



**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
«ГИМНАСТИКА МОЗГА» ИЛИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ КИНЕЗИОЛОГИЯ ДЛЯ  
ПЕДАГОГОВ, ПСИХОЛОГОВ И ТРЕНЕРОВ»**

**Вид образования:** дополнительное профессиональное образование (повышение квалификации).

**Цель:** совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

**Категория слушателей:** специалисты со средним и высшим профессиональным образованием.

**Форма обучения:** очная, дневная.

**В результате обучения** участники усовершенствуют или получают следующие профессиональные и личностные компетенции:

- ознакомятся с принципами образовательной кинезиологии, возможностями ее использования;
- освоят на практике базовые упражнения и техники «Гимнастики мозга».

**Учебно-тематический план:**

Наименование дисциплины	Всего (акад.ч)	В том числе		Форма контроля
		лекции (акад.ч.)	практика (акад.ч.)	
«Гимнастика мозга» или образовательная кинезиология для педагогов, психологов и тренеров»	40	13	27	Супервизия

**Календарный учебный график:**

объем ОП (кол-во ак.ч.)	период ОД (кол-во учебных дней)	даты начала и окончания ОД	время начала и окончания ОД (чч.мм)	ЕОН (кол-во ак.ч.)	ЕНОН (кол-во ак.ч.)	кол-во выходных дней	срок и форма ИОМ
40	5	дд.мм.гг начала программы – дд.мм.гг окончания программы	<b>1 день</b> 11:00 – 12:30 12:40 – 14:10 обед 14:10 – 14:50 14:50 – 16:20 16:30 – 18:00 <b>Все остальные дни</b> 10:00 – 11:30 11:40 – 13:10 обед 13:10 - 13:50 13:50 – 15:20 15:30 – 17:00	8	40	0	дд.мм.гг, супервизия

ОП – образовательная программа

ОД – образовательная деятельность

ЕОН – ежедневная образовательная нагрузка

ЕНОН – еженедельная образовательная нагрузка

**Учебная программа:**

- Знакомство с принципами Образовательной кинезиологии, возможностями ее использования специалистами «помогающих профессий».
- Системы «эмоции – тело» и «тело – интеллект».
- Правила применения упражнений и балансов программы «Гимнастика мозга», сбалансированность «тренера» и «клиента».
- Освоение базовых упражнений «Гимнастики мозга».
- Освоение базовых техник (балансов) прикладной кинезиологии:
  - определение истинности целей и намерений на «языке тела»;
  - самодиагностика эмоционального и физического состояния;
  - восстановление эмоционального равновесия после стресса, создание позитивного настроения, обретение ясности мышления;
  - активизация работы головного мозга (баланс в работе правого и левого полушария);
  - координация работы мозга и тела;
  - улучшение работы органов чувств, развитие психических функций, сохранение работоспособности.
- Направления практического использования методики:
  - развитие навыков чтения и письма;
  - развитие навыков выполнения домашних и контрольных работ в школе;
  - развитие когнитивных способностей (внимание, мышление, память);
  - коррекция поведенческих проблем;
  - развитие межличностных взаимодействий и коммуникативных умений;
  - психолого-педагогическая консультативная работа с родителями;
  - снятие стресса и нервного напряжения;
  - поддержание творческой активности и работоспособности;
  - развитие навыков целеполагания;
  - восстановление после инсультов, инфарктов, черепно-мозговых травм;
  - устранение факторов старения и сохранение здорового долголетия.
- Использование «Гимнастики мозга» в сочетании с другими методами психотерапии.
- Диагностика эффективности прохождения программы «Гимнастика мозга».

**Формы работы:** мини-лекции, приемы психогимнастики, техники позитивного мышления, интерактивные упражнения, дыхательные упражнения и хоровое пение, упражнения арт- и танцевальной терапии, фотосессии и их анализ.