

КОМИТЕТ ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР «ЛАДОГА»

ГБУ ДО «Центр «Ладога»

**ПРИНЯТО**  
на Педагогическом Совете  
протокол от 01.02.2021г. № 2

**УТВЕРЖДЕНО**  
Приказом от 01.02.2021г. № 035

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**  
(с применением дистанционных образовательных технологий)

**Mind fitness: развитие внимания, мышления, памяти**

**Срок реализации программы: 36 часов**  
**Возраст обучающихся: 14-17 лет**

Составители:

Булкина Кристина Игоревна,  
Эмануэль Татьяна Сергеевна,  
РГПУ им. А.И.Герцена.

**дер. Разметелево**  
**2021 год**

## **Аннотация программы**

Форма обучения: дистанционная Количество часов: 36. Программа размещена в виртуальной образовательной среде на платформе moodle по адресу: <http://new.udod-ladoga.ru/>

Цели и планируемые результаты:

**Цель курса** – создание условий для развития у обучающихся основных когнитивных функций в единстве внимания, мышления, памяти, речи и т.д.

**Задачи курса:**

- сформировать систему знаний о высших познавательных процессах: внимания, мышления, речи, памяти и воображения;
- познакомить с основными подходами к исследованию и развитию внимания, мышления, речи, памяти и воображения;
- познакомить с эмпирическими исследованиями внимания, мышления, речи, памяти и воображения;
- рассмотреть основные виды внимания, мышления, речи, памяти и воображения, их нейрофизиологические основы;
- сформировать навыки когнитивного саморазвития.

**Ожидаемые результаты. В результате освоения программы дистанционного курса обучающийся должен**

**Знать:**

определения и основные характеристики таких познавательных процессов, как мышление, речь, воображение, основные методы их исследования и развития; теоретические подходы к проблемам мышления, речи, воображения, эмпирические исследования мышления, речи, воображения; феноменологию процессов мышления, речи, воображения; определение, виды, операции, функции мышления, основные теоретические подходы к определению и изучению мыслительных процессов

**Уметь:**

выделять и характеризовать основные понятия, описывающие данные психические процессы мышления, речи, воображения; выделять и характеризовать основные виды, закономерности функционирования и развития мышления, речи, воображения; выделять и анализировать методы изучения мышления, речи, воображения.

**Владеть:**

навыками описания и обобщения основных характеристик мышления, речи, воображения; навыками анализа основных теоретических подходов к описанию феноменологии процессов мышления, речи, воображения; навыками анализа эмпирических исследований мышления, речи, воображения; навыками применения теоретических знаний в практической деятельности.

**1. Рабочая программа курса**

**Целевая аудитория:** обучающиеся от 14 до 18 лет

**Объем курса и виды учебных занятий**

Распределение видов учебной работы

| <b>Вид учебной деятельности</b>                                                                         |              | <b>Часов</b> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|
| Контактная работа с обучающимся, всего, в том числе:                                                    |              |              |
| 1. При непосредственном взаимодействии преподавателя и слушателя (в режиме онлайн), всего, в том числе: |              | <b>3</b>     |
| -лекции                                                                                                 |              | <b>3</b>     |
| 2. При опосредованном взаимодействии преподавателя и слушателя (в режиме онлайн), всего, в том числе:   |              | <b>33</b>    |
| - лекции                                                                                                |              | <b>15</b>    |
| - практические                                                                                          |              | <b>14</b>    |
| 3. Индивидуальные/групповые консультации                                                                |              | <b>4</b>     |
| Итоговое тестирование + творческое задание                                                              |              |              |
| <b>ИТОГО: Общая трудоемкость</b>                                                                        | <b>часов</b> | <b>36</b>    |

**2. Содержание модулей курса**

## **Тема 1. Развитие внимания**

Когнитивное развитие. О развитии когнитивных способностей. Развитие мышления. Рекомендации. Развитие внимания. Рекомендации. Психологическая инерция мышления. Мозговой штурм. Морфологический анализ (синтез). Системные методы. Метод синектики. Игровые методы. Приемы развития творческого воображения. ТРИЗовское мышление. Особенности майнд-фитнеса. Особенности проведения диагностики. Принципы майнд-фитнеса при работе с группой.

### **Практические задания:**

Задание "Иллюзия: лес"

Задание. Ошибки

## **Тема 2. Развитие мышления**

Программы развития когнитивных навыков. Метод каталога. Метод фокальных объектов. Метод системного анализа. Метод морфологического анализа. Метод обоснования новых идей «Золотая рыбка». Метод моделирования «маленькими человечками» (ММЧ). Мышление по аналогии. Типовые приёмы фантазирования (ТПФ). Интеллект-карты как инструмент системного мышления.

Особенности создания и использования интеллект-карт. Этапы создания интеллект-карты. Основные элементы интеллект-карты. Преимущества и законы создания интеллект-карт. Что не является интеллект-картой. Будущее интеллект-карт. Использование приемов творчества для развития творческого мышления. Методы работы со сказками для развития творческого мышления. Сказки и мышление: гуманитарное и техническое. Сочинительство. Работа со сказками: некоторые методы. Работа со сказками: прием замена. Работа со сказками: прием наоборот

### **Практические задания:**

Задание. Интеллект-карта

Задание. Тарелка

Задание. 2Д: Душевные двери

Задание. "Странные страны".

Задание. Герой

Задание. Переписка

Задание. Создание сказки

Задание. Послание

Задание. Мемуар

Задание. Замена

### **Тема 3. Развитие памяти**

Мнемотехника для начинающих. Увеличение коэффициента понимания прочитанного текста. Как организовать процесс чтения. Игры с карточками для тренировки памяти и отработки мнемотехник. Введение в инфографику. Из истории инфографики. Наука визуализации. Визуальное обучение. Структура инфографики. Медийные форматы инфографики. Особенности применения инфографики. Интеграция инфографики в образовательный процесс. Виды инфографики. Основные виды инфографики в образовании. Целевое использование инфографики. Проектирование инфографики. Статистика. Идеи и понятия. Создание инфографики. Оформление идей. Дизайн. Конструкторы инфографики

#### **Практические задания:**

Запоминание терминов: обучение без мучения

Видео. Приемы мнемотехники, запоминание терминов

Задание. Термин в загадке

Тестирование

Итоговый тест

## **5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

Образовательное учреждение, реализующее подготовку по курсу, обеспечивает организацию и проведение итоговой аттестации и текущего контроля индивидуальных образовательных достижений обучающихся – знаний, умений, навыков и компетенций. Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения практических занятий: каждое занятие предполагает самостоятельное решение учащимися изобретательских задач при кураторской поддержке педагога. Для выявления уровней развития системно-логического мышления (начальный, минимальный, средний, продвинутый, высокий) проводятся учебно-исследовательские конференции, а также подводится итог статистической

обработки результатов по количеству и уровню творчества решённых задач.

По итогам прохождения курса обучающимся необходимо пройти итоговое тестирование и выполнить творческое задание.

### **Информационное обеспечение обучения**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

#### **Литература:**

- Л.С. Выготский. «Мышление и речь», Астрель, М., 2011.
- Говард Гарднер. «Структура разума. Теория множественного интеллекта» Вильямс, М.-С.Пб.-Киев, 2007.
- Эдвард де Боно. «Латеральное мышление». Учебник творческого мышления. Попурри, Минск, 2005.
- Лаура Е. Берк. «Развитие ребенка», 6-е издание, СПб., Питер, 2006.
- Б.Хегенхан, М. Олсон. «Теории научения», 6-е издание, Питер, СПб., 2004.
- В.В. Давыдов. «Проблемы развивающегося обучения: Опыт практического и экспериментального психологического исследования», М., Педагогика, 1986.
- В.П.Зинченко. «Сознание и творческий акт», М., Языки славянских культур, 2010.
- В.Д.Шадриков. «Ментальное развитие человека», М., Аспект-Пресс, 2007.
- Роберт Солсо. «Когнитивная психология», 6-е издание. Питер, СПб., 2012.
- Под редакцией Д.А.Леонтьева «Личностный потенциал. Структура и диагностика», М.: Смысл, 2011

#### **Интернет-источники**

<https://4brain.ru/> – бесплатные тренинги по развитию очень полезных навыков вроде скорочтения, устного счета, ораторского мастерства и так далее.

<http://psychologytoday.ru/> – интернет журнал, посвященный теме поведения и настроения человека.

<http://ru.brainexer.com/> – отличный сайт с упражнениями для развития всех типов мышления, внимания и памяти.

<http://vse10.ru/> – онлайн-тренажер «слепой» печати.

<https://www.lektorium.tv/> – крупный российский портал с большим количеством

лекций на множество тем.

<https://www.cognifit.com/ru> – здесь можно протестировать и развить различные функции мозга.

<https://wikium.ru/> – Викиум предлагает сначала пройти тестирование и определить качество вашей памяти, мышления и внимания. На основании этих результатов вы получаете программу тренировок.

<http://www.mnemonic.ru/> – сайт, посвященный памяти и ее тренировке.

<http://www.happymozg.ru/> – тестирование, тренировки и теоретическая база знаний о мозге и о том, как его поддерживать, тренировать и кормить.

<http://petruchek.info/online-games/> – сайт с отличными играми, развивающими логическое мышление.

<http://brainscale.ru/> – На этом сайте всего один тренажер для мозга – задачка «N-назад». Это упражнение, которое улучшает оперативную («рабочую») память, совершенствует подвижный интеллект, оптимизирует скорость мышления.

<http://uplift.io/> – игры, развивающие интеллект.

<http://s-mind.ru/> – сайт о возможностях человеческого мозга и развитии интеллекта.

<http://chisloboi.ru/> – онлайн-игра на развитие скорости счета.

<http://ru.brainexer.com/> – задачи на концентрацию, сортировку, переключение, группы и списки слов, арифметические операции, пропущенные числа, подсчет символов, нахождение пути и др.