Костикова Надежда Владиславовна,

учитель-логопед

МБДОУ № 83

г. Мурманск

**Уникальная тактильная гимнастика для общего укрепления организма**

**дошкольников с ОВЗ. Су-джок технология**

«Рука является вышедшим наружу головным мозгом»

И. Квант

Одна из основных проблем в современном обществе - формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма. Дошкольный возраст наиболее ответственный период в жизни каждого человека. Именно в этом возрастном периоде закладываются основы здоровья.

Медицинские работники, родители и педагоги повсеместно констатируют отставание, нарушения, несоответствия нормам в развитии детей, неполноценность их здоровья.

В настоящее время идёт постоянный поиск новых и совершенствование старых форм, средств и методов оздоровления детей дошкольного возраста в условиях организованных детских коллективов.

Одной из современных нетрадиционных технологий и является Су-Джок терапия.

Здоровьесберегающие технологии – это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного эмоционального и физического здоровья дошкольников.

Цель здоровьесберегающих технологий – обеспечить дошкольнику высокий уровень реального здоровья , вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни и воспитав у него культуру здоровья.

Су-Джок терапия -

одна из нетрадиционных здоровьесберегающих технологий в логопедии.

Основанная на традиционной акупунктуре и восточной медицине, она считается одной из лучших систем самооздоровления.

Изобретенная выдающимся корейским философом профессором Пак Чжэ Ву, Су-Джок терапия является новым подходом к лечению. Су -Джок терапия является системой лечения, состоящей из различных методов профилактики и лечения болезней и восстановления здоровья без лекарств. Теоретической основой этой системы исцеления является открытие саморегулирования энергетической системы человеческого тела: организм человека - целостный механизм, в котором все взаимосвязано, в каждом органе содержится информация о других частях человеческого тела. Ладони и стопы являются наиболее доступными органами человека, через которые возможно удобно и эффективно воздействовать на другие части тела. Они своего рода пульты дистанционного управления для лечения всего организма.

Как работает Су-Джок?

Су-Джок это общий термин, который описывает новую систему лечения, включающую различные методы стимулирования только стоп и ладоней с помощью пальцев, семян растений, иголок, камней или магнитов.

В коррекционно - логопедической работе приемы Су - Джок терапии я активно использую в качестве массажа при дизартрических расстройствах, для развития мелкой моторики пальцев рук, а также с целью общего укрепления организма.

Достоинства Су-Джок терапи

* Высокая эффективность
* Абсолютная безопасность
* Универсальность
* Простота применения

Су – Джок терапия является одним из эффективных приемов, обеспечивающих развитие познавательной, эмоционально-волевой сфер ребенка. Массаж позволяет активизировать межполушарное взаимодействие, синхронизировать работу обоих полушарий мозга.

Цель использования Су-Джок терапии

* Сохранение и укрепление здоровья детей
* Формирование у воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья

Принципы здоровьесберегающих технологий

* принцип «Не навреди!»;
* принцип сознательности и активности;
* принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса;
* принцип систематичности и последовательности;
* принцип доступности и индивидуальности;
* принцип всестороннего и гармоничного развития личности;
* принцип системного чередования нагрузок и отдыха;
* принцип постепенного наращивания оздоровительных

воздействий

Задачи

* Сохранение и укрепление здоровья детей

Формирование у воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья

**Приёмы**

* 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 мыщцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» колечко.
* И следующий прием это: Массаж эластичным кольцом, которое помогает стимулировать работу внутренних органов. Так как все тело человека проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы, эффективным способом профилактики и лечения болезней является массаж пальцев, кистей и стоп эластичным кольцом. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж зоны соответствующей пораженной части тела, до ее покраснения и появлении ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.
* 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.

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.

ФОРМЫ работы

Массажировать следует не только кончики пальцев, а всю поверхность ладони. Это могут быть круговые движения шарика между ладонями, перекатывание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони, вращение шарика кончиками пальцев, сжимание шарика между ладонями, сжимание и передача из руки в руку, подбрасывание шарика с последующим сжатием между ладонями и т.д

Формы работы с использованием массажера Су-джок разнообразны и применяются в логопедической практике при выполнении пальчиковой гимнастики, автоматизации звуков, звукового и слогового анализа слов, совершенствовании лексико–грамматических категорий, развития памяти и внимания.

При массаже пальцев эластичным кольцом, дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, сначала на правую, затем на левой руке, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Применение Су-Джок массажёров способствует созданию функциональной базы для перехода на более высокий уровень двигательной активности мышц и возможность для оптимальной речевой работы с ребенком, повышает физическую

**Вывод:**

Су – Джок терапии Высокая эффективность - при правильном применении наступает выраженный эффект. Абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто не эффективно. Универсальность – Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.

Главное же заключалось в том, что неправильное применение этого метода не способно нанести организму человека никакого вреда, оно просто не дает желаемого результата, а также простота в использовании

В результате использования элементов Су-Джок терапии:

• Осуществляется благоприятное оздоравливающее воздействие на весь организм

• Развивается координация движений и мелкой моторики

• Стимулируются речевые зоны коры головного мозга

• Развивается произвольное поведение, внимание, память, речь и другие психические процессы, необходимые для становления полноценной учебной деятельности

Достоинства использования в логопедической практике элементов

СУ-Джок терапии:

* Высокая эффективность
* Абсолютная безопасность
* Универсальность
* Простота применения