

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД «РОСИНОЧКА»

СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



ПОДГОТОВИЛА: ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ
БУЧНЕВА О.В.

ТАМБОВ, 2021

Хорошо развитая речь – важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Чем богаче и правильнее у ребенка речь, тем легче ему высказывать свои мысли, тем шире его возможности в познании окружающей действительности, содержательнее и полноценнее отношения со сверстниками и взрослыми, тем активнее осуществляется его психическое развитие. Учеными и практиками было замечено, что речевые способности ребенка зависят не только от артикуляционного аппарата, но и от движения рук. Тренировка пальцев рук влияет на созревание речевой функции. От степени сформированности мелкой моторики пальцев рук зависит речевое развитие ребёнка, как сказал И.П. Павлов: «Руки учат голову, затем поумневшая голова учит руки, а умелые руки снова способствуют развитию мозга».

Для развития интеллектуальных и речевых возможностей ребенка, наряду с традиционными методиками, можно использовать самые разнообразные нетрадиционные технологии развития.

Одной из нетрадиционных технологий является Су – Джок – это лечебное воздействие на биологически активные точки кистей рук и стоп ног («су» – это кисть, «джок» – стопа). Это высокоэффективная, простая и безопасная в применении терапия, последнее достижение восточной медицины, разработанная южно-корейским профессором Пак Чже Ву. Профессор и врач больше 30 лет потратил на разработку метода Су-Джок. Кисти и стопы являются, по мнению самого автора системы Су-Джок, «пультами дистанционного управления» здоровьем человека. Эти лечебные системы функционируют, как своего рода маленькие клиники, естественным образом излечивающие болезни тела». На кистях и стопах в строгом порядке располагаются биологически активные точки, соответствующие всем органам и участкам тела.

Су-Джок стимулятор-массажёр, представляет собой пластмассовый шарик с небольшими шипами и разделённый на две половинки. Внутри него, находятся два кольца. Колечки сделаны из эластичной, металлической проволоки и очень хорошо растягиваются. Массаж ладоней проводится шариком, а колечками мы массируем пальчики. При этом по всему организму ощущаются приятные, покалывающие ощущения.

Определив зоны соответствия речеобразующих органов и систем, можно воздействовать на них с целью профилактики и коррекции речевых нарушений. За речь отвечают две зоны, находящиеся в коре головного мозга. Зона Вернике – отвечает за восприятие речи и зона

Брока – за произношение звуков. По теории Су-Джок точки соответствия этим зонам, это верхние фаланги пальцев. Поэтому при массаже Су-Джок шариком, необходимо уделять внимание именно этой части кистей рук. Однако, учитывая всё выше изложенное, необходимо стимулировать и другие точки соответствия, для оздоровления всего организма.

Достоинства Су-Джок:

- ✚ Высокая эффективность - при правильном применении наступает выраженный эффект.
- ✚ Абсолютная безопасность - неправильное применение никогда не наносит вред.
- ✚ Универсальность - Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.

Приёмы работы с детьми:

- удерживать колючий шарик на расправленной ладошке каждой руки;
- удерживать шарик на расправленной ладошке левой руки, прижатый сверху правой ладошкой и наоборот;
- сжимать и разжимать шарик в кулачок каждой рукой;
- каждым пальчиком надавливать на иголочки шарика каждой руки;
- удерживать колючий шарик тремя пальчиками каждой руки (большой, указательный, средний);
- захватывать колючий шарик тремя пальчиками и передвигаться им по дорожкам разной конфигурации;
- прокатывать колючий шарик по ладошке правой и левой руки круговыми движениями в разные стороны;
- прокатывать колючий шарик вдоль расправленных ладошек вверх-вниз.

При выполнении упражнений с массажными шариками важно соблюдать ряд требований:

- чередовать медленный и быстрый темп выполнения движений;
- соблюдать принцип «от простого к сложному» (сначала ребёнок учиться работать ведущей рукой, затем не ведущей, и наконец обеими руками одновременно);
- перед выполнением упражнения показывать движения, сопровождая их словесной инструкцией;
- каждое упражнение давать в игровой форме.

Знакомство с Су-Джок шариком проводится в 3 этапа:

- ✚ Знакомство с Су-Джок шариком и правилами его использования
- ✚ Закрепление приёмов работы в играх и упражнениях по развитию речи
- ✚ Самостоятельное использование Су-Джок шарика в игре

Форма организации: индивидуальные, подгрупповые и фронтальные занятия.

Игровые упражнения для детей с Су-Джок шариком:

Массаж пальцев колечком

(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.

«Волшебный шарик»

(ребёнок выполняет движения в соответствии с текстом)

Этот шарик непростой, (любуюемся шариком на левой ладонке)

Он колючий, вот какой. (накрываем правой ладонью)

Будем с шариком играть (катаем шарик горизонтально)

И ладошки согревать.

Раз катаем, два катаем (катаем шарик вертикально)

И ладошки согреваем.

Раз катаем, два катаем (катаем шарик горизонтально)

И ладошки согреваем.

Катаем, катаем, катаем (катаем шарик вертикально)

Сильней на шарик нажимаем.

Как колобок мы покатаем, (катаем шарик в центре ладонки)

Сильней на шарик нажимаем.

«Семья»

(ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, начиная с большого, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики. Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой руке)

Этот пальчик – дедушка.
Этот пальчик – бабушка.
Этот пальчик- папенька.
Этот пальчик – маменька.
Этот пальчик – Ванечка.

«Черепашка»

(упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой)

Шла большая черепаха. И кусала всех от страха, (дети катают шарик между ладоней) Кусь, кусь, кусь, кусь. (Надавливают ритмично на Су-Джок, перекладывая из руки в руку). Никого я не боюсь. (дети катают шарик между ладоней).

«Мальчик–пальчик не зевай, скорей колечко надевай»

(дети поочередно надевают 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.

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.

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/
Мимо змеи проползали, /вести по ладошке/
«С добрым утром!» — им сказали.

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.

Пальчиковая игра «Ёжик».

(упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой)

Ёжик, ёжик, хитрый ёж, на клубочек ты похож.

(дети катают массажёр между ладонями)

На спине иголки

(массажные движения большого пальца)

очень-очень колкие.

(массажные движения указательного пальца)

Хоть и ростом ёжик мал,

(массажные движения среднего пальца)

нам колючки показал,

(массажные движения безымянного пальца)

А колючки тоже

(массажные движения мизинца)

на ежа похожи.

(дети катают шарик между ладонями).

Пальчиковая игра «Ёжик и иголки»

(упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой)

Ёжик, ёжик колкий, где твои иголки,

(дети катают Су- Джок между ладоней)

Нужно бельчонку сшить распашонку,

Починить штанишки шалуну-зайчишке,

Фыркнул ёжик, отойдите, не просите, не спешите,

Если отдам иголки съедят меня волки.

(дети катают шарик между ладоней)

Пальчиковая игра «Игрушки»

(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 к каждому пальчику, начиная с большого)
Раз, два, три, четыре, пять.
Помогаем нашей Кате
Мы игрушки сосчитать.
(дети катают массажёр между ладоней)

Игра «Пальчики-мальчики»

Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.
(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)
Этот пальчик для того, чтоб показывать его.
(надеваем кольцо на указательный палец)
Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.
(надеваем колечко 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 Су-Джок на мизинец).

Пальчиковая игра «Мальчик-пальчик»

(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 на указательный палец)
-С этим братцем щи варил,
(надеваем на средний палец)
-С этим братцем кашу ел,
(надеваем на безымянный палец)
-С этим братцем песни пел
(надеваем на мизинец).

Пальчиковая игра «Пальчики»

(упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой, начиная с мизинчика)

Этот пальчик — в лес пошёл,

(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)

Этот пальчик — гриб нашёл,

(надеваем на безымянный палец)

Этот пальчик — занял место,

(надеваем на средний палец)

Этот пальчик — ляжет тесно,

(надеваем на указательный палец)

Этот пальчик — много ел,

Оттого и растолстел.

(надеваем на большой палец)

Пальчиковая игра «Родные братья»

(дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики)

Ивану-большому — дрова рубить,

(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Ваське-указке — воду носить,

(надеваем на указательный палец)

Мишке-среднему — печку топить,

(надеваем на средний палец)

Гришке-сиротке — кашу варить,

(надеваем на безымянный палец)

А крошке Тимошке — песенки петь,

Песни петь и плясать,

Родных братьев потешать.

(надеваем на мизинец).

Ещё можно использовать Су-Джок для развития памяти и внимания у детей. Ребёнок должен выполнить инструкцию:

- надень колечко на мизинец правой руки,
- возьми шарик в правую руку, и спрячь за спину,
- назови, на какой палец, какой руки надето кольцо.

Использование Су-Джок шариков при автоматизации звуков.

звук Ш (ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение)

На правой 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 левой руке:

Эта малышка-Танюша, (на большой палец)

Эта малышка-Ксюша, (указательный)

Эта малышка-Маша, (средний)

Эта малышка-Даша, (безымянный)

А меньшую зовут Наташа. (мизинец)

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?

«Приключения Ёжика»

К

Свернулся ёжик клубком -
Покатился кувырком.
По ямкам и кочкам.
По тропкам и мосточкам.
Мимо ёлок и клёнов,
Мимо кедров зелёных.
По мягкой травке.
По жёсткому песку.
Глубокого оврага
Крутому бережку.
Вокруг горок и бугорков.
Вдоль речек и ручейков.
Мимо белки с шишкой.
Мимо косолапого мишки.
Мимо кукушки.
И остановился на опушке.

С

Ёжик утром проснулся,
Солнышку улыбнулся.
Чистой росой умылся,
Вкусной сушкой подкрепился.

Ес-ес-ес, ес-ес-ес,
Отправился гулять в лес.
В лесу с лисой повстречался.
Лису сильно испугался.

Са-са-са, са-са-са.
Ох, не съела бы лиса.
От испуга свернулся клубком,
Покатился с бугра кувырком.
Сы-сы-сы, сы-сы-сы,
Покатился скорей от лисы.
Катился, катился
И под кустом притаился.
Посидел, посидел под кустом.
В свою норку пустился бегом.

Ж

Идёт ёжик по дорожке
К своему дружку ужу.
Жу-жу-жу, жу-жу-жу
К своему дружку ужу.
Жа-жа-жа, жа-жа-жа
День рожденья у ужа.
Уж позвал к себе на ужин
Жабу, ёжика, стрижа.
Жи-жи-жи, жи-жи-жи
Ёжик весело бежит.
Жу-жу-жу, жу-жу-жу
Пирожок несёт ужу.
Пирожок с черникой
И свежей ежевикой.

З

Ёжик в деревню забрёл,
Увидел зелёный забор.
За забором пёс Трезорка
Заливался лаем звонко.
А коза и козлятки
Занимались зарядкой.
А Зоя садила розы
Возле кудрявой берёзы.

А Лиза незабудки
Возле Трезоркиной будки.
А бабушка Зина
Корзину взяла,
По землянику пошла.
И ёжик за ней засеменял -
Он тоже землянику любил.

Ш

Ша-ша-ша, ша-ша-ша,
Шёл ёжик неспеша.
Ша-ша-ша, ша-ша-ша,
К мышатам-мальшам.
К мышонку Паше
И мышке Маше.
Их мама-мышка
Напекла пышки.
Ши-ши-ши, ши-ши-ши,
Вышли пышки хороши.
Шёл ёжик, шёл,
Носиком повёл -
Унюхал Мышкины пышки,
Побежал вприпрыжку.
Ош-ош-ош, ош-ош-ош
Очень запах был хорош.

Л

Лодка по волнам плывёт,
Лодка ёжика везёт.
Ёжик в лодке сладко спал.
Ёжик с лавочки упал.
Покатался, покатался,
Покатался, покатался,
Вновь на лавочку поднялся.
Волна лодку подхватила,
С боку на бок наклонила.
Ёжик тоже наклонился,
Вновь упал и покотился.
Долго лодочка плутала.

Долго ёжика катала.
Наконец-то доплыла.
Ёжик выскочил из лодки
И запел: ла-ла-ла-ла!

Р

Ру-ру-ру, ру-ру-ру,
Проснулся ёжик поутру.
Выбрался из норки,
Пробежался вокруг горки.
Попрыгал, покружился,
В ручейке умылся.
Позавтракал черникой
И красной брусникой.
Побежал к другу бобру
Играть в новую игру.
Ра-ра-ра, ра-ра-ра,
На пути стоит гора.
Ёжик на гору забрался.
С горы скатиться собрался.
Свернулся в клубок.
По кочкам прыг да скок.
Прикатился к запруде бобра.
Ура! Ура! Ура!

Использование Су – Джок шаров при совершенствовании лексико-грамматических категорий.

Упражнение «Один-много». Взрослый катит «чудо-шарик» по столу ребенку, называя предмет в единственном числе. Ребенок, поймав ладонью шарик, откатывает его назад, называя существительные во множественном числе. Аналогично проводить упражнение «Назови ласково», «Скажи наоборот».

Игры для развития фонематического слуха и восприятия:

- ✓ «Телеграф»
- ✓ «Шарик мы ладошкой стук, если слышим нужный звук»
- ✓ «Какой звук?»
- ✓ «Сосчитай, не ошибись»
- ✓ Простучи шариком заданный ритмический рисунок

- ✓ Стукни ладошкой по шарик, когда услышишь заданный звук. Покажи соответствующий заданному звуку (слогу) шарик, (синий — твердый звук, зеленый – мягкий), услышав слог или слово с ним.
- ✓ Спрячь шарик в ладошке, если звука там нет. Возьми столько шариков, сколько раз услышишь данный звук среди других, слогов, слов с этим звуком.

Сказка «Ежик на прогулке»

Жил да был ежик в лесу, в своем домике - норке (зажать шарик в ладошке).

Выглянул ежик из своей норки (раскрыть ладошки и показать шарик) и увидел солнышко.

Улыбнулся ежик солнышку (улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером) и решил прогуляться по лесу. 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 (ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик по ним) и укрылся от дождя, а когда закончился дождь, то на полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберезовики, опята, лисички и даже белый гриб (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 уколоть шипом шарика) и довольный побежал домой (прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик).

Использование шариков для звукового анализа слов

Для характеристики звуков используются массажные шарики трех цветов: красный, синий, зеленый. По заданию взрослого, ребенок показывает, соответствующий обозначению звука, шарик.

Использование шариков при совершенствовании навыков употребления предлогов

На столе коробка, по инструкции взрослого, ребенок кладет шарики соответственно: красный шарик — в коробку; синий — под коробку; зеленый — около коробки. Затем, наоборот, ребенок должен описать действие взрослого.

Использование шариков для слогового анализа слов

Упражнение «Раздели слова на слоги»: Ребенок называет слог и берет по одному шарiku из коробки, затем считает количество слогов.

Массаж пальцев эластичным кольцом

Пружинное кольцо надевается на пальчики ребенка и прокатывается по ним, массируя каждый палец до его покраснения и появления ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.



Раз, два, три, четыре, пять!
Пружинку будем мы катать!
Вот нашли большой мы пальчик
Он попрыгает, как зайчик!
Вверх-вниз, вверх-вниз
Ты, пружиночка, катись!
Указательный поймает
И пружинку покатаем.
Вверх-вниз, вверх-вниз
Ты, пружиночка, катись!
Где ты, наш середнячок,
Ты ложись-ка на бочок!
Вверх-вниз, вверх-вниз
Ты, пружиночка, катись!
Кольца любит безымянный.
Покажись-ка, наш желанный!
Вверх-вниз, вверх-вниз
Ты, пружиночка, катись!
Вот наш пальчик маленький
Самый он удаленный!

Вверх-вниз, вверх-вниз
Ты, пружиночка, катись!
Мы пружиночки снимаем
Свои пальчики считаем. 1, 2, 3, 4, 5!
1, 2, 3, 4, 5!
А сейчас мы проверяем
На двух ручках посчитаем!
1, 2, 3, 4, 5! Мы закончили играть.
Пальчики свои встряхни
И немного отдохни!

Давайте поиграем!

Этот шарик непростой, - (любуюсь шариком на левой ладошке)
Он колючий, вот какой. - (накрываем правой ладонью)
Будем с шариком играть - (катаем шарик горизонтально)
И ладошки согревать.
Раз катаем, два катаем - (катаем шарик вертикально)
Сильней на шарик нажимаем.
Как колобок мы покатаем, - (катаем шарик в центре ладошки)
Сильней на шарик нажимаем.
(Выполняем движения в соответствии с текстом в правой руке)
В руку правую возьмём, В кулачок его сожмём.
(Выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке)
В руку левую возьмём,
В кулачок его сожмём.
(Выполняем движения в соответствии с текстом)
Мы положим шар на стол,
И посмотрим на ладошки,
И похлопаем немножко,
Потрясём свои ладошки.

«Шарик»

Шарик я открыть хочу.
Правой я рукой кручу.
Шарик я открыть хочу.
Левой я рукой кручу.
(Крутить правой рукой правую половинку шарика, левой рукой левую половинку шарика).

«Фокусник»

Я мячом круги катаю,
Взад-вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошку,
 Будто я сметаю крошку.
 И сожму его немножко,
 Как сжимают лапку кошке.
 Каждым пальцем мяч прижму
 И другой рукой начну,
 А теперь последний трюк –
 Мяч летает между рук!
 (Все движения с массажным мячом выполняются по тексту)

«Мышка мылом мыла лапки»

(Движения выполняются по тексту, поочередно надевая массажное колечко на каждый пальчик)

Мышка мылом мыла лапки,
 каждый пальчик по порядку,
 Вот намылила большой,
 Не забыла и указку, сняв с него
 и грязь, и краску
 Средний мылила усердно, очень
 грязный был наверно
 Безымянный терла пастой, кожа
 стала сразу красной
 А мизинчик быстро мыла,
 очень он боялся мыла.



«Волшебный шарик»

Этот шарик непростой, - (любуюемся шариком на левой ладошке)
 Он колючий, вот какой. - (накрываем правой ладонью)
 Будем с шариком играть - (катаем шарик горизонтально)
 И ладошки согревать.
 Раз катаем, два катаем - (катаем шарик вертикально)
 И ладошки согреваем.
 Раз катаем, два катаем - (катаем шарик горизонтально)
 И ладошки согреваем.
 Катаем, катаем, катаем - (катаем шарик вертикально)
 Сильней на шарик нажимаем.
 Как колобок мы покатаем, - (катаем шарик в центре ладошки)
 Сильней на шарик нажимаем. (Выполняем движения в соответствии с
 текстом в правой руке)

В ручку правую возьмём,
 В кулачок его сожмём.
 Раз сжимаем, два сжимаем
 Шарик мы не выпускаем. *(Выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке)*
 В ручку левую возьмём,
 В кулачок его сожмём.
 Раз сжимаем, два сжимаем
 Шарик мы не выпускаем. *(Выполняем движения в соответствии с текстом)*
 Мы положим шар на стол
 И посмотрим на ладошки,
 И похлопаем немножко,
 Потрясём свои ладошки.
 Мы немного отдохнём,
 Заниматься мы начнём.
(Дети закрывают глаза и отдыхают, положив голову на стол, а в это время шарик «исчезает» и появляются пружинки или прищепки, грецкий орех и тд., главное, чтобы в конце занятия обязательно появился сюрприз: наклейка, конфета, мелкая игрушка... (зависит от фантазии и возможностей взрослых).

Картотека пальчиковых игр и упражнений с шариком «Су-Джок» по лексическим темам

Тема	Содержание	Выполнение
Овощи	У девчущки Зиночки Овощи в корзиночке Вот пузатый кабачок положила на бочок, Перец и морковку уложила ловко, Помидор и огурец Наша Зина молодец!	(катаем шарик между ладонями) (массаж пальчиков кольцом начиная с большого) (показывают большой палец)
	Капуста Мы капусту рубим, рубим, Мы капусту солим, солим, Мы капусту трем, трем Мы капусту ждем, ждем.	(ребром ладони стучим по шарiku) (подушечками пальцев трогаем шарик)

		<p>(потираем ладошками о шарик) (сжимаем шарик в кулачке) Упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой.</p>
Фрукты	<p>Этот пальчик – апельсин, Он, конечно, не один. Этот пальчик – слива, Вкусная, красивая. Этот пальчик – абрикос, Высоко на ветке рос. Этот пальчик – груша, Просит: «Ну-ка, скушай!» Этот пальчик – ананас, Фрукт для вас и для нас.</p>	<p>(массаж пальчиков кольцом начиная с большого)</p>
Лес. Деревья	<p>Вот деревья: Клен, рябина, липа, Дуб, береза, вяз, Ясень, тополь, елка, пихта, Мы в лесу встречаем вас.</p>	<p>(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с большого) Упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой.</p>
Золотая осень	<p>Солнышко греет уже еле-еле; Перелетные птицы на юг улетели; Голы деревья, пустыньны поля, Первым снежком принакрылась земля. Река покрывается льдом в ноябре - Поздняя осень стоит на дворе.</p>	<p>(катаем шарик между ладонями) (зажимаем шарик в правой ладони) (зажимаем шарик в левой ладони) (передаем из одной ладони в другую) (катаем шарик между ладонями)</p>
Грибы	<p>Я корзинку в лес беру, там грибы я соберу.</p>	<p>(Дети делают ладошку «корзиночкой» и катают шарик) (Показывают удивление, разводят руки в стороны)</p>

	<p>Удивляется мой друг: «Сколько здесь грибов вокруг!» Подосиновик, масленок, подберезовик, опенок, Боровик, лисичка, груздь – не играют в прятки пусть! Рыжики, волнушки найду я на опушке. Возвращаюсь я домой, все грибы несусь с собой. А мухомор не понесу, пусть останется в лесу!</p>	<p>(Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки) (Большой палец левой руки оставляют, грозят ему)</p>
Перелетные птицы	<p>Тили – тели, тиле – тели, С юга птицы прилетели! Прилетел к нам скворушка – серенькое перышко. Жаворонок, соловей, торопились, кто скорей. Цапля, лебедь, утка, стриж, аист, ласточка и чиж – Все вернулись, прилетели, песни звонкие запели!</p>	<p>(катают «Су – Джок» между ладонями) (поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки) (катают «Су – Джок» между ладонями)</p>
Наше тело	<p>«Пять пальцев» На моей руке пять пальцев, Пять хватальцев, пять держальцев. Чтоб строгать и чтоб пилить. Чтобы брать и чтоб дарить. Их не трудно сосчитать: 1,2,3,4,5!</p>	<p>(Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки) Упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой.</p>
Одежда	<p>Постираю чисто, с толком. Рубашку, кофту, платье, юбку, сарафан и майку, А ещё футболку, джинсы, свитерок и брюки. Вот устали мои руки!</p>	<p>(движения кулачками, имитирующие стирку) (поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)</p>

	Встряхивают обе руки.	
Обувь	Раз, два, три, четыре, пять Будем обувь считать: Раз – туфли, Два – сапожки, Три ботинки, Четыре – босоножки И, конечно, тапки – пять. Ножкам надо отдыхат	(катают Су – Джок между ладонями) (поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с большого) (катают «Су – Джок» между ладонями)
Посуда	Девочка Иринка порядок наводила. Девочка Иринка кукле говорила. «Салфетки должны быть в салфетнице, Масло должно быть в масленке, хлебушек должен быть в хлебнице, А соль, конечно, в солонке!»	(катают «Су – Джок» между ладонями) (поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с большого)
	Раз, два, три, четыре, Мы посуду перемыли: Чайник, чашку, ковшик, ложку И большую поварёшку. Мы посуду перемыли, Только чашку мы разбили, Ковшик тоже развалился, Нос у чайника отбился. Ложку мы чуть-чуть сломали.	(катают «Су – Джок» между ладонями) (поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с большого)
Продукты питания	Мы пришли в магазин, Мы купили: торт - один, Плюшек - две, Ватрушек – три, А киви купили – сразу четыре!	(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с большого)

Зима	Снег зимой летает, Тихо отдыхает. Я его жалею И в ладонях грею.	(катаем шарик между ладонями) (сжимаем шарик ладонями) (катаем шарик между ладонями)
Зимующие птицы	Снегирь и сорока, Воробей и синицы – Зимуют у нас Эти чудные птицы. И чтоб они жили, По-прежнему с нами, Мы будем кормить их, Конечно же, сами.	(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с большого) (катают Су – Джок между ладонями)
Зимние забавы	Что зимой мы любим делать. В снежки играть, на лыжах бегать, На коньках по льду кататься, Вниз с горы на санках мчаться.	(катают «Су – Джок» между ладонями) (поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)
Праздник Новый год	Праздник приближается, ёлка наряжается. Мы развешали игрушки бусы, шарики, хлопушки. А здесь фонарики висят, блеском радуют ребят.	(Дети катают «Су – Джок» между ладонями) (поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)
Домашние животные и их детеныши	Довольна корова своими телятами, Овечка довольна своими ягнятами, Кошка довольна своими котятами, Кем же довольна свинья - поросятами! Довольна коза своими козлятами, А мама довольна своими ребятами!	(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки) (катают «Су – Джок» между ладонями)

	<p>Раз, два, три, четыре, пять, Как животных нам назвать? Самых близких, самых верных — Каждый знает их, наверно. Лошадь, корова, собака и кошка Как назовем их? Подумай немножко. В доме с хозяином дружно живут, Значит, домашними все их зовут.</p>	<p>(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки) (катают «Су – Джок» между ладонями)</p>
<p>Дикие животные и их детеныши</p>	<p>Это зайчонок, это бельчонок, Это лисенок, это волчонок, А это спешит, ковыляет спросонок Бурый, мохнатый, смешной медвежонок.</p>	<p>(поочередно массируют пальчики кольцом)</p>
	<p>Медведь в берлоге крепко спит, Всю зиму до весны проспит, Спят зимою бурундук, Колючий ёжик и барсук. Только зайныке не спится – Убегает от лисицы. Мелькает он среди кустов, Напетлял и был таков.</p>	<p>(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки) (катают «Су – Джок» между ладонями)</p>
	<p>На лужок пришли зайчата, Медвежата, барсучата, Лягушата и енот. На зеленый, на лужок Приходи и ты, дружок!</p>	<p>(поочередно надеваем кольцо на каждый палец) (катаем шарик по ладошке)</p>
<p>Животные Севера и жарких стран</p>	<p>Тепы – тяпы, тепы – тяпы, Это ласты, а не лапы. У тюленей ласты эти Носят мамы, папы, дети.</p>	<p>(катают «Су – Джок» между ладонями)</p>

	<p>За мамой слонихой шагает слоненок, За крокодилихой – крокодиленок, За львицей шагает маленький львенок, За верблюдицей бежит верблюжонок, За зеброй спешит полосатый зебренок, За кем же торопится каждый ребенок.</p>	<p>(поочередно массируют пальчики кольцом) (катают «Су – Джок» между ладонями)</p>
<p>Домашние птицы и их птенцы</p>	<p>Есть у курицы цыпленок, У гусыни есть гусенок, У индюшки – индюшонок, А у утки есть утенок. У каждой мамы малыши Все красивы, хороши!</p>	<p>(катают колечко на пальчиках) (катают «Су – Джок» между ладонями)</p>
<p>Мебель</p>	<p>Мебель я начну считать: Кресло, стол, диван, кровать, Полка, тумбочка, буфет, Шкаф, комод и табурет. Много мебели назвал - Десять пальчиков размял!</p>	<p>(массаж пальчиков кольцом начиная с большого)</p>
<p>Дом и его части</p>	<p>На поляне дом стоит, Ну а к дому путь закрыт. Мы ворота открываем, В этот домик приглашаем.</p>	<p>(шарик лежит на правой ладони) (накрываем шарик левой ладонью) (убрать левую руку) (сжимаем шарик в ладони)</p>
<p>День защитника Отечества</p>	<p>Наша армия Аты-баты, аты-баты! На парад идут солдаты! Вот идут танкисты, Потом артиллеристы, А потом пехота — Рота за ротой!</p>	<p>(катают «Су – Джок» между ладонями)</p>

Бытовые приборы	- Пылесос, пылесос, Ты куда суёшь свой нос? - Я жужжу, я жужжу, Я порядок навожу!	(катают «Су – Джок» между ладонями) Упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой.
Праздник 8 Марта	В Марте есть такой денёк С цифрой, словно кренделёк. Кто из вас, ребята, знает Цифра что обозначает? Дети хором скажут нам: - Это праздник наших мам.	(катают «Су – Джок» между ладонями)
Весна	Снова солнце в небе улыбается, Снег растаял, ручейки звенят. И подснежник первый распускается С юга птицы с песнями летят.	(катают «Су – Джок» между ладонями)
Профессии наших мам	Много мам на белом свете, Всех их очень любят дети! Журналист и инженер, Повар, милиционер, Швея, кондуктор и учитель, Врач, парикмахер и строитель - Мамы разные нужны, Мамы разные важны!	(катают «Су – Джок» между ладонями) (поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки) (катают «Су – Джок» между ладонями)
Город	Мы по городу шагаем, Много видим, называем: Светофоры и машины, Аптеки и магазины, Скверы, улицы, мосты, И деревья, и кусты.	(катают «Су – Джок» между ладонями) (поочередно одевают колечко на пальчики обеих рук)
Улица	На улице – машины, Дома и магазины. И светофор зовёт Тебя на переход.	(поочередно одевают колечко на пальчики обеих ручек)

Транспорт	Будем мы с тобой играть, Будем транспорт называть Автомобиль и вертолет, Трамвай, метро и самолет.	(катают «Су – Джок» между ладонями) (поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)
Цветы	«Цветок» Солнце поднимается – цветочек распускается! Солнышко садится – Цветочек спать ложится.	(катают «Су – Джок» между ладонями) Упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой.
Ягоды	Ягоды – это крыжовник, Клюква, черника, брусника, Малина, клубника, шиповник, Смородина и земляника. Запомнил ягоды я наконец. Что это значит? Я – молодец!	(массаж пальчиков кольцом начиная с мизинца) (Приподнимают плечи, удивляются.) (показывают большой палец)
День Победы	Аты-баты, аты-баты! На парад идут солдаты! Вот идут танкисты, Потом артиллеристы, А потом пехота - Рота за ротой!	(катают «Су – Джок» между ладонями) (передают шарик из одной ладони в другую) (катают «Су – Джок» между ладонями)
Насекомые	Дружно пальчики считаем – Насекомых называем. Бабочка, кузнечик, муха, Это жук с зеленым брюхом. Это кто же тут звенит, ой, сюда комар летит!	(катают «Су – Джок» между ладонями) (поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)
Школа. Школьные принадлежности	«Портфель» Семь вещей у нас в портфеле: Промокашка и тетрадь, Ручка есть, чтобы писать И резинка, чтобы пятна Убирала аккуратно	(поочередно одевают колечко на пальчики обеих ручек)

И пенал, и карандаш, И букварь – приятель наш.	
---	--

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 ребенка.

В результате использования Су-Джок терапии:

- осуществляется благоприятное воздействие на весь организм;
- стимулируются речевые зоны коры головного мозга;
- развивается координация движений и мелкая моторика;
- развиваются произвольное поведение, внимание, память, речь и другие психические процессы, необходимые для становления полноценной учебной деятельности.