

**Су-Джок терапия** известна давно и зарекомендовала себя как одна из самых лучших в системе самооздоровления, где самомассаж биоэнергетически

активных точек на кистях рук и ног оказывает лечебных эффект на организм человека. Известен факт, что регулярное

воздействие на определенные точки на руках и ногах ребенка, активизирует

### Джок – стопа



защитную функцию детского организма, стимулирует мелкую моторику рук, способствует сохранению на протяжении длительного времени положительного эмоционального фона в рамках познавательной деятельности ребенка, развитию эмоционально-волевой сферы.



Деятельность специалистов в ДОУ прежде всего направлена на охрану и укрепление психического здоровья детей. И как показывает практика наиболее эффективным средством решения этой важной задачи есть применение здоровьесберегающих технологий. Одной из наиболее интересных, и вызывающих яркий эмоциональный отклик у ребенка, является Су-Джок терапия.

Задачи, решаемые психологом за счет использования элементов Су-Джок терапии:

- содействие снижению двигательной и эмоциональной расторможенности, нормализация общего тонуса организма;
- совершенствование навыков ориентации в пространстве, развитие произвольного поведения, психических процессов, необходимых для становления полноценной учебной деятельности.
- активизация межполушарного взаимодействия,

Целью использования упражнений с шариком Су-Джок в работе логопеда является:

- совершенствование ручной умелости и мелкой моторики;
- стимулировать речевые зоны коры головного мозга с целью профилактики и коррекции речевых нарушений;
- нормализация мышечного тонуса, при дизартрических расстройствах речи.

муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад 41 Краснооктябрьского района Волгограда»

## Секрет Су-Джок терапии в коррекционной работе специалистов ДОУ.



Учитель-логопед Сочнева Елена Владимировна  
Педагог-психолог Шулико Елена Фёдоровна

# Су-Джок терапия

## МАССАЖ ШАРИКОМ

шариком - «каштаном» стимулируем точки на ладонях

### «Ёжик»

Возвращался еж домой -  
(катаем мячик между ладошек)  
Хлынул дождик проливной,  
Ручейки помчались с гор.  
(перекладываем мячик с одной руки в другую)  
Еж не растерялся,  
Быстро встал под мухомор  
И сухим остался.  
(зажать мячик в ладошках)  
Обошелся хитрый еж  
Без зонта и без галош.  
(катаем мячик в ладошках)



## МАССАЖ КОЛЬЦОМ

массажными колечками стимулируем точки, труднодоступные для шариков

### «Мальчик-пальчик»

Мы делили апельсин, Много нас, а он один  
(сжимать и разжимать кольцо в ладони)  
Эта долька для чижа (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)  
Эта долька для ужа (надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)  
Эта долька для утят (надеваем кольцо на средний палец)  
Эта долька для котят (надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)  
Эта долька для меня (надеваем кольцо на мизинец).  
А для волка кожа! (сжимать и разжимать кольцо в ладони)



## МАССАЖ СТОП

мячиками с шипами стимулируем точки на ступнях

### «Бабочка»

Утром бабочка проснулась  
Улыбнулась, потянулась  
(Катаем мячик поочередно двумя ступнями по полу)  
Раз — росой она умылась,  
Два — красиво покружилась,  
Три — нагнулась и присела,  
(Нажимать поочередно ступнями на мячик)  
На четыре — улетела.  
(Взять мячик двумя ступнями)

