

## Семья – первая школа ребенка

Ван Лися<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Первая начальная школа города Фуюань

На протяжении пяти тысяч лет каждый представитель китайского народа, вне зависимости от социального положения и рода деятельности, сыграл роль в истории семьи. Генеральный секретарь КНР Си Цзиньпин сказал: «Семья – это первая школа ребенка, а родители – его первые учителя». В семье, как лектории жизни, родители – это не только роль, но и профессия. Целый день общаясь с ребенком, родители незаметно оказывают на него влияние. Если они подают хороший пример – ребенок получает хорошее воспитание, если плохой пример – то воспитание также плохое. Для того, чтобы дети вели здоровый образ жизни, родители своим личным примером должны привить ребенку не менее трех привычек.

### **1. Привычка заниматься спортом**

Спорт позволяет укрепить здоровье. В четыре года дети вступают в фазу восприимчивости к физической деятельности. Родителям следует привести ребенка на стадион, выбрать один или два вида спорта согласно интересам ребенка и проводить тренировки, сделав спорт неотъемлемой частью всей его жизни.

Учеными проводился эксперимент: учеников одного класса разделили на две группы, одна часть по утрам регулярно делала зарядку, другие не выполняли физических упражнений. При наблюдении за успеваемостью обеих групп было обнаружено, что ученики, делающие зарядку, более сконцентрированы, погружены в учебу и очень мотивированы. Те же, кто не делал зарядку, имели плохую дисциплину, были медлительны в действиях и небрежны в учебе. Из этого следует, что физические упражнения укрепляют здоровье и силу воли, улучшают концентрацию и работу мозга.

### **2. Привычка читать**

Знания являются основой для познания мира людьми, а чтение – средством познания. Любовь к чтению, способность эффективно читать – это гибкий навык, который так же важен для детей, как солнце для земли, океан для рыбы, дыхание для людей.

В чарующий полдень, в теплые сумерки, при первых проблесках утренней зари, в темную ночь родители вместе с детьми раскрывают страницы книги, позволяя душе бродить по строчкам с запахом чернил, а чувствам плыть по течению повествования. Благодаря книгам родители и дети могут полюбоваться расплывчатыми закатами над Хуанхэ, одиноким цветущим костром в безлюдной пустыне, насладиться красотой строк поэтов. Во время чтения дети отвлекаются от шумной суеты и познают мудрость жизни.

### **3. Привычка трудиться**

Труд воспитывает в детях любовь к жизни. Чем больше ребенку нравится трудиться, тем крепче самодисциплина. Исследования показали, что у детей,

любящих труд, в будущем выше вероятность трудоустройства и сильнее чувство счастья.

Дети – это не тепличные цветы, когда-нибудь им придется испытать тяготы взрослой самостоятельной жизни. Нужно позволять ребенку делать те дела, которые он может сделать самостоятельно, а не брать всё в свои руки. Выполняя каждое мелочное дело за ребенка, родители лишают его возможности учиться. Позвольте ребенку с малых лет пробовать, познавать, тренироваться, тогда он обретет жизненные навыки, умение преодолевать трудности, и родительское сердце будет спокойно в будущем. Всё, что делается в детстве, позволяет получить необходимые навыки для самостоятельной взрослой жизни. Жизнь человека – это путь. Вместо того чтобы давать ребенку пару ботинок, лучше натренировать его ноги для долгой дороги.

И детям, и нашему времени нужны сильные родители. Сильные родители – надежда на возрождение института семьи, более того, это надежда на развитие всего человечества.