|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **СКАЗКА «Ежик на прогулке»**  ***Упражнения с шариком массажером Су – Джок***  ***Цель:*** воздействовать на биологически активные точки по системе Су - Джок, стимулировать речевые зоны коры головного мозга.  ***Оборудование***: Су - Джок шарик - массажер.  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).*    Рисунок1.png | ***Упражнения с шариком массажером Су – Джок:***  1. Берём 2 массажные шарика и проводим ими по ладоням ребёнка *(его руки лежат на коленях ладонями вверх)*, делая по одному движению на каждый ударный слог:  Гладь мои ладошки, ёж!  Ты колючий, ну и что ж!  Потом ребёнок гладит их ладошками со словами:  Я хочу тебя погладить,  Я хочу с тобой поладить.        *2.*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/*      *3.* Шла медведица спросонок,  */шагать шариком по руке/*  Рисунок2.pngА 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. | *Муниципальное автономное образовательное учреждение*  *“Белоярская СОШ №18»*    *Муниципальное автономное образовательное учреждение*  *“Белоярская СОШ №18»*  ***Игры с массажным шариком***  ***Су-Джок***    Рисунок3.png      ***Разработчик методического пособия***  ***Мальцева Наталья Викторовна,***  ***учитель-логопед*** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рисунок4.pngО развитии мелкой моторики было уже сказано и написано немало и это не случайно. Учеными давно доказана связь тонких произвольных движений пальцев рук ребенка и его речи, так как центры мозга, ответственные за речь, соседствуют с областями мозга, координирующими моторику пальцев рук. Как говорят многие педагоги: «Речь находится на кончиках пальцев». В литературе описано множество пальчиковых игр с проговариванием стишков и потешек, существуют игры, предполагающие использование дополнительных предметов: прищепки, шнурочки, пуговички, мозайки, сухой горох и крупную фасоль, бусины, колечки. Но мне бы хотелось в этой статье более подробно остановиться на играх с массажным шариком Су-Джок. Этот шарик ребенок любого возраста может использовать самостоятельно, просто перекатывая его по ладошкам. Но ведь намного интереснее сделать из массажа целую игру! Вы можете делать малышу массаж и одновременно рассказывать занимательную сказку колобке.  Рисунок5.png | ***1. Внутренняя сторона большого пальца.*** «Жили-были старик со старухой. Вот и говорит старик старухе: — Поди-ка, старуха, по коробу поскреби, по сусеку помети, не наскребешь ли муки на колобок. Взяла старуха крылышко, по коробу поскребла, по сусеку помела и наскребла муки горсти две. Замесила муку на сметане, состряпала колобок, изжарила в масле и на окошко студить положила.» ***2. Ладошка***. «Колобок полежал, полежал, взял да и покатился — с окна на лавку, с лавки на пол, пó полу к двери, прыг через порог — да в сени, из сеней на крыльцо, с крыльца на двор, со двора за ворота, дальше и дальше.» ***3. Указательный пальчик.*** «Катится Колобок по дороге, навстречу ему Заяц:  — Колобок, Колобок, я тебя съем! — Не ешь меня, Заяц, я тебе песенку спою: Я Колобок, Колобок, Я по коробу скребен,  По сусеку метен, На сметане мешон  Да в масле пряжон,  На окошке стужон. Я от дедушки ушел, Я от бабушки ушел, От тебя, зайца, подавно уйду! И покатился по дороге — только Заяц его и видел». ***4. Средний палец.*** «Катится Колобок, навстречу ему Волк: — Колобок, Колобок, я тебя съем! — Не ешь меня, Серый Волк, я тебе песенку спою:… И покатился по дороге — только Волк его и видел!» ***5. Безымянный палец.*** «Катится Колобок, навстречу ему Медведь: — Колобок, Колобок, я тебя съем! — Где тебе, косолапому, съесть меня! И опять покатился — только Медведь его и видел!» ***6. Мизинец.*** «Катится Колобок, навстречу ему Лиса: — Колобок, Колобок, куда катишься? — Качусь по дорожке. — Колобок, Колобок, спой мне песенку! Колобок и запел:… А Лиса говорит: — Ах, песенка хороша, да слышу я плохо. Колобок, Колобок, сядь ко мне на носок да спой еще разок, погромче. Колобок вскочил Лисе на нос и запел погромче ту же песенку. А Лиса опять ему: — Колобок, Колобок, сядь ко мне на язычок да пропой в последний разок. Колобок прыг Лисе на язык, а Лиса его — гам! — и съела.» | *1. Массаж Су – Джок шарами. /дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом/*    **Рисунок6.pngЯ 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.**      *2. Массаж пальцев эластичным кольцом. /Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики/*  ***На левой руке:***  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.  ***На правой руке:***  Этот малыш-Илюша, (на большой палец)  Этот малыш-Ванюша, (указательный)  Этот малыш-Алеша,    (средний)  Этот малыш-Антоша, (безымянный)  А меньшего малыша  Рисунок8.pngзовут  Мишуткою  друзья. (мизинец) |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ПОМОГИ**  **СЕБЕ**  **САМ**    **Иногда боль бывает настолько сильной, что, кажется, без лекарств не обойтись. И все же, не торопитесь их принимать. Ведь существует совершенно безвредный и во многих случаях эффективный способ облегчения боли, которым человек может пользоваться как самостоятельно, так и с помощью близких. Между различными органами и отдельными точками на нашем теле существуют некие соответствия. Воздействуя на проекцию, можно управлять соответствующими органами и эффективно снимать боль при различных заболеваниях.** | **CУ—ДЖОК**  **скорая помощь**  **в любых ситуациях** | **Волшебные**  **точки**  Муниципальное автономное образовательное учреждение  «Белоярская СОШ №18  Рисунок1.png  **Разработчик пособия**  **Мальцева Наталья Викторовна,**  **учитель—логопед** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Часто применяемые**  **точки в Су-джок**  **терапии**  **Головная боль**    Пальцами правой руки растираем и разминаем первую фалангу большого пальца левой.  Находим наиболее  болевые точки и производим 9 надавливаний (спичкой, пальцем или специальным щупом) на каждую. Те же действия повторяем на правой руке. Головная боль проходит через несколько минут. Если боль не прошла, растираем и разминаем наиболее болевые точки кончиков всех остальных пальцев рук и ног. В большинстве случаев боль проходит.    **Боль в области сердца**  Рисунок2.pngОпределим на ладони (под большим пальцем) зону соответствия сердцу, энергично, с усилием надавливаем на нее в течение минуты. Постепенно боль в области сердца уменьшается. Лечебный эффект можно усилить массажем этой зоны на другой руке. Данный метод можно применять и для снятия приступов стенокардии | **Боли в шейном отделе позвоночника**    На большом пальце (на тыльной стороне 2-й фаланги) находим болевые точки в области соответствия шейным позвонкам. Воздействуем на них несколько минут точечным массажем спичкой.      **Боли в грудном отделе позвоночника**    Находим на кисти наиболее чувствительные точки соответствия грудным позвонкам и делаем тщательный точечный массаж. Для более длительного воздействия можно на сутки на эти точки приклеить семена лейкопластырем.      **Рисунок3.pngБоли в поясничном отделе**  **позвоночника**    Рисунок4.png  Находим болевые точки на кисти и стопе в зоне соответствия поясничным позвонкам, В течение 3-5 мин делаем мягкий глубокий точечный массаж. Затем желательно к этим областям приклеить семена. | **Боли внизу живота**  Рисунок5.png  Энергично разминаем болевые точки зоны 1 (большая зона). В результате проходят боли в области мочевого пузыря, матки. С помощью точечного массажа зоны 2 (меньшие зоны) снимаем боли в области яичников.    **Боли в горле**    Находим наиболее чувствительные точки в области соответствия горлу на руке. Тщательно массируем их в течение 3-5 мин. При ангине на эти зоны можно на сутки приклеить лейкопластырем семена гречихи. Ангина довольно быстро проходит.    Рисунок6.png |

