

Автономная некоммерческая организация  
дополнительного профессионального образования  
«Институт развития компетенций»

РАССМОТРЕНО  
На заседании  
Педагогического Совета  
Протокол № 29.03/1 – ДОП  
от 29.03.2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»:  
Директор АНО ДПО

«Институт развития компетенций»

Шелихова М.М.  
30 марта 2022 г.



**«Брейн-фитнес 2.0»**

**Модульная дополнительная общеразвивающая программа  
социально-педагогической направленности**

**Педагог, реализующий программу:**  
Киласьевна Елена Анатольевна  
**Возраст обучающихся:** 9 - 17 лет  
**Количество детей в группе:** 10 человек  
**Срок реализации:** 1 год (114 часов)

Сургут  
2022

## ПАСПОРТ МОДУЛЬНОЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Название программы	«Брейн-фитнес 2.0»
Направленность программы	Социально-педагогическая
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную обще развивающую программу	Киласьевна Елена Анатольевна
Год разработки	2021 год, ред. 2022 г.
Где, когда и кем утверждена дополнительная обще развивающая программа	АНО ДПО «Институт развития компетенций» Приказ № 2/ДОП от 26 марта 2021 г., № 30.03/1 – ДОП от 30 марта 2022 г.
Информация о наличии рецензии	-
Уровень программы	Базовый
Цель	Развитие аналитических способностей, навыков принятия эффективных решений, умения работать в команде, способности анализировать и делать
Задачи	<p><u>Обучающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие умения ориентироваться в информационном потоке;</li> <li>- развитие умения устанавливать причинно-следственные связи;</li> <li>- развитие способности видеть проблему с разных точек зрения и генерировать множество идей для её решения;</li> <li>- развитие умения развернуто отвечать на вопросы, делать умозаключения;</li> <li>- развитие сформированности быстроты мышления;</li> <li>- развитие сформированности учебно-познавательных компетенций (умений использовать в жизни полученные знания, умения и навыки).</li> </ul> <p><u>Развивающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- усвоение элементарных навыков алгоритмической культуры мышления;</li> <li>- развитие познавательных процессов восприятия памяти, внимания, воображения;</li> <li>- развитие творческих способностей;</li> <li>- развитие умения различать и называть в процессе моделирования геометрические фигуры, силуэты, предметы и другие изображения;</li> <li>- рисование образов, символические, симметричные изображения в рабочей тетради.</li> </ul> <p><u>Воспитывающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- возможность сочетания самостоятельной деятельности детей и их разнообразного взаимодействия друг с другом при освоении мыслительной задачи;</li> <li>- воспитание и развитие ответственности, настойчивости в преодолении трудностей, координацию движений глаз и мелкой моторики рук, действий самоконтроля и самооценки;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- содействовать формированию умения адаптироваться к людям, нравственно воспринимать и оценивать их самих и их поступки, взаимодействовать и налаживать хорошие взаимоотношения.</li> </ul>
Ожидаемые результаты освоения программы	<p><u>Предметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение ориентироваться в информационном потоке;</li> <li>- уметь устанавливать причинно-следственные связи;</li> <li>- способность видеть проблему с разных точек зрения и генерировать множество идей для её решения;</li> <li>- уметь развернуто отвечать на вопросы, делать умозаключения;</li> <li>- сформированность быстроты мышления;</li> <li>- сформированность учебно-познавательных компетенций (умений использовать в жизни полученные знания, умения и навыки).</li> </ul> <p><u>Метапредметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности;</li> <li>- самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность;</li> <li>- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;</li> <li>- способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач;</li> <li>- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;</li> <li>- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей.</li> </ul> <p><u>Личностные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества;</li> <li>- готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;</li> <li>- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;</li> <li>- навыки сотрудничества со сверстниками, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской и других видах деятельности;</li> <li>- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей.</li> </ul>
Срок реализации программы	1 год
Количество часов в неделю/год	3 часа /114 часов
Количество разделов программы и их темы	2 модуль: 1 раздел – «Культура интеллектуального развития вне

	<p>школы»</p> <p>2 раздел – «Нейробика как пример здорового образа жизни»</p> <p>3 раздел – «Графические навыки и развитие моторики»</p> <p>4 раздел – «Развитие речи и коммуникативные способности (воображения и игры)»</p>
Возраст обучающихся	9 - 17 лет
Формы занятий	Теоретические и практические занятия, дистанционная форма занятий, соревнования, тестирования.
Методическое обеспечение	<p>Практико-ориентированные технологии.</p> <p>Демонстрационные конкурсные задания.</p> <p>Дистанционная образовательная площадка АНО ДПО «Институт развития компетенций»:  <a href="http://sdo2.ircomp.ru/">http://sdo2.ircomp.ru/</a>.</p>
Условие реализации программы (оборудование, инвентарь, специализированное помещение, ИКТ и др.)	<p>1. Авторская методика Д.А. Шелихова «10 шагов к развитию феноменальной памяти».</p> <p>2. Сайт «Развитие ребенка».</p> <p>3. Развивающие игры: «Мемо» (различной тематики), «Кругозорник», «Котосовы», «Турбосчет», «Хронолет» и другие.</p>

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Эффективное развитие интеллектуальных способностей детей – одна из актуальных задач современности. Дети с развитым интеллектом быстрее запоминают материал, более уверены в своих силах, легче адаптируются в новой обстановке. В интеллектуальном развитии ребенка большую роль играет развивающее обучение. Оно диктует необходимость использования новых форм организации, при которых синтезировались бы элементы познавательного, игрового, поискового и учебного взаимодействия. Реальное прямое обучение происходит как специально организованная познавательная деятельность.

Проблемно-поисковые ситуации, которые используются в реальном обучении, способствуют развитию представлений на основе эвристических методов, когда понятия, свойства, связи и зависимости открываются ребенком самостоятельно, когда им самим устанавливаются важнейшие закономерности.

Модульная дополнительная общеразвивающая программа «Брейн-фитнес 2.0» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р).
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержен приказом Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 № 196).
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41.
- Концепция развития дополнительного образования детей, концепция развития воспитания в муниципальной системе общего образования города Сургута до 2030 года.

**Целью** данной программы является развитие аналитических способностей навыков принятия эффективных решений, умения работать в команде, способности анализировать и делать выводы.

### **Задачи:**

#### Обучающие:

- развитие умения ориентироваться в информационном потоке;
- развитие умения устанавливать причинно-следственные связи;
- развитие способности видеть проблему с разных точек зрения и генерировать множество идей для её решения;
- развитие умения развернуто отвечать на вопросы, делать умозаключения;
- развитие сформированности быстроты мышления;
- развитие сформированности учебно-познавательных компетенций (умений использовать в жизни полученные знания, умения и навыки).

### Развивающие:

- усвоение элементарных навыков алгоритмической культуры мышления;
- развитие познавательных процессов восприятия памяти, внимания, воображения;
- развитие творческих способностей;
- развитие умения различать и называть в процессе моделирования геометрические фигуры, силуэты, предметы и другие изображения;
- рисование образов, символические, симметричные изображения в рабочей тетради.

### Воспитывающие:

- возможность сочетания самостоятельной деятельности детей и их разнообразного взаимодействия друг с другом при освоении мыслительной задачи;
- воспитание и развитие ответственности, настойчивости в преодолении трудностей, координацию движений глаз и мелкой моторики рук, действий самоконтроля и самооценки;
- содействовать формированию умения адаптироваться к людям, нравственно воспринимать и оценивать их самих и их поступки, взаимодействовать и налаживать хорошие взаимоотношения.

В рамках программы реализуются четыре образовательных раздела:

- 1 раздел – «Культура интеллектуального развития вне школы» - 28 часов.
- 2 раздел – «Нейробика как пример здорового образа жизни» - 24 часа.
- 3 раздел – «Графические навыки и развитие моторики» - 30 часов.
- 4 раздел – «Развитие речи и коммуникативные способности (воображения и игры)» - 32 часа.

Занятия по программе проходят 2 раза в неделю очно, 1 раз - заочно, занятие продолжительностью 1 академический час. Программа рассчитана на 38 учебных недель, что составляет 114 часов в год.

### **Ожидаемые результаты освоения программы:**

#### Предметные:

- умение ориентироваться в информационном потоке;
- уметь устанавливать причинно-следственные связи;
- способность видеть проблему с разных точек зрения и генерировать множество идей для её решения;
- уметь развернуто отвечать на вопросы, делать умозаключения;
- сформированность быстроты мышления;
- сформированность учебно-познавательных компетенций (умений использовать в жизни полученные знания, умения и навыки).

#### Метапредметные:

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности;
- самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность;
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;
- способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей.

### **Личностные:**

- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества;
- готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- навыки сотрудничества со сверстниками, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской и других видах деятельности;
- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

### **Критерии оценки и способы проверки результативности:**

Процесс обучения предусматривает следующие формы аттестации:

- предварительная, который выявляет исходный уровень подготовки обучающихся по определенному направлению;
- текущая, проводимый в ходе учебного занятия и закрепляющий знания по данной теме. Он позволяет детям усвоить последовательность технологических операций;
- тематическая, который осуществляется периодически по мере прохождения новой темы, раздела и имеет целью систематизацию знаний обучающихся;
- промежуточная, который проводится в конце первого полугодия, каждого года обучения в форме промежуточной аттестации;
- итоговая, проводится после завершения всей программы.

Для закрепления полученных знаний и умений большое значение имеет коллективный анализ выполненных работ. При этом отмечаются наиболее удачные решения, оригинальные подходы к выполнению задания, разбираются характерные ошибки.

### **Система оценки результатов программы включает:**

- оценку базовых знаний и навыков элементарного образования;
- оценку умений и навыков подготовки;
- оценку качества индивидуальной работы;
- динамика личных достижений и удовлетворенности детей и родителей оценивается на основе собеседований;
- результативность деятельности детей оценивается также методом личной диагностики и экспресс-опросом.

### **Формы оценивания:**

Оценивание результатов освоения образовательной программы осуществляется по окончании каждого из разделов обучения:

- наблюдение;
- устный опрос;
- письменные задания;
- тестирование;
- участие в олимпиадах различного уровня.

По освоении полного курса обучения обучающимся выдается свидетельство об окончании обучения.

С целью выявления уровней обученности предлагается следующая градация:

- 1 уровень - репродуктивный с помощью педагога;
- 2 уровень - репродуктивный без помощи педагога;
- 3 уровень – продуктивный;

4 уровень – творческий.

Педагогический контроль знаний, умений и навыков осуществляется в несколько этапов и предусматривает несколько уровней.

I. Промежуточный контроль.

- тестовый контроль, представляющий собой проверку репродуктивного уровня усвоения теоретических знаний с использованием карточек-заданий по темам изучаемого курса;

- фронтальная и индивидуальная беседа;
- игровые формы контроля.

Промежуточный контроль предусматривает участие в олимпиадах разного уровня: внутри учреждения, районных, городских, областных.

II. Итоговый контроль.

Итоговый контроль проводится по сумме показателей за всё время обучения в творческом объединении, а также предусматривает выполнение проектной комплексной работы.

**Образовательные форматы** предусматривают методы успешной реализации программы:

1. Сюжетно-ролевые, двигательные, дидактические, имитационные игры.
2. Беседа.
3. Изотерапия.
4. Элементы телесно-ориентированной терапии.
5. Релаксационные упражнения.
6. Психогимнастика.
7. Проблемные ситуации.

#### **Техническая платформа:**

Методическое условие реализации программы предполагает наличие авторской методики Д. А. Шелихова «10 простых шагов к развитию феноменальной памяти», материал для практических заданий с сайта «Развитие ребенка». Основой построения вариативной комплексной программы «Нейробосс» Модуль 2. «Брейн-фитнес уникум» стали фундаментальные положения общей, возрастной и педагогической психологии. Прежде всего, идеи Л. С. Выготского о культурно – историческом развитии психики человека. А. Н. Леонтьева - о деятельностном подходе в формировании возрастных новообразований. Д. Б. Эльконина – о специфике учебной и игровой деятельности. П. Я. Гальперина – о поэтапно-планомерном формировании умственных действий и понятий.

Дидактическое – наличие дидактических пособий для динамики развития психических процессов.

Материально-техническое – приобретение и изготовление новых пособий, таблиц, карточек для непрерывного психологического сопровождения и развития личности.

Также необходимым условием успешной реализации программных задач является создание ситуации успеха для каждого ребенка, создание доброжелательной, творческой атмосферы на занятии.

#### **Основные образовательные технологии:**

- Личностно-ориентированная технология обучения помогает в создании творческой атмосферы на уроке, а также создает необходимые условия для развития индивидуальных способностей детей.

- Технология уровневой дифференциации при которой сильные обучающиеся утверждают в своих способностях, слабые получают возможность испытывать учебный успех, повышается уровень мотивации.

- Проблемное обучение. Проблемные ситуации используются на различных этапах урока: при объяснении, закреплении, контроле. Таким образом, проблемное обучение позволяет направлять обучающихся на приобретение знаний, умений и навыков, на усвоение способов самостоятельной деятельности, на развитие познавательных и творческих способностей.

- Игровые технологии обеспечивают достижение единства эмоционального и рационального в обучении. Так включение в урок игровых моментов делает процесс обучения более интересным, создает хорошее настроение, облегчает преодолевать трудности в обучении. Включение в начале урока игрового момента «Отгадай тему урока», при закреплении изученного материала «Найди ошибку», кодированные упражнения.

- Тестовые технологии. Практическое использование современных педагогических тестов дает обучающимся возможность объективно оценить уровень своих знаний и определить свое место (рейтинг) среди других обучающихся, проконтролировать уровень усвоения того или иного раздела программы, самостоятельно потренироваться в выполнении заданий различного уровня усвоения и сложности, систематизировать знания по математике.

- Групповая технология при которой сильный обучающийся, выполняя задания, следит за работой более слабого. Слабый может обращаться за помощью к товарищу столько раз, сколько ему необходимо для полного понимания. Это дает возможность слабоуспевающему обучающемуся получить консультацию, что способствует ликвидации пробелов в знаниях и развитию коммуникаций.

- Информационно-коммуникационные технологии делают процесс обучения более интересным, ярким, увлекательным за счёт богатства мультимедийных возможностей; эффективно решать проблему наглядности обучения; расширить возможности визуализации учебного материала, делая его более понятным и доступным для обучающихся. Использую ИКТ на разных этапах урока: устный счёт, при объяснении нового материала, при закреплении, повторении, на этапе контроля.

- Здоровьесберегающие технологии регламентируют соблюдение гигиенических требований (свежий воздух, хорошая освещенность, чистота); благоприятный эмоциональный настрой; профилактика стрессов (работа в парах, группах, стимулирование обучающихся); оздоровительные моменты и смена видов деятельности на занятии, помогающие преодолеть усталость, уныние, неудовлетворительность; соблюдаю организацию учебного труда (подготовка доски, четкие записи на доске, применение ИКТ).

Использование вышеперечисленных современных образовательных технологий позволяет повысить эффективность учебного процесса, помогают достигать роста социального интеллекта и креативности детей, коррекции нарушений развития системы личностных отношений на уровне базовых и социальных эмоций, формирования навыков позитивного межличностного взаимодействия, развития социально-личностной компетентности.

## **П. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Таблица 1

<b>Категория</b>	<b>Требования</b>
Педагог дополнительного образования	<ul style="list-style-type: none"><li>- Высшее педагогическое образование.</li><li>- Знание возрастных особенностей детей 9 - 17 лет.</li><li>- Знание профориентационных и проективных методик.</li><li>- Владение инструментами ТРИЗ-педагогики.</li><li>- Умение организовывать исследовательскую и проектную деятельность с детьми.</li><li>- Владение цифровыми инструментами коммуникации.</li></ul>

Квалификация педагога дополнительного образования соответствует модульной дополнительной обще развивающей программе «Брейн-фитнес 2.0».

**III. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК  
НА 2022/2023 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**Учебный план  
на 2022-2023 учебный год**

Таблица 2

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	«Культура интеллектуального развития вне школы»	28	8	20	Метод сравнения предметов, сопоставления предметов, смыслового соотнесения. Наблюдение, устный опрос, рассуждение, умозаключение, письменные задания, соревнования внутри группы
2.	«Нейробика как пример здорового образа жизни»	24	6	18	Игровой метод, упражнения, беседа, практический метод. Элементы телесно ориентированной терапии. Метод сравнения предметов, сопоставления предметов, смыслового соотнесения.
3.	«Графические навыки и развитие моторики»	30	7	23	Упражнения на зрительный контроль, координацию движений. Игры с мячом, карандашом, бусинами, скрепками.
4.	«Развитие речи и коммуникативные способности (воображения и игры)»	32	6	26	Игровой метод, упражнения, беседа, практический метод. Метод сравнения и сопоставления предметов, смыслового соотнесения. Рассуждение, умозаключение.
	<b>Всего</b>	<b>114</b>	<b>27</b>	<b>87</b>	

## **Содержание разделов программы (114 часов)**

### **Раздел 1. «Культура интеллектуального развития вне школы» (28 часов).**

Теория (8 ч.) Задания диагностические, практические.

Практика (20 ч.) Способы применения и использования.

### **Раздел 2. «Нейробика как пример здорового образа жизни» (24 часа).**

Теория (6 ч.) Игровой метод, упражнения, беседа, практический метод, элементы телесно ориентированной терапии.

Практика (18 ч.) Способы соотнесения, сравнения, применения и использования.

### **Раздел 3. «Графические навыки и развитие моторики» (30 часов).**

Теория (7 ч.) Упражнения на зрительный контроль, координацию движений, пальчиковая гимнастика.

Практика (23 ч.) Способы применения и использования.

### **Раздел 4. «Развитие речи и коммуникативные способности (воображения и игры)» (32 часа).**

Теория (6 ч.) Наблюдение, устный опрос.

Практика (26 ч.) Игровой метод, упражнения, беседа, практический метод. Метод сравнения и сопоставления предметов, смыслового соотнесения. Рассуждения, умозаключения.

Основанием для построения программы послужило принятное в отечественной психологии представление о том, что ведущей деятельностью детей является игра. Поэтому все занятия с детьми осуществляются на основе развивающих игр.

В структуру основной части занятия включены:

1. Нейробика – аэробика для мозга. Она действует разные участки головного мозга, чтобы те работали быстро и слаженно. Упражнения нейробики нацелены на широкое использование всех органов чувств в неожиданных комбинациях.

2. Мнемотехника – методы и приёмы, облегчающие процесс запоминания информации. Происходит это путем кодирования информации в зрительные, графические или слуховые образы.

3. Кинезиология – это наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения, которые поддерживают и усиливают активность мозга, с изнашивания которого начинаются отклонения во всех видах здоровья.

4. Психогимнастика. Психогимнастика позволяет снимать эмоциональное напряжение и мышечные зажимы, корректировать настроение и отдельные черты характера. Психогимнастика включает в себя этюды и упражнения, направленные на развитие и коррекцию как познавательной, так и эмоционально – личностной сферы. На занятии также используются этюды на тренировку отдельных групп мышц, на выражение основных эмоций.

5. Элементы арт – терапии. Рисование несет множество развивающих функций: развивает конкретно-образное мышление, выступает способом постижения и преобразования своих возможностей и окружающего мира, является способом выражения различного рода эмоций. Проективный рисунок является эффективным методом в работе с детьми, поскольку является способом налаживания контакта между детьми. На занятиях дети рисуют как индивидуально, так и в парах, малых группах.

6. Элементы групповой дискуссии. Проблемные ситуации позволяют ребенку самостоятельно найти решение, услышать многообразие мнений других детей по тому

или иному поводу. Работа осуществляется по двум направлениям: обсуждение реальной ситуации, происходящей с кем-то из детей, либо ситуации, предложенной педагогом.

7. Мини – конкурсы, игры - соревнования. Мини – конкурс представляет собой задание, в ходе выполнения которого ребенок получает возможность проявить себя, приобрести уверенность в своих возможностях, получить одобрение со стороны сверстника. В играх – соревнованиях главной для детей задачей является отработка взаимодействия друг с другом для лучшего выполнения задания. Работа проходит в парах и индивидуально.

8. Беседы. Во время беседы у ребенка вырабатывается привычка слушать собеседника, делиться с ним своими мыслями, высказываться в коллективе. Беседы являются ценным методом не только умственного воспитания (сообщение и уточнение знаний, развитие мыслительных способностей и языка), но и средством социально-нравственного воспитания. Для некоторых детей участие в коллективном обсуждении ситуации требует определенного волевого усилия: преодолеть робость, застенчивость и высказать в присутствии других.

Практические задания. В качестве практического задания планируется рисование, конструирование, выполнение логических заданий. После выполнения задания дети с удовольствием рассказывают о «продукте» своего творчества.

Работа с пособиями. Применение различных средств наглядности активизирует внимание детей, способствует более прочному усвоению материала. Наглядные пособия используются с различными целями: для ознакомления с новым материалом, для закрепления знаний, умений, навыков, для проверки знаний, полученных детьми на предыдущих занятиях. На занятиях используется дидактический материал: карточки, картинки, схемы, пиктограммы.

#### Виды контроля:

- диагностика в начале и в конце года;
- постоянное наблюдение за деятельностью детей на занятиях;
- рефлексия.

Развитие баланса межполушарного взаимодействия является основой развития интеллекта. Баланс – это работа сразу двух полушарий тесно связанных между собой системой нервных волокон, которое называют мозолистым телом. Именно оно является связующим звеном по обмену информации между полушариями. Если нарушается проводимость энергии через мозолистое тело, то одно полушарие берет на себя почти всю нагрузку, а другое полушарие блокируется. В результате ребенок может, либо не думая делать, либо размышляя, не делать. Обычно блокируется именно левое полушарие и ребенок не способен мыслить, повышать эрудицию, быстро соображать, у него не срабатывает смекалка и конструкторская мысль.

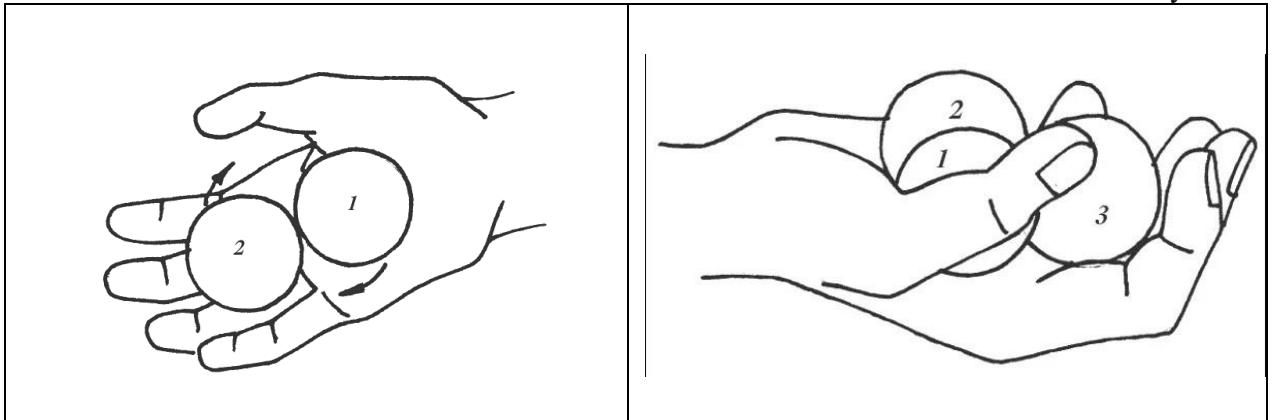
Цель для баланса упражнений «Гимнастика мозга»:

- балансировка и синхронизация межполушарного взаимодействия всех связей;
- развитие мелкой моторики, способностей, памяти и внимания;
- развитие речи, навыков письма и чтения, мышления;
- устранение дислексии, стресса, апатии;
- логика и рассуждение - умение критически мыслить и делать последовательные выводы. Раскрытие внутреннего потенциала, творческого подхода и личного роста.

## **Календарно-тематический план**

### **Комплекс № 1. «Синхронизация правого и левого полушарий мозга».**

Рисунок 1.



Для проведения упражнения используем предметы округлой формы: мячи, грецкий орех, мандарин, яблоко, апельсин, маленькая луковица и т.д. (Рисунок 1).

Крутим в ладони сначала по часовой, потом против часовой стрелки. Начинаем с двух предметов, затем переходим на три предмета, затем на четыре (четвертый предмет ставим сверху на три нижние).

Сначала в одной руке потом в другой, потом в обеих руках. Если в одну сторону получается хорошо, то начинаем крутить в другую сторону.

Чередуем нагрузку на левую и правую руки либо делаем упражнения двумя руками сразу. При этом правшам рекомендуется давать больше нагрузки на левую руку, а левшам, соответственно – на правую. Таким образом улучшается баланс полушарий головного мозга.

Стремимся больше крутить в сторону, которую сложней. Начинаем с маленьких предметов (ими легче), потом переходим на более крупные.

### **Комплекс № 2. «Тренировка кратковременной памяти».**

Берем лист бумаги и вспоминаем прошедший день. Вспоминаем как можно точнее моменты, прошедшие за день и на листе бумаги записываем, что вспомнили. Когда встали – время, что дальше делали, с кем встречались – имена и т.д.

### **Комплекс № 3. «Восьмерки и узоры».**

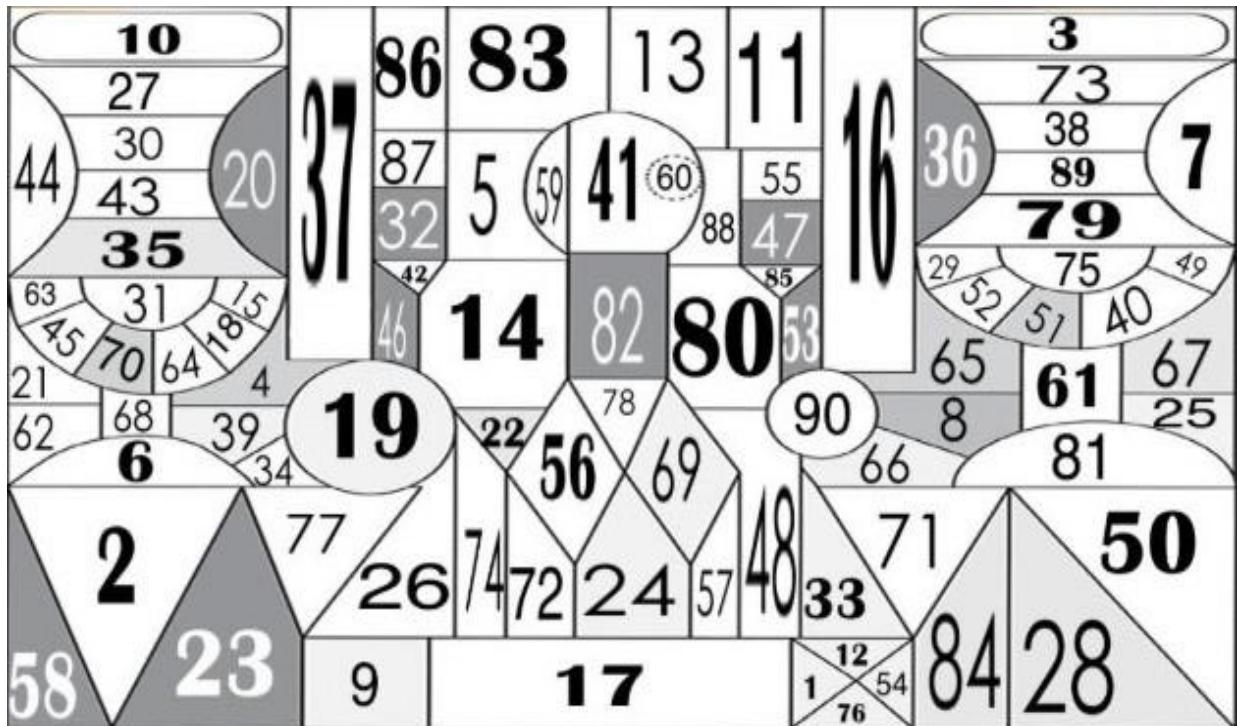
Знак восьмерки, это бесконечность, взаимосвязь и цикличность. Поэтому упражнение помогает развить творческий потенциал, заглянуть вглубь себя и открыть уникальные способности.

Выполнение:

Ребенок должен рисовать пальцем в воздухе знак бесконечности и следить взглядом за этими движениями. Далее задача усложняется – нужно нарисовать восьмерки сразу обеими руками. Кстати восьмерки можно заменить кругами, спиралями или любыми узорами.

#### Комплекс № 4. «Внимание и концентрация».

Рисунок 2.



Находим по порядку цифры от 1 до 90 (Рисунок 2). Время для выполнения задания 15 минут. Включаем секундомер и засекаем. Если ребенок не уложился во времени, то он выполняет задание пока не дойдет до цифры 90. Отмечаем сколько времени понадобилось для нахождения всех цифр по порядку.

#### Комплекс № 5. «Тренировка памяти методом «Матрешка».

Запоминаем слова с помощью метода «Матрешка».

Задача:

Представить слово и визуализировать в своем сознании как можно ярче, используя все органы чувств (цвет, форма, запах, наощущение, как выглядит).

Кедр, овца, клин, стол, лента, краски, краб, мышь, ветка, небо.

Трава, сапог, гараж, токарь, город, ящик, ложка, береза, мина, яблоко.

Запоминаем парами. Первое слово является ссылкой для второго.

Кедр - под ним пасется овца.

У овцы вместо хвоста клин.

У клина на острие стоит стол.

Визуализируем каждую пару не меньше 10-20 секунд, представляем каждую деталь объекта, стараемся представлять объект таким, каким мы его знаем, первое изображение которое встает у каждого перед внутренним взором.

Повторяем слова в прямом и обратном порядке.

### **Комплекс № 6. «Позитивные точки».**

Данное упражнение помогает ребенку сосредоточиться, сконцентрироваться, вспомнить нужный ответ, ослабить эмоциональную нагрузку и найти выход из запутанной ситуации.

Выполнение:

Ребенок ставит средний и указательный палец двух рук на точки, которые находятся между бровями и волосами, т. е. посередине лба. Пальцы нужно держать до тех пор пока, ребенок не почувствует тепло.

### **Комплекс № 7. «Локация».**

Упражнение «Локация».

Запоминаем что где лежит, стоит, висит в комнате. Закрываем глаза и проговариваем в памяти все что запомнили.

Мысленно зашли в комнату (находимся внутри комнаты) повернулись лицом к двери и перечисляем по порядку слева – направо и сверху вниз.

Пример:

Дверь, выключатель, фото на стене, диван, на диване плед, дальше стол, на столе скатерть и т.д.

Подсказка:

Начинаем с двери, это первый объект. Предпоследний объект – люстра или лампочка или что висит на потолке. Это предпоследний объект.

Таким образом легко запомнить первый и предпоследний объект. Зная предпоследний мы точно не забудем последний. Другими словами мы знаем с чего начинать и чем заканчивать.

Это поможет детям припомнить слова в прямом и обратном порядке.

### **Комплекс № 8. «Крюк Деннисона».**

Если ребенок не уверен в себе, застенчив, боится, то это упражнение поможет ему раскрепоститься и поверить в себя. Упражнение помогает выйти из стресса, успокоиться, расслабиться. Для гиперактивных детей, это поможет сгруппироваться и унять свои эмоции.

Выполнение:

Ребенок встает и скрещивает ножки. Затем скрещивает ручки и вытягивает их вперед таким образом, чтобы две ладошки переплелись и вышел «замочек». Сгибает локти (вывернув кисти вовнутрь так чтобы они «смотрели» вниз) и прижимает их к груди. Глазки поднимает вверх и «цепляется» за недвижимую мишень, оставляя подбородок опущенным.

### **Комплекс № 9. «Растяжение».**

Упражнение улучшает память, помогает сконцентрироваться и развивает усидчивость.

Выполнение:

Ребенок опирается на спинку стула и делает выпад вперед, при этом согнув в колене правую ногу, тогда как левая - остается прямой. Затем нужно встать. После чего надо поменять ножку и повторить упражнение.

Хотите, чтобы ваши детки стали вундеркиндами? Даже если нет, то научить их быстро воспринимать информацию, обрабатывать её и выдавать в нужное время – очень полезный навык для детей. А раскрытие потенциала, творческой жилки и лидерских качеств – безусловно, поможет вашему ребенку в будущем.

### **Комплекс № 10. «Колечко».**

Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Проба выполняется в прямом и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.

### **Комплекс № 11. «Кулак-ребро-ладонь».**

Ребёнку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь, скатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрымлённая ладонь на плоскости стола. Ребёнок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8 – 10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками вместе.

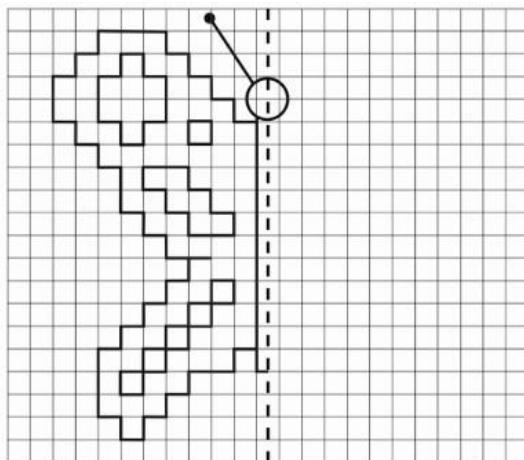
При усвоении программы или при затруднениях в выполнении педагог предлагает ребёнку помогать себе командами («кулак – ребро – ладонь», произносимыми вслух или про себя).

### **Комплекс № 12. «Графическая память».**

Понадобится листок плотной бумаги.

Время на выполнение всего задания 10 минут. Смотрим 3 минуты, а затем закрываем плотным листом рисунок и у вас 7 минут чтобы по памяти нарисовать вторую половину рисунка (Рисунок 3).

Рисунок 3.



### **Комплекс № 13. «Ухо – нос».**

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

Упражнение «Змейка».

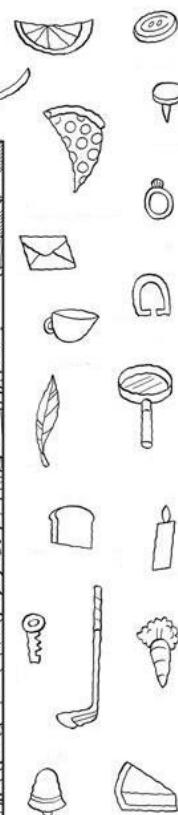
Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

### **Комплекс № 14. «Внимание и концентрация».**

Задание: найти все предметы на картинке за 10 минут (Рисунок 4). Включаем секундомер и засекаем 10 минут. Если ребенок не уложился во времени, то он выполняет задание пока не найдет все предметы на картинке. Засекаем сколько времени у него ушло на выполнение задания.

Рисунок 4.

**ЗА 10 МИНУТ**  
**НАЙДИ ВСЕ ПРЕДМЕТЫ**  
**НА КАРТИНКЕ**



**Комплекс № 15. «Домик».**

Соединить концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажать на пальцы левой руки и наоборот. Отрабатывать эти же действия на каждой паре пальцев отдельно.

Упражнение «Глазки» - профилактика нарушений зрения и активизация работы мышц глаз.

Поднять глаза вверх, опустить, повернуть в правую сторону, повернуть в левую сторону.

**Комплекс № 16. «Внимание».**

Развитие межполушарного взаимодействия.

Раскрыть пальцы левой руки, слегка нажать на точку концентрации внимания, расположенную в середине ладони, большим пальцем правой руки. При нажатии - выдох, при ослаблении – вдох. То же самое проделать правой рукой.

**Комплекс № 17. «Дыхательное упражнение».**

Необходимо пропышаться. Делаем несколько глубоких входов (медленно не торопясь дышим как можно глубже). Наполняем весь организм кислородом, прислушиваясь к самому себе. Дышим глубоко на протяжении двух – трех минут (не меньше 2-х минут).

**Важно:**

Не даем детям спать! Все контролируем и мысленно четко осознаем что делаем. Возможно детей начнет клонить в сон и общее расслабление организма будет

способствовать к засыпанию, но внутренний стержень все контролирует, поэтому гоним от себя сон. Делаем только то, что нужно – просто дышим глубоко.

**Комплекс № 18. «Дыхательное упражнение «Певец».**

1. Вовремя глубокого вдоха поднять руки через стороны вверх.
2. Задержать дыхание.
3. Во время выдоха длительно произносить звук «а» и медленно опускать руки.
4. Во время глубокого вдоха поднять руки через стороны до уровня плеч.
5. Задержать дыхание.
6. Во время выдоха произносить звук «о» и медленно скрещивать руки (обнять себя за плечи, опустить голову к груди).
7. Во время глубокого вдоха медленно поднять руки до уровня груди.
8. Задержать дыхание.
9. Во время выдоха длительно произносить звук «у» и медленно опускать руки вниз, голову на грудь.

**Комплекс № 19. «Глазки».**

Профилактика нарушения зрения и активация работы мышц.

Быстро поморгать в течении 1-2 минут.

Упражнение «Ушки» - большим и указательным пальцами пощипывать мочки ушей, медленно продвигаясь вверх до самых кончиков.

Упражнение «Дождик» - кисти рук развести над головой. Кончиками пальцев совершать легкие постукивания по всей поверхности головы, имитируя дождик.

**Комплекс № 20. «Образные Ассоциации».**

Ассоциации. На листе бумаги пишем слово «компас». И дальше через запятую ассоциацию на него (к примеру - лес). Дальше ассоциацию на слово лес и т.д.

Записываем цепочку слов, минимум 30 ассоциаций.

Переворачиваем листок и не подглядывая повторяем 2 раза все слова в прямом и обратном порядке.

**Календарный учебный график  
на 2022-2023 учебный год**

Таблица 3

<b>Год обучения</b>	<b>Дата начала обучения по программе</b>	<b>Дата окончания обучения по программе</b>	<b>Всего учебных недель</b>	<b>Количество учебных часов</b>	<b>Режим занятий</b>
1 год	01.09.2022	31.05.2023	38	114	2 раза в неделю по 40 мин – очно, 1 раз в неделю по 40 минут - заочно

Таблица 4

<b>№ п/п</b>	<b>Месяц</b>	<b>Неделя</b>	<b>Время проведения</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Форма контроля</b>
1.	сентябрь	1-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №1	Наблюдение
2.	сентябрь	1-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №18	Беседа
3.	сентябрь	1-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №5	Диагностика
4.	сентябрь	2-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №4	Наблюдение
5.	сентябрь	2-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №2	Беседа
6.	сентябрь	2-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №1	Практическая работа
7.	сентябрь	3-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №20	Наблюдение
8.	сентябрь	3-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №15	Беседа
9.	сентябрь	3-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №14	Практическая работа
10.	сентябрь	4-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №3	Устный опрос
11.	сентябрь	4-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №4	Практическая работа

12.	сентябрь	4-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №7	Практическая работа
13.	октябрь	5-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №5	Устный опрос
14.	октябрь	5-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №6	Практическая работа
15.	октябрь	5-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №7	Практическая работа
16.	октябрь	6-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №9	Подача нового материала
17.	октябрь	6-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №11	Индивидуальный опрос
18.	октябрь	6-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №10	Самостоятельная работа
19.	октябрь	7-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №8	Индивидуальный опрос
20.	октябрь	7-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №12	Самостоятельная работа
21.	октябрь	7-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №13	Самостоятельная работа
22.	октябрь	8-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №16	Устный опрос
23.	октябрь	8-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №4	Практическая работа
24.	октябрь	8-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №1	Практическая работа
25.	октябрь	9-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №3	Развивающие игры
26.	октябрь	9-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №5	Устный опрос
27.	октябрь	9-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №14	Практическая работа
28.	ноябрь	10-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №15	Подача нового материала
29.	ноябрь	10-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №11	Устный опрос

30.	ноябрь	10-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №1	Рефлексия
31.	ноябрь	11-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №2	Подача нового материала
32.	ноябрь	11-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №2	Индивидуальный опрос
33.	ноябрь	11-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №3	Самостоятельная работа
34.	ноябрь	12-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №4	Устный опрос
35.	ноябрь	12-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №5	Практическая работа
36.	ноябрь	12-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №5	Практическая работа
37.	ноябрь	13-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №6	Индивидуальный опрос
38.	ноябрь	13-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №7	Практическая работа
39.	ноябрь	13-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №8	Практическая работа
40.	декабрь	14-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №9	Подача нового материала
41.	декабрь	14-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №9	Устный опрос
42.	декабрь	14-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №10	Практическая работа
43.	декабрь	15-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №11	Индивидуальный опрос
44.	декабрь	15-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №12	Самостоятельная работа
45.	декабрь	15-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №12	Самостоятельная работа

46.	декабрь	16-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №11	Индивидуальный опрос
47.	декабрь	16-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №13	Самостоятельная работа
48.	декабрь	16-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №14	Практическая работа
49.	декабрь	17-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №15	Индивидуальный опрос
50.	декабрь	17-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №5	Самостоятельная работа
51.	декабрь	17-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №6	Самостоятельная работа
52.	январь	18-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №1	Индивидуальный опрос
53.	январь	18-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №16	Самостоятельная работа
54.	январь	18-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №17	Практическая работа
55.	январь	19-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №18	Индивидуальный опрос
56.	январь	19-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №19	Практическая работа
57.	январь	19-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №19	Практическая работа
58.	январь	20-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №20	Подача нового материала
59.	январь	20-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №20	Индивидуальный опрос
60.	январь	20-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №7	Практическая работа
61.	февраль	21-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №1	Индивидуальный опрос
62.	февраль	21-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №1	Самостоятельная работа

63.	февраль	21-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №5	Самостоятельная работа
64.	февраль	22-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №5	Подача нового материала
65.	февраль	22-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №20	Индивидуальный опрос
66.	февраль	22-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №20	Практическая работа
67.	февраль	23-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №15	Устный опрос
68.	февраль	23-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №14	Практическая работа
69.	февраль	23-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №7	Наблюдения
70.	февраль	24-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №7	Подача нового материала
71.	февраль	24-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №7	Устный опрос
72.	февраль	24-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №20	Практическая работа
73.	март	25-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №18	Подача нового материала
74.	март	25-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №17	Подача нового материала
75.	март	25-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №4	Индивидуальный опрос
76.	март	26-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №5	Устный опрос
77.	март	26-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №5	Практическая работа
78.	март	26-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №7	Практическая работа
79.	март	27-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №7	Подача нового материала

80.	март	27-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №8	Самостоятельная работа
81.	март	27-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №8	Практическая работа
82.	март	28-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №9	Подача нового материала
83.	март	28-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №10	Устный опрос
84.	март	28-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №10	Практическая работа
85.	апрель	29-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №12	Подача нового материала
86.	апрель	29-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №12	Индивидуальный опрос
87.	апрель	29-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №2	Самостоятельная работа
88.	апрель	30-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №2	Подача нового материала
89.	апрель	30-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №6	Индивидуальный опрос
90.	апрель	30-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №6	Практическая работа
91.	апрель	31-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №9	Подача нового материала
92.	апрель	31-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №9	Индивидуальный опрос
93.	апрель	31-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №6	Самостоятельная работа
94.	апрель	32-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №3	Подача нового материала
95.	апрель	32-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №3	Самостоятельная работа
96.	апрель	32-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №4	Практическая работа

97.	апрель	33-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №4	Индивидуальный опрос
98.	апрель	33-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №7	Устный опрос
99.	апрель	33-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №7	Практическая работа
100.	май	34-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №13	Подача нового материала
101.	май	34-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №13	Самостоятельная работа
102.	май	34-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №18	Практическая работа
103.	май	35-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №18	Индивидуальный опрос
104.	май	35-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №15	Самостоятельная работа
105.	май	35-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №15	Самостоятельная работа
106.	май	36-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №1	Самостоятельная работа
107.	май	36-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №2	Практическая работа
108.	май	36-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №3	Практическая работа
109.	май	37-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №4	Устный опрос
110.	май	37-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №5	Практическая работа
111.	май	37-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №14	Самостоятельная работа
112.	май	38-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №15	Подача нового материала
113.	май	38-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №2	Устный опрос
114.	май	38-я неделя	40 минут	Урок	1	Комплекс №8	Практическая работа

#### **IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

##### **Список источников для педагогов:**

1. Пол И. Деннисон и Гейл Деннисон «Гимнастика мозга».
2. Рашкова Татьяна «Все для детей», №5, сентябрь-ноябрь 2008.
3. Игнатова Е. М. Методическая разработка «Зарядка для ума»// Справочник педагога-психолога №2, 2015 год.
4. Анастази А., Урбина С. Психологическое тестирование. С. -Пб., «Питер», 2001.
5. Андреева Г. М. Социальная психология. М., Аспект пресс, 1996.
6. Базылевич Т. Ф. Введение в психологию целостной индивидуальности. М., Институт психологии РАН, 1998.
7. Богоявленская Д. Б. Интеллектуальная активность как проблема творчества. Ростов-н. -Д., изд-во Ростовского ун-та, 1983.
8. Галкина Т. В., Алексеева Л. Г. Диагностика и развитие креативности // Развитие и диагностика способностей. Под ред. В. Н. Дружинина и В. Д. Шадрикова. М., «Наука», 1991.
9. ГИППИУС с. в. Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств. СПб.: Речь, 2001 .
10. Годфруа Ж. Что такое психология. В 2-х томах. М., Мир, 1992.
11. Емельянов Ю. И. Теоретические и методологические основы социально-психологического тренинга. Учебное пособие. Л., ЛГУ, 1983.
12. Михайлова (Алешина) Е. С. Методика исследования социального интеллекта. Руководство по использованию. СПб., ГП «Иматон», 1996.
13. Мэй Р. Мужество творить. М., «Смысл», 2000.
14. Немов Р. С. Психология. В 3-х книгах. М., Просвещение, 1995.
15. Рабочая книга школьного психолога/ Под ред. И. В. Дубровиной. — М., 1995.
16. Урунтаева Г. А., Афонькина Ю. А. Практикум по детской психологии. М., 1995.
17. Чеснокова О. Б. Изучение социального познания в детском возрасте. В кн.: «Познание Общество. Развитие». М., ИП РАН, 1996.

##### **Список интернет-ресурсов:**

1. [www.psychology-online.net](http://www.psychology-online.net)
2. <https://childdevelop.ru/>
3. Дистанционная образовательная площадка АНО ДПО «Институт развития компетенций»: <http://sdo2.ircomp.ru/>.