



ОСНОВЫ
СОВРЕМЕННОЙ
РАБОТЫ С ТЕЛОМ И
МОЗГОМ

БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ
ОБУЧЕНИЯ
МЕТОДУ
Т.САХАРЧУК
19.01-24.02.2024

В МЕТОДЕ Т.САХАРЧУК ИСПОЛЬЗУЕТСЯ
УПРАВЛЕНИЕ ФОКУСОМ ВНИМАНИЯ
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВО ВРЕМЯ
ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО УРОКА.
ВНИМАНИЕ ПЕРЕНОСИТСЯ НА
ОЩУЩЕНИЯ В ЗОНЕ ДВИЖЕНИЯ,
БЛАГОДАРЯ ЧЕМУ ПРОИСХОДИТ ПОИСК
И КОРРЕКЦИЯ СЛЕПЫХ ЗОН В ТЕЛЕ.

ОСОЗНАННЫЕ ДВИЖЕНИЯ, КОТОРЫЕ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ В ДВИГАТЕЛЬНОМ УРОКЕ, ХАРАКТЕРИЗУЮТСЯ МЕДЛЕННЫМ И ПЛАВНЫМ ВЫПОЛНЕНИЕМ В ЗОНЕ КОМФОРТА С КОНЦЕНТРАЦИЕЙ ВНИМАНИЯ НА СОБСТВЕННЫХ ОЩУЩЕНИЯХ, ЧТО ПОЗВОЛЯЕТ В БЫСТРЫЕ СРОКИ ВОССТАНОВИТЬ РАБОТУ ЦЕЛЕВОЙ МУСКУЛАТУРЫ, УЛУЧШИТЬ ПЛАСТИЧНОСТЬ МОЗГА И АДАПТИРОВАТЬ РАБОТУ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ. ВСЕ ЭТИ ЗАДАЧИ РЕШАЮТСЯ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ЦЕЛОСТНОГО ПОДХОДА В ВОССТАНОВЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

МЕТОД Т.САХАРЧУК СОСТОИТ ИЗ 5 ЭТАПОВ, НАПРАВЛЕННЫХ НА ВОССТАНОВЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

1 этап	2 этап	3 этап	4 этап	5 этап
Обучение функциональному паттерну дыхания и функциональной работе мышц живота и тазового дна	Коррекция стресса: обучение снижению мышечного и эмоционального напряжения	Использование двигательных примитивных рефлексов для восстановления осанки и улучшения вертикализации	Восстановление работы стоп, коленей, тазобедренных суставов и таза через обучение функциональным движениям	Обучение коррекции блуждающего нерва, ВНЧС, костей черепа и мимической мускулатуры

БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ ОНЛАЙН ОБУЧЕНИЯ:
7 БЛОКОВ/7 ОНЛАЙН ВЕБИНАРОВ
С ТЕОРИЕЙ И ПРАКТИКОЙ,
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ВИДЕОМАТЕРИАЛЫ,
ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ

ОБУЧЕНИЕ ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Все онлайн вебинары проходят на Zoom платформе

Начало вебинаров в 18.00 по минскому времени

Длительность онлайн вебинара 3 часа

Ссылка на каждое занятие будет приходить к вам за полчаса до начала в Телеграм, у вас будет доступ к записи каждого вебинара и дополнительным материалам до 1 июня 2024 года

В отдельном Телеграм чате вы всегда можете задать вопросы, а после окончания обучения у вас будет возможность присоединиться к группе преподавателей для дальнейшего обучения и поддержки

Кроме Вводного вебинара 19 января в пятницу все остальные онлайн вебинары будут проводиться по субботам до 24 февраля 2024 года включительно

ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ ПЯТНИЦА 19 ЯНВАРЯ

- Теория и практика: основные аспекты метода Т.Сахарчук
- Теория: 4 аспекта здоровья в прикладной кинезиологии
- Требования к выполнению домашних заданий и сертификации
- Ответы на вопросы

ПЕРВЫЙ БЛОК 20 ЯНВАРЯ СУББОТА

- Теория: дыхание как основной базовый паттерн человека, основные диафрагмы/мембраны анатомия, согласование их в дыхании
- Практика: обучение использованию вокальной опоры для согласования и восстановления работы грудобрюшной и тазовой диафрагм и согласование их с мышцами живота
- Домашнее задание по теме 1 блока
- Ответы на вопросы

ВТОРОЙ БЛОК 27 ЯНВАРЯ СУББОТА

- Теория: разбор 4 методик для коррекции стресса, снижения мышечного и эмоционального напряжения
- Практика: обучение использованию каждой методики, направленной на физическое и эмоциональное расслабление
- Домашнее задание по теме 2 блока
- Ответы на вопросы

ТРЕТИЙ БЛОК 3 ФЕВРАЛЯ СУББОТА

- Теория: вегетативная нервная система: активные двигательные примитивные рефлексы, обучение их дезактивации для восстановления и коррекции работы позвоночника, плечевых и тазобедренных суставов
- Практика: обучение базовым двигательным примитивным рефлексам для восстановления вертикализации и осанки взрослого человека и подготовке к ходьбе
- Домашнее задание по теме 3 блока
- Ответы на вопросы

ЧЕТВЕРТЫЙ БЛОК 10 ФЕВРАЛЯ СУББОТА

- Теория: стопы и их влияние на костно-мышечную систему их связь с вегетативной нервной системой
- Теория и практика: стопы, колени, тбс и таз: поиск нарушений и этапы коррекции
- Домашнее задание по теме 4 блока
- Ответы на вопросы

ПЯТЫЙ БЛОК 17 ФЕВРАЛЯ СУББОТА

- Теория: блуждающий и другие черепно мозговые нервы, кости черепа, внчс, мимическая мускулатура и их влияние на структуру и эмоции человека
- Практика: обучение коррекции внутрикостных нарушений, нейрофасциального релиза (работа с кожей)
- Практика и теория: внчс и мимическая мускулатура
- Домашнее задание по теме 5 блока
- Ответы на вопросы

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ БЛОК 24 ФЕВРАЛЯ СУББОТА

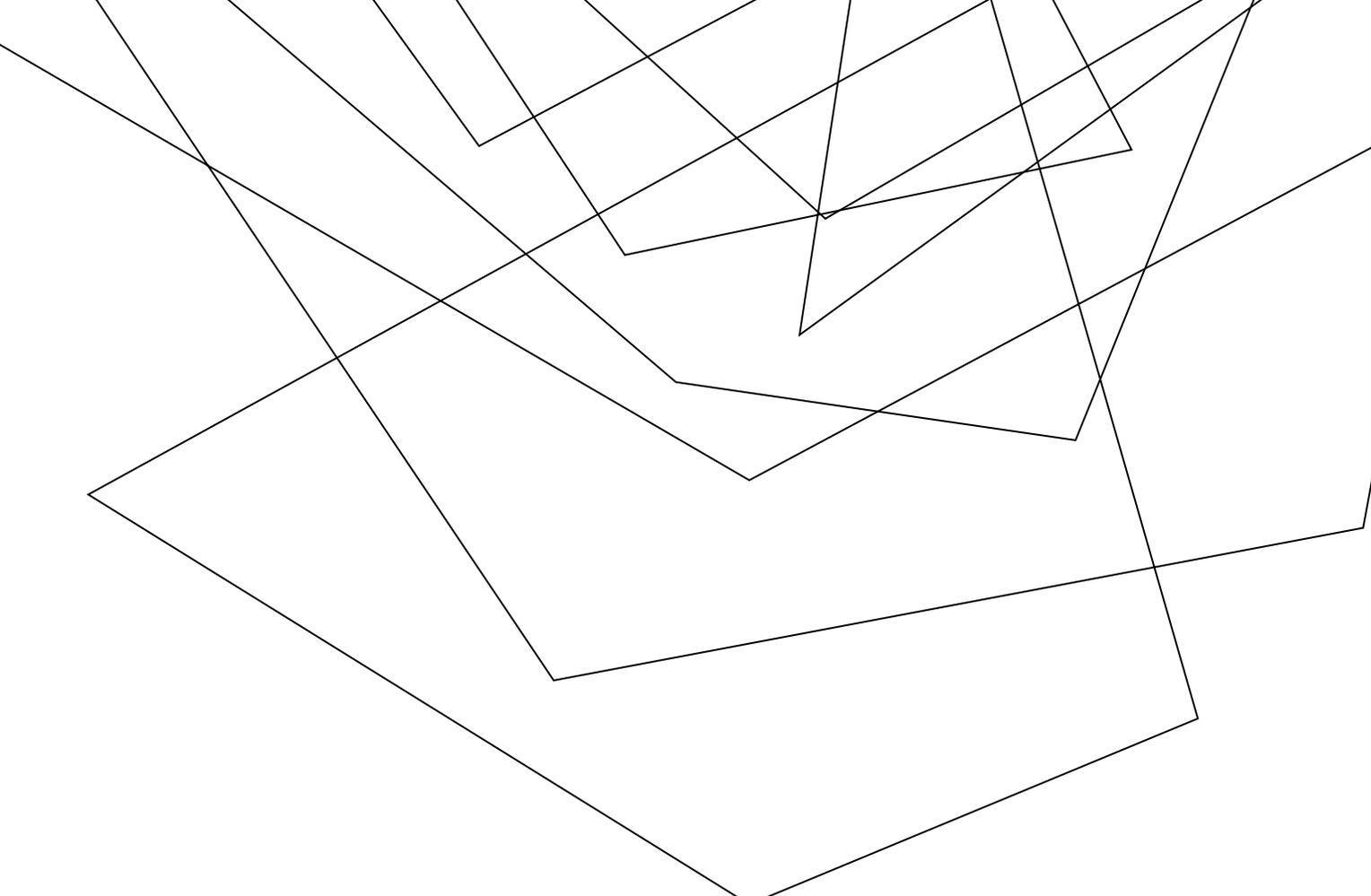
- Теория: функциональные цепи и их влияние на человека
- Психосоматика внутренних органов в системе У-Син (ознакомительно)
- Материалы для самостоятельного изучения по каждому блоку
- Ответы на вопросы

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ БЛОК
ОТДЕЛЬНАЯ ОПЛАТА
24 ФЕВРАЛЯ СУББОТА

- Введение телесно-ориентированного бизнеса в Интернете
- Ответы на вопросы

БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ ОНЛАЙН ОБУЧЕНИЯ МЕТОДУ Т.САХАРЧУК

- Доступен для прохождения из любой точки мира при наличии Интернета
- Каждый студент имеет право на бесплатное повторное прослушивание Базового Модуля онлайн, который постоянно обновляется, а также на получение поддержки после прохождения обучения в нашем сообществе
- Подходит для специалистов, которые хотят получить новый инструмент в работе с клиентами как в индивидуальных, так и групповых занятиях используя целостный подход для восстановления здоровья человека через комфортные, медленные и осознанные движения
- Обучение будет полезным для всех, кто интересуется современными подходами в работе с телом через пластичность нашего мозга
- Все сертифицированные участники Базового Модуля будут размещены на нашем сайте и могут представлять метод Т.Сахарчук в своем регионе

- 
- ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО
ПОЗНАКОМИТЬСЯ И ПРОЙТИ
НАШИ БЕСПЛАТНЫЕ
МАТЕРИАЛЫ:
МАРАФОНЫ:
-ВЕЧЕРНИЙ ИНТЕНСИВ
ДЫХАНИЕ
- ТАЗОВОЕ ДНО
-УЧИМСЯ РАССЛАБЛЯТЬСЯ
БЕСПЛАТНЫЙ ЦИКЛ:
ЭМОЦИИ КАК РЕСУРС
ВСЕ МАТЕРИАЛЫ ЕСТЬ НА
НАШЕМ САЙТЕ:
[HTTPS://WWW.FREE.SMTS.BY/](https://www.free.smts.by/)

ПЕРЕД ОБУЧЕНИЕМ
РЕКОМЕНДУЕМ