

Пальчиковая игра «Семья»

Этот пальчик — дедушка,

(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Этот пальчик — бабушка,

(надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)

Этот пальчик — папенька,

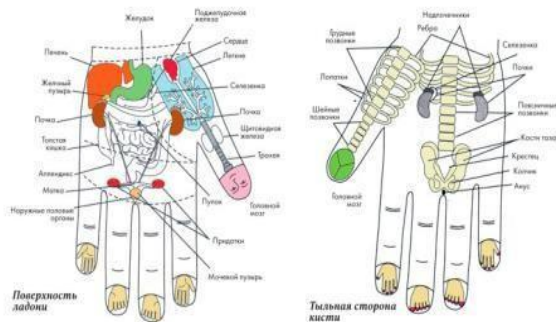
(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Этот пальчик — маменька,

(надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)

Этот пальчик — Ванечка (Танечка, Данечка и т. д.)

(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец) .



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 педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.

Простота применения – для получения результата проводить стимуляцию биологически активных

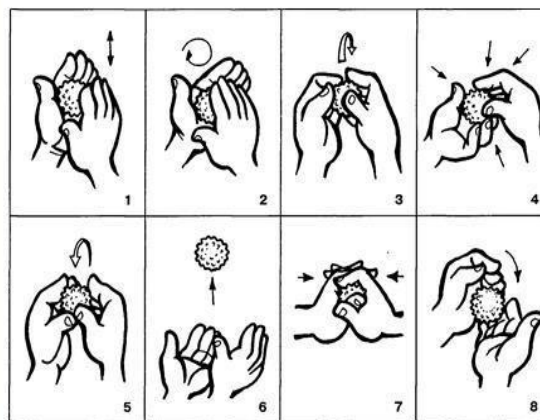
точек с помощью Су – Джок шариков. (они свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат)

Правила проведения массажа су-джок

Профилактический массаж су-джок может делать

себе каждый.

Делайте массаж с удовольствием, не торопясь, мягко исследуя и равномерно разминая всю поверхность кисти или стопы.



МАДОУ № 22 «Планета детства»
г. Ханты –Мансийск
2024 год
Гасимова Р.Р., учитель-логопед



Массажный шарик

Су—джок

Рекомендации

для родителей



Су— Джок это в первую очередь само-массаж, который не только полезен, но и очень интересен детям и положительно сказывается на самочувствии.

Технология интересна тем, что подобные упражнения можно проводить не только специально обученным людям, но и педагогам в детском саду и дома самим родителям.

Воздействие на точки соответствия других органов благотворно влияет на самочувствие, приводит в тонус организм, поднимает настроение и этим достигается благотворный эффект от массажа при помощи специальных шариков.



Гимнастика с массажными мячиками вызывает у детей приятные ощущения, способствует активизации деятельности у заторможенных детей и, наоборот, успокаивает гиперактивных. Массажный мячик — это уникальная тактильная гимнастика, которая оказывает тотальное воздействие на кору головного мозга, что предохраняет отдельные ее зоны от переутомления, равномерно распределяя нагрузку на мозг.

«С мячиком дружу»

Я мячом крути 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.



«Веселая игра»

В ручку правую возьмём, В кулачок его сожмём.

Раз сжимаем, два сжимаем

Шарик мы не выпускаем.

В ручку левую возьмём, В кулачок его сожмём.

Раз сжимаем, два сжимаем

Шарик мы не выпускаем.

Мы положим шар на стол

И посмотрим на ладошки,

И похлопаем немножко,

Потрясём свои ладошки.

Мы немного отдохнём,
Заниматься мы начнём.



Массаж пальцев эластичным кольцом.

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.



«Волшебный шарик»

(Выполняем движения в соответствии с текстом)

Этот шарик непростой, (любимся шариком на левой ладошке)

Он колючий вот какой. (накрываем правой ладонью)

Будем с шариком играть И ладошки согревать. (катаем шарик горизонтально)

Раз катаем, два катаем

И ладошки согреваем. (катаем шарик вертикально)

Катаем, катаем, катаем

Сильней на шарик нажимаем. (катаем шарик вертикально)

Как колобок мы покатаем,

Сильней на шарик нажимаем. (катаем шарик в центре ладошки)