**«Использование Су-джок – терапии в работе с детьми с ОВЗ»**

Подготовила: воспитатель МБДОУ г. Мурманска д/с № 73

Стратиенко Татьяна Геннадьевна 25.01.2024 г.

Су-джок терапия – это одно из направлений рефлексотерапии. Данная методика основана на воздействии на определённые биологические активные точки, расположенные на кистях и стопах человека. Су- джок терапия это кистевая- стопная терапия.

Массаж Су-джок позволяет создать энергетический баланс в теле человека, уравновесить психоэмоциональное состояние малыша, привести в норму процессы возбуждения и торможения. Упражнения с использованием Су-Джок обогащают знания ребенка о собственном теле, 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.

***Что же такое Су-Джок терапия?***

Метод терапии Су-Джок основан на том, что каждому органу человеческого тела соответствуют биоактивные точки, расположенные на кистях и стопах. Воздействуя на эти точки, можно избавиться от многих болезней или предотвратить их развитие. Су-Джок — это метод, проверенный исследованиями и доказавший свою эффективность и безопасность.

Разработал это направление корейский профессор Пак Чжэ Ву (Park Jae Woo, академик IAS(Berlin, президент Корейского института Су-Джок, президент международной ассоциации врачей Су-Джок (Лондон, 1991г.) ребенок. Метод достаточно один раз понять, затем им можно пользоваться всю жизнь.

*Задачи:*

* 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.

 **Массажный каштан Ёжик**

Масажный каштан представляет собой универсальный комплект для лечения, профилактики различных заболеваний, повышения тонуса организма, эффективен в комплексе с лечебно-профилактической гимнастикой.

***«Этот кругленький дружок называется Су-Джок»***

Попробуйте покатать его между ладонями - тут же ощутите прилив тепла и легкое покалывание. Его остроконечные выступы воздействуют на биологически активные точки, неизменно вызывая улучшение, самочувствия, снимая стресс, усталость и болевые ощущения, повышая общий тонус организма, увеличивая работоспособность. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук.

**Способы и упражнения для использования массажёра:**

1. Шарик находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте массажные движения, катая шарик вперёд-назад.

2. Шарик находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте круговые движения, катая шарик по ладоням.

3. Держа шарик подушечками пальцев, делайте вращательные движения вперёд (как будто закручиваете крышку).

4. Держа шарик подушечками пальцев, с усилием надавите ими на мяч (4-6 раз).

5. Держа шарик подушечками пальцев, делайте вращательные движения назад (как будто открываете крышку).

6. Подкиньте шарик двумя руками на высоту 20-30 см и поймайте его.

7. Зажмите шарик между ладонями, пальцы сцеплены в "замок", локти направлены в стороны. Надавите ладонями на мяч (4-6 раз).

8. Перекладывайте шарик из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

Использование Су-Джок терапии в работе с детьми открывает большие возможности. Сделать занятия более разнообразными и интересными помогает художественное слово. И массаж становится не скучным. Отрабатывая движения и рассказывая сказку вместе со взрослым, ребенок развивает мелкую моторику рук и точность произношения слов этой сказки, заучивает стихи и рассказывает их сам.

Можно предложить ребёнку поочерёдно надевать массажные кольца на каждый палец, произнося стихотворный текст пальчиковой гимнастики:

Этот пальчик гриб нашёл (на большой палец),

Этот пальчик чистить стал (указательный),

Этот резал (средний, этот ел (безымянный),

Ну а этот всё глядел (мизинец).

Совершенствование лексико-грамматических категорий.

Упражнение «Один-много». Педагог катит «Каштан» по столу ребёнку, называя предмет в единственном числе. Ребёнок, поймав ладонью массажёр, откатывает его назад, называя существительное во множественном числе. Аналогично проводятся упражнения «Назови ласково», «Скажи наоборот» и т. п.

Совершенствование навыков пространственной ориентации, развитие внимания, памяти.

Например:

Дети выполняют инструкцию взрослого: надеть колечко на мизинец правой (левой) руки и т. д. Ребёнок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, он должен назвать, на какой палец одето колечко.

**«Ежик»**

Катится колючий ёжик, нет ни головы, ни ножек.

По ладошке бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит. (Катаем шарик между ладошками)

Мне по пальчикам бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.

Бегает туда-сюда, мне щекотно, да, да, да. (движения шариком по пальцам)

Уходи колючий ёж в тёмный лес, где ты живёшь! (пускаем по столу и ловим подушечками пальцев)

При использовании Су – Джок шаров для развития памяти и внимания дети выполняют такие инструкции: надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т. д. ; ребенок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо.

При проведении звукового анализа слов используются массажные шарики трех цветов: красный, синий, зеленый. По заданию логопеда ребенок показывает соответствующий обозначению звука шарик.

Использование шариков при совершенствовании навыков употребления предлогов.

Например:

«На столе коробка, по инструкции логопеда ребенок кладет шарики соответственно: красный шарик - в коробку; синий – под коробку; зеленый – около коробки; затем наоборот, ребенок должен описать действие взрослого».

Это лишь некоторые примеры использования су–джок массажера в нашей работе.

**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. Так как на руках и стопах есть проекции всех органов и частей тела, то методика Су-Джок применима для лечения всего организма.

- Простота применения – для получения результата проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су-Джок шариков (они свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат).

Су-джок терапия – представляет собой нетрадиционную лечебную методику, основанную на соотношении биологически-активных точек на ступнях и кистях. Метод показывает высокую активность и популярен по всему миру.