

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР г. ТОМСКА



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ИМЦ

В.В. Пустовалова

16 октября 2021 г.

Программа научно-методического и (или) методического обеспечения образовательной деятельности  
**ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**  
(с применением исключительно дистанционных технологий)

**«Нейропсихологические коррекционно-развивающие упражнения во время динамических и релаксационных пауз для младших школьников»**  
**36 часов**

Авторы-составители:  
Кулагина Диана Дмитриевна, психолог;  
Дзятковская Елена Николаевна, д-р биол. наук, профессор.

## Пояснительная записка

Дополнительная профессиональная программа (далее - Программа) повышения квалификации (далее – ПК) адресована слушателям системы повышения квалификации: учителям начальных классов, учителям физической культуры, педагогам групп продленного дня, дополнительного образования, педагогам-психологам.

Программа ПК составлена в соответствии с

- целевым ориентиром начального общего образования – требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования<sup>1</sup>, реализует здоровьесберегающие образовательные технологии – комплекс концептуально взаимосвязанных между собой задач, содержания, форм, методов и приемов обучения, которые направлены на развитие младших школьников с учетом сохранения их здоровья, полноценную их самореализацию и предупреждение возможных трудностей обучения; формирование психолого-педагогических предпосылок достижения метапредметных результатов, в рамках освоения образовательных программ начального общего образования, в том числе, регулятивных универсальных учебных действий, как базовых для формирования умений чтения, письма, математики, которые составляют основу умения учиться, включая умение распределять свое внимание, осуществлять волевую саморегуляцию (способность к мобилизации сил и энергии); самоконтроль своих действий, планировать последовательность действий, координировать их, корректировать результат (вносить необходимые дополнения и изменения в способы выполнения действия в случае расхождения эталона), оказывать самопомощь при учебных затруднениях;
- примерной основной образовательной программе начального общего образования – в части ее здоровьесберегающего характера и соответствия задачам формирования регулятивных универсальных учебных действий (п.3,4,5);
- национальными целями и стратегическими задачами развития Российской Федерации в сфере образования, определенным Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» в части «создания условий и возможностей для самореализации и раскрытия таланта каждого человека», «воспитания гармонично развитой личности» на ступени начальной школе, как основы «внедрения на уровнях основного общего и среднего общего образования новых методов обучения и воспитания, образовательных технологий, обеспечивающих освоение обучающимися базовых навыков и умений, повышение их мотивации к обучению и вовлечённости в образовательный процесс».

### Общая характеристика программы

---

<sup>1</sup> утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 года №373 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 22 декабря 2009 года, регистрационный №15785), с изменениями, внесенными приказами Министерства образования и науки Российской Федерации 26 ноября 2010 года №1241 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 4 февраля 2011 года, регистрационный №19707), от 22 сентября 2011 года № 2357 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 12 декабря 2011 года, регистрационный №22540), от 18 декабря 2012 года №1060 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 11 февраля 2013 года, регистрационный №26993), от 29 декабря 2014 года №1643 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 6 февраля 2015 года, регистрационный №35916), от 18 мая 2015 года №507 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 июня 2015 года, регистрационный №37714) и от 31 декабря 2015 года №1576 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 февраля 2016 года, регистрационный №40936) и приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11 декабря 2020 года №712 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации от 25 декабря 2020 года, регистрационный №61828),

Содержание программы предусматривает освоение педагогами способов организации физкультурных и релаксационных пауз на уроках, позволяющих в игровой форме не только создавать условия для отдыха обучающихся и компенсации статического мышечного и психо-эмоционального напряжения, но и предупреждать снижение общей работоспособности, повышенной утомляемости, недостаточности саморегуляции и самоконтроля при выполнении учебных заданий, включая обучение самих школьников приемам и способам самопомощи как субъектов образовательного процесса. Освоение обучающимися регулятивных универсальных учебных действий имеет здоровьесберегающий эффект и позволяет, помимо снятия усталости и напряжения, еще служить профилактикой и коррекцией учебных затруднений у школьников.

Программа ПК направлена на достижение Цели устойчивого развития 4 – организацию доступного и качественного образования в целях формирования жизнеспособного молодого поколения (ЮНЕСКО).

«Стандарт впервые определяет здоровье школьников в качестве одного из важнейших результатов образования, а сохранение и укрепление здоровья – в качестве приоритетного направления деятельности образовательного учреждения» (Пояснительная записка к Федеральным государственным образовательным стандартам общего образования (МНО РФ. Москва).

Применение во время динамических и релаксационных пауз здоровьесберегающих упражнений, рекомендуемых нейропсихологической наукой, увеличивает их здоровьесберегающий эффект и позволяет, помимо снятия усталости и напряжения, еще служить профилактикой и коррекцией учебных затруднений у школьников.

**Целью применения предлагаемого набора упражнений на уроке является**

- преодоление учебных затруднений;
- предупреждение появления учебных затруднений;
- охрана здоровья учащихся,
- формирование у обучающихся навыков и приемов здорового образа жизни, ценностей и культуры здоровья;
- формирование интереса и умений самопомощи;
- мотивация на здоровый образ жизни.

Актуальность Программы обусловлена, с одной стороны, редкостью использования нейропсихологических упражнений на уроках и, с другой стороны, необходимостью комплексного подхода к преодолению учебных затруднений, с которыми приходится сталкиваться многим учащимся. На сегодняшний день, доказана польза и безопасность нейропсихологических упражнений для детей разного возраста, в том числе для младшего школьного возраста, в частности для профилактики и коррекции учебных затруднений.

**Компетенции, развиваемые программой.**

Трудовые действия	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования;</li> <li>• Участие в реализации программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды;</li> <li>• Формирование универсальных учебных действий;</li> <li>• Формирование мотивации к обучению;</li> <li>• Регулирование поведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды;</li> <li>• Реализация воспитательных возможностей различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.);</li> <li>• Проектирование ситуаций и событий, развивающих</li> </ul>
-------------------	---

	<p>эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, культуры здорового и безопасного образа жизни;</li> <li>• Формирование метапредметных компетенций, умения учиться и универсальных учебных действий до уровня, необходимого для освоения образовательных программ основного общего образования;</li> <li>• Формирование системы регуляции поведения и деятельности обучающихся;</li> <li>• Освоение и адекватное применение специальных технологий и методов, позволяющих проводить коррекционно-развивающую работу.</li> </ul>
Умения	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Организовывать различные виды внеурочной деятельности: игровую и художественно-продуктивную, с учетом возможностей образовательной организации;</li> <li>• Осуществлять (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическое сопровождение основных общеобразовательных программ;</li> <li>• Общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их;</li> <li>• Управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность;</li> <li>• Основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития и социализации личности, индикаторы и индивидуальные особенности траекторий жизни, и их возможные девиации, приемы их диагностики;</li> </ul>
Знания	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития;</li> <li>• Теория и технологии учета возрастных особенностей обучающихся.</li> </ul>

### Цель и задачи Программы

**Цель курса:** обучение педагогов, работающих с детьми младшего школьного возраста, комплексу упражнений для проведения динамических и релаксационных пауз на уроках/занятиях, с целью восстановления умственной работоспособности, предупреждения и преодоления учебных затруднений обучающихся.

#### Задачи Программы:

- Понимать цели и задачи нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений для динамических и релаксационных пауз;
- Понимать сферы применения нейропсихологических упражнений разных типов;
- Понимать нейропсихологические упражнения и умения их выполнять правильно;
- Знать правила проведения нейропсихологических динамических и релаксационных пауз в школе.

**Объем часов:** 36 час.

**Форма обучения:** дистанционная.

**Технологии и приемы обучения:** лекция; презентация; организация самостоятельной работы с учебными материалами; вопросы для самоконтроля; комплекс нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений; видео-материалы.

**Требования к выполнению заданий:** проводится один итоговый контроль, в виде

теста. Проверка работы осуществляется в течение 10 дней после ее поступления. Оценивание проводится в баллах.

Программа состоит из 2 разделов. Каждый раздел представляет собой самостоятельный компонент Программы. Вместе с тем, разделы тесно взаимосвязаны, имеют единые ценностно-целевые ориентиры, соответствующие основным целям и задачам Программы.

Содержание программы реализуется в процессе самостоятельной работы слушателей.

**Планируемые результаты обучения:**

- Понимание *целей и задач* нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений для динамических и релаксационных пауз;
- Знание *сфер применения* нейропсихологических упражнений разных типов;
- Знание нейропсихологических упражнений и умение их выполнять правильно;
- *Умения проведения* нейропсихологических динамических и релаксационных пауз в школе.

**Ключевые понятия курса.**

**Нейропсихология** - это наука о взаимосвязи формирования высших психических функций, познавательной сферы и созревания центральной нервной системы, в частности головного мозга. Основоположником отечественной нейропсихологии является Александр Романович Лурия.

**Детская нейропсихология** – наука, которая изучает взаимосвязи формирования высших психических функций, познавательной сферы и созревания центральной нервной системы, в частности головного мозга у здоровых детей.

**Нейропсихология: три функциональных блока головного мозга.**

Первый блок - отвечает за регуляцию тонуса, энергетизацию мозга. Второй блок отвечает за прием, хранение и переработку информации, расположен в задних отделах больших полушарий головного мозга. Третий функциональный блок отвечает за программирование, контроль, расположен в лобных долях мозга. Последний блок предполагает формирование межполушарных связей и проявляется в способности ребенка выстраивать собственные программы поведения, ставить цели, контролировать их выполнение, регулировать свое поведение. При этом полноценное развитие третьего функционального блока позволяет компенсировать недостатки в развитии первого и второго функциональных блоков мозга.

**Учебные затруднения** - это стойкие трудности в овладении письмом, чтением и счетом.

Группы учебных затруднений:

1. Учебные затруднения, связанные с недостатками формирования двигательных навыков письма и чтения.
2. Учебные затруднения, связанные с когнитивным компонентом навыков письма, чтения и счёта.
3. Учебные затруднения, связанные с недостатками в формировании процессов самоконтроля и саморегуляции.

**Дыхательные упражнения** – упражнения, направленные на снятие мышечного и психо-эмоционального напряжения, контроль над эмоциями, активизирование работы головного мозга, ритмирование полушарий головного мозга, развитие самоконтроля, улучшение концентрации внимания, формирование базовых составляющих произвольной саморегуляции.

**Глазодвигательные упражнения** – упражнения направленные на развитие межполушарного взаимодействия и ассоциативных связей, снятие напряжения с глаз, расширение объёма зрительного восприятия, устранение патологических синкинезий, повышение познавательной активности и энергизации мозга.

**Нейропсихологические упражнения на развитие сенсомоторных координаций** – упражнения, предполагающие одновременное использование двигательной активности и

звукового сопровождения, и направленные на снятие мышечного и психо-эмоционального напряжения, синхронизацию работы полушарий головного мозга, развитие внимательности и пространственных представлений, нормализацию гипертонуса и гипотонуса мышц.

**Нейропсихологические упражнения нервно-мышечной релаксации** - упражнения направленные на нормализацию мышечного тонуса, снятие синкинезий и мышечных зажимов, снижение отрицательного эмоционального возбуждения.

**Нейропсихологические упражнения на развитие межполушарного взаимодействия** – это различные перекрестные движения, способствующие развитию высших психических функций. Для правильной и слаженной работы мозга необходимо, чтобы оба полушария работали, взаимодействуя между собой. Межполушарные связи обеспечивают правильность восприятия и обработки поступающей информации, стабильность эмоциональной сферы, пространственную ориентацию и т.д.

**Нейропсихологические упражнения на развитие мелкой моторики** – упражнения, направленные на активизацию работы левого полушария, преимущественно лобной доли, а также межполушарного взаимодействия. Движения пальцев рук стимулируют деятельность центральной нервной системы и способствуют ускорению развития речи ребенка.

**Нейропсихологические упражнения на развитие продуктивности и устойчивости внимания** – это упражнения направленные на развитие продуктивности, устойчивости, концентрации внимания, расширение объема слухового восприятия и кратковременной памяти, что способствуют предупреждению и коррекции учебных затруднений, в том числе и в младшем школьном возрасте.

**Внимание** – это активизация психических и физиологических процессов, способствующих сосредоточению на конкретном объекте, и торможению процессов, мешающих этому.

#### **Нейропсихологические упражнения на развитие пространственных функций.**

За пространственные представления отвечает височно-теменно-затылочная область коры головного мозга (зона ТПО), это область перекрытия отделов мозга отвечающих за переработку зрительной, слуховой и тактильной информации. Эти зоны обеспечивают сложные пространственные синтезы, объединяя работу нескольких анализаторов.

В ориентировке в пространстве участвуют как правое, так и левое полушарие. От правого полушария зависят зрительно-моторные координации. Левое полушарие отвечает за понимание логико-грамматических структур в речи, овладение счетными операциями.

Неразвитость зрительно-пространственных функций приводит к нарушениям познавательных и наглядно-мыслительных процессов.

#### **Нейропсихологические упражнения на развитие саморегуляции и самоконтроля.**

Формирование самоконтроля и саморегуляции является одним из неотъемлемых условий повышения эффективности обучения и развития познавательных способностей. Очень важно развивать самоконтроль и саморегуляцию у детей именно в младшем школьном возрасте, так как в онтогенезе саморегуляция и самоконтроль формируются совместно с необходимостью подчиняться требованиям взрослых, а также правилам поведения в обществе, в процессе включения ребенка в учебную деятельность.

«Самоконтроль – это сознательная оценка и регуляция человеком собственной деятельности и поведения своих действий и поступков, движения с точки зрения их соответствия предварительным намерениям, поставленным целям или требованиям, правилам и требованиям общества. Самоконтроль дает возможность человеку управлять своей деятельностью и поведением, контролировать осуществление намеченного плана действий, воздерживаться от нежелательных действий» (В.Л. Крутецкий).

Развитие самоконтроля у школьников происходит с трудом, поэтому так важно тренировать данные умения в игровой форме, не вызывая у ребенка отрицательных эмоций и сопротивления. Развитые самоконтроль и саморегуляция позволяют детям сосредотачивать внимание, эффективно воспринимать и запоминать предъявляемую информацию, ориентироваться в условиях учебного задания, продумывать способы его решения, а также сравнивать полученный результат с заданными образцом и условиями.

**Нейропсихологические упражнения на развитие планирования и программирования** – упражнения направленные на развитие способности планировать действия и произвольно их выполнять, а также способности создавать программу действий, регулировать и контролировать ее выполнение.

– Должность	Характеристики ЕКС	Профстандарт
Учитель начальных классов	<p>Осуществляет обучение и воспитание обучающихся с учетом их психолого-физиологических особенностей и специфики преподаваемого предмета, способствует формированию общей культуры личности, социализации, осознанного выбора и освоения образовательных программ, используя разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государственных образовательных стандартов, современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы.</p> <p>Проводит учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной психологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения.</p>	<p><b>01.001 «Педагог»</b> (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)».</p> <p>При реализации программ начального общего образования педагог должен уметь:</p> <p>Ставить различные виды учебных задач (учебно-познавательных, учебно-практических, учебно-игровых) и организовывать их решение (в индивидуальной или групповой форме) в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста, сохраняя при этом баланс предметной и метапредметной составляющей их содержания.</p> <p>Во взаимодействии с родителями (законными представителями), другими педагогическими работниками и психологами проектировать и корректировать индивидуальную образовательную траекторию обучающегося в соответствии с задачами достижения всех видов образовательных результатов (предметных, метапредметных и личностных), выходящими за рамки программы начального общего образования.</p> <p>Педагогу начального обучения необходимы знания в таких вопросах, как: Основные и актуальные для современной системы образования теории обучения, воспитания и развития детей младшего школьного возраста. Федеральные государственные образовательные стандарты и содержание примерных основных образовательных программ. Дидактические основы, используемые в учебно-воспитательном процессе образовательных технологий. Существо заложенных в содержании используемых в начальной школе учебных задач обобщенных способов деятельности и системы знаний о природе, обществе, человеке, технологиях.</p>
Педагог-психолог	Проводит диагностическую, психокоррекционную реабилитационную, консультативную работу, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной психологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий. Составляет психолого-педагогические заключения. Определяет факторы, препятствующие	<p><b>Код А/01.7. Психолого-педагогическое и методическое сопровождение реализации основных и дополнительных образовательных программ.</b></p> <p><b>А/02. 7. Психологическая экспертиза (оценка) комфортности и безопасности образовательной среды образовательных организаций.</b></p> <p><b>Трудовые действия.</b> Ведение профессиональной документации (планы</p>

	<p>развитию личности обучающихся, воспитанников и принимает меры по оказанию им различных видов психологической помощи (психокоррекционного, реабилитационного, консультативного). Ведет документацию по установленной форме, используя ее по назначению. Определяет у обучающихся, воспитанников степень нарушений (умственных, физиологических, эмоциональных) в развитии, а также различного вида нарушений социального развития и проводит их психолого-педагогическую коррекцию.</p> <p><b>Должен знать:</b> приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации; законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность; современные методы коррекции нормального и аномального развития ребенка; методы и приемы работы с обучающимися, воспитанниками с ограниченными возможностями здоровья.</p>	<p>работы, протоколы, журналы, психологические заключения и отчеты)</p> <p><b>Необходимые умения.</b> Разрабатывать совместно с педагогами и преподавателями индивидуальный образовательный маршрут с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося. Необходимые знания. Нормативные правовые акты, касающиеся организации и осуществления профессиональной деятельности Федеральные государственные образовательные стандарты общего образования.</p> <p><b>А/04.7. Психологическая коррекция поведения и развития детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, а также обучающихся, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации.</b></p> <p><b>Трудовые действия.</b> Разработка и реализация планов проведения коррекционно-развивающих занятий для детей и обучающихся. Организация и совместное осуществление педагогами, учителями-дефектологами, учителями-логопедами, социальными педагогами психолого-педагогической коррекции выявленных в психическом развитии детей и обучающихся недостатков, нарушений социализации и адаптации. Проектирование в сотрудничестве с педагогами индивидуальных образовательных маршрутов для обучающихся. Ведение профессиональной документации (планы работы, протоколы, журналы, психологические заключения и отчеты)</p> <p><b>Необходимые умения.</b> Разрабатывать программы коррекционно-развивающей работы.</p> <p><b>Необходимые знания.</b> Нормативные правовые акты, касающиеся организации и осуществления профессиональной деятельности</p>
--	--	--

<p>Педагог дополнительного образования</p>	<p>Осуществляет дополнительное образование обучающихся, воспитанников в соответствии со своей образовательной программой, развивает их разнообразную творческую деятельность. Обеспечивает педагогически обоснованный выбор форм, средств и методов работы (обучения) исходя из психофизиологической и педагогической целесообразности, используя современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы. Проводит учебные занятия, опираясь на достижения в области методической, педагогической и психологической наук, возрастной психологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий. Обеспечивает охрану жизни и здоровья обучающихся, воспитанников во время образовательного процесса.</p> <p><b>Должен знать:</b> приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации; законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность; Конвенцию о правах ребенка; возрастную и специальную педагогику и психологию; физиологию, гигиену; специфику развития интересов и потребностей обучающихся, воспитанников, основы их творческой деятельности; современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентностного подхода.</p>	<p><b>85.41 Образование дополнительное детей и взрослых.</b></p> <p>A/01.6 Организация деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы.</p> <p>A/02.6 Организация досуговой деятельности учащихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы.</p> <p>A/03.6 Обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) учащихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания.</p> <p>A/04.6 Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы.</p> <p>A/05.6 Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы.</p>
<p>Воспитатель групп продленного дня</p>	<p>Осуществляет деятельность по воспитанию детей в образовательных учреждениях и их структурных подразделениях (интернате при школе, общежитии, группах, группах продленного дня и др.), иных учреждениях и организациях. Содействует созданию благоприятных условий для индивидуального развития и нравственного формирования личности обучающихся, воспитанников, вносит необходимые коррективы в систему их воспитания. Осуществляет изучение личности обучающихся, их склонностей, интересов, содействует росту их познавательной мотивации и становлению их учебной самостоятельности, формированию компетентностей; организует подготовку домашних заданий.</p>	<p><b>01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)».</b></p> <p>Воспитатель ГПД в школе выполняет следующие должностные обязанности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проектирует и реализует воспитательные программы;</li> <li>- реализует воспитательные возможности различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.);</li> <li>- проектирует ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка);</li> <li>- организует выполнение домашних заданий, проведение культурно-досуговых, оздоровительных и других мероприятий;</li> <li>- выявляет в ходе наблюдения поведенческие</li> </ul>

	<p>Работает в тесном контакте с учителями, педагогом-психологом, другими педагогическими работниками, родителями (лицами, их заменяющими) обучающихся, воспитанников. На основе изучения индивидуальных особенностей, рекомендаций педагога-психолога планирует и проводит с обучающимися, воспитанниками с ограниченными возможностями здоровья коррекционно-развивающую работу (с группой или индивидуально).</p> <p><b>Должен знать:</b> приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации; законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность; Конвенцию о правах ребенка; педагогику, детскую, возрастную и социальную психологию; психологию отношений, индивидуальные и возрастные особенности детей и подростков, возрастную физиологию, школьную гигиену; методы и формы мониторинга деятельности обучающихся, воспитанников; педагогическую этику; теорию и методику воспитательной работы, организации свободного времени обучающихся, воспитанников; современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентностного подхода.</p>	<p>и личные проблемы учащихся начальных классов, связанные с особенностями их развития;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивает параметры и проектирует психологически безопасную и комфортную образовательную среду;</li> <li>- применяет психолого-педагогические технологии;</li> <li>- применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу в группе продленного дня;</li> <li>- развивает у обучающихся познавательную активность, самостоятельность, инициативу, творческие способности, формирует гражданскую позицию, способность к труду и жизни в условиях современного мира, формирует у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни;</li> <li>- формирует систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.</li> </ul>
--	--	---

## 1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Цель:** обучение педагогов, работающих с детьми младшего школьного возраста, нейропсихологическим коррекционно-развивающим упражнениям, применяемым для проведения динамических и релаксационных пауз на уроках/занятиях, с целью восстановления умственной работоспособности, предупреждения и преодоления учебных затруднений обучающихся.

**Категория слушателей:** учителя начальных классов, учителя физической культуры, педагоги групп продленного дня, дополнительного образования, педагоги-психологи.

**Срок обучения:** 36 часов

**Форма обучения:** дистанционная

Наименование разделов, дисциплин и тем	Всего часов	Из них:			
		Очная часть	Заочная часть		
			Лекции онлайн	Презентация	Видео-материалы

				лы	ельно е изуче ние	
<b>Раздел 1. Нейропсихологические аспекты учебных затруднений у детей младшего школьного возраста.</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>4</b>		<b>6</b>	Входной контроль
Тема 1. Особенности онтогенеза мозга ребенка как фактор школьной успеваемости.	4		1		2	
Тема 2. Нейропсихология: три функциональных блока.	4	1	1		2	
Тема 3. Виды учебных затруднений.	4	1	2		2	
<b>Раздел 2. Практические основы нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений во время динамических и релаксационных пауз у младших школьников.</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	
<i>Тема 1. Принципы комплекса нейропсихологических коррекционно- развивающих упражнений во время динамических и релаксационных пауз.</i>	6	1	2		3	Промежуто чный контроль
<i>Тема 2. Виды нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений и их особенности.</i>	6	1	1		4	
<i>Тема 3. Комплекс нейропсихологических коррекционно- развивающих упражнений.</i> Приложения: 1. Упражнение «Шкала тональностей». 2. Упражнение «Шкала тональностей». Образец. 3. Упражнение «Ухо-нос». 4. Корректирующая проба (тест Бурдона). 5. Корректирующая проба (тест Бурдона). Вариант №1. 6. Корректирующая проба (тест Бурдона). Вариант №2. 7. Корректирующая проба (тест Бурдона). Вариант №3. 8. Упражнение «Лягушка». 9. Упражнение «Зеркальное рисование». 10. Упражнение «Зеркальное рисование». 11. Упражнение «Зеркальное рисование». 12. Упражнение «Поздороваемся пальчиками».	6		1	2	3	

13. Упражнение «Перевернутый рисунок».						
14. Упражнение «Кристалльная фигура».						
15. Упражнение «Дорисуй фигуру».						
16. Упражнение «Дорисуй фигуру».						
17. Упражнение «Контур».						
18. Упражнение «Вообрази и дорисуй».						
19. Упражнение «Вообрази и дорисуй». Образец.						
20. Упражнение «Муха».						
21. Упражнение «Увлекательный квадрат».						
22. Упражнение «Графическая проба».						
23. Упражнение «Кулак-ребро-ладонь».						
<i>Тема 4. Обобщение.</i> Приложение. Вопросы теста.	6				6	Зачет (итоговая аттестация) : Тест
<b>ИТОГО</b>	<b>36</b> <b>часов</b>					

### **1.1. Содержание программы повышения квалификации «Нейропсихологические коррекционно-развивающие упражнения во время динамических и релаксационных пауз для младших школьников»**

#### **Раздел 1. Нейропсихологические аспекты учебных затруднений у детей младшего школьного возраста.**

**Тема 1.** Особенности онтогенеза мозга ребенка как фактор школьной успеваемости.

**Аннотация.** Нейропсихология, как наука. Детская нейропсихология: особенности. Развитие мозга ребенка: особенности, нормативные периоды. Ведущая деятельность в разные периоды онтогенеза. Психологические новообразования. Зона ближайшего развития (Выготский Л.С.): определение, особенности при обучении.

**Тема 2.** Нейропсихология: три функциональных блока.

**Аннотация.** Три функциональных блока головного мозга. Их особенности, симптомы дефицита развития каждого блока. Нейропсихологические упражнения для развития каждого блока.

**Тема 3.** Виды учебных затруднений.

**Аннотация.** Три группы учебных затруднения. Специфика их проявления. Нейропсихологические упражнения для преодоления каждого вида учебных затруднений.

#### **Раздел 2. Практические основы нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений во время динамических и релаксационных пауз у младших школьников.**

**Тема 1.** Принципы комплекса нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений во время динамических и релаксационных пауз.

**Аннотация.** Особенности применения нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений во время динамических и релаксационных пауз. Принципы комплекса нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений. Продолжительность и частота применения нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений.

**Тема 2.** Виды нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений и их особенности.

**Аннотация.** Дыхательные упражнения. Глазодвигательные упражнения. Упражнения для развития сенсомоторных координаций. Упражнения нервно-мышечной релаксации. Упражнения для развития межполушарного взаимодействия. Упражнения для развития мелкой моторики. Упражнения для развития продуктивности и устойчивости внимания. Упражнения для развития пространственных функций. Упражнения для развития саморегуляции и самоконтроля. Упражнения для развития планирования и программирования.

**Тема 3.** Комплекс нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений.

**Аннотация.** Блок №1 «Релаксационные нейропсихологические коррекционно-развивающие упражнения». Блок №2. «Нейропсихологические коррекционно-развивающие упражнения для развития высших психических функций».

**Тема 4.** Обобщение. Тест.

**Аннотация.** Оценка знаний по темам Программы ПК. Вопросы теста предполагают один, или несколько правильных вариантов ответа. В последнем случае, это будет указано в вопросе.

### Календарный учебный график

№ пп	Число/месяц	Время проведения и форма занятий	Кол-во часов (ак.ч.)	Тема занятия	ФИО преподавателя, степень, звание
<b>Раздел 1. Нейропсихологические аспекты учебных затруднений у детей младшего школьного возраста.</b>					
1.	07.02.2022	лекция онлайн (09:30-11:30)	2	Тема 1. Особенности онтогенеза мозга ребенка как фактор школьной успеваемости.	Дзятковская Е.Н.
				Тема 2. Нейропсихология: три функциональных блока.	
				Тема 3. Виды учебных затруднений.	
2.	08.02.2022	презентация	1	Тема 1. Особенности онтогенеза мозга ребенка как фактор школьной успеваемости.	Кулагина Д.Д.
3.	09.02.2022	самостоятельное изучение	2		
4.	10.02.2022	презентация	1	Тема 2. Нейропсихология: три функциональных блока.	Кулагина Д.Д.
5.	11.02.2022	самостоятельное	2		

		изучение			
6.	12.02.2022	презентация	2	Тема 3. Виды учебных затруднений.	Кулагина Д.Д.
7.	14.02.2022	самостоятельное изучение	2		
8.	<b>Раздел 2. Практические основы нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений во время динамических и релаксационных пауз у младших школьников.</b>				
9.	15.02.2022	лекция онлайн (09:30-11:30)	2	Тема 1. Принципы комплекса нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений во время динамических и релаксационных пауз.	Дзятковская Е.Н.
				Тема 2. Виды нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений и их особенности.	
10.	16.02.2022	презентация	2	Тема 1. Принципы комплекса нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений во время динамических и релаксационных пауз.	Кулагина Д.Д.
11.	17.02.2022	самостоятельное изучение	1		
12.	18.02.2022	самостоятельное изучение	2		
13.	19.02.2022	презентация	1	Тема 2. Виды нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений и их особенности.	Кулагина Д.Д.
14.	21.02.2022	самостоятельное изучение	2		
15.	22.02.2022	самостоятельное изучение	2		
16.	23.02.2022	презентация	1	Тема 3. Комплекс нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений.	Кулагина Д.Д.
17.	24.02.2022	видео-материалы	2		

18.	25.02.2022	самостоятельное изучение	3		
19.	26.02.2022	Зачет (итоговая аттестация): Тест	6	Тема 4. Обобщение.	Кулагина Д.Д.
ИТОГО: 36 часов					

### Формы аттестации и оценочные материалы

Вид аттестации	Форма контроля	Виды оценочных материалов
Входной контроль	Вопросник	Балльная оценка исходного уровня знаний о причинах учебных затруднений и путях их преодоления (за правильное решение, соответствующее эталонному показателю, выставляется 1 балл, за неправильное решение, несоответствующее эталонному – показателю, выставляется 0 баллов.
Промежуточная	Эссе	Контент анализ понимания и значимости нейропсихологических упражнений в личной педагогической практике
Итоговая	Зачет (тест)	Тестовый материал

## 6. Организационно-педагогические условия реализации программы

### 6.1. Методическое обеспечение образовательной деятельности

Программа обеспечена раздаточными учебно-методическими материалами авторов курсов:

- УМК «Учусь учиться» (1-4 классы). Изд-во «Образование и экология», 2016-2019 гг;
- книгами для учителей:

«Невнимательный и утомляемый ребенок», «Как составить индивидуальную программу развития и саморазвития ребенка», «Образование и/или Здоровье?», «Ребенок с неврологическим диагнозом», изд-во «Образование и экология», 2016-2019 гг;

- «Рабочие программы внеурочной деятельности» по реализации программы ФГОС «Формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни» (изд-во «Просвещение»);

- Презентация «Нейропсихологические коррекционно-развивающие упражнения во время динамических и релаксационных пауз для младших школьников», Кулагина Д.Д., 2021;

- Обучающий видео-ролик «Нейропсихологические коррекционно-развивающие упражнения во время динамических и релаксационных пауз для младших школьников», Кулагина Д.Д., 2021;

- а также рекомендуемой литературой:

1. Ахутина Т.В., Пылаева Н.М. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход. – СПб.: Питер, 2008. – 320 с.

2. Выготский Л.С. Педагогическая психология. М.: Педагогика, 1991.

3. Методы исследования восприятия, внимания и памяти: Руководство для практических психологов./Е.А. Андронникова, Е.В. Заика. – Харьков, 2011. – 161 с.
4. Нейропсихология: Хрестоматия. 3-е изд. / Под ред. Е. Д. Хомской — СПб.: Питер, 2011. — 992 с.
5. Праведникова, И.И. Нейропсихология. Игры и упражнения — М.: АЙРИС-пресс, 2018. — 112 с.

## 6.2. Мероприятия программы

**Технологии и приемы обучения:** лекция; презентация; организация самостоятельной работы с учебными материалами; вопросы для самоконтроля; комплекс нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений; видео-материалы.

**Требования к выполнению заданий:** проводится один итоговый контроль, в виде теста. Проверка работы осуществляется в течение 10 дней после ее поступления. Оценивание проводится в баллах.

Программа состоит из 2 разделов. Каждый раздел представляет собой самостоятельный компонент Программы. Вместе с тем, разделы тесно взаимосвязаны, имеют единые ценностно-целевые ориентиры, соответствующие основным целям и задачам Программы.

Содержание программы реализуется в процессе самостоятельной работы слушателей.

### Планируемые результаты обучения.

Планируемые результаты по ФГОС Форма обучения	Личностные Результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<b>Онлайн-лекции</b>	Мотивация овладения нейропсихологическими упражнениями в целях профессионального роста	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Способность систематизировать теоретические знания по нейропсихологическим коррекционно-развивающим упражнениям во время динамических и релаксационных пауз у младших школьников;</li> <li>• Умение с достаточной полнотой и точностью выражать мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;</li> <li>• Развитие УУД (личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Понимание целей и задач нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений для динамических и релаксационных пауз;</li> <li>• Понимание сфер применения нейропсихологических упражнений разных типов;</li> <li>• Знание правил проведения нейропсихологических динамических и релаксационных пауз в школе;</li> <li>• Освоение способов организации физкультурных и релаксационных пауз на уроках.</li> </ul>

<p><b>Практические занятия</b></p>	<p>Развитие рефлексивных умений, выстраивание зоны ближайшего профессионального развития</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Умение анализировать информацию, систематизировать теоретические знания по нейропсихологическим коррекционно-развивающим упражнениям во время динамических и релаксационных пауз у младших школьников.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Понимание последствий учебных затруднений и способов их решения с помощью нейропсихологических упражнений;</li> <li>• Знание психологических особенностей детей младшего школьного возраста;</li> <li>• Умение применять на практике нейропсихологические упражнения для предупреждения и коррекции учебных затруднений.</li> </ul>
<p><b>Самостоятельная работа с учебными материалами</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие умений самоорганизации и саморегуляции</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Способность самостоятельно планировать этапы выполнения работы, соблюдать график подготовки;</li> <li>• Способность самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели;</li> <li>• Развитие творческого мышления.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Понимание нейропсихологических аспектов учебных затруднений у детей младшего школьного возраста;</li> <li>• Знание особенностей проведения нейропсихологических динамических и релаксационных пауз в школе;</li> <li>• Освоение практических основ нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений во время динамических и релаксационных пауз у младших школьников.</li> </ul>
<p><b>Видео-материалы</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие рефлексивно-оценочных умений</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Умение проводить нейропсихологические упражнения в соответствии с требованиями.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Понимание нейропсихологических упражнений и умение их выполнять правильно;</li> <li>• Знание правил проведения нейропсихологических динамических и релаксационных пауз в школе.</li> </ul>

### 6.3. Условия организации деятельности

*Материально-технические условия:*

Используется платформа <http://moodle.imc.tomsk.ru/> и парк компьютерной техники (47 компьютеров, 6 серверов на базе платформы Intel R1304 WT2GSR и др., комплект фото и осветительного оборудования, интерактивный беспроводной планшет, позволяющий взаимодействовать с цифровым контентом удаленно, софтбокс Raylab RL, кронштейн для вспышки Godox, фотозоны, система установки фона Raylab, фотофоны и отражатель Raylab), что обеспечивает участие в курсах студентов, педагогов, руководителей ООУ, преподавателей ИПКРО, учреждений СПО, библиотек муниципалитетов и др. Московской, Иркутской, Кемеровской, Новосибирской, Рязанской, Свердловской, Читинской, Челябинской областей, Забайкальского края, ХМАО, Республик Карелия, Удмуртия, Бурятия, Татарстан, Тыва, а также Казахстана, Украины (за 2020-2021 гг. обучено 873 слушателя).

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Кабинет для преподавателя	Онлайн лекция на платформе <a href="http://moodle.imc.tomsk.ru/">http://moodle.imc.tomsk.ru/</a>	Компьютер с выходом в Интернет
Кабинет для преподавателя	Офлайн запись на платформе <a href="http://moodle.imc.tomsk.ru/">http://moodle.imc.tomsk.ru/</a> с обработкой видео на ютуб - канале МАУ ИМЦ.	Компьютер с выходом в Интернет

*Научно-методические условия:*

Программа обеспечена раздаточным материалом – книгами авторов для учителей: УМК «Учусь учиться» (1-4 классы), «Невнимательный и утомляемый ребенок», «Как составить индивидуальную программу развития и саморазвития ребенка», «Образование и/или Здоровье?», «Ребенок с неврологическим диагнозом», «Рабочие программы внеурочной деятельности» по реализации программы ФГОС «Формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни» (пять программ изд-ва «Просвещение»).

Основы программы были разработаны в рамках соглашения о сотрудничестве между Научным центром медицинской экологии Восточно-Сибирского отделения Российской академии медицинских наук и Институтом содержания и методов обучения Российской академии образования (2008-2013 гг.), поддержаны письмом Министерства образования и науки № 03-470 от 9 июня 2012 года «О методических материалах»; впоследствии апробированы в рамках соглашения между Институтом стратегии развития образования РАО, Департаментом образования г. Томска и Факультетом глобальных процессов МГУ им. М.В. Ломоносова, как здоровьесберегающее направление деятельности межрегионального сетевого педагогического партнерства «Учимся жить устойчиво в глобальном мире: Экология. Здоровье. Безопасность» (2016- по настоящее время), разные компоненты программы апробировались в течение 2019-2021 гг. на вебинарах для учителей начальных классов и мероприятиях ИМЦ г. Томска. Охват педагогов – более 400 человек.

*Кадровые условия:*

В реализации программы участвуют Дзятковская Елена Николаевна, д-р биол. наук, профессор и Кулагина Диана Дмитриевна, психолог.

*Финансовые условия:*

Стоимость программы составляет 3600 рублей/слушатель, 100 рублей 1 час/слушатель. Минимальная группа – 25 слушателей. Финансирование осуществляется за

счет оплаты физических и юридических лиц, софинансирование за счет внебюджетных средств МАУ ИМЦ (расходы по информационно-организационному, техническому сопровождению курсов).

#### 6.4. Средства контроля и критерии оценки качества результатов

*Перечень средств контроля результатов реализации программы.*

Вид аттестации	Форма контроля	Виды оценочных материалов
Итоговая	Зачет (тест)	Тестовый материал.

*Критерии оценки качества результатов реализации программы:*

- Понимание целей и задач нейропсихологических коррекционно-развивающих упражнений для динамических и релаксационных пауз;
- Знание нейропсихологических аспектов учебных затруднений у детей младшего школьного возраста;
- Понимание сфер применения нейропсихологических упражнений разных типов в соответствии с определенными видами учебных затруднений;
- Знание правил проведения нейропсихологических динамических и релаксационных пауз в школе;
- Умение подбирать конкретные нейропсихологические коррекционно-развивающие упражнения к решению педагогической задачи.

#### 6.5. Перечень нормативных и нормативно-методических документов

1. Федеральный закон РФ «Об образовании Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ»: ст. 2, ст. 12, ст.41, ст.79. (в редакции с изменениями и дополнениями);

2. Приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Зарегистрирован в Минюсте России 6 октября 2010 г. № 18638) (в редакции с изменениями и дополнениями);

3. Приказ Минтруда России от 18.10.2013 N 544н (с изм. от 25.12.2014) "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)" (Зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2013 N 30550);

4. Приказ Минтруда России от 24.07.2015 N 514н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог-психолог (психолог в сфере образования)" (Зарегистрировано в Минюсте России 18.08.2015 N 38575);

5. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 8 сентября 2015 г. № 613н «Об утверждении профессионального стандарта “Педагог дополнительного образования детей и взрослых”».

#### 6.6. Электронные образовательные ресурсы

1. Министерство образования и науки РФ. – Режим доступа: <http://минобрнауки.рф>.

3. Российское образование Федеральный портал. – Режим доступа: <http://www.edu.ru/index.php>.

4. ФГОС. – Режим доступа: <http://минобрнауки.рф/новости/3447/файл/2280/13.06.14>.

5. Российский общеобразовательный портал. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>.
6. Российское образование. Федеральный образовательный портал. – Режим доступа: <http://www.edu.ru>.