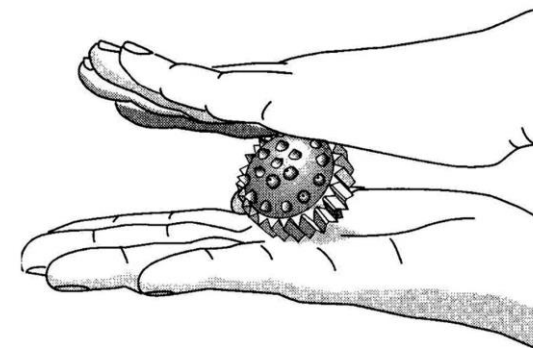


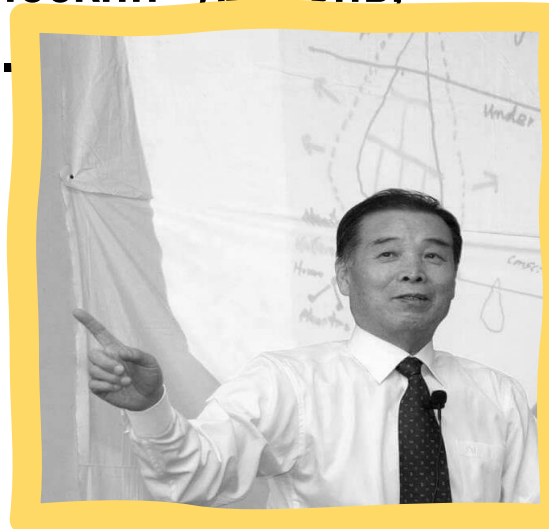
# Су-Джок терапия в работе с детьми с ТНР, ЗПР и РАС



Автор учитель-логопед: Рощенко Юлия Сергеевна

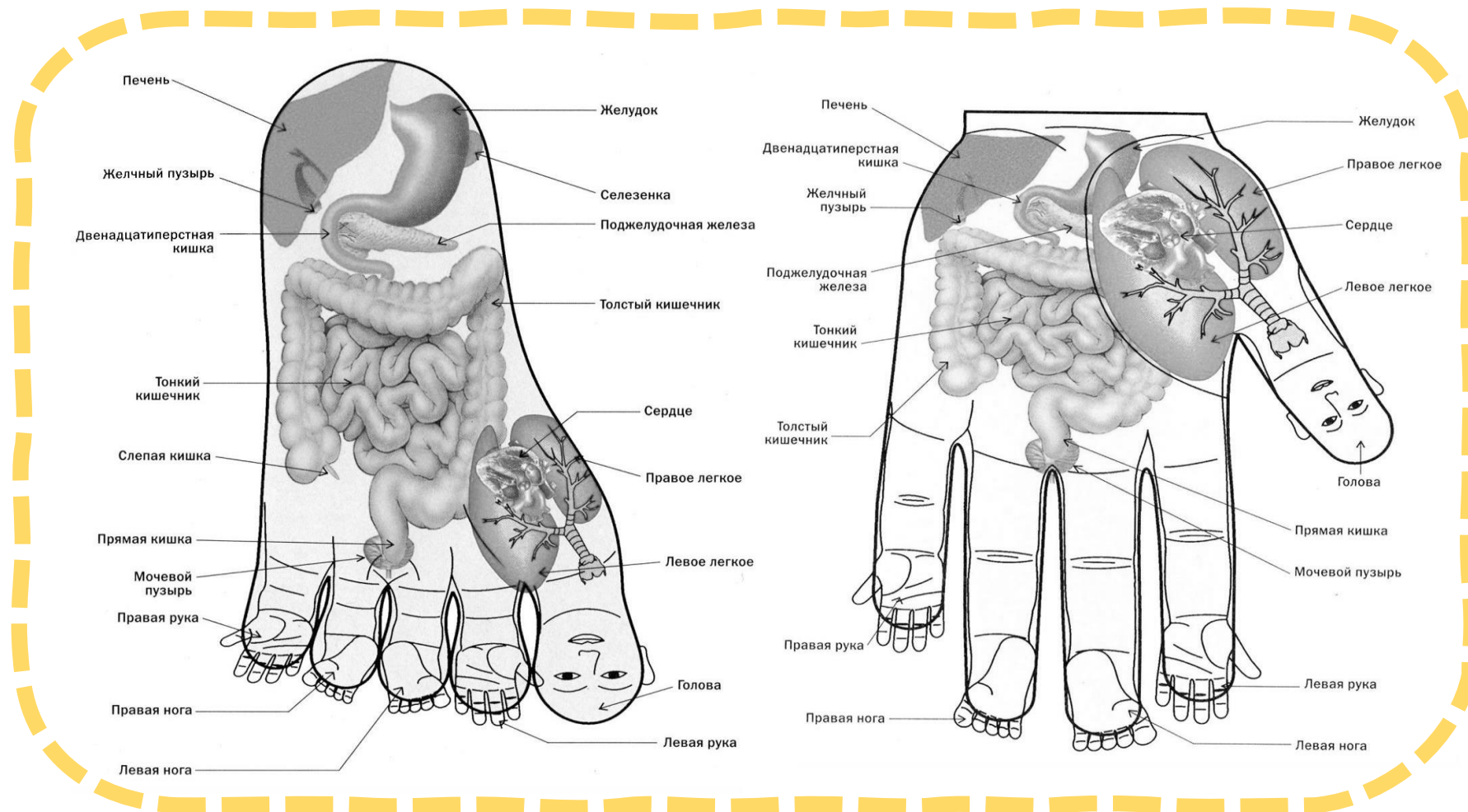
# Су-Джок терапия: определение

- В настоящее время нетрадиционные формы и средства коррекционной работы привлекают всё большее внимание в сфере логопедии. Помимо развития речи они способствуют общему укреплению и оздоровлению организма. Одной из таких форм является **Су-Джок терапия**.
- **Су-Джок терапия (1986 г.)** — это разработка южно-корейского профессора Пака Чже Ву. Согласно этому методу, в строении кисти (от кор. «су») и стопы (от кор. «джок») в соответствующем порядке располагаются биологически активные точки, которые соответствуют всем органам и участкам тела человека. Их стимуляция помогает не только укрепить организм, но и повысить потенциальный энергетический уровень, развить тактильную чувствительность и нормализовать мышечный тонус.



# Су-Джок терапия: схема

➤ Как видно из схемы, **большой палец** – это голова, **мизинец и указательные пальцы** – это кисти, а **средний и безымянный** – стопы.



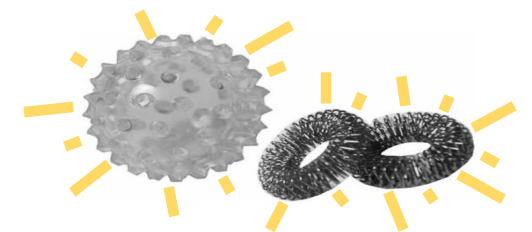
# Су-Джок терапия и речевые нарушения

➤ Великий немецкий философ И. Кант писал, что рука является вышедшим наружу головным мозгом. На кистях рук имеются точки и зоны, которые взаимосвязаны с внутренними органами и различными зонами коры головного мозга. Области коры головного мозга, отвечающие за движения органов речи и управляющие движениями пальцев рук, расположены в непосредственной близости друг от друга. Идущие в кору головного мозга нервные импульсы от пальцев рук «тревожат» расположенные по соседству речевые зоны, стимулируя их активную деятельность. Поэтому Су-Джок терапия может быть направлена на воздействие на зоны коры головного мозга с целью **профилактики и коррекции речевых нарушений.**

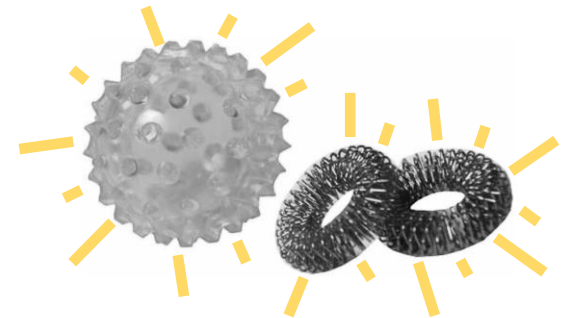


# Приемы Су-Джок терапии

- В коррекционной работе используется специальный **шарик Су-Джок** – маленький массажер из двух развинчивающихся полусфер, внутри которых находятся две специальные пружины в виде колец для массажа пальцев.
- С помощью **шаров-«ёжиков»** массируются пальцы и ладони ребёнка, что оказывает благотворное влияние на весь организм, на развитие мелкой моторики, тем самым, способствуя развитию речи и установлению в том числе коммуникативного взаимодействия. Массаж ладоней и пальцев рук целесообразно сочетать с речевыми упражнениями, актуальными на данном этапе работы (это может быть повтор слоговых цепочек, пропевание чистоговорок и т.д.).
- Что касается **колец**, то их нужно надевать на палец и проводить массаж зоны соответствующей пораженной части тела, до ее покраснения и появлении ощущения тепла (особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека)



- **Движения могут быть различными** — круговые движения шарика между ладонями, перекачивание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони, вращение шарика кончиками пальцев, сжатие шарика между ладонями, сжатие и передача из руки в руку, подбрасывание шарика с последующим сжатием между ладонями и т.д.
- Кроме этого, педагогами может использоваться стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук и стопах, **при помощи и других приспособлений** — колючих валиков и ковриков, массажных варежек, элементов аппликатора Кузнецова, грецких орехов, ракушек, камешков, плодов каштана, различных круп, семян и т.д.
- В логопедических целях Су-Джок терапия также часто совмещается с **мозаикой, шнуровкой, штриховкой, лепкой и рисованием.**





# **Правила использования массажных шариков**

➤ **Необходимо учитывать несколько правил выполнения массажа с использованием массажных шариков:**

- для каждого ребёнка шарик строго индивидуален и после применения обязательно обрабатывается, а перед занятием руки детей моются тщательно с мылом;
- воздействие должно быть приятным и не вызывать негативной реакции у ребенка;
- массаж необходимо проводить до появления слегка розового цвета кожи и ощущения тепла;
- нельзя оставлять надолго эластичное кольцо на пальцах в одном положении, так как это нарушает кровоснабжение;
- нужно избегать интенсивных движений, чтобы не травмировать нежную кожу ребенка.

# Су-Джок терапия в логопедической работе

Су-Джок терапия — полезный инструмент в логопедической практике. Рассмотрим некоторые способы применения Су-Джок в логопедии:

## 1. Стимуляция речевых зон

Су-Джок терапия помогает активировать биологически активные точки, которые связаны с речевыми центрами мозга. Это воздействие может способствовать улучшению артикуляции, ускорению формирования словарного запаса и укреплению моторных навыков, необходимых для произношения звуков.

## 2. Развитие мелкой моторики

Для правильного произношения и артикуляции важна хорошая координация и развитие мелкой моторики рук. Воздействие на активные точки на пальцах рук и стопах помогает развить моторику, что в свою очередь может улучшить точность движений артикуляционных органов — губ, языка, челюстей.



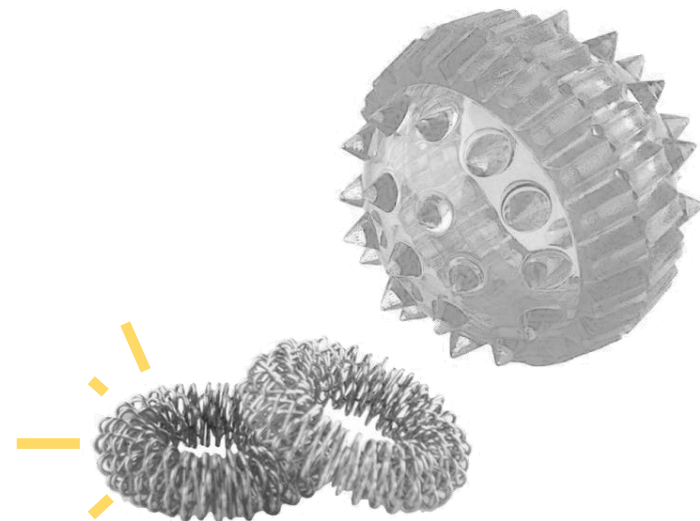


### **3. Улучшение внимания и концентрации**

Су-Джок терапия способствует активизации мозга, что помогает детям с речевыми нарушениями улучшить внимание и концентрацию, которые играют ключевую роль в процессе обучения и усвоения речи.

### **4. Эмоциональное и психоэмоциональное расслабление**

У детей с речевыми нарушениями часто бывают проблемы с излишней тревожностью, нервозностью или зажатостью. Су-Джок терапия может помочь снять нервное напряжение, снизить уровень стресса, что, в свою очередь, способствует более свободному и уверенному общению.

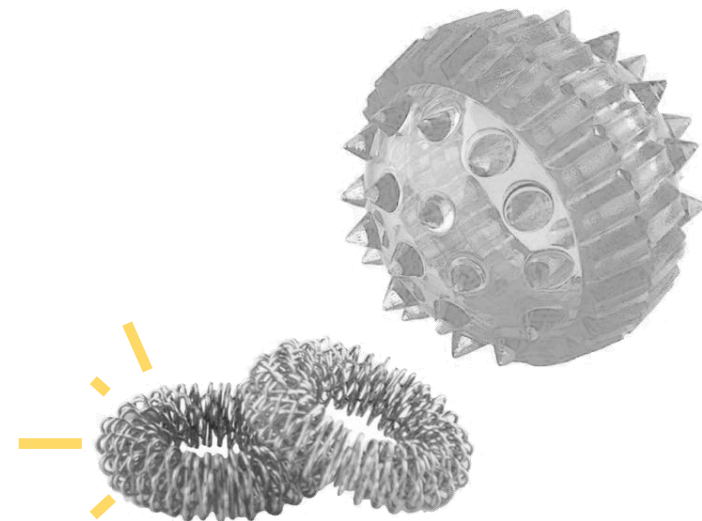


## 5. Использование при нарушениях звукопроизношения

Су-Джок терапия может использоваться как дополнительное средство при коррекции неправильного произношения звуков. Воздействие на активные точки, которые связаны с речевыми центрами, может ускорить процесс исправления произносительных ошибок.

## 6. Интеграция в игровые занятия

Метод можно интегрировать в игровые формы занятий с детьми, что делает процесс коррекции речи более интересным и увлекательным. Использование различных приспособлений для массажа, таких как кольца и шарики, может стать частью игровых упражнений, которые активируют моторику рук и стоп, а также стимулируют речевые зоны.



# Су-Джок терапия в работе с детьми с ТНР

- Стоит отметить, что метод Су-Джок удобен тем, что **может быть адаптирован с учетом индивидуальных потребностей ребенка.**
- Например, **дети с ТНР** часто имеют выраженные проблемы с артикуляцией, фонематическим восприятием и лексико-грамматическим строем речи. В таких случаях Су-Джок терапия прежде всего может быть направлена на:
  - **Стимуляцию речевых зон мозга:** Воздействие на активные точки, соответствующие речевым центрам, способствует улучшению артикуляции и фонематического восприятия.
  - **Развитие мелкой моторики:** Упражнения с массажными кольцами и шариками активируют мышцы рук, что положительно влияет на артикуляцию.
  - **Улучшение координации движений:** Развитие общей и мелкой моторики способствует лучшему контролю над движениями артикуляционного аппарата.



# Су-Джок терапия в работе с детьми с ЗПР

➤ **Дети с ЗПР** имеют задержки в когнитивном развитии, внимании и памяти. При использовании Су-Джок терапии для этой группы детей особенно акцентируется внимание на:

- **Развитии внимания и концентрации:** Упражнения с Су-Джок элементами помогают улучшить способность к сосредоточению.
- **Стимуляции когнитивных функций:** Воздействие на активные точки способствует улучшению памяти и мышления.
- **Развитии эмоциональной сферы:** Су-Джок терапия помогает снизить уровень тревожности и улучшить эмоциональное состояние детей.



# Су-Джок терапия в работе с детьми с РАС

- **Дети с РАС** часто имеют особенности в социальном взаимодействии, коммуникации и ограниченные интересы. При применении Су-Джок терапии для этой группы детей в первую очередь учитываются следующие аспекты:
- **Снижение сенсорной гиперчувствительности:** Массажные техники помогают адаптировать детей к различным сенсорным стимулам.
  - **Развитие коммуникативных навыков:** Упражнения с Су-Джок элементами могут быть интегрированы в игровые занятия, способствуя развитию социальных навыков.
  - **Стимуляция моторных функций:** Развитие общей и мелкой моторики способствует улучшению координации и моторных навыков.



# Этапы проведения Су-Джок терапии

## ➤ Су-Джок терапия проводится поэтапно:

- **1 этап** – знакомство с Су-Джок массажером и правилами его использования;
- **2 этап** – закрепление приемов работы в играх и упражнениях по развитию речи;
- **3 этап** – самостоятельное использование в игре.

## ➤ Форма организации работы с Су-Джок массажерами при этом может быть разной: индивидуальные, подгрупповые и фронтальные занятия.



# Общие формы работы с детьми с использованием Су-Джок терапии

➤ Для всех трех нарушений (ТНР, ЗПР, РАС) можно выделить следующие формы работы, каждая из которых при необходимости может быть скорректирована в зависимости от конкретного ребенка:

1. Пальчиковая гимнастика
2. Развитие фонематических процессов
3. Коррекция звукопроизношения (автоматизация и дифференциация звуков)
4. Совершенствование лексико-грамматических категорий
5. Звуковой анализ слов
6. Анализ слоговой структуры слов
7. Совершенствование навыков употребления предлогов
8. Совершенствование навыков пространственной ориентации, ориентировка в схеме тела
9. Развитие памяти, внимания, мышления и т.д.
10. Выполнение гимнастики



# 1. Пальчиковая гимнастика

➤ Дети прокатывают шарик с колючками между ладонями, массируют мышцы руки, повторяя слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом:

Пришел ежик на ладошку

Погулял по ней немножко

Каждый пальчик обошел

На ладошку вновь пришел

В руку правую возьмем

В кулачок его зажмем

Раз сжимаем, два сжимаем

Мячик мы не отпускаем

Кулачок мы разожмем

И следы мы там найдем





## 2. Развитие фонематических процессов

### ➤ Детям даются задания:

- «Покажи соответствующий заданному звуку шарик, услышав этот звук среди других звуков, услышав слог или слово с ним»
- «Спрячь шарик в ладонях, если звука там нет»
- «Возьми столько шариков, сколько раз услышишь данный звук среди других слогов, слов с этим звуком»
- «Если звук услышат ушки — подними шар над макушкой»
- «Телеграфисты» (простукивание мячиком заданного ритмического рисунка)
- «Шарик мы ладошкой стук, если слышим нужный звук»
- «Ты про звук нам расскажи, нужный шарик подбери»
- «Я на шарик погляжу, все про звук вам расскажу»



# 3. Коррекция звукопроизношения

## ➤ Варианты игр на автоматизацию и дифференциацию звуков:

- «Шарик мы ладонью «стук», повторяем в слоге (слове) звук»
- «Шарик мне назад верни, слоги (слово) верно повтори»
- «Слог да слог – и будет слово, мы в игру сыграем снова»
- Поочередный массаж пальцев массажными кольцами с проговариванием стихотворений пальчиковой гимнастики
- «Шар обратно прокати, слоги (слово, фразу) измени»
- Проговаривание различных стишков, насыщенных автоматизируемыми звуками, в сочетании с массажными движениями шариками или кольцами



# Автоматизация звуков в чистоговорках

➤ Дети проговаривают чистоговорки и выполняют действия с шариком:

- **Ши – ши – ши** – новые карандаши. (Катить шарик по каждому пальцу).
- **Ша – ша – ша** – я катаю малыша. (Катить шарик между ладонями вперед-назад).
- **Ил - ил – ил** – дятел дерево долбил. (Держать шарик подушечками пальцев, с усилием надавить ими на мяч).
- **Ры – ры – ры** – катаемся с горы. (Вращать шарик подушечками пальцев вперед).
- **Ра – ра – ра** – высокая гора. (Катить шарик круговыми движениями по ладоням).
- **Ру – ру – ру** – листья соберу. (Нажать шариком на каждый палец).
- **Ру – ру – ру** – скачет кенгуру. (Прыгать по ладошке шаром).
- **Ры – ры – ры** – в руках у нас шары. (Зажать шарик в одном кулаке, затем в другом).



# Автоматизация звуков в стихах (звук Ш)

## ➤ **Массажное кольцо на правой руке ребенка:**

Этот малыш Илюша, (на большом пальце)

Этот малыш Ванюша, (на указательном пальце)

Алеша, (на среднем пальце)

Этот малыш-Антоша, (на безымянном пальце)

А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья. (на мизинце)

## ➤ **Массажное кольцо на левой руке ребенка:**

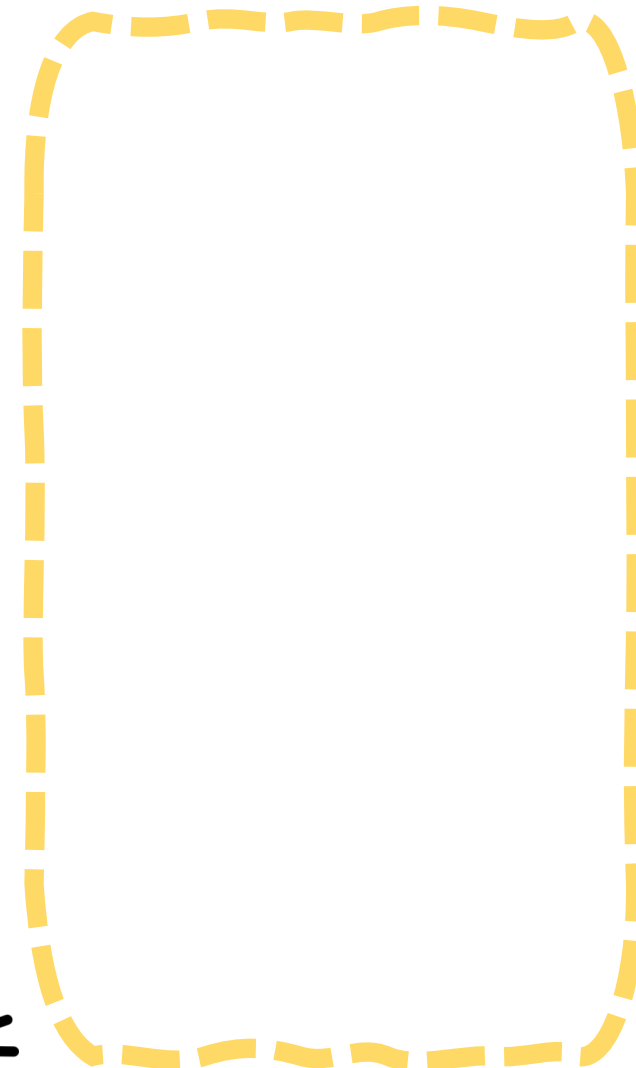
Эта малышка Таня, (на большом пальце)

Эта малышка Ксюша, (на указательном пальце)

Эта малышка Маша, (на среднем пальце)

Эта малышка Даша, (на безымянном пальце)

А меньшую зовут Наташа. (на мизинце)



## 4. Совершенствование лексико-грамматических категорий

### ➤ Варианты игр:

- **Игра «Один-много»:** Логопед катит «чудо-шарик» по столу ребенку, называя предмет в единственном числе. Ребенок, поймав ладонью шарик, откатывает его назад, называя существительные во множественном числе (аналогично проводятся упражнения «Назови ласково», «Скажи наоборот»)
- **Игра по теме «Одежда»:** Постираю чисто, с толком (дети кулачками делают движения, имитирующие стирку). Рубашку, кофту, штаны, юбку, сарафан и майку, а еще футболку, джинсы, свитер и брюки (дети поочередно надевают кольца на пальчики, начиная с мизинца правой руки, и произносят новые слова. Например: рубашка — рубашечка и т.п.). Вот устали мои руки! (дети хлопают в ладоши).



- **Игра по теме «Посуда»:** Девочка Ирина порядок наводила (дети катают Су-Джок шарик между ладонями). Девочка Ирина кукле говорила: «Салфетка должна быть в салфетнице, масло должно быть в масленке, хлебушек должен быть в хлебнице, а соль, конечно, в солонке!» (дети поочередно надевают кольца на пальчики, начиная с мизинца правой руки и произносят слова салфетница, масленка, хлебница, солонка)



## 5. Звуковой анализ слов

### ➤ Некоторые варианты упражнений:

- **Упражнение «Расскажи про звуки»:** Для характеристики звуков используются массажные шарики трех цветов: красный, синий, зеленый. По заданию логопеда ребенок показывает соответствующий обозначению звука шарик.
- **Упражнение «Звуковая схема»:** Ребенок выкладывает звуковую схему слова при помощи разноцветных шариков Су-Джок.



## 6. Слоговой анализ слов

### ➤ Варианты заданий:

- **Игра «Раздели слова на слоги»:** Ребенок называет слог и берет по одному шарик из коробки, а затем считает количество слогов.
- **Игра «Шарик-слог»:** Ребенок держит в руках несколько шариков Су-Джок. Логопед произносит слово, ребенок поочередно прокатывает шарики, произнося каждый слог (Например, для слова «телефон»: «те» — прокатить первый шарик, «ле» — прокатить второй шарик, «фон» — прокатить третий шарик). Каждому слогу соответствует один шарик. С каждым новым словом ребенок упражняется в определении количества слогов.





# 7. Использование предлогов

➤ Возможен такой вариант игры:

- Упражнение «Коробочка предлогов»:

На столе коробка, по инструкции логопеда ребенок кладет шарики соответственно:

- красный шарик – В коробку;
- синий – ПОД коробку;
- зеленый – ОКОЛО коробки;

Затем наоборот, ребенок должен описать действие взрослого:

- достать ИЗ коробки
- спрятать ПОД коробку и т.д.



## 8. Совершенствование навыков пространственной ориентации, ориентировка в схеме тела

### ➤ Примеры игр:

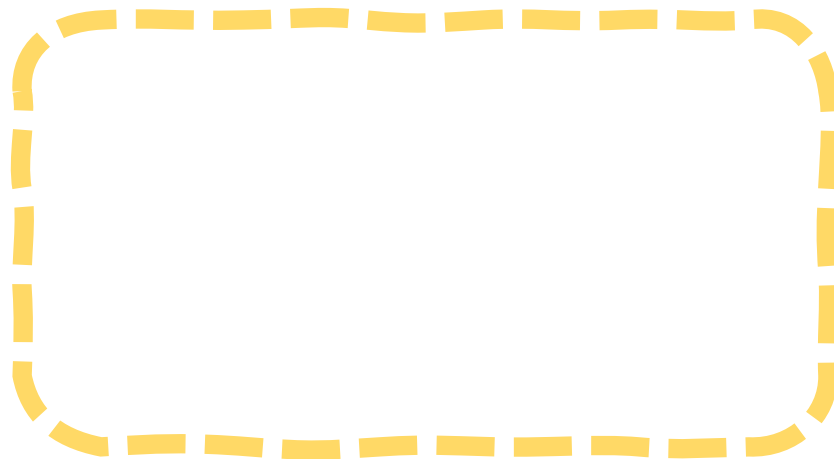
- **Игра «Глазки закрывай, на каком колечко пальце – угадай»**: Ребенок закрывает глаза, взрослый надевает кольцо на любой его палец, а тот должен назвать, на каком пальце какой руки надето кольцо.
- **Игра «Лево–право различаю, каждый свой я пальчик знаю»**: Ребенок выполняет инструкцию: надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку, и спрячь за спину и т.д.
- **Игра «Справа, слева я стучу – перепутать не хочу»**: На каждой руке ребенка или на пальцах находятся Су-Джок кольца. Взрослый указывает на одну руку и говорит, например, «справа», а ребенок должен точно выполнить действие с правой руки, например, постучать по столу или выполнить другое задание, обозначенное в инструкции.



# 9. Развитие памяти, внимания, мышления

## ➤ Варианты:

- **Игра «Слушай и запоминай, повтори и выполняй»:** Дети выполняют инструкцию: надень кольцо на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т.д.;
- **Игра «Четвертый лишний»:** Задача ребенка – найти «лишний» предмет, который не подходит по одному из признаков (цвет, форма, размер и т.д.), и объяснить, почему он не вписывается в общую группу. По мере того как ребенок находит «лишний» элемент, он может прокатывать его по пальцам или менять его расположение)



# 10. Выполнение гимнастики

## ➤ Пример использования при гимнастике:

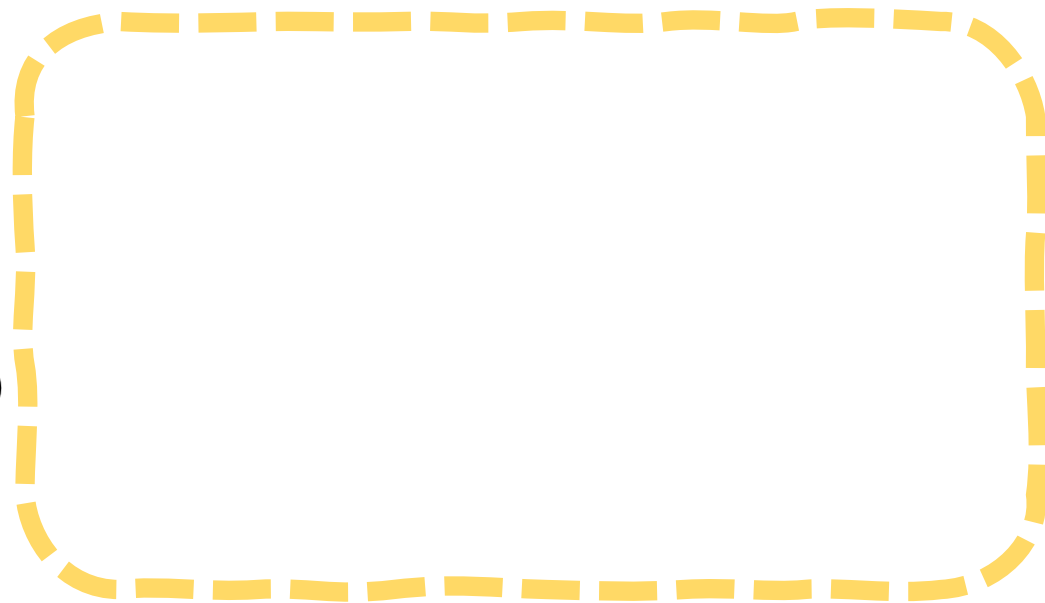
Исходная позиция: ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища, в правой руке шар.

1 - руки развести в стороны;

2 - руки поднять вверх и переложить шар в другую руку;

3 - руки развести в стороны;

4 - опустить руки.





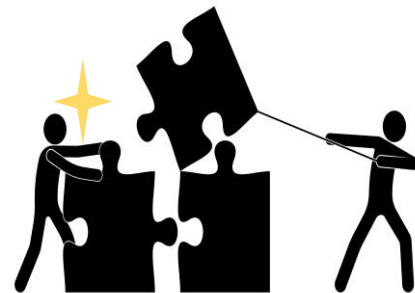
# Достоинства Су-Джок терапии

➤ **Неоспоримыми достоинствами использования в логопедической практике элементов Су-Джок терапии являются:**

- **Высокая эффективность** — при правильном применении наступает выраженный эффект;
- **Абсолютная безопасность** — неправильное применение никогда не наносит вред, так как оно просто неэффективно;
- **Универсальность** — Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях;
- **Простота применения** — для получения результата достаточно проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су-Джок шариков;
- **Доступность** — Су-Джок шарики свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат;
- **Привлекательность для детей** — для детей с речевыми нарушениями характерна быстрая утомляемость и потеря интереса к обучению. Использование массажера Су-Джок вызывает интерес и помогает решить эту проблему.

# Заключение

- Су-Джок терапия является не только **доступным**, но и **эффективным, универсальным** методом коррекции речевых нарушений у детей с ТНР, ЗПР и РАС. Она способствует стимуляции речевых зон мозга, улучшению координации, мелкой моторики и вниманию, что помогает улучшению речевых навыков и общему развитию ребенка.
- Кроме того, Су-Джок терапия делает **интереснее** и **разнообразнее** непосредственно образовательную деятельность, создает благоприятный **психофизиологический комфорт** для детей.
- А применение Су-Джок терапии в комплексной логопедической практике позволяет достигать **устойчивых результатов** в коррекции речи и поведении детей с различными нарушениями, создавая возможность для более успешной социальной адаптации и улучшения качества жизни.



# Список литературы

- **Волковская, Е. А.** Су-Джок терапия как нетрадиционный метод коррекционной работы с детьми с нарушениями речи.
- **Горбунова И. В., Иваненко И. В.** Су-Джок массажеры в логопедической работе.
- **Исаева, Н. В. (2010).** "Использование Су-Джок терапии в логопедической практике". Вестник педагогических наук.
- **Куренкова, М. Н.** Су-Джок терапия в коррекционно-логопедической работе.
- **Куренкова, М. Н. (2015).** "Технологии коррекции речи у детей с нарушениями развития с помощью Су-Джок терапии". Проблемы коррекционной педагогики, 2(3), 58-64.
- **Пак, Ч. В. (2000).** "Су-Джок терапия: Теория и практика". Москва: Академия Су-Джок.

