кроватку и уснул сладким сном! (*зажать шарик в ладошке*).

Пальчиковые игры с кольцом Су-Джок

«Мальчик-пальчик»

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

Мальчик-пальчик, где ты был? (*надеваем кольцо на большой палец*)

С этим братцем в лес ходил, (*надеваем кольцо на указательный палец*)

С этим братцем щи варил, (*надеваем кольцо на средний палец*)

С этим братцем кашу ел, (*надеваем кольцо на безымянный палец*)

С этим братцем песни пел (*надеваем кольцо на указательный палец*).

«Пальчики - мальчики»

Описание: Ребенок поочередно надевает массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Раз – два – три – четыре – пять, (*разгибать пальцы по одному*), вышли пальцы погулять, Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой. Этот пальчик для того, чтоб показывать его. Этот пальчик самый длинный и

стоит он в середине. Этот пальчик безымянный, он избалованный самый. А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.

«Ёжик»

Описание: Каждому ребенку дается Су-Джок шарик. Достаем пружинки и одеваем поочередно на каждый пальчик.

Этот ежик хочет спать, Этот ежик — прыг в кровать, Этот ежик прикорнул. Этот уж давно уснул. Этот хоть еще не спит, но тихонечко лежит. Тише, тише, не шумите, Ежиков не разбудите.