Су-джок (или суджок) – это особой конструкции шарик с шипами и специальные металлические кольца, которые при воздействии на конечности тела дают терапевтический эффект.

Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мыщцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» колечко.

В логопедических целях су – джок терапия совместно с пальчиковыми играми, мозаикой, шнуровкой, штриховкой, лепкой, рисованием активизирует развитие речи детей.

Общие правила использования массажера су-джок в развивающих целях:

- безусловно, воздействие должно быть приятным, не вызывать негативной реакции у ребенка;

- массаж проводят до появления слегка розового цвета кожи и ощущения тепла;

- проводить такие занятия можно только, если малыш хорошо себя чувствует, у него нет температуры, сыпи и других проявлений кожных или инфекционных заболеваний;

- нельзя надолго оставлять эластичное кольцо на пальцах в одном положении, чтобы не нарушить кровоснабжение;

- избегайте интенсивных движений, чтобы не травмировать нежную кожу массируемого.

Прежде всего, игры с шариком и кольцом су-джок используются для массажа пальчиков и ладошек. Бесспорно, можно использовать на занятиях как шарики, так и колечки. Су-джок процедуры станут более привлекательными и приятными для детей, если пальчиковые игры сопровождать интересными ритмичными стихами.

Су-джок.

Универсальный помощник для родителей

МКОУ Центр «Спутник»

Учитель-логопед: Будник Наталья Юрьевна

Ачинск 2020

Примеры упражнений с использованием су-джок:

1. **Шарик (1)**
Малыши выполняют те действия, о которых говорится в стихах.
Шариком кружок катаю, взад — вперед его гоняю.
Глажу, чищу я ладошки, будто с них сметаю крошки.

2. **Ежик**
Сначала малыш катает шар на ладони, затем прокатывает вдоль каждого пальца.
Ёжик бегал на ладошке, у него устали ножки.
На спинке иголки, ох какие колкие.
Ежик ростом очень мал, нам иголки показал.
А иголки тоже на ежей похожи.

3. **Сорока**
Сказка про сороку, которая варила кашу. Проговаривая слова русской народной потешки, водим сначала по ладони. Затем одеваем на каждый палец колечко, называя очередного гостя. Прокатываем его до основания и снимая.

4. **Медведица и медвежонок**
Нажимать шаром по ручке малыша, имитируя шаги, затем нажатие сделать слабее. Снова усилить воздействие и ускорить темп, после чего нажать шаром поочередно на пальцы.
Шла медведица спросонок, а за нею – медвежонок.
Прибежали тут детишки, принесли в лукошке книжки.
Стали книжки открывать и на листиках писать.

5. **Семья пальчиков**
По очереди на каждый палец одевать и прокатывать су-джок кольцо, при этом проговаривать считалки, потешки или стихи:
Первый пальчик — дедушка, второй пальчик — бабушка, третий пальчик — папа, этот пальчик — мама, а мизинчик — я, это вся моя семья.

6. **Черепаха**
Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.
Шла большая черепаха
И кусала всех от страха,(дети катают шарик Су -Джок между ладоней)
Кусь, кусь, кусь, кусь,
Никого я не боюсь.

7. **Мальчик-пальчик**
- *Мальчик-пальчик,*
Где ты был?(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)
- *С этим братцем в лес ходил,*
(надеваем кольцо Су -Джок на указательный палец)
-С этим братцем щи варил,(надеваем кольцо Су -Джок на средний палец)
-С этим братцем кашу ел,(надеваем кольцо Су -Джок на безымянный палец)
-С этим братцем песни пел.
(надеваем кольцо Су -Джок на указательный палец).

8. **Шарик (2)**
Дети поочередно надевают массажное кольцо на каждый палец, проговаривая стихотворение.
Что у шарика внутри?
Поскорее посмотри!
Ты колечко надевай и по пальчику катай.
Взад – вперёд, вперёд – назад
Пальчик будет очень рад!