

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Колосок»

План самообразования

**Тема: «Развитие мелкой моторики как средство развития речи детей до школьного возраста
посредством Су- Джок терапии»**



Воспитатель: Токарева Т С

с. Нижний Саянтуй

2024 - 2025г

Цель: развитие речи детей дошкольного возраста с помощью использования Су-Джок терапии, развитие мелкой моторики для дальнейшей подготовки руки ребенка к письму и профилактики дисграфии в начальной школе.

Задачи

- Сформировать в сознании ребенка значение профилактико-оздоровительной системы Су Джок для укрепления своего здоровья.
- Содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности, нормализовать тонус мышц.
- Развивать мелкую моторику пальцев рук, речевые способности, память, внимание.
- Научиться способам и приемам проведения пальчиковой гимнастики при помощи СуД жок терапии.

Период	Работа с детьми	Работа с родителями
сентябрь	Ознакомление детей с париками Су - Джок, перед ООД в форме психологических пауз (<i>самомасса ж ладоней</i>). Просмотр учебного видеоролика «Польза париков Су - Джок для детей». Разучивание игровых упражнений «Ладоска», «Капустка» в подгрупповой и индивидуальной работе с детьми в ходе режимных моментов.	Оформление сборника материалов для родителей по «Су- Джок».
октябрь	Использование игровых речевых упражнений «Ладоска», «Капустка», в ООД как физкультминутки Компьютерная презентация: Сказка «Ежик на прогулке» Разучивание игрового упражнения «Ежик» в подгрупповой и индивидуальной работе с детьми в ходе режимных моментов.	Индивидуальные консультации по применению Су- Джок терапии в домашних условиях.
ноябрь	Использование париков Су- Джок в утренней зарядке в рамках «Дня Здоровья» (<i>веселая зарядка</i>). Массаж пальцев эластичным кольцом для стимуляции работы внутренних органов – разучивание игровых речевых упражнений «Наши пальчики», «Родные братья».	Привлечь родителей к совместному участию с детьми в утренней зарядке с использованием париков Су Джок.

декабрь	Повторение выученных ранее речевых игровых упражнений в ООД как физкультминутки Разучивание и пропевание пальчиковых гимнастик «Ёж», «Мы кружок нарисовали с париком Су-Джок под музыку».	Рекомендации по использованию музыкальных произведений в массаже париком Су-Джок в домашних условиях.
январь	Использование пальчиковой гимнастики «Мы кружок нарисовали в ООД по художественно-эстетическому развитию». Массаж ступней ног мячиком Су-Джок в бодрящей гимнастике под музыку «Рисуем ногой», «Катаем мяч». Тематический досуг «Рождественские колядки с использованием париков Су-Джок в ходе игр, конкурсов».	Памятка «Комплекс игровых упражнений для массажа ступней ног массажными париками».
февраль	Использование париков и мячиков Су-Джок в течение режимных моментов «Дня Здоровья» <i>(утренняя и бодрящая гимнастика, самостоятельная деятельность детей)</i> . Разучивание пальчиковой гимнастики с париками Су-Джок под музыку «Разминка».	Индивидуальные рекомендации по проведению игровых занятий с париками и мячиками Су-Джок дома.
март	Повторение ранее выученных игровых упражнений и пальчиковых игр для индивидуальной работы с детьми Разучивание игрового упражнения «Мамочке подарок». Изготовление коллажа «Волшебные точки на нашей ладошке».	Мастер-класс Париком играем речь и руки развиваем»
апрель	Повторение ранее выученных игровых упражнений и пальчиковых игр для индивидуальной работы с детьми Разучивание речевого игрового упражнения «Перелетные птицы».	Привлечь родителей к изготовлению фотоальбома «Как я играю париком Су-Джок дома».

	Оформление фотоальбома «Как я играю шариком Су- Джок дома».	
ма й	Итоговая диагностика. Повторение ранее выученных игровых упражнений и пальчиковых игр для индивидуальной работы с детьми	Пополнение фотоальбома «Как я играю шариком Су - Джок дома и в детском саду». Слайдовая презентация о проделанной работе в рамках проекта.

Приемы Су – Джок терапии:

Масса жспециальным шариком Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладонками, дети массируют мышцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» колечко.

И следующий прием это: **Масса жэластичным кольцом**, которое 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. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж зоны соответствующей пораженной части тела, до ее покраснения и появления ощущения тепла. Эту процедуру можно повторять несколько раз в день.

С помощью шаров – «ежиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладони, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.

Ручной масса ж кистей и пальцев рук Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того, на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому кончики пальцев необходимо массировать до стойкого ощущения тепла. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека.

Во время коррекционной деятельности происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений: шариков, массажные мячики, грецкие орехи, колющие валики. Эту работу рекомендуется проводить перед выполнением заданий, связанных с рисованием и письмом, в течение 1 минуты.

Массаж стоп. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, массажным коврикам, коврикам с пуговицами и т. д.

В логопедических целях су-джок терапия совместно с пальчиковыми играми, мозаикой, шнуровкой, лепкой, рисованием активизирует развитие речи детей.

Все перечисленные приемы рекомендуются к использованию логопедам, педагогам д/сада и родителям для использования в домашних условиях.

Формы работы с детьми при нормализации мышечного тонуса и стимуляции речевых областей в коре головного мозга, коррекции произношения (*автоматизации звука*), развитии лексико-грамматических категорий, совершенствовании навыков пространственной ориентации.

1. Мисса ж Су – Джок ирами. /дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом/

Я мячом круги катаю
Взад - вперед его гоняю
Им поглажу ладошку.
Будто я сметаю крошку,
И сожму его немножко,
Как сжимает лапу кошка,
Каждым пальцем мяч прижму,
И другой рукой начну.

2. Мисса ж пальцев эластичным кольцом /Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики/

Раз – два – три – четыре – пять, /разгибать пальцы по одному/
Вышли пальцы погулять,
Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.
Этот пальчик для того, чтоб показывать его.
Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.
Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.
А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.

3. Использование Су – Джок шаров при автоматизации звуков. /ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука III

На правой руке:

Этот малыш Ипюша, (на большой палец)

Этот малыш Ванюша, (указательный)

Этот малыш Алеша, (средний)

Этот малыш Антоша, (безымянный)

А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья. (мизинец)

На левой руке:

Эта малышка-Танюша, (на большой палец)

Эта малышка-Ксюша, (указательный)

Эта малышка-Маша, (средний)

Эта малышка-Даша, (безымянный)

А меньшую зовут Наташа. (мизинец)

(ребенок катит 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?

4. Использование Су – Джок шаров при совершении в твоем лексико-грамматических категорий

Упражнение «Один-много». Воспитатель 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»

5. Использование Су – Джок шаров для развития памяти и внимания

Дети выполняют инструкцию: надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т.д.; ребенок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо.

6. Использование шариков при выполнении гимнастики

И.п.: 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

7. Использование шариков для звукового анализа слов

Для характеристики звуков используются массажные шарики трех цветов: красный, синий, зеленый. По заданию логопеда ребенок показывает соответствующий обозначению звука шарик.

8 Использование шариков при совершенствовании навыков употребления 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.

9 Использование шариков для слогового анализа слов

Упражнение «Раздели слова на слоги»: Ребенок называет слог и берет по одному шарiku из коробки, затем считает количество слогов.

10. Компьютерная презентация: Сказка «Ежик на прогулке»

СКАЗКА «Ежик на прогулке»

/ Упражнения с шариком массажем Су – Джок с использованием компьютерной презентации /

Цель: воздействовать на биологически активные точки по системе Су - Джок, стимулировать речевые зоны коры головного мозга.

Оборудование: Су - Джок шарик - массажер.

Жил да был ежик в лесу, в своем домике - норке (*зажать шарик в ладошке*).

Выглянул ежик из своей норки (*раскрыть ладошки и показать шарик*) и увидел солнышко. Улыбнулся ежик солнышку (*улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером*) и решил прогуляться по лесу.

Покатился ежик по прямой дорожке (*прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик*), катился - катился и прибежал на красивую круглую полянку (*ладошки соединить в форме круга*). Обрадовался ежик и стал бегать и прыгать по полянке (*зажимать шарик между ладошками*).

Стал цветочки нюхать (*прикасаться кончиками шарика к кончику пальца и делать глубокий вдох*). Вдруг набежали тучки (*зажать шарик в одной кулачке, в другой нахмуриться*), и закапал дождик: кап-кап-кап (*кончиками пальцев в щепотке стучать по кончикам шарика*).

Спрятался ежик под большой грибок (*ладонью левой руки сделать шляпку и спрятать шарик под нее*) и укрылся от дождя, а когда закончился дождь, то на полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберезовики, опята, лисички и даже белый гриб (*показать пальчики*).

Захотелось ежику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много ...как понесет их ежик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ежик грибочки на иголки (*каждый кончик пальчика уколоть шипом шарика*) и довольный побежал домой (*прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик*).

Упражнения с шариком массажем Су – Джок:

1. Берём 2 массажных шарика и проводим ими по ладоням ребёнка (*его руки лежат на коленях ладонями вверх*), делая по одному движению на каждый ударный слог:

Гладь мои ладошки, ёж!

Ты колючий, ну и что ж!
Потом ребёнок гладит их ладошками со словами:
Я хочу тебя погладить,
Я хочу с тобой поладить.

2. 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 как большой палец/*

3. Ша медведица спросонок, */шагать шариком по руке/*
А за нею – медвежонок. */шагать тихо шариком по руке/*
А потом пришли детишки, */шагать шариком по руке/*
Принесли в портфелях книжки.
Стали книжки открывать */нажимать шариком на как большой палец/*
И в тетрадочках писать.

Пальчиковые игры с кольцом Су-Джюк

Пальчиковая игра «Мальчик-пальчик»

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

- Мальчик-пальчик,

Где ты был?

(надеваем кольцо Су-Джюк на большой палец)

- Сэтим братцем в лес ходил,

(надеваем кольцо Су-Джюк на указательный палец)

- Сэтим братцем щи варил,

(надеваем кольцо Су-Джюк на средний палец)

- Сэтим братцем кашу ел,

(надеваем кольцо Су- Джок на безымянный палец)
- Сэтим братцем песни пел
(надеваем кольцо Су- Джок на указательный палец).

Пальчиковая игра «Ёжик»

Описание: Каждому ребенку дается Су-джок шарик. Достаем пружинки и одеваем поочередно на каждый пальчик.

Этот ежик хочет спать,
Этот ежик —прыг в кровать,
Этот ежик прикорнул
Этот уж давно уснул
Этот хоть еще не спит,
Но тихонечко лежит.
Тише, тише, не шумите,
Ежиков не разбудите

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)

На лужок

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

Капуст

Мы капусту рубим, рубим
(ребром ладони стучим по шарiku)
Мы капусту солим, солим
(подушечками пальцев трогаем шарик)
Мы капусту трем, трем
(потираем ладошками о шарик)
Мы капусту жмем, жмем
(с жмаем шарик в кулачке)

Рыбки

Рыбки весело резвятся
В чистой тепленькой воде,
(перекидывать шарик из руки в руку)
То сожмутся, разожмутся,
То зарюнутся в песке,
(с жмать, раз жмать шарик в кулачке)

Ируки

На большом диване в ряд
Куклы Катины сидят:
Два медведя, Буратино,
И веселый Чиполлино,
И котенок, и слоненок
(поочередно катим шарик Су-Джок к каждому пальчику, начиная с большого)
Раз, два, три, четыре, пять.
Помогаем на шей Кате
Мы игрушки сосчитать

Вот все пальчики мои

Вот все пальчики мои
Их, как хочешь, поверни. И вот этак, и вот так,
Не обидятся никак.
Раз, два, три, четыре, пять,
Не сидится им опять. Постучали,

(постучать пальцами о шарик)

Повертели *(повертели шарик на ладошке)*

И работать захотели

Дали рукам отдохнуть, а теперь обратно в путь.

Список литературы

1. Акименко В. М. Новые логопедические технологии: учебно-методическое пособие. – Ростов н/Д: Феникс, 2009.
2. Лупухина И. С. Логопедия, 550 занимательных упражнений для развития речи: пособие для логопедов и родителей. – М.: Аквариум, 1995.
3. Филичева Т. Б., Соболева А. Р. Развитие речи дошкольника. – Екатеринбург: Издательство «Арго», 1996.
4. Цынтарный В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. – СПб. Издательство «Лань», 2002.
5. Шайко Г. С. Игры и игровые упражнения для развития речи. – М., 1983.
6. Ивчатова Л. А. Су-Джок терапия в коррекционно-педагогической работе с детьми// Логопед-2010. №-с. 36-38
7. Воробьева Т. А., Крупенчук О. И. Меч и речь. – СПб. Дельта, 200
8. www.Nashi-deti.info
9. <https://dohcolonoc.ru>
10. www.mamru>detskijsad
11. nsportal.ru>raznoe