

**Консультация для родителей:**

Тема: «Ум на кончиках пальцев.

Су-Джок терапия в коррекционной работе»

Подготовил: учитель - логопед  
МКДОУ ЦРР-ДС № 36  
«Ласточка» г. Светлоград  
Зайцева И.В.(1 категория)

Февраль, 2020

**Консультация родителей.**  
Тема: «Ум на кончиках пальцев.  
Су-Джок терапия в коррекционной работе»

**Су Джок терапия** — это высокоэффективный, универсальный, доступный и абсолютно безопасный метод самооздоровления и самоисцеления путем воздействия на активные точки, расположенные на кистях и стопах («Су» - кисть, «Джок» - стопа). Именно здесь располагаются системы точек соответствия всем органам и участкам тела. Воздействуя на определенные точки, мы можем управлять соответствующими им органами или системами.

Система разработана южнокорейским профессором Пак Чже Ву. Впервые этот метод стал известен в 1987 году после того, как Пак Джэ Ву опубликовал свою первую работу. Су Джок - лечение человека не лекарственным, а естественным путём через воздействие на его энергетическую систему. Ведь все наши органы **работают** под действием энергии, там, где её нет, - нет жизни, идёт разрушительный болезненный процесс. И когда энергопотоки выравниваются, в организме всё восстанавливается, и человек чувствует себя здоровым и активным. Каждый орган имеет свои точки на ладонях и стопах. Массируя эти точки, мы помогаем своему организму мобилизовать внутренние силы. Су Джок прост, безопасен и **работает**. К тому же это очень экономичный метод самопомощи, не требующий дополнительных средств и больших затрат времени.

Рассматривая кисть руки, Пак Джэ Ву пришёл к выводу, что она является своеобразным отображением тела человека. Наше тело состоит из туловища и пяти выступающих частей: две ноги, две руки и шея с головой. На кисти руки тоже есть "туловище" - это ладонь и пять выступающих частей - пять пальцев. Большой палец - короткий и состоящий из двух фаланг - соотносится с головой и шеей. Остальные, состоящие из трёх фаланг, как руки и ноги из трёх частей, соотносятся с этими частями тела. Таким образом, если кисть поставить на поверхность, мы можем **увидеть** человека как бы в наклонной позе. Также Пак пришёл к выводу, что строение человеческого тела повторяет и стопа.

По системе Су Джок кисть и стопа подобны человеческому телу в целом: они имеют объемную часть (*кисть или стопа*) - это туловище и 5 лучей, отходящих подобно лучам звезды (5 пальцев, которые соответствуют пяти выступающим частям тела (*голова, две руки, две ноги*)). Большой палец - это голова, шея; мизинец и указательный палец – руки, а средний и безымянный – ноги. Возвышение ладонной поверхности под большим пальцем – грудная клетка, остальная ее часть – брюшная полость. Тыльная сторона кисти – спина, а продольная линия, условно делящая кисть пополам – позвоночник. Так же выглядит система соответствия стопы. Особая роль в этой системе отводится большому пальцу, на котором в миниатюре отражены наиболее важные органы. Система соответствия стопы основана на тех же принципах: стопа подобна кисти, кисть подобна телу. Тело и системы соответствия находятся в постоянном взаимодействии.

Подобия кисти телу по уровню выступающих частей.

В человеческом теле самое высокое положение занимает голова, самое низкое – ноги, а руки находятся между ними. В естественном положении кисти самое высокое положение занимает большой палец, самое низкое – средний и безымянный, а указательный и мизинец находятся между ними.

Большой палец – голова.

Метод Су Джок эффективен при заболеваниях нервной системы (головные боли, невралгии, быстрой утомляемости, повышенной возбудимости); заболеваниях желудочно-кишечного тракта; заболеваниях глаз и снижении зрения; психоэмоциональных расстройствах (страхи, тревога, депрессия, раздражительность, агрессивность, «ком» в горле, тики); аллергии.

Тело человека – это форма жизни, являющаяся маленькой, хорошо сгармонизированной вселенной. Поэтому у тела есть все необходимое для того, чтобы поддерживать свою жизнь и существовать в природе как целостное независимое явление.

### **Достоинства Су Джок терапии.**

**ВЫСОКАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ.** При правильном применении выраженный эффект наступает через несколько минут, иногда секунд.

**АБСОЛЮТНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ.** Эта лечебная система создана не человеком - он только открыл ее, - а самой Природой. В этом причина ее силы и безопасности. Стимуляция точек соответствия приводит к излечению. Неправильное применение никогда не наносит вред человеку – оно просто неэффективно.

**УНИВЕРСАЛЬНОСТЬ МЕТОДА.** С помощью Су Джок терапии можно лечить любую часть тела, любой орган, любой сустав.

**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 ПРИМЕНЕНИЯ.** Ваша рука и знания всегда с вами. А подходящий инструмент для проведения лечения вы без труда найдете.

### **Самомассаж кистей рук.**

Сначала растирают пальцы сверху вниз и снизу вверх. Затем круговыми движениями в направлении по часовой стрелки и против часовой стрелки растирают суставы. После переходят к массированию ладоней и пальцев рук специальными массажным шариком и эластичным колечком. Массажный шарик, держат между ладонями правой и левой рук, катают круговыми движениями в направлении по часовой стрелки и против неё, затем катают вверх и вниз от кончиков пальцев до запястья и обратно. Массаж шариком можно осуществлять от пять до десяти минут. Таким образом стимулируются активные точки, находящиеся как на области ладоней, так и на всех пальцах рук.

Эластичное массажное колечко поочередно одевают на каждый палец правой и левой рук и интенсивно прокатывают по пальцу до ощущения тепла и покраснения пальца. Эти признаки говорят о том, что улучшилось кровоснабжение пальца. То же самое произойдёт и с соответствующими им частями тела. С помощью чудо-колечка мы можем не только развивать мелкую моторику рук, но и оказывать стимулирующее воздействие на всё тело. Верхние фаланги пальцев соотносятся с головой, и на них располагается проекция головного мозга, следовательно если мы активно массируем эту зону пальца массажным колечком, то стимулируем кровообращение головного мозга.

Ежедневное использование Су Джок массажеров: массажный шарик и чудо-колечко в работе с детьми оказывает благотворное влияние на весь организм ребёнка, способствует его оздоровлению, развитию мелкой моторики рук и самоконтролю.