

**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

**ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«Работа со стрессом методом форматирования-1»**

АКТУАЛЬНОСТЬ

Наукой доказано, что среднестатистический человек использует возможности своего мозга только 5%, более того людей, которые используют его на 15–16%, мы называем гениями!

Скорость мышления — важный показатель развитости интеллекта человека! И от него зависит многое в жизни человека: скорость усвоения информации, скорость принятия решений, скорость духовного и интеллектуального роста, скорость денежного потока, скорость опережения конкурентов.

При стрессе все функции мозга ухудшаются: память, внимание, работоспособность и т.д.

Форматирование мозга относится к методу самовосстановления, так как направлен не на устранение симптома, а на причину без применения химии и радикальных методов.

Этот метод могут изучают, как профессионалы, так и обычные люди для личного пользования.

С помощью снятия стресса при помощи форматирования специалист в работе с клиентом может добиться высокий результатов за короткий срок работы.

При форматировании мозга используется триада баланса (треугольник здоровья) которая помогает определить и сбалансировать стресс на разных уровнях. При помощи форматирования можно уловить энергетический отпечаток, который оставил после себя стресс на определённой структуре и высвободить его. Основой форматирования является сочетание мудр и определённых акупресурных точек, которые связаны с работой определённых отделов мозга.

На программе вы познакомитесь с форматированием: коры, лимбической системы, ствола мозга, промежуточного мозга, продолговатого мозга, варолиевого моста, спинного мозга.

Снятие стресса через баланс первичных эмоций в разных отделах мозга: миндалиновидном теле, РАГ, опорных ядрах краевой полосы, в поясной и подмозолистой извилине- это новое и перспективное направление.

В основе программы заложена информация по форматированию, предоставленная Х. Тобар.

Использование форматов мозга повысит уровень и качество в работе специалистов со стрессом.

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

Расширение возможностей и получение новых компетенций в работе со стрессом методом форматирования специалистами разных профессий в работе с детьми и взрослыми.

2.3. ЗАДАЧИ

2.3.1. Организовать и провести данную программу.

2.3.2. Создать комфортные условия для усвоения материала через использование презентаций, методических пособий, практического показа в группах, подгруппах и в парах.

2.3.3 Способствовать успешному усвоению знаний через использование обратной связи.

2.3.4. Повысить уровень компетентности специалистов в работе с форматированием.

2.3.5. Научить применять форматирование при индивидуальных консультациях с клиентами.

2.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

2.4.1 Слушатель должен знать:

- Основы Традиционной китайской медицины.
- Основы кинезиологии.
- Основы психологии.
- Основы работы с эмоциями.

2.4.2. Слушатель должен уметь:

- Использовать полученные знания в индивидуальной работе с детьми и взрослыми.
- Организовывать кабинеты, кружки, индивидуальную работу с детьми и взрослыми, которые находятся в состоянии стресса через использование метода форматирования.
- Разрабатывать программы по работе со стрессом, используя метод форматирования.
- Применять навыки снятия стресса, использовать знания в области форматирования.

2.5. КАТЕГОРИЯ СЛУШАТЕЛЕЙ:

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

2.6. СРОК ОБУЧЕНИЯ:

2.7. ТРУДОЕМКОСТЬ: нормативная трудоемкость по данной программе составляет 24 часа.

2.8. СТОИМОСТЬ ОБУЧЕНИЯ: 16000 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	
			Лекции	Самост. подготовка
1.	Модуль №1. История возникновения форматирования. Основные понятия и принципы.	2	2	
2.	Модуль №2. Работа со стрессом через форматирование.	10	8	2
3.	Модуль №3 Работа с эмоциональным стрессом через использование форматирования.	8	6	2
4.	Модуль № 4. Написание реферата	4	3	1
		24	19	5

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
Модуль №1.	История возникновения форматирования. Основные понятия и принципы.	2	
Тема 1.1. История возникновения форматирования.	История возникновения. Почему так важно использовать форматы при работе со стрессом. Роль мудр и акупресурных точек.		
Модуль №2	Работа со стрессом через форматирование.	8	2
Тема 2.1. Влияние стресса на отделы мозга.	Стресс. Стадии стресса Отделы мозга. Роль и функции. Реакции на стресс. Система работы.		
Тема 2.2. Форматы для нахождения и высвобождения стресса с разных отделов мозга.	Кора, лимбическая система, ствол, варолиев мост, промежуточный мозг, средний мозг, продолговатый мозг, спинной мозг. Функции. Как стресс нарушает работу отделов мозга. Система работы. Протокол работы.		
Модуль №3	Модуль №3 Работа с эмоциональным стрессом через использование форматирования.	6	2
Тема 3.1. Работа с первичными эмоциями на уровне разных отделов мозга через форматирование.	Страх. гнев, паника, грусть, печаль, тоска, вина, заблокированное получение удовольствия, награды, вознаграждения. Протокол работы.		

Тема 3.2. Баланс сердце-мозг и мозг- пищеваритель ная система.	Функции. Характеристика. Способы работы. Протокол работы.		
Модуль № 4	Написание реферата	3	1
Тема 4.1.	Темы рефератов: Модуль №1. История возникновения форматирования. Основные понятия и принципы. Модуль №2. Работа со стрессом через форматирование. Модуль №3 Работа с эмоциональным стрессом через использование форматирования.		

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИН

4.1. Слушатели пишут по выбранным темам реферат, который связан с успешным использованием и внедрением знаний и практик в области работы со стрессом через методы форматирования. Результаты оцениваются, как «зачтено», или «не зачтено». Написание реферата является основанием для выдачи Удостоверения о повышении квалификации.

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.,

6. ДОКУМЕНТ О КВАЛИФИКАЦИИ:

Удостоверение о повышении квалификации 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 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.

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:

- Яндекс Телемост.
- WPS Office
- Мой офис
- Контр-Толк

8. НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ

8.1. Основная литература:

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. Принципы кинезиологии-1 М. 2023г.,

Тобар Х. Принципы кинезиологии-2 М. 2023г.,

Тобар Х Форматы мозга. М. 2022г.,

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.

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

<https://здоровое-питание.рф/>

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

<https://znopr.ru/>

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

9. 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, 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.