

Утверждена Приказом
ИП Дементьев М.А.
№ 010725 от 01.07.2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
– ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«КИНЕТИКУМ»

Москва-2025

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Нормативные правовые основания разработки программы

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - 273-ФЗ),
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

1.2. Направленность программы - Социально-гуманитарная.

Программа направлена на формирование развития навыков невербальной коммуникации, жизненного самоопределения и творческого труда Обучающихся.

Программа направлена на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей взрослых в интеллектуальном совершенствовании и не сопровождается повышением уровня образования

1.3. Уровень освоения программы - Общекультурный, общеразвивающий.

1.4. Язык обучения: русский.

1.5. Срок освоения программы - Нормативный срок обучения 48 академических часов (академический час равен 45 (сорока пяти) астрономическим минутам).

Занятия по программе проводятся 5 дней в неделю в течение 6 недель.

1.6. Требования к обучающимся:

- для лиц в возрасте от 18 лет
- без предъявления требований к уровню образования.

1.7. Формы освоения программы. Дополнительная общеобразовательная программа «КИНЕТИКУМ» реализуется исключительно с применением дистанционных технологий и электронного обучения. На образовательной платформе Getcourse размещаются видео, аудио, текстовые материалы по тематике соответствующей части программы для освоения программы и выполнения практических заданий, самостоятельных работ и итогового теста. С использованием программ видеоконференции или аналогичного функционала мессенджеров проводятся практические занятия.

Результаты выполнения практических заданий, самостоятельных работ и теста направляются Обучающимся через функционал образовательной платформы Getcourse, а также через специализированные сервисы для проведения видеоконференций.

1.8. Численность обучающихся.

Численность группы до 1000 человек. Группы могут быть разновозрастными.

1.9. Численность обучающихся, являющихся иностранными гражданами. По мере набора групп по договорам об образовании за счет средств физических и (или) юридических лиц.

1.10. Методические и иные документы

Методические документы, разработанные для обеспечения образовательного процесса в виде электронного документа: размещены на платформе Getcourse .

Рекомендованная литература доступна на сайте научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU

1.11. Цель, задачи и планируемые результаты обучения

Цель программы – развитие коммуникативных навыков через невербальные проявления, а также формирование у обучающихся мотивации в саморазвитии и самовоспитании, освоение основ знаний в сфере невербальных коммуникаций.

Задачи программы:

- познакомить обучающихся с основными понятиями в сфере невербальных коммуникаций;
- дать обучающимся первоначальные знания о сфере невербальных коммуникаций;
- дать понятие «кинестический интеллект», представить модель кинестического интеллекта как совокупность элементов и паттернов невербального поведения;
- научить обучающегося использовать полученные навыки в различных сферах жизни;
- научить анализировать свои собственные невербальные проявления и невербальные проявления окружающих;
- обучить невербальным навыкам управления коммуникацией (межличностное общение, переговоры, продажи);
- создать необходимые условия для личностного развития обучающихся;
- удовлетворить индивидуальные потребности обучающихся в интеллектуальном развитии.

К концу обучения по Программе обучающиеся будут знать:

- общие принципы построения процесса невербальной коммуникации;
- фазы процесса коммуникации, на которые ученик как субъект коммуникации может оказывать влияние;
- невербальные составляющие процесса общения и способы управления ими;
- принципы выстраивания личностных границ посредством невербального поведения;
- правила предупреждения и разрешения конфликтов;
- правила эффективного применения навыков невербальной коммуникации в различных жизненных сферах.

К концу обучения по Программе обучающиеся будут уметь:

- использовать средства невербальной коммуникации в построении эффективной коммуникации и формировании отношений;
- устанавливать контакты на невербальном уровне;
- управлять своими невербальными проявлениями через регулировку элементов и паттернов невербального поведения;
- выявлять конфликтные ситуации, провокации и манипуляции и конструктивно вести себя в каждом конкретном случае;
- проводить видеоанализ невербального поведения своего и окружающих с использованием различных инструментов и методов;

- эффективно выстраивать межличностное взаимодействие, а также взаимодействие в коллективе и команде;
- проводить онлайн и оффлайн мероприятия с точки зрения подготовки и позиционирования себя как эксперта на невербальном уровне;
- у обучающихся будут сформированы общие навыки невербальных коммуникаций и способы их внешнего проявления.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество акад. часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	ВВОДНЫЙ МОДУЛЬ	3,85	2,65	1,2	Постановка цели на программу
	Уроки модуля:				
	1. Знакомство и организационные моменты	0,15	0,15	-	
	2. Расписание программы	0,1	0,1	-	
	3. Инструкция по работе с платформой Getcourse	0,2	0,2	-	
	4. Задания и правила их выполнения	0,2	0,2	-	
	5. Вводный вебинар	2,0	2,0	-	
	6. Аудиопрактика «Идеальный Я»	0,7	-	0,7	
7. Практика постановки цели на курс «Метод квадратов»	0,5	-	0,5		
2.	МОДУЛЬ 1. «КОНТАКТ С СОБОЙ» Неделя 1. «Знакомство с собой»	10,06	4,4	5,66	Самостоятельная работа: практическая видеосессия, телесные и дыхательные практики, «Дневник эмоций», ревизия ресурсов среды, обратная связь по заданиям на вебинаре
	Уроки недели:				
	1. Контакт с телом	1,2	0,5	0,7	
	2. Управление собой через дыхание	0,96	0,4	0,56	
	3. Управление своими эмоциями	1,7	0,5	1,2	
	4. Ресурсы окружающей среды	1,2	0,4	0,8	
5. Вебинар Модель Кинетического интеллекта.	2,2	2,0	0,2		

	Доступ в Кинетическую лабораторию				
	6. Инструкция «Видеоанализ»	0,6	0,2	0,4	
	7. БОНУСНЫЙ УРОК «Походка. Как двигаться к своим целям легко»	2,2	0,4	1,8	
3.	МОДУЛЬ 1. «КОНТАКТ С СОБОЙ» Неделя 2. «Элементы Кинетического Интеллекта»	8,4	3,2	5,2	Самостоятельная работа: видеотренажеры, видеоразборы своих упражнения, вопросы для самоанализа, обратная связь по заданиям на вебинаре
	Уроки недели:				
	1. Опора	0,8	0,2	0,6	
	2. Тонус	0,8	0,2	0,6	
	3. Объем	0,8	0,2	0,6	
	4. Пластика	0,8	0,2	0,6	
	5. Темпоритм	0,8	0,2	0,6	
	6. Вектор	0,8	0,2	0,6	
	7. Вебинар Управление состоянием через элементы Кинетического Интеллекта	2,4	2,0	0,4	
8. Вопросы на рефлекссию по итогам недели	0,4	-	0,4		
	8. БОНУС. ПРАКТИКИ Элементы Опора, Объем, Темпоритм	0,8	-	0,8	
4.	МОДУЛЬ 1. «КОНТАКТ С СОБОЙ» Неделя 3. «Паттерны Кинетического Интеллекта»	8,9	3,2	5,7	Самостоятельная работа: видеотренажеры, видеоразборы своих упражнения, вопросы для самоанализа, обратная связь по заданиям на вебинаре
	Уроки недели:				
	1. Позы	0,8	0,2	0,6	
	2. Жесты	0,8	0,2	0,6	
	3. Мимика	1,2	0,2	1	
	4. Адаптация	0,8	0,2	0,6	
	5. Конфликтность	0,8	0,2	0,6	
	6. Сексуальность	0,8	0,2	0,6	
	7. Вебинар Конгруэнтность и Уверенность	2,0	2,0	-	
8. Вопросы на рефлекссию по итогам недели	0,4	-	0,4		

	9. БОНУС. Эмоциональный тренажер	1,3	-	1,3	
5.	МОДУЛЬ 2. «КОНТАКТ С ДРУГИМИ» Неделя 4. «Коммуникация с другими»	6,27	4,27	2,0	Самостоятельная работа: видеоанализ фрагментов для наблюдения за элементами и паттернами, а также определение уровня конгруэнтности, работа с тренажерами
	Уроки недели:				
	1. Наблюдение за Другим. День Элементов	0,7	0,3	0,4	
	1. Наблюдение за Другим. День паттернов	0,7	0,3	0,4	
	3. Анализ конгруэнтности Другого	0,7	0,3	0,4	
	4. Влияние на Другого	1,0	0,6	0,4	
	5. Вебинар «Манипуляции и конфликты»	2,0	2,0	-	
	6. Вопросы на рефлекссию по итогам недели	0,4	-	0,4	
	7. БОНУС «Невербалика в паре»	0,77	0,77	-	
6.	МОДУЛЬ 2. «КОНТАКТ С ДРУГИМИ» Неделя 5. «Коммуникация с группой»	6,61	4,61	2,0	Самостоятельная работа: запись видеовизитки, самопрезентация в онлайн с подготовкой по чек-листу, видеотренажер по векторам влияния
	Уроки недели:				
	1. Харизма	0,6	0,4	0,2	
	2. Самопрезентация. Нетворкинг	0,6	0,4	0,2	
	3. Уверенные продажи и переговоры	0,95	0,55	0,4	
	4. Публичность в офлайне и онлайн	1,0	0,7	0,3	
	5. ВЕБИНАР Деньги, тело и энергия	2,0	2,0	-	
	6. Вопросы на рефлекссию по итогам недели	0,4	-	0,4	
	7. БОНУС 1. «Юмор как элемент харизмы»	0,56	0,56	-	
	8. БОНУС 2. «Аудио-практика для увеличения энергоемкости и денежного потенциала»	0,5	-	0,5	

7.	МОДУЛЬ 3. «КОНТАКТ С ЖИЗНЬЮ» Неделя 6. Подведение итогов	4,08	1,6	2,48	Онлайн-тренинг в формате вебинара, заполнение «Личной карты проработок»
	Уроки недели:				
	1. Самостоятельное развитие Кинетического Интеллекта	1,28	0,4	0,88	
	2. Выпускной вебинар	2,0	1,0	1,0	
	3. Итоговая информация по курсу	0,2	0,2	-	
	4. Итоговое анкетирование	0,6	-	0,6	
	Сертификат	-	-	-	

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Наименование дисциплины	График учебного процесса					
		Номер недели					
		1	2	3	4	5	6
1.	ВВОДНЫЙ МОДУЛЬ	X					
2.	МОДУЛЬ 1. «КОНТАКТ С СОБОЙ» Неделя 1. «Знакомство с собой»	X					
3.	МОДУЛЬ 1. «КОНТАКТ С СОБОЙ» Неделя 2. «Элементы Кинетического Интеллекта»		X				
4.	МОДУЛЬ 1. «КОНТАКТ С СОБОЙ» Неделя 3. «Паттерны Кинетического Интеллекта»			X			
6.	МОДУЛЬ 2. «КОНТАКТ С ДРУГИМИ» Неделя 4. «Коммуникация с другими»				X		
7.	МОДУЛЬ 2. «КОНТАКТ С ДРУГИМИ» Неделя 5. «Коммуникация с другими»					X	
8.	МОДУЛЬ 3. «КОНТАКТ С ЖИЗНЬЮ» Неделя 6.						X
	Теоретическая часть	7,05	3,2	3,2	4,27	4,61	1,6
	Практическая часть	6,86	5,2	5,7	2,0	2,0	2,48
	ИТОГО: 48,17	13,91	8,4	8,9	6,27	6,61	4,08

Календарный план не может быть обозначен четкими датами в связи с тем, что интенсивность занятий определяется обучающимся самостоятельно, а дата начала занятий зависит от комплектации групп.

4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

4.1. ВВОДНЫЙ МОДУЛЬ

Обучающихся знакомят с принципами подачи теоретической и практической частей курса, правилами пользования электронной образовательной платформой, правилами обучения, правилами сдачи заданий. На Вводном вебинаре преподаватель знакомит обучающихся с основными положениями программы, фокусируют их на целях и задачах программы, дает рекомендации по выполнению домашнего задания. На вводном вебинаре дается формула развития кинетического интеллекта «Чувствую - Анализирую - Влияю», рассматривается «Колесо кинетического баланса» для проведения самодиагностики и самостоятельной оценки сфер жизни через призму невербальных проявлений.

Обучающимся предоставляются аудио-, видео- и текстовые материалы, размещенные на образовательной платформе.

По итогам прохождения модуля Обучающиеся будут:

- уметь пользоваться образовательной платформой;
- добавлены в общие чаты для общения с другими обучающимися и преподавателями;
- ознакомлены со структурой обучения и расписанием курса;
- понимать как правильно выполнять задания на курсе;
- видеть личные перспективы в освоении учебных материалов и приобретении необходимых знаний и навыков на программе.

УРОКИ ВВОДНОГО МОДУЛЯ:

1. Знакомство

Урок представлен в виде текстовых материалов, размещенных на образовательной платформе.

Задание: заполнить анкету о себе, запросе на обучение.

2. Расписание курса

Урок представлен в виде текстовых материалов, размещенных на образовательной платформе.

Задание: обучающийся подтверждает ознакомление с материалами урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

3. Инструкция по работе с платформой Getcourse

Урок представлен в виде текстовых материалов, размещенных на образовательной платформе.

Задание: Обучающийся подтверждает ознакомление с правилами пользования платформой, проставив согласие в специальном чек-боксе.

4. Задание и правила их выполнения

Урок представлен в виде текстовых материалов, размещенных на образовательной платформе.

Задание: Обучающийся подтверждает ознакомление с правилами и порядком выполнения заданий, проставив согласие в специальном чек-боксе.

5. Вводный вебинар

Проводится посредством программы видеоконференции. Ссылка на видеоконференцию находится в соответствующем уроке модуля.

6. Аудиопрактика «Идеальный Я»

Представлена в виде аудиоматериала и текстовой инструкции, размещенных на образовательной платформе.

7. Практическое задание Вводного модуля: постановка цели через «Метод квадратов».

Урок представлен в виде текстовой инструкции и шаблона, размещенных на образовательной платформе.

4.2. МОДУЛЬ 1. «КОНТАКТ С СОБОЙ»

Неделя 1. «Знакомство с собой»

Обучающихся знакомят с принципами «телесной осознанности» как основы для принятия решений, управления эмоциональными состояниями и выстраивания уверенного присутствия в межличностной коммуникации. Осваиваются базовые навыки самонаблюдения за телесными реакциями, используемые в практике распознавания и регуляции эмоций. Вводятся методы снижения уровня тревоги и психофизиологического напряжения за счёт работы с телесными сигналами и через дыхательные техники. Формируются навыки саморегуляции перед стрессогенными факторами. Закладываются основы устойчивого внутреннего состояния, способствующего переживанию уверенности, самооценности и безопасности в личных, социальных и профессиональных ситуациях.

Обучающимся предоставляются аудио-, видео- и текстовые материалы, размещенные на образовательной платформе.

По итогам прохождения модуля Обучающиеся:

- овладевают некоторыми приёмами телесного самонаблюдения и навыками распознавания телесных сигналов, отражающих эмоциональные и ментальные состояния;

- начнут отрабатывать навык принятия решений с опорой на телесную обратную связь, без обращения к внешним источникам оценки и одобрения;
- применяют дыхательные техники расслабления и техники регуляции тонуса тела для снижения тревожности и восстановления состояния внутренней стабильности;
- научатся определять некоторые собственные эмоциональные состояния, используя опоры на телесные маркеры, шкалирование интенсивности эмоций и модель Плутчика;
- получают понимание роли эмоций в эволюции, их связь с телом и значимость для психического благополучия; сформируют навык эмоциональной гигиены для безопасного проживания и выражение чувств;
- проанализируют влияние внешней среды на психофизическое состояние и используют возможности окружающего пространства (звук, свет, воздух, обустройство дома) как ресурс для восстановления, концентрации и внутреннего комфорта;
- изучат влияние кинетического интеллекта на разные сферы жизни;
- познакомятся с технологией кинетической видеодиагностики.

УРОКИ МОДУЛЯ 1. НЕДЕЛИ 1:

1. Контакт с телом

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задания и практика:

- 1) Практика сканирования тела «Бодискан».
- 2) Практика деконцентрации по телу (аудио-сопровождение).

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

2. Управление собой через дыхание

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задания и практика:

- 1) Дыхательная гимнастика (аудио-сопровождение)
- 2) Дыхательные техники для совладания с собой (аудио-сопровождение)

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

3. Управление своими эмоциями

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задания и практика:

- 1) Шкалирование эмоций

2) «Эмоциональный дневник» ведение 5+ дней по инструкции

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

4. Ресурсы окружающей среды

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе.

Предоставлен конспект урока.

Задания и практика:

1) Ревизия пространства (по инструкции)

2) Ревизия ресурсов (по инструкции)

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

5. Вебинар Модель Кинетического интеллекта. Доступ в Кинетическую лабораторию

Проводится посредством программы видеоконференции. Ссылка на видеоконференцию находится в соответствующем уроке модуля.

Задание: работа с личными фото-архивами.

Размещение результатов задания по желанию в учебном чате.

6. Инструкция «Видеоанализ»

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе.

Предоставлен конспект урока.

Задание и практика: съемка себя на видео по предоставленной инструкции, проведение самоанализа отснятого материала по чек-листу.

7. БОНУС. Походка. Как двигаться к своим целям легко

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе.

Предоставлен конспект урока.

Задание: Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

4.3. МОДУЛЬ 1. «КОНТАКТ С СОБОЙ»

Неделя 2. «Элементы Кинетического Интеллекта»

Обучающихся знакомят с общей теоретической базой Кинетического Интеллекта, обновленной Моделью кинетического интеллекта. Осваиваются ключевые элементы Кинетического Интеллекта: объем, процессы, пластика, ритмы, жестикуляция и мимика — с разбором их функций, зон телесного включения и степени влияния на восприятие. Вводится понятие диапазона управления каждым элементом, а также предоставляются

визуальные примеры. Обучающиеся учатся распознавать собственные сильные и уязвимые стороны в невербальной самопрезентации, определять неэффективные паттерны и заменять их более целесообразными и выразительными поведенческими проявлениями. Практикуется внедрение новых кинетических навыков в повседневное поведение с использованием велотренажеров.

Обучающимся предоставляются видео- и текстовые материалы, размещенные на образовательной платформе.

В результате прохождения модуля Обучающиеся:

- изучат все элементы кинетического интеллекта и их особенности;
- на практике отработают каждый из 6 элементов кинетического интеллекта;
- смогут различать и анализировать элементы кинетического интеллекта (объем, процессы, пластика, ритмы, жестикуляция, мимика), понимают их роль в невербальной самопрезентации и формировании целостного телесного образа;
- определяют активные зоны тела, участвующие в формировании каждого элемента, и осознают диапазон управления этими зонами;
- закрепят навыки настройки элементов с помощью специальных тренажеров.

УРОКИ МОДУЛЯ 1. НЕДЕЛИ 2.

1. Опора

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

Видеотренажер к элементу «Опора» – тренировка элемента кинетического интеллекта «Опора» с помощью повторения тех или иных действий за преподавателем.

2. Тонус

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

Видеотренажер к элементу «Тонус» – тренировка элемента кинетического интеллекта «Тонус» с помощью повторения тех или иных действий за преподавателем.

3. Объем

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

Видеотренажер к элементу «Объем» – тренировка элемента кинетического интеллекта «Объем» с помощью повторения тех или иных действий за преподавателем.

4. Пластика

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе.

Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

Видеотренажер к элементу «Пластика» – тренировка элемента кинетического интеллекта «Пластика» с помощью повторения тех или иных действий за преподавателем.

5. Темпоритм

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе.

Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

Видеотренажер к элементу «Темпоритм» – тренировка элемента кинетического интеллекта «Темпоритм» с помощью повторения тех или иных действий за преподавателем.

6. Вектор

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе.

Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

Видеотренажер к элементу «Вектор» – тренировка элемента кинетического интеллекта «Вектор» с помощью повторения тех или иных действий за преподавателем.

7. Вебинар Управление состоянием через элементы Кинетического Интеллекта

Проводится посредством программы видеоконференции. Ссылка на видеоконференцию находится в соответствующем уроке модуля.

8. Вопросы на рефлекссию по итогам недели

Задание: письменно ответить на предоставленные преподавателем вопросы.

По желанию опубликовать ответы в комментариях под уроком на учебной платформе.

8. БОНУС. Аудиопрактики:

- 1) Элемент Опора. Практика Дерево
- 2) Элемент Объем. Место в пространстве
- 3) Элемент Темпоритм. Личный ритм

Задание: прослушать практики и отработать их согласно инструкции.

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

4.4. МОДУЛЬ 1. «КОНТАКТ С СОБОЙ»

Неделя 3. «Паттерны Кинетического Интеллекта»

Обучающихся знакомят с кинетическими паттернами, отражающими глубинные уровни взаимодействия и внутреннего состояния человека в невербальной коммуникации. Изучается вариативность паттернов поз, жестов, мимики, а также исследуются специфические паттерны адаптации, конфликтности и сексуальности. Каждый паттерн анализируется с точки зрения его функций, гендерных особенностей, степени влияния на восприятие, уместности. Обучающимся предоставляется структурированное понимание состава паттернов (элементы, из которых они складываются), визуальные примеры и сравнительный анализ мужских и женских вариантов отдельных паттернов. Тренажеры, предоставляемые обучающимся по каждому паттерну, способствуют переходу от понимания к устойчивому навыку выразительного, согласованного и уверенного телесного проявления – конгруэнтности.

Обучающимся предоставляются видео- и текстовые материалы, размещенные на образовательной платформе.

В результате прохождения модуля Обучающиеся:

- изучат 6 основных паттернов кинетического интеллекта и их особенности;
- на практике отработают каждый из 6 паттернов;
- распознают собственные эффективные и неэффективные невербальные паттерны;
- освоят способы самодиагностики и коррекции собственных паттернов в соответствии с поставленными целями самоощущения и самопрезентации;
- используют видеотренажеры для внедрения новых телесных и кинетических привычек, повышающих выразительность, точность и эмоциональную убедительность движений;
- разовьют начальные навыки управления телесной выразительностью в контексте уверенной и целенаправленной самопрезентации;
- обретут понимание принципов конгруэнтности — согласованности телесного выражения с внутренним состоянием и вербальным посылом;
- могут осознанно использовать наработанные паттерны и элементы в повседневной коммуникации, регулируя качество движений и жестов для достижения желаемого коммуникативного эффекта.

УРОКИ МОДУЛЯ 1. НЕДЕЛИ 3.

1. Позы

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

Видеотренажер к элементу «Позы» – отработка паттерна кинетического интеллекта «Позы» с помощью повторения тех или иных действий за преподавателем и самостоятельного расширения предоставленного преподавателем диапазона выразительности.

2. Жесты

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

Видеотренажер к элементу «Жесты» – отработка паттерна кинетического интеллекта «Позы» с помощью повторения тех или иных действий за преподавателем и самостоятельного расширения предоставленного преподавателем диапазона выразительности.

3. Мимика

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

Видеотренажер к элементу «Мимика» – отработка паттерна кинетического интеллекта «Мимика» и отдельных мимических проявлений базовых эмоций с помощью повторения тех или иных действий за преподавателем и самостоятельного расширения предоставленного преподавателем диапазона выразительности.

4. Адаптация

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

Видеотренажер к элементу «Адаптация» – отработка паттерна кинетического интеллекта «Адаптация» с помощью повторения тех или иных действий за преподавателем и самостоятельного расширения предоставленного преподавателем диапазона выразительности.

5. Конфликтность

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

Видеотренажер к элементу «Конфликтность» – отработка паттерна кинетического интеллекта «Конфликтность» с помощью повторения тех или иных действий за преподавателем. А также тренировка с помощью тренажера паттернов неконфликтного «мягкого» взаимодействия.

6. Сексуальность

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

Видеотренажер к элементу «Сексуальность» – отработка паттерна кинетического интеллекта «Сексуальность» с помощью повторения тех или иных действий за преподавателем и самостоятельного регулирования предоставленного преподавателем диапазона.

7. Вебинар Конгруэнтность и Уверенность

Проводится посредством программы видеоконференции. Ссылка на видеоконференцию находится в соответствующем уроке модуля.

Задание и практика: тренировка субъективного телесного ощущения уверенности и неуверенности через обращенную к себе речь (негативные и позитивные самопослания).

8. Вопросы на рефлекссию по итогам недели

Задание: письменно ответить на предоставленные преподавателем вопросы. По желанию опубликовать ответы в комментариях под уроком на учебной платформе.

8. БОНУС. Аудиопрактика «Эмоциональный тренажер»

Задание: прослушать практику и отработать ее согласно инструкции.

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

4.4. МОДУЛЬ 2. «КОНТАКТ С ДРУГИМИ». Неделя 4. «Коммуникация с другими»

Обучающиеся знакомятся с механизмами установления глубокого невербального контакта с другими людьми, способами точного восприятия невербальных сигналов других и стратегиями эффективного взаимодействия в различных коммуникативных контекстах — от партнёрских до конфликтных. Осваиваются практики наблюдения за элементами и паттернами невербального поведения другого человека, проводится анализ его конгруэнтности (согласованности между внутренним состоянием, словами и телесным выражением). Рассматриваются техники невербальной сонастройки и создания атмосферы доверия, а также способы влияния через присутствие, жест, позу и выражение лица. Обучающиеся получают инструменты для выстраивания коммуникации, основанной на ясном и устойчивой позиции, без давления на другого и без игнорирования собственных целей и ценностей. Отрабатываются навыки противостояния манипуляциям, уверенного поведения в сложных и статусно напряженных ситуациях, а также способов управления впечатлением и коммуникативной динамикой без слов.

Обучающимся предоставляются видео- и текстовые материалы, размещенные на образовательной платформе.

В результате прохождения модуля Обучающиеся:

- могут распознать элементы и паттерны невербального поведения другого человека, выделяют ключевые сигналы конгруэнтности и неконгруэнтности;
- интерпретируют телесные проявления других людей с учетом возможных скрытых мотивов, эмоционального состояния и коммуникативных намерений;
- демонстрируют навыки телесной сонастройки и создания безопасного, доверительного контакта в общении;
- способны телесно формировать и выражать свою коммуникативную позицию, согласия и отказы, сохраняя уважение к собеседнику и собственную целостность;
- осваивают навыки управления сложными коммуникативными ситуациями, включая конфликты и скрытые формы давления, опираясь на телесную устойчивость, невербальную выразительность и осознанную позицию;
- формируют желаемое впечатление и воздействие через невербальное присутствие, без необходимости дополнительных словесных аргументов;

- продолжают повышать уровень телесной саморегуляции и самопрезентации, интегрируя адаптивные и уверенные невербальные формы в соответствии с задачами общения, ролевой позицией и контекстом взаимодействия.

УРОКИ МОДУЛЯ 2. НЕДЕЛИ 4.

1. Наблюдение за Другим. День Элементов

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе.
Предоставлен конспект урока.

Задание: провести анализ элементов КИ предоставленных видеоматериалов по чек-листу.
Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

2. Наблюдение за Другим. День Паттернов

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе.
Предоставлен конспект урока.

Задание: провести анализ паттернов КИ предоставленных видеоматериалов по чек-листу.
Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

3. Анализ конгруэнтности Другого

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе.
Предоставлен конспект урока.

Задание: проанализировать уровень конгруэнтности героев предоставленных видеоматериалов по чек-листу.

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

4. Влияние на Другого

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе.
Предоставлен конспект урока.

Задание: проанализировать одну из своих актуальных коммуникаций по шаблону.

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

5. Вебинар Манипуляции и конфликты

Проводится посредством программы видеоконференции. Ссылка на видеоконференцию находится в соответствующем уроке модуля.

Задание: аудиопрактика «Манипулятор в зеркале» делается по инструкции.

6. Вопросы на рефлекссию по итогам недели

Задание

Письменно ответить на предоставленные преподавателем вопросы.

По желанию опубликовать ответы в комментариях под уроком на учебной платформе.

7. БОНУС. Невербалика в паре

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

4.5. МОДУЛЬ 2. «КОНТАКТ С ДРУГИМИ»

Неделя 5. «Коммуникация с группой»

Обучающихся знакомят с теорией влияния кинетических проявлений на репутационный имидж, на различные сферы жизни, с правилами нетворкинга, самопрезентации и публичных выступлений онлайн и офлайн. Происходит изучение особенностей телесной самопрезентации в групповой и публичной коммуникации, включая развитие харизмы, уверенного влияния и способности вызывать уважение и доверие в профессиональном и социальном окружении. Обучающимся предлагается технология невербального влияния на основе четырёх векторов через работу с велотренажерами, а также практики адаптации невербального поведения под конкретные форматы (онлайн/офлайн) и целевые аудитории. В ходе вебинара «Деньги, тело и энергия» исследуется связь телесной выразительности с профессиональной реализацией и финансовыми ограничениями, а также раскрываются способы расширения внутренней «денежной ёмкости» через телесную и энергетическую устойчивость. Обучающиеся учатся уверенно и органично действовать в ситуации публичности, управлять своим образом и телесной подачей в целях повышения самооценки и грамотного профессионального позиционирования.

Обучающимся предоставляются видеоматериалы, размещенные на образовательной платформе.

В результате прохождения модуля Обучающиеся будут уметь:

- управлять первым впечатлением;
- презентовать себя в обществе разных людей;
- адаптировать свой невербальный образ под конкретную аудиторию и формат взаимодействия (переговоры, продажи, публичные выступления, нетворкинг);

- использовать инструменты четырех векторов влияния в коммуникации с группой, управляют вниманием и восприятием аудитории с опорой на телесные проявления;
- проявлять свою харизму и устанавливать контакт с аудиторией за счет выразительного невербального поведения;
- снижать уровень собственного внутреннего напряжения при выступлениях и взаимодействии с группой, опираясь на телесную устойчивость и навыки саморегуляции;
- устанавливать взаимосвязь телесных установок, самооценки и финансового поведения, осознают способы телесной разблокировки денежного потенциала и повышения личной ценности на профессиональном рынке;
- управлять своим профессиональным образом в офлайн- и онлайн-коммуникации, создавая устойчивое впечатление компетентности и авторитета.

УРОКИ МОДУЛЯ 2. НЕДЕЛИ 5.

1. Харизма

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание: проанализировать элементы и паттерны выбранного Обучающимся характерного персонажа по чек-листу.

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

2. Самопрезентация. Нетворкинг

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание: записать видеовизитку на 1 минуту по предложенному алгоритму.

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

3. Уверенные продажи и переговоры

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание: самостоятельная работа с видеотренажером 4 вектора влияния.

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

4. Публичность в офлайне и онлайн

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе. Предоставлен конспект урока.

Задание: подготовиться к онлайн-выступлению, провести 5 мин., воспользоваться чек-листом сонастройки в онлайн. Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

5. Вебинар Деньги, тело и энергия

Проводится посредством программы видеоконференции.

Ссылка на видеоконференцию находится в соответствующем уроке модуля.

6. Вопросы на рефлекссию по итогам недели

Задание: письменно ответить на предоставленные преподавателем вопросы.

По желанию опубликовать ответы в комментариях под уроком на учебной платформе.

7. БОНУС 1. Юмор как элемент харизмы. ТОП комедийных приемов

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

8. БОНУС 2. Аудиопрактика для увеличения энергоемкости и денежного потенциала

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

4.6. МОДУЛЬ 3. «КОНТАКТ С ЖИЗНЬЮ»

Неделя 6. Подведение итогов

Обучающихся знакомят с интеграционным этапом развития телесной осознанности и невербальной конгруэнтности на базе модели Кинетического Интеллекта. Происходит закрепление и перенесение освоенных навыков в повседневную жизнь и профессиональную практику. В центре внимания — осознание достигнутого уровня телесной уверенности, внутренней опоры, конгруэнтности и способности влиять через невербальное присутствие. Обучающиеся осмысливают изменения в восприятии себя, других и реальности через призму кинетических ощущений, отмечают рост адекватности и гибкости реагирования в сложных коммуникативных ситуациях. Вводится инструмент «Личная карта проработок», который позволяет сформировать индивидуальный план внедрения новых кинетических навыков на горизонте 3–6–12 месяцев. На заключительном вебинаре происходит сверка с исходными целями участия в программе, повторяется формула развития Кинетического Интеллекта «Чувствую - Анализирую - Влияю», повторно рассматривается «Колесо кинетического баланса» для самооценки достигнутых изменений. Участники формируют устойчивую личную стратегию дальнейшего развития и интеграции невербальных навыков в жизнь.

Обучающимся предоставляются видеоматериалы, размещенные на образовательной платформе.

В результате прохождения модуля Обучающийся:

- демонстрируют интегрированное кинетическое восприятие себя в мире, в контакте с другими и самими собой — с опорой на устойчивость, уверенность, конгруэнтность и адекватность в поведении и коммуникации;
- осознают достигнутый уровень развития невербальных навыков, влияние телесной трансформации и развитие Кинетического Интеллекта на общее качество жизни;
- используют инструмент «Личная карта проработок» для самостоятельного планирования и отслеживания развития кинетических навыков на период 3–6–12 месяцев;
- оценивают свой прогресс в соответствии с исходными целями участия в программе, опираясь на ключевые модели курса: формулу «Чувствую - Анализирую - Влияю» и «Колесо кинетического баланса»;
- формируют устойчивую личную стратегию саморегуляции и профессионального влияния через уверенное и осознанное невербальное присутствие.

УРОКИ МОДУЛЯ 3. НЕДЕЛЯ 6

1. Самостоятельное развитие Кинетического Интеллекта

Урок представлен в виде видеоматериала, размещенного на образовательной платформе, Предоставлен конспект урока.

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

2. Выпускной вебинар

Проводится посредством программы видеоконференции. Ссылка на видеоконференцию находится в соответствующем уроке модуля.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ ВЕБИНАРА

Онлайн-тренинг на основе заданий преподавателя на отработку отдельных аспектов Кинетического Интеллекта

3. Итоговая информация по курсу

Урок представлен в виде текстового материала, размещенного на образовательной платформе.

- Библиотека материалов курса
- Как оставить отзыв или Анкета ОС
- Чат поддержки выпускников

Задание

Обучающийся подтверждает ознакомление с материалом урока, проставив согласие в специальном чек-боксе.

4.7. Выдача сертификата

Сертификат выдается при выполнении обучающимся не менее 70% заданий к урокам, участия в практических вебинарах с включенной камерой (не менее 3 вебинаров), участие в итоговом вебинаре и заполнении анкеты саморефлексии.

5.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ОРГАНИЗАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

5.1. Список материалов, рекомендуемых обучающимся и размещенных на электронной образовательной платформе в разделе «Библиотека электронных ресурсов»

- Материалы Вводного модуля
 - Памятка по работе с GetCourse
 - Шаблон «Колесо кинетического баланса»
 - Шаблон «9 квадратов»

 - Материалы Недели 1 «Знакомство с собой» Модуля 1 «Контакт с собой»
1. Конспекты
- Контакт с телом
 - Управление собой через дыхание
 - Управление своими эмоциями
 - Ресурсы окружающей среды
2. Дополнительные материалы
- Аудиопрактики сканирования тела «Бодискан»
 - Практика деконцентрации по телу
 - Дыхательная гимнастика (аудио-сопровождение)
 - Дыхательные техники для совладания с собой (аудио-сопровождение)
 - Шаблон «Дневник Эмоций»
 - Методичка «Гормоны и эмоции»
 - Чек-лист «Ревизия пространства»
 - Чек-лист «Ревизия ресурсов»
 - Инструкция «Видеоанализ»
3. Бонусные материалы
- Тренажер мужской походки
 - Тренажер женской походки
 - Тренажеры для осанки
 - Аудиопрактики «Женская походка»
 - Аудиопрактики «Мужская походка»

4. Внешние источники

Метроном дыхательных практик <https://zenmix.io/breathing-timer/>

- Материалы Недели 2 «Элементы Кинетического Интеллекта» Модуля 1 «Контакт с собой»

1. Конспекты

- Опора
- Тонус
- Объем
- Пластика
- Темпоритм
- Вектор

2. Дополнительные материалы

- Аудиопрактика «Границы»

3. Бонусные материалы

- Элемент Опора. Практика Дерево
- Элемент Объем. Место в пространстве
- Элемент Темпоритм. Личный ритм

- Материалы Недели 3 Модуля 1 «Паттерны Кинетического Интеллекта» Модуля 1 «Контакт с собой»

1. Конспекты

- Позы
- Жесты
- Мимика
- Адаптация
- Конфликтность
- Сексуальность

2. Бонусные материалы

- Аудиопрактика «Эмоциональный тренажер»

- Материалы Недели 4 «Коммуникация с другими» Модуля 2 «Контакт с другими»

1. Конспекты

- Наблюдение за Другим. День Элементов
- Наблюдение за Другим. День Паттернов
- Анализ Конгруэнтности Другого
- Влияние на Другого

2. Дополнительные материалы

- Видеофрагменты для анализа элементов
- Чек-лист для осознанного наблюдения за элементами
- Чек-лист для осознанного наблюдения за паттернами
- Чек-лист конгруэнтности Другого
- Чек-лист к анализу эффективности коммуникации с точки зрения Модели Кинетического Интеллекта
- Видео-тренажер этапов влияния
- Аудиопрактика «Манипулятор в зеркале»

- Материалы Недели 5 «Коммуникация с группой» Модуля 2 «Контакт с другими»

1. Конспекты

- Харизма
- Самопрезентация . Нетворкинг
- Уверенные продажи и переговоры
- Публичность в офлайне и онлайн

2ю Дополнительные материалы:

- Чек-лист «Харизма»
- Алгоритм для записи визитки-самопрезентации
- Видео-тренажер формам влияния 4 стихии (4 вектора влияния)
- Чек-лист «КИ при записи подкаста \ интервью»
- Чек-лист «Кинетическая подготовка к выступлению перед аудиторией»
- Чек-лист «Настройка онлайн-пространства по себя»
- Аудиопрактика для увеличения энергоемкости и денежного потенциал

3. Бонусные материалы

- Подборка ТОП комедийных приемов

- Материалы Недели 6 Модуля 3 «Контакт с жизнью»

1. Конспекты

Самостоятельное развитие Кинетического Интеллекта

2. Дополнительные материалы

Личная карта проработок

5.2. Список рекомендованной литературы (на сайте научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU):

1. Крейдлин Г.Е. Невербальная семиотика: язык тела и естественный язык. - М.: Новое лит. обозрение, 2004. - 581 с. - Библиогр.: С. 486-520
2. Крюкова С. Структура невербального общения // Аналитика культурологии. -2010. -№ 1 (16). - С. 257-259.
3. Крюкова С.А. Символиз невербального общения в культуре. множественность языков // Аналитика культурологии. - 2011. - № 1 (19). - С. 125-126.
4. Лабунская, В. А. О смысловом пространстве невербального общения // Российский психологический журнал. - 2014. - Т. 11. - № 3. - С. 93-109.
5. Мурзахмедова, Н. С. Невербальное общение и его роль в коммуникации // Известия ВУЗов Кыргызстана. - 2016. - № 10. - С. 101-104.
6. Сапегина, Т.А. Возможности невербального общения в формировании коммуникативной компетенции // Nauka-Rastudent.ru. - 2014. - № 12-2 (12). - С. 9.
7. Шкляр Т. Л. Невербальное общение, как вариант деловых коммуникаций .Экономика и современный менеджмент: теория и практика. 2015. № 48-2. С. 33-36.
8. Шубина, М. М. Одежда как средство невербального общения // Новая наука: проблемы и перспективы. - 2016. - № 6-3 (85). - С. 106-110.
9. Щербаева, Л. А. Особенности невербального общения в бизнесе
Щербаева Л.А., Лаврентьева М.А., Гаевская И.И.
Наукосфера. 2023. № 4-1. С. 396-399.

5.3. Кадровое обеспечение

К реализации образовательной программы привлекаются специалисты, имеющие среднее профессиональное образование или высшее образование — бакалавриат, направленность (профиль) которого, соответствует реализуемому модулю и/или образовательной программе и/или дополнительное профессиональное образование на базе среднего профессионального образования (программ подготовки специалистов среднего звена) или высшего образования (бакалавриата) — профессиональную переподготовку, направленность (профиль) которой соответствует преподаваемому учебному предмету.

5.4. Материально-техническое оснащение

Для освоения программы требуется персональный компьютер/смартфон с доступом к глобальной сети Интернет.

Системные требования к персональному компьютеру	Операционная система Windows Vista, Windows XP (с последним пакетом обновлений) Windows 7 / Windows 8 / Windows 10 64-bit (с актуальным пакетом обновлений), macOS 10.15 или новее
---	--

Системные требования к личным смартфонам или планшетам	версия OS: Android 9, iOS 14.0 или новее; браузеры: актуальная версия Google Chrome или Safari, для iOS до 14.3 только Safari; оперативная память: 3 ГБ или больше; процессор: 2 ГГц (4-х ядерный) или мощнее;
Интернет	Требуется подключение к Интернету со скоростью 5 мегабит/с или выше, Ping не выше 150 мс
Минимальное разрешение экрана 640x480(1024x786 для Windows 8)	Минимальное разрешение экрана 640x480
Установленная программа просмотра PDF файлов	Adobe Acrobat Reader или аналогичный; Минимальные версии веб-браузеров: Microsoft Internet Explorer 6.0, Microsoft Edge, Firefox 4, Safari 5, Google Chrome 11, Opera 9; Архиватор 7zip или аналогичные; Встроенные браузеры смартфона; Офисный пакет: LibreOffice, OpenOffice, MS Office или другой
Мессенджер	Приложение Telegram (версия для смартфона или компьютера)
Программа видеоконференции	Приложение ZOOM

5.5. Общие требования к организации образовательного процесса. Осуществление образовательного процесса по дополнительной общеразвивающей программе «Кинетический интеллект» предусматривает функционирование электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств, обеспечивающих освоение обучающимися образовательной программы в полном объеме независимо от их мест нахождения.

Электронная информационно-образовательная среда обеспечивает:

- доступ к видеолекциям, аудиолекциям, текстовому материалу (в том числе, к текстам практических заданий), к электронной библиотеке;

- проведение всех видов занятий, процедур оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий;
- сохранение работ обучающегося, оценок и обратной связи на эти работы со стороны кураторов и преподавателей;
- взаимодействие между обучающимися, преподавателями и кураторами для проведения отдельных видов занятий возможно использование дополнительных программ для проведения видеоконференции или аналогичного функционала мессенджеров.
- фиксацию хода образовательного процесса, результатов промежуточного контроля (тестов, видеоанализа, самостоятельной работы, практической видеосессии), результатов итогового тестирования, освоения программы;
- хранение, систематизацию и доступ к скачиванию материалов Программы.