

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

Утверждаю

Директор АНО ДПО
«ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ»



Костарева С.В.

Решение педсовета от 02.06.2026г.

Составители: Костарева С.В.

Костарева Е.С.

**Программа переподготовки
«Кинезиология в сфере укрепления и
сохранения психоэмоционального состояния человека»**

2026 год

Контур Кристо

владелец

АНО ДПО "ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И
ПСИХОЛОГИИ"
КОСТАРЕВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 28.07.2026

серийный номер
срок действия

02e321c000f1b2a69b41ae5e9ad88e6737
03.06.2025 - 03.09.2026

1. АКТУАЛЬНОСТЬ

Чрезвычайные обстоятельства и феномены, такие как стихийные бедствия, природные катаклизмы, войны и пандемии, вызывают сильные негативные психологические реакции.

Случаи страха, гнева, паники увеличились как у детей, так и у взрослых. Одним из ведущих показателей личностного неблагополучия человека является высокий уровень тревожности, который часто приводит у детей к снижению учебной мотивации и в дальнейшем – к школьной дезадаптации, а у взрослых – к нежеланию работать, общаться, развиваться.

Определённый уровень тревожности в норме присущ всем людям и является необходимым условием для оптимального приспособления человека к реальной жизни. Но если тревожность становится устойчивым образованием, то это может привести к личностным нарушениям в развитии человека.

Потеря смысла жизни, духовный, эмоциональный, физический и ментальный дистресс вырос в разы как среди детей, подростков, так и у взрослых.

Кинезиология уже более 30 лет активно развивается в России. Методы кинезиологии успешно работают с психоэмоциональными стрессами. Их эффективность заключается в том, что мы можем определить сам стресс, его уровень и стадию и высвободить его. Организм человека – это самовосстанавливающийся сосуд.

Эмоционально-психологическое напряжение влечет за собой физиологические нарушения, эмоциональные и личностные проблемы, а они, в свою очередь, являются негативными факторами, обуславливающими проблемы в семейной, супружеской жизни, а также приводят к аддиктивному поведению и негативным состояниям.

Тема профессионального/ эмоционального выгорания в настоящее время весьма актуальна и значима. Деятельность личности в профессиональном плане, вне зависимости от ее направленности, всегда требует от человека конкретных качеств личности и, как следствие, накладывает своеобразный оттенок как на саму личность, так и на профессиональную деятельность, это и высокая нагрузка на эмоциональный и психологический фон, и ответственность, и нервные перегрузки, а также другие негативно окрашенные состояния. И необходим эффективный инструмент, который поможет за короткое время восстановить психоэмоциональное состояние. В кинезиологии мы используем технику голограммы, контура, форматирования.

Программа «Кинезиология в сфере укрепления и сохранения психоэмоционального состояния человека» включает несколько модулей:

Модуль №1 «Основы кинезиологии» расширяет представления о работе с каналами (меридианами) по нахождению и высвобождению стресса: основные меридианы, 8 чудесных меридианов, дивергентные и мышечные меридианы, сетевые каналы глубокие и поверхностные; работа с реактивными мышцами; система Y-син.

Модуль №2 «Работа со стрессом через форматы» знакомит участников с основами форматирования: как через использование форматирования мы можем работать с психоэмоциональным состоянием человека.

Модуль №3 «Основы НейроОБРАЗовательной кинезиологии» объединяет знания нейропсихологии с разными направлениями кинезиологии. Цель НейроОБРАЗовательной кинезиологии – повышение уровня компетентности в области развития и обучения детей и взрослых через использование кинезиологических упражнений, балансов и форматообразов. Вы будем использовать опыт работы, который зарекомендовал себя очень эффективно в разных странах мира, и нарабатывать свой личный опыт.

Модуль № 4 «Использование методов кинезиологии при работе с эмоциями» позволяет более глубоко работать с первичными эмоциями: система Гнев, система Страх, система Паника, Система Мотивация, система Забота, система Игра, система Влечение. Системы Долговременного и Кратковременного стресса, система Зависимости, Жажда, Питания так же включены в программу переподготовки.

Модуль №5 «Использование цвета, звука и символов для укрепления и сохранения психоэмоционального состояния человека» откроет новые знания в применении цвета, звука и символов для гармонизации психоэмоционального состояния человека.

Модуль №6 «Эмоциональное выгорание» актуален как никогда. Участники познакомятся с основными составляющими эмоционального выгорания, причинами, особенностями, способами диагностики, и самое главное- способами высвобождения эмоционального выгорания.

Модуль №7 «Работа с первичными движениями и рефлексам через методы нейропсихологии и кинезиологии».

Данная программа поможет специалистам использовать знания кинезиологии во благо 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 кинезиологии, необходимых для профессиональной деятельности специалистами разных профессий в сфере укрепления и сохранения психоэмоционального состояния детей и взрослых.

2.3. ЗАДАЧИ

2.3.1. Обучение дисциплинам специализации по не прикладной кинезиологии в работе с эмоциями и рефлексам.

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

2.3.3. Повысить уровень компетентности специалистов в работе с эмоциональной сферой и рефлексам человека через использование балансов по кинезиологии.

2.3.4. Сформировать общее представление о работе с эмоциональной сферой и рефлексам человека через использование форматирования.

2.3.5. Закрепить полученные знания через практику, которая будет проходить во время программы.

2.3.6. Организовать и провести качественную проверку знаний после каждого модуля (тесты) и написание Дипломной работы.

2.4. ПЛАНИРУЕМЫ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

2.4.1 Слушатель должен знать:

- Основы кинезиологии.
- Основы психологии.
- Основы работы с эмоциями.
- Основы работы с рефлексам.

2.4.2. Слушатель должен уметь:

- Организовывать индивидуальную работу с детьми и взрослыми, которые желают укреплять и сохранять свое психоэмоциональное состояние.

- Разрабатывать программы по сопровождению детей и взрослых, которые испытывают трудности с в психоэмоциональном состоянии.

Контур.Крипто

АНО ДПО "ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ"

СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА

составлять индивидуальные и групповые программы, проводить мониторинг уровня индивидуального развития психоэмоционального состояния.

- Применять навыки снятия стресса, использовать знания в области психологии и кинезиологии.
- Использовать полученные знания в индивидуальной работе с детьми и взрослыми.

2.5. КАТЕГОРИЯ СЛУШАТЕЛЕЙ:

Лица разных профессий, имеющие высшее психологическое образование или высшее образование, и профессиональную переподготовку не менее 250 часов в области психологии, а также среднее специальное образование.

2.6. СРОК ОБУЧЕНИЯ: 24 месяца.

2.7. ТРУДОЕМКОСТЬ: нормативная трудоемкость по данной программе составляет 1100 часов.

2.8. СТОИМОСТЬ ОБУЧЕНИЯ: 420 000 р.

2.9. 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		Объем часов практикума
			Объем часов теоретического обучения (лекции)	Объем часов самостоятельной подготовки	
1.	Модуль №1 Основы кинезиологии	195	115	80	-
2.	Практикум по основам кинезиологии	120	-	-	120
3.	Модуль №2 Работа со стрессом через форматы.	52	32	20	-
4.	Практикум по работе с форматами	40	-	-	40
5.	Модуль № 3. НейроОБРАЗовательная кинезиология.	140	80	60	-
6.	Практикум по НейроОБРАЗовательной кинезиологии.	60	-	-	60
7.	Модуль №4. Использование методов кинезиологии при работе с эмоциями.	184	104	80	-
8.	Практикум по работе с эмоциями.	63	-	-	63
9.	Модуль №5. Использование цвета, звука и символов для укрепления и сохранения психоэмоционального состояния человека.	10	8	2	-

Контур Кристо

владелец

АНО ДПО "ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ"
КОСТАРЕВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 28.07.2026

серийный номер
срок действия

02e321c000f1b2a69b41ae5e9ad88e6737
03.06.2025 - 03.09.2026

10.	Практикум по работе со звуком, цветом, символами.	15	-	-	15
11.	Модуль №6 Эмоциональное выгорание.	10	8	2	-
12.	Практикум по работе с эмоциональным выгоранием.	15	-	-	15
13.	Модуль №7. Работа с первичными движениями и рефлексам через методы нейропсихологии и кинезиологии.	106	72	34	-
14.	Практикум по работе с рефлексам.	90	-	-	90
15.	Модуль № 8. Защита ВКР	-	-	-	-
	Всего	1100	419	278	403

3.2. Учебно-тематический план и содержание программы повышения квалификации «Кинезиология в сфере укрепления и сохранения психоэмоционального состояния человека»

Наименование модулей и тем	Содержание учебного материала	Объем часов теоретического обучения	Объем часов самостоятельной подготовки	Объем часов по практикуму
Модуль №1.	Основы кинезиологии	115	80	120
Тема 1.1. Введение в кинезиологию. История.	История развития: Чарлз Уэбстер Ледбитер, Алиса Анна Бейли, Керри Нэнси Макфарлейн, Хьюго Орландо Тобар. История возникновения кинезиологии в мире и России. Характеристика разных направлений кинезиологии. Триада здоровья. Стресс. Стадии стресса. Теория Инь и Ян. Теория 5 элементов. История формирования Ци. Энергетическая анатомия.	2	-	-
Тема 1.2 Основные инструменты в кинезиологии	Мышечный мониторинг. Пальцевые мудры. Точки включения. Претесты. Контур. Точка КАМ.	4	1	-
Тема 1.3. Контур Кривого	Периферическая нервная система. Автономная нервная система. Симпатическая нервная система.	8		-

Автономная нервная система.	Парасимпатическая нервная система. Общая висцеральная афферентная система. Взаимодействие в периферической нервной системе. Нервные системы. Висцеральные рефлексы. Соматосенсорная переднелатеральная система. Общая висцеральная афферентная система. Рефлексы Беннетта и Чапмана. Рефлексы Беннетта. Рефлексы Чапмана.			
Тема 1.4 Дисбаланс в чакрах.	Чакры. Темы чакр. Дисбалансы чакр. Спереди / сзади. Инь / Ян. Выполнение коррекции. Мышцы из ЦП. Связь мышц, чакр и органов. Органы. Надпочечники. Мышцы, поднимающие ребра, и латеральная крыловидная мышца. Мочевой пузырь. Поперечная мышца груди и большая поясничная мышца. Большая ягодичная мышца. Мозг. Заднее брюшко надчерепной мышцы и задняя большая прямая мышца головы (кора головного мозга). Височная мышца и задняя малая прямая мышца головы (лимбическая система). Круговая мышца глаза, слезная часть, и латеральная прямая мышца головы (промежуточный мозг). Верхняя трапециевидная мышца и передняя прямая мышца головы (мозжечок). Малая круглая мышца (мозг).	8		-
Тема 1.5. Взаимосвязь мышц, чакр и гранов.	Ствол головного мозга. Средняя трапециевидная мышца. Передняя лестничная мышца и дельтовидная мышца. Кровеносная система. Подкожная мышца шеи и задняя большеберцовая мышца. Многораздельная мышца. Глаза. Круговая мышца глаза, вековая часть, и мышца, поднимающая верхнее веко. Верхняя прямая мышца глаза и нижняя прямая мышца глаза. Латеральная прямая мышца глаза и внутренняя прямая мышца глаза. Верхняя косая мышца глаза и нижняя косая мышца глаза. Малая ромбовидная мышца и длинная мышца головы. Желчный пузырь. Задняя перстнечерпаловидная мышца и внутренняя косая мышца живота. Сердце. Латеральная перстнечерпаловидная мышца и задняя лестничная мышца. Мышца-подъемник лопатки и малая грудная мышца. Внутреннее ухо.	8		-
Контур Крипто владельца АНО ДПО "ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ" КОСТАРЕВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА				

	Стремленная мышца и передняя ушная мышца.			
Тема 1.6. Протоколы работы.	Протокол работы с органом. Протокол работы с надпочечниками. Протокол работы с щитовидной / паращитовидной железами. Протокол работы с кожей. Протокол работы с мочевыделительной системой. Протокол работы с головным мозгом. Протокол работы со стволом головного мозга и спинным мозгом. Протокол работы с глазами. Протокол работы с внутренним ухом. Протокол работы с иммунной системой. Протокол работы с системой кровообращения. Протокол работы с половой системой. Протокол работы с дыхательной системой. Протокол работы с пищеварительной системой.	8		-
Тема 1.7. Способы работа с основными меридианам и	14 основных меридианов. Характеристика. Точки начала и окончания. Место прохождения. Инь-меридианы и Ян-меридианы. Время активности меридианов. 20 мышц, которые связаны с 14 основными меридианами. Способ тестирования в 8 позициях.	20	8	-
Тема 1.8. Способы снятия стресса с мышц, которые связаны с меридианам и.	Нейролимфатические рефлексy. Спинальные рефлексy. Нейрососудистые рефлексy. Нейроэмоциональные рефлексy. Работа с 7 основными чакрами. Способы снятия стресса при помощи невральнoй иннервации. Способы работы при помощи акупрессурных точек. Работа с Тибетскими восьмерками. Техники работы с меридианами (первая и последняя точка, прохождение по движению меридиана).	12	4	-
Тема 1.9. Реактивност ь	Работа с реактивностью. Что такое реактивность и что такое реактор. Протокол работы с реактивностью.	4	2	-
Тема 1.10. Протоколы работы.	Структура протокола работы. Особенности работы с запросом клиента. Основной протокол по работе с основами кинезиологии.	4	2	-
Тема 1.11. Мышечные меридианы.	Характеристика мышечных меридианов. Особенности работы. Протокол работы. Особенности тестирования мышц, которые связаны с мышечными меридианами.	4	2	-

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 28.07.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ"
КОСТАРЕВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА

02e321e000f1b2a69b41ae5e9ad80e6737
03.06.2025 - 03.09.2026

Тема 1.12. Дивергентные меридианы.	Характеристика дивергентных меридианов. Особенности работы. Протокол работы. Особенности работы с дивергентными меридианами.	4	2	-
Тема 1.13. Восемь чудесных меридианов.	Характеристика 8 чудесных меридианов. Особенности работы. Протокол работы. Особенности работы с восьмью чудесными меридианами.	4	2	-
Тема 1.14 Сетевые каналы. Поверхностные и глубокие. Точки Ло.	Характеристика Сетевых каналов. Особенности работы. Протокол работы. Особенности работы с сетевыми поверхностными и глубокими сетевыми каналами, точками Ло.	4	2	-
Тема 1.15. Баланс 5 элементов. Система Y-син	Основы системы Y-син. Характеристика элементов. Особенности нахождения стресса в элементе. Система ШЕН и система Ко. Способы нахождения и высвобождения стресса. Работа с основными меридианами в системе Y-син. Работа с 8 чудесными меридианами в системе Y-син.	16	7	-
Тема 1.16. Практикум по основам кинезиологии и	Изучить и проработать дополнительную литературу: - Основы китайской медицины Джованни Мачоча. Том1, Том 2, Том 3. - Программа «Прикладная рефлексология» В. А. Житорюк - Каналы органов по схеме Кузьменко. - Теория Инь и Ян и Пяти первоэлементов (Y-Син) Халлим Калер - Мышцы. Анатомия, Движения, Тестирование К. Валериус. Составить расширенную характеристику для: - 12 основных меридианов, - 8 чудесных меридианов, - мышечных меридианов.	-	-	120
Модуль №2.	Работа со стрессом через форматы.	32	20	40

Тема 2.1. Основы форматов	История возникновения. Почему так важно использовать форматы при работе с психоэмоциональным состоянием человека. Роль мудр и акупрессурных точек.	1	-	-
Тема 2.2. Использован ие форматов	Стресс. Стадии стресса. Балансы по работе с целеполаганием и мотивацией при работе с психоэмоциональным состоянием человека. Протокол работы.	1	-	-
Тема 2.3. Работа со стрессом при угрозе жизни.	Теория реакции при угрозе жизни (нападение, военные действия). Система работы. Протокол работы.	4	1	-
Тема 2.4. Работа со стрессом.	Роль внимания при сохранении психоэмоционального состояния человека. Балансы по работе с нарушением внимания. Протокол работы.	2	1	-
Тема 2.5. Работа со стрессом.	Протокол работы по работе с восприятием слуховой и зрительной информации для сохранения психоэмоционального состояния человека	2	1	-
Тема 2.6. Использован ие форматов при работе с первичными эмоциями.	Способы балансировки первичных эмоций: гнев, паника, страх, одиночество, боль, тоска, грусть, печаль, избегание, заблокированное получение удовольствия, награды и вознаграждения. Протокол работы.	8	3	-
Тема 2.7. Нарушение гидратации.	Роль гидратации для сохранения психоэмоционального состояния человека. Протокол работы.	6	2	-
Энергетический потенциал.	Баланс по работе с энергетически потенциалом человека.	4	2	
Тема 2.8. Нарушение кислорода.	Роль дыхания для сохранения психоэмоционального состояния человека. Протокол работы.	4	2	-
Тема 2.9.	Практикум по работе с форматами.	-	-	40

	Изучить Энергетическую кинезиологию. Принципы и практическое применение. Чарльз Т.Кребс, Таня ЩНил МакГоуан. Составить перечень используемых мудр при форматировании. Составить общий протокол работы: -с форматированием мозга; - с форматированием Сердце- Мозг; - с форматированием Мозг- Пищеварительная система. Разработать рекомендации по гармонизации состояния энергии, воды и кислорода в организме человека.			
Модуль №3	НейроОБРАЗовательная кинезиология.	80	60	60
Тема 3.1. НОК. Движение жизни.	Жизнь и движение. НейроОбразовательная кинезиология. Кинезиологические упражнения. Воздействие упражнений. Информация для родителей и специалистов. Функции двигательной активности. Группы движений по активности. Отечественная психология о роли движения. Движения новорожденного ребенка. Три простых принципа обучения, основанных на движении. Возникновение теории обучения, основанного на телесности и движении. Память. Три уровня запоминания. Мозг и движение. Движения для эффективного обучения. Кинезиологические упражнения – эффективность в жизни. Темпоритм. Как найти свой темпоритм. Шесть групп упражнений. Современный мир детства. Краткая характеристика упражнений. Описание упражнений. Сигналы к действию. Обучение - это целостный процесс. Обучение через игру. Обучение, движение и свобода. Я не могу или синдром неудачника. НейроОбразовательная кинезиология для взрослых	16	12	-
Тема 3.2. НОК-1	История, которую мы обязаны знать. История развития учения о функциональной организации коры головного мозга. Теория узкого локализационизма. Теория	16	12	-
Контур Крипто	АНО ДПО "ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ" КОСТАРЕВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА			

	антилокализационизма (эквипотенциализма). Эkleктическая теория. Вклад Л. С. Выготского и А. Р. Лурии в развитие нейропсихологии. Головной мозг. Кора. Серое и белое вещество. Слои коры головного мозга. Белое вещество коры головного мозга. Полушария головного мозга. Левое полушарие мозга. Правое полушарие. Мозолистое тело. Поля коры головного мозга по Бродману. Характеристика полей Бродмана. Лобная доля. Теменная доля. Височные доли. Затылочная доля. Островок. Лимбическая доля. 1 блок мозга. Использование форматирования для 1 блока мозга. Способы снятия стресса с разных отделов мозга. Мудры. Связь долей мозга со стволом мозга. Самонаблюдение. Обучение под стрессом и Обучение на основе движения. Процедура завершения баланса. Проверка уровня развития и степени сформированности. Работа с запросом. От запроса к формулировке цели. Цель – от общей к Я-цели. Темы для формулирования целей. Темпоритм. Протокол Баланса.			
Тема 3.3. НОК-2	Полушария мозга. Ретикулярная активирующая система. РАС и формулировка цели. РАС – контроль и регуляция внимания. II блок мозга – блок приема, переработки и хранения информации. Законы построения коры. Функции II блока. Нарушения II блока. Форматирование для I блока мозга. Ретикулярная активирующая система и ствол мозга. Ретикулярная активирующая система и доли мозга. Ретикулярная активирующая система и полушария мозга. Форматирование для II блока мозга. Форматирование – Доли мозга – Интеграция. Островковая доля. Височная доля. Затылочная доля. Теменная доля. Лобная доля. Лимбическая доля. Протокол Баланса.	16	12	-
Тема 3.4.	Образ. Его значения и функции. ОБРАЗ в	16	12	-
НОК-3	НейроОБРАЗовательной кинезиологии. Части лобных долей.			

	Премоторная кора. Зона Брока. Дорсолатеральная фронтальная кора. Орбитофронтальная кора. III Блок программирования, регуляции и контроля сложных форм поведения. Взаимодействие трех основных функциональных блоков мозга. ФорматоОБРАЗ лобных долей. Точки снятия стресса. Пирамида потребностей А. Маслоу. Возрастная периодизация. Беременность. Роды. Восемь чудесных меридианов. Колесо баланса III Блок мозга. Протокол Баланса. Протокол работы с лобными долями. Протокол работы с полушариями. Поля Бродмана Протокол Борозды/ Извилины. Протокол «Возрастная периодизация и потребности». Протокол мыслительного регулирующего цикла. Общий протокол			
Тема 3.5. НОК-4	Синдромный нейропсихологический анализ отклоняющегося развития. Нейропсихологические синдромы отклоняющегося развития. Синдром функциональной несформированности лобных отделов мозга. Синдром функционально й несформированности левой височной области. Синдром функциональной несформированности межполушарных взаимодействий транскортикального уровня (мозолистого тела). Синдром несформированности правого полушария. Синдром дефицитарности образований (базальных ядер) мозга. Дефицитарность стволовых образований мозга. Дисгенетический синдром. Проводящие пути головного мозга. Общий протокол работы с синдромами. Перивентрикулярная система выживания.	16	12	-
Контур Крипто	АНО ДПО "ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ" КОСТАРЕВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА			

Тема 3.6. Практикум по НОК.	Разработать рекомендации для: - родителей, -учителей, -воспитателей при работе с синдромами развития.	-	-	60
Модуль № 4	Использование методов кинезиологии при работе с эмоциями.	104	41	-
Тема 4.1. Первичные эмоции.	Использование методов кинезиологии в работе с эмоциями. Что такое первичные эмоции. Система Я.Панксепа. Трехмозг П.Маклейна.	6	2	-
Тема 4.2.Система Страха.	4. Баланс Страха. Системная процедура.	6	2	-
Тема 4.3. Система Гнева.	Баланс Гнева. Системная процедура.	6	2	-
Тема 4.4.Система Стремления и Мотивации	Баланс Мотивации. Системная процедура.	6	2	-
Тема 4.5. Система Заботы. Система Паники.	Баланс Заботы. Системная процедура. Баланс Паники. Протокол работы.	8	3	-
Тема 4.6 Система Смятения	Баланс системы смятения. Системная процедура. Протокол работы.	4	2	-
Тема 4.7.Система кратковре нного и долговремен ного стресса.	Баланс кратковременного стресса. Баланс долговременного стресса.	8	2	-
Тема 4.8. Система работы с памятью и вниманием для сохранения	Виды памяти и внимания. Кратковременная, долговременная память, зрительная, слуховая, кинестетическая. Виды внимания.	16	7	-

Контур Кристо

владелец

АНО ДПО "ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И
ПСИХОЛОГИИ"
КОСТАРЕВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 28.07.2026

серийный номер

02e321c000f1b2a69b41ae5e9ad88b6737

срок действия

03.06.2025 - 03.09.2026

психоэмоционального состояния.				
Тема 4.9. Система Игры и Влечения. Особенности и работы с Сознанием.	Баланс Игра. Баланс Влечение. Работа с сознанием.	8	3	-
Тема 4.10. Безусловные рефлекссы.	Как работать с безусловным рефлексом страха, гнева и паники. Протокол работы.	8	3	-
Тема 4.11. Система Жажды.	Баланс Жажды. Баланс Питания. Протокол работы.	4	2	-
Тема 4.12. Роль сна в сохранении психоэмоционального состояния человека.	Психология сна. Стадии сна. Влияние сна на сохранение психоэмоционального состояния человека. Протокол работы.	4	2	-
Тема 4.13. Система Зависимости	Баланс по работе с Зависимостями	4	2	-
Тема 4.14. Процесс выработки условного рефлекса.	Баланс рассеивания, подавления и выражения эмоций. Баланс условного раздражителя. Канал формирования условного раздражителя. Канал подавления. Канал припоминания. Рассеивание эмоций.	16	7	-
Тема 4.15. Практикум по использованию методов кинезиологии и при работе с эмоциями.	Изучить: - биохимию эмоций системы Страх, Гнева, Паники, Мотивации, Заботы, Игры, Влечения. Составить рекомендации для взрослых и детей по профилактике возникновения отрицательных эмоций.	-	-	63
Модуль №5	Использование цвета, звука и символов для укрепления и сохранения психоэмоционального состояния человека.	8	2	-
Контур Крипто	психолог			

Тема 5.1. Роль и значение использования цвета.	Влияние цвета на психоэмоциональное состояние человека. Особенности работы. Протокол работы.	2	1	-
Тема 5.2. Роль и значение использования звука.	Как звук влияет на психоэмоциональное состояние человека. Особенности работы. Протокол работы.	2	-	-
Тема 5.3. Роль и значение использования символов (цифр, геометрических фигур).	Влияние символов на психоэмоциональное состояние человека. Цифры, геометрические фигуры, янтры, национальные орнаменты.	2	1	-
Тема 5.4. Роль и значение использования Платоновых тел.	Влияние Платоновых тел на психоэмоциональное состояние человека.	2	-	-
Тема 5.5. Практикум по использованию цвета, звука, символов.	Изучить: - Ки Шенг Ю Цветопунктура. 40 эффективных схем лечения. - о влиянии звуков и символов на организм человека.	-	-	15
Модуль № 6	Эмоциональное выгорание	8	4	-
Тема 6.1. Синдром эмоционального выгорания	Синдром эмоционального выгорания. Исследования в области физиологии стресса. Определение стадий синдрома эмоционального выгорания. Симптомы и динамика синдрома эмоционального выгорания. Протокол работы с синдромом эмоционального выгорания.	8	4	-
Тема 6.2. Практикум по работе с	Изучить: - Е.В. Котова «ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ»;	-	-	15
Контур-крипто	Н.Водошнянова, Е.Старченкова «Синдром выгорания»;	АНО ДПО "ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ" КОСТАРЕВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА		

ным выгоранием	Разработать тетрадь-опростник «Эмоциональное выгорание» Изучить тесты по определению эмоционального выгорания.			
Модуль №7	Работа с первичными движениями и рефлексами через методы нейропсихологии и кинезиологии.	72	34	-
Тема 7.1. Работа с первичными движениями через методы нейропсихол огии. Коррекцион ная программа для развития генетически х двигательны х стереотипов.	Роль работы двигательной системы в общем раннем развитии ребенка. Естественное развитие двигательных навыков. Первичная двигательная система и развитие высших когнитивных функций	2		
Тема 7.2. Первичные движения для развития и обучения	Типы:Сгибание и разгибание конечностей. Горизонтальное движение позвоночника. Разгибание туловища. Латеральное сгибание и разгибание позвоночника и передвижение. Гомологичные движения. Односторонние движения. Перекрестные движения. Намеренные движения. Ритмичные движения. Влияние на функционирование мозга. Задачи. Влияние на рефлексы. Упражнения для коррекции: сенсорные, сенсорно-двигательные, двигательные	6	2	
Тема 7.3. Работа с первичными рефлексами через методы нейропсихол огии.	Пирамида Вильямса. 4-х шаговый подход для развития мозга и тела. Развитие плода и эмбриона. Развитие младенца. Признаки нарушения психомоторных функций у грудных детей. Миелинизация. Трехлопастный мозг. Мозжечок. Ствол мозга, РАС, мышечный тонус. Лимбическая система. Игра и лимбическая система. Определение. История появления. Задачи и польза для развития. Классификация. Система координат. Активные или сохраненные рефлексы. Причины не интегрированных рефлексов. Примитивные рефлексы. Влияние	16	10	
Контур Крипто владелец АНО ДПО "ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И Кинезиологии" КОНСТАРЕВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА Документ подписан квалифицированной электронной подписью 28.07.2026 серийный номер 02e321c000f1b2a69b41ae5e9ad88e6737 срок действия 03.06.2025 - 03.09.2026				

	движений и упражнений на рефлексы и развитие. Рефлекс Моро. Рефлекс паралича страха. Лабиринтно-тонический шейный. Асимметричный шейно-тонический рефлекс. Симметричный шейный тонический рефлекс. Рефлекс Галанта. Рефлекс Ландау. Хватательный рефлекс. Поисковый рефлекс. Рефлекс Бабкина. Рефлекс Бабинского. Рефлекс Переса. Рефлекс поднятия руки. Рефлекс перекрестного сгибания и разгибания ног. Защитный сухожильный рефлекс. Рефлекс опоры рук. Рефлекс взлета и приземления. Ориентировочный рефлекс по Павлову «Что такое?!». Рефлекс автоматической ходьбы. Определение. Реакция. Возникновение. Значение для развития. Защитное значение. Преимущества. Признаки(опросник). Контрольный список. Тестирование. Упражнения для интеграции.			
Тема 7.4. Способы работы с рефлексами через методы кинезиологии и.	Соматосенсорные рефлексы. Вестибулярная система. Форматирование соматосенсорных рецепторов. Анатомические форматы мозжечка. Анатомические форматы долек мозжечка. Форматы червя. Анатомические форматы ядер мозжечка. Схемы иннервации мышц. Дифференцируемое прикосновение и сознательная проприоцепция. Рефлексы тройничного нерва. Вестибулярные рефлексы. Пути неосознанной проприоцепции. Недифференцируемое прикосновение. Зрительная система. Слуховая система. Вкусовая система. Обонятельная система. Энергетический рефлекс Моро. Слуховые рефлексы. Зрительные рефлексы. Слуховой ориентировочный рефлекс. Баланс путей развития. Пути плаценты. Пути амниобласта. Пути пуповины. Пути хориона. Пути ЦНС. Пути ПНС. Пути мышц и соединительной ткани. Пути гемолимфоидной системы. Пути сердечно-сосудистой системы. Пути пищеварительной системы. Пути мочевого пузыря. Пути мочевыделительной системы. Пути покровной системы. Пути половой системы. Пути эндокринной системы.	48	22	
Контур Крипто владелец АНО ДПО "ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ" ЮСТАРЕВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА				

	Пути развития ушей. Пути развития глаз. Пути дыхательной системы. Пути скелетной системы. Баланс вестибулярного рефлекса. Вестибулоокулярный рефлекс. Вестибулоокулярный шейный рефлекс. Вестибулярный шейный рефлекс. Баланс проприоцептивных рефлексов. Баланс осязательных рефлексов. Баланс осязательных рефлексов тройничного нерва. Зрачковый световой рефлекс-сужение. Зрачковый световой рефлекс-расширение. Зрительный рефлекс Моро. Мигательный рефлекс. Аккомодационный рефлекс. Балансы: энергетический рефлекс Моро; энергетический рефлекс Моро в отношениях; слуховой рефлекс Моро; акустический рефлекс среднего уха; обонятельный рефлекс; слуховой ориентировочный рефлекс; рефлекс привязанности. Протокол работы с: ретикулярной формацией моста, с медулярной ретикулярной формацией; с глазодвигательными мышцами; со спинномозговыми нервами и мышцами; рефлекс парализующего страха. Форматы рефлексов. Балансы путей развития рефлексов.			
Тема 7.5 Практикум по работе с рефлексами.	Составить систему работы и описать характеристику каждого рефлекса. Составить рекомендации родителям.	-	-	90
Модуль №8	Защита ВКР	-	-	-

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИН

4.1. Слушатели защищают практическую работу и выпускную квалификационную работу по выбранным и утвержденным темам, связанным с успешным использованием и внедрением знаний и практик кинезиологии в своей профессиональной деятельности. Результаты защиты оцениваются, как «отлично», «хорошо», «удовлетворительно». Защита практической и выпускной работ является основанием для выдачи Диплома.

4.2. Итоговая аттестация: практическая работа и защита выпускной квалификационной работы.

4.3. Промежуточная аттестация: зачёт в виде теста после каждого модуля:

Модуль №1. Основы кинезиологии.

Модуль №2. Работа со стрессом через форматы.

Модуль №3. НейроОБРАЗовательная кинезиология.

Модуль №4. Использование методов кинезиологии при работе с эмоциями.

Модуль №5. Использование цвета, звука и символов для укрепления и сохранения психоэмоционального состояния человека.

Модуль №6. Эмоциональное выгорание.

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 28.07.2026

серийный номер
срок действия

02e321c000f1b2a69b41ae5e9ad88e6737
03.06.2025 - 03.09.2026

5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

5.1. Методический материал: Принципы кинезиологии-1.Х.Тобар М. 2023г., Принципы кинезиологии-2. Х.Тобар М. 2014г., Принципы кинезиологии-3. Х.Тобар М. 2013г. Принципы кинезиологии-4. Х.Тобар М. 2013г. Форматы мозга. Х.Тобар М. 2022г., Исцеление звуком, цветом, символами. Х.Тобар М. 2018г., Костарева Е.С. Пути развития.2-25г.; Костарева Е.С. Первичные движения-2025г.; Костарева Е.С. Вестибулярные рефлекс 2025г.

5.2. Методический материал: Нейронные каналы эмоций-1 Х.Тобар 2015г., Нейронные каналы эмоций-2 Х.Тобар 2015г., Нейронные каналы эмоций-3 Х.Тобар 2015г., Нейронные каналы эмоций-4 Х.Тобар 2015г., Эмоциональное выгорание Х.Тобар 2018г. Работа с рефлексом. Ствол головного мозга Хьюго Тобар 2012г.

6. ДОКУМЕНТ О КВАЛИФИКАЦИИ:

Диплом о переподготовке АВТОНОМНОЙ НЕКОММЕРЧЕСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ» установленного законодательством образца.

7. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

7.1. Кадровое обеспечение.

Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими подготовку по профилю программы. Систематически занимающимися 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 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.

7.2. 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:

- Контур-Толк
- Геткурс

8. НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ

8.1. Основная литература:

Бойко В.В. Синдром Эмоционального выгорания в профессиональном общении. СПб 2000г.
Джованни Мачоча Психика в китайской медицине. Синофарм. М. 2013г.
Джованни Мачоча Основы китайской медицины. Рид Элсивер М.2011г. Том 1.
Джованни Мачоча Основы китайской медицины. Рид Элсивер М.2011г. Том 2.
Джованни Мачоча Основы китайской медицины. Рид Элсивер М.2011г. Том 3.
Тобар Х Исцеление звуком, цветом, символами. М. 2018г.,
Павлов И. Рефлексы. О больших половинках мозга.М.2023г.

Павлов И. Условные рефлексы. М. 1952г.

Павлов И.П. Рефлекс свободы (избранные статьи) Л. 2023г.

Контур-Крипто

владельцы

АНО ДПО «ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ»
КОСТАРЕВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА

8.2 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.

Кэрол Э.Изард Психология эмоций П. 2006г.

Овчинников Б.В., Дьяков И.Ф., Костюк Г.П., Технологии сохранения и укрепления психического здоровья. Учебное пособие СпецЛист 2010г

Нагорски Э., Нагорски А. Выгорание. Новый подход к избавлению от стресса М., 2022г.

8.3. 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://edu.gov.ru/> официальный сайт Министерства просвещения Российской Федерации.

9. АВТОРЫ 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, Резет-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.

Костарева Елена Сергеевна

Психолог, нейропсихолог, кинезиолог, клинический психолог, преподаватель АНО ДПО «ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ», инструктор Резет-1, Резет-2.

Контур Крипто

владелец

АНО ДПО "ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ"
КОСТАРЕВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 28.07.2026

серийный номер
срок действия

02e321c000f1b2a69b41ae5e9ad88e6737
03.06.2025 - 03.09.2026