

САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ  
ЛУГАНСКИЙ ИНСТИТУТ ПОСЛЕДИПЛОМНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

***НОВОЕ  
В ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ***

Практика системы П.К.Иванова  
в дошкольных учреждениях

САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ  
Кафедра валеологии

ЛУГАНСКИЙ ИНСТИТУТ ПОСЛЕДИПЛОМНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
Лаборатория "Природное развитие человека"

## НОВОЕ В ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ

Практика системы П.К.Иванова  
в дошкольных учреждениях

Авторы: *Иванов Ю. Г. , ст. преподаватель  
кафедры валеологии СГПУ, зав.  
лабораторией "Природное раз-  
витие человека" ЛИЛО,  
Иванова А.А., методист ЛИЛО.*

Самара, Луганск 1995 год

*Работа подготовлена для работников народного образования и посвящена развитию новых принципов воспитания детей, связанных с системой природного оздоровления П.К.Иванова. В ней отражен опыт педагогов, внедривших в своей практике философско-педагогические аспекты системы Иванова. Работа может быть использована как приложение к авторской валеологической программе семьи Ивановых.*

### Вступление.

В настоящее время сложились благоприятные условия для пересмотра методов работы дошкольных учреждений. Прогрессивные руководители, воспитатели дошкольных учреждений ищут и находят способы высвобождения детской души.

Найти эти качества, дающие людям спокойствие и радость, помогает система П.К.Иванова. Широкое распространение практики закалки-тренировки в природе, о которой много говорится, затронуло и дошкольное воспитание. Система П.К.Иванова дает возможность стать здоровым, и в первую очередь, здоровым духом. Чем выше внутренняя культура взрослых, чем богаче души и щедрее сердца, тем больше предпосылок для создания в коллективе душевного равновесия и возможности для самораскрытия личности каждого сотрудника: заведующей, воспитателя и его помощника, медсестры, повара, прачки и т.д.

Прежде чем начать заниматься по этой методике, нужно подумать - зачем это нужно? Система Учителя Иванова - природный проявитель, своеобразное зеркало природы, в котором быстро можно себя увидеть. И главное, как бы там ни было, есть возможность выйти из возникающих проблем.

На опыте многих пошедших по этому пути ясно одно - нужно начинать смело и уверенно, с верой и сознанием того, что природная закалка освободит от лишних стрессов, неуверенности и сомнений, а может быть, наоборот, от излишнего самомнения, гордыни или равнодушия.

### Заведующей.

Укрепляющееся здоровье, хорошее настроение дадут возможность чутче и внимательнее увидеть чисто человеческие проблемы коллег и детей, оторваться от догм инструкций и программ.

На первое место выходят взаимоотношения между людьми и важно при этом относиться и к вышестоящим, и к нижестоящим по должности за их человеческое. Постарайтесь, чтобы оценкой работы сотрудников была благодарность. Они все ваши дети. Проявление неловкости, несовершенства в работе в достаточной мере будет строго подчиняться самоконтролю каждого человека, если хорошее в коллективе станет нормой. Нет наказания выше, чем самонаказание честного и совестливого человека. Ищите хорошее в

людях. Дайте возможность каждому подняться в стремлении к совершенству как можно выше, будучи примером великодушия, милосердия. Такую форму общения все взрослые быстро перенесут на детей. Постарайтесь довериться женскому чутью, доброте, но и взыскательности.

Необходимо исключить в коллективе угрозу в любом ее проявлении. Угнетенность, страх наказания, который страшнее самого наказания, парализует волю. А сила в воле. Только вольный человек способен воспитать вольного. Неудовлетворенность собой, своим пребыванием на работе усугубляет присущие с детства каждому из нас комплексы, болезни. Плохое в заведующей провоцирует плохое в сотрудниках, хорошее - растит доброе. Иначе коллектив что "Бурлаки на Волге" И.Е.Репина. Униженный человек, согласно своей сути, будет или унижать других, беззащитных и более слабых, т.е. детей, или закроется в пассивности, вялости.

Просьба - главное проявление культуры человека. Если просьба станет определяющей во взаимоотношениях заведующей и других членов коллектива, основой отношений детей и взрослых, выигрывает каждый.

Занятия по системе П.К.Иванова, строгость и взыскательность прежде всего к себе, выработка такого важного качества души, как терпеливость гармонизируют личность, в результате чего поступки, устремление становятся чище, путь выбора решения короче.

Легче той заведующей и выше авторитет, которая умеет хорошо делать всё или почти всё из того, что требует от своих сотрудников. Личный опыт женщины, хозяйки поможет правильно оценить те или иные усилия в работе сотрудников всех категорий. Культура - это не набор знаний о науке и искусстве, это культ народных традиций - человеческих ценностей во всех проявлениях. Внутренние качества, умения, талант чувствуются и ценятся людьми гораздо выше, чем умение говорить о них.

Компетентность - это не просто понимание проблем. Это поиск способов их решения. Если заведующая в работе руководствуется своим опытом, советами и предложениями коллег, ищет единомышленников, она получает радость от гибкости проявления своего ума, творчества.

Хороший руководитель знает цель развития своего коллектива, ставит дальние и ближние цели. Главное держать мысль в позитиве и, если она истинная, то человеческая природа поможет ее реализации. Это не жизнь на "авось", это - жизнь по предоставлению, а все испытания человеку, идущему по системе закалки П.К.Иванова, даются природой по силам, и человек приобретает мудрость и кругозорность.

Необходимо отметить природу еще одной человеческой черты, такой, как доброта. Доброта должна быть чистой, действенной. Плоды доброты должны быть сознательными, иначе это доброхотство, кормящее зло, плохое. Нужно учиться относиться к людям по заслугам, помня басню о слоне с бревном и муравья с соломинкой и, опираясь на маститых, не забывать согреть растущих.

Хорошая заведующая не руководит, а живет жизнью детей и взрослых вверенного ей коллектива. Её как мать и старшего то-

варища заботят человеческие проблемы каждого сотрудника, их радости, заботы, боли горя и печали, тем более, что это, в основном, женщины, матери, молоденькие девушки, вступающие в жизнь.

Во всех случаях можно искать выход из положения в позитиве при активной и тактичной помощи коллектива. Предметом особой заботы в коллективе должна стать молодежь. Никогда личные проблемы и настроения не должны осложнять душевный климат в коллективе, омрачать настроение людей.

## Создание условий для жизни детей и взрослых детском саду

Опыт детских садов Содружества, ищущих новые формы общения с детьми, создания благоприятных условий для их раскрытия, заслуживает признания и введения в работу дошкольных учреждений. Можно назвать такие в гг. Луганске, Харькове, Полтаве, Самаре, Наб. Челны, Умани, Бишкеке, Минске, Одессе, на Дальнем Востоке. Делается большое общее дело, ломаются искусственные стереотипы в коллективах, начинается семейная жизнь. Взрослые становятся старшими и любящими друзьями, которые помогут детям увидеть окружающее, друг друга в красоте и неповторимости, учатся сами и учат любить. Самой яркой отличительной чертой таких садов является учеба жить, мысля позитивно. Когда люди узнают о том, что мысль проективна, что наше окружение - плод, результат нашего мышления, наших дел, устремлений, все начинает становиться на свои места. Спрос с себя, а не поиск виновного в окружении.

## Ритм детского сада.

В детских садах, где действует гибких! ритм, а не режим, занятия начали строиться согласно стремлениям, умениям, желаниям детей и воспитателей.

В тех детских садах, в которых отошли от режимных установок, от строгого распределения по часам и даже минутам всех видов деятельности детей, течет своя жизнь. Заведующие и старшие воспитатели теперь с улыбкой вспоминают дни, недели и месяцы становления новой жизни. Ослабление или даже упразднение так называемого контроля, снятие рамок и запретов со взрослых и детей проявилось всеми такими, какие они есть.

За короткий срок происходят перемены в душах детей и взрослых. Исчезает агрессивность, эгоизм, лицемерие. Свобода, непринужденность, самоуважение, культура поведения, расцвет творчества - вот симптомы начавшегося выздоровления людей. Закалка-тренировка, сознательное терпение приносят радость жизни, раскрытие творческого потенциала взрослых и детей. В атмосфере настоящего педагогического сотрудничества взрослых и детей детский сад превращается в дом.

## Оформление детского сада.

Чтобы детский сад стал добрым семейным домом, постарайтесь сделать его светлым, уютным. Не отягощайте интерьер помещений тяжелой керамикой, предметами темных цветовых оттенков. Легкие и светлые украшения должны нести понятную детям смысловую нагрузку. При этом формируется вкус, нравственные устои направлены на отдачу, а не на поглощение. Един естественный животворящий цвет - белый и его оттенки от красного до желтого. Будет лучше, чтобы стены, портьеры были пастельных оттенков. Если помещения будут окрашены или оклеены обоями близких оттенков, полы выстелены очень светлым покрытием или выкрашены краской светлых тонов и покрыты лаком, то будет создаваться впечатлительное пространство и глубины.

Наружные окна, двери здания, оборудование на игровых и спортивных площадках постарайтесь окрашивать красками светлых тонов, добавив цветные к белой. Темные тона, особенно синий, действуют насильственно. Легче для восприятия предметы из дерева, если они пропитаны олифой и покрыты лаком или выкрашены краской фисташкового цвета. Игровое и спортивное оборудование красивее выглядит, если оно того же цвета. Это создает впечатление цельности и определенной функциональности, не дробит восприятие детей. Самое красивое во время прогулок и игр - это дети!

Таким образом в вашей деятельности по обеспечению детского сада, его благоустройству и руководству им будет меньше суеты, лишней фразеологии, а каждое слово или поступок приобретут значимость и уважительность.

## Комплектация групп

Опыт детских садов, которые вводят в практику работу смешанных групп показал, что детям в таких группах жить интереснее. В повседневной жизни старшие заботятся о малышах, учатся бережным и нежным отношениям, малыши легче преодолевают возрастной барьер, который особенно тяжело переносится позже в школе. Исчезают чувства превосходства старших над малышами, точнее в таких группах исчезает атмосфера для его возникновения, которая позже может Перейти в жизнь сильный за счет слабого. Особенно важно, чтобы в одной группе были братья и сестры. Комплектацию новых групп предлагаем проводить по мере поступления детей в детский сад независимо от их возраста.

## Столовые.

В некоторых детских садах организовали столовые. Освободились кадры воспитателей и их помощников при сохранении штата. Это дало возможность улучшить воспитательную работу освободившихся в определенных направлениях для занятий: по физкультуре, грамоте, развлечениям и т.п. При этом удобно проводить занятия, например, по грамоте с детьми из разновозрастных

групп в количестве 6-8 человек. Индивидуальный подход, плотность занятий несомненны. Помещение столовой можно использовать для занятий трудовой деятельностью различных видов. Тут же старшие дети всерьез готовят салаты, печенье и другие блюда, помогают лепить вареники, накрывают на столы и т.п.

### Занятия в детском саду.

Каждый взрослый детсада много сделает для себя и становления личности каждого ребенка, если будет стремиться быть для детей хорошим добрым другом, который научит всему, что может пригодиться в жизни. Общение друг с другом, основанное на уважении и любви будет дополняться музыкой, песней, сказкой. Не обучение музыке, танцам как основная цель, а через них - проявление человеческих качеств в творчестве и самовыражении.

Есть возможность для проявления самостоятельности у детей. Она проявится в выборе деятельности и повышении чувства ответственности за результат при таком доверии взрослых к детям. Строгое разделение деятельности по видам обедняет её. Многие занятия, планируемые по программе, особенно занятия по математике, в детском саду дают в основном знания о фиксированных понятиях, т.е. знания, не подкрепленные жизненным опытом, не нужные до определенного периода. Важно довериться детям в их увлечениях. Учитывая физиологические аспекты мышления детей, его непрерывность и образность, виды занятий нужно считать так, чтобы они продолжали тематику и жизнь образов, рождаемых детьми, удовлетворяли насущную потребность творить, любить. При новом образе жизни в детском саду открывается масса талантов у взрослых и детей, все друг у друга учатся. Взрослые иногда просто робеют перед замыслами детей. Они понапридумывают, всё осуществят, используя краски, цветные мелки, пластилин в скульптурной и плоскостной лепке, рисовании, аппликации во всех их комбинациях.

Не нужно привязывать к определенному месту за столом. Пусть все материалы по ИЗО будут размещены в доступном для детей месте, и столы пусть они расставляют как им удобно и рассаживаются, где и с кем хотят. Воспитатель принимает участие не как указующий, а как зачинщик или лицо, поддерживающее замыслы детей, принимающее в поделках и творчестве детей самое активное участие. Здесь нет анализа, оценок действия детей, создающих мощные комплексы в мыслительной деятельности детей, отражающихся в теле функциональными расстройствами, позже превращающимися в патологию. Здесь творчество и самораскрытие: одного в рисовании, другого в порыве восхищения товарищем, третьего в опрятности и аккуратности, в умении организовать что-то, расставить, убрать, четвертого рассказать обо всем этом, вспомнить песенку о каком-то изображенном герое, увлечь детей и воспитателя к новой деятельности и творчеству.

### Примерные занятия:

1. Тема: Зимующие птицы. Дети с воспитателем обдумывают свои замыслы, материал. Самостоятельно готовят фон. Например, на первом занятии на аппликации создают часть сюжета из наблюдений: подоконник, крышу, веточку, сугроб. На следующем вырезают и наклеивают птиц. Размещенные в уголке ИЗО работы как панно будут радовать глаза детей, а музыка и пение птиц в звукозаписи оживят его. В этой работе можно использовать и цветную бумагу, и краски, и карандаш. Пусть творят. 2. Тема: Дымковская игрушка. Аппликация или раскрашивание дымковской игрушки большого размера. Расположить их можно на столе или на полу (как захотят дети). Творческие группы пусть составляют сами. Повод понаблюдать кто как проявится: кто гордец, кто творец, кто безразличен, кто робок, кому-то интересна более кропотливая работа.

О цвете. Все цвета и их оттенки имеют резонанс внутри каждого из нас - это отражение внутреннего состояния человека. Чистой человеческой природе присущи светлые тона. Дети ближе к природе и многие видят цвета в движении, гамме чувств и переживаний. И это взаимный процесс. Поэтому не следует навязывать ребенку свое отношение к цвету, искажать жизнь чувств, так как внутренний цвет живых объектов меняется в состоянии их зависимости от обстоятельств.

Групповое творчество неопределимо для проявления чувства такта, умения согласовывать свои действия, радости от общих находок, красоты. Самая большая радость - это минуты прожитого вместе, а не подколотые для отчета детские работы с программным содержанием и указанием справившихся с ним детей. Предлагаем полностью отказаться от анализа работ детей. Одних это унижает, в других растит лицемеров и судей.

Еще кочуют по д/садам графики успехов детей по видам деятельности, дифференциация. На 3-4-летнего человека вешается ярлык несостоятельности, неумейки или наоборот, всезнайки, ставя на первый план в достоинствах человека его памятные параметры. Жизнь показала, что добрым людям, живущим в мире чувств, ощущений, было трудно учиться в детстве. Робость, стеснительность, неуверенность - часто сопутствующие таланту природные качества, мешающие его раскрытию, раскрытию внутреннего мира. В результате в нашем мире, где выживая был сильный за счет бессильного научились, как правило, не всегда самые талантливые, а более всего упорные, тщеславные и в определенной степени смелые. Научились музыке, рисованию, физике, математике, медицине и всем остальным искусствам и наукам. В результате имеем штампы мышления и действий. Сфера же чувств в д/садах, школах, а тем более в ВУЗах только тема для разговоров, а не для проявления.

### Музыка и песня в жизни детей.

Анализ действующих "Программ воспитания детей в я/с" показал, что десятки литературных произведений, подвижных игр,

песен и танцев в год, которым необходимо научить детей не дают возможности для раскрытия индивидуальных способностей детей. Дети не успевают их полюбить. Строгое, неукоснительное требование выполнения детьми столь насыщенной программы можно сравнить с жизнью студента перед экзаменом. Включается только один параметр - кратковременная память.

Такая постановка задач как, например, "учить детей петь бодро и весело" полностью исключает песню как средство выражения чувств, настроения, знакомство с ней, как со средством выражения мышления народа.

Пора всем нам подумать о том, какую музыку слушают наши дети. Все несовершенство нашего мира в той какофонии нагромождений звуков, ритмов, которые часто называем музыкой. Громкие, ударные насильственные звуки, никчемность слов и словечек больших песен в основном ностальгического характера заполнили мир. Высокочастотные звуки провоцируют ускоренное половое развитие подростков. Например, ритм русских народных песен отражает ритм тока крови человека в определенном состоянии. Музыкальная песня вводит детей в мир переживаний, помогает выразить свои чувства, подсказывает именно нужный тон. Дети получают возможность в музыкальной песне черпать силы, переключать на песню силу, радость или невзгоды.

Пусть выбор песни будет небольшим, но на здоровой основе. Смотришь иногда по телевизору выступление какого-нибудь детского хора: и костюмы хороши, и головками дети научены в такт помахивать, и покачиваться в такт. Подход и оттачивание профессионализма мешает глубинному проникновению слов и мелодии в душу человека. То же самое можно сказать о разучивании десятков танцев в год, аэробики.

Столько песен пели в старину в семье, с какими словами и мелодией, настраивающими человека на высокую духовность, смелость, любовь, сострадание, милосердие?!

Главное, чтобы музыкальный работник в д/с был хорошим человеком, любящим музыку и детей. Такой человек раскроется в мире чувств, звуков и в движении, если ему дадут возможность, приведёт в него детей.

Праздники на Руси были завершающим этапом определенного периода жизни народа. Жизнь семьи сада тоже должна быть тесно связана с жизнью общества, его ценностями. Знакомясь с определяющими ценностями своего народа через занятия в детском саду, отражая их в своей деятельности, дети накапливают знания, умения, которые формируют мир их чувств. Задача педагогов дать возможность высветить самое лучшее самим общим действием праздника.

## Литературные произведения для чтения детям.

Славянская народная волшебная сказка вводит детей в мир нравственной чистоты, стремления к совершенству. Сотни лет русский народ в муках и страданиях нес до нас мечту о счастливой жизни. Мало сказать мечту. Каждая русская волшебная сказка - шифр к достижению чаяния народа о том, что он заслужил:

жизнь, при которой жить поживать, да добра наживать. Не материальное добро и золото, а золото души и сердца.

Спросите у детей какая она, царевна, какой он, царевич, и вы услышите, что дети хотят вырасти красивыми, т.е. добрыми, честными, справедливыми, верными и еще самыми-самыми... Каждая девочка мечтает стать царевной, а мальчик - царевичем.

Сказка - модель происходящего в любой сфере жизни. Надо иметь мудрость расшифровать ее. Учитель просил читать сказки, в них вся жизнь, он сам писал сказки, просил не пить мутной водицы. А мы пьем и детей поим, не видим, где колдунья, где Алёнушка - утопили доброту, чистоту. Себе прощаем, что погружаем детей в ложь и лицемерие, а с других спрашиваем. Пункт 9 "Детки" "Победи в себе ложь, лицемерие, страх". Конечно страшно проявить самостоятельность, а как же честность? Стали бы люди выполнять "Детку" и исполнились бы сказки, ушло бы страдание и неправда на земле!

Живут во всем наши сказки! А пока катится хвостун колобок. И хвастается, и хвастается, сходит все ему с рук. Но найдется на него, этого книжника, праведника, уставника, программника лиса. Да клетку мы прихватили вместе с жарптицей, а потому и пострадали. Ведь учит нас сказка: "Не бери клетку, не бери уздечку, а то беда будет!" Поэтому и жарптица, олицетворяющая наше счастливое детство, и верный конь и многое другое попало в зависимость приказов, методик, инструкций и т.п. Многие уже привыкли в клетке, даже жаль с нею расставаться...

Необходимо полностью исключить из чтения детям произведения, носящие назидательный характер, элементы борьбы, звереподобные чувства. Хорошее - это норма. Беседа с подростками, помнящими такие сказки, как "Федорино горе" и "Мойдодыр" показала, что дети боятся таких произведений: "А вдруг это про меня?" - вспоминают они. Мы не должны подозревать детей в пороках и недостатках, которые могут в них проявиться, тем более проектировать их Тот, который из "маминой из спальни?! кривоногий и хромой?!" может орать: "Ах, ты гадкий, ах ты грязный..." Крокодил же знакомый, чинно шествующий по аллее "растопчу и проглочу", - говорит. Вот и топчут нас и глотают "кокоши" и "тотоши" и пытаются намылить "мочалки словно галки" куда ни пойдешь: и в служебном, и во врачебном кабинетах, в администрации, политике. А эти образы все плодит нездоровое воображение поэтов, писателей, драматургов, кинематографистов, фантастов.

Дети с малых лет смотрят по телевизору настоящие фильмы ужасов: о войне, детективы с жесточайшими пытками и убийствами, мультики с постоянными низменными эмоциями. Достаточно вспомнить новогоднюю передачу, где выбиралась мульткрасавица - баба яга, обезьяна, и страх берет: на кого же мы настраиваем своих детей, учим считать нормой гадкое, снисходительными быть к тому, о чем в старину детям шепотом говорилось, как о самом плохом и недостойном. Потом удивляемся откуда такая жестокость у подростков, бездушие и безликость.

Человека отличает разум, совесть, чувство, сострадание. У животных только инстинкты, эмоции. Наряжая детей в мишек и лисичек, зайцев и волков, мы тем самым бессознательно учим за

норму считать эмоции, выражаемые ими.

Волшебные сказки могут ожить в инсценировках, рисунках, рассказывании детей, песнях и танцах сказочных героев на музыкальных занятиях и утренниках, и даже на занятиях по физкультуре - во всей жизни детей. Это огромный духовный пласт нашей истории, это энергетический поток, который соединит нас в стремлении к светлому продолжению сказочной жизни, защитит детей в любой ситуации, послужит алгоритмом поведения человека в обществе.

### О нововведениях в учебно-воспитательный процесс детского сада

Родное слово, его произношение - это физиологическое состояние мышления, которое формировалось тысячи лет. Его созревание происходит к 12 годам, отражая энергетику, мировоззрение, человека, его опыт, имеющий глубокие связи со своими корнями, со своим генотипом.

Язык народов других стран адекватен их менталитету - это тоже энергетическое состояние. Только зрелому разуму мы можем называть иностранные слова, которые адекватны, созвучны нашим жизненным ценностям. Изучение иностранных языков в раннем возрасте разрушает физиологию мышления, вводят напряжение в деятельность мозга и сердца. Рекомендуем вводить изучение языков в более позднем возрасте, когда уже сформировалось мышление, а в дальнейшем и мировоззрение детей. Исследования медиков, биологов, физиологов подтверждают эту мысль.

Так же большую озабоченность вызывает и компьютеризация в дошкольных учреждениях. Компьютерная графика, движения фигур неадекватны природе человека, его движениям. Идет сверхнагрузка на центры восприятия, на мозжечок, что отражается нежелательным образом на развитии деятельности мозга. Здоровый, развитый ребенок в более старшем возрасте уже осознанно относится к подобным занятиям, и они становятся не самоцелью, развлечением, а средством современного обмена информацией и мобильного ее использования.

### Игры детей

Мы, взрослые, создавая игрушки, предлагаем их детям, стараясь с их помощью ввести в мир живой жизни на подражании. Но дети начинают манипулировать с игрушками, что становится самоцелью, забавой, отрывающей детей от жизни, воспитывающей человека, желающего всю жизнь играть: сначала с куклами и мишками, затем с мопедами и магнитофонами, позже с людьми и их судьбами. Дети раскрепощенные, живущие в уважении, особенно идущие по системе закалки-тренировки осваивают жизненные уроки быстрее, во взаимоотношениях с детьми и взрослыми. Элемент игры присутствует в подражании, но живут дети всерьез, вызывая к себе уважение, желание считаться с ними, как со взрослыми. Гораздо ценнее не развлечение детей, а их поступки в сиюминутной ситуации, жизнь по потребности, отдача по способности.

В последнее время модными стали развивающие игры, т.е. игры, способствующие развитию памятных структур, ведущих к компьютеризации мозга. Взрослый компьютер - это очень опасно. Он сумеет от жизни взять самое лучшее, выгодное, за счет других...

Так называемые сюжетно-ролевые игры (больница и аптека) вносят в сознание детей элемент реальной обязательности и неизбежности болезни в жизни людей и поэтому вредны безмерно. Всё, чем наполнена жизнь детей, нацеливайте в позитив. Здоровье идущих по системе П.К.Иванова - реальность, и устранение из сознания детей мыслей о болезни - выполнение десятого пункта "Детки".

Природа подсказывает, что мы делали что-то не так, воспитывали детей не теми методами. Именно поэтому исчезли пластмассовые штампованные куклы - штамп безликости. Подсказка пришла и мы стали заниматься тем, чем занимались наши бабушки со своими мамами - мы стали шить кукол. Свои идеалы, свои устремления, свои способности и таланты вкладывают в их создание мамы с дочками. Детям интересно играть с такой куклой, она живая, она воплощение мечты. Стали оживать куклы в спектаклях и сказках: и Крошечка-Хаврошечка со своими сестрами, и Иван-царевич, и гуси-лебеди. Современные средства прикладного творчества приобрели в детском саду еще большую значимость. Именно сделанная своими руками вещь несет сильный энергопотенциал, адекватный ее значимости.

### Физическая культура.

Цель: радикальное превышение эффективности физической культуры, как основного фактора укрепления и длительного сохранения здоровья и дееспособности детей.

Задачи: 1. Формирование устойчивого интереса к регулярным занятиям физической культурой, усвоению физкультурных знаний.

2. Основываясь на индивидуальных особенностях, обеспечить формирование жизненно важных двигательных умений, навыков.

3. Повышение уровня функциональных возможностей организма, обеспечение направленного развития физических и основанных на них психомоторных качеств.

4. Закаливание по широкому спектру воздействий различных факторов среды.

5. Формирование правильной осанки, свода стопы, красивой походки, пластики движений.

Содержание:

В основу разработки программного материала положены функциональные особенности данного этапа онтогенеза, сенситивных периодов развития физических способностей, направленность которых способна обеспечить необходимый уровень жизненно важных двигательных умений и навыков.

35. Средства: 1. Построение занятий в режиме динамической по-

2. Комплексы упражнений для совершенствования познавательной активности, быстроты движений, общей и динамической выносливости, силы разгибателей туловища, гибкости.

3. Мероприятия по формированию правильной осанки, свода стопы, красивой походки, пластики движений.

4. Упражнения по формированию правильного дыхания.

5. Закаливание.

6. Игры двигательной активности.

7. Приемы самомассажа.

Указанные средства включают элементы гимнастики, легкоатлетические упражнения, подвижные игры, плавание, лыжи, другие виды двигательной активности.

Физическая культура в детском саду должна формировать культуру отношения к своему телу и его функциям, воспитывать стремление к красоте и здоровью. Для этого занятия по физической культуре должны быть мотивированные, вызывать у детей желание осознанно заниматься теми или другими видами движений, развивающими ловкость, быстроту, красоту движений, непринужденность, массажем, ритмикой.

В любом саду есть хорошо оснащенные гимнастическими сооружениями групповые комнаты и залы, мини-стадионы с канатами, кольцами, лестницами, беговые дорожки и пр. Это дает возможность детям в непринужденной обстановке физически развиваться согласно собственным дневным биологическим ритмам, настроению, возможности, желанию, смелости. Ко в начале и конце года необходимо проводить осмотр осанки и стопы детей для того, чтобы работу проводить целенаправленно и индивидуально.

Занятия по физкультуре предлагаем проводить в вольной форме. Показатель темперамента здоровья детей - их двигательная активность, осанка, походка, красота движений. Если ввести детей в отлично оборудованный зал и дать возможность заниматься чем они хотят, руководствуясь программой, как источником информации о возможностях детей, то физкультура в детском саду станет любимейшим занятием детей и взрослых. Психологическая нравственная установка на позитивное поведение детей в зале окажется нужной только в первое время. Зато двигательная активность увеличится в несколько раз. На обычных занятиях и моторика низка, и стрессовость детей велика из-за скованности, требования к дисциплине, обязанности делать то, что велят. В предлагаемом виде занятий продвижению в физическом развитии будут способствовать хорошее настроение, возможность проявить товарищество, похвалиться, порадоваться своим успехам, успехам друзей, возможность пожить в радости.

Еще не оцененный вред наносят в духовном развитии человека игры так называемого соревновательного характера. С детства поощряем лидерство, радость сильного от успеха за счет слабого физически. А как известно, редко лучше те, у кого кулаки побольше да ноги подлиннее и только. Наша "Программа по физической культуре" может быть ориентиром в работе с малышами. Если осторожно, чутко относиться к внутреннему миру каждого человека, особенно ребенка, то детская душа засверкает всеми гранями, еще никем не оцененного по достоинству самородка.

## Закаливание.

Вопрос о закаливании детей по системе П.К.Иванова в детском саду смогут решить люди, сами занимающиеся закалкой-тренировкой. Только укрепившись в понимании пользы этого дела, можно предлагать другим. Из опыта других садов, идущих по системе Иванова, можно сказать, что везде шло это дело по-своему. Где началось с заведующей или старшего воспитателя, где с воспитателей, но с пониманием и поддержкой заведующей. Дети, видя настроение, радость взрослых после обливания, хотят испытать подобное на себе.

Начинать обливать детей можно с согласия и поддержки родителей. Некоторые родители робеют обливаться сами и передоверяют укрепление здоровья своих детей детскому саду. Конечно, мать должна знать, что испытывает ребенок. Здоровье матери - здоровье дитя.

Педколлективу не нужно спешить, убыстрять, агитировать, но знакомить родителей с опытом, научными обоснованиями закалки, а главное с мировоззрением П.К.Иванова - необходимо.

Старайтесь выбирать время для обливания детей перед едой, минут за десять до выхода на улицу сказать об этом детям, чтобы они настроились. Разговоры об обливании только в позитиве, в поддержку предвосхищения победы. Если кто-то из детей или взрослых обливается впервые, старайтесь вместе с детьми поддержать его радость посвящения. Прививайте детям уважение к святым минутам единения с землей, воздухом, водой - тремя живыми телами природы, родившей человека. Спокойно постоять на земле, травке, на первом вдохе попросить у Учителя, Матери-Природы здоровья себе, на втором - друг другу, родным и близким, на третьем - всем людям на Земле! 12 советов Учителя Иванова помогут в закалке духа и тела.

### ДЕТКА,

Ты полон желаний принести пользу всему советскому народу, строящему коммунизм. Для этого постарайся быть здоровым. Сердечная просьба к тебе, прими от меня несколько советов, как укрепить свое здоровье.

Два раза в день купайся в холодной природной воде, чтобы тебе было хорошо. Купайся, в чем можешь: в озере, речке, ванне, принимай душ или обливайся. Это твои условия. Горячев купание заверши холодным.

Перед купанием или после него, а если возможно, то и совместно с ним, выйди на природу, встань босыми ногами на землю, а зимой на снег хотя бы на 1-2 минуты. Вдохни через рот несколько раз воздух и мысленно пожелай себе и всем людям здоровья.

Не употребляй алкоголя и не кури.

Старайся хоть раз в неделю полностью обходиться без пищи и воды в пятницу 18-20 часов до воскресенья 12 часов. Это твои заслуги и покой. Если тебе трудно, то держи хотя бы сутки.

В 12 часов дня воскресенья выйди на природу босиком и несколько раз подыши и помысли, как написано выше. Это праздник твоего дела. После этого можешь кушать все, что тебе нравится.

Люби окружающую тебя природу. Не плюйся вокруг, не выплевывай из себя ничего. Привыкни к этому: это твое здоровье.

Здоровайся со всеми везде и всюду. Особенно с людьми пожилого возраста. Хочешь иметь у себя здоровье - здоровайся со всеми.

Помогай людям чем можешь, особенно бедному, больному, обиженному, нуждающемуся. Делай это с радостью, отзовись на его нужду душой и сердцем. Ты приобретешь в нем друга и поможешь делу мира.

Победи в себе жадность, лень, самодовольство, стяжательство, страх, лицемерие, гордость. Верь людям и люби их. Не говори о них несправедливо и не принимай близко к сердцу недобрых мнений о них.

Освободи свою голову от мыслей о болезнях, недомоганиях, смерти. Это твоя победа.

Мысль не отделяй от дела. Прочитай хорошо. Но самое главное - ДЕЛАЙ!

Рассказывай и передавай опыт этого дела, но не хвались и не возвышайся этим. Будь скромнен.

Желаю тебе счастья, здоровья хорошего.

Иванов Порфирий Корнеевич.

### Методика закаливания детей.

В результате применения системы П.К. Иванова и других методов закаливания людьми различного контингента, в том числе и дошкольниками, сложился ряд принципов закаливания, которые позволяют достичь желаемых результатов.

Принцип первый - регулярность. Лучше всего ежедневные занятия, которые проходят в одно и то же время суток. Замечено: суточные ритмы наиболее эффективны и устойчивы в нашем организме. Им подчиняется деятельность многих органов и систем.

Принцип второй - постепенность. Постепенное увеличение нагрузки, поэтапный переход к более сильным формам закаливания позволяют, пусть медленнее, но зато увереннее достигать

желаемого результата.

Принцип третий - интенсивность. Сила воздействия должна быть выше привычных температурных норм постоянной среды обитания. Чем интенсивнее воздействие, тем ярче ответная реакция организма. Закаливающий эффект будет выше там, где применяли более холодную воду меньшее время по сравнению с тем, когда использовали воду потеплее, но долгое время.

Принцип четвертый - сочетаемость общих и местных охлаждений. Скажем, при обливании стоп тело остается не закаленным, а, наоборот, обливание до пояса не обеспечивает устойчивость стоп к холоду. Оптимальная устойчивость организма при чередовании общих закаливающих процедур с местными, направленными на наиболее чувствительные к действию холода области (стопы, носоглотка, поясница).

Принцип пятый - не растираться после обливания. Растирание до покраснения, массаж ограничивают процесс охлаждения, прерывая его. Не следует проводить закаливание после интенсивной физической нагрузки, которая тоже тормозит течение термовосстановительного процесса после охлаждения.

Принцип шестой - многофакторность природного воздействия, т.е. использование солнца, воздуха, воды, земли, снега. К тому же, обращаться с ними непосредственно в природе. Например, купаться не в бассейне, а в реке, ходить босиком не только по полу, но и по мягкой лесной тропинке, по снегу на дворе и т.д.

Принцип седьмой - комплексность. Он означает, что процедуры закаливания должны восприниматься шире, нежели просто обливание водой. Это и прогулки, и бег, и сон на свежем воздухе, и баня.

Наконец, принцип восьмой - закаливание должно проходить на фоне положительных эмоций. Конечно, приходится проявлять настойчивость. Однако, как бы велико не было это усилие, ощущение процедуры должно оставаться на грани приятного. Здесь также важно учитывать индивидуальность ребенка и состояние его здоровья.

Таким образом, основываясь на системе природного оздоровления П.К.Иванова и исходя из принципов закаливания, нами в экспериментальной работе в дошкольных учреждениях предложена система закаливания для детей дошкольного возраста (в г. Самаре), которая должна формировать веру (а не стереотип) в здоровый образ жизни.

Предлагаемая нами система состоит из нескольких постоянно сменяющих друг друга ступеней по оздоровлению. Начинаются они дома, с пробуждением ребенка, продолжают в течение дня в детском саду и заканчиваются вечером перед сном. В дошкольном учреждении день у ребят начинается с утренней зарядки, которая регулярно проводится на свежем воздухе в облегченной одежде. В комплекс зарядки обязательно включаются несколько упражнений на дыхание. После зарядки в группе дети моют холодной водой лицо, руки, шею, ушные раковины, полощут рот и нос. В течение дня в помещении дети находятся в легкой одежде, босиком или раздеваются до трусиков. Температура в комнате поддерживается не выше 22-24 град.

Во время прогулок у детей облегченная одежда (преимущес-

твенно из хопчатобумажных тканей), соответствующая погодным условиям и позволяющая детям активно двигаться и играть в подвижные игры.

Спят дети в одних трусиках в хорошо проветренной спальне.

Центральным звеном закаливания является целая цепочка последовательных действий, которые можно выполнять как до, так и после дневного сна. Она проходит по следующей схеме:

- ходьба босиком и легкий бег по дорожке "здоровья",
- пульсирующий микроклимат,
- выход на землю или снег в трусиках,
- обливание всего тела холодной водой.

Все это выполняется в течение 15 минут быстро, энергично, и, конечно же, в сознательной, с элементами игры, форме. Перед этим с детьми проводится кратковременная настройка, которая направлена на создание хорошего эмоционального состояния.

Воспитателем в группе ведется дневник закаливания или настенный график, который заполняют сами дети. На основании дневника наблюдений осуществляется индивидуальная работа и дифференцированный подход к дошкольникам при закаливании.

В систему закаливания входят и занятия дома, иначе организм теряет тренированность системы терморегуляции.

Детям передают свой опыт взрослые: в дошкольных учреждениях - воспитатели, дома - родители. П.К.Иванов просил передавать свой опыт, делать это могут те люди, которые его имеют, сами на себе все почувствовали. Поэтому важное место в системе закаливания дошкольников занимает просвещение родителей, коллектива детского сада и приобщение их к здоровому образу жизни. С этой целью необходимо информировать по этому вопросу, давая методические рекомендации и домашние задания по закаливанию и физическим упражнениям.

## Массаж.

Легкий самомассаж после сна научит детей с ранних лет с уважением относиться к своему телу, заботиться о нем. Массаж повышает тонус мышц, гармонизирует работу всего организма, придаст детям силы и уверенность в себе. Время проведения - перед обливанием или после сна.

## Одежда детей.

Если ребенок с рождения большее время находится без одежды, то его развитие проходит успешней. Принято считать, что так он лучше адаптируется к условиям внешней среды, но, скорее всего, он получает возможность меньше зависеть от нее. Тело - сосуд души. Даем возможность малышу развиваться самостоятельно, верим в его природные силы, поддерживаем его не страхом: как бы не простудился, не упал, не стукнулся, не съел чего, а верой в него, в умение проявлять себя, и мы помогаем ему быть самим собой. Тактильная, т.е. чувственная особенность кожи детей, большее время проводящих обнаженными, очень высока. На-

чиная ползать, такие дети не падают, не натываются на острые углы, подлазят под низкие предметы, сами находят выход из самых взрослых были в роли спокойного наблюдателя и помощника. В детском саду советуем постепенно приучить детей к босохождению, причем необходимо быть примером. Одежда для мальчиков - трусики, шорты; для девочек - трусики и юбочка. Без одежды людям хорошо, комфортно. Красота тела людей, идущих по системе, быстро совершенствуется и радуется глаз, как заслуга перед природой. Человек хвалится своим, заслуженным, что гораздо нравственнее, чем хвастовство престижной одеждой.

Одежда светлая, из натуральных тканей способствует проявлению естества человека. Кажущаяся красота одежды из

искусственных тканей застит глаза, темный цвет втягивает в себя, поглощает свет, что известно всем из уроков физики. Присутствие взрослых в темной одежде уменьшает радостное настроение детей.

Температура в помещении должна быть такой, какая приятна телу. Вредны сквозняки. А вот на ултше воздух, в отличие от воздуха помещений, живой. Хорошо, если верхняя одежда будет легкой, чтобы тело могло терпеть холод. Ни в коем случае не допускать, чтобы ребенок потел, но и не перемерзал.

## Питание в детском саду.

Это особая тема. Во-первых, у нас в стране почему-то кем-то когда-то давным-давно установлены самые большие в мире нормы калорий. Эти калории главенствуют во всем. Но пора отходить от норм мяса, мучных продуктов, слишком высоких при большом дефиците свежих овощей, фруктов и молока. Нужно учиться жить по предоставлению Природы и собственной совести. На переработку калорий нужно слишком много тех же самых калорий, а употребление большого количества вареной пищи вызывает процесс гниения в толстом кишечнике, что усиливает или даже является первопричиной воспалительных и хронических заболеваний печени, легких, уха, горла, носа, глаз и других органов. Поэтому необходимо включать в рацион большее количество сырых овощей, фруктов, соков, отваров из трав.

Часто можно видеть, как ребенок нетерпеливо роется в сумке пришедшей за ним мамы или, особенно, бабушки. Еще когда ребенок совсем мал, но его уже научили понимать вкус сладостей, взрослые стараются порадовать малыша конфеткой, яблочком, радуясь улыбке ребенка. Взрослые не отдают себе отчета в том, что радуют в такой момент себя. Ребенок же служит в такой момент донором для утоления жажды любви, внимания к себе. С 9-10 месяцев ребенка совращают подачками, внося в его сознание, что лучшее на свете - это удовольствие. Вкусная пища позже является средством поднятия настроения при недостатке радости в жизни, положительных эмоций.

Понаблюдав за детьми, вы сами убедитесь, что духовные, добрые ласковые дети едят меньше. Не нужно докармливать детей,

делать из еды культ или средство наказания. Особенно не следует настаивать в еде в завтрак. Обед можно сделать из первого, третьего блюда и овощей. После сна предложить детям второе. Но к счастью и здоровью людей стереотип мышления, что "вся польза в питании" теряет свою силу. Есть дошкольные учреждения, где прогрессивные заведующие, врачи, осознав физиологические

аспекты работы пищеварительного тракта, сердца, убедили родителей в пользе приема пищи не ранее 11-12 часов. Дети с утра бодрые, оживленные после обливания успешно усваивают материал, активны, спокойны.

Заставлять детей есть нелюбимую пищу не только вредно, но и опасно. Опыт закалки по П.К.Иванову показал, что вкусы занимающихся по системе, меняются, разборчивость и придирчивость в пище быстро проходят.

Необходимо отметить, что энергетический потенциал пищи зависит от того, какие люди ее готовят. Расхищают не продукты - расхищают душу человека, для которого они предназначены, пренебрегают не трудом, затраченным на ее приготовление, пренебрегают людьми. Чем добрее, честнее человек, который готовит пищу, тем добрее каша, которую он сварил. В этой каше вся суть человека. Важно и настроение, с которым готовится пища. Если будут греметь на кухне горшки, то это все отразится на детях, их настроении и здоровье.

В праздники во всех добрых семьях общий стол. В некоторых садах это есть и в повседневной жизни. Хорошо, если в праздник пирог, испеченный для каждой группы отдельно, внесет повар и посещение повара вошло не в обязанность, а в радость общения с теми, для кого творят, стараются на кухне.

Варьируйте детские порции. Для этого можно поставить пищу на стол в общем блюде, из которого дети будут брать столько можно и сколько нужно. Это имеет и большой воспитательный фактор. Горько было видеть слезы повара при виде кусков пушистых, как кружева, пирогов в отходах. Совесть, труд подчинены были царицам - бездушным нормам питания. Природа и здесь вносит корректировки. Чтобы не украли - лучше в мусор труд и народное добро. Перестраховываясь от воровства, воруем проявление честности, доброты, естественных чувств материнства.

Есть трудности и с доставкой продуктов в детский сад, но их тоже нужно решать в позитивном отношении к тем людям, от которых зависит решение этих вопросов. Успешней подобные вопросы решаются коллегиально с народными советами, управлением торговли.

### Планирование работы в детском саду.

Каждый педагогический коллектив ставит перед собой задачу, и одна из серьезнейших проблем в детском саду - это написание планов. Если в них будет заведомо ложная мысль, отписка, то это в дальнейшем отразится на поведении взрослых и детей. Мысль проективна: что рождаем, то и получаем. Мысль, записанная на бумаге - это мысль материализованная, поэтому она должна быть чистой, реальной - природной. Учитель Иванов в

"Детке" просит не отделять мысль от дела. Вот с этого нужно начинать каждому, иначе ложь и лицемерие. Если человек начинает поступать так как намыслил, то он скоро убеждается, что это трудновато, чувствует, что наплотил немало нелепиц. Вот тут и начинается самое интересное. Если вы захотите жить по справедливости, то начнете мыслить о том, что выполнить можно. Постепенно мысль станет по количеству меньше, но по чистоте и возможности осуществления они станут сильнее, и их реализация даст радость бытия, дела.

Рождать в творчестве замыслы и осуществлять их в чистоте помыслов и любви к детям - мечта каждого педагога, наделенного талантом честности. Зачем мы так не доверяем людям, заставляя их отчитываться за каждую минуту, прожитую в саду. Лучший показатель работы и творчества - это дети, их глаза, самостоятельность, непринужденность, культура общения, их радость и жизнь. Можно предложить делать небольшие наметки о предстоящем для воплощения, но без строгой привязки во времени и темы занятий с детьми. Второй вариант - дневниковые записи для накопления опыта.

### Педсоветы.

Жизнь вносит коррективы. Слушать длинные доклады, выписанные из методик в тиши кабинетов не только бесполезно, но и смешно. Живой обмен опытом в своем коллективе, обсуждение новостей из публикаций дадут гораздо больше для практической деятельности.

В году несколько педсоветов, поэтому целесообразно сделать их открытыми, приглашая всех работников детского сада, родителей, представителей своих ведомств или шефствующих организаций. Это предложение не претендует на обязательность, но интересная постановка работы в детском саду поможет приобрести друзей и помощников среди родителей и шефов.

Один из дней недели, например, среду можно сделать педднем. В этот день проводятся педсоветы, семинары, консультации, посещения д/с родителями, в краткой форме решаются текущие вопросы, подводятся какие-то итоги, намечается перспектива в работе и т.д.

### Ориентировочный план годовой работы в детском саду по теме "Природное воспитание детей"

1. Формирование принципов природного мышления, лексикона и поведения ребенка на ранних стадиях его развития в условиях дошкольного учреждения.
2. Знание об уровне здоровья детей и возможность в его саморегуляции на основе сознательного поведения в обществе.
3. Отражение в природной среде действий человека и развитие позитивного мышления.
4. Единство красоты души и тела ребенка в эволюционном природном процессе.

## Педсоветы.

1. Русская народная сказка как ориентир сознательного поведения ребенка.
  - 1.1. Видение человеческого характера в природных образах (царевич, царевна, конь, ветры, горы, огонь, моря, облака).
  - 1.2. Биолингвистика в русской народной сказке в эволюции русского языка.
  - 1.3. Образное сравнение поведения ребенка с образами положительных и отрицательных героев сказок как способ ненасильственного воспитания ребенка.
  - 1.4. Развлечение. Ассоциативное понимание собственно личности в данной народной сказке.
2. Музыкальное песенное творчество.
  - 2.1. Отражение сердечности и душевное восприятие мира традиционной русской и украинской народной песни.
  - 2.2. Восприятие мира через образы природы в вокале и многоголосии.
  - 2.3. Песня и музыка как способ общения детей и взрослых в повседневной жизни (частушка, эпитеты и сравнения, наигрыши, фольклор).
3. Понятие диалектического единства красоты тела и душевного состояния человека.
  - 3.1. Нравственное состояние личности - определяющее начало здоровья окружения.
  - 3.2. Метод общения с детьми различных характеров, направлений одухотворения человека.
  - 3.3. Отражение в природной среде действий человека и развитие позитивного мышления.
4. Проекция традиций народного творчества (песни, сказки, музыка, рисунок и т.д.) в формировании конкретных условий в детском саду.
  - 4.1. Интерьер, предметы быта и гигиены детей как средство одухотворения личности.
  - 4.2. Отражение внутреннего состояния воспитателя - залог здоровья и спокойного состояния ребенка.
  - 4.3. Конкурс оформления групп.

## Производственные совещания.

1. Вежливость, терпеливость, сознательное отношение друг к другу и детям - залог здоровья и душевного равновесия.
2. Единство коллектива в решении задач в воспитании детей. От детского сада к семье. Ответственность и заведующей, и повара, и помощника воспитателя должна быть одинаковой.
3. Профессиональное мастерство - честь и достоинство человека.
  - 3.1. Привлечение к педагогической и культурно-просветительной работе помощников воспитателей.
  - 3.2. Смотр одежды, маркировки, посудомоечной, чайного столика, посуды и т.д.
  - 3.3. Консультации для поваров. Детское питание с выставкой и дегустацией блюд с привлечением родителей.

4. Демократизм взаимоотношений в коллективе, основанный на профессиональной ответственности. Коллегиальность в решении текущих вопросов. Планерки.

## Пед. часы и консультации.

1. Сочетание вокального творчества с азбукой, письмом и понятийным восприятием человека; его развитие в современных условиях.
2. Материализация духа народа в изобразительном творчестве, прикладном искусстве, одежде, жилище; связь с музыкой, песней.
3. Музыка, песни, пластика движений в мироощущении детей.
4. Народная игрушка - модель, отражающая видение мира нашими предками внутренним взором, модель, отражающая отношение людей в микросфере.
5. Занятия как возможность реализации детей и воспитателей душевного отношения к миру, человеку, как способ подготовки человека к реальной жизни.
6. Проективность мышления как фактор формирования позитивного развития событий в жизни. Связь мыслительной деятельности человека с окружающей средой. Сила позитивного восприятия мира.
7. Золотое правило воспитателя - отношение к ребенку как ко взрослому человеку, что является залогом самостоятельности и гарантией достоинства будущего гражданина.

## Семинар по физической культуре •

Единство красоты души и тела ребенка  
в эволюционном природном процессе

1. Основы современной физиологии ребенка.
2. Посещение дошкольных учреждений, имеющих опыт природного оздоровления.
3. Прослушивание магнитофонных записей и просмотр с детьми и родителями видеопрограмм по закаливанию детей.
4. Работа с родителями
  - 4.1. Открытый диспут педагогов и родителей: "Знание об уровне здоровья детей и возможность его саморегуляции на основе сознательного поведения в обществе".
  - 4.2. Физическая культура, гигиена, массаж в жизни ребенка.
5. Питание и его биоэнергетика.

## Административно-хозяйственные советы.

Некоторые заведующие ввели в свою практику административно-хозяйственные советы. Для лучшей организации труда вдумчиво и коллегиально распределяются обязанности между всеми категориями работников учреждения: медработниками, старшим воспитателем, завхозом, кастеляншей, бухгалтером, кладовщиком, шеф-поваром. Один раз в неделю на совете рассматривается план работы на неделю и анализируется работа за прошедшую неделю.

Такая постановка способствует повышению авторитета каждого работника, проявлению ответственности и самостоятельности при решении того или иного вопроса, освобождает заведующую для работы с педагогами и детьми. На советах люди учатся согласовывать свои действия. Роль заведующей здесь - дать возможность максимально проявить себя каждому в творческом и профессиональном плане. Объективность и позитивность оценок позволит людям отдавать себя, свой труд и радости.

### Досуг.

Легко жить людям в коллективе, интересы которого не ограничены чисто производственными интересами. Укрепляющееся здоровье освободит время и чувства для проявления творчества, организации клубов по интересам, досугов. Так называемые кружки, секции, семинары, клубы могут действовать постоянно или временно согласно темам, желаниям возможностям и интересам людей. Это чтение литературы, обсуждение публицистики, овладение каким-либо мастерством (макраме, вязание), шитье костюмов, занятия гимнастикой, выступления, концерты взрослых и детей.

Создание здорового образа жизни в каждом коллективе, особенно в котором растут дети - стоящая цель.

### Молодые специалисты.

Есть в каждом саду и дети постарше: молоденькие воспитательницы и помощники воспитателей, пришедшие со школьной скамьи. Мудрая мысль о введении в штат помощника воспитателя открыла перспективу для многих девушек, желающих посвятить свою жизнь детям. Чувство равноправия дает возможность делать большой вклад в дело, жизнь питомцев. Сотворчество воспитателей и помощников несомненно в коллективах, о которых идет речь. В эти коллективы пришли интеллигентные девушки, сознательно выбравшие цель в жизни. Привлечение их к общественной педагогической жизни очень активно: это и участие в педсоветах, ведение кружков, приготовление атрибутов. Участие во всех программах в коллективах избавляет от комплексов, так свойственных молодым скромным девушкам (а именно такие чаще идут в сады), помогают быстрому становлению, определению человека. Взросшие таким образом кадры становятся преданными дошкольному делу людьми.

### Работа с родителями.

Нелегко заслужить статус хорошего детсада. Хороший сад, это тот, в котором хорошо детям, в который с радостью ведут своих детей родители. Если мысль матери будет каждый день радостной и спокойной о том, что она ведет своего малыша в коллектив, как в семью, где он учится общению с детьми, познает жизнь в радости бытия, то это будет ступенькой вверх. Важно, чтобы прощаясь с детским садом, ребенок чувствовал, что его завтра здесь ждут и взрослые, и дети, а стремление домой, в семью тоже каждый раз было ступенькой вверх в общении с родны-

ми.

Если контакт с родителями всегда и во всем будет только доброжелательным, спокойным, то в выигрыше будут и дети, и воспитатели, и родители. Самая высокая цена авторитету, который заслужен добрым отношением к детям, заботой о насущном и необходимом для них, укреплении здоровья, в опоре на положительные проявления каждого ребенка.

Горько слышать, как некоторые воспитатели и даже заведующие неуважительно отзываются о контингенте родителей своего детсада, говорят о невозможности работы с ними, расписываясь в своей несостоятельности, гордыни, чувстве превосходства перед людьми. Виновник плохого контакта с родителями может быть узкий кругозор, некомпетентность в понимании человеческой психологии, нужд людей. Постарайтесь понять людей, познать, что им интересно. Научиться общению с людьми можно только в общении с людьми.

Если в своем саду в один из дней недели вы предоставите родителям возможность непринужденно пообщаться друг с другом, с вами, может быть даже за чашкой чая, то польза от этого будет велика.

### О часто болеющих детях.

ЧБД - группа так называемых "часто болеющих детей". Нужно помнить, что чаще это не дети больны, а нездоровая среда, которая их окружает. Здоровье ребенка зависит от любви родителей, сознательного отношения к зачатию, родам, от окружения, отношения к нему и друг к другу взрослых. Если это долгожданный кумир, то из него делает себе подобие, в пеленках, игрушках, еде, сюсюканьи материализуя свой дух. Ребенку с хорошими природными задатками трудно в такой атмосфере и он страдает. Если ребенок рожден с какими-то негативными задатками, то пороки взрослых усиливают их проявление, капризы ребенка истощают его физически. Это проявляется в воспалительных процессах, повышении температуры, восприимчивости инфекций, капризах, недомоганиях, слабостях. У детей, занимающихся по системе, и их родителей быстро укрепляется здоровье. Здоровье детей - в здоровом отношении к ним взрослых. Старайтесь не заласкивать детей, пусть поцелуй матери будет самой большой наградой ребенку.

### Новые подходы к воспитанию детей.

В основе воспитания закладывается принцип эволюционного развития человека в условиях постоянно изменяющегося природного процесса на планете. Вывод П.К.Иванова о том, что здоровье человека в последнее время и в дальнейшем приобрести гораздо труднее, чем раньше, подтверждается фактически. Понимание природы по Иванову отличается от общепринятого. Природа - это народ, мы, люди. Поэтому изменение природы и природной атмосферы неразрывно связано с социальными изменениями в обществе, не говоря уже об экологической обстановке.

На основании этого принципа определяющим становится не только и не сколько приобретение здоровья, что безусловно, а изменение его сознания и физиологии. Основой для этого является-

ся вежливость в природе, основанная на совести, разуме и любви. Вывод на новый уровень развития человека не революционный, а эволюционный, т.е. ненасильственный и постепенный, не имеющий пределов в своем развитии. Практикой многих тысяч последователей учения уже показано, что переход на более экономное жизнеобеспечение реально. Без особой сложности люди переходят на новый образ жизни, при котором многие обходятся без пищи и воды по нескольку дней в неделю с улучшением своего здоровья. Изменение взглядов на жизнь позволяет им снизить свои материальные потребности, а духовное развитие стремительно изменяется в своем совершенстве.

Принципы коммунистического общежития становятся реальными. Способности людей, их творчество постоянно раскрываются, а потребности в материальном обеспечении снижаются. От каждого по способностям, каждому по потребностям - объективная реальность.

Отношение к природе закладывается не на принципах приспособления человека и адаптации, а на формировании активного сознательного поведения в условиях неблагоприятных природных факторов. Установка на позитивное отношение к своему здоровью и жизнедеятельности исключает формирование в памяти, а как следствие и в организме, элементов, чуждых природе человека. Победа над страхом происходит естественно.

Развитие нового сознания существенно отличается от ныне существующих методов, применяемых в дошкольных и школьных учреждениях. В основе лежит оценка знаний детей не по памятным структурам, как принято при изучении в школе и детском саду, а на основе ориентации ребенка в самых неожиданных ситуациях, т.е. одномоментная самостоятельность в решении текущих задач. Снижение памяти не должно считаться аномалией.

Здоровье и красота тела ребенка - залог естественного отношения к половому развитию. На первый план выходит не полярность полов, а гармонизация и дополнение. У последователей Учителя Иванова возникает уважение к собственному телу и организму, к собственным мыслям и поступкам. Ребенок с детства учится понимать свое здоровье, как заслугу своими поступками. Любое негативное отношение к своим болезням и недомоганиям - это своего рода доминанта, усугубляющая процесс. Ребенок начинает понимать, что его здоровье зависит от его поступков.

П.К.Иванов предлагает для удовлетворения потребностей ребенка всем матерям ввести равное денежное пособие, "чтобы мать не нуждалась этим". Снимается дискриминация и этим даются предпосылки к спокойному воспитанию детей. В настоящее время это реализуется ситуацией, когда дети пребывают в одних трусиках в детских садах, принявших систему природного оздоровления к действию. Появляется стремление к совершенствованию красоты своего тела, теряется тяга к показухе вещей, престижности через это.

Важным принципом в воспитании детей является то, что режим и дисциплина, как чуждые природе человека, должны уступить естественным ритмам и принципам саморегуляции. Единственным методом для решения возникающих сложностей, является

просьба. Только через просьбу можно воспитать в ребенке уважение к самому себе. Наказание - в виде отстранения от себя ребенка. При этом личность воспитателя имеет решающее значение.

Практика природного оздоровления в детских учреждениях должна осуществляться только людьми, которые сами придерживаются такого образа жизни.

Разработанные методы закаливания в дошкольных учреждениях на основе системы П.К.Иванова разделяют понятия физической нагрузки на холоде и непосредственно закаливания. Физическая нагрузка в виде упражнений, силовых и прочих движений часто противопоказана закаливанию. После встряски организма холодной водой в естественных природных условиях ребенку предоставляется право самому решать, что ему делать, разумеется, в разумных пределах. Если проводится физическая нагрузка, то детей необходимо одевать.

Естественное развитие ребенка в условиях системы Иванова самостоятельно формирует потребность в питании. Ограничений в питании не рекомендуется, но важным условием является то, чтобы его не перекармливали. Наиболее естественное питание по Иванову - в отсутствии завтрака, поэтому необходимо постепенно упрощать и снижать рацион завтрака.

Особое внимание обращается на бережное отношение к природной среде и формирование вежливости ко всему живому вокруг. Экология чувств с детского возраста не даст развитию потребительского отношения к природе.

В дошкольных учреждениях необходимо упразднить принципы соревновательности. П.К.Иванов говорит о том, что сильный за счет слабого не должен жить. Это люди наделали в процессе своей жизни. Это чуждо природе. Наиболее разумным в этом отношении предлагается спокойное отношение к тем детям, которые отказываются от погони за лидерством. Во главе всех коллективных игр следует ценить вежливость, бескорыстие, взаимопомощь, смелость и прощение.

Необходимо ликвидировать принципы коллективных оценок поступков и выполнения каких-то задач. С раннего возраста выращивать в детях судей и лицemerов - вот к чему приводят подобные действия. Осуждать на собраниях, при людях, у руководства - это не по Учителю. В таких случаях необходимо говорить о позитивной альтернативе. Если совершено какое-либо негативное действие, то значительно лучше будет, когда наставник расскажет о том, что другой человек поступил так-то и так-то, т.е. хорошо. Загонять ребенка в тупик нельзя. Надо дать ему возможность подумать, что кто-то делает лучше.

Принцип устремления. В основе многих наставлений для детей лежит буквально вбивание в мозг определенных установок, т.е. ребенок должен то-то и то-то. Ребенок никому ничего не должен. Если воспитатель хочет чему-то научить, то он может это сделать путем увлечения ребенка каким-то процессом, а сам в это время должен незаметно уйти из его поля зрения. Чтобы ребенок не отчитывался за это, а жил в этом.

В системе П.К.Иванова многие устоявшиеся понятия о физиологии и нравственности постепенно изменяются. Если у ребенка снижается потребность во сне, то не следует его в этом застав-

лять. Это вполне нормальное физическое явление. Как правило, дети перестают играть с игрушками, для них гораздо важнее общение со сверстниками. Не следует их заставлять особо играть в игрушки, они каким-то внутренним чутьем видят в них ложь и пустоту. Это опирается на личное наблюдение за детьми естественного характера.

Дети, вошедшие в природный образ жизни через закаливание, приобретают неведомые многим воспитателям качества феноменального характера. Если ребенок начинает по-иному видеть цвета, разговаривать с растениями, длительное время молчаливо радоваться себе, смотреть подолгу на какой-то предмет, рассказывать фантастические истории и т.п., то ни в коем случае не осуждать его за это. Их мир гораздо богаче взрослого с его догматизмом и самонадеянностью. Лучше, чтобы дети поделились своими возможностями.

Очень важно учить детей просьбе. Через просьбу к сверстнику, родителям, природе, Учителю формируется его вежливость. Девиз "Просьба и вежливость врага убила" один из основных в системе природного оздоровления.

Дети рождаются с определенными задатками. Их история - это история генетического кода, поэтому в этом отношении они разные. Маленький человек - он одновременно и большой человек, разница не очень большая. Как это ни странно, но воспитание без изменения социальных условий мало что может дать. Поэтому по словам П.К.Иванова "Я не меняю человека, а изменяю ему условия, в которых он развивается" и должно строиться формирование личности. Если людей поставить в определенные одинаковые материальные условия, то проявление человека не за счет "чужого" и "мертвого", которым он может выделиться среди окружающих, а за счет своего природного быстро выявит его внутренние качества и возможность его существования в обществе людей станет проблемой. Это заставит его самого изменяться. Воровать нечего будет, и причина стяжать постепенно исчезнет.

Одним из основных принципов является принцип "конфетки". Человек с детства старается что-то получить. Даже получить здоровье ассоциируется с врачами. Это психологически лишает человека самостоятельности. Желательно пересмотреть понятие доброты. Часто это доброхотство. Наше желание сделать для ребенка что-то лучшее оборачивается в худшую сторону. Это касается практически всего. Понятие счастья всегда имеет альтернативу несчастью. Не следует забывать об этом. Одна фраза "Сейчас придет тетя врач и тебе поможет" может свести на нет выздоровление ребенка. Лучше это будет звучать так: "Ты сможешь быть здоровым и скажешь об врачу". Небольшое изменение в корне меняет дело. И это очень важно.

В природных условиях человек рождался, но постепенно отошел от своей природы, поэтому рождение ребенка и воспитание его на чистом атмосферном воздухе будет дальнейшим залогом его развития. Основополагающими правилами его поведения в обществе являются советы Учителя Иванова, оставленные в знаменитой "Детке". Раскрытие их глубины продолжается уже много лет, развитие природных процессов, изменяющихся во времени, не дает пока оснований для их пересмотра.

## Заключение.

Наши предложения - это предложения задуматься. В каждом городе, в каждом коллективе есть свои ростки самостоятельности, добрых дел в отношении к детям. Нужно оправдать надежду страны через здоровое красивое молодое поколение.

## Содержание.

1. Вступление.....	2 стр.
2. Заведующей.....	2 стр.
3. Создание условий для жизни детей и взрослых в детском саду.....	4 стр.
4. Ритм детского сада.....	4 стр.
5. Оформление детского сада.....	5 стр.
6. Комплектация групп.....	5 стр.
7. Столовые.....	5 стр.
8. Занятия в детском саду.....	6 стр.
9. Музыка и песня в жизни детей.....	7 стр.
10. Литературные произведения для чтения детей.....	8 стр.
11. О нововведениях в учебно-воспитательный процесс детского сада.....	10 стр.
12. Игры детей.....	10 стр.
13. Физическая культура.....	11 стр.
14. Закаливание и методика проведения его.....	13 стр.
15. Массаж.....	16 стр.
16. Одежда детей.....	17 стр.
17. Питание в детском саду.....	17 стр.
18. Планирование работы в детском саду.....	18 стр.
19. Педсоветы.....	19 стр.
20. Ориентировочный план годовой работы в детском саду по теме "Природное воспитание детей.....	19 стр.
21. Административно-хозяйственные советы.....	21 стр.
22. Досуг.....	22 стр.
23. Молодые специалисты.....	22 стр.
24. Работа с родителями.....	24 стр.
25. Новые подходы к воспитанию детей.....	23 стр.
26. Заключение.....	27 стр.

Учебное издание

Новое в воспитании детей

Авторы: Иванов Ю.Г., Иванова А.А.

Ответственный за выпуск  
Компьютерная работа

Иванов Ю.Г.  
Иванов Ю.Г.  
Грушина А.В.  
Бесплохотная Л.А.

Технический редактор

Сдано в набор 14.10.95г. Подписано в печать 15.09.95г.  
Формат 60x84/16. Печать на ризографе. Усл. печ. лист. 1,55 л.  
Усл. кр. отт. 1,55 л. Уч-изд. лист. 1,3 л. Изд. 5. Заказ 5.  
Тираж 500 экз.

Изготовлено в НВЦ "Здоровье", 349084, Луганская обл., Лутугинский р-н, с. Ореховка.