

## Содействие родителей умственному и физическому развитию ребенка

### *О соблюдении режима учебы и отдыха*

Успешность учения в значительной степени зависит от состояния ребенка. Очень важно поддерживать в нем активность и бодрость. Это достигается, в первую очередь, рациональным чередованием труда и отдыха, продолжительностью сна и пребыванием на свежем воздухе. Садиться за уроки нецелесообразно, не отдохнув после школы. Лучше всего начинать занятия, пообедав и побыв на улице 1,5-2 часа. Всего ребенок (любого возраста) должен «вентилировать легкие» не менее трех часов в сутки [62]. (Хорошая вентиляция легких необходима для того, чтобы организм получал достаточно кислорода; иначе не избежать неблагоприятных явлений: сниженной работоспособности, малой устойчивости к заболеваниям, головных болей.) Тем, кто учится во вторую смену, рекомендуется готовить уроки утром, позавтракав и погуляв на свежем воздухе хотя бы полчаса.

Потребность в сне составляет в 10-12 лет — 9-10 часов, в 13-14 лет — 9-9,5 часов, в 15-16 лет — не менее 8,5 часов. Ко сну ребенка необходимо готовить заблаговременно, еще до того, как он лег в постель (т. е. избегать всего, что может его будоражить физически или умственно). Родители подростков знают, как трудно уложить спать ребенка и как трудно его поднять утром. Особенно характерны злоупотребления бодрствованием в старших классах. Некоторые юноши, склонные к переоценке своих сил и возможностей, любят импровизировать с режимом дня, устраивать себе регулярную передозировку умственных и физических нагрузок, пренебрегая сном. Это вызывает самые неблагоприятные последствия, вплоть до развития симптомов перетренировки (и полного нервного истощения). Именно в 15-17 лет многие из будущих гипертоников впервые знакомятся со своей главной психосоматической проблемой.

*«Тут наступил для меня период, когда мне не только не удавалось подвинуться ни на шаг вперед, но меня охватывали сомнения, имеют ли вообще какой-то смысл все эти музыковедческие и исторические исследования... Короче, мне предстояло преодолеть один из тех кризисов, когда всякая наука, всякое духовное напряжение, всякая идея вообще кажутся нам сомнительными, не имеющими никакой цены, когда мы склонны завидовать крестьянину, шагающему за плугом... Я потерял всякое равновесие и должен признаться, что приятным такое состояние никак не назовешь, мне, право, было очень тяжело. Я придумывал самые диковинные варианты бегства и освобождения, помышлял о том, чтобы стать бродячим музыкантом и кочевать со свадьбы на свадьбу... Моему руководителю не понравился мой квартальный отчет, и он сделал мне несколько веских замечаний... Своим товарищам я тоже не мог довериться, но был у нас по соседству один чудак, о котором я знал только понаслышке, специалист по санскриту, прозванный «Йогом». И вот в ту минуту, когда я*

*уже не в силах был выносить свое состояние, я отправился к этому человеку... А он принялся расспрашивать и стал вдаваться в такие подробности, что мне это показалось педантизмом: о всей моей жизни, о занятиях, о Габриэли и его сонатах, он непременно пожелал знать, когда я встаю, как долго читаю, сколько часов музицирую, когда принимаюсь за трапезу и когда отхожу ко сну. А я ведь уже доверился ему, даже как-то навязал себя, и теперь вынужден был терпеливо сносить эти вопросы, отвечать на них; мне стало стыдно, а он расспрашивал все беспощадней, подвергая, по сути говоря, всю мою духовную и нравственную жизнь тщательному анализу. И вдруг он умолк, этот Йог, а когда я и после этого ничего не понял, он пожал плечами и сказал: «Разве ты не видишь сам, в чем твоя ошибка?» Нет, я не видел. Тогда он поразительно точно воспроизвел все, о чем до этого расспрашивал, вплоть до первых признаков усталости, отвращения и умственного застоя, доказав мне, что все это могло случиться только от слишком свободного и бездумного увлечения (однообразными — В. К.) занятиями и мне давно пора с чужой помощью восстановить потерянные силы и контроль над собой».*

*(Герман Гессе. Игра в бисер)*

На приготовление уроков в младшем подростковом возрасте уходит около 2,5 часов, в старшем подростковом — около 4 часов. Через каждый час домашних занятий положено делать 10-минутный (гимнастический) перерыв. Однако, по данным исследований, три четверти школьников не устраивает себе никаких перерывов, а потом значительную часть свободного времени (около 3-4 часов) проводит у экранов компьютеров и телевизоров. По норме, младший подросток не должен находиться у компьютера более 20 минут в день и более полутора часов в день — у телевизора. Нетрудно догадаться, что при таком распределении времени (большая часть которого рассчитана на сидячий образ жизни в закрытых помещениях), никакие уроки физкультуры не смогут компенсировать острую потребность растущего организма в движениях.

### **Об осанке [62]**

Очень важно воспитать у подростка правильную осанку. Это необходимо по двум основным причинам. Во-первых, при правильной осанке все внутренние органы находятся в наиболее удобных условиях; во-вторых, движения человека становятся максимально естественными, экономичными и результативными. Например, сутулость и впалая грудь затрудняют работу сердца и легких, а это приводит к тому, что организм получает недостаточно кислорода; отсюда — повышенная утомляемость и раздражительность. Воспитывать правильную осанку можно физическими упражнениями и постоянным контролем за соблюдением правильной позы во время еды, на уроке и дома — при выполнении домашних заданий, чтении книг (некоторые подростки любят читать полулежа, что вредно), в трудовой деятельности, на прогулке. Если к подростковому возрасту вы не смогли научить сына, дочь

самостоятельно следить за своей позой, вам на некоторое время придется сохранить за собой роль контролеров. Все возможные нарушения позы необходимо исправлять сразу же, но не ругая ребенка, а аргументируя свою просьбу «выпрямиться».

*Важнейшим условием сохранения правильной осанки является организация удобного рабочего места. Лучше, если у ребенка есть свой письменный стол. Высота его (как и высота стула) должна соответствовать росту мальчика, девочки. Свет от настольной лампы должен падать слева, мощность лампочки — 60 Вт.*

### **О закаливании и зарядке**

Понятно, сколь важно научить организм ребенка приспособливаться к неблагоприятным воздействиям внешней среды (переносить без вреда для здоровья резкие ее колебания). Нашим помощником в этой науке является закаливание. Основные средства его — это естественные факторы: вода и воздух определенной температуры, солнечные лучи. Основные правила закаливания — последовательность, постепенность и непрерывность (плюс разнообразие средств и методов). Принципиально важная особенность состояния закаленности — его обратимый характер: нельзя закалиться «про запас» и «на всю оставшуюся жизнь», так как уровень устойчивости к холоду поддерживается регулярным выполнением закаливающих процедур. Стоит их прекратить, и устойчивость к охлаждению довольно быстро снижается [62].

При закаливании происходит попеременное сужение и расширение сосудов различных областей кожи, что оказывает тренирующее воздействие на центры терморегуляции; при этом организм совершенствуется в умении вырабатывать больше тепла, а при необходимости отдавать это тепло. Благодаря закаливанию не только повышается иммунитет ребенка, но и улучшается состояние его кожи, повышается тонус мышц. В целом, значительно повышается устойчивость к инфекциям. Начинать закаливание никогда не поздно, даже взрослому человеку.

Закаливающие процедуры известны достаточно хорошо. Прежде всего, это воздушные ванны. Поскольку речь идет о детях разного возраста, посоветуем, чтобы все они чаще ходили дома легко одетыми, делали утреннюю гимнастику на воздухе и летом на улице не злоупотребляли теплыми вещами (меньше сидели на сквозняках и больше двигались). Самая мощная закаливающая (зимняя) процедура — обтирание тела холодной водой. Начинать его надо с воды комнатной температуры, которую следует снижать каждые 2-3 дня на один градус. Обтирание производят тканью (полотенцем) или губкой, начиная с верхней части туловища. В последующем можно переходить к обливанию холодной водой или прохладному душу. Тот, кто хоть раз в жизни обтирался утром холодной водой, знает, что после такой физической встряски утреннюю зарядку можно не делать. Организм моментально выходит из пассивного состояния

(переходит от сна к бодрствованию), центральная нервная система настраивается на рабочий ритм, у человека повышается работоспособность, и он чувствует себя более жизнерадостным. По правилам, обтираться надо в 3-4 приема, пока тело не перестанет выпускать «гусиную кожу» и не вернется ощущение теплоты. После закаливания следует обтереться сухим полотенцем, и вы (а вместе с вами ребенок) почувствуете себя превосходно! Склонным к простудам детям рекомендуется дополнительно закаливание ног [62]. Оно сводится к погружению их в воду (речь идет о ступнях) комнатной температуры на 1-2 минуты с последующим энергичным растиранием. Температура воды должна постепенно опускаться примерно до 10 градусов.

Отлично закаливает ребенка летнее купание (чего не скажешь о зимнем купании в бассейне - здесь все наоборот). Купаться разрешается при температуре окружающего воздуха не ниже 24-25 градусов и температуре воды не менее 18 градусов. **Продолжительность пребывания в воде не должна превышать 10-15 минут** (в первые дни купания достаточно 3 минут). Купаться следует через некоторое время (час-полтора) после приема пищи, и, находясь в воде, следует все время активно двигаться. При появлении признаков переохлаждения (бледность лица, посинение губ, дрожь), следует сразу же прекратить купание и интенсивно растереться полотенцем до появления чувства теплоты. Купаться можно в 2-3 приема с интервалом не менее 20 минут, сопровождая периоды «некупания» прогреванием на солнце, спортивными упражнениями или играми («попутное загорание»).

Благоприятное закаливающее действие на организм ребенка оказывает специальное пребывание на солнце (солнечные ванны). Солнечные ванны начинают с продолжительности 5-10 минут; в течение этого времени следует поворачиваться к солнцу спиной, грудью, боками. Голова должна быть защищена от прямых солнечных лучей куском ткани. При появлении сонливости, головной боли, повышенной раздражительности процедуру солнечного закаливания следует временно прекратить. Общая продолжительность солнечных ванн может постепенно достигать 40-60 минут и более. Наиболее благоприятное время для загорания (чтобы не получить ожог): на юге — от 8 до 11 часов, в средней полосе — с 10 до 12 часов [62].

*Навыки четкого режима учебы и сна, рационального проведения свободного времени, утренней гимнастика, водные процедуры, привычка ежедневно бывать на свежем воздухе — все это превращается со временем в сами собой разумеющиеся принципы организации каждого дня. Когда ребенок выполняет определенное количество оздоровительных упражнений, стремится делать их правильно и в нужном объеме, тогда у него, кроме всего прочего, складываются такие важные черты характера, как настойчивость, воля, целеустремленность, решительность, самообладание, способность к самооценке и самоконтролю. У него возникает привычка, а затем и потребность твердо соблюдать определенные правила поведения.*

## *О структурировании учебных задач*

Следующим фактором содействия ребенку является непосредственная «техническая» (алгоритмическая) помощь родителей в решении конкретных учебных задач. Родители лучше, чем кто бы то ни было, знают, сколько времени тратит их сын или дочь на приготовление домашних заданий. Если это время больше положенного или если КПД от домашних стараний ребенка (выраженный в школьных оценках) почему-то «оставляет желать», взрослым следует обеспокоиться и выяснить в чем дело. Там, где не было проблем со школьной готовностью (в целом), речь, скорее всего, идет о несформированности какого-то специального учебного навыка, отсутствие которого именно в этот момент начало тормозить развитие ребенка.

*Бабушка с внуком вырабатывают фонематический слух. Она ему говорит нараспев: «З-у-уп». Ребенок, принимая помощь взрослого, отчетливо повторяет каждый звук в отдельности: «З-з-з! У-у-у! П-п-п!». «Понимаешь, — говорит в свою очередь бабушка, — это такое слово, где слышится «Пе», а пишется «Бе». Есть такое правило русского языка». Что извлечет из данного комментария 5-летний ребенок (который пока не знает разницы между понятиями «буква» и «звук» и который пока не умеет читать), покажет время. Одно можно сказать уверенно: ребенок расчленил слово на звуки, т. е. ответил правильно, но получил за это отрицательное подкрепление. Так нельзя вырабатывать фонематический слух!*

Одно из правил оперантного научения (чему бы мы ни учили ребенка) гласит: **«Нельзя вырабатывать два навыка одновременно!»** (Скорость научения резко снижается.) Когда учительница начальных классов требует от первоклассников вставать и отвечать полным ответом одновременно (видимо, полагая, что говорить полными предложениями дети должны были научиться дома), КПД ее классно-урочной работы приближается к «математически статистическому нулю» (т.е. 50 на 50). Дети, не наученные говорить полным ответом до школы, встают, отвечают и получают за это отрицательное подкрепление. Дети, наученные говорить полными предложениями, концентрируют внимание на основной задаче (забывают встать) и тоже получают отрицательное подкрепление. Так можно биться бесконечно (это фактически замкнутый круг). Взрослые люди, решившие приобрести навыки управления автомобилем под руководством педагогически некомпетентного инструктора, навсегда запомнят свои первые уроки вождения! Педаль газа, педаль тормоза, педаль сцепления, руль, рычаг коробки передач, зеркало заднего вида, обстановка на дороге, правила дорожного вождения (8 навыков) и «психованный» инструктор доставят вам «незабываемое удовольствие» от самого процесса обучения.

*Согласно Выготскому Л. С, задачи, которые ребенок может решать сам, находятся в зоне его актуального развития; а задачи, которые ребенок может решать, но решать под руководством взрослого, находятся в зоне его ближайшего развития (т. е. без вас он не начнет стрелять из лука; но*

*вы сделаете лук, и он начнет из него стрелять).*

Все высокие теории о «зоне актуального развития ребенка» и «зоне ближайшего развития ребенка» сводятся, в конечном итоге, к построению элементарных цепочек обуславливания. Если я объясняю что-нибудь ребенку, а до ребенка «не доходит», значит, у него не сформированы навыки, на основе которых я строю свое объяснение. Попробуйте научить 5-летнего ребенка игре в «Морской бой»: нарисуйте две 10-клеточные таблицы, дайте ему понятие координатной плоскости (а заодно: 2 «четырепалубных» корабля, 3 «трехпалубных», 4 «двухпалубных» и т. д.), покажите ему, как фиксировать свои выстрелы и как отмечать ваши. (Я уже не спрашиваю, знает ли ваш ребенок первые 10 букв алфавита и первые 10 цифр — это уже не важно...) При таком обилии объяснений, новых правил, символов и знаков надо быть, действительно, «семи пядей во лбу», чтобы хоть что-нибудь понять с первого раза. Но ребенка 5-ти лет можно легко и непринужденно научить играть в «Морской бой». (Только не надо ничего усложнять!) Все должно быть максимально просто: два «трехклеточных поля», один кораблик («однопалубный»), три первые буквы алфавита, три первые цифры, ваши выстрелы, его выстрелы — ребенок обучается в течение получаса. Через пару дней вы будете играть на пятиклеточных таблицах, еще через неделю — на десятиклеточных. («Морской бой» на уровне 6 класса!)

Если вы хотите научить ребенка 5-ти лет играть в шахматы, предварительно разбейте всю игру на простейшие навыки. Сначала поиграйте пешками — это будут ваши шахматы — пешки ходят прямо, «едят» по диагонали (кто кого «переест»). Освоили первый этап игры — уберите пешки, оставьте на доске две ладьи (для него) и короля (для себя). Одна ладья прижимает вашего короля к краю поля, а другая ставит «мат». Ребенок потом сам будет ходить вокруг вас кругами: «Папа, давай поиграем в шахматы». После того как вы замените одну ладью ферзей и отработаете с ребенком правила хождения ферзи, все остальные фигуры он (ребенок) освоит сам в процессе игры. Если вы хотите ребенка 5-ти лет научить играть в карты (а карты до известного момента являются развивающей игрой), уберите со стола три масти и играйте одной: дама «кроет» вальта, валет «кроет» десятку. Как только разберетесь с рангами, вбрасывайте отложенные масти, и через пару месяцев ребенок дошкольного возраста будет «резаться в Дурака» наравне со взрослыми.

Можно очень многому научить ребенка дошкольного возраста (вместо того чтобы учить его читать). Например, его можно научить «гулять в Проводнике» компьютера на уровне учащегося 1 курса ОПТУ (он будет открывать программы по ярлыкам или отсчитывать их сверху) или научить его подтягиваться, а заодно делать подъем переворотом. Все, что ребенок не может освоить сам, но может освоить с помощью взрослого, скорее всего, содержит несколько новых навыков. Достаточно разбить сложное действие на отдельные элементы и построить из них цепочку («кривую обуславливания»), и нам практически становится подвластной любая

проблема детского неумения и непонимания в пределах соответствующей возрастной нормы. (Для ребенка конкретной возрастной группы всегда сохраняются ограничения по мышлению и моторике!)

*Родители, желающие избежать психологического травмирования в момент привыкания ребенка к детскому саду, также могут воспользоваться методом последовательных приближений. Для этого они предварительно приводят малыша в группу на экскурсию, где воспитатели показывают ему новые игрушки и разрешают поиграть с ребятами. Первые дни или недели ребенка можно оставлять в садике до обеда (не беда, что за все уплачено; не торопитесь) или забирать его после сна, не дожидаясь вечера, немного пораньше. Мудрые родители разрешают ребенку приносить в садик свои игрушки. Поступательность и естественность вхождения ребенка в группу сверстников определяют сложность и продолжительность периода адаптации. (Родители, берущие садик «с наскока», могут вообще не дожидаться никакой адаптации. Ребенок просто изматывает их болезнями, и им придется отказаться от садика.)*

У учителей и воспитателей нет возможности заниматься каждым ребенком в отдельности (их тоже нужно понять). Никто не поможет нашим детям «точечно» и «адресно», кроме нас самих. Если накануне поступления в школу у вас не решена проблема произвольности, купите игру «Рыболов», накидывайте кольца на палочку, используйте любые настольные игры для развития усидчивости у непоседливого ребенка. Если в процессе обучения русскому языку у вашего школьника проявилась значительная неграмотность, посадите его рядом, возьмите тетрадь и проведите аналитическую работу. Определите сначала «ошибки по невнимательности» (т. е. те ошибки, которые он совершил, твердо зная правила). Заведите словарик текущих ошибок и гоняйте его каждый вечер по 10 слов. (При равномерном распределении нагрузки времени для усвоения уходит значительно меньше, чем при попытках запомнить весь материал в один прием.) Периодически подбрасывайте слова, в которых он уже перестал делать ошибки. Обязательно фиксируйте все результаты. Учет безошибочных ответов необходим ребенку для того, чтобы он мог сравнить, насколько успешнее стала его учебная деятельность. Научите ребенка самостоятельно проводить работу над «глупыми ошибками». Научите ребенка вслух проговаривать правило или цепочку действий, когда он принимает решение по конкретному слову. (Человек усваивает 10% из того, что слышит, 50% из того, что видит, 70% из того, что проговаривает и 90% из того, что делает сам [54].) Описанный способ приносит, как правило, хорошие результаты и для борьбы с импульсивностью, и для профилактики орфографии.

Эксперименты с детьми показывают, что учебная неуспеваемость, как и хроническая простужаемость, явление обратимое (если ее не запускать!). Пока нам самим не хватает воли и смелости разобраться в учебном процессе, нашим детям не хватает поддержки и эффективности, и мы упускаем один за

другим целую череду сензитивных периодов (благоприятных этапов в жизни ребенка для развития его умственных или физических способностей).

### ***О поддержке увлечений ребенка и соблюдении сензитивных периодов***

Сензитивный период — период времени, в течение которого организм чувствителен к определенным формам стимуляции, и физиологически и психологически готов к усвоению определенных реакций или определенного типа знания.

(Артур Ребер. Большой толковый психологический словарь)

Самое важное в технике семейного воспитания — это своевременное положительное подкрепление полезных инициатив. Отрицательное подкрепление имеет неоценимое значение для развития самосознания ребенка, но оно не формирует цели в жизни, не развивает тяги к познанию, а без решения этих задач весь педагогический процесс лишается смысла. Если ребенок начал стряпать на кухне или связал вам в подарок первый в своей жизни шарф, вы просто обязаны употребить все эти предметы и продукты максимально по назначению: заносить их до дыр или потребовать добавки («Я требую продолжения банкета!»). С возрастом увлечения ребенка приобретают более серьезный характер. Подростки могут придумывать себе занятия, исчерпывающие ресурсы организма, препятствующие нормальному физическому, умственному или личностному развитию. Взять хотя бы компьютерные игры сутками напролет. (Не зря говорят, что все хорошо в меру.) Не следует торопиться «апгрейдивать» (upgrade) домашний компьютер, пока ваш ребенок не понял его прямого назначения и увлекается только играми. Так же, как видеосказки и видеомультки в дошкольном возрасте, виртуальные «стрелялки», «бродилки» в подростковом ничего не развивают (кроме специальных навыков и умений, востребованных в самой игре). Видимо, имеет смысл договориться с ребенком, что дополнительное время на компьютере он будет получать только в том случае, когда речь пойдет о развитии пользовательских навыков и умений (составление таблиц, написание рефератов, общение с друзьями в ИНТЕРНЕТЕ и т. п.). Компьютер, помимо всего прочего, разрушает иммунитет ребенка, поэтому время, проведенное возле такой серьезной машины, должно быть потрачено с максимальной пользой.

Родителям надо знать, что серьезное увлечение ребенка спортом (открывшееся не ко сроку) также может нанести существенный вред его здоровью. Следует иметь в виду, что умеренные динамические нагрузки — бег, спортивные игры — действительно способствуют увеличению роста в длину, а силовые — борьба, штанга — замедляют рост костей в длину, увеличивают их поперечные размеры и массивность. Для достижения успехов в спорте недостаточно умеренных физических нагрузок, так как легкая физическая нагрузка (при пульсе менее 140 ударов в минуту)



оказывает только общеукрепляющее действие на организм человека, но не дает увеличения его физической силы [61]. Подростки склонны переоценивать свои возможности в двигательной деятельности, однако, до 12 лет следует избегать чрезмерных нагрузок, так как в этом возрасте ресурсы организма должны быть использованы на естественные физиологические процессы (на увеличение длины и массы тела).

С 12-13 лет разрешается начинать подготовительные занятия почти по всем видам спорта, которые не только развивают скорость, ловкость и координацию движений, но и включают упражнения на выносливость и силу. Теми видами спорта, которые предъявляют повышенные требования к силе, быстроте и выносливости (например, бег на средние дистанции, гонки на велосипеде, гонки на лыжах) можно заниматься с 14-16 лет. С особой осторожностью следует подходить к посещению секций, требующих больших силовых и эмоциональных нагрузок (тяжелая атлетика, борьба, бокс). Начинать подготовительные занятия в этих видах спорта желательно не ранее 15-16 лет, когда уже закончились основные процессы формирования организма [62].

*В целом же, занятия спортом — это важный способ полезного использования избытка энергии ребенка. Спорт помогает сложиться таким важным качествам личности, как воля и настойчивость в достижении цели. Физические упражнения благоприятно влияют на состояние подростков и юношей, отвлекают их внимание и энергию от острых половых переживаний.*

### **Моральное воспитание**

«Раскольников вышел из сарая на самый берег, сел на складенные у сарая бревна и стал глядеть на широкую и пустынную реку. С высокого берега открывалась широкая окрестность. С дальнего другого берега чуть слышно доносилась песня. Там, в облитой солнцем необозримой степи, чуть приметными точками чернелись кочевые юрты. Там была свобода и жили другие люди, совсем не похожие на здешних, там как бы самое время остановилось, точно не прошли еще века Авраама и стад его. Раскольников сидел, смотрел неподвижно, не отрываясь; мысль его переходила в грёзы, в созерцание; он ни о чем не думал, но какая-то тоска волновала его и мучила».

(Достоевский Ф. М. Преступление и наказание)

Выготский Л. С. рассматривал культурное развитие как особый тип развития, отличный от физиологического и интеллектуального. Суть культурного развития состоит в овладении человеком процессами собственного поведения. Возможное несоответствие параметров развития (физиологического, интеллектуального и культурного) обозначается

понятием «паспортный возраст» (Мол, по паспорту ему 16-ть, а по сути — не более 14-ти). Содержанием культурного развития является возникновение новых социальных и духовных потребностей, в том числе развитая мораль! Морально зрелый человек руководствуется в своих поступках не страхом наказаний, а соображениями высшей социальной справедливости.

*Морально зрелый человек значительно более требователен к себе, нежели к другим. Осуждая дурные поступки других, он не торопится выносить окончательный вердикт (старается войти в положение «оступившегося», найти смягчающие обстоятельства). Он понимает, что нельзя судить о моральном состоянии другого человека по одной его оплошности, что поведение людей любого возраста в морально-проблемных ситуациях сильно зависит от наличия у них соответствующего опыта, что человек, «спасовавший» по первому разу, в следующий раз может реабилитироваться, так как будет уже (морально) готов к повторению испытания. Нравственно зрелый человек не может однозначно рассудить моральную дилемму другого человека (хорошо это или плохо, и как поступить?), потому что одно и то же действие по-разному оценивается в зависимости от его контекста, последствий и мотивов.*

В развитии нравственного сознания ребенка выделяется 3 главных этапа (идея Лоуренса Кольберга) [44].

- ❖ Первый этап: **доморальный уровень** (с 4 до 10 лет), когда ребенок выполняет определенные правила, исходя из эгоистических соображений (избегая наказаний или ожидая поощрений). «Мама, я сегодня помог бабушке картошку чистить», — сообщает сын матери в магазине и выразительно смотрит на мороженое.
- ❖ Второй этап: конвенциональная (или, лучше сказать, **«конформная» мораль** — с 10 до 14 лет — ориентирующая на внешние нормы поведения. (Пока соседи помалкивали, он выпускал собаку без намордника и включал громкость без ограничения, но под давлением общественного мнения взялся за ум и стал вести себя правильно.)
- ❖ Третий этап: **автономная мораль** (при естественном, нормальном развитии раньше, чем в 13 лет, не наступает, но может и вообще «не наступить») — это внутренняя ориентация на общечеловеческие ценности или то, что русские называют словом «совесть». Переход на уровень автономной морали не происходит сам по себе, а определяется активной нравственной позицией родителей ребенка.

*Мораль — это форма общественного сознания, регулирующая взаимодействие между людьми, опираясь на силу общественного мнения. Решая задачу формирования нравственных убеждений, воспитатель использует силу духовного поощрения.*

По мнению Кольберга Л., если ребенка систематически вводить в область суждений на моральные темы на ступень выше его собственной, то он

постепенно понимает привлекательность этих суждений и принимает их [108]. (Регулярная постановка ребенка в ситуацию нравственного выбора значительно ускоряет достижение им высокой ступени. Родители являются фактическим ограничителем безнравственного поведения своих детей.)

*Здравствующие отец и мать определяют моральное совершенствование детей до 25 лет. Именно к этому возрасту происходит полная интериоризация (переход внешнего родителя во внутренний план) и окружение утрачивает возможность влиять на наше моральное развитие. Конкретный человек в своем моральном развитии может остановиться на любой ступени. (Вы таких людей встречали!) Венцом морального прогресса является стойкая нравственная позиция, когда человек способен противостоять внешнему групповому давлению, придерживаясь зрелых моральных принципов. При сопоставлении несовершеннолетних правонарушителей и их законопослушных сверстников обнаруживается, что у первых меньше интериоризированных (внутренних) норм поведения [44].*

Началом морального воспитания следует считать трехлетний возраст, когда ребенок в громкой речи начинает выражать разницу между собой и другим человеком. Отсутствие ориентации на состояние другого в трехлетнем возрасте еще нельзя считать признаками душевного нездоровья. С помощью систематических внушений взрослые формируют нравственное сознание ребенка, причем, в большей степени влияние на дошкольника оказывает тот человек, который больше времени уделяет ребенку. Дети не принимают моральные суждения тех членов семьи, которые только и делают, что читают морали, но не развлекают, не играют и вообще не занимаются ребенком (молодые бабушки, занятые на работе, даче или на кухне).

Формирование морального сознания нельзя рассматривать в отрыве от социального поведения. (Одними словами эти дела не делаются.) Нравственная позиция человека раскрывается в поступках и формируется поступками, причем особо важная роль в установлении единства знаний, убеждений, поступков отводится трудовой деятельности (трудовая деятельность как помощь или трудовая деятельность как подарок). Трудовая деятельность не только совершенствует специальные моторные навыки и волю ребенка, но и формирует такие социально-значимые черты характера, как ответственность, организованность, аккуратность (уборка дома, ведение домашнего хозяйства, изготовление предметов домашнего обихода, уход за растениями и животными).

В чистом виде трудовая деятельность, т. е. трудовая деятельность как обязанность (тем более, трудовая деятельность как наказание), не формирует нравственного поведения. На этот феномен в свое время обратил внимание еще А. С. Макаренко: «Нейтральность трудового процесса очень удивила наш педагогический коллектив... хорошая работа сплошь и рядом соединялась с грубостью, с полным неуважением к чужой вещи и к другому человеку, сопровождалась глубоким убеждением, что исполненная работа освобождает от каких бы то ни было нравственных обязательств» [95].

Василий Александрович Сухомлинский писал по этому поводу, что самое главное, «чтобы труд возникал не по принуждению, а как внутренняя потребность» [90]. Сделать, чтобы это было именно так, — в этом и состоит искусство воспитания.

*Чтобы трудовая деятельность стала привлекательной для ребенка, она должна быть:*

- 1)справедливо и четко организована (детям не нравится быть «затычкой», но им нравится делать вместе со взрослыми),*
- 2)по-современному технически оснащена (что сразу отразится на качестве и вызовет желание продолжать работу),*
- 3)содержать элемент новизны, творчества и быть соответственно эмоционально окрашена, т. к. интерес ребенка всегда эмоционально окрашен.*

Чтобы открыть глаза ребенка на мир доброты, надо поселить в его душу радость общения с природой (на это указывали многие великие умы прошлого и современности). Жан-Жак Руссо поселяет своего гипотетического воспитанника Эмиля на природе и не выпускает его оттуда в свет до полного совершеннолетия. «Несчастен ребенок, если он вырос, не видя росистых лугов и не любуясь полевыми цветами, — писал К. Д. Ушинский, — зовите меня варваром в педагогике, но я вынес из впечатлений моей жизни глубокое убеждение, что прекрасный ландшафт имеет такое огромное воспитательное влияние на развитие молодой души, с которым трудно соперничать влиянию педагога» [86].

*С чего начинается Родина?  
С картинки в твоем букваре,  
С хороших и верных товарищей,  
Живущих в соседнем дворе.  
А может, она начинается  
С той песни, что пела нам мать,  
С того, что в любых испытаниях  
У нас никому не отнять.*

Маленькому человеку достаточно веточки вербы на подоконнике, чтобы испытать нравственное чувство и просветлеть душой (Древние греки считали, что чувство красоты — есть последний и высший дар богов людям). Совсем не обязательно тащить ребенка на море, в горы, в далекую турпоездку для прикосновения к миру вселенской красоты. Еловая ветка с настоящими шишками, цветы мать-и-мачехи весной, кустики черники, кленовые листья осенью — сколько чудесных мелочей проходит мимо нас. А вечерние туманы в деревне летом, гроза, рассвет, копны сена на свежескошенном лугу. (Год за годом, в суете, мы не видим их, даже если бываем на природе.) Я уже не вспоминаю про утренние рыбалки, походы с ночевкой — их заменили сауны, «видики», пивные бары.

*«Природа учит ребенка нравственному поведению благодаря своей гармонии, красоте, вечному обновлению, разнообразию форм и линий, красок и звуков. Роль воздействия природы возрастает, если учащиеся привлечены к ее охране и преобразованию».*

*(В. А. Сухомлинский)*

Аристотель предупреждал, что в воспитании главную роль должно играть **прекрасное**, а «стремление к одной только пользе оборачивается большими потерями для государства» [76]. Считается, что общение с природой в детстве своеобразно определяет участь человека: будет он светел или мрачен душой, будет он высок или низок, исполнен любви или бессердечен, равнодушен. Остановитесь на мгновение, и вы увидите, что «небо становится выше с каждым днем». А какая прелесть смотреть ночью на звезды или пускать кораблики в ручье, кататься на плоту, сажать семена в маленькие баночки, колоть дрова на весеннем солнцепеке, выращивать березки или следить за ледоходом. Надо стремиться к тому, чтобы каждый лепесток, каждая былинка радовали ребенка. Надо доходить в духовном развитии ребенка до этих прекрасных подробностей (учиться сопереживать природе), тогда вопросы морали и морального воспитания не будут стоять так остро.

*Среди трудных детей, находящихся на учете в милиции, подавляющее большинство смотрит на окружающую природу холодными глазами. Почти каждый из них жесток к животным. Эта закономерная связь установлена многими исследованиями подростков [62].*