

## Золотухина

Этот декретный отпуск я решила провести с пользой. А именно , уже неделю , с 23 января , я участвую в дистанционном курсе «Родная речь» по методике Михаила Шестова.

У меня всегда были трудности с публичными выступлениями, сложно было излагать свои мысли упорядоченно и доходчиво, быстро подбирать слова, строить красивые предложения. Сейчас, когда мой круг общения в основном семья , мне сложно поддерживать разговор на темы не касающиеся быта или моей профессии. Заметила, что с каждым днем словарный запас только сокращается и сокращается. Но оказывается , это только вершина айсберга и мои проблемы с русским языком значительно глубже ( несмотря на твердую пятерку в школе ).

Меня поразило , что на самом деле очень маленький процент россиян говорит и читает по-русски правильно, грамотно, красиво ! Можете убедиться <https://www.youtube.com/watch?v=aXjeKwTbUeA>

Я же буду продолжать занятия и по мере возможности делиться своими успехами и открытиями. #supremelearning#русский

Итак , исходные параметры....

Одним из первых заданий было прочесть отрывок из романа "Отцы и дети" . Как видим, получилась обычная школьная бубнежка ))) . Вряд ли кто-то захочет слушать аудиокнигу , начитанную этим "диктором".

Очень надеюсь ,что после прохождения курса мы увидим совершенно преобразившегося человека )))

Было и еще одно задание - рассказать немного о своей мотивации, всего лишь на 2-3 минуты. Не поверите, ломала голову над этим полдня! -писать- не писать . И как только это получается у блогеров ??? Так складно говорить безумолку ? В итоге, получилось нечто сумбурное , но здесь публиковать это видео не буду ))) Лучше в конце курса запишу красивую речь, с подведением итогов, обещаю ))) #supremelearning#русский

#supremelearning#русский

Отличная новость ! Сегодня у вас есть замечательная возможность побывать на бесплатном практическом вебинаре, где как всегда. узнаете много нового и полезного о русском и английском языках, сможете задать вопросы в прямом эфире. Готовьте слова, произношение которых хотели бы уточнить ))) .

Ниже текст приглашения со ссылкой для входа, пришедшего мне сегодня на почту.

Английский. Единомышленники или языковая среда: что поможет больше? Онлайн мастер-класс Михаила Шестова

Представьте себе, что вы – программист Нео из культового фильма «Матрица».

Скорее всего, вы уже много лет пытаетесь выучить английский, не понимая того, что для этого нужно, в первую очередь, научить мозг обновлять и расширять словарный запас. Странные упражнения, типа «а groom [gru:m] – жених; представьте себе ситуацию: угРУМый жених ведёт свою избранницу к алтарю, а со свободой ему расставаться ой как не хочется!» – объявляются самым «эффективным» способом запоминания.

Вам уже давно кажется, что тренеры и преподаватели играют с вами в одни (ваши) ворота. То есть вы всегда являетесь проигравшей стороной.

Если вы что-либо не в состоянии запомнить, объявляют неспособным именно вас, даже не заикаясь на тему своей профнепригодности. Замкнутый круг.

Трудно поверить, что почти все упражнения в учебниках и на курсах являются бесполезными. Но это еще полбеды. Многие из них еще и вредные – их не в состоянии выполнять сами преподаватели. Их выполнение частенько приводит к ухудшению памяти. Выглядит это так. Приходит человек и говорит: "Ходил целый год на курсы доктора филологических наук, Наташи Уэйли, в Нью-Йорке. К концу обучения вообще забыл английский". И вы прекрасно знаете, что это правда. Что никакие 5-10 минут в день ничего не дадут.

Так что же делать?

Сегодня, 29 января, в 18.00 мск: <https://go.myownconference.ru/f12477391526>

Таким образом, если нам вдруг дают работающие материалы и правильную стратегию обучения, у нас сразу все налаживается?

Ан нет. Вторая проблема: как организовать свой учебный процесс, что может помочь сформировать и поддерживать высокий уровень мотивации?

Вы никогда не сумеете решить возникшую проблему, если сохраните то же мышление и тот же подход, который привёл вас к этой проблеме.

Хотите узнать ответы на вопросы:

Что предпочесть: коворкинг или индивидуальный план обучения?

Единомышленники или языковая среда: что поможет больше?

Как пробить свой "стеклянный потолок"? Если развития не происходит и вы топчетесь на месте.

Что делать, если нет времени учиться.

Как пережить период апатии.

[#supremelearning#русский](#)

Итак, началась вторая неделя курса "Родная речь"...

Первая неделя была насыщена занятиями, в конце был проведен Вебинар для участников группы. Благодаря чему в моей голове произошло осознание нескольких важных основополагающих вещей. Но, обо всем по порядку.

Занятия у нас проходят в закрытой группе. Участники самые разные - от 14 до бесконечности ))) Занимаемся по моей обожаемой книге Антуана де Сент-Экзюпери "Маленький принц", что уже само по себе не может не радовать.

Задания приходят каждый день, и они довольно объемные. К примеру, нужно не менее 3х раз прослушать и повторить, максимально копируя диктора, текст на 50 минут. Начитан текст необычным способом, по методике Шестова, примерно вот так <http://supremelearning.ru/thelady-with-thedog>, только на русском. Чтобы в последующем, при прослушивании аудиокниг, начитанных дикторами на обычной скорости, понимать "как они это делают" и максимально точно воспроизводить. Это хорошо нагружает мой мозг и он уже начинает значительно быстрее соображать, вновь становится любопытным, все ему интересно)))

После чтения нужно записать небольшое видео с процессом занятий. Пока сложнее всего мне дается запись видео... Во первых, нужно чтобы никто не мешал. А это сложнее всего, потому что всем от меня постоянно что-то нужно - от Серафима до кошки с котятками. А во-вторых, до сих пор смущаюсь и чувствую себя зажато перед камерой. Получается похоже на грустного Пьеро с неподвижным лицом ))) Но при этом в технике чтения уже чувствуется значительный прогресс. И это всего спустя неделю!

Плюс как правило еще небольшие письменные/устные задания, к примеру скороговорки. Никогда не думала я, что смогу их воспроизвести с 3-4 попытки, а вот благодаря такому предварительному "разжевыванию" - могу ! ))) Продолжение следует....

<https://www.youtube.com/watch?v=1xHek8GSETw>

Курс "Родная речь" - мой дневник.

Впервые узнала о М.Ю. Шестове и о его методе год назад. На одной из онлайн-конференций. И сказать, что я была в восторге, это ничего не сказать! Я была просто ошеломлена! Два часа просидела с открытым ртом, ловя каждое слово, а в голове стучал вопрос "Почему я раньше ничего не знала о М.Ю.? Учила английский язык сама, с репетиторами, на курсах, а результат - потраченное впустую время. Обращаюсь ко всем- не теряйте время! ВРЕМЯ- это единственный НЕВОСПОЛНИМЫЙ РЕСУРС! Ни за какие деньги не купишь вчерашний день! Приходите учиться к Михаилу Юрьевичу!

Я попала в первый поток Дистанционного курса! Это было счастье! Заниматься у Мастера! Но начали мы учить английский язык с РУССКОГО!....

[#supremelearning](#) и [#русский](#).

[#supremelearning#русский](#)

Примерно каждые два дня мы получаем обратную связь от М.Ю. Шестова и его преподавателей. А также нам помогают двое кураторов, если возникают вопросы технического или организационного плана. МЮ отсматривает видеотчет каждого участника и оставляет подробнейшие рекомендации, - какие были допущены ошибки и как они исправляются. Учитывается каждый нюанс – как правильно артикулировать губами, двигать челюстью, какое положение занимает язык, как меняются гласные при быстром прочтении, как правильно сливаются слова во фразы и т.п. Даются упражнения на исправление. Ему, как мировому рекордсмену по машинописи, не сложно под каждым видео развернутый комментарий )))

У многих участников, кто старательно и внимательно выполняет рекомендации, уже заметен значительный прогресс и в дикции и в эмоциональной передаче текста.

У меня тоже есть определенные успехи. И не дожидаясь окончания курса, хочу записать «промежуточный» результат. Интересно ваше мнение, заметна ли разница по сравнению с первым видео со стороны?

[#supremelearning#русский](#)

Каждый день перед началом занятий мы, согласно рекомендациям, выполняем дыхательную и артикуляционную гимнастику. Особенно это нравится Серафиму – хохочет и старается выдохнуть ААААаа... громче меня ))) . Это, как перед исполнением произведения на фортепиано, сначала, для настройки на нужный лад, играют гаммы или этюды. Кто учился в музыкальной школе, поймет. Кстати, вспомнив музыкальную школу, я вдруг осознала как она мне «помогла» в развитии боязни публичных выступлений...

Я поступила туда, учась уже в седьмом классе, сознательно, по собственному желанию. Помню первый академ-концерт, на который пришел мой папа. Я села за рояль впервые, прямо на концерте, а до этого занималась в классе на фортепиано, у которого были неглубокие «разболтанные» клавиши и звук извлекался от легчайшего касания. У рояля же оказались высокие тугие клавиши, звук совершенно другой, непривычный. Нажимая на клавиши с обычной скоростью и силой, у меня получалось совершенно иное звучание, часть нот и вовсе «смазывалась» из-за недостаточной силы нажатия. Я растерялась, сбилась, кое-как доиграла до конца вся красная, как помидор, на ватных ногах вернулась на свое место... Занятия сольфеджио сначала были интересными и понятными, пока в один прекрасный момент мы не стали писать музыкальные диктанты. Преподаватель, сидя к нам спиной, брал различные аккорды, а мы должны были угадать и записать их по нотам. У меня ничего не получалось, не понимала, как услышать эти ноты. А никто и не объяснял. Так, получив раза три плохие оценки и не разобравшись, как научиться слышать ноты, я просто перестала ходить на занятия. Очень любила петь и с нетерпением ждала, когда у нас начнутся занятия в хоре, оказалось зря... Меня поставили петь второе сопрано, а я все время пела на пол октавы или на октаву ниже и никак не могла сообразить как исправиться, постоянно приходилось краснеть на занятиях. На концертах терялась и зачастую просто открывала рот без звука. Промучившись так до третьего класса, я бросила заниматься несмотря ни на какие уговоры преподавателей и родителей... Всякое горячее желание заниматься, с каким я шла туда в начале, было напрочь отбито...

Вспомнилось и еще несколько ситуаций в школе и студии эстрадного танца, когда меня без всякой подготовки выпускали сразу на сцену, ожидая, видимо, что можно вдруг вот так просто в новой обстановке впервые подойдя к микрофону вдруг не растеряться и продекламировать стихотворение, которое я увидела впервые за полчаса до выступления или исполнить партию в танце за отсутствующую девочку (которую я видела, но никогда сама не исполняла) .... Даже сейчас, когда вспоминаю эти давние события волнуясь и негожую !!! И ком подкатывает к горлу...

Конечно такие импровизированные «выступления» не добавляли мне уверенности. И думаю, что если бы не этот печальный опыт, все мои предыдущие годы прошли бы гораздо интереснее и эффективнее.

Что ж...осознание пришло. Я буду всеми силами стараться исправить ситуацию. И больше никаких психотравмирующих импровизаций без предварительных репетиций )))

PS: спасибо всем кто поддерживает меня своими комментариями и «лайками» . Это меня вдохновляет и помогает не останавливаться на полпути )))

[#supremelearning#русский](#)

Дорогие друзья ! Сегодня наше обращение адресовано тем, кто уже стал мамой или папой )))

Помогите своим детям достичь успехов в будущем ! Как ? Научите их читать правильно сразу ! Это разовьет их речь, память, мышление, любознательность, поверьте, перед теми кто красиво говорит, широко распахивается гораздо больше дверей в нашем мире!

Что значит, правильно ? Это значит, читать не по слогам, как написано, а так, как ГОВОРЯТ образованные интеллигентные люди.

Попробуйте уловить следующую мысль... Включите, к примеру, аудиокнигу "Маленький принц" в исполнении Константина Хабенского и Чулпан Хаматовой. Во первых, вы услышите, что он читает, как будто просто ГОВОРИТ. а НЕ ЧИТАЕТ. И еще, попробуйте расслышать \_ он говорит вовсе не как нас научили в школе "КогДА мНЕ было шесть лЕт, В кнИге пОд назвАниЕм..."

А на самом деле, говорит он так: " КАгда мнИбыла шеСтИлЕт, Ф кнИгИ пЫднызвАниИм..."

и вот тогда, когда вы читаете с актером так, расширяется словарный запас, хорошо работает мышление, ваша речь становится богатой красивыми длинными предложениями и вы свободно можете размышлять на самые разнообразные темы.

PS : Сёма сказал, если будет много лайков, запишу еще, смотрите меня на канале "Миньоны " )))

[#supremelearning#русский](#)

«Взрослые никогда ничего не понимают сами. А для детей очень утомительно без конца им все объяснять и растолковывать». Антуан де Сент-Эзюпери.

Идею написать пост под этой цитатой подала мне участница нашей группы Родная речь, врач Екатерина Исаева. Спасибо, Катя )))

Сегодня расскажу о том, как я искала и нашла анатомические и физиологические подтверждения того, почему метод Шестова, в отличии от других, действительно работает.

Началось с того, что я прочла комментарий одного из наших участников о результате, который он заметил, проделав рекомендованные упражнения :

«После этого стало лучше слышно какой именно звук Вы произносите, а не тот который хочу я услышать. Т.е. упражнение на улучшение дикции улучшает слух!»

И я подумала, как он точно подметил, что упражнение направленное на тренировку мышц рта помогает "прочистить" уши ))) Ведь я тоже почувствовала этот эффект на себе, наконец, осознала в полной мере то о чем всегда говорит Михал Юрьевич ! Чем качественнее проговаривание, тем четче восприятие на слух разных собеседников. И наоборот, Чем больше нам понятно на слух, тем точнее мы можем воспроизвести эту

информацию .

Открыла скучную когда-то для меня и прочно позабытую анатомию мозга и увидела тесную взаимосвязь между центром Речи(зона Брока) и центром Слуха (зона Вернике)с помощью волокон дугообразного пучка ))) То есть на основании анатомии мозга , можно сделать вывод, что наиболее эффективный способ развития речи - это правильное восприятие на слух и проговаривание ! Так как у центра и визуального восприятия и даже "моторной" (письменной) речи чисто анатомически нет такой мощной прямой связи с центром устной речи ! (увидите на картинке внизу)

Наш мозг так устроен, по-другому он не работает ! И точка.

Повторюсь , развитие РЕЧИ (памяти, мышления , словарный запас, изучение языков, что хотите) происходит только при прослушивании и точнейшей во всех мелочах имитации красивой грамотной речи. Либо при «актерском» чтении вслух любой литературы – художественной, профессиональной, медицинской , технической . да какой угодно...

При чтении про себя (глазами) нового текста взрослый человек не усваивает и не может пересказать практически ничего. Для усвоения, требуется либо многократное прочтение, либо проговаривание внутренним голосом, тоже многократное , если игнорировать закон работы мозга. Вы ведь замечали такое явление, пока объяснял кому-то вслух, даже сам понял, как это работает( ключевое слово ВСЛУХ). Понял и запомнил))) . Зрительный анализатор и моторный центр(письменной речи) имеют в развитии Речевого Процессора тоже важное ,но вспомогательное значение. С ними в процессе жизни устанавливаются условно-рефлекторные связи. А вот прочная связь СЛУХ-РЕЧЬ существует изначально (анатомически) в виде нервного пучка.

Приведу еще одно доказательство. Задумывались ли вы когда-нибудь о том, что слепые люди прекрасно могут говорить, а на слух воспринимают еще тоньше нас. Кстати, если аудиокнига понравилась, слепому человеку, значит она начитана действительно талантливо и заслуживает вашего внимания. А вот глухие, но зрячие, говорить практически не могут. У людей со вторичной глухотой ( не врожденной, а приобретенной) , качество речи с течением времени прогрессивно ухудшается.

И еще приведу здесь видео, в котором М.Ю. Шестов рассказывает об исследованиях академика Виноградова по поводу влияния правильной артикуляции на развитие речи и работу мозга в целом

<https://vk.com/away.php?to=https://www.youtube.com/wa..>

<https://www.youtube.com/watch?v=-Hn-SNFJQjc>

[#supremelearning#русский](#)

Друзья, лишь недавно ко мне пришло осознание того , что наши возможности безграничны. И ограничены они по большей части лишь нашими внутренними "НЕТ" , неверием в свои силы.

А ведь в Библии говорится, что Творец создал Человека по своему образу и подобию. А значит, мы способны творить , как и Он ?!

Желаю всем внутренней свободы и максимальной самореализации !

Обожаю лекции Татьяны Владимировны, потрясающий ученый с необыкновенным "всеобъемлющим" не узколобым взглядом на устройство мира . Приятного просмотра, ( правда ведь. есть о чем задуматься ))) ?

А что меня сподвигло опубликовать эту лекцию в Дневнике? [#supremelearning](#) ? В ее (Татьяны Владимировны) рассуждениях есть фраза о том, что творческий человек не должен оглядываться на Авторитеты. а как вам ее размышления об учебнике английской грамматики? а о тренировке мозга? Так вот у МЮ Шестова есть такая способность, он "открыл" с помощью долгих поисков эффективных методов обучения самого себя, потрясающий способ и пытается донести его людям, несмотря на давление со стороны авторитетов, несмотря на устоявшиеся догмы... Ведь когда-то непоколебимой догмой было и то , что наша Земля вовсе не шар, а плоский диск ...

Творчество как предназначение мозга. Лекция. Черниговская Татьяна Владимировна

[#supremelearning#русский](#)

У нас сегодня знаковое событие - Серафим делает свои первые самостоятельные шажки !!!! И думается мне , что это один из самых легких ПЕРВЫХ шагов, которые человек делает в своей жизни...

Чем старше мы становимся, тем более теряем свое детское любопытство ко всему новому, тем более становимся ленивыми и неповоротливыми. Тем больше у нас находится важных взрослых причин отложить что-то на потом, всегда найдутся важные дела . И чтобы пойти учиться чему-то новому, взрослому нужна очень веская причина.

Вспомнилась одна забавная история. Несколько лет назад мы с маленьким сыном стояли в очереди в любимой Кулинарии на ул. Обручева за чудесными лепешками с зеленью и хачапури с сыром.... И тут маленький Сёма, который до этого стоял спокойно молча, довольно громко и серьезно заключил: "Мама, а у тебя большААаая попа !" . Тогда я поняла, что пора, наконец, заняться йогой. Ведь со времен учебы в ординатуре я не посещала спортзал и сильно себя "запустила" (Оленька Шепелева, мой чудесный персональный инструктор, мне очень стыдно, что все наши с тобой труды были за это время "заедены" вкусными плюшками ! )

Так вот, в этот раз , не дожидаясь повторения истории в магазине ))) , я уже отправилась заниматься в спортзал! И толчком для этого послужило, как ни странно, участие в курсе Родная речь(буквально через пару дней от

начала занятий) . Решила , раз уж совершенствоваться, так по полной программе- и умственно. и физически ! Тем более, что физические упражнения здорово тренируют и развивают мозг (кто не верит. срочно смотрите лекцию Черниговской ))) . На этот раз занимаюсь фитнесом с элементами боевых искусств. Очень много упражнений, помимо всего прочего, идет на баланс и координацию, задействованы все части тела и соответственно мозги тоже "кипят". Очень импонирует. что наш талантливый тренер. как и МЮ Шестов, объясняет и показывает каждое движение замедленно и подробно, с объяснением какие ощущения должны быть в мышцах. а какие говорят о том, что задание выполняется неверно. Очень ценное качество и далеко не каждый тренер так может!

так что буду стараться продолжать заниматься , тем более , что это не из-под палки, а очень увлекает меня. Так что процесс роста вширь остановлен )))

PS: кстати , нейронная и сосудистая сеть ЛЕНИВОГО мозга выглядит ничуть не симпатичнее )))

**ОСТОРОЖНО!** Множественные побочные эффекты от занятий по методу Шестова !!!

С сегодняшнего дня буду вести такую рубрику и периодически дополнять по мере накопления "научных наблюдений" . Предлагаю присоединяться и подхватывать всем Участникам онлайн курсов МЮ Шестова ))) . Общаясь с "однокурсниками" мы пришли к выводу, что у многих во время и после занятий проявились приятные побочные эффекты , которые не были заявлены программой курса )))

8.02.2016

1. Во-первых , я стала вести этот публичный дневник . И мне это доставляет удовольствие - поделиться своими открытиями и возможно кому-то помочь. Хотя до этого, последние несколько лет, я замкнулась в себе, в семье и не особо охотно общалась (мои друзья могут подтвердить!)
2. Стало больше уверенности в себе ))) к примеру, решилась сменить безликий аватар на настоящее фото, хотя все еще не в той форме, которая бы полностью устраивала
3. Стала заниматься спортом
4. Стала лучше организовывать свое время . И вообще, находить время для любимых занятий, хотя количество часов в сутках , как было , так и есть 24 !
5. Неожиданно обнаружила, что у меня изменился почерк. Собственно, в последнее время и не пишу особо, только ставлю подпись или список покупок, на который Дима постоянно жаловался и говорил, пиши разборчивее. А тут вдруг , смотрю. последний продуктовый список написан разборчиво и красиво без всяких усилий ! Видимо активировались старые нейронные связи между речевыми центрами, так как в школе почерк у меня был одним из лучших в классе

9.02.2017

1. Если поначалу, чтобы опубликовать пост, я долго собиралась, писала отдельными маленькими кусочками в Word , потом меняла эти кусочки местами туда-сюда, чтобы получить связный текст. То сейчас, уже несколько дней я пишу их сразу на стене Вконтакте, немного корректируя по ходу написания и обдумав заранее днем "про себя"

Продолжение следует...

[#supremelearning#русский](#)

Сегодня ПРОМЕЖУТОЧНЫЙ ОТЧЕТ по прошедшим дням занятий.

Сегодня получила долгожданное подтверждение от преподавателей , что двигаюсь в правильном направлении и перемены заметны не только мне самой ))) Получила "пятерку" в дневник !!!

Хочу рассказать о самом интересном - о том , как меняются люди в процессе занятий. Жаль , что не могу это вам показать (закрытая внутренняя информация), только на своем примере. Но поверьте , перемены колоссальные ! Во-первых люди в группе подобрались интересные неординарные . Сейчас уже втянулись в процесс , стали раскрываться , хорошо научились передавать эмоции , гораздо свободнее ведут себя перед камерой. Помимо преподавателей, мы тоже пишем друг другу комментарии , хвалим , если есть за что и помогаем исправить ошибки. Это здорово, потому что даже сняв видео, продолжаешь не замечать у себя некоторые нюансы. Иногда даже возникают дискуссии. И это тоже здорово! Давно ли у вас были в жизни ситуации , когда нужно было не просто односложно ответить да/нет/спасибо... , но и порассуждать , обосновать свою точку зрения. Причем общение на действительно стоящие , интересующие вас темы. С некоторыми участниками общаемся и "за кадром" . Иногда и "пошушукаться" тоже хочется )))

Что касается самих заданий, то они с каждым днем все сложнее и тем интереснее решать всякие "артистические" задачки. Потому что последние годы моя маска "Флегматик-интроверт", а может на самом деле это вовсе не так ? просто не было в последнее время ситуации, окружения , работы , где мне было бы по-настоящему интересно и я чувствовала бы себя не " лишним человеком" , а как раз на своем месте?

PS: прилагаю промежуточный видеоотчет с небольшой предысторией. Одна моя подружка не успела попасть в этот раз на курс Родная речь , и подумала, чем бы таким заняться , в ожидании следующего набора, чтобы мозги не "заржавели". И решила учить стихи, по одному в день, под руку попался томик Есенина. Стала она учит

, и пишет , выбрала самое простое стихотворение , читаю , пытаюсь повторить -пустой набор слов ... Я говорю, попробуй с диктором ,не своим голосом, точно копируя его, толку будет больше ... Пробует, действительно эмоциональное чтение дает большее запоминание, но все равно не очень похоже.... Я беру то же стихотворение, думаю : "А че? Ща прочитаю... " Ничего подобного ! Пока не разложила на микрофонемы, а потом не слила обратно во фразы на нормальной скорости, ничего похожего на актерское чтение не вышло. Записала вместе с Безруковым, отдельно пока красиво не получается, надо еще подучиться ))) . Можете попробовать ради эксперимента прочесть вместе с диктором что-нибудь и записать себя на камеру. Думаю, результат вас "немного" удивит )))

Сидела я тут на днях, выбирала в интернет-магазине весенние ботинки старшему сыну. И размышляя о стоимости детской обуви, которую ребенок не успеет сносить за сезон, но к следующему сезону уже вырастет из нее, вдруг вспомнила о том, а сколько же стоил мне курс "Родная речь" ... Курс который приносит мне столько радости, внутренних побед, вдохновляет меня на дальнейшее развитие, который является мощным вкладом развитие всей моей семьи !

Я купила его на новогодней Ярмарке сайта Supremelearning всего за 3700 ! Михаил Юрьевич, я снова верю в Деда Мороза )))

Вдумайтесь, за эти деньги я не могу даже купить приличные ботинки ребенку всего на один сезон или оплатить коммунальные услуги. А сколько мы тратим на новый, на самом деле не экстренно нужный телефон, на очередную сумочку или "суперэффективный" крем. И как долго эти вещи приносят нам радость? как долго длится эффект новизны?

С другой стороны. кто-то скажет, - 3700!, да это половина пенсии! или, да это же треть зарплаты учителя за пределами МКАД! Я отвечаю,-А вы считаете, что это нормально, это нормальная оплата труда? Это нормально, когда большинство врачей работают на двух работах , переезжая с суток на сутки? Потому что врач тоже хочет жить в собственной, а не съемной, квартире, ему тоже хочется отдохнуть за границей , у него тоже есть дети, которых нужно вырастить достойными людьми , а он не видит их,вынужденный зарабатывать БОльшим количеством часов...

Люди загнаны работой , мелкими бытовыми проблемами настолько, что им некогда поднять голову и задуматься, а зачем все это ? На что я трачу свою жизнь? А есть ли у меня свободное время на творчество при такой занятости. Ведь качество жизни определяется именно наличием у вас свободного времени на реализация себя как Творческой Личности. А вы обращали внимание на лица взрослых людей на улицах, в метро мегаполисов,- много ли там вдохновения в глазах ??? Нет ! - вы увидите отсутствующие взгляды. обращенные внутрь себя . поглощенные мыслями о том, не как ЖИТЬ с удовольствием. но как ВЫЖИТЬ...

Помню, как на о. Самуи в нашем отеле за завтраком к нам подошла группка улыбающихся официантов и , извиняясь,они спросили. "Вы так вежливо разговариваете, мы тут поспорили и решили у вас спросить, вы ,наверное, учителя?" Я грустно улыбнулась, нам стало обидно за наших учителей , которые вряд ли когда-нибудь на свою зарплату смогут позволить себе отдохнуть в этом райском местечке. Да и мы тогда смогли, потому что цены были тогда в два раза ниже, а зарплата той же..."

Я не собираюсь бороться с ветряными мельницами! И не думаю , что когда-нибудь основой нашего государства по-настоящему станут три кита Безопасность Образование и Здравоохранение. Но мы в состоянии изменить будущее нашей семьи, чтобы помогать родителям, с ужасом не думать о пенсии, открыть как можно больше путей перед своими детьми. И мое участие в курсе по развитию родной речи лишь первый шаг на этом пути)))

Говоря о ценностях в нашей жизни, хотела бы обратиться к своим однокурсникам. А именно к тем из них, кто занимается "вполноги" или совсем забросил. Вспомните, каким трудом Вы заработали эти деньги и оплатили курс? или что ценного вы не купили себе или своим близким, выбрав участие в Курсе ? Неужели вы так и уйдете отсюда с чувством досады и со скребущей совестью, а не "Победителем своей Лени" ???

[#supremelearning#русский](#)

Сегодня хотела бы поделиться успехами Семена в чтении. тем более, что у одной из наших участниц есть дочка того же возраста, и она тоже хочет, чтобы ребенок сразу научился читать правильно. Сразу оговорюсь, что я здесь не буду давать советы по обучению, на то есть профессионалы. Лишь поделюсь опытом. А летом , надеюсь Сема уже будет заниматься по-настоящему на Детском Дистанционном курсе.

Начну с того, что попытки научиться читать мы предпринимали давно. Разучили буквы, на занятиях с логопедом Семен их закрепил и отработал четкое произнесение звуков. А вот со сложением из букв слов были трудности. Точнее, как я теперь понимаю, трудности были с моими нервами, а Семен интуитивно все делал правильно . Он пытался именно из букв, а не по слогам сразу сказать слово (правда ошибкой было, что без диктора не по образцу). И конечно , это давалось с трудом ! Он не понимал, что это за слова, расстраивался! Я пыталась научить его тогда читать по слогам, это тоже было непонятно и чтение очередной раз, со слезами, откладывалось.

Потом я стала заниматься на Курсе, предложила Семе. Поначалу, он едва начав и прочитав первое предложение всего пару раз, говорил, что устал и больше не хочет... Читать в таких случаях не заставляла, но мотивировала. Объясняла, что сейчас его обеспечивают мама с папой и у него все есть, а потом, когда он станет взрослым и будет обеспечивать себя сам, его успех напрямую будет зависеть от его грамотности. примеров у нас вокруг полно - он видит, что приезжие из Средней Азии, если совсем не говорят, могут работать только уборщицами или чистить двор от снега, заодно проверяя. не выбросил ли кто в мусорный бак чего съестного или приличную одежду. А если ты можешь сказать : "Тавар па акцыы хатыты?" , - ты уже целый кассир в Дикси! Или "Какой ракавына будыт ставит?"- старший помощник прораба! Все! И жить всем аулом в неотресторированной квартире, заваривая "ароматный" Доширак. Какой уж тут конструктор Lego, трансформеры и мультики на планшете ? Хорошенько обдумав данную ситуацию, он подходил и говорил, что хотел бы позаниматься . Как-то в один из первых дней занятий заявил: "Мой мозг сопротивляется и хочет спать. отдыхать , лишь бы не заниматься" . Зная, что он не спит обычно днем, предложила ему поспать. Он лег в 6 вечера и действительно проспал до утра)))

Заниматься его не заставляю, но спрашиваю, не хотел бы он почитать с Шестовым? Сейчас уже не приходится, сам подходит с планшетом и говорит, что хочет почитать. Недавно даже поставил себе цель дойти до конца первой главы! Читает обычно , сколько сможет. до усталости. Не переходим к следующему отрывку, пока пройденное не будет прочитано вместе с диктором 3 раза. Он повторяет вслух и одновременно следит глазами по тексту, запоминая из каких букв и в каком порядке состоит то или иное слово.

На днях в детском саду ему подарили развивающую книжку с наклейками про Винни Пуха. И ему настолько не терпелось разобраться с ней и поиграть , что он сам прочел на 1й странице правила и еще пару страничек самой сказки. Конечно, не А4 и крупным шрифтом, но меня это просто поразило ! А вечером прочел бабушке по скайпу продолжение истории - несколько новых для него предложений с листа ! Читал, объединяя слова по 2-3, если читал слово отдельно , то не по слогам, а сразу целиком и довольно быстро !

Так что, его успехи будут еще гораздо значительнее и стремительнее моих )))

Добавили видео, Семка хотел поделиться своими успехами

## [#supremelearning#русский](#)

Вот какую публикацию я увидела, открыв сегодня ленту своих новостей ( а новости по телевизору не смотрю уже лет 10, там мало хороших и правдивых новостей )))

И вы хотите сказать, чудес не бывает ?

Мы на Курсе как раз заканчиваем чтение "Маленького принца" , и вот Вам привет от Антуана деСент -Экзюпери )))



### [Шедевры литературы | книги](#)

21 фев 2017 в 18:15

Молитва, написанная Антуаном де Сент-Экзюпери в один из самых тяжелых периодов его жизни. Она напоминает об очень важных вещах и глубоко затрагивает душу и разум.

«Господи, я прошу не о чудесах и не о миражах, а о силе каждого дня. Научи меня искусству маленьких шагов. Сделай меня наблюдательным и находчивым, чтобы в пестроте будней вовремя останавливаться на открытиях и опыте, которые меня взволновали.

Научи меня правильно распоряжаться временем моей жизни. Подари мне тонкое чутье, чтобы отличать первостепенное от второстепенного.

Я прошу о силе воздержания и меры, чтобы я по жизни не порхал и не скользил, а разумно планировал течение дня, мог бы видеть вершины и дали и хоть иногда находил бы время для наслаждения искусством.

Помоги мне понять, что мечты не могут быть помощью. Ни мечты о прошлом, ни мечты о будущем. Помоги мне быть здесь и сейчас и воспринять эту минуту как самую важную.

Убереги меня от наивной веры, что все в жизни должно быть гладко. Подари мне ясное сознание того, что сложности, поражения, падения и неудачи являются лишь естественной составной частью жизни, благодаря которой мы растем и зреем.

Напоминай мне, что сердце часто спорит с рассудком.

Пошли мне в нужный момент кого-то, у кого хватит мужества сказать мне правду, но сказать ее любя!

Я знаю, что многие проблемы решаются, если ничего не предпринимать, так научи меня терпению.

Ты знаешь, как сильно мы нуждаемся в дружбе. Дай мне быть достойным этого самого прекрасного и нежного дара судьбы.

Дай мне богатую фантазию, чтобы в нужный момент, в нужное время, в нужном месте, молча или говоря, подарить кому-то необходимое тепло.

Сделай меня человеком, умеющим достучаться до тех, кто совсем „внизу“.

Убереги меня от страха пропустить что-то в жизни.

Дай мне не то, чего я себе желаю, а то, что мне действительно необходимо.  
Научи меня искусству маленьких шагов».

Друзья, сегодня я хотела бы познакомить вас с одним легендарным человеком, о котором узнала благодаря курсу Родная речь.

Наш курс близится к завершению. В эти дни мы заканчиваем медленный тренировочный разбор " Маленького принца" и начинаем чтение этого произведения в исполнении диктора Алексея Борзунова.

Забегая вперед, скажу , прочтите и Вы.... И Вы будете плакать не только в последней главе от тоски по безвозвратно ушедшему единственному другу , но и в других главах - от умиления , от возмущения, от обиды , от трогательности момента, от того , что узнаете где-то себя Взрослого и вам станет горько или, наоборот , ностальгически счастливо, как в детстве )))

Итак, вчера один из наших самых активных и успешно занимающихся участников, Расул Кадиров , предложил обсудить такую тему , - почему для нашего курса Михаил Юрьевич выбрал именно это произведение ? И затем второй вопрос , почему именно версию начитанную Алексеем Борзуновым , легендой дубляжа ?

Выбор произведения мне казался само собой разумеющимся . Скажу лишь, что в наших многочисленных переездах я перевозила с собой, помимо профессиональной литературы, только две художественные книги. И одна из них - Маленький принц.

Что касается второго вопроса, он запал мне в память... Во-первых, не совсем понятный термин "дубляж" хотелось прояснить. А начав сегодня читать произведение с диктором, я в очередной раз заново открыла для себя многие моменты этой удивительной книги. И мне захотелось узнать об этом человеке. Ведь раньше я никогда не задумывалась о том, что в зарубежных фильмах/мультфильмах голос героя это не голос актера, играющего роль. А это голос невидимого Человека за кадром. Но как много оказывается , он значит для нашего восприятия и понимания образа героев ...

Предлагаю посмотреть вам последнее , как подведение итогов жизни, интервью этого тонкого интеллигентного образованного человека , редкого в наши дни представителя Тех послевоенных лет. Посмотрите, как достойно и как при этом просто он себя ведет, без лишней нервной жестикуляции, как красива, разнообразна, наполнена глубоким смыслом и свободна от всяких "паразитов" его речь! Задумайтесь о его словах, о том, что в нашей бесконечной спешке, гонке, а непонятно зачем. мы упускаем самое важное, самое ценное. Полюбопытствуйте, скольких полюбившихся вам персонажей озвучил за свою жизнь этот человек. И, немаловажно, аудиокниги для слепых!

И еще я под влиянием его голоса в ту же минуту , как он об этом говорил, почувствовала, как все мы в 90е годы моего детства всей душой погружались в Мыльную реальность "Богатых, которые тоже плачут", лишь бы уйти, не видеть того , что происходит в нашем Реальном мире.....

Добрый день друзья !

Ну что ж , настало время снова поделиться промежуточными результатами занятий по Курсу. А они превосходят все мои ожидания !

Во первых, напомню, что до курса я даже понятия не имела, как снимать видео ! Какая там уверенность перед камерой! Зато теперь, не идеально, но все же могу прочесть на приличной скорости за диктором, даже меняя голос по ролям !

Михаил Юрьевич часто говорит, Вы должны читать так, чтобы услышав сказку в Вашем исполнении дети в ужасе не разбежались ))) И для меня наивысшим признанием стало, когда я читала книгу по ролям в одном наушнике с диктором, так что слышен только мой голос, Сёмка просил, мама читай дальше, интересно !

Не смейтесь , но включив наш любимый мультик Peppa Pig после долгого перерыва на английском. Я вдруг поймала себя на том, что слышу и понимаю все , что говорят актеры до единого словечка !

А теперь , немного о том, что (а точнее, КТО) , едва ли не важнее приобретенных речевых навыков! А именно о Единомышленниках, общения с которыми так не хватает в современном мире ! Именно их я и приобрела в лице Участников нашей группы и это поистине бесценно ! Ведь с кем общается в нашей ежедневной гонке современный человек – в кругу своей семьи – тут единство и борьба противоположностей и творческие порывы , как правило не поддерживаются, если вовсе не высмеиваются; с коллегами, так их не выбирают; с

родственниками- они тоже у нас , какие есть, а не по интересам; изредка с закадычными друзьями , которые раскиданы жизнью по разным городам и странам, но при разговоре с которыми чувствуешь себя , как будто расстались только вчера ))) А о творчестве в основном, и подумать некогда и мы часто лишены общения с Единомышленниками. А ведь это Люди , которые имеют с нами много точек соприкосновения в Главном , в том , что мы любим и ценим – единый взгляд на ценности, во многом одни и те же книги , стихи , любимая Музыка, стремление к обучению языкам и еще много всего. Это люди, которые Вас понимают и поддерживают в ваших увлечениях с полуслова ! И в то же время они могут поделиться с Вами своей точкой зрения на те же вещи , но совершенно под другим углом . На примере нашего курса это особенно ярко видно, когда мы оставляем друг другу комментарии под очередным видео , снятом на заданную тему. Причем пишем не отписку из пары слов , а развернутый анализ не с целью указать на ошибки , показав свое превосходство, а с целью , разобрав в чем кроется причина ошибки и как ее исправить, помочь однокурснику двигаться вперед, достигать новых высот. Причем каждый замечает что-то уникальное со своей точки зрения. И это очень стимулирует рост как автора видео, так и того, кто пишет комментарий по отчету . ( Если кто-то из Единомышленников узнал себя в моем описании, откликнитесь )))

В качестве промежуточного отчета предлагаю два видео. Первое – отрывок, начитанный самостоятельно после чтения с диктором. Второе – читаю с диктором с наушником в правом ухе.

Я решила не писать отдельный пост, а поделиться своими впечатлениями о вчерашнем вечере здесь, в комментарии к посту, впечатленного до бессонницы от нашего совместного Творчества в живом эфире, (Расула))), чтобы наглядно было видно , какие мы разные, и все же Единомышленники ! Чтобы наглядно показать насколько разными могут быть взгляды, восприятия одного и того же события, всего лишь на ТРЕХ примерах! Насколько же СУБЪЕКТИВНА и УНИКАЛЬНА, у каждого человека своя, картина нашего окружающего мира!

Добрый день , Друзья !

Сегодня небольшой пост об одном важном компоненте, без которого прохождение мною курса Родная Речь не дало бы столь значительных результатов и изменений в жизни. Не исключаю даже , что без этого, я вполне могла бросить заниматься на полпути...

На размышления я наткнулась, наблюдая за поведением Серафима на вчерашнем утреннике в детском саду. Он внимательно изучал окружающую обстановку., следил за ходом концерта и к концу, по окончании двух последних номеров стал ХЛОПАТЬ В ЛАДОШИ вместе со всеми зрителями )))) .

Ребенок смотрит на мир распахнутыми глазами и моментально все впитывает, и копирует со 100 % точностью !!!! И происходит это БЫСТРО, НЕЗАМЕТНО и БЕЗБОЛЕЗНЕННО для него , как бы само собой.

Взрослый же человек , в большинстве своем, все новое пропускает через свою внутреннюю ЦЕНЗУРУ. Смотрит на мир сквозь призму своего нажитого опыта, ориентируется на общепринятое или авторитетное мнение. В том числе и поэтому, у взрослого при освоении нового навыка возникает масса сложностей : то или иное задание кажется ему ненужным, бесполезным или неправильным, он сам выбирает, что ему прорабатывать, что нет. В итоге, материал не усваивается в полном объеме и Взрослый не получает нужного эффекта от Курса или Тренинга, уходит разочарованным.

И я осознала , что при освоении чего-либо, особенно если мы действительно хотим добиться в своей жизни значительных положительных изменений и САМОСОВЕРШЕНСТВОВАТЬСЯ ПО МАКСИМУМУ , нам надо научиться ОТКЛЮЧАТЬ внутреннего цензора, научиться убирать лишние фильтры.

То есть, если вы уже нашли Учителя в методике которого верите, доверяете, понимаете, что она поможет вам достичь успеха, как и было у меня с методикой М.Ю. Шестова. Если Вы действительно нашли своего Учителя, Вы должны научиться ПРИНИМАТЬ, все что он вам дает БЕЗУСЛОВНО !!!! Выполнять ВСЕ задания , а не то, что нравится или кажется важным. Выполнять их ЧЕТКО по методическим указаниям. Стараться копировать, имитировать МАКСИМАЛЬНО ТОЧНО . И НЕ подвергать слова Учителя НИКАКИМ сомнениям !

Только при соблюдении этого условия вы можете рассчитывать на ГРАНДИОЗНЫЙ Успех, который превзойдет все ваши, даже самые смелые ожидания !!! )))

[#supremelearning#русский](#)

Добрый день, Друзья !

Прочтя вчера пост нашего Однокурсника Расула (он есть на моей стене) , я кроме всех важных моментов о которых в нем говорилось , отметила для себя следующий. Реальные изменения на уровне физиологии, которые произошли в организме в результате прохождения Курса. Хорошенько проанализировав этот момент. я удивилась тому как их много и сколь они значительны и не ожидаемы !

Начну непосредственно с речи. она стала разнообразнее. Стало проще формулировать и яснее высказывать свои мысли. Письменная речь тоже изменилась. и посты уже давно пишутся сходу ))) Заметила, что люди стали меня слушать с некоторым удивлением и непритворным интересом. Я стала осознанно менять голосовые характеристики в процессе разговора- с кем надо , построже, с другими -помягче и т.д. Дома стала открыто выражать свои эмоции. мнение по поводу разных ситуаций (кое-кто не считает это плюсом ))) . А раньше молчала, копила разрушительные обиды.

Я избавилась от привычки постоянно что-то точить (есть) . И осознала, что раньше постоянно хотелось что-нибудь съесть из-за недостатка духовной пищи. Сейчас, когда проснулся почти детский интерес к жизни, увлеченность, я стала меньше есть по количеству, совершенно незаметно и безболезненно, но при этом больше наслаждаться тем немногим съеденным. Как результат - потихоньку стал меняться в лучшую сторону внешний облик. уходить лишнее.

Это , конечно , и результат физических тренировок тоже. И в них тоже много открытий ! Я стала получать удовольствие от правильно выполненных движений, от правильных ощущений во время тренировок ! Удар рукой - прямой/боковой стал больше походить на удар, а не на плавное движение крыла птицы. Не хочется тянуть плечи к ушам. они расслаблены. Спина сама собой старается держаться прямо ! Почувствовала какие мышцы нужно задействовать в "планке" и она стала даваться легко, перестала напрягая и дрожа всем телом ждать, когда же это упражнение наконец закончится. И каждое движение хочется довести до совершенства четкости. скорости, красоты!

Даже произошли гормональные сдвиги в сторону большей женственности...

Вот вам и пища для ДУШИ !!! НАше развитие с вдохновением развивает нас всесторонне по всем направлениям )))

Дорогие Михаил Юрьевич, Ольга Игоревна, Кураторы , Однокурсники !

Сегодня это моя последняя публикация к Курсу Родная речь ! Но не последняя вообще- дальше публикации будут к Курсу Дистанционный ! Не будем останавливаться на достигнутом )))

Изначально, под занавес, планировала записать образец Устной речи, рассказать о Курсе. Но... уже несколько дней меня не отпускает ЭТО стихотворение .

От души посвящаю его Вам.... Думаю, каждый услышит нужное для себя....

PS : отдельная благодарность Расулу Кадирову за "состояние" . Без всякого преувеличения скажу, что кроме него никто в нашей группе пока не научился так чувствовать СЛОВО : где сказать мягче, где резче, где шепотом, где повысить где понизить интонацию, где сделать значительную паузу, а где сказать вскользь , скороговоркой ... Я присылала это стихотворение сначала в первой версии ему на корректировку и "утверждение" . Расул, еще раз от души благодарю и надеюсь , я тебя не подвела и в этот раз получилось так , как должно быть или хотя бы близко )))

Добрый день, друзья!

Давненько ничего не публиковала...

Весь Курс Родная речь прошла на эмоциональном подъеме , и тут, по окончании, неожиданно случился серьезно потрясший меня эмоциональный "откат"...

Я уже писала о том, насколько по-разному ...насколько каждый по-своему, воспринимает окружающий мир, одно и то же событие . Но , видимо, тогда еще сама до конца не осознавала всей глубины этого утверждения. А именно, не затронула один его аспект.... Насколько по-разному мы воспринимаем СЛОВО, одни и те же слова...

Задумайтесь об этом... и будьте аккуратны и бережны в отношении каждого слова, особенно произнесенного в адрес близкого вам человека.

Вы могли сказать легко , не подумав, а он воспринял его в совсем другой интонации , и вы тем самым причинили ему невыносимую боль ...

То же и в обратную сторону...

Вы могли воспринять сказанное или написанное Вам слишком легко, первый смысл который лежит на поверхности... И , еще усугубив, тут же неправильно и эмоционально, рубя с плеча, отреагировать... А Ваш собеседник при этом имел ввиду нечто совершенно иное, таящееся между строк.

Так что , Друзья, будьте внимательны, терпеливы и восприимчивы к своим близким и словам , которые Вы им говорите .

И еще... Если уж так случилось, - ляпнули невпопад . Извинитесь! Извинитесь сразу, как только осознаете !

Чтобы не было поздно... Чтобы не было потом долго мучительно больно обоим... Учитесь вовремя признавать и

сознаваться в своих ошибках (обращаюсь и к себе прежде всего). Близкий простит и поймет...

СЛОВО - очень мощный инструмент ! Одним, всего только одним, словом можно и окрылить и обезглавить ...