

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ФОНД «ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

«УТВЕРЖДАЮ»

Президент Образовательного
учреждения Фонд
«Педагогический университет
“Первое сентября”»

Соловейчик А.С.



Программа

**дополнительного профессионального образования
(повышения квалификации)**

**Мудрое творчество: игра и выразительные искусства как способы поддержания
эмоционального равновесия взрослых и детей**

Авторы:

Буренкова Елена Валентиновна
кандидат психологических наук, доцент,
руководитель Международной программы профессиональной переподготовки
«Мультиmodalная терапия творчеством» НОЧУ ДПО «ИППиП»

**Москва
2022**

Раздел 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ.

Основная цель: совершенствование профессиональных компетенций педагогов в области применения игр и выразительных искусств для поддержания эмоционального равновесия.

№	Компетенция	Направление подготовки <u>44.03.01 Педагогическое образование</u> (уровень бакалавриата) Код компетенции
1	Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8

1.1. Планируемые результаты обучения

Знать – уметь	Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата) <u>Квалификация</u> Педагог начального и основного общего образования Код компетенции
<p>Знать: систему триединой связи „сенсорные системы - модальности воображения - арт-формы искусства“; особенности влияния игр и выразительных искусств на нашу нервную систему; способы регуляции эмоционального состояния через создание арт-карты вегетативных стресс-процессов; способы восстановления эмоционального равновесия и возвращения себе позитивного настроения, вдохновения и жизненных сил на выполнение профессиональных и личных задач.</p> <p>Уметь: применять практический опыт активного восстановления нервной системы для возвращения способности быть способными интересоваться новым; возвращать ощущение безопасности и активизировать созидательные процессы, направленные на решение задач; совладать со стрессовыми ситуациями</p>	ОПК-8

1.2. Категория обучающихся: уровень образования ВО, направление подготовки – «Педагогическое образование».

1.3. Программа реализуется с применением дистанционных образовательных технологий.

1.4. Срок освоения программы: 16 ч.

Режим занятий – 6 ч. в неделю.

Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебно-тематический план программы направления дополнительного профессионального образования (повышения квалификации).

№	Наименование тем	Всего (час.)	Внеаудиторные учебные занятия, учебные работы		Самостоятельная работа	Формы контроля
			Лекции	Практические занятия		
1	Тема 1. Творческие витамины и их влияние на эмоциональное состояние и физическое здоровье	4	1	1	1	Практическое задание 1
2	Тема 2. Сочувственная связь «выразительное тело – мозг» для восстановления и развития познавательной активности	4	1	2	1	Практическое задание 2
3	Тема 3. Воображение и его роль в адаптации и сохранении эмоционального равновесия	3	1	2	1	Практическое задание 3
4	Тема 4. Повседневность как приглашение к творчеству, или Искусство с маленькой буквы «и»	4	1	2	1	Практическое задание 4
5	Онлайн-тестирование по темам 1-4	1				Онлайн-тестирование
ВСЕГО		16	4	7	4	1
Итоговая аттестация		Зачет на основании совокупности выполненных на положительную оценку практических работ и онлайн тестирования				

2.2. Учебная программа

Темы	Виды учебных работ	Содержание
Тема 1. Творческие витамины и их влияние на эмоциональное состояние и физическое здоровье	Лекция, 1 ч.	Мозг. Тело. Игра. Сенсорная система. Выразительность. Воображение и фантазия. Модальности воображения и их смыслы.
	Самостоятельная работа, 1 ч.	<i>Посмотрите еще раз презентацию к видео-уроку и ответьте самостоятельно на вопросы:</i> 1. Что такое „творческие витамины“ и каким образом они способствуют оздоровлению и развитию мозга? 2. Приведите примеры связи сенсорных систем с модальностями воображения и искусства. 3. Что помогает нам переживать стресс, опасности, большие изменения?
	Практическое занятие, 1 ч.	Посмотрите еще раз на составляющие модальностей воображения и попробуйте передать их смыслы своими словами.

<p>Тема 2. Сочувственная связь «выразительное тело – мозг» для восстановления и развития познавательной активности</p>	<p>Лекция, 1 ч.</p>	<p>Модальности воображения и их смыслы. Сочувственная связь. Блуждающий нерв. Вегетативная лестница успеха. Восстановление сочувственной связи. Творческие опыты и обучение.</p>
	<p>Самостоятельная работа, 1 ч.</p>	<p><i>Посмотрите еще раз презентацию к видео-уроку и ответьте самостоятельно на вопросы:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Что такое сочувственная связь «выразительное тело – мозг» и зачем она нужна? 2. Какие три фактора обеспечивают нам внутреннее чувство безопасности? 3. Что подразумевается под „блуждающим нервом“?
	<p>Практическое занятие, 2 ч.</p>	<p>Подумайте, что возвращает в Вас любопытство? Что заставляет Вас замирать? Что вас мобилизует? Понаблюдайте за своим состоянием в момент, когда Вы ощущаете опасность и выполните практики из урока, которые Вас смогут мобилизовать.</p>
<p>Тема 3. Воображение и его роль в адаптации и сохранении эмоционального равновесия</p>	<p>Лекция, 1 ч.</p>	<p>Вегетативная лестница и ее составляющие. Сенсорные системы – модальности воображения. Восстановление сочувственной связи. Триггеры и проблески. Фантазия и воображение: основные отличия. Вегетативные упражнения для развития способности поддерживать ощущения безопасности и доверия в контакте.</p>
	<p>Самостоятельная работа, 1 ч.</p>	<p><i>Посмотрите еще раз презентацию к видео-уроку и ответьте самостоятельно на вопросы:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Чем характеризуются вентрально-вагальное состояние, симпатическое возбуждение и дорзально-вагальное состояние? 2. Что подразумевается под проблесками? 3. Какие вегетативные упражнения можно использовать для развития способности поддерживать ощущения безопасности и доверия?
	<p>Практическое занятие, 2 ч.</p>	<p>Попробуйте вегетативные упражнения для развития способности поддерживать ощущение безопасности и доверия на практике. Зафиксируйте свое состояние до и проанализируйте состояние после, прорефлексируйте полученный опыт.</p>
<p>Тема 4. Повседневность как приглашение к творчеству, или Искусство с маленькой буквы «и»</p>	<p>Лекция, 1 ч.</p>	<p>Модальности воображения. Мышление и память. Стресс и иммунитет. Воображение и игра. Что возвращает нас в эмоциональное равновесие. Что помогает «переварить» эмоциональное напряжение. Вегетативная лестница повседневности. Творчество каждого дня.</p>
	<p>Самостоятельная работа, 1 ч.</p>	<p><i>Посмотрите еще раз презентацию к видео-уроку и ответьте самостоятельно на вопросы:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Чем отличаются игры Play от Game? 2. Что возвращает нас в эмоциональное равновесие? 3. Какие игры помогают „переварить“ эмоциональное напряжение?
	<p>Практическое занятие, 2 ч.</p>	<p>Проанализируйте свой распорядок дня: каким творчеством он наполнен? Что можно добавить? Придумайте себе творческий ритуал на утро или вечер.</p>

		Зафиксируйте свое состояние до и проанализируйте состояние после. Прорефлексируйте полученный опыт.
Итоговая аттестация	Зачет на основании совокупности выполненных на положительную оценку работ и результатов итогового тестирования.	Зачет, 1 ч.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Формы текущего контроля: выполнение практических заданий, онлайн тестирование по темам образовательной программы.

Текущий контроль включает в себя выполнение практических заданий и онлайн тестирование по темам образовательной программы.

Требования к практическим занятиям.

Выполнение практических заданий оценивается положительно при условии их выполнения на основе заданных алгоритмов и использования рабочих учебных материалов, которые были предложены обучающимся.

Ответы на практические задания оформляются в печатном виде: шрифт: Times New Roman, размер шрифта – 12 pt, положение на странице – по ширине текста, отступы с каждой стороны страницы – 2 см., междустрочный интервал – 1,15 pt..

Все учебные материалы размещаются на странице курса на сайте Университета. Слушатель получает результат проверки работ на странице курса в разделе «Обучение».

Взаимодействие слушателей с администрацией и преподавателями Университета осуществляется через Личный кабинет. Здесь можно задать вопросы и узнать результаты оценивания выполнения практических заданий.

Примеры тестовых вопросов

1. Что представляет собой „нейроцепция“?
 - Процесс определения уровня кортизола (гормона стресса) в организме человека
 - Нейронный процесс, позволяющий различать безопасный и опасный контекст
 - Научное направление, лежащее на стыке психологии и нейронауки, нацеленное на понимание связи структуры и функционирования головного мозга с психическими процессами и поведением живых существ.
2. Что не относится к модальностям воображения?
 - Вкус
 - Движение
 - Образ
 - Танец
3. Чем фантазия отличается от воображения?
 - Она активизирует мышление и конструирует образы с опорой на буквальную реальность
 - Она активизирует работу памяти и конструирует образы на основе опыта
4. В каких трех реальностях мы живем? Выберите все правильные ответы.
 - Реальной
 - Буквальной
 - Параллельной
 - Действительной

- Имагинальной
 - Виртуальной
5. За что отвечает симпатическая часть нервной системы?
 - За активацию сердечного любопытства и возможность „быть“ с переживаниями
 - За внутреннюю систему безопасности и готовность реагировать на любые чрезвычайные ситуации
 - За поддержку основных систем организма
 6. Когда срабатывает дорзально-вагальная система?
 - Когда вы думаете о людях, которые для вас важны
 - Когда вы запутались, чувствуете ответственность за многое и находитесь в конфликте
 - Когда вы чувствуете себя пойманным в ловушку ситуации
 7. Что не задействует „социальная улыбка“?
 - Глаза
 - Губы
 - Зубы
 8. Как еще можно назвать корегуляцию?
 - Индивидуальная регуляция
 - Групповая регуляция
 - Совместная регуляция
 9. Что активизирует воображение?
 - Мышление
 - Опыт, хранящийся в памяти
 - Творческие способности
 10. Что помогает нам объяснить то, что происходит вокруг?
 - Фантазия
 - Воображение
 - Оба варианта правильные
 11. Как можно еще назвать кратковременные переживания положительных эмоций?
 - Триггеры
 - Проблески
 - Ваяния
 12. Что обеспечивает устойчивые ресурсы?
 - Триггеры
 - Проблески
 - Оба варианта
 13. Как называют игру ради игры?
 - Play
 - Game
 14. Какое выразительное искусство связано с такой мадальностью воображения как действие?
 - Музыка
 - Театр
 - Танец
 15. Как стресс влияет на работу иммунной системы?
 - Стресс активизирует иммунную систему
 - Стресс нарушает иммунные реакции
 - Влияние стресса на иммунитет пока не выявлено
 16. Какие игры помогают преодолеть эмоциональное напряжение?

- Игры физической силы
- Игры шанса
- Игры стратегии
- Игры центральной личности
- Все варианты верные

Критерии оценивания результатов тестирования.

Для успешной сдачи тестирования необходимо набрать не менее 66 % по каждому тесту. Если по одному из них тестируемый получил менее 66 %, он имеет право еще раз пройти повторное тестирование по данному тесту.

Итоговая аттестация осуществляется, в том числе на основании совокупности работ, выполненных на положительную оценку и результатов тестирований.

Оценка: зачтено/ не зачтено.

Обучающийся считается аттестованным, если: оценка за выполнение практических заданий – зачтено; результат итогового тестирования – 66 и более % выполнения заданий.

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы.

4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.

1. Александров, А.А. Аналитико-катартическая терапия эмоциональных нарушений / А.А. Александров. - СПб.: СпецЛит, 2017
2. Александров, А.А. Аналитико-катартическая терапия эмоциональных нарушений: Учебное пособие / А.А. Александров. - СПб.: СпецЛит, 2014
3. Богданович, В. Новейшая арт-терапия. О чем молчат искусствоведы / В. Богданович. - Пенза: Золотое сечение, 2008
4. Вальдес, Одриосола М.С. Интуиция, творчество и арттерапия / М.С. Вальдес Одриосола.. - М.: ИОИ, 2012
5. Волков, В.С. Фармакотерапия и стандарты лечения заболеваний сердечно-сосудистой системы: Руководство для врачей / В.С. Волков, Г.А. Базанов. - Ереван: МИА, 2010
6. Воронова, А.А. Арт-терапия для детей и их родителей / А.А. Воронова. - Рн/Д: Феникс, 2013
7. Вудроф, Д. Точка за точкой. Арт-терапия / Д. Вудроф. - Мн.: Попурри, 2018
8. Исханова, С.В. Игротерапия в логопедии: артикуляционные превращения: Логопедическое пособие для родителей и педагогов / С.В. Исханова. - Рн/Д: Феникс
9. Книлл П., Барба Х.Н., Фукс М.Н. Менестрели Души. Интермодальная терапия выразительными искусствами / Торонто, Palmeston Press, 1993
10. Копытин, А.И. Современная клиническая арт-терапия: Учебное пособие / А.И. Копытин. - М.: Когито-Центр, 2015
11. Копытин, А.И. Арт-терапия детей и подростков / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская. - М.: Когито-Центр, 2014
12. Копытин, А.И. Арт-терапия наркоманий: лечение, реабилитация, постреабилитация / А.И. Копытин, О.В. Богачев. - М.: Психотерапия, 2008
13. Ляшенко, В.В. Арт-терапия как практика самопознания: присутственная арт-терапия / В.В. Ляшенко. - М.: Психотерапия, 2014
14. Никитин, В.Н. Арт-терапия: Учебное пособие / В.Н. Никитин. - М.: Когито-Центр, 2014
15. Сидорова В. Танец рисунка, голос линии, поэзия жизни. Интермодальная терапия экспрессивными искусствами / Интермедиатор, 2018
16. Шмелев, В.А. Профилактика и цитокиноterapia онкологических заболеваний - эффективное улучшение или замена стандартных методов онкологов: Книга для больных их родных и близких / В.А. Шмелев. - М.: Медпрактика-М, 2012

4.2. Материально-технические условия реализации программы.

- техническое обеспечение: ПК, локальная сеть, выход в Интернет;
- программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows 7, пакет программ Microsoft Office 2010, браузер Google Chrome или Mozilla Firefox.