

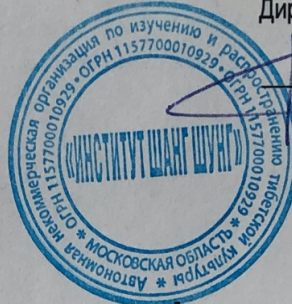
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПО ИЗУЧЕНИЮ И  
РАСПРОСТРАНЕНИЮ ТИБЕТСКОЙ КУЛЬТУРЫ

“ИНСТИТУТ ШАНГ ШУНГ”

ОГРН 1157700010929 ; ИНН/КПП 7709463604/ 503501001; 142541, Московская область, Павлово-Посадский район, р.п. Большие Дворы, ул.Маяковского, д. 2В.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор АНО “Институт Шанг Шунг”



Беляев В.А.

15.01.2020г.

Дополнительное профессиональное  
образование

Дополнительная профессиональная программа  
повышения квалификации

**«Оздоровительная система и  
методы психо-эмоциональной  
коррекции тибетской меди-  
цины»**

Московская область  
2020г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
  - 1.1. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ
  - 1.2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ
  - 1.3. КАТЕГОРИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
  - 1.4. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ
  
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
  - 2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН
  - 2.2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
  - 2.3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
  - 2.4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
  
3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
  
4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ
  - 4.1. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
  - 4.2. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
  - 4.3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## Дополнительная общеразвивающая программа «Оздоровительная система и методы психо-эмоциональной коррекции тибетской медицины»

Данная программа повышения квалификации предназначена для лиц, профессионально изучающих оздоровительные системы и методы психо-эмоциональной коррекции тибетской медицины.

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- приказом Министерства образования и науки РФ от 01.07.2013 № 4998 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

### 1.1. Цель программы

В соответствии с законодательством в сфере образования программа повышения квалификации направлена на совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

Целью данной программы является формирование/совершенствование компетенций, получение обучающимися необходимых теоретических и практических знаний оздоровительной системы тибетской медицины и методов психо-эмоциональной коррекции для практической деятельности в области психологии и оздоровления.

Программа направлена на развитие трудовых действий, знаний и умений по трудовой функции ВД 1. Организация и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп (по ПС "Психолог в социальной сфере")

### Описание перечня профессиональных компетенций в рамках имеющейся квалификации, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения

| Профессиональные компетенции  | Знания  | Умения   | Практический опыт (владение)   |
|---|---|--|--|
| 1   | 2   | 3  | 4  |
| ПК 1. Оказание психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию (А/03.7) | З 1. Психология кризисных состояний (концепции, подходы, факторы, методы и методики работы), рискология, психология горя, потери, утраты.<br>З 4. Технологии, методы и формы оказания психологической помощи при нарушениях социализации. | У 1. Взаимодействовать с разными лицами и группами по вопросам психологической помощи клиентам.<br>У 3. Обосновывать применение конкретных психологических технологий для преодоления клиентами трудностей социализации. | ПО 1. Разработка индивидуальных программ психологического сопровождения клиентов, в том числе с использованием ресурсов из различных источников. |

### 1.2. Требования к результатам освоения программы. Планируемые результаты обучения.

В результате изучения программы «Оздоровительная система и методы психо-эмоциональной коррекции тибетской медицины» обучающиеся должны:

#### **Знать:**

- ✓ Основополагающую теорию оздоровительной системы тибетской медицины;
- ✓ Системы оценки состояния организма;
- ✓ Классификацию методов психо-эмоциональной коррекции;
- ✓ Способы корректировки психо-эмоциональных расстройств;
- ✓ Как и когда применять тибетский оздоровительный массаж Ку-Нье;
- ✓ Каким должен быть специалист по оздоровительным системам тибетской медицины.
- ✓ Топографию основных точек воздействия массажа Ку-Нье

#### **Уметь:**

- ✓ проводить оценку состояния(тестирование) организма человека;
- ✓ определять текущее эмоциональное состояние человека;
- ✓ определять конституционный тип человека;
- ✓ готовить рабочее место для выполнения массажа.

#### **Владеть:**

- ✓ Основами психо-эмоциональной коррекции методами оздоровительной системы тибетской медицины;
- ✓ навыками массажа всех основных частей тела;
- ✓ навыками нахождения точек массажа Ку-Нье и воздействия на них;
- ✓ навыками организации процесса массажа для создания комфортных условий;
- ✓ навыками эргономичной работы при выполнении массажа.

**Иметь представление:**

- ✓ об истории появления и развития тибетской медицины;
- ✓ о месте тибетской медицины и её оздоровительных систем в современном мире;
- ✓ об основных методах оздоровления тибетской медицины;
- ✓ о том, как совмещать подход тибетской медицины с принципами западной психологии;
- ✓ о влиянии провокаций внешних и внутренних факторов среды обитания
- ✓ о преимуществах и ограничениях применения массажа Ку-Нье.

**1.3. Категория обучающихся**

К освоению программы повышения квалификации допускаются лица, имеющие высшее образование, а также получающие высшее образование.

Спецификой реализуемой образовательной программы обусловлено наличие или получение высшего образования по направлению Психология.

**1.4. Основные характеристики программы**

Образовательная деятельность обучающихся предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ: лекции, практические занятия.

Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут; занятия проводятся парами - **два академических часа (сдвоенное занятие) с пятиминутным перерывом.**

Продолжительность освоения программы – 36 академических часов по очной форме обучения.

Режим занятий 6 дней в неделю по 6 академических часов.

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана и регламентируется расписанием занятий.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Программа повышения квалификации

#### **«Оздоровительная система и методы психо-эмоциональной коррекции тибетской медицины»**

**Цель:** получение обучающимися необходимых теоретических и практических знаний оздоровительной системы и методов психо-эмоциональной коррекции тибетской медицины для практической деятельности в сфере психологии и оздоровления.

**Продолжительность программы:** 36 академических часов.

**Форма обучения:** очная.

| № пп | Наименование разделов  | Всего, час. | В том числе |  | Формы контроля |
|------|--|-------------|-------------|--|----------------|
|      |  |             | Лекции      | Практические занятия, семинары, тестирование |                |
| 1    | Краткая история тибетской медицины.  | 2           | 2           |  | тест           |
| 2    | Теоретические основы оздоровительной системы тибетской медицины.             | 4           | 4           |  | тест           |
| 3    | Причины и условия возникновения дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств | 4           | 4           |  | тест           |
| 4    | Методы оценки состояния организма в тибетской медицине.                      | 6           | 3           | 3  | тест           |
| 5    | Методы устранения дисбаланса и психо-эмоциональная коррекция.                | 5           | 5           |  | тест           |
| 6    | Оздоровительный массаж Ку-Нье.   | 13          | 3           | 10   | тест           |
| 7    | Итоговая аттестация  | 2           |             |  | зачет          |
|      | ИТОГО:   | 36          | 21          | 13   |                |

**2.2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**Дополнительная профессиональная программа**  
**повышения квалификации**  
**«Оздоровительная система и методы психо-эмоциональной коррекции**  
**тибетской медицины»**

**Цель:** получение слушателями необходимых теоретических знаний и практических навыков оздоровительной системы тибетской медицины и методов психо-эмоциональной коррекции, содержащихся в ней, для их практической деятельности в сфере психологии и оздоровления.

**Срок обучения:** 36 академических часов.

**Режим занятий:** 6 дней по 6 академ. часов в день.

| № п/п    | Наименование разделов   | Всего, час. | В том числе |                                | Формы контроля |
|----------|---|-------------|-------------|--------------------------------|----------------|
|          |   |             | Лекции      | Практические занятия, семинары |                |
| <b>1</b> | <b>Краткая история тибетской медицины.</b>  | <b>2</b>    | <b>2</b>    |                                | тест           |
| 1.1      | Истоки тибетской медицины.  | 1           | 1           |                                |                |
| 1.2      | Предыстория и современный этап развития тибетской медицины в России и в мире                                    | 1           | 1           |                                |                |
| <b>2</b> | <b>Теоретические основы оздоровительной системы тибетской медицины.</b>   | <b>4</b>    | <b>4</b>    |                                | тест           |
| 2.1      | Принцип Пяти Элементов согласно текстам тибетской медицины  | 1           | 1           |                                |                |
| 2.2      | Принцип трёх жизненных начал  | 2           | 2           |                                |                |
| 2.3      | Конституции людей в соответствии с тремя жизненными началами  | 1           | 1           |                                |                |
| <b>3</b> | <b>Причины и условия возникновения дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств.</b>                            | <b>4</b>    | <b>3</b>    | <b>1</b>                       | тест           |
| 3.1      | Развитие и природа дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств.  | 1           | 1           |                                |                |
| 3.2      | Признаки проявления дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств.   | 2           | 1           | 1                              |                |
| 3.3      | Классификация видов дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств.   | 1           | 1           |                                |                |
| <b>4</b> | <b>Методы оценки состояния организма в тибетской медицине.</b>  | <b>6</b>    | <b>3</b>    | <b>3</b>                       | тест           |
| 4.1      | Системы определения состояния организма посредством обследования пульса.  | 2           | 1           | 1                              |                |
| 4.2      | Системы определения состояния организма посредством осмотра.  | 2           | 1           | 1                              |                |
| 4.3      | Системы определения состояния организма посредством опроса.   | 2           | 1           | 1                              |                |
| <b>5</b> | <b>Методы устранения дисбаланса и психо-эмоциональная коррекция.</b>  | <b>5</b>    | <b>4</b>    | <b>1</b>                       | тест           |
| 5.1      | Обзор методов устранения дисбаланса.  | 1           | 1           |                                |                |
| 5.2      | Принципы оздоровления и психо-эмоциональной коррекции на основе трёх жизненных начал.                           | 2           | 1           | 1                              |                |
| 5.3      | Провокации внешних и внутренних факторов среды обитания и их учёт при коррекции психо-эмоциональных расстройств | 2           | 2           |                                |                |
| <b>6</b> | <b>Оздоровительный массаж Ку-Нье</b>  | <b>13</b>   | <b>3</b>    | <b>10</b>                      | тест           |
| 6.1      | Польза от применения массажа Ку-Нье   | 0.5         | 0.5         |                                |                |

|          |                            |          |    |    |              |
|----------|----------------------------|----------|----|----|--------------|
|          | или противопоказан         |          |    |    |              |
| 6.3      | Топография массажных точек | 2        | 1  | 1  |              |
| 6.4      | Техники Массаж Ку-Нье      | 10       | 1  | 9  |              |
| <b>7</b> | <b>Итоговая аттестация</b> | <b>2</b> |    |    | <b>зачет</b> |
|          | ИТОГО                      | 36       | 19 | 15 |              |

### 2.3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

| №п/п | Наименование разделов  | Всего,<br>час. | Учебные дни и кол-во часов. |        |        |        |        |        |
|------|--|----------------|-----------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|
|      |  |                | 1 день                      | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день |
| 1    | Краткая история тибетской медицины.  | 2              | 2                           |        |        |        |        |        |
| 2    | Теоретические основы оздоровительной системы тибетской медицины.             | 4              | 4                           |        |        |        |        |        |
| 3    | Причины и условия возникновения дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств | 4              |                             | 4      |        |        |        |        |
| 4    | Методы оценки состояния организма в тибетской медицине.                      | 6              |                             | 2      | 4      |        |        |        |
| 5    | Методы устранения дисбаланса и психо-эмоциональная коррекция.                | 5              |                             |        | 2      | 3      |        |        |
| 6    | Оздоровительный массаж Ку-Нье.   | 13             |                             |        |        | 3      | 6      | 4      |
| 7    | Итоговая аттестация (зачет)  | 2              |                             |        |        |        |        | 2      |

## 2.4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### Программа повышения квалификации «Оздоровительная система и методы психо-эмоциональной коррекции тибетской медицины»

#### Раздел 1. Краткая История тибетской медицины

Тема 1.1. Истоки тибетской медицины.

Зарождение основ тибетской медицины в культуре древнего государства Шанг-Шунг. Народная медицина ШангШунга. Источники из Бонпо, в которых впервые упоминается этот вид целительства. Наиболее важные исторические личности, внёсшие свой вклад в развитие тибетской медицины.

Упоминание и краткое жизнеописание важнейших учителей и правителей, внёсших большой вклад в развитие тибетской медицины, таких как: Шенраб Мивоче, Чедбу Трише, Трисонг Дэцен, Ютогпа старший, Еютук Юандан Гунпу, Еютук Серма Юандан Гунпу, Ютогпа младший. Развитие в Шанг Шунге. Передача знаний Шенрабом Мивоче своим сыновьям. Обмен опытом и диспуты, организованные впервые в VII веке тибетским императором ТрисонгДэценом, пригласившим 9 царских мастеров из 9 земель (индийской, непальской, кашмирской, китайской, хотанской, таджикской, персидской, афганской, римской). Создание Еютуком Юанданом Гунпу 4-х томного труда Чжуд-ши. Дальнейшее изучение и практика тибетской медицины и её оздоровительных систем, написание комментариев и пояснений к сложным моментам Чжуд-ши тибетскими учеными и целителями-практиками. Переход к современному этапу- распространение тибетской медицины за пределы Тибета.

Тема 1.2. Предыстория и современный этап развития тибетской медицины в России и в мире.

Появление в России тибетской науки оздоровления, пришедшей из Тибета и Монголии. Официальное признание в Российской империи на государственном уровне тибетской медицины в 1741 году. Распространение в Бурятии, Туве, Калмыкии, Тюменской и Иркутской области. Переводы на русский язык «Чжуд-ши», «Вайдурья-онбо» и других основополагающих трактатов. Появление русскоязычных трудов по тибетской медицине. Создание инициативных групп с выдающимися учеными для изучения тибетской медицины в 1930-х в Санкт Петербурге. Научные исследования тибетской медицины и трактатов в Академии Наук СССР. Исследование и применение тибетской медицины в современном мире - научные исследования методов и препаратов, применение методов тибетской медицины в амбулаторных и стационарных условиях.

#### Раздел 2. Теоретические основы оздоровительной системы тибетской медицины

Тема 2.1. Принцип пяти элементов согласно текстам тибетской медицины.

Философия Пяти Элементов. Для чего необходимо знание теории пяти элементов в тибетской медицине. Соответствие пяти элементов различным проявлениям природы. Соотношение структурных компонентов организма с пятью элементами. Характеристики

пяти элементов. Глубинные взаимосвязанные связи между элементами природы и состоянием организма человека в парадигме пяти элементов. Вкусы в соответствии с пятью элементами.

### Тема 2.2. Принцип трёх жизненных начал

Три жизненных начала человека. Для чего необходимо знание о трёх жизненных началах человека. Характеристики трёх жизненных начал человека. Как проявляются недостаток, избыток и дисбаланс трёх жизненных начал человека. Питание и образ жизни в соответствии с тремя жизненными началами человека. Сезонное и возрастное поведение и диета в соответствии с тремя жизненными началами. Учёт конституциональных особенностей человека при подборе и проведении методов воздействия для восстановления баланса организма.

### Тема 2.3. Конституции людей в соответствии с тремя жизненными началами

Семь видов конституции. Для чего необходимо уметь определять конституцию человека. Как определяется конституция человека. Характеристики трёх единичных видов конституции человека. Характеристики трёх двойных видов конституции человека. Характеристики одного сочетанного вида конституции человека. Особенности каждого из видов конституции человека. Учёт конституции при выборе воздействия.

## **Раздел 3. Причины и условия возникновения дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств**

### Тема 3.1. Развитие и природа дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств.

Общие расстройства организма. Стадии развития дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств. Влияние конституции человека на предрасположенность и особенности дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств. Как начинаются любые расстройства. Природа дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств.

### Тема 3.2. Признаки проявления дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств.

Как проявляются дисбаланс и психо-эмоциональные расстройства с точки зрения Оздоровительной системы тибетской медицины. Характеристики различных видов дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств.

### Тема 3.3. Классификация видов дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств.

Категории дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств. Виды дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств. Критерии и методы классификации различных видов дисбаланса и психо-эмоциональных расстройств.

## **Раздел 4. Методы оценки состояния организма в тибетской медицине**

Тема 4.1. Системы определения состояния организма посредством обследования пульса.

Принципы обследования пульса. Время обследования пульса. Подготовка к обследованию пульса. Позиции пульса. Характеристики пульса. Естественный врождённый пульс. Женский, мужской и нейтральный пульсы. Глубина пульса. Сила биения пульсовой волны. Наполненность пульса. Скорость пульса. Стабильность и ритмичность пульса. Сезонные и возрастные изменения характеристик пульса. Изменения в соответствии с состоянием трёх жизненных начал. Пульсы жара и холода.

Тема 4.2. Системы определения состояния организма посредством осмотра.

Общие и особые методы осмотра. Принципы осмотра языка. Принципы осмотра мочи. Осмотр кожных покровов и комплекции. Осмотр органов чувств. Осмотр продуктов выделения. Осмотр структуры и осанки тела.

Тема 4.3. Системы определения состояния организма посредством опроса.

Общий и специфический опрос. Образ жизни, диета, погодноклиматические особенности места жительства, утяжеляющие обстоятельства, время проявления. Выявление симптомов, указывающих на недостаток, избыток или дисбаланс трёх жизненных начал.

## **Раздел 5. Методы устранения дисбаланса и психо-эмоциональная коррекция**

Тема 5.1. Обзор методов устранения дисбаланса.

Различные методы устранения дисбаланса в оздоровительной системе тибетской медицины. Внешние терапии. Очищающие воздействия. Коррекция питания и поведения. Гармонизация трёх жизненных начал. Дисбаланс в области торса. Дисбаланс в области головы. Дисбаланс, связанный с жаром. Дисбаланс, связанный с Холодом. Дисбаланс в области верхней части тела. Общие дисбалансы. Специфические дисбалансы у женщин. Специфические дисбалансы у детей. Провокации. Ранения. Отравления.

Тема 5.2. Принципы оздоровления и психо-эмоциональной коррекции на основе трёх жизненных начал.

Учёт трёх жизненных начал человека при назначении методов коррекции состояния. Особенности выбора методов и проведения коррекции в соответствии с конституцией человека. Виды внешних воздействий для различных конституций. Виды травяных сборов при различных видах расстройств.

Тема 5.3. Провокации внешних и внутренних факторов среды обитания и их учёт при коррекции психо-эмоциональных расстройств.

Факторы и различные виды и уровни влияния среды обитания на человека. Месторасположение, сезоны и классы психо-эмоциональных расстройств, происходящих под воздействием внешних и внутренних факторов среды обитания. Принципы проявления и характеристики провокаций. Назначение коррекции психо-эмоционального состояния в условиях возможности наличия влияния провокаций.

## **Раздел 6. Оздоровительный массаж Ку-Нье**

Тема 6.1. Польза от применения массажа Ку-Нье.

Показания к применению. Лечение нервных болезней. Общее расслабление. Гармонизация состояния человека, получающего массаж Ку-Нье. Польза для кровеносно-сосудистой системы. Лимфатическая система. Снятие психических и физических напряжений. Воздействие на три жизненных начала. Опосредованное воздействие на внутренние органы. Воздействие на органы чувств. Уменьшение и освобождение от болей. Улучшение работы опорно-двигательного аппарата. Очищение организма. Преодоление расстройств сна.

Тема 6.2. Обзор случаев, при которых массаж не рекомендуется или противопоказан.

противопоказания к применению. Наличие воспалительных процессов в организме. Повышенная температура. Наличие опухолей. Аллергии к используемому маслу. Открытые раны и язвы на коже. Обзор случаев, при которых не следует применять массаж Ку-Нье.

### Тема 6.3. Топография массажных точек.

Происхождение точек. Точки, расположенные на голове. Точки, расположенные на лице. Точки, расположенные на спине. Точки, расположенные на передней поверхности торса. Точки, расположенные на руках. Точки, расположенные на ногах. Измерения для нахождения точек Ку-Нье. Стандартный анатомический размер Цон. Определение индивидуального Цон. Методы нахождения точек с использованием кратных стандартному размеру расстояний от характерных частей тела. Измерения для точек, расположенных на голове. Измерения для точек, расположенных на спине. Измерения для точек, расположенных на передней поверхности торса. Измерения для точек, расположенных на ногах. Измерения для точек, расположенных на руках.

### Тема 6.4. Техники Массаж Ку-Нье.

Подготовка массажного стола. Подготовка всех подсобных и расходных материалов. Подготовка внутреннего состояния массажиста Ку-Нье. Массаж спины. Точки верхней, средней и нижней части спины. Массаж ног. Точки Ку-Нье на ногах. Массаж рук. Точки Ку-Нье на руках. Массаж верхней части груди. Массаж головы и шеи. Массаж лица. Последовательность воздействия. Воздействие на точки Ку-Нье. Завершение сеанса

## Раздел 7. Проверка знаний.

Итоговая аттестация проводится преподавателем курса дополнительного профессионального образования в форме теста и по результатам выполнения практических работ и работы на семинарах. По результатам теста выставляется оценка «зачет» или «незачет». В отдельных случаях возможно проведение аттестации дистанционно на основании результатов тестирования и анализа отчета о выполненной работе.

## 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Аттестация обучающихся осуществляется в следующих формах:

- ✓ промежуточная аттестация;
- ✓ итоговая аттестация.

Итоговая аттестация (форма – зачет), по результатам которой выставляется оценка «зачет» или «незачет», состоит из двух частей: теоретической и практической. Теоретическая часть зачета проводится в форме теста.

Критерий оценивания.

Оценка «зачет» ставится в случае, если обучающийся ответил правильно на 50% и более вопросов.

### Примерные вопросы теста:

#### Примерные вопросы теста (зачёта):

1. Как называется основной трактат тибетской медицины.
2. Какое жизненное начало в первую очередь связано с психо-эмоциональными расстройствами.
3. Каких исторических личностей, внесших вклад в формирование тибетской медицины вы знаете.
4. Как называются пять элементов в системе тибетской медицины.
5. Каким внутренним органам соответствуют пять элементов.
6. Какое питание предпочтительно для гармонизации тревожных состояний.
7. Как соотносятся вкусы и элементы.
8. Как называются три основных жизненных начала в системе тибетской медицины.

10. Как меняются проявления трёх жизненных начал в соответствии с возрастом человека.
11. Сколько типов конституции рассматривается в системе тибетской медицины.
12. Перечислить типы конституции, согласно системе тибетской медицины.
13. Каковы стадии развития расстройств.
14. Как классифицируются психо-эмоциональные расстройства.
15. Какими видами обследования пользуется система тибетской медицины.
16. Где располагаются позиции для обследования пульса.
17. Какое время суток считается наиболее подходящим для пульсовой диагностики.
18. Что такое естественный врождённый пульс.
19. Какие три основных вида пульса устанавливаются при обследовании пульса.
20. Какие виды обследования путём осмотра применяются в тибетской медицине.
21. Что выясняется посредством обследования путём опроса.
22. Каковы основные причины приводящие к дисбалансу в состоянии трёх жизненных начал.
23. Как влияют погодно-климатические условия на состояние трёх жизненных начал.
24. Какие методы применяются для коррекции любых расстройств (перечислить).
25. Что имеется ввиду под провокациями внешних и внутренних факторов.
26. Какую пользу может принести массаж Ку-Нье.
27. При каких расстройствах рекомендуется Ку-Нье.
28. Каковы противопоказания для назначения массажа Ку-Нье.
29. Как называется и как определяется индивидуальный стандарт измерения для нахождения точек Ку-Нье.
30. В чём важность тщательной подготовки рабочего места для массажа Ку-Нье.
31. С чего начинается массаж Ку-Нье.
32. Для чего нужны настройка и установление контакта с получающим массаж.
33. На какие части (тела) разделяется полный массаж Ку-Нье.
34. В чём важность правильной позиции тела массажиста Ку-Нье при выполнении массажа.
35. Для чего применяется умещение маслом в массаже Ку-Нье.
36. Для чего применяется прогревание особых точек Ку-Нье.
37. Каковы основные зоны прогрева при массаже Ку-Нье.
38. Сколько точек применяется при массаже спины.
39. Сколько точек применяется при массаже ног.
40. Сколько точек применяется при массаже головы.
41. Сколько точек применяется при массаже лица.
42. Как завершается массаж Ку-Нье.

### **Темы практической части итоговой аттестации (зачета)**

- Подготовка рабочего места;
- Массаж спины;
- Массаж ног;
- Массаж рук;
- Массаж верхней части груди;
- Массаж головы и шеи;
- Массаж лица;
- Расположение точек Ку-Нье;
- Основы обследования пульса;
- Основы обследования путём осмотра и опроса;
- Определение конституции;
- Оценка психо-эмоционального состояния на примерах;
- Применение методов психо-эмоциональной коррекции.

## 4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 4.1 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Учебный центр располагает материально-технической базой, обеспечивающей изучение содержания программы, предусмотренной учебным планом.

| № п/п | Наименование аудиторий, кабинетов, лабораторий, специального оборудования и техники | Кол-во, шт. | Форма владения, пользования (собственность, оперативное управление, аренда и т.п.) |
|-------|---|-------------|--|
| 1     | Учебный класс или аудитория   | 1           | аренда   |
| 2     | Учебный стенд   | 1           | собственность  |
| 3     | Учебные столы для практики  | 25          | собственность  |
| 4     | Классная доска  | 1           | собственность  |
| 5     | Стулья  | 50          | собственность  |
| 6     | Стол  | 50          | собственность  |
| 7     | Ноутбук   | 1           | собственность  |
| 8     | Проектор  | 1           | собственность  |

### 4.2. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Реализация образовательной программы обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

Квалификация педагогических работников соответствует требованиям Единого квалификационного справочника и профессиональных стандартов по соответствующим должностям.

### 4.3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

#### а) Литература:

- Пунцог Вангмо, Даниял Ибрагимов, Психологическая коррекция в тибетской медицине, -М, 2019г.
- Пунцог Вангмо [PhuntsogWangmo], Чжуд-ши. Том 1. Коренная Тантра; пер. с англ. Сонг Парк и др., СПб, Шанг Шунг, 2019г.
- Пунцог Вангмо [PhuntsogWangmo], Чжуд-ши. Том 2. Объяснительная Тантра; пер. с англ. Сонг Парк и др., СПб, Шанг Шунг, 2019г.
- Пунцог Вангмо [PhuntsogWangmo] Основы массажа Ку-Нье. Техники выполнения; пер. с англ. Сонг Парк и др., СПб, Шанг Шунг, 2019г.
- Чогьял Намкай Норбу [ChogyalNamkaiNorbu] Рождение, жизнь и смерть согласно тибетской медицине и учению Дзогчен; пер. с тиб. Элио Гуариско; пер. с англ. Фариды Маликова, СПб, Шанг Шунг, 2013г.
- Чогьял Намкай Норбу [ChogyalNamkaiNorbu] ПРАКТИКА ТИБЕТСКОГО МАССАЖА КУНЬЕ; пер. с тиб. Элио Гуариско; пер. с англ. Фариды Маликова, СПб, Шанг Шунг, 2013г.
- Дэсрид Санчжай-чжамцо. Вайдурья онбо (Гирлянда голубого берилла). Комментарий к "Чжудши"; пер. Д. Дашиев ,

**б) Вспомогательные раздаточные материалы:**

1. Пунцог Вангмо, Характеристики 5 элементов, пер. с англ. Бобыльская Е, - М, 2019.
2. Пунцог Вангмо, Свойства и характеристики 3-х жизненных начал, с англ. Бобыльская Е, - М, 2019.
3. Пунцог Вангмо, Характеристики различных пульсов, с англ. Бобыльская Е., - М, 2019.
4. Пунцог Вангмо, Определение конституции, с англ. Бобыльская Е., - М, 2019.
5. Пунцог Вангмо, Топография массажных точек Ку-Нье, пер. с англ. Бобыльская Е., - М, 2019.
6. Пунцог Вангмо, Порядок выполнения техник при общем массаже, пер. с англ. Бобыльская Е., - М, 2019.
7. Пунцог Вангмо, Оценка состояния организма посредством осмотра, пер. с англ. Бобыльская Е., - М, 2019.
8. Пунцог Вангмо, Оценка состояния организма посредством опроса, пер. с англ. Бобыльская Е., - М, 2019.
9. Пунцог Вангмо, Проведение оздоровительного массажа Ку-Нье.пер. с англ. Бобыльская Е., - М, 2019.

**в) Презентационные материалы по темам:**

- Теоретические основы тибетской медицины;
- Основные методы оценки состояния организма;
- Топография массажных точек Ку-Нье;
- Техники массажа и порядок их выполнения.

**г) Методические и дидактические материалы по методам психо-эмоциональной коррекции тибетской медицины в бумажном и электронном виде.**