

## Ш. Фельдчер, С. Либерман

### 400 способов занять ребенка от 2 до 8 лет.



Воплощение идеи в книгу — очень сложный процесс. Без помощи Марон Ваксман, Роба и Ажошуа Камлан, Барри Ван Лейка и Анны Лангри мы не смогли бы до конца выполнить эту задачу. Бел содействия Кати Энджел, Мередита Янга. Аженет Мизопалко, доктора Р. Клементе, Мириам Эдельман, а также моей семьи, учителей и детей, тех, кто разделял наши идеи, эта книга получилась бы значительно хуже. Шарла выражает искреннюю благодарность семье Фельдшер—Бобби, Алану, Брайану, Аженни, Эрике, Карле, Шерри, Ажин, Ажеффри и Нейлу, а также семье Ступинэ — папе и Рут, Барри, Сьюзен, Эринс, Ажеффри, Лоран и Берни Роэенберг, Харви, Мэдди и Ажулин Ровински, семьям Хейзенс, Заренбежс, Кляйнберг — за реальную поддержку и понимание. Фринцику

Сакли, Бонни Кайе, Ажей Зельдин и Харрит Ровнер — огромная благодарность за их энтузиазм, мудрость и долгие годы дружбы.

Шарла имеет богатый и удачный опыт совместной работы с «Сезам Плейс», «Анхейзер-Буш Тим Парк», основанными детской телевизионной студией, где дети и их родители веселятся, играют и учатся в самой благоприятной атмосфере.

Сьюзен благодарит компанию «Сезнер Саммер Проджет», которая дала ей возможность основательно поработать над созданием этой детской программы.

## Вступление

### Время для развлечений

Маленькие дети — очаровательные, азартные и счастливые искатели приключений, стремящиеся познать мир. Эти любознательные непоседы не останавливаются ни на секунду: ведь все, что их окружает, — так интересно да и к тому ; доставляет массу удовольствий.

И конечно, своими открытиями очень хочется поделиться особенно с теми, кого больше всех любишь. Но, к сожалению папа очень занят на работе, а у мамы столько хлопот по дому, что совсем не остается времени на свое чадо. И все же мы уверены, что необходимо находить время и возможность для того, чтобы пообщаться с ребенком, любить его и чему-то научить.

Вы даже и не подозреваете, что всякий раз, когда ведете автомобиль, стоите в очереди или купаете малыша, вам выпадает прекрасный случай для приятного времяпрепровождения. Немного чувства юмора или фантазии — и ничем не примечательное занятие может превратиться в запоминающееся событие для ребенка и вам оставить только приятные воспоминания.

«400 способов занять ребенка» — именно та книжка, которая поможет вечно занятым мамам и папам. В этом путеводителе по миру развлечений они найдут сотни советов о том, как превратить довольно нудные дела в занимательные игры, и при этом научить чему-то своего малыша. Представьте, вы застряли на дороге в автомобильной пробке,

а вам надо как можно скорее попасть в магазин, добраться до дому и приготовить ужин. И, конечно, подступающий голод выводит вас из себя. Ваше беспокойство передается маленьким пассажирам. А транспорт, как назло, не двигается с места, йот тогда до и делаете попытку поиграть в игры. Например, в игру «Говори, как я». При этом вы начинаете вместе с детьми вслух читать стихотворение, предположим: «Жил-был у бабушки серенький козлик». Но не просто читать стихи, а немного дурачась: повышая и понижая голос, делая ударение на каждом третьем слоге, произнося его скороговоркой, с Придыханием, как любовные стансы, или с французским прононсом. И нет сомнений, что ваше раздражение постепенно перейдет в веселье.

В книге предлагается много вариантов для таких минутных развлечений и подается немало идей, которыми смогут воспользоваться даже самые занятые мамы и папы, дедушки и бабушки или воспитатели. Хоть раз заглянув в эту книгу, они непременно захотят, даже после самого трудного дня, найти время, чтобы доставить радость своим малышам и, конечно же, себе. Такие мгновения надолго остаются в памяти детей.

Родители постоянно сталкиваются с трудными житейскими проблемами. И на вопрос «Как дела?» мы часто слышим ответы: «Очень занят», «Устал», «Тяжко». При составлении этой книги, конечно, имелась в виду чрезмерная занятость родителей, однако учитывалось и их искреннее желание вырастить детей счастливыми и здоровыми, получая удовольствие от процесса воспитания. Ее основная идея — не изменить вашу жизнь, а помочь полноценно использовать то небольшое время, которое вы проводите с детьми. Предлагаемые занятия рассчитаны на детей от двух до семи с половиной лет, но многие из этих игр вполне могут заинтересовать детей более старшего возраста. Мы знаем, как малыши тянутся к людям, которых они любят - хоть минуточку, но побыть рядом. Относитесь к этому как к их признанию в любви. Радуйтесь этим мгновеньям, а еще больше — тому удовольствию, которое они получают от общения с вами. Мы же знаем, что это, увы, ненадолго - дети быстро становятся взрослыми и такими же занятыми, как мы. А пока они маленькие, им так хочется побыть «наедине» с вами «без посторонних глаз». Ведь только вы можете дать своему малышу «настоящее» общение. Когда же они вырастают, у них, как правило, появляются друзья, и тогда мы с огорчением замечаем, что теперь нам не хватает их общества.

Поэтому ловите момент, пока ваши дети, маленькие. Старайтесь не совершать ошибок. Наша забота о малышах длится не вечно, как, впрочем, и их бескорыстная любовь. Так не упускайте этот шанс — получить удовольствие, которым она может вас одарить. Найдите возможность насладиться этим неповторимым временем.

## **Очень просто и легко**

Эта книга адресована тем, кто окружает своей заботой ребенка. Родители, бабушки и дедушки, братья и сестры, учителя и приходящие няни могут пользоваться этим увлекательным способом без особых усилий. Кроме того, в эти игры дети могут играть между собой.

Книга имеет как бы двойное предназначение: во-первых, в ней предлагается бесценный запас игр на все случаи жизни — когда вам некуда девать свободное время и когда вы ограничены в нем, когда надо вести себя тихо и когда можно пошуметь, в помещении и на улице, в городе и за городом, для любого времени года дня. Здесь собрано более четырехсот приемов общения с малышами. Поэтому, прочитав книгу,

вы узнаете, как многие из нас занимаются со своими детьми, и, может быть, что-нибудь почерпнете для себя, например, на тот случай, когда путешествуете в машине, ожидаете официанта в кафе, стоите в очереди у прилавка, купаете детей и укладываете их вечером спать. Кроме того, вы узнаете как занять ребенка, если он заболел или просто хандрит «на погоду», или, когда в жару он становится раздражительным. А еще вы получите совет, что делать с малышом, если он любит «помогать» вам на работе, но не очень то – дома.

Еще одна цель этой книги – показать, как можно с пользой провести время, когда вы остаетесь наедине с ребенком. Предложенные здесь игры помогут вам чему-то обучить детей, создать психологический комфорт в семье, и мы надеемся, что с их помощью ваш дом наполнится радостью. Вы научитесь тому, как это можно все совместить, ибо основная идея этой книги – сделать вашу жизнь лучше.

И вы и дети можете испытывать радость при общении друг с другом. Это же так прекрасно, когда ребенок воспринимает родителей и других взрослых, как друзей, или любит вспоминать, как им вместе было хорошо и весело.

Участвуя в забавах малыша, вы оцениваете его способности, закладывая тем самым здоровую основу будущего взрослого человека. Однако не только полноценное развитие ребенка служит одной из главных идей книги, мы не должны забывать и о здоровье взрослых: все, что хорошо для детей, хорошо и для родителей.

Упражнения, приведенные в этой книге, как правило, просты, коротки и ясны. Взрослые лишь направляют и стимулируют развитие способностей ребенка в нужном направлении. Вот, например, одна из игр – «невидимый рисунок». В нее можно играть в поликлинике, ожидая приема врача. «Напишите» пальцем печатную букву или нарисуйте что-нибудь замысловатое на руке или ноге ребенка и попросите его угадать, что вы изобразили. Затем позвольте ему сделать то же самое с вами. Этой игрой вы сможете сгладить неприятную ситуацию, в которой находится ваш ребенок, и он, конечно же, оценит то внимание, которое вы ему оказали, когда он в этом нуждался.

## **Читайте это как кулинарную книгу**

У всех родителей в запасе есть целый арсенал игр и приемов, которыми можно воспользоваться, когда проявляется необходимость занять ребенка, и некоторые из них, предложенные в этой книге, возможно, вам хорошо известны. Правда, будучи сами родителями, мы обнаружили, что взрослые, имея в запасе несколько удачных игр, как правило, не стремятся придумать новые, а используют хорошо известные старые. Поэтому мы рассматриваем обучение через игру как своего рода огромный забавный мир и для родителей. Читайте это как кулинарную книгу, и вы найдете здесь нужный рецепт, как занять малыша и чем увлечь школьника. Прочитайте каждую главу книги и выберете, что вам по вкусу. Приступайте к делу – отмечайте места, которые заинтересовали вас, загибайте углы страниц или скрепляйте их скрепками. Это для вас пособие, и вы можете использовать его как будет угодно вам и вашему ребенку.

## **Обучение через игру**

Образовательная ценность упражнений порой не всегда очевидна, тем не менее, большинство из них направлено на развитие таких важных для вашего ребенка

качеств, как наблюдательность, критическое восприятие, воображение, любознательность и умение выражать свои мысли, то есть тех качеств, которые могут пригодиться ему в школе. Когда Шарла работала воспитателем в детском саду, она поняла, что если у детей хорошее настроение, она сможет их научить чему угодно. «Обучение было очень важной частью моей работы, но внешне оно выглядело веселой занимательной игрой. Мои ученики были уверены, что они просто играют, и никогда не подозревали, что их чему-то учат», - рассказывала она.

Вот пример одного из таких занятий. В феврале обычно один день посвящается Джорджу Вашингтону. Дети могут выучить стихотворение, а могут «быть» Джорджем и Мартой (Марта Дэндридж — жена Дж; Вашингтона) и изображать сцены из их жизни. Однажды заведующая, встревоженная шумом в классе Шарлы, зашла туда и спросила детей, чем они занимаются. «Мы маршируем во долине Форджа вместе с Джорджем, — объяснили они, — холодно, и у нас болят ноги, но мы не остановимся». Вот это урок!

«400 способов занять ребенка» — это сотни вариантов игр, которые будут интересны для всей семьи и поучительны для ребенка. Влияние игр на приобретение таких навыков, как чтение или счет, на расширение словарного запаса очевидно. Готовность к восприятию и познанию окружающего мира, умение рассуждать, улучшение моторики и координации движений приходят как бы исподволь. Но, начав заниматься с ребенком, очень скоро вы увидите, что он стал быстрее развиваться. Малыш начнет лучше ориентироваться в окружающей обстановке, научится сосредоточиваться, и у него по явится чувство независимости.

Много полезного дети получают от взрослых, которые могут открыть и объяснить «тайны», привлечь внимание к неизвестному. Ваш ребенок, например, смотрят на лист растения, можно показать ему жилки, форму и размер листа и какой разный он с каждой стороны на ощупь. Обращайте внимание ребенка на незначительные особенности каких-либо явлений и предметов. Способность ребенка к восприятию мира будет развиваться, если вы научите его замечать детали окружающей обстановки.

Эта способность очень важна для умственного развития малыша — ведь любознательность ребенка легко увлечь, если он научится внимательно наблюдать и оценивать явления природы. Самые крошечные и, казалось бы, незначительные дела могут поведать об очень многом. Например, возьмите картинку, изображающую дом на фоне деревьев и ребенка на крыльце. Спросите своего малыша, что он думает о картинке: старый ли это дом, много ли людей в нем живет, какое сейчас время года, какое время суток, чего ждет ребенок, кто в доме, долго ли ребенок здесь сидит. Используйте свои способности наблюдать и изобретать, чтобы ответить на эти вопросы, и наслаждайтесь игрой, изображая суперсыщиков. Маленькие дети очень отличаются друг от друга по степени развития и умению говорить. Некоторые малыши тараторят не умолкая и, кажется, не могут остановиться. Другие, наоборот, молчаливые. Очень часто при общении детей и взрослых преимущественно говорят взрослые. Однако крайне важно уметь слушать ребенка и вызывать его на разговор. Какие интересные, неожиданные и бесхитростные бывают порой высказывания детей. Их чистота и непосредственность восприятия может вернуть нам способность удивляться. Беседа с ребенком доставляет большое удовольствие, из нее можно многое узнать о том, как он воспринимает мир.

Еще одна прекрасная возможность обучения — постановка спектаклей. Находясь в домашней обстановке, ребенок, тем не менее, имеет возможность познакомиться с очень разными сторонами жизни и как бы подготовиться к новым ситуациям и обязанностям, которые могут встретиться на его пути. В театральном действии он становится деревом, доктором, слоном, великаном, космонавтом. Такое перевоплощение развивает интеллект, воспитывает способность сопереживать и понимать. Захваченный игрой в спектакле и проявляя активность, ребенок использует физические и умственные способности.

Каждый ребенок временами становится беспокойным. Как правило, вы можете заметить, когда это наступает. В нашей семье мы называем такое состояние эффектом сжатой пружины, то есть, если ничего не предпринять, чтобы приостановить нагнетание плохого настроения, это может привести к капризам или вспыльчивости ребенка. Когда ваш малыш находится в таком состоянии, попытайтесь развеять его; например, устроив какое-либо представление.

Это не требует специальных приготовлений или приспособлений. Попробуйте таким образом. Возьмите круглую резинку, покрутите ее, растяните и подбросьте в воздух, щелкнув ею. Затем попросите ребенка изобразить эти движения. Ему понравится изогнуться; подпрыгнуть, растянуться; а затем шлепнуться на землю, как подстреленному. Таким образом он может изобразить и прыгающий мячик, и одежду, крутящуюся в стиральной машине, и заводную игрушку. Похвалите его, чтобы у малыша появилось желание придумать еще какой-нибудь предмет для представления. При этом у него будет работать мозг, и его неукротимая энергия выйдет в нужное русло. Многие упражнения из этой книги способствуют развитию логического мышления у ребенка. Он учится определять вес предметов, сравнивать их размеры, узнавать назначение, устанавливать причинную связь между явлениями, угадывать мотивы и результаты. Малышам очень нравится изображать «живые весы». При этом ребенок становится, вытянув руки, и в каждой из них держит разные предметы. Опуская руку с более тяжелым предметом, он делает вывод и «создает концепцию». Иногда малыш может заранее отгадывать, какой из двух предметов тяжелее, чтобы затем подтвердить правильность своей догадки. Поинтересуйтесь, как он это определяет. Потом можно использовать настоящие весы, чтобы он проверил себя.

Маленький ребенок в основном познает мир через осязание. Он любит все потрогать, осмотреть, попробовать, понюхать и переставить с места на место. Простые игры помогут развить его способность осязать. Например, можно завязать ребенку глаза и дать ему потрогать различные предметы; пусть он распознает их. Поиграйте в игру со звуками: в соседней комнате издайте какой-нибудь звук и пусть ребенок угадает, что это было. А потом проверит и вас. В этой книге вы найдете упражнения, благодаря которым ребенок может выучить цифры и буквы, а также научиться различать фигуры. Для этого неплохо поиграть в «поиски сокровища», пытаться найти магнитную букву, спрятанную в комнате, или с помощью палочки от мороженого изобразить цифры и геометрические фигуры, или попрыгать по «классам», нарисованным на полу, или найти нужную букву на рекламном стенде.

Для малыша это игра, но, развлекаясь, он приобретает много полезных знаний. Педагоги называют это «подготовкой к чтению», и если вы отнесетесь к упражнениям

как к развлечению, не переживая за допущенные ошибки, малыш будет проделывать их с удовольствием.

Когда ваш ребенок познакомится с этими играми, они все больше и больше будут увлекать его, и он станет придумывать свои варианты, добавляя к ним новые детали. Так, в игре на тренировку памяти под названием «Что пропало?» на поднос кладутся мелкие предметы. Через несколько минут их убирают, и участники игры пытаются вспомнить все, что там было. Дошкольникам можно показать четыре-пять предметов, а потом они предлагают увеличить количество этих предметов до восьми-девяти. Эту игру можно усложнять по мере того, как подрастает ваш ребенок.

## **Каждый ребенок - художник**

Упражнения с использованием изобразительных средств встречаются во многих главах книги, поскольку изобразительное искусство оказывает сильное воздействие на развитие детского ума. Детское творчество как ничто другое передает мироощущение ребенка.

В выборе материала и предмета, изображения раскрывается внутренний мир ребенка. Его мысли — в его рисунках. Как только нам становится понятен этот язык, мы обретаем более тесный, контакт с ребенком. Взрослые порой недоумевают при виде листков с каракулями или с абстрактными, пейзажами. Не понимая рисунка, они спрашивают: «Что это?» И тогда художник испытывает разочарование. Чтобы избежать этого, достаточно сказать: «Как красиво! Расскажи мне об этом». Такое отношение к его творчеству дает ребенку возможность объяснить, что он видит сам, и способствует развитию описательного языка. Однако если взрослый будет задавать слишком много вопросов, не исключено, что ребенок тогда начнет усердно копировать какие-либо определенные предметы и тем самым потеряет способность к творчеству и наслаждению искусством как таковым. Это может привести его к разочарованию и подавлению художественного дарования.

Найдите способ похвалить ребенка, оценить его старания. Обсудите технику исполнения рисунка — цвет, прямые и кривые линии и его композицию.

## **Маленькие хитрости**

Маленькие хитрости помогают поддерживать интерес детей к игре. Попробуйте в каждую из них внести некоторое разнообразие, например, в процессе игры назначьте ребенка «судьей», который должен устанавливать, кто победил и время окончания игры, или предложите достать рукой макушку. В процессе занятий с детьми необходимо прибегать к различным уловкам. Ведь их используют и в телевизионной рекламе, чтобы заинтересовать покупателя, и в других рекламных объявлениях — все для того, чтобы овладеть нашим вниманием и побудить интерес. Когда вы предлагаете ребенку изобразить великана и сделать семь гигантских шагов, конечно, прежде всего он изображает великана, но при этом применяет свои математические и лингвистические навыки. Эта хитрость тоже позволяет привлечь его внимание. Если вы хотите, чтобы ребенок проявлял интерес к играм и увлекался ими, он должен действовать. Наблюдая за другими со стороны, малыш никогда не получит такого удовольствия и пользы, как если бы участвовал в событиях. Если вы видите, что ребенок скучает, предложите ему подпрыгнуть пятьдесят раз. Считайте вместе с ним, пока он прыгает. Хлопайте в ладоши, чтобы сохранить ровный темп. Присоединяйтесь

к ребенку и затем вместе упадите на пол! Другая уловка, позволяющая избавить его от скуки, это предложить ему какой-нибудь текст произносить шепотом или высоким, а затем низким голосом, быстро или медленно, или пусть он придумает свою манеру речи. Обучение — это увлекательная игра, особенно если учитель — ее активный и заинтересованный участник.

## **Радость познания**

Не забывайте, что игры, предлагаемые в нашей книге,— это только рекомендации, не злоупотребляйте ими. Эти простые упражнения предназначены для малышей:, которые еще не умеют долго концентрировать внимание. Главная цель этих игр в том, чтобы ваш ребенок испытывал радость от них, веселился и развивался творчески. Обучение должно происходить не навязчиво, если ребенку занятия доставляют удовольствие, его интерес к ним будет возрастать. Однако если на неподготовленного ребенка сразу обрушить поток информации, он не сможет ее переварить. И еще надо учитывать то, что как бы родители ни усердствовали, дети не всегда готовы к обучению. Это вовсе не означает, что они несообразительные или слабоумные ученики, просто способность к обучению проявляется у разных детей по-разному, и часто ребенок предпочитает заниматься тем, что представляет для него больший интерес и важность. Когда ваши дети станут взрослыми, никому не будет интересно знать, как долго они учились читать и считать до трех, и были ли они первыми или последними в группе, завязывая шнурки на ботинках.

Как вы увидите в последней главе книги, средством обучения, доставляющим радость, может стать подарок. Лучший подарок, который вы сможете сделать ребенку, — это тот, который поощряет его творческие способности. Самодельные сумки, наполненные неожиданными вещами, могут вызвать бурное веселье, как бы между прочим, послужат источником званий. Маленький деловой портфель с печатями, штемпельными подушечками, старыми чеками, визитными карточками, квитанциями и ручками захватит воображение ребенка и может оказаться хорошим подарком. Коробка со старыми шляпами, шелковой накидкой и белыми перчатками может превратить обыкновенную маленькую девочку в героиню театральной пьесы; она обрадуется подарку и долго будет пользоваться им. Ваши «дары» должны стать творческим импульсом для ребенка.

## **Для всех семей**

Мы надеемся, что каждая семья захочет воспользоваться возможностью заложить фундамент любви, сопереживания и веселья, которые станут источником радости на всю жизнь. Не упускайте случая пообщаться с ребенком и найдите в себе силы сказать ему: «Хорошо, давай поиграем». Ознакомившись с различными вариантами игр, изложенными в этой книге, относитесь к ним как к советам, но главный из них — избегайте командного тона с детьми. Если у вас что-то не получается, не настаивайте на своем. Однако, если дела идут хорошо, то вас ожидают прекрасные открытия, и в вашем доме всегда будет раздаваться смех, вы научитесь импровизировать в общении с ребенком, а он, в свою очередь, будет гореть желанием учиться. Мы надеемся, что результат не заставит себя ждать и с каждым днем будет все заметнее.

## **Важный совет**

Предложенные в книге упражнения выполнить легко и просто. Все, что требуется – так это присутствие ребенка, взрослого и желание развлекаться. Правда, иногда необходим и дополнительный материал, чаще всего это пуговицы или резинки, цветные карандаши или подушки, которые всегда есть у вас под рукой. Однако для удобства в конце этой книги дается перечень «ингредиентов», используемых в занятиях. Может быть вам захочется сложить все эти вещи в отдельной коробке и держать их там до тех пор, пока однажды они не пригодятся.

## **ГЛАВА 1. ИГРЫ В ДОРОГЕ**

**Запиши рассказ на пленку**

**Помашите рукой, если вы знамениты**

**Первая буква**

**Приметы времени**

**Сложные слова**

**Вспомните какой-нибудь случай**

**Угадай мою песню**

**Что я вижу?**

**Быстрая зарисовка**

**Хор в автомобиле**

**Говори, как я**

**Подбери мелодию**

**Печальный вид**

**Систематика**

**Эхо**

**Бабушкин сундук**

**«Т» - слова**

**Сочини стишок**

**Угадай, что это**

**Счет в дороге**

**Я знаменит**

**Номерной знак**

**Как мы слышим буквы**

**Путешествие «куда-нибудь»**

**Кассета со сказкой**

**Пицца в машине**

**Слова по алфавиту**

**Сладкие бусы**

**Направления**



## **Пространственные отношения**

### **Кто увидит первым**

#### **Пальцы - куклы**

Путешествие в автомобиле или на самолете ограничивает маленькому непоседе возможность двигаться; и поскольку «действовать» — естественное состояние малыша, то ему бывает так трудно усидеть в ограниченном пространстве, да еще «смирно». Взрослым приходится быть особенно изобретательными, занимая ум ребенка, когда его тело пристегнуто ремнями безопасности. Поэтому для того, чтобы развлечь малыша, возьмите с собой в дорогу сумку, положите в нее несколько маленьких игрушек, куклу, одевающуюся на пальцы, игрушечный самолет, стеклянную призму (которая предназначена для детей постарше) и кассетный плеер с записями нескольких сказок или песен. Чтобы содержимое сумки вызвало интерес ребенка, положите в нее и необычную игрушку — «волшебную» грифельную доску, маленькую доску для мела или несколько игрушечных персонажей из сказок. А для детей постарше придумайте простые «волшебные» фокусы. Дети часто испытывают голод во время длительных поездок в автомашине. Чтобы они перестали хныкать и капризничать, предложите им еду, которая есть под рукой. Правда, лучше будет если вместо привычных леденцов вы возьмете с собой пакетики изюма, сыра, крекеров и сухих завтраков.

Путешествие в автомобиле (в автобусе, на корабле, в поезде, на самолете) представляет прекрасную возможность для наблюдения за окружающим миром. Предложите детям описать подетально все, что они видят, особенно то, что легко можно пропустить: цвет облаков, птиц, сидящих на столбах, длину тени в зимний день. Придумывайте истории о людях, едущих в других машинах, или о пешеходах. Если вам стало неинтересно наблюдать за тем, что происходит снаружи, займите ребенка играми. Советы, предложенные здесь, — это то, с чего можно начать. Постарайтесь придумать и другие занятия, и, если ребенку будет интересно, дорога покажется более короткой.

### **Запиши рассказ на пленку**

Возьмите с собой в машину магнитофон и пустую кассету, тогда в пути ваш ребенок сможет записать на пленку свой «радиорассказ». А чтобы обеспечить творческий процесс, сначала подскажите место, где может происходить действие, — лес или берег моря. Потом помогите выбрать героев рассказа. Можно начать так: «Однажды, гуляя в лесу, я увидела огромного, большого и пушистого...», а дальше пусть ребенок продолжит сам. При этом не забудьте вовремя включить магнитофон. Когда малыш закончит свою историю, выключите магнитофон и задайте ему вопросы к тому, о чем он уже рассказал. Пусть время от времени рассказчик перематывает пленку и слушает ее сначала. Если в машине несколько детей, они могут создавать одну общую сказку по очереди. Каждому из них надо выделить для рассказа определенное время, но так, чтобы ожидание не стало утомительным.

Продолжайте рассказ в течение нескольких путешествий, или каждый раз можно придумывать новый. Некоторым детям нравится сам процесс — записывать истории на пленку, но потом они теряют к ним интерес. Другие с удовольствием не раз слушают свои сказки перед сном или в какое-нибудь другое подходящее время.

Эта затея семьи Шлессингер может понравиться всем, независимо от возраста. Вам удастся рассмешить своих пассажиров всего лишь одной простой надписью «Помашите рукой, если вы знамениты». Лучше ее написать огромными буквами на картонке или на большом листе бумаги. Пусть дети держат плакат в окне и забавляются тем, как реагируют на него окружающие.

## **Первая Буква**

Во время долгой поездки можно поиграть в «первую букву». Предложите вашему ребенку придумать слова, которые начинаются с той же буквы, что и его имя. Подскажите ему несколько примеров. Если вашего ребенка зовут Мария, то можете спросить ее: «Как ты думаешь, кто такой папа? Он не женщина, а...» Или: «Под капотом автомобиля есть предмет на букву „М“, который заставляет машину двигаться. Это...». Спросите ее: «Кто управляет поездом? Что ты добавляешь в сухие завтраки?»

Когда иссякнет запас слов на «М», можно перейти к любой другой букве.

## **Приметы времени**

Детей, еще не умеющих читать, можно занять изображениями на рекламных стендах. Обратите внимание ребенка на эти «картины», когда вы проезжаете мимо, и попросите назвать товар, изображенный на них. Некоторые дети любят напевать рекламные песенки из телереклам. Поговорите о том, какими из рекламируемых товаров пользовался ваш ребенок на этой неделе, и какими — вся семья. Не забудьте про хлеб, хотя его и не рекламируют.

Дети, которые учат буквы, могут находить их в надписях, мимо которых вы проезжаете. Более старших детей можно занять таким упражнением: кто быстрее назовет все буквы алфавита. А если ребенок начнет читать рекламные надписи, у него появится прекрасная возможность продемонстрировать знание букв, звуков и слов.

## **Сложные слова**

Слова — это щедрый дар детям. Чем богаче их словарный запас, тем скорее они научатся воспринимать сложные мысли и чувства. Ограниченное пространство машины может быть удобным местом для игры в слова. Одна из игр, помогающих пополнить словарный запас ребенка, заключается в поиске сложных слов. По пути следования вы непременно встретите бензоколонку, автомашину, молокозавод. Может быть, вы увидите вертолет, самолет, спортплощадку, пароход, самосвал, водопад, автовокзал, аэропорт. При этом можно поговорить о том, как из двух слов образуется одно сложное. Может быть, вы проедете мимо автостоянки, телебашни, небоскреба. Выглянув из окна, обратите внимание детей на телефонную будку, на грузовой фургон, а на перекрестке, притормозив, на вереницу машин. Затем вместе с детьми назовите их сложными словами: телефон-автомат, грузовик, автоколонна.

Кроме сложных слов существуют устойчивые словосочетания, когда два слова обозначают один предмет. Например, телефонная будка, многоквартирный дом, пешеходная дорожка, милицейский пост, рекламная тумба. Постарайтесь объяснить ребенку, что для обозначения этих понятий необходимо именно одновременное употребление двух слов; нельзя, к примеру, сказать только «телефонная», потому что

это может быть и станция, и трубка, и служба; если же оставить только слово «будка», то можно подумать и о собачьей. Пусть ребенок сам постарается поиграть словами, дополняя по очереди первую и вторую части подходящими значениями.

Для младших детей упражнение может быть попроще: попробуйте произносить слова по слогам. При этом делайте ударение на каждом слоге. Пусть ребенок повторяет за вами, а затем вместе посчитайте количество слогов. Он узнает, что в слове ав-то-мо-биль больше слогов, чем в слове са-мо-лет или ра-ке-та.

### **Вспомни какой-нибудь случай**

Вспомните какое-нибудь недавнее событие, в котором вы участвовали вместе с ребенком: как вы навещали любимую тетю, как праздновали день рождения или как ходили в магазин за покупками. По очереди рассказывайте, что вы видели и что делали. Ваш ребенок может начать так: «Когда мы были в гостях у тети Джейн, я играл вместе с Крейгом и Тоддом в поезд». Вы добавляете: «А тетя Джейн приготовила французские тосты», и еще ваш сын вспомнит: «А ты пролила сироп на свою блузку».

Припоминайте по очереди как можно больше деталей до тех пор, пока уж совсем нечего будет добавить. После этого выберите другое событие.

### **Что делать, когда плохое настроение**

**Если ваш ребенок хочет рассказать о каком-то неприятном случае, выслушайте его до конца, а потом спросите, как ему следовало поступить, чтобы не случилось этой неприятности.**

Вспоминайте события, которые произошли совсем недавно. Не стоит углубляться в далекое прошлое, за исключением, конечно, какого-то особенного случая. Не корите ребенка за то, что он забыл моменты, которые вам кажутся важными. Будьте уверены — когда-нибудь он четко будет помнить то, о чем вы совершенно позабыли.

### **Угодой мою песню**

Напойте первую строчку песни, которая наверняка известна вашему ребенку. Если он узнает ее, пусть споет следующую. Если не узнает, продолжайте свое занятие вокалом, пока он не вспомнит. Ребенок поддержит вас, как только поймет, какую песню вы выбрали. Затем наступает его очередь проверить ваш музыкальный слух.

### **Что я вижу?**

Обратите внимание ребенка на то, мимо чего вы проезжаете. Пусть он поможет вам описать городские и загородные пейзажи, проплывающие за окном. Каким-либо возгласом отмечайте появление необычных предметов, таких, как крепление на телефонных столбах, машину с вмятиной, стоящую на обочине, спортивные тапочки, висящие на проволоке, и при этом задавайте вопросы. Например: Давай посчитаем, сколько детей в группе? Здесь больше старых или молодых людей? Посмотри на деревья: они одинаковые? Чем различаются? Сколько церквей (кафе, коров, пожарных станций, библиотек или аптек) ты можешь насчитать?

Старшим детям можно задать вопросы, ответы на которые требуют анализа: «Как ты думаешь, почему машины наносят вред окружающей среде?», «Почему высокие дома строить выгоднее?», «Чем отличаются дома в центре города от домов на окраине?»

## **Быстрая зарисовка**

Предложите вашему ребенку стать художником: пусть он нарисует несколько картинок, изображающих то, что он видит из машины. Дайте ему бумагу и карандаш. Если предстоит долгая поездка, приготовьте несколько цветных карандашей, фломастеров или мелков. Неплохо было бы держать в багажнике не только запасное колесо, но и блокнот с коробкой цветных карандашей, если, конечно, вашего ребенка не тошнит в машине.

### **Совет путешественника**

**Неплохо было бы держать в багажнике еще и пластмассовый поднос. Он может пригодиться в том случае, если вашего ребенка осенит что-нибудь написать или нарисовать — поднос может послужить хорошим столом для рисования.**

Если ваш ребенок усидчив и любит старательно выводить детали на своем рисунке, расспросите его о каждой из них. Есть ли там деревья у дома? Есть ли на небе облака? Что это за люди изображены на картинке? Однако, когда у вашего ребенка иссякнет терпение или он попросту непоседа, посоветуйте ему во время путешествия делать небольшие зарисовки увиденного: пусть на одном рисунке будут дома, на другом — машины, на третьем — люди, на четвертом — деревья и небо и т. д. Если же ваш ребенок фантазер, предоставьте ему возможность положиться на собственные впечатления и отразить их в рисунках.

### **Не забудьте**

**Даже если дорога в путешествии была нелегкой и вы приедете поздно, не забудьте найти время, чтобы взглянуть на рисунки, а затем бережно отложите, сказав ребенку, что потом, дома, вы подробно рассмотрите их.**

## **Хор в автомобиле**

Поскольку вы едете в собственной «колеснице», вы можете петь, раскачиваясь в такт мелодии. Каждый выбирает популярную песню, которую могли бы петь все вместе. Если в машине несколько человек, то «хор» можно разделить на две или три группы. Автомобиль — прекрасное место, где можно научить детей песням своего детства или родителям познакомиться с песнями, которые поют в школе. Если вам нравятся песни из музыкальных фильмов, прослушивайте их записи и вместе учите слова. Напевайте мелодии из любимых телепередач. Учите вашего ребенка песням, которые любите вы, и в свою очередь запоминайте его любимые песни.

### **Совет меломанам.**

**Если у вас в машине есть магнитофон, поставьте записи детских песен или ваших любимых народных песен и подпевайте им. Конечно, можно обойтись и своими силами, а еще интереснее будет, если вы возьмете в машину пустую кассету и запишите ваше хоровое семейное исполнение.**

## **Говори, как я**

Поразительно, какого эффекта можно достигнуть, произнося одно и то же в разной манере. Ребенок, изменяя свой голос, легче усваивает различие звуков. Попробуйте так. Повторите алфавит или прочитайте детские стихи обычным голосом. Затем

измените манеру речи: говорите очень быстро или очень медленно, высоким тонким голосом или глубоким басом, постоянно останавливаясь на разных слогах или делая ударение на каждом третьем слове и т. д. Пусть ребенок подражает вам, точно повторяя то, что слышит. Большинству детей нравится' играть в слова, изменяя голос. Так они познают мир слов и язык. Например, простым изменением интонации можно детский стишок «Мой веселый звонкий мяч, ты куда помчался вскачь» читать как лирическое стихотворение, или как страшную историю, или как политическое воззвание. Попробуйте декламировать с французским прононсом, или грассировать по-немецки, или отрывочными слогами подобно китайцам, или же, меняя «е» на «э», как южане.

## Подбери мелодию

Попробуйте использовать любимые мелодии для ваших семейных песен. Если вы, например, едете к тете Бонни, у которой есть толстая, пушистая кошка по кличке Далила, можно позаимствовать мелодию из песни «В лесу родилась елочка» со словами:

**А у Далилы-кошечки  
Полоски хороши,  
Живут в полосках блошечки.  
Чеши ее, чеши!**

Возьмите любую песню и меняйте слова, как хотите, так, чтобы получилась ваша собственная песня. Наверное, некоторые из них вам покажутся забавными и станут любимыми в вашей семье. Наиболее удачные запишите на магнитофон, чтобы не забыть их.

## Печальный вид

Выгляните в окно и посмотрите на окружающий мир критическим взглядом. Каждый раз, когда кто-нибудь из вас заметит нечто, портящее красоту пейзажа, или вредное для здоровья, объявляйте: «Загрязнение» — и объясняйте, что именно. Это может быть замусоренная улица, удушающие выхлопные газы грузовика, дымящая фабрика. Обсудите причину загрязнения. Сравните степень загрязненности в районах, через которые вы проезжаете.

**Если вы горите желанием помочь природе, неплохо было бы, путешествуя на машине, время от времени делать небольшие остановки, чтобы очистить от мусора хотя бы те места, которые показались вам особенно привлекательными.**

## Систематика

Предложите всем сидящим в машине наблюдать из окна за объектами одного вида. Это могут быть собаки, деревья, цветы, дорожные знаки, грузовики, учреждения и т.д. Всякий раз, когда кто-нибудь из вас замечает объект этого вида, он называет и показывает его. Каждый пытается определить его отличительные особенности. Если вы выбрали собак, необходимо установить, какой она породы — пудель, колли или дворняжка. Если это здания, то назовите их назначение — библиотека, почта, больница или школа.

Лучше всего в эту игру играть с детьми старшего возраста, но не менее интересна она и для взрослых. Особенно удобно в нее играть, когда машина движется медленно. Конечно, вам не очень-то захочется разбираться в породах собак или читать надписи на зданиях, если идущая впереди машина постоянно тормозит перед вами.

Чтобы внести разнообразие, можно написать название выбранного объекта на бумаге в верхней части листка, и пусть ваш ребенок нарисует внизу картинку. Предложите ему делать отметки о каждом виде объекта, который вы увидите. Потом можно выбрать другие предметы для наблюдения и нарисовать новую картинку. К концу поездки вы будете знать не только количество, но и многое другое о том, что вам встретилось в пути.

И все эти путешествия останутся в семейной памяти как «поездка с коровами» или «путешествие по церквам».

## Эхо

Повторите какой-либо звук несколько раз. Можно слегка постучать по стеклу, пощелкать языком, повторить один слог (ла-ла-ла), потопать ногой и т.д. Пусть ребенок внимательно слушает и считает, сколько раз вы это проделали. Затем он должен повторить звук, подражая вам. Потом его очередь издавать звуки, а вам нужно сосчитать и повторить их. Наберитесь терпения, если ребенок делает что-то неправильно. Помните, что это не экзамен на его способности, а всего лишь игра, и чем больше вы упражняетесь, тем лучше он станет различать звуки.

## Бабушкин сундук

Эта веселая игра укрепляет память и помогает сосредоточиться. Кто-то начинает говорить нараспев: «Я пошел на чердак и нашел...» — и называет любой предмет, какой захочет. Это может быть реальная вещь, а может быть и выдуманная. Например: «Я пошел на чердак и нашел фиолетовую собаку в желтую полоску (или подводную лодку, плавающую вверх дном, золотые карманные часы, трех марсиан, однурукую куклу)».

Второй повторяет: «Я пошел на чердак и нашел...» При этом он должен назвать предмет, который выбрал первый участник игры и добавить свой, продолжая рассказ. И дальше каждый следующий игрок повторяет все, что было сказано предыдущим, и прибавляет свое. Посчитайте, сколько предметов вы можете запомнить в последовательности к моменту завершения игры.

Разновидность этой игры — «дедушкин рассказ». Здесь тоже надо называть предметы, но только по алфавиту. Например: «Когда Джейн пошла на чердак, она нашла антилопу, а я нашел бабочку». Затем следующий игрок повторяет слова на «а» и «б» и добавляет слово на «в».

## Совет путешественника

**Придумайте сами упражнение для тренировки памяти, где последовательно перечисляются предметы и при каждом повторении добавляется новый. Призовите на помощь свою фантазию. Например, «я попал в странный зоопарк, где увидел крошечного красного слона, змею, одетую в ночные шлепанцы, коротышку-жирафа и т.д».**

## «Т»-слова

По очереди выбирайте любую букву и, выглядывая из окна машины, ищите объекты, начинающиеся на нее. Если ребенок еще только учит буквы, помогите ему.

Когда в машине есть ребенок постарше, он может записывать названные слова, а дети помладше — рисовать предметы, которые они видели.

Попробуйте начать игру с буквы «Т» и внимательно следите из окна за транспортом, такси, тракторами, телефоном, трубами, трассами, троллейбусами, трамваями. Школьник может заметить также: трейлер, товарный поезд, театр, таксу, талон, толпу. Если иссякли все «Т», встречающиеся вам на пути, то можно называть любые другие слова на эту букву: танец, тапочки, тарелка, творог, телевидение, телега, теленок, телескоп, тело, темп, температура, теннис, тень, теплота, термометр, территория, тесто, тетрадь, тигр, товар, тема, темнота, тина, толчок, тормоз, толстяк, трещина, томат, топор и т.д.

Начните с поиска десяти слов на букву «Т» и попытайтесь побить свой рекорд. Затем попробуйте сделать то же с другими буквами.

### **Сочини стишок**

Начните с простого односложного слова, такого, как, например, «кот» и по очереди добавляйте существительные в рифму: год, рот, крот, мед, лед, свод. Затем попытайтесь сочинить четверостишие, приблизительно такое:

**Не кусай меня пчела,  
Расскажи мне, как дела.  
На прощанье сделай круг  
И лети на пестрый луг.**

Затем посмотрите, что получится с вашим стихотворением, если скомбинировать те же слова в другом порядке:

**Прожужжала мне пчела:  
«Хороши мои дела:  
Я кусаться не хочу,  
Лучше к лугу полечу».**

Если даже вы не уверены в поэтическом даре вашего ребенка, все равно надо дать ему шанс. Ведь и взрослые с их большим запасом слов пишут иногда такие глупости.

### **Угадай, что это**

Может быть, и вы играли в эту простую игру со своими родителями, а они со своими. Задумайте какой-нибудь предмет и попросите ребенка угадать, что это такое. Предложите ему одну подсказку. Если он не отгадает, подскажите еще раз. Продолжайте помогать ему до тех пор, пока он не назовет вещь правильно. Чтобы облегчить задачу, можно описывать признаки предмета и то, как его используют. Например, если вы выбрали для загадки руль автомобиля, первой подсказкой может быть: «Это что-то круглое». Затем: «Оно помогает направить машину в нужном направлении». Третья подсказка: «К нему прикасается водитель». Затем: «Мне нужно держать его, когда я веду машину». Сначала ваши описания должны быть простыми и конкретными для того, чтобы ребенок мог легко угадать предмет. Когда он приобретет опыт в этой игре, предмет можно описывать более завуалированно и давать

детальные описания только по необходимости. Задавайте такие загадки друг другу по очереди.

## **Счет в дороге**

Если вашему ребенку не терпится поскорее доехать, пусть он считает какие-нибудь предметы по пути следования. Можно подсчитать, сколько встретится светофоров с красным светом, сколько перекрестков находится на расстоянии от дома до поворота на шоссе или от школы до универсама. Предложите ему такую игру: кто досчитает до большего числа пока вы проедете от одного светофора до другого или сколько песен вы сможете пропеть до следующего поста ГАИ.

## **Я знаменит**

Это вариант хорошо известной старой игры «Двадцать вопросов»; разница лишь в том, что все вопросы относятся к выдающейся личности. Кто-то говорит: «Я знаменитый человек. Угадай, кто». Другие участники игры задают наводящие вопросы, чтобы определить «кто он», причем ответами могут быть только «да» и «нет».

Например, вы не можете спросить: «В каком кинофильме I вас показывали в прошлом году?» По правилам только так: «Вас показывали по телевидению в прошлом году?», «Это было смешно?», «Это было серьезно?» и т.д.

По традиции можно задать только двадцать вопросов, чтобы угадать, о ком идет речь, но можно продолжить игру. Для этого «известная личность» должна дать вам три подсказки, и вы задаете еще двадцать вопросов. Можно придумать и любые другие правила.

## **Номерной знак**

В любой стране дети играют с надписями на номерных знаках автомобилей. Вот варианты этих игр:

- дуплеты и триплеты — ищите буквы и цифры, которые повторяются на знаке;
- государства — посмотрите, сколько номерных знаков различных государств вы сможете обнаружить;
- необычные номерные знаки — ищите знаки с интересным сочетанием букв, выберите из них самые забавные и попытайтесь понять, что они означают;
- 21 — ищите номера, сумма цифр которых равна двадцати одному или любому другому числу, которое вы при думаете;
- алфавит — находя буквы на номерных знаках, называйте их в алфавитном порядке.

## **Как мы слышим Буквы**

Пока младшие дети играют в номерные знаки, вы можете с помощью другого упражнения развивать у старших способность различать буквы на слух. Для этого кто-то из вас называет слово, а другой должен назвать слово, которое начинается с последней буквы предыдущего. Например; слон, носорог, гиена, аист. Играйте по кругу против часовой стрелки. Предложите детям назвать 5 слов за 60 секунд или 10 слов за 2 минуты. Затем проверьте себя — получится ли это у вас быстрее.

## **Путешествие «куда-нибудь»**



Вообразите, что вместо работы или магазина вы вместе с ребенком отправляетесь «куда-нибудь». Решите, куда бы вы хотели отправиться, что вам нужно взять с собой и что вы будете там делать. Упакуйте воображаемый багаж для путешествия «куда-нибудь» и представьте, какие развлечения вас там ждут. Вместе придумайте подробности путешествия и что вы там увидите.

### **Совет путешественнику**

**Иногда вам приходится ехать по оживленной автомагистрали, что требует спокойствия и полной концентрации вашего внимания. Чтобы занять на это время ребенка, возьмите с собой песочные часы на 2—3 минуты. Если движение на дороге интенсивное или вы утомлены, дайте ребенку эти часы и попросите его сидеть тихо, пока песок пересыпается вниз. Если необходимо, пусть он перевернет их и подождет, пока песок пересыплется снова.**

### **Кассета со сказкой**

Поездка в автомашине предоставляет счастливую возможность общения с ребенком, однако бывают моменты, когда ситуация на дороге требует всего вашего внимания. Ребенку трудно усидеть спокойно, пока вы сосредоточенно ведете машину. В такие моменты дайте ему плеер с наушниками. Пусть он слушает записи, которые вы сделали, купили или взяли в фонотеке. Но позднее обязательно найдите время, чтобы поговорить о том, что он слушал.

### **Пицца в машине**

Если вы собираетесь, приехав домой, пообедать или поужинать, а долгая дорога утомила вас, лишив аппетита, то, еще находясь в машине, можно его возбудить. Подумайте, что бы вы хотели съесть; скажем, ваш ребенок выбирает пиццу. Начинайте «готовить» воображаемую пиццу прямо в машине. Спросите его, что для этого надо. Если он скажет, что нужно взять тесто, то поинтересуйтесь, как он собирается приготовить его. Поговорите о том, из чего делают томатную пасту, как тереть сыр и как получить сушеные приправы.

### **Забота о меню**

**Поберегите ваши вкусовые рецепторы. Не готовьте в воображении пиццу в тот день, когда вы собираетесь подать на обед рыбу с пюре.**

Если ребенку понравилось готовить в машине, доведите дело до конца, и приготовьте настоящую пиццу дома, и конечно, с участием вашего маленького помощника, при этом вспоминая с ним о том, что вы обсуждали в машине.

### **Слова по алфавиту**

Если ваш ребенок начинает читать, то есть уже хорошо знает алфавит, он готов для этой игры. В нее с удовольствием играют и взрослые, и охотно включаются старшие дети, помогая маленьким. Эта игра предназначена для целой команды.

Выберите какой-либо вид предметов, одушевленных или неодушевленных, — это могут быть животные, знакомые люди, предметы одежды или места, куда можно пойти. Затем назовите слова из выбранной категории в алфавитном порядке, например: антилопа, баран, волк, гиена... Маленьким детям можно подсказать. Смысл игры заключается не только в том, чтобы развлечься, но и выучить буквы, звуки,

слова. Если в машине есть дети постарше, вы можете играть в эту игру двумя командами. Вначале младший называет антилопу, затем старший назовет других животных на «А», например, акула или аллигатор. Взрослый тоже может играть или помочь каждому из детей. Если не удастся быстро найти слово, не задерживайтесь, продолжайте дальше, не заставляя детей скучать.

### **Домашнее задание**

**Когда вы вернетесь домой, выберите какой-нибудь предмет или животное, о котором не знает ваш малыш, и почитайте о нем в книжке. Вам тоже будет интересно.**

### **Сладкие Бусы**

Полка универсама предлагает больше, чем просто пищу. Это богатый материал для разных занимательных поделок. Например, купите сухой завтрак «Колечки». Из этих вкусных кружочков могут получиться отличные бусы и браслеты. Привяжите конец нитки к столу, и пусть ваш ребенок, соединив потом концы нитки, сделает из этих кружочков длинные бусы. Затем положите бусы в пластиковый пакет до следующей поездки в машине. А тогда наденьте их ребенку на шею, и пусть он грызет их, когда захочет.

### **Направления**

Если ваш ребенок пытается выучить, где право, а где лево, помогите ему, посвятив пять минут игре в «Направления». Заниматься этим можно только на спокойных участках дороги и, конечно, не на середине шоссе. Пусть он управляет движением вашей машины, подавая команды «вправо» и «влево». Если он, подняв левую руку скажет вам повернуть влево, вы так и делаете. Приняв команду, вы тоже можете поднять левую руку и сказать: «Есть, машина поворачивает влево». Если он велит поворачивать направо, а в этом месте нет правого поворота, то подъезжайте к тротуару, останавливайте машину и говорите: «Команда неверная, машина не может двигаться в этом направлении». Прделав несколько упражнений, проверьте, может ли ребенок, мысленно повторив эту ситуацию, дать верную команду.

### **Пространственные отношения**

Когда ваш ребенок станет чуть старше и уже будет знать, где правая, а где левая сторона, вы можете использовать машину, чтобы помочь ему развить чувство дистанции. Для этого вы проезжаете четверть километра, полкилометра, километр, а затем называете расстояние — 250м, 500м и 1000м, то есть то, которое вы проехали.

### **Кто увидит первым**

Пусть дети придумают свои дорожные правила. Например, если вы видите кафе, надо сказать «кофе». Если вы пересекаете железную дорогу — поднять обе ноги, а если увидите собаку — залаять. Смысл в том, что каждый раз надо первым верно выполнить правило. Тот, кто раньше всех наберет десять очков, выигрывает игру. В случае, если все реагируют одновременно, каждый получает очко.

### **Пальцы-куклы**

В часы пик вы с ребенком можете оказаться в потоке быстро движущихся машин и вам необходимо внимательно следить за дорогой. Это одна из игр, которая предназначена

для той нетипичной ситуации, когда ребенок хочет поговорить с вами, а вы не можете. Отправляясь в путь, возьмите фломастер, а лучше два, разных цветов, и нарисуйте на пальцах вашего ребенка рожицы — улыбающуюся, недовольную и удивленную с открытым ртом — три на одной руке и две на другой.

Пусть ваш ребенок даст имя каждой «кукле» и познакомит их между собой. Спросите его, может ли он рассказать им сказку, спеть песенку и как-то развлечь их, пока вы будете ехать по оживленному участку дороги.

## **ГЛАВА 2. Совместное ожидание**

**Назови три...**

**Клеточки-черточки**

**Время чудовищ**

**Рассказы о лучшем друге**

**Черная магия**

**Бумага, ножницы, камень**

**Соедини точки**

**Рассказы по картинкам**

**Общие черты**

**Двадцать один**

**Инвентаризация**

**Сосчитай быстрее**

**Незаконченное дело**

**«Вы видели когда-нибудь?»**

**Находки в журнале**

**Расскажи еще**

**Приключения с Цумгумом**

**Одна догадка**

**Давай помечтаем**

**Физические упражнения**

**Избегайте очередей**

**Каракули**

**Машиновые рисунки**

**Соедини Буквы**

**Игра теней**

**«Ух, ох!»**

Время, которое родители проводят вместе с детьми, часто проходит в ожидании чего-либо. Это может быть «небольшая» очередь в Сбербанке для оплаты квитанций, или у прилавка в магазине, или же когда нам просто нужно получить какую-либо справку.

Мы ждем, пока нас обслужат в ресторане, пока освободятся качели, или пока начнется наша любимая телепередача. Попадая в такие ситуации, дети понимают, что и для взрослых ожидание тоже может быть утомительным. Иногда мы оказываемся в специальном помещении для ожидания, как это бывает при посещении педиатра или дантиста, и тогда ожидание сопровождается ощущением беспокойства. Когда в такие моменты мы пытаемся развлечь ребенка, играя с ним в спокойные интересные игры, он испытывает благодарность к нам и дает понять, что сейчас мы особенно необходимы ему. Хотя ожидание в нашей жизни и обычное явление, оно, тем не менее, противоречит естественному состоянию малыша, который еще не овладел искусством быть терпеливым. Мы подчас испытываем такое же нетерпение, как и наши дети. Порой у нас возникает чувство вины за то, что и детям приходится мучиться в очереди вместе с нами; мы начинаем беспокоиться о том, что вовремя не попадем домой к обеду, или боимся опоздать еще куда-нибудь. Однако когда мы играем, время проходит быстрее и для детей, и для нас. И поскольку нам часто приходится пребывать в ожидании, игры помогают сохранить в памяти не напрасно убитое время, а минуты радости, проведенные с ребенком в игре. Постарайтесь сделать так, чтобы любое ожидание превратилось в спокойный отдых от этого суматошного мира. Будьте всегда предусмотрительными. Когда вы идете куда-нибудь, зная, что вам придется стоять в очереди, возьмите с собой сумку с различными предметами, которые можно использовать как игрушки. В этом случае любая вещь окажется полезной — маленький блокнот и цветные карандаши, спичечные коробки-машинки и хорошая книга. Окружающее пространство тоже можно использовать как важный элемент игры. Стены, мебель, люди вокруг могут помочь формированию различных навыков у ребенка и сделать ожидание более приятным.

Используйте упражнения, описанные в этой главе, и придумывайте свои собственные. Возможно, они помогут вам вспомнить игры, в которые вы играли давным-давно, когда сами были детьми.

### **Назови три...**

Эта простая игра учит классифицировать предметы. Вы или ваш ребенок выбираете какую-либо категорию предметов — автомобили, животных, государства, способы путешествия, дурные привычки, телеканалы — и говорите: «Назови три...» (из одной категории предметов). Если вы играете вдвоем, называйте категорию по очереди, спрашивая друг друга.

Если с вами несколько детей, то вы предлагаете каждому отдельную категорию предметов и даете время подумать. Или дети сами устанавливают, кто называет категорию первым, а кто отвечает. Как только ребенок назовет три предмета, он спрашивает следующего.

### **Клеточки-черточки**

Эта игра помогает развить логическое мышление, она предназначена для детей всех возрастов, за исключением самых маленьких. Нарисуйте на бумаге клеточки и в каждой поставьте черточки. По очереди их перечеркивайте, пока не останется только одна. Тот, чья очередь зачеркивать ее подошла последней, проиграл.

### **Время чудовищ**

«Теперь пришло время чудовищ», — говорите вы ребенку, если вам приходится где-нибудь долго ждать и нечем заняться. Чтобы породить чудовище, ребенок должен выбрать какую-нибудь геометрическую фигуру — треугольник, круг, квадрат (старшим детям можно предложить шестиугольник, восьмиугольник, параллелограмм). Если ваш ребенок выбрал треугольник, то нарисуйте этот треугольник большим и непременно в центре листа. Теперь понаблюдайте, как он будет «превращаться» в чудовище. Пририсуйте ему большие острые зубы, всклокоченные волосы, огромные ноги, когти, острые уши. Конечно, чудовище надо как-то назвать. Помогите ребенку придумать какое-нибудь действительно «страшное» имя. Можно взять чудовище домой, чтобы включить его в коллекцию монстров.

## **Рассказы о лучшем друге**

Если вы ждете в помещении, где разложены журналы, поиграйте в «Рассказы о лучшем друге». Посмотрите, какие картинки привлекут внимание вашего ребенка — с изображением человека или животного. Пусть он представит, кого бы каждый из них выбрал себе в лучшие друзья. С кем захочет дружить пес — с котом, мышью, лосем или с мальчиком? Придумайте историю о лучших друзьях. Спросите ребенка, что они делают, в какие игры играют, что едят и дерутся ли они. Если ваш ребенок не всегда ведет себя хорошо, например отнимает игрушки у другие детей, можете осторожно и деликатно рассказать ему о лучшем друге, отнимающем игрушки. Пусть в этом рассказе ваш малыш учит друга делиться игрушками, при этом старайтесь, чтобы разговор вел он сам. Вы многое узнаете о том, что происходит в душе вашего ребенка. Не удерживайте его от выбора, на первый взгляд, не подходящих пар. Если слон решит, что его лучшим другом будет мышь, вы получите прекрасную возможность обсудить, как противоположности могут обогащать дружбу, а не разрушать ее.

## **Чем больше различий, тем лучше**

**Мы считаем за благо для ребенка иметь много друзей. Это упражнение — хороший способ показать малышу, что вам понравится, если у него будет много товарищей.**

## **Черная магия**

Главные участники этой игры — «волшебник» и его помощник, «который умеет читать мысли» (ясновидящий). Фокус с чтением мыслей довольно прост: предмет, который «отгадает» «волшебник», будет назван, предположим, за предметом черного цвета. Вот пример этой игры.

«Ясновидящий» закрывает глаза, в то время как «волшебник» молча показывает другим заданный предмет. Когда «ясновидящий» открывает глаза, «волшебник» задает ему такие вопросы:

«Думаю ли я про соль?»

«Ясновидящий» отвечает: «Нет».

«Думаю ли я про салфетку?» — «Нет».

«Думаю ли я про перец?» — «Нет».

«Думаю ли я про кетчуп?» — тут помощник говорит: «Да», потому что «кетчуп» следует за черным предметом — перцем.

Теперь зрители могут выбирать разные вещи, а «волшебник» и «ясновидящий» продолжать показывать фокусы, пока их «мистическая» сила не будет раскрыта.

### **Бумага, ножницы, камень**

Наверное ваши бабушки и дедушки, а может быть, и их родители еще детьми играли в эту игру, тем не менее, она до сих пор популярна. Два человека находятся друг против друга. На счет «три» каждый моментально изображает одной рукой либо лист бумаги (ладонь плоская), либо ножницы (средний и указательный пальцы вытянуты в форме буквы V, как лезвия ножниц), либо камень (ладонь сжата в кулак). Поскольку ножницы режут бумагу, они одерживают над ней верх. Камень, который «разбивает» ножницы, побеждает их. Бумага покрывает камень и поэтому побеждает. Начинайте игру словами: «Бумага, ножницы, камень...», произнося их, как если бы вы считали один, два, три, и оба участника игры одновременно «выбрасывают» руки, подавая знак. Если игроки показали одинаковую фигуру— это означает «ничья». Первый, кто наберет десять очков, выигрывает партию.

### **Соедини точки**

Нанесите точки на лист бумаги (для этого подойдет и салфетка, и рецепт на лекарства). Попросите вашего ребенка соединить их так, чтобы получилась какая-нибудь замысловатая абстрактная фигура. Затем пусть он нарисует точки. Может быть, с закрытыми глазами сделать это будет интереснее. Понаблюдайте, сколько разных фигур он сможет нарисовать. Вероятно, что ему даже захочется показать один из своих рисунков доктору, когда подойдет ваша очередь к нему на прием. Конечно, фигура станет намного красивее, если, соединяя точки, вы будете пользоваться цветными карандашами. А ребенок, который осваивает счет, может подсчитать количество точек.

### **Рассказы по картинкам**

Обратите внимание ребенка на картины, развешенные по стенам помещения, где вы находитесь в ожидании чего-либо. Пусть он выберет одну из них и придумает какой-нибудь рассказ. Если на рисунке изображен человек, сочините историю его жизни. Если это пейзаж, вообразите, что есть люди, которых не видно, и придумайте, чем они могли бы здесь заниматься. Таким способом вы сможете проникнуть в мир воображения и восприятия своего ребенка. Если вначале у него возникнут трудности, начните излагать свой сюжет, время от времени останавливаясь для того, чтобы малыш мог добавить свои детали.

### **Общие черты**

Смысл этой игры заключается в поиске общих характерных особенностей у людей и предметов, окружающих вас. Это развивает у ребенка проницательность, наблюдательность и способность анализировать, однако при этом требует умения считать. Игра должна проходить в форме беседы. Например, ваш ребенок замечает человека в очках, и каждый начинает считать, сколько людей вокруг носят очки. Можно искать людей в коричневых ботинках, блондинов, собак одной породы и т.д. Старших детей с помощью этой игры можно познакомить с представлением о процентных соотношениях. Заранее перед ним ставится задача, которую он должен будет решить. Сколько из десяти встретившихся вам собак — болонки? Сколько

черных машин из десяти, стоящих на автостоянке? Будет ли соблюдаться это соотношение на следующей стоянке?

## **Двадцать один**

Игра «Двадцать один» — это вариант игры в «Музыкальные стулья», во время которой игроки под музыку ходят вокруг стульев. Стульев при этом на один меньше, чем количество игроков; когда музыка замолкает, игроки стараются быстро сесть на стул. Проигрывает тот, кому не хватило стула. Игра «двадцать один» подходит для ситуаций, когда вам приходится долго ждать или когда вы путешествуете. Проигравшим оказывается тот, на кого выпадает цифра 21. Правило таково: участники игры называют по порядку цифры. Например, первый говорит: «Раз», другой говорит: «Два, три». Следующий добавляет: «четыре» или «четыре, пять». Счет продолжается до тех пор, пока последний вынужден будет назвать число 21. Это хорошая интеллектуальная игра для любого возраста. Можно немного усложнить ее, считая до большего нечетного числа, например до 35, 47 или 99. Правило то же, но время игры увеличивается.

## **Инвентаризация**

Расскажите ребенку о том, что такое инвентаризация в бизнесе: каждое предприятие должно вести учет всего, чем владеет. Хозяин обувного магазина считает ботинки, туфли и стельки, а также постоянных покупателей. Попросите ребенка помочь ему провести учет. Назовите категорию предметов, которые ребенок должен сосчитать. Вы можете учитывать предметы или людей (включая количество мальчиков и девочек) или отмечать какие-нибудь события, например, сколько красных машин проехало мимо.

Проведя инвентаризацию, начертите таблицу, и у вас останется документ, показывающий результаты работы. Возможно, хозяин магазина захочет оставить его у себя.

## **Сосчитай быстрее**

Когда дети станут старше и начнут изучать таблицу умножения, проведите «инвентаризацию», считая по два-три предмета. Если на каждой полке по шесть ящиков, сможет ли ваш ребенок, посчитав количество полок, вычислить, сколько ящиков на стеллаже?

## **Незаконченное дело**

Часто наши желания не совпадают с желаниями детей. Им хочется рассказать что-то о своем уголке для игрушек или о новой игре Питера; мы же хотим обсудить новое блюдо на обед, или как надо чистить зубы, или же в это время мы заняты телефонным разговором. В отличие от компьютеров, маленькие дети не обладают хорошей и долговременной памятью. Не ждите, что ребенок будет помнить в течение двух или трех дней о том, что случилось утром в детском саду; ведь если вы не обращаете внимания на информацию, появившуюся на экране телевизора, она остается для вас навсегда потерянной. Тем или иным образом сохраняйте самые важные сообщения ребенка — запоминайте, записывайте, чтобы иметь их под рукой, когда вам придется пребывать в ожидании. «Теперь, — говорите вы ребенку, — наконец-то у нас достаточно времени, чтобы все обсудить: как ты хочешь отпраздновать свой день

рождения?., почему Питер все время плачет?., что показывали в твоей любимой телепередаче?., что нового сегодня в школе?..» Помните, если вы ожидаете приема у кабинета врача или находитесь в другой подобной ситуации, выбирайте приятные темы для разговора, избегайте тех, которые могут привести к конфликту.

### **«Вы видели когда-нибудь?»**

Один из лучших подарков, который нам могут преподнести дети, — это возможность соприкоснуться с миром забавных глупостей. Поскольку в жизни многих взрослых какой-либо смысл отсутствует вообще, то хорошо, что дети иногда напоминают нам об этом. Вы так же, как и ваш ребенок, можете получить удовольствие, нашепывая этот веселый, бессмысленный стишок:

**Вы видели когда-нибудь, когда-нибудь, когда-нибудь  
Кота, который шляпу ест, хотя бы краем глаза?  
Ни разу мы не видели кота, который шляпу ест,  
Не видели, не видели, не видели ни разу.**

Один из вас произносит первые три строчки, а другой добавляет четвертую, чтобы завершить рифму. Затем вы оба читаете пятую строчку вместе. Слова могут быть совершенно глупыми и бессмысленными, но обязательно должны рифмоваться. Например:

**А вы видели, как бегемот  
Чайной ложечкой кушал компот?  
Как башмак, выбиваясь из сил,  
У хозяина каши просил?  
Как однажды в дремучем лесу  
Две блохи покусили осу?**

### **Нехитрая мелодия**

**Превратите ваш стишок в песню. Выберите знакомый мотив и добавьте свои слова или придумайте собственную мелодию.**

### **Находки в журнале**

Даже если ваш ребенок еще не умеет читать, для занятий можно использовать любые журналы, которые окажутся под рукой. Предложите ему посчитать, сколько на страницах журнала изображений цветов, машин, домов и т. д. Или возьмите два журнала и посоревнуйтесь, кто быстрее обнаружит в них один и тот же предмет. Только помните, основная цель занятия — отвлечь ребенка, а не выиграть игру. После того как вы найдете этот предмет, можно посчитать, сколько в журнале всего таких же предметов.

### **Расскажи еще**

Дети — прирожденные рассказчики. Вы будете поражены фантазией ребенка, если, нарисовав совсем простую картинку, спросите его, что еще следует добавить, чтобы получился интересный рассказ. К примеру, нарисуйте праздничный торт, и пусть ребенок придумает, у кого день рождения. По мере того как он рассказывает, добавляйте к рисунку разные детали, спрашивая, кто пришел, что принес, что ели



гости и т.д. Даже если вы не маститый художник, можно нарисовать домик, кровать, самолет или привидение.

## **Приключения с Цумгумом**

У многих детей есть воображаемые друзья. У нашей знакомой Салли тоже был такой друг по имени Цумгум. Он не любил скучать, а еще больше вести себя тихо. Если Салли приходилось томиться в ожидании, она и ее родители обычно придумывали, как бы поступил на их месте Цумгум, чтобы скоротать время. У Цумгума летним днем мог пойти снег, а зимой — наступить жара. Он мог включить в помещении насос, устроить в универсаме дождь из денег и рассказать такие веселые истории, что продавцы перестали бы работать, покатываясь со смеху. Может быть, вы тоже захотите приобрести такого воображаемого друга, как Цумгум,— тогда и ждать будет веселее. Обязательно поговорите с ребенком о том, чем отличается реальный мир от воображаемого. Важно, чтобы дети понимали, что нас хвалят или наказывают не за то, что мы думаем, а за то, что делаем.

## **Одна догадка**

Игры в отгадки хороши в любом случае. Если вам приходится долго ждать, находясь на одном месте, попробуйте поиграть так: предложите ребенку выбрать какой-либо предмет, который, он видит в комнате. Задавая вопросы об этом предмете (или человеке), вы должны угадать, что это. Например: «Это что-то очень большое? Это что-то очень маленькое? Я могу это держать в руках? Это висит на стене? Оно зеленого цвета?» Обязательно спрашивайте так, чтобы можно было ответить только словами «да» или «нет». Количество вопросов не ограничено, но попытаться угадать, какой это предмет, назвать его можно только один раз. После того как ребенок скажет, угадали вы или нет, наступает ваша очередь загадывать, а его — задавать вопросы. Если вы хотите, чтобы игра продолжалась долго, начинайте с более общих вопросов, постепенно переходя на конкретные. Наверняка ребенок получит большое удовольствие, если ему удастся вас озадачить.

## **Советы тем, кто ждет**

**Время, которое вы проводите в ожидании, можно использовать для того, чтобы научить ребенка сидеть тихо и спокойно. Если место, где вы находитесь, не очень шумное, попробуйте освоить несколько способов релаксации. Сначала можно прислушиваться к своему дыханию и затем осторожно попытаться замедлить его. Или начните расслаблять мышцы ног, а потом перейдите к другим частям тела. Вы должны сосредоточиться и постараться почувствовать, как вокруг вас расширяется зона спокойствия. Не думайте, что вам легко удастся это сделать, и ни в коем случае не раздражайтесь, если ваше состояние будет нарушено детским вопросом. Процесс обучения требует времени, и лучше всего его стимулирует поощрение, а не наказание.**

## **Давай помечтаем**

Случалось ли вам, покупая лотерейный билет, мечтать о том, как бы вы поступили, если бы выиграли десять миллионов? Если вы сидите за столиком в кафе в ожидании, пока вас обслужат, можно скоротать время, вообразив, что вы получили эти десять миллионов и теперь тратите их. Так приятно помечтать, что вы обладатель роскошного

дома, прекрасной машины, яхты или даже целого острова. Пофантазируйте об этом все вместе.

### **Фантазируем вместе**

**Если вы хотите помечтать вместе с ребенком, не становитесь в позицию цензора и не пытайтесь направлять желания своего малыша к «лучшему». Если ваша дочь решила потратить деньги на ярко-красные спортивные тапочки, не поддавайтесь искушению убедить ее, что «лучше» поделиться деньгами с сестрой. Наоборот, старайтесь активно поддерживать разговор о том, на что можно потратить «миллионы». Удовлетворив собственные желания, попытайтесь придать игре альтруистический оттенок и подумайте, чем бы вы могли помочь всем людям на Земле. Предложите использовать «ваши» миллионы на то, чтобы накормить голодающих всего мира. Спросите детей, как бы они стали распределять деньги, если бы решили потратить их на своих друзей. Это хороший способ помочь детям научиться осознавать проблемы, с которыми сталкиваются другие, и не чувствовать себя виноватыми за свою счастливую жизнь.**

### **Физические упражнения**

Если ваш ребенок непоседа, предложите ему, чтобы скоротать время, несколько физических упражнений, конечно, когда вы не в переполненном автобусе. Скажите, что надо готовиться к Олимпийским играм и что есть соревнования по четырем (или трем, или пяти, или сколько вы решите) видам спорта, в которых он может принять участие и даже победить. Первый вид — прыжки на одной ноге. Ребенок должен прыгнуть двадцать раз, не касаясь другой ногой земли (убедитесь, что трудность упражнения соответствует возрасту и возможностям ребенка). Второй — соревнование по ходьбе крошечными шажками. Он должен преодолеть дистанцию, ставя одну ступню прямо перед другой, чтобы каждый раз пятка касалась носка. Третье задание — задержать дыхание, пока вы произносите алфавит; только постарайтесь побыстрее, чтобы ребенок мог выиграть. Наконец, в последнем виде соревнований вы по очереди называете десять разных частей тела, и каждый раз малыш должен подвигать одной из них. Смысл занятий в том, чтобы дать возможность вашему непоседе немного подвигаться.

### **Где это делать**

**Подобные упражнения лучше всего делать в приемной у врача, на автобусной остановке или выстаивая какую-либо очередь, конечно, если есть спокойное место, куда можно отойти.**

### **Избегайте очередей**

Приходилось ли вам так задерживаться в очереди на прием к врачу или на почте, что капризного и всем недовольного ребенка невозможно было ничем отвлечь? Знакомо ли вам это неприятное ощущение, когда окружающие смотрят на вас с осуждением: «Что за ребенок! Что за родители!» Конечно, нужно стараться избегать подобных ситуаций, но порой даже не приходит в голову попросить сидящих рядом: «Мы подождем в холле. Пожалуйста, позовите нас оттуда». И в очереди также можно попросить соседей поддержать ваше место, пока вы погуляете с ребенком. Старайтесь, чтобы детям не приходилось томиться в очередях. Обычно окружающие с пониманием относятся к желанию ребенка размяться, но при этом, конечно, чтобы не у них под

ногами, а где-нибудь в другом месте. Итак, если очередь длинная, ожидание утомительно, и ребенок капризничает, пройдите в холл или на улицу, подвигайтесь, побегайте наперегонки, поиграйте в любую игру, что позволит ему немного разрядиться, например, «Петр говорит...», во время которой все участники должны повторять только те движения и команды ведущего, что следуют после слов «Петр говорит...» Вы также почувствуете облегчение, дав ребенку «выпустить пар», вместо того чтобы толкаться среди взрослых.

## **Мелочи жизни**

**Это как раз один из неудачных дней — ваш ребенок в ужасном настроении, и вы никак не можете его развлечь. Окружающие начинают бросать в вашу сторону взгляды, значение которых вы прекрасно понимаете: «Почему это мамаша (или папаша) никак не может справиться с ребенком?» Но выход есть: посмотрите на свое чадо с полным изумлением и скажите очень громко и выразительно: -«Конечно, этой матери следовало бы знать, как заставить ребенка вести себя лучше!» Мы обещаем, что вы почувствуете облегчение.**

## **Каракули**

Вместе с ребенком по очереди нарисуйте на листке бумаги прямые и кривые линии, пересекающие друг друга. Затем зарисовывайте участки, ограниченные этими линиями, сплошными штрихами разного цвета, крапинками, клеточками, зигзагами и т.д.

## **Машинальные рисунки**

Приходилось ли вам, разговаривая по телефону или сидя на собрании, машинально чиркать что-нибудь на бумаге? Вы замечали, что ваши каракули обычно имеют одну и ту же форму? Если в помещении, где вы ждете, есть стол, попробуйте вместе с ребенком порисовать таким образом. Правило состоит в том, чтобы не отрывать карандаш от страницы, пока вы чертите линию или треугольник. Затем изобразите кружки или квадратики, кривые или 3-образные линии. Посмотрите, какие фигуры получаются из ваших линий.

## **Соедини буквы**

В разных местах на листке бумаги напишите печатные буквы, предположим, от А до Д. Пусть ребенок соединит их, следуя алфавитному порядку. Когда он выучит эту часть алфавита и сможет узнавать буквы в книжке, добавьте еще несколько букв и соедините их снова. Можно проделать то же самое с цифрами. Начните с простых упражнений, постепенно усложняя их. Детям старшего возраста можно предложить выбрать цифры, кратные какому-нибудь числу, например шести, восьми и т. д.

## **Игра теней**

Если удачно падает свет и у вас есть немного бумаги, например ресторанный салфетка,, и карандаш, можете поиграть в тени. Держите руку над бумагой, при этом обратите внимание ребенка на тень от нее. Пусть он обведет на бумаге контуры тени. Затем сдвиньте пальцы — свои или ребенка — так, чтобы тень изменила форму. Пусть он снова ее очертит, а вы попробуйте превратить тень в какую-нибудь хорошо знакомую фигуру.

## **«Ух, ох»**

Это полезное упражнение для детей школьного возраста. Если вы находитесь в людном месте и слышите чужие разговоры, тихонько договорившись с ребенком, выберите какую-нибудь букву. Всякий раз, когда вы услышите слово, которое начинается с этой буквы, старайтесь первым сказать: «Ух, ох!» Если окружающие заинтересуются тем, что вы делаете, попросите их угадать букву. Это нелегко сделать, потому что в тот момент, когда вы скажите «ух, ох!», слово на нужную букву уже окажется произнесенным, и разговор будет продолжаться.

С маленькими детьми можно играть проще: выбрать обычное, часто встречающееся слово — «я» или «будет»— и попытаться не употреблять его в разговоре. Если вы все-таки нарушите условие, ребенок произносит: «Ух, ох!». Кто попадется пять раз, тот проиграл.

## **ГЛАВА 3. ПУЗЫРИ В ВАННОЙ**

**Игра с мыльной пеной Аквариум в ванной**

**Свист-визг Волшебные игры с водой**

**Баскетбол**

**Музыка в ванной**

**Колыбельная в ванной**

**Время душа**

**Вымой ванную**

**Ванна для игрушек**

**Вымой нос, вымой ноги**

**Мыльные пузыри**

**Попади в мишень**

**Тонет или плышет**

**Практические знания**

**Симпатичная губка**

**Морское путешествие**

**Из пустого в порожнее**

**Ванна для куклы**

**Детский уголок**

**Ленная ванна**

**Урок анатомии**

**На природе**

Вода — это волшебное лекарство. Она благодатно действует и на взрослых, и на детей. В то время как у взрослых купание ассоциируется с курортами, шезлонгами и спортивным инвентарем, дети обходятся ведерком, двумя-тремя чашечками и бутылочками. Купание — прекрасная возможность для развлечений, и поэтому

кажется несправедливым, что время для него часто отводится в конце дня, когда дети и родители уже устали. Неприятности начинаются в тот момент, когда детям еще хочется поиграть, а взрослые мечтают побыстрее отправить их в постель, чтобы затем помыть посуду, обсудить между собой какие-то дела или просто лечь спать. Сделайте так, чтобы купание стало приятной процедурой, а не источником раздражения. Относитесь к нему не как к досадной обязанности, а как к радостным минутам веселья. Если ваша ванная комната достаточно просторна, принесите туда стул, а если нет, то положите коврик, чтобы можно было встать на колени и наклониться к ребенку.

Если вы знаете, что будете заняты до конца дня, постарайтесь выкупать ребенка перед обедом. Можно ввести в обиход два типа купания. Объясните малышу, что иногда по вечерам, когда нет времени, купание будет предназначено только для «мытья». В эти дни он должен вымыться как можно быстрее. При этом неплохо было бы заметить время, чтобы узнать, как быстро ваш ребенок может справиться с этим делом; или используйте песочные часы, и пусть купание закончится прежде, чем песок пересыплется. Но зато в другие дни вы должны найти время, чтобы превратить купание в игру. Можно использовать разноцветные коврики для ванной, чтобы ребенок знал, какое купание ему предстоит сегодня.

«Игра-купание» — приятный способ завершить день. Большинство детей любит играть с водой и разбрызгивать ее вокруг. Держите постоянно в вашей ванной вешалку, сетку или корзинку с игрушками.

Используйте некоторые из водных игр, предлагаемые в этой книге, и пусть ваш ребенок придумывает еще и свои. Но не оставляйте маленьких детей одних в ванной, даже на несколько минут, до тех пор пока не убедитесь, что они умеют обращаться с водой и знают правила безопасности. Никогда не позволяйте малышам влезать и вылезать из скользкой ванны без помощи старших.

## **Игра с мыльной пеной**

Ваш ребенок может отлично провести время, взяв крем для бритья и разрисовывая пальцем стены ванной. Это прекрасный способ дать выход энергии, и кто знает, может быть, вы откроете юного Пикассо. Неплохо также поработать и помазком для бритья. Его можно использовать, развлекая ребенка во время мытья головы. А детей, которые не любят, когда им моют голову, легко занять, собирая пену с их волос и разрисовывая ею стены.

### **Прекрасный совет**

**Во время мытья головы остановитесь на минутку и постарайтесь «изваять» скульптуру из мыльных волос. Принесите зеркало, чтобы ребенок мог увидеть это «произведение искусства» на своей голове.**

## **Аквариум в ванной**

Вырежьте из недорогих махровых салфеток или полотенец разных цветов лоскутки в форме рыбок. Они не должны быть слишком маленькими, а то их будет не узнать, и слишком большими — они станут тяжелыми, когда намокнут. Пусть во время купания ребенок вымоет ноги красной рыбкой, а нос зеленой. Можно вымыть желтой рыбкой руки и ноги, а зеленой другие части тела.

## **Как вырезать**

**Форма рыбки — это, как правило, горизонтальный овал, соединенный «острой» стороной с вершиной маленького треугольника.**

### **СВИСТ-ВИЗГ**

Ради шутки внесите в процесс купания элементы «научной фантастики». Отломите маленький кусочек таблетки Алка Зельтцер и положите в коробочку от фотопленки. Можно также использовать маленькую пластмассовую коробочку из-под лекарства. Заполните ее водой до краев и плотно закройте крышкой. Затем дайте ребенку в руки, и пусть он почувствует, как внутри пузырится вода. Через несколько минут раствор, вырываясь наружу, произведет мини-взрыв прямо в ванной. Крышка вылетит, и пузыри поползут вниз по стенке коробочки. Хотя жидкость безвредна и не опасна для глаз, лучше все же держите коробочку подальше от лица ребенка.

### **Волшебные игры с водой**

Вот еще несколько веселых игр в ванной. Пусть ребенок наполнит водой пластмассовую чашку, затем накроет ее кусочком бумаги. Прижимая ее рукой, он должен перевернуть чашку вверх дном. Теперь, осторожно скользя по бумаге, можно отвести руку. Фокус заключается в том, что вода не выливается. (Если возникают трудности, используйте сосуд с более широким горлышком и менее глубокий.) Ваш ребенок может и не понимать, что давление воздуха, действующее на бумагу снизу, не позволяет воде вылиться, но он несомненно получит удовольствие от своеобразного «научного эксперимента». Объясните ему, что те же законы, что удерживают воду, помогают летать самолетам.

Такие волшебные «научные опыты» развивают любознательность. Попробуйте другой удивительный эксперимент. Пусть ребенок скомкает бумажный носовой платок или салфетку и положит этот комочек на дно пластмассовой чашки. Затем он должен перевернуть ее вверх дном, убедившись, что бумага осталась внутри. После этого надо положить перевернутую чашку на поверхность воды строго горизонтально. Когда ребенок поднимет ее, он изумится, увидев, что бумага осталась сухой. (Но комкайте бумагу легко и осторожно. Если вы сожмете ее слишком сильно, она выпадет из чашки до начала опыта.) Позднее ребенок поймет, что воздух в чашке оказывает сопротивление, создавая воздушный пузырь, который не позволяет жидкости пробраться в чашку.

### **Баскетбол**

Во время купания можно поиграть даже в баскетбол. Для этого вам нужны всего-то маленький «мяч» из пены и большая пластиковая миска, плавающая в ванне. Предложите своему малышу три раза подряд попасть «в корзину» или сделать это за шесть бросков. Но напомните ему: в ванной нельзя вставать.

### **Музыка в ванной**

Купание может доставить также и эстетическое наслаждение, когда оно сопровождается симфонической музыкой или хором из «Моей прекрасной леди», песнями Элвиса Пресли или Элтона Джона. Принесите кассетный магнитофон на батарейках в ванную, и каждый вечер ваш ребенок будет мыться, получая еще и удовольствие от музыки. Слишком возбужденного малыша успокоит классическая

музыка, бурное веселье поддержит рок-музыка, ну а если вам захочется еще и петь, то включите музыку из мюзиклов. Музыка во время купания окажется особенно полезна, если вы чувствуете себя утомленными и хотите расслабиться.

### **Танцы с полотенцем**

**Если у вас в ванной играет магнитофон или радио, вы можете предложить ребенку, вытираясь, приплясывать под звуки музыки.**

### **Колыбельная в ванной**

Если малыш слишком возбужден, не включайте во время купания бодрящую музыку: марши или музыку «кантри». Лучше принесите в ванную записи колыбельных и сделайте купание тихим и спокойным, чтобы ребенок отдохнул под эти ласкающие слух мелодии.

### **Время душа**

Когда ребенок подрастет, можно разрешить ему иногда принимать душ. Для того чтобы дети полюбили душ, вначале надо, чтобы они мылись только под присмотром родителей, и через некоторое время они перестанут бояться воды, льющейся в лицо. А тогда выберите оптимальное время для купания — утро или вечер.

### **Вымой ванную**

Пусть ребенок подготовит принадлежности для мытья ванны и кафеля на стенах. Для этого может пригодиться старая зубная щетка, щеточка для ногтей, щетка-скребок и губка, а еще тщательно промытая бутылочка из-под шампуня. Малыш будет забавляться, наполняя ее и выливая воду на щеточку или губку. Может быть, ребенку захочется, чтобы куклы и другие игрушки тоже выкупались. Когда он старательно вымоет ванну, стены и игрушки, то заодно с удовольствием потрет и свое маленькое тельце.

### **Ванна для игрушек**

Взрослым нравится принимать ванну в одиночестве, но дети радуются, когда кто-то составляет им компанию. Держите в ванной комнате небольшое ведерко с разными пластмассовыми человечками или зверюшками. Пусть ребенок решит, каким из них лучше разместиться на углах ванны, а какие этим вечером будут нырять в мыльную пену, при этом говоря: «Кажется нам сказали, что пора намыливаться и купаться».

### **Вымой нос, вымой ноги**

Иногда бывает трудно остановить развеселившегося ребенка и заставить его мыться. Попробуйте на чем-нибудь заострить его внимание: пусть ребенок моет каждую часть тела по очереди. При этом быстро называйте отдельные части тела, особенно те, которые расположены далеко друг от друга (например, нос, а потом колени). Это придаст игре динамичность и сократит время купания, заставив ребенка мыться быстрее. Для разнообразия можно спеть какую-нибудь спокойную песенку\* или пока ребенок моется, пусть попробует сочинить стишок о каждой части тела. Вот как этот:

**Нам с мочалкой не до скуки,  
Натираю мылом руки,**

**Мылом ноги натираю —  
Это я себя стираю.**

## **Мыльные пузыри**

Если вы еще не знаете, какое удовольствие получают дети от игры с пластмассовой соломинкой, то теперь вам предоставляется такая возможность. Принесите в ванную несколько пластмассовых чашечек или плосечек и несколько соломинок. Пусть ребенок нальет в них разное количество воды и попытается пустить пузыри в каждой из них. В каком объеме воды легче пускать мыльные пузыри — в маленьком или большом? Предложите ему пустить огромный пузырь прямо в ванне, или как можно больше пузырей, или сотню маленьких пузырьков, или только два пузырька. Он будет забавляться проведением «научного эксперимента».

### **Предостережение**

**Пускать пузыри небезопасно для дыхания самых маленьких детей. Подождите, пока они подрастут, и вам не составит труда уберечь их глаза, уши и рот от мыла.**

## **Лопали в мишень**

Разукрасив ванну и стены кремом для бритья или шампунем, ваш ребенок имеет прекрасную возможность смыть их. Используя водяной пистолет или пластмассовую бутылочку, он целится в мыльную мишень, чтобы поразить ее. Понаблюдайте, сколько времени это займет. Чтобы проверить меткость, предложите малышу расставить легкие пластмассовые игрушки — кубики, маленьких зверюшек или бумажные чашечки на краю ванны у стены. Смысл стрельбы заключается в том, чтобы, уронив первый предмет, передвинуть остальные от одного угла ванны к другому или просто сбросить их в воду. Сложите несколько игрушек друг на друга, соорудив пирамиду, и пусть ребенок выстрелом опрокинет ее в воду — это вызовет бурный восторг, а кроме того, поможет в тренировке меткости.

## **Тонет или плывет**

Предложите вашему малышу выкупать в ванне несколько игрушек (убедившись вначале, что они не пострадают от воды). Пусть он опустит каждую игрушку в воду и разделит их на плавающие и тонущие. Если малышу понравилось играть с плавающими игрушками, позвольте ему выбрать несколько предметов на кухне, которые можно взять в ванну и там их «рассортировать». Посоветуйте ему отгадать, какие из них будут плавать, а какие нет; потом это, конечно, необходимо проверить.

## **Практические знания**

Можно рассказать ребенку, что предметы, которые плавают по поверхности воды, менее плотные, то есть весят меньше, чем вода, заключенная в такой же объем. Если же тело тонет, то оно более плотное и весит гораздо больше соответствующего «водного тела». Не объясняйте слишком подробно. Способность к абстрактному мышлению у детей приходит позже. Сейчас ваш ребенок просто экспериментирует. Когда его мозг разовьется и будет готов к восприятию теории, проведенный опыт поможет ему в учебе. Это относится ко многим детским играм. В дошкольном возрасте важно не то, что дети впитывают в себя какие-либо знания, а то, что у них



накапливается практический опыт, который позднее они используют в процессе обучения. Если малыш спрашивает «почему?», пусть ваши ответы будут простыми и ясными, чтобы этот вопрос принес ему пользу, а не послужил вступлением к нудным разглагольствованиям.

## **Симпатичная губка**

Купите в магазине большие тонкие поролоновые губки. Вырежьте из них разные фигурки — это могут быть рыбки, цветочки или футбольный мяч. Ребенок может поиграть в воде этими забавными губками, а затем мыться ими. Вы увидите, насколько интереснее мыться желтым футбольным мячиком, чем бесцветной старой мочалкой.

## **Морское путешествие**

Необязательно покупать целую флотилию кораблей вашему маленькому моряку. Он получит не меньшее удовольствие, мастеря своими руками простые кораблики, чтобы играть с ними во время купания. Сделать плот или кораблик легко. Если вы хотите соорудить плот, сначала нужно с удовольствием съесть эскимо, а палочку от него сохранить. Как только вы съедите двенадцать штук, можно начинать. Склейте восемь палочек бок о бок четырьмя палочками, расположив их поперек с одной стороны плота и с другой — и вы получите чудный плот для игрушек. Чтобы сделать кораблик, нужно вырезать из бумаги треугольник-парус и приклеить его к зубочистке. Затем укрепите мачту-зубочистку внутри пластмассовой коробочки или бумажного стаканчика — и корабль готов к плаванию.

## **Совет мореплавателю**

**Хотя ваши дети подрастают, они все еще с удовольствием пускают в ванной кораблики. Прикрепите на стену ванной комнаты покрытую пластиком карту и помечтайте о путешествии в Испанию, Катманду или Занзибар. Посмотрите, можно ли добраться туда на корабле. Так вы не только поиграете с ребенком, но и сможете преподать ему небольшой урок географии.**

## **Из пустого в порожнее**

Дети любят играть с водой, без конца переливая ее из одного сосуда в другой, туда и обратно. Дайте своему малышу пластмассовые кувшинчики и бутылочки разных цветов и размеров. Время от времени заменяйте одни сосуды другими, меняя их форму и размер.

Пьяже, известный детский психолог, считает, что у детей очень медленно развиваются количественные представления. Это означает, что они будут утверждать, что высокая узкая поллитровая бутылка содержит воды больше, чем поллитровая банка, даже если они по несколько раз перельют воду из бутылки в банку. Количественные представления развиваются с возрастом, и этот процесс нельзя ускорить. Но у детей, которые имеют большой практический опыт игр с различными объемами воды, эти представления усваиваются быстрее. А еще, дети получают от этого занятия большое удовольствие.

## **Ванна для куклы**

Дайте сидящему в ванне ребенку большую резиновую куклу и губку. Пусть он тщательно моет каждую часть ее тела, подробно комментируя каждое свое действие. Одновременно вы ласково трете те же части его тела.

### **Детский уголок**

Пусть несколько пластмассовых лягушек, рыбок или маленьких куколок устроят в ванной праздничное чаепитие. Дайте ребенку игрушечные чашечки, блюдечки и стаканчики, чтобы он мог достойно угостить их.

### **Ленная ванна**

С годами легко забывается, как порой приятно бывает растянуться в теплой ванне, утопая в ласкающей тело пене да еще вспоминая какую-нибудь милую сценку из фильма сороковых годов. Дети могут нам отлично помочь вспомнить об этом. Выберите вечер, когда вам необходимо расслабиться. Наградите друг друга купанием в пене. Вы можете сделать это вместе или, отправив малыша спать, насладиться в Одиночестве. Если вы поймаете себя на мысли: «У меня нет времени на такую ерунду», повторяйте за нами: «Как было бы плохо, если бы жизнь состояла только из работы и в ней совсем не было бы удовольствий». Этот совет, кстати, полезен как очень занятым и усталым папам, так и вечно спешащим куда-то мамам.

### **Урок анатомии**

Не каждый может провести его, поскольку для этого необходимы познания в анатомии. Но если ваши представления о строении тела простираются чуть дальше понимания разницы между локтем и коленом, вы можете смело использовать купание, чтобы преподать забавный урок анатомии вашему ребенку. В один из вечеров можно рассказать ему, где располагается солнечное сплетение, в ел- . дующий раз вы объясните, где находится пищевод. Спросите, не хочет ли ваш малыш помыть сегодня свои пятки. Пусть он забавляется, открывая для себя новые слова.

### **На природе**

В жаркие летние дни устройте купание на улице. Когда время для игры подойдет к концу, наполните водой открытый бассейн или ванну и пусть ребенок намылится там мылом. Потом поставьте его на траву и облейте из шланга или из кувшина, затем заверните в большое полотенце, как мумию, и усадите в шезлонг или на траву, чтобы он несколько минут отдохнул. Или пусть дети намылятся и бегают под водой, льющейся из шланга. Наверное, и вы не откажетесь помыть голову таким же образом. Если вы живете в жарком климате, можно прямо на улице помыться под теплым душем. Как приятно почувствовать запах лета под струйками воды, обсыхая под лучами солнца.

### **Не поскользнитесь**

**Если вы использовали мыло в детском бассейне или в ванне, убедитесь, что вы хорошо сполоснули стенки и дно, чтобы они не были скользкими.**

## **ГЛАВА 4. ПЕРЕД СНОМ**

### **Волшебный ковер**

#### **«Баю-бай»**

**Как расслабиться**  
**Вечерний дневник**  
**Поговорим о животных**  
**Пространственное восприятие**  
**Рассказ об игрушке**  
**Почитаем вместе**  
**Супер-герой**  
**Мой календарь**  
**Знаешь ли ты, что я чувствую?**  
**Друзья на картинке**  
**Воспоминания**  
**Лицо на стене**  
**Игра теней**  
**Массаж**  
**«Карта» массажа**  
**Беседа у телевизора**  
**Утомленная парочка**  
**Текущие события**  
**Звездочет**  
**Разговор о завтрашнем дне**  
**Прогони привидение**

Многие дети очень неохотно ложатся спать, даже если устали и у них слипаются глаза. Они упорно этому сопротивляются, боясь пропустить что-нибудь интересное. Однако приятный вечерний ритуал может помочь им успокоиться и подготовиться ко сну, и ваш ребенок будет с нетерпением ждать момента, когда он сможет провести несколько счастливых минут, получая от вас теплоту и внимание. Для взрослых это тоже будут приятные и радостные минуты, когда можно посекретничать и выразить свои чувства.

Прежде чем выключить свет и уложить ребенка спать, уделите ему немного времени и сделайте так, чтобы вам никто не мешал. Это поможет малышу полнее ощутить вашу любовь и заботу.

Вы можете обниматься, говорить, петь и дурачиться, рассказывать любимые старые сказки или придумывать новые. Постарайтесь создать непринужденную атмосферу, чтобы ребенок мог поделиться с вами своими мыслями, чувствами и фантазиями. Таким образом, уйдя из комнаты, вы оставите его путешествовать в сказочном мире.

К детям, которые обычно засыпают с трудом, нужен особый подход. Укладывайте их спать одним и тем же способом. Например, ласково потирайте ребенку спинку или, легка касаясь пальцами, поглаживайте личико, при этом повторяйте одно и тоже стихотворение, хотя бы такое:

**Дети, звери и игрушки —  
Все мечтают о подушке,  
Если днем устали очень,  
Добрых снов, спокойной ночи!**

В этой книге мы предлагаем упражнения на релаксацию, которые могут быть особенно полезны некоторым детям.

### **Удобное место**

**Постарайтесь сделать так, чтобы время, когда вы готовите малыша ко сну, было приятным и для вас. Поставьте около детской кровати удобное кресло — лучше всего подойдет большое кресло-качалка. Эта немаловажная деталь сделает ваше общение с ребенком более непринужденным.**

Вот несколько упражнений, которые помогут ребенку заснуть.

### **Волшебный ковер**

Выберите в комнате место, где было бы удобно рассказывать забавные истории.

Положите там коврик из ванной или маленький плед и назовите его «волшебным ковром». Сядьте на него вместе с ребенком.

Пусть малыш закроет глаза и представит, что он отправляется в страну чудес. Конечно, он должен быть одним из героев сказки. Начните со слов: «Сегодня вечером наш ковер-самолет полетит...» После этого ребенок продолжает фразу, выбирая место, куда направится волшебный ковер. Это может быть Диснейленд, Африка, Марс или зоопарк. Пусть ребенок сам фантазирует (вы помогаете, только когда это необходимо).

Продолжайте «путешествовать» до тех пор, пока малыш не успокоится. Сделайте так, чтобы волшебный ковер, возвратившись, опустился прямо в кровать, а затем сверните его до следующего вечернего путешествия.

### **Совет рассказчику**

**Лучший способ стимулировать творческое воображение ребенка — относиться внимательно ко всему, что он говорит. Восхищайтесь героями сказок, которых он сам создал в своем воображении, и не будьте слишком строги к ним. Не удивляйтесь, если рассказ пойдет за границы здравого смысла.**

### **«Баю-баю»**

Самый лучший способ помочь ребенку заснуть — тихо напевать какую-нибудь колыбельную песню. Выберите мелодию и напевайте ее каждый вечер перед сном в течение недели. Пусть малыш тихонько, без слов подпекает вам. И когда он начнет засыпать, вы осторожно уходите из спальни, продолжая напевать.

Ваш репертуар может включать в себя традиционные колыбельные, современные песни о любви или народные мелодии. Ребенок может сам предложить песню из тех, которые разучивает в школе или в детском саду.

### **Как расслабиться**

Если вы чувствуете, что ребенок перевозбужден, попытайтесь успокоить его, расслабляя тело малыша. Для этого предложите ему лечь на кровать, приняв удобную позу, и закрыть глаза. Объясните, что он должен слушать и выполнять все, что вы говорите. Затем мягким, спокойным голосом скажите, чтобы он постарался расслабить каждую часть своего тела: «Расслабь пальцы ног: чувствуешь, что им стало приятно?» Подождите несколько секунд, а затем скажите, чтобы он постепенно расслабил ступни, полностью все мышцы ног, ладони и руки. Сделайте паузу на несколько секунд и продолжайте давать команды — расслабить плечи, шею и наконец голову. После этого велите малышу полностью расслабиться, успокоиться и думать о чем-нибудь приятном и хорошем. Теперь ласково положите руки ему на лоб и объясните, что расслабиться можно в любой момент, принимая удобную позу и мысленно достигая этого состояния.

### **Совет родителям**

**Это упражнение полезно не только ребенку, но и родителям. Если день был тяжелый и вы слишком устали для того, чтобы играть, уединитесь ненадолго у себя в спальне. Ваши мысли должны быть свободны от забот, а все мышцы расслаблены. Постепенно начинайте глубоко дышать и сосредоточьтесь на том, что вам предстоит провести с ребенком несколько минут, которые доставят вам истинное удовольствие. Постарайтесь удержать этот образ в своем воображении. Посмотрите, удастся ли вам избавиться от усталости.**

### **Вечерний дневник**

Для этого занятия подойдет блокнот, записная книжка в переплете или просто листы бумаги.

Вместе с ребенком записывайте, какие примечательные события произошли в этот день. Спросите, что ему особенно запомнилось, и запишите. Некоторые дети будут с удовольствием долго и подробно рассказывать о том, что им хотелось бы записать. Другим потребуются наводящие вопросы: что тебе понравилось сегодня больше всего? Тебя что-нибудь расстроило? Ты хочешь завтра опять этим заняться? Вспомни какой-нибудь забавный случай. Расскажи, что нового ты узнал сегодня. Тебе это было интересно? Что ты хотел бы записать в дневник?

### **Поговорим о животных**

Выключив свет, попросите малыша рассказать о том, как он провел день. Попробуйте задать ему такой вопрос: «Как ты думаешь, этот день похож на какое-нибудь животное?» И если последует положительный ответ, то попросите назвать это животное. Эта игра дает прекрасную возможность подробно поговорить с ребенком о животном мире. Вы получите большое удовольствие, рассуждая с ним о разных птицах, зверях и насекомых. Жаркий и долгий летний день, оказывается, можно сравнить с медлительной черепахой, а день, заполненный заботами, суетой, спешкой, — с обезьяной, ящерицей или лисицей. Сначала вы должны сами сказать, кого напоминает прожитый вами день, например: «Я сегодня трудился, как муравей, и очень устал». Затем спросите малыша: «А на кого был похож день у тебя?»

### **Пространственное восприятие**

Изготовьте панно, приклеив большой кусок однотонной фланели на картон. Из разноцветного фетра вырежьте разнообразные фигуры. Например, несколько больших, средних и маленьких квадратов; синих, красных и желтых треугольников. Кроме того, вырежьте длинную полоску из черной фланели.

Пусть ваш ребенок красиво оформит конверт, папку или коробку для хранения этих предметов. Держите конверт в спальне, и когда наступит вечер, поиграйте с ними. Вот несколько вариантов игры. По очереди располагайте фигуры сверху и снизу черной полосы: в один из вечеров разложите их по размеру, в следующий раз — по цвету. Попросите ребенка найти самый большой красный треугольник и поместить его над черной линией. Затем вы, по просьбе ребенка, кладете самый маленький треугольник над полосой. Или так: найдя самый большой прямоугольник, ребенок должен разместить внутри него самый маленький кружок. На следующий вечер можно разложить фигурки по цвету или форме. Во время игры старайтесь использовать сравнения при описании предметов. Употребляйте такие слова, как «большой», «огромный», «гигантский»; «меньше чем...», «больше чем...», «такой же, как...»

Чтобы внести разнообразие в эту игру, используйте печатные буквы. Их можно купить, или сделать из фланели, или написать на большом листе бумаги — по несколько одинаковых букв. Тогда можно предложить ребенку задание найти, например, все буквы «М». При этом заметьте, сколько времени ему потребуется на поиск. Найдя буквы, он может сосчитать их. Если буквы нарисованы на листе бумаги, обведите их кружками.

## **Рассказ об игрушке**

У большинства детей есть игрушечные животные. Ложась спать, малыш чувствует себя в безопасности, если рядом с ним лежит любимая кукла или зверюшка. Поэтому сделайте одну из игрушек главным персонажем вечерней сказки. Пусть ребенок сам выберет, какую захочет, и расскажет о ней историю. Только нужно обязательно помочь малышу.

Начните рассказ, а затем предложите ему продолжить. Например: «Жил был лев по имени... Лев жил в... Он очень любил есть...» Теперь спросите: «Как ты думаешь, кто был его другом?» Это позволит пробудить воображение и фантазию ребенка. Поинтересуйтесь, где лев любил гулять, о чем он думал, просыпаясь по утрам, и т. д. Постарайтесь понять все, о чем хочет сказать ребенок, и помогите ему сочинить интересную историю.

## **Почитаем вместе**

Все родители знают, какую важную роль в развитии ребенка играет чтение. Это занятие традиционное, но оно во все времена увлекало детей. Исследования показали, что ребенок, которому много читают, быстрее начинает читать самостоятельно. Некоторые дети любят снова и снова возвращаться к одной и той же книге. Другие предпочитают разнообразие.

Если ваш ребенок постигает грамоту, старайтесь читать с ним по очереди одну и ту же книгу. Выбирайте по мере возможности хорошую детскую литературу — советуйтесь с библиотекарем, педагогом или просматривайте проспекты и другие информационные источники о лучших книгах для детей. Необходимо подбирать издания, соответствующие возрасту ребенка, хорошо написанные и красочно оформленные.

Такая литература стимулирует воображение ребенка, и, если книга действительно интересная, она доставит удовольствие и вам.

Когда малыш начнет уже читать сам, не прекращайте читать ему вслух. Даже дети, которые уже хорошо овладели грамотой, любят, когда им читают перед сном. Если ребенок, увлекаясь, не может остановиться, тогда заранее вложите закладку на несколько страниц вперед и заканчивайте чтение, когда дойдете до этого места.

## **Супер-герой**

Конечно, чтение вслух, рассказы и придумывание всякого рода историй перед сном доставляют ребенку огромное удовольствие. Вот один из способов, как рассказывать сказки, чтобы ребенок почувствовал к ним особый интерес. Придумайте рассказ, героем которого, конечно, должен быть ваш ребенок. Он решает все сложные задачи и находит выход из любого положения. Например, после многочисленных причудливых поворотов сюжета ваш рассказ приблизился к моменту, когда «Маленький львенок потерялся; он жалобно скулит, не зная, куда идти, сворачивается клубочком на земле и вот-вот заплачет. Как вдруг появляется... Салли. Салли пришла, чтобы выручить его. Только она знает, что делать».

## **Мой календарь**

Если у вас на кухне висит календарь, где отмечаются важные события в жизни семьи, или просто есть записная книжка, без которой не обойтись, ребенок, подражая вам, непременно захочет завести свой календарь. Возьмите для этого бумажные карточки, проколите дырки в уголках и скрепите их металлическим кольцом или веревочкой. Проставьте на каждой карточке с одной стороны число — от 1 до 28, 30 или 31, в зависимости от месяца. Каждый вечер вы или ребенок должны рисовать на обратной стороне карточки картинку, изображающую какой-то эпизод проведенного вами дня. Обсудите с ребенком, как у него прошел день и выберите событие, которое можно изобразить на бумаге. Пролистайте календарь заранее и отметьте в нем наиболее важные дела, которые вас ждут в течение недели или месяца. Можно оставлять в нем записки друг другу: «Мама, вспомни про воздушные шары», «Дэвид, не забудь убрать постель».

## **Знаешь ли ты, что я чувствую?**

Время перед сном — самый удобный момент для доверительного, задушевного разговора. Раскрываясь друг перед другом, вы сможете узнать, совпадают ли чувства, которые овладевают вами и вашим ребенком, в определенной жизненной ситуации. Можно задавать вопросы общего характера, например: «Что ты чувствуешь, когда встречаешься с чем-либо неприятным? Что ты испытываешь, если твой друг поступает нечестно?» Вопросы могут быть и более конкретными: «Что ты почувствовал, когда сегодня утром мы встретили доктора?», «Что ты подумал, когда за обедом папа рассердился на Мэта?»

Разговор должен начать взрослый и при этом быть искренним. Тогда и ребенок будет говорить откровенно и сможет понять, что взрослые также способны переживать.

Как только вы освоите эту игру, вам станет легче справляться с неприятными ситуациями, а малыша она научит общаться с другими людьми и делиться своими чувствами. Наконец, вы многое узнаете о своем ребенке.

## **Будьте осторожны**

**Никогда не указывайте ребенку, как нужно или как не нужно относиться к тому или иному событию, или что он неверно называет те чувства, которые испытывает. Если ребенок говорит: «Я схожу с ума», а вы считаете, что он просто испугался, можно сказать: «А я, попав в такую ситуацию первый раз, не сходил с ума, я просто боялся». Если вы хотите сохранить с ним доверительные и близкие отношения, никогда не говорите: «Ты не сошел с ума, а просто боишься».**

## **Друзья на картинке**

Если вы собираетесь уйти из дому на целый день, попросите ребенка просмотреть старые журналы (которые вам не нужны) и найти в них картинки с детьми или животными. Пусть кто-нибудь поможет ему вырезать их и приклеить на лист плотной бумаги. Вечером, перед сном, поговорите с ребенком об этих картинках. Посоветуйте ему придумать животному или человеку имя, семью, друзей, любимые игры, любимую еду.

Соберите коллекцию таких картинок, и пусть малыш выберет из них ту, о которой он хотел бы поговорить этим вечером. Можно познакомить один персонаж с другим.

Вместо того чтобы читать ребенку нотацию о том, как себя вести, можно использовать для этого картинки — расскажите, как должен поступить ребенок, изображенный на той или иной картинке.

## **Воспоминания**

Дети, как правило, любят слушать разные истории из жизни своих родителей, братьев и сестер. Как-нибудь вечером откройте старый семейный альбом и расскажите ребенку, кто это снят на фотографиях, где и при каких обстоятельствах сделаны те или иные снимки.

## **Лицо на стене**

Впервые мы узнали от соседей, как интересно играть в «лицо-призрак». Вырежьте в центре листа бумаги губы, нос и глаза. Затем, находясь в темной комнате, осветите фонариком одну сторону листа, и вы увидите, как на стене появляется страшное лицо. Придумайте ему имя и, конечно, «биографию». На следующий вечер сделайте другое «лицо». Пусть «призраки» встретятся друг с другом и развлекут вас забавной ночной историей.

## **Игра теней**

Эта игра основана на активном использовании света и тени. В нее с удовольствием играют и взрослые и дети. Подвесьте в центре комнаты лист бумаги. Выключите свет и осветите фонариком лист с задней стороны. В это же время кто-нибудь должен шевелить пальцами и руками между листом бумаги и фонариком, проецируя на бумагу тень. Те, кто сидит перед «экраном», должны понять, на что похожи тени, и рассказать какую-нибудь историю. В эту игру лучше всего играть вечером в выходные дни, когда к вам в гости приезжают родственники и друзья.

## **Массаж**

По вечерам мы часто беседуем с ребенком, обсуждаем события дня, читаем, секретничаем. Однако бывает, что малышу недостаточно такого общения — он хочет



чувствовать ваше прикосновение. Мягкий, ласковый массаж поможет ему успокоиться и заснуть. Что может быть приятнее нежного поглаживания спины, особенно если при этом еще и рассказывают сказку или тихо напевают песенку.

Если малыш перевозбужден, начните массаж со ступней (если только он не боится щекотки), предложив ему расслабиться и закрыть глазки. Помассируйте ноги в области икры, после чего у него должны расслабиться мышцы ног, а затем то же самое сделайте с руками малыша. Потом попросите его расслабить плечи и мягко их помассируйте. По завершении перейдите к шее и наконец к голове.

Делайте это при слабом освещении, очень спокойно, говорите монотонным голосом или тихонько напевайте, и вы увидите, поможет ли это вашему ребенку заснуть.

### **Осторожные прикосновения**

**Конечно, прикасаясь к ребенку, вы не хотели бы вызывать у него сексуальные ощущения. По мере того как он взрослеет и развивается, необходимо напоминать ему, что никто не должен касаться его тела, вызывая неприятные ощущения. Внушите ребенку, что если такое произойдет, то, прежде всего, он должен рассказать об этом родителям — в таких обстоятельствах родители всегда могут помочь. Перед тем как ребенок пойдет в школу, объясните ему, что окружающие могут прикасаться к его телу, только когда он разрешит это: «А если тебе неприятно, значит, происходит что-то плохое».**

### **«Карта» массажа**

Существует особый способ массажа спины, специально предназначенный для того, чтобы научить ребенка легко распознавать на географической карте стороны света.

Начните поглаживать спинку малыша, поясняя, в каком направлении вы это делаете. Если ваша рука движется вверх, значит вы направляетесь к «северной» части спины. Если вниз — скажите, что вы путешествуете на «юг». Почешите ему левый бок и объясните, что это «запад». Затем переместитесь направо, к «восточному боку». И когда ребенок научится распознавать стороны света, он сможет сам сказать вам, в каком направлении его нужно помассировать. На следующий вечер можно поменяться местами, попросив ребенка, чтобы он в определенном направлении погладил вам спину. Когда малыш начнет хорошо различать стороны света, расскажите ему о северо-западе, юго-востоке. Позже повторите «урок», глядя на глобус или географическую карту.

### **Беседа у телевизора**

Обращали вы внимание на то, каким образом родители используют телевизор? Для большинства из них — это способ занять ребенка, когда нужно сделать свои дела.

Однако телевизионные передачи предоставляют нам хорошую возможность для общения с ребенком. Хотя бы раз в неделю посмотрите с ребенком его любимую передачу. Но сначала надо, чтобы малыш подготовился ко сну. Затем, обнявшись, удобно устраивайтесь на кушетке, на полу или в кресле и смотрите передачу, при этом обсуждая ее.

У кого из вас есть видеомagnитофоны, необязательно смотреть программы, которые демонстрируются на телеканалах. Запишите понравившуюся ребенку передачу на кассету и просматривайте ее вместе в удобное время. Кассету с видеозаписями о

путешествиях, спортивных соревнованиях можно взять и напрокат. Фильмы о подводном мире и жизни животных особенно хороши для совместного вечернего просмотра. Если перед сном вам вместе лишь изредка удастся посмотреть телевизор, такое развлечение станет хорошим подарком для ребенка — ведь ваша компания будет ему особенно приятна. Пусть кто-нибудь другой из членов семьи отвечает на звонки и улаживает домашние дела. Относитесь к этому вечернему ритуалу серьезно и с полным вниманием, тогда ребенок поймет, что он многое для вас значит.

## Утомленная парочка

Если день выдался трудный и вы устали, вам обоим необходим именно такой отдых. Выключите свет, лягте рядом с ребенком на кровать, разумеется, если позволяют ее габариты, и скажите: «Папа (или мама) сегодня вечером ужасно устал(а), поэтому не можешь ли ты рассказать мне какую-нибудь хорошую сказку, чтобы мне легче было заснуть. Посмотрим, кто из нас заснет первым». Попробуйте заснуть рядом с малышом. Если кровать маленькая, возьмите подушку и расположитесь рядом на полу.

## Не привыкайте

**Вполне возможно, что вам понравится иногда вздремнуть рядом с малышом и вы начнете делать это регулярно. Однако не следует превращать это в привычку, поскольку ребенок тогда сможет засыпать только рядом с вами, что может оказаться не всегда удобно. Лучше делать это изредка, когда вы уверены, что вам ничто не помешает.**

## Текущие события

Ваш ребенок, по-видимому, уже привык к тому, что вы читаете газеты и журналы. Просматривая их вместе с вами, он почувствует себя взрослым и ему будет особенно интересно, если вы расскажете о том, что изображено на картинках. Не забывайте, что малыш только играет во взрослого, но при этом еще ребенок, поэтому, давая пояснения, постарайтесь избегать сложных терминов, которые могут его утомить. Кроме того, разумно выбирайте темы.

Показывайте друг другу картинки в журналах и газетах и подробно рассматривайте важные и интересные детали. Помогите ему подключить воображение и выявить способность оценивать, тогда вы поймете, что он видит на картинке. Вот некоторые вопросы, которые могут быть полезны.

Что происходит на картинке?

Как ты считаешь, часто ли люди делают это?

Ты тоже хотел бы заниматься этим? А как бы ты это сделал?

Именно так наш четырехлетний друг Адам во время последних президентских выборов стал очень хорошо разбираться в событиях. Он узнавал кандидатов, увидев их в газете или журнале, и всех агитировал за своего избранника.

## Звездочет

Это занятие может показаться не таким увлекательным, если вы живете в городе. Но если у вас есть дом в пригороде, а еще лучше в сельской местности, эта игра оставит неизгладимое впечатление у вас и вашего малыша. Вы можете превратить ее в ежегодный ритуал, когда отдыхаете за городом. Если метеорологи предсказывают

ясную и теплую погоду, позвольте ребенку не ложиться спать до темноты, и вместе отправляйтесь на улицу, захватив спальный мешок или одеяло и подушку. Лягте поудобнее и смотрите на звезды, обсуждая то, что видите. Если вам удастся найти время для этого занятия, вы не пожалеете.

### **Небольшая подсказка**

**Постарайтесь избегать вопросов, на которые можно ответить только словами «да» и «нет».**

### **Разговор о завтрашнем дне**

Многие дети любят спрашивать: «А что будет завтра?» Разговоры о том, что их ждет впереди, вырабатывают у детей способность планировать поступки, ставить перед собой цель, а также развивают искусство логической оценки событий. Перед тем как поцеловать ребенка на ночь, постарайтесь обсудить, как прошел у него день и что его ждет завтра. Пусть он сам попытается определить дела на завтра. Например, он может придумать, что будет есть утром; чем займется, когда вы уйдете на работу; или решить, из какого окошка помахать на прощание рукой. Если на следующий день предстоит что-то особенное — гость к обеду, визит к бабушке, покупка новых ботинок, вы получаете прекрасную возможность вспомнить об этом.

Составляя план, помните не только о домашних делах, но и о времени для развлечений. Однако накануне вечером не планируйте каких-либо срочных и обязательных дел, которые непременно надо закончить или начать и которые грозят ребенку неприятностями — например, визит к зубному врачу.

У малышей недостаточно развито чувство времени, поэтому попытки распределить свой день вносят элемент предсказуемости и безопасности их жизни. Когда вы желаете детям «спокойной ночи», им становится так тепло приятно, что часто они не хотят вас отпускать.

Мы хорошо знаем, как всякий раз, когда родители собираются выйти из комнаты, ребенок умоляюще повторяет: «Ну еще чуть-чуть...» Вместо того чтобы резко выйти, дайте ему понять, что действительно пора прощаться. Достаточно будет сказать: «Поговорим еще чуть-чуть, и я уйду», или можно спеть прощальную песенку, или произнести несколько слов вместе, или погладить его по спинке. Сказав, что наступило время прощания, обязательно держите свое слово. Пусть ребенок знает, что вы очень серьезно относитесь к этой процедуре и не намерены поддаваться на его уловки. Если вы держитесь твердо, ребенок скоро привыкнет к этому, и вечернее прощание станет для вас обоих приятным моментом, а не постоянной борьбой за ваше право уйти.

Детей легче уложить в постель, если они знают, что у них уже не получится снова начать «бродить по дому». Поэтому, когда укладываете ребенка спать, включите ночной свет и объясните ему, что, пока горит ночник, он должен лежать в постели — спать, размышлять или, если вы позволите, слушать музыку.

### **Прогони привидение**

Беспокоят ли вашего ребенка кошмары? Объясните своему маленькому трусишке, что привидения и чудовища живут только в воображении человека. Поэтому ими можно

управлять, просто приказав им исчезнуть. Расскажите ему, что это можно сделать даже мысленно. Однако иногда требуется дополнительная помощь.

Предложите малышу какое-нибудь специальное «средство от привидений». Можно взять маленький мешочек с «волшебным» порошком (мука, тальк, сахарная пудра — все подойдет). Нужно посыпать порошком края постели, чтобы убедить его, что он защищен от чудища. Можно распылить его в воздухе, придав туману легкий приятный запах. Или же попрыскайте вокруг кровати «волшебной» водой из бутылочки, предварительно добавив туда несколько капель ванилина или мяты.

### **Прикосновение к лицу**

**Некоторые дети особенно любят, когда их перед сном успокаивают таким образом. Закончив вечерний разговор и выключив свет, ласково проведите рукой по лицу малыша— по бровям, вокруг щек, над верхней губой, по подбородку и по лбу, — тихонько приговаривая: «Спи спокойно до утра».**

## **ГЛАВА 5. РАЗВЛЕКИТЕ БОЛЬНОГО РЕБЕНКА**

**Игра в алфавит**

**Детские фотографии**

**Зеркало**

**Кукольный театр**

**Странный зоопарк**

**Сделай стежок**

**Модельер**

**Вспомни цвет**

**Укрась стол**

**Сделай рывку**

**Геометрические фигуры**

**Взгляд украдкой**

**«Ювелирные» украшения**

**Ваш помощник**

**Расскажи сказку**

**Оправдание вины**

**Время для кино**

**О кинофильмах**

**Надписи в комнате**

**Коробочка с пуговицами**

**Веревочные истории**

**Найди парный предмет**

**Следы**

## **Уборка в доме**

## **Чтение журналов**

## **Коллаж**

## **Собери вместе**

## **Мой журнал**

Часто дети бывают не настолько здоровы, чтобы выйти на улицу и поиграть, и не настолько больны, чтобы оставаться в постели. В таком состоянии ребенок чувствует себя плохо не только потому, что болен, но и потому, что ему скучно. Постоянное сидение перед телевизором утомляет его, и он начинает хандрить. Плохое настроение может распространяться на других членов семьи быстрее, чем инфекция.

Есть много способов заставить работать мысли и воображение больного ребенка. Не позволяйте ему становиться пассивным и безучастным, если он может занять и развлечь себя. (Конечно, если ребенок болен серьезно, ему необходим покой и сон.) День или два, проведенные дома только вдвоем, могут стать прекрасным временем, когда вы сможете тесно общаться друг с другом и вам ничто не мешает. Используйте преимущества таких дней. Говорите друг с другом, играйте, доставляйте себе маленькие удовольствия — пирог с какао на тахте, попкорн и лимонный чай, молочный коктейль на завтрак. Даже если вы очень заняты, постарайтесь прервать ваши дела и уделите ребенку немного внимания, отдайте себя полностью в его распоряжение. Дни, когда дети болеют, трудно предвидеть, и поэтому болезнь доставляет неудобства занятым родителям. Но если у вас найдется немного свободного времени, вы сможете получить много удовольствия. Если вам нравится печь, но в обычные дни на это не хватает времени, принесите подушки и одеяло на кухню — пусть малыш удобно устроится в них, и пока вы готовите, он сможет поговорить с вами. Если вы не любите какие-то домашние дела — разбирать кладовку, гладить белье, — включите музыку и энергично принимайтесь за работу, пока ребенок чем-нибудь занимается рядом.

Иногда бывает трудно отвлечься от забот, которые занимают ваши мысли. Однако если обстоятельства сложились так, что вам пришлось остаться с больным ребенком именно в тот день, на который были запланированы важные дела, смиритесь; вместо того чтобы раздражаться, старайтесь провести время с удовольствием. Вы увидите, что несколько счастливых часов станут прекрасным лекарством для вас обоих.

## **Полезный совет**

**Если вашему ребенку захочется что-нибудь мастерить лежа в постели, дайте ему широкий поднос или крышку от большой коробки и еще подложите под них старое полотенце или простыню, чтобы не запачкать постель.**

## **Игра в алфавит**

Дайте ребенку несколько листов бумаги (лучше цветной), клей и нарисованные или вырезанные буквы. Теперь он готов складывать разные фигуры и слова или искать какую-либо букву из беспорядочно прикрепленных к бумаге. Затем посоветуйте ему найти все буквы его имени или буквы, частью которых является кружок.

## **Детские фотографии**

Соберите детские фотографии всех членов семьи: вашего малыша, его братьев и сестер, а также попытайтесь найти свои детские снимки, фото дедушек и бабушек, дядей, тетей, кузенов и кузин. Ребенок получит огромное удовольствие, пытаясь определить, кто из членов семьи изображен на фотокарточке, и сравнивая их с тем, как они выглядят сейчас. Дети любят слушать рассказы о том, что они делали, когда были «маленькими», а также о своих близких.

### **Особое условие**

**Дети особенно радуются, занимаясь этим с бабушками и дедушками.**

#### **Зеркало**

Даже самые маленькие дети любят играть с зеркалом. Небьющееся зеркало может стать хорошим дополнением к детской кроватке или манежу.

Дети постарше, которые умеют рисовать, могут использовать зеркало, чтобы изобразить свой портрет. Один раз можно нарисовать его карандашом, другой — цветными мелками. Смысл заключается не в том, чтобы точно передать черты лица, а в том, чтобы забавляться, глядя на себя в зеркало.

#### **Кукольный театр**

Спокойное и интересное занятие для ребенка, которому нельзя много двигаться, — игра в кукольный театр. Попросите его подготовить небольшое представление после обеда или полдника. Выберите несколько действующих лиц (кукол или других игрушек). Некоторые дети не испытывают никаких трудностей, сочиняя истории, другим необходимо подсказать начало. В любом случае, попросите ребенка придумать пьесу, отрепетировать и представить ее. Если есть время, выберите своих героев и попытайтесь придумать сказку вместе. Возможно, вам захочется показать ее остальным членам семьи во время обеда.

#### **Странный зоопарк**

Чтобы заняться этой игрой, нужно уметь немного рисовать, немного рассказывать, обладать богатым воображением — и тогда вы получите массу удовольствия.

Ребенок закрывает глаза и на листке бумаги рисует каракули; открыв глаза, он рассматривает свой рисунок и решает, как превратить его в какое-нибудь необычное животное. Например, можно добавить десять глаз, три уха, четыре хвоста, шляпу-цилиндр и что-нибудь еще.

Помогите ему создать как можно больше таких странных животных и дайте им такие же странные названия. В один прекрасный день наш друг Джейсон обнаружил в своем зоопарке «оплопа», «илатормея» и пышущего огнем «дунка». Подобно Джейсону, ваш ребенок может собрать своих животных в странный зоопарк и развлекать членов семьи рассказами о них.

#### **Сделай стежок**

Многие дети как девочки, так и мальчики, любят шить. Один из способов развить навыки двигательной активности у вашего ребенка — посоветовать ему вырезать в двух экземплярах одежду одинакового фасона — две юбки, две пары брюк или два платья. Сложив оба кусочка вместе, проколите по краям отверстия, затем пусть

малыш соединяет их с помощью веревочки, нитки или шнурка, вдетых в иглу для вышивания. Дети постарше могут учиться пришивать пуговицы к кусочкам ткани или делать маленькие одеяльца из разноцветных лоскутков.

### **Самодельная иголка**

**Если малыш еще не умеет пользоваться иглой или ему трудно с ней справиться, помогите ему, обмотав конец шерстяной нитки целлофановой полоской так, чтобы получился острый конец.**

### **Модельер**

Вырежьте из твердого картона маленькую человеческую фигурку. Приклейте подходящее лицо. Это может быть лицо манекенщицы, вырезанное из журнала, фотография вашего ребенка или кого-нибудь из рекламного проспекта. Затем сделайте из такой же плотной бумаги образцы одежды для куклы, своего рода «лекала» рубашки, брюк, платья и юбки. Возьмите цветную бумагу или любой другой материал, имеющийся под рукой; пусть ребенок обведет «лекала» на цветной бумаге и вырежет их; таким образом, у бумажной куклы получится богатый гардероб.

### **Сделайте запас**

**Запаситесь несколькими кусочками шерстяных ниток, большим вязальным крючком (вместо иглы с ушком) и несколькими листами пластиковой сетки. Пусть ребенок попробует сделать украшение на стену или себе на пояс, или еще что-либо, подсказанное ему воображением.**

### **Вспомни цвет**

Подберите несколько небольших предметов разного цвета и формы. Например: желтое перышко, красное сердечко, черную игральную шашку и коричневый мелок. Пусть ребенок внимательно их изучит. Положите предметы в коробку и завяжите ему глаза. Засунув руки в коробку, он должен по очереди ощупать предметы, вспомнить какого они цвета и затем вытащить их. Снимите повязку, и пусть ребенок убедится, правильно ли он запомнил предметы.

### **Укрась стол**

По мере того как дети взрослеют, у них возникает потребность в полезной деятельности. Предложите больному малышу подготовить сюрприз остальным членам семьи, украсив стол к ужину. Пусть он сделает бумажные салфетки, именные карточки и украшения для комнаты, а затем оформит помещение, в котором семья обедает. Если у вас найдутся время и силы, то по такому случаю можно приготовить что-нибудь особенное на десерт.

### **Сделай рывку**

Предложите ребенку найти изображения рыб в книгах, журналах и энциклопедиях, обращая внимание на их характерные признаки — плавники, хвосты, жабры, на их форму и окраску. Затем посоветуйте ему сделать собственный «аквариум». Малышу будет нетрудно нарисовать рыбок, выводя кружки и овалы и присоединяя к ним треугольники одним из углов. Раскрасив рыбок полосками и пятнышками, он вырежет и наклеит их на большой лист голубой бумаги (или серебристой фольги). Добавьте в «аквариум» водорослей, разрезав зеленую бумагу на волнистые полоски и приклеив

их туда же. Мелом можно подрисовать пузырьки и волны. Когда все будет готово, покройте рисунок полиэтиленовой пленкой, чтобы получился мерцающий фон, создающий впечатление воды.

Можно сделать и по-другому: привяжите рыбку за веревочку и подвесьте на крючок так, чтобы она двигалась.

### **Честолюбивые замыслы.**

**Можно усложнить игру, вырезав две большие рыбы одинаковой формы, но при этом чтобы одна из них получилась чуть больше другой. Пусть ребенок раскрасит обеих рыб (с одной стороны), а затем скрепите их вместе скрепками так, чтобы края одной можно было загнуть на другую, но не до конца. Набейте пространство между ними туалетной бумагой и скрепите оставшуюся часть.**

### **Геометрические фигуры**

Пусть ребенок вырежет из плотной бумаги много-много кружков, прямоугольников и треугольников разного размера. Теперь можно их сложить в виде каких-нибудь фигур и придумать о них историю. Например, можно сложить длинный поезд, приклеивая кружочки (колеса) под прямоугольниками (вагонами), и соединить их маленькими черными полосками. Таким образом можно сделать роботов, кораблики и трубочки для мороженого, а также любые другие предметы, которые захочет ребенок.

### **Взгляд украдкой**

Сначала предложите малышу вырезать из журналов картинки с животными и другими предметами. Когда он приклеит их на несколько кусочков бумаги, начните игру в загадки. Возьмите кусочки бумаги такого же размера, сделайте в них маленькие отверстия. Выберите одну из картинок и накройте ее кусочком бумаги. Пусть ребенок попытается узнать предмет, который он увидит через дырочку.

Можно сделать одну, две или, если требуется увидеть больше деталей, чтобы узнать ее, три маленькие дырочки в разных частях листка бумаги, или просто двигать его по поверхности картинки.

### **«Ювелирные» украшения**

Детям разного возраста очень нравится мастерить «ювелирные» украшения — бусы, браслеты, брошки. Самые маленькие могут нанизывать на нитку с помощью большой иглы попкорн, макаронные изделия или сухие завтраки, чтобы из них получились «настоящие драгоценности». Квадратики цветной бумаги и пуговицы вполне сойдут за полудрагоценные камни. Сделав украшение, ребенок может раскрасить браслеты и ожерелья в любимые цвета каждого члена семьи. Детям постарше можно купить бисер.

Чтобы сделать брошку, вырежьте из плотного картона кружочки или какие-нибудь абстрактные фигурки, и пусть ребенок украсит их, приклеив горошины, лоскутки и обрезки ткани. Прикрепите с обратной стороны брошки безопасную булавку или можно сделать отверстие, в которое продерните шнурок, и тогда получится кулон.

### **Ваш помощник**



Дети любят чувствовать себя полезными, и во время болезни их можно занять действительно нужными делами. Пусть ребенок разложит по цвету свои носки, или расставит в кладовке этикетками вперед консервные банки, или вытрет пыль с книг на своей полке. Кроме того, это подходящий случай, чтобы привести в порядок игрушки и найти пропавшие части от них.

### **Расскажи сказку**

Дни болезни — идеальное время для чтения вслух; и у некоторых родителей всегда есть в запасе интересная книжка. Если вам необходимо, чтобы ребенок вел себя тихо, а времени для чтения нет, включите кассету с записью сказки. Ее можно купить, взять в фонотеке или записать самим.

### **Оправдание вины**

Если вы слишком заняты на работе и не можете находиться вместе с больным ребенком, заранее запишите какие-нибудь сказки на кассету. Уходя из дому, оставьте кассету ребенку, чтобы он мог слушать ее в течение дня. В конце пленки, когда закончится последняя сказка, скажите ему несколько слов и попросите придумать другой конец этой сказки, которую вы прослушаете вместе с ним, когда вернетесь домой.

### **Время для кино**

Если заболевание протекает с осложнениями, например, если ребенка беспокоит зуд при ветряной оспе или боль в горле, возьмите напрокат видеокассету и развлеките его. Для малыша необходимо подобрать фильм, соответствующий его возрасту. Детей постарше можно порадовать, показав им свой любимый старый кинофильм, который никто из остальных членов семьи не хочет смотреть.

### **О кинофильмах**

Выбирайте в основном хорошо известные вашему ребенку фильмы.

Понаблюдайте, как дети воспринимают немые фильмы с участием Чарли Чаплина; спросите своих друзей, какие из фильмов нравятся их детям больше всего.

### **Надписи в комнате**

Если вам в руки попадет пара листов переводных картинок-букв или трафареты для букв (поищите их в магазине товаров для офиса или в канцелярском), то вашему ребенку можно предложить поиграть в спокойную игру, лежа в постели или находясь где-нибудь рядом с вами, пока вы заняты. Сначала предложите ему сделать таблички с надписями, которые необходимо развесить по всему дому. Первая из них предупредит, что в доме больной ребенок: «Джейсон болен». Следующие надписи будут, такими: «Комната мамы и папы» или «Комната Джейсона»; все это нужно сделать на большом листе бумаги и украсить орнаментом. Посоветуйте ему придумать таблички с напоминаниями: «Ты помылся?» и «Ты побрился?» (для ванной), «Улыбнись» (для зеркала). Если ребенок еще недостаточно хорошо знает алфавит, обведите буквы, которые он должен перевести на бумагу. Самые маленькие на листе бумаги могут нарисовать ими придуманные условные обозначения.

### **Коробочка с пуговицами**

Есть ли у вас коробочка или баночка, куда вы складываете пуговицы — новые или от старой одежды? Больному ребенку будет интересно привести их в порядок. Пусть он рассортирует их по маленьким пакетикам или коробочкам. Все маленькие белые пуговицы нужно сложить в одну кучку, а большие белые — в другую. Все темные пуговицы отделить от фасонных и фигурных. Можно заниматься в кровати, разложив пуговицы на подносе; однако эта игра предназначена, конечно, для уже достаточно больших детей, которые знают, что пуговицы нельзя брать в рот или засовывать в другие отверстия.

## **Веревочные истории**

Дети, которых лихорадит, очень любят прижаться к вам, когда вы читаете им или вместе слушаете кассеты. Ребенок, у которого легкое заболевание, может помочь вам придумать историю. Возьмите длинный кусок веревки и сядьте вместе на пол. Сделав из веревки кружок, спросите ребенка, на что это похоже, и начните сочинять рассказ. Затем один из вас может изменить расположение веревки, как ему захочется, и продолжить историю. Например, если ребенок смотрит на круг и говорит: «Солнце», вы начинаете рассказывать о ярком солнечном дне. Если же он говорит «огурец» — значит, начинается новая история. Время от времени, манипулируя веревкой, меняйте фигуры и придумывайте новые рассказы или продолжайте предыдущий. Сделайте волнистую линию, прямую линию, большие и маленькие кружки и т. д. Вы заставите работать свое воображение и ребенка. Смысл игры — подурачиться и повеселиться.

## **Найди парный предмет**

Возьмите два бумажных пакета и положите в каждый из них по несколько одинаковых парных предметов. Это могут быть шарики из ваты, квадратики шелковой материи, кусочки шерстяной пряжи, пуговицы разной формы, губка, разрезанная на разной величины мелкие части. Теперь ваш ребенок может превратиться в Волшебника.

Не глядя, он должен вынуть сначала какой-нибудь предмет из одного пакета, а затем найти такой же в другом. Понаблюдайте, сколько времени это будет занимать у него каждый раз.

## **Следы**

Когда ваш маленький «вечный двигатель» исчерпает свою энергию, взрослые, возвратившись вечером домой, не могут найти его там, где он обычно бывает. Посоветуйте ему оставлять следы, по которым его можно было бы легко обнаружить: в спальне или в каких-то укромных уголках, где ему нравится играть или просто набираться сил.

Сделайте так: пусть ребенок встанет обеими ногами на лист белой бумаги; обведите ступни, а затем вырежьте следы из бумаги и сделайте по несколько копий каждого из них. Предложите малышу разукрасить каждый след так, как ему захочется — темно-красную ступню в зеленый и розовый горошек, ступню с пятнышками или с ярко-красными ногтями. А потом пусть разложит следы повсюду — от входной двери до того места, где находится.

## **Уборка в доме**

Итак, вам пришлось остаться дома с больным малышом, и это нарушило ваши планы. Рабочий стол в офисе завален срочными бумагами, кроме того, есть длинный список

дел, с которыми необходимо управиться дома. Пытаясь успеть везде, к концу дня вы почувствуете себя совершенно разбитыми. Однако есть и другой путь — выполнить только необходимый минимум работы и попытаться отдохнуть. День, проведенный дома вместе с ребенком, даст вам такую возможность.

Найдите старые пластинки или кассеты и под звуки любимой музыки начните уборку на кухне или займитесь каким-нибудь делом, которое вы давно откладывали. Пусть ребенок «поможет» вам, устроившись на одеялах и подушках, разложенных на полу. Если он чувствует себя достаточно хорошо, поручите ему какую-нибудь легкую работу. Помните, что смысл задания не в том, чтобы выполнить его как можно быстрее, а в том, чтобы приятно провести время, делая что-нибудь полезное.

Если старые мелодии напомнят вам о чем-то из прошлого, расскажите ребенку какие-нибудь случаи из вашей жизни. Спросите, что ему понравилось больше всего.

## **Чтение журналов**

Вы сможете весело провести время, если вместе с ребенком будете рассматривать журналы. В них можно найти много интересного, даже не умея читать.

Например, предложите ребенку заняться систематизацией картинок. Найдите и вырежьте все картинки с изображением машин, зданий или кораблей. Ищите рисунки, где есть красный цвет или улыбающиеся люди. Если у кого-нибудь из вашей семьи есть увлечение, сделайте для него маленький буклет: для старшей сестры вырежьте все фасоны платьев, для папы — все картинки о спорте.

Можно увлечь ребенка анализом того, что он видит на картинке, заставляя работать его воображение. Пусть он учится делать выводы (почему люди носят портфели?), воспринимать пространственные отношения (что находится ближе к человеку — дом или лошадь?), отношения между людьми (почему этот человек держит ребенка на руках?), высказывать суждения (можно ли это животное приручить?) и приходиться к заключению (как ты думаешь, почему стекло разбилось?).

## **Уголок коллекционера**

**Если вы не получаете иллюстрированные журналы по подписке, используйте рекламные объявления с картинками в газетах. Сложите их где-нибудь и храните до тех пор, пока они не понадобятся.**

## **Коллаж**

### **Аппетитное меню**

Дайте ребенку бумажные тарелки и попросите приготовить несколько вкусных блюд. Это можно сделать, найдя в журналах картинки, на которых изображены продукты, а затем, вырезав эти картинки, наклеить их на тарелки. Когда все будет готово, пригласите кукол и игрушечных животных на завтрак, обед или ужин.

### **Заглавные буквы**

Напишите в верхней части листа бумаги букву, с которой начинается имя вашего ребенка. Предложите ему поискать в газете или журнале изображения предметов, на звание которых начинается с этой буквы, а потом поищите слова, которые начинаются с этой же буквы. Вырежьте картинки и наклейте на лист бумаги. Затем под каждой иллюстрацией напишите печатными буквами название предмета.

### **Времена года**

Сделайте книжечку с картинками, на которых изображены разные времена года. Для этого вырежьте их из журнала и распределите соответственно каждому времени года. Ребенок может нарисовать на листе бумаги то, что он обычно делает зимой, весной, летом и осенью, а потом подклеить эти рисунки в книжечку.

### **Буквы и слова**

Напишите наверху каждой страницы журнала разные печатные буквы. Ребенок должен просмотреть страницу и найти слова, начинающиеся с буквы, которую вы написали. Пусть он обведет каждое найденное слово кружком. Затем помогите ему сосчитать все выбранные на странице слова и определите, какие буквы встречаются чаще всего.

### **Что я люблю**

Поговорите немного о том, что вы любите больше всего: о любимой еде, игрушках, машинах, одежде. Пусть ребенок просмотрит журналы и найдет картинки с этими предметами, вырежьте и наклейте их на отдельные листы бумаги так, чтобы получилась книжечка.

### **Для тех, кого вы любите**

Если у вас есть дедушки и бабушки или любимые родные, живущие в других городах, пусть ребенок продиктует, а вы напишите письмо и пошлите книжечку вместе с письмом в подарок кому-нибудь из близких.

### **Я нашел цифру**

Дайте ребенку книгу или журнал и назовите номер страницы, которую он должен найти. Заметьте, сколько времени ему потребуется для этого. Затем попросите найти другую страницу. Запишите номера найденных страниц и время, затраченное на их поиск. Составьте их перечень так, чтобы можно было увидеть, какие цифры он находит легко, а какие с трудом. Собирая данные в течение некоторого времени и сравнивая их, можно заметить, как развивается ребенок, и определить, какие цифры представляют для него наибольшую трудность.

### **Коллаж из имен**

Используйте для составления коллажа заголовки газет. Пусть ребенок вырежет буквы, из которых состоит его имя. Затем он должен составить свое имя, используя разные шрифты букв. Пусть он соберет все возможные варианты написания, наклеит буквы на бумагу и оформит в виде коллажа.

### **И так далее**

Начинающему читателю доставляет удовольствие находить в книге определенные слова. Напишите в верхней части страницы какое-нибудь распространенное слово, например «это», «он», «она» или «и». Пусть ребенок обведет кружком или подчеркнет каждое найденное на странице слово. После этого он может подсчитать, как часто это слово встречается.

### **Собери вместе**

Пронумеруйте сверху чистые листы бумаги от одного до пяти и дайте их ребенку. Просматривая журналы, он должен искать предметы определенной категории и

вырезать их изображения. Затем поместите на первом листе один предмет одной категории, на втором — по две картинки одного и того же предмета (два ботинка, два холодильника) и т. д.

## **Мой журнал**

Изучая журналы, которые есть у вас дома, ребенок может сделать свой собственный журнал. Дайте ему несколько листов бумаги, клей, фломастеры и предложите сделать журнал, посвященный какой-либо теме. Закончив работу, пусть он «прочтет», о чем «написано» в его журнале.

## **ГЛАВА 6. В ПЛОХУЮ ПОГОДУ – ВСЕ, КРОМЕ ТЕЛЕВИЗОРА.**

**Мокрый мел**

**Вывери наряд**

**Театральный реквизит**

**Удержи книгу**

**Цвет дня**

**Музыкальный антракт**

**Собери палочки**

**Музыкальные животные**

**Поиски сокровищ**

**Почисти зубы**

**Волейбол дома**

**Воздушные шары в подарок**

**Что пропало?**

**Я знаю, что это**

**Убежище**

**Мост в страну чудес**

**Загадки про животных**

**Книга о кошках**

**Игра в «классы»**

**Язык жестов**

**Шершавые Буквы**

**Автогонки**

**Соедини капли дождя**

**Поиск в библиотеке**

**Отпечатки**

**Космос**

**Компьютер**

**В какой руке?**

**Самодельный календарь**

**Подходящий размер**

**Строительство**

**Бумажная конструкция**

**Мозаика из яичной скорлупы**

**Глиняная скульптура**

**Морское путешествие в Китай**

**Контурные вещи**

**Танец с шарфом**

**Звукооператор**

**Кукольный театр**

**Куклы из пакета**

**Знаменитые следы**

**Друг из подушки**

**Несколько самых любимых вещей**

**Таинственные звуки**

Дождливый день может показаться таким же бесконечным, как путешествие Ноя в Ковчеге, потому что полный энергии непоседа вынужден долгое время оставаться в замкнутом пространстве. Мрачный, пасмурный день может угнетать и взрослых и детей — и никак не справиться с плохим настроением. Чтобы не зависеть от ненастной, холодной погоды, ребенок должен быть в хорошей физической и психической форме. И в этом могут помочь игры, увлекательные занятия и представления, описание которых дается в этой главе. Если есть возможность, пригласите к себе друзей, но не забывайте, что развлечься можно и своей семьей, занимаясь делами гораздо более полезными и приятными, нежели бесконечное сидение перед телевизором. Помните также, что, несмотря на холод и сырость за окном, необходимо провести хотя бы несколько минут на свежем воздухе. Когда после дождя появится солнце, поищите на небе радугу.

В этой главе вы найдете много полезных советов, как занять детей любого возраста при любой погоде.

## **Мокрый мел**

В мокрую погоду хорош и мокрый мел. Утром на два — три часа опустите цветной мелок в раствор из трех частей

воды и одной части сахара. (Сахар делает мел более плотным и, высохнув, тот меньше крошится.)

Затем пусть ребенок что-нибудь начертит на плотной бумаге (желательно черного цвета) или на грифельной доске, и он увидит, каким глубоким и красивым становится цвет рисунка.

## **Выбери наряд**

Дождливый день — очень подходящее время для того, чтобы наряжаться. В этом случае неплохо бы иметь под рукой коробку или мешок со старой одеждой. Пусть ребенок попробует пройтись по комнате в маминых туфлях на высоких каблуках (даже мальчишки получают от этого большое удовольствие) или в огромных папиных ботинках, подложив в них стельки; а еще интересно таинственно закутаться в шаль или с важным видом надеть «ковбойскую» шляпу; очень приятно станцевать в накидке, сделанной из юбки, простыни или полотенца. Девочки любят примерять мамины украшения, красить ногти и немножко попользоваться маминой косметикой.

Предложите малышу изобразить какой-нибудь забавный персонаж, подобрав соответствующий костюм. Посоветуйте ему предстать в виде супермена в плаще, ковбоя в пестром шелковом платке и сапогах, изобразить старуху с клюкой или пришельца в шлеме с другой планеты. Ребенок будет играть роль, а вы угадывать, кто это перед вами.

## **Театральный реквизит**

Прекрасные подарки для ребенка можно приобрести в театральном магазине. Высокая картонная шляпа, прогулочная трость и дешевые белые перчатки способны превратить вашего малыша в блестящего дэнди. Нос клоуна, огромные туфли, пластмассовый галстук-бабочка или парик принесут детям много радости и веселья.

## **Удержки книгу**

Представьте, что вместе с ребенком вы изобрели новый олимпийский вид спорта — балансирование с книгой. Пусть малыш пройдет по комнате, пытаясь удержать ее на голове и не уронить. Он не должен дотрагиваться до книги руками. Очень скоро ребенок поймет, как важно передвигаться осторожно, высоко держа голову. Выбирайте книги разного формата, чтобы ему стало понятно, какие из них легко удержать на голове, а какие трудно.

Можно придать игре форму соревнования между несколькими детьми. Кто-нибудь один выполняет роль судьи, в то время как остальные пытаются удержать книги на голове. Все дети одновременно ходят по комнате, и выигрывает тот, кто дольше всех удержит книгу, не притрагиваясь к ней. Победитель становится судьей и назначает участникам игры новый формат и вес книги.

## **Цвет дня**

Если, проснувшись дождливым утром, ребенок начнет жаловаться, что ему нечем заняться, познакомьте его с этой игрой.

Предложите малышу выбрать любой цвет, например красный. Дайте ему одежду красных тонов, найдите для завтрака, обеда и ужина-, продукты красного цвета и украсьте ими стол. Красные рисунки, игрушки и даже частое употребление слова «красный» должны сопровождать ребенка в течение всего дня. Ищите в журналах картинки с красным цветом, посчитайте в доме все красные предметы. Для следующего дня помогите вашему сыну или дочери придумать новый цвет.

## **Музыкальный антракт**

Организируйте оркестр из самодельных музыкальных инструментов. Их можно изготовить из того, что есть дома.

Положив в металлическую банку из-под чая маленькие камешки, пуговицы или стеклянные шарики, вы получите музыкальный инструмент.

Металлический звук уже есть, теперь нужно поискать небольшие кусочки дерева или деревянные предметы (например, деревянную ложку, доску для сыра, деревянные формочки или прищепки для белья). Ударяя друг о друга двумя деревянными предметами, медленно или быстро, сильно или осторожно, вы извлекаете звуки, подходящие для танцевальной музыки. Включив пластинку или кассету, ребенок может поддерживать ритм мелодии, играя на своих инструментах. Если шум, производимый оркестром, становится слишком громким, попросите музыканта играть в более тихой тональности.

### **Собери палочки**

Даже маленькие дети любят эту традиционную игру. Возьмите десять палочек от эскимо или пластмассовые соломинки. Ребенок держит их в руке, затем отпускает, и они падают на стол. Малыш должен осторожно собрать их по одной так, чтобы не сдвинуть лежащие рядом. Если он сдвинет хотя бы одну, игра заканчивается. Подсчитайте, сколько палочек он может собрать за один раз и сколько попыток должен сделать, чтобы, наконец, собрать все палочки. Понаблюдайте за его успехами по мере того, как он приобретает опыт игры. Теперь ваша очередь играть.

### **Музыкальные животные**

Развлеките ребенка, показывая ему, как звучат высокие и низкие ноты на фортепьяно. Несколько раз медленно нажмите на басовые клавиши. Пусть малыш, внимательно прослушав их, попытается изобразить походку животного, которого ему напоминают эти звуки, — слона, бегемота или, может быть, медведя.

Затем перейдите к высоким нотам и играйте в более быстром темпе. Следуя музыке, ребенок должен изменить свое поведение, имитируя движения птиц, мышей, кошек или обезьян.

Позвольте ребенку ударить по клавишам и изобразить то, что возникает в его воображении.

Если у вас нет пианино, попробуйте постучать по игрушечному барабану, сначала ударяя редко и глухо, а затем, наоборот, часто и звонко. Поищите в доме предметы, которые можно было бы использовать в качестве инструментов — например, большой пластмассовый таз и две деревянные ложки, — а затем попробуйте поиграть на них.

### **Поиски сокровищ**

Дети всегда с удовольствием что-нибудь прячут и ищут, поэтому поиграйте со своим малышом в прятки или в поиски сокровища, используя игрушки или предметы домашнего обихода. Полезно включить в игру элементы обучения.

Если ваш ребенок учит алфавит, то напишите какую-нибудь букву на нескольких клочках бумаги. Пусть малыш выйдет из комнаты, пока вы их прячете (только не старайтесь спрятать слишком далеко, чтобы не разочаровывать его). Позовите ребенка обратно и торжественно объявите: «В этой комнате в тайниках хранятся шесть букв „Т“. Посмотрим, быстро ли ты их найдешь». Если малышу трудно,



подсказывайте, говоря «горячо», когда он приближается к спрятанному предмету, и «холодно», когда удаляется.

Для ребенка постарше напишите на бумаге буквы, из которых состоит его имя или новое слово, и вырежьте их, как для ребуса. Найдя буквы, ребенок должен собрать их в одно слово (с вашей помощью, если необходимо), и пусть это станет частью игры.

Самые старшие дети могут заняться поисками шести предметов, в названии которых есть две гласные буквы (книга, мыло, сумка, щетка, лампа, очки), десяти предметов на букву «Т» или искать вещи из списка, составленного вами.

Постарайтесь сделать так, чтобы в разных вариантах игры названия предметов повторялись.

## **Почисти зубы**

В дождливый день неплохо проверить, в каком состоянии зубы у кукол и игрушечных животных. Посоветуйте ребенку изготовить зубную щетку. Возьмите палочку от мороженого, и пусть малыш раскрасит ее цветным мелом. Вырежьте из бумаги маленький прямоугольник, длина которого составляет одну треть от длины палочки, а ширина в четыре раза больше, чем ширина палочки. Сложив бумагу пополам, сделайте зигзагообразные надрезы с обоих краев. Затем просуньте палочку между ними и склейте, совместив вырезанные края. Теперь ребенок может заняться зубами своих «жертв». Если он обязательно захочет пользоваться зубной пастой, дайте ему немного порошка талька (не забудьте напомнить, что люди не чистят зубы тальком).

## **Волейбол дома**

Вы хотите заняться физическими упражнениями, не выходя на улицу? Воздушные шары — это то, что вам нужно. Они небольшие, легкие и на 92 процента гарантируют от любых повреждений. Пусть ребенок забавляется, подбрасывая шары вверх одной или двумя руками попеременно. Натянув веревку между спинками двух стульев, находящихся на некотором расстоянии друг от друга, устройте игру в волейбол. Несколько детей одновременно могут с удовольствием перебрасывать шар туда и обратно.

## **Воздушные шары в подарок**

Всегда держите под рукой пакет с воздушными шариками. Они могут пригодиться для разного рода развлечений; можно ловить их, как мяч, играть ими в «бадминтон», заменив теннисные ракетки журналами, устроить соревнование — кто быстрее перебросит шар на другой конец комнаты. Воздушные шары могут украсить комнату больного малыша или, по желанию ребенка, висеть причудливыми гирляндами над обеденным столом.

## **Что пропало?**

Положите на поднос пять предметов, например: ключ, мячик, ложку, кубик и мелок. Пусть ребенок внимательно посмотрит на эти предметы и назовет каждый из них.

Затем он закрывает глаза, а вы в это время прячете один из предметов в карман. Снова посмотрев на поднос, малыш должен определить, чего не хватает. Чтобы было интереснее, постепенно добавляйте на поднос новые вещи, и когда ребенок освоит

игру, начните убирать сразу по несколько предметов. Обычно в этом занятии с удовольствием принимают участие все члены семьи.

Для разнообразия можно завязать малышу глаза, чтобы он, ощупав, определил, что лежит на подносе, а что пропало.

Спрячьте предмет, который вы взяли с подноса, где-нибудь в комнате и поиграйте в «горячо-холодно» (говоря «горячо», когда ребенок приближается к предмету, и «холодно», когда удаляется); продолжайте игру, пока он не найдет его.

## **Я знаю, что это**

Завяжите ребенку глаза шарфом или платком. Объясните, что передвигаться по комнате надо осторожно, вытянув руки вперед. Дотронувшись до какого-нибудь предмета, он должен назвать его и описать. Затем наступает ваша очередь сделать то же самое. Сравните свои впечатления и узнайте, что ребенку нравится больше — искать предметы или следить за тем, как это делаете вы.

Конечно, сначала необходимо убедиться, что в комнате нет опасных предметов или дорогих китайских ваз. Постарайтесь все время, пока у ребенка закрыты глаза, находиться рядом.

## **Убежище**

В те дни, когда ребенку нельзя выходить на улицу, для него будет большим удовольствием забраться в «пещеру», сделанную из больших картонных коробок (причем, чем больше коробки, тем лучше), или в «палатку», в которую превращается стол, накрытый покрывалами или простынями. Вы сооружаете декорации, а ребенок заполняет их вымышленными персонажами.

Пусть маленькие дети покрасят или разрисуют коробки, а те, кто постарше, — вырежут ножницами окна, чтобы можно было выглядывать из палаток наружу.

## **Мост в страну чудес**

Соорудите полосу препятствий на пути, ведущем в страну чудес. Перекиньте через них мост из скамейки и двух стульев или просто положите две толстые веревки на пол, которые могут обозначать переправу. За мостом тоже должны быть препятствия, которые необходимо преодолеть любым способом: перепрыгнуть, перелезть или пройти в обход. Кушетку можно миновать, пробравшись сзади, под стулом — проползти, а через табуретку — перешагнуть; на мешок с подушками можно прыгнуть, а в пластмассовую корзинку с бельем — сесть. В качестве дополнительных препятствий можно использовать картонные коробки, скамеечку для ног и корзины.

Теперь немного пофантазируйте. Расскажите ребенку, что этот мост ведет в прекрасную сказочную страну. Пусть малыш сочинит историю о том, куда он отправился и что там увидит. Перейдя мост, он может попасть в сказочный мир, вернуться обратно и вновь начать путешествие. Он погуляет в чудесном парке и прокатится на ракете (встав на табуретку) или поплавает в озере (лежа на одеяле и барахтаясь). Возможно, он захочет отправиться в космос или к Волшебнику Изумрудного Города, или в Диснейленд к Микки Маусу. Ему любопытно будет побродить по дому с привидениями, ему понравится в цирке и захочется провести весь дождливый день с Питером Пэном.

В эту замечательную игру можно играть вместе с друзьями. Только не удивляйтесь, если вдруг приготовления к ней займут намного больше времени, чем само путешествие.

## **Загадки про животных**

Предложите ребенку задумать про себя какое-нибудь животное и жестами изобразить его повадки. По тому, как он двигается, постарайтесь понять, кто это. Малыш должен помочь вам сделать это как можно быстрее.

Затем наступает ваша очередь загадывать. После того как вы оба справитесь с этой задачей, побеседуйте о зверях, птицах, рыбах. Составьте список животных, которых уже знает ребенок, и постарайтесь найти картинки с их изображением. Разделите их на три группы: дикие, домашние и комнатные животные. Постарайтесь узнать побольше о тех из них, кого вы изображали, и посмотрите, удастся ли вам теперь сделать это лучше. Подумайте также о прогулке в зоопарк, правда, туда лучше пойти в солнечный день.

Такие упражнения обогатят словарный запас вашего ребенка и его представления об окружающем мире.

## **Наблюдение за животными**

**Если ваш ребенок проявил большой интерес к этой игре, постарайтесь посмотреть вместе с ним какой-нибудь фильм о животных.**

## **Книга о кошках**

Это занятие также понравится вашему малышу, если он успел уже полюбить животных. Пролистайте вместе журналы, книги и поищите картинки, изображающие различных представителей семейства кошачьих. Побеседуйте о том, чем они отличаются друг от друга. Затем предложите ребенку сделать свою книжечку о кошках. Он может нарисовать их, перевести через кальку или вырезать из картинок. У каждой кошки должна быть своя страница. На рисунки наклейте нитки или кусочки бумаги, чтобы животные «обросли» шерстью — полосатой или пятнистой, и таким образом ваш ребенок создаст новую породу кошек. Пусть каждой из них он даст кличку.

Соберите все картинки, скрепите или сшейте их вместе так, чтобы получилась книжка. Напишите на обложке заглавие, и пусть ваш сын или дочь как автор поставит на ней свою фамилию.

## **Игра в «классы»**

Если у вашего активного ребенка избыток энергии, вот лучший способ выпустить ее не покидая дом. С помощью клейкой ленты обозначьте на полу квадраты-«классы». Для этого занятия более всего подходит большой коридор или закрытая веранда, а кроме того, свободное место на кухне или в комнате.

Вероятно, вы помните, как начинается игра. Нужно бросить небольшую битую в нарисованные квадраты так, чтобы она попала в квадрат, не касаясь линий. Сначала кидаете ее в первый «класс», затем во второй и т. д. Как только она окажется в нужном квадрате, вы должны приблизиться к ней, прыгая на одной ноге через все «классы» по порядку. Затем нужно подобрать битую, повернуться кругом и вернуться

назад, сохраняя равновесие и не наступая на линии. (На обе ноги можно встать, если только квадраты находятся рядом или если вы поворачиваетесь назад в последнем «классе».)

Игра продолжается до тех пор, пока вы не наступите на линию или не потеряете равновесия; тогда наступает очередь другого игрока. Побеждает тот, кто первым выполнит все действия правильно и пройдет от первого «класса» до восьмого.

Для ограниченного пространства есть более простой вариант игры. Изобразите «классы» двумя полосками клейкой ленты длиной по сто шестьдесят сантиметров, расположив их параллельно друг другу на расстоянии сорок сантиметров. Затем также с помощью ленты обозначьте каждый «класс» номером от нуля до пяти.

Теперь называйте номер от нуля до пяти. Ребенок должен прыгнуть в названный номер квадрата и попрыгать там несколько раз, считая свои прыжки.

Если вы хотите научить ребенка узнавать цифры, используйте карточки с написанными на них номерами от нуля до пяти. Ребенок также должен оказаться в указанном на карточке «классе» и сделать там несколько прыжков, считая их. Или же он сам выбирает номер «класса», прыгает в нужный квадрат и называет его. Попросите малыша передвинуться вперед или назад на один или два «класса» или задайте ему простую математическую задачу. «Сколько будет три прибавить два? Сколько будет четыре отнять три?»

## **Язык жестов**

Познакомьте вашего ребенка с языком жестов. Расскажите, как люди таким образом обмениваются друг с другом информацией. Придумайте жесты, которые можно было бы использовать в качестве особого языка в вашей семье. Если ребенок заинтересуется этим, возьмите в библиотеке книгу о языке жестов. Выучите несколько простых движений и попробуйте сказать на этом языке «Я люблю тебя», «Спокойной ночи», «Приятных снов» и «Что у нас на обед?»

## **Шершавые Буквы**

В последнее время мы многое узнали о том, каким образом люди обучаются. Каждый из нас обладает разными способностями, и мы овладеваем знаниями с большей легкостью, если используем врожденные таланты и склонности. Тот, кто любит слушать, предпочитает обучаться на слух. Тот же, кому легче даются зрительные образы, быстрее запоминает, глядя на предметы. Многие дети лучше всего усваивают информацию о предмете, если могут потрогать его и повертеть в руках. Вот методика, которая поможет всем малышам выучить цифры и буквы, особенно тем детям, которые любят учиться «осознательно».

Возьмите несколько листов наждачной бумаги. Покупайте разные сорта, чтобы ее структура и поверхность не были одинаковыми. Если у вас есть картонные или деревянные буквы и цифры, их контуры можно обвести на наждачной бумаге, если нет, напишите их (делайте буквы и цифры небольшими), а затем вырежьте и наклейте на карточки размером пять на десять сантиметров, и таким образом вы получите прекрасное учебное пособие. Пусть ребенок закроет глаза, ощупает карточку и определит, какая на ней буква или цифра. Осязание помогает обучению.

В другой дождливый день из карточек можно сделать книжечки, одну — с алфавитом, а другую — с цифрами.

Предложите ребенку нарисовать или наклеить на каждую карточку картинку, соответствующую цифре или начальной букве слова.

## **Автогонки**

Если в вашем доме любят автомобили, сделанные из спичечных коробков или другого подручного материала, организуйте авторалли, лучше — в направлении против часовой стрелки. С помощью клейкой ленты или веревки обозначьте на полу трассу. Убедитесь, что есть стартовая и финишная линии. После этого дети могут устроить гонки по трассе и, используя кухонный таймер или секундомер, определить, кто покажет лучшее время.

## **Совет хозяевам дома**

**На тот случай, если существует опасность, что машина, сделав крутой вираж, может удариться о стенку или мебель, для безопасности подложите валики или подушки.**

## **Соедини капли дождя**

Если дождь не очень сильный, откройте окно и позвольте ребенку высунуть наружу кусочек плотной бумаги или серого картона. Скажите ему, что его нужно убрать, когда вы досчитаете до пяти. От дождя на поверхности бумаги появятся темные пятна. Пусть ребенок соединит их карандашом или мелком, проводя линии в любой последовательности. Когда бумага высохнет, он может подрисовать на свободном пространстве между следами дождя то, что ему подскажет фантазия.

## **Поиск в Библиотеке**

В наш век высоких технологий, электронной почты и компьютерных игр чтение книг продолжает оставаться важным элементом культуры. В какой-нибудь дождливый день, надев прорезиненную обувь, пойдите в библиотеку и поищите там что-нибудь интересное.

Прежде чем отправиться, спросите своего малыша, какую книгу он хотел бы получить — о динозаврах, о Маленьком Муке или книгу с поездами и самолетами. По мере того как ребенок взрослеет, старайтесь научить его пользоваться каталогом. Посмотрите, есть ли в каталоге авторы — ваши однофамильцы и о чем они пишут. Выберите какую-нибудь тему и выясните, имеются ли книги, посвященные ей, и возьмите одну домой.

## **Отпечатки**

Такая игра понравится большинству родителей. Возьмите бумагу для рисования и краски — темперу, акварель или гуашь. Пусть ребенок соберет небольшие предметы разной формы и качества — для начала подойдет кусочек губки, крышка от бутылки, морская раковина, крышка от упаковки маргарина, несколько ластиков. Теперь надо обмакнуть что-нибудь в краску, а затем использовать как штамп, оставляющий отпечатки на бумаге. Пусть ребенок проделает это с разными предметами на одном листе бумаги по несколько раз. После того как он испробует для этой цели каждый из них, возьмите новые. Приложив к бумаге выкрашенную половину картофелины с

вырезанными в ней дырочками и бороздками, можно увидеть интересный узор. Усовершенствуйте этот метод получения отпечатков с помощью подручных средств.

### **Полезный совет**

**Когда ваш ребенок достигнет хороших результатов в технике изготовления отпечатков, пусть он сделает их на гладкой белой бумаге или на простой, для записок. И тогда он с удовольствием будет писать на ней записки или дарить в качестве подарка членам семьи.**

### **Космос**

Малыши обожают ракеты и самолеты. Поддержите этот интерес, разыскав в журналах и книгах картинки с их изображениями. Изучите основные элементы, из которых состоит ракета — ее форму, двигатель, головную часть.

Предложите ребенку изобразить несколько ракет, раскрасить их и вырезать из бумаги. Затем надо сделать так, чтобы они стали двигаться; для этого приклейте к рисункам веревочки разной длины (или проколите отверстие и просуньте в него веревку) и подвесьте их на крючок — можно расположить под потолком у двери или у окна.

### **Компьютер**

В наше время у некоторых есть дома компьютер, и детям любого возраста будет интересно познакомиться с этой удивительной машиной. Сядьте с малышом перед клавиатурой, и пусть он нажмет на какую-нибудь клавишу — сначала напечатайте строчку из букв А, затем из букв Б. Наберите крупным шрифтом несколько простых слов и попросите ребенка найти на клавиатуре буквы, из которых они состоят. Наберите его имя разными способами: прописными буквами, жирным шрифтом или курсивом.

Зайдите в магазин, где продаются компьютеры, и постарайтесь найти такую программу, которая была бы интересна ребенку и в то же время помогала бы обучить его работе с компьютером. Когда малыш только начинает заниматься компьютерными играми, ему бывает трудно координировать движения. Он скорее освоит это, если будет наблюдать, как играют старшие дети. Приобретите для них специальную программу, которая поможет не только обучиться технике набора текстов, но и сделает этот процесс настолько увлекательным, что дети с удовольствием будут проводить за клавиатурой целые дни. (Программа может использоваться также и взрослыми.)

### **В какой руке?**

Для этой простой настольной игры, которая подходит детям любого возраста, необходимо иметь только лист бумаги, ручку, несколько камешков или мелких монет.

Вы знаете игру, в которой кто-то прячет за спину обе руки, зажав в одной из них какой-нибудь предмет, затем выставляет их вперед, а другой должен угадать, в какой руке находится предмет. Эта старая индийская игра, основанная на способности угадывать, позволяет оценить вашу интуицию. Возьмите достаточно большой лист бумаги и посередине начертите круг, в центре которого изобразите звезду. Слева и справа от него нарисуйте четыре маленьких кружочка так, чтобы они не касались друг друга. В конце каждого ряда кружков начертите квадрат. Напишите в одном из них

ваши инициалы, а в другом — инициалы ребенка. Положите в центр большого круга камешек. Затем пусть ребенок зажмет в одной руке так, чтобы вы не видели, другой камешек и предложит вам отгадать, в какой. Если вы определите правильно, то можете передвинуть камешек, лежащий на столе, в сторону вашего квадрата. Если ошиблись, то передвигаете его по направлению к квадрату ребенка. Игра заканчивается, когда камешек доходит до чье-либо квадрата. Затем можно начать игру снова, поменявшись ролями.

## **Самодельный календарь**

Если вы хотите выработать у своего ребенка такое качество, как организованность (а это может продолжаться ох как долго, вплоть до зрелого возраста), удобнее всего начать ваши попытки в дождливый день с изготовления стирающегося календаря. Возьмите кусок картона. Полежите его горизонтально. Проведите линию, достаточно отступив от верхнего края, где нужно указать год и месяц. Пусть малыш расчертит картон так чтобы получилась сетка из шести квадратов по вертикали и семи по горизонтали.

### **Подходящий размер**

**Если вы занимаетесь с довольно маленьким ребенком, возьмите картон большего размера — школьники младших классов, конечно, предпочитают рисовать картинки, а не делать записи.**

Единственное, что ребенок должен написать непосредственно на картоне (кроме самой сетки), — это названия дней недели, расположив их в первом ряду. Затем оберните картон в полиэтилен.

Теперь, воспользовавшись смывающимся маркером, ребенок может записать месяц и год, а затем, заглядывая в настоящий календарь, проставить в соответствующем квадрате каждое число месяца.

После завершения работы вам с ребенком следует решить, что пометить в календаре — предстоящие школьные мероприятия, посещение родственников, спортивные игры или праздники. Вы также должны договориться о том, когда малыш будет выполнять свои домашние обязанности — убирать комнату или поливать цветы. В конце месяца сотрите старые записи и сделайте новые.

## **Строительство**

Есть много разных игрушек, которые привлекают внимание детей, но лишь некоторые из них остаются самыми любимыми на протяжении долгого времени — это деревянные кубики или строительные кубики фирмы «Лего» и другие строительные конструкторы, где нет правил и можно импровизировать. Занимаясь с ними, и мальчики и девочки приобретают полезные навыки. Часто бывает так, что стоит вам высыпать на пол коробку с деревянными кубиками или фирмы «Лего», и ребенок на несколько часов погружается в игру.

Можно подсказать малышу, что лучше построить, и пусть он развивает вашу идею. Посоветуйте ему соорудить гоночный трек с туннелями и наклонными въездами для игрушечных автомобилей, город на Луне, замок высотой с диванную подушку, крепость или тайное убежище. Чтобы сделать игру еще интереснее, добавьте к строительным конструкциям машинки и другие игрушки.

## Бумажная конструкция

Вместе с ребенком вы можете сами сделать кубики. Вырежьте из плотной бумаги полоски шириной в три сантиметра. Их длина должна быть разной — тридцать два, двадцать и шестнадцать сантиметров. Согните каждую полоску четыре раза (один раз пополам и снова пополам). Затем сложите бумагу на месте сгибов так, чтобы получился куб. Скрепите края каждого кубика липкой лентой. Теперь вы умеете изготавливать строительный материал.

Ваш сын или дочь будет с удовольствием складывать эти легкие удобные кубики в двух- и трехмерные конструкции. Для того чтобы сделать основу для будущего сооружения, надо сначала один или два кубика прикрепить клейкой лентой к листу бумаги. Затем положите сверху и рядом другие кубики и скрепите их. Таким образом дети создают небоскребы, человеческие фигуры и разные абстрактные композиции.

## Мозаика из яичной скорлупы

Что еще можно сделать с яичной скорлупой, кроме того, чтобы стараться не наступить на нее? Вот способ, как творчески использовать отходы от вашего завтрака. Соберите скорлупу от дюжины яиц, вымойте и высушите ее на листе бумаги. Затем пусть ребенок ложкой или толкушкой измельчит ее. (Дети очень любят это занятие.), Возьмите два-три пластмассовых стаканчика или чашечки, налейте в них воды и растворите немного краски разного цвета. Разложите по чашечкам измельченную скорлупу и перемешайте. Выдержите скорлупу в растворе около пятнадцати минут, пока она не окрасится. Затем пусть ребенок вынет ее вилкой и разложит на бумаге. Дайте ей высохнуть в течение ночи. На следующий день ваш малыш может сложить мозаичную картину, приклеивая скорлупу на бумагу и обводя детали рисунка цветными мелками.

### Для разнообразия

**Пока скорлупа сохнет, ребенок может поиграть с цветной водой, которая осталась в стаканчиках. Возьмите кусочки белой ткани или бумажные салфетки, сверните их рулончиком и скрепите круглой резинкой; затем опустите в один или несколько растворов разного цвета и высушите. (Бумажные салфетки высыхают очень быстро.) В результате вы получите бумагу или ткань красивой расцветки.**

## Глиняная скульптура

У глины удивительно разные свойства. Благодаря одним древние китайские гончары создавали из нее изысканные полупрозрачные сосуды, другие так завораживают малыша, что он подолгу может не отходить от кухонного стола, увлеченно создавая свои глиняные шедевры. Особенно хорошо ему это удается в долгий дождливый день.

А начинать лучше с самого простого, что можно сделать из куска глины, — придать ему плоскую форму, придавив к ровной твердой поверхности. Чтобы потом легче было очистить поверхность стола, подложите под глину лист бумаги. Дайте ребенку скалку, и пусть он раскатает глину. Покажите ему, как можно сделать из глины всевозможные украшения. Предложите воткнуть или вдавить в нее зубочистки, палочки от мороженого или соломинки. Если приложить к куску глины пуговицы, пластмассовые или деревянные буквы, канцелярские скрепки, крышки от бутылок и другие



небольшие предметы, а затем убрать их, то получится необыкновенно красивый рисунок. Формочки для теста тоже подойдут для этого.

Пусть ребенок, сплющив кусочки глины, вдавит в них забавные картинки или вкладыши от жевательных резинок. А еще можно раскатать глину так, чтобы получились волнистые полоски. Их хорошо использовать для декоративного оформления ваз, кувшинов, горшочков, а также в качестве ювелирных украшений.

## **Морское путешествие в Китай**

Вы должны быть уверены, что ваш ребенок здоров на сто процентов, и тогда можно позволить ему выйти под дождь, если, конечно, не очень холодно. Что может быть интереснее, чем облачиться в плащ-дождевик, резиновые сапоги и выйти на улицу, при этом захватив с собой бумажные тарелки и чашки. Отправьте их путешествовать в Китай, опустив в канаву или хотя бы в большой ручей. Ребенок может с утра заняться строительством кораблей из кусочков мыла, бумажных тарелок и чашек.

Прыгая по лужам, перегораживая камешками водяные потоки и собирая капли дождя из-под водосточной трубы, постарайтесь показать ребенку, что даже самые неприхотливые вещи могут доставить человеку большое удовольствие. Если малыш одет по погоде и не промок, то дождь не опасен, и ребенок начнет понимать, что и в плохую погоду можно радоваться жизни.

## **Контры вещей**

Вместе с ребенком найдите дома предметы, контуры которых удобно обвести на бумаге — крышки от банок и бутылок, кубики, ложки, элементы головоломок, отдельные части игр, туфли. Пусть ребенок обведет их карандашом на отдельных листках бумаги, а затем вырежет. Полученные фигурки можно раскрасить и сделать коллаж. Это занятие помогает маленьким детям научиться соотносить пространство и форму, а также вырабатывать глазомер.

## **Танец с шарфом**

Ваш ребенок почувствует себя счастливым, если обнаружит, что владеет своим телом как во время танца, так и делая гимнастику. Вот один из способов помочь малышу приобрести свободу движений и грациозность, а кроме того, развлечь его. Попросите вашу дочь или сына собрать все вместе старые шарфы, большие и маленькие, которые пригодились бы для танцев.

Положите шарфы в коробку — шифоновые, фланелевые, шерстяные, шелковые — любые, какие только сможете найти у себя дома или у знакомых. В один из пасмурных дней достаньте эту необычную коллекцию и включите музыку. Пусть ребенок закроет глаза и вынет один или два шарфа. Вы также можете выбрать какой-нибудь для себя. Включайте музыку и начинайте кружиться в танце, размахивая шарфами.

Если ребенку понравится эта игра, сочините что-нибудь необычное. Представьте, что шарф — это огромная змея, с которой вы танцуете в джунглях. Или вообразите, что шарф — парящая балерина, самолет или даже летящий баскетболист.

## **Оформи коробку**

**Пусть ребенок оформит коробку, в которой вы храните шарфы. Разумеется, можно раскрасить ее красками или цветными мелками, но также неплохо будет наклеить кусочки материи и пуговицы.**

## **Звукооператор**

Для этой игры необходимо звуковое сопровождение, и здесь не обойтись без специальных приспособлений. Ребенок с удовольствием займется поисками предметов, которые могут стать источником разных характерных звуков. Для этого подойдут противень и металлическая ложка, лыжные ботинки и доска, чистые консервные банки, наполненные сухим горохом, кастрюлька с крышкой, свисток и другие.

Кроме того, приготовьте магнитофон и пустую кассету. Теперь вы готовы к тому, чтобы сделать радиопостановку (послушайте, как торжественно звучит ваш голос): «Внимание! В эфире радиоспектакль!»

Расскажите сказку о добре и зле. Она может начинаться так:

«Однажды мы бродили по лесу и неожиданно услышали чьи-то шаги. (Засуньте руки в ботинки, а потом тяжело и медленно перебирайте ими по доске.) Сначала шаги были тихими, но постепенно становились все громче и громче. (Вы знаете, как это сделать.) Я обернулся и увидел огромного медведя. Я замер от страха, и тут грянул гром. (Ударьте несколько раз ложкой по противню.) Я взглянул на небо, с которого посыпались крупные капли дождя (потрясите консервной банкой с сухим горохом), а медведь раскрыл свой зонтик и пошел прочь. Дождик кончился, и я понял, что пора выбираться из лесу...»

Итак, у вас появилась идея. Теперь разыграйте сказку до конца вместе, создавая звуковые эффекты. Затем скажите ребенку, что настало время записать спектакль на магнитофон, а он станет звукооператором. Вы будете рассказывать сказку, а малыш — создавать звуковые эффекты. Включите магнитофон и приступайте к делу. За ужином или перед сном прослушайте запись вместе с другими членами семьи. Когда ребенок подрастет, он сможет поиграть в эту игру вместе со своими друзьями.

## **Кукольный театр**

Несомненно, куклы были придуманы в дождливый день. Устроить кукольное представление ребенок может сам или в компании своих друзей. Накройте двумя простынями стол, достаточно большой для того, чтобы дети могли ползать под ним. Простыни должны заходить одна на другую в виде занавеса так, чтобы легко было высунуть руку. Куклы-марионетки, игрушечные звери — все они могут быть сказочными героями. Если вы хотите занять ребенка подольше, пусть он сделает куклы из носков или бумажных пакетов. Потом малыш должен придумать сценарий и организовать постановку пьесы.

## **Куклы из пакета**

Самый простой способ смастерить куклу из того, что есть на кухне, — это набить газетой бумажный продуктовый пакет, перекрутить его посередине и перетянуть бечевкой или круглой резинкой. Аккуратно, чтобы было не заметно, вставьте внутрь стержень — пластмассовую соломинку или любой другой безопасный предмет длиной около двадцати пяти сантиметров. Теперь у вас есть туловище со стержнем. Покажите

ребенку, как должна выглядеть готовая кукла. Затем пусть он сделает несколько лиц, вырезав их из пустых пакетов.

## **Знаменитые следы**

Если не побоитесь небольшого беспорядка, вы можете устроить забавное развлечение, о котором будете с удовольствием вспоминать много лет спустя, когда ваш малыш станет уже большим. Расскажите ему о театре в американском городе Лос-Анджелесе, куда приглашают знаменитых и популярных актеров кино, чтобы они оставили свои следы на специальной дорожке. Поскольку ребенок в вашей семье тоже всеобщий любимец, то это будет весьма трогательно, если вы захотите сохранить следы его ног.

Вылейте немного краски (желательно темперы) в плоский сосуд, где есть немного воды: для этого прекрасно подойдет и противень. Разложите на полу газеты и посередине поставьте противень.

Предложите ребенку снять ботинки и носки и опустить босую ногу в краску. Пусть с нее стекнут капли, после чего быстро приложите ступню к белой бумаге. Краска может щекотать кожу, поэтому попросите малыша некоторое время не шевелить ногой, и тогда получится четкий, яркий отпечаток. Пока краска сохнет, ребенок успеет вымыть ногу.

Когда отпечаток будет готов, помогите малышу написать печатными буквами свое имя, возраст и проставить дату в нижней части листа. Возможно, он захочет вырезать свой след и приклеить его на лист цветной бумаги. Посоветуйте ему вставить в рамку свою «личную печать» и подарить бабушке.

## **Повторите операцию**

**Все это можно проделать, оставляя на память и отпечатки рук.**

## **Друг из подушки**

Пожертвуйте для этого занятия старой подушкой и недорогой наволочкой, чтобы ребенок мог смастерить из них игрушку.

Перевяжите подушку посередине веревкой или тем, что попадет под руку. Сверху приклейте или пришейте ленточки или тесемки, чтобы получились волосы. Нарисуйте фломастером лицо или вырежьте отдельные части лица из ткани и все это приклейте или пришейте к подушке.

Теперь вы должны решить, во что одеть куклу, — для этого подойдут трусы, старая рубашка с короткими рукавами или же кусочки ткани — чтобы она обрела как можно более романтичный вид.

## **Полезный совет**

**Старая наволочка, раскрашенная ребенком, потом может вполне сгодиться для того, чтобы носить в ней игрушечных животных, любимые лоскутки, кусочки материи или, если необходимо, сложить в нее одежду накануне визита к бабушке и дедушке.**

## **Несколько самых любимых вещей**

Пасмурный или дождливый день вполне подходящее время для занятия фотографией. Предложите ребенку собрать свои любимые вещи и расположить их в виде натюрморта. Потратьте время на то, чтобы вместе с малышом составить забавные «композиции» из этих предметов. Например, любимый журнал можно свернуть в трубочку и засунуть в домашние тапочки. Попробуйте разместить вещи на одеяле, которое послужит им фоном. Как только подходящий ракурс выбран — фотографируйте. Лучше всего для такой съемки подойдет «Полароид». Если же у вас обычный фотоаппарат, то, окончив снимать, не затягивая отдайте пленку проявить в мастерскую.

Вы можете создать несколько натюрмортов, каждый раз делая отдельный снимок. Поставьте на фотографиях дату и сохраните их. Возможно, дети постарше напишут сами истории об этих предметах или попросят родителей записать под их диктовку.

### **Таинственные звуки**

Вы хотите развлечь свою семью? Тогда потратьте вместе с ребенком час или чуть больше на то, чтобы записать на пленку разные домашние звуки и шумы. Прислушайтесь к гулу стиральной машины, плеску воды в ванной и шуршанию душа. Заведите мотор автомобиля или сильно хлопните входной дверью.

Постепенно вы можете добавлять к записи новые звуки: плач ребенка, кашель отца или шелест разворачиваемой утренней газеты.

Как-нибудь, когда вам придется ехать с семьей на машине, проводить вечер с бабушкой и дедушкой или просто сидеть за обеденным столом, прослушайте эту пленку и наблюдайте, как узнают звуки члены вашей семьи.

## **ГЛАВА 7. КУХНЯ – ЛАБОРАТОРИЯ РАЗВЛЕЧЕНИЙ**

**Взбей пену**

**Перенеси предмет щипцами**

**Изобрази лицо**

**Только десерт**

**Приготовь завтрак**

**Бильярд на кухне**

**Потрогай и узнай**

**Вымой овощи**

**Выбор шеф-повара**

**Дегустаторы**

**Нос знает**

**Поиграй с тестом**

**Акварельные краски**

**Картинки с солью**

**Композиция из зерен**

**Кухонная конструкция**

**Порядок на кухне**

**Игра в кегли на кухне**

**Кухонные подарки**

**Мыть посуду — одно удовольствие**

**Несъедобное печенье**

**Оладьи из мела**

**«Ты слышал?»**

**Кулинарный словарь**

**Счет**

Кухня может служить не только местом для приготовления пищи, но и для душевных, доверительных разговоров, для шуток и веселья. А кроме того, кухня — отличная школа, где малыш приобретает полезные навыки, знания и знакомится с такими понятиями, как измерение и организация труда. Став старше, дети могут по-настоящему научиться готовить, и это, несомненно, пригодится им в будущем.

Все, что имеет отношение к процессу приготовления пищи, необычайно привлекает детей. Разумеется, требуются меры предосторожности, чтобы защитить их от ожогов, от ударов током, отравлений и ранений острыми предметами. Но если вы позаботитесь о безопасности, то получите еще один шанс приятно и с пользой провести время. Здесь найдется множество дел, связанных с приготовлением еды, в которых ребенок охотно примет участие.

В выходные дни вы целый вечер можете провести с малышом на кухне, и вам вместе будет хорошо и уютно. Попробуйте использовать то, что мы предлагаем, и, может быть, у вас появятся свои собственные рецепты занятий на кухне.

## **Взбей пену**

У малышей, пожалуй, самый любимый предмет на кухне — это венчик. Налейте в миску воды, добавьте немного жидкого мыла и поставьте в раковину. Пододвиньте к раковине стул, наденьте ребенку фартук, закатайте рукава, и вы увидите, с каким восторгом он будет взбивать огромную мыльную пену. Если малыш начнет терять интерес к этому занятию, добавьте в воду другие вещества — соль, сахар и несколько капель пищевой краски.

## **Перенеси предмет щипцами**

Двигательная активность ребенка развивается достаточно быстро. По мере того как у малыша вырабатывается координация движений, он все больше будет ощущать потребность (в действиях, при которых может использовать ее, и он всегда с радостью готов продемонстрировать вам это. Если малыш уже достаточно ловок, ему понравится игра со щипцами.

Разложите на кухне несколько коробок (или тарелок), поставьте одну на стол, другую на пол, третью на стул и т. д. В каждую из них, кроме одной, поместите какой-нибудь небольшой твердый предмет (например, кубик, батарейку, пластмассовую или резиновую игрушку, пустую катушку). Дайте ребенку щипцы и объясните, что цель игры состоит в том, чтобы с их помощью перенести все предметы в пустую коробку. Проследите, сможет ли он сделать это, ничего не уронив.

Чем чаще малыш будет играть, тем лучше у него будет получаться. Затем усложните задачу: положите в коробки более мелкие предметы — замените кубик кусочком сахара, игрушку — кольцом и т. д. Кроме того, можно увеличить расстояние между коробками. Включив кухонный таймер, сравните, кто из вас двоих быстрее справится с заданием, или попробуйте заняться этим вместе с остальными членами семьи.

### **Полезный совет**

**Степень сложности игры зависит от вида щипцов. Переносить предметы щипцами для льда, с ложечками на концах, проще, чем обыкновенными кухонными, имеющими плоские концы. Щипцами для жаркого, с широким основанием, играть еще легче. Пусть ребенок начинает с самых простых упражнений и по мере приобретения навыков переходит к более сложным заданиям.**

### **Изобрази лицо**

Иногда Шарла вспоминает, как ее мать любила украшать рыбные блюда из тунца, сделав рот из полоски зеленого перца, глаза из маслин, кудри из моркови, а воротничок из петрушки. Ваш ребенок может испытать свои творческие способности на картофельном пюре или на какой-нибудь каше.

Вот некоторые «оформительские» детали: помидоры, зелень, изюм, морковь, ломтики огурца, горох, орехи и джем.

### **Только десерт**

Лучше начать обучение кулинарному искусству с десерта. Дети с удовольствием вам помогут приготовить его.

Первый урок — пудинг и желе. Пока вы изучаете рецепт, малыш может переливать, смешивать и отмерять продукты. Справившись с этим, он готов будет приступить к работе шеф-повара, придумывая разные изысканные добавления к десерту. Все любят леденцы, консервированные фрукты, шоколад.

### **Совет хорошим родителям**

**Если вы даете ребенку возможность сделать выбор, а затем выполняете его желание, не задавая вопросов, вы тем самым помогаете малышу научиться принимать самостоятельные решения. Это касается как одежды перед сном, так и подбора приправ для разных блюд.**

Еще один вид десерта, в приготовлении которого ребенок может принять участие, — домашнее печенье. Пусть он вместе с вами раскатает тесто и нарежет его с помощью фигурных формочек. Дети постарше могут тупым ножом вырезать придуманные ими самими абстрактные фигурки и силуэты животных или свое имя. Когда печенье, будет готово, предложите малышу украсить его изюмом или глазурью.

### **Приготовь завтрак**

Подходящий случай научиться принимать самостоятельные решения предоставляется во время завтрака. Позвольте малышу выбрать то, что он будет есть, а затем пусть поможет вам в приготовлении завтрака. (Не требуйте, чтобы он быстро и аккуратно намазал на хлеб масло или джем, разложил ломтики сыра и ветчины.) Занимаясь этим, он почувствует себя увереннее и ощутит свою сопричастность. Маленькие дети могут

также сделать бутерброды, взбить яйца, покрошить зелень в блюда, а кроме того, накрыть на стол, разложить салфетки и расставить посуду.

## **Бильярд на кухне**

Сыграйте в бильярд прямо на кухонном столе. Не удивительно, если старшие братья и сестры, родители, дедушки и бабушки тоже захотят принять участие в этой игре.

Сначала сделайте лузы, прикрепив бумажные стаканчики по краям и углам стола. (Лузы должны находиться на одном уровне с краем стола или чуть ниже.) Сделайте кий, поместив длинную палочку спагетти внутрь пластмассовой соломинки для напитков так, чтобы она скользила туда и обратно. Для бильярдных шаров вполне подойдут какие-нибудь маленькие круглые предметы, которые есть на кухне, например горошины или драже.

После небольшой тренировки вам вместе с ребенком следует установить правила игры, основанные на количестве попыток загнать «шары» в лузы. Дети могут заниматься этим одни или соревноваться с вами.

## **Потрогай и узнай**

Используя фрукты и овощи, можно легко научить детей узнавать и различать предметы. Положите четыре или пять штук разных продуктов в бумажный пакет. Попросите вашего сына или дочь осторожно ощупать и определить каждый из них. После того как малыш назовет предмет, он может вытащить его из мешка и убедиться в правильности ответа.

Попробуйте усложнить задание, завязав ребенку глаза и позволив не только потрогать предмет, но и понюхать его. Если он ошибся, отрежьте кусочек фрукта или овоща и дайте попробовать. Когда игра закончится, малыш может помочь вам чистить и резать все это для салата.

## **Вымой овощи**

Вернувшись из магазина и вынув вместе с малышом покупки, устройте его поудобнее перед раковиной и поручите очистить картофель от грязи и помыть яблоки. А как насчет морковки и редиски? Может быть, он их тоже помоеет, а заодно сполоснет салат?

## **Выбор шеф-повара**

Когда придет время обеда, попросите ребенка помочь вам составить меню. Белый бумажный пакет легко превращается в поварской колпак. Возьмите большой лист бумаги и начертите на нем квадраты, над каждым из них напишите названия продуктов для каждого блюда — мясо, овощи, фрукты, напитки и все остальное, чем обычно питаются в вашей семье. Затем предложите маленькому повару помочь вам решить, что можно из них приготовить на обед. Подпишите под каждым квадратом название блюда, которое вы выбрали, и проиллюстрируйте его картинками из журналов, рисунками или приклеенными кусочками сухих продуктов. Когда вся семья соберется за обеденным столом, ребенок с гордостью прочтет меню, не давая повода сомневаться, что он все знает об этих блюдах.

## **Дегустаторы**

Выберите кулинарную книгу, в которой много иллюстраций, и пролистайте ее вместе с ребенком, рассказывая ему, какой разной может быть пища на вкус — кислой, сладкой, соленой, горькой, острой, пряной. Затем займитесь дегустированием, подобрав продукты с различными вкусовыми свойствами — например, лимон (кислый), шоколад (сладкий), консервированный огурец (соленый), редис (горький), горчица или перец (острый), томатная приправа или кетчуп (пряный); сложите их в корзинку или миску. Пусть ребенок, закрыв глаза, высунет язык и попробует определить на вкус каждый продукт. Посмотрите, как часто он будет угадывать. Поговорите о том, чем отличается один вкус от другого. Затем поменяйтесь местами, и пусть теперь он кладет вам на язык разные кусочки еды. Может быть, он захочет добавить что-нибудь новое, например чеснок или лук.

## Нос знает

Продолжайте исследовать, как функционируют органы чувств вашего ребенка, например обоняние. Поставьте в ряд несколько баночек (или коробочек из-под маргарина) и в каждую из них положите небольшое количество каких-нибудь продуктов, имеющих специфический запах. Можно использовать молотый кофе, уксус, подсолнечное масло, дольки лимона, кусочки салами, лука и свежую зелень. Закройте баночки крышками. Затем завяжите ребенку глаза и, открывая эти баночки по очереди, попросите по запаху определить продукт. Каждый раз после ответа снимайте повязку, чтобы малыш мог убедиться, верно ли он отгадал.

Когда он продегустирует каждую баночку, поменяйтесь местами, и пусть он проверит вас. Ребенок может заменить некоторые продукты кусочками фруктов, сыра и разными сортами чая.

## Поиграй с тестом

Наденьте вашему маленькому повару фартук, и пусть он приготовит порцию теста для игры. Расстелите на столе несколько газет или больших полиэтиленовых пакетов (можно разрезать пакеты из бакалейного магазина и развернуть их) и дайте ему большую миску с деревянной ложкой и мерную чашку. Помогите малышу отмерить и смешать вместе следующие компоненты:

1,5 чашки муки, 0,5 ложки соли, 0,25 чашки воды (добавлять медленно) и 0,25 чашки растительного масла (добавлять медленно).

Когда тесто загустеет, пусть ребенок замесит его руками. Перед смешиванием добавьте в воду немного пищевой краски.

## Сохраните свежесть

**Тесто для игры, тщательно упакованное в полиэтиленовый пакет, можно неделями хранить в холодильнике. Если оно немного подсохло, смажьте его сверху растительным маслом.**

Пока вы занимаетесь обедом для семьи, ребенок будет готовить из теста деликатесы для кукол, игрушечных животных или просто ради своего удовольствия. Он может принимать заказы у своих «клиентов» и доставлять им угощение на бумажных или пластмассовых тарелках.

Снабдив малыша пластмассовой посудой, салфетками, ручкой и бумагой, ресторанным меню, «чеками», вы доставите ему огромную радость.



## **Акварельные краски**

Дайте ребенку мерные стаканы или маленькие мисочки, воду и несколько пищевых красителей. Налив в сосуды разное количество воды, нужно растворить в ней несколько капель краски. Подскажите вашему малышу, если он сам этого не знает, что, смешивая красную краску с желтой, можно получить оранжевый цвет, голубую с желтой — зеленый, а красная и синяя вместе дадут фиолетовый.

Если у вас есть старые простыни или белые рубашки, разрежьте их на квадраты и сверните, скрепив круглыми резинками, — пусть лоскуты пропитаются краской. Удалите лишнюю жидкость, завернув ткань в салфетку или бумажное полотенце.

### **Полезный совет**

**Для того чтобы не запачкать мебель, прикройте ее газетой или полиэтиленовой пленкой, а заодно и пол рядом с ней.**

## **Картинки с солью**

Картины, рисунки и другие художественные произведения, которые малыш создает на кухне, можно украсить солью, насыпав ее на отдельные участки картинок, смазанные клеем. (Используйте соль крупного помола.) Она придаст особый эффект зимним пейзажам, песчаному пляжу, пушистому белому кролику, изысканному наряду с блестками или дождю за окном.

Если от этого не будет нанесен урон присущей вам бережливости, позвольте ребенку добавить в свое произведение листья петрушки, перец и другие специи из вашего запаса. Окончив работу, пусть малыш стряхнет избыток соли с рисунка на лист бумаги. Можно пересыпать остатки ее в банку или коробочку, чтобы использовать в следующий раз.

## **Композиция из зерен**

Клей, бумага и некоторые другие ваши припасы очень могут пригодиться для этого вида искусства. Дайте ребенку разные сухие продукты — горох, фасоль, рис, макароны, воздушную кукурузу, спагетти — все, что захотите. На бумаге, намазанной клеем, пусть он расположит их так, как ему подскажет фантазия. Окончив работу, малыш может сделать из этого же материала рамку для своего произведения.

## **Кухонная конструкция**

Бумажные стаканчики — прекрасный строительный материал, правда, не хуже и пластмассовые мерные чашки, коробочки из-под маргарина и металлические миски. Пусть ребенок попробует поставить небьющиеся кухонные предметы один на другой так, чтобы они не упали. Посмотрите, насколько высоким получится сооружение.

## **Порядок на кухне**

Выделите ребенку отдельную нижнюю полку или ящик в кухонном шкафу. Положите туда несколько старых мисок и кружек и другую небольших размеров кухонную утварь, а еще можно — консервные банки, пластмассовые стаканчики. Постоянно меняйте ассортимент содержимого полки. Пусть малыш знает, что на кухне у него есть свое место.

## **Игра в кегли на кухне**

Если вы согласились поиграть на кухне в бильярд, то, может быть, сыграете и в кегли. Это самый простой способ занять маленького непоседу, когда вам приходится проводить здесь большую часть времени. Возьмите любой высокий, устойчивый и небыющийся предмет. Например, пустую пластмассовую бутылку. Затем найдите в доме несколько легких «шаров». Лучше всего использовать для этого резиновые мячики, но подойдут и теннисные. Поставьте бутылку на пол. На некотором расстоянии от нее нарисуйте мелом или обозначьте клейкой лентой линию. Попросите ребенка сосчитать, сколько раз он попадет мячом в бутылку и собьет ее. Если он сделает это три раза подряд, скажите, что теперь настало время супер-игры и пора отодвинуть линию от бутылки подальше. Попробуйте поиграть сами, и вы увидите, что вам это понравится.

## **Кухонные подарки**

Пока вы готовите обед, ваш сын или дочь может заняться приготовлением подарков ко дню рождения или к другому семейному празднику.

Пусть малыш с обеих сторон раскрасит цветными мелками или маркерами две бумажные тарелки, одну из которых нужно разрезать пополам. Затем возьмите целую тарелку и половинки тарелок; наложив их друг на друга, совместите края. Теперь скрепите тарелки, и вот готов конверт-футляр для писем и записок.

В качестве подставки для карандашей можно использовать белый пластмассовый стаканчик. Пусть малыш вымоет его, а затем раскрасит, чтобы подарить своим близким. Старшие дети могут расписать масляной краской или несмываемым маркером однотонные керамические кружки. Только убедитесь заранее, что вы сделали все, чтобы предохранить детей от травм.

## **Мыть посуду — одно удовольствие**

Мытье посуды никому не доставляет такого удовольствия, как детям — ведь им разрешают поплескаться в раковине. (Это особенно удобно, если у вас на кухне двойная раковина.) Посадите малыша на край, так чтобы ноги спускались в раковину, и дайте ему в руки кухонное полотенце. Пока вы моете или чистите посуду, обливайте водой ноги ребенка, а он в это время будет вытирать пластмассовые чашки и тарелки, которые вы ему передаете. Веселитесь и забавляйтесь, в то же время не забывая о деле.

## **Несъедобное печенье**

Если вы не страдаете излишней бережливостью, которая не позволяет вам напрасно изводить продукты, то можете предоставить ребенку свободу кулинарного творчества. Один наш маленький друг любил выпекать кексы по своему рецепту. В то время как его мама тщательно взвешивала все продукты в соответствии с рецептом, маленький кулинар делал это интуитивно. Его печенье, конечно, было несъедобным, однако желание приготовить что-то новое на десерт доставляло ему огромную радость.

По мере того как ребенок становится старше, можно перейти от абстрактной стряпни к вполне определенной, приготовленной по рецепту. Позвольте ребенку приготовить тесто самому, но, конечно, под вашим неусыпным наблюдением. Удовлетворение,, которое он получает от выполненной работы, укрепляет в нем чувство независимости и ответственности.

Более старшим детям можно поручить задание и посложнее. Пусть ребенок научится делать какое-нибудь одно блюдо — например, острую томатную приправу, макароны с сыром или яичницу. Если вы увидите, что ему нравится готовить, старайтесь постепенно расширить меню.

## **Оладьи из мела**

Вот рецепт, который может понравиться детям и особенно тем, кто не любит ничего выбрасывать. Для того чтобы приготовить это «блюдо», необходимо сохранять остатки использованных цветных мелков. Держите их на кухонной полке в банке из-под кофе. И как-нибудь, когда вы будете заниматься на кухне своими обычными делами, «испеките» оладьи из кусочков мела, если их собралось уже достаточно много.

Пусть ребенок снимет с мелков бумагу, пока вы раскладываете на противне серебряную фольгу. На нее насыпьте мелков, примерно наполовину, и поставьте на несколько минут в предварительно нагретую до трехсот градусов духовку. Затем остудите мел. Цвета смешаются друг с другом, и ваш ребенок сможет рисовать одним куском разноцветного мелка.

## **«Ты слышал?»**

Эту игру, требующую сосредоточенности, хорошей координации и внимания, очень любят малыши. Положите три камешка или стеклянных шарика в пустую жестяную кружку и попросите ребенка осторожно пройти по кухне, так чтобы шарики не гремели. Всякий раз, когда вы услышите шум, спрашивайте: «Ты слышал?» Попробуйте сами бесшумно пройти по кухне.

## **Кулинарный словарь**

Прикрепите лист разлинованной бумаги к холодильнику и сверху напишите «Кулинарный словарь». Пусть ребенок записывает на нем названия блюд, а также навыки, которыми он постепенно овладевает. Первым напишет слово «кулинария», которое входит в название заголовка. Затем, по мере того как вы используете разные способы] приготовления пищи, время от времени объясняйте ребенку значение отдельных новых слов, а он при этом пусть помогает вам готовить. После того как блюдо будет готово, он должен записать новые слова. В конечном итоге? его список может выглядеть так: «Резать кубиками, суфле, чистить, варить яйцо, сбивать белки, тушить, глазурь». Конечно, нельзя забыть такое слово, как «размораживать».

Когда ваш ребенок повзрослеет и постигнет не только слова, но и само кулинарное искусство, возможно, вам придется уступить ему место на кухне.

## **Счет**

Кухня — отличное место для постижения основ математики с помощью такого учебного пособия, как сухие завтраки. Положите в три пластмассовые чашки сухие завтраки разного типа. Лучше, если одни кусочки будут фигурными, другие — в виде маленьких квадратиков, а третьи, например, кукурузные хлопья. Теперь предложите ребенку задание по математике. Сначала он должен положить в чашку четыре фигурных кусочка. Затем, в зависимости от возраста, можно попросить добавить, например, еще пять квадратиков или к четырем фигурным кусочкам добавить три квадратика и два кусочка попкорна, а в конце подсчитать общее количество. Если

взять из чашек по одному кусочку каждого вида, то есть от девяти отнять три, сколько останется? Все задачи должны соответствовать уровню развития ребенка.

## **ГЛАВА 8. ДОМАШНИЕ ДЕЛА**

**Свой цвет**

**Вывери работу**

**В четыре руки**

**Повесь одежду**

**Приведи в порядок**

**Составь таблицу**

**Вымой и почисти**

**Место для хранения**

**Собери вещи**

**Семейный архив**

**Постоянная работа**

**Побеждая время**

**Взбей подушку**

**Сотри следы пальцев**

**Сортировка книг**

**Вымой машину**

**Где носок?**

**Разбери грязное белье**

**«Уничтожь» пыль**

**В саду**

В наше время в семьях, где все взрослые работают, домашние обязанности отнюдь не являются привилегией кого-нибудь одного. Все должны помогать друг другу, и дети тоже не составляют исключения. Если они с раннего возраста усваивают, что взрослым нужно помогать по хозяйству, то атмосфера в такой семье становится лучше, а бесконечная повседневная работа выполняется легче и быстрее. Советы и рекомендации, предложенные в этой главе, помогут родителям приучить детей к мысли о том, что у них тоже есть свои обязанности по дому, которые при этом могут доставлять радость и даже вознаграждаться. Ребенок должен чувствовать, что работа, которую он выполняет, действительно приносит пользу. Естественно, похвала всегда действует на детей лучше, нежели критика, пусть даже и справедливая. Большинству из них легче просто уклониться от задания, чем потом выслушивать нравоучения о том, как его следовало выполнить. Поэтому старайтесь поощрять ребенка. Самой лучшей похвалой для малыша будут не общие рассуждения: «Салли, ты лучше всех помогаешь маме!» или «Спасибо, Джордж, ты мне очень помог!», а оценка конкретно сделанной работы: «Джейн, я горжусь тобой. Ты так хорошо убрала свои игрушки!»

или «Какое счастье, что мой сын умеет аккуратно складывать носки!» или «Молодец, ты проделал такую большую работу и при этом ни разу не передохнул».

Иногда мы захваливаем детей, и порой даже в тех случаях, когда они сами понимают, что справились с заданием не лучшим образом. Это очень опасно! Если ребенок поймет, что похвала и комплименты связаны с особым к нему отношением, а не с результатом конкретной работы, то в дальнейшем эти поощрения не будут иметь никакой цены. Ваша любовь к ребенку безгранична, но проявлять свои чувства нужно разумно.

Однако если ребенок хорошо справился с работой, а в ответ вы стремитесь дать ему новое задание вместо того, чтобы поощрить, он может почувствовать себя виноватым и разочарованным, как если бы он выполнил ее плохо. Старайтесь давать ребенку поручения, которые соответствовали бы его возможностям и способностям.

## **Свой цвет**

Даже маленькие дети в состоянии помочь разобрать белье после стирки, если вы воспользуетесь одним семейным секретом — сортируйте по цвету. Каждый член семьи должен выбрать себе определенный цвет. Поставьте маркером точки на внутренней стороне одежды и на носках — со стороны подошвы.

Пусть старшие дети составят таблицу, где указаны цвета каждого члена семьи, и повесят ее в ванной. Когда вам понадобится разобрать белье, попросите малыша найти всю одежду, помеченную зелеными точками, или собрать сначала все носки с красными метками, а затем с черными.

В каждом доме, где есть много белого белья, белых носков и голубых джинсов, оценят этот метод по достоинству.

## **Выбери работу**

Пусть у вашего ребенка будет специальная баночка, с помощью которой он сможет выбрать себе работу по дому, пока вы заняты делами. Раз в неделю вместе с ним записывайте на маленьких кусочках бумаги задания, которые малыш в состоянии выполнить, и складывайте их в баночку. Прежде всего, это обычные поручения — например, убрать постель, собрать кубики, выбросить мусор из корзины, накрыть на стол, убрать посуду и вытереть пыль. Однако для разнообразия каждую неделю добавляйте новый вид работы. Дети могут помыть боковое зеркало автомобиля, разобрать ящик стола, поточить карандаши, вытереть пыль с книг. Когда они подрастут, баночка с перечнем домашних дел может стать общей для всей семьи. Однако пока дети маленькие, им можно поручать только ту работу, которая соответствует их возрасту.

## **Помощник помощника**

**Если малыш остается днем под присмотром няни, расскажите ей об этой баночке, и пусть они пользуются ею вместе.**

## **В четыре руки**

Самый лучший способ научить детей хорошо делать любое дело — это относиться к ним ласково, внимательно и всегда поощрять их успехи. Если с какой-нибудь работой

легче справиться вдвоем, попросите ребенка помочь вам: замените постельное белье, передвиньте мебель, переберите книги, сложите выстиранное белье.

Иногда легче сделать работу самому, чем поручать ее кому-нибудь другому, потому что в результате неумелой помощи получается, что ножи и ложки оказываются перемешанными, а стекла в машине — грязными. И все же старайтесь не делать детям замечаний. Это очень важное условие! Ребенок не может выполнять работу так же хорошо, как вы. Помните, ваша главная цель — воспитать в нем чувство ответственности за порученное дело.

### **Повесь одежду**

Пусть один или два дня в неделю ребенок следит за тем, чтобы вся одежда в доме была развешана по местам. Все, что небрежно разбросано на полу в комнате, на стульях, в коридоре, должно быть прибрано. Малыш может подсчитать, сколько всего вещей он развесил в течение дня.

### **Приведи в порядок**

Вместе с ребенком приведите в порядок детский уголок. Поговорите о том, как быстро найти игрушки, если он забывает, куда их спрятал. Пусть малыш поместит их в коробки, ящики и на полки, где он обычно их хранит.

### **Составь таблицу**

Иногда написанное слово действует сильнее, чем строгий родительский окрик. Список домашних дел, несомненно, поможет вам равномерно распределить нагрузку в семье. Составьте таблицу на месяц или на два вперед. Слева по вертикали напишите, что необходимо сделать, а наверху по горизонтали укажите даты. В каждой графе звездочками или точками разного цвета отметьте обязанности каждого члена семьи. Тот, кто выполнил свою работу, обводит метку кружком.

### **Вымой и почисти**

Большинство детей любят что-нибудь чистить и мыть. Усадите малыша рядом с раковиной на кухне, дайте губку, мочалку, старую зубную щетку и покажите, что надо чистить. Включите музыку и по мере того, как малыш справляется с заданием, обязательно хвалите и поощряйте его.

### **Место для хранения**

Лучший способ в занимательной форме объяснить ребенку, что значит быть организованным, — это дать ему несколько специально отобранных коробок. Посоветуйте ему раскрасить их, определив предназначение каждой: коробка из-под обуви — для мячиков, из-под новой лампы — для платьев кукол, отдельная коробка — для солдатиков, танков и самолетов, большего размера коробки приготовить для книг и игр.

Пусть ребенок оформит их так, как ему захочется — покрасит в яркий фиолетовый цвет или нарисует что-нибудь абстрактное.

Когда краски высохнут, сделайте фломастером соответствующие надписи: «Коробка для книг», «Одежда для кукол» и т. п. А затем можно приступать к работе.

### **Собери вещи**

Приготовьте коробки и напишите на каждой имя своего домочадца. Если вы видите разбросанные по дому вещи — туфли, игрушки, книги, одежду, — соберите их в коробку того, кому они принадлежат. И тогда каждый провинившийся будет знать о своем проступке.

## **Семейный архив**

Купите несколько папок для каждого члена семьи и найдите для них постоянное место — на полке в книжном шкафу, в ящике письменного стола или в любом удобном месте. Храните в них семейные реликвии. Дети часто разбрасывают по комнате вещи, которые жалко выбросить, но в то же время они уже не могут понадобиться: поздравительные открытки, любимые рисунки, спортивные программы, эмблемы, билеты. Сложите их в папки и сохраните на добрую память.

## **Постоянная работа**

Во многих семьях принято поручать ребенку определенную работу, которую он должен выполнять в течение недели. Малыш, который привыкнет каждый день застилать постель, будет это делать без напоминаний, с каждым днем все лучше и лучше. Дошкольники могут раскладывать вилки и ложки после мытья собирать в одно место газеты, чистить раковину в ванной или вытирать обеденный стол.

Если постоянные обязанности занимают не слишком много времени у ребенка и при этом взрослые поощряют добросовестность, у него вырабатывается привычка хорошо работать.

## **Побеждая время**

Становясь старше, дети с удовольствием замечают, что теперь они справляются с домашними обязанностями намного быстрее, чем раньше. Это помогает им сосредоточиться, а кроме того, превратить работу в игру. Пусть ребенок рассчитает, сколько времени ему понадобится на выполнение задания; однако вы должны быть уверены, что темп работы не повредит ни ребенку, ни окружающим. Составьте таблицу, где отмечается звездочками или точками работа, успешно выполненная «на время». Если точек много, малыша ждет награда в виде угощения, развлечения или освобождения от других дел в этот день.

## **Взбей подушку**

Есть работа, которая не очень существенна в домашнем хозяйстве, но которая очень понравится ребенку. Сделайте вид, что хотите дать ему важное задание. Поручите малышу взбивать подушки: пусть он каждый день обходит дом и следит за тем, чтобы они всегда были мягкими и воздушными.

## **Сотри следы пальцев**

Простое, но полезное дело для школьников младших классов — пройти по дому и удалить грязь и пятна вокруг дверных ручек. Дайте ребенку губку и чистящее средство, которым вы обычно пользуетесь (если это жидкость, для большего удобства налейте ее в бутылку-пульверизатор). Затем малыш должен обойти все комнаты в том порядке, как это делаете вы, или избрать собственный маршрут. Объясните ему, что отпечатки пальцев надо так стереть, чтобы ни один полицейский детектив не мог узнать, кто входил в эту комнату.

## **Сортировка книг**

Давая детям задание, будьте уверены в том, что работа принесет реальную пользу. Однако иногда вам просто нужно чем-нибудь занять малыша: либо у вас неотложные дела, либо с воспитательной точки зрения. В таком случае, попросите его разобрать по размеру книги на полках.

Удивительно, сколько трудных задач встанет при этом перед ним — задач, которые вы решаете подсознательно, но которые потребуют от ребенка напряжения умственных способностей.

## **Вымой машину**

Если вы способны заглянуть в будущее, уже сейчас начните учить ребенка этой непростой работе. В хорошую погоду поезжайте вместе за город и вымойте там свой автомобиль. Объясните малышу, как нужно это делать. Дайте ему какое-нибудь легкое поручение: пусть он замажет специальным составом трещины на крыльях и дверцах или мини-пылесосом вычистит коврики на полу. Попробуйте сделать так, чтобы для малыша это стало приятным и легким занятием.

Со временем постарайтесь выработать у ребенка необходимые навыки и способности, а затем, когда он станет подростком, доверьте ему работу полностью, если только вы не привыкнете всегда делать это вместе.

## **Где носок?**

Одной из великих неразрешимых загадок века остается вопрос: «Куда делся другой носок?» Действительно, что же всегда происходит с носками? Возможно, вам больше повезет в поисках пропажи, если вы назначите ребенка на должность «Главного смотрителя за носками».

«Смотритель» должен раскладывать носки парами, подбирая их по размеру и цвету, а затем по другим условным знакам, принятым в вашем доме. Научите его сворачивать носки, и когда он освоит эту операцию, попросите положить их владельцу на кровать или на полку в шкафу.

## **Разбери грязное белье**

Многие родители обычно просят детей помочь разложить чистое белье. Однако маленьким детям проще разобрать грязное, откладывая отдельно белое и цветное. Для них будет своеобразным развлечением разбрасывать грязные вещи по кучкам, не заботясь о том, что они могут помяться.

## **«Уничтожь» пыль**

Вы уже знаете, как бороться с привидениями и разбросанными вещами. Теперь пришло время «победить» пыль, ведь ребенку так нравится карабкаться по креслам и диванам и ползать под ними. Дайте ему пылесос, и пусть он шарит «страшной рукой» по всем закоулкам, собирая пыль под столами, кроватями и в других недоступных уголках, в то время как вы убираете все остальное.

## **В саду**



Маленький ребенок будет с удовольствием ухаживать за растениями. Выделите ему небольшой собственный участок земли в саду и пометьте его. Если это невозможно, пусть ребенок следит за растениями, поливает и удобряет их вместе с вами.

Работа в саду — прекрасное занятие для детей: ведь растения требуют постоянной заботы и, кроме того, вознаграждают за труд.

## **ГЛАВА 9. ВИЗИТ НА РАБОТУ**

**Занимательные фотокопии**

**Замысловатый контур**

**Карандашом по трафарету**

**Визитные карточки**

**Поделки из скрепок**

**Найди точку**

**Наведи порядок**

**Записная книжка**

**Забели**

**Напечатанные послания**

**Оформи папку**

**Поставь печать**

**Игра с резинкой**

**Делай, как я**

**Телефонный разговор**

**Сосчитай**

**Необходимая помощь**

**Неожиданные записки**

**Скопируй картинку**

**Рисунок из дырок**

**Помните о кассетах в автомобиле?**

**Сделай чертеж**

**Точки**

**Охота за клавишей**

Многим детям кажется, что каждый день, уходя «на работу», родители просто куда-то исчезают. Что происходит там «на работе» остается тайной для малыша. Ему трудно представить, куда пропадают папа и мама, и что они делают, когда их нет дома.

Когда дети приходят вместе с нами в офис — просто из любопытства или если их не с кем оставить дома, — они значительно больше узнают о нас и об окружающем мире. Это помогает им чувствовать себя спокойнее, когда мы «исчезаем» из дома. Расскажите ребенку о том, чем вы занимаетесь на работе и что здесь делают ваши коллеги.

Если вы решили познакомить ребенка со своей работой, для него такой визит станет увлекательным приключением, во время которого он увидит людей и обстановку, которая вас окружает. В офисе или в другом рабочем помещении всегда найдется много занимательного. Здесь есть огромное количество вещей, которые могут развлечь ребенка и в то же время принести пользу. Однако объясните ему заранее, что все, что он увидит здесь, — не игрушки, а сложные и дорогие машины, с которыми нужно обращаться очень бережно.

Родителям, которым пришлось по необходимости привести с собой на работу ребенка, поможет компьютер и программы с играми для детей- разного возраста. Малыши любят игры с простыми числами и объемными изображениями. Дети постарше могут проверить свое знание таблицы умножения, поучиться печатать и составлять простые предложения. Программы по обучению машинописи, превращающие этот процесс в занимательную игру, позволят ребенку провести время с пользой для себя.

Если вы были вынуждены взять малыша с собой на работу, а у вас много неотложных дел, то вам придется разрываться между ребенком и делами. В таких случаях поможет будильник. Поставьте его на определенное время и объясните, что, когда зазвонит звонок, вы сможете прекратить работу и сделать перерыв.

И не важно, по какой причине ребенок попал к вам на работу, главное здесь всегда можно найти много вещей, которые привлекут его внимание и возбудят воображение.

### **Занимательные фотокопии**

Детей всегда поражают чудеса фотокопирования. Начните осмотр офиса с посещения комнаты, где стоит фотокопиральная машина. Сделайте с ее помощью книжку-раскраску. Для этого скопируйте каждую ладонь ребенка, а затем собственную руку.

Сфотографируйте несколько круглых резинок, прикрепленных к листу бумаги, страницу из детской книжки или график из вашего отчета. Используйте все, что окажется под рукой, чтобы получилась книжка-раскраска. Усадите ребенка за рабочий стол, дайте цветные карандаши или фломастеры, и пусть он займется раскрашиванием.

### **Замысловатый контур**

Ящик письменного стола — настоящая сокровищница, полная самых разнообразных вещей. Карандаши, ручки, линейки, скрепки, круглые резинки, магниты, шиватели, ластик — это лишь малая часть того, что ребенок может обнаружить в вашем столе. Предложите ему обвести на бумаге контуры этих предметов, накладывая их по очереди один на другой. После этого малыш проверит, сколько предметов вы сможете распознать.

### **Карандашом по трафарету**

Малыши всегда с увлечением рисуют узоры по трафарету. Если у вас на работе есть трафареты, дайте ребенку, и пусть он обводит их цветными карандашами. Если нет, их легко сделать из подручных канцелярских материалов. Вырежьте из плотной бумаги или картона фигуры разной формы, которые ребенок сможет обводить.

### **Памятка для мастера**

**Если вам трудно вырезать фигуры в центре плотной бумаги, из которой вы делаете трафарет, используйте следующий прием. Сделайте прямой разрез от края картона к тому месту, где должна получиться фигура, а затем заклейте его лентой. Для того чтобы трафарет получился прочным, оставляйте большое пространство между вырезанными фигурами.**

Если ребенку понравится это занятие, он может продолжить его дома, нанося маркером узоры на старую рубашку или на какую-нибудь другую ткань.

### **Визитные карточки**

Если у вас сохранились старые визитные карточки — ваши собственные или любые другие, ребенок может сделать из них визитки для себя.

Достаточно будет написать на одной стороне карточки имя малыша и номер телефона — и у него появится собственная визитка.

Как-нибудь, когда он попросит своего друга позвонить, он может вручить ему свою визитную карточку, чтобы напомнить о себе.

Из визиток можно сделать колоду карт и даже придумать собственную карточную игру.

### **Поделки из скрепок**

Из канцелярских скрепок получаются прекрасные игрушки. Еще лучше, если у вас есть цветные скрепки. Покажите ребенку, как, соединяя их друг с другом, можно смастерить ожерелье для себя, сестры, бабушки или своей подруги.

Скрепки — отличный строительный и дизайнерский материал для игрушечных трасс и шоссе, по которым проносятся машины из спичечных коробков. У вас нет машин? Тогда возьмите ластик и соедините их распрявленными скрепками. Когда ребенку надоест это занятие, пусть он на бумаге выложит из скрепок какую-либо композицию, а затем обведет ее карандашом. Потом надо снять несколько копий с этого рисунка, чтобы ребенок мог раскрасить их в разные цвета: один — в голубой, другой — в розовый, а третий — в солнечно-оранжевый.

### **Найди точку**

Если у вас на работе есть маленькие бумажки-наклейки, можно быстро организовать игру в «поиск точки». Если малыш заинтересуется этим, пройдите по помещению, прилепляя эти «точки» на мебель и оборудование так, чтобы их не сразу можно было найти.

Спросите ребенка, заметил ли он, сколько точек вы наклеили, а затем понаблюдайте, сможет ли он отыскать их.

### **Наведи порядок**

Если ваш ребенок непоседа, предложите ему привести офис в порядок. Спросите, не хочет ли он заработать немного денег, убирая помещение. Дайте малышу тряпки, бумажные полотенца, и пусть он вытирает пыль и полирует мебель.

### **Записная книжка**

Ребенок может завести собственную записную книжку. То, что у него есть список телефонных номеров так же, как у папы, позволит ему почувствовать себя совсем взрослым.

Скрепите вместе листки бумаги; на каждой странице напишите печатными буквами имена друзей вашего малыша; затем пусть он нарисует их портреты. Или наоборот, пусть он сделает это сначала, а вы потом подпишите имена.

Не забудьте про номера телефонов и адреса. Если малыша увлечет это занятие, занесите в записную книжку сведения и о родственниках.

## **Забели**

Дайте ребенку флакончик белил («штрих») и попросите закрасить все буквы «и» в каком-нибудь тексте. Еще предложите ему нарисовать картинки, а затем с помощью белил что-нибудь изменить в них.

## **Напечатанные послания**

Если вы не боитесь за клавиатуру, позвольте малышу поиграть с пишущей машинкой. Напечатайте простое короткое предложение и попросите его поискать какие-либо буквы на клавиатуре. Или дайте ему несколько заданий: напечатать десять «е», четыре «т» и буквы, составляющие имя ребенка.

Дети постарше могут напечатать письма друзьям или «тайные послания», чтобы потом спрятать их под папиной подушкой или в тапочках сестры.

Достаньте пособие по машинописи и предложите ребенку сделать оттуда упражнения. Когда он справится с заданием, наградите его чем-нибудь.

## **Оформи папку**

Папки для документов помогают организовать работу не только взрослым, но и маленьким детям. Если у вас в офисе есть свободные папки, дайте малышу несколько штук и попросите разложить их по порядку так, как он захочет. Он может написать на каждой папке заголовок, пометить и раскрасить ее.

## **Поставь печать**

Покажите ребенку разнообразные печати и штампы, которые есть в каждом офисе, и предложите с их помощью изобразить на бумаге абстрактные фигуры или рисунки. Пусть малыш сделает несколько отпечатков, располагая их по-разному и нажимая на печати с разной силой. Для этой игры не нужны никаких правил. Дайте ребенку штамп, подушечку и бумагу. Он сам догадается, что с ними нужно делать.

## **Игра с резинкой**

Для большинства ребятишек коробка, полная резинок,— настоящий клад. Из резинок можно сделать шарики, разные фигурки и игрушки. Если вы помните, резинку можно превратить даже в «оружие».

Однако будьте особенно осторожны, если ребенок захочет пострелять из рогатки.

## **Делай, как я**

Приготовьте второй комплект рабочих принадлежностей и усадите ребенка рядом с собой, чтобы он мог повторять все, что делаете вы. Малыши любят, когда рядом с ними есть игрушки, телефонный аппарат, блокноты разного размера, журналы, справочники, карандаши, ручки, штемпельные подушечки и т. п.

В учреждении или даже на фабрике, в гараже или в магазине постарайтесь найти место, где ваш ребенок мог бы «работать», глядя на вас.

Если ребенку трудно усидеть на одном месте, пусть он поговорит по телефону с бабушкой и дедушкой или со своими друзьями. Мы знаем одну доведенную до полного отчаяния мать, которая позвонила своим родителям даже в другой город. Пока она старалась как можно быстрее сделать необходимую работу, бабушка по телефону читала малышу сказку.

## **Сосчитай**

Вы же знаете, что калькуляторы изобретены специально для малышек, которые очень любят нажимать на кнопки? Если вам приходится на работе часто считать, попытайтесь найти еще один калькулятор и дайте ребенку список цифр, которые он должен сложить, пока вы складываете свои.

Предложите ему сделать свой список, состоящий из одной единицы, двух двоек, трех троек и т. д. Детям школьного возраста можно дать задание решить на калькуляторе несколько задач.

## **Необходимая помощь**

На работе, как и дома, всегда много дел, до которых не доходят руки. Ребенок сможет выручить вас в этой ситуации. Пусть он наведет порядок в ящиках стола, сложит письменные принадлежности и распределит по алфавиту бумаги, ждущие регистрации.

## **Неожиданные записки**

Возьмите листочки с клейкими краями, чтобы ребенок написал на них записки членам вашей семьи. Вернувшись домой, он может прикрепить их в разных местах.

## **Скопируй картинку**

Компьютер и ксерокс окончательно вытеснили такую замечательную вещь, как копировальная бумага. А она может занять малыша на долгое время. Если вы найдете ее в своем офисе, пусть ребенок займется копированием. Можно найти картинки в журнале и перевести их на бумагу.

## **Рисунок из дырок**

Ребенок может самостоятельно сделать узор из дырочек, держа лист бумаги над мусорной корзиной и наугад пробивая его дыроколом. Если ему начнет надоедать это занятие, можно делать дырки на цветной бумаге или на картоне.

## **Оптические иллюзии**

**Прокалывая в рисунке точки, можно придать ему необычный эффект. Если малыш нарисовал человеческие фигурки, пусть попробует с помощью дырокола сделать глаза, «петли» для пуговиц на рубашке или узор на юбке.**

## **Помните о кассетах в автомобиле?**

В главе 1 мы говорили о кассетах с записями сказок, которые можно взять с собой в поездку, и о том, как записывать на магнитофон собственные рассказы.

Теперь как раз наступил очень подходящий момент, чтобы ими воспользоваться. Возьмите пленки с собой на работу и дайте ребенку послушать их, пока вы заняты делами. Если они так и лежат в автомобильном ящике для перчаток, то достаньте их заранее по дороге на работу.

Когда запас историй иссякнет, предложите ребенку записать на пленку новые рассказы.

### **Для тех, кто постарше**

**Если вы привели с собой на работу старшего ребенка, попросите его сделать полезное дело ~ записать на магнитофон несколько историй для малышей, которые тоже когда-нибудь могут оказаться здесь. Оставьте эти записи коллегам, которым, возможно, придется развлекать своих детей.**

### **Сделай чертеж**

Миллиметровая бумага доставит вашему малышу огромное удовольствие. Вы можете придумывать всевозможные игры, взяв бумагу, коробку цветных карандашей и фломастеры. Поставьте в нескольких квадратах точки, и пусть ребенок соединит их. Наметьте инициалы малыша; он должен раскрасить их так, чтобы каждый квадратик, составляющий букву, был разного цвета.

Поучите ребенка считать, отмечая на бумаге точками площадь разных размеров — три квадратика на четыре или семь на восемь; затем попросите ребенка изобразить точно такие же на любом другом листе бумаги.

### **Точки**

Помните ли вы, что существует живописная манера, характерная для неоимпрессионизма, — пуантилизм — когда картина написана мелкими цветными точками. Пусть ваш ребенок попытается использовать этот стиль, прокалывая точки в бумаге с помощью шила, которое найдется в любом офисе.

Точки можно использовать в абстрактных рисунках, орнаментах или для обрамления красивой картины.

Затем предложите ребенку с помощью фломастера нарисовать картину мелкими цветными точками.

### **Сходите в музей**

**Если ребенка заинтересует это занятие, сходите с ним в музей и попытайтесь найти картины, выполненные в технике пуантилизма, например, работы французского художника-пуантилиста Сёра.**

### **Охота за клавишей**

В наше время компьютеры можно найти повсюду, и это означает, что теперь уметь печатать так же необходимо, как уметь писать. Маленьким детям лучше начать изучение клавиатуры с увлекательной игры «Охота за клавишей». Цель игры проста — ребенок должен отыскать нужную клавишу как можно быстрее. Для начала предложите малышу найти какие-либо буквы алфавита. Он может заниматься этим, пока вы работаете за своим столом. Затем попросите его произнести несколько коротких слов, состоящих из двух-трех букв, и напечатать их.

После этого дайте ребенку стопку карточек, на которых написаны буквы. Заглядывая в карточки, он должен искать соответствующие клавиши. Ребенку постарше предложите искать нужные буквы и нажимать на клавиши, не глядя.

Сразу у него это может не получиться, тогда предложите ему печатать с помощью учебной программы. Если ему понравится это занятие, пусть поиграет некоторое время.

В качестве награды за работу позвольте ребенку набрать свое время и покажите, как по-разному можно это сделать, используя различные шрифты. Затем выведите на принтере несколько образцов и подарите малышу.

## **ГЛАВА 10. ИНТЕРЕСНЫЕ ПУТЕШЕСТВИЯ И ПАМЯТНЫЕ СОБЫТИЯ.**

**Правдивая история**

**Я помню**

**Рассказ о путешествии**

**Фотоистории**

**Фотографии родных**

**«Большое спасибо...»**

**Вот как это было**

**Угадай**

**Открытки на память**

**Хроника**

**Маленький репортер**

**Видеофильм**

**Праздничные украшения**

**Одеяло на память**

**Руки в книге**

**Научи меня**

**Популярное «ток-шоу»**

**Коллекция**

**Сохрани энергию**

**Отметить по арте**

**Холодильник-альбом**

**Ощущения**

**На долгую память**

**Чемодан с наклейками**

Дети — прирожденные историки. Они хотят знать все о том, что происходило «давным-давно», когда... мама была маленькой девочкой, а папа — маленьким мальчиком, когда они родились, когда бабушка увидела их в первый раз, когда родители познакомились, и обо всех других важных событиях в жизни семьи.

Воспоминания о прошлом обогащают семейную историю и придают ей романтический, даже загадочный оттенок. Они славят старые добрые времена и служат основой, на которой создаются все новые и новые семейные предания. Слушая и пересказывая их, дети учатся воспринимать семейные традиции и ценности. Но прошлое — не единственный источник историй. Путешествия, встречи с друзьями, приключения, случайные происшествия — все это пополняет семейный фольклор и оставляет в памяти ребенка добрые и теплые воспоминания. Поддерживая эти настроения в ребенке, вы укрепляете в нем чувство принадлежности к семье.

Вот некоторые занятия, которые помогут развить в вашем ребенке эти чувства.

## **Правдивая история**

Все знают, как дети любят слушать истории, особенно правдивые. Их хорошо рассказывать на кухне или в гараже, когда руки у вас заняты работой, а мысли свободны и вы спокойно можете предаться воспоминаниям. Маленькие дети с удовольствием будут слушать ваши воспоминания о детстве — как вы учились кататься на велосипеде, как провели первый день в школе, о ваших закадычных друзьях, о днях, когда вам не везло, и о том, как вы с торжеством одерживали победу...

Посоветуйте своим близким, особенно старшему поколению, рассказывать детям истории из своей жизни, помогая воссоздать и сохранить историю всей семьи.

## **Сохрани рассказ**

**Держите под рукой магнитофон и кассеты, чтобы записывать истории на пленку. Пометьте кассеты и храните их в определенном месте.**

## **Я помню**

Вспомните какое-нибудь событие или историю, произошедшую с вами во время путешествия, и по очереди попробуйте восстановить все обстоятельства и детали вашего поведения. Когда этот запас иссякнет, поделитесь друг с другом самыми яркими впечатлениями от поездки — о том, что особенно понравилось, запомнилось или поразило ваше воображение.

Возможно, после этого ребенок захочет сделать книжечку под названием «Я помню».

## **Рассказ о путешествии**

Если вы отправились на прогулку за город только вдвоем с ребенком, то, вернувшись домой, предложите ему после обеда «прочитать лекцию» о путешествии остальным членам семьи. Пусть малыш расскажет, что ему запомнилось больше всего, или просто пофантазирует. Вы можете задавать ему наводящие вопросы, но лучше понаблюдать за тем, что именно отложилось у него в памяти. Ребенок может сопровождать рассказ показом сувениров, а также рисунков, которые он сделал после поездки.

## **Фотоистории**

Если вы любите фотографировать во время путешествий, а также при встречах с друзьями и родственниками, сделайте несколько фотографий специально для ребенка. Пусть у него будет собственный альбом, куда он может приклеивать снимки так, как ему нравится. Помогите малышу сделать под ними подписи — пусть он попробует сам



или продиктует вам несколько предложений. Теперь он может в любое время достать свою коллекцию и показать кому-нибудь из близких.

## **Фотографии родных**

Достаньте фотографии тех членов семьи, которых ваш ребенок видит редко. Приклейте снимки в альбом малыша, чтобы он смотрел на лица людей, о которых вы ему рассказываете, и знал, о ком идет речь.

## **«Большое спасибо...»**

Возможно, во время поездки ребенок познакомится с новыми людьми, которые сделают ваше путешествие более приятным и интересным. Один из способов помочь ребенку запомнить новых знакомых и связанные с ними события — написать им письмо. Малыш может продиктовать вам текст письма и сделать несколько рисунков к нему. Пусть он участвует во всем — «помогает» написать адрес, заклеивает конверт и опускает его в почтовый ящик.

## **Вот как это было**

Пусть ребенок просмотрит журналы, газеты или рекламные проспекты, которые у вас остались после путешествия, и попытается найти картинки, которые напомнили бы ему об интересных событиях и происшествиях. Соберите все картинки и приклейте их на лист плотной бумаги; подпишите их так, как захочет ребенок.

## **Коллаж**

**Предложите малышу наклеить картинки на большой лист плотной бумаги так, чтобы на нем не оставалось свободного места, даже если картинки частично перекрывают друг друга. Посоветуйте приклеить какие-нибудь предметы, чтобы сделать коллаж объемным. Можно прочертить на нем цветные линии. В конце концов, должно получиться то, что можно вставить в пластмассовую рамку.**

## **Угадай**

Поиграйте всей семьей в загадки, жестах имитируя поведение людей, которых вы встречали, или изображая события, которые вы пережили вместе. Посмотрите, кто угадает первым. Делайте это по очереди. Можно разыграть сценки из повседневной жизни, например, поход к парикмахеру, или вспомнить какие-то важные моменты из истории вашей семьи.

## **Открытки на память**

Попросите своих близких посылать вашему малышу открытки не только из дома, но и во время путешествий. Сложите их в стопку и время от времени просматривайте вместе с ребенком, вспоминая о том, кто их прислал, откуда и по какому поводу.

## **Коллекция открыток**

Коллекция открыток отлично помогает тренировать память. Выделите определенную сумму денег на почтовые открытки, которые вы купите вместе с ребенком во время следующего путешествия. Поставьте на обратной стороне карточки дату и опишите впечатления малыша в этот день. Потом проколите дырку в верхнем левом углу открыток и скрепите их все вместе.

## **Хроника**

Вспомните, с каким волнением вы учились писать свое имя. У меня остались лишь смутные воспоминания о толстом черном карандаше, который дал мне учитель первого класса, и о бумаге в широкую линейку, на которой я писала «Шарла» снова и снова до тех пор, пока буквы не стали ровными. К сожалению, события тех дней живут только в моей памяти. А вот у моих дочерей есть неоспоримые доказательства их успехов: как они перешли от каракулей сначала к причудливым узорам и наконец к размашистому почерку.

Старайтесь сохранить в специальном блокноте свидетельство того, как постепенно улучшался почерк вашего ребенка. Блокнот, который хранится в нашей семье, — своего рода увлекательная хроника, где есть автографы, отпечатки рук и рассказы, записанные под диктовку. Благодаря ему мы можем вспоминать происходившие с нами далекие события так, как будто это было совсем недавно; поэтому и первый поход в Краеведческий музей остался в нашей памяти как замечательное путешествие по огромным красивым залам.

## **Маленький репортер**

Если ваши дети уже учатся в школе, посоветуйте им взять в путешествие или на экскурсию магнитофон. Пусть ребенок ведет репортаж с места событий и записывает на пленку все, включая звуковой фон. Если это покажется ему интересным, посоветуйте взять интервью у других посетителей музея или у зрителей залов, но не заставляйте малыша делать то, что нравится вам, а не ему.

## **Видеофильм**

Если у вас есть видеокамера и вы умеете с ней обращаться, сделайте фильм о вашей семье. Сначала пусть ребенок задаст несколько вопросов «актерам», которые будут сниматься: о чем они думают и чего ждут от фильма. В процессе съемки будет видно, насколько оправдались эти ожидания. Проверьте, чтобы корреспондент правильно указал все имена, возраст детей и дату съемки. Фильм должен быть увлекательным, приятным и не слишком серьезным, чтобы участники не боялись в процессе съемки «сделать что-нибудь не так».

## **Праздничные украшения**

В канун рождественских праздников можно всей семьей заняться приготовлением украшений для елки. Веточки растений, травинки — все может быть использовано в качестве рождественских украшений. Можно на кружочки картона наклеить семейные фотографии, сделать для каждой красивую рамку и развесить на елке.

## **Одеяло на память**

Если вы умеете держать в руках иголку, подумайте о том, чтобы сшить из разных лоскутков «одеяло на память». Сохраняйте кусочки ткани от своих любимых вещей — от рубашки, в которую был одет ваш сын, когда у него прорезался первый зубик, от детского одеяльца или от любимого халата. Когда ваш ребенок подрастет, оставьте на память лоскутки от школьной формы. Используйте все это для того, чтобы сделать «одеяло на память», пришив лоскутки на большой кусок ткани. Ребенок может цветными мелками расчертить материал для одеяла на квадраты. После этого прогладьте рисунок горячим утюгом через бумагу, пропитанную парафином. Теперь у

вас есть ткань, на которой можно оставить след памятных событий. Кроме того, путешествуя с семьей, старайтесь привезти домой из каждой поездки сувениры или украшения, которые можно было бы включить в семейную коллекцию.

## **Руки в книге**

В некоторых семьях есть книга для гостей, в которой они, по просьбе хозяев, должны расписаться. Вместо этого ваш ребенок может сделать «книгу для рук». Первую страницу этой книги должна занимать его собственная рука. Если ваш малыш правша, пусть он плотно прижмет левую руку с растопыренными пальцами к странице и правой обведет ее контуры. Под рисунком напишите его имя, возраст и дату. Каждая страница книги должна быть посвящена разным людям — тем, у кого вы были с ребенком, и тем, кто приходил в гости к вам. После того как ребенок обведет контуры руки, ее обладатель должен расписаться и поставить дату. Малыш может продиктовать или написать сам несколько строк на каждой странице. Для этой цели можно использовать обычный блокнот или альбом с чистыми страницами.

## **Научи меня**

У каждой семьи есть свои любимые развлечения. Одни любят петь, другие — заниматься спортом, третьи — играть в какие-нибудь игры. Когда вы навещаете друзей или родных, постарайтесь, чтобы ребенок научился разным интересным играм или другим занятиям, которые популярны в этих семьях. Бабушка может научить играть в карты, дедушка — бросать камешки. Двоюродные братья и сестры помогут научить хорошо свистеть или танцевать. Пусть ребенок осваивает новое занятие, тренируется и получает от этого удовольствие. Не ограничивайте его во времени. Малышу приятно, когда взрослые учат его тому, что любят и умеют хорошо делать сами. В свою очередь взрослые довольны тем, что ребенок хочет научиться этому у них. Однако если вы заметили, что малыш устал и проявляет нетерпение, подскажите ему, как объяснить остальным, что он хочет отдохнуть.

## **Популярное «ток-шоу»**

Маленькие дети не очень охотно спрашивают взрослых о них самих, но зато любят рассказывать о себе. Вы можете пригласить ребенка и кого-нибудь из родных принять участие в семейном «ток-шоу», выступая в роли ведущего. Включите магнитофон и задайте ребенку вопрос. Например: «Что ты любишь делать, когда гуляешь?» После того как он ответит, посоветуйте ему: «Спроси у дедушки, что он любил делать на улице, когда был маленьким мальчиком?» Второй вопрос ведущего может звучать так: «Пожалуйста, расскажи всем, какое твое самое любимое блюдо?» Затем пусть дедушка ответит, что он больше всего любил есть в детстве, а ребенок скажет, нравится ему это тоже или нет...

### **Пять вопросов**

**Вот пять вопросов, которые может задать ведущий: 1) Какие ты знаешь любимые пословицы и поговорки родителей? 2) Что тебе нравится больше всего? 3) Что не нравится? 4) Чего ты боишься? 5) Какие развлечения в школе ты запомнил?**

## **Коллекция**

Коллекционирование — любимое занятие многих людей, и дети увлекаются этим так же, как и взрослые. Чем отличается безделица от произведения искусства, что годится для коллекции, а что нет? Помогите ребенку выбрать вещь, которую он хотел бы сохранить в своей коллекции. Большинству детей нравятся игрушечные зверюшки или машины. Однако это могут быть и марки, брелки или куклы. Сын Сюзанны, Сет, собирал слоников, дочь Шарлы, Хоуп, игрушечных клоунов, а муж Шарлы, Барри, и сейчас коллекционирует бейсбольные шапочки, которых у него несколько сотен. Во время каждой поездки старайтесь добавить в коллекцию что-нибудь новое и интересное.

### **Экономьте**

**Пластмассовые стаканчики для напитков обойдутся вам недорого. Возможно, ваш ребенок захочет положить начало «Всемирной коллекции стаканчиков» с названиями разных стран мира. Может быть, ваши друзья и родственники помогут в этом. И тогда в его коллекции появятся стаканчики со всех континентов, из столиц разных государств или из всех городов, названия которых предположим, начинаются на букву «С».**

### **Сохрани энергию**

Если вы вместе с ребенком пришли куда-нибудь, где вам очень нравится, и вы хотели бы запомнить это место, объясните малышу, что он может оставить здесь частицу себя и, наоборот, унести частицу этого места с собой. На первый взгляд это кажется странным, но воспоминания — это то, что мы сами создаем в своем воображении, а еще и то, что формирует память ребенка.

Найдите место, которое вам особенно понравилось, — уголок красивого парка или сада — и постройте там вместе. Предложите ребенку закрыть глаза и представить, что он посылает особый импульс через ступни своих ног вниз, в землю, на которой стоит. Пусть он скажет, обращаясь к земле, что ощущает ее силу и энергию. Затем объясните ребенку, что сейчас он почувствует, как дух и энергия возвращаются к нему обратно из земли, поднимаясь от кончиков пальцев ног вверх, к телу и голове. Объясните, что теперь внутри него есть частица этого прекрасного места, которая отныне останется с ним навсегда, и что он в любой момент сможет вызвать его в своей памяти.

### **Отметь по карте**

Мы надеемся, вы уже выбрали в своем доме место, куда можно повесить карту мира и карту своей страны. Если у вас еще нет карт, подумайте о том, чтобы достать их и прикрепить на стене в кухне или в гостиной. Если вам больше нравится глобус, выбирайте его. По мере того как ваши дети растут, карты становятся прекрасным учебным пособием. Если, например, в программе новостей обсуждаются события в Южной Африке, вы можете найти это государство на карте. Если футбольная команда Аргентины выиграла матч, можно найти и эту страну. Пусть ребенок также отметит места, где он побывал. Неплохо приколоть к краям карты записи следующего содержания: Анна посетила тетушку Гарриет в Кливленде, июнь 1994 года.

### **Холодильник-альбом**

Часто случается так, что мы живем далеко от своих родственников и любимых друзей. Малыши нередко с беспокойством спрашивают нас, кто такая тетушка Кэт или как выглядит кузен Джонатан. Используйте свой холодильник в качестве своеобразного

семейного альбома. С помощью клейкой ленты или магнита прикрепите фотографии к дверце холодильника. Если зайдет речь о ваших родственниках или они позвонят вам, вы всегда сможете показать ребенку, как они выглядят. Лучше всего взять фотографии, где ваш ребенок снят вместе с тем, о ком идет речь.

## **Ощущения**

Как правило, мы всегда хорошо помним людей, с которыми встречались, места, где нам доводилось побывать, а иногда и какие-то вещи. Память о положительных эмоциях, которые испытал ребенок ранее, может помочь ему выработать чувство уверенности в себе. Хорошие отношения в семье служат для малышей источником этой веры.

Если вокруг ребенка царит ощущение радости, успеха и удовлетворения, он будет чувствовать себя таким же счастливым, как и окружающие его взрослые. Один из способов достичь этого — посоветовать малышу вспоминать радостные и приятные события, напомнив, в чем он был одет, что с ним происходило и, самое главное, что он при этом чувствовал. Позднее, находясь в самых разных ситуациях, посоветуйте ребенку вызывать в памяти эти моменты его жизни и те чувства, которыми они сопровождались.

## **На долгую память**

Мы уже говорили о том, что фотографии помогают сохранить в памяти радостные события и что их удобно собрать в альбоме или повесить на дверцу холодильника. Можно также снять семейный видеofilm. Для старших детей существует еще один способ «остановить время». Возьмите фотографию ребенка, сделанную во время какой-нибудь поездки, и увеличьте до размера портрета. Пусть он подпишет портрет и повесит его на стену в своей комнате.

## **Чемодан с наклейками**

Малышам будет интересно вспомнить те места, где они побывали. Найдите для ребенка небольшой чемоданчик, на который он мог бы наклеивать картинки, напоминающие о каких-либо событиях. Если малыш побывал с братом в зоопарке, пусть он приклеит на чемоданчик картинку, изображающую льва. Даже путешествия за город или в другой район города будут удобным случаем, чтобы добавить несколько новых наклеек.

### **Вместо чемоданчика**

**Большой старый портфель также очень понравится малышу. Кроме того, если больше ничего не найдется под рукой, можно использовать пластмассовую коробку с ручками.**

## **ГЛАВА 11. В ЖАРКИЙ ДЕНЬ – НА ПЛЯЖЕ, В БАССЕЙНЕ И В САДУ**

**Следуй за лидером**

**Рисунки медом**

**Приятная прохлада**

**Глядя в небо**

**Мячик в канаве**  
**Закопанное сокровище**  
**Картины на песке**  
**Игра в шары на песке**  
**Замок из песка**  
**Песчаная черепаха**  
**Золотоискатель**  
**Летающий змей**  
**Танец под струей**  
**«Холодный» человек**  
**Налей и отмерь**  
**Раскрась себя**  
**Пригласите маляра**  
**Песочное лечение**  
**Мокрые отпечатки**  
**Брось раковину**  
**Смахни мяч**  
**Схвати монетку**  
**Яхт-клуб**  
**Воображаемый лед**  
**Ящик с леском**  
**Суп из камешков**  
**Найди шарик**  
**Игра со шлангом**  
**Поиски пустяков**

Вода и песок магически действуют на детей. И поэтому самый лучший способ занять ребенка в жаркий день — отправиться с ним на пляж, взяв с собой пластмассовое ведро, игрушки, подстилку и холодную воду. Однако в жаркий летний день можно не только плескаться в воде и играть в песке. В этой главе вы найдете советы, как развлечь самых маленьких и что можно предложить детям постарше, которые любят поиграть в воде. Вы увидите, долгий знойный день пролетит неожиданно быстро, когда рядом есть вода, а дети веселятся и развлекаются.

### **Следуй за дилером**

Пусть в группе из нескольких детей, играющих в дачном бассейне, каждый по очереди будет главным. Присоединяйтесь к их компании и поддержите всеобщее веселье, дав несколько полезных советов: лидер может ходить, подражая утенку, барахтаться «пособачьи» или плавать на спине. Остальные должны ему подражать.

### **Рисунки мелом**

Когда вы будете делать покупки для летнего сезона, не забудьте про мел. Пусть ваш ребенок и его друзья рисуют мелом на асфальтовых дорожках во дворе. Дайте им ведро с водой, чтобы они могли смывать старые рисунки и делать новые. Если во дворе играют несколько детей, разделите место для рисунков на большие квадраты, чтобы у каждого «художника» был свой «асфальтовый» холст. Попробуйте научить малышей играть в «классы» или каким-нибудь другим играм на свежем воздухе, знакомым вам с детства.

Если ребенок спросит: «Что мне нарисовать?» — посоветуйте ему изобразить великана, как можно большего роста, сад, деревья, облака и небо или сверхскоростную трассу, по которой мчатся легковые машины, грузовики и даже поезда.

### **Приятная прохлада**

Итак, сегодня настоящее пекло и нет никакой надежды найти поблизости водоем. Ваш ребенок жалуется на жару — и он прав. Возьмите подстилку и расположитесь под деревом. Захватите с собой ведро со льдом.

Пусть малыш ляжет на спину, а вы попросите его смотреть на небо, в то же время сосредоточившись на своих ощущениях. Возьмите кубик льда и, едва касаясь, проведите им по ступням малыша, а затем по внутренней стороне запястий и локтей. Если ребенку это понравится, продолжайте прикладывать лед к другим частям тела. Как вы думаете, что он чувствует, когда лед прикасается к спине или животу?

Пусть малыш проведет кусочком льда по вашим ногам, и вы ощутите ту же приятную прохладу, что и он.

### **Глядя в небо**

Если на улице так жарко, что трудно двигаться, лучше не делать этого. Расположитесь где-нибудь в тени и, лежа рядом друг с другом, смотрите на небо, обсуждая то, что видите.

### **Мячик в канаве**

У кромки воды, где песок ровный и влажный, выройте небольшую канавку, предварительно положив параллельно две палки на расстоянии тридцати сантиметров друг от друга. Сядьте у противоположных концов канавки и катайте по ней мячик навстречу друг другу. Попробуйте сделать канал длиннее, чтобы убедиться, насколько далеко вы сможете докатить мяч. Изменяйте его конфигурацию так, чтобы мяч мог катиться быстрее или преодолевать препятствия на своем пути.

### **Закопанное сокровище**

Обозначьте небольшую площадку, на которой будет происходить игра. Один из вас прячет хорошо заметную раковину или другой небольшой предмет, зарыв их неглубоко в песок и разровняв это место. (Никто не должен подглядывать.) Затем он медленно отсчитывает время, пока другой игрок или игроки протыкают песок палочкой от мороженого, пытаясь найти спрятанный предмет. Дети могут меняться ролями, или пусть взрослый закопает несколько предметов, а дети ищут их все вместе.

### **Картины на песке**

Сделайте так, чтобы поверхность песка была ровной и влажной, и пусть ребенок что-нибудь нарисует на нем палочкой или прутиком. Исправлять ошибки «художнику» разрешается только в течение одной минуты. Можно поучиться писать буквы и цифры.

## **Игра в шары на леске**

Выкопайте в песке шесть ямок так, чтобы они образовали треугольник. Его основание, состоящее из трех лунок, должно быть обращено к вам. Отойдите на несколько шагов в сторону и бросьте мяч так, чтобы он покатился в сторону лунок. Вы выигрываете три очка, если мяч попал в вершину треугольника, два очка, если он попал в средние лунки, и одно очко — за попадание в одну из трех лунок в основании треугольника.

## **Замок из леска**

Помогите ребенку построить из песка красивый замок. Подскажите ему, какие предметы нужно найти, чтобы укрепить эту сложную конструкцию, — ракушки, камешки, прутики, палочки от мороженого и бутылочные пробки. (Перед тем как уйти, не забудьте выбросить все это в урну или в мусорный ящик.)

Если сначала сделать фундамент, используя в качестве большой формы ведро песка, то затем на нем можно сооружать разнообразные надстройки с помощью пластмассовых чашек или коробочек из-под маргарина. Захватите с собой на пляж побольше, разных предметов, подходящих для этой цели.

Если вы принесете их в сетке, то перед уходом все эти предметы можно легко сполоснуть, окунув их в воду.

## **Совет строителю**

**Если вашему ребенку трудно построить такое сложное сооружение, можно просто насыпать песок в кучу — сначала маленькую, а затем все больше и больше. Понаблюдайте, насколько у малыша хватит сил.**

## **Песчаная черепаха**

Если ваш ребенок когда-нибудь видел черепаху — живую или на картинке, ему понравится идея сделать ее из песка.

Сначала прогуляйтесь вместе по пляжу и соберите ракушки. Затем принесите их туда, где вы расположились, и предложите ребенку вылепить большую черепаху из песка.

Это очень просто сделать. Большой овальный холм — туловище, маленький холмик наверху — голова, выпуклости по бокам — ноги. Слепив туловище черепахи, ребенок может выложить его ракушками, которые вы собрали, и тогда у черепахи появится панцирь.

## **Золотоискатель**

Все мы любим находить сокровища. Вы тоже можете порадовать своего малыша поисками если не золота, то, по крайней мере, меди. Для этого возьмите с собой на пляж сито или мелкую сетку и горсть монет.

Пока ребенок играет где-нибудь поблизости, разбросайте монетки в определенном месте и присыпьте их песком.

Когда все будет готово, дайте малышу сито и пусть он «добывает золото».



Пляж прекрасное место для запуска бумажного змея. Однако к этому занятию необходима подготовка. Бумажного змея можно купить в магазине или сделать самим. Неплохо бы иметь и запасного змея, но прежде надо купить клейкую ленту и веревку. Со старшими детьми все это можно приготовить заранее — зимой, а когда наступит лето, запускать змея.

### **Танец под струей**

Может так случиться, что вам не удастся попасть на пляж, но, тем не менее, очень захочется немного охладиться. Все, что вам необходимо, — садовый шланг или летний душ. Маленькие дети любят бегать и танцевать под струями воды. Можно менять высоту и направление струи.

### **«Холодный» человек**

Конечно, оказаться в мокром покрывале на детском празднике не очень-то приятно. Однако в жаркий полдень — это как раз то, что нужно.

Возьмите старую простыню или большое полотенце, намочите и отожмите его. Пусть ребенок закутается во влажное полотенце или растянется на простыне, чтобы почувствовать прохладу. Если жара становится нестерпимой, разрешите ребенку полежать и в тени на мокром полотенце.

### **Налей и отмерь**

Переливать и отмерять воду, используя, конечно, чистую домашнюю посуду, — прекрасное занятие для малышей не только дома, но и на пляже. Собирайте пластмассовые баночки, бутылочки из-под лекарств, кувшинчики и т. д. Малыши любят играть с водой, особенно когда не надо бояться ее разлить и что-нибудь забрызгать.

### **Раскрась себя**

Достаньте садовый шланг, акварельные краски, кисточки, и пусть ребенок займется рисованием. Позвольте ему раскрасить себя так, как ему вздумается; затем пусть смоем краску и начнет все сначала.

### **Пригласите маляра**

Дайте ребенку ведро с водой, большую кисть, и он часами будет «красить». Пусть он покрасит цементный пол рядом с бассейном, скамейки, игрушки — все, что не боится влаги. Он придет в изумление, наблюдая за тем, как быстро под лучами солнца исчезает вода.

### **Песочное печенье**

Играя на пляже или в саду в ящике с песком, ребенок с удовольствием «приготовит» печенье из песка с помощью кулинарных формочек и накроет стол для чаепития.

### **Мокрые отпечатки**

Попробуйте сделать отпечатки рук и ног на мокром песке. Следы исчезают довольно быстро, и поэтому ребенок способен заниматься этим достаточно долго. Ваш маленький шалунишка может оставлять следы, надевая обувь разного размера, засунув ногу в ведро или натянув ласты.

## **Брось раковину**

Выройте в песке ямку и устройте соревнование по метанию ракушек. Начертите линию, за которой должны стоять игроки, и по очереди бросайте раковины, стараясь попасть в лунку. Каждый бросает по пять ракушек. По мере того как ребенок осваивает игру, постепенно отодвигайте линию все дальше и дальше от ямки.

Есть другой вариант игры: воткните в песок палку; пусть каждый игрок поставит мелом инициалы на своей раковине. Затем все по очереди бросают раковины из-за черты, стараясь попасть как можно ближе к палке.

## **Смахни мяч**

Это очень интересное занятие, в котором могут принимать участие взрослые и дети. Все, что вам нужно, — большая компания, простыня и мячик.

Игроки становятся в круг и держат простыню на уровне пояса. Рассчитайтесь на «первый-второй». Затем бросьте мяч в центр простыни. Первые номера стараются смахнуть мяч с простыни, а вторые должны маневрировать простыней, стараясь удержать мяч.

Когда мяч упадет на землю, игра заканчивается, а игроки меняются местами. Подбадривайте и награждайте всех аплодисментами, особенно детей.

## **Схвати монетку**

Если ваш ребенок умеет плавать, он охотно будет нырять за разными предметами. Медные монетки обычно хорошо видны на дне бассейна. А малыши с удовольствием будут бродить по воде в маленьком дачном бассейне и собирать со дна разные предметы.

## **Яхт-клуб**

В главе 3 мы рассказывали о корабликах в ванной. Когда наступит лето, вынесите их на улицу. Напустите немного воды в детский бассейн и назовите его бухтой для кораблей. Пусть малыш играет в кораблики и барахтается вместе с ними в воде.

## **Воображаемый лед**

Тренировать воображение так же важно, как тело или речь. В один из жарких дней предложите малышу поиграть в игру «вообрази лед».

Пусть он закроет глаза и мысленно представляет то, о чем вы рассказываете. Опишите место, где ваш ребенок, любящий снег и лед, замерзает от холода. Пусть он представит, как холод пронизывает его насквозь, как холодеют пальцы рук и ног, как дует ветер, замораживая все вокруг. Пусть он вообразит деревья без листьев и землю, покрытую снегом. Удастся ли ему представить, как он, замерзая, мечтает о жарком солнечном дне?

## **Ящик с песком**

Если вы не можете попасть на пляж, устройте его дома. Изготовьте ящик с сиденьями по углам и высокими стенками, чтобы песок не высыпался.

Вашему малышу может быть вполне достаточно и нескольких пакетов песку, высыпанных в углу двора, или даже подойдет просто ведро или коробка песку.

## **Осторожно, кошка!**

**Будьте осторожны, не забывайте, что кошки тоже любят песок. Когда вы не пользуетесь им, накрывайте его полиэтиленовой пленкой, чтобы защитить от кошачьих фекалий.**

## **Суп из камешков**

У самых маленьких детей очень сильно развито воображение и даже самое простое занятие может показаться очень забавным. Например, суп из камешков. Дайте ребенку большую пластмассовую миску, наполовину заполненную водой, и деревянную лопатку. Помогите ему приготовить суп из камешков. Добавьте приправы – в зависимости от времени года — немного травы, капельку грязи, прутиков", листьев и т. д. Спросите у ребенка, что еще добавить, чтобы получился красивый цвет. Какие еще листья и цветы можно положить в суп? Каждый раз, добавляя что-нибудь новое, обязательно перемешивайте свой суп.

Конечно, ребенок должен понимать, что этот суп не предназначен для людей. Ни в коем случае не пробуйте его. Когда он будет готов, подогрейте его на солнце и подкормите им кустарник.

## **Найди шарик**

В главе 13 мы советуем – чтобы занять детей – пускать мыльные пузыри. Но особенно хорошо это делать в жаркий летний день. Вместо маленькой баночки возьмите ведро и приготовьте смесь 1/4 чашки жидкого мыла и одного литра воды.

Вынесите ведро на улицу, а чтобы удобнее было пускать пузыри, часть жидкости перелейте в небольшую плоскую тарелку. Сделайте из плотной бумаги трубочку.

## **Вспомним про соломинку**

**Позвольте вашему молодому исследователю провести эксперименты, позволяющие получить мыльные пузыри с помощью других подручных средств.**

## **Игра со шлангом**

Возьмите водопроводный шланг и включите воду так, чтобы она текла ровной струей. Предложите ребенку совершить несколько храбрых поступков. Пусть он перепрыгнет через струю, высоту которой вы все время увеличиваете. Затем пусть он быстро пробежит под струей воды. Повращайте шлангом, чтобы ребенок смог перепрыгнуть через водяное кольцо. Потрясите шлангом и посмотрите, сможет ли малыш вернуться от брызг.

Когда он устанет и вымокнет, расстелите сухие полотенца, и пусть он принимает солнечные ванны.

## **Поиски пустяков**

Неприятности подстерегают нас везде, и бывает особенно досадно, когда мы встречаемся с ними во время отдыха. Если вы, отдыхая на пляже, где решили провести весь день, попадаете под дождь, — это неприятная ситуация, и вдвойне, если вы находитесь далеко от дома.

Что делать? Мы советуем организовать игру в «поиски пустяков», разделив парами взрослых и детей. Это могут быть реальные предметы или вымышленные.

Шарла вспоминает, как однажды, находясь зимой в отпуске, она подсчитывала, сколько окон в вестибюле гостиницы, сколько столов в столовой, сколько телефонов в подвальном помещении. Сможете ли вы догадаться, где находится красный цветок, зеленый стул или медведь? Поисками пустяков можно заниматься как в жаркую, так и в холодную погоду, дома и в гостинице, с малышами и с подростками.

## **ГЛАВА 12. КОГДА НА УЛИЦЕ СНЕГ**

### **Катание с ледяной горки и на санках**

#### **Ангелы**

#### **Снежные создания**

#### **Снежные скульптуры**

#### **Варежка-подружка**

#### **Снежное искусство**

#### **Снежные пирожные**

#### **Снежные краски**

#### **Стрельба в цель**

#### **Снежная крепость**

#### **Лабиринты и туннели**

#### **Иглу (хижина из снега)**

#### **Работа с лопатой**

#### **Лень снежинки**

#### **Коньки из коврика**

#### **Наука холодного дня**

#### **Прыжки на снежной горе**

#### **Как самому сделать оригинальную открытку**

#### **Подпрыгивание на поролоне**

#### **Летние снежки**

Помните в детстве это радостное возбуждение,, когда, проснувшись, вдруг обнаруживаешь, что все вокруг белым-бело? Постарайтесь, чтобы и ваши дети получали удовольствие от зимы, поэтому как можно раньше объясните им, что если выпал снег, это вовсе не означает, что они должны оставаться дома — но, конечно, для прогулок у них должна быть подходящая верхняя одежда, чтобы они не замерзли и всегда оставались сухими. Такие вещи, как куртки, непромокаемые штаны, шапки и сапоги, вполне можно купить в магазинах, и желательно не в единственном экземпляре. Когда первый комплект одежды намокнет и дети начнут замерзать, поможет запас сухой одежды, чтобы, передохнув, они снова могли бежать на улицу. Особенно полезно иметь коробку перчаток и варежек. Не пожалейте денег на такую же теплую одежду и обувь для себя и отправляйтесь играть вместе с вашим ребенком.

### **Катание с ледяной горки и на санках**

Санки и снег так же неразделимы, как мороженое и вафельный стаканчик. Придумайте разные забавные способы катания.

Шарла рассказывала, как однажды утром она была удивлена, увидев, что соседи катают своих детей по улице в оставшемся от прошлого лета ярко-оранжевом, слегка потрескавшемся надувном детском бассейне, к которому они прицепили веревку. Ваши дети почувствуют себя весьма уютно в собственном бассейне и не такими, как все дети, катающиеся на обычных старых санках.

А еще можно Сделать своеобразный тобогган. Для этого нужно взять большой кусок картона и разрезать его таким образом, чтобы оставалось достаточно много места для сидения, передний конец приподнять и завернуть, чтобы ребенку можно было ухватиться за него. Это совсем легонькие «санки», и ребенку с приятелями не составит труда отнести их до ближайшей горки, где они смогут по очереди покататься. А когда эти санки или дети промокнут так сильно, что уже нельзя будет кататься, «тобогган» можно отправить в ближайший мусорный, бачок и со свободными руками весело бежать домой, играя в снежки.

## **Ангелы**

Пожалуй, нет ни одного взрослого, который в детстве не играл бы в снежного ангела. Покажите ребенку, как надо упереться в землю, чтобы потом повалиться назад в снежный сугроб и захлопать в снегу руками и ногами, как будто летишь; снег облепит, малыша, и его одежда будет белоснежно-ангельской, а руки станут похожи на крылья. Потом помогите малышу осторожно встать, не разрушив его «ангельскую» форму. Только что выпавший снег — прекрасное пушистое ложе, и ребятишки любят, лежа на нем, как бы парить в свежести солнечного зимнего дня.

Если игра в ангелов уже не в новинку вашей семье, попробуйте создать с ребенком другие снежные образы, напоминающие разных животных. Возможно, ваш сын сможет сообразить, как улечься на один бок и согнуть руку так, чтобы след от него походил на слоновый хобот, или ребенок может встать в снегу на четвереньки и вообразить, что это не его, а лошадиные ноги в снегу, а сам он лошадка.

## **Снежные создания**

Лепить снеговиков — это обычное дело. А вот делаете ли вы снегурочек, маленьких снеговичков, снежных собак, котов или черепах? Этим хорошо заняться, если в творческом процессе участвует несколько человек, вот тогда можно вылепить снежное семейство или целый зоопарк снежных обитателей.

Если вам хочется, чтобы проезжающие мимо люди еще больше восхищались вашим творением, то принарядите ваших снеговиков. Шапка и шарф вполне традиционные украшения для снеговиков, а что вы думаете о том, чтобы повязать вашей снегурочке на голову платок или надеть большую дамскую шляпу? Возможно, ей придется кстати кухонный фартук и деревянная ложка. Если вы любите ходить по магазинам, то купите несколько очень недорогих вещей специально для того, чтобы использовать их для ваших снеговиков после следующего большого снегопада. Если вы играете в снегу с очень маленькими детишками, делайте снеговичков тоже маленькими, чтобы не утомить ребенка.

А еще вы можете попытаться сделать черепаху, для этого нужно вылепить из снега куполообразную форму, напоминающую панцирь черепахи, и приделать к нему четыре маленькие ножки, голову и хвост.

## **Снежные скульптуры**

Из снега можно вылепить не только снеговиков. Подскажите вашему ребенку, что снег такой же материал для лепки, как и глина, который можно использовать для создания разных существ и предметов.

С помощью кухонных формочек, пластиковых коробочек от продуктов и горшочков всех размеров можно вылепить формы разной конфигурации, потом скрепить их. Маленькие шарики из снега хорошо соединяются между собой с помощью палочек или зубочисток, и таким образом из них получаются самые различные скульптуры. Покажите вашему ребенку, как соединять фрагменты его скульптурного произведения «снежным клеем», то есть обрызгивая их водой. Если снег пушистый и рассыпается, дети могут добавить к нему воды или положить сделанные формочки в морозильник на несколько часов, чтобы дать им затвердеть.

А еще вы с ребенком можете устроить снежный пир для птиц. Сделайте чашечками снежные пирожные и украсьте их настоящим замороженным птичьим кормом.

## **Варежка-подружка**

Если вашему сыну или дочке хочется пойти погулять по снежку, а рядом нет никого, кто составил бы малышу компанию, предложите ему поиграть с варежкой-подружкой. Возьмите варежку, у которой потеряна пара, — если ваш дом похож на наш, найти такую варежку не составит большого труда — и сделайте ей лицо: из пуговичек — глазки, а из красной нитки — рот (или нарисуйте лицо). Теперь ваш малыш с удовольствием возьмет на улицу варежку-подружку и поучит ее, как играть в снегу.

## **Снежное искусство**

Иногда зимние дни просто великолепны, но порой бывают холодными и мрачными, тогда совсем не хочется долго гулять на улице. Вместо этого пусть ваш ребенок сам создаст более теплый и сухой снежный пейзаж дома. Здесь есть две возможности.

Можно нарисовать зимний пейзаж. Разломайте плотную коричневую коробку от обуви, ее дно вполне подойдет для рисования. Потом пусть малыш украсит темный фон нарисованной сценки маленькими кусочками ваты, их сначала надо обмакнуть в муку, а потом нанести на рисунок. Еще лучше будет приклеить кусочки ваты к рисунку.

Но можно заняться и объемным творчеством. Покройте стол газетой или какой-то материей, чтобы защитить его поверхность от «снега», и достаньте блестящий металлический поднос. Пусть малыш сделает на нем горы из глины, из теста для игр или пластилина. Предложите ему воздвигнуть горы различной формы — высокие, узкие и невысокие, приземистые. Когда горная цепь будет готова, дайте ребенку клей, чтобы он обрызгал им вершины, а потом посыпал их солью. Одну горку можно посыпать не солью, а сахаром, а еще какую-нибудь мукой. В конце творческого процесса можете обсудить, какие горки белее и выглядят более денежными».

## **Снежные пирожные**

Если вашему ребенку очень хочется играть со снегом, а вы считаете, что он должен оставаться дома, вспомните о снежных пирожных. Набейте снегом ведро или таз и принесите в дом. Пусть ребенок быстренько натолкает снег в формочки для пирожных и вывалит его на кулинарный поднос. Поставьте эти «пирожные» в морозилку, и потом их можно использовать для угощения кукол, плюшевых зверей или воображаемых друзей. Если ваш ребенок захочет, он может для забавы украсить свои замороженные угощения кусочками жевательной резинки, маленькими шоколадными конфетками или блестками.

## Снежные краски

Для разнообразия ваш снег можно сделать цветным. Для этого возьмите полстаканчика воды и добавьте туда пищевого красителя. Дайте ребенку несколько таких стаканчиков с разными красками. Разбрызгивая краски на снег или наполняя им стаканчики, он получит подкрашенный снег, из которого можно делать шарики, разные фигурки или снеговичков.

Это очень удобный момент познакомить ребенка с особенностями цветовой гаммы. Дайте малышу стаканчики с красной и желтой красками, и пусть он выльет половину каждой краски в стаканчик со снегом. Полученный раствор помешайте ложкой, и вы увидите, в каком восторге будет ребенок, когда он поймет, что, соединив красную и желтую краски, можно получить оранжевый цвет.

## Стрельба в цель

Когда на улице слишком грязно, чтобы проводить там много времени, а вашему ребенку нетерпится подвигаться, стрельба в цель именно то занятие, которое ему необходимо, а кроме того, оно способствует развитию глазомера и координации.

Наберите снега и слепите из него снежки, потом заморозьте их в холодильнике (если снег подтаял, лучше сделать снежные кубики). Приготовьте достаточное количество снежков или кубиков. Когда они станут твердыми (но не чересчур — если они слишком твердые, переложите их из морозильника на полку холодильника, чтобы снежные «снаряды» не превратились в настоящее оружие), положите снежки в пластмассовый тазик. Пусть ваш ребенок встанет на закрытом крыльце или в другом защищенном месте, а вы наблюдайте, метко ли он попадает в цель — ею может быть дерево или круг в снегу.

Начинайте с легкой цели, и если малыш удачно справляется с ней, сделайте ее менее доступной.

### **Как замораживать снежные снаряды**

**Не складывайте все снежки в один полиэтиленовый мешок, помещая их в морозилку, как сделала когда-то одна из авторов этой книги. Конечно же, шарики смерзнутся, и окажется, что вы не сможете разделить их до тех пор, пока они не начнут подтаивать.**

## Снежная крепость

Дети любого возраста с радостью увлекаются постройкой снежных крепостей, но больше всего это занятие подходит мальчикам школьного возраста. Нам не раз приходилось наблюдать, как безумно счастливые мальчишки целый день напролет проводят за постройкой своих «грозных» крепостей. Ваша задача — проследить за

тем, чтобы сооружение крепости началось в тихом месте, где у нее будет шанс сохраниться в течение нескольких дней, а не где-нибудь на дороге или у крыльца дома. Предложите вашим снежным архитекторам такое место, куда меньше попадают прямые солнечные лучи, иначе цитадели будет грозить опасность слишком быстро растаять.

При постройке крепости некоторые дети любят использовать ведро, набивая в него снег; другие, чтобы построить стенку, делают большие снежные шары и, спрессовывая, кладут их один на другой; иные же просто прыгают в середину сугроба, прорывая в нем ходы, и там прячутся.

Единственная роль, которую здесь можете играть вы, состоит, пожалуй, в том, чтобы в изобилии обеспечить ребят горячим чаем, поджаренной булкой, а кроме того, постоянно пополнять запас сухих вареников.

## **Лабиринты и туннели**

Когда толщина снежного покрова достигает пятнадцати сантиметров или более того, в нем можно прорывать снежные лабиринты и туннели. Помогите вашему ребенку сделать план лабиринта, который он захочет соорудить в снегу на искусственном или естественном склоне. Когда лабиринт будет готов, полейте его водой и сделайте так, чтобы поверхность внутри него была очень гладкой. Теперь по дорожкам сооружения можно катать игрушки или мячики. Когда собирается несколько детей, они могут построить параллельные лабиринты и катать по их дорожкам все, что угодно.

Для большей забавы можно просто так рыть в снегу туннели-лабиринты, а для малышей — туннели, в которых легко спрятать какие-нибудь игрушки или играть в прятки.

## **Иглу (хижина из снега)**

Когда снег достаточно липкий, самое время подумать о постройке иглу. Эскимосы строят свои иглу из снежных блоков за несколько дней, но маленький шалун может просто погрузиться в сугроб и вырыть в нем себе домик, как у эскимосов. Ребенок, имеющий художественное воображение, может палочкой нарисовать что-нибудь на своем иглу — какой-нибудь абстрактный рисунок, знак или вновь изобретенный семейный герб. Интересно будет построить небольшие по размеру иглу и для пластмассовой куклы.

## **Работа с лопатой**

Хорошо, если в вашем хозяйстве (скажем, в гараже) хранится небольшая лопатка, тогда вы сможете привлечь ребенка к тому, чтобы он помог вам расчистить подъезд к дому и дорожки. Если малыш станет получать от этого удовольствие, то в дальнейшем вам будет легче поднять планку: когда он повзрослеет, — сделать из него вполне серьезного работника. Вдвоем вы сможете проверить, на какую глубину сумеете прокопать снег за пять минут или сколько времени потребуется, чтобы вам встретиться, начиная работу с разных концов.

## **Лень снежинки**

Окутайте свой дом волшебством снежинок, украсив окна раскрашенными бумажными куколками или звездочками. Расскажите ребенку о свойствах снега — о том, что нет двух совершенно одинаковых снежинок. Все они так же непохожи друг на друга, как



дети. Если ваши наследники постарше, вам, возможно, захочется достать энциклопедию и поискать в ней хорошие картинки с изображением снежинок. Если у вас дома есть увеличительное стекло, соберите снежинки и дайте ребенку внимательно рассмотреть их.

Потом пусть он раскрасит бумажные снежинки и повесит их на окошке. Это можно сделать и в таких климатических условиях, где никогда не бывает снега. И если вы увидите где-нибудь изображение сильной снежной бури, вам, может быть, захочется немножечко ее в вашем доме.

### **Коньки из коврика**

Когда на улице мороз, что может быть лучше катания на коньках, но не хуже можно покататься на коньках и дома. Для этого надо вырезать из коврика кусочки примерно в пятнадцать квадратных сантиметров и положить их лицевой стороной на линолеум или гладкий деревянный пол; однако можно обойтись и двумя кусками мягкой ткани. Включите музыку — какой-нибудь медленный танец или вальс — и вдохновите вашего ребенка стать чемпионом «домашнего фигурного катания». Покажите ему, как нужно двигать руками в такт музыке и скользить по комнате. Пусть малыш попробует прокатиться назад и сделать фигурные восьмерки, правда, при этом вам надо проследить, чтобы с ним все было в порядке. Это занятие рекомендуется для развития мускулатуры ног.

### **Наука холодного дня**

Используйте холодный день, чтобы помочь ребенку стать «ученым-экспериментатором», изучающим эффекты воздействия солнечных лучей. Дайте малышу два стаканчика — лучше пластмассовые, но сойдут и бумажные. В каждый из них налейте подкрашенную в разные цвета воду — примерно полстакана. Потом посоветуйте ребенку поставить во дворе один стаканчик на солнечной стороне, а другой — в тень, и чтобы он почаще проверял, в каком стаканчике вода начнет замерзать быстрее. Сколько времени потребуется каждому стаканчику, чтобы вода в нем замерзла? Замерзает ли вся вода одновременно или есть некоторая разница между верхней частью стаканчика и дном?

В более теплую погоду ваш маленький экспериментатор может сделать обратный опыт. Накройте стаканчики с подкрашенной водой пластмассовыми крышками и поставьте их в морозильник. Когда вода замерзнет, вынесите стаканчики на улицу — один на солнце, а другой в тень. Понаблюдайте, как быстро начнет таять в них вода.

### **Прыжки на снежной горе**

Когда на улице слишком холодно, чтобы ребенок мог там попрыгать, а прыгать вашему непоседе просто необходимо, сделайте «снежные горы» дома.

Положите подушки на пол там, где посвободнее, чтобы ребенок не мог поранить себя или поломать что-нибудь вокруг. Накройте их белой простыней и объявите их личными снежными горами вашего малыша. Каким-нибудь сказочным заклинанием превратите ребенка в снежного барса, и пусть он попрыгает с одной горы на другую.

Понаблюдайте, сколько времени потребуется «барсу», чтобы разрушить горы. Потом пусть он снова построит их.

## Как самому сделать оригинальную открытку

Не выбрасывайте рождественские открытки, а сохраните их до следующего большого снегопада, когда малышу лучше не вылезать из дома, и используйте эти открытки, чтобы занять ребенка.

Он может вырезать понравившиеся картинки и наклеить их на листок цветной бумаги, чтобы затем отправить эти оригинальные открытки родственникам.

Не менее увлекательной будет и попытка срисовать картинки с открыток; кроме того, вы или сам малыш можете вырезать из цветных открыток разные кусочки причудливой формы, чтобы потом постараться собрать их в первоначальный рисунок.

### Это пригодится для подарка

**Некоторые открытки можно прекрасно использовать второй раз, превратив их в карточки, которые мы вкладываем в подарки. Отрежьте ненужную часть, а в уголке оставшейся картинки сделайте маленькое отверстие для ленточки, которой обычно привязывается поздравительная карточка к подарку. Вы можете обрезать открытку, а ребенок завязывать ленточку.**

## Подпрыгивание на поролоне

Когда вы покупаете что-нибудь в упаковке из поролона, не выкидывайте его; или же купите один или два больших толстых куска поролона.

Как-нибудь под настроение достаньте этот поролон и дайте малышу попрыгать на нем, лучше без обуви, в одних носочках; при этом обратите внимание, сколько прыжков ребенок сможет сам сосчитать. Особенное удовольствие малыши получают, когда прыгают вдвоем или когда собирается целая компания прыгунов.

## Летние снежки

Среди наших знакомых есть два ребенка с очень богатым воображением. Зимой эти дети обычно делают снежки и хранят их до лета. Они формуют совершенно круглые плотные снежки различного размера, упаковывают их в полиэтиленовые мешочки и кладут на дно морозильной камеры. А в один из жарких летних дней, когда кто-нибудь из ребят вспомнит об этих снежках и принесет их, они затевают игру с приятно тающими снежками.

## ГЛАВА 13. ДОМАШНИЕ ПРАЗДНИКИ И ДРУГИЕ КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ

**Выглядеть звездой**

**Праздник с пиццей**

**Время карнавала**

**Сделайте фильм**

**Час концерта**

**Поезд**

**Замри-отомри**

**Забавные состязания**

**Веревочные заграждения**

**Баскетбол**

**«Охота» за монеткой**

**Прыгай, как мячик**

**Смешная рожица**

**Иди ловить рыбку**

**Мыльные; пузыри**

**Самодельное лото**

**Живые Буквы**

**Перекачивание мяча**

**Шарады детских стишков**

**Танцующие животные**

**Музыкальные стулья**

**Человек-дерево**

**Рассказываем сказки во мгле**

**Показ мод**

**Прыжки в мешке**

**Рыбка-щекотунья**

**И ненужное станет нужным**

**Игры с обручем**

**Устройте парад**

Многие родители считают, что их детей легче увлечь игрой, когда рядом есть товарищ. Однако когда приятель не один, а их много, и вдруг оказывается, что перед вами целая компания, случается, что даже вполне опытные, разумные родители впадают в панику.

Приходится ли вам спасать от дождя соседских ребятишек, или вы специально пригласили детей — будь то обычные товарищи вашего ребенка по игре, или гости на день рождения, или же случайные приятели — в этой главе вы найдете набор самых разнообразных занятий, предназначенных для того, чтобы развлечь эту команду. Развлекайтесь и сами, наблюдая за тем, какие разные бывают дети, даже одного возраста, и послушайте, о чем они разговаривают между собой.

Не забывайте, что у детей короткое внимание и они не могут долго сидеть на одном месте. Однако чтобы не перегрузить детей сверхактивностью, постарайтесь так спланировать занятия, чтобы игры, требующие больших затрат энергии, чередовались со спокойными. И если окажется, что какая-то игра не идет, оставьте ее. Не заставляйте ребенка, пришедшего к вам в гости, заниматься чем-то только потому, что вам эта идея кажется хорошей. В каждой группе детей ребятишки бывают разного уровня развития. Некоторые из них могут долго сохранять интерес к предложенным занятиям, в то время как другие быстро становятся беспокойными. Дайте им возможность уединиться и заняться чем-нибудь другим.

Если вы приглашаете гостей для вашего ребенка, то постройте программу их развлечений таким образом, чтобы она не оказалась перегруженной, а дети не перевозбудились. Одна наша знакомая мама определяла количество гостей по числу лет своего ребенка. Однако иногда кажется более целесообразным пригласить целый класс, чтобы никто не почувствовал себя обиженным. Если приходит много детей, вы можете предварительно оговорить время их пребывания. Полтора-двух часов вполне достаточно для праздничного совместного времяпрепровождения маленьких детей. Когда собирается компания детей, нужно постараться, чтобы им было весело. Для вашего ребенка это шанс стать на какое-то время звездой, центром внимания. В свой день рождения он чувствует себя самым главным, получает самый большой кусок торта и сидит на самом красивом стульчике. Конечно же, не следует забывать и о вежливости, но другие дети получают свое, когда придет их день. Если вы слишком волнуетесь и тревожитесь, ваш ребенок тоже может занервничать и будет чувствовать себя не по-праздничному. Совершенно не имеет значения, полностью ли соблюдаются правила игры, выполнена ли вся программа или что-то из намеченного не состоялось. Если нет беспорядка и ссор, а дети чем-то действительно увлечены, можно считать, что детская вечеринка прошла хорошо.

### **Выглядеть звездой**

Посоветуйте ребенку пойти на детскую вечеринку одетым, как его любимая звезда. Конечно, можно просто красиво одеть ребенка, а можно и нарядить его как рок-звезду, как звезду кино, как теле- или спортзвезду. Если вы устраиваете праздник, то придерживайтесь выбранной темы — с соответствующими украшениями на столе, плакатами, видиками, музыкой и играми. Например, можно устроить парад звезд, чтобы разодетые дети маршировали по кругу под веселую музыку. Возможно, вам захочется сделать моментальный снимок каждой «звезды», чтобы дети могли поместить свою «звездную» фотографию в самодельную рамочку с золотой окантовкой. Еще можно заранее подобрать разную одежду и прочий реквизит для такого праздника и положить в коробку, чтобы дети на празднике сами выбрали себе «звездный» наряд — длинные накидки, шляпы, перья, любые кусочки материи и другие вещи. Пока дети трудятся над своими костюмами, вы можете помочь им подкрасить мордашки.

### **Праздник с пиццей**

Угощение — это главное удовольствие праздника, поэтому сделайте его центральным событием. Пригласите друзей вашего ребенка на пиццу, пирог или на десерт с мороженым и кремом.

Каким бы не оказалось основное блюдо, крем всегда имеет успех. Совсем неплохо, если вы приготовите десерт из нескольких сортов мороженого, чтобы дети могли выбирать. Пусть ваши гости на вечер почувствуют себя гурманами, а ваша дочка сама выберет сорта мороженого.

### **Время карнавала**

Немного предварительной работы, и вы сможете прекрасно развлечь детей, устроив карнавал. Это удобно сделать и дома, и на свежем воздухе. В программу вы можете включить метание мешочков с горохом, стрельбу в пирамиду из бумажных стаканчиков, какую-нибудь игру, где дети показывали бы умение балансировать,

«намагниченную рыбку» (см. в этой главе «Иди ловить рыбку»), соревнование по прыжкам на одной ноге, перетягивание каната и любые другие развлечения, которые вы и ваш ребенок найдете подходящими для карнавального веселья.

Если качестве наград победителям подойдут орехи, шоколадные конфетки или маленькие игрушки. Призы можно выдавать и за попытку что-то сделать, а победителю этот же приз давать в большем количестве.

### **Карнавал в жаркий день**

**Жарким летним днем устройте «освежающий\* карнавал, добавив в каждую игру немного воды. Мешочки с горохом можно кидать в ведра с водой, бумажные стаканчики сбивать водяными пистолетами или пульверизаторами. Стаканчики с водой можно использовать в игре с балансированием, а игру «Иди ловить рыбку» - в маленьком детском бассейне.**

### **Сделайте фильм**

Когда ваши дети станут вырастать из детских бассейнов и забав типа метания мешочков с горохом, организуйте детский праздник с киносъемками, если, конечно, вам удастся раздобыть видеокамеру с озвучиванием. В зависимости от количества детей разделите их на группы от четырех до шести человек; каждой группе поручите сочинить сценарий и распределить роли для ближайшей съемки.

Советуем иметь под рукой побольше всякого тряпья, пригодного для переодевания: старые шляпы, длинные шарфы или лоскуты ткани, остатки карнавальных костюмов и целый штат «животных». Могут пригодиться метлы, а также помазки для бритья.

Дайте детям минут пятнадцать-двадцать на приготовление. Потом пусть каждая группа по очереди устроит представление для других, а вы снимайте. За десертом можно показать фильм (а если у вас нет камеры, забудьте об этих наших видеосоветах и назовите представление театром).

### **Коммерческий подход**

**Можно предложить более сжатый и короткий вариант этой игры. Каждой группе сделать домашнюю заготовку сценария, а потом пусть дети «снимут? рекламу.**

### **Час концерта**

Если в вашей группе дети достаточно большие, подумайте об организации концерта. Пусть они сами решат, где будет устроена сцена и каким сделать занавес, помогите каждому придумать номер. Одни дети любят сольное выступление — спеть песню, станцевать, прочитав загадку или какой-то смешной рассказ. Другие групповое выступление, скажем, жонглировать мячами в команде, представить что-нибудь забавное или спеть всем вместе. Вы можете принять участие в этом концерте в качестве конферансье, объявляя каждый номер и призывая собравшихся дружнее аплодировать выступающим.

### **Поезд**

Чем больше детей участвует в этой игре, тем лучше. Выстройте вашу команду гуськом, и пусть каждый ребенок держится за локти впереди стоящего. Первый ребенок будет

машинистом. Он ведет поезд. Когда поезд трогается, машинист гудит «У-у-у». Когда он дает два гудка, поезд должен остановиться. Машинист также решает, в какую сторону пойдет поезд и как он пойдет — прыжками на двух или на одной ножке, бегом или еще как-то. Дети могут быть машинистами по очереди. Если компания ребятшек достаточно большая, лучше сделать два поезда.

### **Замри-отомри**

Пусть дети разбегутся по двору или по комнате. Скажите им, чтобы они все как-нибудь двигались: прыгали, наклонялись, скакали на одной ножке, толкали друг друга и т.д. Им надо продолжать свои движения до тех пор, пока вы не крикните: «Замри!» Дети должны замереть и стоять неподвижно до тех пор, пока вы не отдадите команду: «Ототри!» Чтобы сохранялся интерес к игре, кричите свое «Замри!» через разные промежутки времени. Если кто-то из детей не выдерживает состояния неподвижности, не исключайте его из игры, просто наблюдайте, сколько детей выдерживают все сигналы «замри»; может быть, выдерживают все, кроме одного или двух.

### **Забавные состязания**

Если у вас собралась компания детей, устройте необычные соревнования. Например, можно организовать «слоновые бега» (дети будут топтать; как слоны, и размахивать руками, как хоботом) или соревнование, прыгая по-кенгуриному, двигаясь по-черепаши (на четвереньках, как будто на спине у них панцирь), а можно бегать задом наперед или в «связке» по двое.

Пусть дети сами постараются придумать варианты таких соревнований.

### **Веревочные заграждения**

Вот легкий способ организовать увлекательную игру на ловкость. На площадке, покрытой мягкой травой, поставьте два стула или два других достаточно устойчивых предмета и привяжите к ним веревку так, чтобы она свободно висела между ними в нескольких "сантиметрах от земли. Пусть дети, вообразив себя скаковыми лошадками, прыгают через препятствие. Они должны перепрыгивать через веревку, не задевая ее. Вы можете увеличить высоту, расставив стулья на большее расстояние. Когда веревка висит слишком высоко и ребенку трудно перепрыгнуть через нее, пусть попробует подлезть под веревку, не задевая ее. Придвиньте стулья ближе друг к другу, и веревка окажется ниже. Пусть дети сами решают, хотят они перепрыгивать через веревку или подлезать под ней.

### **Баскетбол**

Чтобы начать эту игру в мяч, поставьте где-нибудь во дворе большую коробку. Дайте детям большой мяч, а еще пять шансов закинуть его в коробку. Если дети все время попадают в цель, отодвиньте ее подальше или дайте ребятам мячики поменьше.

В эту игру могут играть дети любого возраста, только необходимо выбрать соответствующий мяч, коробку и расстояние. Когда собирается много детей, неплохо иметь две коробки и два мяча, чтобы детям не приходилось долго ждать.

### **Детский праздник с «Олимпийскими соревнованиями»**

**В день рождения детей постарше можно играть в «станции». Для этого организуйте себе в помощь нескольких взрослых, каждый из которых, сидя друг от друга на некотором расстоянии, должен быть «станцией», где ребенку нужно проявить какие-то свои способности. Всем детям дайте по карточке для подсчета очков, и пусть они, переходя от станции к станции, получают очки за выполнение резных заданий. Вероятно, большая часть заданий потребует физической ловкости, то хорош» включить сюда и испытания, требующие сосредоточенного внимания. Очки нужно присуждать и за участие, и за одержанные победы, естественно уровень наград должен быть разным.**

### **«Охота» за монеткой**

Возьмите несколько мелких монет и разбросайте их по двору или, если это по каким-то причинам удобнее, в доме. В зависимости от возраста ребяташек, вы можете прятать монетки в более или менее трудных для обнаружения местах. Дайте детям какое-то время, в течение которого им предоставляется возможность «поохотиться» за монетками. Найденные монетки разрешите им оставить себе.

Детям постарше вы можете сказать, сколько спрятано монеток. Пусть они сосчитают, сколько монеток уже нашли, и продолжают «охоту» до тех пор, пока не найдут все.

### **Прыгай, как мячик**

Вот хороший способ устроить так, чтобы дети вели себя раскованно и непринужденно, оставаясь при этом под контролем взрослых. Предложите детям пофантазировать, представив себя каким-либо неодушевленным предметом из тех, которые они видят перед собой. Начните, скажем, с резинки для волос: сначала потяните резинку, затем дайте ей принять прежнюю форму, сильно растяните, подкиньте в воздух и дайте ей упасть. Пусть дети попробуют повторить движения резинки.

Потом можно перейти к мячику, заводной игрушке, мотку веревки и т.д. Если, поиграв какое-то время, энергии у них не поубавилось, предложите им самим придумать, кем они еще хотели бы стать: ракетами, роботами, снежками, бенгальским огнем и т.д.

### **Смешная рожица**

Чтобы подготовиться к этой игре, сначала вырежьте из фланели большой овал. Наклейте его на ватман или большой кусок плотной темной бумаги. Вокруг овала нарисуйте волосы и внизу прицепите галстук-бабочку. Потом вырежьте из разноцветной фланели глаза, нос, уши и рот. Если будет желание, можно вырезать еще брови, трубку и шляпу.

Прикрепите к стенке лист бумаги с овалом из фланели на уровне глаз ребенка. По очереди завязывайте детям глаза, и пусть они прицепляют какую-то одну из частей лица к овалу. Фланель должна держаться на фланели сама собой, но, если потребуется, вы можете использовать петельки из липучей ленты на обратной стороне «частей лица». Забавная рожица, которая будет получаться в результате этой процедуры, непременно вызовет много смеха.

Когда игра закончится, оставьте эту физиономию висеть на стенке. Возможно, кому-нибудь из детей захочется продолжить эксперимент.

### **Или ловить рывку**

Попросите ребенка помочь вам подготовиться к этой игре. Ваш малыш может вырезать рыбок самой простой формы из разноцветной плотной бумаги. На каждой рыбке напишите какую-нибудь букву так, чтобы из разных букв на рыбках можно было бы составить одно или несколько простых слов. К каждой рыбке прикрепите канцелярскую скрепку, а затем положите всех рыбок в ведро.

Теперь возьмите небольшой по длине прутик или подходящую палочку и прикрепите к одному концу веревочку с "аленьким магнитиком на конце. Пусть все дети по очереди половят рыбку, а вы проследите, смогут ли они составить слова из букв на пойманных рыбках.

## **Мыльные пузыри**

Обычно детские забавы можно организовать из того, что есть под рукой. Но если вы заранее знаете, что вам предстоит развлекать группу детей, зайдите в магазин, где продается всякая-всячина, и купите специальную баночку для пуска мыльных пузырей. В одной такой баночке содержится настоящее волшебство — детский смех и счастье.

### **Как сберечь мыло**

**Возбужденный ребенок с полной банкой мыльной пены в руках может нечаянно выплеснуть ее. Откройте все баночки и отлейте из каждой половину жидкости в кувшинчик (или какой-то другой сосуд). Если баночка и опрокинулась, то не все потеряно, а, кроме того, когда дети закончат свое мыльное развлечение, вы сможете наполнить баночки впрок, для следующего раза.**

Мыльные пузыри особенно хороши, если вам нужно занять детей разного возраста. Даже подростки получают от них удовольствие.

В зависимости от того, во что дуть, образуются пузыри самых разных размеров. Из пластмассовых соломинок, опущенных в мыльный раствор, вылетают совсем маленькие пузырьки. Крышки пластмассовых баночек с дыркой посередине выдувают пузыри побольше. Если выбранный вами «инструмент» слишком велик для баночки с пеной, вылейте мыльный раствор в мисочку и туда же опустите ваш «инструмент», потом достаньте его щипцами, встряхните, и вы увидите, какие огромные и радужные у вас получатся пузыри.

## **Самодельное лото**

Эта игра хороша для любой компании. Играя в нее — будь то два ребенка или десять — всем станет одинаково весело. Приготовьте заранее несколько карточек. На каждой карточке нарисуйте восемь или девять квадратиков и каждый из них впишите разные буквы (или цифры — от одного до девяти). Все карточки должны быть разными. Потом приготовьте много маленьких карточек с одной из букв или цифр, нанесенных в квадратики больших карточек.

Каждому игроку дайте восемь-девять пуговиц, крышек от бутылок, кусочков фольги или других маленьких предметов, чтобы он мог использовать их как фишки. Вы или кто-то из детей будете ведущим. Возьмите одну из маленьких карточек с буквой или цифрой (естественно, все они должны быть перемешаны и лежать лицевой стороной вниз) и назовите ее. Если хотите, можете поднять и показать ее детям. Если они найдут такую же букву или цифру на своей карточке с квадратиками, они положат на



этот квадратик пуговицу или что-либо другое, подобранное для этого. Ребенок, накрывший все квадратики, кричит «Победа!» — он выиграл.

### **Как сэкономить время**

**Недорогие игры типа лото можно найти в игрушечных отделах универмагов и в других магазинах.**

### **Вариации лото**

**Вы можете также играть в лото—«животные», лото -□«птицы», лото-«разные предметы» и т. д., используя соответствующие картинки.**

### **Живые Буквы**

Если вам кажется, что наступило время размяться, попробуйте поиграть в «живые буквы». Напишите несколько заглавных печатных букв (например: А, Г, Е, И, Л, М и т.п.) по одной на каждом листе бумаги. Все дети должны улечься на пол. Один из них вытаскивает листочек с буквой, а затем он должен уложить детей так, чтобы составить эту букву.

### **Перекатывание мяча**

Сядьте с детьми на пол в кружок, ноги нужно широко расставить. Дайте одному из ребят большой мяч. Ребенок должен перекатить его (руками) прямо в ноги другого ребенка. Тот перекачивает мяч третьему малышу и т.д. Объясните детям, что смысл игры в том, чтобы мяч был в постоянном движении.

### **Шарады детских стишков**

Спойте или прочитайте несколько детских стишков. Потом помогите детям изобразить понравившиеся стихи в лицах. Пусть каждый ребенок шепнет вам, какой стишок он выбрал. Затем вы с ребенком постарайтесь разыграть в лицах то, о чем говорится в стишке. А другие дети должны догадаться, какой стишок вы им показали.

Детям постарше можно дать разные одежды, тряпки и всякую всячину, чтобы они могли нарядиться по собственному выбору и изобразить в костюмах любимую сказку.

### **Танцующие животные**

Включите детям музыку — классическую, поп, рок, все, что вам нравится, — чтобы они могли под нее потанцевать. Попросите малышей двигаться в такт музыке.

Предложите детям изобразить какое-либо животное, танцующее под музыку. Они могут переваливаться, как утка, топтать, как слон, мягко ступать, как кошка, быстро перебирать, как мышка, величаво ступать, как тигр, резвиться, как собачка.

### **Музыкальные стулья**

Это такая старая игра, что бабушки и дедушки и даже прабабушки и прадедушки могут припомнить, как играли в нее. Поставьте ряд стульев, каждый раз меняя их направление. Стульев должно быть на один меньше, чем детей. Бейте в барабан или поставьте пластинку (запись) с подходящей музыкой, а дети пусть бегают вокруг стульев. Когда музыка останавливается, дети должны успеть занять место.

Ребенок, не успевший сесть на стул, выбывает из игры. Один стул тоже нужно убрать, и убирать стулья надо до тех пор, пока не останется один ребенок. Варьируйте время,

в продолжение которого вы проигрываете музыку. Когда большая часть детей выбыла из игры, ее можно, если хотите, ускорить.

## **Человек-дерево**

Пусть ребяташки, заполнившие ваш дом, превратятся в деревья. Подскажите детям, каким частям дерева соответствуют части тела. Ноги могут быть корнями, тело — стволом, руки — ветками, пальчики — листьями.

Вы можете изображать какое-либо явление природы, а дети должны реагировать на него. Вы можете быть ветром, солнцем или дождем. А время от времени вы изображаете лесника с топором в руках, который собирается срубить дерево. Когда вы кричите «Бревно!», остановившись перед каким-то «деревом», это «дерево» должно падать.

## **Рассказываем сказки**

Рассказывая сказку, вы можете увлечь не только одного ребенка, но и целую компанию. Но делать это можно по-разному: или просто прочитать детям интересную сказку, показывая картинки, или читать, договорившись с детьми, что они будут сопровождать ваше чтение разными звуками, соответствующими событиям сказки. А можно сыграть сказку, и тогда ребяташки «отправятся» вместе с вами в джунгли или вы будете открывать Дикий Запад. С маленькими детьми можно просто петь песенки из сказки. С группой детей можно сыграть такую сценку как, например, «Большая Черепаха и Заяц»:

Жил когда-то заяц — это такой зверек вроде кролика (поставьте указательные пальцы над головой, изобразив ушки зайца), и большая-пребольшая черепаха — как маленькая, но совсем большая (согните руки и опуститесь на четвереньки).

Заяц бегал очень-очень быстро. (Согните руки и быстро по очереди выставляйте вперед кулаки.)

А черепаха бегала очень-очень медленно. (Медленно, по очереди двигайте согнутыми руками, выставляя вперед кулаки.)

Однажды заяц сказал черепахе: «Давай побегим наперегонки!» (Поставьте руки рупором, как бы имитируя спортивную команду.)

На старт... внимание... марш! (Поставьте указательный и большой пальцы в положение «ружье вверх», при слове «марш» поверните руку указательным пальцем вперед.)

Вот бежит заяц. (Быстро перебирайте кулаками.)

А вот ползет черепаха. (Медленно перебирайте кулаками.)

Вдруг заяц остановился. Он посмотрел вокруг, но не увидел большую черепаху. (Поставьте руку надо лбом козырьком, как бы пытаясь разглядеть, где черепаха.)

И заяц решил вздремнуть под деревом. (Закройте глаза и притворитесь, что спите, можно даже похрапеть.)

И вдруг... он проснулся. Он сказал: «Я забыл про соревнования! Лучше мне поторопиться!» (Быстро перебирайте кулаками.)

А большая черепаха тем временем, ни разу не останавливаясь, все шла вперед. {Медленно перебирайте кулаками.)

Большая черепаха выиграла соревнование и пришла первой. (Сожмите руки над головой, как это делают чемпионы.)

Заяц ужасно рассердился. (Сделайте злое лицо и положите руки на бедра.)

А большая черепаха была очень счастлива. (Гордое, улыбающееся лицо.)

Можно рассказать сказку еще раз, задавая детям вопросы, а они должны отвечать и движениями показывать, что происходит.

### **«Убийство во мгле»**

Эта игра в стиле детективов Агаты Кристи может быть очень занимательной для группы из пяти или более детей начальных классов.

Напишите на листочках бумаги слова «детектив», «жертва» и «убийца» и сверните эти листочки. Прибавьте к ним такие же по размеру. Затем каждый должен тянуть листочек. Ребенок, которому досталось быть «детективом», выходит из комнаты, выключив свет.

Все остальные ходят по комнате туда-сюда, происходит «убийство», и «жертва» быстро падает на пол, «убийца» же не подает никаких признаков того, что это он совершил преступление. «Детектив» возвращается, включает свет и задает вопросы, при этом наблюдая за выражением лиц и поведением присутствующих; он должен за пять минут догадаться, кто убийца.

Продолжайте игру до тех пор, пока все дети не побывают «детективом» хотя бы один раз.

### **Показ мод**

Разумеется, мы против каких-либо стереотипов по половому признаку. Естественно, девочки должны уметь кататься на роликах, играть в баскетбол, а не только возиться со всякими горшочками-котелочками и рукодельничать. Тем не менее, опыт показывает, что наряжаться особенно любят маленькие девочки.

Положите в большую коробку всякие старые платья. Добавьте туда туфли на высоких каблукках и разноцветные шарфики. Не забудьте накидки и рубашки, шляпу, галстуки, жакетики и кошелечки. Пусть каждый ребенок выберет наряд по своему вкусу — элегантно-классический или авангардный.

Хорошо, если будет взрослый «ассистент», который помогал бы завязывать бантики и надевать девочкам туфли на высоких каблуках. А может быть, вам захочется иметь еще одного «ассистента» для макияжа.

Теперь устройте парад мод, и пусть каждый ребенок профланирует по дорожке, а вы комментируйте его появление и наряд. Здесь мы снова возвращаемся к привычным стереотипам. Девочкам будет особенно приятно услышать, что они великолепны во всех нарядах и что они грациозно двигаются.

Когда Сьюзи К. демонстрирует свой самый ослепительный наряд, придуманный ею же, комментатор должен начать с того, что он отдает должное ее умению играть в футбол или на пианино. Обратите внимание, с какой грацией движется Сьюзи в любом наряде. Или представьте себе Линду Лу, важно выступающую в ваших золотых туфельках на высоких каблуках и в купальном халате леопардовой расцветки.

Тут можно симпровизировать что-то вроде такого: «Линда Лу сегодня столь же ослепительна в развевающемся леопардовом халате, как и в своих голубых джинсах на спортивной площадке, где она вызывает всеобщее восхищение, показывая наилучшие результаты в беге. Сегодня Линда поменяла свой «Адидас» на золотые туфельки, но завтра вы можете снова увидеть, как она со всех ног бежит в школу. Это Линда Лу! Интересная и элегантная девочка, настоящая девочка».

## **Прыжки в мешке**

По традиции, для этой игры требуется мешок, но если у вас под рукой не окажется мешков, их вполне могут заменить старые наволочки.

Если в вашей команде несколько детей, то организуйте соревнование. За определенное время каждый ребенок должен допрыгать или дойти (с ногами в мешке) от одного места до другого. Потом пусть попробует то же самое, засунув в мешок одну ногу.

### **Усложненный вариант**

**Если дети легко справляются с такими прыжками и им нравятся подвижные игры, пусть попробуют походить на «трех» ногах. Для этого надо, чтобы два мальчика встали бок о бок, лицом в одну сторону, а вы свяжите их ноги, оказавшиеся рядом. Затем они должны пройти дистанцию на «трех» ногах.**

## **Рыбка-щекотунья**

Если у вас достаточно много детей, чтобы образовать круг, то можно дать им большую простыню и начинать игру. Дети держат простыню на уровне пояса и слегка потряхивают ее, образуя «волны».

Один ребенок должен на четвереньках подлезть под простыню и пощекотать лодыжку какого-то другого ребенка. Пока ребенок-рыбка «плышет» под простыней, он держит поднятым один палец-«плавник», по движению которого дети и определяют, куда направляется рыбка.

Кого рыбка пощекочет, тот сам превращается в рыбку, поднимает свой «плавник» и отправляется под «водой» искать свою жертву, чтобы пощекотать ее.

## **И ненужное станет нужным**

Впервые мы наблюдали, как заворачивает всякое старье в Бостонском детском музее, где однажды в дождливый день наши дети много часов подряд играли со всевозможным выброшенным хламом. Если вы не можете отправиться в Бостон, не огорчайтесь.

Соберите свое собственное старье: картонные катушки от туалетной бумаги, кусочки дерева, что-нибудь блестящее, кусочки белого поролона, которым обычно упаковывают хрупкие вещи, крышки от баночек, палочки от леденцов и эскимо, словом, всякие мелочи, которые могли оказаться в вашем доме. Сложите все это добро в коробку и однажды, когда вашему ребенку и его приятелям будет скучно и они начнут приставать к вам с вопросом: «Что же нам делать?» — достаньте эту коробку и скажите: «Ну-ка, дети, сделайте мне из этого что-нибудь необыкновенное и интересное». Если у вас дети постарше, приберегите для них разный утиль размером побольше: сломанные стулья, остатки строительных материалов и т. д. Если где-то

поблизости от вашего дома что-то мастерят рабочие, попросите их не выкидывать ненужные им вещи — может быть, это пригодится вашим детям.

## **Игры с обручем**

Хула-хуп — замечательное изобретение, подтверждающее теорию, что все гениальное — очень просто. Его можно вращать вокруг талии, но, кроме того, использовать и в метании. Положите обруч на землю и внутри него нарисуйте круги с номером в каждом круге, как это делается на мишени. Затем кидайте мячик в цель. Можно прыгать в круг и из круга, а можно крутить обруч вокруг руки. Из игр, в которых обруч не нужно крутить, нам нравится вот такая: привяжите обруч к ветке дерева, чтобы он свисал с нее. Затем отойдите подальше от обруча и кидайте в него мячик. Можно кидать мячики для пинг-понга и пластмассовые (это самые надежные и безопасные мячики), но подойдут и теннисные. Вполне хороши для этого и надувные мячи.

## **Устройте парад**

Дети очень любят парады!

Дайте им какое-то время на подготовку. Во-первых, для парадного марша понадобятся музыкальные инструменты. Конечно, ребенок может сам потрудиться и сделать барабан, но некоторые дети, возможно, предпочтут положить в металлическую банку горох и устроить шум, потрясая этой банкой, или нанизать на веревку кастрюльки или еще что-нибудь, вроде этого. Нужно иметь несколько колокольчиков, крышек от кастрюль и свистульки, чтобы к началу парада все это было наготове. (Если вы дадите эти «музыкальные инструменты» детям слишком рано, то головная боль вам будет обеспечена.)

Нужно обдумать, какие знамена и флажки понесут дети во время своего марш-парада, а также о бумажных головных уборах, которые ребята должны сделать сами. Можно привязать к линейке длинные куски ярких тканей или шарфы, они будут развеиваться, украшая парад. Очень хорошо, если вы заранее подготовите какую-нибудь маршевую музыку, но, может быть, дети сами захотят предложить музыку для марша.

### **Повод для парада**

**Возможно, дети захотят маршировать не просто так, а по какому-то поводу. В таком случае можно сделать для них соответствующие лозунги. Можно начать парад во дворе, а потом, если ваши соседи в благодушном настроении, выйти на улицу и пройти кварталчик, отбивая шаг, а по завершении парада неплохо и перекусить.**

## **ГЛАВА 14. ПРОГУЛКИ И РАЗВЛЕЧЕНИЯ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ**

**Прогулка в аэропорту**

**Город на фоне лева**

**Веселые прогулки**

**Пойте, когда гуляете**

**Игра с часами**

**Кто первый увидит**

**Вариации на тему**  
**Собираем всякую всячину**  
**Натуралист**  
**Далеко ли это?**  
**Этот шумный мир**  
**Сколько потребуется времени**  
**Горячо? Холодно?**  
**Как достать звезды**  
**Превосходное окружение**  
**Сколько всего?**  
**Мячом об стенку**  
**«Следим» за соседями**  
**Наблюдение за птицами**  
**Полеты**  
**Запускаем воздушного змея**  
**Специально для ветреной погоды**  
**Сгребаем листья**  
**Забавные прогулки**  
**Осознанный бодибилдинг**  
**«Слепая» прогулка**  
**Учим смотреть и видеть**

Родители тинейджеров жалуются, что подростки совершенно перестали ходить пешком и гулять. Малыши, конечно, тоже любят всякие машины, велосипеды и быструю езду, но гуляют они с не меньшим удовольствием.

Если вы решили немного отдохнуть, прогулка в хороший солнечный день — прекрасный способ провести время с ребенком. Все заботы и домашняя суета остаются позади, а вы и ребенок совершенно свободны, и у вас появляется возможность оглядеться вокруг.

Если сами вы любознательны и восприимчивы, постарайтесь воспитать в ребенке живого и умного наблюдателя. Расскажите ему о бесконечном разнообразии мира, который начинается сразу за дверями дома. Сама прогулка должна восприниматься как праздник. Если ребенок начнет радоваться прогулке и возможности подвигаться, она станет для него здоровой привычкой на всю жизнь. Возможно, стоит подумать об удобной прогулочной обуви и для вас, и для ребенка.

Нам хотелось бы поделиться некоторыми идеями, как сделать прогулки более приятными, а к разговорам и удовольствию от солнечного света добавить еще кое-что.

## **Прогулке в аэропорту**

Многие взрослые открыли для себя — когда на улице тишком жарко или слишком холодно, есть смысл погулять под крышей. Если вы с ребенком готовы отправиться на

прогулку, а погода скверная, может быть, вам будет внятно поменять стены вашего дома на более просторные и отправиться прямо в аэропорт? Возьмите с собой книжку про самолеты или просто поговорите с ребенком обо всем, что видите. Аэропорты, кроме того, дают возможность понаблюдать за самыми разными людьми, и там достаточно много места, чтобы побегать, попрыгать, пронестись ракетой.

Если погода хорошая, есть смысл погулять рядом с аэропортом. Возьмите с собой еду, и, устроившись недалеко от летного поля, вы сможете посидеть и понаблюдать, как садятся и взлетают самолеты. Как знать, может быть, это станет для ребенка началом карьеры астронавта.

### **Наземный вариант**

**Как вы думаете, не отправиться ли вместо аэропорта (или кроме аэропорта) на железнодорожный вокзал? Проверьте расписание электричек и прикиньте, можете ли вы спланировать короткую экскурсию. Договоритесь с кем-нибудь из друзей, кто живет за городом, устроить так, что когда вы приедете к ним, они встретят вас на станции со своим ребенком. Такая встреча могла бы приятно удивить вашего ребенка. А домой можно возвратиться на машине друзей.**

### **Город на фоне неба**

Посмотрите на дома, расположенные вдали от вас, и вы увидите разные силуэты — прямоугольные, квадратные, треугольные, ступенчатые. Особое внимание обратите на то, как выглядят очертания домов на фоне неба. Когда вернетесь домой, помогите ребенку сделать силуэт города. Пусть он нарисует на темной бумаге очертания домов, которые видел на линии горизонта, вырежет их и наклеит на лист голубой бумаги. На «дома» можно наклеить маленькие желтые квадратики — окна.

### **На окраине города**

**Будьте исследователями. Покатайтесь с ребенком по разным районам города и погуляйте там. Если линия горизонта вам не видна за домами, но вы знаете, что недалеко ее все-таки можно увидеть, поезжайте туда и полюбуйте видом.**

### **Веселые прогулки**

Если всюду сияет солнце, а воздух свежий, и у вас есть настроение подурачиться, пусть ваша прогулка будет веселой, идите и пританцовывайте. Размахивайте руками и пойте что-нибудь простенькое, вроде:

**Мы вместе весело идем  
По солнечной дороге,  
И очень бодро и легко  
Шагают наши ноги.**

Взмахивайте руками то выше, то ниже. Меняйте ритм. Прибавьте какой-нибудь смешной шажок или прыжки. Ведите счет и взбрыкивайте ногой на каждом третьем шагу. Шагайте, ритмично отсчитывая шаги. Считайте по два, потом по десять, а может быть, по пять. А когда станет скучно, маршируйте под детские стишки.

### **Пойте, когда гуляете**

Возможно, вашему ребенку будет интереснее гулять, если, шагая, вы будете петь вместе с ним. Заметьте, как песня влияет на ваш шаг. Если вы поете марш, ваш шаг ускоряется. А что происходит, если вы переходите на колыбельную песню? Пойте, что придет в голову.

## **Игра с часами**

Эта игра может быть полезна для детей, которые учатся определять время. Спрячьте во дворе какое-нибудь «сокровище» и предложите ребенку найти его. Возьмите с собой во двор настольные или ручные часы и расскажите маленькому кладоискателю, как определять направление. Используя цифры на часах, наметьте ему, где нужно искать. Например, если вы оба «стоите на цифре шесть», скажите ребенку, что предмет можно найти, сделав несколько шагов по направлению к цифре «двенадцать», или же усложните ему задачу, отправив сначала к «четырем часам». С малышами можно использовать слова «горячо» и «холодно»; «налево» и «направо»; «вперед» и «назад».

## **Кто первый увидит**

Выберите какой-либо объект — красный автомобиль, газетный киоск или окошко с цветами — и посмотрите, кто первым его заметит. С детьми постарше можно усложнить задачу, например, высматривать машину с откидывающимся верхом, дорожный указатель, содержащий какое-то определенное слово, или человека с кожаным чемоданчиком.

## **Вариации на тему**

Когда вы с ребенком достаточно находились, наговорились и даже напелись, попробуйте поиграть в игру «Следуй за лидером». Лидер объявляет, каким образом вам надо передвигаться до условленного места — скажем, до угла, до почтового ящика или по дороге до тех пор, пока не проедет машина. Он может потребовать, чтобы вы скакали на одной ножке, делали гигантские шаги, держали руку на голове, скакали, как лошадь, галопом, каждые пять шагов наклонялись, дотрагиваясь до пальцев ног. Лидер может менять направление и способ передвижения.

## **Собираем всякую всячину**

Возьмите с собой на прогулку сумку или небольшую коробку, чтобы складывать туда ваши находки. Смотрите по сторонам, не попадется ли вам что-нибудь такое, что можно было бы принести домой и показать всей семье. Например, вы можете найти блестящий камушек, красивый лист, какой-нибудь толстый стручок или еще более толстую гусеницу. Имейте в виду — то, что завораживает вашего ребенка, может показаться мусором вам, но если находка безвредна, разрешите малышу взять ее с собой.

Вернувшись домой, разложите ваши находки на полу или на столе и внимательно рассмотрите их. Достаньте увеличительное стекло, чтобы ребенок хорошенько рассмотрел свои сокровища в увеличенном виде. Вечером пусть он продемонстрирует их остальным членам семьи. У некоторых детей может возникнуть желание собирать коллекцию необычных камешков, листиков и чего угодно, что им нравится. Дайте ребенку коробку из-под обуви, чтобы он мог хранить в ней свою коллекцию.



## Натуралист

Некоторые дети — как, впрочем, и некоторые родители тоже — терпеть не могут насекомых. Однако если вам доводилось когда-нибудь делать гербарий, попробуйте собрать и коллекцию насекомых, которых можно поймать в вашей округе. Возьмите с собой на прогулку пластмассовую банку с крышкой (в крышке проделайте несколько дырочек) и посмотрите, каких насекомых вы и ваш малыш можете туда запустить. Потом, вернувшись домой, взгляните на эти крошечные создания через увеличительное стекло. Это страшно интересно для ребятшек и может быть достаточно любопытно для взрослых, которые в свое время пропустили эту науку. И неважно, если вы имеете смутное представление о зоологии и ботанике. На данном этапе будет вполне достаточно, если вы рассмотрите собранных насекомых и поговорите с ребенком о них.

Когда дети повзрослеют, их интерес к бабочкам и другим насекомым может перейти в нечто более серьезное.

## Далеко ли это?

Гуляя с ребенком, выберите какой-нибудь объект на недалеком от "вас расстоянии, например, пожарную лестницу на доме, и сосчитайте, сколько до нее шагов. Затем выберите что-нибудь другое. Сравните, насколько отличается расстояние до обоих объектов, измеренное шагами. Постарайтесь вместе с ребенком прикинуть, сколько шагов потребуется, чтобы подойти к какому-то близкому объекту. Например, вам потребовалось двадцать шагов, чтобы дойти до почтового ящика, а теперь отгадайте, чтобы дойти до песочницы, потребуется больше или меньше шагов. Вы можете дойти до какого-то места обычными шагами, лотом повернитесь кругом и посмотрите, насколько меньше шагов вам потребуется, если обратно вы пойдете гигантскими шагами.

## Измеряем расстояние

**Если рядом с вами дети постарше, возьмите с собой рулетку и покажите им, как выглядит расстояние в сантиметр, метр, десять метров. Замерьте это расстояние, определив, сколько шагов необходимо (вделать, чтобы пройти один метр. Измерьте некоторые расстояния в шагах, а потом снова сделайте это с помощью рулетки, чтобы проверить, насколько вы были точны.**

## Этот шумный мир

Когда вы гуляете, прислушивайтесь ко всем звукам и шуму вокруг вас. Помогите ребенку научиться различать звуки. Отправляясь на прогулку в парк или в лес, прислушайтесь к звукам природы — пению птиц, шуму листвы, ветру, лаю собак, шуршанию ног по тропинкам. Потом догуляйте в городе и поразмышляйте о шумах и звуках, которые издают сирены пожарных, полицейских машин и машин скорой помощи, о тех звуках, которые мы слышим, оказавшись рядом с людьми, — чей-то разговор, смех, какая-то запись или шум приемника. Прислушайтесь, с каким звяканьем падают банки в мусорный бачок, с каким звуком скачут на спортивной площадке баскетбольные мячи и теннисные мячики на корте, и т. д. Со старшими детьми вы можете поговорить о звукоподражательных словах, берущих звук «в плен» — жужжание пчелы, колокольный звон, кваканье лягушки. Постарайтесь придумать

вместе свои слова, чтобы описать звуки, которые вы слышите. Как бы вы назвали звук, который издает сирена?

### **Сколько потребуется времени?**

Прежде чем отправиться на прогулку, займитесь глубоким изучением времени. Возьмите игрушечные часы и поставьте их стрелки точно на то время, когда вы выходите из дому, или вы сами можете быстро сделать бумажные часы. (Нарисуйте по кругу цифры. А чтобы к его центру прикрепить стрелки, используйте скрепку. В крайнем случае, можно обойтись заколкой.)

Вернувшись с прогулки, сравните положение стрелок на игрушечных часах и на настоящих. Подсчитайте, сколько времени вы гуляли. Передвигайте по циферблату стрелки бумажных часов до тех пор, пока они не покажут то же время, что и настоящие часы. Это даст ребенку представление о том, сколько прошло времени. Если вы будете так делать после каждой прогулки, то ребенок усвоит, что незначительное передвижение стрелок означает мало времени, а когда стрелка передвигается на большее количество делений, это означает, что вы гуляли дольше.

### **Горячо? Холодно?**

Во время прогулки обратите внимание ребенка на то, что все предметы разные на ощупь. Рассмотрите предметы из нескольких материалов. Потрогайте окружающие вас вещи и сравните свои ощущения. Например, как-нибудь жарким днем предложите ребенку потрогать землю, а потом кузов припаркованной машины и сравните их температуру. Сделайте то же самое в холодный день. Ваш ребенок интуитивно поймет, что металл это хороший проводник тепла, что темные объекты притягивают солнечные лучи и что земля сохраняет тепло. Опишите разные качества предметов, которые вы трогаете. Отметьте, что кирпичи на ощупь твердые и шероховатые. Кора дерева тоже шероховатая, но совершенно иначе. Найдите предметы, которые были бы мягкие или клейкие, колючие или мокрые.

### **Как достать звезды**

В Китае самое обычное дело увидеть группу людей всех возрастов, делающих физические упражнения на открытом воздухе. В детских садиках, расположенных на очень маленьких территориях без площадок для игры, детей дважды в день выводят во двор для зарядки. Постарайтесь и вы найти постоянное удобное место на воздухе, где можно было бы вместе с ребенком заниматься зарядкой. Делайте простые упражнения на потягивания и поклоны. Например, представьте, что вы снимаете с неба звезды (урожай звезд). Когда вы, стараясь потянуться как можно выше, со всех сторон «собрали» звезды в вашу корзиночку, вы можете «посадить» их в траву. Взяв звезду левой рукой, вы должны посадить ее за правой ногой, а потом наоборот. Затем сядьте на траву, широко раскинув ноги, и проверьте, сможет ли ребенок сорвать левой рукой травинку у правой ступни, а потом наоборот. Если это покажется вам забавным, прибавьте еще какие-нибудь движения. Для вас подобные упражнения будут не менее полезны, чем для вашего малыша.

### **Запаситесь музыкой**

**Возьмите с собой приемник или кассетник, чтобы делать эти упражнения под музыку.**

## Превосходное окружение

Пофантазируйте с ребенком, что вы санитарная инспекция и проверяете состояние ближайших улиц. Обсудите с ним проблему загрязнения, обратите его внимание на то, как приятно видеть чистую улицу, лужайку, и на что они станут похожи, если люди будут повсюду раскидывать мусор. Походите по улицам и поставьте оценки за чистоту. Возьмите с собой мешок, чтобы собрать мусор, оставленный разными нечехами. Если будет настроение, можно спеть простенькую песенку, например:

**Я мусор в руки не беру,  
Я не навозный жук,  
Я все бумажки подберу,  
В мешок все склянки соберу,  
Я не навозный жук.**

Если вам чуточку повезет, то удастся сохранить энтузиазм ребенка до дома и вдохновить его на уборку детской комнаты.

## Сколько всего?

Выберите на улице что-нибудь для подсчета. Например, покажите ребенку какое-нибудь дерево, скажем, тополь. Научите узнавать его, и потом сосчитайте, сколько тополей на улице, по которой вы гуляете. Можно сосчитать и сколько прошло людей в очках, сколько зеленых машин припарковано на вашей улице или сколько магазинов в вашем микрорайоне. Когда вы уже подсчитали что-либо одно, переходите к подсчету чего-нибудь другого.

## Мячом об стенку

Эта простая игра очень старая, в нее играли миллионы детей во всем мире, но городским детям эта игра может быть вовсе незнакома. У нее есть много вариантов, но мы приведем здесь всего два, которые помним со времен своего детства. Начните с теннисного мячика и ракетки. Для малыша лучше взять ракетку для бадминтона. Найдите кирпичную или цементную стенку и посмотрите, как долго ребенок сможет отбивать ракеткой мячи. Сюзен вспоминает одно лето, большую часть которого она провела в попытках отбить мячик сто раз без промаха.

Другой способ помочь ребенку развить зрительную и двигательную координацию состоит в том, что нужно бросить мячик об стену и поймать его после того, как, ударившись о землю, мячик подпрыгнет один раз, два раза, три раза: нужно объяснить ребенку, когда ему можно ловить мячик. Вы можете придумывать и другие задания, в зависимости от умения и интересов вашего ребенка.

Во время прогулок всегда имейте под рукой мяч. Дети любого возраста любят играть с мячом. Если дети совсем маленькие, вы можете сесть с ними на травку и катать мячик. Когда ребята подрастают и движения у них становятся более скоординированными, можно не очень сильно бросать мячик о землю, чтобы он подпрыгивал и ребенок мог его поймать. Еще спустя какое-то время вы можете уже слегка подкидывать мячик в воздух, мечтая о недалеком будущем, когда вы и ваш отпрыск вместе отправитесь на игровое поле.

## «Следим» за соседями

Посматривайте, не переезжает ли кто-нибудь из ваших соседей. Большие коробки, в которых обычно перевозят вещи, для маленьких детей представляют собой прекрасный строительный материал; и, стараясь добыть для ребенка такую коробку, вы под этим предлогом можете познакомиться с новыми соседями. Теперь, когда коробка ваша, сделайте в ней окна и двери. Отверстие делайте не отрезая одну из четырех сторон; эта вырезанная часть дослужит в качестве ставней или створок дверей. Если ломик уже стоит, ребенок может играть тут в самые разные игры, какие только придут ему в голову. В таком домике детям приятно будет устроить «чаепитие» или пригласить к себе воображаемых гостей. А еще они могут заняться украшением своего «жилища». Позвольте им раскрасить свой домик внутри или снаружи. Дайте домику номер, как у настоящих домов. Если ребенок захочет, пусть даст домику какое-нибудь красивое название. Скорее всего, эта затея увлечет детей, они будут залезать в окошки и вылезать из них, постараются забраться и на домик. Да и в самом домике у них найдется много дел.

### **Наблюдение за птицами**

Почему бы вам и вашему малышу не поинтересоваться, какие птицы водятся в вашей местности, и не научиться их узнавать? Купите книгу о птицах и посмотрите, какие они бывают. Вы можете повесить в кухне картинки с изображением разных пернатых и, возвращаясь с прогулки, проверять, кого из них вам удалось увидеть. Иногда, под настроение, попробуйте вместе с ребенком посочинять какие-нибудь незатейливые стишки или истории на эту тему. Если будет желание, устройте для птиц кормушку.

### **Полеты**

Вместо того чтобы просто пойти на прогулку, предложите ребенку «полетать». Пусть малыш всю дорогу воображает себя разными летающими объектами: «я самолет... я бабочка... я комар, и-и-и-и!»

Поговорите с ребенком о том, как по-разному все летают. У самолета, например, есть мотор, и он издает громкий звук. Бабочка совершенно беззвучна, грациозна и двигается медленно, как будто висит в воздухе, а комар, издавая высокий пронзительный звук, носится кругами, пока не найдет свою жертву.

Как летают воздушные змеи и птицы, дирижабли и пчелы, облака и журавли?

### **Запускаем воздушного змея**

Если вам никогда не приходилось запускать воздушного змея, предупреждаем, что поднять его в воздух труднее, чем кажется на первый взгляд. Но это чудесное развлечение. Нужно найти большое открытое пространство, где над головой не будет проводов и ребенок может побегать. Самое лучшее место для этой цели — берег реки или озера, а может быть, моря, большое, покрытое травой поле тоже вполне подойдет. Дождитесь, пока подует свежий ветерок, возьмите двух воздушных змеев, побольше бечевки и отправляйтесь развлекаться. Начинайте с простых, недорогих змеев. Если вас это занятие тоже увлечет, вам и вашему сынишке будет интересно вместе почитать о том, как много существует самых разных видов змеев и какими необыкновенно красивыми они бывают.

### **Специально для ветреной погоды**

Ребятишки, которые еще слишком малы для запуска змея, могут получить удовольствие от ветра более простым способом. Купите или нарежьте узкие разноцветные бумажные ленточки по пятнадцать—двадцать пять сантиметров длиной и прикрепите их к петлям на поясе детского костюма или к лямкам комбинезончика. Потом возьмите палочки с тупым (безопасным) концом и привяжите к ним побольше ленточек. Теперь вы готовы отправиться на «ветреную» прогулку, устроив парад одного человечка, — если только вам тоже не захочется украсить себя ленточками.

### **Сгребаем листья**

Если вы живете в местности, где осенью бывает листопад, будет хорошо, если вы сможете научить ребенка сгребать листья. Это очень полезно даже в том- случае, если ваш двор кто-то убирает или вы живете в городе, и вам нужно идти в парк, чтобы увидеть листья. Дайте ребенку маленькие грабельки, сами вооружитесь большими и сгребите огромную кучу листьев. Хорошо, если рядом есть скамейка, стул или что-нибудь другое, с чего можно прыгать. Пусть малыш поразвлекается, прыгнув на кучу листьев столько раз, сколько ему захочется. Если вам вспомнится ваше детство, прыгните и сами несколько раз.

### **Забавные прогулки**

«Забавные» прогулки можно сделать разными. Например, можно начать с Железного Дровосека из сказки «Волшебник Изумрудного города». (Если ваш ребенок еще не знает эту сказку, как-нибудь в дождливый день или когда ребенку будет нездоровиться почитайте, ему истории о забавных обитателях сказочной страны.) Когда пойдете гулять, покажите малышу, как ходит Железный Дровосек с заржавевшими конечностями, пусть ребенок тоже попробует так походить. У вас будет повод поговорить о том, что такое суставы. Во время следующей прогулки попробуйте передвигаться, как тряпичная кукла.

Что еще вы можете придумать? Может быть, вам захочется помаршировать, как солдаты, или пройти на кончиках пальцев, как балерина, или прошагать гигантскими шагами, или пятясь назад? Такие прогулки могут стать смешными и забавными, и в то же время они дают малышу какие-то знания, а кроме того, укрепляют его мышцы.

### **Осознанный бодибилдинг**

В некоторых странах мира одной из форм общения служат танцы и жесты, которые использовались еще до того, как появилась речь. Мы же придаем словам более важное значение, нежели движениям. Однако если ваш малыш любит подвигаться, мы можем порекомендовать упражнения, которые доставят удовольствие ребенку. Лучше, конечно, их выполнять на природе, но можно и дома. Начните с того, что, встав рядом с малышом, покачайтесь вместе. Затем попросите его повторять ваши движения. Медленно — ОЧЕНЬ медленно, как бы потягиваясь, плавно и грациозно — поднимите одну руку, потом другую. Так же медленно, одну за другой, опустите руки. Поднимите одну ногу и, не сгибая ее, опустите. Потом другую. Сделайте выпад вперед, выдвинув согнутую в колене ногу, другая, прямая, пусть остается на месте, пятка должна быть прижата к земле (полу), мышцы напряжены. Ощутите напряжение мышц. Делайте упражнение несколько минут, потом пусть «ведет» ребенок, а вы повторяйте движения за ним. Затем походите как можно медленнее, сделайте круг. Постарайтесь

почувствовать все мышцы, задействованные при ходьбе. Пройдите очень медленно, делая большие, как бы «преувеличенные» шаги.

Помогите ребенку сохранить плавность движения, пусть он постарается ощутить движение воздуха, когда поднимает руку, и пусть объяснит, какие части ноги двигаются, когда он ее вытягивает; какое ощущение он испытывает от медленного движения. Все эти упражнения должны занять немного времени, а в конце нужно хорошенько подпрыгнуть — просто от радости.

### **«Слепая» прогулка**

Гуляя с ребенком в парке, спросите, не хочется ли ему попробовать ощутить мир, не видя его, полагаясь только на осязание и обоняние. Если ребенку это интересно, завяжите ему глаза, возьмите за ручку и подведите к дереву, или к каким-нибудь цветам, или к кустарнику, или к чему-нибудь другому, что он может потрогать и понюхать.

### **Ухо, полное звуков**

**Разговаривая с ребенком о том, что мы ощущаем с помощью органов чувств, проведите еще один опыт. Лягте на траву рядом с ребенком, закройте глаза и прислушайтесь к звукам — какие они разные.**

### **Учим смотреть и видеть**

Детям постарше, которые любят рисовать, покажется привлекательной возможность провести время вместе с вами где-нибудь на природе и там заняться живописью. И неважно, создаст ли при этом ваш ребенок шедевр или нет, вы все равно сотворите чудо, если пробудите в нем умение наблюдать. Ребенок начнет замечать тени, размеры предметов и их цвет.

Купите ребенку и себе наборы бумаги для рисования и несколько карандашей или краски. Возможно, есть смысл потратиться и на два складных стульчика. Закупив все необходимое, решите, какого рода натуру вы хотели бы запечатлеть в своем рисунке. Может быть, вам нравятся дома интересной архитектуры неподалеку от вас или деревья в парке, или захочется нарисовать и то и другое. А может быть, вам приглянется совсем иное? Например, вас могут привлечь уличные фонари, дорожные указатели, животные в зоопарке, машины на стоянке или удивительный цветок в саду. Для начала договоритесь, что проведете за рисованием всего пять минут. Если через пять минут ребенок не остынет к творчеству, предложите ему поработать еще пять "минут и постараться добавить к рисунку побольше деталей. Ну а если ребенку не усидеть и пяти минут, тогда поговорите с ним о том, как нужно внимательно смотреть и снова смотреть, чтобы заметить каждую деталь того, на что смотришь. Если у ребенка разовьется способность к сосредоточенному вниманию, вы сможете с ним больше проводить времени над каждым рисунком.

### **Уздечка для критика**

**Не забывайте, что ваша цель — получить удовольствие, а не создавать шедевры. Слишком придирчивая критика может отвлечь ребенка от этого занятия. С другой стороны, не нужно захваливать его, иначе он перестанет принимать ваши похвалы всерьез.**

## ГЛАВА 15. ТИХИЕ ИГРЫ

**Исчезающая цифра**

**Следуйте за маэстро**

**Газетный отчет**

**Радужные карты**

**Карты**

**Составление разных фигур**

**Головоломки**

**Делай, что я говорю**

**Глубокая релаксация**

**Магнитофонный разговор**

**Палка для произведений искусства**

**Отрезанное лицо**

**Написание сценария**

**Вырезаем картинки**

**Наблюдаем за звездами**

**Настольная стрельба**

**Таинственная коровка**

**«Переключение скоростей»**

**Почта**

**Время для сказок**

**Пикник**

**Качели**

Даже самой непоседливой егозе время от времени требуется покой. Если вы будете чередовать подвижные игры с более спокойными, это поможет ребенку не переходить ту невидимую грань, которая отделяет бурное проявление эмоций от буйства. И, разумеется, это поможет избежать от переутомления родителей и воспитателей. Спокойные занятия следует планировать перед едой, дневным отдыхом или перед вечерним сном, чтобы энергия вашего живчика несколько поутихла. Так ему легче будет перейти от активной жизни к отдыху. В этой книге можно найти много разных занятий, которые помогут успокоить детей. Кроме того, мы предлагаем несколько способов, как можно занять активного ребенка спокойной игрой. Некоторые из них, такие, как небольшой пикник с соком и булочками, очень просты и легко достижимы, именно по этой причине они подчас оказываются забытыми.

### **Исчезающая цифра**

Используя игральные карты или карточки (семь на двенадцать сантиметров) с написанными на них цифрами, вы можете помочь вашему ребенку развить наблюдательность и умение сосредоточиться. Возьмите карточки с четырьмя-пятью цифрами и расположите их в числовом порядке; затем попросите ребенка повернуться

к вам спиной. Уберите одну карточку, а другие сдвиньте, чтобы между ними не оставалось свободного места. Ребенок должен сказать, какой цифры не хватает. Если у него возникнут затруднения, подскажите ему, например, так: «Эта цифра после трех». Позднее можно усложнить игру, перемешав карточки; ребенок должен разложить цифры по порядку и найти недостающую. С детьми постарше можно играть в эту игру, раскладывая пять-десять карточек. Позвольте ребенку разглядывать карточки столько, сколько он захочет. Потом пусть закроет глаза, а вы уберите одну из них и перемешайте остальные. Посмотрите, сколько времени понадобится ребенку, чтобы понять, какой карточки не хватает.

## **Следуйте за маэстро**

Предложите ребенку устроить концерт. Представьте, что один из вас — известный дирижер, а другой — знаменитый на весь мир певец (или певица). Подумайте, какие песни вам хочется исполнить, и входите в образ. Сначала сделайте для воображаемой аудитории подробное вступление к программе и потом начинайте концерт. Примадонна работает в унисон с маэстро. Если дирижер быстро двигает руками, певец (певица) должен следовать за ним и петь в более быстром темпе. Если дирижер замедляет движения рук, певец тоже поет медленнее. Поднятые руки дирижера означают более громкий звук, а опущенные — «потихше». Если же дирижер скрещивает руки на груди, певец должен держать взятую ноту до тех пор, пока дирижер не подаст знак «конец».

## **Газетный отчет**

Если ваш ребенок уже знает, что в газете рассказывается о событиях, произошедших за день, вы можете подать ему идею сделать, конечно, с вашей помощью, собственную маленькую газету.

Обсудите, о каких событиях ему хотелось бы рассказать. Придумайте заголовок и со слов ребенка напишите одно-два предложения о том, что ему запомнилось особенно. Если ребенок захочет, пусть проиллюстрирует свой рассказ. Эту газету можно повесить на дверь детской спальни. Стараясь припомнить и связно рассказать обо всем, что произошло с ним или в семье, ребенок, скорее всего, утихомирится и сможет лучше «переварить» события дня.

## **Газетные заголовки**

**Если ребенок учится узнавать и писать буквы, почитайте вместе с ним заголовки газетных статей, потом вырежьте из них разные слова и составьте из этих слов заголовки (или напишите сами) для новостей, о которых рассказывает ваша семейная газета.**

## **Радужные карты**

Вот игра другого типа для ребятшек младшего возраста. Чтобы в нее играть, требуется внимание и хорошая память.

Сделайте квадратики шести разных цветов из плотной бумаги и наклейте их на карточки (открытки) размером семь на двенадцать сантиметров так, чтобы, когда вы переворачиваете открытку, не было видно, какого цвета квадратик. Нужно вырезать, по крайней мере, четыре квадратика каждого цвета. Теперь ребенок может использовать эти карты, чтобы научиться сосредоточиваться. Положите карты на



плоскую поверхность цветным квадратиком вниз. Теперь пусть ребенок постарается перевернуть две карты одного цвета. Можно играть и по принципу «Иди ловить рыбку», стараясь подобрать все четыре квадратика одного цвета.

Можете вместе с ребенком придумать еще какие-нибудь варианты этой игры.. Если дети совсем маленькие и только учатся различать цвета, разложите открытки по комнате цветными квадратиками вверх и попросите ребенка прыгнуть на оранжевую открытку, сесть на красную или положить на голову голубую открытку.

## Карты

Игра в карты легко утихомиривает ребенка. Разложите всю колоду рядами лицевой стороной вниз. Кто-то один, переворачивая карту, должен найти вторую с такими же числовыми значениями или такой же масти. Каждая подобранная пара удаляется с «поля», и набравший больше всего парных карт становится победителем. Если пара не находится, карты поворачиваются лицевой стороной вниз и возвращаются на прежнее место. Весь фокус состоит в том, чтобы запомнить, где лежит какая карта. Пока ваш ребенок еще не научился концентрировать внимание, играйте картами от туза до шестерки.

Вы также можете поиграть с детьми в шашки или в китайские шашки, а если вы сами умеете играть в шахматы, то можете как-нибудь рассказать ребенку и о правилах этой игры.

### Дополнение к игре

**Дайте ребенку колоду карт, чтобы он проверил, все ли карты на месте. Для этого он должен разложить все карты по числам и по мастям. Потом пусть он как следует перемешает их.**

## Составление разных фигур

Посадите вашего малыша на пол. Дайте ему шесть палочек от леденцов (или эскимо) или что-нибудь вроде этого. Назовите какую-нибудь фигуру — например, «треугольничек» — и пусть ребенок изобразит эту фигуру, сложив, как нужно, свои палочки.

Можете играть иначе. Дайте ребенку пачку зубочисток и, поднимая вверх, показывайте ребенку игральную карту или листок бумаги с написанным на нем числом. Ребенок должен вытащить из пачки такое же количество зубочисток, как и число на карточке. Или же напишите большую печатную букву, а ребенок должен будет зубочистками изобразить ее.

## Головоломки

Возьмите большую картинку из журнала или цветную карту и зигзагами разрежьте ее на большие куски, чтобы сделать головоломку. (Если у вас есть время и настроение, сначала наклейте картинку на картон или на плотную бумагу, а потом уже вырезайте.) Пусть ребенок постарается как можно быстрее правильно собрать кусочки, составив первоначальное изображение. Если ребенку понравилось это занятие, то, когда он станет постарше и сможет управляться с большим количеством кусочков, заведите для него специальный столик, на котором недособранные головоломки могли бы дожидаться своего часа.

## Делай, что я говорю

Даже подчинение прямым распоряжениям может оказаться занятием, если при этом нужно разобраться в словах, касающихся размера предметов или пространственных и числовых понятий. Научить ребенка всем этим премудростям можно через игру, при этом предоставив возможность, забавляясь, попрактиковаться в чем-то полезном. Проведите черту через середину листа. Теперь вы и ребенок давайте друг другу распоряжения, что где писать и рисовать. Вот вам несколько примеров:

нарисуй большой круг ниже черты;

напиши внутри круга букву «Е»;

напиши букву «Х» в среднем квадратике;

нарисуй треугольник в одном из верхних углов;

поставь шашку над кругом;

проведи линию от первого квадрата до треугольника.

Начните с того, чтобы ребенок постарался выполнить подряд три приказа. Если это ему удалось, пусть сделает попытку побить свой рекорд и выполнить четыре приказа, потом — пять и т. д.

## Наберитесь терпения

**Для вас это совсем несложно, но вовсе не так легко для малыша. Если вы рассердитесь и ребенок почувствует себя дурачком, возникнет опасность, что вашему малышу расхочется заниматься, потому что его самолюбие будет уязвлено. Хвалите ребенка за то, что у него хорошо выходит, и не раздражайтесь, если что-то не получается. Тогда у ребенка сохранится желание заниматься с вами и заслужить вашу похвалу, а иначе он будет отказываться от игры, чтобы избежать вашего неудовольствия.**

## Глубокая релаксация

Это упражнение мы взяли из книги доктора Гая Хенд-рика и доктора Рассела Виллса «Медитирование: Осознанные движения для детей, родителей и учителей. «При медитации у нас появляется ощущение равновесия, ощущение внутренней силы, полного единения разума и тела», — так пишут авторы в первой главе своей книги.

Эти понятия могут показаться слишком сложными для маленького ребенка, но если вы научите его медитации или просто расслабляться, это поможет ему в стрессовых ситуациях (например, участвуя в представлении) или в случае сильной эмоциональной встряски. Если ваш ребенок, играя, получит столь полезные навыки, это станет для него истинным даром.

Найдите место, покрытое ковром, где вы с ребенком сможете лечь рядом. Скажите ребенку, чтобы он улегся поудобнее и потом закрыл глаза. Теперь командуйте, чтобы он сосредоточил внимание на кистях рук и почувствовал, какие они тяжелые. Потом пусть сожмет кулак и держит его сжатым секунд десять. Продолжайте, следуя приведенным далее указаниям и делая между командами интервал в несколько секунд:

«Сейчас расслабься и почувствуй, какие невесомые у тебя руки.

Сосредоточь внимание на плечах. Сожми их, представь, если сможешь, какие они маленькие и проходят у тебя через уши. Подержи плечи сжатыми.

Теперь расправь плечи, напряжение уходит из твоего тела.

Глаза у тебя закрыты, а рот открой как можно шире, с напряжением. Теперь расслабь мышцы рта. Так гораздо приятнее. Неправда ли? Прижми язык к верхнему небу и напряги всю челюсть.

Расслабься, пусть ощущение мягкости и спокойствия пройдет через лицо в твое тело. Теперь сморщи нос и сделай очень страшное лицо.

Теперь расслабься, твоему лицу очень приятно.

Напряги грудь, живот и внутренности и держи все в напряженном, твердом состоянии, пока я не скажу тебе, чтобы ты расслабился.

Теперь расслабься, все напряжение уходит из твоего тела».

Продолжайте давать подобные указания в отношении бедер, ног, пальцев на ногах. Потом скажите ребенку, чтобы он совсем расслабился. Если он чувствует, что тело его еще напряжено, пусть сделает глубокий вдох и отправит его в зону напряжения, это поможет релаксации. Пусть ребенок сделает еще несколько глубоких вдохов, ощутив внутри себя мир и покой. Скажите ребенку, что будете считать в обратном порядке от десяти до одного и, когда закончите, вся энергия вернется в его тело. При цифре «один» он должен подняться и почувствовать себя счастливым и спокойно-сосредоточенным.

## **Магнитофонный разговор**

Сядьте рядом с ребенком и запишите на магнитофонную ленту письмо бабушке или дедушке, любимым тетушкам или дядюшкам, а может быть, кузине. Перед тем как начать запись, обсудите с ребенком, какие события произошли в последнее время, о чем ему хотелось бы поведать. Составьте список «репортерских» вопросов, которые собираетесь задать друг другу. Если приготовления окончены, поставьте ленту для записи, включите магнитофон и возьмите друг у друга интервью, согласно составленному вами вопроснику. Закончив запись, прослушайте пленку и можете отправлять адресату ваше послание.

## **Папка для произведений искусства**

Дети очень радуются и гордятся, когда видят, что их произведения искусства действительно важны для вас и вы сохраняете их. Заведите папку, в которую ваш ребенок мог бы складывать свои любимые работы. Папку, конечно, можно купить в магазине, но интереснее будет, если вы сделаете ее вместе с ребенком сами из двух больших листов плотной бумаги или толстого картона (например, две стороны какой-нибудь коробки).

Вырежьте из картона два прямоугольника одного размера (если у вас есть достаточно большой кусок, его можно согнуть пополам, это облегчит вашу задачу). Сложите вместе эти листы и в нижней их части сделайте отверстия, через которые надо продернуть веревочку. Не забудьте перед тем, как продергивать бечевку, завязать узлы (с внешней стороны папки). Теперь рисунки уже не выпадут вниз. Подобным же образом проколите и прошейте бока папки, примерно на пятнадцать сантиметров от низа. Ваша папка не сможет развалиться и будет открываться, как настоящая. На каждой стороне папки напишите яркими буквами имя ребенка, или пусть он, если

захочет, сам напишет еще что-нибудь и украсит папку рисунками или наклейками по своему желанию.

Время от времени проглядывайте работы, лежащие в папке, и пусть ребенок оценит их заново: какие рисунки ему еще нравятся, а какие — нет. Может быть, ему захочется снова попробовать нарисовать то же самое.

### **Отрезанное лицо**

Можно стимулировать воображение и фантазию ребенка, погрузив его как бы в чужую жизнь. Возьмите какую-нибудь из его школьных или домашних фотографий и вырежьте лицо. Потом, когда вы вместе будете просматривать иллюстрированные журналы, приставьте это лицо какому-нибудь человеку на картинке, и пусть ребенок попробует представить себя этим человеком. Побеседуйте с ребенком, как он это себе представляет.

Он несомненно будет в восторге, если вы проделаете то же самое и со своей фотографией, приставив ваши лица к новым телам. Вы и сами, возможно, найдете эту игру забавной.

### **Написание сценария**

Если нам нужно на какое-то время занять детей спокойным делом, многих из нас выручает телевизор. Однако есть еще один способ использовать телевизор, не включая его. Побеседуйте с ребенком о его любимых программах и телегероях. Потом предложите ему вместе с вами написать сценарий на тему его любимого представления. Ребенок может придумывать, а вы — записывать. Задавайте вопросы, это поможет ему. Большая часть детей будет использовать в своем сценарии основные события увиденных программ, но вопросами вы можете навести ребенка на новые повороты сюжета. Если вы с энтузиазмом примите его фантазии, это только вдохновит ребенка. Закончив сценарий, вы можете попробовать вместе проиграть его.

### **Вырезаем картинки**

Если ребенок учится читать, возьмите вчерашнюю газету и попросите вырезать три понравившиеся ему картинки. Подумайте вместе, какое слово (существительное или глагол) подходит для этой картинки. (Подобное обсуждение может быть очень полезно как подготовительная работа к обучению ребенка читать и писать.) Потом расположите ваши картинки с надписями на листе бумаги в таком порядке, чтобы получилось интересное или смешное по своей нелепости предложение. Пусть ребенок сам придумает предложения, используя слова, закрепленные за картинками.

Скажем, если на картинках изображены футболист, самолет и дорожная сумка, вы можете придумать предложение: «Мой великолепный самолет перенесет меня на футбольный матч».

### **Наблюдаем за звездами**

Это нетрудно сделать, но своеобразным способом. Прорежьте беспорядочные дырочки в дне большой бумажной чашки. Положите в чашку маленький фонарик, зажгите его и подвесьте чашку к потолку в темном помещении. Свет будет пробиваться через дырки, и у вас получится свой собственный маленький планетарий. Постарайтесь привлечь к этой игре всю семью, а под конец хорошо бы рассказать таинственную историю.

## Настольная стрельба

Если вы заняты на кухне или какой-либо другой работой, можно предложить ребенку эту игру, которая должна привлечь его внимание и успокоить. Опасность и прелесть этого занятия заключается в том, что вы сами можете увлечься и забыть, зачем это вам надо было идти на кухню. Положите на стол какой-нибудь очень легкий, хорошо скользящий предмет — подойдет пластмассовая коробочка от маргарина — и щелчком толкните эту коробочку через весь стол. Условие такое: предмет должен доскользить до самого края стола и не свалиться с него. Посмотрите, сколько раз у вас это получится. Вместо коробочки можно использовать что-либо другое, например, маленькую монетку.

Если вы хотите облегчить малышам игру, нарисуйте у края стола несколько линий, это будут «почти зоны». В том случае, если ребенок не может с одного раза попасть в зону, дайте ему три попытки.

## Таинственная коробочка

Как-нибудь в скучный дождливый день возьмите да и сделайте таинственную коробочку. Найдите большую коробочку, сделайте в ней два круглых отверстия в противоположных стенках, достаточно больших, чтобы руки ребенка могли пролезть в них с двух сторон. Вырежьте эти отверстия не до конца, так, чтобы часть круга оставалась прикрепленной к коробочке. Пусть ребенок украсит ее как захочет, чтобы она стала нарядной.

Теперь время от времени вы можете что-нибудь класть в коробочку, а ребенок отгадывать, что там лежит. Сначала надо просунуть в коробочку одну руку, а другая должна оставаться сверху. Если же он не сможет догадаться, тогда пусть просунет и вторую руку. Вот некоторые предметы домашнего обихода, которые вполне могут стать «таинственными»: ручка, мячик, какая-то небольшая мягкая игрушка, полотенчишко, носок и т. д.

## «Переключение скоростей»

Предложите ребенку растянуться на полу, диване или на траве животом вниз. Объясните ему, что он так разбаловался, что ему пора «переключить скорость», и поверните воображаемый ключик у него на спине, потом переверните малыша и поверните «ключик» на груди. Помогите ему «переключиться» с помощью нескольких простых потягиваний. Поднимите ему одну ногу под прямым углом (другая пусть лежит), потяните вверх поднятую ногу и опустите. Проведите то же самое со второй ногой. Пусть ребенок постарается правой рукой достать через голову левое ухо, потом плечо (как можно дальше), то же самое левой рукой (правое ухо и т. д.). Затем пусть постарается пальцами правой ноги коснуться левой руки и наоборот. Упражнения не должны причинять боль. Вы должны быть уверены, что от этого занятия ваш ребенок не только успокоится, но и получит удовольствие.

## Нужно настроиться

**Потягивание — это очень полезно как для «заведенных» родителей, так и для ребятшек. Почему бы вам регулярно не делать упражнения на расслабление и потягивание?**

## Почта

Если в ваш почтовый ящик попало что-то явно ненужное, не выбрасывайте. И как-нибудь скажите ребенку, что для него есть почта и он может сам открыть конверты и посмотреть, что там можно «почитать». Таким образом, он может стать семейным сборщиком макулатуры.

## **Время для сказок**

В других главах мы уже говорили и о чтении книг, и про сказки, и даже о том, как записать рассказ вашего маленького сочинителя. Но разве можно в главе о тихих занятиях обойтись без разговора о книгах. У вас наверняка есть местечко, где хранятся детские книги, которые любит ваш малыш и которые готов слушать без конца. Если ребенок не очень мал, вы можете читать одну книгу понемножку каждый день, это будет приятный отдых и для ребенка, и для вас. Пятилеткам доставят удовольствие сказки Шарля Перро или Ганса Христиана Андерсена. Можно попробовать почитать книги Арнольда Лобелла о Лягушке и о Жабе. Совсем маленьким, вероятно, понравятся короткие детские стишки.

## **Пикник**

Когда наступило время сделать передышку, можно назвать эту передышку «пикничком». Возьмите маленький термос с соком (а может быть, еще один с кофе или с чаем для вас), что-нибудь закусить, подходящую подстилку и отправляйтесь в какое-то не совсем обычное для ребенка место. Это может быть скамейка в парке, ковер в гостиной или ваша большая кровать. Устраивайтесь и перекусите вместе. Хорошо, если у ребенка появится желание помочь вам уложить припасы в корзинку.

## **Качели**

Наша соседка, мама двух весьма активных ребятшек, утверждает, что днем самое лучшее средство для успокоения детей — это качели. Речь идет не о каких-то настоящих качелях на спортивной площадке, а о самодельных. Вы можете повесить к деревьям во дворе гамак или простенькие качели (дощечку на два места). Сядьте рядом с ребенком и покачайтесь вместе с ним, это поможет успокоиться любому человеку. И тут ничего не нужно делать. Просто обнимите и прижмите к себе вашего малыша.

## **ГЛАВА 16. ЗАЙМИТЕ ДЕТЕЙ, КОГДА ВЫ САМИ ЗАНЯТЫ**

**Без промаха по цели**

**Меткий глаз**

**Водяные работы**

**«Настенная» живопись**

**Кружевные рисунки**

**Автор, художник и переплетчик**

**Коллаж из ткани**

**Убежище из простыней**

**Лимонадный киоск**

**Мытье машины**

**Чистка игрушек**

**Мечта дизайнера**

**Банкир**

**Автопортрет**

**Продавец Бутербродов**

**Игра с ленточками**

**Смешной халат**

**Монограмма**

**Игра с картонными трубками**

**Хорошее кино**

**Отбор ненужных вещей**

Может быть, вы для ребенка прекрасный товарищ по игре, но в течение дня малыш подолгу вынужден оставаться один. Поэтому для детей очень важно научиться играть самостоятельно, независимо ни от кого. Даже самые общительные дети, когда нет компании, должны уметь . занять себя. В этой главе, вы найдете описание развлечений, которые могут сделать счастливым одинокого ребенка. Поначалу малышу будет трудно сохранять сосредоточенность, но по мере того, как он будет взрослеть и становиться более умелым, такие игры смогут все больше увлекать его. И не страшно, если сегодня какая-то игра не очень-то занимает вашего ребенка, подождите несколько месяцев и попробуйте предложить ее снова.

### **Без промаха по цели**

Вынесите во двор большую коробку, и пусть ваш сын поставит на крышку в ряд несколько предметов (пластмассовые игрушки, деревянные чурбачки или любые небольшие, лучше небыющиеся предметы); из таких предметов можно сделать и пирамидку. Это будет цель, в которую нашему стрелку нужно попасть мячиком или чем-нибудь другим. Сначала поставьте ребенка на расстоянии примерно в метр от цели, а затем, когда он уже метко станет попадать в цель, пусть отходит от нее дальше и дальше.

### **Меткий глаз**

Нарисуйте мелом на стене вашего дома (где нет окон) две-три большие буквы или цифры. Малыш должен постараться попасть мячиком в каждую из них. Ребенок постарше может отбивать мячик или битую теннисной ракеткой.

### **Водяные работы**

Большинство малышей можно успешно занять простым переливанием воды. Поставьте для ребенка стульчик перед раковиной. Все, что от вас еще требуется, это дать ребенку пластмассовые бутылочки разного размера, воронку, если таковая найдется, несколько коробок от маргарина или мерные пластмассовые стаканчики, пластмассовые ложки или тубики от приправ и, конечно, — воду. Многие родители говорили нам, что это очень хорошая забава. если надо надолго занять ребенка. Развлечение с переливанием воды можно устроить и в ванной комнате. Лучше если на

полу не будет никаких ковриков. Постарайтесь находиться где-нибудь неподалеку и будьте уверены, что на некоторое время покой вам обеспечен.

### **«Настенная» живопись**

Пусть ваш ребенок выводит большие-пребольшие буквы и цифры, как будто на стенке. Он может сделать это просто для забавы или как подарок младшему приятелю. Малыши чувствуют себя очень важными, когда находится кто-нибудь младше их, кого можно было бы поучить. Дайте ребенку большой лист бумаги. Он может расписать его буквами и цифрами, всеми, какие вспомнит, разного размера, разных форм и цветов. Он может рисовать карандашом или красками, вырезав из журналов, наклеить их, чертить или рисовать на самой разной бумаге, а потом тоже вырезать и наклеивать. Возможно, вокруг своей «стенки» - ему захочется нарисовать бордюры.

### **Кружевные рисунки**

Дайте ребенку дырокол, чтобы он наделал дырок в листе картона или плотной бумаги. Используя длинный шнурок для обуви или прочную толстую нитку и закрепив узелок на одном конце, ребенок может позабавиться, прошивая зигзагами бумагу через дырки. Когда малыш закончит свой труд, помогите ему на оставшемся конце нитки сделать узелок. Еще интереснее будет, если использовать нитки разных цветов. Предложим другой вариант подобной работы. Посоветуйте ребенку скрепить (сделать альбом) листы с его собственными рисунками. Для этого необходимо проделать отверстия с левой стороны каждого листа, а затем прошить их.

### **Ценный совет**

**Чтобы ваш шнурок на конце не замахрился, обклейте его тонкой прозрачной липкой лентой, но очень аккуратно и осторожно, чтобы конец не получился слишком толстым. Постарайтесь сделать конец шнура заостренным — так вам будет легче продергивать шнурок через дырки.**

### **Автор, художник и переплетчик**

Дети любят сами делать книжки. Пока вы заняты какой-то своей бумажной работой, пусть ребенок постарается сделать книгу. Можно начать с чистых листочков и просто сшить их вместе или, используя скобки, скрепить листки и все страницы пронумеровать, а ребенок пусть украсит каждую из них какими-нибудь картинками.

Он может сам нарисовать картинку или вырезать ее из журнала и наклеить. Книжки могут быть на самые разные темы, как те, что продаются в магазине, — о животных, о разных кушаньях, о спорте, о цветах. Маленький автор может сделать книжки разных размеров — очень большую, среднего размера и совсем маленькую книжечку.

Не исключено, что ребенок захочет сделать свой собственный телевизионный путеводитель с картинками из его любимых представлений, оставив свободные места для того, чтобы вписывать туда данные, по какой программе и в какое время пойдет любимая передача. Позже, когда вы оба будете заканчивать работу, вы можете «напечатать» в книге текст, который ребенок вам продиктует.

### **Коллаж из ткани**

Для этой увлекательной затеи детям потребуется пара коробочек с тряпочками разного цвета, клей и немного бумаги для рисования. Нужно порвать тряпочки на



мелкие кусочки, покомкать их и разложить перед собой на столе, подобрав по цвету. Потом пусть ребенок нанесет на бумагу небольшие капли клея. Кусочек скомканной ткани нужно приклеить одним концом к бумаге (приложив к этим каплям), а остальная часть будет лежать совершенно свободно. Освоив эту технику, ребенок сможет создавать произведения «тряпично-абстрактного искусства». Таким же образом можно получить необычный эффект и на рисунках: вставленные туда тряпичные облака, цветы, снегурочки и огонь переведут рисунок в третье измерение.

## **Убежище из простыней**

«Дети любят бывать там, где нет взрослых», — напомнил нам сын Сьюзен. И надо сказать, что в этой семье всегда с пониманием относились к такому желанию детей и не тревожились по этому поводу. Если в вашей квартире есть коридор, в который выходит несколько дверей, закройте все двери, достаньте простыню и прикрепите ее к дверным ручкам (можно резинками). Таким образом, у вас получится подобие палатки. Можно назвать это сооружение палаточным городком. Ваш ребенок с удовольствием станет ползать под простынями со своими игрушками и от этого будет вполне счастлив.

## **Лимонадный киоск**

Дети очень любят продавать лимонад. Для этой затеи вашему ребенку, возможно, потребуются один-два товарища. Это очень хороший случай для детей разного возраста поработать вместе. Напомните ребятам, что у них должна быть тележка, столик или коробка, с которой они могли бы продавать свой лимонад. Возможно, детям захочется украсить свою тележку и сделать вывеску. После того как ребята приготовили стаканчики, питье, а может быть, и лед, они могут начать торговлю. Предложите им продавать свое питье за несколько рублей. Дети постарше, как более основательные бизнесмены, могут подумать о ценах, приближенных к настоящим. Попробуйте с ними договориться о выплате вам какого-то процента с выручки за предоставленное оборудование и продукты.

## **Для разнообразия**

**Ребята постарше к этому лимонадному бизнесу могут добавить своеобразный «косметический салон» для своих друзей и отважных взрослых. Для этого потребуется стол, два стула, зеркало, вазелин или крем и мягкие чистые тряпочки. Для макияжа используйте тени, карандаши для подведения глаз, румяна и губную помаду.**

## **Мытье машины**

Как-нибудь в теплый день устройте ребенку приятное развлечение, дав ему задание вымыть вашу машину. Конечно, если вы сами не пожелаете включиться в эту работу, не следует слишком надеяться на результат. Ребенка нужно обеспечить ведром с мыльной водой, тряпками (или большими губками) и шлангом, сделав небольшой напор воды. Посоветуйте ему сначала смыть грязь, вода тряпку (или губку) сверху вниз, протереть машину до чистоты и потом довести ее поверхность до блеска.

## **Чистка игрушек**

Если вы не готовы доверить ребенку машину или стоит слишком холодная погода, устройте малыша у кухонной раковины или просто у ведерка с водой, и пусть он

постарается отмыть от грязи свои пластмассовые и резиновые игрушки. Положите в ведро немного стирального порошка и дайте труженику старую зубную щетку.

## Мечта дизайнера

Найдите старую одноцветную простыню по размеру кровати вашего ребенка. Дайте ребенку разных несмывающихся «волшебных» маркеров — и ваш художник готов будет приступить к воплощению своих великих замыслов.

Пусть он разукрасит простыню, как ему захочется — изобразит самого себя, спящего, сценку из жизни джунглей или что-либо другое, навеянное его фантазией. Не менее интересно будет расписать простыню и собственным именем или буквами алфавита. В другой раз он сможет в этом же стиле расписать наволочку или пододеяльник.

## Банкир

Это занятие может стать для вашего ребенка первыми шагами на пути в мир больших финансов. А пока он окажется при деле, и на какое-то время вам будет обеспечена спокойная жизнь.

Пусть малыш вытряхнет содержимое своей свинки-копилки на стол, пол или на кровать. Теперь он может рассмотреть свое богатство. Дайте ему большой лист бумаги, разделенный на пять колонок, и над каждой подпишите название монеты (рубль, пять, десять, двадцать и пятьдесят). Для каждой монетки он должен отметить место, а если монеток много, он может сложить их столбиком по пять и отметить место для каждого столбика. Ребенок, еще не умеющий сосчитать свои денежки, тем не менее поймет — чем больше столбиков с монетками, тем больше будет отметок.

## Автопортрет

Найдите такой большой лист бумаги, чтобы ребенок мог на него улечься. Подойдет и коричневатый крафт. (В крайнем случае, можете склеить лентой газеты, но этот вариант хуже, чем чистая бумага, и может быть приемлем только в том случае, если у ребенка есть яркие «волшебные» маркеры.) Пусть ребенок ляжет на бумагу, а вы обведете его контур толстым черным маркером или карандашом. На этом ваша часть работы заканчивается. Теперь пусть малыш, посматривая в зеркало, постарается сделать автопортрет в натуральную величину, включая одежду, украшения, волосы и лицо.

Возможен еще вариант автопортрета — только лицо, которое ребенок может рисовать с натуры, поставив перед собой на «рабочий» столик зеркало.

## Своевременный совет

**Когда вы заняты одним делом, а ребенок — другим, поставьте таймер и объясните малышу, что вы сможете сделать перерыв только тогда, когда просигналит таймер.**

## Продавец бутербродов

Дайте ребенку разноцветные листы плотной бумаги и один плотный квадратик, размером пять на пять сантиметров, чтобы по этому образцу малыш смог вырезать квадратики из бумаги. Теперь ребенок может развлекаться, складывая квадратики разного цвета один на другой, как бутерброды, и поиграть в завтрак. Например, квадратик :в коричневой бумаги и красный между двух белых будет бутербродом с

маслом и джемом. Можно сделать бутерброд из ветчины и сыра на белом хлебе, из яйца и салата на сером хлебе. Подайте ребенку идею, а дальше он пустит в ход свою фантазию.

## **Игра с ленточками**

Купите несколько рулончиков серпантина. Дайте ребенку эти ленточки и бумагу. Детям очень нравится рвать ленточки на кусочки разной длины и создавать из них разноцветные абстрактные картинки, причудливо располагая и перекрещивая кусочки ленточек на бумаге.

### **Для совсем маленьких**

**Если вы разрежете бумагу на ленточки разной длины и положите их так, чтобы края ленточек свисали с края стола, даже самый маленький ребенок будет с удовольствием играть этими свисающими ленточками и на какое-то время притихнет.**

## **Смешной халат**

Найдите какую-нибудь старенькую большую рубашку и дайте ее ребенку. Он может использовать ее как спецодежду для занятий искусством, кулинарией или как халат для работы в «научной лаборатории». Пусть ребенок украсит свой халат переводными картинками, которые переходят на ткань с помощью горячего утюга, несмываемыми красками или вышивкой.

Проследите, чтобы он не разукрашивал сразу весь халат. Пусть один день поработает над рукавом, а в другой день займется другой частью рубашки.

### **Нашиваем лоскутки**

**Дети постарше, которые любят собирать лоскутки, могут пришить их к своему «халату». В этом случае хорошо иметь рубашку побольше— у ребенка будет большее поле деятельности.**

## **Монограмма**

Как вы относитесь к тому, что люди, притом всех возрастов, стремятся запечатлеть свое имя на вещах? Если ваш ребенок уже умеет держать в руках иголку, ему тоже понравится идея вышить монограмму на своей одежде. Можно начать с ночной рубашки, или с простой распашонки (сорочки или кофточки), или с полотенца.

Сначала нарисуйте карандашом контуры монограммы или пусть сам ребенок напишет свои инициалы. Потом пусть малыш попробует вдеть в иголку цветную нитку. Скажите ему, чтобы он постарался вышивать совсем маленькими стежками, так монограмма будет выглядеть красивее и дольше продержится.

В этом и для вас есть выгода — ребенок будет дольше трудиться и даст вам возможность заняться своими делами.

### **Миниграмма**

**Дети помладше могут использовать специальные прилипающие к поверхности буквочки, которые можно купить в магазинах.**

## **Игра с картонными трубками**

Если вы уже научились успешно использовать отслужившие свою службу баночки, бутылочки и газеты, вам не потребуется много усилий, чтобы научиться использовать и картонные трубочки, послужившие основой для

рулонов туалетной бумаги или бумажных полотенец. Приберегите их до того дня, когда у вас возникнет необходимость в том, чтобы ребенка не было слышно и при этом он был при деле. Вот тогда принесите целую сумку картонных трубок, рулон липкой ленты, и пусть ребенок займется сооружением из них самых причудливых скульптур.

### **Полезный совет**

**Если ребенку трудно самому разрезать липкую ленту, нарежьте ее сами на кусочки разной длины и приклейте их к краю стола, чтобы ребенку было легче брать эти кусочки.**

### **Хорошее кино**

Какие родители, имеющие как ребенка, так и телевизор, не усаживали бы одного перед другим в поисках свободного времени? Конечно, Мэри Поппинс лучше, но телевизор более доступен, и многие из нас в кризисных ситуациях обращаются именно к нему. Однако вместо того, чтобы ребенок смотрел все что попало, советуем вам собрать хорошие видеоленты разных детских шоу и фильмов, соответствующие возрасту ребенка, и тогда он будет смотреть, не отрываясь, не какую-нибудь ерунду, а что-то действительно стоящее.

### **Отбор ненужных вещей**

Раз в два года попросите вашего школьника потратить часок на ревизию своих вещей, чтобы отобрать те, из которых он вырос или к которым потерял интерес. Расскажите ребенку, что если ненужная одежда или игрушки в хорошем состоянии, они могут пригодиться малообеспеченной семье, у которой нет возможности купить новое. Если вы что-то делаете, а ребенку нечем заняться, попросите его просмотреть другие свои вещи, которые ему больше не понадобятся.

Когда у вас найдется время и желание, вы можете вместе с ребенком отнести их туда, где они нужны. Если вы предпочитаете продать их, то полученные от продажи деньги можете отдать ребенку, чтобы он положил их в копилку или потратил по своему желанию, а возможно, он захочет отдать их на какие-то благотворительные нужды.

## **ГЛАВА 17. ПОДАРКИ С ВЫДУМКОЙ**

**Набор для мастера и художника**

**Набор для рукоделия**

**Мешок с мячиками**

**Набор для макияжа**

**Театральный реквизит**

**Урожай одежды**

**Водные забавы**

**Серьезное дело**

**Поставьте имя**

**Канцелярские товары**

**Деткограммы**

**Настоящая техника**

**Спортивные товары**

**Хобби — это серьезно**

**Набор инструментов**

В ваших подарках должен присутствовать творческий дух. Когда приходит время делать детям подарки на день рождения или к какому-нибудь празднику, выбирайте такие, которые смогут расшевелить детское воображение и укрепить интерес ребенка к активным и развивающим играм. Разумеется, ребенок радостно примет любой дар из магазина игрушек. Но опытные родители знают, что часто интерес детей к таким игрушкам сохраняется всего на несколько дней и вскоре они оказываются «потерянными» где-нибудь под кроватью, в кладовке или на садовом участке.

Самые лучшие игрушки — это те, которые не ограничиваются определенными инструкциями, а могут использоваться разнообразно и в любом возрасте. Из игрушек, которые можно купить в магазине, нам больше всего симпатичен добрый крепкий набор хорошо отполированных кубиков или другие «строительные» наборы. (Только предварительно обязательно убедитесь, что в башей покупке нет ничего такого, что ребенок может засунуть в рот и подавиться, запихнуть в ухо или нос.) При домашнем изобилии творческих игр родители часто встают в тупик перед проблемой, что еще купить ребенку, у которого уже есть целая лавочка игрушек или которому стало скучно возиться с игрушками для малышей, а до забав, подходящих детям постарше, ребенок еще не дорос. Больше всего удовольствия дети получают от настоящих вещей, которые можно использовать снова и снова, да еще и с какой-то пользой. Посмотрите, с каким энтузиазмом ребенок подметает пол настоящей метлой, пылесосит коврик, усаживается за скамейку с настоящими инструментами.

В этой главе вы найдете много неожиданных для себя — и часто совсем недорогих — решений вопроса: «Что же мне все-таки купить?» Многие из таких возможных подарков, развивающих детскую активность, названы в этой книге; кроме того, здесь можно получить советы, как вам найти общий язык с детьми. Возможно, благодаря этим советам ваш ребенок пойдет на день рождения к своему другу с хорошим подарком. Мы рекомендуем вам отправиться не в магазин игрушек, а обратить внимание на магазины скобяных изделий, или типа «Умелые руки», или канцелярских товаров. Много идей для хорошего подарка порождают наборы «Сделай сам». Оформить такой подарок можно очень искусно или совсем просто — в зависимости от состояния вашего кошелька и наклонностей. Достаточно будет использовать коробку из-под сигар, картонную обувную коробку или купить какую-нибудь пластмассовую коробку, веселую коробочку для завтрака, коробку для разных мелочей с отдельными секциями или любую другую. Эта коробочка может быть совсем простой или нарядной, как вам нравится; оформите ее так, чтобы потом она стала служить для чего-нибудь другого. Вы можете заполнить коробку сразу или положить туда что-то для начала, и у вас будет возможность время от времени добавлять в нее ваши новые подарки-сюрпризы.

## **Набор для мастера и художника**

Дети любят занятия, в которых присутствуют элементы ремесла или искусства. И когда в помощь таким детским занятиям появляется что-то новое, это радует не только детей, но и взрослых.

Преимущество таких подарков заключается в том, что вы можете приобрести то, что вам нужно, почти везде — в магазине канцелярских товаров или в универмаге. Положите в коробку, используя любую комбинацию, следующие вещи: цветную бумагу, толстые «волшебные» маркеры, тоненькие «волшебные» маркеры, цветные карандаши, мелок, столярный и канцелярский клей, ножницы, линейку, трафарет, звездочки для наклеивания и блески. Не забудьте новенькие акварельные краски, несколько кисточек, копирку и хороший ластик. Если вы решили поехать в магазин «Умелые руки», то там ваш список станет еще длиннее. Поговорите с продавцом, и вы увидите, что не так легко остановить свой выбор на каком-то определенном наборе. Если вы будете долго раздумывать, то и вы и ребенок сильно устанете, а от этого у вас пропадет всякое настроение что-нибудь купить. Начинать нужно с каких-то основ. Вы всегда сможете добавить что-то еще в следующем году.

## **Набор для рукоделия**

Для такого набора вы можете вместо коробки сделать (или купить) корзинку. Отдельно заверните каждый предмет, который собираетесь туда положить, так будет таинственнее. Положите маленькие безопасные детские ножницы, несколько небольших ярких тряпочек, горстку хороших пуговиц, всякую мелочь, кружавчиков и, конечно, иголки, нитки, наперсток. Вденьте нитки в несколько иголок и на концах ниток завяжите узелки, чтобы нитки не выскальзывали. Теперь, если вас не окажется дома в какой-нибудь дождливый день, неумение вдеть нитку в иголку не помешает ребенку поработать. Найдите немного времени и покажите дочке, как делаются разные стежки. Маленькой леди неплохо начать с одеяльца для куклы. ,

Набор для рукоделия — это недорогой и своеобразный подарок, и, кроме того, он поможет вам занять ребенка приятным делом, которое со временем может принести пользу. И не забывайте, что в этом возрасте и мальчишкам тоже не повредит умение пришить оторванную пуговицу или зашить прореху в одежде.

## **Снежок вовремя**

Если ваша малышка научилась делать стежки и у нее уже есть корзинка со всем необходимым для рукоделия, покажите ей, как вышивать на пяльцах нитками мулине по заготовленному рисунку. Если умеете сами, научите ребенка вязать крючком. Если вашей девочке нравится рукодельничать, а вы это дело не любите, попробуйте на несколько часов обменяться детьми со своей подругой. Может быть, вы научите ее сынишку, как запечь окорок, а она тем временем преподаст вашей девочке основы рукоделия.

## **Мешок с мячиками**

Подходящимместилищем для такого подарка, как мячики, может быть только мешок или наволочка. Возьмите что-нибудь такое и положите туда самые разные мячики — резиновые, теннисные, пластмассовые для пинг-понга, футбольный. Если хотите, вы можете каким-нибудь необычным образом изобразить имя ребенка на каждом мяче.

Маленький атлет, получивший такой подарок, несомненно будет вам очень благодарен.

### **Упакуйте подарок**

**К такому подарку можно приложить недорогую спортивную сумку для хранения мячей.**

### **Набор для макияжа**

Это прекрасный подарок, который способствует развитию воображения, возможно, станет для ребенка началом макияжного бизнеса или же просто погрузит вас и детей в чрезвычайно опасное — глядя со стороны — состояние бесконечного хихиканья. Купите кое-какую неаллергическую косметику: румяна, пудру, тени для глаз, краски и помаду. Прибавьте сюда недорогую кисточку для помады, карандаши для подведения бровей и, может быть, небольшое зеркало, которое можно поставить на столик. Не забудьте крем и баночку с мягкими чистыми тряпочками. И мальчики и девочки великолепно проведут время, экспериментируя со всеми этими вещами. Можете и сами включиться в эту игру — пусть ребенок раскрасит и ваше лицо.

### **Маленькие модницы**

**Маленьким девочкам, которые любят играть в маму или старшую сестру, делающих макияж, можно предложить специальный макияжный набор. Для девчушки, воображающей себя взрослой леди, это будет замечательным подарком. Прибавьте к набору немного лака для ногтей и чуточку детского одеколona. Вариацией на эту тему может стать маникюрный наборчик для маленькой мисс с лаком и жидкостью для удаления лака, а также с шариками ваты. Прибавьте еще небольшой кусок клеенки или полиэтилена, чтобы «маникюрша» не запачкала стол.**

### **Театральный реквизит**

Воображению вашего ребенка будет где разыграться, если вы поставите перед ним большую коробку с самыми разными вещицами, одежками и всякой всячиной. Там могут быть такие замечательные вещи для домашнего театра, как черный плащ, парик, трость, цилиндр, очки с приделанным смешным носом. Дети любят и разного рода клоунские штучки. Посмотрите, нет ли у вас возможности раздобыть большущие пластмассовые туфли, резиновые носы и всякие забавные шляпы. Клоунский макияж будет прекрасным дополнением ко всем, этим сокровищам. При случае заглядывайте в магазины, где могут продаваться подходящие для домашнего театра костюмы, или в специальные магазины театрального реквизита.

### **Урожай одежды**

Сэконд-хэнд вполне может оказаться необычным, но очень полезным местом для приобретения подарков ко дню рождения ребенка или к празднику.

В таких местах вы можете собрать весьма заманчивую коллекцию нарядов, которые приведут вашу маленькую леди в восторг, и от счастья она будет носиться по комнате, размахивая вещами. Ваша дочка вместе со своими друзьями может устроить парад мод и показать это шоу родителям. Присмотрите в магазинчике шляпы — хорошо бы с перьями, вуалями, с большими полями. Поищите одежду из вельвета, большие шали и яркую шелковую блузу. Хорошо бы купить что-нибудь из тюля или тафты, пусть такие

вещи уже знали тяжкие времена и, в общем, недорого стоят, но шуршат и шелестят достаточно для того, чтобы восхитить вашу маленькую леди. Если повезет, вам попадетсЯ длинная белая фата для невесты. Посмотрите также, не найдутся ли где-нибудь лакированные туфельки на высоком каблуке, длинные цепи и ридикюль. Такой подарок хорошо упаковать в большую складскую коробку.

Для мальчика самое главное в костюме — это шляпа. Прекрасно, если в вашей коробке окажутся котелки, плащи и широкие галстуки. Присматривайте также, не попадутся ли вам какие-нибудь принадлежности и детали военной формы, смокинги, спортивные жилеты со всевозможными карманами.

Если этот ваш подарок возымеет успех, можете при случае добавлять к коллекции еще что-нибудь. Неплохо было бы и вам иметь место для хранения вашего карнавального реквизита. Вы тоже, по мере сил, старайтесь участвовать в этих забавных шоу с переодеванием.

### **Санитарная бригада**

**При покупке нужно тщательно проверить, чтобы в карманах ничего не осталось от старых владельцев и все вещи были достаточно чистыми.**

### **Водные забавы**

Если у вас впереди лето, замечательным подарком для ребенка может стать ведро с игрушками для игр в воде. Все, что вам нужно для таких детских развлечений, — это песочница и шланг. Не делайте глупости, не покупайте детские ведерки с непрочными ручками. Зайдите в хозяйственный магазин и приобретите обычное пластмассовое ведро. В него нужно положить побольше небьющихся бутылочек, пластмассовых чашек, каких-нибудь пластмассовых шприцев для крема или разбрызгивания соуса, ситечко, а может быть, даже водяное ружье и тому подобные штучки. Привяжите к ручке ведерка большой красный бант, и вот вы уже вполне готовы порадовать вашего малыша. (А когда наступит зима и выпадет снег, многие из этих игрушек окажутся снова полезными.) К списку подарков для водных забав можно добавить лейку, маленький пластмассовый бассейн, пластмассовый мячик, защитные очки, ласты и игры, предназначенные для улицы.

### **Песочница за один миг**

**Если у вас есть шланг, но нет песка, можно подумать и о таком подарке для ребенка, как песочница. Четыре гладенькие деревянные дощечки, несколько мешков крупного песка — и ваша песочница готова. Поставьте в середину песочной кучи ваше ведро с бантом на ручке, и в день рождения вашего ребенка его можно этим удивить и порадовать. Прибавьте к подарку еще несколько-«игрушек». металлическую кухонную лопаточку — для разглаживания песка, поварешку — для копания и круглую ложечку — для мокрого песка это очень удобная вещь.**

### **Серьезное дело**

Нам самим вся эта повседневная рутина может уже поднадоеть, но многие дети именно в этой обычной канцелярской работе и ее принадлежностях находят удовольствие. Когда дети Шарлы были маленькими, им очень нравилось устраивать в шкафчике «склад» для игрушек, и они проводили целые дни, подготавливая свои игрушки для «продажи», а потом «продавали» их друг другу и своим друзьям. Все, что



требовалось для игры, — запас бумажных «денег», связка ярлычков, штемпель с датой и штемпельная подушечка. Пройдите по хорошему канцелярскому магазину, и вы найдете там массу вещей, способных вызвать интерес ребенка: связки цветных резинок, магнитики, штампики и штемпельные подушечки, бухгалтерские книги, очень полезные для детей, желающих подсчитать свои денежные накопления, пачки бумаги для записей.

## **Поставьте имя**

Персональная печать — это замечательный подарок. Печати бывают всех размеров и стилей, их можно заказать в мастерской или купить в магазинах товаров для офиса или канцелярских товаров. К этому подарку хорошо бы прибавить штемпельные подушечки для чернил трех разных цветов. И затем в какой-нибудь из дождливых дней вы можете усадить ребенка за работу — пусть он поставит свое имя на всех детских книжках. В наше время персонализация превратилась в большой бизнес, и, если вам захочется, вы можете устроить так, что имя вашего ребенка будет на блокнотиках, на вырезанном из дерева штампики, на наклейках или на карандашах.

## **Канцелярские товары**

Вы можете подарить ребенку бумагу с его именем. (Конечно, это следует заранее запланировать.) Когда люди, притом любого возраста, видят свое имя напечатанным, это их восхищает. Вы могли, наверное, наблюдать, как радуются ваши коллеги, если у них появляется бумага для записей или писем с их именем в верхней части листа, вот так же и дети радуются и ощущают себя важными персонками, увидев напечатанным свое имя. Можно заказать почтовые открытки, блокноты, визитные карточки, которые обычно вкладываются в подарки, и даже «деловые визитки», на которых будет написано имя вашего сына или дочери, телефон и, может быть, маленькая картинка или экслибрис, нарисованный ребенком. Ваша дочка, к примеру, могла бы давать такие карточки своим новым знакомым, если она очень захочет, чтобы ей позвонили.

## **Деткограммы**

Если ваш ребенок искренне рад, увидев напечатанным свое имя, имейте в виду, что это можно сделать и на полотенцах, простынях, зубных щетках, беретах. Вы можете купить несмываемую краску или маркеры, краска которых тоже остается навечно, и пусть ребенок напишет свое имя на простынях, рубашках и на полотенцах.

## **Настоящая техника**

Как показывает наш опыт, детям нравятся настоящие вещи; кроме того, они служат гораздо дольше, чем игрушечные имитации. Даже четырехлетний малыш будет радоваться, если ему подарят настоящий плеер и набор пленок со сказками и музыкой. Но помните, что, поместив юную голову между двумя наушниками, вы отрезаете путь к общению с ребенком и он теряет звуковую связь с миром. Для ребенка, впервые идущего в школу, замечательным подарком будут часы или будильник. Имея собственные часы, ребенок почувствует себя взрослым, и вы можете приучить его к тому, как важно всюду приходить вовремя.

## **Спортивные товары**

Найти подарок ребенку можно и в спортивном магазине: такой подарок придется по вкусу и вам и ребенку. Если вы будете силком тянуть ребенка в какой-то спорт, скорее всего это кончится не триумфальными проходами вашего отпрыска на Олимпийские игры, а тем, что он возненавидит этот вид спорта. Однако если для вас важнее развлечение, а не спортивные победы, тогда и вы, и ваши дети найдете в спорте удовольствие.

Научите малыша самым простейшим приемам рыбной ловли, и пусть это станет для вас предлогом отправиться на «дальнюю» рыбалку. Стоит подумать и о разных мячиках — баскетбольном, футбольном, теннисных, пластмассовых и о теннисных ракетках — это все традиционно желанные подарки как для девочек, так и для мальчишек. Но стоит подумать также и о бадминтоне и волейболе, в которые можно с легкостью играть и во дворе.

Дети школьного возраста будут в восторге от такого подарка, как бинокль. К этому подарку можно добавить книгу о птицах или спортивную сумку; сюда стоит прибавить и замок, открывающийся по комбинации цифр, который вы можете установить сами. Одним из наших удачных подарков из серии спортивных сумок была небольшая устойчивая сумка, которая обеспечивала и самозащиту.

### **Будь экономным**

**Дети часто хотят иметь такое же спортивное снаряжение, как у их старших братьев и сестер, хотя сами еще слишком малы, чтобы уметь пользоваться дорогими вещами и заботиться о них. Пока ребята не подрастут, вполне можно удовлетворять их нужды, покупая спортивное снаряжение в магазинах подержанных вещей. Мы с умилением вспоминаем нашего двухлетнего соседа, который всюду таскал за собой продавленную ракетку, вопрошая «Кто хочет поиграть в теннис?»**

### **Хобби — это серьезно**

Трудно предвидеть, какой подарок особенно привлечет внимание ребенка и, возможно, станет началом длительного и серьезного увлечения. Однако когда это случается— когда ребенок не может оторваться от подарка, и у него открывается страсть к рисованию, воздушным змеям или головоломкам, к маркам, вязанию или строительным моделям, к тиснению кожи или к пчеловодству — такой подарок можно оценить, как говорится, на вес золота. Мы знаем детей, которые безумно увлечены работой с цветным стеклом, украшением распашонок, вышиванием поясов и нанизыванием бисера, знаем и других — которые проводят целые часы над моделированием подводных лодок или сооружением кукольных домиков. Однако мы встречали и таких детей, у которых нет интереса ко всему этому, — им нужно только голубое небо и простор полей.

Ищите подарки, которые могут помочь ребенку увлечься чем-либо. При этом нужно учитывать особенности темперамента каждого ребенка. Подумайте, любит ли этот ребенок играть в доме или на воздухе, подвижный он или нет, может ли он терпеливо разбираться в каких-то деталях или ему нужно побыстрее получить результат. Если вы вместе с ребенком занимаетесь его любимым делом, между вами налаживается особый контакт. И если у вас есть любимое занятие и ребенок хочет разделить его с вами, это потрясающая возможность весело и с пользой провести время вместе с ребенком. У нас может возникнуть искушение вовлечь детей в какое-то занятие

только потому, что нам хочется показать им что-то новое или нас привлекает идея совместной работы; при этом порой нас даже не смущает, что дети еще не совсем подготовлены к такого рода работе. Если ваш подарок не пришелся по вкусу и ребенок не выказывает к нему никакого интереса, спрячьте его куда-нибудь в кладовку, и пусть он там полежит год или два. То, что потерпело неудачу в пять лет, может быть принято в семь. Конечно, не существует готовой формулы, чтобы узнать, «готов» ли ребенок, но постарайтесь понаблюдать за другими детьми, которые увлекаются тем самым «хобби», которое вы имеете в виду. Посмотрите, что это за дети, спросите, в каком возрасте у них возникло это увлечение. Вам нужно увериться, может ли ваш ребенок достаточно долго сохранять внимание, хватит ли у него энергии на то занятие, которое вы имеете в виду.

## **Набор инструментов**

Довольно надолго любимой игрушкой маленьких детей остается «рабочая скамья» с деревянными молотком и «гвоздями», которые малыш заколачивает в дырки на скамейке и выбивает их оттуда. Однако когда ребенок подрастает, можно подумать и о настоящих инструментах. Купите ему самые простые инструменты для начинающих умельцев и сложите их в ящик. Наш собственный опыт показывает, что инструменты, купленные в магазине, служат дольше, чем те, которые сделаны специально для детей. Начните с легкого молотка, рулетки и отвертки. Прибавьте сюда набор больших гвоздей и несколько кусков дерева. Сюда же можно добавить левеллер, зажим, плоскогубцы и, конечно, рабочий фартук с карманами. Потом составьте несложный чертеж и поработайте вместе с ребенком. Для начала вы можете попробовать сделать небольшие книжные полки, ящики для игрушек и простенькую вешалку для ванной комнаты.

## **Фонарики**

Внесите свет в жизнь младшего поколения — можно одним фонариком или целой коллекцией. Магия фонариков особенно действует на совсем маленьких детей.

Фонарики бывают всех размеров, форм и, конечно, разной стоимости. Вы можете купить фонарик побольше — это будет «папа», фонарик поменьше — «мама» и совсем маленький — «ребенок-фонарик». Заверните каждый в яркую бумагу и, когда поутихнет восторг, вызванный подарком, постарайтесь найти время и рассказать ребенку, как работают батарейки, и что если фонарик оставить включенным под кроватью, он долго не продержится.

## **Персональный компьютер**

Компьютер может стать хорошим источником детских забав. Многие из новых программ, даже для очень маленьких детей, развивают критическое мышление и воображение. Дети находят эти программы увлекательными, правда, на этот крючок попадают и взрослые. Если у вас дома есть компьютер, познакомьтесь с некоторыми программами, имеющимися в продаже, прочитав или порасспросив о них. Только постарайтесь, чтобы время, проведенное за компьютером, стало для ребенка удовольствием, а не обязательным занятием. Ведь вы хотите, чтобы он видел в компьютере друга и полезный инструмент, а не принудительное занятие.

## **Старые забавы**

Мы уже так втянулись во всякие новшества, типа видео и электронных развлечений, что забываем о традиционных подарках, верой и правдой служивших многим поколениям. Ведь дети подолгу могут забавляться колодой карт, то же самое можно сказать и о головоломках, о книжке с хорошими иллюстрациями или о кухонной скалке. Какому ребенку не понравится старая, опробованная многими поколениями игра или когда ему читают вслух интересную сказку? Колода карт, жестяная коробка с наклейками, маленькие машинки или баночка с мыльными пузырями — все подарки совсем несложно приготовить любому из вас. Дети оценивают их не по стоимости, а по удовольствию, которое эти вещи доставляют им. И если вы с вашим ребенком сможете с пользой применять их, это станет хорошим фундаментом для будущего.

## В заключение

### Вспомните

Вспомните свое детство — как веселились тогда, как развлекались и над чем вы больше всего смеялись.

Главная цель этой книги состоит как раз в том, чтобы научить взрослых с пользой и весело проводить время вместе с детьми, чтобы они в будущем с удовольствием вспоминали об этом. Ритм современной жизни постоянно вызывает у людей стрессовое состояние или раздражение, которое стало уже самой привычной эмоцией. Но стресс и раздражение — это совсем не то, от чего ребенок может быть счастливым. А ведь только счастливые дети смогут сделать мир лучше.

### Дорога ложка к обеду

Цель этой книги в том, чтобы помочь родителям, бабушкам и дедушкам, а также всем людям, кто занимается воспитанием детей, как можно полезнее использовать время, проведенное вместе с детьми. И это «как можно полезнее» совсем не означает улучшить воспитательно-образовательный процесс. Многие из занятий, перечисленных здесь, имеют образовательный характер и полезны для развития ребенка, но фокус не в том, чтобы дети стали умнее, сообразительнее, и не в том, чтобы сделать из них вундеркиндов. Мы хотели помочь вам организовать приятное времяпрепровождение с ребенком в ситуации, которая может показаться унылой и раздражающей, — это транспортные пробки, походы в магазин, дождливые дни и дни, когда ребенок болеет. В настоящее время мало кто из родителей дошкольников или младших школьников постоянно находится дома. И поэтому им всегда не хватает времени. Накапливается усталость. Похоже, что наши дети видят нас только в машине, в магазине, в офисе или в железнодорожном зале ожидания. Мы призываем осознать эти реальности и обратить их на пользу ребенку.

### Отдайте себя детям

Этот мир суетлив и беспокоен, но остановитесь на мгновение и вдохните аромат роз. Отдайте себя детям. Они будут вам благодарны за это всю жизнь. Используйте каждую свободную минуту на то, чтобы побыть, с ребенком. И неважно, есть ли на этот случай какое-либо развлечение для малыша или нет, постарайтесь, чтобы время, проведенное вместе с ним, прошло как можно лучше. Детство пролетает очень быстро, даже когда недели порой тянутся до бесконечности. **Мы надеемся, что когда вам**

**придется вспомнить это время, вы сможете, оглянувшись назад, сказать: «Я сделал все, что мог».**

Большинство игр этой книги требуют только желания и готовности родителей играть и общаться с детьми. Главной целью книги является предоставление «рецептов» на все случаи жизни: где бы и когда не возникла необходимость занять ребенка, вы всегда сможете подыскать подходящую игру. Многие из вещей, используемых для занятий, легко могут быть найдены среди домашнего скарба — это подушки, губки, детские игрушки и т. д. Но именно в тот день, когда вам понадобится что-либо вроде соломинок для напитков или сухих завтраков, их может не оказаться под рукой. Поэтому мы предлагаем вам список подобных предметов, применяемых в играх. Их можно купить или приготовить заранее и хранить в отдельной коробке.

Акварельные краски

Бельевая резинка

Бечевка

Булавки английские

Бумага для заметок с липким краем

Бумага хозяйственная

Бумажные змеи

Бумажные тарелки и стаканчики

Бумажные салфетки

Веревка

Водный пистолет

Воздушные шары

Грабли детские

Гуашь

Губки, тонкие поролоновые

Доска для записей

Иголки для вышивания с тонким ушком и швейные иглы  
с широкими ушками

Игральные карты для детей

Карта России

Кассетный магнитофон

Кисточки рисовальные различных размеров

Клей белый жидкий

Магнитики

Магнитофонные кассеты

Макаронные изделия мелкие различных форм, включая  
буквы алфавита

Маркеры и фломастеры цветные

Махровые полотенца  
Мелки цветные различной толщины  
Мини-зефиринки  
Обруч (хула-хуп)  
Пакеты и пакетики бумажные  
Палочки от леденцов  
Парики и шляпы  
Пищевые красители  
Пластиковые бутылочки и мисочки различных форм  
Пластиковые тюбики из-под приправ  
Поднос для еды, пластмассовый  
Пряжа  
Резинки круглые  
Резинки стиральные (ластики)  
Сито  
Соломинки для напитков, пластиковые  
Сухие завтраки различных форм и размеров  
Сухой горох или бобы  
Теннисные мячики  
Фланель  
Фонарики и батарейки  
Формочки для печенья  
Цветная бумага и картон  
Цветной горошек или другие подобные конфеты  
Штемпели и штемпельные подушечки  
Щипцы