

Magyar Jógaképzők Szövetsége Egyesület

Oktatási Szabályzata

Kivonat

5.pont: A 200 órás Nemzeti jógaképző-képzettségi minimum szint tartalma

Kategória	Minimum óraszám	Elsajátítandó témák leírása
Technika elsajátítás, Gyakorlás	100 óra	Ászanák, pránajámák, kriják, szanszkrit éneklés, és meditáció. Ez az óraszám tartalmazza mind a kivitelezés oktatását mind pedig a gyakorlást is
Oktatási módszertan	20 óra	A gyakorlatok bemutatásának alapelvei, a végrehajtás figyelése, segítség/helyesbítés, utasítások, oktatási stílusok, az oktatók és tanulók jellemzői, a tanulás folyamata
Anatómia és fiziológia	20 óra	Tartalmazza: A test anatómiáját és fiziológiáját (a test rendszerei, szervei stb.) és az asztrális/energia/finom anatómiát és fiziológiát (csakrák, nádik, stb.)
Filozófia, etika és életstílus	20 óra	A jógairások tanulmányozása (Jóga Szutrák, Bhagavad Gíta, stb.) A jógaképző etikája, A jógai életmódja, stb.
Gyakorlati munka	10 óra	Tartalmazza a tanuló oktatási tevékenységét, vagy más által tartott órán megfigyelői vagy segítői feladat ellátását.
Választható	30 óra	A választható órák tartalma a fenti öt kategóriából állhat össze. Azonban ez nem feltétlenül jelent szabad választást, mert ezeket az órákat az adott iskola által kihangsúlyozott területekre kell fordítani.
Jelenléti órák (kontakt órák)	Legalább 160 óra	Jelenléti óra azt jelenti, hogy a tanuló fizikailag együtt van az oktatóval. Az oktató távollétében végzett tanulási órák lehetnek: előírt olvasás vagy házi feladat, felügyelet nélküli tanulócsoporthoz, részvétel megfigyelőként jógaképzőn stb.