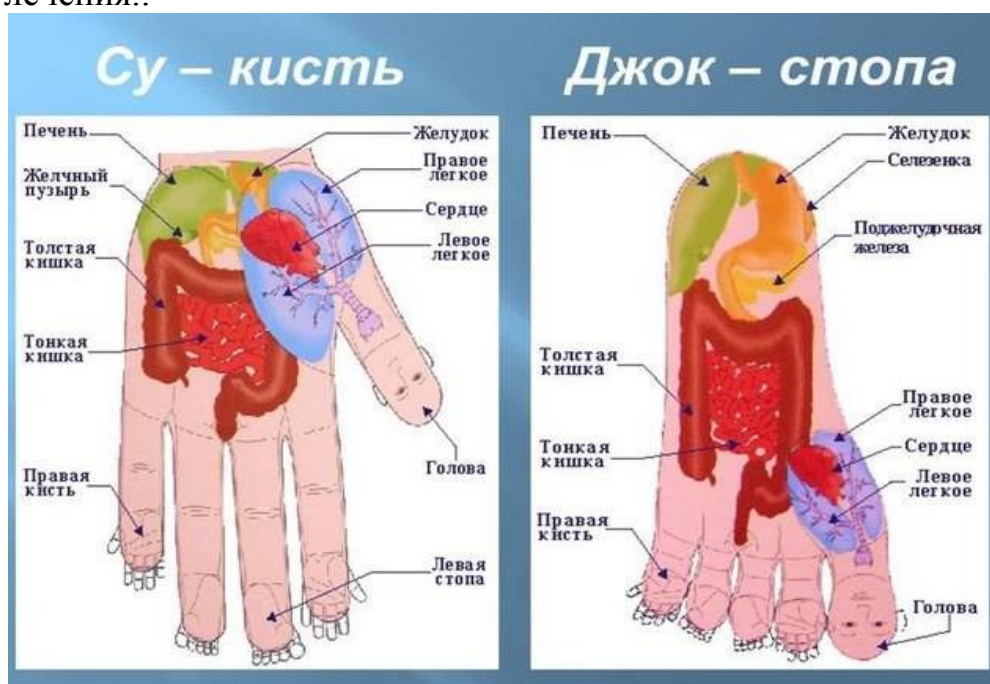


Су-Джок терапия — это одно из направлений акупунктуры, метод которого основан на воздействии на определенные биологически активные точки кистей и стоп. В переводе с корейского **Су** — **кисть**, **Джок** — **стопа**. Данный вид терапии разработан южно-корейским **профессором Пак Чже Ву** в восьмидесятых годах двадцатого века и на сегодняшний день успешно распространилась по всему миру.

В традиционной медицине с древних времен для диагностики заболеваний использовались знания о том, что отдельные участки тела (язык, радужная оболочка глаза, ухо, скальп и др.) отражают состояние всего организма. Эти миниатюрные проекции, названные **микросистемами соответствия**, активно применялись не только для диагностики заболеваний, но и для их лечения..



Методика Су-Джок базируется на концепции, согласно которой между телом человека, его кистями рук и стопами ног также есть соответствие. Нагляднее всего это видно на примере кисти. Большой палец — соответствует голове, указательный и мизинец — рукам, средний и безымянный ногам. Тыльная сторона кисти — проекция позвоночника, поверхность ладони под большим пальцем — грудная клетка, середина ладони — брюшная полость.

В основе **Су-Джок** лежит взгляд на организм человека как на единую энергетическую структуру, все процессы в которой взаимосвязаны. Считается, что болезнь вызывается нарушением гармонии в энергетическом теле, а проявление заболевания на физическом уровне — всего лишь симптом.

В зонах и точках, соответствующих месту заболевания, мгновенно появляется активная энергетическая точка соответствия отличается от других резкой болезненностью при механическом надавливании. Тестирование болевой чувствительности в системах соответствия рук и ног проводят пальцевым надавливанием, а в системах кистей и стоп и пальцев — диагностической палочкой. Стимуляция этой точки, которую называли «шарик

соответствия», вызывает генерирование обратных «лечебных» волн, направляющихся в область поражения и нормализующих ее состояние. Наиболее часто для стимуляции болезненных зон и точек в системах соответствия используют массаж пальцами, диагностической палочкой, игольчатые валики, природные или искусственные поверхностные стимуляторы. Для более глубоко расположенных точек используют микроиглы, при необходимости можно провести безболезненную стимуляцию с помощью электрических или световых приборов. При правильной стимуляции улучшение состояния наблюдается уже в течение первых минут лечения. Пациент ощущает уменьшение боли, тепло в зоне поражения, расслабление мышц, чувствует сонливость.



Цели терапии:

- Нормализовать мышечный тонус;
- Развивать координацию движений и мелкой моторики
- Активизировать области кору головного мозга, способствовать установлению межполушарных связей;
- Содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности;
- Воздействовать на активные точки зон коры головного мозга ;
- Стимулировать развитие интеллекта .

Достоинства Су–Джок терапии:

- Показания к использованию данного метода очень широкие, а абсолютных противопоказаний для лечения этим методом не существует, так как естественная стимуляция точек постоянно присутствует в повседневной жизни и помогает нам поддерживать свое здоровье.
- Высокая эффективность - при правильном применении наступает выраженный эффект. Абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред, оно просто неэффективно.
- Лечение в системах соответствия является простым и экономичным, не требует применения дорогостоящего оборудования и медикаментозных средств.
- Универсальность – Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.

Игры и стихи для СУ-Джок терапии:

Игры, направленные на обобщение и расширение словаря, развитие грамматического строя речи: «По ладошке мяч катаю и животных называю», «Я знаю 5 названий...», «Едет, плывет, летит», «Скажи ласково», «Один-много», «Что из чего сделано» и т.д.

Игры, направленные на развитие ориентации в пространстве и времени: «Влево - вправо прокати, только мяч не упусти», «Мячик прыгает по мне – по груди и по спине», «Путешествие колобка», «Мячик ты скорей катай, дни недели называй», «Утро, день, вечер, ночь», «Времена года».....

Игры и упражнения для развития мелкой моторики (*массаж «ёжиком» в соответствии с текстом*):

Зайчики

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*)
К вечеру совсем устали. (*сжать шарик в кулачок*).

Вот помощники мои

Вот помощники мои (*показать пальцы*)
Их, как хочешь, поверни.
По дорожке белой, гладкой
Скачут пальцы, как лошадки (*шариком провести по руке, до локтя*)
Чок, чок, чок,
Чок, чок, чок –
Скачет резвый табунок! (*повторить с другой рукой*)

Вот все пальчики мои

Вот все пальчики мои-
Их, как хочешь, поверни-
И вот этак, и вот так,
Не обидятся никак.
Постучали, (*постучать пальцами о шарик*)
Повертели (*повертели шарик на ладошке*)
Постучали
Повертели...
И работать захотели.

На лужок

На лужок пришли зайчата, (*поочередно надеваем кольцо на каждый палец*)
Медвежата, барсучата,
Лягушата и енот.
На зеленый на лужок (*катаем шарик по ладошке*)
Приходи и ты, дружок!

Капустка

Мы капустку рубим, рубим, (*ребром ладони стучим по шарiku*)
Мы капустку солим, солим, (*подушечками пальцев трогаем шарик*)
Мы капустку трем, трем. (*потираем ладошками о шарик*)
Мы капустку жмем, жмем. (*сжимаем шарик в кулачке*)

Рыбки

Рыбки весело резвятся *(перекидывать шарик из руки в руку)*
В чистой тепленькой воде,
То направо, то налево, *(сжимать - разжимать шарик в кулачке)*
То зароятся в песке.

Игрушки

(поочередно катаем шарик Су-Джок к каждому пальчику, начиная с большого)
На большом диване в ряд
Куклы Катины сидят:
Медвежонок, Буратино, кот, слонёнок, Чиполино.
Раз, два, три, четыре, пять.
Помогаем сосчитать!

С помощью шаров – «ежигов» и колечек 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.

Использован материал с сайтов:

1. <http://www.logopedy.ru/portal/>
2. <https://infourok.ru/>
3. <http://sujokangel.com/>
4. <http://www.rozamiraspb.ru/product/4124>