

Управление образования мэрии г. Череповца  
муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Детский технопарк «Кванториум»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ  
«Детский технопарк «Кванториум»  
Н.В. Харзина  
Приказ № 29 от «01» октября 2018 г.



**Дополнительная общеобразовательная –  
дополнительная общеразвивающая программа  
«Гимнастика мозга»**

Срок реализации программы: 10 часов

Возраст учащихся: 7-17 лет

направленность: социально-педагогическая

Автор: Кокарева А.Ю.

## **Актуальность**

В современном мире вся система образования и обучения построена на развитие логического мышления и интеллекта, за которое отвечает левое полушарие головного мозга. Тем самым недооценивается роль воображения (образы), интуиции, творческого мышления, чувств. В обычном спокойном состоянии левое и правое полушария головного мозга дополняют друг друга в обработке поступающей информации, в выработке новых знаний, в принятии решений. Но во время стресса эта способность может быть утрачена и в этот момент работает только одно полушарие – ведущее.

Гимнастика мозга – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие. Они влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию способностей человека и коррекции проблем в различных областях психики. Под влиянием упражнений «Гимнастика мозга» в организме происходят положительные структурные изменения. Данные упражнения позволяют выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга.

## **Нормативная база**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013 - 2020 годы / Постановление Правительства РФ от 15.04.2014 г. № 295 (ред. от 27.04.2016)),
- Концепция развития дополнительного образования детей / Распоряжение правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р,

- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам / Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008,
- О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей / Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844,
- Методическим рекомендациям по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) / Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. N 09-3242,
- Устав МАОУ ДО «Детский технопарк «Кванториум»,
  - СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» / Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. № 41.

### **Цель программы**

Формирование основ знаний о «Образовательной кинезиологии», подготовка учащихся к применению современных технологий в области психологии. Выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга.

### **Задачи программы**

- Развитие межполушарной специализации;
- Развитие межполушарного взаимодействия;
- Развитие межполушарных связей;
- Синхронизация работы полушарий;
- Развитие мелкой и крупной моторики;
- Развитие способностей;
- Развитие памяти, внимания, мышления;
- Развитие речи.

## **Место программы в образовательном процессе**

Данная программа позволяет освоить полностью технологию «Образовательная кинезиология». Эффективность программы обуславливается незамедлительным практическим применением упражнений «Гимнастики мозга».

## **Возраст учащихся, которым адресована программа**

Программа рассчитана на учащихся 7-17 лет

## **Срок реализации программы**

1 месяц – 10 часов

## **Режим занятий**

1 раз в неделю по 2 часа или 1 раз в неделю по 1 часу.

Основу разработки составили следующие **принципы**:

- Принцип гуманизации (во главу программы поставлена забота о психофизическом здоровье и безопасности ребенка).
- Принцип позитивной направленности действий;
- Принцип дифференцированного подхода к каждому ребенку, учет его индивидуальных личностных и психологических особенностей;
- Принцип учета «зоны ближайшего развития» детей;
- Принцип развивающего характера обучения, основанного на детской активности и инициативности;
- Принцип наглядности;
- Принцип баланса интеллектуальных, эмоциональных и двигательных нагрузок, соразмерных возрасту;
- Принцип профессиональной компетентности педагогов.

## **Формы работы**

- лекция
- беседа
- практическое занятие
- консультация

## Ожидаемый результат

Овладение детьми комплексом упражнений «Образовательная кинезиология» («Гимнастика мозга»).

## Учебно-тематическое планирование (рекомендуемое)

Продолжительность 1 занятия: 2 академических часа.

Общее количество академических часов - 10.

Раздел	Метод/ Форма	Название	Кол-во часов	Целеполагание
1 занятие (введение)	Лекция, беседа, практическое занятие	Знакомство с «Гимнастика мозга»	2	Познакомится с технологией «Гимнастика мозга», осознать ребенком значимость для себя, выбрать путь применения относительно себя
2 занятие	Лекция, беседа, практическое занятие	Разучивание 1 группы упражнений «Гимнастика мозга», составление баланса действий, применение в действии на конкретных упражнениях по развитию высших психических функций	2	Умение применять изученные упражнения первой группы в условиях отдельных видов деятельности ребенка
3 занятие	Лекция, беседа, практическое занятие	Разучивание 2 группы упражнений «Гимнастика мозга», составление баланса действий, упражнения по скорощению	2	Умение применять изученные упражнения второй группы в условиях отдельных видов деятельности ребенка
4 занятие	Лекция, беседа, практическое занятие	Разучивание 3 группы упражнений «Гимнастика мозга», составление баланса действий	2	Умение применять изученные упражнения третьей группы в условиях отдельных видов деятельности ребенка
5 итоговое занятие	Лекция, беседа, практическое занятие, консультация	Разучивание 4 группы упражнений «Гимнастика мозга», составление баланса действий	2	Умение применять изученные упражнения четвертой группы в условиях отдельных видов деятельности ребенка, овладение навыком составления балансов действий

## Литература

1. Пол И.Деннисон, Гейл И. Деннисон. Гимнастика мозга. Москва, 1998.
2. Пол И.Деннисон, Гейл И. Деннисон Образовательная кинестетика для детей. Москва, 1998.
3. Пол И.Деннисон, Гейл И. Деннисон Обучение Целостным Мозгом. Москва, 2013.
4. Карла Ханнафорд. «Мудрое движение», Восхождение, Москва, 1998 г.
5. Карла Ханнафорд. «Доминирующий фактор»
6. Колесников А. Тело – зеркало души, или синдром «умной собаки». М., Центрполиграф, 2009.
7. К. Хонц «Безграничные возможности», Издательство МГУ, Москва, 1994 г.э
8. Сиротюк А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии: Практическое руководство для учителей и родителей. М. ТЦ Сфера, 2001 (! С большим списком литературы)
9. Сиротюк А.Л., «Коррекция обучения и развития школьников», Творческий центр. Москва. 2002 г.
10. Кравец Г.В., Сиротюк А.Л. Мозг, эмоции, индивидуальность. Йошкар-Ола, 1997.
11. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. М., 1973.
12. Аршавский В. В. Межполушарная асимметрия в системе поисковой активности. Владивосток, 1988.
13. Афонькин С.Ю., Рузина М. С. Страна пальчиковых игр. СПб., 1997.
14. Безруких М.В. Леворукий ребенок в школе и дома. Екатеринбург, 1998.
15. Брагина Н.Н., Доброхотова Т.А. Функциональные асимметрии человека. М., 1981.
16. Галкина В. Б., Хомутова Н.Ю. Использование физических упражнений по развитию мелкой моторики пальцев рук при коррекции нарушений речи у учащихся начальных классов // Дефектология. 1999. № 3.

17. Ермаков П.Н. Психомоторная активность и функциональная асимметрия мозга. Ростов н/Д., 1988.
18. Иванова Н.Н. Коррекция зрительно-двигательной и моторной координации у старших дошкольников с нарушением зрения //Дефектология. 1998. № 4.
19. Кольцова М. М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка. М., 1973.
20. Безруких М.М., Дубровинская И.Н., Фарбер Д.А. Психофизиология ребенка. Москва-Воронеж, 2005.
21. Элхонон Голдберг. Управляющий мозг. Москва, 2003.
22. Зинченко В.П., Леви Т.С. Психология телесности. Между душой и телом. Москва, 2005.
23. Питер А. Левин, Энни Фредерик. Пробуждение тигра – исцеление травмы. Москва, 2007.
24. Шарон Промыслов. Соединение мозга и тела. Минск, 2007.
25. Смирнова С.С. Образовательная кинестетика. Москва, 2008.
26. Марк Хаузер. Мораль и разум. Москва, 2008
27. Горбунов Г.Д., Горшкова А. Т. Взаимосвязь развития двигательных качеств и психических процессов у старших школьников. СПб., 1996.
28. Ильюченко Р.Ю. Взаимодействие полушарий мозга у человека: Установка, обработка информации, память. Новосибирск, 1989.
29. Спрингер С., Дейч Г. Левый мозг, правый мозг. М., 1983.
30. Стамбулова Н.Б. Опыт использования специальных физических упражнений для развития некоторых психологических процессов у младших школьников. М., 1977.
31. Хомская Е.Д. Нейропсихология. М., 1987.
32. Хризман Т.П. Развитие функций детского мозга. Л., 1978.
33. Хризман Т.П., Еремеева В.П., Лоскутова Т.Д. Эмоции, речь и активность мозга ребенка. М., 1991.

34. Шанина Т.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учеб. пособие. М., 1999.
35. Рушель Блаво. Слово, которое лечит. С-Пб, 2010.
36. Захарова Р. А., Чупаха И. В. Методика «Гимнастика мозга». В сб.: Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. М., Ставрополь, «ИЛЕКСА», «СЕРВИС ШКОЛА», 2001
37. Колин Типпинг. «Радикальное прощение»