Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №58 «Золушка» комбинированного вида г. Улан-Удэ

(МБОУ детский сад №58 «Золушка» г. Улан-Удэ)

**Картотека упражнений и игр с массажными шариками и кольцами Су-Джок**

**Выполнила:**

**Патрушева Светлана Сергеевна**

**2018 год**

Всем известно, что речь – это результат деятельности многих областей головного мозга. Анатомически речевая область расположена рядом с двигательной и формируется под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук.

Поэтому, массажируя их, ребёнок развивает не только пальчиковую моторику, ловкость и координацию движений, но и активизирует словарь, развивает чувство ритма, речь, в целом.

Су-Джок терапия – это высокая эффективность, безопасность и простота, наилучший метод самопомощи, существующий в настоящее время.

Приемы работы Су-Джок массажором:

1. Массажным шариком - шариком ребёнку воздействуют на пальчики, кисти, ладони рук прокатывая его между ними. У ребёнка повышается тонус мышц, происходит прилив крови к конечностям. Впоследствии этого происходит улучшение мелкой моторики и чувствительности конечностей ребёнка.

2. Массажным кольцом – пружинные кольца надеваются на пальчики ребёнка и прокатываются по ним массируя каждый палец до его покраснения и появления ощущения тепла.

**Упражнения с массажным шариком Су - Джок**

**Тема «Овощи»**

У девчушки Зиночки овощи в корзиночке

(дети делают ладошку «корзиночкой» и катают шарик)

Вот пузатый кабачок положила на бочок,

Перец и морковку уложила ловко,

Помидор и огурец.

(дети одевают колечко на пальцы, начиная с большого)

Наша Зина – молодец!

(показывают большой палец)

**Тема «Фрукты»**

Этот пальчик – апельсин, он, конечно, не один.

Этот пальчик – слива, вкусная, красивая.

Этот пальчик – абрикос, высоко на ветке рос.

Этот пальчик – груша, просит. «Ну – ка, скушай!»

Этот пальчик – ананас,

(дети поочередно разгибают пальчики из кулачка, одевая колечко)

Фрукт для вас и для нас.

(дети катают шарик по ладошке)

**Тема «Грибы»**

Я корзинку в лес беру, там грибы я соберу.

(дети делают ладошку «корзиночкой» и катают шарик)

Удивляется мой друг. «Сколько здесь грибов вокруг!»

(показывают удивление, разводят руки в стороны)

Подосиновик, масленок, подберезовик, опенок,

Боровик, лисичка, груздь – не играют в прятки пусть!

Рыжики, волнушки найду я на опушке.

Возвращаюсь я домой, все грибы несу с собой.

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

А мухомор не понесу, пусть останется в лесу!

(большой палец левой руки оставляют, грозят ему)

**Тема «Поздняя осень»**

Солнышко греет уже еле – еле, перелетные птицы на юг улетели,

Голы деревья, пустынны поля,

Первым снежком принакрылась земля.

Река покрывается льдом в ноябре –

Поздняя осень стоит на дворе.

(дети катают Су – Джок между ладонями)

**Тема «Ягоды»**

Ягоды – крыжовник, клюква, черника, брусника,

Малина, клубника, шиповник, смородина и земляника

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

Запомнил ягоды я наконец. Что это значит?

(поднимают плечи, удивляются)

Я – молодец!

(большой палец вытягивают вперед)

**Тема «Мебель»**

Мебель я начну считать: кресло, стол, диван, кровать,

полка, тумбочка, буфет, шкаф, комод и табурет.

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

Вот сколько мебели назвал.

(дети катают Су – Джок между ладонями)

**Тема «Одежда»**

Постираю чисто, с толком.

(дети делают движения кулачками, имитирующие стирку)

Рубашку, кофту, платье, юбку, сарафан и майку,

А ещё футболку, джинсы, свитерок и брюки.

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

Вот устали мой руки!

(встряхивают обе руки)

**Тема «Посуда»**

Девочка Иринка порядок наводила.

Дети катают Су – Джок между ладонями. Девочка Иринка кукле говорила.

«Салфетки должны бить в салфетнице,

Масло должно быть в масленке, хлебушек должен быть в хлебнице, а соль, конечно, в солонке!»

Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

**Тема «Дикие животные весной»**

Это зайчонок, это бельчонок, это лисенок, это волчонок,

А это спешит, ковыляет спросонок бурый, мохнатый, смешной медвежонок.

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

**Тема «Дикие звери зимой»**

Медведь в берлоге крепко спит, всю зиму до весны проспит,

Спят зимою бурундук, колючий ёжик и барсук.

Только заиньке не спится – убегает от лисицы.

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

Мелькает он среди кустов, напетлял и был таков.

(дети катают Су – Джок между ладонями)

**Тема «Новый год»**

Праздник приближается, ёлка наряжается.

(дети катают Су – Джок между ладонями)

Мы развешали игрушки, бусы, шарики, хлопушки.

А здесь фонарики висят, блеском радуют ребят.

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

**Тема «Зимние забавы»**

Что зимой мы любим делать?

(дети катают Су – Джок между ладонями)

В снежки играть, на лыжах бегать,

На коньках по льду кататься, вниз с горы на санках мчаться.

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

**Тема «Транспорт»**

Будем мы с тобой играть, будем транспорт называть

(дети катают Су – Джок между ладонями)

Автомобиль и вертолет, трамвай, метро и самолет,

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

Пять пальцев мы в кулак зажмем,

Пять видов транспорта мы назовем.

(дети сжимают пальцы в кулачок)

**Тема «Животные Севера»**

Тепы – тяпы, тепы – тяпы,

Это ласты, а не лапы.

У тюленей ласты эти

Носят мамы, папы, дети.

(дети катают Су – Джок между ладонями)

**Тема «Животные жарких стран»**

За мамой слонихой шагает слоненок,

За крокодилихой – крокодиленок,

За львицей шагает маленький львенок,

За верблюдицей бежит верблюжонок,

За зеброй спешит полосатый зебренок,

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

За кем же торопится каждый ребенок.

(дети катают Су – Джок между ладонями)

**Тема «Домашние птицы»**

Есть у курицы цыпленок, у гусыни есть гусенок,

У индюшки – индюшонок,

А у утки есть утенок.

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

У каждой мамы малыши

Все красивы, хороши!

(дети катают Су – Джок между ладонями)

Т**ема «Домашние животные»**

Довольна корова своими телятами,

Овечка довольна своими ягнятами,

Кошка довольна своими котятами,

Кем же довольна свинья поросятами!

Довольна коза своими козлятами,

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

А я довольна своими ребятами!

(дети катают Су – Джок между ладонями)

**Тема «Подводный мир»**

Посмотри скорей вокруг!

Что ты видишь, милый друг?

(дети катают Су – Джок между ладонями)

Здесь прозрачная вода, плывет морской конек сюда,

Вот медуза, вот кальмар, это рыба шар.

А вот расправив восемь ног,

Гостей встречает осьминог.

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

**Тема «Перелетные птицы»**

Тили – тели, тиле – тели,

С юга птицы прилетели!

(дети катают Су – Джок между ладонями)

Прилетел к нам скворушка – серенькое перышко.

Жаворонок, соловей, торопились, кто скорей.

Цапля, лебедь, утка, стриж, аист, ласточка и чиж –

(поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки)

Все вернулись, прилетели,

Песни звонкие запели!

(дети катают Су – Джок между ладонями)

**Тема «Насекомые»**

Дружно пальчики считаем – насекомых называем.

(дети катают Су – Джок между ладонями)

Бабочка, кузнечик, муха, это жук с зеленым брюхом.

Это кто же тут звенит, ой, сюда комар летит!

**Тема «Животные»**

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 каждый палец/

Шла 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 каждый палец/

И в тетрадочках писать.

На лужок

На лужок пришли зайчата,

Межвежата, барсучата,

Лягушата и енот.

(поочередно надеваем кольцо на каждый палец)

На зеленый ты лужок

Приходи и ты, дружок!

(катаем шарик по ладошке)

**«Ёжик»**

Ежик, ежик колкий, где твои иголки, (дети катают Су- Джок между ладоней)

Нужно бельчонку сшить распашонку,

Починить штанишки шалуну-зайчишке,

Фыркнул ежик, отойдите, не просите, не спешите,

Если отдам иголки съедят меня волки (дети катают Су- Джок между ладоней)

Тема "Игрушки"

На большом диване в ряд

Куклы Катины сидят:

Два медведя, Буратино,

И веселый Чиполлино,

И котенок, и слоненок.

(поочередно катаем шарик Су-Джок к каждому

пальчику, начиная с большого)

Раз, два, три, четыре, пять.

Помогаем нашей Кате

Мы игрушки сосчитать.

**Упражнения с массажным кольцом Су -Джок**

**Пальчиковая игра «Мальчик-пальчик»**

- Мальчик-пальчик,

Где ты был (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

- С этим братцем в лес ходил, (надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)

-С этим братцем щи варил, (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

-С этим братцем кашу ел, (надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)

-С этим братцем песни пел (надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец).

**Раз, два, три, четыре, пять, пальчики хотят играть**

Раз, два, три, четыре, пять, пальчики хотят играть.

Мы колечко взяли и на пальчик одеваем.

Раз-пальчик большой он красивый такой.

Два - пальчик указательный очень обаятельный.

Три - пальчик средний он совсем не вредный.

Четыре - безымянный пальчик очень славный.

Пять - мизинчик маленький счастливчик.

**«Пальчики»**

Этот пальчик — в лес пошёл, (надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)

Этот пальчик — гриб нашёл, (надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)

Этот пальчик — занял место, (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Этот пальчик — ляжет тесно, (надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)

Этот пальчик — много ел,

Оттого и растолстел (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

**«Семья»**

Этот пальчик — дедушка, (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Этот пальчик — бабушка, (надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)

Этот пальчик — папенька, (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Этот пальчик — маменька, (надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)

Этот пальчик — Ванечка (Танечка, и т. д.) (надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)

**«Родные братья»**

Ивану большому — дрова рубить, (надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)

Ваське-указке — воду носить, (надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)

Мишке-среднему — печку топить, (надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)

Гришке-сиротке — кашу варить, (надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)

А крошке Тимошке — песенки петь, песни петь и плясать,

Родных братьев потешать (надеваем кольцо Су-Джок на мизинец)

**Пальчиковая игра «Черепаха»**

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

Шла большая черепаха

И кусала всех от страха,

(дети катают Су Джок между ладоней)

Кусь, кусь, кусь, кусь,

(Су-Джок между большим пальцем и остальными, которые ребенок

держит «щепоткой». Надавливают ритмично на Су-Джок, перекладывая

из руки в руку).

Никого я не боюсь

(дети катают Су-Джок между ладоней)

**Пальчиковая игра «Ёжик»**

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

Ёжик, ёжик, хитрый ёж, на клубочек ты похож.

(дети катают Су-Джок между ладонями)

На спине иголки

(массажные движения большого пальца)

очень-очень колкие.

(массажные движения указательного пальца)

Хоть и ростом ёжик мал,

(массажные движения среднего пальца)

нам колючки показал,

(массажные движения безымянного пальца)

А колючки тоже

(массажные движения мизинца)

на ежа похожи

(дети катают Су-Джок между ладонями)

**Упражнения с шариком и кольцами Су-Джок**

Я мячом круги катаю,

Взад - вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошку.

Будто я сметаю крошку,

И сожму его немножко,

Как сжимает лапу кошка,

Каждым пальцем мяч прижму,

И другой рукой начну.

(дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии

с текстом)

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.

(дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец)

**Использование Су – Джок шаров при автоматизации звуков. /звука Ш/**

На правой руке:

Этот малыш-Илюша, (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 катает 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?

**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.

**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.

**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.

**Использование шариков для слогового анализа слов**

Упражнение «Раздели слова на слоги»: Ребенок называет слог и берет по

одному шарику из коробки, затем считает количество слогов.

**СКАЗКА «Ежик на прогулке»**

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 колючками шарика к кончику пальца и делать

глубокий вдох). Вдруг набежали тучки (зажать шарик в одном кулачке, в другом,

нахмуриться, и закапал дождик: кап-кап-кап (кончиками пальцев в щепотке стучать

по колючкам шарика).

Спрятался ежик под большой грибок (ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать

шарик по ним) 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).

Так же мною были изготовлены вот такие дорожки с различными заданиями, такими как: помочь ёжику дойти до грибочка, котёнку поймать бантик, зайчику найти морковку и другие.