



# Воспитание с пониманием

Г а з е т а   д л я   р о д и т е л е й



**ЗДРАВСТВУЙ, МАСЛЕНИЦА!**



Традиции уходят корнями в прошлое наших предков, а значит и в наше прошлое. Павел Флоренский в книге «Детям моим. Воспоминания прошлых дней» писал: «Быть без чувства живой связи с дедами и прадедами – это значит не иметь себе точек опоры в истории. А мне хотелось бы быть в состоянии точно определить себе, что именно делал я и где именно находился я в каждый из исторических моментов нашей родины и всего мира, - я, конечно, в лице своих предков. Этого вот знания я лишен был...»

## ● В НОМЕРЕ

### 2 ЛОГИКА НАШЕЙ СЕГОДНЯШНЕЙ ЖИЗНИ

... часто приводит родителей к чувству, что воспитание ребёнка - это работа. Но хитрость в том, что материнство и отцовство это не работа.

### 3 ЧТО ТАКОЕ ВОСПИТАНИЕ? – ЧИТАЙТЕ МНЕНИЯ ДЕТЕЙ

Воспитание - это какой-то человек делает так, чтобы ребёнок сделал то, что ему говорят.

### 4 ЧЕМУ МОЖНО НАУЧИТЬСЯ НА ЛЕДЯНОЙ ГОРКЕ?

... очень многому!

### 9 НА ВОПРОСЫ ГАЗЕТЫ

На вопросы газеты «Воспитание с пониманием» отвечают:

- директор частного детского сада **Эндер Наталья Андреевна;**

- мастер спорта международного класса по традиционному УШУ **Фёдорова Елена Викторовна**

### 11 МУЖЧИН МАЛО

В основном с детьми занимаются женщины, мужчин мало, но они есть. Так что приходите к нам, мужики! - вы не будете одиноки.

### 11 ИСТОРИИ РАССКАЗЫВАЕТ... ЛОГОПЕД

## ПРИШЛА МАСЛЕНИЦА

Наступило время празднования масленицы. Это, пожалуй, самый весёлый, яркий и шумный из народных праздников. Он приносит много радостных чувств. Есть чему порадоваться: дни становятся длиннее, холода отступают, да и попить надо как следует перед великим постом.

Что для нас воспитателей значит этот праздник? Понятно, что мы вместе с детьми переживаем изменения в природе, что мы знакомим детей и родителей с народными традициями. В масленичных играх мы развиваем у детей умственные способности и создаём условия для позитивной реализации энергии. Но самое важное, пожалуй, что на таких праздниках дети и родители учатся радоваться жизни. Это праздник человеческого общения. Здесь царят доброжелательность и взаимопонимание.

*Воробьева С. И., воспитатель детского сада*



*- «Лукичева Валентина Николаевна и Воробьева Светлана Игоревна самые лучшие воспитатели на свете. Они все знают, все умеют! Они самые добрые!» - так считают дети из группы «Зёрнышко» и их родители*



*Ловись, рыбка, мала и велика!  
Все аттракционы для праздника  
сделаны родителями. Такую  
«Рыбалку» не купишь ни в одном  
магазине. У детей она вызывает  
неизменный восторг и желание  
потренировать свою ловкость*



*...Блины – венец всего праздника. Мамы их пекли дома. Они все разные, но все вкусные! Еще больше на столе приправ: и мед, и сметана, и сгущенка, а разных варений из домашних кладовых и не сосчитать. Но особенно вкусными блины становятся потому, что есть их надо за общим столом, с песнями и прибаутками, и при этом ни кто, ни кого не заставляешь. Посмотришь, как сосед уплетает блинок со сгущенкой, и потянешься за следующим, хоть уже и не лезет*

## ДЕТИ ГОВОРЯТ О ВОСПИТАНИИ

*Что такое воспитание? Есть множество формулировок философских, психологических, педагогических. В прошлом номере газеты «Воспитание с пониманием» мы привели некоторые из них. «Воспитание – это развитие нравственного чувства», - не задумываясь, ответил студент-старшекурсник педагогического Университета. А вот как на этот вопрос отвечают малыши, которые ещё чистосердечны. Они отвечают не по-умному, а как подсказывает им их ощущение, - то, что они понимают от взрослых, своих родителей и воспитателей.*

**Федя, 4 года:** Это чтобы воспитать людей всех. Чтобы они все в игрушки играли и воспитателям не мешали... Чтобы они хорошо могли играть и любить всех.

**Ксюша, 6 лет:** Воспитание - это какой-то человек делает так, чтобы ребёнок сделал то, что ему говорят.

**Кирилл, 6 лет:** Воспитание – это когда дети должны быть послушными, чтобы не дрались и всё такое плохое.

**Матрёна, 4 года:** Воспитание – это тогда ребёнок твой будет воспитанный, и очень хорошо будет делать всё.

**Ваня, 5 лет:** Это когда учат, чтобы быть умным, чтобы всё знать.

**Коля, 4 года:** Это когда режут яблоки, режут морковку, печенье достают, чай пьют. (Перепутал с питанием)

**Никита, 7 лет:** Воспитание нужно, чтобы умные были. Подробностей не знаю.

**Дима, 6 лет:** Ну, во-первых, это чтобы дети не шалили. Это раз. И, во-вторых, чтобы не хулиганили. Это два.

**Мила, 6 лет:** Воспитание – это долго рассказывать. Это воспитывать детей, чтобы хорошо себя вели. Чтобы помогли младшим... Чтобы помогли старшим... В общем, использовать их как слуг.

*Задумайтесь, уважаемые взрослые, с какими из этих высказываний вы внутренне можете согласиться. Какой смысл в свои действия вкладываете вы, когда заняты воспитанием своих детей?*

Катание с гор – это традиционная русская зимняя забава, это одно из тех мест, где формируется этнокультурная специфика двигательного поведения детей.

Естественный вариант горки – это природные склоны, достаточно высокие и заснеженные, чтобы удобный спуск можно было залить водой и превратить в плавно переходящую на ровную поверхность ледяную дорогу.

Сама горка проста и неизменна, для всех одинакова: ледяная дорога, круто спускающаяся вниз, расстилается перед каждым желающим – она только приглашает.

Родители мало вмешиваются в этот процесс. События создают сами дети в соответствии со своими потребностями и желаниями. Которые удивительно индивидуальны, несмотря на то, что внешне все занимаются одним и тем же делом. Схема действий у всех одинакова: дождавшись своей очереди (народу много, и наверху у начала спуска всегда кто-то уже есть), ребёнок замирает на мгновение, потом съезжает вниз каким-нибудь способом, стараясь дотянуть до самого конца ледяного раската, разворачивается и особенно живо начинает карабкаться на горку снова. Всё это повторяется бесчисленное количество раз, но пыл детей не уменьшается. Главный событийный интерес для ребенка составляют задачи, которые он сам себе ставит. И придуманные им способы их осуществления. Но в рамках этих задач ребёнок всегда учитывает два постоянных компонента: *скользящая поверхность и скорость спуска*.

Спуск с ледяной горы – это всегда скольжение, не важно, на ногах или на заду. Скольжение даёт совершенно особые переживания непосредственного динамического контакта тела с почвой, не похожие на обычные ощущения при ходьбе, стоянии и сидении. Скользящий вниз по крутой ледяной дороге человек чувствует малейшие изменения рельефа, ничтожные выбоины и бугорки той частью своего тела, которая непосредственно соприкасается с почвой.

Эхом отдается это во всём теле, определяя его устойчивость и заставляя прочувствовать многочисленность телесных сочленений и сложную конструкцию всего нашего телесного хозяйства.

Спуск с ледяной горы на ногах, на заду, на спине – это всегда непосредственное, остро ощущаемое человеком, протяжённое во времени взаимодействие его

собственного тела с плотью земли – вечной опорой всего движущегося.

Тут будет уместно вспомнить, что в русской народной культуре скатывание с горы всегда связывалось с идеей приобретения и ускорения жизненных сил, как в человеке, так и в земле, с которой он взаимодействует. Детям оживлённая энергия была нужна для роста, молодожёнам для успешного начала совместной жизни, а старикам – для её продолжения.

Катание на ногах с ледяной горки – это идеальный вид естественного тренинга, который прекрасно укрепляет нижние конечности физически и помогает человеку почувствовать гамму разнообразных переживаний на тему того, как надо в жизни держаться на ногах. А сейчас для полноты психофизической картины следует добавить, что катание с гор на ногах – это профилактика застойных явлений в нижней части тела, потому, что при этом происходит активный выход

энергии через ноги. Для современных людей это очень важно из-за постоянного сидения, малоподвижности, уменьшения объёма ходьбы. (Конкретизируй мысль, можно сказать, что это профилактика кист яичников и миом матки у женщин и аденом простаты у мужчин...)

Дети используют три основных способа скатывания с ледяной горки, соответствующие воз-

растающим степеням совершенства. Самый простой – на заду, второй, переходный, – на корточках (это уже на ногах, но еще в низкой позиции, чтобы не высоко было падать) и третий, соответствующий высшему классу, – на ногах, как должны уметь младшие школьники. Собственно, съехать с горки на ногах – это и есть, в детском понимании, съехать с неё по-настоящему. В пределах трёх способов есть масса вариантов, которые можно увидеть в исполнении катающихся на горке детей.

Дети, катающиеся на заду, чувствуют себя в безопасности – падать им некуда. Они наслаждаются телесными ощущениями контакта с поверхностью льда, скольжения и скорости и даже пытаются заострить эти ощущения. Например, увеличивают площадь телесного контакта, когда скатываются на животе, на спине с раскинутыми руками и ногами, или устраивают внизу «кучу-малу» с другими детьми, а потом ещё продолжают валиться на снегу, уже сойдя с дорожки.



## ЧЕМУ МОЖНО НАУЧИТЬСЯ НА ЛЕДЯНОЙ ГОРКЕ?

ПО МАТЕРИАЛАМ КНИГИ М.В. ОСОРИНОЙ  
«СЕКРЕТНЫЙ МИР ДЕТЕЙ В ПРОСТРАНСТВЕ МИРА ВЗРОСЛЫХ»





Ребёнок делает это для того, чтобы максимально оживить ощущение своих телесных границ, чувственно прожить присутствие себя в своём теле, ощутить свое витально-телесное бытие и – порадоваться этому. Переживание целостности «Я» всегда наполняет человека энергией и радостью. Недаром взрослого всегда поражает особая живость, с которой дети вскакивают вниз и опять несутся на горку.

Опять же - на ледяной горке происходит естественная тренировка того, что необходимо во многих ситуациях обыденной жизни. Ведь сохранять устойчивость и равновесие желательно везде.

Наблюдая за детьми, можно заметить, что каждый ребёнок катается тем способом, который соответствует пределу его личных возможностей, но не превышает его. Ребёнок хочет показать максимум своих достижений, но при этом не получить травму. Обычно нормальные дети хорошо чувствуют свой предел.

Когда дети более или менее освоили технические навыки съезда с ледяной горки каким-нибудь из описанных выше путей, их творческий поиск обычно идёт за счёт изменений позы и расширения способов своего спуска.

Если дальше ребенок не решится перейти на более высокий уровень катания и попробовать на корточках или на ногах, то, вероятно, остановится на каком-нибудь наиболее приятном для него способе спуска и погрузится в игру: катаясь, будет воображать себя в какой-нибудь роли и проживать уже невидимые для внешнего наблюдателя события.

Каждый катается самостоятельно, - это дело индивидуальное, акцентирующее внимание ребенка на собственной телесной самости и своих личных переживаниях. Но ситуация на горке, конечно, социальна, поскольку там собралось детское общество. Не важно, что дети могут быть совсем не знакомы и не общаются друг с другом. На деле они наблюдают за другими, сравнивают себя с ними, заимствуют модели поведения и даже красуются друг перед другом. Присутствие сверстников пробуждает в ребёнке желание предстать перед народом в лучшем виде, что называется, подать



товар лицом, и поэтому вдохновляет его на творческие поиски.

На горке можно приобрести богатый социальный опыт. Дети научаются друг от друга в мгновение ока. Для обозначения этого процесса взрослое слово «копирование» кажется слишком нейтрально-вялым. Детский термин – «слизывание» - гораздо точнее передает степень тесноты психологического контакта и внутреннего отождествления ребенка с избранной им моделью подражания.

Итак, первое социальное приобретение, которое можно сделать на горке, - это расширение репертуара поведения.

*Второе – это познание социальных норм и правил общежития.* Их необходимость обусловлена ситуацией. Детей много, а ледяных спусков обычно один - два. Возникает проблема очерёдности. Если не учитывать возраста, подвижности, ловкости детей, едущих впереди и сзади, то возможны падения и травмы – поэтому возникает проблема соблюдения дистанции и общей ориентации в пространстве ситуации. Нормы и правила особенно никто не декларирует – они усваиваются сами собой, через подражание младших старшим, а также потому, что включается инстинкт самосохранения. Конфликты бывают редко. На горке хорошо видно, как ребёнок учится распределять своё поведение в пространстве ситуации, соразмеряя расстояния и скорости передвижения участников и свою собственную.

Третье социальное приобретение во время катания с горки состоит в особых возможностях непосредственного телесного общения с другими детьми.

Более зрелый вариант телесного общения детей состоит в том, что они договариваются кататься вместе, держась друг за друга «паровозиком».

Катаясь вдвоём, втроём, вчетвером дети получают разнообразный двигательный и коммуникативный опыт, а также хорошую эмоциональную разрядку, когда вместе визжат, хохочут и кричат.

Вообще на горке человек виден как на ладони. Катаясь, он проявляет свои личностные особенности: степень активности, находчивости, уверенности в себе. Очень хорошо виден уровень его притязаний, характерные страхи и многое другое. Поэтому, пока ребенок катается, родитель тоже может не только скучать и мёрзнуть, но с пользой для дела понаблюдать за своим детищем. Горка хорошо выявляет телесные проблемы детей: неловкость, плохую координированность движений, неустойчивость из-за недостаточного контакта стоп с почвой, неразвитости ног, смещения вверх центра тяжести тела. Там легко оценить общий уровень телесной развитости ребёнка по сравнению с другими детьми его возраста. Замечательно то, что все эти проблемы могут быть отлично проработаны и отчасти изжиты именно на ледяной горке, которая, с психологической точки зрения, является уникальным местом познания и развития телесного «Я» ребёнка в естественных условиях.

В сознании современных людей ледяная горка потеряла свой магический смысл, но осталась значимым, сильным местом для детей. Она привлекательна тем, что позволяет ребёнку удовлетворять большой комплекс жизненно важных потребностей его личности. В то же время ледяная горка оказывается одним из важных мест этнокультурной социализации.

## ФИЗИЧЕСКИЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ КОНТАКТ С РОДИТЕЛЯМИ - ГЛАВНОЕ УСЛОВИЕ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА

Что развивает малыша? Что необходимо для развития малыша в первые годы жизни? Полноценное питание? Достаточный сон? Режим? Достаточное количество игрушек? У детей, оставшихся без попечения родителей (в домах ребёнка), с первых месяцев наблюдается некоторое отставание в психомоторном развитии, хотя все эти условия соблюдаются.

На вопросы для газеты «Воспитание с пониманием» отвечают психолог Игорь Ремович Елисеев и специалист по ранней коммуникации психологической службы Центра восстановительного лечения Ягодкина Надежда Николаевна, которые работают с детьми с первых месяцев их жизни.

**?** Вы проводите ваши развивающие занятия с детьми вместе с родителями. В чём смысл совместного проведения занятий?

**И.Р.:** Родительство – это величайший дар, который даётся нам, чтобы мы в своих повседневных заботах передали самое дорогое и единственное, что один человек может передать другому – свою любовь.

Логика нашей сегодняшней жизни часто приводит родителей к чувству, что воспитание ребёнка - это работа. А если это работа, то её может выполнить специалист. Если родители так ощущают, то может возникнуть желание переложить эту работу, насколько возможно, на других людей. А самим выполнять другую работу – более денежную, интересную, привычную и престижную. Но хитрость в том, что материнство и отцовство это не работа. Таких профессий «мама» и «папа» не существует. Никто не сможет выполнить за маму и папу то, что могут сделать только родители - передать свою любовь.

**Н.Н.:** И когда ребёнок получает любовь - он счастлив, а если не получает - то никакая «забота», никакие «блага» не сделают ребёнка счастливым.

Наши занятия дают возможность родителям повысить свою компетентность, обогатить свой опыт общения с ребёнком новыми зна-



ниями, играми, упражнениями. Приобретённый опыт навсегда останется с ними и позволит найти занятие для своего малыша дома.

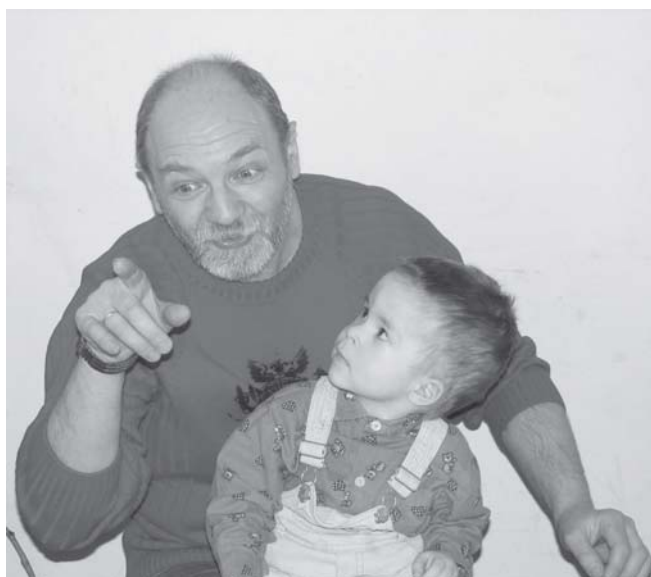
**?** Что вы считаете главным на ваших занятиях?

**И.Р.:** Новорождённый малыш развивается, познавая себя и окружающий мир, изучая своё тело и его возможности. Он изучает себя, разглядывая и дотрагиваясь, изучает через внутренние телесные чувства и ощущения. Задача родителей на этом этапе состоит в том, чтобы играя, предоставить малышу самый разнообразный телесный опыт. На наших занятиях мы играем во многие такие игры, учимся придумывать эти игры.

Мы убеждены, что воспитание - это творчество. Видим свою задачу в том, чтобы на конкретных примерах объяснить некото-

рые общие принципы воспитания, и побудить родителей быть смелыми и творческими в отношениях со своими детьми. Только мама и папа могут почувствовать и дать своему ребёнку то, что именно ему нужно сейчас.

**Н.Н.:** Не менее важным мы считаем необходимость передать опыт внимательного отношения к чувствам



ребёнка и своим собственным. Это необходимо, чтобы между ребёнком и мамой (папой, бабушкой, дедушкой) укреплялась эмоциональная связь. Радость и счастье, которое испытывают родители и малыши от возможности побыть вместе, радость от прикосновений, взглядов, радость от первых успехов малыша - эмоциональная основа, побуждающая ребёнка к росту и развитию.

**?** *О развитии интеллекта сейчас известно много. А как развивать чувства?*

**И.Р.:** Строго говоря, чувства развить нельзя, они уже есть у ребёнка. Их можно познать, научиться обращаться с ними и принимать.

**Н.Н.:** А значит понимать и принимать себя и других людей.

**И.Р.:** Ребёнок учится этому через отношения с папой и мамой, когда мама и папа показывают пример внимания и уважения к собственным чувствам и чувствам своего малыша.

**Н.Н.:** Мама и папа, другие люди - это не весь мир. В познании чувств важную роль играет общение ребёнка с природой. На занятиях мы вместе учимся в играх переживать изменения в природе и смену времен года. Это происходит через работу с природными материалами и через игры, стихи, песни.

**?** *На занятиях вы мало рассказываете, а всё время играете.*

**И.Р.:** Для малышей игра - это вообще основной способ развития. Да и взрослым, чтобы научиться, лучше один раз попробовать, чем десять раз прочитать или услышать.

**Н.Н.:** Личный пример взрослого в игре - лучшее воспитание. Ребёнок охотно делает то, что считает правильным делать мама и папа. Он счастлив, когда у него получается повторить то, что делают взрослые.

**И.Р.:** Родители - главные учителя для ребёнка. И мы показываем пример родителям, а родители детям и получается весело и очень действенно. По крайней мере, проявлений лени и протестов на наших занятиях мы не замечали ни со стороны детей, ни со стороны взрослых. Да и самим нам нравится больше играть, чем читать нудные лекции.

**?** *На ваших занятиях вы почти всё время говорите стихами, поете песенки. Зачем? Обычно люди так не общаются.*

**Н.Н.:** Маленькие дети особенно чувствительны к ритму, к мелодии. Им это нравится. А в стихах и в песенках всегда есть ритм.

**И.Р.:** В стихах слов не переставишь, и для ребёнка эта предсказуемость доставляет радость узнавания, развивает память и речь, даёт уверенность в себе.

**?** *Вы используете на занятиях пестушки, потешки. Для современных людей они звучат странно.*

**И.Р.:** Пестушки и потешки - это чудесные образцы занятий, отточенные до совершенства нашими предками и, зная эти игры, подражая им, мы учимся так строить игру со своим малышом, что-



бы он мог получать от общения всё, что ему нужно для развития.

**Н.Н.:** Что такое пестушки, как не заклинания наших прапрабабушек, пришедшие к нам из глубины веков? Заклинания на здоровье, на силу, на то, чтобы наши дети были умными, здоровыми и счастливыми.

**?** *Приходят ли на Ваши занятия папы?*

**И.Р.:** Когда мамы видят мужчину - ведущего и узнают, что на занятия можно приходить всей семьей, они стараются привести пап. И те приходят, и охотно занимаются со своими малышами, часто подменяя мам. Бывали дни, когда наши занятия проходили в чисто мужской компании.

*Детство - важнейший период человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь. И от того, как прошло детство, кто вел ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира, - от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш.*  
*В.А.Сухомлинский*

## ДЕТСКИЙ САД «ПЕРВЫЕ ШАГИ»

[www.top-top-top.spb.ru](http://www.top-top-top.spb.ru)

**Групповые развивающие занятия с психологом для родителей с детьми от 1 года до 3 лет**

**Адаптация к детскому саду**

Занятия направлены на воспитание уверенности в себе и устойчивости в коллективе

Занятия развивают эмоциональную сферу, речь, крупную и мелкую моторику, творческие способности

**Санкт-Петербург,  
Дрезденская улица, д. 10, к. 2  
Телефон: (812) 554-26-33**

**Занятия проводятся по субботам**



? Почему Вы решили организовать детский сад?

Если бы 15 лет назад кто-нибудь сказал бы мне, что большую часть своей жизни я посвящу детскому саду и детям, я бы громко рассмеялась. Я честно пыталась делать научную карьеру в одном из академических институтов, но тут встала проблема, куда отдать младшую дочку. Она была очень домашней и не очень-то контактной девочкой. Я сходила в один садик, в другой и поняла, что там ей будет трудно. Честно говоря, и работа меня не очень устраивала, а в то время начали появляться домашние садики. И я подумала, что в организации

такого домашнего садика нет ничего сложного, необходимо только найти воспитателя и педагогов. С этого все и началось. Очень быстро я поняла, что всё не так просто, как казалось. Мне приходилось всё больше сил и времени отдавать садикам. Постепенно меня это полностью захватило, подобралась очень интересная команда преподавателей. Мы стали ставить домашние спектакли. Появились первые выпускники и первые удачи, и я поняла, что это надолго. Три года поисков, - и вот мы нашли помещение, в котором с 2003 года существует уже настоящий садик. Честно говоря, я часто скучаю по тем временам. Мы жили как одна семья, без всяких ненужных дел, которые сваливаются на меня сейчас, когда приходится взаимодействовать с государственными структурами.

? Что Вы считаете самым важным в воспитании детей?

Когда-то, давно-давно, когда мы ждали появления нашего первого ребенка, мы с мужем задумались о том, как мы будем «воспитывать» нашего ребенка. Мы долго о чём-то говорили и вдруг, буквально одновременно воскликнули: «Самое главное, что мы хотим дать нашему ребёнку - это чувство собственного достоинства». После этого стало понятно, что мы не будем «воспитывать» наших детей, мы просто будем с ними жить, вырабатывая так называемый «договор», когда уважаются как интересы и чувства ребёнка, так и родителя.

Сейчас наши дети выросли и мы довольны результатом. Пожалуй, такое понимание процесса воспитания детей определило всё то, что я делаю в своём детском саду. Можно попробовать определить самое главное:

- Каждый ребёнок - это личность. Мы относимся к ребёнку серьёзно, понимая, что - это не вещь, а человек со своими чувствами, представлениями об окружающем мире, и своими проблемами.

- Мы принимаем ребёнка таким, какой он есть на данный момент. Мы даём ему проявиться. Пусть эти



## ЧАСТНЫЙ ДЕТСКИЙ САД «ПЕРВЫЕ ШАГИ» - СЕГОДНЯ

На вопросы газеты «Воспитание с пониманием»  
отвечает директор сада - Эндер Наталья Андреевна.

Вот, пожалуй, и все принципы. Мы прекрасно понимаем, если ребёнок не чувствует подавления, отвержения, если ему внутренне интересно, то развитие пойдёт. И не важно, какие приёмы обучения будут использованы. Ребёнок будет впитывать любую информацию и использовать её для дальнейшего развития. Этот путь очень кропотливый и долгий. Бывает, что долгие месяцы уходит только на то, чтобы ребёнок перестал бояться, поверил нам и вступил на этот путь развития. Особенно трудно с занятиями. За годы работы мы поняли и знаем совершенно точно: пока ребёнок не захочет получить информацию, он не сможет её получить, как бы педагог не старался.

Если ребёнок не может заниматься, это значит, у него есть какие-то проблемы (страхи, тревога, нарушение взаимоотношения с родителями и детьми), которые не дают ему покоя. Не решив этих проблем, дальше мы никуда не можем двинуться. Мы не психологи, мы не знаем точно, с какими проблемами мы сталкиваемся. И опыт показывает, что, приняв ребенка, давая ему это самое чувство собственного достоинства, бережно относясь к его самооценке, очень постепенно мы выводим его на путь позитивного развития.

? Какие результаты, итоги своей работы Вы хотели бы отметить?

Тринадцать лет работы с детьми - достаточный срок, для того, чтобы можно было подвести некоторые итоги. Раньше многие родители говорили нам о том, что дети у нас находятся в теплой обстановке и что после нашего садика им очень трудно придётся в школе. У нас тоже были такие опасения. Опыт наших выпускников показал, что эти дети очень легко встраиваются в новый социум и многие становятся лидерами в коллективах. Это хорошо подготовленные к жизни дети. На мой взгляд, самое главное - они обладают этим самым чувством собственного достоинства, и они



имеют внутреннюю мотивацию к процессу обучения. Я надеюсь, что родителям наших детей не приходится вместе с ними делать уроки и что этот процесс доставляет детям удовольствие. Наши дети не боятся проявить себя. Они не боятся людей. Конечно, в школах они часто встречаются с непониманием своей позиции. Учителя не понимают, почему ребёнок много говорит с ними, или пытается объяснить учителю, что любит его, или на замечание учителя объясняет свою позицию. Но это проблема современной школы. Я надеюсь, что заложенное нами до 6-7 лет не пройдёт бесследно и наши дети сохраняют, то ценное, что у них есть - чувство собственного достоинства, свободу, смелость, высокую самооценку, умение мыслить и работать.

**?** *Ребёнок первый раз пришёл к Вам в садик. Изменение привычных условий – это стресс для любого человека, даже взрослого, не говоря уже о маленьких детях. Считаете ли Вы это проблемой?*

Ребенок приходит в садик и остаётся один на один с воспитателями, детьми, новыми игрушками и правилами. Это очень не просто для малыша. Советская педагогика предупреждает: «Процесс адаптации может занимать до полугода. В это время может наблюдаться регресс в развитии ребенка вплоть до потери речи и развития энуреза».

Я долго раздумывала о том, как правильно приучать ребенка к детскому саду. Прочитала кое-какие книги. У Дольто в книге «На стороне ребенка» я наткнулась на описание работы с детьми в «Зелёном доме» и разговор о том, что их дети при поступлении в ясли отпускают мам без проблем. Нет ни плача, ни регресса. В чём же дело? В группах Дольто с ребёнком разговаривают. Объясняют ему, что и как произойдёт. Вместе с мамой говорят о том, почему маме необходимо оставить ребенка, о том, что мама его любит, и если она его на время оставляет, то это не отказ от любви.

Мы попробовали пойти по пути Дольто. Мамы, которые приходят к нам в садик из обычных ясель удивляются: «У вас так тихо, никто не плачет». Это результат наших усилий по адаптации. Конечно, не всё гладко. Не все дети готовы отпустить маму быстро. Некоторые всё равно уходят в болезнь, как протест. Но для большинства детей такой мягкий вход очень позитивен. Очень приятно, когда через некоторое время двухлетние дети говорят маме: «Пока!», и убегают в группу.

**?** *И что же Вы делаете?*

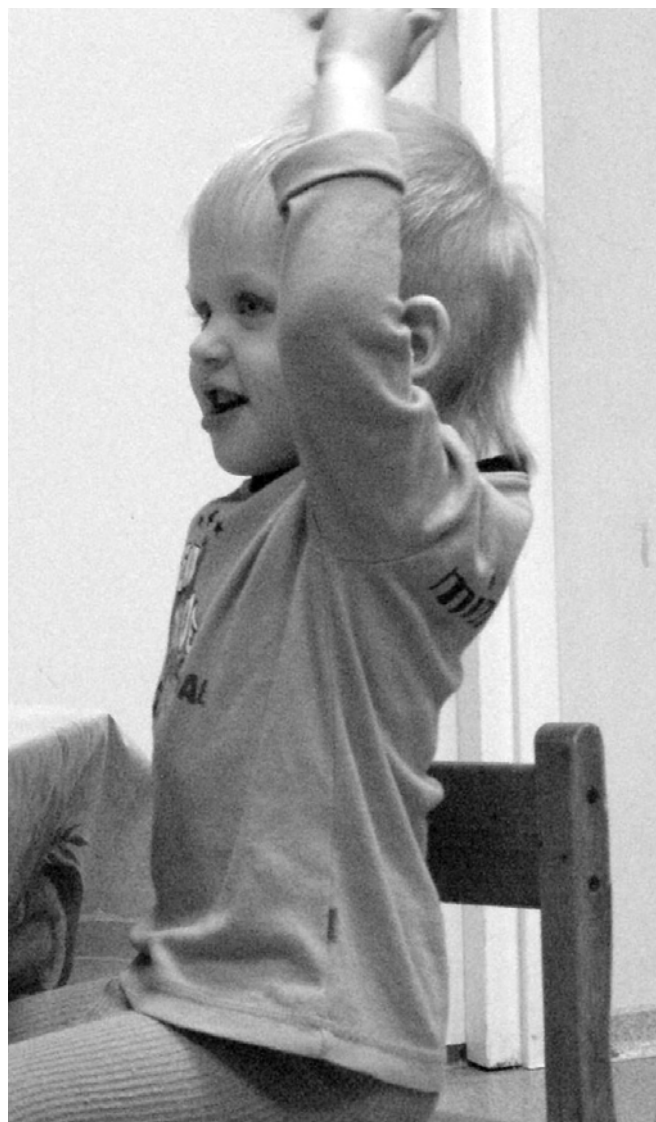
Всё очень просто. Мы берём ребёнка вместе с мамой примерно недели на две. Мамы живут вместе с нами. В идеале - вместе с нами играют, гуляют, кушают. Мамам это важно для того, чтобы увидеть, куда они отдадут своего ребёнка. У них снимается тревога, возникает доверие к воспитателям. Они могут передать ребёнка не спеша. Рассказывают про все особенности ребёнка.

Подсказывают нам, как поступить в те или иные моменты. Мы тоже видим ребёнка, знакомимся с ним и можем увидеть его особенности, понять как нам вести себя с ним, как устоявливать взаимодействие.



Ну, а для ребёнка этот период не оценим. В норме, если у него не было негативного опыта расставания с мамой, он не пугается и через несколько дней может оставаться у нас ненадолго без мамы. Ребёнок успеет в безопасной для себя обстановке познакомиться со всеми нами, увидеть, что ему здесь комфортно и хорошо. Он видит, что о нём позаботятся. Видит, что мама хорошо относится к этому месту, знакомится с детьми, начинает играть, и страхи проходят. А значит, и остаться без мамы уже не так страшно.

Конечно, если есть негативный опыт, то процесс адаптации затягивается. И нужно больше времени. Поэтому с 2008 года в нашем садике организованы дополнительные занятия для тех, кто ещё только готовится пойти в детский садик. Занятия эти проходят по субботам, и ведёт их опытный психолог. И дело не только в том, что у ребёнка на этих занятиях в игровой форме развивается память, внимание, речь, а родители узнают новые развивающие игры. Главное, что ребёнок и родители получают позитивный опыт совместной, творческой деятельности с незнакомыми до этого людьми в доброжелательной и весёлой атмосфере, что переносится впоследствии на другой новый коллектив. Но и это не всё. Все игры направлены на развитие самого важного для ребёнка – эмоциональной связи с мамой и папой. Ведь именно надёжная связь с родителями позволяет ребёнку преодолевать любые стрессы.





## НАШ ПРАЗДНИК ПАП

На день защитника отечества в нашем садике проводится праздник пап. Он проходит утром, пораньше, перед работой. В другое время большинство пап прийти не смогут. Дети готовятся и приглашают пап. И вот папы приводят детей в садик и не уходят как обычно, а раздеваются и проходят в группу. Обстановка торжественная, на стенах висят рисунки на которых нарисованы папы. Кто защищает границу, кто сражается с врагами, кто идёт на рыбалку со своими сыновьями, кто ничего не делает, а просто отдыхает. Рисунки с пожеланиями. Пожелания собрали и подписали воспитатели, но кое-кто сделал это сам.

Начинается праздник. Играем в игры, в которых нужна папина сила и ловкость. Разбиваемся на команды и соревнуемся, кто быстрее и сильнее, но не для



того, чтобы победить кого-то, а просто, чтобы почувствовать свою силу и ловкость. Папы сначала немного стесняются, но потом забывают, что они папы и радуются, и балуются вместе с детьми. Когда папы раззадориваются, они перестают быть солидными и серьезными, и это очень весело: смотреть как они балуются.

А потом все встают в круг и поют песню для пап, известную песню, только слова в припеве изменены. Дети с удовольствием поют:

«Папа в доме, конечно, главный  
И без папы и без папы нам не прожить!»

Праздник короткий, он длится всего полчаса, папы забирают рисунки с пожеланиями своих малышей и уходят по делам, но уходят улыбающиеся, румяные, радостные.

*Рассказал о празднике папа Игорь.*

## Поздравления папам

**Гоша, 7 лет.** Ходит в первый класс, но в этот день пришел в гости в садик, и сам написал: «Дорогой папуля желаю тебе счастья, здоровья и конечно же всего наилучшего в жизни Папулечке от Гоши»

**Даша, 4 года:** Папа, милый, ты самый добрый!

**Серёжа, 6 лет:** Дорогой папа! Чтобы ты никогда не болел и всегда на работу успевал, чтобы красивым был, не старел, чтобы не ругал маму.

**Ясик, 6 лет:** Дорогой папа! Желаю тебе, чтобы у тебя спина прошла. Я тебя люблю!

**Ваня, 4 года:** Дорогой папочка! Поздравляю тебя! Желаю, чтобы у тебя был бы большой дом и много много радости. Чтобы у тебя был хороший вид, много-много мешков с деньгами и с золотом – можно купить новые рюкзаки и вкусной еды, яблоки, мандарины... Мой папа дорогой!

**Сеня, 4 года:** Мой любимый папа я хочу тебя поздравить. Папочка ты не болей никогда и накапливай много денег. Чтобы ты играл в бассейне в мостик со мной и с Настей, чтоб писал маме стихи и давал ей деньги, если кончатся.

**Варя, 6 лет:** Дорогой папа! Я тебя люблю и желаю, чтобы ты никогда не болел, чтобы у тебя всегда было много подарков, чтобы ты был добрый к маме и к нам.

**Василиса, 6 лет:** Милый папочка! Желаю, чтобы у тебя все было хорошо! Чтобы мама на тебя не обижалась, Лада не кричала и не царапалась, чтобы мы с тобой хорошо играли, чтобы были у тебя удачи. Я жду, чтобы ты с нами лепил. Папочка, я тебя очень люблю!

**Никита, 6 лет:** Дорогой папа! Поздравляю! Счастья, радости желаю! Желаю золота, серебра, здоровья, чтобы всё хорошо было в жизни!

**Саша, 6 лет:** Любимый папа! Я тебе желаю, чтобы ты никогда не болел!

Люблю когда ты мне читаешь книжки, люблю, когда ты дома – тогда весело, ты замечательный красивый! Хорошо, что ты мне достался, такой работник, очень старательный!

**Соня, 6 лет:** Дорогой папа! Я желаю здоровья, счастья! Обожаю, когда ты дома, люблю ездить в нашей машине, когда ты ее ведешь. Спасибо, что ты мой папа!

**Артур, 4 года:** Любимый папочка! Поздравляю с праздником! Желаю, чтобы ты всегда был хорошим, катался на коньках и на санках. Хочу подарить тебе подарок – вино и красото. Чтобы ты с нами играл и улыбался.





*Папа отдыхает*

## ГОСТИ В ГРУППЕ «ЗЁРНЫШКО»

Пригласили меня к внуку в детский сад на праздник Дня защитников Отечества... Хочу поблагодарить всех педагогов за поздравления, за тёплую атмосферу! Малыши такие славные, с азартом участвовали в соревнованиях, даже мне пришлось подразмяться – удовольствие, хочу сказать, необыкновенное!!!

Я рад, что мой внук с желанием ходит в детский сад, что у него там появились маленькие друзья. Самый любимый день у него - четверг. Когда выпекают булочки. Вечером после садика разрезаем булочку на несколько кусочков. Данька угощает всех членов семьи «своей» булочкой и очень гордится при этом, по несколько раз переспрашивая вкусный ли кусочек?

Вспоминая своё детство, это было очень давно, родился я в 1941 году. Война. Блокада. Эвакуация. Всё это помню смутно, больше по рассказам матери, а вот голо – помню хорошо. После возвращения из эвакуации мать отдала меня в детский сад. Ах! Какая там была вкусная каша! Никаких воспоминаний об играх не осталось, всё стёрлось в памятник старости, а вот вкус и запах горячей манной каши с маслом помню как сейчас.

Богато и сыто живут наши дети и внуки сейчас. Молодые, цените это!

Дай Бог, чтобы никогда не было войны, несчастий, горя и потерь, какие пережили люди моего поколения!

Спасибо вам, воспитатели, за ваш труд! Растите детей добрыми, щедрыми, крепкими духом!

*Лулаков Валерий Васильевич – дедушка Дани*

## ПРИХОДИТЕ К НАМ, МУЖИКИ!

Мне безразлична моя семья, безразлично будущее моих детей, да и моё тоже. Я считаю, что мы, мужики, ответственны за то, что происходит вокруг. В феодальном обществе мужчина занимал достойное положение. В индустриальном обществе он утратил свое место в семье. Особенно изменилась роль мужчины в воспитании детей. Раньше у детей была возможность видеть, чем занимаются родители. Дети были помощниками и часто продолжали начатое дело.

Сейчас ситуация изменилась. Уходит папа утром на работу, прощается с семьёй - дверь за ним закрылась. Чем он там занимается? Дети не видят и не знают. Для них «работа» - это пустое слово без содержания. Приходит вечером папа домой, ужинает, садится за просмотр телевизора. И если дети начинают приставать, недовольно ворчит, что устал на работе, весь день вкалывал, зарабатывал для семьи деньги. Но дети видят ту часть жизни отца, где он отдыхает. В общем, - «уважаемый тунеядец». В более сжатом и наглядном виде отец - это мужчина, который постоянно куда-то уходит, приносит (а иногда, и не приносит) деньги. В общем - спонсор. Девочка, наблюдая дома такого родителя, когда вырастет, будет искать себе не любимого, друга, отца своим детям, а такого «папочку», который снабжал бы деньгами и поменьше появлялся бы дома - не мешал семье жить. А поскольку женщи-

на может зарабатывать и сама, роль мужчины вообще сводится к минимуму. Если сын решает, что работа (дело) и деньги - это главное в жизни, то творчество, искусство, культура - вещи второстепенные. Все духовные ценности: дружба, бескорыстие, взаимопомощь - всё лишняя мишура, в том числе и понятие Родины. И выросло, по крайней мере, уже два таких поколения.

Но мне кажется, что такое положение можно исправить. Мужчинам надо находить время для общения с детьми: играть с ними, творить как можно чаще. Я думаю, что многие папы хотели бы заняться чем-нибудь со своими детьми, но боятся, что у них это не получится, что детям будет неинтересно, иногда на это просто не хватает времени.

В нашем городе (Петербурге) есть семейные клубы. В основном с детьми занимаются женщины, мужчин мало, но они есть. Так что приходите к нам, мужики! - вы не будете одиноки. Наши идеи плюс ваши идеи - вместе мы сможем всё. Дети увидят, что вы на самом деле многое умеете и знаете, они потянутся за вами. Это подтолкнёт их к творчеству, изобретательности, мир для них расширится. Наконец, отец станет для них другом, главным человеком в жизни. Эти отношения они понесут затем в свои семьи. И, может, нашим детям удастся больше, чем нам?

*Николай Никитин  
(папа из центра «Наша семья», Санкт-Петербург)*



## РАДОСТНАЯ ВСТРЕЧА С МАЛЫШОМ

Целых 9 месяцев мама и малыш находятся вместе, являясь одним целым. Мама настолько хорошо знает своего малыша, что в любую минуту может определить и выделить по движению малыша хорошо ему или что-то беспокоит. В ответ на его реакцию мама знает, как правильно сесть или встать, поговорить или руки приложить к животу, чтобы малышу было хорошо.

А что в душе происходит даже не передать - любовь, нежность, ласка, забота к малышу и одновременно переживание за здоровье, исход родов. Радость встречи с малышом перекрывает все трудности, о которых думает будущая мама. И вот подходит время, когда мама понимает, что малыш вот-вот родится и в душе появляется искорка беспокойства переживаний за исход родов. Не надо бояться. Страх вызван неизвестностью. Но неизвестности нет. Вы точно знаете, что, пройдя такой большой путь, вы очень хотите встретиться с малышом и необходимо ещё усилие и это произойдёт.

И вот наступает тот день, когда понимаете, что роды наступили. Просто отдайтесь своему звёздному часу, т.к. малыш не просто так выбрал этот день. Желание ваше и желание малыша встретились, все звёзды на небе дали добро, и началось счастливое событие. Думайте о том, что вы с каждой минутой всё ближе и ближе к встрече с малышом. Вам осталось только помочь ему, а вернее - не мешать и не задерживать, а ждать и быть готовой принять и любить его всегда. Ребёнок чувствует всё то же, что и вы. «Мама помогает мне, мама прилагает все усилия, чтобы родиться и я не буду

задерживаться, я хочу встретиться и заглянуть другу другу в глаза». Внутри малыш чувствовал вашу любовь. Он уже знает, что есть мама и папа, и что они его ждали и любили до сих пор, теперь главное - дать ему те же ощущения в процессе и после рождения, когда ему особенно трудно. Вам не с кем не надо бороться и некого бояться!

Прислушайтесь к себе, соединитесь с волнами ощущений и плывите на встречу с вашим малышом, т.к. всё, что с вами происходит - это усилия, которые продвигают малыша на встречу с вами. - А вы самая счастливая, т.к. скоро заглянете в глаза малышу, скажете: «Привет родной!» - и поймёте, что такое женское счастье.



### Академия Родительской Культуры «НАША СЕМЬЯ» (Санкт-Петербург)

#### Основные направления работы:

- Школа подготовки к родам
- Партнерские роды
- Детские развивающиеся программы.
- Дыхательная гимнастика
- Фитнесс

#### Формы занятий:

- Курсы для ранних сроков
- Экспресс — курс
- Бесплатные консультации психолога
- Лекции и практические занятия

www.nasem.ru  
Тел. (812) 9844314,  
+7 921 745 5654

### ДЕТСКИЙ САД «ПЕРВЫЕ ШАГИ»

www.top-top-top.spb.ru

Групповые развивающие занятия  
с психологом  
для родителей  
с детьми от 1 года до 3 лет

#### Адаптация к детскому саду

Занятия направлены  
на воспитание уверенности  
в себе и устойчивости  
в коллективе

Занятия развивают  
эмоциональную сферу, речь,  
крупную и мелкую моторику, творческие  
способности

Санкт-Петербург,  
Дрезденская улица, д. 10, к. 2  
Телефон: (812) 554-26-33

Занятия проводятся  
по субботам



## ОБ АРТЁМЕ

Я стала дипломированным логопедом. Моему племяннику Артёму в это время было 3,5 года. Он был очень подвижный мальчик, любил играть с машинками, бегать, прыгать. Говорил он не очень хорошо, и моя сестра попросила посмотреть его на предмет развития речи. И вот я пришла к ним в гости с машинкой. Подарила машинку Артёму, решив, что это кредит доверия ко мне, и я смогу говорить с ним, чтобы разобраться с его речью. Но не тут то было. Взяв из моих рук машинку, он отвернулся от меня, стал крутить колёса, катать её по полу, не обращая на меня никакого внимания. Я пыталась всячески привлечь его к предмету моего интереса, т.е. определить, что же у него не так с речью. Просила его повторить слова, пожуждать, позвенеть как комарик. Мои «игры» были неинтересны ему. В конце концов, он вырвался от меня, убежал в другую комнату, и, выглядывая из-за двери, сказал в мою сторону: «Шапокляк». На том моя проверка речи племянника в этот раз и закончилась.

Эта история меня кое-чему научила. Тогда начались мои поиски в понимании ребёнка и его потребностей. Я понимала, что они, потребности, у нас совсем разные. Ребёнок совсем не стремится делать то, что хочется мне. Я стала понимать, что если ребёнок не выполняет полезное (по пониманию взрослого) задание логопеда сразу, то это - естественная ситуация для детей раннего возраста и поэтому невозможно за первую встречу определить уровень развития речи ребёнка.

## КТО ТАКОЙ ЛОГОПЕД?

Недавно я спросила нескольких моих коллег о том, кто такой логопед и чем он занимается. Все ответы были очень похожи: «Логопед занимается постановкой звуков».

Затем я задала такой же вопрос родителям. Они ответили мне: «Логопед занимается исправлением звуков или речи».

Интернет даёт очень много объяснений и описаний того, чем занимается логопед и кто он такой. Есть



достаточно забавные описания, например, о том, что в работе с детьми логопеду нужно «нейтрализовать родителей» и что проблема ребёнка – это проблема родителей и т.п. (Кстати, а что думаете Вы по этому поводу, дорогие родители?)

В толковом словаре Ожегова С.И. (Москва, АЗЪ, 1995) даётся следующее объяснение: «Логопед – специалист по логопедии. Логопедия – раздел дефектологии, занимающийся недостатками

речи и их исправлением». В общем, я поняла, что все и специалисты, и родители, говоря о логопедии, приписывают ему следующее: постановку и исправление звуков и речи.

Моё утверждение (из моего 15-летнего опыта работы с детьми раннего возраста и их семьями): логопед – это специалист, который должен заниматься не только постановкой и исправлением звуков (чем обычно занимаются логопеды с детьми старше 4-летнего возраста). Логопед, прошедший специальную подготовку, должен заниматься с малышами уже на первом году их жизни.

Почему нужен логопед в этот период? Что делать логопеду, когда малышу ещё не исполнилось и года? Ведь звуки ему не поставишь и речь не исправишь?

Первый год жизни - это самое замечательное время для родителей и для малыша. Малыш стремительно познаёт окружающий его мир. И узнаёт он это мир посредством взрослых, и в первую очередь – родителей. Общаясь с малышом, родители «учат» его познавать окружающий мир вещей и звуков. Малыши учатся мелодике родного языка. В этот период мимика, интонация, выражение глаз, паузы в речи взрослых играют огромное значение для обучения ребёнка речи. Малыш с удовольствием слушает речь мамы и папы. Некоторое время спустя он начинает узнавать их голоса, начинает улыбаться, активнее показывать своё стремление к общению и, в конце концов – начинает произносить отдельные звуки и звукосочетания. В этот период логопед может «подсказать» родителям, чем важно заниматься с ребёнком, какие игрушки использовать, как лучше общаться, чтобы это общение доставляло удовольствие и малышу, и маме, а значит, способствовало развитию речи.



*В следующем номере мы расскажем о том, как использовать мимику, выражение глаз и интонацию для развития общения и речи у самых маленьких :-)))*

Наш корреспондент побеседовал с директором СПб отделения центра боевых искусств «УЦЗИ-МЭНЬ», мастером спорта международного класса по традиционному УШУ, специалистом в области спортивной медицины **Фёдоровой Еленой Викторовной**.

**?** Елена Викторовна, расскажите, пожалуйста, почему именно традиционное УШУ стало вашим призванием, ведь вы занимались и музыкой, и художественным творчеством, делали кукол, получили медицинское образование?

**Е.В.:** Да, в моём детстве и юности была возможность заниматься в различных творческих кружках. У меня так же было достаточно времени на уличные игры, так что росла я здоровым ребёнком и всесторонне развитым. В восьмом классе я занялась традиционным УШУ. И серьёзно отнеслась к этим занятиям, так как поняла, что здесь есть много того, чего нет в обычных видах спорта. Мои тренировки УШУ не только не мешали повседневной жизни и учёбе в школе, а наоборот, позволили мне стать собранной, внутренне дисциплинированной, лучше почувствовать себя и свои возможности. Я осознала, что через своё любимое занятие можно достичь совершенства в любом деле, так как изначально в УШУ заложено умение трудиться, воспитывать волю, укреплять дух, концентрироваться



Фёдорова Елена Викторовна  
тренер традиционного УШУ  
+7 (921) 270-8609, (812) 786-4826

на главном и, как следствие, в нём есть все, что нужно для жизни.

Сейчас я сознательно передаю детям и взрослым искусство, несущее в себе много интересного и познавательного для каждого человека. И все ученики через эти занятия открывают потайные уголки своей души, становятся уверенными в своих начинаниях людьми, и, конечно же, укрепляют свое здоровье.

**?** На ваши занятия приходят четырехлетние дети – вы их обучаете боевым искусствам?

**Е.В.:** УШУ- практика развивающая и тело и дух. Это в наше время редкость. Сейчас родители стараются развивать своих детей по большей части в интеллектуальном плане, совсем не обращая внимания на физическую подготовку. Результатом этого является либо гиперактивность ребенка - у него не разви-

## ТРАДИЦИОННОЕ УШУ - ПУТЬ К СВОБОДЕ

вается воля, либо ребёнок не желает двигаться вообще, сидя всё время у компьютера или перед телевизором. У таких детей возникают проблемы с избыточным весом и различные психологические нарушения, одно из которых - страх перед групповыми занятиями и неумение заниматься и общаться в коллективе.

...А ведь так приятно смотреть на гармонично развитого ребёнка и чувствовать его светлую энергию. Занятия для детей в нашей школе направлены в первую очередь на формирование уверенности в себе и умение заниматься в коллективе. Это позволяют совместные спортивные игры и тренировки. Развить же гармонию и мастерство в ученике удаётся за годы тренировок, направленных на концентрацию внимания, обретение внутреннего равновесия и развитие пространственного мышления, упражняясь с телом.

**?** Но ведь вы ещё и мама двоих детей, они тоже занимаются УШУ:

**Е.В.:** Да, я воспитываю своих детей в духе традиционного УШУ не жалея времени на приобретение



навыков, необходимых во взрослой жизни.

**?** Как приходят к вам ученики?

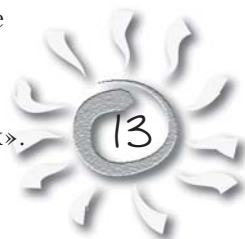
**Е.В.:** Имея желание, любой человек может вступить в центр «УЦЗИМЭНЬ» (Врата беспредельности) не зависимо от уровня его спортивного развития и наличием ограничений по здоровью! Мы позволяем всем обрести знания, хорошую физическую форму, восполнить или приобрести равновесие в своем теле и душе.

**?** Елена Викторовна, что вы считаете самым важным в вашей работе тренера?

**Е.В.:** Мой метод – **терпение**, а не «дрессура», Для меня очень важен индивидуальный подход. Если речь идёт о детях, то я слежу, чтобы занятия по настоящему развивали и тренировали, и тело и характер, но обязательно были в радость. Чтобы мальчишкам и девочкам хотелось идти на следующую тренировку и научиться ещё чему-нибудь.

Мой просветлённый китайский учитель Шен Янь говорил: «...тренеру не обязательно быть выдающимся спортсменом, но он может обладать способностью превращать в выдающихся спортсменов других людей. Настоящий мастер знает, что имея две ноги, нужно использовать две ноги, а не одну...»

Я не кичусь своими победами в соревнованиях и титулами, но мне доставляет удовольствие помогать людям «ходить на двух ногах».





**Котов Антон, 23 года**

## ЧТО ДЛЯ МЕНЯ УШУ?

*«Только воин может выжить на тропе знания. Потому что искусство война состоит в том, чтобы уравновесить ужас оттого, что ты – человек, восторгом оттого, что ты – человек».*

**Карлос Кастанеда**

Человек не спроста рождается в этом мире. Все мы задаёмся вопросами о своём предназначении, о смысле жизни, о том, почему следует поступать так, а не иначе. Мы боимся жить, боимся умереть, колеблемся, пытаемся сделать следующий шаг, сомневаемся в своем выборе. Большинство из нас прекрасно знают, как надо жить – не завидовать, не обижать других людей, не гневаться, можно долго перечислять, но факт остается фактом – все мы знаем или догадываемся о своих недостатках. Как правило, человеку не хватает воли, жизненной мотивации, целеустремленности, просто терпения, чтобы измениться. Не хватает понимания того, что за свою жизнь отвечает только он один. А время неумолимо движется, и если не начать что-то делать сейчас, в один «прекрасный момент» окажется поздно. Времени не хватит. Традиционное УШУ – это инструмент, который помогает человеку идти по выбранному пути, осознать свои потребности, помогает измениться, обрести новые силы.

Я не могу сказать, что УШУ является смыслом жизни. Скорее оно помогает его найти, подготавливает тело и сознание к тому, чтобы раз обретя понимание, не растерять, четко следовать выбранному пути. УШУ помогает укрепить собственное тело, научиться защищать себя. Но, наряду с развитием физических способностей (сила, гибкость, выносливость, здоровье...), УШУ помогает развить сознание, разум ученика. Регулярно тренируясь, человек учится преодолевать собственные ограничения, барьеры, как физические, так и психологические. Постепенно границы мира расширяются, исчезает страх чего-то нового, ранее неизвестного, появляется уверенность в себе. Люди как бы раскрываются, снимаются психологические барьеры. Постепенно приходит понимание структуры движения, осознание себя в пространстве.

Одной из ключевых особенностей УШУ, я считаю, является тренировка осознанности. Чтобы правильно выполнить комплекс упражнений (не говоря уже о поединке) нужно постепенно «пробывать» в том, что делаешь. Нет места лишним мыслям, ты и дело, которым занимаешься. Способность концентрироваться на том, что ты делаешь, помогает как в мирских делах, так и в духовном росте.

Если обобщить, то УШУ – это то дело, которым я занимаюсь. Моё дело. Мой стержень. УШУ помогает мне двигаться по избранному пути, общаться с людьми и просто познавать мир. УШУ даёт свободу.

Я бесконечно благодарен моему учителю – Фёдоровой Елене Викторовне за возможность постигать это сложное искусство, за терпение и понимание, поддержку в трудные минуты.



**Профи-Центр “ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ” предоставляет широкий спектр услуг:**

- ✓ подбор персонала в семье
- ✓ повышение квалификации домашнего персонала: нянь, гувернанток, домработниц
- ✓ проведение семинаров, тренингов, мастер-классов
- ✓ организация праздников для детей и взрослых
- ✓ женский психологический клуб

**Санкт-Петербург, Северный пр., д.4, кор.1  
Тел. (812) 983-16-18, 985-15-37  
e-mail: mail@profi-centr.ru www.profi-centr.ru**





*В этом номере мы  
продолжаем знако-  
мить читателей  
с трогательными и  
поучительными  
рассказами*

**Ягодкиной  
Надежды  
Николаевны.**

## ДЕТСКИЕ РИСУНКИ

Я рассматриваю детские рисунки... Вот - «Папа охраняет границу с саблей». Сразу видно, что папа смелый. Вот - зайчик, плоский, с повисшими лапками, но улыбается. Вот - «Чапаев». Он почему-то похож на таракана, но его нитевидная рука крепко держит саблю. Слава Чапаеву. Вот - папа – моряк твёрдо стоит на земле, по-морскому расставив ноги. Я смотрю, и мной овладевает восхищение смелостью, открытостью, доверчивостью маленьких художников, у которых нет и тени сомнения в том, что им по силам изобразить всё, что они любят. Что волнует их.

Вспоминаю диалог мамы и художника, руководителя студии для самых маленьких, куда мне посчастливилось водить своего сына: «Мы уже к вам 3 месяца ходим, а ничему не научились. Какие-то пятна рисуете. Когда человека начнете рисовать?»

«Сейчас очень важно почувствовать краски, их свойства. Полюбить работать с ними»,

«Так вы и работайте. В других кружках уже и ёлку, и медведя. А он мне: «Мама, а ты знаешь какого цвета огонь?». А зачем огонь? Я хочу, чтобы он людей умел рисовать, животных. Чтобы потом работал художником. Как Глазунов».

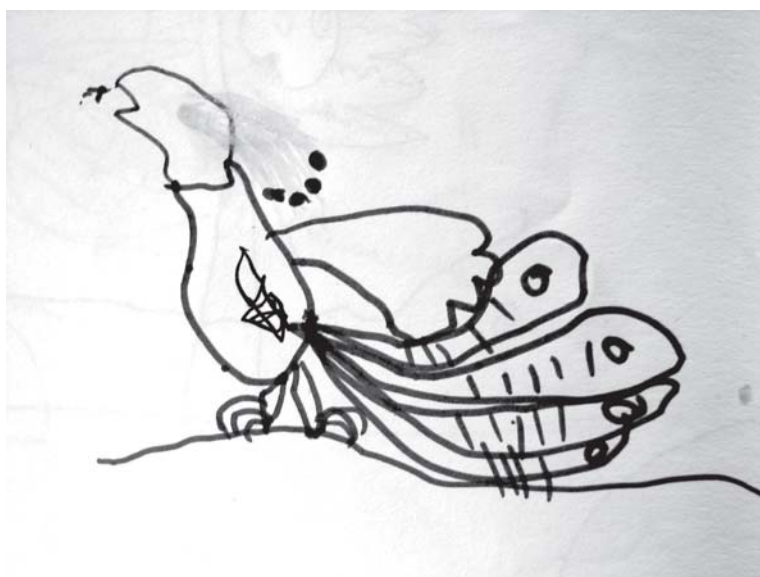
Из детей рвётся наружу их радость перед открывающимся миром, и они ничуть не стесняются, что их ещё неловкие руки не могут скопировать действительность. Зато в каждом рисунке – все их чувства. И если на этом этапе посчитать неважным их желание выразить свои чувства, пусть ещё непослушной рукой, а поставить задачу развивать мелкую моторику, осваивать геометрические фигуры, срисовывать изготовленные взрослым шаблоны дерева, домика, зайца, то освоение этих навыков - это лишь ничтожный результат их заинтересованности в рисовании. Краски и карандаши – это их друзья, а не тестеры на моторную ловкость. В 5 лет - все художники. В 10: «Ну, не знаю. Может, не получится». В 14: «Ну, у меня по рисованию 3. Я не люблю рисовать». Попробуйте попросить взрослого нарисовать что-нибудь. - «Да я не умею, я же не художник». А в 5 лет мы все были художниками. Хочу – маму нарисую, хочу салют и праздник. И смелого папу. И злого Горыныча. Я смотрю на детские рисунки. Чапаев взмахнул саблей. Жар птица сейчас взлетит в небо. Куда же уходит радость творчества и уверенность в своих возможностях?



Андрей Е., 5 лет, «Чапай»



«Олень»



«Жар-птица»



## ПЛАСТИЛИН

Летом меня и мою старшую сестрёнку отправили на дачу. В дождливые дни, когда нельзя было гулять, мы занимались лепкой или рисованием на веранде.

Вот в такой дождливый день нам раздали пластилин и сказали, что мы можем лепить всё, что захотим. Я давно уже хотела попробовать лепить медведя по-новому. Раньше, когда я пыталась прилепить ушки и носик, они быстро отваливались, а если я начинала их укреплять, они превращались в лепешки. Признать мишку в моем изделии становилось трудно. А тут я догадалась, как можно вылепить ушки и носик по-другому.

Если осторожно пощипывать шарик из пластилина (заготовку головы), то начинало вылепливаться ушко, потом – другое. Затем тихонько можно было начинать «выщипывать» мордочку. Всё получалось маленькое и аккуратное, и ничего не отваливалось.

Мишка вылепился хороший, и я посмотрела, что же лепит моя сестра.

У моей сестры были не очень ловкие пальчики, и она не особо любила участвовать в изготовлении поделок. Но в этот день она раскатывала колбаски из пластилина с большим энтузиазмом. Видя изо дня в день традиционный ассортимент работ по лепке, нетрудно было догадаться, что изготавливаются грибы. На всякий случай я спросила: «Ты чего будешь лепить?». «Грибочки», - ответила она и увлечённо принялась за третью колбаску. Грибочки у всех получались хорошо, а за три гриба её похвалили бы точно. «Хитрая», - позавидовала я, и продолжила свою новаторскую работу над медведем.

Работа ещё не была закончена, когда около нашего столика остановилась воспитательница. «Молодец, хорошо», - музыкой прозвучали её слова. Мне и самой нравился мой медведь, но было радостно слышать одобрение от взрослого человека, да ещё воспитателя. «А у тебя что тут? – она остановилась около моей сестры, - колбас каких-то накатила». Дети засмеялись. «Колбас накатила, колбас накатила», - повторяли они за воспитателем. Моя сестрёнка растерянно теребила свои несчастные заготовки, а мне было жалко её и стыдно, что она такая неспособная. Лепить почему-то больше не хотелось.

*Ваши детские воспоминания могут быть ценны не только для Вас. Поделитесь Вашими чувствами, мечтами и событиями из страны Вашего детства на наших страницах. Ваш опыт вхождения в мир интересен и полезен и для других. Вы вернётесь на некоторое время в счастливую страну, страну, где Вы были маленькими. Так Вам будет проще понять своего ребёнка. Ждём Ваших отзывов и заметок.*

**Присылайте их на адрес электронной почты: [yagodkina.vsp@mail.ru](mailto:yagodkina.vsp@mail.ru)**



Газета «Воспитание с пониманием» зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия 30.11.2007. Свидетельство ПИ №2-8907.

Распространяется по подписке по территории России.



Над материалами номера газеты работали:

*Федина Т.В., Елисеев И.Р., Ягодкина Н.Н., Паль А.В., Остаиёв А.М.*

Логотип: *Другин Д.В.*

Вёрстка: *МошкоЕ.В.*

Фотографии:

на стр.1 *Тихонов Д.Н.*,

на стр. 3, 4 *Остаиёв А.М.*

Подписной индекс в каталоге Агентства «Роспечать» - **48629**

Учредитель: *Остаиёв А.М.*

Издатель: ООО «АЛМА»

Отпечатано в типографии «Политехника-Сервис».

Тираж 5000 экз.

Почтовый адрес редакции:  
198328, Санкт-Петербург, а/я 131.

Тел. (812) 575-0921, факс (812) 337-1706

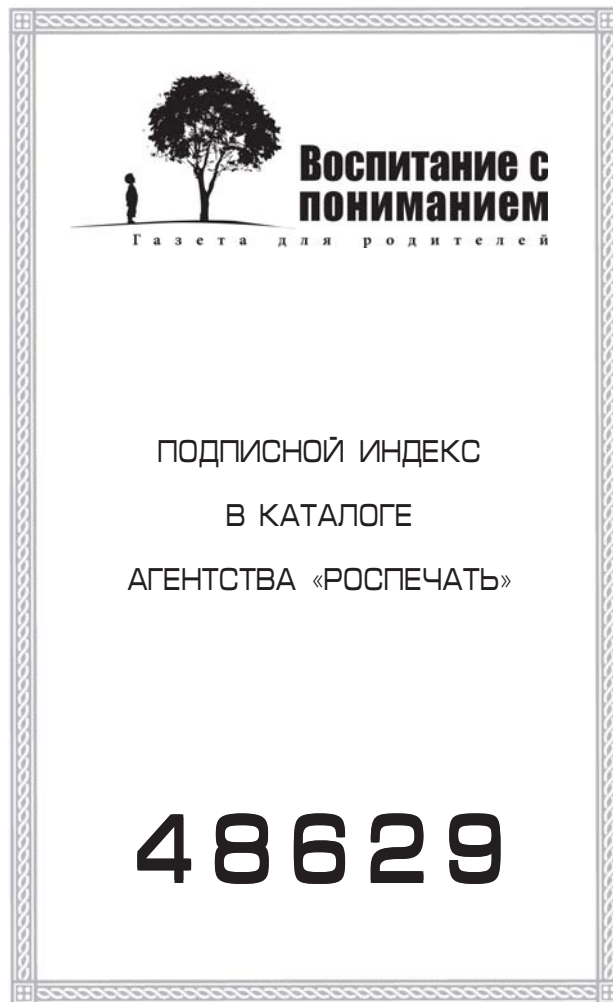
E-mail: [vosp@mail.ru](mailto:vosp@mail.ru)

Перепечатка и использование материалов разрешается со ссылкой на газету «Воспитание с пониманием».

### ИЩЕМ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ

Редакция газеты «Воспитание с пониманием» ищет региональных представителей в городах России.

Лиц, заинтересованных в сотрудничестве, просим присылать информацию о себе и запросы по факсу (812) 337-1706 или e-mail: [vosp@mail.ru](mailto:vosp@mail.ru)



ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС

В КАТАЛОГЕ

АГЕНТСТВА «РОСПЕЧАТЬ»

**48629**