



БЮЛЕТИН

НА ВАЛДОРФСКОТО УЧИЛИЩЕ
„ПРОФЕСОР НИКОЛАЙ РАЙНОВ“
ул. „Александър фон Хумболт“ №7

Юни 2022

Още малко за валдорфската педагогика

Създателят на валдорфската педагогика Рудолф Щайнер основава разбирането си за природата на човека на система от възгледи, която нарича *антропософия*. За Щайнер познанието е продукт на човешкото творческо взаимоотношение със заобикалящия ни свят, но не като субективна репрезентация на реалността, а като нова област, която допълва предишния опит със сетивните ни възприятия. Реалността не е просто предпоставена независимо от човешкото съзнание, а целта на познанието е именно да се стигне чрез личното преживяване до някакъв неин образ, с активното участие едновременно на личността и на взаимодействащата общност.

Понастоящем в света има повече от 1100 валдорфски училища и повече от 2000 валдорфски детски градини, разположени в над 80 държави. Въпреки това валдорфската педагогика остава огромна и сравнително непозната за академичния свят

Валдорфската педагогика акцентира главно върху:

- Грижата за здравословното развитие на отделното дете
- Даването на възможност на децата да реализират своя потенциал
- Подпомагането на децата да развият нови уменията



Още малко за човека и обществения ред

Разглеждайки обществения ред, Рудолф Щайнер изтъква трите му стожера: свободата, равенството и братството, наследени от Френската революция. Природата на човека пък е представена чрез мисълта, чувството и волята.



Идеалът за Щайнер е индивидуалното съзнание да открива другите и да признава междуличностните отношения:

Здравословният социален живот се постига тогава, когато в огледалото на всяка човешка душа цялата общност намира своето отражение и когато в общността живее добродетелта на всяка една личност.

Валдорфската педагогика акцентира върху синхронизирането на методите на преподаване с ритъма на разгръщането на детските способности, който е свързан с ритмичните процеси във вселената.

Още малко за антропософията

За създаването на своята педагогическа система Рудолф Щайнер се опира на *антропософията*. Според него хората запазват своята близост с духовния си първообраз или *архетип*, свързан както с митологичното мислене, така и със сънищата. Архетипът дава представа за начина, по който Азът се интегрира в човешкото същество по органичен начин в дадена възраст и в определена фаза на развитие. Архетипът дава вътрешен модел за индивид, с който личността да се съизмерва, нещо повече – според който да оформя индивидуалността си и да развива своето по-високо Аз.



Ние, валдорфските учители, можем да постигнем своята цел само ако не гледаме на нея единствено като на въпрос на интелект или чувство, ами в най-висш смисъл като на духовна задача.

Рудолф Щайнер, „Основите на човешкия опит“

Първият випуск, извървял с нас целия път до XII клас



Двадесет и трети май, 09:30 ч., ведро слънчево утро; пред входа на училището са се изправили трима снажни младежи с лопати. Това са Алеко, Иван и Орлин, първите ни абитуриенти. Току-що са засадили яворова фиданка и точно когато пристигам, забързана и любопитна да се запозная с тях, са застинали за снимка. „Няма да наемаме лимузини и да крещим от 12 до 1. Попитах ги какво искат да правим и къде да отидем – на море ли, на ресторант ли, и си избраха да дойдат при мен на Балкана“, разказва класният им Орлин Карагъзов, когото всички наричат „Класничкия“ – както ще направя и аз.

На първия ми въпрос – как се чувстват – отговаря Иван: „Още ми е трудно да си представя, че завършихме. Още не мога да направя този преход в ума и в съзнанието си. Бих казал, че съм в момент на пренастройване“. През лятото Иван е решил да се съсредоточи върху проекти, които да помогнат на развитието му в областта на астрологията. „Планирам да работя върху лекции, курсове и по-нататък – книги“, разказва той. Алеко и Орлин пък ще обиколят Европа с влак – заминават в края на месеца. Пътуването няма да продължи цяло лято, защото Алеко трябва да се върне в Австрия в началото на юли. Той е австрийски гражданин и ще постъпи в армията за отбиване на задължителната военна служба.

От плановете за лятото скачаме към първите им спомени от училище. „Първият ми спомен е как играя футбол в калта, докато вали дъжд, и как в беше навалял сняг в „Драгалевци“ и учех госпожа Силвия да пада „правилно“, разказва Орлин. Той е във валдорфското училище от втори клас, а Алеко – от пети. „Беше първият учебен ден, срещнах Орлин и той ми показва училището“, разказва Алеко. А в съзнанието на Иван се е запечатал първият му час с госпожа Мария, учителка по български език и

литература. „Спомням си обстановката в стаята, спомням си усещането – за мен беше нещо много ново, непознато... беше нова среда, към която тепърва привиквах“, споделя Иван.

„Иван дойде в шести клас. Дотогава не беше участвал в нито едно училищно тържество. После започна да рисува и не можех да го изчегъртам от сцената“, тихо разказва Класничкия. За него основна педагогическа задача, а и родителска, е да пречиш колкото се може по-малко. „Така съм се старал да действам и с тях. Мисля, че сме приятели, и за мен беше чест да съм техен класен, и страшно много научих“.

„А какви са вашите ценности?“, питам младежите

„За мен лично ценност номер едно, докато съм тук на Земята, е духовната еволюция на човека – той да се докосне повече до истинските си корени и да успее да осъзнае какво е всъщност това, което стои зад привидното и зад преходното“, споделя Иван. За него ценност номер две е общността и вяра, че ни предстоят времена, изпълнени с доста турбуленции. „Мисля, че ако точно в тези времена не сме заедно, то ние няма да успеем да оцелеем. Хората да са единни, да са обединени около един общ идеал, който да ги събира – това бих казал, че е втората най-важна ценност за мен“, са точните му думи. От своя страна Орлин иска да живее сравнително спокоен живот и се стреми към работа, в която да влага целите си енергия и обич, а за приятеля му Алеко е най-важно „да си добър човек към себе си и към останалите, да следваш себе си и да правиш това, което смяташ за правилно“.

Какво стои зад преходното?

Да си добър и да следваш себе си...

Кратко и ясно.

Любопитно ми е как точно се учи по валдорфски в гимназиалния курс.

Момчетата се усмихват добродушно и казват, че всеки от учителите им е търсел своя си начин да поднесе задължителния според изискванията на МОН материал. По думите на Иван „да виждам как всеки учител използва подход, който е присъщ само на него, ми позволи да се разчупия и аз самият и да видя, че мога да се движа по път, който е само мой, който е собствен, но пак е част от цялото, като ми позволява да изиявя себе си. Това всъщност много ми помогна. Всичко се получи точно така, както е трябвало да се получи“.

Споделям им, че преди повече от 20 години, когато бях десети клас, ми омръзна някой да ми казва какво, кога и как трябва да правя. Много исках да уча, но каквото и както аз намеря за добре. Затова и се отказах от редовната форма на училище, започнах работа и междувременно завърших като частна ученичка. Орлин ме поглежда – „общо взето всички май сме така“. Струва му се, че би било добре последните две години да са практически насочени и учениците да могат да пробват работа в различни сфери. Алеко се съгласява и добавя, че са му липсвали засилените и структурирани занимания с изкуства и занаяти.

Класничкия ми обяснява, че в някои валдорфски училища в чужбина с повече традиции последните две години действително са много практически насочени и учениците имат възможност да работят (или стажуват?) на различни места – било то ферма, строеж или хоспис. Сегашната форма на обучение след десети клас, според него, не отговаря на нуждите на човека в съответния му етап на съзряване. „Човек тогава узрява, започва да развива Аз-а си, чувства се като отделна личност и иска той да започне да избира, а не да предъвква все един и същи материал, поднесен по трети, различен начин“, категоричен е той.

Разбира се, добавя класният Орлин, тук педагозите са изправени пред немалко прадизвикателства с този клас от самото начало. Смяна на сгради (от „Драгалевци“ в „Лозенец“ и от „Лозенец“ в настоящата сграда), малък и непостоянен брой деца, което налага в началото класовете да са смесени. Твърде малкият клас е предизвикателство и за самите деца, а педагозите, от своя страна, не само се учат в хода на работа, но и трябва все да „убеждават“ МОН, че покриват всички изисквания. И накрая, няма как да не споменем пандемията с всичките ѝ последствия, включително и т.нар „онлайн обучение“.

Позволявам си да разкажа за притесненията си като родител на първокласник. Нерядко чувам от други родители нещо от сорта: „Във Валдорф се създава една ексклузивна среда, много музика, много рисуване, много свобода. Тези деца, като излязат на улицата, как ще се справят с живота? Дали в крайна сметка това не вреди на детето ти?“. Орлин Карагъзов е категоричен, че децата от нашето училище „ще преминат като хуни“ и ще се справят с живота. „Това е като аргумента за имунната система и детската градина – пусни детето си на детска градина рано, да изкара всички вируси, и така ще му заякне имунната система. Не е така! Определено време детето трябва да бъде обграждано с любов и защита – така укрепва имунната му система, а не като минават през него всякакви „вируси“, уверен е той. Е, усмихва се, „хората винаги намирам оправдания за изборите, които правим“, и добавя: „Оставяме на тези момчета един супер ш****н свят, в който ние, големите, показахме, че сме инфантилни и незрели. Аз много харесвам погледа към света на тези момчета и вярвам, че те ще намерят как да променят нещата към по-добро“.



Питам момчетата дали не са мислили да се преместят в държавно училище. Категорични са, че не биха сменили „Професор Николай Райнов“. Орлин вижда само едно предимство на държавното училище и то е, че класовете са по-големи. Но на него среда не му е липсвала, защото е общувал с други младежи според интересите си извън училище. Добавя, че системата определено може да смачка малките деца с по-нежни души. „Е как точно ще ги смачка?“, питам аз. „Става дума за цялото напрежение и

отношението, което получават учениците. Когато сложиш в една стая толкова много деца и един учител, учителят не би бил способен да създаде мир и хармония в тази стая, съответно много е трудно там да получиш истинско отношение; самите учители не са виновни, но такава е системата“, убеден е Иван.

„Аз искам да благодаря на всички учители, които ми помогнаха да израсна“, завършва Орлин.

Класничкия се сбогува с училището; запазвам си един цитат от него: „Всеки човек има нужда да бъде чул и когато помоли за помощ, да му бъде дадена помощ“.

На добър час, Алеко, Борисе, Иване, Орлине! Нека житейският ви път бъде изпълнен с радост и светлина!

Ана Начева, майка на Ясна от I клас.

Образованието като вписване в космоса



При практическото прилагане на образователната схема на Рудолф Щайнер няма незасегната област на знанието и на духовното възпитание. На всички измерения на образователната реалност – пространство, време, социална общност и обективен свят – умишлено се придават ритмичност и структура. Подобно на ритуално събитие, всички форми на възпитателно действие са включени в

установен ред. В класните стаи например цветът на стените се разгръща от първата до осмата учебна година, следвайки цветовете на спектъра от червено през жълто, зелено и синьо до виолетово. Темите на картините в класните стаи също са ориентирани схематично чрез последователността на материала, използван във валдорфската учебна програма, от приказката до съвременната литература. В началния етап разположението на учениците в класната стая се определя от техния темперамент: флегматичните и холеричните малки валдорфски възпитаници седят отвън, а меланхоличните и сангвиничните – в центъра. По време на учебния процес всяка група се обръща и завърта с балансиращи импулси. Това управление на енергиите в класната стая изисква голям опит и концентрация от страна на педагога и напомня на подчинението на стихии от страна на шаманите.

Подобно на пространството времето, измерение на образователния процес също е структурирано ритмично. Очертанията се проявяват със седемгодишните периоди на развитие, които са белязани от раждането на новите есенциални сили, например когато поникват постоянните зъби и е достигната полова зрялост. Образованието през всеки от седемгодишните периоди е насочено към различна част от личността на ученика, в движение сякаш отвън навътре. Всеки седемгодишен период е доминиран от различен метод на преподаване и учене – от външната дейност на имитация, през вътрешния процес на емуляция, към формалното и абстрактното независимо мислене.

През годината началото на четирите сезона е белязано от специални тържества, хармонизирани с католическата църковна година, за която учениците са подготвени чрез изучаване на съответните легенди и митове. Ритмите, съответстващи на месеца, се създават чрез структуриране на обучението по основните предмети на три- или четириседмични периоди и по месечните изложби-панаири, в които учениците представят пред цялата училищна общност какво са постигнали. Седмичният ритъм е пронизан от повтарящото се рецитиране на посвещението – при започване на главния урок и след ритмичната част всяко дете от първи до шести клас рецитира пред целия клас посвещението, съдържащо се в доклада на неговия класен ръководител, но само в деня от седмицата, в която е родено. Ритъмът на всеки един ден е създаден така, че предметите да се ориентират повече към теоретичните знания, които трябва да се преподават последователно преди художествените и практическите дейности. Обикновено всеки час е структуриран по такъв начин, че първата ритмична фаза се обръща към волята на детето, централната част – към неговите чувства, а тихата и заключителна фаза – към мисълта му.

При преподаването на специализирани предмети се натъкваме отново на космоса. Този систематичен ред е резултат от концепцията за образователна концентрация и естествена класификация на темите от съдържанието. Тук педагогиката на Щайнер се свързва с културните фази на Йохан Фридрих Хербарт и неговите последователи, като същевременно Щайнер я схематизира в специфичен антропологичен контекст. В тази педагогическа програма фазите на развитие на детето са органично успоредени с епохите в историята на човечеството.

Найден Йотов, учител по история и философия



Новоренесансови впечатления: Флоренция

В края на април 2022 група учители от българското валдорфско училище посетиха валдорфските училища в района на Флоренция



Учителският обмен с Тоскана стана важен етап в сплотяването на колегията ни с научаването на нови и припомнянето на стари истини за образованието в по-различна от стандартната среда. Срещите с колеги, родители и ученици обогатиха перспективата ни за множественото оразмеряване на урока посредством примерите, учебните материали, ритъма и атмосферата в класната стая. За мен беше от особено значение да наблюдавам часовете по история, които въпреки наситения фактологичен материал, преминаваха във ведра и спокойна атмосфера, в която ученето не отстъпваше на приятелския диалог. Липсваше преследване на урочен материал или изпълняване на точките от някакъв учебник. Например децата рисуваха императорите, изучаваха характера и природата на решенията им във военната или административната сфера. Така, като с невидима нишка, логиката на събитията се проточваше през съзнанието им и това се изписваше на техните собствени лица, които аз самият изучавах с удоволствие.

*Найден Йотов,
учител по история и философия*

На първо място бих поставила самата идея за проекти, които да създаваме заедно, проекти, които да ни позволяват да се отворим към света. До този момент за мен училището звучеше като силно затворена система с тайнства и ритуали, целящи събиране на енергия, но без осъзнатост защо. Работата по проекта сплоти част от хората още преди да се осъществи пътуването. Въпреки рисковете в социален план пътуването с определена цел имаше силен смисъл за всеки един от участниците. Създаде се усещането като за „глътка чист въздух“. Да наблюдаваш отстрани как работи тази специфична система, не само методиката, но и всичко необходимо тя да се реализира на практика, е изключително различно от това да се усвоява принцип, взет наготово от ментори и други специалисти. Силно впечатление ми направи малкото екипно ядро, уважението, изградено помежду им, и добрата връзка с родителите като важна част от всички процеси. Също така равностойното отношение на всички към артистичните практики като важна част от ежедневието и като важна част от това да се изграждат балансираны съзряващи хора. Уроците, които наблюдавах, в огромната си част бяха вдъхновяващи и силно си личеше, че това е естественият опит, които имат нашите колеги в Италия. Нищо престорено или нагласено специално за нас, като гостуващи. Имах възможност да видя различна гледна точка по проблеми, които срещам в своята практика. А най-ценното бе възможността да общувам и да изследвам дейността на хора, преподаващи моята дисциплина. Определям го като най-стойностно,



защото, откакто работя в нашето училище, никога не съм имала тази възможност и тази специфична подкрепа. Колегите по специални предмети, свързани с изящни и приложни практики, ми дадоха огромна мотивация за работа и посока за възможното ми развитие като преподавател.

Деница Дакова, учителка по изобразително изкуство

За мен най-ценното беше да се уверим, че сме на прав път и че сме в добра кондиция при подобно сравнение – аз мога само да говоря за административните неща. Ценен е опитът как колегите ни мотивират родителите, ценен е за мен начинът, по който управляват сдружението и какви тревоги, притеснения и мечти имат. Много ценно се оказа за мен да узная как са подхождали с ковид епидемията – много оригинално, рационално и продуктивно. Тази обмяна на опит имаше и характера на Тийм билдинг – аз много учители познавам като имена или физиономии, сега ги познават и като натура – надявам се подобно да е било и впечатлението на учителите спрямо нас, родителите.

Росен Пашов, родител

За мен този проект беше: цел – работа – успех. Още преди две години, когато започна новият УС, Росен ме попита от какво имат нужда учителите. Тъй като ни предстоеше завършването на нашия валдорфски семинар, първото, което ми дойде на ум и отговорих, бе, че сега ще завършим теорията, но малко хора са виждали истинско валдорфско училище, малко хора са ходили някъде и това липсва – обмен, наблюдение, равносметка на това, което правим. Тогава Росен ми каза, добрее, значи правим един проект по Еразъм и готово. За мен беше предизвикателство, правих някакви неща и накрая се получи финансирането. Това е също благодарение на Дилиана и Росен, на колегите, които съставиха програмата, и на Жоро и Найден, които участваха в процесите.

Какво беше ценно там – разбрах, че това, което правим, се нарича Валдорф; работим като колегите си във Флоренция. Сега вече съм категорична, че никой не може да ни манипулира, че не преподаваме валдорфски. Равносметката ми е, че учителите в нашето училище, тези, които пътуваха дори без да са виждали истински валдорфски уроци, са се справяли чудесно. Практическият опит доведе до още по-добра подготовка на преподавателите – имат завършен семинар, видели са валдорфско преподаване в училище с опит. За новите колеги, тези без завършен семинар, смятам, че също беше много полезно, тъй като те може да нямат сертификата, но имат интерес към самообучение и се развиват в своя предмет, информирайки се според принципите на валдорфската педагогика.

Този Еразъм беше в основата на сплотяването на екипа ни. Жаждата да

бъдем задружни, да се събираме в неформален вариант, беше ясна, след като всяка вечер не пропускахме да сме заедно. Нямахме значение къде сме, дали в една стая, заврени всички, или някъде на удобно място. Никой не мрънкаше за нищо, никой не се сърдеше. Имаше сплотеност, доверие и разбирателство. Там не се делеяхме на учители, Жоро и УС. Комуникацията вървеше леко, като че ли искахме едно и също, а всъщност всеки си беше свободен в своите желания – и обучение, и разходки, и купони. Малко ми е тъжно, че сега това поизчезна – а сме същите хора, но доверието, единството, добрите отношения вече не са такива и има разединение.

Недялка Колева, начална учителка

Опитът, който може да се почерпи от други училища, е безценен! Отношенията между учители и деца, между учителите и родителите, топлотата във връзката на хора, които са се обединили в името на възпитанието на следващото поколение, не може да се опише в книга – това трябва да се изживее. Бяхме приети изключително сърдечно и се разделихме със сълзи в очите и с обещания да се видим пак скоро. Прохождащото българско Валдорфско училище има вече своите приятели във Флоренция.

Юлиан Стоянов, родител

За мен беше изключително важно и полезно да почерпя идеи и педагогически опит от колеги с дълга практика във Валдорфската методика на преподаване.

Благодарна съм, че имах тази възможност и идеята за Валдорфското образование – ценностите, които то носи, и начините, по които то обогатява децата (а и учителите) – ми станаха по-близки и ясни. Чувствам се по-мотивирана да вникна още повече в тази практика и да дам повече за развитието нашето училище с оглед уникалността му в България.

Мариана Славова, начална учителка

За мен най-ценното в пътуването ни до Флоренция и нейните околности бяха срещите с хората там. Тези срещи се оказаха просветление и пробудиха много сила и вдъхновение. Никога не ми се е случвало да попадна в така сплотена, отдадена и идеалистична общност. Всички си помагаша, подаваша си ръка с усмивка и заедно преодоляваша трудностите. Можеха дори да се цупят като малки деца, но това не им пречеше да подхвъркнат, за да преоткрият света. Целите тези чистосърдечност и доброжелателност се предадоха и на нашия малък отбор и сякаш се доближихме до собствените си корени, без да изпускаме от поглед никакви смътни свои мечти, и почувствахме как укрепваме.

*Николай Тодоров,
учител по български език*



Глаголицата ще отключи познание за мисията ни като народ...

Двадесет и четвърти май е, но за мен е работен ден. Отмествам погледа си от техническата документация и чувам в съзнанието си думите на Татяна Дамянова „ако трябва, ще ги зашием със златен конец“. Нишката на златния конец изписва на белия лист „добротворци“ и „миротворци“. Думите на Татяна заромоляват като витошките потоци през пролетта, чисти и стремителни, и ме извеждат от работното ежедневие, където функцията на езика е изцяло утилитарна и словата служат на човека да разбере (дано!) как работи съответното интернет оборудване.

„Тя е жива, вълшебна, съвършена графична система и първоначално е създадена като храмова азбука“, споделя Татяна, учител във валдорфската детска градина. Много автори са писали за глаголица – мен ме докоснаха книгите на Диана Мечкова. Оттам тръгна вдъхновението ми да я събудя, да я изваждам и да я разпространявам. Нека не просто да отдаваме почит на паметниците на светите братя Кирил и Методий, а да извадим делото им от тъмата“, са думите на учителката. Щом глаголицата е нещо толкова красиво и добро, нека я приложим в живота си!

Тя неведнъж е казвала, че глаголицата ще отключи познание за мисията ни като народ и си мечтае в училище да има допълнително следобедно занимание, посветено на глаголицата. „Да седнем да си пишем, тихо, кротко, спокойно, докдето можем и който иска, никого не карам насила“. Ще търси начин да бъдат създадени и книжки на глаголица. „Да пишем текстове, стихотворения... Какво пречи каквото има на едната азбука, да го има и на другата?“, мисли Татяна и тук идва ролята на златния конец, с който тя е решила да съшие страниците на текстовете, ако не се намери издателство, което да издаде книжките.

Разказва ми, че още преди тя се присъедини към детската градина, там и в училище децата изписват символите на глаголицата като част от епохата „Рисуване на

Днешните деца наистина са много различни от нашите поколения и поколенията преди и след нас. Отказват да приемат наложеното им отгоре. Сякаш трябва да ги докоснеш къде с хитрина, къде със закачка, но тези деца искат Ти да бъдеш там, твоят Аз да присъства там, да ги чуваш и разбираш, да се радваш на малките видими и невидими неща с тях.

форми“. Питам как точно се „преподава“ глаголицата в детската градина. „Преди две години бях написала азбуката на дъската. Не съм си мислила целенасочено да я преподавам. Тогава процесът не беше съвсем узрял – изписах торбичките на буквичките, нарисувах им чашките, за да може дечицата да пият от тази водичка, и нарекох символите. А тази година написах първите буквички от имената на децата и оставих всяко от тях да си избере свои символи, и децата сами издърпаха знанието от мен!“. Лека-полека, децата започнали сами да си взимат белите листчета и да изписват буквички, питали: „Госпожо, коя е тази дума, коя е следващата?“, и добавяли буквите към ритмичните занимания с пляскания. „В епоха Рисуване на форми ме помолиха да изпишем цялата азбука – така и направихме“ – вълнува се Татяна.

За разлика от кирилицата, при глаголицата няма главни и малки букви, нито разстояния между думите. Ако изречението е дълго, може да се сложи точка в края му, но не се използват запетаи, кавички и други препинателни знаци, които накъсват речта. „Глаголицата влиза в нас на вълни, равномерно, пречиства ни и ни изцелява. С тази азбука влиза много златна вибрация и направлява живота и на нас, и на децата. Ставаме миротворци и губим желанието да воюваме“, вярва госпожа Татяна и повтаря колко е важно на тази азбука да се пишат само добри и светли думи като МИР, ЛЮБОВ, ДОБРО. „Искам да изпишем тези думи на входа и да посрещнем с тях децата на 15 септември!“.

„Буквите се пишат като спирали, те се връзват, те се развързват – това е един начин да започнем да творим доброта. В това забързано време, в което живеем, Бог ще се радва и ще бъде благодарен на всеки от нас, който седне, положи усилие, изпише. Може много да си говорим, но нека всеки сам да седне и да опита, не е толкова трудно!“ – сигурна е госпожа Татяна. „И разбира се, нека всеки, който почувства, да опита и да твори там, където душата му се радва“ – завършва учителката и отива да изписва на глаголица „Върви, народе възродени“ с децата от село Костенец.

Ана Начева, майка на Ясна от I клас

За ритъма във валдорфската детска градина

Ритъмът е съставен от две полярности, които непрекъснато се сменят и уравновесяват. Той е в основата на равновесието и хармонията. Когато бъде нарушен и една от полярностите вземе превес, това води до дисбаланс, а в човешкия организъм – до болест. Вътрешните ритми при малкото дете не са балансирани, затова важноста на външните ритми е голяма.



Средствата за изграждане на усещане за ритъм при децата:

- Редуване на полярни дейности;
- Повтарящи се дейности и изграждане на здравословни навици;
- Създаване на ритуали със свое място в ежедневието;
- Следене дали нашето поведение, като на възрастни, е ритмично;
- Грижа за ежедневието, седмичния, месечния и годишния ритъм.

Много полезни повтарящи се дейности са например ритуалите. Какво е специфичното и различното в сравнение с другите повтарящи се действия? Това е нашата отдаденост в тази дейност, вниманието, концентрацията ни в нея, както и в нейната форма. При един ритуал животът спира за миг и след това започваме концентриращата дейност с необходимото внимание. Децата много обичат ритуалите заради техния пластичен и образен характер и не е толкова важно какво се прави, а как се прави – ефектът е магичен.

Примерите от детската градина включват изсвирването на песничка на лирата преди началото на разказване на приказка, намазването на чистите ръчички с етерно масло преди хоровода и закуската, благодарността към Земята и Слънцето преди хранене, раздаването на храната по време на ядене и др. Ритуалите, които можем да правим у дома, са например песнички за хранене, за миене на ръце или за прибиране на играчките, ритуал за лека нощ, малък ритуал при разделяне с родителите и др.

Теофана Манева, учителка



Ученически съчинения

*Когато се взираш твърде дълго в бездната,
и бездната започва да се взира в теб*

Човекът, който никога не е усетил соковете на собствената си безкрайност, не може да твърди, че притежава себепознание. Вглъбеността, в която човешкият ум може да се изгуби, е истинската и единствена реалност. Когато се взираш твърде дълго в бездната, не само че тя започва да се взира в теб, но ти се превръщаш в нея. Всеобхватността ти достига до всяко едно кътче на всемира, оставяйки след себе си искрица осъзнатост. Безпричинна радост се заражда в душата ти, тъй като тя разбира, че най-сетне си е у дома. Този дом всъщност никога не е бил напускан, но е бил забравен с изгряването на земното битие.

Иван, XII клас

На опашка пред супермаркет идва погребална процесия с ковчег.

Един от чакащите пита:

– Вие защо сте тук?

– Изпълняваме последното желание на мъртвеца.

– И какво е то?

– Колкото той беше богат, толкова да обеднеем ние.

– И какво търсите тук?

– Олио!



* * *

Син на ясновидец отива при баща си да го пита за съвет. Почуква на вратата и влиза в неговия кабинет.

– Тате, имаш ли съвет за мен?

– Имам.

– И какъв е той?

– Виж, сине, аз мога да познавам бъдещето. Няма нужда да чукаш на вратата.

* * *

Ким Чен Ун пред цялата нация на Северна Корея обявява следното:

– Баничките са по 3,50 всяка.

Пети, VII клас



**ЧАСТНО СРЕДНО
УЧИЛИЩЕ**
Проф. Николай Райнов
София