

КАРТОТЕКА ПАЛЬЧИКОВЫХ ИГР С МАССАЖЁРАМИ СУ – ДЖОК



Нетрадиционные методы становятся перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи. Один из таких методов - применение Су-Джок массажера, разработанного южнокорейским профессором Пак Чже Ву.

Су-Джок терапия – это высокая эффективность, безопасность и простота, наилучший метод самопомощи, существующий в настоящее время. Применять Су-Джок массажеры можно в виде массажных шариков, массажных металлических колец, в сочетании с упражнениями по коррекции речи.

Достоинствами Су-Джок терапии являются:

- **безопасность** – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто неэффективно;
- **универсальность** – могут использовать педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях;
- **высокая эффективность** – при правильном применении наступает выраженный эффект;
- **доступность** – для получения результата необходимо проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су-Джок шариков, которые свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат.

Сочетание таких упражнений, как пальчиковая гимнастика, самомассаж, с упражнениями по коррекции звукопроизношения позволяет значительно повысить эффективность коррекционно-логопедической деятельности в условиях детского сада.

Упражнение 1.

«Маленький дружок»

Это маленький дружок называется су-джок. Я его в руках катаю свои пальцы разминаю. Будут пальчики сильнее, а головушка умней.

Упражнение 2.

«Маленький ёжик»

Бегал ёжик по дорожке у него устали ножки. Он катился и катился – в правую ручку закатился. Снова побежал наш ежик по дорожке. У него устали ножки. Он катился и катился – в левую ручку закатился.

Бегал ёжик по дорожке у него устали ножки. Он катился и катился и на ушко прикатился. Он по ушку покатался и на голову забрался. По головке покатался покатался. И спрятался.

Упражнение 3.

Эта ручка правая. Эта ручка левая. Ёжика в руках катаю я. Зарядку делаю. Будет ручка сильная (сжимаем мячик в правой руке). Будет ручка смелая (сжимаем мячик в левой руке). Будут ручки у меня – ловкие, умелые (катаем мяч в руках круговыми движениями.)

Упражнение 4.

«Колечки»

Чтоб здоровым был пальчик наш – сделаем ему массаж. Посильнее разотрём и к другому перейдём.

Пальчиковая игра с шариками Су-Джок «Ёжик»

В руках у детей шарики Су-Джок

Ёжик, ёжик, хитрый ёж,
На клубочек ты похож.

(дети катают Су-Джок между ладонями)

На спине иголки

(дети катают шарик по большому пальцу вперед-назад)

Очень-очень колкие.

(катают шарик по указательному пальцу)

Хоть и ростом ёжик мал,

(катают шарик по среднему пальцу)

Нам колючки показал,

(катают шарик по безымянному пальцу)

А колючки тоже

(катают шарик по мизинцу вперед-назад)

На ежа похожи.

*(дети катают
Су-Джок
между
ладонями).*



Пальчиковая игра с массажерами Су-Джок «Ёжик колет нам ладошки»

В руках у детей шарики Су-Джок.

Ёжик колет нам ладошки,
Поиграем с ним немножко.
(дети катают Су-Джок между ладонями)
Если будем с ним играть –
(массажные движения большого пальца)
Ручки будем развивать.
(массажные движения указательного пальца)
Ловкими станут пальчики,
(массажные движения среднего пальца)
Умными – девочки, мальчики.
(массажные движения безымянного пальца).
Ёжик нам ладошки колет,
(массажные движения мизинца).
Ручки к школе нам готовит.
(дети катают Су-Джок между ладонями)

Далее дети вынимают колечки из шариков и катают по каждому пальчику сначала правой руки, потом левой.



Пальчиковая игра с шариками Су-Джок «Ёжик»

Описание: упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой.

Ежик, ежик колкий, где твои иголки,
(дети катают Су-Джок между ладоней)
Нужно бельчонку сшить распашонку,
(массажные движения указательного пальца)
Починить штанишки шалуну-зайчишке,
(массажные движения среднего пальца)
Ёжик фыркнул – отойдите и не плачьте, не просите,
(массажные движения безымянного пальца)
Если дам иголки - съедят меня волки.
(массажные движения мизинца).

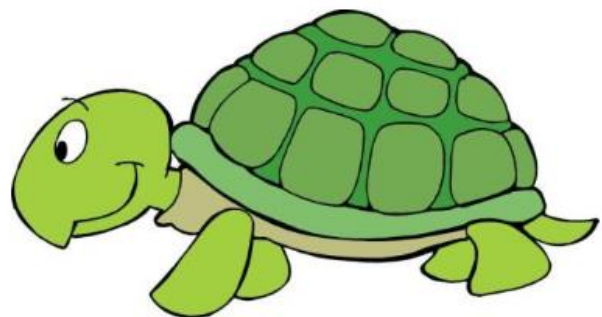


Пальчиковая игра с шариками Су-Джок «Черепашка»

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Шла по лесу черепаха
И дрожала вся от страха,
(дети катают Су-Джок шарик между ладоней)
«Кусь, кусь, кусь, кусь,
(Су-Джок между большим пальцем и остальными,
которые ребенок держит «щепоткой». Надавли-
вают ритмично на шарик, перекладывая из руки в
руку)

Никого я не боюсь».
(дети катают Су-Джок между ладоней).



Пальчиковая игра с шариками Су-Джок «Игрушки»

Описание: упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой.



На большом диване в ряд
Куклы Катины сидят:
(дети катают Су-Джок между ладоней)

Два медведя, Буратино,
И веселый Чиполлино,
И котенок, и слоненок.
(поочередно катаем шарик
Су-Джок к каждому
пальчику, начиная с большого)



Раз, два, три, четыре, пять.
(Су-Джок между большим
пальцем и остальными, которые
ребенок держит «щепоткой».)

Надавливают ритмично на шарик,
перекладывая из руки в руку)

Помогаем нашей Кате
Мы игрушки сосчитать.
(дети катают Су - Джок
между ладоней)



Пальчиковая игра с шариками Су-Джок «Я мячом круги катаю»

У детей в руках Су-Джок шарики.

Я мячом круги катаю,
(круговые вращения шариком по ладони)
Взад - вперед его гоняю.
(катаем шарик вверх-вниз)
Им поглажу я ладошку.
(гладим ладошку шариком правой руки)
Будто я сметаю крошку,
(гладим ладошку шариком левой руки)
И сожму его немножко,
(сжимаем шарик в правой руке)
Как сжимает лапу кошка,
(сжимаем шарик в левой руке)
Каждым пальцем мяч прижму,
(поочередно прижимаем пальчики правой руки к шарiku)
И другой рукой начну.
(поочередно прижимаем пальчики левой руки к шарiku)



Пальчиковая игра с шариками Су-Джок «На поляне, на лужайке»

На поляне, на лужайке (катать шарик между ладонями)
Целый день скакали зайки. (прыгать по ладошке шаром)
И катались по траве, (катать вперед – назад)
От хвоста и к голове.
Долго зайцы так скакали, (прыгать по ладошке шаром)
Но напрыгались, устали. (положить шарик на ладошку)
Стала гладить и ласкать
Всех зайчат зайчиха-мать. (гладить шаром каждый палец)



Шла медведица спросонок, *(шагать шариком по руке)*

А за нею – медвежонок. *(шагать тихо шариком по руке)*

А потом пришли детишки, *(шагать шариком по руке)*

Принесли в портфелях книжки.

Стали книжки открывать *(нажимать шариком на каждый палец)*

И в тетрадочках писать.



Пальчиковая игра с массажерами Су-Джок «На лужок»

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

На лужок пришли зайчата,
Медвежата, барсучата,
Лягушата и енот.

(поочередно надеваем кольцо на каждый палец)

На зеленый на лужок

Приходи и ты, дружок!

(катаем шарик по ладошке)



Пальчиковая игра с эластичными колечками «Колечко»

Описание: дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец сначала правой руки, затем - левой, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

На узорное крылечко
(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)
Кто-то уронил колечко.
(надеваем кольцо на безымянный палец)
И оно с крыльца скатилось,
(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)
За ступеньку закатилось.
(надеваем кольцо на указательный палец)
Дети смотрят там и тут,
(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)
Но колечка не найдут.
(прячут колечко между ладоней)



Пальчиковая игра с массажерами Су-Джок «Сорока-белобока»

Сорока, сорока,
Кашу варила,
Деток кормила.
(дети катают Су-Джок шарик между ладоней)
Этому дала,
(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)
Этому дала,
(надеваем кольцо на указательный палец)
Этому дала,
(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)
Этому дала,
(надеваем кольцо на безымянный палец)
А этому не дала:
(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)
«Ты дрова не рубил, ты воды не носил,
Печь не топил, тебе и нет ничего»
(дети катают Су-Джок шарик между ладоней)



Пальчиковая игра с массажерами Су-Джок «Сидит белка на тележке»

Сидит белка на тележке,

Продает она орешки:

(дети катают Су-Джок шарик между ладоней)

Лисичке-сестричке,

(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Воробью,

(надеваем кольцо на указательный палец)

Синичке,

(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Мишке косолапому,

(надеваем кольцо на безымянный палец)

Заиньке усатому.

(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)



Пальчиковая игра с массажерами Су-Джок «Грибы»

Раз, два, три, четыре, пять.

Вышли пальчики гулять.

(шарики Су-Джок между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит «щепоткой». Надавливают ритмично на шарик, перекладывая из руки в руку)

Этот пальчик гриб сорвал,

(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Этот пальчик чистить стал,

(надеваем кольцо на указательный палец)

Этот резал,

(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Этот ел,

(надеваем кольцо на безымянный палец)

Ну а этот лишь смотрел.

(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)



Пальчиковая игра с эластичными кольцами «Раз – два – три – четыре – пять»

Описание: дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец правой руки, затем левой, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Раз – два – три – четыре – пять,
(разгибать пальцы по одному)

Вышли пальцы погулять,
(сжимать-разжимать пальцы в кулак)

Этот пальчик самый сильный, самый
толстый и большой.

(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Этот пальчик для того, чтобы показывать его.

(надеваем кольцо на указательный палец)

Этот пальчик самый длинный и стоит он в
середине.

(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Этот пальчик безымянный, он избалованный
самый.

(надеваем кольцо на
безымянный палец)

А мизинчик, хоть
и мал, очень ловок и
удал.

(надеваем кольцо Су-
Джок на мизинец).



Пальчиковая игра с эластичными кольцами «Мальчик-пальчик»

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

- Мальчик-пальчик, где ты был?

(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

- С этим братцем в лес ходил,

(надеваем кольцо на указательный палец)

- С этим братцем щи варил,

(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

- С этим братцем кашу ел,

(надеваем кольцо на безымянный палец)

- С этим братцем песни пел

(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец).



Пальчиковая игра с эластичными кольцами «Родные братья»

Описание: дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец сначала правой руки, затем - левой, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Ивану-большому — дрова рубить,
(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)
Ваське-указке — воду носить,
(надеваем кольцо на указательный палец)
Мишке-среднему — печку топить,
(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)
Гришке-сиротке — кашу варить,
(надеваем кольцо на безымянный палец)
А крошке Тимошке — песенки петь,
Песни петь и плясать,
Родных братьев потешать.
(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец).



Пальчиковая игра с эластичными кольцами «Семья»

Описание: дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Этот пальчик — дедушка,
(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)
Этот пальчик — бабушка,
(надеваем кольцо на указательный палец)
Этот пальчик — папочка,
(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)
Этот пальчик — мамочка,
(надеваем кольцо на безымянный палец)
Этот пальчик — Ванечка (Танечка,
Данечка и т. д.)
(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец).



Пальчиковая игра с эластичными кольцами **«Вышли пальчики гулять»**

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой, начиная с мизинчика.

Вышли пальчики гулять.
Раз, два, три, четыре, пять
Этот пальчик — в лес пошёл,
(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)
Этот пальчик — гриб нашёл,
(надеваем кольцо на безымянный палец)
Этот пальчик — чистить стал,
(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)
Этот пальчик — жарить стал,
(надеваем кольцо на указательный палец)
Этот пальчик — все съел,
Оттого и растолстел.
(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)



Использование Су-Джок шаров при **автоматизации звуков**

Ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука [Ш].

На левой руке:

Этот малыш-Илюша, *(на большой палец)*
Этот малыш-Ванюша, *(указательный)*
Этот малыш-Алеша, *(средний)*
Этот малыш-Антоша, *(безымянный)*
А меньшего малыша зовут Мишуткою
друзья. *(мизинец)*

На правой руке:

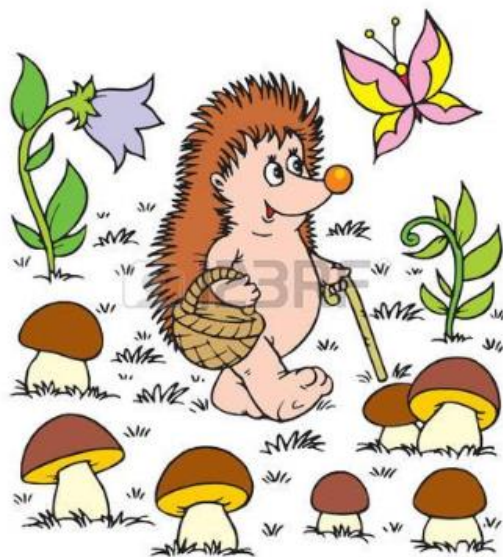
Эта малышка-Танюша, *(на большой палец)*
Эта малышка-Ксюша, *(указательный)*
Эта малышка-Маша, *(средний)*
Эта малышка-Даша, *(безымянный)*
А меньшую зовут Наташа. *(мизинец)*



Использование Су-Джок шаров при автоматизации звуков

Описание: ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука [Ж].

Ходит ежик без дорожек,
Не бежит ни от кого.
С головы до ножек
Весь в иголках ежик.
Как же взять его?



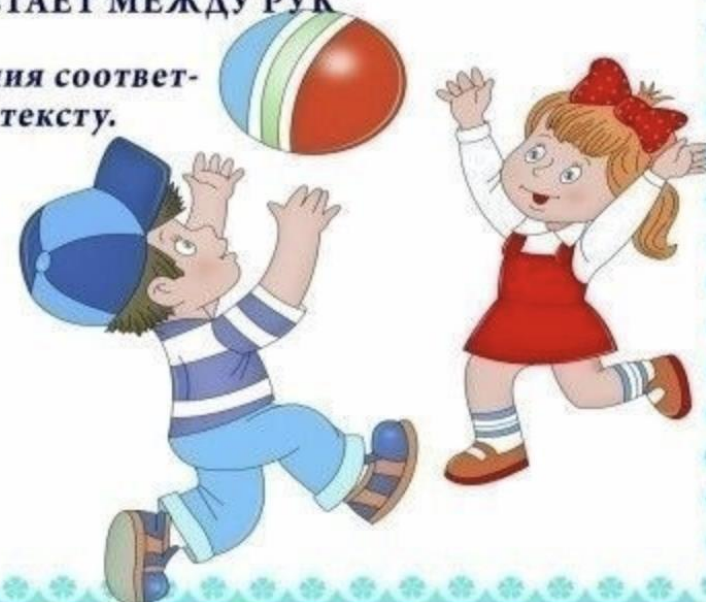
МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«МЯЧИК»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

Я МЯЧОМ КРУГИ КАТАЮ
ВЗАД-ВПЕРЕД ЕГО ГОНЯЮ
ИМ ПОГЛАЖУ Я ЛАДОШКУ,
А ПОТОМ СОЖМУ НЕМНОЖКО.
КАЖДЫМ ПАЛЬЦЕМ МЯЧ ПРИЖМУ
И ДРУГОЙ РУКОЙ НАЧНУ.
А ТЕПЕРЬ ПОСЛЕДНИЙ ТРЮК -
МЯЧ ЛЕТАЕТ МЕЖДУ РУК

Движения соответствуют тексту.



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«ИГРА С ЕЖИКОМ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику

ЕЖИК ВЫБИЛСЯ ИЗ СИЛ -
ЯБЛОКИ, ГРИБЫ НОСИЛ.
МЫ ПОТРЕМ ЕМУ БОКА -
НАДО ИХ РАЗМЯТЬ СЛЕГКА.
А ПОТОМ ПОГЛАДИМ НОЖКИ,
ЧТОБЫ ОТДОХНУЛ НЕМНОЖКО.
А ПОТОМ ПОЧЕШЕМ БРЮШКО,
ПОЩЕКОЧЕМ ВОЗЛЕ УШКА.
ЕЖ В ЛЕСОЧЕК УБЕЖАЛ,
НАМ «СПАСИБО» ПРОПИЩАЛ.

Жалеем ежика - гладим,
трем ему бока, размина-
ем, чешем, щекочем,
катаем по столу с нажи-
мом, когда показываем,
как он убежал.



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«КОЛЮЧИЙ ЕЖ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

ГЛАДЬ МОИ ЛАДОШКИ, ЁЖ!
ТЫ КОЛЮЧИЙ, НУ И ЧТО Ж?
Я ХОЧУ ТЕБЯ ПОГЛАДИТЬ!
Я ХОЧУ С ТОБОЙ ПОЛАДИТЬ!

(Катаем мячик между ладонками, гладим его, до-
трагиваемся пальцами дл отдельных «колю-
чек». Можно катать стопой по полу, заменив "ла-
дошки" на "ножки", делать массаж тела, называя
всё соответственно)



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«ИСПЕЧЁМ МЫ КАРАВАЙ»

ЦЕЛЬ: РАЗВИВАТЬ РУЧНУЮ УМЕЛОСТЬ И МЕЛКУЮ МОТОРИКУ.

МЕСИМ, МЕСИМ ТЕСТО (СЖИМАЕМ МАССАЖНЫЙ МЯЧ В ПРАВОЙ РУКЕ)

ЕСТЬ В ПЕЧИ МЕСТО (ПЕРЕКЛАДЫВАЕМ В ЛЕВУЮ РУКУ И СЖИМАЕМ)

ИСПЕЧЕМ МЫ КАРАВАЙ (НЕСКОЛЬКО РАЗ ЭНЕРГИЧНО СЖИМАЕМ МЯЧ ОБЕИМИ РУКАМИ)

ПЕРЕКЛАДЫВАЙ, ВАЛЯЙ. (КАТАЕМ МЯЧ ЛАДОШКАМИ)



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«ЭТОТ ШАРИК НЕ ПРОСТОЙ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

ЭТОТ ШАРИК НЕ ПРОСТОЙ
ВЕСЬ КОЛЮЧИЙ ВОТ ТАКОЙ.
МЕЖ ЛАДОШКАМИ КЛАДЕМ
ИМ ЛАДОШКИ РАЗОТРЕМ.
ВВЕРХ И ВНИЗ ЕГО КАТАЕМ
СВОИ РУЧКИ РАЗВИВАЕМ!
МОЖНО ШАР КАТАТЬ ПО КРУГУ,
ПЕРЕКИДЫВАТЬ ДРУГ ДРУГУ.
РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ, ПЯТЬ!
НАМ ПОРА И ОТДЫХАТЬ!

Движения соответствуют тексту.



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«КОЛКИЕ ИГОЛКИ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

У СОСНЫ, У ПИХТЫ, ЁЛКИ
ОЧЕНЬ КОЛКИЕ ИГОЛКИ.
НО ЕЩЁ СИЛЬНЕЙ, ЧЕМ ЕЛЬНИК,
ВАС УКОЛЕТ МОЖЖЕВЕЛЬНИК!

Ребёнок катает мяч между ладонями движениями
вверх-вниз сначала медленно, затем увеличивает
темп и приговаривает.



МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«ЁЖИК И МЫШКИ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности.

ХОДИТ ЁЖИК БЕЗ ДОРОЖЕК
ПО ЛЕСУ, ПО ЛЕСУ
И КОЛЮЧКАМИ СВОИМИ
КОЛЕТСЯ, КОЛЕТСЯ.
А Я ЁЖИКУ – ЕЖУ,
ТУ ТРОПИНКУ ПОКАЖУ,
ГДЕ КАТАЮТ МЫШКИ
МАЛЕНЬКИЕ ШИШКИ.

