

Утверждаю:

Директор
АНО «Ноошкола»
Мурашова О.Ю.



01 июня 2025 года

Учебный план
к дополнительной профессиональной программе
повышения квалификации

Название учебной программы:

«Когнитивные функции мозга. Современный нейрофизиологический подход»

Программа повышения квалификации для лиц, имеющих основное профессиональное среднее или высшее образование

Форма обучения: дистанционная (с применением дистанционных образовательных технологий, с использованием информационно-телекоммуникационных сетей)

Трудоёмкость: 48 учебных часов

Итоговый контроль знаний: экзамен

Документ, выдаваемый после обучения: удостоверение о повышении квалификации

Рабочие материалы: Каждый слушатель в процессе обучения получает доступ к урокам к образовательной платформе, к видео лекциям, методическим материалам по практическим упражнениям.

№ п/п	Название темы	Всего учебных часов	В т.ч. по видам занятий		
			лекции	Семинары/ занятия с использованием образовательной платформы	Практические занятия
Блок 1					
Модуль №1 Строение мозга	Введение в программу	1	1		
	Строение и развитие головного мозга. Мифы о мозге. Барьеры при развитии	1	1		
	Когнитивные функции.	1	1		
	Инструменты для развития мозга. Степени повреждения когнитивных функций.	1	1		
	ВСЕГО:	4	4		
Модуль №2 Память	Память. Виды памяти.	1	1		
	Восприятие. Органы чувств. Механизм функционирования.	1	1		
	Кратковременная и рабочая память. Методы улучшения.	2	2		

	Долговременная память. Методики развития памяти.	2	2		
	ВСЕГО:	6	6		
Модуль №3 Внимание. Скорость реакции.	Фокус внимания.	1		1	
	Скорость мышления, методы ускорения	2		2	
	Рассеянность и концентрация внимания	1		1	
	Типы расстройства внимания	1		1	
	Развитие внимания, методики.	1		1	
	Инструменты улучшения нейронных связей.	2		2	
	Когнитивные способности. Воображение, Творчество. Координация. Скорость и гибкость. Воля и самоконтроль.	1		1	
	ВСЕГО:	9		9	
Модуль №4 Законы мозга	Правое и левое полушария. Особенности функциональной деятельности. Связь. Целостное мышление.	1		1	
	Нейропластичность. Механизмы действия.	1		1	
	Логика и интуиция.	1		1	
	Ритмы мозга.	1		1	
	Контур мозга	1		1	
	ВСЕГО:	5		5	
Блок 2					
Модуль № 1 Практика. Упражнения	Введение в практическое занятие. Регламент.	1			1
	Разминка и самомассаж	1			1
	Крупная моторика	1			1

непосредственно телом или частями тела.	Мелкая моторика. Синхронная двигательная активность	1			1
	Мелкая моторика. Асинхронная двигательная активность	1			1
	ВСЕГО:	5			5
Модуль № 2 Визуальные, графические и прочие упражнения для развития когнитивных способностей мозга	Визуальная активация двигательного центра	1			1
	Графические упражнения на внимательность, концентрацию и скорость мышления	1			1
	Каллиграфия	1			1
	Ментальная математика	1			1
	Ритмика и бодиперкуссия	1			1
	Правила подбора комплекса, выбор упражнений	1		1	
	ВСЕГО:	6		1	5
Модуль № 3 Базовые и практические знания в области нейробиологии и биохимии мозга. Гормональный баланс	Основные гормональные процессы, связанные с циркадными ритмами	1		1	
	Гормоны стресса	1		1	
	Гормоны счастья	1		1	
	Правила нутрициологии для гормонального баланса	1		1	
	Гормональный баланс	1		1	
	Промежуточный контроль: Подготовка части урока	1		1	
	ВСЕГО:	6		6	

Модуль №4 Природа мышления.	Нейрофизика, как раздел биофизики, применение физических методов для изучения мозга	2		2	
	Мыслеобраз, как единица мышления.	1		1	
Модуль №5 Управление работой мозга	Чередование ритмов мозга. Использование альфа-ритма мозга для качественного скачка в улучшении функций мозга. Его свойства	1		1	
	Правила составления упражнений в альфа-ритме.	1			
	Составление упражнений в альфа-ритме.			1	
	ВСЕГО:	5		5	
Контроль знаний	Экзамен - теория	1			1
	Экзамен - практика	1			1
	ВСЕГО:	2			2
Итого по программе:		48			

Учебный план составлен:
© АНО «Ноошкола»