

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ»**

Утверждаю

Директор АНО ДПО «ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ»

Костарева С.В.

17.04.24г.



Составитель: С. В. Костарева

**Семинар**

**«Использование цвета, звука и символов для  
укрепления и сохранения психоэмоционального  
состояния человека»**

2024

## **1. АКТУАЛЬНОСТЬ**

Звук — неотъемлемая составляющая жизни человека. Различные виды звука встречаются как во внешней среде, так и генерируются самим человеком (речь; звуки, порождаемые работой внутренних органов). Воздействие звука на человека несет комплексный характер. В первую очередь звук воспринимается слуховыми и вибрационными рецепторами тела человека и, соответственно, анализируется нервной системой. Звук влияет также на все три среды организма (газ, жидкость, твердые тела), которые составляют внутренние органы и компоненты тканей. В свою очередь колебания этих сред играют важную роль в поддержании гомеостаза.

Цвет – это волны электромагнитной энергии. Сначала их воспринимают наши глаза, а затем мозг. Сетчатка глаза состоит из двух видов нервных окончаний: палочек и колбочек. Они преобразуют свет в нервные сигналы. Палочки отвечают за зрение в условиях слабой освещенности. При ярком освещении работают начинают колбочки, они же ответственны за восприятие цвета и мелких деталей. У сетчатки глаза также есть зрительный пигмент – родопсин, который поглощает световые волны. С помощью колбочек, палочек и родопсина работает наше зрение. Сетчатка глаза непрерывно преобразует свет в нервные сигналы. Как только информация поступает в мозг, у человека возникает цветовое ощущение.

Человек пользуется устным или письменным словом для того, чтобы выразить смысл, который он хотел бы передать. Наш язык полон символов, но мы также пользуемся знаками и образами не строго описательными. В аналитической психологии, которая разбирает проблемы человеческой души, неврозы и психические патологии, роль символов имеет большое значение. Первым из таких аналитиков, кто понял роль символов, был Карл Густав Юнг. Он нашёл множество параллелей в различных культурах, которые с помощью символического языка передавали одни и те же смыслы.

На семинаре мы углубимся в значение звука, символов и цвета для психического и физического здоровья человека.

## **2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

### **2.1. НОРМАТИВНО ПРАВОВАЯ ОСНОВА РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ**

2.1.1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273 «Об образовании в Российской Федерации».

2.1.2. Федеральный закон от 21 ноября 2011 года №323 «Об основах охраны здоровья граждан в РФ».

2.1.3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

### **2.2. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ**

Получение новых компетенций в области цвета, звука, символов, необходимых для профессиональной деятельности специалистами разных профессий в сфере укрепления и сохранения психоэмоционального состояния детей и взрослых.

### **2.3. ЗАДАЧИ**

1. Способствовать успешному усвоению знаний через использование методических пособий, презентаций, практического показа, практических занятий в группах, подгруппах и в парах.

2. Повысить уровень компетентности специалистов в работе с эмоциональной сферой человека через использование цвета, звука, символов.

#### 2.4. КАТЕГОРИЯ СЛУШАТЕЛЕЙ:

Лица разных профессий, имеющие высшее психологическое образование или высшее и среднее профессиональное образование.

2.5. СРОК ОБУЧЕНИЯ: 1 день.

2.6. ТРУДОЕМКОСТЬ: нормативная трудоемкость по данной программе составляет 10 часов.

2.7. СТОИМОСТЬ ОБУЧЕНИЯ: 7000р.

2.8. ФОРМА ОБУЧЕНИЯ: дистанционное обучение - онлайн.

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование образовательных (профессиональных) модулей программы повышения квалификации	Всего часов	в том числе дистанционное обучение	
			Лекции	Самост. подготовка
1.	Модуль №1 Использование цвета, звука и символов для укрепления и сохранения психоэмоционального состояния человека	10	8	2
		10	8	8

#### 3.2. УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН и СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Наименование модулей и тем	Содержание учебного материала	Объем часов теоретического обучения	Объем часов самостоятельной и практической подготовки
<b>Модуль №1</b>	<b>Использование цвета, звука и символов для укрепления и сохранения психоэмоционального состояния человека.</b>	<b>8</b>	<b>2</b>
Тема 1.1. Роль и значение использования цвета для сохранения и укрепления психоэмоционального состояния человека.	Влияние цвета на психоэмоциональное состояние человека. Особенности работы. Протокол работы.	2	1
Тема 1.2. Роль и значение использования	Как звук влияет на психоэмоциональное состояние человека. Особенности работы. Протокол работы.	2	

звука для сохранения и укрепления психоэмоционального состояния человека.			
Тема 1.3. Роль и значение использования символов (цифр, геометрических фигур) для сохранения и укрепления психоэмоционального состояния человека.	Влияние символов на психоэмоциональное состояние человека. Цифры, геометрические фигуры, янтры, национальные орнаменты.	2	1
Тема 1.4. Роль и значение использования Платоновых тел для сохранения и укрепления психоэмоционального состояния человека.	Влияние Платоновых тел на психоэмоциональное состояние человека.	2	
		8	2

#### **4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

4.1. Методический материал: Исцеление звуком, цветом, символами. Х.Тобар М. 2018г.

#### **5. ДОКУМЕНТ О КВАЛИФИКАЦИИ:**

Сертификат участия АВТОНОМНОЙ НЕКОММЕРЧЕСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ» установленного законодательством образца.

#### **6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

##### **6.1. Кадровое обеспечение.**

Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими подготовку по профилю программы. Систематически занимающимися научной и научно-методической деятельностью, а также владеющие навыками интерактивной работы. Условием допуска к участию в программе является наличие у преподавателя методических разработок, а также владение активными формами и методами обучения. Все преподаватели имеют ученую степень, или опыт деятельности в соответствующей профессиональной области. Руководитель Программы вместе с преподавателями поддерживают высокий квалификационный уровень за счет регулярного повышения квалификации преподавателей, участия в конференциях и методических семинарах.

##### **6.2. Материально техническое и программное обеспечение реализации программы.**

Для обеспечения обучения и проведения итоговой аттестации слушателей, АНО ДПО «ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ» располагает следующей материально – технической базой:

- аудиторией, оборудованной видео проекционным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном и имеющей выход в Интернет.

- дистанционное обучение осуществляется по средствам следующего программного обеспечения:

- Яндекс Телемост.
- WPS Office
- Мой офис
- PDF reader

## **7. НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ**

### 7.1. Основная литература:

1. Анфилов Г.В. Физика и музыка. -- М.: Детская литература, 1964.
2. Газарян С.С. В мире музыкальных инструментов/Для учащихся старших классов. -- М.: Просвещение, 1985.
- Клара Р. Хитц. Петер в стране музыкальных инструментов. -- М.: Музыка, 1965.
- Левашева Г.И. Рассказы из музыкальной шкатулки. -- Л.: Детгиз, 1960.
- Гл. ред. Г.В.Келдыш. Музыкальный энциклопедический словарь. -- М.: Советская энциклопедия, 1990.
- Перельман Я.И. Занимательная физика. (Книга 2, глава 10. «Звук. Волнообразное движение».)/21-е изд. испр. и доп. -- М.: Наука. Главная редакция физико-математической литературы, 1983.
- Рассказы из «Пионерского музыкального клуба».-- М.: Музыка, 1968.
- Физический энциклопедический словарь. -- М.: Советская энциклопедия, 1963. Т. 3.
- Эллиот. Л., Уилкокс У. Физика/Пер. с англ. Под ред. А.И.Китайгородского. -- М.: Физматгиз, 1963.

### 7.2 Дополнительная литература.

Джон Ти, Д.Х, Мэтью Ти, М.Пед Целебное прикосновение .Полный курс Институт кинезиологии М. 2017г.

Кребс Ч., Таня ОНил МакГоуар Энергетическая кинезиология Принципы и практическое применение. Институт кинезиологии. М. 2018г.

### 7.3. Интернет ресурсы.

<https://minobrnauki.gov.ru/> - официальный сайт Министерства науки и высшего образования РФ

<https://udmedu.ru/> официальный сайт Министерства образования и науки УР

<https://minzdrav.gov.ru/> - официальный сайт Министерства здравоохранения РФ

<https://здоровое-питание.рф/>

<https://www.takzdorovo.ru/>

<https://znopr.ru/>

[www.edu.ru](http://www.edu.ru) – Единое окно доступа к образовательным ресурсам (раздел «Здоровье, физическая культура и спорт»);

## **8. АВТОР ПРОГРАММЫ**

**Костарева Светлана Владимировна:**

Клинический психолог, кинезиолог;

Директор ИНО ДПО ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ

Действительный член Профессиональной психотерапевтической лиги России;

Действительный член Профессиональной Ассоциации Кинезиологов;

Преподаватель Российская академия народного хозяйства и государственной службы (РАНХиГС);

Преподаватель Национальный центр укрепления общественного здоровья "АРИОН";

Международный сертифицированный инструктор: Целебного прикосновения 1-4, Гимнастики мозга 101, Гимнастики мозга 104, Резег-1,2, Баланса Энергии, Кругов зрения, Принципы кинезиологии 1-4, Форматирования мозга, Форматирования физиологии, NEPS-1, NEPS-2, NEPS-3, NEPS-4, Голограммы основных чакр, Голограмма чакр 4, Голограмма малых чакр, Голограммы Небесных чакр, Метафоры чакр, Баланс 5 элементов, Техника суставного якоря -1.

## **9. РАПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ НА 2024 – 2025год**

Использование цвета, звука и символов для укрепления и сохранения психоэмоционального состояния человека.

Дата проведения - 11.10.25