

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАВКАЗСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ  
ГОРОДА КРОПОТКИН МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАВКАЗСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании  
педагогического совета  
от "25" мая 2022г.  
Протокол № 4

М.П.

Утверждаю:  
Директор MAOYAO ЦВР  
\_\_\_\_\_ О.Г. Рыбак  
Приказ № 83-А  
от "25" мая 2022г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«РИТМ - РАЗВИТИЕ ИНТЕЛЛЕКТА И ТВОРЧЕСКОГО  
МЫШЛЕНИЯ»**  
(наименование объединения)

**Уровень программы:** ознакомительный

**Срок реализации программы:** 1 год: 36 ч.

**Возрастная категория:** от 7 до 11 лет

**Форма обучения:** очная

**Вид программы:** модифицированная

**Программа реализуется по ПФДО**

**ID-номер Программы в Навигаторе: 10138**

Автор-составитель:  
Павловская Марина Юрьевна,  
педагог дополнительного образования

г. Кропоткин, 2022 год.

## Введение

Данная общеобразовательная программа разработана на основе нормативных документов:

1. Указ президента Российской Федерации от 07.05.2018г. №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» в редакции протокола от 30 ноября 2016 года №11.
4. Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017г. №1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования».
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
6. Национальный проект «Образование» (2019-2024).
7. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» (2019-2024).
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
11. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ».
12. Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий от 20 марта 2020 г. Министерство просвещения РФ.
13. Проектирование и экспертирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: требования и возможность вариативности: учебно-методическое пособие / И.А. Рыбалёва. - Краснодар: Просвещение-Юг, 2019г.

## **Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты»**

### **Пояснительная записка**

**Направленность программы** – социально-гуманитарная.

Программа «РИТМ - Развитие Интеллекта и Творческого Мышления» разработана на основе Курса развития творческого мышления Ю.Б.Гатанова по методу Дж.Гилфорда и Дж.Рензулли /Санкт-Петербург, 1999/. Ю.Б.Гатанов разработал программу Курса на базе известной модели структуры интеллекта Дж.Гилфорда. В рамках этой модели впервые было выделено дивергентное мышление, являющееся основой творчества.

Предложенная программа «РИТМ» включает в себя специально подобранные упражнения и задания для развития творческих мыслительных способностей и развитие интеллектуальных способностей. Именно такое содержание данной программы является **новизной**, так как существующие программы ориентированы на развитие одной из перечисленных способностей.

Хотя многие упражнения и задания данной программы достаточно известны, ее ценность состоит в системном подходе: задания программы подобраны и построены таким образом, что позволяют эффективно развивать не только отдельные творческие способности, но и творческое мышление как целостную психическую структуру.

**Педагогическая целесообразность.**

Обучение по данной программе способствует общекультурному развитию детей, удовлетворению естественной потребности к познавательной активности, повышает уровень интеллектуальных способностей.

**Отличительной особенностью** данной программы является то, что указанные упражнения дополнены заданиями на развитие интеллектуальных способностей, что позволяет осуществить комплексный подход к развитию ребенка. Упражнения и задания программы позволяют детям творчески использовать собственный жизненный опыт, так как в данном случае, как показывают психологические исследования, мотивация учения значительно повышается.

**Актуальность** программы определена тем, что для того, чтобы ребенок успешно учился в среднем звене школы, необходимо помочь ему в развитии его психических процессов, становлении психических функций. Психолог Выготский Л.С. отмечает интенсивное развитие интеллекта в младшем школьном возрасте. Развитие мышления приводит, в свою очередь, к качественной перестройке восприятия и памяти, превращению их в регулируемые, произвольные процессы. Ребенок 7-8 лет обычно мыслит конкретными категориями. Затем происходит переход к стадии формальных операций, которая связана с определенным уровнем развития способности к обобщению и абстрагированию. Именно в начальных классах дети должны научиться самостоятельно рассуждать, делать выводы, сопоставлять,

сравнивать, анализировать, находить частное и общее, устанавливать простые закономерности. Развитие этих способностей происходит на занятиях программы «РИТМ».

В начальных классах у учащихся должна сформироваться способность к запоминанию и воспроизведению смысла, существа материала, таким образом ребенок овладевает возможностью сознательно управлять своей памятью и регулировать ее проявления (запоминание, воспроизведение, припоминание). Развитию данных способностей, в большей мере, способствуют занятия по изучению иностранного языка.

Основную цель развивающей программы «РИТМ» лучше всего можно объяснить через противопоставление творческого дивергентного мышления и традиционного конвергентного мышления. На развитии последнего делается акцент в большинстве российских и американских школ, где учителя обычно предлагают учащимся проблемы и задачи, уже имея в своем сознании правильный ответ. В соответствии с таким подходом ответы учащихся оцениваются по следующим основным критериям: 1) степени точности ответа; 2) степени подробности; 3) скорости выполнения задания; 4) аккуратности и степени соответствия установленной форме ответа (при письменных заданиях).

Таким образом, поднимаемые учителем или предложенные в учебнике проблемы, задачи и задания традиционного типа приводят к тому, что развивается стиль учения, предполагающий наведение на «правильный ответ». Безусловно, конвергентные мыслительные способности развивать необходимо, однако надо обязательно предоставить детям возможность развивать и творческое дивергентное мышление.

Конвергентные мыслительные способности – это интеллектуальные способности человека, включающие развитие логических операций мышления (анализ, синтез, обобщение, классификация, сравнение, аналогии и др.), внимания, памяти, восприятия.

Дивергентное мышление – это вид мышления, который характеризуется преодолением мыслительных шаблонов и стереотипов, снятием ограничений и большой свободой в решении проблем. Реальность, с которой человек соприкасается в своей жизни, не имеет однозначных трактовок, в отличие от реальности учебной практики, где задачам и проблемам уготованы верные решения.

Дивергентное мышление не может формироваться от случая к случаю, оно требует целенаправленного обучения и развития. Иначе оно просто угасает.

Технологии, используемые в системе работы объединения, основаны на любознательности детей, которую и следует поддерживать и направлять.

Все вопросы и задания рассчитаны на работу учащихся на занятии. Для эффективности работы объединения желательно, чтобы работа проводилась в малых группах с опорой на индивидуальную деятельность, с последующим общим обсуждением полученных результатов.

В начале и в конце года проводится диагностика (см. Формы и виды контроля) для оценки эффективности развивающей работы, для коррекции содержания, структуры, формы, материала тех или иных занятий. Основным принципом контроля является наблюдение продвижения ребенка в выполнении творческих и интеллектуальных задач по отношению к самому себе, но не в сравнении с успехами других детей. Предполагается постепенный переход ребенка к самоконтролю, что обеспечивается через самооценку ребенком своего творческого продукта или своей деятельности на занятии по показателям активности, удовлетворенности результатом.

Обучение по программе "РИТМ" строится с учетом психофизиологических особенностей детей 7-11 лет. Возрастные и индивидуальные особенности детей влияют на особенности организации их деятельности, на стиль общения с ними педагога. Тон выбирается доверительный и мягкий, широко используются возможности невербального общения (погладить по голове, взять за руку и т.п.). Самостоятельность и активность детей развиваются посредством положительной оценки каждой его попытки решить творческую или интеллектуальную задачу, поддержки инициативы ребенка, его желания выполнить дополнительные задания.

Объединение создается на добровольных началах с учётом склонностей ребят, их возможностей и интересов.

Возможна реализация программы в сетевой форме, которая предполагает для достижения цели и задач программы использование ресурсов нескольких образовательных организаций.

**Адресат программы.** Содержание программы соответствует познавательным возможностям учащихся в возрасте от 7 до 11 лет и предоставляет им возможность работать на уровне повышенных требований, развивая учебную мотивацию. Программа предусматривает обучение детей с особыми образовательными потребностями; талантливых (одарённых, мотивированных) детей; детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

**Уровень программы:** ознакомительный.

**Объем программы:** 36 часов.

**Сроки реализации программы:** 1 год.

**Режим занятий** (в соответствии с СанПиН):

- очно – 1 день в неделю по 1 учебному часу (40), 36 часов в год.

- дистанционно – 1 раз в неделю по 1 учебному часу (30), 36 часов в год.

**Формы обучения:** очная (очно-дистанционная), возможно применение дистанционных технологий. Программа адаптирована для реализации в условиях временного ограничения занятий в очной форме по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям и включает все необходимые инструменты электронного обучения.

**Особенности организации образовательного процесса.**

Программа объединения «РИТМ» рассчитана на 1 год.

Форма организации занятий – групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом. Количественный состав группы обучения – 10-15 человек, в соответствии с СанПиН.

Состав группы - постоянный.

С учётом личностно-ориентированного принципа в организации освоения программы «РИТМ» возможно проведение консультационных занятий малыми группами (по запросу).

Зачисление в группу возможно в течение учебного года по предварительному собеседованию и ходатайству родителя (законного представителя) учащегося.

Виды занятий: лекции, практические занятия, логические игры, тренинги, выполнение самостоятельной работы, соревнования, видеоконференции, видео-консультирование, веб – занятия и другие виды учебных занятий и учебных работ.

### **Цель и задачи программы**

#### **Цель:**

Развитие интеллектуальных способностей и творческого мышления.

#### **Задачи:**

##### ***образовательные:***

- формирование операций логического мышления (анализ, синтез, сравнение, обобщение);
- развитие произвольного внимания;
- развитие слуховой, зрительной, тактильной памяти;
- развитие способности к образной и вербальной разработке деталей;
- формирование начальных знаний о классификации профессий;
- формирование навыка владения техническими средствами обучения и программами.

##### ***личностные:***

- формирование умения работать с образными, символическими и семантическими содержанием;
- развитие мелкой моторики рук;
- развитие мотивации к восприятию нового;
- активизация умственной активности;
- развитие умения работать дистанционно в команде и индивидуально.

##### ***метапредметные:***

- формирование умения самостоятельно оценивать свою творческую продукцию;
- формирование положительной мотивации к учению;
- формирование мотивации учащихся к осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;
- развитие навыка использования социальных сетей в образовательных целях.

## Содержание программы

### Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Диагностические задания	1	0	1	Наблюдение. Тестирование
2	Творческие задания дивергентного типа	18	1	17	Наблюдение, творческие задания
3	Задания на развитие интеллектуальных способностей	16	1	15	Опрос, наблюдение
4	Профориентационное занятие «Я в мире профессий» Диагностические задания	1	1	0	Наблюдение. Тестирование
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>	<b>3</b>	<b>33</b>	

### Содержание учебного плана

#### 1. Вводное занятие. Диагностические задания.

*Теоретические сведения.*

Знакомство с проблемой развития мышления. С целью повышения мотивации следует отметить, что учащиеся гораздо легче освоят учебный материал, если будут развивать свои интеллектуальные способности. Разница между конвергентным и дивергентным мышлением.

*Практическая работа.*

Упражнения на создание психологической атмосферы, свободной от обычных ограничений, связанных с традиционным конвергентным мышлением. Диагностические задания.

*Формы контроля.* Наблюдение, тестирование.

#### 2. Творческие задания дивергентного типа.

В данном разделе проводятся занятия по следующим темам: «Рассуждение о вещах», «Что произойдет, если ...», «Письмо рисунками», «Загогулина» для рисунка», «Буквы и слова», «Тайные шифры», «Придумай значок», «Причина для объединения», «Составление слов».

*Теоретические сведения.*

Осознание детьми того, что люди по-разному реагируют на одну и ту же ситуацию, способности творить в условиях значительных ограничений, способности создавать рисунки с помощью разработки деталей исходных

изображений; осознание того, что одно и то же событие может иметь разное значение для людей, умение создавать дополнительный смысл имеющимся объектам через разработку деталей; осознание умения создавать имеющий смысл объект из нескольких элементов, которые сами по себе не имеют никакого значения; осознание умения комбинировать имеющиеся детали в новое целое. Освоение метода «мозгового штурма».

*Практическая работа.*

Работа в тетрадах на печатной основе.

*Формы контроля.* Наблюдение, творческие задания.

### **3. Задания на развитие интеллектуальных способностей.**

В данном разделе проводятся занятия по следующим темам: «Что лишнее?» - классификация и обобщение понятий; «Составление предложений»; «Поиск общих свойств», «Учимся формулировать определения» «Поиск предметов-звеньев, объединяющих данные предметы», «Построение сообщения по алгоритму», «Учимся делать логические выводы», «Поиск предметов, обладающих сходными свойствами», «Поиск предметов с противоположными свойствами», «Поиск предметов по заданным признакам».

*Теоретические сведения.*

Понятие классификации, аналогии, сравнения и обобщения.

Структура интеллекта.

*Практическая работа.*

Выполнение тренинговых упражнений и интеллектуальных игр.

*Формы контроля.* Опрос, наблюдение.

### **4. Профориентационное занятие «Я в мире профессий».**

*Теоретические сведения.*

Информация о классификации профессий.

*Практическая работа.*

Подведение итогов работы за курс обучения. Диагностические задания.

*Форма контроля.* Наблюдение, тестирование.

## **Предметные, личностные и метапредметные результаты освоения программы**

Данная программа направлена на достижение следующих результатов:

### **образовательные:**

- повышение уровня сформированности операций логического мышления (анализ, синтез, сравнение, обобщение);
- повышение уровня развития произвольного внимания;
- повышение уровня развития слуховой, зрительной, тактильной памяти;
- повышение уровня развития способности к образной и вербальной разработке деталей;

- сформированы начальные знания о классификации профессий;
- сформированы навыки владения техническими средствами обучения и программами.

***личностные:***

- сформировано умение работать с образными, символическими и семантическими содержанием;
- повышение уровня развития мелкой моторики рук;
- повышение уровня развития мотивации к восприятию нового;
- активизация умственной активности;
- учащиеся получают умения работать дистанционно в команде и индивидуально.

***метапредметные:***

- сформировано умение самостоятельно оценивать свою творческую продукцию;
- сформирована положительная мотивация к учению;
- будет развита мотивация учащихся к осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;
- учащиеся приобретут навык использования социальных сетей в образовательных целях.

## Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

### Календарный учебный график

№ п/п	Календарные даты		Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятий	Форма занятий	Место проведения	Форма контроля
	План.	Факт						
1			Вводное занятие. Диагностические задания	1		лекция, практикум	ЦВР	наблюдение
<b>Творческие задания дивергентного типа</b>								
2			«Рассуждение о вещах»	1		практикум	ЦВР	беседа
3			«Что произойдет, если ...»	1		практикум	ЦВР	беседа
4			«Письмо рисунками»	1		практикум	ЦВР	наблюдение
5			«Загогулина» для рисунка»	1		практикум	ЦВР	беседа
6			«Буквы и слова»	1		практикум	ЦВР	наблюдение
7			«Тайные шифры»	1		практикум	ЦВР	наблюдение
8			«Придумай значок»	1		практикум	ЦВР	беседа
9			«Причина для объединения»	1		практикум	ЦВР	наблюдение
10			«Составление слов»	1		практикум	ЦВР	беседа
11			«Рассуждение о вещах»	1		практикум	ЦВР	беседа
12			«Что произойдет, если ...»	1		практикум	ЦВР	наблюдение
13			«Письмо рисунками»	1		практикум	ЦВР	беседа
14			«Загогулина» для рисунка»	1		практикум	ЦВР	беседа
15			«Буквы и слова»	1		практикум	ЦВР	беседа
16			«Тайные шифры»	1		практикум	ЦВР	наблюдение

17			«Придумай значок»	1		практикум	ЦВР	беседа
18			«Причина для объединения»	1		практикум	ЦВР	наблюдение
19			«Составление слов»	1		практикум	ЦВР	беседа
<b>Задания на развитие интеллектуальных способностей</b>								
20			«Поиск общих свойств»	1		практикум	ЦВР	беседа
21			«Поиск общих свойств»	1		практикум		беседа
22			«Что лишнее?»	1		практикум	ЦВР	беседа
23			«Что лишнее?»	1		практикум		беседа
24			«Составление предложений»	1		практикум	ЦВР	наблюдение
25			«Учимся формулировать определения»	1		практикум	ЦВР	беседа
26			«Учимся формулировать определения»	1		практикум	ЦВР	наблюдение
27			«Поиск предметов-звеньев, объединяющих данные предметы»	1		практикум	ЦВР	беседа
28			«Построение сообщения по алгоритму»	1		практикум	ЦВР	наблюдение
29			«Построение сообщения по алгоритму»	1		практикум	ЦВР	беседа
30			«Учимся делать логические выводы»	1		практикум	ЦВР	наблюдение
31			«Учимся делать логические выводы»	1		практикум	ЦВР	наблюдение
32			«Поиск предметов, обладающих сходными свойствами»	1		практикум	ЦВР	беседа

33			«Поиск предметов с противоположными свойствами»	1		практикум	ЦВР	наблюдение
34			«Поиск предметов по заданным признакам».	1		практикум	ЦВР	беседа
35			«Поиск предметов по заданным признакам».	1		практикум	ЦВР	наблюдение
36			Проориентационное занятие «Я в мире профессий». Диагностические задания.	1		лекция, практикум	ЦВР	наблюдение, тестирование
Итого: 36 занятий				36 часов				

**Условиям успешной реализации** образовательного процесса способствует:

1. **Помещение**, приспособленное для занятий с хорошим освещением, мебелью в соответствии с ростовыми группами (8 столов и 15 стульев); магнитная доска-экран; шкафы для хранения дидактических материалов и наглядных пособий.
2. **Дидактическое обеспечение:**
  - литература по психологии, педагогике;
  - технические средства обучения: мультимедийное оборудование, компьютерное обеспечение;
3. **Материально-техническое обеспечение:**
  - материалы: тетради, ручки, карандаши и др.
  - для организации дистанционного обучения: компьютер, принтер, сканер, программное обеспечение и др.

**Кадровое обеспечение:** занятия по данной программе проводит педагог, имеющий высшее психолого-педагогическое образование.

### **Формы аттестации**

Методы отслеживания результативности учебного процесса:

- педагогическое наблюдение;
- тематические опросы;
- метод рефлексии;
- творческие задания;
- диагностические игры;
- педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, зачётов, опросов, выполнения учащимися диагностических заданий, решения задач исследовательского характера, активности обучающихся на занятиях;
- педагогический мониторинг, включающий контрольные задания и тесты, диагностику личностного роста и продвижения, анкетирование, педагогические отзывы и др.;
- мониторинг результатов освоения образовательной программы, включающий самооценку обучающегося и другие личностные качества.

### **Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

Фронтальная беседа, зачётные занятия, контрольный опрос и творческие задания, викторина, открытое занятие, игры, рефлексия, работа по карточкам, составление и отгадывание тематических кроссвордов, анкетирование,

диагностические карты, контрольная работа, тестовые задания, аналитические справки по проведению открытого занятия.

### **Дополнительные оценочные материалы:**

1. Опросник для изучения мотивации обучающихся к занятиям в объединении.
2. Тест дивергентного(творческого) мышления (САР Вильямс Ф.).
3. Опросник для измерения общих социальных установок у детей (Френкель-Брунsvик Э.).
4. Методика диагностики общей коммуникативной толерантности (Бойко В.В.), модифицирована методической службой МАОУДО ЦВР г.Кропоткин.
5. Вопросник для измерения толерантности (Магун В.С., Жамкочьян М.М.), модифицирована методической службой МАОУДО ЦВР г. Кропоткин.
6. Диагностика эффективности мероприятия (Майоров А.М.).
7. Проективная методика «Карта эмоциональных состояний» (Панченко С.).
8. Методика «Мое настроение» (Панченко С.А.)
9. Методика выявления уровня самооценки учащихся (составлена на основе материалов пособия Овчаровой Р.В.).
10. Методика для определения уровня воспитанности учащихся (методика Капустина Н.П., 1-4 классы)
11. Схема диагностики результатов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе (составлена на основе авторской схемы Клёновой Н.А.), модифицирована методической службой МАОУДО ЦВР г. Кропоткин.
12. Мониторинг личности развития ребенка в процессе освоения им дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы составлена на основе авторской схемы Клёновой Н.А.), модифицирована методической службой МАОУДО ЦВР г. Кропоткин.
13. Тест «Размышляем о жизненном опыте» (выявление нравственной воспитанности учащихся) (составлен Щурковой Н.В.).

### **Методические материалы**

В процессе реализации программы используются разнообразные образовательные технологии: технологии проблемного, диалогового, дифференцированного и индивидуализированного обучения, игровые технологии, рефлексия и др.

Работы В.М.Бехтерева, А.Н.Леонтьева, А.Р. Лурия, Н.С. Лейтеса. П.Н. Анохина доказали влияние манипуляций рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. Следовательно, развивающая работа может быть направлена снизу-вверх (от движения к мышлению).

Единство мозга определяется сочетанием двух фундаментальных свойств: межполушарной специализацией и межполушарным взаимодействием. Эти свойства обеспечивают целостность работы мозга, стабильность переноса информации из одного полушария в другое. Процессы межполушарного взаимодействия являются основой интеллектуальных функций. Достаточный уровень сформированности этих процессов является одним из необходимых условий успешности овладения учащимися основными учебными навыками.

Я предлагаю использовать упражнения, которые помогают снять излишнее напряжение, сосредоточиться, включить в работу оба полушария головного мозга, что приводит к наилучшему усвоению материала, а также развитию интеллектуальных способностей.

Под влиянием кинезиологических тренировок в организме наступают положительные структурные изменения. При этом чем более интенсивна нагрузка (но оптимальна для данных условий), тем значительнее эти изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляются на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая функции нервной системы. Такие методики позволяют выявить скрытые способности человека и расширить границы возможности деятельности его мозга.

### **Кинезиологические упражнения для развития межполушарного взаимодействия (мозолистого тела)**

Упражнения развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания. Упражнения необходимо проводить ежедневно в течение 6-8 недель по 15-20 минут в день. Для постепенного усложнения упражнений можно использовать:

- ускорение темпа выполнения,
- выполнение упражнений с легко прикушенным языком и закрытыми глазами (исключение речевого и зрительного контроля),
- подключение движений глаз и языка к движениям рук,
- подключение дыхательных упражнений и метода визуализации.

**«Уши».** Цель: энергетизация мозга. Мягко расправить и растянуть одноименной рукой внешний край каждого уха в направлении вверх – наружу от верхней части к мочке уха 5 раз. Помассировать ушную раковину.

**«Колечко».** Цель: развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела). Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в

обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале движения выполняются каждой рукой отдельно, затем вместе.

2-ой вариант. Дыхание только через левую, а потом только через правую ноздрю (при этом для закрытия правой ноздри используют большой палец правой руки, остальные пальцы смотрят вверх, а для закрытия левой ноздри применяют мизинец правой руки). Дыхание медленное, глубокое. Дыхание только через левую ноздрю активизирует работу правого полушария головного мозга, способствует успокоению и релаксации. Дыхание только через правую ноздрю активизирует работу левого полушария головного мозга, способствует решению рациональных задач.

3-ий вариант. Глубоко вдохнуть. Пауза. На выдохе произносить звуки: пф-пф-пф-пф-пф. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: р-р-р-р. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: з-з-з-з. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: ж-ж-ж-ж. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: мо-ме-мэ-му.

**«Лезгинка».** Цель: развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля. Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.

**«Лягушка».** Цель: развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля. Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладошка). Одновременно и разнонаправленно менять положение рук.

**«Замок».** Цель: развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля. Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, развернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет инструктор. Палец должен двигаться точно и четко. Нежелательно допускать движения соседних пальцев. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук. В дальнейшем дети могут выполнять упражнение в парах.

**«Ухо-нос».** Цель: развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля. Ребенку предлагают левой рукой взяться за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот».

**«Зеркальное рисование».** Цель: развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля, элиминация

зеркального восприятия. Положить на стол чистый лист бумаги. Взять в обе руки по карандашу или фломастеру. Необходимо рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

**Дыхательные упражнения.** Цель: активизация работы стволовых отделов мозга, ритмирование правого полушария, энергетизация мозга.

1-ый вариант. Вдох, пауза, выдох, пауза.

При выполнении дыхательных упражнений более эффективно дополнительно использовать образное представление (визуализация), т.е. подключать правое полушарие. Например, возможен образ желтого или оранжевого теплого шарика, расположенного в животе, соответственно надувающегося и сдувающегося в ритме дыхания. При вдохе губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух.

**Глазодвигательные упражнения.** Цель: развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), формирование вектора сканирования пространства.

1-ый вариант. Голова фиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой. Необходимо отрабатывать движения глаз по четырем основным (вверх, вниз, направо, налево) и четырем вспомогательным направлениям (по диагоналям); сведение глаз к центру. Каждое из движений делается сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы. Движения совершаются в медленном темпе (от 3 до 7 секунд) с фиксацией в крайних положениях; причем удержание должно быть равным по длительности предшествующему движению.

При отработке глазодвигательных упражнений для привлечения внимания ребенка рекомендуется использовать какие-либо яркие предметы, маленькие игрушки и т.д. Тем областям в поле зрения ребенка, где происходит "соскальзывание" взгляда, следует уделить дополнительное внимание, "прорисовывая" их несколько раз, пока удержание не станет устойчивым.

2-ой вариант. Голова фиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой. Отрабатывать движения глаз по четырем основным (вверх, вниз, направо, налево) и четырем вспомогательным направлениям (по диагоналям); сведение глаз к центру. Движения глаз необходимо совмещать с дыханием. На фазе глубокого вдоха необходимо сделать движения глазами, затем удержать глаза в крайнем латеральном положении на фазе задержки дыхания. Возврат в исходное положение сопровождается пассивным выдохом. Упражнения можно выполнять с легко прикушенным языком или плотно сжатыми челюстями.

## Литература

1. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. - М., 1985.
2. Афонькин С.Ю., Рузина М.С. Страна пальчиковых игр. - СПб., 1997.
3. Гордеев В.И., Александрович Ю.С. Методы исследования развития ребенка: качество жизни (QOL) – новый инструмент оценки развития детей. – СПб.: Речь, 2001.
4. Данилова Н.Н., Крылова А.Л. Физиология высшей нервной деятельности - М., 1989.
5. Рузина М.С. Пальчиковые и телесные игры для малышей – СПб.: Речь, 2003.
6. Симонов П.В., Ершов П.М. Темперамент, характер, личность – М.: Наука, 1984.
7. Сиротюк А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии: Практическое руководство для учителей и родителей. – М.: Сфера, 2001.
8. Стамбулова Н.Б. Опыт использования специальных физических упражнений для развития некоторых психических процессов у младших школьников – М., 1977.
9. Сухомлинский В.А Самый отстающий в классе...// Воспитание школьников – М., 1991.
10. Хризман Т.П. Развитие функций детского мозга – Л., 1978.
11. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. СПб., 1996.
12. Шанина Г.Е Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие – М., 1999.

## Список литературы

### • для педагога:

1. Гатанов Ю.Б. Курс творческого мышления (по методу Дж.Гилфорда и Дж.Рензулли). Для детей 7-10 лет. Методическое руководство. – Спб, ГП «ИМАТОН», 1999.
2. Гатанов Ю.Б. Курс творческого мышления (по методу Дж.Гилфорда и Дж.Рензулли). Для детей 7-10 лет. Альбом заданий. – Спб, ГП «ИМАТОН», 1999.
3. Зак А.З. Учимся мыслить, стараясь рассуждать: как проверять и развивать логическое мышление детей 6-15 лет. М.: Фолиум, 1996.
4. Зак А.З. Развитие умственных способностей младших школьников. – М.: Просвещение: Владос, 1994.
5. Копытов Н.А. Задачи на развитие логики: Книга для детей, учителей и родителей. – М.: АСТ-ПРЕСС, 1999.
6. Лосева А.А. Психологическая диагностика одаренности: Учебное пособие для вузов. – М.: Академический Проект; Трикста, 2004.

7. Перькова О.И., Сазанова Л.И. Интеллектуальный тренинг: учебно-методическое пособие для учителей и родителей. Спб. : Речь, 2002.
8. Симановский А.Э. Развитие творческого мышления детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Гринго, 1996.
9. Тихомирова Л.Ф. Развитие познавательных способностей детей. – Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития, 1996.
10. Тихомирова Л.Ф., Басов А.В. Развитие логического мышления детей. – Ярославль: ТОО «Академия развития», 1996.
11. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей школьника. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития, 1996.

- **для учащихся и родителей:**

12. Копытов Н.А. Задачи на развитие логики: Книга для детей, учителей и родителей. – М.: АСТ-ПРЕСС, 1999.
13. Перькова О.И., Сазанова Л.И. Интеллектуальный тренинг: учебно-методическое пособие для учителей и родителей. Спб.: Речь, 2002.
14. Симановский А.Э. Развитие творческого мышления детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Гринго, 1996.
15. Тихомирова Л.Ф. Развитие познавательных способностей детей. – Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития, 1996.
16. Тихомирова Л.Ф., Басов А.В. Развитие логического мышления детей. – Ярославль: ТОО «Академия развития», 1996.
17. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей школьника. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития, 1996.