***Чему можно научиться на ледяной горке***

**Катание с гор** — это традиционная русская зимняя забава, которая устойчиво сохраняется в детском быту по сей день, но, к сожалению, почти ушла как вид развлечения взрослых. Ледяные горки — это одно из тех мест, где формируется этнокультурная специфика двигательного поведения детей.

Все события на горке дальше зависят от самих катающихся. Родители мало вмешиваются в этот процесс. События создают дети в соответствии со своими потребностями и желаниями, которые удивительно индивидуальны, несмотря на то, что внешне все занимаются одним и тем же делом. Главный событийный интерес для ребенка составляют задачи, которые он сам себе ставит, и придуманные им способы их осуществления. Но в рамках этих задач ребенок всегда учитывает два постоянных компонента: скользкость поверхности и скорость спуска.

**Спуск с ледяной горы** — это всегда скольжение, не важно, на ногах или на заду. Скольжение дает совершенно особые переживания непосредственного динамического контакта тела с почвой, не похожие на обычные ощущения при ходьбе, стоянии и сидении.

Такого рода переживания были очень яркими и значимыми в ранний период жизни, когда ребенок только учился ползать, стоять, ходить. В более позднем возрасте они обычно притупляются, поскольку сидение, стояние, ходьба становятся автоматическими и осуществляются без контроля сознания.

 Катание на ногах с ледяной горки — это идеальный вид естественного тренинга, который прекрасно укрепляет нижние конечности физически и помогает человеку прочувствовать гамму разнообразных переживаний на тему того, как надо в жизни держаться на ногах.

Дети используют три основных способа скатывания с ледяной горки, соответствующих возрастающим степеням совершенства. Самый простой (так катаются маленькие) — на заду, второй, переходный, — на корточках (это уже на ногах, но еще в низкой позиции, чтобы не высоко было падать) и третий, соответствующий высшему классу, — на ногах, как должны уметь младшие школьники. Собственно, съехать с горки на ногах — это и есть, в детском понимании, съехать с нее по-настоящему.

Вот малыш лет четырех-пяти. Он уже катается без помощи мамы. Это трех-четырехлетним детям мамы обычно помогают ровно усесться на подстилку и аккуратно толкают их сверху в спину, чтобы началось движение. Этот все делает сам. Съезжает он прямо на заду, подстилки у него нет, но руки заняты. Взбираясь на горку, он бережно несет в руках большой кусок смерзшегося снега. Дождавшись своей очереди наверху, ребенок сосредоточенно усаживается на лед, оглядывается вокруг, прижимая кусок снега к животу, собирается с духом и… пускает снег катиться перед собой вниз. Вид движущегося куска, прокладывающего ему дорогу и зовущего за собой, успокаивает малыша. Он отталкивается и съезжает вслед. Внизу подбирает своего компаньона и бежит с куском, довольный, наверх, где все методично повторяется снова.

Дети, съезжающие на заду, чувствуют себя в безопасности — падать им некуда. Они наслаждаются телесными ощущениями контакта с поверхностью льда, скольжения и скорости и даже пытаются заострить эти ощущения. Например, увеличивают площадь телесного контакта, когда скатываются на животе, на спине с раскинутыми руками и ногами, или устраивают внизу «кучу-малу» с другими детьми, а потом еще продолжают валяться на снегу, уже сойдя с ледяной дорожки

Осваивая это умение, ребенок решает целый комплекс двигательных задач и продолжает познавать, а также физически и психически прорабатывать свое тело. Необходимость держаться на ногах развивает их пружинистость, которая достигается благодаря подвижности суставов и согласной работе кинематической цепи: пальцы ног — лодыжки — колени — таз — позвоночник. Способность удерживать равновесие определяется сотрудничеством мышечных ощущений с работой вестибулярного аппарата и зрения.

Опять же — на ледяной горе происходит естественная тренировка того, что необходимо во многих ситуациях обыденной жизни. Ведь сохранять устойчивость и равновесие желательно везде.

Когда дети более или менее освоили технические навыки съезда с ледяной горки каким-нибудь из описанных выше путей, их творческий поиск обычно идет за счет изменений позы и расширения способов спуска.

Каждый катается самостоятельно, — это дело индивидуальное, акцентирующее внимание ребенка на собственной телесной самости и своих личных переживаниях, Но ситуация на горке, конечно, социальна, поскольку там собралось детское общество. Не важно, что дети могут быть совсем незнакомы и не общаются друг с другом. На деле они наблюдают за другими, сравнивают себя с ними, заимствуют модели поведения и даже красуются друг перед другом. Присутствие сверстников пробуждает в ребенке желание предстать перед народом в лучшем виде, что называется, подать товар лицом, и поэтому вдохновляет его на творческие поиски.

На горке можно приобрести богатый **социальный опыт.** Поскольку детский народец на ней разнополый и разнокалиберный, то там можно наблюдать разнообразнейшие образцы поведения и взять что-то для себя. Дети научаются друг от друга в мгновение ока. Для обозначения этого процесса взрослое слово «копирование» кажется слишком нейтрально-вялым. Детский термин «слизывание» — гораздо точнее передает степень тесноты психологического контакта и внутреннего отождествления ребенка с избранной им моделью для подражания. Часто ребенок перенимает не только способ действования, но и побочные особенности поведения — мимику, жестикуляцию, выкрики и т. п. Итак, **первое социальное приобретение**, которое можно сделать на горке, **— это расширение репертуара поведения**

**Второе — это познание социальных норм и правил общежития**. Их необходимость обусловлена ситуацией. Детей много, а ледяных спусков обычно один-два. Возникает проблема очередности. Если не учитывать возраста, подвижности, ловкости детей, едущих впереди и сзади, то возможны падения и травмы — поэтому возникает проблема соблюдения дистанции и общей ориентации в пространстве ситуации. Нормы поведения никто особенно не декларирует — они усваиваются сами собой, через подражание младших старшим, а также потому, что включается инстинкт самосохранения. Конфликты бывают относительно редко.

**Третье** социальное приобретение во время катания с горки состоит в особых возможностях **непосредственного общения (в том числе — телесного) с** другими детьми. Взрослый наблюдатель может увидеть на горке широкий спектр разных форм и способов установления отношений между детьми.

Некоторые дети всегда катаются сами по себе, а есть дети, жаждущие телесного контакта.

Дети получают разнообразный двигательный и коммуникативный опыт, а также хорошую эмоциональную разрядку, когда вместе визжат, хохочут, кричат.

Обычно детский народ соблюдает **основной закон горки: катайся сам и дай кататься другим.** Напористых лихачей не любят и держат по отношению к ним дистанцию

Вообще на горке человек виден как на ладони. Катаясь, он проявляет свои личностные особенности: степень активности, находчивости, уверенности в себе. Очень хорошо виден уровень его притязаний, характерные страхи и многое другое.

Горка хорошо выявляет телесные проблемы детей: неловкость, плохую координированность движений, неустойчивость из-за недостаточного контакта стоп с почвой, неразвитости ног, смещения вверх центра тяжести тела. Там легко оценить общий уровень телесной развитости ребенка по сравнению с другими детьми его возраста. Замечательно то, что все эти проблемы могут быть отлично проработаны и отчасти изжиты именно на ледяной горке, которая является, с психологической точки зрения, уникальным местом познания и развития телесного «Я» ребенка в естественных условиях.

Желание поваляться часто возникает у ребенка, когда он психически устал — от учения, от общения, а других способов переключения для отдыха еще не освоил. Поэтому, например, есть дети, которым необходимо поваляться на полу после занятия в детском саду.

Более зрелой и сложной формой проработки детьми темы познания телесного «Я», но уже в социальной ситуации, является известная нам «куча-мала». В «куче-мале» тело ребенка взаимодействует уже не с косной поверхностью земли, а с живыми, активными телами других детей — рукастыми, ногастыми, головастыми. Они налегают, толкаются, бьются, наваливаются со всех сторон. Это интенсивное общение движущихся человеческих тел, и у каждого — свой характер, бурно проявляющийся в действиях.

**В чем же состояла социализация детей в этой «куче»?**

С одной стороны, ребенок остро проживал свое тело — сдавленное, извивающееся меж тел других детей, и учился при этом не бояться, не теряться, а сохранять себя, выползая из общей свалки. С другой стороны, ни на секунду нельзя было забывать, что гора живых, барахтающихся, мешающих друг другу тел — это родственники, соседи, товарищи по играм. Поэтому, отстаивая себя, быстро и активно двигаясь, надо было действовать с пониманием — осторожно, чтобы не разбить кому-нибудь нос, не попасть в глаз, ничего не повредить другим детям. Таким образом, «куча-мала» развивала телесную чуткость (эмпатию) по отношению к другому в навыки телесного общения при близком двигательном контакте человека с человеком.

Ледяная горка воплощает русский стиль взаимоотношений человека с пространством и скоростью. На ней разворачивается русский тип социальных взаимодействий с другими людьми. Она максимально полно выражает идею символического единения человека с землей.

В сознании современных людей ледяная горка потеряла свой магический смысл, но осталась значимым, сильным местом для детей. Она привлекательна тем, что позволяет ребенку удовлетворять большой комплекс жизненно важных потребностей его личности. В то же время ледяная горка оказывается одним из важных мест этнокультурной социализации, где ребенок переживает то, что делает его русским.