**Игры с использованием**

**шарика - массажера**

**и эластичных колец**

**Су – Джок**

**Пальчиковая игра «Ёжик». (с шариком)**

***Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем***

***на левой.***

Ёжик, ёжик, хитрый ёж,

на клубочек ты похож.           *(дети катают Су-Джок между ладонями)*

На спине иголки                        *(массажные движения большого пальца)*

        очень-очень колкие            *(массажные движения указательного пальца)*

Хоть и ростом ёжик мал,            *(массажные движения среднего пальца)*

нам колючки показал,           *(массажные движения безымянного пальца)*

А колючки тоже                                  *(массажные движения мизинца)*

на ежа похожи.                        *(дети катают Су-Джок между ладонями)*

**Пальчиковая игра «Мальчик-пальчик». (с массажными кольцами)**

***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  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).*

**Пальчиковая игра с шариком Су - Джок.**

***Описание: Движения шарика выполняются 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.**

***Описание: Дети поочередно прокатывают массажные кольца по каждому пальцу, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.***

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

Вышли пальцы погулять,

Этот пальчик самый сильный,

самый толстый и большой.                               *(прокатывать кольцо по пальцу)*

Этот пальчик для того,

чтоб показывать его.                                         *(прокатывать кольцо по пальцу)*

Этот пальчик самый длинный

и стоит он в середине.                                       *(прокатывать кольцо по пальцу)*

Этот пальчик безымянный,

он избалованный самый.                               *(прокатывать кольцо по пальцу)*

А мизинчик, хоть и мал,

очень ловок и удал.                                           *(прокатывать кольцо по пальцу)*

**Массаж пальцев эластичным кольцом.**

***Описание: Дети поочередно прокатывают массажные кольца по каждому пальцу, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.***

На правой руке:

Этот малыш-Илюша,                                       *(прокатить по большому пальцу)*

Этот малыш-Ванюша,                             *(прокатить по указательному пальцу)*

Этот малыш-Алеша,                                          *(прокатить по среднему пальцу)*

Этот малыш-Антоша,                                 *(прокатить по безымянному пальцу)*

А меньшего малыша зовут Мишуткою, друзья.           *(прокатить по мизинцу)*

На левой руке:

Эта малышка-Танюша,

Эта малышка-Ксюша,                                                        *(движения те же)*

Эта малышка-Маша,

Эта малышка-Даша,

А меньшую зовут Наташа.

**Пальчиковая игра с шариком Су - Джок.**

***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?

**Пальчиковая игра «Зайки на лужайке». (с шариком)**

***Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем***

***на левой.***

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)*

Мимо змеи проползали,                                                    *(вести по ладошке)*

«С добрым утром!» - им сказали.

Стала гладить и ласкать

Всех зайчат зайчиха-мать*.                               (гладить шаром каждый палец)*

**Достоинства Су – Джок:**

- 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.

**Чем же полезны игры с использованием шарика – массажера и эластичных колец Су – Джок?**

Совершенствуется иммунная защита, развиваются такие психические процессы, как восприятие, память, мышление, воображение, внимание, закладываются основные черты личности.

Используя этот массаж в детском возрасте, мы преследуем следующие цели:

1. Укрепить здоровье ребенка. Причем, речь не только о профилактике заболеваний, но и о борьбе с ними: ведь раздраженные массажем нервные окончания, расположенные на кистях и стопах, посылают импульсы в головной мозг, а тот дает ответную команду на активизацию функций рефлекторных органов.
2. Уравновесить психоэмоциональное состояние малыша. Массаж су- джок позволяет создать энергетический баланс в теле человека, привести в норму процессы возбуждения и торможения, помогая избавиться от гиперактивности, тренируя усидчивость и умение концентрироваться.
3. Повысить иммунную защиту организма.
4. Стимулировать развитие познавательного интереса, памяти, внимания, мышления.
5. Подготовить руку будущего школьника к письму.

**Рекомендации для родителей.**

Приемами Су-Джок терапии являются массаж кистей специальными шариками и эластичными кольцами, массаж стоп. Работа по данному методу проводится c помощью Су-Джок стимуляторов-массажеров. Этот стимулятор представляет собой шарик – две соединенные полусферы. Внутри, как в коробочке, находятся два специальных кольца, сделанных из металлической проволоки так, что можно их легко растягивать, свободно проходить ими по пальцу вверх и вниз. Формы работы с Су-Джок – самые разные. Это различные пальчиковые упражнения как c самим шариком Су-Джок, так и с эластичным кольцом, который находится в шарике. Движения могут быть различными - 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 его между ладонями и т. д. Каждое упражнение обязательно должно сопровождаться небольшим стишком, потешкой, сказкой и т. д.

Эту работу можно проводить в течение одной, двух минут перед выполнением заданий, связанных с рисованием, лепкой, аппликацией.