



## Монтессори-школа без стресса: программы обучения на основе движения

Бояринцева Анна Викторовна,  
психолог, педагог, кинезиолог, канд.пед.наук,  
ведущий научный сотрудник ФГБНУ «ИИДСВ РАО»  
[anna@boyarintseva.ru](mailto:anna@boyarintseva.ru)

СТРЕСС



# В обучении ребенок встречается со стрессом



# Стресс в жизни учителя и родителя уже норма...

## Педагоги

в начале года



в конце года





**Монтессори-образование может и должно предложить простую, быструю и действенную помощь детям и взрослым!**



# Что есть стресс?

**Стресс - это защитная реакция организма на изменение условий, в которых существует живой организм, для сохранения внутренней среды (гомеостаза) в границах, пригодных для выживания и размножения вида.**



# Стрессовые факторы

## Физиологические:

- Болевые воздействия
- \* Холод
- \* Высокие температуры
- \* Вредные привычки
- \* Плохая экология
- \* Чрезмерная физическая нагрузка
- \* Неправильное питание, режим дня

## Психологические:

- Информационный
- Эмоциональный



Находясь в состоянии технически и информационно нагруженного пространства, мы имеем мало возможностей для управления стрессом.

# Как влияют стрессы на детей?

Стрессогенные факторы окружающей среды (особенно в мегаполисах) и неблагоприятные устойчивые тенденции сокращения резервов здоровья, естественных защитных сил организма и его функциональных возможностей у современных обучающихся:

1. увеличивают рост числа психо-соматических причин пропуска учебных и внеучебных занятий,
2. снижают двигательную и социальную активность детей,
3. увеличивают процент психологических отклонений в их личностном и эмоционально-волевом развитии,
4. рост нервно-психических заболеваний.







# Стресс-факторы в деятельности педагога:

1. Оценка со стороны социума.
2. Неопределенность (обилие социально-ролевых ожиданий).
3. Повседневная рутина.
4. Взаимодействие с различными социальными группами.
5. Восприятие и осмысление одновременных коммуникаций разнообразного рода.
6. Поведение и отношение учащихся.



# Стрессовые факторы в жизни обучающегося:

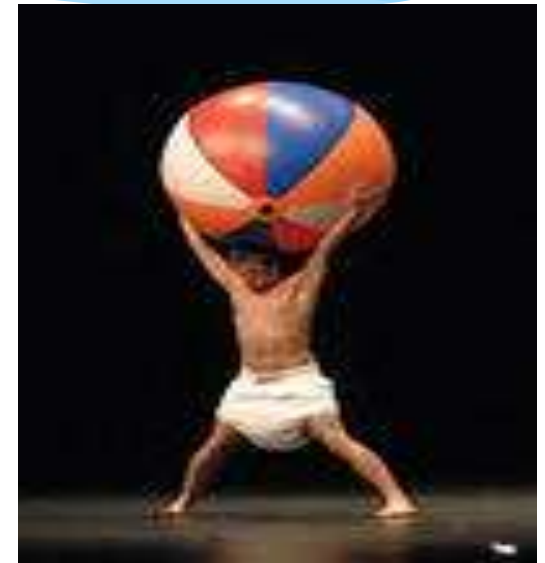
1. Проблемы, связанные с друзьями, трудности адаптации.
2. Возрастные кризисы.
3. Развод родителей.
4. Серьезные семейные проблемы.
5. Небезопасные районы проживания.
6. Неадекватный уровень требований к ребенку.
7. Дефицит времени, высокие нагрузки.
8. Негативное отношение учителя.
9. Жестко-авторитарный стиль обучения и общения.



# Возрастные особенности проявления стресса:

В разные возрастные периоды причины возникновения стресса различны, но **симптомы сходны:**

- \* Частые слезы, срывы, истерики;
- \* Отстранённость, отказ от деятельности;
- \* Немотивированная агрессия (вербальная и невербальная).



**Результат: «Откат»** – возврат в ранние формы эмоционального реагирования и поведения.

# Что в итоге?



- \* Стрессовые факторы **снижают качество жизни и качество образования**, что обосновывает необходимость разработки, апробации и внедрения инновационных подходов к созданию здоровьесберегающих и здоровьеформирующих условий в образовательных организациях и воспитания здорового образа жизни в том числе с использованием методов образовательной кинезиологии с целью сохранения и укрепления здоровья каждого ребенка и взрослого участника образовательного процесса и соответствующих программ профессиональной подготовки и профессионального развития.



# ЧТО делать?



Если вы  
не умеете  
снимать  
стресс, не  
надевайте  
его...

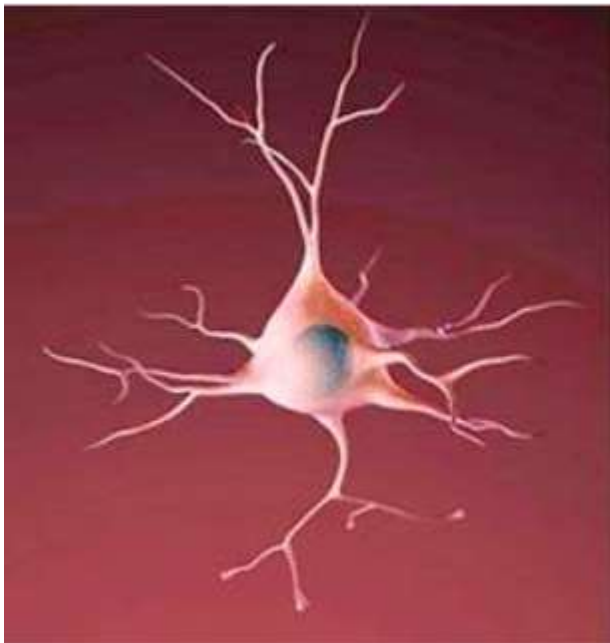
## Важнейшая роль тела в процессе обучения доказана многими научными исследованиями



- \* «Мы учимся не только головой» Карла Ханнафорд
- \* Чем подробнее учёные рассматривают сложные связи, существующие между мозгом и телом, тем отчётливее выявляется главное: **движение необходимо для обучения.** Движение пробуждает и активизирует многие умственные способности у детей.
- \* Последние исследования доказывают: движение приносит непосредственную пользу нашей нервной системе. Мышечная активность, особенно **координированные движения, стимулируют продукцию нейротропинов,** природных веществ, отвечающих за рост нервных клеток и увеличивающих число нервных связей в мозге.

# Зеркальные нейроны

- \* Открыты в 90-х гг профессором Ризолатти (Италия)
- \* Объясняют природу эмпатии, подражания, обучения, служат для понимания действий других, объясняют эффект мгновенного восприятия.



# Пути преодоления стресса:

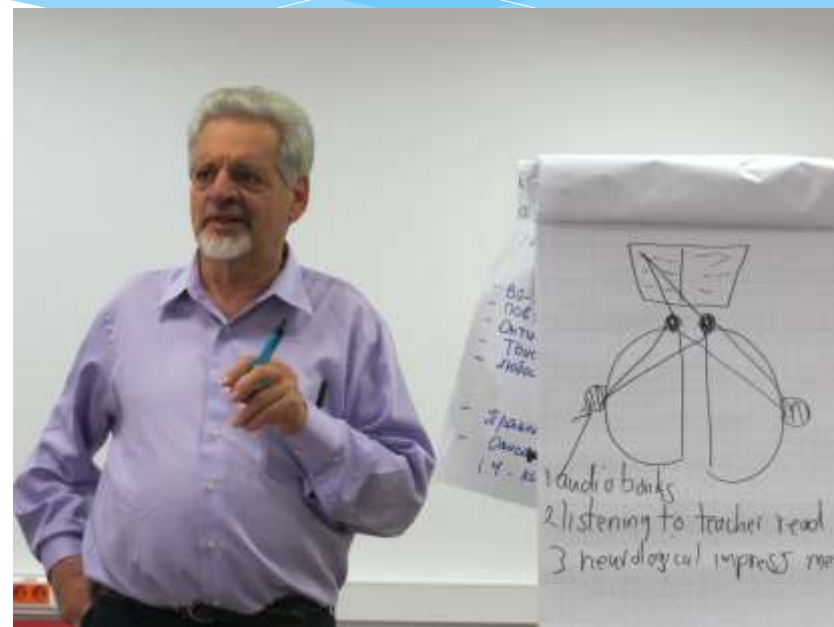
- \* Танец
- \* Медитация
- \* Спа-процедуры
- \* Общение с природой
- \* Спорт
- \* Творчество
- \* Музыка
- \* Здоровое питание
- \* **Образовательная кинезиология**



# Образовательная кинезиология – ресурс для российского образования

"Опытный учитель, сам наслаждающийся движением, вдохновит и заинтересует учащихся в программе без усилий».

**Пол Деннисон**

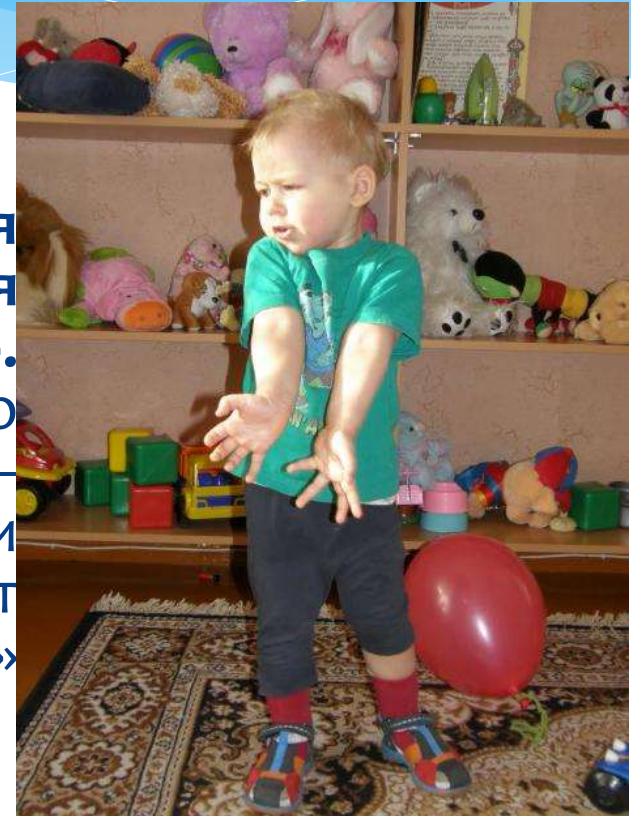


В настоящее время Гимнастику Мозга преподают более чем на 40 языках и применяют дома, в школе, в бизнесе, спорте, искусстве более чем в 80 странах мира.



# Что такое образовательная кинезиология?

- \* Слово «образование» происходит от латинского «educere», означающего «вытягивать».
- \* «Кинезиология» является производным от латинского корня «kinesis», что означает «движение». Это наука о движении человеческого тела. Образовательная кинезиология – система повышения возможности взрослых и детей независимо от возраста путем «вытягивания» потенциалов, заключенных в теле.



# Гимнастика мозга (ГМ)

Комплекс «Гимнастика мозга» - разработан психологом Полом Деннисоном.

Это комплекс несложных упражнений, каждое из которых поможет ребенку справиться с тем, что ежедневно мешает эффективно осваивать мир, выстраивать отношения с окружающими, да и просто хорошо себя чувствовать.

Положительные результаты заметны практически сразу и имеют эффект накопления.



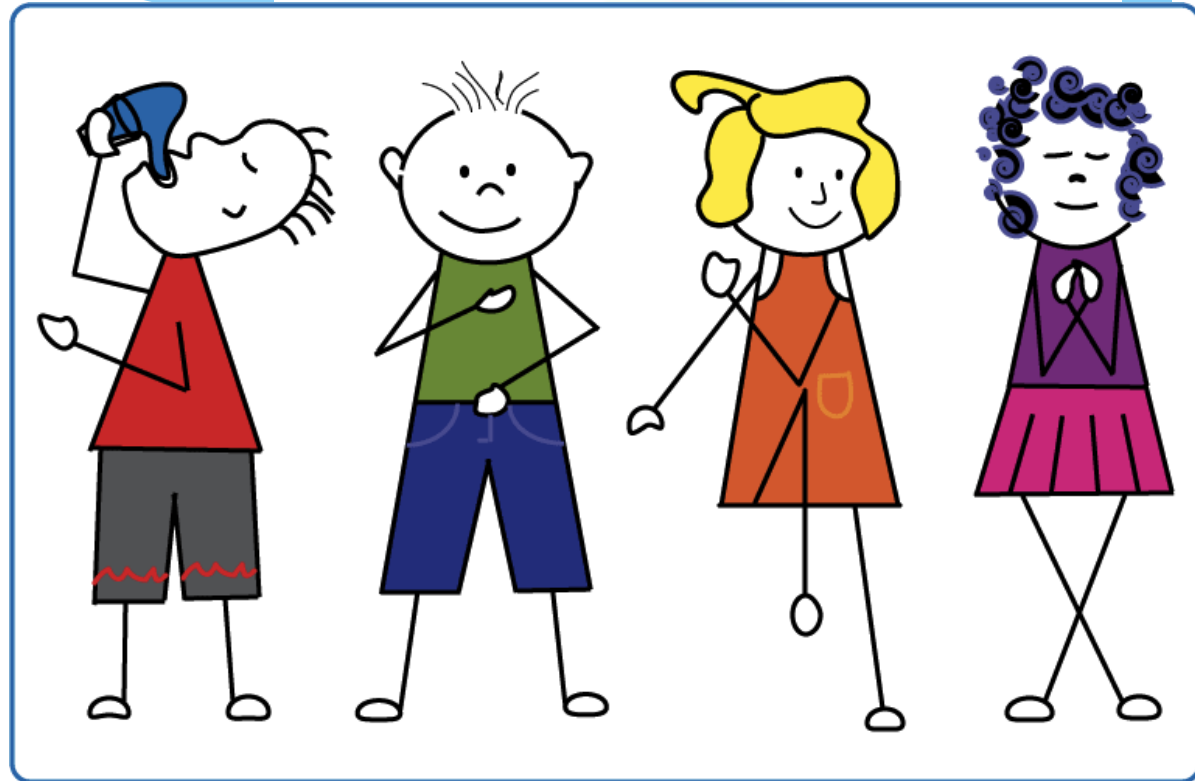
# 4 группы упражнений ГМ:

1. Пересекающие
2. Углубляющие  
позитивное  
отношение
3. Растягивающие
4. Повышающие  
энергию



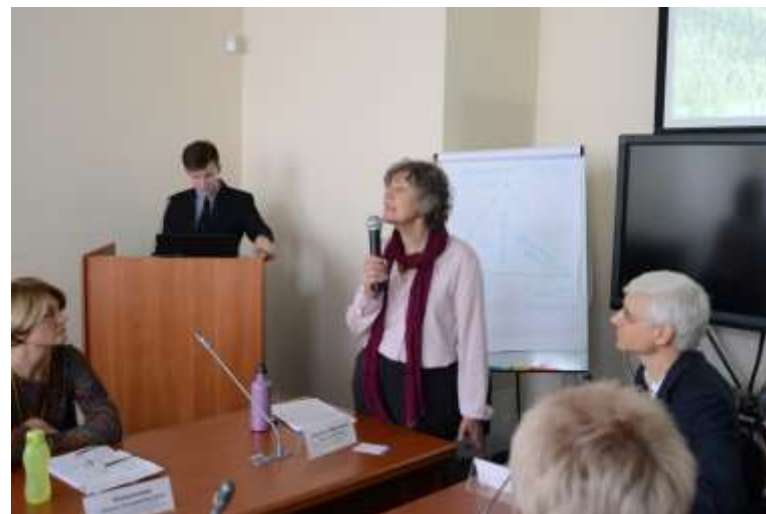
# Комплекс Ритмирование

1. Вода
2. Кнопки Мозга
3. Перекрестные шаги (Кросс-кроллы)
4. «Крюки»



# Вопросы внедрения ОК в российскую систему образования:

1. Признание метода (диссертации, научные конференции, научные темы, статьи и пр.)
2. Опыт внедрения (инновационные площадки, исследования, педагогические команды)
3. Обучение специалистов (ВПО – бакалавриат, магистратура; КПК с Удостоверением российского и международного образца)
4. Популяризация методов (СМИ, фестивали, сайты и пр.)





# Что уже сделано?

- \* С 2006 года в Москве и Калининграде идет проект ЦРМК «Школа без стресса» - обучение педагогов интегративной кинезиологии
- \* 2012 - «Институт кинезиологии» - программа «Детская кинезиология»
- \* Ростов-на-Дону, ЮФУ, Академия психологии и педагогики, Открыта магистерская программа на основе методов кинезиологи
- \* 2015-16 г. - Инициативный Международный проект в Казахстане «Музыка и движение детей»
- \* 2016 - подписаны Договора о сотрудничестве с ЮФУ, с «Институтом кинезиологии», с образовательными организациями сетевой инновационной площадки.
- \* апрель 2016 г - Москве в «Институте изучения детства, семьи и воспитания РАО» прошла I-я Всероссийская с международным участием конференция «Обучение на основе движения: кинезиологические практики в образовании»
- \* Готовятся 2 диссертации по педагогическим специальностям
- \* Сборник статей
- \* 2015 год - сетевая инновационная площадка «Обучение на основе движения» (8 регионов)
- \* 2015 – КПК «Обучение на основе движения: методы образовательной кинезиологии в образовательном процессе в соответствии с ФГОС» 16 - 72 ч.



# Темы исследований:



1. Что такое стресс?
2. Как стресс влияет на работоспособность и обучение?
3. Методы Образовательной кинезиологии, Гимнастика мозга как образовательный ресурс
4. Как Гимнастика мозга может помочь педагогу и обучающимся учиться без стресса и быть более успешными?

# Что разрабатывают и апробируют педагоги?



- \* **Обучаются методам ОК.**
- \* **Проектируют использование методов ОК** в образовательной практике.
- \* Разрабатывают **модели антистрессового поведения участников** образовательного процесса (дети, родители, педагоги), комплексы упражнений на разный возраст и образовательные ситуации.
- \* Придумывают и апробируют **формы преподнесения упражнений** на возрастные группы и образовательный контекст (кинезиологические сказки, стихи, песни, дидактические пособия).
- \* **Проводят диагностические срезы** до и после внедрения для отслеживания результативности.
- \* **Обобщают опыт**, выступают на конференциях, фестивалях, пишут статьи.

# Образовательные эффекты Гимнастики мозга:

- оптимизация деятельности мозга;
- гармоничное развитие двухполушарного мышления;
- развитие интеллектуальных и творческих способностей;
- улучшение работы долговременной и кратковременной памяти;
- развитие способностей к обучению и усвоению информации;
- повышение эффективности выполняемых действий при работе на компьютере;
- восстановление работоспособности и продуктивности;
- снятие стресса, нервного напряжения, усталости;
- формирование абстрактного мышления.



# Планируемые результаты работы:



- \* **индивидуально-ориентированные модели антистрессового поведения** участников образовательного процесса в разных типах образовательных организаций (Программы с видео-приложениями и методическими рекомендациями для педагогов);
- \* **организационная модель** реализации методов образовательной кинезиологии в образовательных организациях вне зависимости от их типа, а также возраста детей, в том числе для детей с ОВЗ;
- \* **алгоритм проектирования** индивидуально-ориентированной модели антистрессового поведения участника образовательного процесса.
- \* **программы обучения** (кпк) для специалистов образования и магистерские программы для студентов педагогических вузов по методам образовательной кинезиологии.
- \* **алгоритм и технологии оценки эффективности использования моделей** антистрессового поведения обучающихся в здоровьесформирующей деятельности образовательных организациях разного типа.



# Поддержка образовательной организации инновационной площадки

- \* Статус инновационной площадки  
(Соглашение о сотрудничестве с ФГБНУ «ИИДСВ РАО»)
- \* Обучение специалистов
- \* Супервизии, методическая и информационная поддержка
- \* Разработка методов внедрения
- \* Отслеживание результатов
- \* Научно-методическое сопровождение инновационной площадки
- \* Продвижение участников инновационной работы, образовательной организации





# Курсы повышения квалификации и семинары (18 - 72 часа):

1. Гимнастика мозга и балансы.
2. Латеральное переобучение для педагогов и учеников.
3. Доминантные латеральные профили и образовательная работа с ними.
4. Оптимальная организация мозга.
5. Базовые рефлексy и их интеграция в образовательной практике.
6. Семейные роли выживания.
7. Ритмические практики в образовательном процессе.

# Ближайшие события в мире Образовательной кинезиологии:



25-27 мая 2017 года, Ростов-на-Дону, ЮФУ, Академия психологии и педагогике – Фестиваль кинезиологических практик «Движение-Здоровье-Успех»

- \* 8(989)701-31-26 Грабаровская Людмила Викторовна
- \* [glv8@mail.ru](mailto:glv8@mail.ru); [lgrabarovskaya@sfedu.ru](mailto:lgrabarovskaya@sfedu.ru)

март 2018 г., Москва, ФГБНУ «ИИДСВ РАО» -

III Всероссийская с международным участием конференция «Обучение на основе движения: от теории к практике образовательной кинезиологии»

- \* [berega\\_detstva@mail.ru](mailto:berega_detstva@mail.ru); (916)541-69-14
- \* Бояринцева Анна Викторовна

# Обучение на основе движение — источник радости для ребенка и Монтессори-учителя!



# Давайте учиться новому!

- \* Бояринцева Анна Викторовна,
- \* психолог, педагог, кинезиолог,  
канд.пед.наук,
- \* ведущий научный сотрудник  
ФГБНУ «ИИДСВ РАО»
- \* [anna@boyarintseva.ru](mailto:anna@boyarintseva.ru)
- \* 8(916)541-69-14

