**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Гимназия № 36»**

**Мастер-класс на тему: Идеи нейролингвистического программирования в развитии младшего школьника в процессе формирования универсальных учебных действий**

**Выполнила: Лебедева Н.Ю.**

**учитель начальных классов**

**г. Иваново**

**2025 г**

**Мастер-класс на тему: Идеи нейролингвистического программирования в развитии младшего школьника в процессе формирования универсальных учебных действий**

**Цель мастер-класса:**  
Освоение педагогами идей нейролингвистического программирования (НЛП), позволяющих эффективно развивать универсальные учебные действия (УУД) младших школьников.  
  
**I. Введение в НЛП и его применение в образовании.**  
**Что такое НЛП?**

Нейролингвистическое программирование – это поведенческая модель и набор определенных навыков и техник. Кроме того, это изучение субъективного опыта, программ поведения, которые создают эффективное или неэффективное поведение. Рассмотрим составляющие данного термина. Нейро – говорит об отношении к мышлению или чувственному восприятию, к процессам, протекающим в нервной системе и играющим важную роль в формировании человеческого поведения, а также к нейрологическим процессам в сфере восприятия (зрение, слух, тактильные ощущения, вкус и обоняние). Лингвистический – отсылает нас к языковым моделям, играющим важную роль в достижении взаимопонимания между людьми, на чем и держатся все коммуникационные процессы. Программирование – указывает на тот способ, при помощи которого мы организовываем наше мышление, включая чувства и убеждения, чтобы в конечном итоге достичь поставленных целей – подобно тому, как мы используем компьютер для решения каких-либо конкретных задач при помощи соответствующего программного обеспечения.

НЛП имеет под собой четыре базиса: раппорт, т.е. установление доверительных отношений, сенсорная чувствительность, ориентация на результат, гибкость поведения.

НЛП успешно применяется в обучении разных возрастных групп. НЛП-техники позволяют корректировать возникающие на учебных занятиях трудности, так как индивидуальные стратегии построены на основе личностных особенностей каждого обучающегося. Одной из основных задач НЛП в обучении является персонализация подхода преподавателя к обучающимся.

Как известно, все люди имеют разные репрезентативные системы. По некоторым данным, у 40% людей преобладает визуальный канал, у 40% – аудиальный, у 20% – кинестетический. Исторически ведущей системой внутреннего опыта является кинестетическая система, впоследствии особое распространение получает визуальная система. Предполагается, что социальный опыт и знания не могут быть переданы непосредственно через ощущения. Успешность обучения, понимаемая в НЛП как объем запомненной информации, зависит от развития визуальной системы как ключевой и репрезентирующей у большинства людей. Это может быть объяснено тем, что физиологическая емкость зрительного канала на несколько порядков превосходит кинестетический, а яркие объемные образы позволяют получаемый объем информации эффективно организовывать во «внутренние карты».

В связи с тем, что обучающиеся отличаются друг от друга по способам усвоения учебного материала, к каждому необходим индивидуальный подход, своя презентация материала, учитывающая ведущую репрезентативную систему. Визуалы, например, лучше воспринимают информацию в зрительных образах (текст в книгах, записи на доске, видеоматериалы, схемы), аудиалы лучше воспринимают тексты на слух, участвуют в дискуссиях, кинестетики лучше усваивают материал в ролевых играх, в работе у доски, через моторные навыки («память руки»). Определить ведущую репрезентативную систему человека можно с помощью ключей глазного доступа и речевых предикатов.

При организации обучения необходимо обращать внимание и на основные принципы полушарной модели. Учитывая вышесказанное, можно сделать вывод, что основной задачей учителя является развитие всех сенсорных каналов обучающихся с учетом их полушарной модели.

**Применение НЛП в обучении:**  
   - Практическое использование техник НЛП в формировании личностных качеств учащихся.

1. Развитие уверенности в себе.

1) Техника визуализации успеха «Фильм о будущем», когда ученик представляет себя успешным в выполнении заданий.

2) Поддержка вербальных утверждений «Я справлюсь с трудностями легко».   
Учитель предлагает ученикам закрыть глаза и представить, как они успешно решают сложную задачу, испытывают радость победы и гордость за собственные достижения.

 2. Формирование мотивации и интереса к учебе.

1)Использование метафор и историй для передачи новых знаний.

2)Поощрение положительных эмоций через похвалу и конструктивную обратную связь.

Рассказывая сказочную историю о волшебнике, который учится преодолевать трудности, и становится сильнее, учитель создает мотивирующую атмосферу для освоения сложных учебных предметов.

3. Повышение коммуникативных способностей.

1) Упражнения на развитие активного слушания и понимания собеседника.

2) Игры, направленные на осознание эмоционального состояния другого ребенка.

Ученики делятся на пары и проводят игру «Эхо»: один рассказывает свою любимую историю, второй внимательно слушает и повторяет услышанное своими словами. Это помогает развивать эмпатию и умение воспринимать чужие эмоции.

 4. Коррекция негативных установок.

Техника рефрейминга (переформулирование отрицательных мыслей в положительные). Если ребенок жалуется на сложности с заданием, учитель помогает переформулировать фразу «Это слишком сложно!» в «Я пока не умею решать такие задания, но скоро научусь!»

5. Создание благоприятной атмосферы доверия и сотрудничества.

Работа над установлением отношений доверия во время общения. Создание условий для группового взаимодействия и поддержки друг друга. Совместная деятельность, направленная на выполнение проекта, способствует развитию чувства команды и взаимопомощи.

- Методы вовлечения ребенка в образовательный процесс.  
1. Игровые формы обучения.

Игры позволяют детям осваивать новые знания легко. Использование игровых элементов делает обучение интересным и увлекательным. Примеры игр6: настольные игры для изучения математики или иностранного языка; ролевые игры, моделирующие реальные ситуации; компьютерные образовательные игры.

2. Проектная деятельность.

Проектирование развивает творческие способности, умение планировать и анализировать. Дети получают возможность самостоятельно выбирать темы проектов, проводить исследования и представлять результаты своей работы.

3. Исследовательская работа.

Исследования помогают развивать критическое мышление и способность находить решения проблем. Ребенок учится формулировать гипотезы, собирать и анализировать информацию, делать выводы. Исследование может касаться различных областей науки, искусства и социальной жизни.

4. Творческие задания.

Творческая активность стимулирует воображение и развитие художественных способностей. Задания могут включать рисование, лепку, конструирование, создание рассказов и стихов.

5. Практическая деятельность.

Практические упражнения позволяют применять теоретические знания на практике. Ученик получает опыт самостоятельного решения практических задач, связанных с повседневной жизнью и профессиональной деятельностью.

6. Групповая работа.

Совместная деятельность формирует навыки общения и сотрудничества. Работа в группах учит договариваться, распределять обязанности, уважительно относиться к мнению других участников. Важность группового взаимодействия подчеркивается также развитием лидерских качеств и ответственности.

7. Индивидуализация обучения.

Индивидуальные программы позволяют учесть личные предпочтения и уровень подготовки ребенка. Подбор материалов и заданий осуществляется таким образом, чтобы обеспечить оптимальное соотношение сложности и доступности содержания. Это повышает заинтересованность ребенка в учебном материале.

8. Обратная связь и поощрения.

Регулярная обратная связь помогает ребенку осознать успехи и недостатки своего обучения. Поощрения создают положительную мотивацию и поддерживают стремление учиться дальше.

**II. Нейролингвистические техники для развития познавательных УУД**  
  
**Цель:** Ознакомление педагогов с методами активизации когнитивных процессов младших школьников.  
  
**Методы и приемы:**  
1. **Ассоциативное мышление и метафора:**  
   - Применение ассоциаций и образных представлений для лучшего усвоения учебного материала.  
   - Использование сказочных персонажей и игровых ситуаций.  
  
2. **Развитие визуализации:**  
   - Создание ментальных карт, рисунков, схем.

   - Поощрение зрительного воображения учеников.  
  
3. **Сенсорные каналы восприятия:**  
   - Акцент на аудиальном, визуальном и кинестетическом восприятии.  
   - Индивидуализация подходов к обучению в зависимости от особенностей восприятия ученика.

**III. Формирование регулятивных УУД с помощью методов НЛП**  
  
**Цель:** Развитие самоконтроля, целеполагания и саморегуляции у младших школьников.  
  
**Практические упражнения:**  
  
1. **Метод обратного отсчета («Хрустальная мечта»)**

Данный методпредставляет собой эффективный инструмент личностного развития и достижения целей. Этот метод предлагает пошаговую стратегию, позволяющую сформулировать мечты и цели, а также разработать конкретные шаги для их реализации.

1)Определение мечты.

2) Формулировка цели.

3)Обратный отсчет.

4)Создание плана действий.

5)Реализация плана.

**Практическое руководство для учителей.**  
  
**1. Постановка мечты.**  
Предложите ребенку подумать о том, кем бы он хотел стать, когда вырастет. Пусть ребенок выразит свою мечту словами или рисунком.

**2. Привлечение внимания к деталям.**  
Обсудите с ребенком, какими качествами обладает тот, кого он хочет видеть своим будущим "героем"? Какие умения нужны человеку этой профессии? Какие черты характера важны? Ответы записываются рядом с изображением будущей мечты ребенка.  
  
Пример для мальчика, мечтающего стать врачом:  
- Честность,  
- Доброта,  
- Смелость,  
- Хорошее здоровье,  
- Желание помогать людям.  
  
**3. Планирование шагов.**  
Пусть ребенок поделится своими идеями о том, как достичь своей мечты. Учитель или родитель задают наводящие вопросы: "Что нужно сделать сначала?" или "Какие знания необходимы?". Формируйте список небольших этапов, ведущих к большой мечте.  
  
Например, этапы могут выглядеть так:  
1. Хорошо учиться в школе.  
2. Читать больше книг о медицине.  
3. Заниматься спортом.  
4. Помогать маме ухаживать за больными животными.  
5. Выбрать медицинский вуз.  
  
Эти пункты будут служить дорожкой к исполнению детской мечты.  
**4. Игра в "обратный отсчёт".**  
Расскажите ребенку сказочную историю о волшебнике, живущем в будущем, который присылает письма обратно во времени, подсказывая, что нужно сделать именно сейчас, чтобы прийти к своему большому счастью.  
  
Пример: Если мальчик мечтает стать пожарником, письмо от волшебника могло бы содержать советы вроде:  
- Становись сильнее физически каждый день!  
- Узнай больше о пожарной безопасности дома.  
- Будь смелым и решительным в принятии решений.  
  
Это создает атмосферу приключения и добавляет элемент игры в обучение.  
  
**5. Награждение усилий.**

Поощряйте ребенка регулярно обсуждать успехи и трудности, возникающие на пути к мечте. За выполнение важных маленьких шагов награждайте поощрениями: похвалой, небольшой наградой или совместным празднованием успеха.  
  
**Итоги**  
Метод "Хрустальной мечты" для начальных классов формирует привычку ставить цели и последовательно идти к ним, развивая дисциплину, уверенность в собственных силах и стремление достигать больших высот. Главное — поддерживать интерес ребёнка, сопровождать его на каждом этапе и демонстрировать собственную заинтересованность в развитии малыша.

2. **«Карта ресурсов»: техника ресурсного состояния**

Карта ресурсов помогает быстро активизировать собственные внутренние резервы и эффективно справляться с любыми ситуациями.

1)Подготовка пространства.

2) Вспоминание ресурсных состояний. Вспомнить ситуации успеха из прошлого: чувство победы над сложной задачей, ощущение гордости за успешно выполненный проект.

3)Ассоциирование с чувствами. Постараться снова пережить положительные эмоции.

4) Кодирование ощущений. Победа – поднять руки, гордость – расправить плечи.

5) Повторение и закрепление. Регулярно повторять упражнения. Воспроизводите движения и ощущайте чувства заново. Это поможет научиться вызывать нужное состояние автоматически.

3. **Поддержка внутреннего баланса («Колесо успеха»)**  
  
   - Упражнения на развитие способности самостоятельно регулировать свое эмоциональное состояние.  
 **Материалы:** Бумага формата А4, карандаши или фломастеры, циркуль или шаблон круга.

**Ход занятия:**  
 **1. Рассказ учителя:**  
Объяснить ученикам идею колеса, показав круг с секторами, каждый из которых обозначает важную сферу жизни.

Например:  
- Здоровье и спорт  
- Дружба и общение  
- Учебные дела  
- Творчество и увлечения  
- Отдых и развлечения  
- Семья и дом  
Каждая область важна для счастья и хорошего настроения. Когда всё хорошо сразу во всех секторах, жизнь кажется гармоничной и приятной.  
  
 **2. Рисуем свое личное колесо:**  
Раздать бумагу и попросить ребят нарисовать круг, разделить его на равные части (сектора). Можно использовать готовые шаблоны или трафареты. Затем предложи каждому заполнить названия сфер собственной жизни внутри круга карандашом.  
  
 **3. Оцениваем самочувствие:**  
Дети оценивают, насколько удовлетворены каждой областью жизни по простой шкале от ★ до ⭐⭐⭐⭐⭐. Расскажи, что одна звезда означает полное недовольство («не хватает сил заниматься», «часто грустно»), а пять звезд означают счастье и радость («любимая школа», «лучшие друзья»).  
  
Ребята отмечают количество звёзд напротив каждого сектора.  
  
**4.Анализируем:**  
Посмотри, какое колесо получилось у каждого ученика. Поговорите о результатах вместе. Объясни, почему важно заботиться обо всех областях одновременно, а не сосредотачиваться только на одной-двух. Предложи задания, направленные на улучшение конкретных областей:  
  
- Больше гулять и играть в подвижные игры (для здоровья),  
- Проводить время с друзьями (общение),  
- Попробовать новое творческое занятие (развитие талантов).  
  
**5. Завершаем урок позитивно:**  
Завершите занятие созданием общей коллаж-картинки, где дети приклеят рисунки своих колес, подписанные пожеланиями друг другу или девизами на тему гармонии и радости. Например, «Всегда улыбайтесь!» или «Больше смеха и дружбы».  
Игра «Колесо успеха» помогает малышам задуматься о важности личного благополучия и учит осознанно подходить к различным сферам жизни. Ребенок учится замечать и ценить моменты радости и успехов, а также находить способы поддержки там, где возникли сложности.

**IV. Роль педагога в реализации НЛП-техник**  
**Цель:** Раскрыть роль учителя в создании условий для успешного освоения детьми НЛП-методов.  
**Основные моменты:**  
1. **Эмоциональный климат урока:**  
   - Способы организации благоприятной среды для активного участия каждого учащегося.  
2. **Рефлексия и самооценка:**  
   - Обучение методике обратной связи, оценка собственного прогресса.  
3. **Работа над ошибками:**  
   - Эффективные способы коррекции ошибок, формирование культуры конструктивной критики.

**V. Заключение и обмен опытом**  
**Цель:** Подвести итоги мероприятия, поделиться результатами практики, задать вопросы и обсудить возможные сложности.

Таким образом, мастер-класс направлен на повышение квалификации учителей начальных классов, ознакомление их с современными практиками НЛП и внедрение эффективных технологий в учебный процесс.

**Рекомендуемая литература:**  
Андреас К., Фолкнер Ч.: «Энциклопедия систематики НЛП».  
Бэндлер Р., Гриндер Дж.: «Структура магии».  
Адлер Г. НЛП-техники эффективной работы. Используй свой мозг на 101% Г. Адлер . – СПб.: Питер, 2011, 198 с.