**Су- Джок терапия**

*“Рука является вышедшим наружу головным мозгом”  
И. Кант*

Влияние мануальных ( ручных) воздействий на развитие мозга человека известно было еще во 2 веке до н.э. В Китае специалисты утверждают, что игры с участием рук приводят в гармоничное отношение тело и разум.

В настоящее время нетрадиционные формы и средства работы с детьми привлекают все большее внимание. Су- джок терапия – одна из них,( «Су»-по-корейски – кисть, « джок» - стопа).Для воздействия используются только те точки, которые находятся на кистях рук и стопах. Су-джок терапия может быть направлена на воздействие на зоны коры головного мозга с целью профилактики и коррекции речевых нарушений. Используют су - джок и для укрепления мелких мышц руки. Эта процедура значительно улучшает ***мелкую моторику*** рук.

Достоинствами Су- Джок терапии являются:

* Высокая эффективность - при правильном применении наступает выраженный эффект;
* Абсолютная безопасность - неправильное применение никогда не наносит вред, оно просто не эффективно;
* Простота применения - для получения результата проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су- Джок шариков( они свободно продаются и стоят около 50 рублей)



Применяются Су - Джок - массажеры в виде массажных шариков, в комплекте с массажными металлическими колечками. Шариком можно стимулировать зоны на ладонях, а массажные кольца надеваются на пальчики.

С помощью шаров – «ежиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие ***мелкой моторики*** пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.

**Массаж Су – Джок шарами***. (дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом)*

Я 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.

**Массаж пальцев эластичным кольцом***. (Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, начиная с большого, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики )*

- Мальчик-пальчик,

Где ты был?

- С этим братцем в лес ходил,

 -С этим братцем щи варил,

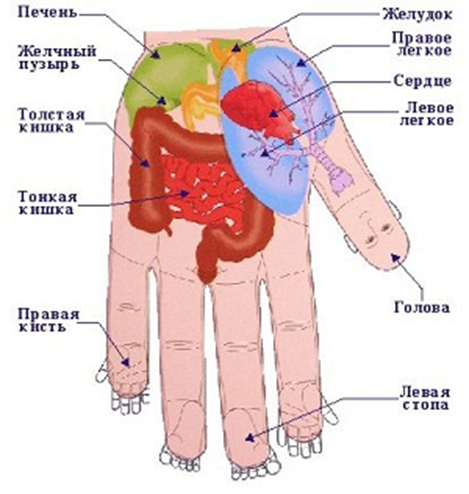
-С этим братцем кашу ел,

-С этим братцем песни пел

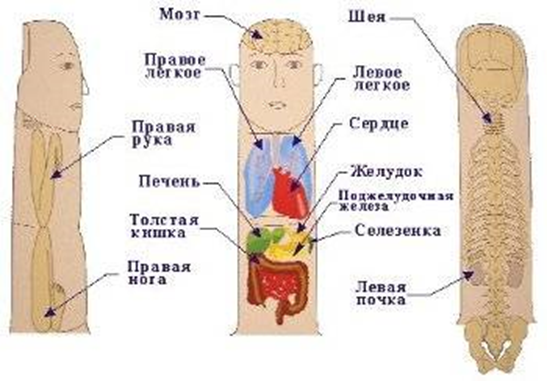
**Использование Су – Джок шаров для развития памяти и внимания**

Дети выполняют инструкцию: надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т.д.; ребенок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо. Таким образом развивается внимание, память и умение работать по инструкции, что очень важно для успешности в школе.

**Ручной массаж кистей и пальцев рук***.* Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека.

**Точки на ладонях:**

**Точки на пальцах.**



С маленькими детьми начинать массаж лучше с мягкими « кошачьими» шариками.



Если небрежно, расслабленно выполнять упражнения, то никакого эффекта не будет. Нужно уделять особое внимание тренировке движений, которые мы не делаем в повседневной жизни. Именно такая тренировка детских пальчиков дает видимый и быстрый эффект.

Су- джок терапия это еще один из методов подготовки дошкольников к обучению письму.