

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №80» города Чебоксары Чувашской Республики

**СУ - ДЖОК ТЕРАПИЯ В  
РАЗВИТИИ РЕЧИ ДЕТЕЙ РАННЕГО  
ВОЗРАСТА**

Подготовили воспитатели  
МБДОУ «Детский сад №80» г. Чебоксары Чувашской Республики  
Акимова Светлана Валерьевна  
Жирнова Кладия Владимировна

Чебоксары, 2023

*«Истоки способностей и дарований детей – на кончиках их пальцев. Чем больше уверенности в движениях детской руки, тем тоньше взаимодействие руки с орудием труда, сложнее движения, ярче творческая стихия детского разума. А чем больше мастерства в детской руке, тем ребенок умнее...» В.А. Сухомлинский*

### **Аннотация**

Статья раскрывает значимость элементов Су-Джок терапии в дошкольном возрасте. Рассматривает вопросы использования методов с целью улучшения показателей познавательного и речевого развития детей дошкольных образовательных организаций.

**Ключевые слова:** речевое развитие, Су-Джок терапия, мелкая моторика, дошкольники.

### **Актуальность**

Ранний возраст — благоприятное время для сенсорного развития, без которого не могут сформироваться умственные способности ребенка и развиваться речь. Одним из направлений педагогической работы по развитию речи детей раннего возраста является работа по укреплению мышц мелкой моторики и движению кистей рук. Тренировка пальцев рук влияет на созревание речевой функции. Учеными было замечено, что речевые способности ребенка зависят не только от артикуляционного аппарата, но и от движения рук. Чтобы работа по данному направлению была успешной необходимо подобрать эффективные методы и приемы.

Нас заинтересовали нетрадиционные формы работы с детьми раннего возраста. **Су-джок терапия** одна из них. «Это лучшая система, обладающая высокой эффективностью, безопасностью и простотой!» - доказывают корейские ученые. «**СУ**» по-корейски — кисть, «**джок**» - стопа..

Исследования невропатологов, психиатров и физиологов показали, что морфологическое и функциональное формирование речевых областей коры головного мозга совершается под влиянием кинестетических импульсов, идущих от пальцев рук. Поэтому Су - Джок терапия активизирует развитие речи ребенка.

Неоспоримыми достоинствами Су – Джок терапии являются

Высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект.

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

Универсальность - Су – Джок терапию могут использовать и родители в домашних условиях.

Простота применения – для получения результата проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су – Джок шариков (они свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат).

Мы используем Су-джок массажеры — массажные шарики в комплекте с массажными металлическими кольцами в сочетании с играми и упражнениями по развитию речи. Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком, которым можно воздействовать на пальцы, кисти, ладони, прокатывая его. В результате у ребенка повышается тонус мышц, кровь приливает к конечностям. Вследствие этого улучшаются мелкая моторика и чувствительность конечностей. Все это способствует развитию речи.

Перед применением методики Су Джок необходимо осмотреть состояние и целостность кожных покровов кистей. Используем такие приемы работы с массажным шариком

1. Удерживать колючий шарик на расправленной ладошке каждой руки;
2. Удерживать шарик на расправленной ладошке левой руки прижатой сверху ладошкой правой руки и наоборот;
3. Сжимать и разжимать шарик в кулачок каждой руки;
4. Каждым пальчиком надавливать на иголки шарика каждой руки;
5. Удерживать колючий шарик тремя пальцами каждой руки (большой, указательный, средний);
6. Прокатывать

#### **Рассмотрим некоторые приемы работы с массажным кольцом.**

1. Надеть кольцо на большой палец, и передвигать его вверх-вниз до конца, помогая большим и указательным пальцем другой руки.
2. Помассировать поочередно все пальцы обеих рук. Массаж проводится первоначально воспитателем, родителем, затем самостоятельно под их присмотром.

Кольцо не рекомендуется растягивать, так как оно потеряет массажные свойства

Чтобы процесс массажа не показался детям скучным, используется стихотворный материал. Дети выполняют движения в соответствии со словами стихотворения.

### **Игра «Черепашка с шариком»**

*Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой руке.*

Шла большая черепаха (дети катают мячик между ладоней)

И кусала всех от страха (шарик между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит «Щепоткой», надавливают ритмично на мячик переключая из рук в руки.

Никого я не боюсь (катают су-жок между ладоней)

### **Массаж пальцев эластичным кольцом «Моя семья».**

**Описание:** Дети поочередно прокатывают массажные кольца по каждому пальцу, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Этот пальчик — дедушка,  
Этот пальчик — бабушка,  
Этот пальчик — папенька,  
Этот пальчик — маменька,  
Этот пальчик — я,

Вот и вся моя семья!

### **Заключение**

Метод Су - Джок терапии можно использовать не только педагогам в детском саду, но и родителям дома.

Главный принцип при работе с детьми – не навреди. Ему полностью следует методика Су-Джок. При отсутствии явных противопоказаний этот вид терапии подходит любому ребенку. Оказывается, такие проблемы, как слабое здоровье, нарушение и задержка речевого и психомоторного развития, можно решить, занимаясь с ребенком по системе Су-Джок всего несколько минут в день. Главное – делать это с большой любовью и верой в положительный результат.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ивчатова Л.А. Су-джок терапия в коррекционно-педагогической работе с детьми // Логопед - 2010. №1. - с. 36-38 6. Су-Джок терапия в коррекционно – практической работе с детьми (Л.А.Ивчатова – Логопед – 2010, №1)
2. Тышкевич И.В. Развивающие игры для детей от 1 до 3 лет / И. В. Тышкевич. – Минск: «Попурри», 2010.
3. Янушко Е. А. Развитие мелкой моторики рук у детей раннего возраста: методическое пособие для воспитателей и родителей. – М.: Мозаика-синтез, 2009.

Игры и упражнения с массажным шариком



**1. «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.)

**2. «Крючочки»**

Как наш пальчик изловчился.

И за шарик зацепился.

Буду шарик поднимать.

Свои пальцы обучать.

(Удерживать шарик одним пальцем, обхватывать каждым пальчиком и поднимать.)

**3. «Шарик пальчиком катаю»**

Шарик пальчиком катаю. Ловкость пальцев проверяю. Ты колючий шарик мой. Подружись сейчас со мной.

(Шарик на ладони катать каждым пальчиком.)

**4. «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.)

**5. «Пинцет»**

Дружат пальчики, не тужат  
Им пинцет очень нужен.  
Эй, кто ловкий, не зевай  
Пинцетом шарик поднимай.

(Растопырить пальчики и поднимать шарик прямыми пальцами: большим - указательным, указательным - средним, средним - безымянным, безымянным - мизинцем, как пинцетом поочередно левой и правой рукой.)

#### **6. «Ловкие пальчики»**

Я вам шарик покажу.

Двумя пальцами держу.

(Удерживать двумя одноименными пальцами обеих рук: большим и указательным, большим и средним, большим и безымянным, большим и мизинцем.)

#### **7. «Кручу - верчу».**

Шарик пальцами кручу.

Здоровым быть всегда хочу.

(Большим и указательным пальцем левой руки держать шарик, а большим и указательным правой крутить, пальцы чередовать: большой - средний, безымянный - большой и т.д.)

#### **8. «Прыжки»**

Пальчик мой по кочкам, прыг.

Он хороший ученик.

(Шарики раскрыть и «попрыгать» попеременно всеми пальцами: большим и указательным, указательным и средним, средним и безымянным, безымянным и мизинцем по колючей поверхности, как по кочкам.)

#### **9. «Веселый мячик»**

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.

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

#### **10. «Колкие иголки»**

У сосны, у пихты, елки

Очень колкие иголки.

Но еще сильнее, чем ельник

Нас уколёт можжевельник.

(Дети катают мяч между ладонями движениями вверх-вниз сначала медленно, затем увеличивая темп и приговаривают)

### **11. « Колючий ежик»**

Гладь мои ладошки, ежик!

Ты колючий, ну и что же?

Я хочу тебя погладить!

Я хочу с тобой поладить!

(Катаем мячик между ладошками, гладим его, дотрагиваемся пальчиками до колючек)

### **12. «Испечем мы каравай»**

Месим, месим тесто (сжимаем массажный мячик в правой руке)

Есть в печи место (перекладываем в левую руки и сжимаем)

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

Перекладывай валяй. (катаем мяч ладошками)

### **13. « Мой веселый мячик»**

Прыгал мячик по дорожке,

(катаем мячик между ладоней)

И попал в мои ладошки,

(Спрятали мячик в ладошках)

Будем мы с тобой играть, (перекладываем с одной руки в другую)

Мои ручки развивать.

Здравствуй мячик желтый бок,

(перекладываем мячик с одной ладошки в другую)

Кругленький как колобок.

Посиди в моих ладошках, (спрятать мячик в ладошках)

Отдохни на них немножко.

Я тебя слегка сожму (катаем мячик в ладошках)

Покатаю, покручу,

А потом пушу в лесок, (подбрасываем мячик и ловим)

Прыгай дальше колобок.

### **14. «Мяч»**

Здравствуй мячик интересный

(перекладываем мячик с одной руки в другую)

Для ребятки ты полезный

Мы с тобой хотим поиграть,

(катаем мячик между ладоней)

Свои ручки развивать.

Мы сожмем тебя немножко

(сжимаем мячик в руках)

И тихонько разожмем

А потом тебя подбросим, (подбрасываем и ловим мячик)

И тихонечко потрем.

### **15. « Ежик»**

Бегал ежик по дорожке, (катаем мячик между ладошек)

У него устали ножки.

Проходи в мои ладошки, (зажать мячик в ладошках)

Отдохни на них немножко.

А потом беги опять (подбрасываем мячик вверх и ловом)

Дружно весело играть.

Мячик в руки мы возьмем

(перекладываем мячик с одной руки в другую)

Крепко накрепко сожмем (сжимаем мячик в ладошках)

С ним немножко мы поиграем (подбрасываем вверх)

В наших ручках покатаем. (катаем мячик в ладошках)

### **16. « Веселый счет»**

«Ежика» в руки нужно взять, (берем массажный мячик)

Чтоб иголки посчитать. (катаем между ладошек)

Раз, два, три, четыре, пять! (пальчиками одной руки нажимаем на шипики)

Начинаем счет опять. (перекладываем мячик в другую руку)

Раз, два, три, четыре, пять! (пальчиками другой руки нажимаем на шипики)

### **17. « Мячик-ежик**

Мячик-ежик мы возьмем, (берем массажный мячик)

Покатаем и потрем. (катаем между ладошек)

Вверх подбросим и поймаем, (можно просто поднять мячик вверх)

И иголки посчитаем. (пальчиками одной руки нажимаем на шипики)

Пустим ежика на стол, (кладем мячик на стол)

Ручкой ежика прижмем (ручкой прижимаем мячик)

И немножко покатаем... (ручкой катаем мячик)

Потом ручку поменяем. (меняем ручку и тоже катаем мячик)

### **18. « В огороде и в саду»**

В огороде ли, в саду (круговое прокатывание массажного мяча по ладоням рук)

Фрукты, овощи найду,

Там картофель, апельсины (соединение мизинцев)

Дыня, репа, мандарины, (соединение безымянных пальцев).

Лук, лимон и кабачок, (соединение указательных пальцев)

И у всех отличный вкус! (пальцы в «замке» - сжатие массажного мяча.)

### **19. « Поиграем» (игры с массажным мячиком)**

Мячик сильно посжимаю

И ладошку поменяю.

(Сжимать мячик правой рукой, затем левой.)

«Здравствуй, мой любимый мячик! »

Скажет утром каждый пальчик.

(Удерживать мяч указательным и большим пальцем, затем средним и большим, безымянным и большим, мизинцем и большим пальцем.)

Крепко мячик обнимает,

Никуда не выпускает.

(Крепко сжать мяч указательным и большим пальцем.)

Только брату отдает:

Брат у брата мяч берет.

(Передать мяч, удерживаемый большим и указательным пальцами, в соответствующие пальцы левой руки.)

Два козленка мяч бодали

И другим козлятам дали.

(Удерживать указательными пальцами пр. и лев. руки мяч. Затем средними пальцами и т. д.)

По столу круги катаю,

Из-под рук не выпускаю.

Взад-вперед его качу;

Вправо-влево — как хочу.

(Катать мяч ладонь правой руки вправо-влево, назад – вперед.)

Танцевать умеет танец

На мяче мой каждый палец.

(Катать мяч кончиками пальцами правой руки: указательным, средним, безымянным и мизинцем.)

Мячик пальцем разминаю,

Вдоль по пальцам мяч гоняю.

(Катать мяч всей длинной пальцев правой руки.)

Мячик мой не отдыхает —

Между пальцами гуляет.

(Удерживать мяч между указательным и средним пальцами, средним и безымянным пальцами, безымянным и мизинцем.)

Поиграю я в футбол

И забью в ладошку гол.

(Ладонками отбивать мяч.)

Сверху левой, снизу правой

Я его катаю — браво.

(Левой ладонью катать мяч по правой ладони.)

Поверну, а ты проверь —

Сверху правая теперь!

## **20. « Поиграем с ежиком»**

Ежик, ежик колкий, (крутим мячик между ладонками)

Где твои иголки?

Нужно бельчонку (крутим мячик ладонью на груди)

Сшить распашонку,

Починить штанишки (крутим мячик ладонью на ножке)

Шалуна зайчишки.

Фыркнул ежик отойдите, (крутим мячик ладонками на полу)

Не спешите, не просите.

Если дам иголки

Съедят меня волки.

## 21. « Шарик»

Этот шарик не простой  
Весь колючий, вот такой.  
Меж ладошками кладём  
Им ладошки разотрём.  
Вверх и вниз его катаем  
Свои ручки развиваем!  
Можно шар катать по кругу  
Перекидывать друг другу.  
1, 2, 3, 4, 5 –

Всем пора нам отдохнуть! (выполняем упражнения в соответствии с текстом)

## 22. «Волшебный шарик»

Этот шарик непростой, *(любujemy 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)*

## 23. «Поиграем с шариком»

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.

## Игры и упражнения с массажным кольцом



### 1. «Мы колечки надеваем»

Мы колечки надеваем,  
Пальцы наши украшаем.  
Надеваем и снимаем,  
Пальцы наши упражняем.  
Будь здоров ты, пальчик мой,  
И дружи всегда со мной.  
(Массажировать и закреплять название пальцев.)

### 2. «Дорожка»

Кольцо на пальчик надеваю.  
И по пальчику качу.  
Здоровья пальчику желаю,  
Ловким быть его учу.  
(Надевать и прокатывать кольцо на одноименные пальцы обеих рук.)

### 3. «Кольцо»

Мы научим пальчик свой  
Кольцо надеть одной рукой.

### 4. «Друзья»

Вместе пальчики друзья.  
Колечко катим, ты и я.  
(Надевать кольцо на два больших, на два указательных, на два средних,  
на два безымянных, на два мизинца.)

### 5. «Апельсин»

Мы делили апельсин (сжимать и разжимать кольцо в ладони)  
Много нас, а он один  
Эта долька для чижа (массаж пальцев кольцом, начиная с большого)  
Эта долька для ужа  
Эта долька для утят

Эта долька для котят  
Эта долька для моржа  
А для волка кожа! (сжимать и разжимать кольцо в ладони)

#### **6. «Семья»**

Этот пальчик — дедушка.

Этот пальчик — бабушка. (массаж кольцом начиная с большого пальца)

Этот пальчик — мамочка.

Этот пальчик — папочка.

Этот пальчик — я,

Вот и вся моя семья! (сжимать и разжимать кольцо в ладони)

#### **7. «Гриб»**

Этот пальчик — в лес пошёл,

Этот пальчик — гриб нашёл,

Этот пальчик — занял место,

Этот пальчик — ляжет тесно,

Этот пальчик — много ел,

Оттого и растолстел.

(массаж пальцев кольцом, начиная с мизинца)

#### **8. «Новые кроссовки»**

Как у нашей кошки (массаж пальцев кольцом на обеих руках)

На ногах сапожки, на каждое двустегише

Как у нашей свинки

На ногах ботинки.

А у пса на лапках

Голубые тапки.

А козленок маленький обувает валенки.

А сыночек Вовка - новые кроссовки.

Вот так, Вот так,

Новые кроссовки.

("Шагать" по столу средним и указательным пальцами обеих рук.)

