

РЕБЕНОК, КОТОРЫЙ УМЕЕТ УЧИТЬСЯ

как подготовить ребенка к школе, чтобы
учеба давалась легко и с интересом

ЛИ ИМ СУК
детский и подростковый психотерапевт



ОТ 3
ДО 7 ЛЕТ

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Корни и крылья. Книги о мягком воспитании

Ли Им Сук

**Ребенок, который умеет
учиться. Как подготовить
ребенка к школе, чтобы учеба
давалась легко и с интересом**

«ЭКСМО»

2021

УДК 373.2
ББК 74.102

Сук Л.

Ребенок, который умеет учиться. Как подготовить ребенка к школе, чтобы учеба давалась легко и с интересом / Л. Сук — «Эксмо», 2021 — (Корни и крылья. Книги о мягком воспитании)

ISBN 978-5-04-250003-9

Продано более 150 000 экземпляров в Южной Корее. Актуальная тема детского развития и подготовки к школе. Детский и подростковый психотерапевт Ли Им Сук уверена, что возраст от 3 до 7 лет — это самое подходящее время для развития ребенка. Именно в этот период у него формируются внимание, усидчивость и эмоциональный интеллект. Каждый родитель начинает переживать, правильно ли он готовит ребенка к школе: «Не слишком ли рано начали?», «Что именно из развивашек подходит моему ребенку?», «У подружки сын уже разговаривает на английском — а правильно ли я обучаю и воспитываю?». Время развеять все страхи и научиться правильно развивать три главные опоры спокойной учебы — знания, внимание и самоконтроль. Благодаря им ребенок может не только гибко мыслить, но и получать удовольствие от занятий. Вы узнаете, как помочь детям: - тренировать когнитивные навыки: внимание, концентрацию, память; - расширять кругозор и эрудицию ребенка; - быть самостоятельным и усидчивым; - развиваться и обучаться через простые игры и творческие упражнения; - плавно готовиться к школе, чтобы в дальнейшем обучение было легким и успешным. Родитель избавится от страхов, что ребенок не укладывается в «нормы» развития, и увидит — обучать ребенка можно просто и быстро дома с помощью легких игр, домашних дел и семейных бесед. В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

УДК 373.2
ББК 74.102

ISBN 978-5-04-250003-9

© Сук Л., 2021

© Эксмо, 2021

Содержание

| | |
|-----------------------------------|----|
| Пролог | 7 |
| Письмо от дочери | 9 |
| Письмо от сына | 10 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 11 |

Ли Им Сук
Ребенок, который умеет учиться
Как подготовить ребенка к школе, чтобы
учеба давалась легко и с интересом

4-7### ### ### ####

There is no more important age than 4–7 years

Copyright © 2021 Lee Im sook

All Rights Reserved

© Кондратюк Н.К., перевод на русский язык, 2026

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

Пролог

Если бы можно было вернуться в возраст 3–7 лет...¹

– Когда мне было пять, мама била меня, пока я учил корейский алфавит.

Глаза десятилетнего ребенка полны слез. Перед ним сидит мама и сурово ругает малыша, пока тот повторяет буквы. Если в столь маленьком сердце уже отпечатались такие болезненные воспоминания, неудивительно, что с возрастом жизнь будет даваться тяжело...

Но действительно ли мама так жестоко давила на ребенка? Может быть, детские воспоминания деформированы и преувеличены от избытка эмоций?

Это нужно проверить.

– Вам было тяжело, когда вы впервые начали учить ребенка? Применяли ли вы телесные наказания?

На эти слова мама глубоко вздыхает:

– Несмотря на то как часто я объясняла правила, он все равно их забывал. Однажды я слегка ударила его по руке. Разве он об этом помнит?

Мама говорит, что лишь слегка задела малыша, но ребенок уверен, что его буквально избивали. Кто из них врет?

На самом деле никто. Для ребенка даже легкий удар в момент стресса мог запомниться как что-то очень болезненное, а со временем эмоциональные воспоминания начинают восприниматься как **реальные**. По правде сказать, он вовсе не был отстающим в учебе, выучив буквы в шесть лет и довольно хорошо справляясь с математикой, – однако школа оказалась настолько тяжелым грузом, что в третьем классе он написал в дневнике: «Я дурак, мне стоит умереть».

Таких историй немало. Еще двадцать пять лет назад, когда я начинала изучать детскую психологию, оказалось, что более 70 % эмоциональных проблем у ребенка в Южной Корее связаны с учебой. Сегодня, спустя годы, острота происходящего ощущается даже сильнее.

Обычно все начинается с вопросов привязанности к родителям или трудностей в общении со сверстниками. В итоге все всегда сводится к учебе. Видя это, я постоянно думаю об одном: как же сильно мое желание вернуться в тот временной период – с 3 до 7 лет – и с самого начала заложить прочный фундамент эмоционального и когнитивного развития этого ребенка! Я мечтаю подарить ему **способность учиться**, но не просто ради оценок, а ради **любви к процессу обучения** и получению новых знаний, **устойчивости**, при которой уверенность в своих силах сохранится до конца, **зрелого подхода к учебе** – способности доводить дело до логичного результата, даже если это трудно, и, наконец, **упорства**.

Для развития умения учиться нет периода важнее, чем 3–7 лет. В этом возрасте за счет формирования височной доли головного мозга – эта часть нашего тела отвечает за обработку речи – происходит стремительное расширение словарного запаса. Интенсивно развивается и лобная доля, отвечающая за комплексное мышление, формирование личности и морали. Иными словами, решающее время эмоционально-личностного и когнитивного роста ребенка, тот самый фундамент, на котором строится способность к обучению на всю жизнь.

Никто не хочет, чтобы его малыш расстраивался из-за учебы. Но когда дети только начинают этот путь, нередко запускается порочный круг. Родители мечтают, чтобы их ребенок раз-

¹ Жители Южной Кореи постепенно переходят на общепринятую систему подсчета возраста, однако повсеместно все еще распространен и традиционный способ. Считается, что при рождении ребенку уже исполняется 1 год. 1 января независимо от того, в какую дату родились жители Южной Кореи, каждый становится на год старше. В оригинальном авторском варианте был указан возраст от 4 до 7 лет. Автором подразумевается важность младшего, среднего и старшего дошкольного возраста в развитии когнитивных и некогнитивных навыков ребенка. По российским стандартам это возраст от 3 до 7 лет. В адаптированном нами тексте на русском языке указывается именно этот вариант. – Примеч. ред.

вивался с удовольствием, прививая себе здоровое отношение к учебе, волю и другие полезные навыки. А потом в головах папы с мамой появляется мысль, что учеба и игра несовместимы, так что приходится выбирать – и в итоге дети 3–7 лет остаются ни с тем, ни с другим: они перестают по-настоящему развлекаться и лишаются всякого удовольствия. Осознание этой проблемы и стало отправной точкой для написания книги.

Есть доступные, увлекательные и действенные методы, которые помогают развивать эмоции и мышление ребенка. Расширяйте фоновую осведомленность через чтение. Формируйте **неявные знания** через разнообразный опыт. Тренируйте внимание с помощью поисковых игр, слушания и словесных упражнений. Не забывайте укреплять память. Работайте над саморегуляцией – так ребенок научится доводить дело до конца, даже когда надо проявить терпение и стойкость.

Знания, внимание и самоконтроль – три магических ключа, которые помогают детям получать радость от учебы и учат важным навыкам для самостоятельной жизни. Я называю это волшебством, потому что изменения начинаются незаметно, но влияют – действительно и эффективно.

Когда моим детям было от 3 до 7 лет, я изо всех сил стремилась сохранить улыбки на их лицах. Было важно, чтобы они навсегда запомнили: **учеба и игра – это одно и то же**. К счастью, так и случилось.

С некоторой тревогой я попросила моих детей написать рекомендацию к этой книге. Мне было интересно, как они запомнили то время юности, так ли им важны три магических ключа и учеба? Я искренне благодарна им обоим: раньше они просили не упоминать о себе в лекциях и книгах, но сейчас с готовностью согласились помочь.

Я также выражаю глубокую благодарность мужу, который проводил с детьми все время! Он ловил с ними бабочек в горах и полях, а также не забывал о словесных и настольных играх.

Надеюсь, что мои знания, полученные за тридцать лет материнства, помогут вам. Двадцать лет жизни я посвятила исцелению душевных ран детей и верю, что мой опыт, изложенный в этой книге, станет устойчивым маяком – поддержкой для родителей, которые хотят развивать эмоциональную и когнитивные способности своего ребенка от 3 до 7 лет.

Ли Им Сук, 2021 год

Письмо от дочери

Оказываясь в поезде повышенного класса «Сэмабль» во время поездок к бабушке, мы с братом и мамой частенько соревновались, называя предметы за окном. Было важно не повторяться! Так что с тех пор я старалась запоминать различия даже между быком, пашущим поле, и доящейся коровой, а еще поняла, что крыши бывают черепичными, шиферными и соломенными. Тогда я не осознавала, что эти игры пригодятся даже в математике. Вместо зубрежки мама придумывала нам числовые развлечения. Мы считали, играли в «камень-ножницы-бумага», складывали десятку с помощью костей.

В начальной школе близкие друзья часто рассказывали, что интересного происходило на дополнительных занятиях, и мне тоже захотелось туда пойти. Но привыкнуть к такому формату не удалось: на уроках приходилось сидеть слишком долго, и это было не по силам моему телу. Возможно, именно поэтому обучение с опережением программы не сработало, и я постоянно оставалась где-то в начале пути. Помню, в начальных классах мы писали текст гимна, и я набрала лишь 20 баллов из 100. Пришлось сидеть на коленях перед классом и переписывать аж 20 раз! Неудачи на этом не закончились, и на первой же контрольной в средней школе я показала наихудший результат среди своих близких друзей.

Мама не создавала трагедий, говорила «бывает», спрашивала, как я себя чувствую и что теперь хочу предпринять. В состоянии отчаяния и разочарования я однажды произнесла: «Может, мне попробовать решить задачник? Принесешь?» И она купила. Как ни странно, все получилось. Я окончила среднюю школу с отличием, поступила в престижный университет, а сейчас довольна своей работой и живу с удовольствием. Думаю, многое из этого произошло благодаря незримой поддержке мамы.

В этой книге собраны секреты, которые я накопила, обучая своего брата, а затем и многих других детей. Эти методы проще, чем вы думаете! Их легко применять, а еще подобная игровая форма поможет избежать возникающих из-за тяжелой рутины конфликтов, они появляются, когда заставляешь сидеть за партой и зубрить, а потом отправляешь на нелюбимые кружки.

Когда моему ребенку исполнится четыре года, я снова открою эту книгу. Мама, пожалуйста, позаботься и о внуке. Ха-ха.

С уважением, твоя дочь

Кстати, мне 32 года и я юрист

Письмо от сына

Я был ребенком, который надевал левую тапочку на правую ногу, а правую тапочку – на левую, говорил не «мама, я голоден», а «мама, я **володен**». Пока мои ровесники уже читали первые английские буквы, я с трудом осиливал начало корейского алфавита с его «ка, на, да»².

Я был ребенком, который отставал на шаг, а иногда и на три. Но это было нормально. Более того, я наслаждался этим временем и гордился собой. Мои родители, которые были для меня всем, всегда смотрели на происходящее с улыбкой.

Мама и папа всегда говорили, что я хитрый ребенок: тот, кто носит тапочки наизнанку, говорит «володен» и больше любит цифры, чем буквы, потому что, да, они давались сложно. Вероятно, именно тогда я и начал верить в свои силы и всегда шагать вперед, даже если мой темп оказывался чуть медленнее других.

В нашем доме было много книг. Конечно, я не умел читать, поэтому не понимал их содержания. «Но еще же есть цифры!» – думал я, рассматривая картинки и представляя возможный сюжет книги. Когда мама и папа читали, я с удовольствием узнавал, что мои выдумки отличались от реальности, и нам всем было весело от моего удивления.

Я человек соревновательный. Я часто играл в настольные игры со старшими братьями и сестрами во дворе, хотя правил не учил и часто проигрывал. Однако грусти не было!

«Ты все делаешь отлично. Как тебе только плохие мысли пришли в голову! Все же просто великолепно: видно, что с каждым шагом твои навыки становятся только лучше. То, что ты делаешь все постепенно и поэтапно, уже впечатляет». Мамины слова всегда вселяли уверенность, даже когда меня достигали проигрыши. В какой-то момент я оказался наравне со старшими.

В детском саду самым радостным моментом было время до приезда автобуса, проведенное с мамой за бадминтоном. Тогда у меня всегда было отличное настроение, и я понял, что физические упражнения и разгоряченное тело улучшают любой настрой.

² Начало корейского алфавита хангыль. – Примеч. пер.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.