

TÄIENDUSKOOLITUSE ÕPPEKAVA

KRI Kundalini jooga õpetajakoolituse 2. Tase

“Autenset Suhted”

Õppekavarühm: Isikuareng

ÕPPEKAVA KIRJELDUS

Õppekava õpiväljundid.

Koolituse läbinud õpilane :

- Tunneb kundalini jooga eetika ja professionaalsete standardite koodeksit ja oskab hinnata õpetaja rolli ja vastutust.
- Tunneb ära ja oskab mõista autentseid suhteid igas eluvaldkonnas.
- Mõistab kuidas autentset suhteid suhestuvad jooga praktika ning eesmärkidega
- Oskab tasakaalustada, tervendada ja võimestada erinevate tasandite suhteprobleeme läbi teadliku praktika.
- Mõistab kuidas kasutada suhetes ja inimeste igapäevases kommunikatsioonis kundalini jooga tehnoloogiat läbi andestuse, tugeva halo ja selge ühendusega enese feminiinse ja maskuliinse osa vahel.
- Omab teoreetilisi ja praktilisi teadmisi ja oskusi, mis võimaldavad kasutada kriyasid ja meditatsioone, et arendada intuitsiooni ja teadliku suhtlemiste ulatust ja kaliibrit autentsete suhete loomisel, reflekteerimisel ja hoidmisel.
- Suudab teadvustada ja hinnata eneseteadvuse ja -armastuse olulisust autentsete suhete loomisel ja väärtustamisel.
- Oskab kavandada tegevusi autentsete suhete loomiseks ja õpetamiseks nii isiklikul, kui professionaalsel tasandil.

Õpingute alustamine tingimused:

Sihtgrupp:

Koolitusele on oodatud inimesed, kes on eelnevalt praktiseerinud kundalini joogat või mõnda teist joogastiili ning tunnevad kutset minna põhjalikumalt oma isiklikku praktikasse.

Samuti on oodatud need, kes ei ole varem joogat praktiseerinud, kuid soovivad läbi koolituse end isiksusena avastada, paremini mõistma ja tundma õppida ning on valmis põhjalikult kundalini jooga õpetusi omandama ja soovi korral ka õpetajana jagama.

Rahvusvahelise Kundalini Jooga Instituudi (KRI ingl.k Kundalini Research Institute) kundalini jooga õpetajakoolituse 2. Taseme tunnistuse saamiseks peab olema täismahus läbitud KRI Kundalini jooga õpetajakoolituse 1. Tase.

Koolituse keel:

Koolituse töökeel on inglise keel, tõlkega eesti keeled. Vajadusel olemas ka tõlge vene keelde.

Õppe kogumaht:

- Koolituse maht on 62 ak. tundi klassiruumis teoreetiline õpe ja praktika (6 õppepäeva)
- 90 päeva meditatsiooni ja joogapraktikat [so 31 min päevas — õpilase omast ajast]
- 12 tundi lugemist [õpik antakse kõigile koolitusele osalejatele]
- Osalemine vähemal 5. sadhanal/hommikusel meditatsioonil [õppepäevadel]

Õppe sisu:

Õppekava teemad.

- Autentsete suhete kogemine.
- Armastus ja Lõputu Elu Mäng.
- Polaarsuse seadus suhetes.
- Elamine autentse endana.
- Jumalik Rõõm ning feminiinse ja maskuliinse mäng.
- Pärand ja päritolu: hiilguse ja teadlikkuse edasi andmine

Õppekeskkonna kirjeldus:

KRI Kundalini jooga õpetajakoolituse 2. taseme koolituse ruumid kõike vajalikku koolituse sujuvaks läbiviimiseks, sh vähemalt 60m2 valgusküllast joogasaali, kus on vajalik küte, joogamatid –ja padjad, pleedid, toolid, dataprojektor, arvuti, muusikakeskus. Samuti on olemas köök, kus on elekripliit, külmik, valamud ja kõik muu vajalik. Koolitusruumide juurde kuulub WC koos dušinurgaga. Koolitustel on olemas kõik töövahendid praktiliste töö läbiviimiseks.

Igal aastal jälgime ja veendume, et õpperuumid oleksid parendatud ja õppekeskkonna kvaliteet oleks tagatud võimaldamaks õpilastel turvaliselt keskenduda õppimisele. Õpperuumide sisustus ja varustatuse uuendamisel ja täiendamisel arvestame, et see oleks koolituse läbiviimiseks ja õppekava õpiväljundite saavutamiseks sobiv.

Registreerimise kord:

Koolitusele tuleb eelnevalt registreeruda kodulehel dharamsaal.ee asuva registreerimisankeedi täitmisel ning deposiidi maksmisel. Vajalik info on kättesaadav veebilehel: www.dharamsaal.ee/teacher-training

Koolituse lõpetamise tingimused:

Koolitus arvestatakse lõpetatuks ja osaleja saab koolituse korraldajalt läbitud mooduli kohta tõendi või tunnistuse:

- Kõik koolituse tasud on tähtaegselt tasutud.
- Osalemine koolitusel täismahus.
- Koolituse materjali omandamine, eksami sooritamine ja iseseisva kodutöö esitamine

Tunnistused ja tõendid:

- Täismahus koolituse läbinud ja õpiväljundid saavutanud õpilasele väljastab koolituse korraldaja täienduskoolituse standardi nõuetele vastava tunnistuse ja Kundalini Research Institute (KRI) 2 taseme, Yogi Bhajani õpetustel põhineva, rahvusvahelise kundalini jooga instruktori tõendi (certification letter).
- Koolitusel osalenutele, kes ei saavutanud kõiki õppekava lõpetamiseks nõutud õpiväljundeid, väljastatakse koolituse korralda poolt tõend koolitusel osalemise kohta.
- Koolituse korraldaja poolt väljastatud tunnistust üle peetakse arvet ja võetakse aluseks KRI kundalini jooga õpetajate 2.taseme sertifikaadi väljastamisel peale kõigi vajalike õpiväljundite saavutamist ja moodulite läbimist.
- Kõigi koolituse korraldaja poolt väljastavate täienduskoolituse standarditele vastavate tunnistuste ja koolitusel osalemise tõendite kohta peetakse arvet.

Koolituse tagasiside ja kvaliteedi tagamine:

- Koolitusel osalenu täidab iga lühikese tagasiside vormi, mis edastatakse Ameerika Ühendriikides asuvasse rahvusvahelise koolituse kvaliteedi tagamiseks Kundalini Jooga Instituudi peakontorisse (KRI), kes koordineerib

õpetajate sertifitseerimisi ja koolitusi. Tagasisidet on võimalik anda nii nimeliselt, kui anonüümselt.

- Antud õppekava KRI Kundalini jooga õpetajakoolituse 2. taseme õppekava on saanud rahvusvahelise Kundalini Jooga Instituudi heakskiidu.
- Õppekava täiendamise ja muudatuste läbiviimisel tehakse regulaarset koostööd Rahvusvahelise Kundalini Jooga Instituudiga (KRI)
- Koolituse kvaliteedi tagamisel on olulise tähtsusega koolitust läbiviivate õpetajate töökogemus ja vajalike kvalifikatsiooninõuete järgimine.
- Kõik õppekava juhtivõpetajad ja juhendajad on KRI sertifitseeritud 2. Või 3. Taseme õpetajad ning Aquarian Trainer Academy aktiivsed liikmed.

Õppematerjalide loend:

Kohustuslik

- Kundalini jooga õpetajakoolituse 2.taseme kursuse õpik „Autentsed suhted“ ja manuaal loengutega. Sisaldub koolituse maksumuses.

Soovituslik

- „Autentsed suhted“ loengute videod (saadetakse link osalejatele)
- Erinevad YB loengud Library of Teachings

Registreerimisankeedi, maksegraafiku, õpetajate kvalifikatsiooni ja töökogemuse kirjelduse, lisainfo koolituse sisu ning täpsema infot koolituse kohta leiab infolehel mis asub: www.dharamsaal.ee/teacher-training

Palume ka osalejatel tutvuda õppekorralduse alustega ning kvaliteedi tagamise korruga siit: www.dharamsaal.ee/dokumendid