



СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ

Игры и игровые упражнения с использованием массажного мячика и кольца Су-Джок



Составитель:

учитель-логопед ГБОУ Школы 2075, ДО 6

Царапкина Д.А.

В переводе с корейского: «су» - кисть, «джок» - стопа.

- воздействие на определенные биологические точки человека, расположенные на кистях и стопах, с целью активизации отдельных зон коры головного мозга.

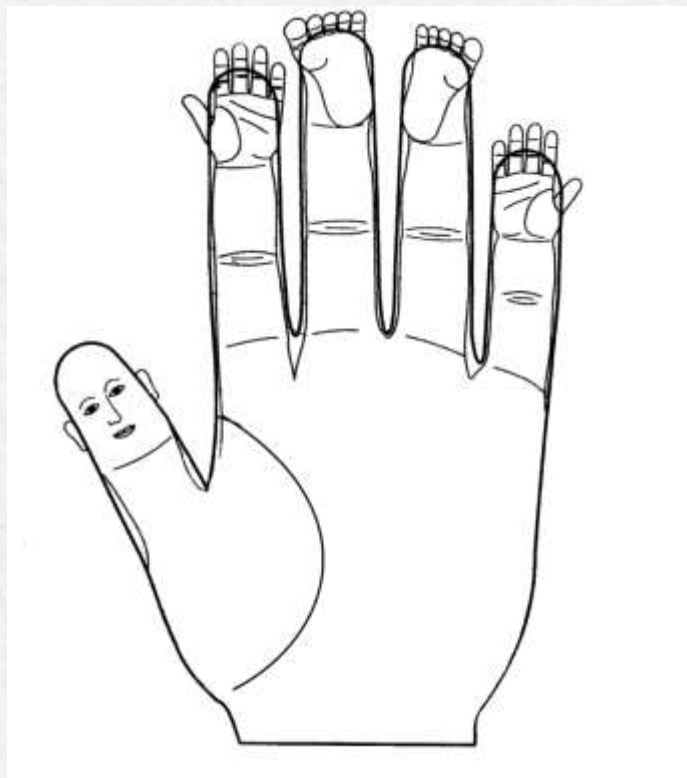
Терапия предназначена для развития и укрепления мелкой моторики рук, а также повышения речевой активности у детей, начиная с 2-х лет.

Она направлена на общее укрепление организма, улучшение психоэмоционального состояния детей и формирование чувства ритма через тактильную стимуляцию.



На кистях и стопах располагаются системы высокоактивных точек соответствия всем органам и участкам тела.

Известно, что речь - это результат согласованной деятельности многих областей головного мозга. Анатомически речевая область расположена рядом с двигательной и формируется под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук. Поэтому, массируя их, ребенок развивает не только пальчиковую моторику, ловкость и координацию движений, но и активизирует словарь, развивает чувство ритма, речь, в целом.



Преимущества применения:

- Высокая эффективность при правильном использовании;
- Безопасность: неправильное применение не нанесёт вреда, а будет попросту неэффективно;
- Простота применения (можно использовать на занятиях и дома);
- Широкий спектр применения.

Методы применения:

Массаж специальным мячиком:

Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук.



Массаж эластичным кольцом:

Помогает стимулировать работу внутренних органов. Так как все тело человека проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы, 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 появлении ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

Су-Джок терапию могут использовать как педагоги в своей работе, так и родители в домашних условиях.



Мастер-класс от учителя-логопеда ДО 6: «Су-Джок терапия в работе педагога с детьми».

В помощь педагогам и родителям

Картотека игровых упражнений с массажерами СУ-ДЖОК

