МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Общеобразовательная автономная некоммерческая организация
«Школа 360»
(ОАНО «Школа 360»)

Утверждаю
Директор ОАНО «Школа 360»
_____ Дановская М.С.
«30» 08 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная

общеразвивающая программа для обучающихся

«Мозг: секреты успешного мышления»

Уровень программы: базовый
Срок реализации программы: 8 часов

2026 учебный год
Рязанская область, Рязанский район, с. Поляны

Содержание Программы

№	Содержание программы	Стр.
I	Целевой раздел	
1.1	Пояснительная записка Программы	**3**
1.2	Цели и задачи Программы	**6**
1.3	Принципы работы и методы работы Программы	**8**
1.4	Планируемые результаты Программы	**11**
II	Содержательный раздел	
2.1	Общие характеристики Программы	**14**
2.3	Формы аттестации/контроля Программы	**17**
III	Организационно-методический раздел	
3.1	Условия реализации Программы	**21**
3.2	Работа с педагогическим коллективом	**23**
3.3	Работа с родителями	**24**
3.4	Список литературы	**24**

I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка Программы

В стремительно меняющемся мире, где информация является новым золотом, а способность к адаптации и креативному мышлению – залогом успеха, понимание принципов работы собственного мозга приобретает особую ценность.

Программа "Мозг: секреты успешного мышления", разработанная для учащихся начальной и средней школы, ставит своей целью не просто обогатить детей знаниями, но и дать им мощный инструмент для саморазвития. Путешествие в удивительный мир нейробиологии на доступном языке позволит юным исследователям раскрыть тайны своего "суперкомпьютера", развить когнитивные способности, научиться эффективнее учиться, управлять своими эмоциями и стать уверенными в себе, успешно мыслящими личностями, готовыми к вызовам будущего.

Программа "Мозг: секреты успешного мышления" является актуальной по нескольким ключевым причинам:

1. **Преобразование образования: от запоминания к развитию когнитивных навыков.**

Фокус на "умении учиться": Нейрозанятия дают детям инструментарий для развития так называемого "метапознания" – понимания того, как они сами учатся. Это позволяет им стать более самостоятельными и мотивированными учениками, способными самостоятельно достигать учебных целей.

Подготовка к будущему: Навыки, развиваемые программой (концентрация, память, критическое мышление, креативность), являются фундаментом для успешного освоения как школьной программы, так и дальнейшего образования и профессиональной деятельности.

2. **Расширение понимания работы мозга: от "черного ящика" к осознанности.**

Связь между строением и функцией: Программа на доступном уровне объясняет, как структура мозга связана с его функциями. Например, понимание работы нейронов помогает осознать, как формируются новые навыки и знания.

Формирование целостной картины: Дети начинают видеть, что учеба – это не только механическое заучивание, но и активная работа их мозга, требующая тренировки и заботы.

3. **Рост когнитивной нагрузки и потребность в управлении ею.**

Развитие концентрации и внимания: Программа предлагает конкретные упражнения и игры, направленные на тренировку этих важнейших когнитивных навыков. Умение концентрироваться напрямую влияет на успешность выполнения заданий, как учебных, так и повседневных.

Борьба с "клиповым мышлением": Нейрозанятия помогают противостоять поверхностному восприятию информации, развивая способность к глубокому анализу и осмыслению.

4. **Роль эмоционального интеллекта и саморегуляции в обучении.**

Формирование психологической устойчивости: Программа учит детей понимать свои эмоции, находить способы управления ими, развивает их стрессоустойчивость и способность преодолевать трудности. Это важный аспект для общего благополучия ребенка.

Построение эффективного взаимодействия: Понимание основ нейробиологии общения помогает детям лучше выстраивать отношения со сверстниками и взрослыми, что также является важным фактором успешного развития.

5. **Повышение мотивации и интереса к обучению.**

Преодоление страха неудачи: Когда дети понимают, что способности не являются врожденными и неизменными, а могут развиваться путем

тренировки (принцип нейропластичности), это снижает страх перед ошибками и повышает их готовность к экспериментам и обучению.

Самоэффективность: Успешное выполнение заданий и достижение положительных результатов на нейрозанятиях повышает самооценку детей и их веру в свои силы, что позитивно сказывается на всей их учебной деятельности.

Нормативно-правовая база:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 г.).
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 42, ст. 44).
3. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ».
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении ФГОС НОО» (п. 18.2.1 — личностные результаты).
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении ФГОС ООО» (в части преемственности).
6. Приказ Минпросвещения России от 18.07.2022 № 712 «Об утверждении примерной рабочей программы воспитания».
7. Локальные акты ОАНО «Школа 360»:
    - Устав школы;
    - Годовой план работы Департамента эмоционального благополучия;
    - План профилактической работы ДЭБ.

1.2. Цели и задачи Программы

Цель Программы: создать оптимальные условия для развития высших психических функций и формирования сплоченного, психологически здорового коллектива обучающихся, что позволит им успешно учиться и гармонично взаимодействовать друг с другом.

I. Когнитивные задачи (направленные на развитие познавательных процессов):

- **Развитие внимания:**
    - Формирование устойчивости и концентрации внимания при выполнении учебных заданий.
    - Развитие способности к избирательному восприятию информации и игнорированию отвлекающих факторов.
    - Совершенствование навыков переключения внимания между различными видами деятельности.
- **Развитие памяти:**
    - Расширение объема и прочности зрительной, слуховой памяти.
    - Формирование эффективных приемов запоминания (визуализация, ассоциации, группировка, мнемотехники).
    - Развитие ассоциативной памяти для установления связей между новой и уже имеющейся информацией.
- **Развитие мышления:**
    - Формирование навыков логического мышления: анализ, сравнение, обобщение, классификация.
    - Развитие критического мышления: умение оценивать информацию, выявлять несоответствия, аргументировать свою точку зрения.
    - Стимулирование творческого мышления: поиск нестандартных решений, генерация идей, фантазирование.

- Развитие проблемно-ориентированного мышления: формирование умения ставить перед собой задачи и находить пути их решения.

- **Развитие восприятия:**
  - Повышение точности и полноты восприятия пространственных объектов и явлений.
  - Совершенствование навыков анализа и синтеза информации, выделения существенных признаков.
  - Развитие временного восприятия: понимание последовательности событий, планирование времени.

II. Развивающие задачи (направленные на развитие эмоционально-волевой сферы и личностных качеств):

- **Развитие эмоционального интеллекта:**
  - Формирование умения распознавать и называть собственные эмоции и эмоции других людей.
  - Обучение конструктивным способам выражения эмоций.
- **Развитие саморегуляции и самоконтроля:**
  - Развитие целеустремленности и настойчивости в достижении поставленных целей.
  - Повышение уровня самоконтроля при выполнении заданий и взаимодействии с другими.
- **Развитие волевых качеств:**
  - Формирование умения ставить перед собой задачи и прилагать усилия для их выполнения.
  - Развитие самостоятельности и ответственности за свои действия.

III. Воспитательные задачи (направленные на формирование социальных навыков и сплочение коллектива):

- **Развитие коммуникативных навыков:**

- Формирование умения активно слушать и слышать собеседника.
- Обучение эффективным способам задавать вопросы и давать обратную связь.

- **Формирование навыков сотрудничества и командной работы:**
  - Стимулирование взаимной поддержки и помощи в коллективе.
  - Формирование чувства общности и принадлежности к группе.
- **Формирование позитивного отношения к обучению и школе:**
  - Повышение внутренней мотивации к учебной деятельности через интересные и познавательные задания.
  - Развитие чувства уверенности в своих силах и способностях.

1.3 Принципы реализации Программы:

1. **Принцип системности:** Комплексный подход к проблеме адаптации, учитывающий все сферы жизни подростка (учебную, личностную, социальную).
2. **Принцип активности:** Вовлечение обучающихся в процесс обучения и развития через интерактивные формы работы, стимулирование их самостоятельной деятельности.
3. **Принцип индивидуального подхода:** Учет возрастных и индивидуально-психологических особенностей каждого ребенка, гибкость программы.
4. **Принцип конфиденциальности:** Обеспечение анонимности и безопасности для участников программы, создание доверительной атмосферы.
5. **Принцип развития:** Ориентация на раскрытие внутреннего потенциала, формирование позитивных личностных качеств и ресурсов каждого ребенка.

Общие методики работы Программы:

1. Игровые технологии: позволяют усваивать информацию в ненавязчивой, увлекательной форме, стимулирует мотивацию и активизирует различные когнитивные и эмоциональные сферы:

- **Развитие памяти:** Игры на запоминание последовательностей, парных ассоциаций, карточек с изображениями ("Найди пару", "Мемори").
- **Развитие внимания и концентрации:** Игры, требующие сосредоточенности и наблюдательности ("Что изменилось?", "Найди отличия", "Секретный код", игры по типу "Мемори" на поиск одинаковых элементов).
- **Развитие мышления (логического, креативного):** Настольные игры, требующие стратегического планирования, головоломки, ребусы, шарады, конструкторы, игры на построение ассоциативных рядов.
- **Развитие коммуникативных навыков:** Ролевые игры, игры на взаимодействие в команде, где дети учатся договариваться, слушать друг друга, распределять роли.
- **Эмоциональная разрядка и саморегуляция:** Игры, направленные на выражение эмоций в безопасной форме, игры на развитие эмпатии.

2. Нейрогимнастика и телесные упражнения: Развитие межполушарного взаимодействия, координации, крупной и мелкой моторики:

- **Стимуляция межполушарного взаимодействия:**
    - **Перекрестные движения:** Касание противоположного локтя коленом, рисование двумя руками одновременно зеркальных фигур, "гусеница" (движение рук и ног поочередно).
    - **Упражнения на изохронность:** Одновременное выполнение одинаковых движений руками или ногами.
- **Развитие крупной моторики:** упражнения на координацию движений (прыжки, бег, ходьба с различными движениями рук).

- **Развитие мелкой моторики:** пальчиковые игры, пальчиковые гимнастики.
- **Снятие мышечного напряжения:** упражнения на расслабление, растяжку.

3. Арт-терапевтические приемы: Использование рисования, лепки для развития эмоциональной сферы и самовыражения:

- **Выражение эмоций:** Дети рисуют или лепят свои чувства (страх, радость, злость, грусть), что помогает им осознать и прожить эти эмоции.
- **Развитие самовыражения:** Предоставление возможности выразить свои мысли, идеи, фантазии через творчество.
- **Снятие напряжения и стресса:** Сам процесс творчества успокаивает, помогает отвлечься от проблем.

4. Релаксационные техники: Упражнения для снятия напряжения, улучшения концентрации:

- **Перед началом занятия:** для концентрации и настройки на работу ("Дыхание дракона", "Светофор").
- **Во время интенсивной умственной нагрузки:** Короткие паузы для снятия усталости и переключения.
- **В конце занятия:** для успокоения, "завершения" активной умственной деятельности, подготовки ко сну (если занятие вечернее).
- **При повышенной тревожности или возбуждении:** Специальные упражнения для успокоения.

Метафорические карты (МАК): Карты с изображениями, которые служат метафорами для различных ситуаций, состояний, эмоций. Они помогают выразить то, что сложно сказать словами, активизируют подсознание и стимулируют образное мышление:

- Использование карт для обсуждения эмоций: "Как ты себя чувствуешь сегодня?", "Что тебе помогает справиться со страхом?".

- Проработка учебных ситуаций: "Какая карта описывает твою задачу?", "Что тебе поможет решить эту головоломку?".
- Развитие воображения и фантазии: Создание историй на основе нескольких карт.

5. Рефлексивные беседы: Для развития метакогнитивных навыков (осознания своего мыслительного процесса):

- **Обсуждение хода выполнения заданий:** "Как ты решил эту задачу?", "Что помогло тебе запомнить это?", "Что было сложно?".
- **Осознание успешных стратегий:** "Что помогло тебе сейчас справиться?", "Когда тебе лучше всего запоминается информация?".
- **Планирование:** "Что ты будешь делать, чтобы лучше запомнить следующий материал?", "Как ты подготовишься к контрольной?".
- **Обсуждение чувств и состояний:** "Как ты себя чувствовал, когда выполнил задание?", "Что тебя волновало?".

Формат занятий: Групповые занятия (16 человек), продолжительностью 40-45 минут.

Периодичность: 1 раз в 2 недели в течении учебного триместра.
Программа реализуется по запросу классного руководителя и/или законных представителей обучающихся.

1.4 Планируемые результаты Программы

I. Когнитивные результаты:

- **Улучшенная концентрация внимания:**
    - Смогут дольше удерживать внимание на выполняемом задании (увеличится время непрерывной работы над задачей).
    - Станут менее подвержены отвлекающим факторам во время учебной деятельности.

- Повысится способность фокусироваться на одной задаче, игнорируя посторонние стимулы.

- **Развитая память:**
  - Улучшится запоминание информации (слов, цифр, образов, инструкций) в краткосрочной и долговременной перспективе.
  - Появятся навыки использования мнемонических техник (ассоциации, визуализация) для лучшего запоминания.
  - Увеличится объем информации, которую ребенок может запомнить за один раз.
- **Развитое логическое и критическое мышление:**
  - Смогут находить закономерности в данных, определять причинно-следственные связи.
  - Повысится способность решать головоломки, ребусы, логические задачи, находя нестандартные решения.
  - Смогут более осмысленно подходить к анализу информации, задавать вопросы "почему?" и "как?".
- **Навыки саморегуляции и управления эмоциями:**
  - Научатся распознавать свои эмоции и понимать их причину.
  - Смогут применять простые техники для успокоения, снятия напряжения (дыхательные упражнения, визуализация).
- **Навыки планирования и самоорганизации:**
  - Смогут составлять простые планы выполнения заданий, разбивая их на этапы.
  - Улучшится способность организовывать свое рабочее место и время.

II. Личностные результаты:

- Повышенная мотивация к обучению;

- Развитое самосознание;
- Позитивное отношение к собственным умственным способностям;
- Развитие любознательности и исследовательского интереса;
- Формирование привычек здорового образа жизни.

II Содержательный раздел

2.1 Общие характеристики Программы

Программа состоит из 8 занятий. Основная цель каждого занятия: создание условий для эмоционально-комфортного включения ребенка в школьную жизнь, развитие самопознания, социальных навыков и учебной мотивации, повышение общего уровня развития высших психических функций.

Ниже представлено примерное содержание занятий:

1. Приветствие и "Нейро-разминка" (5-7 мин)**.**

Цель блока: Активизация мозговой деятельности, подготовка к обучению, синхронизация работы полушарий, снятие мышечного напряжения, формирование позитивного настроя.

Приветствие:

- **Энергичное и позитивное начало:** Педагог приветствует детей с улыбкой, используя приветственные фразы, которые могут быть связаны с темой занятия или просто создавать позитивную атмосферу ("Доброе утро, юные исследователи мозга!", "Здравствуйте, самые внимательные ученики!").
- **Настройка на работу:** Краткое введение в тему занятия (например, "Сегодня мы отправимся в путешествие в мир памяти!").

«**Нейро-разминка»:**

- **"Перекрестный шаг":** Шагаем на месте, одновременно касаясь правым локтем левого колена, затем левым локтем правого колена.
- **"Ушки-носики":** Касаемся правого уха левой рукой, затем левого уха правой рукой. Затем меняем руки: правое ухо правой рукой, левое ухо левой рукой.
- **"Ладонь-кулак-ребро":** Одновременное выполнение этих трех движений руками, меняя их последовательность.

- **"Перекрестное рисование":** Попросить детей нарисовать в воздухе или на листах бумаги зеркальные фигуры или буквы двумя руками одновременно.

Почему это эффективно: Эти упражнения стимулируют нервные пути, улучшают кровоснабжение мозга, активизируют связь между правым и левым полушариями. Это помогает детям стать более собранными, внимательными и готовыми к умственной работе.

2. Основная часть (20-30 мин)

Цель блока: Непосредственное развитие конкретных когнитивных функций (внимание, память, мышление) через разнообразные, интересные и адаптированные задания.

Выбор 2-3 упражнений: Каждое занятие может фокусироваться на одной или двух когнитивных функциях, либо включать в себя задания, которые их комплексно развивают.

Игровая форма: Упражнения представлены в виде игр, загадок, мини-квестов, творческих заданий.

Ниже представлены примеры упражнений (в зависимости от темы занятия):

1. **Развитие внимания:**
    - **"Найди отличия":** Сравнение двух похожих картинок.
    - **"Что пропало/добавилось?":** Дети смотрят на набор предметов, затем один убирается или добавляется, и они должны угадать, что изменилось.
    - **"Слуховой диктант":** Педагог называет ряд слов, дети должны запомнить их последовательность или выбрать определенные (например, только слова, связанные с животным миром).
2. **Развитие памяти:**
    - **"Карточки":** Показ группы картинок на короткое время, затем просьба перечислить их или найти определенную.

- **"Цепочка слов/предложений":** Каждый ребенок добавляет свое слово/предложение к предыдущим.
- **"Визуализация":** Предложить детям представить себе предмет или сцену, а затем описать ее по памяти.

3. Развитие мышления:

- **Логические загадки и ребусы:** Простые задачи на поиск закономерностей, выводы.
- **"Что лишнее?":** Предложение ряда предметов/картинок, среди которых один явно отличается по какому-либо признаку.
- **"Продолжи ряд":** Задания на продолжение числовых, графических или логических последовательностей.

Инструктаж и выполнение: Педагог четко объясняет правила игры/упражнения, демонстрирует пример, затем дети выполняют задание индивидуально, в парах или группах.

Обсуждение результатов: После выполнения задания проводится краткое обсуждение: кто справился, что было сложно, какие стратегии использовали.

Почему это эффективно: Игровая форма делает процесс обучения увлекательным, а целенаправленные упражнения тренируют конкретные когнитивные навыки, повышая их эффективность. Разнообразие заданий позволяет задействовать разные аспекты мышления и памяти.

3. Релаксация / Завершение (5-7 мин)

Цель блока: Снятие накопленного напряжения, подведение итогов занятия, закрепление позитивного опыта, развитие самосознания и навыков самоанализа.

Релаксационные упражнения:

- **Дыхательные практики:** Глубокое, спокойное дыхание, направленное на расслабление. Например, "дыхание пчелы"

(выдыхание со звуком "ммм"), "дыхание по квадрату" (равное вдыхание, задержка, выдыхание, задержка).

- **Визуализация:** Спокойное представление приятных образов (например, "Представьте, что вы лежите на теплом песке и слушаете шум моря").
- **Звуковая релаксация:** Прослушивание спокойной музыки, звуков природы.

Прощание: Доброе и позитивное завершение занятия, задающее позитивный настрой на дальнейшее обучение.

Рефлексия занятия:

- "Что нового вы узнали сегодня о своем мозге?"
- "Что было для вас самым сложным?"
- "Как вы думаете, какое задание помогло вам лучше всего поработать над вниманием/памятью/мышлением?"

2.3 Формы аттестации/контроля Программы

В силу психолого-педагогической направленности программы, аттестация и контроль носят не оценочный, а **развивающий и диагностический характер**, направленный на фиксацию динамики изменений, рефлексию и корректировку индивидуальных траекторий развития.

Общие принципы контроля и оценки результатов Программы:

- **Системность:** Контроль осуществляется на протяжении всего курса (входной, текущий, итоговый).
- **Комплексность:** используются разнообразные методы, позволяющие оценить различные аспекты развития (поведенческие, эмоциональные, когнитивные).
- **Объективность:** Максимальное использование стандартизированных методик, а также наблюдение и анализ деятельности.

- **Конфиденциальность:** Соблюдение принципов этики психолога при сборе, хранении и использовании данных.
- **Безоценочность:** Отсутствие привычных школьных оценок. Акцент делается на самооценке, взаимооценке и позитивной обратной связи.
- **Динамичность:** Отслеживание изменений в развитии каждого обучающегося.

Входной контроль (стартовая диагностика):

Проводится на этапе реализации Программы.

Цель: Определение исходного уровня развития навыков коммуникации, сплоченности класса, самооценки, выраженности навыков командной работы.

Методики:

1. **Нейродиагностика в кратком варианте:** сокращенная нейродиагностика ребят в процессе начала программы и/или полноценная нейродиагностика в ходе психологического наблюдения в 1 триместре.
2. **Проективные методики (мини):** рисунок "Мой класс", "Я в команде" и т.д.
3. **Наблюдение**

Текущий контроль (формирующий):

Осуществляется на каждом занятии.

Цель: Отслеживание вовлеченности учащихся, понимания материала, отработки навыков; оперативная корректировка содержания и методов работы.

Методики:

1. **Наблюдение педагога-психолога.**
2. **Рефлексивные техники:** "Круг обмена мнениями", "Дерево настроения", "Корзина идей", "Ладонь/Кулак" (для оценки понимания и отношения к занятию).

3. **Обратная связь от классного руководителя и педагога-организатора.**

Итоговая диагностика: проводится по завершении программы, сопоставляется с данными входного контроля.

Цель: Выявление динамики изменений в развитии ключевых компетенций учащихся.

Методики: Повторное использование части методик входной диагностики (анкеты, опросники, социометрия, проективные методики), чтобы увидеть изменения.

Вот основные критерии, по которым может происходить оценка эффективности программы:

1. **Внимание:**

- **Устойчивость внимания:** Снижение количества ошибок, связанных с невнимательностью, при выполнении длительных и однообразных заданий (например, списывание, прослушивание инструкций).
- **Избирательность внимания:** Способность выделять релевантную информацию из потока, игнорировать отвлекающие факторы.
- **Объем внимания:** Увеличение количества элементов (например, цифр, картинок), которые ребенок может удержать в поле зрения одновременно.

2. **Память:**

- **Объем памяти:** Увеличение количества слов, чисел, предметов, которые ребенок может запомнить и воспроизвести.
- **Скорость запоминания:** Более быстрое усвоение новой информации.
- **Прочность запоминания:** Более долговременное сохранение усвоенной информации.

3. **Мышление:**

- **Гибкость мышления:** Способность рассматривать задачу с разных сторон, находить несколько вариантов решения.
- **Скорость мышления:** Более быстрое решение задач, анализ информации.

4. **Эмоционально-волевая сфера:**

- **Самоконтроль:** Улучшение способности управлять своим поведением, сдерживать импульсивные реакции.
- **Целеполагание:** Способность ставить цели и прилагать усилия для их достижения.
- **Настойчивость:** Улучшение способности доводить начатое до конца, несмотря на трудности.

По результатам реализации программы педагог-психолог составляет аналитическую справку: содержит описание проведенных мероприятий, анализ результатов диагностик, выводы о динамике развития обучающихся, рекомендации для педагогического коллектива и родителей. Представляется администрации образовательной организации и классному руководителю.

Данная система контроля и оценки позволит не только проследить индивидуальный прогресс каждого учащегося, но и определить общую эффективность программы, ее сильные стороны и зоны для дальнейшего совершенствования.

III Организационно-методический раздел

3.1 Условия реализации Программы

Кадровые условия:

- **Педагог-психолог:** основной исполнитель программы, отвечающий за диагностику, проведение групповых и индивидуальных занятий, консультации.
- **Классный руководитель и педагог-организатор:** активно взаимодействует с психологом, предоставляет информацию о классе, участвует в мониторинге, поддерживает идеи программы в повседневной работе.
- **Администрация школы:** обеспечивает поддержку программы, выделяет необходимое время и ресурсы.

Материально-технические условия:

- **Кабинет:** оборудованный для проведения групповых и индивидуальных занятий, консультаций.
- **Доска:** маркерная или меловая доска, обязательно в хорошем состоянии, с комплектом маркеров/мелков и губкой. Используется для записи правил, схем, ключевых идей, "мозговых штурмов".
- **Проектор и экран:** для демонстрации презентаций, тематических видеороликов, изображений, способствующих визуализации информации и повышению интерактивности занятий.
- **Компьютер/Ноутбук:** для управления проектором, поиска информации, подготовки материалов, ведения отчетности. Доступ к интернету.
- **Раздаточные материалы:** бланки анкет, тестов, упражнений, памяток.

- **Канцелярские принадлежности:** бумага: белая бумага формата А4, цветная бумага, ватманы (большие листы) для групповых проектов и коллажей; маркеры разных цветов, фломастеры, цветные карандаши, ручки, простые карандаши, стикеры (пост-ит) разных размеров и цветов для "мозговых штурмов" и рефлексии.
- **Игровой инвентарь:** мячи (несколько разных размеров) для игр на сплочение и развитие координации, платки для глаз (для упражнений на доверие и сенсорное восприятие), настольные игры – для использования в качестве дополнительных активностей.
- **Метафорические ассоциативные карты (МАК)** – для глубокой работы с эмоциями, образами, поиском ресурсов.
- **Арт-терапевтические материалы (по необходимости).**

Организационно-методические условия:

- **Интеграция программы** в учебно-воспитательный процесс школы.
- **Разработка графика занятий**, согласованного с расписанием уроков.
- **Наличие плана-конспекта занятий**, методических рекомендаций для педагогов и родителей.
- **Создание комфортной и доверительной атмосферы** во время занятий.
- **Соблюдение этических принципов** работы психолога.

3.2. Работа с педагогическим коллективом

Работа с педагогами является **необходимым условием** успешной реализации программы, так как когнитивные навыки, развиваемые на занятиях, должны переноситься в учебную деятельность.

Цель: Повышение психолого-педагогической компетентности учителей 2–4-х классов в вопросах развития когнитивных функций у младших школьников и создание единого подхода к поддержке детей с трудностями внимания и памяти.

Форма	**Срок**	**Содержание**
Методические рекомендации	Сентябрь	Раздача памяток «Нейроупражнения на уроке: 5 простых приёмов» для включения в структуру урока (разминка, смена деятельности).
Индивидуальные консультации	В течение полугодия (по запросу)	Разбор конкретных случаев: дети с низкой концентрацией, трудностями запоминания, импульсивностью. Выработка стратегий поддержки.
Мини-практикум «Игры на развитие внимания и памяти в классе»	Октябрь (в рамках методического часа)	Демонстрация 3–4 игр, которые учитель может использовать на уроках (русский язык, математика, окружающий мир) без дополнительной подготовки.
Обратная связь по итогам диагностики	Ноябрь	Предоставление обобщённых результатов диагностики (без персональных данных) с рекомендациями по работе с классом в целом.

Ожидаемые результаты работы с педагогами:

- Учителя используют нейроупражнения на уроках для активизации внимания и снятия усталости.
- Педагоги владеют приёмами поддержки детей с низкой концентрацией внимания.
- Учителя и психолог действуют в едином ключе, что усиливает эффективность программы.

3.3. Работа с родителями (законными представителями)

Работа с родителями строится как **партнёрство** и синхронизируется с планами мероприятий ДЭБ на 2026–2027 учебный год (Ресурсный кофе, Мультклуб, платформа «Полезное 360»).

Цель: Информирование родителей о целях и содержании программы, предоставление инструментов для развития когнитивных способностей детей дома, укрепление доверия между семьёй и школой.

Ожидаемые результаты работы с родителями:

- Родители понимают важность развития когнитивных функций в младшем школьном возрасте.
- Родители используют рекомендованные игры и упражнения дома.
- Родители чувствуют поддержку со стороны школы и доверяют педагогу-психологу.
- Снижена тревожность родителей по поводу успеваемости детей.

3.4. Список литературы

Основная литература:

1. Афанасьева Т.С., Богданова Л.Д. Нейропедагогика: как учить, чтобы дети хотели учиться. — М.: 2017.
2. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. — М.: Генезис, 2018.
3. Выготский Л.С. Психология развития человека. — М.: ЭКСМО, 2005.
4. Дубровина И.В. Практическая психология образования. — СПб.: Питер, 2014.
5. Колганова В.С. Нейропсихологические занятия с детьми. — М.: 2020.
6. Кузнецова О.В. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся. — Волгоград: Учитель, 2018.
7. Подольский А.И. Диагностика и профилактика школьной дезадаптации. — М.: МГУ, 2020.

8. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков. — М.: МПСИ, 2017.
9. Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое сопровождение обучения. — М.: 2019.
10. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1–4 классы). — М.: Генезис, 2018.
11. Черниговская Т.В. Человек и его мозг: На перекрестке наук. — М.: 2014.
12. Чистякова М.И. Психогимнастика. — М.: Просвещение, 2020.
13. Шишкова Т. Учимся сотрудничать: психологические игры и упражнения для подростков. — СПб.: Речь, 2019.