

Общество с ограниченной ответственностью
«Национальный центральный институт развития дополнительного образования»

117556, г. Москва, ул. Фруктовая, дом 7, корпус 1, офис 3, комната 12
Телефон +7(499) 110-88-46; e-mail: info@ncrdo.ru, веб-сайт: www.ncrdo.ru

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказ № 104 от «31» июля 2025 г.

Генеральный директор ООО «НЦРДО»

Зотов А.И.

М.П.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«Танцевально-двигательная терапия в практике психолога»

Общая трудоемкость

170 академических часов

Форма обучения

Заочная

Москва

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 01 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

3. Профессиональный стандарт «Психолог-консультант», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2022 № 537н.

1.2. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения

Цель: совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности по оказанию психологической помощи отдельным лицам в рамках имеющейся квалификации.

Обучающийся совершенствует следующие профессиональные компетенции в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология (бакалавриат):

Код	Наименование компетенции
ОПК-4	Способность использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования

По итогам освоения программы обучающийся должен

знать:

- подходы и методы танцевально-двигательной терапии;
- трансовые техники движения;
- танцевальные техники работы с мышечным панцирем;
- психотехнологии ИГДТ и применение в групповой работе;

уметь:

- применять методы и техники танцевально-двигательной терапии;
- разрабатывать программы групповых сессий танцевально-двигательной

терапии.

Планируемые результаты обучения по программе соответствуют выполняемым трудовым действиям, входящим в профессиональный стандарт «Психолог-консультант»:

Обобщенные трудовые функции	Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
Оказание консультационной психологической помощи населению	Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению	А/03.6	Реализация программ мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи

1.3. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

1.4. Форма обучения: заочная.

1.5. Срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 170 часов.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№п п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкос ть, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточ ной и итоговой аттестации (ДЗ, З) ¹
			Лекци и	Тестирован ие	Практическ ие занятия	
I Модуль. Основы танцевально-двигательной терапии						
1	Введение в танцевально-двигательную терапию	26	22	2	6	3
2	Подходы и методы танцевально-двигательной терапии	15	11	2		
3	Интегративная танцевально-двигательная терапия	34	30	2		
II Модуль. Техники танцевально-двигательной терапии						
4	Трансовые техники движения	22	18	2	8	3
5	Танцевальные техники работы с мышечным панцирем	11	7	2		
6	Психотехнологии и ИТДТ	39	35	2		
7	Применение ИТДТ в	20	16	2		

¹ ДЗ – дифференцированный зачет, З – зачет

	групповой работе					
Итоговая аттестация		3				Итоговое тестирование
ИТОГО		170				

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. час.	Учебные недели
1	I Модуль. Основы танцевально-двигательной терапии	75	1-4
2	II Модуль. Техники танцевально-двигательной терапии	92	5-9
	Итоговая аттестация	3	9

2.3. Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
I Модуль. Основы танцевально-двигательной терапии		
Тема 1. Введение в танцевально-двигательную терапию	Лекция/22 часа	Появление и развитие танцевально-двигательной терапии. Теоретические основы танцевально-двигательной терапии. Танцевальная терапия как вид психотерапии. Танцевально-двигательная терапия для детей
	Тестирование /2 часа	
Тема 2. Подходы и методы танцевально-двигательной терапии	Лекция/11 часов	Формы и техники танцевально-двигательной терапии. Подходы и методы танцевально-двигательной терапии. Танцевально-игровой тренинг
	Тестирование /2 часа	
Тема 3. Интегративная танцевально-двигательная терапия	Лекция/30 часов	Теоретические основы ИТДТ. Цели и механизмы ИТДТ. Формы и области работы ИТДТ. Основные методы ИТДТ. Танцтерапевт в интегративной танцевально-двигательной терапии
	Тестирование /2 часа	
	Практическое занятие /6 часов	Выполните задания: 1. Опробуйте на себе метод ИТДТ «Целенаправленный выбор музыки». Подберите несколько композиций с разным ритмом, опишите свои субъективные переживания: композиции с каким ритмом позволяют вам двигаться легко, а какие оказывают «удушающее» воздействие? Вы можете использовать различные способы обозначения «внутреннего» ритма человека

		<p>— барабан, тамбурин, хлопки, выстукивания ногами, напевание и т. д.</p> <p>2. Опишите профессиональные компетенции, которыми должен обладать танцтерапевт в интегративной танцевально-двигательной терапии.</p> <p>3. Заполните таблицу «Основные методы ИТДТ».</p> <p>4. Какие основные цели ИТДТ? Какие механизмы работают на пути изменения личности через танец? Охарактеризуйте их.</p>
II Модуль. Техники танцевально-двигательной терапии		
Тема 4. Трансовые техники движения	Лекция/18 часов	Понятие "изменённые состояния сознания" в психологии. Изменённые состояния сознания в танце. Техники пластического движения. Аутентичные движения. Контактная импровизация
	Тестирование /2 часа	
Тема 5. Танцевальные техники работы с мышечным панцирем	Лекция/7 часов	Роль телесного компонента в танцевально-двигательной терапии. Некоторые концепции телесно-ориентированного подхода. Семь сегментов мышечного панциря (по В. Райху). Техника Распускание панцирей. Метод М. Фельденкрайза. Биоэнергетический анализ А. Лоуэна. Структурная интеграция Иды Рольф
	Тестирование /2 часа	
Тема 6. Психотехнологии ИТДТ	Лекция/35 часов	Упражнения-разминки. Базовые психотехнологии. Контекстуальные тренинги. Ритуалы начала и завершения. Работа со взаимоотношениями
	Тестирование /2 часа	
Тема 7. Применение ИТДТ в групповой работе	Лекция/16 часов	Социально-психологические характеристики и преимущества групповой формы в ИТДТ. Методологические особенности применения методов ИТДТ в групповой форме работы. Разработка тренингов в ИТДТ. Применение ИТДТ в групповых работах с детьми. Видеоанализ в групповой работе
	Тестирование /2 часа	
	Практическое занятие /8 часов	<p>Выполните задания:</p> <p>1. Составьте примерный план групповой сессии танцевально-двигательной терапии. Какие стадии она в себя включает? Какие методы необходимо использовать на различных стадиях? Что необходимо учитывать при составлении плана занятия?</p> <p>2. Подумайте, на какую тему Вы бы хотели разработать программу тренинга ИТДТ. Подберите упражнения к вашей будущей программе тренинга. Тема должна исследоваться вначале индивидуально, затем в контакте с партнером (элементы контактной импровизации), затем на символическом, ритуальном уровне.</p>

		Опишите репертуар музыки, которую Вы бы хотели использовать. 3. Какие техники ИТДТ Вы бы использовали в групповых работах с детьми?
Итоговая аттестация	Итоговое тестирование /3 часа	

3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет и (или) дифференцированный зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на прохождение промежуточной аттестации, входит в общую трудоемкость освоения разделов, дисциплин (модулей) и проводится в форме, указанной в учебном плане.

3.2. Формы итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе повышения квалификации предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права выдачи удостоверения о повышении квалификации.

Итоговая аттестация проводится в форме итогового тестирования по программе обучения, включающего вопросы всех разделов, дисциплин (модулей).

3.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся разделов, дисциплин (модулей) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – максимально 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

Количество баллов по стобалльной системе	Результат аттестации в форме «зачет»
81-100	«зачтено»
61-80	«зачтено»
51-60	«зачтено»
50 и менее	«не зачтено»

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

Количество баллов по стобалльной системе	Отметка по четырехбалльной системе
91-100	«отлично»
81-90	«хорошо»
70-80	«удовлетворительно»
менее 70	«неудовлетворительно»

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы;

- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;

- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;

- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

4.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2
- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства
- Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Internet Explorer 8 или более новый).

4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы
- электронные образовательные ресурсы
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.
3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Учебно-методическая литература представлена в виде электронных информационных и образовательных ресурсов в библиотеках и в системе дистанционного обучения. Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

Список литературы и информационных источников

1. Грудницкая, Н.Н. Оздоровительные телесно-ориентированные технологии: учебное пособие / Н.Н. Грудницкая; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2014. – 209 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457277> (дата обращения: 03.06.2025). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
2. Копытин, А.И. Современная клиническая арт-терапия: учебное пособие / А. И. Копытин. – Москва: Когито-Центр, 2015. – 526 с.: ил., табл., схем. – (Современное психологическое образование). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430542> (дата обращения: 03.06.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-89353-437-5. – Текст: электронный.

3. Никитин, В.Н. Пластикодрама: Новые направления в арттерапии / В. Н. Никитин. – Москва: Когито-Центр, 2003. – 193 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56438> (дата обращения: 03.06.2025). – ISBN 5-89353-104-3. – Текст: электронный.
4. Пасютинская, В. М. Путешествие в мир танца: учебное пособие: [12+] / В. М. Пасютинская. – Санкт-Петербург: Алетейя, 2011. – 416 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=82926> (дата обращения: 03.06.2025). – ISBN 978-5-91419-318-5. – Текст: электронный.
5. Ходоров, Д. Танцевальная психотерапия и глубинная психология / Д. Ходоров; пер. О. Д. Шустова. – Москва: Когито-Центр, 2009. – 232 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56472> (дата обращения: 03.06.2025). – ISBN 978-5-89353-261-6. – Текст: электронный.
6. Шкурко, Т.А. Танцевально-экспрессивные методы в психологической практике: танцевальная психотерапия и танцевально-экспрессивный тренинг: учебник / Т.А. Шкурко; Южный федеральный университет, Академия психологии и педагогики. – Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2017. – 224 с.: схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493312> (дата обращения: 03.06.2025). – Библиогр.: с. 198-208. – ISBN 978-5-9275-2268-2. – Текст: электронный.

4.4. Кадровое обеспечение программы

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

Актуализация дополнительной профессиональной программы

№ пп	Содержание изменений	Раздел, в который вносятся изменения и дополнения	Дата внесения изменений

Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе повышения квалификации размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации

1. В какой игре применяется следующая схема расположения участников на площадке?

Выберите один ответ:

1. Весёлый поход
2. Ищем друга
3. Крылья
4. Лебединое озеро
5. Трансформер

2. Верны ли следующие утверждения?

А) Любому клиенту подойдут спонтанные танцы.

Б) Задача структурированных танцев – максимально отпустить контроль мышления, расслабиться и следовать за движениями и дыханием туда, куда тело и сознание сами захотят пойти.

Выберите один ответ:

1. Верно только А
2. Верно только Б
3. Оба утверждения верны
4. Оба утверждения не верны

3. Как называется сжатый до прототипического образа способ концептуализации действительности, с помощью которого осуществляется метафорическое проникновение сознания человека в глубинную структуру мира?

Выберите один ответ:

1. Инсайт
2. Осознание
3. Метафора

4. На каких взаимоотношениях концентрируется танце-терапевт?

Выберите один или несколько ответов:

1. Терапевт – клиент
2. Клиент - пространство
3. Осознанные движения – неосознанные
4. Терапевт-пространство

5. Что такое настоящая импровизация?

Выберите один ответ:

1. Движения, которые имеют привычный характер

2. Неосознанная спонтанность

3. Осознанная спонтанность

6. Укажите недостающий элемент в схеме.

Выберите один ответ:

1. Катарсис

2. Сублимация

3. Интеграция

7. В каких техниках движение начинается с импульса?

Выберите один или несколько ответов:

1. Пружина

2. Резина

3. Импульс

4. Рапид

5. Мульти

6. Робот

8. В чем помогает движение в контакте с другими в танцевально-двигательной терапии?

Выберите один ответ:

1. Избавиться от ограничений, которые мешают ребенку наладить контакт с самим собой, с другими людьми и с миром в целом

2. Восстановить и улучшить межличностную коммуникацию, тем самым повысить самооценку ребенка

3. Развить более широкий спектр поведенческих возможностей

9. Как называется древний трансовый танец, выполняемый в специальном костюме весом около 12 кг, в процессе которого танцор вращается и попеременно поднимает то правую руку (чтобы получить благословение неба), то левую (чтобы передать благословение земле)?

Выберите один ответ:

1. Танцы тотемного животного

2. Танец мандалы

3. Суфийские танцы

10. Какая часть групповой сессии помогает почувствовать свое состояние, включиться в группу, центрироваться?

Выберите один ответ:

1. Разогрев

2. Развитие

3. Завершение

Примеры заданий для практической работы

1. Выполните задания:

1. Опробуйте на себе метод ИТДТ «Целенаправленный выбор музыки».

2. Подберите несколько композиций с разным ритмом, опишите свои субъективные переживания: композиции с каким ритмом позволяют вам двигаться легко, а какие оказывают «удушающее» воздействие? Вы можете использовать различные способы обозначения «внутреннего» ритма человека — барабан, тамбурин, хлопки, выстукивания ногами, напевание и т. д.

3. Опишите профессиональные компетенции, которыми должен обладать танцтерапевт в интегративной танцевально-двигательной терапии.

4. Заполните таблицу «Основные методы ИТДТ».

5. Какие основные цели ИТДТ? Какие механизмы работают на пути изменения личности через танец? Охарактеризуйте их.