

**Консультация для воспитателей и родителей**

**«Игры Су-Джок для развития мелкой моторики рук детей**

**2 младшей группы»**



**Воспитатель. Лисичкина А.П.**

**Сергиев Посад 2023 год**

В настоящее время нетрадиционные формы и средства работы с детьми привлекают всё большее внимание. «Су-Джок» терапия – одна из них.

Цель су - джок терапии детей младшего возраста в следующем: укрепление здоровья ребенка, развития мелкой моторики, нормализация психоэмоционального состояния ребенка.

Речь идет не только о профилактике различных заболеваний, но и о самой терапии. Суть заключается в том, что в ходе массажа происходит раздражение нервных окончаний, которые расположены на стопах и кистях, в результате чего импульсы поступают напрямую в мозг.

Достоинства «Су -Джок»:

- Высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект.

- Абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто не эффективно.

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

Эта система настолько проста и доступна, что освоить ее может даже ребенок. Метод достаточно один раз понять, затем им можно пользоваться всю жизнь.

«Су-Джок» с виду - симпатичный шарик с острыми шипами, но, удивительно, сколько пользы он может принести.

Таким образом, «Су-Джок» терапия - это высокоэффективный, универсальный, доступный и абсолютно безопасный метод работы педагога или родителя с детьми.

Приемами су-джок терапии являются массаж кистей специальными шариками и эластичными кольцами. Вся работа по данному методу проводится с помощью су-джок стимуляторов - массажеров, один из которых представляет собой шарик – две соединенные полусферы, внутри которого, как в коробочке, находятся два специальных кольца, сделанных из металлической проволоки так, что можно их легко растягивать, свободно проходить ими по пальцу вниз и вверх, создавая приятное покалывание.

Формы работы с су-джок – самые разнообразные. Прежде всего, это различные пальчиковые упражнения как шариком Су-джок, так и с эластичным кольцом. Движения могут быть различными - круговые движения шарика между ладонями, перекачивание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони, вращение шарика кончиками пальцев, сжимание шарика между ладонями, сжимание и передача из руки в руку, подбрасывание шарика с последующим сжатием между ладонями и т.д. Каждое упражнение сопровождается небольшим стишком, потешкой и т.д. Эту работу можно проводить в течение 1-2 минут перед выполнением заданий, связанных с рисованием, лепкой, проводить в качестве пальчиковой гимнастики во время динамической паузы на занятиях.

## *Игры с Су-Джок*



### **Упражнение 1 «Колючий еж»**

Гладь мои ладошки, еж!

Ты колючий, ну и что ж? (Катаем мячик между ладошками)

Я хочу тебя погладить!

Я хочу с тобой поладить! (дотрагиваемся пальцами до отдельных "колючек").

### **Упражнение 2 «Мячик»**

Я мячом круги катаю

Взад-вперед его гоняю

Им поглажу я ладошку,

А потом сожму немножко.

Каждым пальцем мяч прижму

И другой рукой начну.

А теперь последний трюк-

Мяч летает между рук. (Движения соответствуют тексту).

### **Упражнение 3 «Мальчик-пальчик»**

- Мальчик-пальчик, где ты был? (надеваем кольцо Су-джок на большой палец)

- С этим братцем в лес ходил, (надеваем кольцо Су-джок на указательный палец)

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

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

-С этим братцем песни пел (надеваем кольцо Су-джок на указательный палец)

### **Упражнение 4 "Пальчики"**

Этот пальчик - в лес пошёл (надеваем кольцо Су-джок на мизинец)

Этот пальчик - гриб нашёл (надеваем кольцо Су- джок на безымянный палец), Этот пальчик - занял место (надеваем кольцо Су -джок на средний палец) Этот пальчик - ляжет тесно (надеваем кольцо Су -джок на указательный палец)  
Этот пальчик - много ел, оттого и растолстел (на большой палец)

### Упражнение 5 "Черепаша"

Шла большая черепаха и кусала всех от страха (дети катают Су -джок между ладоней)

Кусь, кусь, кусь, кусь (Су- джок между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит «щепоткой»).

Надавливают ритмично на Су- джок, перекладывая из руки в руку.

Никого я не боюсь (дети катают Су -джок между ладоней)

### Упражнение 6 «Каравай»

Испечем мы каравай.

Месим, месим тесто, (Сжимаем мяч, мяч в правой руке)

Есть в печи место. (перекидываем в левую руку и сжимаем)

Испечем мы каравай, (несколько раз энергично сжимаем мяч обеими руками)

Перекидывай, валяй! (катаем мяч между ладошками)

### Упражнение 7 «Ежик без головы и ножек»

Катится колючий ежик (выполняем круговые движения мячиком между ладонями)

Нет ни головы, ни ножек.

По ладошкам он бежит

И пытит, пытит, пытит.

Мне по пальчикам бежит (перебираем мяч пальчиками)

И пытит, пытит, пытит

Бегает туда, сюда!

Мне щекотно? Да, да, да! (движения мячом по пальчикам)

Уходи, колючий еж,

В темный лес, где ты живешь! (пускаем по столу и ловим подушечками пальцев)



## Упражнение 8 «Зайки»

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/

## Упражнение 9. « 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.*

## Упражнение 10 «Будь здоров!»

Чтоб здоров был пальчик наш.

Сделаем ему массаж.

Посильнее разотрём.

И к другому перейдём. (Прокатывать шарик между ладонями, затем к каждому пальцу на правой и левой руке.)

Это лишь некоторые примеры использования Су-джок терапии. Творческий подход, использование альтернативных методов и приемов способствуют более интересному, разнообразному и эффективному проведению образовательной и совместной деятельности педагогов и детей в детском саду.

