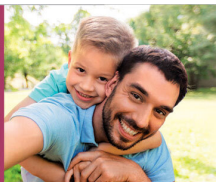


Лёгкий  
старт

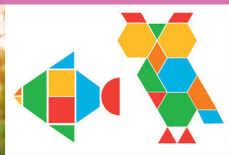


Макото Шичида

# ТРЕНИРУЙ МОЗГ!

«Мамы.ру»

Японская система обучения детей



100%

ПРАКТИЧЕСКАЯ КНИГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ  
УНИКАЛЬНЫЕ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ



# Макото Шичида

# Тренируй мозг! Японская

# система обучения детей

## Серия «Лёгкий старт»

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=66212510](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=66212510)*

*М. Шичида. Тренируй мозг! Японская система обучения детей: ООО  
«Издательство АСТ»; Москва; 2021  
ISBN 978-5-17-122477-6*

### Аннотация

Метод обучения Макото Шичиды, представленный в книге, помогает выявлять врождённые способности и развивать их, когда это проще всего сделать, то есть в детстве. Макото Шичида – доктор педагогических наук, всемирно известный эксперт по дошкольному и школьному образованию, автор метода правополушарного обучения. Его книги переведены на многие языки, его методиками пользуются более чем в 370 детских центрах по всему миру. Эта книга содержит основные идеи автора. Простым и понятным языком в ней объясняется, как работает мозг ребёнка, как его правильно развивать, приводятся специальные упражнения.

Для широкого круга читателей.

*В формате PDF A4 сохранен издательский макет.*

# Содержание

|   |    |
|---|----|
| Вступительное слово                           | 5  |
| Введение. Интерес – основа успешного обучения | 7  |
| Почему нельзя ждать немедленного результата?  | 7  |
| Оценка должна вдохновлять                     | 9  |
| Зачем нужна мотивация?                        | 11 |
| Секрет гармоничного развития                  | 13 |
| Три условия веры в себя                       | 20 |
| Уважайте личность ребёнка!                    | 21 |
| О вреде психического напряжения               | 23 |
| Воспитание, несущее радость                   | 25 |
| Конец ознакомительного фрагмента.             | 26 |

# **Мако́то Шичида**

# **Тренируй мозг! Японская**

# **система обучения детей**

Makoto Shichida

“Miginoukyoiku” De Kodomo Wa Kawaru

© 1997 by Office Shichida, Inc.

© Анисимова Е. И., перевод, 2021

© ООО «Издательство АСТ», 2021

\* \* \*

# Вступительное слово

От природы все люди наделены большим потенциалом, однако его практически не используют. Считается, что за всю жизнь мы раскрываем лишь три процента собственных способностей.

На самом деле бо́льшая часть наших задатков спрятана в правом полушарии головного мозга. Поскольку до недавнего времени правое полушарие почти не исследовалось, никто не обращал внимания на скрытые в нём ресурсы интеллектуального и личностного роста.

Если мы уделим внимание этому потенциалу и научимся использовать функционал правого полушария, то значительно расширим возможности развития наших детей. Применение педагогических методик и приёмов, основанных на стимулировании правого полушария мозга, позволяет создать условия для превращения детей с интеллектуальными нарушениями или с ограниченными возможностями в области обучения в одарённых детей.

Этот метод не только затрагивает способность к обучению и позволяет выявить таланты. Он хорош ещё и тем, что все дети, которых по нему обучали, демонстрировали такие качества, как доброта, умение хорошо взаимодействовать, восприимчивость, эмпатия, богатое воображение, креативность. Это естественное следствие того, что метод правопо-

лушарного обучения основан на любви, единении и совместном творчестве, в отличие от левополушарного метода, базирующегося на соперничестве.

В этой книге я рассказываю, что происходит с ребёнком при правополушарном обучении. Я уверен, что вас впечатлят результаты детей, с которыми работали в рамках данного метода. Все учителя, перешедшие на правополушарное обучение, единодушно отмечали, что их ученики каждый день раскрывались с новой, потрясающей стороны.

В конце XX века исследования мозга достигли поистине впечатляющих высот, благодаря чему родился этот новый метод обучения. Я искренне надеюсь, что в будущем он найдёт широкое применение в системе образования!

1997 год, счастливый июньский день,  
*Макото Шичида*

# **Введение. Интерес – основа успешного обучения**

## **Почему нельзя ждать немедленного результата?**

Родители часто задумываются, как организовать обучение ребёнка в начальной школе, как правильно подготовить его к переходу в средние классы. На каждой ступени обучения надо заставить ребёнка отлично учиться для поступления в хорошую среднюю или старшую школу. Это стандартный родительский подход, но я предлагаю читателям взглянуть на вопрос обучения шире.

Мы ненамеренно склонны превращать воспитание и обучение в жёсткий процесс, ориентированный на немедленный результат. Иными словами, мы не столько думаем о будущем ребёнка, сколько руководствуемся необходимостью сдать очередной экзамен. И в такой ситуации велик риск угодить в ловушку погони за академической успеваемостью.

Кроме того, цели современного образования сильно отличаются от целей, которые преследовала школа раньше. Прежде философия школы заключалась в том, чтобы воспитать хорошего человека, дать ребёнку такое образование, ко-

торое делает его ценным членом общества. А что мы видим сегодня? Есть множество школ, где набрать в тесте на один балл больше одноклассника считается большим достижением. Хотя в то же время существуют школы, где приоритет – развитие внутреннего мира ребёнка. Но всё-таки в современном мире среднюю школу<sup>1</sup> оценивают по тому, сколько выпускников из неё поступили в престижную старшую школу, а старшую – по тому, сколько её выпускников стали студентами университетов.

На днях мне довелось обсудить вопрос образования с мамой десятилетнего ребёнка. Она вела ребёнка в одну известную школу-экстернат, где программу двух лет обучения проходят за год. Женщина упомянула, что самым важным в школе считают результаты контрольных тестов, и это доставляло ей немало переживаний. «Таким отстающим тут не место!» – громко при всех могли отчитать в этой школе и пересадить на заднюю парту ребёнка, который не смог набрать достаточного количества баллов за тест.

Думаю, чтобы только не испытывать стыда от таких публичных выговоров, дети отчаянно боролись за баллы на тестах. «Это просто кошмар. Не хочу отдавать туда дочь», – жаловалась мать.

---

<sup>1</sup> Система школьного образования в Японии представлена тремя ступенями: в начальной школе обучаются в течение 6 лет, в средней – 3 года, в старшей – ещё 3 года. (Прим. пер.)



# Оценка должна вдохновлять

Образование не ограничивается тестами. Тестирование необходимо для определения уровня развития ребёнка и его прогресса в обучении, но нельзя допускать ситуации, при которой внутренний мир и эмоциональная стабильность ребёнка страдают из-за завышенной важности тестов.

Я не говорю, что тесты – это плохо. Напротив, если не только в экстернатах, но и в обычных школах дети смогут легко сдавать даже самые сложные тесты, не жертвуя ради подготовки к ним эмоциональной стабильностью, это только вдохновит их на дальнейшую учёбу. Поэтому я предлагаю рассматривать обучение не как способ подготовки к экзамену, а как путь раскрытия безграничного человеческого потенциала, развития индивидуальности. Я советую прилагать основные усилия в тех областях, которые ребёнку особенно хорошо даются, которые ему хочется изучать, чтобы в итоге, повзрослев, он смог принести пользу обществу. И рекомендую придавать большее значение именно развитию внутреннего мира малыша.

До сих пор наше образование было ориентировано на левое полушарие мозга, то есть на накопление знаний. Но сегодня очевидно, что этот метод имеет свои ограничения и позволяет использовать лишь три процента способностей, заложенных в человеке.

В нас таится огромный потенциал и неограниченные возможности. Поэтому я бы хотел, чтобы обучение в младших и средних классах начиналось с того, чтобы преподаватели поняли, какая сила, какие непостижимые ресурсы заложены в детях.

В будущем основной задачей образования должно стать выявление скрытых способностей ребёнка, развитие его индивидуальности, внутреннего мира, эмпатии, чуткости и способности творить. Кроме того, нужно объяснить ребёнку, как пользоваться своими новыми способностями. В противном случае мы рискуем вспахать поле и забыть бросить семя.

# Зачем нужна мотивация?

На родителях и учителях лежит обязанность развить в достаточной мере скрытые способности, изначально заложенные в детях.

Если мы обратимся к словарю, то увидим, что обучение – это процесс передачи знаний и навыков. Однако первоначальный смысл этого слова другой. Оно произошло от латинского слова, означавшего раскрытие природных способностей.

Основа обучения – раскрытие врождённых способностей каждого ребёнка, формирование у него уверенности, что он уникален и ценен сам по себе, уважение к ребёнку и поощрение. Нужно донести до малыша, что он важен для мира, и это подразумевает большую ответственность. Постарайтесь объяснить детям, что каждый должен искать и максимально развивать свои скрытые таланты, применять свои способности на благо страны и человечества.

Не следует ставить целью обучения достижение немедленных результатов, сводить всё к интеллектуальному развитию. Давайте в вопросах образования ориентироваться не на быстрый результат, а на будущее. В конце концов, развитие каждой страны и всего мира зависит именно от сегодняшних детей.

Современное образование, базирующееся на тестирова-

нии, не готовит творческих людей, которые будут нужны в XXI веке. Поэтому сегодня так важны усилия родителей в воспитании детей. Именно от них прежде всего зависит становление личности ребёнка.

Для чего живёт человек? Не бойтесь обсуждать с ребёнком такие фундаментальные вопросы. Я хочу, чтобы образование было нацелено не только на интеллект. Высшая цель образования – сделать мир, в котором мы живём, лучше.

# Секрет гармоничного развития

## Любовь

Что является основой обучения и воспитания? Конечно же, это любовь родителей, которую они передают ребёнку. Если бы не она, невозможно было бы развивать заложенные в человеке способности до нынешнего уровня.

Во время Второй мировой войны в Германии проводились евгенические эксперименты по созданию сверхчеловека. Детей, у которых прогнозировали хорошее интеллектуальное развитие, забирали у родителей сразу после рождения и помещали в государственные образовательные заведения, где применяли лучшие методики того времени.

Этот эксперимент провалился. Он не привёл к созданию выдающихся людей. В детях, которые не видели лиц родителей, не знали их имён, не удалось вызвать любовь. Получилось лишь вырастить детей с нарушенной психикой. Когда эти дети повзрослели, они признавались в интервью (апрель 1999 года), что часто испытывают тревогу и чувство одиночества.

И наоборот, если родители передают ребёнку, даже рождённому с патологией, свою любовь, улучшения не заставят себя ждать. Более того, в образовательных центрах имени

Шичиды, в которых обучение строится на уважении и любви, можно увидеть детей с особенностями развития, которые ничем не уступают здоровым сверстникам.



Приведу один пример.

### **Случай из практики**

К нам в центр поступил полуторагодовалый ребёнок с диагнозом аутизм. Вскоре после начала занятий по правополушарному методу ребёнок начал меняться. Малыша диагностировали в больнице Токио и в медицинском центре города Сидзуока.

В Токио родителям сказали: «Возможно, ваш ребёнок из

числа особо одарённых! Как вы с ним занимались?» В Сидзуоке им сообщили, что теперь достаточно приводить ребёнка на осмотр раз в четыре месяца и что семья теперь перестанет получать городские денежные выплаты на детей с ограниченными возможностями здоровья. Занятия на тот момент длились всего лишь три месяца, но их результаты впечатлили специалистов.

(Директор Центра в Фудзи, Такако Хасегава)

## Духовный мир

В процессе воспитания очень важно раскрыть духовный мир ребёнка, его душу. Как правило, дети не пользуются своими врождёнными способностями. Виной тому негативное отношение ребёнка к самому себе, которое усваивается неосознанно. У малыша сами собой возникают мысли, что он плохо учится, болеет, что он неполноценный и из-за этого родителям с ним трудно.

Но если отвлечь ребёнка от этих мыслей, показать ему, какие невероятные способности в нём заложены, он замечательным образом изменится. Когда вы увидите это волшебное превращение, считайте, что справились с задачей.

Как раскрыть духовный мир ребёнка? Это можно сделать через родительскую любовь. Когда вы сумеете показать ребёнку свою любовь и залечить ранки на его сердце, ребёнок начнёт быстро меняться.

Мальчик А. учился в пятом классе, и успеваемость его была хуже, чем у сестры-третьеклассницы и брата-первоклассника. Я своими глазами видел, как его мама причитала: «Ну почему он не может учиться нормально, как другие дети?!»

Позднее эта женщина оказалась на моей лекции и поняла, что ранила ребёнка своими словами. Тем же вечером дома она обняла сына, искренне извинилась за то, что причиняла ему боль своей жестокой критикой, и от всего сердца сказала, что любит его.

Что из этого вышло? В дальнейшем мальчик давал гораздо больше правильных ответов во время игр<sup>2</sup> на развитие правого полушария мозга, чем его сестра и брат, что сильно удивило мать. Это увеличило веру ребёнка в свои силы, и скоро его успеваемость улучшилась.

Все думали, что у мальчика плохая память, а у него просто были раны в душе, из-за которых он замкнулся в себе. Стоило начать выражать ему свою любовь, уважать и хвалить, как ребёнок преобразился в умного, способного мальчика.

## Мозг

Мозг и сердце связаны воедино. Мозг следует за сердцем. Нет ни одного ребёнка, проявления болезни которого нельзя облегчить, ограничения в развитии преодолеть, а

---

<sup>2</sup> ESP-игры (extra sensory perception) – часть метода М. Шичиды; направлены на развитие экстрасенсорного восприятия. (Прим. пер.)



успеваемость в школе – улучшить. Потому что каждый ребёнок от рождения обладает потрясающим мозгом.

У людей мозг делится на правое и левое полушария, а между ними находится промежуточный мозг – именно он и является центром мозга. Промежуточный мозг выполняет функции достижения целей и самовосстановления организма. Если отправить приказ в промежуточный мозг, он будет работать над его точным исполнением.

Промежуточный мозг состоит из таламуса и гипоталамуса, и первым начинает работу таламус. В таламусе собираются все сенсорные данные и производится эмоциональный контроль информации. Иными словами, в нём происходит работа по отторжению неприятной информации.

В ответ на отрицательную информацию происходит закрытие психики, и у человека формируется привычка игнорировать. Если в таламусе закрепится такая привычка, гипоталамус (место, которое отвечает за вегетативную нервную систему) не сможет правильно функционировать. Что же тогда произойдёт? Поскольку центр мозга не сможет корректно работать, произойдут нарушения мозговой деятельности.

Если у ребёнка наблюдаются нарушения мозговой деятельности, возможно, его психика закрылась. Причина чаще всего в том, что у родителей сложился негативный образ ребёнка, они недовольны им, критикуют, используя слова с негативным оттенком. Таламус отвергает негативные мысли и информацию, психика закрывается. И тогда наш всемогу-

щий промежуточный мозг перестаёт демонстрировать свои потрясающие способности.

Иными словами, глубокая любовь родителей к ребёнку, позитивные мысли и похвала могут «открыть» таламус, помочь подавленным замечательным способностям ребёнка выйти наружу, что позволит мозгу работать в полную силу.

## **Связь любви, души и мозга**

Успели ли вы понять, как связаны любовь, душа и мозг?

Мозг приводится в движение душой, а душа – любовью. Материнская любовь – это сила, которая может вылечить всё. Невозможно дать ребёнку хорошее образование, не открыв его души.

Что же может открыть сердце ребёнка? Конечно же, на это способна самоотверженная материнская любовь. Только это не та любовь, которая даётся в обмен на что-то. Не та любовь, когда вы любите ребёнка за хорошую успеваемость в школе или сравниваете братьев между собой по отметкам и больше внимания отдаёте отличнику, чем двоечнику.

Основа воспитания ребёнка – это установка: «Мама и папа счастливы просто потому, что ты есть». Любой ребёнок начнёт быстро меняться, если родители смогут придерживаться такого убеждения. Знайте, что проблемное поведение ребёнка – это признак того, что ему не хватает родительской любви.

Природой в детях не заложено плохой памяти, низкой успеваемости. Они не бывают бездарными. Даже те дети, у которых нет явных признаков одарённости, у которых проявляются признаки отклонений в развитии, могут преобразиться через полное открытие их сердца.

### **Случай из практики**

Мальчик П. с признаками аутизма появился у нас в центре в октябре 1996 года. Делясь своими первыми впечатлениями от встречи с учеником, специалист центра говорил, что мальчик словно распространял вокруг себя волны колющего раздражения.

Мать мальчика волновалась в преддверии поступления в начальную школу и во что бы то ни стало хотела отдать мальчика в обычный класс. На первом же уроке мы убедили её не концентрироваться на этой цели, а настроиться на позитивный лад и погрузиться вместе с ребёнком в увлекательные занятия.

Учитель, который вёл занятия с этой семьёй, давал матери рекомендации, как построить обучение с любовью. Незаметно прошёл первый месяц занятий в центре, и учитель отметил, что раздражительность ребёнка потихоньку уходит.

Когда учитель нашего центра уже забыл о поступлении П. в школу, мама мальчика сообщила нам, что они поступили в обычный класс.

(Центр в Нисикобе, Хироси Окудои)

# Три условия веры в себя

Вы ведь уже поняли, о чём пойдёт речь?

Итак, есть три условия для того, чтобы ребёнок смог развить свои способности, поверил в себя: любовь, душа и мозг.

Ребёнок, согретый материнской любовью, не будет раздражительным и сможет проявлять доброту по отношению к окружающим. Материнская любовь возвращает в ребёнке способность любить. Это главное условие, чтобы дети выросли отзывчивыми, уравновешенными, уверенными в себе, контролировали свои эмоции, проявляли сочувствие к окружающим людям.

Именно такие дети показывают хороший уровень EQ (коэффициент эмоционального интеллекта).

# Уважайте личность ребёнка!

Почему нарушается душевное состояние ребёнка и он теряет способность к адекватной эмоциональной реакции?

Попробуйте вспомнить, какие фразы вы говорите ребёнку в течение дня. По статистике, 70 % фраз, обращённых к ребёнку, произносятся с целью сделать замечание, выговор или его одёрнуть.

Вы не замечали такого за собой? Как правило, матери, обращаясь к ребёнку, или приказывают что-то сделать, или ругают его, или что-то запрещают. Конечно, лучше общаться с ребёнком фразами, выражающими просьбы, одобрение, сочувствие.

Говорите ли вы мужу в приказном тоне: «Поскорее приходи с работы и прибей полку к стене. Да, ещё цветы в саду полить не забудь!»? Уверен, что нет! Наверняка читатели скорее вежливо попросят мужа: «Ты бы не мог прикрепить сегодня полку и, если будет время, заодно полить цветочки?»

Только вот при обращении к детям просьбы обычно превращаются в приказы. Матери зачастую упорно не признают ребёнка полноценной личностью. Они считают, что раз они сами родили его, то и воспитывать его будут, как хотят.

Но дело в том, что ребёнок, хоть и мал, уже является полноценной личностью. Он так же, как и взрослые, реагирует

на подобное обращение. На приказы, критику и запреты его реакция будет отрицательной, а на просьбы, одобрение и сочувствие – положительной. Если вы попробуете обращаться с ребёнком так же вежливо, как и с мужем, вы заметите, что он начнёт позитивно реагировать на ваши слова.

У вас не должны вырываться подобные фразы: «Тебе нельзя смотреть мультики! Надо делать уроки. Быстро иди заниматься!» Такие фразы не дают психике ребёнка нормально работать. Напротив, если вы попробуете относиться к ребёнку с уважением, как к самостоятельной личности, будете выражать свою любовь к нему, хвалить его, то в душе ребёнка наступит покой. Тогда внутренний мир ребёнка откроется, и он сможет полнее использовать его ресурсы.

# О вреде психического напряжения

Ученица третьего класса С. ходила на занятия к нам в центр с апреля<sup>3</sup>. Ей очень нравилось, и к любому упражнению она приступала с горящими глазами. Во время выполнения заданий на воображение она не нервничала и легко представляла предложенные яркие образы.

После третьего урока в центре обеспокоенная мама девочки подошла за советом к учителю. Она переживала, что из-за сильного напряжения, которое испытывала девочка при подготовке к музыкальному конкурсу, который должен был состояться в середине лета, у неё в последние дни стало случаться ночное недержание мочи. Раньше такого не было.

Учитель позвал девочку в класс, где их разговор никто не мог услышать, и в спокойной обстановке постарался внушить ей, что проблему можно преодолеть: «С., ты очень сильная. Только расслабься, и твоя сила проснётся. Попробуй ночью дышать глубоко и спать сладко. Представь, что ты спокойно играешь на электронном органе. У тебя хорошие способности. Ноты легко всплывают в памяти, ты упражняешься непринуждённо и с удовольствием. Представь эту картину в голове, и увидишь, что тебе понравится играть».

Прежде чем произнести это напутствие, учитель попросил девочку закрыть глаза. Он посоветовал ей больше пред-

---

<sup>3</sup> Учебный год в Японии начинается в апреле. (Прим. пер.)

ставлять, как умело и радостно она занимается на электронном органе, и меньше упражняться на самом деле.

С девочкой произошли чудесные перемены! С вечера того же дня у неё не было недержания, и она крепко спала. Раньше, хоть она и занималась на электронном органе упорно, ноты ей никак не давались. Теперь же она стала легко читать ноты и представлять их в своём воображении. Девочка уже меньше посвящала времени реальной игре на инструменте, играла лучше, чем когда изнуряла себя занятиями. Даже учительница музыки её похвалила.



# Воспитание, несущее радость

К нам часто обращаются за советом родители, которые по мере взросления ребёнка перестают его понимать. Ребёнок становится непослушным, и воспитывать его всё сложнее.

Я всегда говорю родителям: «У каждого ребёнка полно энергии. Если вы будете ориентироваться в воспитании на его душу, то сможете направить эту энергию в нужное русло. В противном случае она пропадёт. Когда энергия ребёнка не находит выхода, начинаются проблемы с поведением, агрессия, хулиганство.

# 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.