



### ***Приемы Су – Джок терапии:***

- ✓ Массаж специальным шариком.
- ✓ Массаж эластичным кольцом.
- ✓ Массаж стоп.
- ✓ Ручной массаж кистей и пальцев рук.

*Развивая мелкую мускулатуру пальцев рук, мы стимулируем работу головного мозга.*

*«Су-Джок» терапия, обладая высокой эффективностью, безопасностью и простотой, базируется на традиционной акупунктуре и восточной медицине.*

*Она способствует стимуляции речевых зон коры головного мозга, развитию психических процессов (памяти, внимания) и оздоровлению всего организма.*



### ***для дошкольников***

*«Ум ребенка находится на кончиках его пальцев»*

Василий Александрович  
Сухомлинский  
выдающийся советский  
педагог

## Формы работы с детьми:

### 1. Массаж Су – Джок шарами

*(выполняем действия с шариком в соответствии с текстом)*

Этот кругленький дружок  
называется Су-Джок  
этот шарик разноцветный  
покатаем мы в руках  
Чтобы легче было думать,  
сила чтоб была в руках  
Покатаем по ладошкам  
он откроется вот так!  
Там, волшебное колечко  
Ни большое, ни малое,  
В гости к пальчикам заходит  
Всем оно подходит.

### 2. Массаж пальцев эластичным кольцом

*(поочередно надеваем массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики, упражнение выполняется колечком - пружинкой сначала на правой руке, затем на левой, надевая на каждый пальчик руки)*

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 поймаем  
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 удаленький!  
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!

### 3. Рассказывание сказок с использованием шарика СКАЗКА «ЁЖИК»

Жил был ёжик *(показываем шарик-массажёр)*. Он был колючий *(обхватываем ладонью правой, затем левой руки)*. Как-то раз, пошёл он погулять *(катаем по кругу на ладони)*. Пришёл на полянку, увидел короткую тропинку и побежал по ней *(катаем от ладони к мизинчику и обратно)*, вернулся на полянку *(катаем по кругу на ладони)*, опять побежал по полянке *(катаем между ладонями по кругу)*, заметил речку, побежал по её бережку *(катаем по безымянному пальцу)*, снова вернулся на полянку *(между ладонями)*,

посидел, отдохнул, погрелся на солнышке, увидел длинную тропинку и побежал по ней *(катаем по среднему пальчику)*, вернулся на полянку и увидел горку, решил забраться туда *(слегка поднимаем указательный пальчик и водим шариком по нему)*.

Потом ёжик покатился вниз и снова оказался на полянке *(движение по кругу на ладони)*, увидел деревце и оббежал вокруг него *(катаем вокруг большого пальчика, подняв его)*.

Стало ёжику жарко, он высунул свою мордочку навстречу прохладному ветерку. **Дыхательная гимнастика: Вдох через нос, выдох на ладонь руки, повторить 2 раза.** *Открываем шарик и достаём массажное колечко. Поочередно надеваем его на каждый палец ведущей руки, движения вверх-вниз несколько раз.* Ёжик увидел грибок и поспешил сорвать его *(на большой палец)*, заметил цветочек и понюхал его *(на указательный)*, нашёл красивый листочек и подбежал его посмотреть *(на средний)*, заметил ягоду и сорвал её *(на безымянный)*, нашёл шишку и взял её для своей мамы в подарок *(на мизинчик)*. Ёжик так весело гулял по лесу, что не заметил, как стало темнеть. Наступал вечер. Довольный прогулкой он отправится домой *(закрываем шарик, катаем между ладонями)*.

Давиденко С.В.,  
воспитатель