

**Хамзина Ильмира Вильдановна**

воспитатель

МАДОУ «Д/С №395»

г. Пермь, Пермский край

**«Су-Джок» терапия как один из здоровьесберегающих компонентов  
при работе с детьми с нарушением речи**

*Аннотация:* представленный в статье материал рассматривает применение и практическую значимость здоровьесберегающей технологии «Су-Джок» терапия для улучшения развития речи и укрепления общего физического здоровья детей с нарушением речи. Материал может быть использован как при работе в коррекционно-образовательном процессе (с детьми, имеющими нарушения в речевом развитии), так и в работе с детьми общеобразовательной направленности.

**Ключевые слова:** сохранение здоровья, терапия «Су-Джок», массаж, шарик-массажер, гимнастика, пальчиковая гимнастика, самомассаж.

Сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения – одна из приоритетных задач педагогики. Формирование здорового образа жизни должно начинаться в детском саду. Сохранение и укрепление здоровья, как во время НОД, так и в свободное время особенно важны для детей с нарушениями речи. Использование здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении имеет огромное значение в процессе оптимизации двигательной активности, способствует разностороннему развитию, укреплению здоровья детей, овладению навыками самооздоровления. В процессе коррекционной работы возрастают социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья детей, с нарушением речевого развития. Доказано:

1. Уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности мелкой мускулатуры пальцев.
2. Простые движения пальцев снимают усталость и напряжение.
3. Стимулирование акупунктурных точек кистей рук оказывает оздоровительное воздействие на весь организм. Игры по развитию мелкой

моторики проводятся систематически, ежедневно. Увлекательные упражнения создают благоприятный эмоциональный фон, активизируют мыслительную деятельность, готовят детей к образовательной деятельности.

*«Су-Джок» терапия в работе воспитателя.* Нетрадиционные методы воздействия становятся перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи. Один из таких методов, которые мы используем в своей работе – «Су-Джок» терапия (су – кисть, джок – стопа). «Су-Джок» терапия – это высокая эффективность, безопасность и простота, наилучший метод самопомощи, существующий в настоящее время. 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, наряду с пальчиковыми играми, мозаикой, штриховкой, лепкой, рисованием, в логопедических целях «Су-Джок» терапия активизирует развитие речи ребенка.

*Массаж специальным шариком.* Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук. Эту работу провожу перед выполнением заданий, связанных с рисованием и письмом, в течение 1 минуты. Массаж Су-Джок шарами дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом: Я мячом круги катаю, Взд-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.

*Упражнения с шариком-массажером Су-Джок:* берём 2 массажных 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.

*Использование шариков при выполнении гимнастики.* И.п.: ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища, в правой руке шар. 1 – руки развести в стороны; 2 – руки поднять вверх и переложить шар в другую руку; 3 – руки развести в стороны; 4 – опустить руки. Это лишь некоторые примеры использования «Су-Джок» терапии в нашей работе. Творческий подход, использование альтернативных методов и приемов способствуют более интересному, разнообразному и эффективному проведению коррекционно-образовательной и совместной деятельности педагогов и детей в детском саду. «Су-Джок» терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях. Таким образом, Су-Джок терапия – это высокоэффективный, универсальный, доступный и абсолютно безопасный метод самооздоровления и самоисцеления путем воздействия на активные точки, расположенные на кистях и стопах, специальными массажными шарами, использование которых в сочетании с упражнениями по коррекции звукопроизношения и развитию лексико-грамматических категорий способствует повышению физической и умственной работоспособности детей, создает функциональную базу для сравнительно быстрого перехода на более высокий уровень двигательной активности мышц и возможность для оптимальной целенаправленной речевой работы с ребенком, оказывая стимулирующее влияние на развитие речи. Сочетание таких упражнений, как пальчиковая гимнастика, самомассаж с упражнениями по коррекции звукопроизношения и формированию лексико-грамматических категорий, позволяет значительно повысить эффективность коррекционно-логопедической деятельности в условиях детского сада, оптимизировать выполнение речевых упражнений в домашних условиях.

### ***Список литературы***

1. Акименко В. М. Новые логопедические технологии: учебно-методическое пособие. – Ростов н/Д: Феникс, 2009.
2. Лопухина И. С. Логопедия, 550 занимательных упражнений для развития речи: пособие для логопедов и родителей. – М.: Аквариум, 1995.
3. Филичева Т. Б., Соболева А. Р. Развитие речи дошкольника. – Екатеринбург: Издательство «Арго», 1996.
4. Цвынтарный В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. – СПб. Издательство «Лань», 2002.
5. Швайко Г. С. Игры и игровые упражнения для развития речи. – М., 1983.