

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Борисова Виктория Валентиновна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 02.07.2025 22:37:04  
Уникальный программный ключ:  
8d665791f4048370b679b22cf26583a2f341522e

Государственное образовательное частное учреждение высшего образования  
**«МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИННОВАЦИЙ»**  
Научно-исследовательский центр педагогических инноваций

**УТВЕРЖДАЮ:**

**Ректор  
НОЧУ ВО «МУПШИ»**

\_\_\_\_\_ В.В. Борисова  
подпись  
«15» апреля 2024г.

**Дополнительная профессиональная программа  
повышения квалификации  
«Учимся без стресса. Формирование самодисциплины и базовых основ  
самоорганизации старшего дошкольника, младшего школьника программой  
«Старт в будущее»  
(36 часов)**

Направление программы: Педагогическое  
Форма обучения: гибридный (очный\дистанционный)  
Уровень знаний: ознакомительный  
Разработчики:  
к.п.н. Иванов А.А.

**Москва, 2025**

## **Раздел 1. Пояснительная записка**

### **1.1. Актуальность программы**

Для того чтобы появилась самодисциплина, сначала необходимо сформировать дисциплину. Дисциплина вообще – это подчинение деятеля содержанию должностных и ситуационно возникающих со стороны управленца, но соответствующих функциональному месту в совместной деятельности норм, а также готовность к коррекциям и санкциям в случае несоблюдения норм в пределах фиксированной системы санкций. В нашем случае мы говорим об ученике. Дисциплина и самодисциплина относятся к воспитанию ученика. Мы формируем ученическую дисциплину, которая переходит в самодисциплину. Ученическая дисциплина – это подчинение ученика постоянным и ситуационно возникающим со стороны учителя, но соответствующим совместной деятельности ученика и учителя норм, а также готовность к коррекциям и санкциям в случае несоблюдения норм в пределах фиксированной системы санкций.

Большинство родителей в своем представлении о критериях готовности к школе часто не идут дальше традиционного «читать/считать», не понимая, что именно здесь важен не столько результат, сколько процесс. От того как именно происходит его научение и что ставится во главу угла будет зависеть, и успешность ребенка в школьном обучении, и его осознанность, и желаемый для всех результат. Акцент здесь ставится на процессе формирования дисциплины, переходящей со временем в самодисциплину. Это качество ученика, о котором мечтают и педагоги, и родители, но главное, что оно поможет самому ребенку становиться осознанным, облегчает ему понимание каждой учебной задачи, множество которых ежедневно и ежечасно встают перед ним в школьной жизни.

Прежде всего, приоритет самоорганизации ученика, включающей самодисциплину при ясном понимании того, что требует учитель от ученика, и свободном согласии с ними без принуждения, при росте способности самокоррекции и проявления воли. Кроме того, принцип самоорганизации для ученика предполагает отсутствие ненужной торопливости в организующих воздействиях учителя. Чтобы породить успешность в выполнении учебных заданий учитель должен обеспечить понимание, принятие и готовность ученика следовать новым для него требованиям, желать успеха, открытость к самокоррекциям и к коррекциям учителя, а также к возможным санкциям и поощрениям, подчиненным достижению успеха в решении учебной задачи при сохранении желания такого успеха. Весь цикл носит универсальный характер и обладает переносимостью в любые типы образовательных систем,

в профессиональные рамки педагогической деятельности. Наибольшую значимость эти формы отношений ученика и учителя имеют в освоении высших стандартов миропонимания и мироотношения, в самоорганизации всех, кто реализует высшие притязания в своей практической и иной деятельности.

## 1.2. Характеристика программы

Программа «Учимся без стресса. Формирование самодисциплины и базовых основ самоорганизации старшего дошкольника, младшего школьника программой «Старт в будущее» является авторской разработкой, проверена более чем тридцатилетней практикой работы с детьми – старшими дошкольниками и младшими школьниками - и педагогами разных специализаций, работающих по программе.

Актуальность программы основана на необходимости правильного становления базовых процессов восприятия: анализа и синтеза воспринимаемой информации, образов, содержаний.

Структура обучающего цикла по авторской методике «Старт в будущее» представляет собой 4 учебных тематических цикла объёмом 9 академических часов каждый. Цикл предполагает объединение элементов стажировки, практической и теоретической подготовки к самостоятельной работе с детьми.

1	2 а.ч.	Теоретическая лекция-консультация в соответствии с логикой разворачивания педагогического действия в заданного методикой и с учётом типовых вопросов обучающихся педагогов.
2	4 а.ч.	Работа преподавателя (автора/методиста) демонстрация и пояснения упражнений и ситуаций. Присутствуют обучаемые педагоги. Фиксируют своё понимание и готовят вопросы. Обучающиеся педагоги отчитываются о своём понимании и о своих самостоятельных работах, задают вопросы, получают инструкцию на самостоятельную работу
3	3 а.ч.	Самостоятельная работа обучающихся по заданию к теме с детьми.

Обучающимся предоставляется пакет учебно-методических материалов для работы с детьми, демонстрационные и дидактические материалы.

Результат обучения освоение оснований работы педагога в соответствии со схемой учебно-педагогической деятельности (О.С.Анисимов). Целесообразность программы «Учимся без стресса. Формирование самодисциплины и базовых основ самоорганизации старшего дошкольника,

младшего школьника программой «Старт в будущее» заключается в том, что учащиеся осваивают теоретическое основание педагогической деятельности, и умение организовывать свои действия в соответствии с теоретическим основанием педагогической деятельности, в процессе они научатся наблюдать за своим соответствием, сравнивать свои действия с требуемыми методикой, отслеживать и выделять продвижение обучаемого.

**Цель курса:** актуализация и формирование базовых универсальных компетенций педагога для получения максимальных результатов при формировании самодисциплины и базовых основ самоорганизации старшего дошкольника, младшего школьника» (авторы Иванов А.А., Шелкунова Т.В.).

**Задачи курса:**

- выделить учебную самодисциплину как ключевой внутренней фактор потенциальной успешности старшего дошкольника и младшего школьника в интенсивном учебном процессе современной школы и образовательном пространстве в целом;
- рассмотреть дисциплину и самодисциплину в образовательном процессе и максимально эффективное воздействие педагога (взрослого) на освоение продуктивного учебного поведения обучающегося 6-11 лет;
- выделить пять главных педагогических факторов для формирования учебной самодисциплины у младшего школьника и старшего дошкольника;
- построить и обосновать технологическую последовательность упражнений по формированию учебной самодисциплины и их результаты в соответствии с авторской методикой «Старт в будущее» (авторы Иванов А.А., Шелкунова Т.В.).

Поскольку данная программа включает обязательную самостоятельную работу обучающихся, итоговая аттестация представляет собой совокупную оценку рефлексивных отчетов о практике применения элементов методики «Старт в будущее» (авторы Иванов А.А., Шелкунова Т.В.) по критериям полноты и содержательного соответствия.

Курс рассчитан на 36 акад. часов (24 часа контактной работы преподавателей, а также самостоятельная работа по учебно-методическому комплексу материалов).

**Категория обучающихся:** учителя начальной школы, воспитатели ДОУ, педагоги дополнительного образования, дефектологи, логопеды, магистранты, родители старших дошкольников и младших школьников.

**Форма обучения:** гибридный (очный\дистанционный).

**Режим занятий:** 1 раз в неделю (3 часа).

**Срок освоения программы:** 2 месяца.

### **1.3. Планируемые результаты освоения программы:**

В рамках освоения дополнительной профессиональной программы обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения.

Категория компетенций	Код и наименование универсальных компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенций
Правовые и этические основы профессиональной деятельности	<b>ОПК-4.</b> Использует знание различных теорий обучения, воспитания и развития, основных образовательных программ для обучающихся дошкольного, младшего школьного и подросткового возрастов	<b>ОПК-5.</b> Организует различные виды деятельности: игровую, учебную, предметную, продуктивную, культурно-досуговую. <b>ОПК- 1.2</b> Выполняет педагогическую деятельность в сфере образования в соответствии с нормами профессиональной этики

## Раздел 2. Содержание программы

### 2.1. Разделы программы и трудоемкость по видам учебных занятий

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Формируемая компетенция	Всего часов	Итого контактная работа	Контактные занятия с обучающимися (час.) в том числе		СРО
					Т	Пр	
1.	Понятие самодисциплины в учебном процессе	ОПК-4	9	6	2	4	3
2	Позиция ученика как субъекта самоконтроля, самооценки и самокоррекции	ОПК-4 ОПК-5	9	6	2	4	3
3	Пять главных факторов для возникновения самодисциплины и правильной учебной позиции	ОПК-1.2	9	6	2	4	3
4	Ключевые этапы и приёмы педагогической техники по формированию самодисциплины и базовых основ самоорганизации дошкольника, младшего школьника. Особые акценты внимания для родителей	ОПК-5	9	6	2	4	3
	Всего часов		<b>36</b>	<b>24</b>	8	16	<b>12</b>

### 2.2. Содержание разделов программы.

Тема 1. Понятие самодисциплины в учебном процессе.

Учебная самодисциплина как комплекс сформированности внутренних процессов самооценки и самокоррекции старшего дошкольника и младшего школьника. Педагогическая реализация формирования основ самодисциплины и самоорганизации у учащихся и воспитанников 5-7 лет.

Практическое занятие (4 часа). *«Понятия дисциплины и самодисциплины».*

Цель: Качества необходимые для дисциплины и самодисциплины.

*Тип занятия:* семинар

*Форма проведения:* Демонстрация учебной работы (упражнений) и обсуждение ключевых характеристик дисциплины и самодисциплины.

Вопросы для обсуждения.

1. К чему приводит наличие или отсутствие внешнего дисциплинирующего контура – замечаний, окриков, оценок, похвал и т.п.?
2. Точность и уровень детализации в следовании эталону.
3. Рефлексия учебного действия. Упражнения «Что делал педагог?», «Что делали вы как ученики?»
4. Обобщение природосообразных возрасту характеристик сформированности дисциплины и самодисциплины у старших дошкольников и младших школьников.

Практическое задание для самостоятельной работы обучающихся:

1. Работа со схемой «Самоизменение как индивидуальная деятельность», источник – Анисимов, О.С. и др. Технологические средства педагогической деятельности в последипломном образовании (Учебное пособие), М., - 1992г.

2. Практические пробы упражнений программы «Старт в будущее» по теме занятия.

Тема 2. Позиция ученика как субъекта самоконтроля, самооценки и самокоррекции.

Взаимодействие ученика с педагогом. Как усложняются установки на обучение и поведение ученика в учебном процессе по программе «Старт в будущее». Что происходит, когда ребёнок понимает, что значит учиться? Как и почему это отражается в поведении. Приёмы педагогического управления процессами становления учебной позиции. Преимущества и скрытые трудности для педагога в индивидуальной и групповой работе с учениками.

Практическое занятие (4 часа). *«Позиции педагога и ученика в образовательном процессе: возможные типичные трудности и их преодоление».*

Цель: Понимание и устойчивость в позиции педагога, соответствующего педагогической функции. Как обеспечить соответствие позиции ученика через формирование учебной самодисциплины.

*Тип занятия:* семинар

*Форма проведения:* Демонстрация педагогической работы (упражнений) и обсуждение позиции педагога, соответствующего педагогической функции.

Вопросы для обсуждения.

1. Эталон педагогической работы. Почему важно показывать, а не объяснять ученику (старшего дошкольного и младшего школьного возраста) что необходимо делать в решении учебных задач и выполнении упражнений. Как и через какие упражнения продемонстрировать ученику эталон дисциплинированности и самокоррекции?
2. Точность и уровень детализации в следовании учеником эталону педагога. Обоснование аксиомы «ученик это тот, кто» в соответствии со схемой учебно-педагогической деятельности (Анисимов О.С.)
3. Рефлексия педагогического и учебного действий. Что в действиях педагога предопределяет самодисциплины ученика?

Практическое задание для самостоятельной работы обучающихся:

1. Нарисовать схему «Учебно-педагогическая деятельность».
2. Выделить и обосновать в схеме «Учебно-педагогическая деятельность» основные этапы деятельности ученика и педагога по сценарному типу. Найти место в этом сценарии для самодисциплины.
3. Практические пробы упражнений программы «Старт в будущее» по теме занятия.

Тема 3. • Пять главных факторов для возникновения самодисциплины и правильной учебной позиции.

Эталон выполнения действия. Оценка себя относительно эталона. Обобщение учебной позиции и требований к себе как ученику: упражнения «что я делал? – «что я должен был делать как ученик?». Готовность понести ответственность за нарушение эталона. Тренировка с ориентиром на эталон.

Практическое занятие (4 часа). «Демонстрация образцов дисциплинированного и самодисциплинированного поведения».

Цель: Понимание процессов становления оценки и самооценки, коррекции и самокоррекции в учебном действии как необходимых составляющих самодисциплины ученика.

*Тип занятия:* семинар

*Форма проведения:* Демонстрация педагогической работы (упражнений) и обсуждение становления оценки и самооценки у ученика как предпосылки успешной коррекции и самокоррекции в учебном действии.

Вопросы для обсуждения.

1. Оценочность и безоценочность в педагогической позиции.

2. Становление самодисциплины благодаря пяти факторам. Почему важно, чтобы ученик научился сам замечать свои удачные и неудачные действия и результаты относительно эталона, заданного педагогом, и поправлять свои действия и поведения без внешних стимулов?

3. Последовательность упражнений в программе «Старт в будущее», приводящая к становлению самооценки в учебной позиции.

Практическое задание для самостоятельной работы обучающихся:

1. Нарисовать и проанализировать схему индивидуальной жизнедеятельности.

2. Выделить в схеме индивидуальной жизнедеятельности фрагменты, относящиеся к оценке, самооценке. В какой точке появляется возможность для самодисциплины?

3. Практические пробы упражнений программы «Старт в будущее» по теме занятия.

Тема 4. Ключевые этапы и приёмы педагогической техники по формированию самодисциплины и базовых основ самоорганизации дошкольника, младшего школьника. Особые акценты внимания для родителей.

Технологическая последовательность упражнений и промежуточные результаты. Практические приёмы работы и актуальные вопросы педагогов и родителей.

Практическое занятие. *«Анализ занятия, последовательности и необходимости полноты и точности выполнения упражнений».*

Цель: Соотнесённость технологической формы и понятийного содержания: неслучайность и необходимость строгого следования технологии.

*Тип занятия:* семинар.

*Форма проведения:* Демонстрация педагогической работы (упражнений) и обсуждение необходимости строгого следования технологии.

Вопросы для обсуждения.

1. Схема технологической формы в деятельности.

2. «Лоскутное одеяло» приёмов и фрагментов методик в педагогической практике, последствия небрежности в проектировании занятий.

3. Последовательность и обоснованность гарантированных промежуточных и итоговых результатов вне зависимости от «исходного материала» (состояния и характеристик способностей учеников) для формирования самодисциплины.

Практическое задание для самостоятельной работы обучающихся:

4. Нарисовать и проанализировать схему технология в деятельности.

5. Выделить в последовательности упражнений по программе «Старт в будущее» технологическую форму.
6. Практические пробы упражнений программы «Старт в будущее» по теме занятия.

### **Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы**

Основные способы оценивания результативности обучающихся:

- Рефлексивные отчёты о самостоятельной работе обучающихся;
- Демонстрация обучающимися результатов выполнения заданий практической (на занятиях) и самостоятельной работы.

#### **Тема 1. Понятие самодисциплины в учебном процессе.**

*Оценочное средство: Рефлексивный отчёт. Демонстрация выполнения заданий практической (на занятиях) и самостоятельной работы (ОПК-4).*

*Учебное задание: рефлексия занятия и самостоятельной работы обучающихся по вопросам:*

1. Что новое узнали на занятии?
2. Ваше отношение к новому, освоенному на занятии и в самостоятельной работе? (Принятие/не принятие, обоснование отношения).
3. Что из усвоенного приобрело для вас нормативную требовательность?
4. Что из освоенного вы уже сейчас можете применить в своей профессиональной практике?

#### **Тема 2. Позиция ученика как субъекта самоконтроля, самооценки и самокоррекции.**

*Оценочное средство: Рефлексивный отчёт. Демонстрация выполнения заданий практической (на занятиях) и самостоятельной работы (ОПК-4).*

*Учебное задание: рефлексия занятия и самостоятельной работы обучающихся по вопросам:*

1. Что новое узнали на занятии?
2. Ваше отношение к новому, освоенному на занятии и в самостоятельной работе? (Принятие/не принятие, обоснование отношения).
3. Что из усвоенного приобрело для вас нормативную требовательность?
4. Что из освоенного вы уже сейчас можете применить в своей профессиональной практике?

#### **Тема 3. Пять главных факторов для возникновения самодисциплины и правильной учебной позиции.**

*Оценочное средство: Рефлексивный отчёт. Демонстрация выполнения заданий практической (на занятиях) и самостоятельной работы (ОПК-4).*

*Учебное задание: рефлексия занятия и самостоятельной работы обучающихся по вопросам:*

1. Что новое узнали на занятии?
2. Ваше отношение к новому, освоенному на занятии и в самостоятельной работе? (Принятие/не принятие, обоснование отношения).
3. Что из усвоенного приобрело для вас нормативную требовательность?
4. Что из освоенного вы уже сейчас можете применить в своей профессиональной практике?

**Тема 4. Ключевые этапы и приёмы педагогической техники по формированию самодисциплины и базовых основ самоорганизации дошкольника, младшего школьника. Особые акценты внимания для родителей.**

*Оценочное средство: Рефлексивный отчёт. Демонстрация выполнения заданий практической (на занятиях) и самостоятельной работы (ОПК-4).*

*Учебное задание: рефлексия занятия и самостоятельной работы обучающихся по вопросам:*

5. Что новое узнали на занятии?
6. Ваше отношение к новому, освоенному на занятии и в самостоятельной работе? (Принятие/не принятие, обоснование отношения).
7. Что из усвоенного приобрело для вас нормативную требовательность?
8. Что из освоенного вы уже сейчас можете применить в своей профессиональной практике?

**Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы**

Реализация программы требует организации 4 учебных тематических циклов объёмом 9 академических часов каждый. Цикл предполагает объединение элементов стажировки, практической и теоретической подготовки к самостоятельной работе с детьми по программам методики «Старт в будущее».

1	2 а.ч.	Теоретическая лекция-консультация в соответствии с логикой разворачивания педагогического действия в заданного методикой и с учётом типовых вопросов обучающихся педагогов.
2	4 а.ч.	Работа преподавателя (автора/методиста) демонстрация и пояснения упражнений и ситуаций. Присутствуют обучаемые педагоги. Фиксируют своё понимание и готовят вопросы. Обучающиеся педагоги отчитываются о своём понимании и о своих самостоятельных работах, задают вопросы, получают инструкцию на самостоятельную работу

3	3 а.ч.	Самостоятельная работа обучающихся по заданию к теме с детьми.
---	--------	--

Наполняемость группы 15-20 человек.

## **Раздел 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

### **5.1 Основная литература:**

1. Анисимов, О.С. Педагогическая акмеология: общая и управленческая. [Текст] – Минск, 2002. – 788с.: ил.
2. Иванов, А.А. Старт в будущее: читаем за 21 день. Ч. 1: методические рекомендации / А.А. Иванов, Т.В. Шелкунова. – М: АО «Т8 Издательские Технологии», 2022. – 67 с.
3. Иванов, А.А. История о том, как Григорий научился писать и читать. Сказка о звуках. по программе «Старт в будущее» раздел «Читаем за 21 день». Часть 1 / А.А. Иванов, Т.В. Шелкунова. – М: АО «Т8 Издательские Технологии», 2022. – 54 с.
4. Шелкунова, Т.В. Учимся без стресса, или Где зарыт потенциал? / Т.В. Шелкунова. – М: АО «Т8 Издательские Технологии», 2024 – 200 с.

### **5.2. Дополнительная литература:**

1. Анисимов, О.С. и др. Технологические средства педагогической деятельности в последипломном образовании (Учебное пособие), М., - 1992г.

### **5.3. Программное обеспечение**

1. Microsoft Windows 10 Pro
2. Microsoft Office 2007
3. KasperskyAnti-Virus
4. Телеграмм или WhatsApp
5. Сервисы видеоконференций типа Контур.Толк.

### **5.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

1. Компьютерные информационно-правовые системы «Консультант» <http://www.consultant.ru>, «Гарант» <http://www.garant.ru>
2. Официальный интернет-портал правовой информации <http://pravo.gov.ru>.
3. Российская национальная библиотека <http://www.nlr.ru>
4. Электронная библиотека по философии <http://filosof.historic.ru>
5. ЭБС «Университетская библиотека онлайн»

<https://biblioclub.ru/index.php>

6. Электронная библиотека <http://books.atheism.ru/philosophy/>
7. Единое окно доступа к образовательным ресурсам Федеральный портал <http://window.edu.ru>
8. Научная электронная библиотека <http://www.elibrary.ru>
9. Российская государственная библиотека <http://www.rsl.ru>
10. Информационно-правовая система «Гарант». – URL: <http://www.garant.ru/>;
11. Информационно-правовая система «Консультант плюс». – URL: <http://www.consultant.ru/>.

## **6. Материально-техническое обеспечение программы**

1. Лекционная аудитория, аудитория для групповых и индивидуальных занятий с оборудованием для видеоконференций.
2. Аудитория для проведения практических и семинарских занятий, текущего контроля и промежуточной аттестации с флипчартами (не менее 2 штук).
3. Библиотека, читальный зал.