

Су - джок – терапия – как средство развития речи и мелкой моторики у детей с ОВЗ

«Гладь мои ладошки, ёж! Ты колючий, ну и что ж!»

(статья и картотека игр по лексическим темам)

*Подготовила учитель – логопед
Тимофеева Оксана Васильевна*

Можно ли помочь маленькому человеку в становлении правильной речи? Вполне! И сделать это в состоянии окружающие его взрослые и в первую очередь родители.

Большую помощь в развитии речи играет двигательная активность детей. И сегодня мы поговорим о важном направлении в развитии движений, связанных с развитием речи – это методика Су -Джок.

В современном мире это очень эффективная методика, которую способствует развитию мелкой моторики детей с нарушением речи.

Учёные выяснили, что центр мелкой моторики и речевой центр находятся в головном мозге по соседству, и возбуждение одного центра способствует развитию другого. Образно говоря, речь ребёнка находится на кончиках его пальчиков, поэтому тренировать их, делая легкий массаж, надо уже с 6-месячного возраста, а то и раньше.

Совершенно точно установлено, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности мелкой моторики пальцев и тактильных ощущений. Иначе говоря, чем более подвижны, «послушны» пальчики у малыша, тем легче ему учиться говорить.

Взаимосвязь развития руки и речи известна давно. Еще прапрабабушки использовали в развитии детей игры типа «ладушки», «сорока», «идёт коза» и др.

Кроме того, пальчиковые упражнения подготавливают ребёнка к рисованию, а в дальнейшем и к письму. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность и неловкость движений.

Отличный современный метод развития моторной ловкости пальцев рук является методика су-джок.

Су-джок – одно из достижений восточной медицины. Су – кисть, джок – стопа. Таким образом су-джок терапия – воздействие на организм с помощью массажа руки и стопы специальным шариком и металлическими кольцами.

Достоинства су-джок терапии:

1. Высокая эффективность.

2. Абсолютная безопасность.
3. Уверенность метода.
4. Доступность для каждого.
5. Простота применения.

Су-джок терапия позволяет:

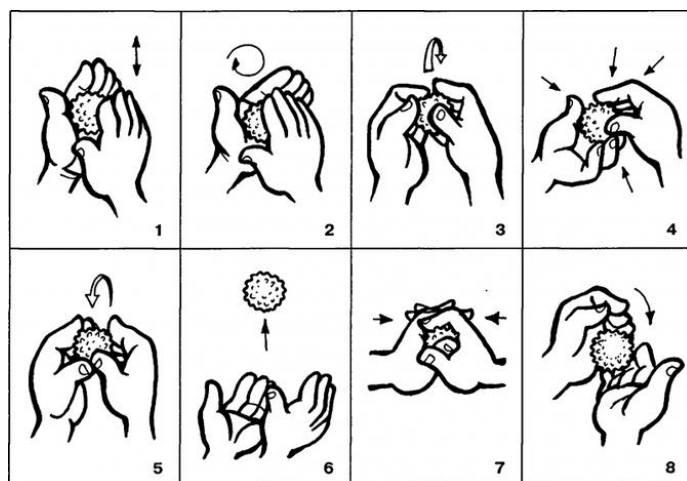
1. Воздействовать на биологически активные точки системы су-джок.
2. Стимулировать речевые зоны коры головного мозга.
3. Нормализовать мышечный тонус (что особенно важно для детей с различными двигательными расстройствами, ДЦП, ММД).
4. Активизировать межполушарное взаимодействие, синхронизировать работу обоих полушарий мозга.
5. Повысить энергетический уровень ребёнка, развить тактильную чувствительность.
6. Развить познавательную и эмоционально – волевою сферу ребёнка.

Приемы су-джок терапии:

1. Массаж шариком – воздействие на биологически активные точки.
2. Массаж кольцом – воздействие на внутренние органы, стимуляция их работы.

Методика су-джок:

1. Шарик находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты. Катаем шарик вперёд-назад.
2. Шарик находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты. Катаем шарик круговыми движениями.
3. Держим шарик пальцами, делаем вращательные движения, как будто закручиваем крышку.
4. Держим шарик пальцами, делаем надавливающие движения.
5. Держим шарик пальцами, делаем вращательные движения, как будто откручиваем крышку.
6. Подкидываем шарик и ловим.
7. Шарик между ладоней и делаем надавливающие движения.
8. Перекидываем шарик из одной руки в другую.



Дополнительные простые упражнения шариком:

- ребёнок «рисует» шариком на ладошке кружочки и приговаривает – «Шарик я кручу – верчу, я согреть его хочу»;
- на пальчиках «рисует» дорожки, прокатывая по каждому пальчику;
- покатает между ладонями вверх-вниз;
- сжимает сначала правой рукой, потом левой;
- перекидывает с одной руки в другую;
- с помощью кольца промассирует каждый палец, накручивая по очереди от большого к мизинцу или наоборот.

Предлагаем игры и упражнения с использованием шарика и кольца.

*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.*



Дождик

*Вышел дождик на прогулку – катаем шарик по кругу
 Он бежит по переулку – держим ладони вверх пальцами и быстро катаем
 между ладонями шарик вверх – вниз
 Барабанит по окошку – перекидываем шарик с одной руки в другую
 Напугал большую кошку – держим одной рукой и нажимаем по - очереди на
 каждый пальчик
 Вымыл зонтики прохожих - катаем шарик по кругу
 Крыши дождик вымыл тоже - держим ладони вверх пальцами и быстро
 катаем между ладонями шарик вверх – вниз
 Сразу город мокрым стал - перекидываем шарик с одной руки в другую*

Дождик кончился, устал – сжимаем шарик в одной, потом в другой руке.

Сидит белка на тележке

Сидит белка на тележке, продаёт она орешки – катаем шарик между ладоней

Лисичке – сестричке,

Воробью,

Синичке,

Мишке косолапому,

Заиньке усатому – надеваем далее кольцо поочередно на каждый палец, начиная с большого.

«Утка и кот»

А уточки, а уточки все топают по улочке - катаем шарик вперёд-назад.

Идут себе вразвалочку и крикают считалочку – катаем шарик по кругу.

Утка крикает, зовет всех утят с собою – перекидываем шарик из одной в другую руку.

А за ними кот идет, словно к водою – правой рукой держим шарик и нажимаем поочередно на каждый палец, начиная с большого.

У кота хитрющий вид, их поймать мечтает! - правой рукой держим шарик и нажимаем поочередно на каждый палец, начиная с большого.

Не смотри ты на утят - не умеешь плавать! - сжимать шарик сначала правой рукой, потом левой.

«Дождик»

Массаж под песню Е. Поплянской

Дождик бегаёт по крыше - Бом! Бом! Бом! – круговые движения шариком между ладоней

По веселой звонкой крыше - Бом! Бом! Бом! – движения между ладоней вперед - назад

Дома, дома посидите - Бом! Бом! Бом! – сжимаем шарик правой рукой

Никуда не выходите - Бом! Бом! Бом! – сжимаем шарик левой рукой

Почитайте, поиграйте - Бом! Бом! Бом! – сжимаем шарик двумя ладонями, кисти крест-накрест.

А уйду-тогда гуляйте - Бом! Бом! Бом! – перекидываем шарик из одной руки в другую.

Дождик бегаёт по крыше - Бом! Бом! Бом! - круговые движения шариком между ладоней

По веселой звонкой крыше - Бом! Бом! Бом! - движения между ладоней вперед – назад.

«Гусь»

Где ладошка? Тут? Тут! – круговые движения шариком между ладоней

На ладошке пруд? Пруд - перекидываем шарик из одной руки в другую.

Палец большой — это гусь молодой – накручиваем кольцо поочередно на пальцы, начиная с большого
Указательный - поймал,
Средний - гуся ощипал,
Безымянный - суп варил,
А мизинец - печь топил.
Полетел гусь в рот - движения между ладоней вперед – назад
А оттуда в живот – перекидывать из руки в руку.
Вот! - вытягивают ладошки вперед с шариком.

«Заяц белый» (песня О. Боромыковой)

Заяц белый, заяц белый – движения шариком вперед - назад,
Ты куда за лыком бегал? – круговые движения между ладоней
Заяц белый отвечал – сжимаем шарик правой рукой
«Я не бегал, я скакал» - подкидывать шарик правой рукой
Заяц белый, заяц белый – движения шариком вперед - назад
Ну а где же ты обедал? – круговые движения между ладоней
Заяц белый отвечал - сжимаем шарик левой рукой
«Я сегодня голодал» - подкидывать левой рукой.

«Транспорт»

Раз, два, три, четыре, пять – сжимают и разжимают мяч правой рукой
Буду транспорт я считать.
Автобус, лодка и мопед – поочередно шариком нажимаем на пальчики, начиная с мизинца левой руки, потом правой
Мотоцикл, велосипед,
Автомобиль и самолет,
Корабль, поезд, вертолет.

«Паучок»

Паучок ходил по ветке - круговые движения между ладоней
А за ним ходили детки - движения шариком вперед - назад
Дождик с неба вдруг полил – перекидывать шарик из одной руки в другую
Паучков на землю смыл – катать шариком по левой руке по направлению к пальцам
Солнце стало пригревать – обеими ладонями сжимать шарик, руки крест-накрест
Паучок ползет опять – круговые движения между ладоней
А за ни ползут все детки - движения шариком вперед – назад
Чтобы погулять на ветке

«Курочка»

Вышла курочка гулять, свежей травки пощипать - движения шариком вперед - назад

А за ней ребятки – жёлтые цыплятки - круговые движения между ладоней
Ко-ко-ко, ко-ко-ко – не ходите далеко! – на каждый слог перекидывать шарик из руки в руку

Лапками гребите – провести шариком по левой ладони по направлению к пальцам

Зёрнышки ищите - провести шариком по правой ладони по направлению к пальцам

Съели толстого жука, дождевого червяка - обеими ладонями сжимать шарик, руки крест-накрест

Выпили водицы полное корытце – держим шарик двумя руками, руки соединены в виде чаши.

Я мячом круги катаю

(дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом)

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.

Ходит ежик без дорожек

(Ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение)

Ходит ежик без дорожек,

Не бежит ни от кого.

С головы до ножек

Весь в иголках ежик.

Как же взять его?

Гладь мои ладошки, ёж!

Гладь мои ладошки, ёж! – катаем шарик между ладоней

Ты колючий, ну и что ж!

Потом ребёнок гладит их ладошками со словами:

Я хочу тебя погладить,

Я хочу с тобой поладить.

Зайки

На поляне, на лужайке

катать шарик между ладоней

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

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.

Осень

Дождик, дождик озорной - катаем мяч между ладонями круговыми движениями.
Поиграть пришёл со мной - сжимаем мяч то в правой, то в левой руке.
Капли весело стучат - катаем мяч круговыми движениями между ладонями.
Кап-кап-кап - энергично сжимаем мяч обеими руками.
Листья кружатся, летят – перекидываем шарик из одной руки в другую
С ветром поиграть хотят.
Осень в гости к нам пришла – нажимаем на каждый палец шариком на каждое слово разный палец, начиная с большого
Непогоду привела.

Фрукты

Это спелый абрикос - энергично сжимаем мяч обеими руками.
Он в саду на ветке рос - катаем мяч между ладонями движениями вверх-вниз.
В сад с корзиной мы пойдём - катаем мяч между ладонями круговыми движениями.
Яблок спелых наберём – сжимаем шарик правой рукой
Не ленись, и помогай - сжимаем шарик левой рукой
Собирать нам урожай – шарик держим двумя ладонями

Овощи

У девчушки Зиночки овощи в корзиночке,
Дети делают ладошку «корзиночкой» и катают шарик
Вот пузатый кабачок положила на бочок,

*Перец и морковку уложила ловко,
Помидор и огурец.*

Дети одевают колечко на пальцы, начиная с большого.

Наша Зина – молодец!

Показывают большой палец.

Грибы

Я корзинку в лес беру, там грибы я соберу.

Дети делают ладошку «корзиночкой» и катают шарик.

Удивляется мой друг: «Сколько здесь грибов вокруг!»

Показывают удивление, разводят руки в стороны

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.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

А мухомор не понесу, пусть останется в лесу!

Большой палец левой руки оставляют, грозят ему.

Ягоды

Ягоды – крыжовник, клюква, черника, брусника,

Малина, клубника, шиповник, смородина и земляника

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Запомнил ягоды я наконец. Что это значит?

Поднимают плечи, удивляются.

Я – молодец! Большой палец с колечком вытягивают вперед.

Мебель

Мебель я начну считать.

Кресло, стол, диван, кровать,

Полка, тумбочка, буфет, шкаф, комод и табурет.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Вот сколько мебели назвал.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Одежда

Постираю чисто, с толком.

Дети делают движения кулачками, имитирующие стирку.

Рубашку, кофту, платье, юбку, сарафан и майку,

А ещё футболку, джинсы, свитерок и брюки.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Вот устали мои руки!

Встряхивают обе руки.

Посуда

*Девочка Иринка порядок наводила.
Дети катают Су – Джок между ладонями.
Девочка Иринка кукле говорила.
«Салфетки должны быть в салфетнице,
Масло должно быть в масленке, хлебушек должен быть в хлебнице,
А соль, конечно, в солонке!»*
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Новый год

*Праздник приближается, ёлка наряжается.
Дети катают Су – Джок между ладонями.
Мы развешали игрушки: бусы, шарики, хлопушки.
А здесь фонарики висят, блеском радуют ребят.*
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Домашние птицы

*Есть у курицы цыпленок, у гусыни есть гусенок,
У индюшки – индюшонок,
А у утки есть утенок.*
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
У каждой мамы малыши все красивы, хороши!
Дети катают Су – Джок между ладонями.

Домашние животные

*Довольна корова своими телятами,
Овечка довольна своими ягнятами,
Кошка довольна своими котятами,
Кем же довольна свинья? Поросятами !
Довольна коза своими козлятами,*
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
А я довольна своими ребятами!
Дети катают Су – Джок между ладонями.

Игрушки

*На большом диване в ряд
Куклы Катины сидят:
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.
*Помогаем нашей Кате
Мы игрушки сосчитать.*

Самомассаж шариком Су-джок (движения по ходу текста)

1, 2, 3, 4, 5!
Буду шарик я катать.
По ладошке прокачу
И ее пощекочу.
Шар по кругу я катаю
И ладошку разминаю.
И по пальцам прокачу
Каждый я пощекочу.
Вверх-вниз, вверх-вниз,
Шар по пальчику катись.
Сильно шарик я сожму,
Подержу и разожму.

Упражнения из книги Ермаковой И. А. "Развиваем мелкую моторику
малышей"
Урожай

*В огород пойдём,
Урожай соберём. (катаем шарик на ладони вперед-назад)
Мы морковки натаскаем
И картошки накопаем.
Срежем мы кочан капусты,
Круглый, сочный, очень вкусный.
Щавеля нарвём немножко - на каждую строчку прокатываем шарик по
пальцу)
И вернёмся по дорожке. катаем шарик круговыми движениями на ладошке*

Доброта

*Если пальчики грустят – сжимаем и разжимаем шарик в руке
Доброты они хотят - гладим шариком ладонь
Если пальчики заплачут – стучим шариком по ладони
Их обидел кто-то значит.
Наши пальцы пожалеет – гладим шариком ладонь
Добротой своей согреет. дышим на руки*

Ёжик

*Наш волшебный мудрый ёжик - прокатываем по левой руке
Не нашёл в лесу дорожек.
Ёжик колет нам ладошки,
Поиграем с ним немножко. - катаем между ладоней вертикально
Если будем с ним играть
Ручки будем развивать. - катаем между ладоней горизонтально
Ловкими станут пальчики,*

Умными – девочки, мальчики. - катаем между ладоней по кругу, правая рука вверху.

Приветствие

Поочередно надевать массажное кольцо на каждый палец
Здравствуй, солнце золотое! Здравствуй, небо голубое!
Здравствуй, вольный ветерок! Здравствуй, маленький дубок!
Мы живём в родном краю – сжимаем и разжимаем кольцо в руке
Всех я вас приветствую! - разводим руки в стороны

Транспорт

Будем пальчиками играть – катаем шарик между ладонями вперёд-назад
Будем транспорт называть: сжимаем и разжимаем шарик в руке
Автомобиль, вертолёт,
Трамвай, метро и самолёт. - на каждое слово прокатываем кольцо по пальцу
Все пальцы мы в кулак зажали, сжимаем шарик в ладошке
Все виды транспорта называли. пальцы разжимаем и шарик остаётся на ладони

Этот шарик непростой

Этот шарик непростой, он колючий, вот какой.
Любуемся шариком на левой ладошке, закрываем его правой рукой
Будем с шариком играть, своим ручкам помогать.
Катаем шарик горизонтально между ладонями
Раз катаем, два катаем и ладошки согреваем.
Катаем шарик горизонтально
Раз катаем, два катаем и ладошки согреваем.
Катаем шарик вертикально
Катаем, катаем, катаем, сильнее на шарик нажимаем.
Катаем шарик вертикально, нажимая до покалывания
Как колобок мы покатаем, сильнее на шарик нажимаем.
Катаем шарик в центре ладошки по кругу
В ручку правую возьмём, в кулачок его сожмём.
Раз сжимаем, два сжимаем
Шарик мы не выпускаем.
Выполняем движения в соответствии с текстом в правой руке, затем в левой.

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).