

Константин  
**УШИНСКИЙ**

Воспитать  
ребёнка

**КАК?**

Самая эффективная  
книга по воспитанию  
от патриарха  
отечественной педагогики



**Константин Дмитриевич Ушинский  
Елена Сергеевна Филиппова  
Воспитать ребенка как?**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=8379365](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8379365)  
Константин Ушинский. Воспитать ребёнка как?: АСТ; Москва; 2014  
ISBN 978-5-17-086269-6*

**Аннотация**

Вы узнаете:

- как правильно воспитать и обучить вашего ребёнка;
- как формировать полезные привычки и навыки;
- как развивать ребёнка физически и обеспечить ему правильное питание;
- как приучить к труду;
- что делать, если ребёнок ворует;
- как совладать с детским упрямством;
- в чем причины детской рассеянности, зависти, злобы и что с ними делать;
- как помочь ребёнку запоминать необходимую информацию
- и многое другое.

Перед вами – уникальные методики от великого русского педагога, проверенные на нескольких поколениях.

## Содержание

Воспитание через обучение	6
Глава 1	8
О том, всегда ли в здоровом теле здоровый дух	10
О правильном питании детей	11
О физическом развитии детей	12
Глава 2	14
О развитии физической выносливости	15
О потребности в отдыхе и перемене деятельности	16
О потребности в сне	17
О том, почему уставшие дети иногда не могут заснуть	18
Глава 3	19
О рефлекторной деятельности нервной системы	20
О формировании привычек и навыков	21
Глава 4	24
О формировании механической памяти	26
О внимании и детской невнимательности	29
О причинах детской рассеянности	31
Глава 5	32
Об ассоциативном мышлении	33
1. Об ассоциациях по противоположности	33
2. Об ассоциациях по сходству	34
3. Об ассоциациях по времени	34
4. Об ассоциациях по месту	35
О логических связях	37
Глава 6	38
О памяти плохой и памяти хорошей	39
О мнемонических приемах запоминания	40
О логическом методе запоминания	42
Глава 7	43
О детской выдумке, происходящей из забывчивости	45
Глава 8	47
О памяти в период младенчества	48
О памяти в возрасте от 3 до 6 лет	49
О памяти в отрочестве	50
О нравственном значении наших воспоминаний	51
Глава 9	53
О детском воображении	54
Конец ознакомительного фрагмента.	56

# Константин Ушинский

## Воспитать ребёнка как?

### Составитель Елена Филиппова

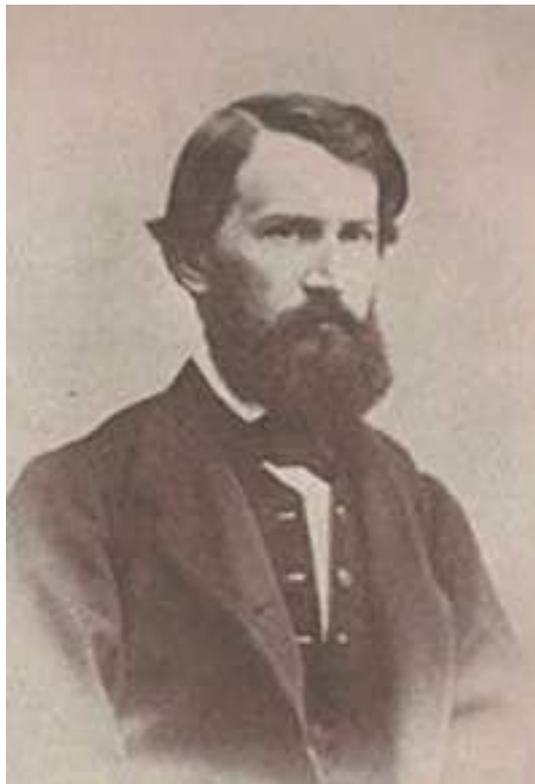
© Елена Филиппова, сост., 2014

© ООО «Издательство АСТ», 2014

*Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.*

©Электронная версия книги подготовлена компанией ЛитРес ([www.litres.ru](http://www.litres.ru))

\* \* \*



**КОНСТАНТИН ДМИТРИЕВИЧ УШИНСКИЙ (19 февраля (2 марта) 1824 – 22 декабря 1870) – выдающийся русский педагог, основоположник научной педагогики в России. Эта книга – уникальное практическое руководство для родителей и педагогов.**

*«Каждая школа, каждый педагог неизбежно выполняют одну из двух функций: или они готовят счастье своей стране, или несчастье».*  
*Константин Дмитриевич Ушинский*

*«Ушинский – это наш действительно народный педагог, точно так же как Ломоносов – наш народный ученый, Суворов – наш народный*

полководец, Пушкин – наш народный поэт, Глинка – наш народный композитор».

*Ученик великого педагога Л. Н. Модзалевский*

## Воспитание через обучение Отец русской педагогики

*С чего начинается воспитание? Большинство родителей тут же даст ответ: конечно же с внушения ребенку правил поведения. Ясно ведь, что послушный ребенок куда как удобнее непослушного. И стараются родители пораньше свое чадо воспитать: чтобы со взрослыми здоровался, маме с папой не хамил, не дрался, не толкался, правил не нарушал. Вот с этого-то и начинается для многих воспитательный процесс. Удалось в рекордные сроки превратить живого ребенка в подобие старичка – какое счастье, процесс идет правильно.*

*Слава богу, не все родители так думают и не все педагоги такие методы одобряют. Некоторые так и вовсе считают, что воспитание на самом деле не навязывание ребенку правил взрослого мира... а обучение. Воспитать – это просто развить ребенка во всех отношениях, и процесс этот чисто образовательный. Так считал Константин Дмитриевич Ушинский, который родился почти два века назад, а свои знаменитые педагогические труды издал полтора века тому. Он был человеком свободомыслящим, и система воспитания в тогдашней России сильно ему не нравилась: в низших слоях общества об этом вообще не думали, а в образованном обществе воспитание и образование было разделено непреодолимой стеной. Ушинский же говорил, что развивать в ребенке надо не отдельно ум и душу, а и то и другое одновременно, иными словами, учение – это и есть воспитание.*

*Само собой, у него нашлось как много противников, так и много сторонников. Тогдашняя Россия очень живо обсуждала образовательные нововведения. Нынешнее общество тоже этими вопросами задается. Зачем обучать ребенка? Когда начинать его обучать? Как? Чему? Уж сколько систем образования перебрали! И строгую школу советского времени прошли, когда во главу угла ставились дисциплина и прилежание. И заимствование из западных методик образования прошли. Некоторые были даже хороши: школьнику наконец-то разрешили не тупо сидеть без движения весь урок, а перемещаться по классу и разговаривать с другими детьми. Некоторые, вроде Вальдорфской школы, поставили родителей в недоумение. Ну как, скажите, прикажете реагировать, если чей-то ребенок покусал в этом детском учреждении вашего, а учительница говорит, что так этот ребенок выражал свою индивидуальность? А главная задача у них – полное раскрытие творческого потенциала воспитанников! И ссылались, между прочим, не только на своего основателя Рудольфа Штайнера, но и на труды отца русской педагогики Ушинского. Говорил же, что задатки ребенка нужно развивать без насилия? Говорил!*

*Государственные учебные учреждения тоже на него охотно ссылаются. Не удивлюсь, что большинству чиновников от просвещения известно лишь его имя, но не труды. Наша современная отечественная школа с ее государственными программами и единым государственным экзаменом – то еще место. Прежняя дисциплина сошла на нет, учитель в этой школе – несчастный человек, который больше нигде не смог трудоустроиться, а дети, замечательно чувствуя эту убогость преподавателя, не обучаются, а отбывают назначенное им одиннадцатилетнее заключение. Все как в старые добрые времена, то есть при прадедах и прапрадедах, когда на учителя смотрели примерно так же. Не лакей вроде и не из крепостных, но явно человек из низшего круга. Одет не по моде и даже айфона нет. Разве можно уважать такое пугало? Немолодые женщины с низкой зарплатой, часто не понимающие, что современных детей нельзя воспитывать тычками и окриками... Так что все идет примерно с тем же успехом, что и во времена Ушинского. Педагоги разрабатывают новые учебники и новые подходы к обучению, дети сопротивляются всяким подходам,*

*вздыхают на всякий учебник, родители недоумевают: зачем обрезают программу по литературе и вводят основы религиозной культуры... Кто виноват в этом кошмаре – государство, школа, семья? Или дети пошли нынче такие, что любое учение им в тягость? Нет, говорил давным-давно педагог Ушинский, дети тут ни при чем. Они рождаются с хорошими задатками и тянутся к обучению, и даже получают от этого радость, если учить их правильно, согласно с их физиологией и психикой.*

*И учил, между прочим. Сначала в Гатчинском сиротском доме, потом в Смольном институте, потом решил дать советы по воспитанию наследника престола – и почти тут же на него посыпались доносы, и был он отослан в заграничную командировку сроком почти на десять лет. Он очень хотел привить на отечественной почве передовые методы обучения и воспитания. И написать для детей учебники, по которым им будет приятно и легко учиться. И написал. Сначала книгу для чтения «Детский мир», которую предназначал детям, уже освоившим чтение и письмо, а потом и «Родное слово» – учебник русского языка, рассчитанный на три года обучения – от азбуки до грамматики и синтаксиса. Кроме этого, плодом его усилий стала философско-психологическая книга «Человек как предмет воспитания», третий том которой, «Практическую педагогику», написать он уже не успел.*

*Мы все, сами того не зная, учились читать и писать по методике Ушинского, то есть по его «Родному слову», видоизмененному, конечно, в духе времени. Однако, взяв оттуда образцы упражнений для письма и даже некоторые рассказы для чтения, от многих приемов в нашей школе отказались. Ушинский очень хотел, чтобы дети открывали правила и связи между вещами мира самостоятельно, и труд учителя он видел в ненавязчивом руководстве детским коллективом, а у нас во главу угла встало железное руководство классом – и полное подавление любой самостоятельной детской мысли. То есть, по сути, победило как раз то, против чего яростно выступал Ушинский. Как шутил кто-то из моих современников – мама мыла раму... до дыр. И учили нас в школах именно так, как не хотел Ушинский.*

*Он верил: если ребенка правильно учить, позволяя созревать и обогащаться его душе, то в результате все жители страны станут умными, образованными и нравственными людьми. Сами собой исчезнут взяточники, убийцы, подлецы, карьеристы, растратчики, любители наживаться на чужих несчастьях, лицемеры, подхалимы, лжецы... Ведь в ребенке не заложено ничего из отрицательных свойств души, ребенок изначально хороший и чистый. Как сохранить эту чистоту? Как воспитать из ребенка не искателя чинов, а умного и справедливого человека? Как его учить, чтобы не отбить желания учиться? Как не превратить его в завистника и труса? Как не сделать его подозрительным и завистливым? Как приучить его к труду? Как не дать ему одностороннего образования? Как развить все стороны его души? Не сомневаюсь, вы тоже хотите, чтобы ваш сын или дочь не просто нашли себе в будущем высокооплачиваемую работу, но выросли добрыми и гармонично развитыми людьми. Хотите? Хотите этого для своих детей?*

*Тогда рекомендуем прочесть эту небольшую книжку, в которой мы собрали все самое лучшее и важное из педагогических трудов Константина Дмитриевича Ушинского. Он не просто любил детей. Он их понимал и надеялся донести это понимание до всех родителей, воспитателей и учителей.*

*Елена Филиппова*

## Глава 1

# Здоровье и ум – связаны они или нет?

*В первый год жизни ребенка все молодые мамы озабочены одним: а сколько весит мой малыш, не отстает ли в весе и росте? Они свое чадо постоянно взвешивают, измеряют и очень страдают, если вдруг оно недотягивает в параметрах до нормы. Причем, если перетягивает, то мамы даже собой гордятся – вот какого богатыря растим, о-го-го! Годам к трем все как-то уже успокаиваются – и те, у кого растет заморыш, и те, у кого растет богатырь. Уж что выросло, то выросло – генетика. Но втайне всякой маме хочется иметь ребенка крупного и откормленного, потому что мамы верят: крупные дети не только сильные, они еще и умные, потому что созревают даже с опережением графика. И в детском саду их будут хвалить, и в школе, но...*

*Тут-то и выясняется, что отлично развитый физически ребенок оказывается не самым умным и не самым ловким, а часто и не самым здоровым. И уж точно не похож на идеального ребенка из рекламы или телепередачи. Тех, из телевизора, описывают чудесами правильного питания и воспитания. И очень ошибаются. Многие дети, которых родители отправили в нежном возрасте в телевизионные шоу и на рекламные акции, вспоминают о том времени, как о самом страшном кошмаре своей жизни. И что уж совсем печально – из многих чудо-детей голубого огонька выросли совершенно никчемные взрослые: кто спился, кто сел в тюрьму, а кто и покончил с собой. Увы! Каждый съемочный день был для них худшей из пыток. А какими красивыми и счастливыми они казались зрителям!*

*Но были ли эти чудо-дети еще и развитыми не по летам и умненькими? Зрители в этом даже не сомневались. Но им стоило бы попросту переключиться на другой канал, детский. И там бы они с большим разочарованием увидели, что в детских конкурсах часто побеждают совсем не такие ангелочки, а дети иногда страшненькие на вид, иногда угрюмые и необщительные. Стоит рядом с хорошо упитанным и самодовольным мальчуганом заморыш, у которого зубы как у кролика, а уши как у летучей мыши, и с легкостью отвечает на все вопросы. Конечно, если ему придется помериться с ангелочком силой, он проиграет. Да и то не всегда. Как-то на такой передаче в финале оказались два претендента на победу: выхоленный мальчик и толстый умник. На сей раз задача была на силу и выносливость. Стоя на одной ноге, нужно было столкнуть соперника со скамейки. Ведущая даже смутилась, понимая, кому достанется приз. И ошиблась: самый умный оказался и самым вертким и самым устойчивым, своего соперника он попросту измотал. Всякий раз, когда здоровяк подсакивал, чтобы его спихнуть, он резво отскакивал, проявлял чудеса обезьяньей ловкости. К концу поединка крупный мальчик пыхтел, как паровоз. Потом не выдержал, встал на вторую ногу и величественно сошел со скамьи...*

*Но в быту упитанность нередко связывается как раз и с умом, и с хорошим воспитанием. Еду как-то в троллейбусе. Девочка лет пяти, которую упитанной никак не назовешь, стоит в проходе и выделяет «штуки» – то подтянется на спинке чужого кресла, то попробует на эту спинку вскочить – ее точно магнитом манят поручни, до которых никак не достать. Мать краснеет, шикает, но желание повисеть на поручнях сильнее. Все плоды воспитания забыты. И тут раздается старческий голос: ты мать или кукушка, лучше бы ее кормила, не была бы такая бешеная, стыдись. Вот вам и XXI век! Благо нашелся один разумный мужичок: подхватил девочку, поднял ее, разрешил ухватиться за поручни. Оказавшись так высоко, та сразу запросилась вниз, и дальше спокойствие граждан ничто не нарушало...*

*Нет, ни плохое поведение, ни устойчивость к болезням с крепким телосложением не связаны. Да и не факт, что хорошо упитанный ребенок здоров. В наши дни медики вообще бьют тревогу: ожирение, бич современности, захватило и детей. И с каждым годом маленьких слонопотамов становится все больше, какое уж там здоровье! И нередко «хорошая детская упитанность» превращается в детское ожирение, и на борьбу с последствиями неправильного ухода за ребенком призывают докторов. А родители только вздыхают: хотели ведь как лучше – чтобы толстеньким был, крепеньким, здоровеньким и умненьким. Хорошо кормили, не разрешали шалить, учили послушанию – и вот он результат. Доктора с диагнозом. Иногда неутешительным. А что вы хотите? Именно так выращивают животных на мясо: тесное помещение, высококалорийный корм и никакого лишнего движения. Правда, даже животноводы от такой практики отказались – слишком много в таком мясе жира.*

*Нет, говорил Ушинский на заре педагогики, чтобы вырастить гармонично развитого ребенка, нужно понимать, как он устроен, а потом уж развивать физически и умственно. Только тогда воспитание принесет пользу, а не вред.*

## **О том, всегда ли в здоровом теле здоровый дух**

**Общему здоровому** или больному, сильному или слабому состоянию организма давно уже приписывается большое влияние на психическую жизнь, и латинская поговорка «здоровая душа – в здоровом теле» слишком часто повторяется, особенно в последнее время, чтобы кто-нибудь мог не знать ее. Но если мы обратим внимание не на теории, для которых эта поговорка служит любимым подтверждением, а на факты, то найдем, что справедливость знаменитого изречения может быть подвергнута сильному сомнению.

Не видим ли мы часто слабых и больных людей, выдающих несомненное героическое и твердое, и здоровых и сильных, обнаруживающих постыдную трусость и ничтожество характера? Всякий же внимательный воспитатель, без сомнения, убедится, что и в школе дети слабые, золотушные, болезненные – вовсе не являются непременно слабыми по уму и характеру, а чаще совершенно наоборот.

Если человек испытывает болезненные ощущения и недостаточность своих телесных сил, то эти, уже душевные, опыты не могут не оставить следов в его душевных работах и не могут не сказаться в результатах этих работ: уме и характере. Нет сомнения, что дитя, часто испытывающее слабость своих телесных сил, сравнительно с силами товарищей, отразит эти опыты в своей душевной жизни и ее результатах; но как отразит и что извлечет из этих опытов – это еще вопрос.

**Очень может быть, что дитя, удерживаемое слабостью своих сил от телесных игр и упражнений со своими сверстниками, сосредоточит свою психическую деятельность в умственной сфере, почему и развитие ее пойдет сравнительно быстрее. Может быть и то, что слабое дитя, обижаемое своими сильными товарищами, вздумает наверстать слабость своих сил умом, и отсюда выработается хитрость. Может выйти и так, что слабое дитя не откажется от соперничества в телесной силе со своими товарищами, и в нем разовьется чувство гнева, а потом и злости. Может быть и наоборот, что дитя, не побуждаемое к телесным упражнениям быстро накапливающимися силами детства, будет смотреть на игры других как на развлечение, и отсюда выработается добрая черта в характере.**

Точно так же сильный и здоровый мальчик имеет в самом обилии своих сил условие для развития чувства доброты; но может развиваться в нем и чувство гордости и злости, смотря по обстоятельствам его детства и как к ним дитя относится. **Сильный и здоровый мальчик очень может умственно развиваться тупо именно потому, что обилие телесных сил повлечет его преимущественно к телесной деятельности, и она, а не деятельность умственная, будет удовлетворять врожденному душевному стремлению к жизни.** Но разве можно вывести из этого, что обилие телесных сил есть непременно условие слабого развития умственных?

Из этого мы можем вывести только, что общее состояние здоровья, без сомнения, оказывает влияние на психическую жизнь и ее результаты; но что это влияние может быть бесконечно разнообразно, смотря по внешним обстоятельствам и по тому, какие первые душевные работы начнут залегать в душе ребенка.

Воспитатель, следовательно, не должен упускать из виду здорового или больного состояния организма как влияющей причины, но должен в каждом данном случае исследовать, каково было это влияние, вперед уже зная, что это влияние может дать результаты не только разнообразные, но даже прямо противоположные.

## О правильном питании детей

**Пищевые лишения**, обращая внимание дитяти преимущественно на пищу, а потом интенсивность наслаждения при удовлетворении сильного голода или давно сдерживаемого желания поесть лакомой пищи, несравненно более чем сама пища физическим своим действием на нервный организм способствуют к развитию и укоренению телесных наклонностей.

Руководствуясь такими основаниями, **мы советуем вообще держать дитя так, чтобы его мысль и его сердце были по возможности менее заняты тем, что оно ест и пьет, на чем сидит или лежит, и вообще всем тем, к чему мы не желаем укоренить в нем наклонности.**

Из такого основного положения вытекает само собой множество воспитательных правил, из которых мы для примера в способе вывода перечислим немногие.

а) *Не должно приучать ребенка есть более того, чем нужно ему для его здоровья.* Если же он, благодаря неблагоприятию самих же воспитателей, сделал уже эту привычку, вредную в гигиеническом отношении, то преодолевать ее постепенно, понемногу, почти незаметно уменьшая количество пищи, так чтобы быстрым переходом не возбудить жадности в ребенке и на увлечь его мысль и чувствования в эту неплодотворную сферу деятельности. Кормить дитя вовремя и достаточно, ни в каком случае не доводя его пищевых стремлений до слишком большой и продолжительной интенсивности.

б) *Пищу употреблять по возможности однообразную*, насколько такое однообразие допускается диететикой. Качество пищи не имеет в этом отношении такого важного значения, как ее разнообразие: кашами и борщами можно точно так же обжираться, как и устрицами и омарами. При этом не мешает помнить, что все дети, избалованные виденными наслаждениями дома, делаются решительными обжорами, поступив в казенные учебные заведения, поступив на их умеренный, а иногда и суровый стол.

в) *Развивать интересы душевной деятельности* все более и более, так чтобы потом дитя уже само предпочитало эту область, и тогда, конечно, уже возможно ставить его в такие положения, где бы ему приходилось по собственному увлечению торжествовать над своими телесными стремлениями; но это только в том случае, если воспитатель имеет достаточно причин думать, что душевный интерес сам по себе заставит ребенка не думать о его телесных стремлениях.

## О физическом развитии детей

**Стремление к движению**, обнаруживаемое ребенком с первых минут его жизни, по мере развития органических сил находит все более и более средств для своего выражения.

**Вот почему мы не можем видеть в телесных движениях дитяти одно удовлетворение телесным стремлениям: в этих движениях принимает участие и душа и извлекает из них такую же пользу для своего развития, как и тело. Если же в детях заключается гораздо больше стремления к движениям, чем во взрослом, то независимо от особой быстроты мускульного развития в детском возрасте это может часто происходить и от той причины, что движение для дитяти есть единственная практическая деятельность его души: шалость и игра – это весь мир практической деятельности для ребенка.**

Из этого двоякого отношения движений к душевной деятельности вытекают уже сами собой соответствующие педагогические правила. Перечислим из них главнейшие.

а) *Телесная потребность движений в дитяти должна быть вполне удовлетворена.* Здесь нечего, как в пищевых стремлениях, бояться избытка, если только дитя не вынуждается к движениям чем-нибудь другим, помимо потребностей тела: сама усталость кладет предел, делая неприятными и тяжелыми движения, переходящие за этот предел. Чем ребенок младше, тем более полной свободы движений должно быть ему предоставлено.

б) Но в стремлении к движениям *педагог должен видеть не одно телесное, но и душевное стремление*, следы которого сохраняются не только укрепляющимися мускулами, но и душою.

В движениях совершаются первые опыты дитяти в его отношении к внешнему миру, первые попытки осуществления его идей и желаний, первое развитие чувства смелости и осторожности и т. д. Имея это в виду, воспитатель должен стараться сменить бесцельные движения целесообразными, как, например, занятие садовыми или полевыми работами или занятие каким-нибудь производством, требующим не только телесной силы и ловкости, но и умственных соображений.

С этой целью должно приучать ребенка как можно ранее обходиться без прислуги и посторонних услуг, взяв себе в этом случае за правило прекрасные слова шиллеровского Телля, когда он на просьбу сына поправить ему испорченный лук отвечает: «Я – нет. Это ты можешь сделать сам». Все, что может дитя сделать само, должно само сделать, и оно привыкнет находить в этом великое удовольствие, а главное – воспитает в себе не фальшивое, а истинное чувство независимости, которое, как мы видели, все основывается на личном труде, опирается на уверенность в своих силах.

в) *Следует ли заставлять двигаться детей мало подвижных от природы?* Со стороны физических условий на этот вопрос должен отвечать медик. Во всяком случае мы советуем соблюдать в этом отношении величайшую осторожность и постепенность. Подвижность так врождена ребенку, что отсутствие ее есть указание на какие-нибудь важные физические причины, которые должны быть исследованы медиком.

Но часто неподвижность ребенка имеет душевную причину. Так, если ребенку запрещать или мешать резвиться, то силы его души могут обратиться в другую сторону – сосредоточатся на пищевых наслаждениях (сидячие обжоры и лакомки) или на наслаждениях душевной работы. Есть дети, которые с ранних лет любят, сидя или даже лежа, создавать всевозможные воздушные замки, слушать сказки, а впоследствии читать романы или даже что ни попало, только бы давать работу своему воображению.

г) Но если *одностороннее увлечение умственной деятельностью вредно*, то и *одностороннее увлечение деятельностью телесной также имеет дурные последствия.*

Если дитя привыкает находить удовлетворение потребности не телесной уже только, но и душевной деятельности единственно в телесных движениях, то оно делается до того шаловливым и подвижным, что неспособно сосредоточить своего внимания ни на каком умственном предмете. Понятно, что при таком направлении, если оно не будет ограничено вовремя, может при телесной силе и ловкости образоваться значительная умственная бедность, что и замечалось еще в древности на атлетах, приготовлявшихся исключительно к гимнастическим зрелищам.

Здесь не телесное развитие берет власть над душевным (сильное и ловкое тело не мешает, а скорее способствует правильно развиваться душе), но одностороннее душевное развитие, состоящее из следов телесных движений, мешает укоренению и разветвлению ассоциаций, состоящих из следов другого рода.

д) *К чрезмерным телесным движениям часто побуждает детей соревнование со старшими*, отчего может произойти и значительный вред для ребенка, так как он уже этим легко переходит за пределы, указываемые природой в телесной потребности движений.

## Глава 2

### Связаны ли детская выносливость и детские капризы

*Ох, сколько сил тратят родители на преодоление детских капризов! Или на то, что они принимают за капризы. Как-то я подслушала такую вот обычную историю. Одна подруга, спортивного вида мамочка с рюкзаком, жалуется другой, разодетой и на вид изнеженной:*

*«Пошли мы вчера в зоопарк. Этим зоопарком он меня уж недели две донимал: и слона ему нужно посмотреть, и жирафов увидеть, на льва поглазеть и на лошадке покататься, ну каждое утро начиналось с фразы – хочу в зоопарк. И вот выбрала день, пошли. Всю дорогу скакал и скакал, я еле за ним попевала. Пришли. Покатались на лошадке, посмотрели слона, увидели жирафа, отправились к обезьянам, козам, верблюдам, медведям и прочим. Идем к птицам. Смотрю, начинает ныть. Спрашиваю: ты к птичкам не хочешь? Не отвечает, но хнычет. Идем, говорю, ты сам так просил. Вздыхает и идет к водоему. Смотрит на птиц, снова вздыхает... и тянет ко мне руки. Представляешь, мамочка, понеси меня! Так обнаглеть!»*

*Подруга переспрашивает: «А ты пошла на поводу и потащила?»*

*Рассказчица даже поперхнулась от возмущения: «Я знаю, что капризам потворствовать нельзя. Я была тверда как алмаз. Какие ручки! Ему шестой год! Я сказала: хочешь увидеть льва, иди сам. Так был полный скандал, он во весь голос заревел».*

*«А льва-то посмотрели?»*

*«Какой там лев, я сама была как дрессировщик и домой тащила его всю дорогу за руку, как этого льва».*

*Подруга похвалила эту маму за мужество и выдержку – ценнейшие качества воспитателя.*

*Обычная такая история. И очень показательная. Если мальчик в пять лет желает, чтобы его несли на руках, – это, по общему приговору, каприз и больше ничего. А если разобратся?*

## **О развитии физической выносливости**

**После продолжительного и сильного действия** какого-нибудь органа мы чувствуем в нем утомление: так, рассматривая долго и пристально какие-нибудь отдаленные или мелкие предметы, мы чувствуем усталость в глазах. Так, после долгого и усиленного движения мускулов рук или ног мы чувствуем усталость этих мускулов. Но мы замечаем также, как после более или менее долгого отдыха уставшего органа усталость его проходит, и силы возобновляются.

Постоянное обновление кровью всех тканей тела животного одно только и делает его способным выносить деятельность жизни и вместе с тем быть достаточно гибким и сильным, чтобы выражать ее проявления. Без такого постоянного обновления животный организм весьма быстро сделался бы негодным для выражения жизни и, так сказать, после первого же напора ее устремился бы к разрушению. Только постоянный и быстрый оборот питания тела и поглощение этого питания жизнью, находясь в постоянной гармонии, развивают все силы, к проявлению которых способен тот или другой животный организм. На этих физиологических законах развития, под влиянием жизни всех сил животного организма и самых его форм основывается главнейшим образом деятельность физического воспитания.

Воспитатель не только может давать большую или меньшую деятельность мускулам и нервам воспитываемого организма, но разнообразить эту деятельность, ослаблять или усиливать ее постепенно, прекращать ее и возвращаться к ней снова после более или менее длинных промежутков отдыха; он может усиливать деятельность одной системы мускулов и нервов на счет другой, прямо действовать на развитие того или другого органа, или даже вообще на развитие всей мускульной и нервной системы и даже самого мозга.