

ЗАТВЕРДЖЕНО
Головою правління ГО «ТВОЇ КРОКИ»
Словік О.М.
від 26 січня 2026 р.

Програма підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників

*Програма відповідає: постанові КМУ від 21.08.2019 №800 зі змінами,
внесеними згідно з постановою КМ №1133 від 27.12.2019*

Форма освітньої послуги: онлайн-навчання

Вид підвищення кваліфікації:

- практичний курс

Форма підвищення кваліфікації: онлайн-навчання

Розробники: команда авторів ГО «ТВОЇ КРОКИ».

Спікер(-ка): Оксана Словік, директорка приватної школи для дітей з України "ТВОЯ ШКОЛА"; докторка філософії з освітніх педагогічних наук, освітня експертка, психологиня, психотерапевтка у позитум-підході, коучиня ISF, тренерка, фасилітаторка

Назва: Нейробіологія присутності: як тримати поле класу без тиску

Мета: Сформувати у педагогів навичку свідомого управління власним психофізіологічним станом. Навчити вчителів створювати безпечне та продуктивне освітнє середовище («поле») через внутрішню стійкість, центрування та емоційний інтелект, що дозволяє уникати вигорання та директивного тиску на учнів.

Напрями підвищення кваліфікації:

- емоційно-етична компетентність
- інклюзивна компетентність, створення безпечного та інклюзивного освітнього середовища, особливості (специфіка) інклюзивного навчання, забезпечення додаткової підтримки в освітньому процесі дітей з особливими освітніми потребами
- мовленнєва, комунікаційна компетентність
- психолого-фізіологічні особливості здобувачів освіти певного віку, основи андрагогіки
- розвиток управлінської компетентності (для керівників закладів освіти, науково-методичних установ та їхніх заступників)

Зміст:

Блок 1. Біологія "Зараження": Чому стан важливіший за слова

Лімбічний резонанс: наукове пояснення того, чому клас «віддзеркалює» роздратування або спокій учителя.

Amigdala Hijack (Захоплення мигдалеподібного тіла): що відбувається з мозком дитини, коли вчитель тисне, і чому в цей момент навчання стає фізично неможливим.

Вправа «Радіостанція»: дослідження власного «фонового» емоційного випромінювання та його впливу на групу.

Блок 2. Технологія центрування: точка опори в хаосі

Концепція трьох центрів: розум (ясність), серце (емпатія), тіло (стійкість).

Практикум «3-2-1»: Покрокове відпрацювання алгоритму (тіло — дихання — намір).

Робота з "Якорями": Створення індивідуальних тригерів для швидкого входу в стан коучингової присутності.

Блок 3. Візуальний коучинг: магія Soft Eyes

Тунельний зір vs Периферійний зір: нейрофізіологічний зв'язок між розслабленням очей та зниженням рівня кортизолу.

Техніка «М'який погляд»: як бачити кожного учня одночасно, не викликаючи в них захисної реакції («погляду хижака»).

Вправа «Сканування поля»: практика розширення уваги в онлайн та офлайн просторі.

Блок 4. Практика стійкості та інтеграція

Кейс-лабораторія: відпрацювання стресових ситуацій (агресія учня, технічний збій в онлайн) через стан центрування.

Створення «Протоколу присутності»: покроковий план дій для вчителя на перші 5 хвилин кожного уроку.

Фінальна рефлексія: «Мій новий об'єм»: як змінилося відчуття себе у просторі.

Види діяльності:

Тренінг - 6.00

Обсяг програми/курсу: 6 год (0,20 кредиту ЄКТС)

Загальні компетентності вчительства за професійним стандартом:

- ЗК.01. Здатність діяти відповідально і свідомо на засадах поваги до прав і свобод людини та громадянина; реалізувати свої права і обов'язки; усвідомлювати цінності громадянського суспільства та необхідність його сталого розвитку (громадянська компетентність)
- ЗК.02. Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня (соціальна компетентність)
- ЗК.03. Здатність виявляти повагу та цінувати українську національну культуру, багатоманітність і мультикультурність у суспільстві; здатність до вираження національної культурної ідентичності, творчого самовираження (культурна компетентність)
- ЗК.04. Здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків, мотивування людей до досягнення спільної мети (лідерська компетентність)
- ЗК.05. Здатність до генерування нових ідей, виявлення та розв'язання проблем, ініціативності та підприємливості (підприємницька компетентність)

Професійні компетентності вчительства за професійним стандартом:

- А1. Мовно-комунікативна компетентність.
- Б1. Психологічна компетентність
- Б2. Емоційно-етична компетентність
- Б3. Компетентність педагогічного партнерства
- Г3. Оцінювально-аналітична компетентність
- Д1. Інноваційна компетентність
- Д2. Здатність до навчання впродовж життя
- Д3. Рефлексивна компетентність

Строки виконання програми: постійно.

Цільова аудиторія:

- Інше

Усі, хто працює з дітьми та дорослими й має бажання покращити свої знання з психології та коучингу.

Вартість освітньої послуги: 200 грн

Очікувані результати: Учасники мали можливість зрозуміти механізми роботи дзеркальних нейронів та лімбічної

системи; ознайомляться, як емоційний стан учителя впливає на когнітивні здібності учнів.

Учасники мали нагоду опанувати техніку «3-2-1» для миттєвого повернення в ресурсний стан; вміння перемикатися з тунельного зору на периферійний (Soft Eyes).

Удосконалювати здатність зберігати «коучингову присутність» у складних педагогічних ситуаціях (конфлікти, пасивність учнів, дедлайни).

Мали можливість зниження рівня робочого стресу та підвищення концентрації уваги учнів без підвищення голосу.

Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації: Сертифікат про підвищення кваліфікації.

Після успішного завершення виконання програми підвищення кваліфікації учасники отримують сертифікат підвищення кваліфікації, який можна перевірити за посиланням: prostir.tvoikroky.com/check