

**Дополнительный урок.  
Помощь детям, имеющим  
трудности в письме, чтении и  
арифметике**

Ця книга розглядає питання додаткової допомоги школярам, у яких виникають труднощі з навчанням письма, читання, лічбі, у яких є проблеми з розвитком крупної та дрібної моторики, труднощі у соціальному та поведінковому проявах, у т.ч. дефіцит уваги та гіперактивність, проблеми концентрації, пам'яті та багато інших. Автор цієї книги в 1970-х роках започаткувала напрям «Додатковий урок», що ґрунтується на цілісному підході до розвитку людини, покладеного в основу вальдорфської педагогіки, і отримав в подальшому широке визнання. Особливістю ж цього напрямку є те, що допомога здійснюється через малювання, живопис, вправи з руху тощо, а не через додаткове «зазубрювання». Це дозволяє дітям як молодшої, так і середньої школи віднайти нові стосунки між собою та світом і подолати перешкоди у навчанні, з якими вони стикаються.

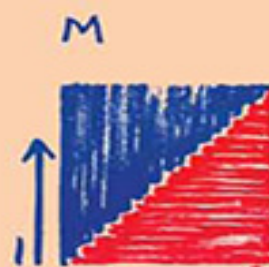
# ОДРИ МАК-АЛЛЕН

## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ УРОК

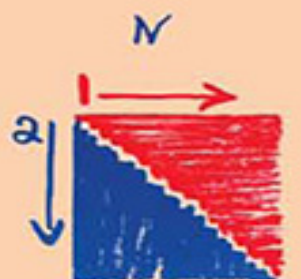
упражнение с перспективой  
«синий – красный»



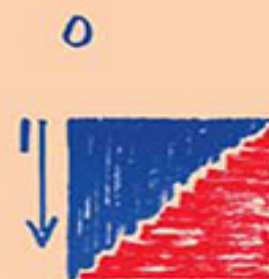
для всех детей



для контроля  
левой ноги



для контроля  
правой ноги



для детей, которые  
начинают работать  
справа налево

**ПОМОЩЬ ДЕТЯМ, ИМЕЮЩИМ ТРУДНОСТИ  
В ПИСЬМЕ, ЧТЕНИИ И АРИФМЕТИКЕ**



## Аннотация

*Эта книга рассматривает вопрос дополнительной помощи школьникам, испытывающим сложности в изучении письма, чтения, арифметики, имеющим проблемы в развитии грубой или мелкой моторики, социальные или поведенческие сложности, включая дефицит внимания и гиперактивность, проблемы концентрации, памяти и многое другое.*

*Автор этой книги в 1970-х годах стала родоначальником направления «Дополнительный урок», основанного на целостном подходе к развитию человека, который лежит в основе вальдо-рфской педагогики, и получившего в дальнейшем широкое признание. Особенность этого направления в том, что помощь осуществляется через рисование, живопись, двигательные упражнения и т.п., а не через дополнительную «зубрежку». Это позволяет детям как младшей, так и средней школы найти новое отношение между собой и миром и преодолеть учебные препятствия, с которыми они сталкиваются.*

*ISBN 0-904625-00-1*

*ISBN 978-966-8838-82-8*

*© Одри Мак-Аллен, 1974*

*© «Наури», 2014*

## Введение

Образование основывается на развитии способностей. Сейчас мы все чаще сталкиваемся с детьми, которые не могут овладеть основными необходимыми навыками письма, чтения и арифметики, что существенно затрудняет получение ими современного образования.

Как учителя мы передаем наше знание, и мы получаем удовлетворение, когда оно возвращается к нам в его первоначальном варианте; как воспитатели мы должны спросить себя, какую способность развивает наш предмет и какой эффект оказывает наш метод преподавания на здоровье и телесное развитие наших учеников. Просматривая тетради по письму детей возраста 6-8 лет с точки зрения учителя, мы довольны, видя красивые буквы, и наоборот, огорчены при виде плохо оформленной, грязной, неряшливой работы. Но с точки зрения воспитателя мы должны остановиться и задуматься: «Не являются ли такая аккуратность и ловкость в письме слишком педантичными для этого возраста? Нет ли какого-то упущения в возрасте 9 лет, когда происходят изменения в отношениях между ребенком, по-новому переживающим самого себя, и его окружением? Не подарит ли нам такой ученик 7-8 страниц скучного, постоянно повторяющегося описания, когда ему будет 12 лет? А неуклюжая работа — скрывает ли она способность описывать переживания в нескольких живописных словах или же телесное развитие настолько затруднено, что эти способности утонут в нем и разовьются апатия, упадок духа и жизненная позиция, основанная на эмоциях?»

Если мы как преподаватели не в силах дальше развивать эти способности, тогда мы должны задать вопрос: «Был ли опыт,

благодаря которому эти способности должны были развиваться, недостаточно широким, или же ребенок получил его не в том возрасте?»

Методы, разработанные автором, направлены на поиск средств, могущих помочь ребенку в раскрытии способностей, которые могут и должны сформироваться в его возрасте. Обучение и воспитание, основанное на духовнонаучных исследованиях Рудольфа Штайнера, в качестве основной предпосылки рассматривает процесс, происходящий между душевно-духовной индивидуальностью ребенка и тем, что предлагает ему наследственность родителей (физическое и жизненное тело). Эти две составляющих каждого человека находятся в живых колебательных взаимоотношениях, что напоминает процесс вдоха и выдоха. Этот принцип детально разработан в вальдорфской педагогике. Проблемы в обучении, с которыми в настоящее время сталкивается нормальный ребенок, являются случаями, при которых этот «процесс дыхания» нарушен. Например, для физического тела помехами могут быть побочные эффекты лекарств, транквилизаторов, болеутоляющих инъекций и другие факторы окружающей среды, или же индивидуальность может быть недостаточно сильна душевно-духовно, чтобы освоить тот тип наследственности, который предлагает ей родительская конституция.

Эти факторы требуют от нас внимательного рассмотрения физического тела, в его структурной организации скелета, мышц и нервов, и времени, когда душевно-духовное индивидуума вступает в своем развитии в тесную связь, а именно — от рождения до смены зубов, которая происходит между 6 и 7 годами.

Это структурное, физическое тело, которое предлагается душевно-духовной индивидуальности через поток

наследственности, является работой творческих духов Вселенной в течение предыдущих эонов времени. Таким образом, все скелеты имеют одну и ту же архетипическую конструкцию, наши мышцы прикрепляются к ним в одних и тех же местах и приспособлены для подъема и перемещения, а нервы — для того, чтобы ощущать реакции в связи с восприятием. Это факт, общий для всего человечества; наши реакции, конечно, индивидуальны, но структурно мы разделяем одно и то же «архетипическое физическое тело», которое является пространственным органом, позволяя индивидуальности осознавать то, как мы живем и движемся на планете Земля.

В важном цикле лекций «Антропософия» (прочитанном в Берлине в 1909 г., ПСС 115) Штайнер закладывает основу своей концепции чувств, говорит о взаимосвязи между сверхчувственной организацией человека и нашей планеты и о влиянии направления письма на нашу душевную конституцию. Именно в этих лекциях он декларирует основной закон в отношении движения между астральным (душевым) телом и физическим и эфирным (жизненным) телами, согласно которому нервы, мышцы и скелет являются физическими проявлениями этих сверхчувственных органов.

Штайнер утверждает, что астральное тело движется в противоположном направлении по сравнению с физическим/жизненным телами, и далее он связывает это с движениями сверхчувственных членов самой планеты Земля.

Это один из ключей к пониманию пространственно-двигательных проблем ребенка. Другим духовно-научным фактом является то, что движение нашей души (астрального) через физически-жизненное тело в течение дня является спиралью по часовой стрелке.

Мы можем увидеть взаимосвязь между пространственной организацией физического тела, которое Я ребенка поднимает в трехмерном пространстве, когда он стоит прямо, и спиралью души, если мы наблюдаем пространственные свойства движения по спирали. Рисуя ее, мы движемся сверху вниз, слева направо, от краев к середине. Можно увидеть взаимосвязь этих движений в пространстве и по спирали в ремеслах и домашней работе, например, в ткачестве, прядении, помешивании, отжимании и т.д., во всех видах деятельности, приводящих к рождению интеллекта и хорошо используемых в вальдорфской педагогике.

Эти две предпосылки, вместе с тем фактом, что существует «зазор» между сенсорными и перцептивными моторными нервами — синапс, — где в нас глубоко проникает духовный мир, подтверждают необходимость и важность упражнений в движении, рисунке и живописи, которые выстроены так, что упомянутые духовные научные законы приняты во внимание. Посредством двигательных упражнений может быть восстановлено правильное соотношение «дыхания» между душевнодуховным воплощающегося индивидуума и его физически-жизненным телом.

Кроме того, это пространство, в котором мы находимся, хоть и «пустое» по отношению к нашим чувствам в дневное время, является в действительности пронизанным моральными силами, которые поддерживают и питают наше душевнодуховное существо.

Именно с этими моральными силами, в которых мы пребываем спящими, связывают нас двигательные упражнения, так как в их основе лежат духовные сверхчувственные движения нашей планеты, в которые мы входим во время сна.

Содержание этой книги является первой попыткой установить соотношение этих духовных научных фактов с



проблемами ребенка и трудностями в обучении.

## **Часть 1. Развитие движения в первом семилетии**

Первое пробуждение к физическому телу, первый опыт «телесной географии» у ребенка происходит в то время, когда он покидает материнскую утробу и начинает путешествие через родовые пути. Он охвачен расширением и сжатием мышц своей матери, ритмом, который массирует все его тело и стимулирует нервы, фокус которых находится в стволе головного мозга. Каждый из наших органов чувств содержит в себе элемент осязания, и в эти часы материнского труда приводятся в действие все органы чувств, которые являются выражением физического тела. Они готовы координировать тот высший момент, когда воздух снаружи устремляется в легкие и ребенок рождается к жизни. Сила первого крика имеет большое значение, так как от первого вдоха кровь в первый раз вынуждена проходить через легкие, воздушные мешки расширяются и это в свою очередь закрывает клапан (овальное отверстие) между двумя камерами сердца. Три сосуда пуповины перекрываются, и вся нижняя система печени, селезенки, почек и их рефлексы активируются. Все это происходит в считанные секунды. Неудивительно, что первому крику ребенка всегда уделялись внимание и забота. Работа индивидуальности во время пребывания в утробе матери, создание тела, способного нести жизнь и сознание, в этот момент достигает кульминации.

Не так уж много травм, полученных при рождении, служат причиной дальнейших проблем (к тому же дети во все времена рождались в различных ситуациях и трудных условиях). Чем отличается рождение в настоящее время, так это сумбуром чувственных впечатлений, которые выливаются на детей со дня

рождения и в дальнейшем: шум, радио, телевидение, люди, которые приходят и уходят, пылесос, который жужжит вокруг кровати, свет, который включается и выключается, стук и грохот стиральной машины. Насколько отличается это все от ритмичного стука сердца матери и нежно омывающего потока ее крови, звучание чего, как говорят нам современные психологи, ребенок слышит в материнской утробе.

Сравните шумы в современном домашнем хозяйстве с совсем недавней викторианской средой в детской, с раскрашенным пологом, распростертым над колыбелью в первые дни, очень немногими посещениями до крещения, то есть до шести недель, а затем спокойный и размеренный режим с братьями и сестрами, которых только на несколько минут допускали поглядеть на младенца, пока он достаточно не созреет, чтобы самостоятельно поднять голову.

Такие наблюдения не призывают вернуться к старым стандартам, привычкам и манерам, а скорее к тому, чтобы предположить, что родительство является в высшем смысле профессией и требует гораздо больших знаний, подготовки и размышлений, чем те, которыми мы удовлетворяемся сегодня. Глубокое понимание развития ребенка как духовного существа открывает совершенно новые и интересные концепции и возможности для того, чтобы быть творческим во многих отношениях, и трактует миссию смены подгузников в совершенно другом контексте! Перепланировка дома и образа жизни вовсе не означает, что надо перестроить жизнь вокруг своего ребенка и быть его рабом, но следует принимать сознательные решения, а не говорить: «О, ребенок должен научиться вписываться в нас» — требование, которое мы вряд ли бы предъявили взрослому.

Покой викторианской эпохи способствовал приведению в соответствие физиологического и душевного. Кости черепа,

плотно сжатые при прохождении через родовые пути, должны освободиться и расшириться таким образом, чтобы происходили сложные процессы роста клеток структуры головного мозга, смог установиться краниальный (черепной) пульс, и голова могла обрести прекрасный округлый купол, являющийся образом космоса, из которого приходит душа. (Голова ребенка занята так же, как улей в своем росте и развитии.) Устойчивый темп повседневной жизни младенца был живительным процессом сам по себе. Современному ребенку редко позволяют оставаться в этом спокойствии, которое дает возможность оправиться от напряженных усилий рождения, и время, чтобы жить в своем организме, не подвергаясь нашим механизированным порядкам и излишним нагрузкам.

Наблюдательная мать отметила: «Через несколько дней тишины и спокойствия младенцы более счастливы, веселы, сосредоточены и дружелюбны. Они будто понимают, где они находятся. В дни, когда вокруг них слишком много происходит, они раздражительны и капризны».

В течение первых месяцев жизни младенец проводит свои дни, лежа на спине. Именно из этого горизонтального положения он своими чувствами поддерживает связь с окружением, его взгляд следует за матерью по комнате, меняется в направлении звуков, которые он слышит. Ему необходимо это устойчивое положение в качестве точки отсчета для связи своих переживаний одного с другим. Если его положение изменяется, например, его подпирают подушкой, то эта точка отсчета для координации восприятия нарушается. Было бы лучше перемещать кроватку или коляску в разные места, чтобы дать разнообразие переживаний, чем преждевременно менять положение тела. И опять же, современная привычка оставлять ребенка на животе, прежде

чем он станет настолько силен, что самостоятельно сможет поднять голову и сам перекачиваться, лишает его свободного вытягивания (потягивания) и вращения руками в воздухе, радости перебирать пальчиками солнечные лучи и с неослабевающим интересом созерцать свои руки! «Лежание на животике» в течение короткого периода упражнений — да, но не надо оставлять младенца в этом положении надолго в дневное время.

Младенцу необходимо за первые девять месяцев собраться и преодолеть силу тяжести весом своего тела. Голова и верхние конечности первыми совершают это, давая ребенку возможность, поднимая голову, перевернуться с боку на бок. Увы, очень часто ребенку не дают полноценно пережить опыт самостоятельного поднятия головы. Задолго до того, как мышцы готовы поддержать голову, его слишком часто и слишком долго удерживают в вертикальном положении, или он засыпает в «перевязи на груди», его голова свешивается назад под тяжестью черепа или лежит на плечах, оказывая давление на шейные позвонки.

Эти девять месяцев — время, когда голова и руки являются средством, с помощью которого младенец перемещает себя, неся свой вес. Это время может быть сокращено путем поощрения использования им нижних конечностей — несущих органов — с помощью всевозможных ходунков; мы преждевременно ставим его в вертикальное положение и тем самым лишаем времени, в котором он нуждается, чтобы обрести способность самостоятельно контролировать позицию тела и естественную координацию восприятий и движений, которые должны быть выработаны в горизонтальном положении.

Это действительно драматический момент, когда ребенок собственными силами сможет координировать все свои

мышцы, поднимать тело в вертикальное положение в пространстве и делать свои первые шаги на этой земле. Это большое достижение. «Прямостоящий человек», который преодолевает гравитацию, провозглашает уникальное положение человека в ряду сотворенных существ. Он может свободно перемещаться в пространстве: направо — налево — вперед и назад, может смотреть вверх и вниз. Все шаги достижения человеческого облика и стати являются важными для того, чтобы человек приобретал телесные способности в дальнейшем. Спонтанная координация структуры скелета, мышц и нервов позволяет ему должным образом управляться с объектами, усваивать чувственные впечатления и воспроизводить их, как это требуется, например, при письме и чтении.

Кінець безкоштовного уривку. Щоби читати далі, придбайте, будь ласка, повну версію книги.

**ridmi**  
ТВІЙ УЛЮБЛЕНИЙ КНИЖКОВИЙ

**КУПИТИ**