

Мастер – класс

*Использование
метода Су - Джок,
как элемента оздоровительной
гимнастики.*

« Здоровье на ладони »



**Автор: Курбанниязова Наталья Васильевна,
учитель начальных классов,
МОУ «СОШ № 4 г.Жирновска»**

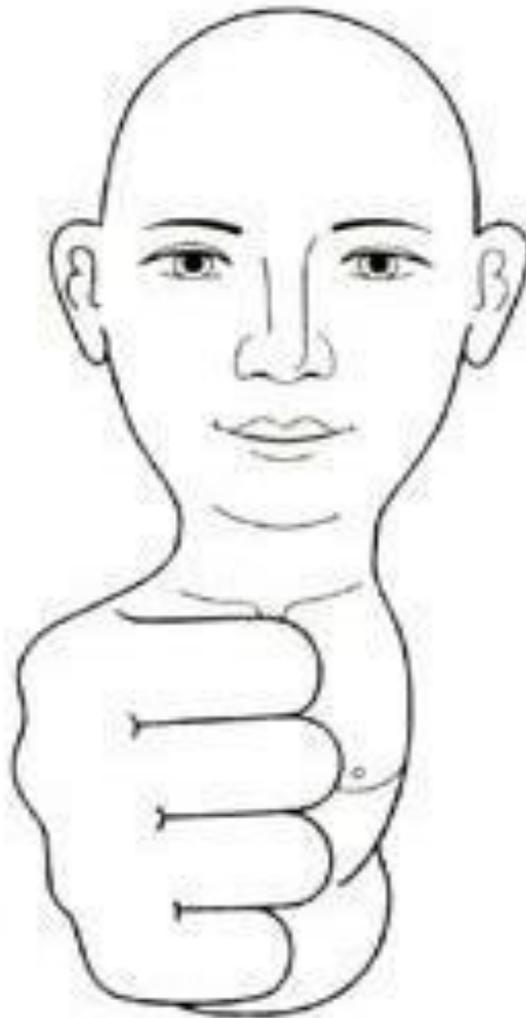




- [рука легенда-cut-02.mp4](#)



- рука лег



ИСТ

ДА

С

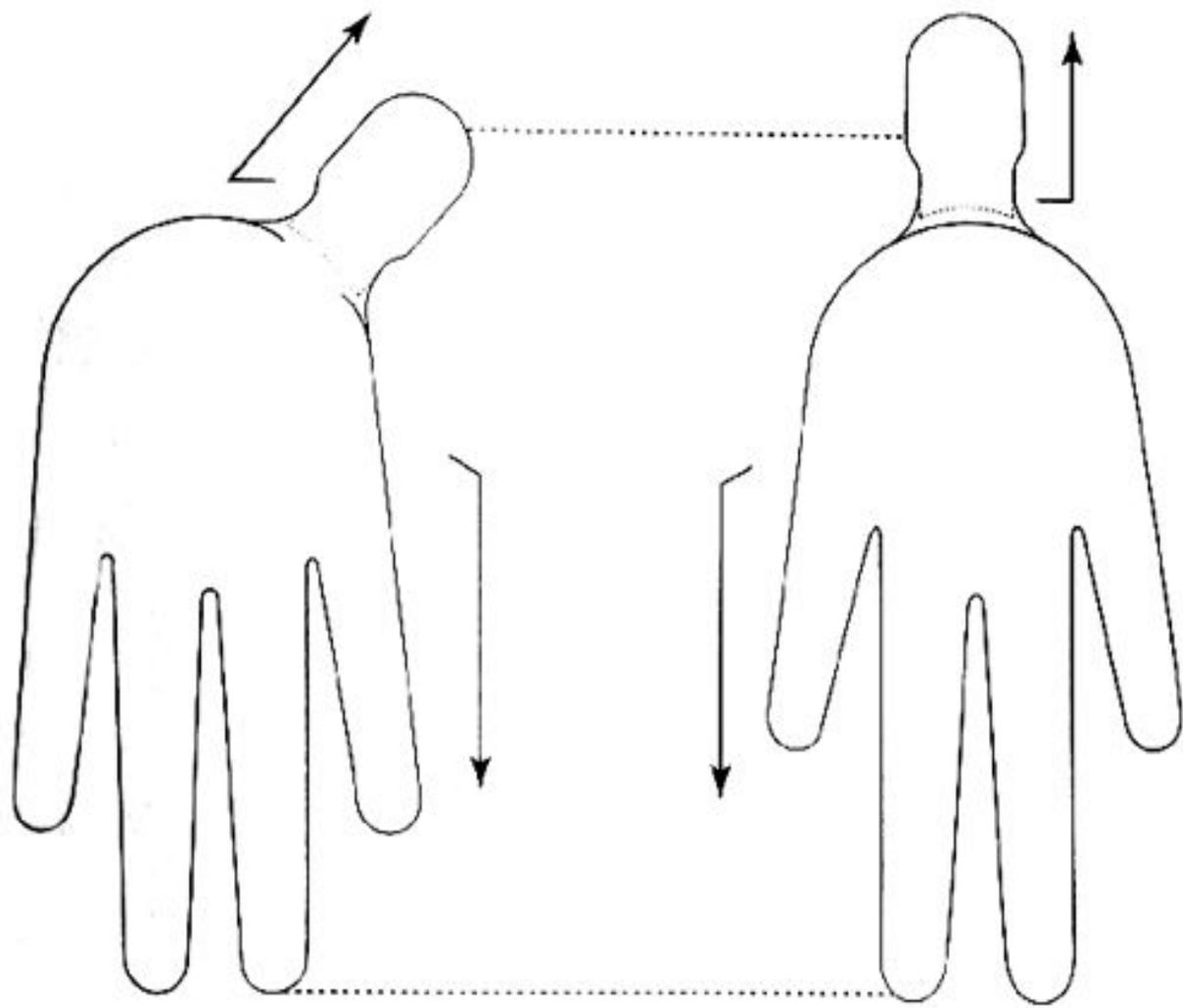
К



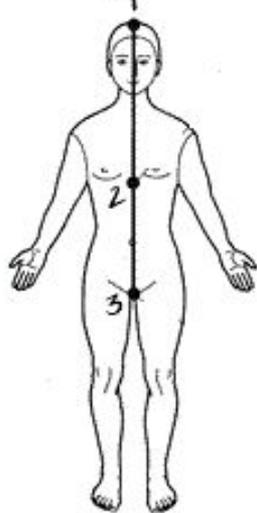
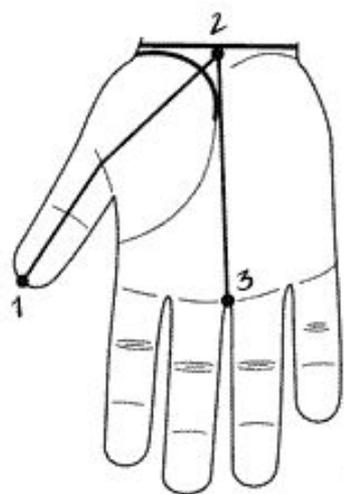
В переводе с корейского

«Су» - кисть, «Джок» - стопа.

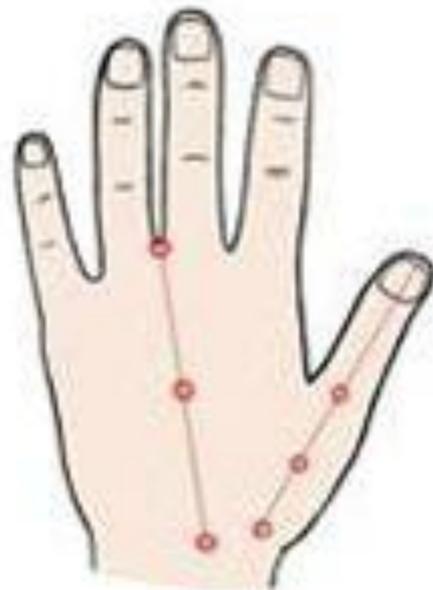
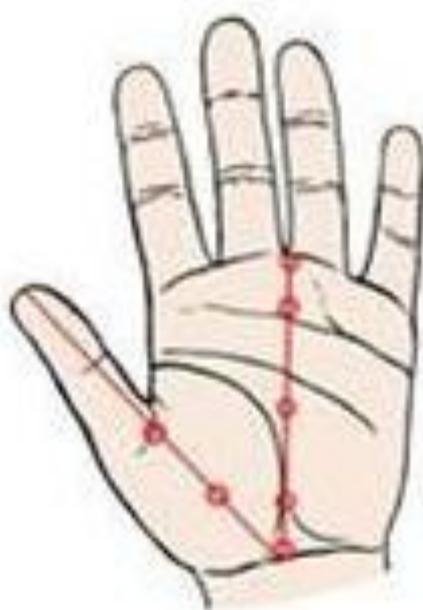
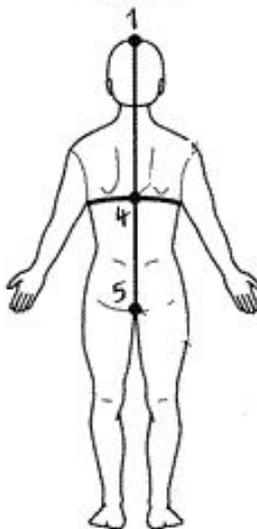
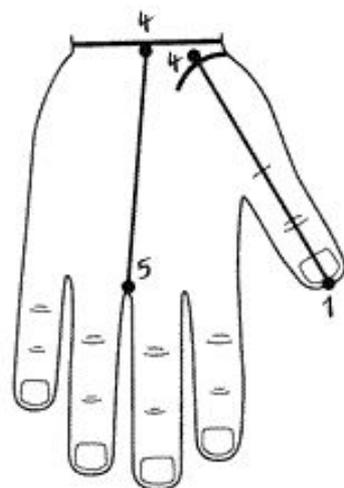
На кистях и стопах располагаются биологически активные точки, соответствующие всем органам и участкам тела. Таким образом, Су Джок терапия – это уникальный, эффективный и совершенно безопасный метод лечения воздействием на точки кистей и стоп.

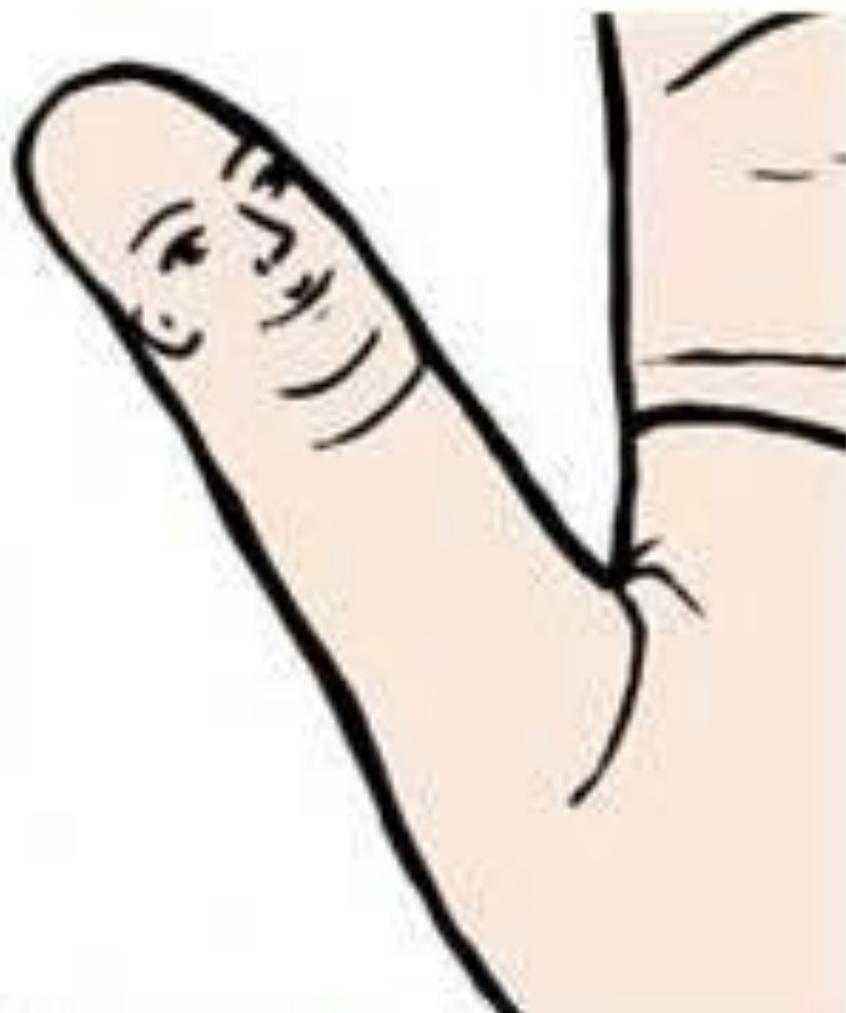


Верхняя точка
головы



Верхняя точка
головы





**ГОЛО
ВА**

Гортань-
2-я

часть

шейного

отдела



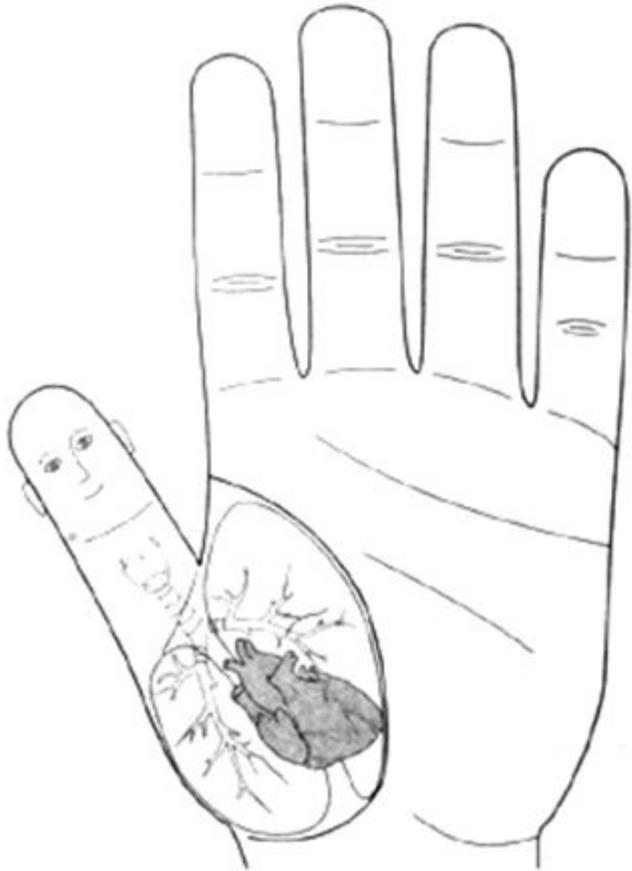
**ГОРТ
АНЬ**

ЩИТОВИДНАЯ ЖЕЛЕЗА

Зону шеи: делим на три равные части , **3-я часть** - щитовидная железа

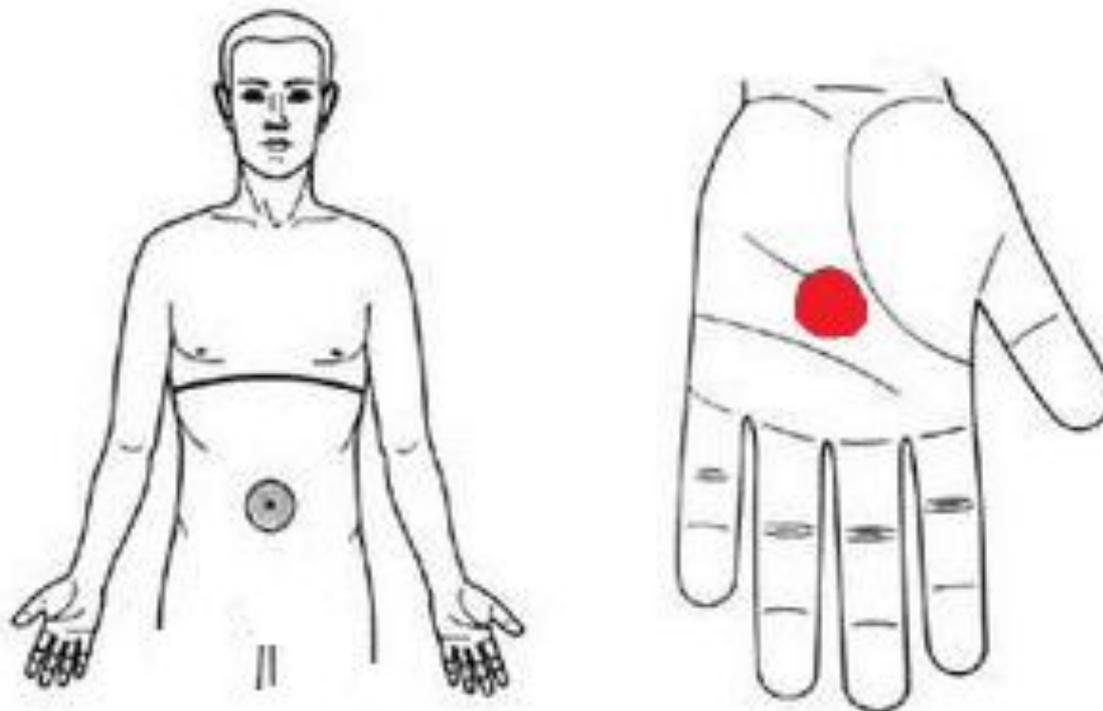


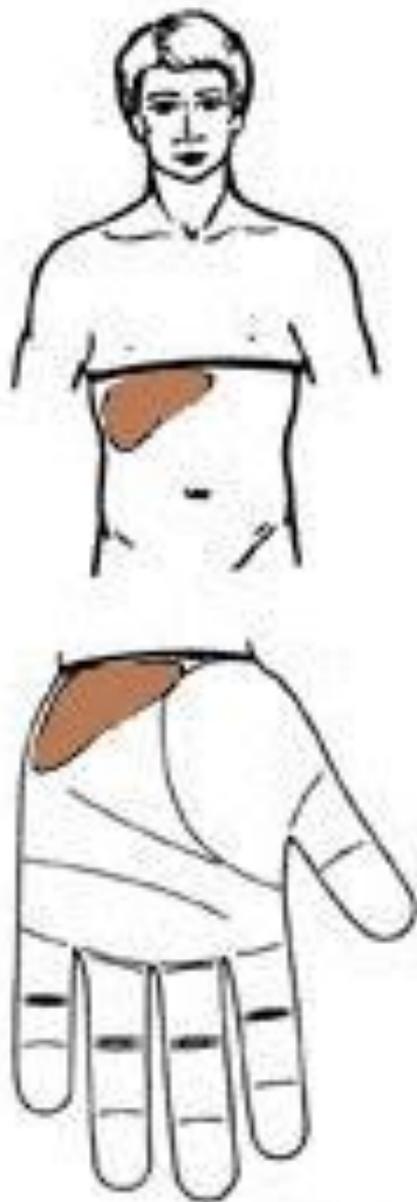
СЕРДЦЕ



грудная клетка
– до линии
жизни, средняя
линия грудной
клетки, делим
на 2 части;
нижнюю часть
занимает
сердце (до
линии жизни)

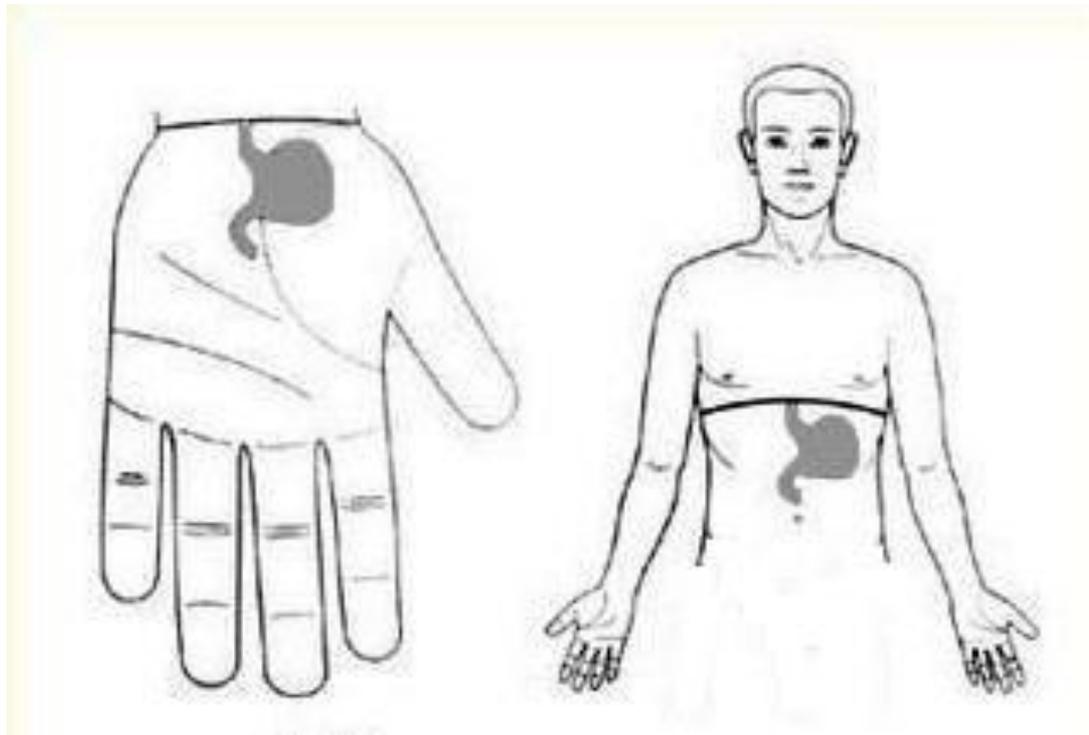
Всю срединную линию брюшной полости делим пополам и отступаем вниз 5 мм. Это зона пупка.



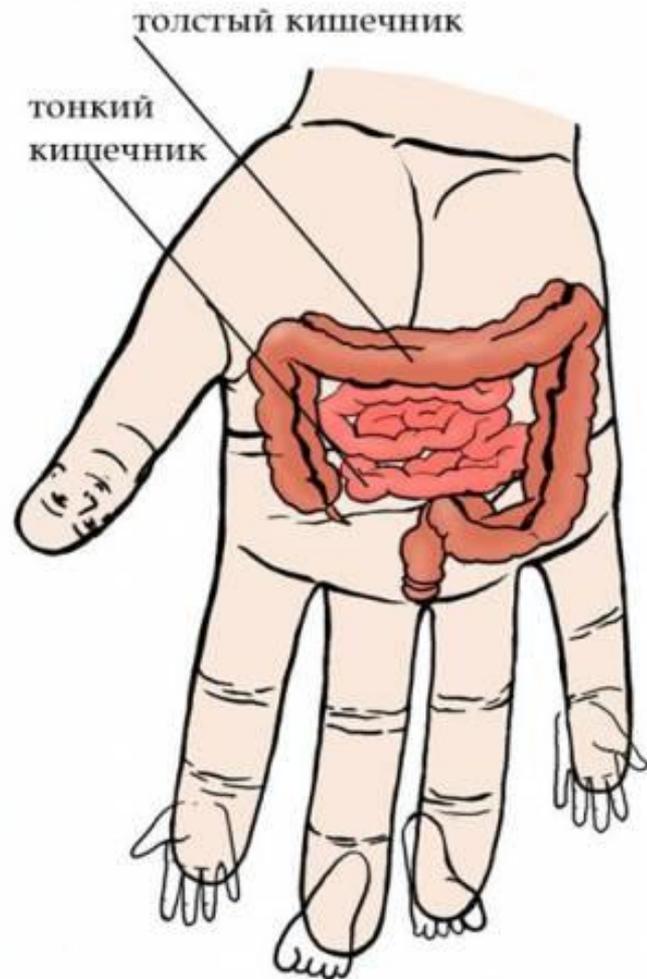
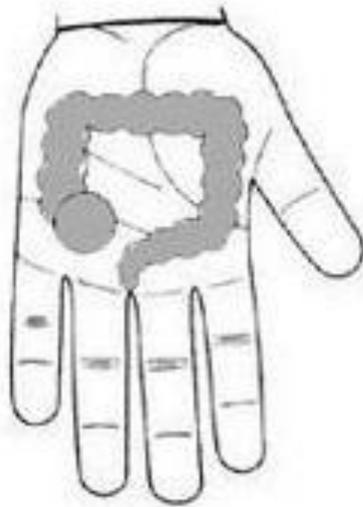
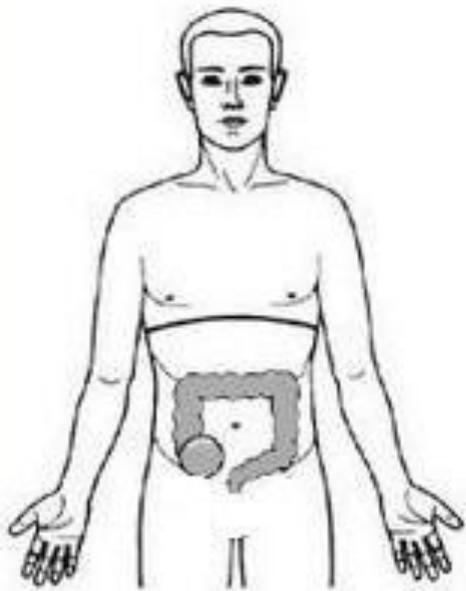


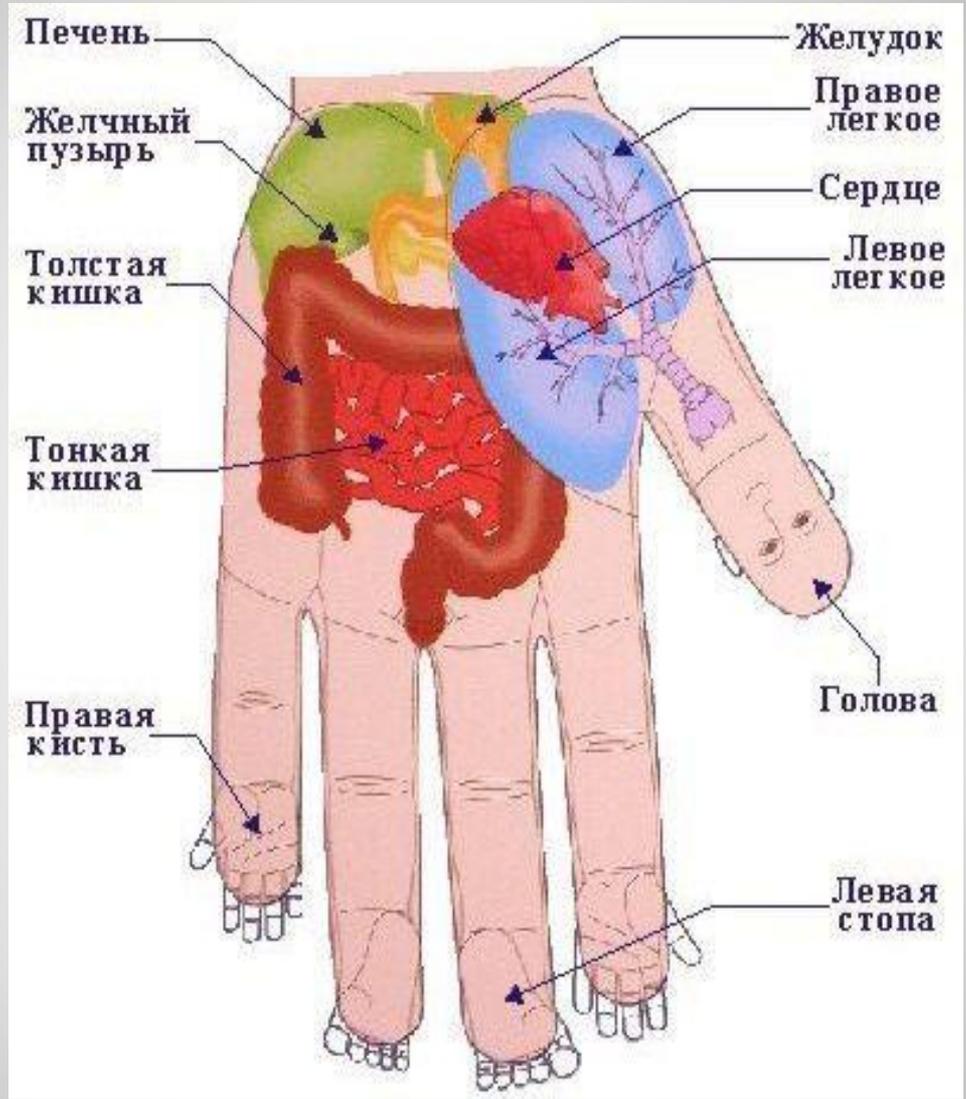
**ПЕЧ
ЕНЬ**

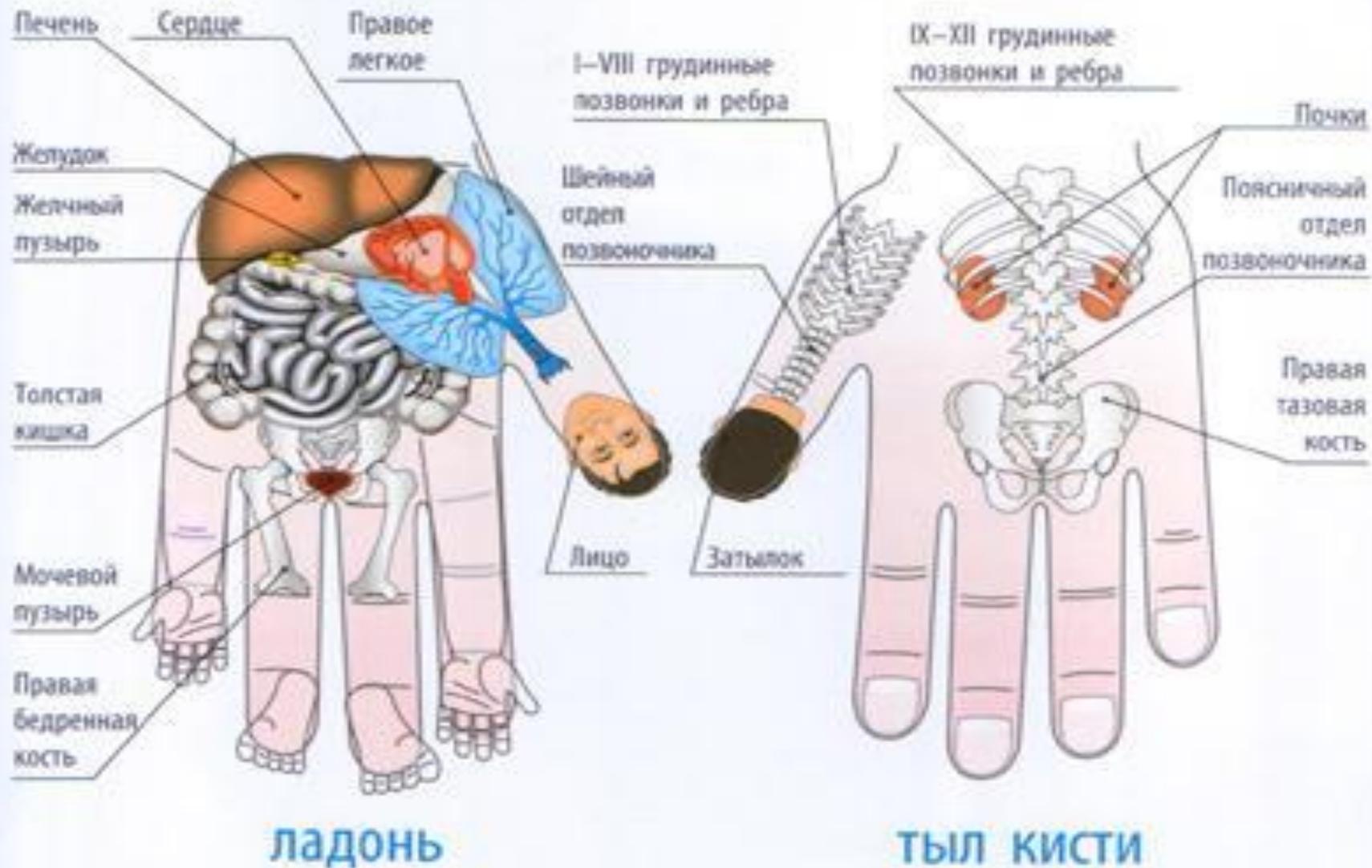
ЖЕЛУДОК



КИШЕЧНИК



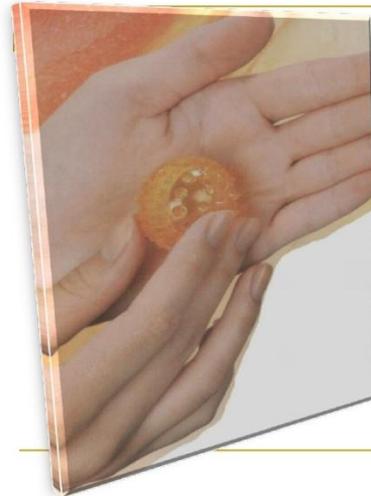




МЕТОДЫ ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ТОЧКИ СООТВЕТСТВИЯ









Шарик су-джок.тр4

Преимущества

Метод включает в себя несколько направлений: диагностику, лечение, профилактику и оздоровление. Неоспоримыми достоинствами Су Джока являются:

Высокая эффективность — при правильном определении точек воздействия эффект наступает в течение нескольких минут, иногда секунд

Абсолютная безопасность применения — эта лечебная система создана не человеком — он только открыл её, - а самой Природой. В этом причина её силы и безопасности. Стимуляция точек соответствия приводит к излечению. Неправильное применение метода не наносит вред человеку — оно просто неэффективно.

Универсальность — лечению поддаются буквально все болезни, можно лечить любую часть тела, любой орган, любой сустав, особенно в комплексе с традиционными фармакологическими методами лечения, в несколько раз увеличивающими его результативность.

Доступность метода для каждого человека – в Су Джок терапии не нужно ничего выучивать и запоминать. Что заучивается – легко забывается. Метод достаточно один раз понять, затем им можно пользоваться всю жизнь

Простота — ваша рука и знания всегда с вами. Для получения результата обычно используют специальные инструменты, разработанные для Су Джок-терапии, но если под рукой их нет, то начать стимуляцию биоактивных точек можно с помощью зубочистки или слегка заточенной спички.

При ходьбе, беге, работе руками происходит естественная стимуляция точек соответствия и защита тела от болезней.

Поэтому всем известно, что лучшее лекарство от болезней - **движение и работа.**

***До сих пор не существовало
метода лечения, которым можно
было бы настолько легко
овладеть и получить при этом
такой значительный и быстрый
результат!***

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!