

# ПРОФЕССОР М. М. БЕЗРУКИХ: «РАСТИ ВМЕСТЕ С РЕБЕНКОМ – ТАКТИКА И СТРАТЕГИЯ»

28 октября – 2 ноября 2017 года Общественный Фонд «Фонд Образования Нурсултана Назарбаева» впервые для родителей и сотрудников провел Форум на тему «Особенности развития мозга и познавательной деятельности детей дошкольного и школьного возраста».

Данный форум прошел в рамках подписанного ранее Меморандума о научно-педагогическом сотрудничестве между Институтом возрастной физиологии Российской академии образования и Общественным Фондом «Фонд Образования Нурсултана Назарбаева».

Всемирно известный советский и российский ученый-физиолог, психолог, доктор биологических наук, профессор, академик Российской академии образования, директор Института возрастной физиологии РАО Безруких Марьяна Михайловна представила слушателям развернутые интерактивные лекции на темы: «Мифы и реалии развития детей дошкольного возраста. Готовность детей к школе. Адаптация в первом классе, причины и трудности адаптации», «Трудности обучения письму и чтению», «Дети с особенностями развития: леворукие, медлительные, гиперактивные, одаренные», «Особенности развития мозга и познавательной деятельности подростков».

Стоит отметить, что это второе приглашение профессора М. М. Безруких Фондом образования Нурсултана



Назарбаева. Минувшим летом лектор принимала участие в Международной научно-практической конференции «Современное дошкольное образование: тенденции, проблемы, перспективы», посвященной 100-летию дошкольного образования в Республике Казахстан.

Выступления Марьяны Михайловны всегда находят живой отклик как среди педагогов, психологов, логопедов, так и среди родителей. Надеемся, что такое плодотворное сотрудничество продолжится. На форуме профессор М. М. Безруких любезно согласилась ответить на вопросы журнала «Современное образование».

– **Уважаемая Марьяна Михайловна, как Вы знаете, в Казахстане внедряется повсеместная трехязычная форма**

**обучения (на казахском, русском и английском). Могли бы Вы дать совет родителям, как наилучшим образом встроить ребенка в такую полиязычную среду? Что можете рекомендовать учителям? Насколько успешно, на Ваш взгляд, реализована модель полилингвального образования в школе «Мирас»?**

К сожалению, мне пока не удалось познакомиться с системой полилингвального образования в «Мирасе». Надеюсь, я смогу сделать это в будущем. Сама ситуация для детей довольно сложна, так как любое обучение (я хочу подчеркнуть – обучение) языкам целесообразно начинать только тогда, когда хорошо сформирован и усвоен родной язык. Как правило, это происходит к 3-4 годам и до этого воз-

раста есть смысл сосредоточиться на развитии родного языка, не начиная при этом обучение письму и чтению, а проводя ПОДГОТОВКУ к чтению и письму.

Родители должны уделить особое внимание развитию речи детей. Хорошо стимулирует развитие речи регулярное чтение детской литературы, обсуждение с ребёнком прочитанного, разыгрывание сценок, «речевые» игры. В случае проблем с речевым развитием стоит обратиться к логопеду, и важно не ждать, когда все нормализуется, а получить рекомендации и выработать единую тактику работы с ребёнком логопеда, воспитателей и родителей.

### – Как мотивировать ребенка к обучению, если у него нет интереса к предмету?

Мотивация ребёнка в любой деятельности поддерживается двумя основными факторами – интересом и успехом. Это значит, что любая задача, которая ставится перед ребёнком, должна быть интересна и достижима. Неудачи, особенно повторяющиеся, быстро «убивают» мотивацию. Для того, чтобы вновь появилось желание и интерес к учебе, необходимо разобратся в причинах школьных проблем и найти конструктивные меры помощи ребёнку.

– Сегодня подростки подвержены различным рискам, связанным с окружающей их действительностью: компьютерная зависимость, чрезмерное увлечение фаст-фудом, употребление курительных смесей, энергетических напитков. Как правильно бороться с этими негативными явлениями в жизни подростков?

**Профилактика поведения, наносящего вред здоровью, должна начинаться задолго до подросткового возраста, а в подростковом возрасте она может продолжаться с изменением форм и методов работы.**

Так, пищевые привычки и предпочтения формируются очень рано и эту работу можно начинать уже в дошкольном возрасте. В институте возрастной физиологии разработана образовательная программа «Разго-



вор о правильном питании» для детей от 6 до 12-13 лет, которая сегодня используется в школах 58 регионов России в течение почти 20 лет. Независимые исследования результативности программы показали, что использование программы существенно меняет не только пищевые предпочтения и привычки детей, формирует ценность здоровья и здорового образа жизни, но и корректирует культуру питания в семье. Профилактика зависимостей, в том числе компьютерной, требует не только работы с ребёнком, но и просвещения родителей. На профилактику различных зависимостей направлена ещё одна образовательная программа для школьников 2-6 классов «Все цвета, кроме чёрного». Уверена, вся эта работа должна быть комплексной и системной.

– Как сохранить психологический комфорт ребенка не в ущерб успеваемости? Как правильно делать уроки?

Психологический комфорт ребёнка определяет не только позитивный, доброжелательный и спокойный характер общения педагога с ребёнком, но и характер его общения со сверстниками, адекватные учебные и внеучебные нагрузки, адекватные требования педагогов и родителей. К сожалению, и в России, и в Казахстане одинаковые проблемы – дети перегружены, требования к ним никак не учитывают возрастные и индивидуальные особенности развития, дети

живут в системе постоянных и неадекватных требований, которые вызывают хронический стресс и негативно влияют на физическое и психическое здоровье детей.

**В погоне за учебными достижениями мы не обращаем внимания на то, какой ценой наши дети добиваются успехов, а очень часто эта цена – здоровье детей.**

Меня часто спрашивают, как правильно делать уроки, имея в виду, что дети довольно часто сидят за уроками много часов, нередко по вечерам и допоздна. Признаться, я мечтаю о том времени, когда домашних заданий будет минимум и дети не будут тратить на их приготовление больше часа. Но пока это мечта, хотя уже воплощённая в жизнь, например, в Финляндии. Рабочий день старшеклассников в России 12-16 часов, думаю в Казахстане не меньше, но это существенно нарушает режим труда (а учеба это тяжёлый интеллектуальный, эмоциональный и физический труд) и отдыха, лишает детей времени на достаточный сон, прогулки, отдых, создаёт ситуацию постоянного цейтнота. Физиологически и психологически ребёнок не должен готовить уроки после 18 часов, т. к. после этого времени резко снижается работоспособность, любая работа требует большего напряжения. Не случайно после приготовления уроков по вечерам дети раздражены, возбуж-



дены, агрессивны, малыши нередко плачут, тревожны, не могут уснуть. Все это свидетельства негативного влияния вечерней «сверхурочной» работы над домашними заданиями. Думаю, это один из вызовов современной школы, это ситуация, которая требует поиска путей решения этой проблемы.

### – Нужно ли учить ребенка читать и писать до шести лет? Как влияют учебные нагрузки на детей дошкольного возраста?

Для успешного формирования навыка письма и чтения должны «созреть», сформироваться базовые познавательные функции – внимание, восприятие, память, речь, произвольная регуляция и др. Только к 5-6 годам эти познавательные функции достигают уровня, при котором можно начинать обучение письму и чтению. Раньше это делать нецелесообразно, это часто создаёт непреодолимые трудности в формировании этих сложных когнитивных навыков. Но начинать работу по подготовке к чтению и письму можно после трёх-четырёх лет.

**В то же время следует учесть, что индивидуальные темпы развития детей дошкольного возраста различны – то, к чему один ребёнок уже готов в 5-6 лет, может быть ещё недоступно его сверстнику. Поэтому одному ребёнку стоит идти в школу в 6 лет, а другому полезнее пойти в школу на год позже. Это касается и начала обучения детей письму и чтению. Не раньше 5-6 лет, но с кем-то можно начинать обучение только в 6-7 лет.**

– Какую нагрузку могут выдержать школьники разных возрастов, насколько их можно загружать кружками, пусть даже и теми, которые им нравятся? Сколько нужно оставлять школьникам младшего возраста просто свободного времени? Нужно ли организовывать всё свободное время подростков во избежание того, чтобы они не поддались влиянию разруша-

### ющих факторов современной жизни, которых мы уже коснулись в нашей беседе?

Вы сформулировали вопрос так же, как его часто формулируют родители – «может выдержать». «Выдержать» организм ребёнка, как и организм взрослого человека, в течение короткого времени может довольно много, он и перегрузки выдерживает, и экстремальные нагрузки, но повторю ещё раз: цена таких нагрузок – физическое и психическое здоровье детей, на нарушения которого долгое время могут не обращать внимание ни родители, ни педагоги.

Рассчитывая нагрузки ребёнка начальной школы, следует учесть, что ребёнок должен спать не меньше 10 часов, быть на воздухе не меньше 2,5 часов, ребёнку необходимо не менее двух часов на гигиенические процедуры и приём пищи и ещё хотя бы 1 час для своих занятий, игр. Получается примерно 16 часов, а в сутках – всего 24 часа. Несложно понять, что на школу, домашние задания и различные дополнительные занятия и кружки остаётся не больше 8 часов. И это при очень плотном графике. Следует учесть и состояние здоровья ребёнка, и его особенности, и возможности. У подростков несколько меньше продолжительность сна (9-8 часов), и время активных движений на воздухе (2 часа), но им также необходимо время для еды, хобби, чтения, да и учебных нагрузок у них больше.

### – Расскажите, пожалуйста, о важности совместного семейного времяпровождения, и как правильно организовать дружбу ребенка со сверстниками, для того чтобы он жил в гармонии с обществом и в то же время был устойчив в нравственных установках, данных родителями?

Семья, родители, родные – близкий круг людей, которые играют важную роль в социализации ребёнка, в формировании норм, ценностей, установок. Слова и нравоучения здесь бесполезны, ребёнка воспитывает только личный пример окружающих его взрослых, их поведение, их реакции, их действия.

Общение со сверстниками необходимо ребёнку в любом возрасте. У дошкольников только нарабатывается опыт общения, формируются

коммуникативные навыки и этому ребёнка можно и нужно учить. Общение младших школьников как правило определяют общие интересы, занятия, увлечения, а для подростков мнение сверстников более значимо, чем мнение взрослых. Это важно учитывать, одобряя или не одобряя дружбу ребёнка со сверстниками, формируя круг общения своего ребёнка.

### – Как воспитать лидера? И нужно ли?

Лидерские качества – удел не многих, поэтому я с недоверием отношусь к стремлению «воспитать лидеров» из всех детей. Завышенные притязания, как и завышенные ожидания, чреватые жестоким разочарованием в собственных силах и возможностях. Я уже говорила о том,

**что неадекватные требования и необоснованные ожидания могут стать причиной тяжелейших стрессов, которые нарушают развитие и здоровье детей. Особенно опасны такие ситуации в подростковом возрасте.**

– Спасибо, Марьяна Михайловна, за обстоятельный разговор на столь интересную для широкой образовательной общественности тему. Надеемся продолжить его с Вами в следующий Ваш приезд в Алматы.

*Вопросы задавала  
Вероника КОРЕШКОВА*

### АННОТАЦИЯ ○

Әлемге әйгілі ғалым, жас ерекшеліктері физиологиясы институтының директоры, профессор М.Безруких журналдың сауалдарына жауап бере отырып, педагогтардың, ата-аналардың және жалпы білім беру саласының назарын бала ағзасының даму ерекшеліктері мен оларға балабақшадан мектеп бітіргенге дейінгі аралықта сай келетін жүктемелерге аудартады.