



КОРНИ И КРЫЛЬЯ

Книги о мягком Воспитании



ЛИ ИМ СУК
детский и подростковый психотерапевт

РЕБЕНОК, КОТОРЫЙ УМЕЕТ УЧИТЬСЯ

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

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 373.2
ББК 74.102
Л55

4-7세보다 중요한 시기는 없습니다
There is no more important age than 4-7 years

Copyright © 2021 Lee Im sook
All Rights Reserved

Original Korean edition published
by Cassiopeia Publishing Company

Russia Translation rights arranged
with Cassiopeia Publishing Company

Russia Translation Copyright © 2026 by Eksmo
through Danny Hong Agency

Published in agreement with Cassiopeia
Publishing Company c/o Danny Hong Agency

Ли, Им Сук.

Л55

Ребенок, который умеет учиться. Как подготовить ребенка к школе, чтобы учеба давалась легко и с интересом / Ли Им Сук ; [перевод Н. К. Кондратюк]. – Москва : Эксмо, 2026. – 352 с.

ISBN 978-5-04-220340-4

Детский психотерапевт Ли Им Сук считает, что возраст от 3 до 7 лет лучше всего подходит для того, чтобы ребенок начал изучать математику и языки, нашел любимые занятия и подготовился к школе. Потому что именно в этот период происходит большой скачок когнитивного и эмоционального развития. И для успеха нужно развить в ребенке три главные опоры – знание, внимание и самоконтроль. Именно они помогают гибко мыслить, легко запоминать новое и получать удовольствие от самостоятельной учебы в будущем.

В этой книге собраны важные советы, благодаря которым вы сможете мягко и быстро создать опору для эффективного обучения ребенка. Вы найдете практические советы и творческие игры, благодаря которым дети смогут полюбить знания и плавно адаптироваться к обучению в школе.

УДК 373.2
ББК 74.102

© Кондратюк Н.К., перевод
на русский язык, 2026
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2026

ISBN 978-5-04-220340-4

СОДЕРЖАНИЕ

Пролог. Если бы можно было вернуться в возраст 3–7 лет...	10
Письмо от дочери	15
Письмо от сына	17

ЧАСТЬ 1. ПОЧЕМУ 3–7 ЛЕТ ЯВЛЯЕТСЯ РЕШАЮЩИМ ПЕРИОДОМ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА?

Что беспокоит родителей больше всего, когда их ребенку от 3 до 7 лет	21
Сегодня родители в замешательстве	23
Эмоции от учебы важнее содержания	26
Стереотипы родителей об учебе	29
Стандарт обучения для детей 3–7 лет	32
5 навыков, которыми должны обладать родители, чтобы их дети учились	33
Как неправильный подход в начале обучения губит	37
Ваш ребенок обиделся на то, что его отругали	39
Когда ребенок становится раздраженным и злым в процессе учебы	40
Когда ребенку чужд учебный стресс, но не хватает уверенности в себе	44
Встреча с удивительным пятилетним ребенком	47

Содержание

Первые шаги в учебе зависят от родителей	51
Отношение ребенка к развитию уже определено взрослыми	53
Первое обучение ребенка. Как? Для чего? Зачем?	56
Я учу или подвергаю жестокому обращению?	59
Что необходимо для эмоционального и когнитивного развития детей в 3–7 лет	65
Некогнитивные навыки, влияющие на способность к обучению на протяжении всей жизни	67
От «Чего ты хочешь?» до «Ты сделал все, что хотел?»	72
Программа развития учебного потенциала: инструменты для ума	74
Три магических ключа, определяющих развитие ребенка в 3–7 лет	80

ЧАСТЬ 2. МАГИЧЕСКИЙ КЛЮЧ К РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА № 1. ЗНАНИЯ

ШАГ 1. Два важных знания, чтобы обучать детей 3–7 лет	89
9 лет. Возраст, когда раскрывается уровень развития	91
Фоновые и скрытые знания	97
ШАГ 2. Сила знаний фоновых и неявных	103
Неявные знания. 3–7 лет – возраст, когда игра станет обучением	105
Фоновые знания. Основа для развития способностей к обучению	110
Что происходит, когда фоновые и неявные знания соединяются	113
Связать запоминание имен персонажей с обучением	116

ШАГ 3. Лучший способ развить ум – игра и чтение	119
Фоновые + неявные = интегрированные знания.	
История о 17-летнем ребенке, который построил автомобиль	121
Безграничное влияние игр	125
10 способов развивать интегрированные знания через игру	129
Безграничное влияние чтения	151
10 способов, как развить интегрированные знания через чтение	153
4–5 года	166
6–7 лет	167

ЧАСТЬ 3. МАГИЧЕСКИЙ КЛЮЧ К РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА № 2: ВНИМАНИЕ

ШАГ 1. Внимание, необходимое для обучения в возрасте 3–7 лет	171
Концентрация и внимание – в чем отличие	173
А мой ребенок с хорошей концентрацией внимания? Это может на него плохо повлиять?	177
Врожденные причины дефицита внимания	179
Приобретенные факторы, приводящие к дефициту внимания	186
ШАГ 2. Сила внимания	191
Как развить концентрацию внимания у детей в возрасте 4–7 лет	193
4 факта, которые родители должны знать о внимании ..	195
Взаимосвязь между поведением и вниманием	201
Взаимосвязь между эмоциями и вниманием	204
Десять заповедей о внимании, которые должен знать каждый родитель	207

Содержание

ШАГ 3. Лучшие способы развития внимания: методы общения и игры	211
4 важных психологических метода общения, которые должны применять родители	213
Сила игр, развивающих внимание родителей и детей	223
10 игр для развития слухового внимания	227
10 игр для развития зрительного внимания	235

ЧАСТЬ 4. МАГИЧЕСКИЙ КЛЮЧ К РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА № 3: САМОРЕГУЛЯЦИЯ

ШАГ 1. Без саморегуляции нет обучения	245
Что произошло за два года с 5 до 7 лет	247
Джонхен в возрасте 5 лет	248
Джонхен в возрасте 7 лет	250
Самоконтроль как ключевая составляющая развития ребенка	254
ШАГ 2. Сила самоконтроля	257
Связь между самоконтролем и развитием мозга	259
Методы развития самоконтроля; привязанность и доверие, границы и контроль	263
Связь между самоконтролем и обучением	267
ШАГ 3. Лучшие методы саморегуляции; развиваем навык играми и психологическими техниками	273
7 игр для самоконтроля — как выразить эмоции и исцеляться ими	275
5 способов обучения для развития самоконтроля	282
7 психологических техник для родителей	287
Еще одна встреча с удивительным пятилетним ребенком	293

ЧАСТЬ 5. ОБУЧЕНИЕ В 3–7 ЛЕТ УЖЕ СЕГОДНЯ

Использование магического ключа для развития изучения родного языка	297
Способы изучения букв в родном языке в 3–7 лет	299
Три метода преподавания алфавита	302
Как научить ребенка родному языку с помощью книжек с картинками	309
Еще немного идей игр	311
Развитие математических способностей с помощью магических ключей	313
Самое важное при изучении математики в возрасте 3–7 лет. Развиваем числовую интуицию	315
Пять вариантов обучения математике	318
Настольные игры для развития интереса к математике и другим навыкам	325
Настольные игры для улучшения математических навыков детей 3–7 лет	328
Учим английский с помощью магических ключей	331
Как иностранный язык для детей 3–7 лет может стать увлекательным	333
Простые диалоги на английском за пределами детского сада	335
Английский через детские песенки – самое приятное занятие	338
Чтение английских иллюстрированных книг как подготовительный этап	340
Физическая игра для детей 3–7 лет как основа обучения на протяжении всей жизни	343

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...

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.*

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.

Пролог

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 развивался 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.



Пролог

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 «Сэмайл» 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