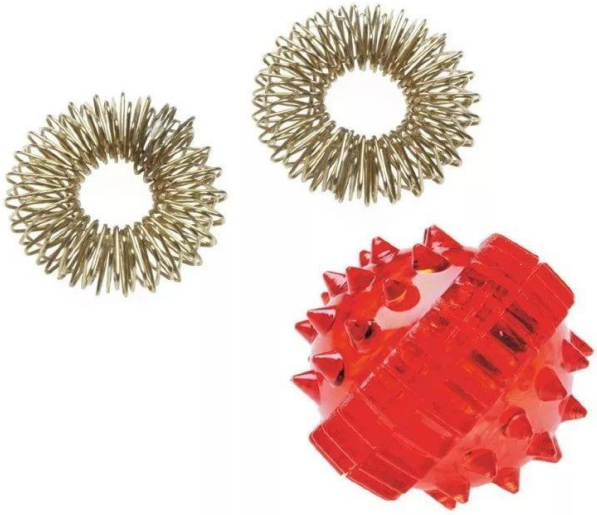
Су - Джок терапия в коррекционно-развивающей работе с детьми с тяжелыми множественными нарушениями развития

На современном этапе в области образования и здравоохранения актуальными являются вопросы комплексной помощи детям с ограниченными возможностями здоровья, среди которых большую группу составляют дети с тяжелыми множественными нарушениями развития (ТМНР). Дети с ТМНР имеют сочетание двух или более психофизических нарушений: зрения, слуха, речи, умственного, эмоционального и физического развития и т.д. Если попытаться дать краткую характеристику детям с ТМНР я бы, как учитель-дефектолог работающий непосредственности с детьми данной группы, сказала бы, что это дети с недоразвитием мелкой моторики (движения рук неловкие, несогласованные, или во многих случаях резко ограничены из-за гипертонуса), недоразвитием и ограниченностью общей моторики и зрительно-двигательной координации, сенсорными нарушениями, снижением познавательной активности, полным отсутствием речи или грубой задержкой речевого развития, нарушением эмоционально-волевой сферы. Такая «комплексность» нарушений развития предполагает и комплексное коррекционно-развивающие сопровождение детей данной группы.

В работе с детьми с ТМНР я использую множество различных средств комплексной коррекции, это и Монтессори–терапия, и использование сенсорной комнаты, зала мягких модулей и ЛФК, соблюдение требований по физическому менеджменту, сказкотерапия и куклотерапия и многие другие средства, опытом по работе с которыми я уже делилась на страницах сайта дома ребенка. Сейчас же, я хотела бы напомнить всем о таком, на мой взгляд, уникальном методе комплексной реабилитации как Су-Джок терапии, то есть использовании шарика (или мячика) Су-Джок и колец-пружинок Су-Джок. Уникальность Су-Джок терапии заключается в совокупности простоты применения (использования) метода, его универсальности (возможности

использования не только педагогами, но и родителями в домашних условиях), а так же абсолютная безопасность метода с его высокой эффективностью в достижении поставленных целей и задач комплексной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Вот так выглядят шарик Су-Джок и кольца-пружинки Су-Джок



Доказано, что использование приемов Су-Джок терапии способствует повышению работоспособности коры головного мозга, а это в свою очередь является важнейшим фактором, стимулирующим развитие мелких дифференцированных движений пальцев рук, речевое развитие и развитие других высших психических функций.

Если в двух словах описать метод Су-Джок, то можно сказать, что Су-джок терапия – это оригинальный способ проработки рефлекторных точек кистей и стоп (путем надавливания на них мячиком или кольцом), позволяющий восстановить нарушенные функции организма, предупредить возможность возникновения серьезных заболеваний и их осложнений.

В своей работе с детьми паллиативного отделения дома ребенка я постоянно использую метод Су-Джок терапии и хочу поделиться с вами некоторыми приемами, комплексами игр и упражнений данного метода.

Картотека игр с мячиком Су-джок

«Колючий ёжик»

Колючий ёжик.
Гладь мои ладошки, ёж!
*(катаем **шарик между ладошками**)*
Ты колючий, ну и что ж!
Я хочу тебя погладить!
*(гладим **шариком ладонь**)*
Я хочу с тобой поладить!
*(дотрагиваемся каждым **пальчиком до шпиков**)*

«Моя семья»

Этот **пальчик - дедушка**,
Этот **пальчик – бабушка**,
Этот **пальчик – папочка**,
Этот **пальчик – мамочка**,
А вот этот **пальчик – я**.
(поочередно надевать массажное кольцо на каждый палец)
Вот и вся семья!
(кольцо в центре ладони, сжатие в кулаке и разжатие всех **пальцев одновременно**)

«Доброта»

Если **пальчики грустят** –
*(сжимаем и разжимаем **шарик в руке**)*
Доброты они хотят.
*(гладим **шариком ладонь**)*
Если **пальчики заплачут** –
*(стучим **шариком по ладони**)*
Их обидел кто-то значит.
Наши **пальцы пожалеем** –
*(гладим **шариком ладонь**)*
Добротой своей согреем.
(дышим на руки)

«Дождик»

Капля раз, капля два,
Очень медленно сперва.
*(стучим медленно **шариком об ладонь**)*
А потом, потом, потом
Всё бегом, бегом, бегом.
*(стучим **шариком об ладонь**, ускоряя темп)*
Мы зонты свои раскрыли,
*(**шарик** находится под ладонью)*
От дождя себя укрыли.
*(сжимаем **шарик в ладони**).*

«Урожай»

В огород пойдём,
Урожай соберём.
*(катаем **шарик** на ладони вперёд-назад)*
Мы морковки натаскаем
И **картошки накопаем**.
Срежем мы кочан капусты,
Круглый, сочный, очень вкусный.
Щавеля нарвём немножко
*(на каждую строчку прокатываем **шарик по пальцу**)*
И вернёмся по дорожке.
*(катаем **шарик** круговыми движениями на ладошке)*

«Снежок»

Раз, два, три, четыре,
*(сжимаем и разжимаем **шарик в ладошке**)*
Мы с тобой снежок слепили.
Круглый, крепкий, очень гладкий
И совсем-совсем не сладкий.
(катаем **шарик** между ладонями по кругу в одну сторону, а потом в другую)
Раз – подбросим,
Два – поймаем,
Три – подбросим,
И опять поймаем.
(действия соответствуют тексту)

«Были бы у ёлочки ножки…»

Были бы у ёлочки ножки,
*(на каждое слово сжимаем **шарик в правой руке**)*
Побежали бы они по дорожке.
*(катаем **шарик** между ладонями вперёд-назад)*
Заплясала бы она вместе с нами,
*(катаем **шарик** между ладонями по кругу)*
Застучала бы она каблучками.
*(нажимаем шпиками на каждый **пальчик**)*

Способы применения колечек Су-Джок

Массаж эластичным кольцом 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.

Колечко необходимо надеть на каждый палец руки или стопы (прокатить кольцо по пальцу), а затем снять кольцо. Таким образом, прорабатывается каждый палец каждой руки / стопы до ее легкого покраснения и появлении ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день. Так же можно использовать сразу несколько колец и проработать одновременно по одному пальцу на каждой руке / стопе.
Для того, чтобы упражнения стали более интересными и увлекательными для ребенка, я всегда сочетаю данный вид массажа с различными речевками, короткими стишками, песенками, сказками. Приведу несколько возможных вариантов:

«Дорожка»

- Кольцо на пальчик надеваю и по пальчику качу.

- Здоровья пальчику желаю, ловким быть его учу. (Надевать и прокатывать кольцо на одноименные пальцы обеих рук /ног)

« Моя семья»

- Этот пальчик дедушка (прокатываем колечко по большому пальцу),
- Этот пальчик бабушка (прокатываем колечко по указательному пальцу),
- Этот пальчик папочка (прокатываем колечко по среднему пальцу),
- Этот пальчик мамочка (прокатываем колечко по безымянному пальцу),
- Этот пальчик Я (или имя ребенка) (прокатываем колечко по мизинцу),
- Это вся моя семья (сжать в кулачок шарик Су-Джок)!

«Апельсин»

- Мы делили апельсин, много нас, а он один (катаем шарик Су-Джок по тыльной поверхности кисти).
- Эта долька для кота (прокатываем колечко по большому пальцу).
- Эта долька для бобра (прокатываем колечко по указательному пальцу).
- Эта долька для ежа (прокатываем колечко по среднему пальцу).
- Эта долька для бельчат (прокатываем колечко по безымянному пальцу).
- Эта долька для зайчат (прокатываем колечко по мизинцу).
- Поделились мы, друзья (сжать в кулачок шарик Су-Джок)!

Похожих игровых вариантов очень много, надо только подключить фантазию и творческий подход!

В заключении, я бы хотела еще раз отметить, что Су-Джок терапия является высокоэффективным, универсальным, доступным и абсолютно безопасным методом оздоровления и развития детей, путем воздействия на биологически активные точки, расположенные на кистях и стопах. Это в свою очередь способствует повышению физической и умственной работоспособности детей, создает функциональную базу для сравнительно быстрого перехода на более высокий уровень двигательной активности мышц и возможность для оптимальной целенаправленной коррекционно-развивающей работы с детьми как с тяжелыми множественными нарушениями развития, так и детей других групп здоровья, а так же здоровых детей и взрослых.

Будьте здоровы!

Заботьтесь и берегите себя и своих близких!

Учитель-дефектолог паллиативного отделения Реутова Ольга Игоревна.