

Разработала:

Новикова Анастасия Сергеевна

«Ум ребенка находится на кончиках его пальцев»

В. А. Сухомлинский

**Достоинствами Су-Джок являются:**

1. Высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект.

2. Абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто неэффективно.

3. Универсальность – Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.

4. 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)

**Приемы Су – Джок:**

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

2.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.

**Картотека пальчиковых игр с массажерами Су-Джок**

1. **«Черепаха»**

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

Шла по лесу черепаха И дрожала вся от страха, (дети катают Су-Джок шарик между ладоней)

«Кусь, кусь, кусь, кусь, (Су-Джок между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит «щепоткой». Надавливают ритмично на шарик, перекладывая из руки в руку) Никого я не боюсь». (дети катают Су-Джок между ладоней).

1. **«Ёжик»**

Ёжик, ёжик, хитрый ёж, На клубочек ты похож. (дети катают Су-Джок между ладонями)

На спине иголки (дети катают шарик по большому пальцу впередназад)

Очень-очень колкие. (катают шарик по указательному пальцу)

Хоть и ростом ёжик мал, (катают шарик по среднему пальцу)

Нам колючки показал, (катают шарик по безымянному пальцу)

А колючки тоже (катают шарик по мизинцу вперед-назад)

На ежа похожи. (дети катают Су-Джок между ладонями)

1. **«Колечко»**

Описание: дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец сначала правой руки, затем - левой, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

На узорное крылечко (надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)

Кто-то уронил колечко. (надеваем кольцо на безымянный палец)

И оно с крыльца скатилось, (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

За ступеньку закатилось. (надеваем кольцо на указательный палец)

Дети смотрят там и тут, (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Но колечка не найдут. (прячут колечко между ладоней)

1. **«Сорока-белобока»**

Сорока, сорока, Кашу варила, Деток кормила. (дети катают Су-Джок шарик между ладоней)

Этому дала, (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Этому дала, (надеваем кольцо на указательный палец)

Этому дала, (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Этому дала, (надеваем кольцо на безымянный палец)

А этому не дала: (надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)

«Ты дрова не рубил, ты воды не носил, Печь не топил, тебе и нет ничего» (дети катают Су-Джок шарик между ладоней)

**5.«Сидит белка на тележке»**

Сидит белка на тележке, продает она орешки: (дети катают Су-Джок шарик между ладоней) Лисичке-сестричке, (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Воробью, (надеваем кольцо на указательный палец)

Синичке, (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Мишке косолапому, (надеваем кольцо на безымянный палец)

Заиньке усатому. (надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)

**6.«Грибы»**

Раз, два, три, четыре, пять. Вышли пальчики гулять. (шарики Су-Джок между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит «щепоткой».

Надавливают ритмично на шарик, перекладывая из руки в руку)

Этот пальчик гриб сорвал, (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Этот пальчик чистить стал, (надеваем кольцо на указательный палец)

Этот резал, (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Этот ел, (надеваем кольцо на безымянный палец)

Ну а этот лишь смотрел. (надеваем кольцо СуДжок на мизинец)

**7.«Ёжик»**

Описание: упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой.

Ежик, ежик колкий, где твои иголки, (дети катают Су-Джок между ладоней)

Нужно бельчонку сшить распашонку, (массажные движения указательного пальца)

Починить штанишки шалуну-зайчишке, (массажные движения среднего пальца)

Ёжик фыркнул – отойдите и не плачьте, не просите, (массажные движения безымянного пальца) Если дам иголки - съедят меня волки. (массажные движения мизинца).

**8.«Игрушки»**

Описание: упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой.

На большом диване в ряд Куклы Катины сидят: (дети катают Су- Джок между ладоней)

Два медведя, Буратино, И веселый Чиполлино, И котенок, и слоненок. (поочередно катаем шарик Су-Джок к каждому пальчику, начиная с большого)

Раз, два, три, четыре, пять. (Су-Джок между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит «щепоткой». Надавливают ритмично на шарик, перекладывая из руки в руку)

Помогаем нашей Кате Мы игрушки сосчитать. (дети катают Су - Джок между ладоней)

**9.«Раз – два – три – четыре – пять»**

Описание: дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец правой руки, затем левой, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Раз – два – три – четыре – пять, (разгибать пальцы по одному)

Вышли пальцы погулять, (сжимать-разжимать пальцы в кулак)

Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой. (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Этот пальчик для того, чтобы показывать его. (надеваем кольцо на указательный палец)

Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине. (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец) Этот пальчик безымянный, он избалованный самый. (надеваем кольцо на безымянный палец)

А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал. (надеваем кольцо СуДжок на мизинец).

**10.«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 на указательный палец)

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

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

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

**11. «Вышли пальчики гулять»**

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

Вышли пальчики гулять. Раз, два, три, четыре, пять Этот пальчик — в лес пошёл, (надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)

Этот пальчик — гриб нашёл, (надеваем кольцо на безымянный палец)

Этот пальчик — чистить стал, (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Этот пальчик — жарить стал, (надеваем кольцо на указательный палец)

Этот пальчик — все съел, Оттого и растолстел. (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

**12. «Семья»**

Описание: дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Этот пальчик — дедушка, (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Этот пальчик — бабушка, (надеваем кольцо на указательный палец)

Этот пальчик — папочка, (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Этот пальчик — мамочка, (надеваем кольцо на безымянный палец)

Этот пальчик — Ванечка (Танечка, Данечка и т. д.) (надеваем кольцо Су-Джок на мизинец).

**13.«Родные братья»**

Описание: дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец сначала правой руки, затем - левой, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Ивану-большому — дрова рубить, (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Ваське-указке — воду носить, (надеваем кольцо на указательный палец)

Мишке-среднему — печку топить, (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Гришке-сиротке — кашу варить, (надеваем кольцо на безымянный палец)

А крошке Тимошке — песенки петь, Песни петь и плясать, Родных братьев потешать. (надеваем кольцо СуДжок на мизинец).

**14.«Ёжик колет нам ладошки»**

Ёжик колет нам ладошки, Поиграем с ним немножко. (дети катают Су-Джок между ладонями) Если будем с ним играть – (массажные движения большого пальца)

Ручки будем развивать. (массажные движения указательного пальца)

Ловкими станут пальчики, (массажные движения среднего пальца)

Умными – девочки, мальчики. (массажные движения безымянного пальца).

Ёжик нам ладошки колет, (массажные движения мизинца).

Ручки к школе нам готовит. (дети катают Су-Джок между ладонями)

Далее дети вынимают колечки из шариков и катают по каждому пальчику сначала правой руки, потом левой

**14.Использование Су-Джок шаров при автоматизации звуков Ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука [Ш].**

На левой руке: Этот малыш-Илюша, (на большой палец)

Этот малыш-Ванюша, (указательный) Этот малыш-Алеша, (средний)

Этот малыш-Антоша, (безымянный)

А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья. (мизинец)

На правой руке: Эта малышка-Танюша, (на большой палец)

Эта малышка-Ксюша, (указательный)

Эта малышка-Маша, (средний)

Эта малышка-Даша, (безымянный)

А меньшую зовут Наташа. (мизинец)

**15.Использование Су-Джок шаров при автоматизации звуков Описание: ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука [Ж].**

Ходит ежик без дорожек,

Не бежит ни от кого.

С головы до ножек

Весь в иголках ежик.

Как же взять его?

**16. «Ёжик»**

Описание: берём 2 массажные шарика и проводим ими по ладоням ребёнка (его руки лежат на коленях ладонями вверх), делая по одному движению на каждый ударный слог:

Гладь мои ладошки, ёж!

Ты колючий, ну и что ж!

Потом ребёнок гладит их ладошками со словами:

Я хочу тебя погладить, Я хочу с тобой поладить.

**17. «Я мячом круги катаю»**

Я мячом круги катаю, (круговые вращения шариком по ладони)

Взад - вперед его гоняю. (катаем шарик вверх-вниз)

Им поглажу я ладошку. (гладим ладошку шариком правой руки)

Будто я сметаю крошку, (гладим ладошку шариком левой руки)

И сожму его немножко, (сжимаем шарик в правой руке)

Как сжимает лапу кошка, (сжимаем шарик в левой руке)

Каждым пальцем мяч прижму, (поочередно прижимаем пальчики правой руки к шарику)

И другой рукой начну. (поочередно прижимаем пальчики левой руки к шарику)

**18. «На поляне, на лужайке»**

На поляне, на лужайке (катать шарик между ладонями)

Целый день скакали зайки. (прыгать по ладошке шаром) И катались по траве, (катать вперед – назад)

От хвоста и к голове. Долго зайцы так скакали, (прыгать по ладошке шаром)

Но напрыгались, устали. (положить шарик на ладошку)

Стала гладить и ласкать Всех зайчат зайчиха-мать. (гладить шаром каждый палец)

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) И в тетрадочках писать.

**19. «На лужок»**

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

На лужок пришли зайчата, Медвежата, барсучата, Лягушата и енот. (поочередно надеваем кольцо на каждый палец)

На зеленый на лужок Приходи и ты, дружок! (катаем шарик по ладошке)

**20. «Мяч»**

Я мячом круги катаю,

Взад - вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошку,

Будто я сметаю крошку.

И сожму его немножко,

Как сжимает лапу кошка.

Каждым пальцем мяч прижму,

И другой рукой начну.