

ПОЛЕЗНЫЕ «ЁЖИКИ» СУ ДЖОК

Родителей очень часто волнует вопрос, как обеспечить полноценное развитие ребенка и как правильно подготовить его к школе. Ни для кого не секрет, что развитие руки находится в тесной связи с развитием речи и мышления ребенка. Как же развивать мелкую моторику?

Начинать работу по развитию мелкой моторики нужно с самого раннего детства. Уже в младенческом возрасте можно выполнять массаж пальчиков и кистей рук, воздействуя тем самым на активные точки, связанные с корой головного мозга. Так же развитию мелкой моторики дошкольников способствует перебирание крупных, а затем и более мелких предметов – пуговицы, бусины, крупы, выполнение пальчиковой гимнастики.

Хорошим помощником в развитии мелкой моторики являются необычные «ёжики» Су Джок. Это шарики – массажёры с кольцами внутри. Так как на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Его можно катать по пальцам, по ладошке, от подушечек пальцев до локтя. Прокатывая шарик, дети массируют мышцы рук, что активизирует мозг, способствует развитию речи, внимания, памяти и мелкой моторики рук.

В каждом шарике есть «волшебное» колечко. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж каждого пальца. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека.

Использование Су Джок массажёра возможно в любом месте и в любую свободную минутку. Это интересно не только детям, но и взрослым. Он не имеет противопоказаний к применению, доступен для любого человека: приобрести его можно в любой аптеке. При систематическом использовании Су Джок к концу дошкольного возраста кисти рук ребенка становятся более подвижными и гибкими, что способствует успешному овладению навыками письма в будущем.

Использование самомассажа с помощью шарика Су-Джок в сопровождении легко запоминающихся стихов позволяют использовать их как весёлые непринуждённые минутки отдыха и, в то же время повышает речевую активность ребёнка. Занятия по развитию мелкой моторики необходимо проводить систематически по 2-5 минут ежедневно.

Предлагаем вам упражнения с су – джок массажёрами.

Апрель 2022 г.



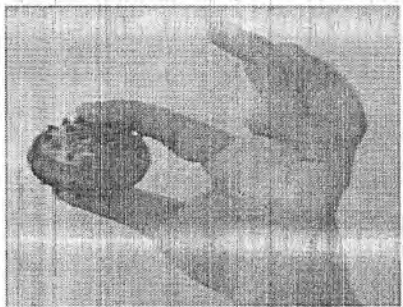
Упражнение № 1

Соединить ладони пальцами вперёд. Суд-жок находится между ладонями. Перемещать ладони вперёд-назад, передвигая суд-жок только ладошками. 5 – 6 движений.



Упражнение № 2

Повернуть ладони так, чтобы одна была сверху, а другая внизу. Суд-жок находится между ладонями. Перемещать массажёр вперёд-назад от ладони до кончиков пальцев. 1 – 2 движения на каждый палец.



Упражнение № 3

Взять Суд-жок подушечками большого и указательного пальцев. Перетирающими движениями кончиками пальцев перекатывать его вперёд-назад, слегка на него нажимая. Аналогично делать массаж кончиков других пальцев. 3 – 4 движения на каждый палец.



Упражнение № 4

Суд-жок удерживается в горизонтальном положении между большим пальцем и указательным (средним, безымянным, мизинцем), по команде прижимать его к ладони, а затем выдвигать его вперёд как можно дальше. 2 – 4 движения на каждый палец.



Упражнение № 5

Ладонь с разведёнными в сторону пальцами лежит на столе. Между средним и указательным (средним и безымянным, безымянным и мизинцем) зажат суд-жок. Поднять суд-жок усилием мышц как можно выше над столом. Свободные пальцы прижаты к поверхности стола. Повторять подъёмы 1 – 2 раза.



Упражнение № 6

Суд-жок лежит на столе. Удерживая его подушечками указательных (безымянных, средних, мизинцев) поднять над столом, а затем опустить в исходное положение. Запястья опираются на стол.

Использование Су-Джок шаров при автоматизации звуков.

(Ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука Ш)

На правой руке:

Этот малыш-Илюша, *(на большой палец)*

Этот малыш-Ванюша, *(на указательный палец)*

Этот малыш-Алеша, *(на средний палец)*

Этот малыш-Антоша, *(на безымянный палец)*

А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья. *(на мизинец)*

На левой руке:

Эта малышка-Танюша, *(на большой палец)*

Эта малышка-Ксюша, *(на указательный палец)*

Эта малышка-Маша, *(на средний палец)*

Эта малышка-Даша, *(на безымянный палец)*

А меньшую зовут Наташа. *(на мизинец)*

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 шепотке 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).