

Су-джок терапия в коррекционно-развивающей работе учителя-дефектолога с детьми с зпр.

Су-Джок терапия (су — кисть, джок — стопа) может использоваться в коррекционно-развивающей работе учителя-дефектолога с детьми с задержкой психического развития (ЗПР). Для этого применяют массажеры в виде массажных шариков в комплекте с массажными металлическими кольцами.



Некоторые цели использования Су-Джок терапии в работе с детьми с ЗПР:

- **Развитие мелкой моторики рук**, что стимулирует развитие речи, психических процессов и познавательной деятельности.
- **Улучшение внимания и концентрации** — упражнения с Су-Джок элементами помогают улучшить способность к сосредоточению.
- **Стимуляция когнитивных функций** — воздействие на активные точки способствует улучшению памяти и мышления.
- **Развитие эмоциональной сферы** — Су-Джок терапия помогает снизить уровень тревожности и улучшить эмоциональное состояние детей.
- **Коррекция неправильного произношения звуков** — воздействие на активные точки, которые связаны с речевыми центрами, может ускорить процесс исправления произносительных ошибок.

Приёмы Су-Джок терапии, которые используют в работе с детьми с ЗПР:

- **Массаж специальным шариком** — шарик прокатывают между ладонями, что стимулирует биологически активные точки на ладонях. Движения могут быть различными: круговые движения шарика между ладонями, перекачивание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони, вращение шарика кончиками пальцев.
- **Массаж эластичным кольцом** — пружинные кольца надевают на пальчики и прокатывают по ним, массируя каждый палец до его покраснения и появления ощущения тепла.
- **Упражнения для развития речи** — например, «Один-много», «Назови ласково» — дети, проговаривая слово, прокатывают шарик между ладоней и передают соседу.
- **Игры для совершенствования навыков пространственной ориентации** — например, «Угадай, какой пальчик?» — ребёнок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а ребёнок должен назвать, на какой палец одето кольцо.

Методика проведения

Исследования показывают, что Су-Джок терапия может быть полезна для детей с ЗПР благодаря следующим аспектам:

- **Улучшение концентрации** — регулярное применение методов может способствовать повышению внимательности и сосредоточенности.
- **Снижение тревожности** — массаж и стимуляция точек помогают снизить уровень стресса и тревожности у детей.
- **Развитие моторики** — выполнение упражнений способствует развитию мелкой моторики рук, что важно для развития речи и познавательных процессов.

