

Требования и процедура для сертификации

Домашний ассессмент и оценка курса

Содержание

Обобщение того, что делать

Требования и процедура для сертификации

Оценка курса

Ассессмент: Основные концепции и опыт – вопросы для ассессмента

Обобщение того, что делать

Ваш заключительный ассессмент должен быть предоставлен на рассмотрение* организаторам тренинга и Гуру Раттане на адрес электронной почты kriya@grantha.pro.

Пожалуйста, включите в него следующие материалы и информацию и выполните приведённые ниже требования:

[1] Оценка курса должна быть завершена и отправлена к **15 октября 2017**.

[2] Ответы на вопросы в приведённом ниже Ассессменте. Рекомендуем выполнить ассессмент до **1 марта 2018**.

[3] Пожалуйста, отметьте также, что вы закончили свою 40-дневную Садхану, 10 часов практического преподавания и 10 часов наблюдения йога-классов.

* Ассессмент должен быть предоставлен на русском и английском языках. Если вы не владеете английским, то можете обратиться к знакомым, которые помогут вам, или к профессиональному переводчику, который переведёт вам вашу работу.

Контакты переводчика:

Жанна Волкова (Hari Karta) kriya@grantha.pro, +7 (910) 943-67-87 (Россия); +381-644-189-186 (Сербия)

Стоимость перевода 6 евро за 1800 печатных знаков с пробелами (количество знаков считается в программе Word в разделе «Рецензирование» → «Статистика»).

Требования и процедура для сертификации

200-часовой курс «Йога Альянса» фактически включает в себя 220 часов – 180 часов занятий на курсе и 40 часов самообразования, Садханы и преподавания.

Всё вышеназванное необходимо для получения вашего сертификата от Школы Йоги K.R.I.Y.A (Kundalini Rising International Yoga Academy), Сан-Диего, Калифорния, США, аккредитованной «Йога Альянсом». Директор Школы – Гуру Раттана Ph.D.

1. 180 часов обучения на курсе

Вы должны пройти обучение по программе 180 часов. Это включает в себя прохождение 1-го и 2-го модулей программы.

2. 40 часов самообразования и ассессмент

Оставшиеся 40 часов включают (1) самообразование, (2) практическое преподавание и (3) посещение классов Кундалини йоги, которые проводят другие преподаватели (если это доступно в вашем городе).

Самообразование и прохождение домашнего письменного ассессмента – это ваш «заключительный экзамен». Ниже мы обрисовываем те основные концепции и опыт, которые вы должны были получить на курсе обучения. Пожалуйста, используйте вопросы как руководство. Подойдите к этому заданию творчески и работайте и с информацией, и с оценочными вопросами так, как это больше отвечает требованиям вашего личностного роста и успеха как учителя йоги. Наслаждайтесь процессом! Вы выполняете свою собственную духовную работу и готовитесь стать учителем.

♥ **Вы должны подать на рассмотрение ответы на вопросы в письменном виде. Необходимо поддерживать связь внутри группы и помогать другим!**

3. Оценка курса

Вы должны прислать оценку курса до 15 октября 2017. Вопросы приведены ниже.

4. Посещение других классов Кундалини йоги

Полезно посетить занятия Кундалини йогой, которые проводят другие учителя, и понаблюдать за разными стилями преподавания. Если возможно, посетите как минимум 10 классов разных учителей. Вы также можете посмотреть видеозаписи занятий, проводимых Гуру Раттаной (Guru Rattana On-line), на сайте www.yogatech.com (если понимаете английский язык).

5. Практическое преподавание

Вы должны провести как минимум 10 занятий. Хорошо, если у вас есть знакомый, который также участвует в программе обучения, чтобы вы могли посещать занятия друг друга и давать друг другу обратную связь.

4. Ежедневная Садхана

Каждый учитель должен выполнять ежедневную Садхану. Пожалуйста, опишите кратко свою ежедневную Садхану.

Сертификаты

После того, как вы выполните все требования и отправите ассессмент организаторам на адрес kriya@grantha.pro, организаторы перешлют вашу работу Гуру Раттане. После её одобрения и положительного решения о сертификации вы получите уведомление об успешном прохождении курса. Если какое-либо требование не будет выполнено, мы попросим вас выполнить его. Пожалуйста, дайте нам 4-6 недель для прочтения ваших работ и для того, чтобы мы выслали вам ваш сертификат.

Несмотря на то, что нет официального ограничения по времени, мы настоятельно рекомендуем вам, чтобы вы завершили свой процесс ассессмента для завершения курса обучения и сертификации до **1 марта 2018 года**.

Получив сертификат Школы Йоги K.R.I.Y.A., вы можете подать заявление на членство в «Йога Альянсе» и стать Учителем Йоги, сертифицированным «Йога Альянсом» (RYT). Вам необходимо послать в «Йога Альянс» копию своего сертификата, чтобы стать зарегистрированным учителем. Более подробная информация о «Йога Альянсе» приведена на сайте www.yogaalliance.org. Форма для заполнения приведена на сайте (при необходимости организаторы окажут помощь в заполнении этой формы). За регистрацию в «Йога Альянсе» взимается единовременная плата в размере 85 американских долларов.

Учительский форум на www.yogatech.com

Будучи учителем, проходящим обучение на тренинге, или уже сертифицированным учителем, вы можете присоединиться к Учительскому Форуму на сайте www.yogatech.com. Вы можете создать там свой бесплатный сайт и анонсировать свои занятия. Периодически Гуру Раттана делает рассылку для учителей. Это бесплатная услуга. Вы также получаете хорошие скидки при заказе товаров для йоги, представленных на сайте, включая руководства по Кундалини йоге Гуру Раттаны на английском языке.

Оценка курса

Оценка курса – это требование для получения вашего сертификата.

Мы будем признательны за искреннюю обратную связь по развитию этого курса.

Пожалуйста, пришлите нам её по электронной почте на адрес тренинга kriya@grantha.pro **до 15 октября 2017 года**. Отзывы должны быть на русском и английском языках.

Что бы вы оставили так, как есть?

Что бы вы изменили и как?

Другие комментарии и предложения.

Отзывы – Пожалуйста, дайте краткий отзыв (от 1 до 4 предложений) о курсе, чтобы мы могли использовать его для информирования будущих студентов. **Пожалуйста, укажите, хотели бы вы, чтобы ваш отзыв был размещён на нашем сайте с вашей фотографией.**

Ассессмент: основные концепции и опыт

Ниже приведены темы и вопросы для ассессмента знаний, полученных на курсе.

Вопросы под буквой «А» представляют собой названия тематических классов, которые вам необходимо провести для своих учеников (или друзей и членов семьи, если вы начинающий преподаватель и ещё не проводите регулярные занятия по Кундалини йоге). Вам необходимо представить конспект занятия с основными тезисами и объяснениями, а также названия крий и медитаций, которые вы будете использовать на этих классах. Пожалуйста, раскройте тему так, чтобы её основные концепции были понятны вашим ученикам. Также необходимо получить от учеников обратную связь и включить её в описание каждого занятия.

Вопросы под буквой «Б» – это вопросы для личностной оценки, касающиеся опыта вашей личной практики и преподавания. Кундалини йога – это живая практика, и каждый практикующий её – уникален и неповторим. В ответах на вопросы «Б» нам важно получить не сухую информацию из учебников, а описание вашего индивидуального живого опыта.

[1] Эпоха Рыб и Эпоха Водолея

1 А. Отличие эпохи Рыб от эпохи Водолея? Что нам необходимо, чтобы быть успешными в эпоху Водолея?

1 Б. Что вы получили от этого курса, что помогает вам справляться с трудностями времени?

[2] Сенсорная система

2 А. Сенсорная система и её внутренние составляющие.

2 Б. Как обучение внутреннему слушанию, наблюдению и чувствованию тела поменяло ваше осознание себя?

[3] Вселенские полярности

3 А. Мужская и женская полярности вселенской энергии: характеристики и свойства.
Восходящий и нисходящий потоки: характеристики и различия.

3 Б. Как ваше осознание мужской и женской полярностей помогло вам справляться со своим умом и эмоциями?

[4] Три модальности (GOD)

4 А. Модальности G – O – D: основные качества и проявления.

4 Б. Какое понимание вашей деятельности в этом мире пришло к вам после изучения трёх модальностей?

[5] Пять таттв, или элементы

5 А. Пять элементов: характеристики, свойства, проявления.

5 Б. Каков ваш энергетический отпечаток, и что вы можете сделать, чтобы сбалансировать, настроить и получить максимальную пользу от своей уникальной энергетической конфигурации?

[6] Устанавливая свою основу. Замки, или бандхи

6 А. Корневой замок и наша **основа**. Выполнение **замков**. **Цель** их применения.

6 Б. Как поддержание корневого замка влияет на ваш опыт выполнения упражнений? Как меняются ваши ощущения во время выполнения упражнений и после них, если вы применяете замки?

[7] Ступени духовного пробуждения

7 А. Ступени духовного пробуждения. Ориентиры на пути. Всегда есть что-то большее.

7 Б. Как вы до сих пор ощущали и ощущаете теперь **ступени духовного пробуждения**? (см. «Ступени пробуждения в описании Гуру Раттаны»: <http://www.kri.yxp.ru/stages>)

[8] Ум

8 А. Качества и функции **трёх умов**. **Нейтральный ум**: способы развития Нейтрального ума.

8 Б. Как вы используете нейтральный ум в жизни? Какое влияние оказывает нахождение в нейтральном уме на позитивный и негативный умы?

[9] Медитация священного пространства

9 А. **Священное пространство**. Что это такое и как получить доступ к нему?

9 Б. Как вы используете священное пространство в своей жизни и в преподавании?

[10] Мантры и наука звука

10 А. **Мантры** и сила звукового потока. **Наад йога**.

10 Б. Как **мантры** воздействуют на ваши эмоции и влияют на вашу реальность?

Какие мантры вы практиковали и как долго?

Каков ваш опыт Гуру-мантры?

Как определённые мантры или пение в общем меняет состояние вашего сознания?

[11] Духовное пробуждение и бхакти

11 А. Путь **Бхакти** и преданности.

11 Б. Как преданность влияет на ваше духовное пробуждение?

[12] Преподавая Кундалини йогу

12 Б. Как то, что вы стали учителем Кундалини йоги, изменило вашу жизнь? Нравится ли вам преподавать?

[13] Внутренняя реальность и внешняя проекция

13 А. Внутренняя **реальность** и **сила** проекции.

13 Б. Как вы понимаете, что такое внутренняя реальность и внешняя проекция? Как изменилась ваша внутренняя реальность и внешняя проекция после прохождения курса?

[14] 10 Тел Сознания

14 А. 10 Тел Сознания: качества, свойства и проявления.

14 Б. Какова ваша нумерологическая карта? Как информация о числах вашего рождения помогает вам понимать себя, свой жизненный путь и уроки на этом пути?

[15] Ассессмент опыта, полученного на занятиях

Выберите по меньшей мере 10 занятий Второго модуля учительского тренинга «Йога Осознания – 2017» и кратко расскажите о своём опыте изучения рассматриваемых на них тем.

По ссылке <http://www.kri.yxp.ru/requirements> вы найдёте Памятку по написанию и оформлению ассессмента.

Свои вопросы по написанию работы вы можете направлять по адресу kriya@grantha.pro.

Плодотворной вам практики и успехов в написании экзаменационной работы!

CAT HAM!