

Су-Джок терапия, как один из здоровьесберегающих приёмов коррекционной работы с детьми ОВЗ

Биланюк Ольга Борисовна, учитель-логопед
МБДОУ «Детский сад 27»

Хорошо развитая речь – важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей дошкольного возраста. Чем богаче и чище речь ребенка, тем легче ему выразить, высказывать свои мысли, тем шире его возможности в полноценном общении со сверстниками и взрослыми, тем активнее осуществляется его психическое развитие.

Современный ребенок в дошкольном возрасте должен познакомиться и познать всю систему родного языка: говорить связно, полно излагать свои мысли, легко строить развернутые предложения, правильно произносить все звуки родного языка, четко воспроизводить слова со сложной слоговой структурой.

Ежегодно наблюдается прирост числа детей, имеющих нарушения речевого развития и общей, мелкой моторики.

Главная задача педагогов – заботиться о формировании речи детей, ее чистоте и правильности, предупреждать и исправлять различные нарушения, которыми считаются любые отклонения от норм языка.

Всем известно, что несформированность мелкой моторики является показателем неразвитой речи у ребенка. И, наоборот, от уровня развития мелкой моторики зависит уровень развития речи. У большинства детей дошкольного возраста с различными речевыми нарушениями пальцы малоподвижны, движения их отличаются неточностью или несогласованностью.

На сегодняшний день в арсенале учителей-логопедов имеется обширный практический материал, применение которого способствует эффективному речевому развитию ребенка. В коррекционной логопедической работе существует много методик традиционных и нетрадиционных.

К нетрадиционной логопедической технологии относится Су-Джок терапия ("Су" – кисть, "Джок" – стопа). Её разработал и ввел в практику южно-корейский ученый профессор Пак Чже Ву. Ученый разработал Су-Джок терапию. Пак Чже Ву доказал, что взаимовлияние отдельных участков тела по принципу подобия (сходство формы уха с эмбрионом человека, руки и ноги человека с телом человека и т.д.). Эти лечебные системы были созданы природой. В этом и скрыта безопасность и сила применения. Стимуляция конкретных точек приводит к излечению различных недугов.

С 2000 года в логопедической работе активно используется Су-Джок терапия. Именно этот вид терапии оказывает воздействие на биоэнергетические точки с целью воздействия зон коры головного мозга для профилактики и успешной коррекции речевых нарушений. В условиях детского сада коррекционная работа ведется обычно с кистями рук в игровой форме и с обязательным речевым сопровождением.

Актуальность использования массажера Су-Джок в коррекционной логопедической работе с дошкольниками, имеющими речевые нарушения, состоит в следующем:

- массажер Су-Джок повышает интерес к занятию, необходимый дошкольникам, для которых характерна быстрая утомляемость и потеря интереса к обучению;

- высокая эффективность – сокращаются сроки коррекционной работы; при правильном применении наступает стойкий эффект.
- Су-Джок шарик лёгкий и гигиеничный, простой в обращении и доступный в любой момент.
- Су-Джок активно используют в качестве массажа при дизартрических расстройствах, для развития мелкой моторики пальцев рук.
- безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто неэффективно.
- универсальность – Су-Джок терапии: могут использовать педагоги и учителя-логопеды в своей работе, и родители в домашних условиях.
- Су-Джок используют и при плохой подвижности пальчиков.

Эта процедура значительно улучшает мелкую моторику рук, поднимает настроение ребенку.

- «Су-джок» терапию относят к методам самопомощи.
- доступность – можно приобрести в любой аптеке, интернет магазинах, не требует больших затрат.

Для Су-Джок терапии обычно используют специальные инструменты, но если под рукой их нет, то проводить стимуляцию биоактивных точек можно с помощью шестигранных карандашей, грецких орехов, семян гороха, фасоли и др. Это развивает не только мелкую моторику, но и даёт удивительный оздоровительный эффект.

Приемами Су-Джок терапии являются массаж кистей и пальцев рук 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 находятся два специальных пружинки – кольца, сделанных из металлической проволоки, чтобы их можно легко растягивать, свободно проходить ими по пальцу вниз и вверх, создавая приятное воздействие.

Приемы работы с Су-джок массажерами самые разнообразные.

Упражнения, выполняемые с массажными шариками:

- удержание на расправленной ладони каждой руки;
 - удержание на расправленной ладони шарика, прижатого сверху ладонью правой руки, и наоборот;
 - сжимание и разжимание шарика в кулаке;
 - надавливание пальцами на иголки шарика каждой руки;
 - надавливание щепотью каждой руки на иголки шарика;
 - удержание шарика тремя пальцами каждой руки (большой, указательный, средний);
 - прокатывание шарика между ладонями;
 - перекатывание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони;
- подбрасывание шарика с последующим сжатием.

Упражнения, выполняемые с массажным кольцом:

- прокатывание кольца по каждому пальцу обеих рук.

Су-джок терапии проводится в 3 этапа:

1. Знакомство с Су-джок массажером, правилами его использования.
2. Закрепление приемов работы в играх и упражнениях по развитию речи.
3. Самостоятельное использование Су-джок массажера в игре.

Су-джок терапию рекомендовано проводить с младшего дошкольного возраста, подготавливая моторику рук к последующему усложнению заданий.

Массируя мышцы ладоней, пальцев, дети повторяют художественное слово и выполняют движения.

Противопоказания применения Су-Джок терапии:

- высокая температура,
- гнойные заболевания,
- открытые раны,
- онкологические заболевания.

Таким образом, Су-джок терапия – это высокоэффективный, универсальный, доступный и безопасный метод развития речи дошкольников с речевыми нарушениями. Применение Су-джок массажеров в логопедической коррекции способствует созданию функциональной базы для перехода на более высокий уровень двигательной активности мышц и возможность для оптимальной речевой работы с ребенком, повышают функциональную и умственную работоспособность детей.

Рассмотрим (Приложение 1) некоторые формы работы с детьми при нормализации мышечного тонуса и стимуляции речевых областей в коре головного мозга, коррекции произношения (автоматизации звука), развитии лексико-грамматических категорий, совершенствовании навыков пространственной ориентации.

Литература

1. Акименко В. М. Новые логопедические технологии: учебно-методическое пособие. – Ростов Н/Д: Феникс, 2009.
2. Аммосова Н. С. Самомассаж рук при подготовке детей с речевыми нарушениями к школе: Логопед, № 6, 2004. – С.78 -82.
3. Дондокова, И. Б. Су-Джок-терапия в коррекционно-логопедической работе / И. Б. Новиковская О. А. Ум на кончиках пальцев: веселые пальчиковые игры / О. А. Новиковская – М. АСТ, 2007 С. 94
4. Османова Г.А Новые игры с пальчиками для развития мелкой моторики: Популярная логопедия / Османова Г.А – КАРО, 2008 – С. 160
5. Пак Чжэ Ву Вопросы теории и практики Су Джок терапии: Серия книг по Су Джок терапии / Чжэ Ву Пак – Су Джок Академия, 2009 – С. 208
6. Цвынтарный В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. – СПб. Издательство «Лань», 2002.

Примерные игры, упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук и речи:

Название игры, упражнения	Цель	Оборудование	Описание
«Покатаю мяч»	Воздействовать на биологически активные точки по системе. Стимулировать речевые зоны коры головного мозга.	Су-Джок шарик	Повторять слова и выполнять действия с шариком в соответствии с текстом. Я мячом круги катаю, Взад - вперед его гоняю. Им поглажу я ладошку. Будто я сметаю крошку, сожму его немножко, Как сжимает лапу кошка, Каждым пальцем мяч прижму, И другой рукой начну.
«Ёжик»	Нормализация мышечного тонуса, стимуляция речевых зон в коре головного мозга, коррекция произношения (автоматизации звука), развитие лексико-грамматических категорий, совершенствование навыков пространственной ориентации.	Су-Джок шарик	Упражнение выполнять сначала левой рукой, затем правой. Ёжик, ёжик колкий, где твои иголки? (Су-Джок катать 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 Су-Джок между ладоней).
«Игрушки»	Нормализация мышечного тонуса, стимуляция речевых зон в коре головного мозга, коррекция	Су-Джок шарик	Упражнение выполнять сначала правой рукой, затем левой. На большом диване в ряд Куклы Катины сидят:

	произношения (автоматизации звука), развитие лексико- грамматических категорий, совершенствование навыков пространственной ориентации.		(Су-Джок катают между ладоней). Два медведя, Буратино, И веселый Чиполлино, И котенок, и слоненок. (шарик Су-Джок поочередно катают по каждому пальчику, начиная с большого). Раз, два, три, четыре, пять. Помогаем нашей Кате Мы игрушки сосчитать. (Су-Джок катают между ладоней).
«Засолка капусты»	Воздействовать на биологически активные точки по системе. Стимулировать речевые зоны коры головного мозга.	Су-Джок шарик	Мы капусту рубим, рубим, (ребром ладони стучим по шарику). Мы капусту солим, солим, (подушечками пальцев трогаем шарик). Мы капусту трем, трем (катаем шарик между ладонями). Мы капусту жмем, жмем. (сжимаем шарик в кулаке). И в кадушку кладем.
«Пошли пальчики гулять»	Массаж пальцев эластичным кольцом.	Эластичное кольцо	Поочередно надевать массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение. 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.
«Круги»	Нормализация мышечного тонуса, стимуляция речевых зон в коре головного мозга, коррекция произношения.	Су-Джок шарик	<p>Я мячом круги катаю, (Су-Джок по кругу на ладонях).</p> <p>Взад - вперед его гоняю. (Су-Джок прокатить по длине всей ладони с пальцами).</p> <p>Им поглажу я ладошку. Будто я сметаю крошку, И сожму его немножко, Как сжимает лапу кошка, Каждым пальцем мяч прижму, И другой рукой начну (выполнять действия с шариком в соответствии с текстом).</p>
«Пальчики - малыши»	<p>Массаж пальцев эластичным кольцом.</p> <p>Активизация речевых зон.</p> <p>Автоматизация поставленного звука [Ш].</p>	Эластичное кольцо	<p>Поочередно надевать массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение.</p> <p>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 Мишуткой друзья. (мизинец).</p> <p>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).</p>

«Жук пожжужи»	<p>Массаж Су-Джок шариком.</p> <p>Активизация речевых зон.</p> <p>Автоматизация поставленного звука [Ж].</p>		<p>Катать шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука [Ж].</p> <p>Жук, жук, пожжужи, Где ты прячешься, скажи? – Жу, жу, жу, жу, (поочередно касаемся подушечками пальцев Су-Джока на правой руке). Я на дереве сижу. – Жук, жук, покажись, Надо мною покружись! (катать шарик между ладонями). – Жу, жу, жу, жу, Я летаю и жужжу. (поочередно касаемся подушечками пальцев Су-Джока на левой руке).</p>
«Веселая игра»	<p>Воздействовать на биологически активные точки по системе.</p> <p>Стимулировать речевые зоны коры головного мозга.</p>	Су-Джок шарик	<p>Выполняем движения соответствии с текстом)</p> <p>В руку правую возьмём, В кулачок его сожмём. Раз сжимаем, два сжимаем Шарик мы не выпускаем. (Выполняем движения в соответствии с текстом) В ручку левую возьмём, В кулачок его сожмём. Раз сжимаем, два сжимаем Шарик мы не выпускаем.</p> <p>И посмотрим на ладошки, и похлопаем немножко, Потрясём свои ладошки. Мы немного отдохнем, Заниматься мы начнём.</p>