

# ЦЕЛ

Игры **без планшета и компьютера**

# ЗАНЯТЬ

**для детей** от 6 до 10 лет

# РЕБЁНКА

## ТРИШ КАФНЕР

альпина  
**.getu**

Триш Кафнер

**Чем занять ребёнка: Игры  
без планшета и компьютера  
для детей от 6 до 10 лет**

«Альпина Диджитал»

2013

**Кафнер Т.**

Чем занять ребёнка: Игры без планшета и компьютера для детей от 6 до 10 лет / Т. Кафнер — «Альпина Диджитал», 2013

ISBN 978-5-9614-4394-3

Проводить время с ребенком – весело. А проводить время весело и с пользой – вообще замечательно. Благодаря огромному количеству разных занятий, собранных в этой книге, вы вспомните детство и свои любимые игры, получите огромное удовольствие от общения и по-настоящему сблизитесь со своим ребенком.

ISBN 978-5-9614-4394-3

© Кафнер Т., 2013  
© Альпина Диджитал, 2013

## Содержание

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| Посвящение                            | 6  |
| Вступление                            | 7  |
| Глава 1                               | 9  |
| Планирование деятельности             | 11 |
| Материалы для занятий                 | 12 |
| «Но мне нечего делать!»               | 15 |
| Коробка повара для кухни              | 15 |
| Коробка для занятий на каждый день    | 15 |
| Сундук для забав                      | 15 |
| Коробка для дождливого дня            | 15 |
| Коробочка домашних дел для всей семьи | 16 |
| Меняйте игрушки                       | 16 |
| «Безумная коробка»                    | 16 |
| Коробка ожидания                      | 17 |
| Что насчет телевизора?                | 18 |
| Слово ободрения                       | 19 |
| Глава 2                               | 20 |
| Сделайте сами                         | 22 |
| Бильярд с теннисными шариками         | 22 |
| Орлянка                               | 22 |
| Игра с фонариком                      | 22 |
| Охота за предметами                   | 23 |
| Игра в решетку                        | 23 |
| Библиотека                            | 24 |
| Что в сумке?                          | 24 |
| Шаффлборд                             | 24 |
| Трюк с пальцами                       | 25 |
| Конец ознакомительного фрагмента.     | 26 |

# Триш Кафнер

## Чем занять ребёнка: Игры без планшета и компьютера для детей от 6 до 10 лет

Переводчик *Илия Никитина*

Редактор *Светлана Позднякова*

Руководитель проекта *М. Шалунова*

Корректор *Н. Витько*

Компьютерная верстка *К. Свищёв*

Дизайн обложки *Ю. Буга*

Использованы иллюстрации из фотобанка *shutterstock.com*

© Patricia Kuffner, 2001, 2013

Published by permission of MEADOWBROOK PRESS (USA) via Alexander Korzhenevski Agency (Russia)

© Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО «Альпина Паблишер», 2016

*Все права защищены. Произведение предназначено исключительно для частного использования. Никакая часть электронного экземпляра данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для публичного или коллективного использования без письменного разрешения владельца авторских прав. За нарушение авторских прав законодательством предусмотрена выплата компенсации правообладателя в размере до 5 млн. рублей (ст. 49 ЗОАП), а также уголовная ответственность в виде лишения свободы на срок до 6 лет (ст. 146 УК РФ).*

## Посвящение

Эта книга посвящена тем людям, с которыми я провела свое детство: моим родителям, Джеку и Ирене Макджордж, и моим трем сестрам, Линде Юнг, Кэрол Ханна и Марлин Чьябурри.

В моей памяти навсегда остались велосипеды, воздушные змеи, баскетбол, компания соседских ребят, снежные крепости, водные бои, прыжки через скакалку, домашние мышки, Усаче и Ангеле, Бетси, длинные походы, летние каникулы на ферме, красноголовый гриф, Пипе и Вилли и многое-многое другое.

Епископ Десмонд Туту сказал: «Ты не выбираешь свою семью. Она Божий дар тебе, а ты ей». Я вас всех очень люблю.

## Вступление

*Дети – это руки, которыми мы достаем до неба.*  
**Генри Уорд Бичер**

Я не люблю перемен, особенно больших. Когда жизнь идет по накатанному пути, когда мои дети в том возрасте, который мне нравится, мне иногда хочется, чтобы время остановилось и я бы всегда наслаждалась этими драгоценными минутами. Первый раз я ощутила это, когда вернулась из роддома с моей первой новорожденной дочерью. Я знала, что больше никогда не испытаю радость материнства в первый раз. Никогда больше я не испытаю такого прилива гордости и счастья, какой я почувствовала, когда мои родители взяли на руки свою первую внучку.

Но лишь тот, кто постоянно меняется, живет. Как писала Натали Бэббит в книге «Вечный Тук»<sup>1</sup>: «Ты не можешь выбрать те моменты, которые тебе нравятся, и остальные забыть». «Без изменения, – писала Бэббит, – мы просто есть, мы просто есть в природе, как камни на обочине».

Жизнь с детьми полна изменений. Когда родился ваш первый ребенок, вы изменились. Когда он впервые проспал всю ночь, ваша жизнь изменилась. Когда он начал ходить и говорить, ваша жизнь изменилась. Когда ваш требовательный малыш превратился в самостоятельного дошкольника, ваша жизнь изменилась. И когда ваш ребенок впервые переступил порог школы, ваша жизнь тоже изменилась.

Думали ли вы, что это время когда-нибудь наступит? После лет, наполненных порезанными пальцами, сопливыми носами, подгузниками, разлитым молоком, режущимися зубами, бесконечными днями и бессонными ночами и прочими радостями жизни с грудничками и ходунками, думали ли вы, что ваш ребенок превратится в самостоятельного человека, который каждое утро садится в школьный автобус или идет вместе с приятелями в школу? Возможно, теперь вы сможете вернуться к работе или заняться любимым хобби. Или же у вас дома еще остались малыши, и вам кажется, что пройдет вечность, пока они все пойдут в школу. Или ваша семья, как наша, выбрала домашнее обучение, и школа находится прямо за кухонным столом. Какими бы разными ни были обстоятельства, но наступление школьных лет – всегда перемена.

Многие родители с облегчением вздыхают, когда дети начинают ходить в школу. Они думают, что у них наконец появится время для себя. А после пяти или более лет с грудничками, малышами и дошкольниками эта мысль кажется очень заманчивой. Другие, как Маргарет Келли и Элиа Парсонс<sup>2</sup>, печалятся о том, что пришло время идти в школу, не «потому что мы теряем ребенка, а потому что мы потеряли столько шансов. Столько осталось несделанным».

У вас многое, возможно, осталось несделанным, как у Келли и Парсонс, но жизнь не кончена! Хотя у вашего школьника плотное расписание и активная социальная жизнь, у него останется немного свободного времени. Что же вы посоветуете ему делать в это свободное время? Смотреть телевизор? Играть в компьютерные игры? Или есть что-то лучшее, чем он мог бы заняться? Что-то, что побуждало бы его думать, расти творческой личностью и общаться с интересными людьми?

Книга «Чем занять ребенка» написана с целью помочь вам организовать свободное время детей. 365 игр и занятий помогут ребенку проявить творческие способности, научат размыш-

---

<sup>1</sup> Бэббит Н. Вечный Тук. – М.: Розовый жираф, 2012.

<sup>2</sup> Авторы известной книги The Mother's Almanach.

лять и взаимодействовать с другими детьми, чего не могут дать большинство компьютерных игр и телевизор.

Хотя идеи моей книги в основном подходят для детей от 6 до 10 лет, старшие дети и даже взрослые тоже найдут для себя много интересного. С другой стороны, вы можете заметить, что ваш шестилетний ребенок еще не дорос до некоторых вещей, и это будет означать лишь то, что все шестилетки на Земле разные. Не бойтесь через несколько месяцев или год возвратиться к этой книге.

Я попробовала организовать материал в наиболее логичном виде, но некоторые идеи подходят для двух или нескольких категорий. Например, игры с карандашом и бумагой незаменимы для путешествий, но они идеально подходят и для дождливой погоды и, несомненно, помогают развить лингвистические и математические навыки. Во многие домашние игры можно играть летом на улице, а многие уличные игры при плохой погоде можно переделать для дома.

Занятия разными видами искусства и поделки незаменимы в дождливые дни и праздники, поэтому думайте шире, когда выбираете игры из той или иной главы.

Я надеюсь, эта книга вам поможет. Если это так или у вас появятся вопросы или замечания по какой-нибудь из моих книг, вы можете написать мне на адрес MeadowBrook Press. Я буду рада вашим письмам.

 Триш Кафнер

## Глава 1

### Основы

*Родители часто так заняты физическим развитием ребенка, что пропускают всю красоту родительства, как не видишь всего великолепия деревьев, пока сгребашь листья под ними.*

**Марселин Кокс**

Мои поздравления! Вы выжили! Вы пережили период новорожденности, когда вы боялись дать своего ребенка на руки кому-либо, опасаясь, что его уронят. Время, когда поход за покупками с ребенком, детским автомобильным креслом, прогулочной коляской и сумкой с подгузниками казался невыполнимой задачей. Тот период, когда нельзя никуда пойти, потому что ребенок может проснуться и захотеть есть.

Вы пережили период младенчества, когда ждали с нетерпением, что же случится дальше. Она улыбнулась! Она смеется! Она перевернулась со спины на живот! А теперь наоборот! Она сама села! Она кушает детскую кашку! У нее прорезался зуб!

Тот период, когда крик ребенка будил вас среди ночи и ваше тело было словно камень, который невозможно сдвинуть с места и заставить еще раз подняться с кровати.

Вы пережили период младшего дошкольного возраста, когда вы поняли, что у ребенка нет никаких социальных навыков. Если мне это нравится, это мое; если это у меня в руках, то это мое! Если я могу это у тебя отобрать, то это тоже мое! Если я играл этим неделю назад, то это мое! Если это похоже на мое, то это мое! Если я думаю, что это мое, то это мое! Если это рядом со мной, то это мое! Если это брокколи, то это твое!

Вы пережили дошкольные годы вашего ребенка, когда его настойчивость, энергия и любопытство приводили к происшествиям, которые невозможно забыть: постриженные самому себе волосы, случайный звонок в службу спасения, день, когда она сама решила поменять грязный подгузник, и ее незабываемый утренний набег на холодильник.

Вы пережили все это и теперь наслаждаетесь небольшим перерывом перед подростковым возрастом.

Дети всех возрастов приносят родителям радость, и общение с детьми от 6 до 10 лет может стать истинным наслаждением.

Дети этого возраста обладают вновь обретенной способностью принимать участие в забавах и творческих занятиях, которые интересны даже взрослому. Ребенок этого возраста может легко разучить новую карточную игру, начать коллекционировать марки, прочитать роман, написать историю, играть в марблс, научиться готовить и многое-многое другое. Возможно, он умеет кататься на лыжах, велосипеде, плавать или участвует в семейных путешествиях. Ребенок может научиться вязать, строить, заниматься садоводством и разделить другие интересы взрослых.

Дети от 6 до 10 лет обычно ходят в школу. Большинство активно развиваются, когда в их жизни появляются новые взрослые, от которых можно узнать много нового. Для ребенка этого возраста важно быть принятым в компанию своих ровесников, поэтому у него может быть большой круг друзей, с которыми он любит играть. У него, несомненно, развивается чувство независимости от родителей, поскольку каждый день он самостоятельно проделывает путь от школы до дома.

С другой стороны, наступление школьных лет означает, что у ребенка остается все меньше времени на творческую и спонтанную игру. Меньше времени он проводит со своей семьей. Школа, дополнительные занятия, спорт, клубы по интересам, игры с друзьями оставляют ребенку мало времени, когда он мог бы использовать свое воображение, думать, мечтать.

Часто семье приходится прикладывать немало усилий, чтобы найти свободное время для совместной игры или прогулки, творчества, выпечки или просто чтения или разговора. Когда ребенок был дошкольником, дни казались такими долгими. Теперь же вам не хватает часов.

Но в школьной жизни есть замечательные передышки: выходные и каникулы. Благодаря им дети, родители и учителя получают необходимый отдых. Это время, когда дети могут заняться своими хобби, когда дети и родители могут пообщаться, когда все в семье могут расслабиться и поиграть в разные игры, почитать, погулять, поговорить или просто побыть вместе. Я расскажу вам, как с максимальной пользой провести свободное от школы время, будь то получасовая поездка на машине, дождливый полдень выходного дня или двухнедельные летние каникулы.

## Планирование деятельности

Возможно, вы слышали поговорку, что неудачное планирование – это запланированный провал. Когда мои дети были маленькими, я поняла, что эта аксиома относится не только к глобальным делам, таким как сбережение средств на обучение ребенка, но и к маленьким, таким как совместное чтение новой книги, коллекционирование марок или игра в карты с ребенком.

В школах тщательно составляется учебный план, с тем чтобы ребенок получал разнообразный опыт, смог охватить определенный материал и овладел некоторыми навыками. Родителям можно быть менее формальными, но планирование все же необходимо. Книги, подобные этой, полезны, если вы претворяете в жизнь идеи, которые они содержат. Но если вы никогда не планируете свое время, то эта книга будет стоять у вас на полке и собирать пыль.

Здесь приведены некоторые принципы, согласно которым вы можете планировать занятия для вашего ребенка.

1. Просмотрите всю книгу и составьте список занятий, которыми вы бы хотели, чтобы ваш ребенок занимался один, с вами, со всей семьей.

2. На основе этого списка составьте недельный план занятий. Но будьте реалистами – вы вряд ли сможете делать что-то каждый день. Выберите 1 или 2 занятия на неделю. Затем выберите 1 или 2 дополнительных занятия на случай плохой погоды или на тот случай, если то, что вы запланировали на сегодня, не вызовет интереса у ребенка.

3. Если какие-либо занятия требуют дополнительных материалов, составьте их список, заранее соберите или купите их.

4. Составьте список тех материалов, которые вы должны приготовить заранее, таких как самодельные краски, глина и т. д.

5. Спланируйте занятия для няни, если она у вас есть, и сделайте так, чтобы все материалы были у нее под рукой. Это поможет вашей няне понять, что проводить целый день или вечер перед телевизором вместе с детьми в вашей семье не принято.

6. Сделайте список занятий, которые хорошо было бы внести в ваше расписание. Держите его под рукой, чтобы воспользоваться им, когда появится незапланированное свободное время.

## Материалы для занятий

Для большинства занятий, описанных в этой книге, не требуется каких-либо специальных материалов. Много, несомненно, есть у вас дома, но кое-что придется купить. Храните эти материалы в шкафу на кухне, на полке в гараже, в коробке в подвале или прямо в детской.

|                          |                        |
|--------------------------|------------------------|
| Алюминиевая фольга       | Губки                  |
| Банки от кофе с крышками | Детские словари        |
| Блестки                  | и энциклопедии         |
| Блокноты                 | Доска для записей      |
| Бумага для записей       | Дырокол                |
| Бумажные пакеты          | Ершик                  |
| Бумажные полотенца       | Желатин                |
| Бумажные тарелки         | Застежки для украшений |
| Бусинки разных сортов    | Зубочистки             |
| Вазелин                  | Иголки                 |
| Ватман                   | Йод                    |
| Ватные шарики            | Календари — старые     |
| Ведро                    | и текущего года        |
| Веревки                  | Камни                  |
| Вешалки                  | Канат                  |
| Воздушные шарики         | Картон                 |
| Воздушный змей           | Карточки для записи    |
| Воронка                  | Керамические горшки    |
| Вощеная бумага           | Керамические плитки    |
| Газеты                   | разного размера        |
| Гвозди                   | Кисти                  |
| Гипс                     | Клеевой пистолет       |
| Глина                    | Клеенчатая скатерть    |
| Глицерин                 | Клей                   |
| Гофрированная бумага     | Клей-карандаш          |

|                                                                           |                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| Клейкая лента<br>(прозрачная, цветная,<br>изоляционная)                   | Макаронные изделия<br>различной формы<br>и цвета |
| Клюшка для гольфа                                                         | Марблс                                           |
| Колоды карт (целые<br>и неполные)                                         | Медная проволока                                 |
| Конверты                                                                  | Мелки                                            |
| Консервные банки<br>(пустые)                                              | Металлические шайбы                              |
| Контейнеры (от лекарств,<br>фотопленки и т. д.)                           | Молоток                                          |
| Коробки от каши                                                           | Монеты                                           |
| Коробки от обуви<br>с крышками                                            | Мячики: для гольфа,<br>тенниса, пинг-понга       |
| Коробки от яиц                                                            | Наждачная бумага                                 |
| Краситель,<br>растворяющийся<br>в холодной воде                           | Нож                                              |
| Краска (акриловая,<br>темпера, по ткани)                                  | Ножницы                                          |
| Крышки от бутылок                                                         | Оберточная бумага                                |
| Крышки от разных банок<br>и жестянок (соков,<br>детского питания и т. д.) | Обрезки ниток                                    |
| Кухонный таймер или<br>будильник                                          | Одежда и украшения для<br>маскарада              |
| Ленты                                                                     | Опилки                                           |
| Леска                                                                     | Пакеты с замком                                  |
| Линейка                                                                   | Палка от метлы                                   |
| Лопата                                                                    | Палочки для еды                                  |
| Лоскутки                                                                  | Палочки для мороженого                           |
| Лупа                                                                      | Папиросная бумага                                |
| Магниты                                                                   | Пенопласт                                        |
|                                                                           | Песок                                            |
|                                                                           | Пищевая пленка                                   |
|                                                                           | Плакаты                                          |
|                                                                           | Пластиковые контейнеры                           |
|                                                                           | Пластиковые миски,<br>бутылки и крышки           |
|                                                                           | Пластиковые стаканчики                           |
|                                                                           | Пластиковый таз                                  |

|                                                         |                                          |
|---------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| Мягкие мячики<br>с фасолью или крупой                   | Соломинки для питья                      |
| Поднос                                                  | Старые журналы                           |
| Полимерная глина (Fimo,<br>Sculpey и др.)               | Старые зубные щетки                      |
| Почвенная смесь                                         | Старые наволочки                         |
| Почтовая бумага и марки                                 | Старые носки                             |
| Прищепки                                                | Старые поздравительные<br>открытки       |
| Пробки                                                  | Старые простыни                          |
| Прозрачный акриловый<br>аэрозоль                        | Старые телефонные<br>книжки              |
| Прозрачный лак для ногтей                               | Степлер                                  |
| Пуговицы                                                | Сухие бобы                               |
| Пульверизатор                                           | Сухие духи                               |
| Пустая бутылка от вина                                  | Тесьма                                   |
| Пустые банки с крышками                                 | Тонкий эластичный шнур                   |
| Пустые пузырьки<br>от лекарств                          | Фетр                                     |
| Пустые стаканчики<br>от мороженого                      | Флажки                                   |
| Различные наклейки                                      | Фланель                                  |
| Разные маркеры (легко<br>стираемые, смываемые<br>и нет) | Фонарик                                  |
| Резинки                                                 | Фотоаппарат                              |
| Рекламные листки                                        | Фотобумага                               |
| Рулон газетной бумаги                                   | Фотографии друзей<br>и членов семьи      |
| Ручки                                                   | Халат или старая футболка<br>для занятий |
| Свечи                                                   | Художественные печати                    |
| Семена травы                                            | Цветная бумага                           |
| Скакалки                                                | Цветные карандаши                        |
| Скотч                                                   | Цемент                                   |
| Скрепки                                                 | Чертежные кнопки                         |
|                                                         | Шишки                                    |
|                                                         | Шляпа                                    |
|                                                         | Штыри деревянные                         |

## **«Но мне нечего делать!»**

Не важно, насколько ваш ребенок загружен в школе или на дополнительных занятиях вроде музыкальной школы или спортивных секций, насколько много он общается с друзьями. У него все равно остается время, когда он устал или ничем не занят. Дети, чей день жестко распланирован родителями, и те дети, которые долго сидят перед телевизором и компьютером, часто с трудом могут творчески и с воображением использовать свое свободное время.

Когда мои дети были маленькими, я старалась так организовать жизнь в доме, чтобы они не скучали. Если вы читали другие мои книги, вы можете заметить некоторые знакомые идеи, которые адаптированы для школьников.

## **Коробка повара для кухни**

Наполните коробку или пластиковый ящик небьющимися кухонными принадлежностями. Положите туда формочки для кексов, формочки для печенья, противень, миски, мерные чашки и ложки, ложки-мешалки, резиновую лопаточку и т. д. Держите эту коробку на нижней полке шкафа, чтобы ребенок мог самостоятельно до нее добраться. Он может использовать эти предметы для игры с пластилином, глиной для лепки, макаронами или же помогать вам готовить и печь.

## **Коробка для занятий на каждый день**

Наполните небольшой пластиковый ящик или коробку вещами, которые ребенок сам сможет использовать в любое время. Ребенку школьного возраста скорее всего понравятся такие предметы: мелки, маркеры, раскраски, бумага, лента, наклейки, ножницы, клей, штемпельная подушечка, резиновые печати, пластилин и т. д.

## **Сундук для забав**

Сундук, полный одежды и аксессуаров для маскарада, не только поможет вашему ребенку научиться творческим играм, но будет постоянным спутником детства. Наполните сундук, коробку для игрушек, большой пластиковый контейнер, картонную коробку одеждой для взрослых, обувью, шарфами, перчатками, украшениями, чтобы ребенок мог использовать их для маскарада и переодевания. Для этого отлично подойдут старые костюмы, гавайские рубашки, жилеты, бейсболки, свадебные платья, ночные рубашки, парики, ботинки, тапочки и кошельки. Ищите вещи для вашего сундука на распродажах и в секонд-хенде, а наряды для принцесс и костюмы зверей на распродажах после праздников.

## **Коробка для дождливого дня**

Когда погода плохая или если ваш ребенок заболел, полная сюрпризов коробка для дождливого дня поможет прогнать скуку. Самые подходящие вещи для этой коробки:

- новые запасы материалов для творчества (пачка бумаги, маркеры, набор красок, наклейки, пластилин);
- новая игрушка (или та, с которой ребенок давно не играл);
- новая книга, CD, DVD;
- интересные вещицы для маскарада;
- формочки для печенья, новый или любимый рецепт печенья;

- материалы и правила для новой игры или ремесла (спрятанные в пакет с замочком).

Не используйте коробку для дождливого дня часто. Она будет интересна, если ее появление станет для ребенка сюрпризом. Спрячьте ее в надежное место и доставайте в те дни, когда вам будет совсем скучно.

## **Коробочка домашних дел для всей семьи**

Можно с раннего возраста приучать ребенка быть ответственным за ведение домашнего хозяйства. Сделайте коробочку домашних дел для своей семьи, используя пустую банку, банку от кофе или небольшую коробку. Нарежьте полоски бумаги и напишите на них дела, которые необходимо выполнить. Ходунку будет интересно вытирать пол или холодильник мокрой тряпкой или губкой, складывать полотенца в шкаф, собирать игрушки и складывать их в корзину или контейнер.

Дошкольник может приводить в порядок полки, мыть раковину, убирать полотенца или мыть овощи.

Дети от 6 до 10 лет могут подметать, пылесосить, вытирать пыль, протирать столы, накрывать и убирать со стола, загружать и разгружать посудомоечную машину и т. д.

Дети постарше могут складывать белье для стирки, мыть ванную, полы и т. д. Вам лучше знать, какую работу ваш ребенок способен выполнить хорошо без особой помощи взрослых.

Когда вы заняты хозяйством, а ребенок изнывает от скуки, попросите его достать бумажку с заданием из коробочки. Если ваш ребенок неохотно помогает по дому, он с большей готовностью сделает это, если сам выберет себе задание.

## **Меняйте игрушки**

Если ваша семья подобна нашей, то дети получают много чудесных игрушек в подарок на дни рождения и другие праздники. Все хотят порадовать ребенка, но в результате получается так много игрушек, что ему сложно с ними играть. Даже самые творческие и развивающие игрушки перестанут быть интересными вашему ребенку, если их слишком много. Если вы будете менять игрушки каждые четыре или шесть недель, то ребенку они станут казаться новыми и ему будет снова интересно в них играть.

Разложите игрушки вашего ребенка на несколько кучек. Если у него есть любимая игрушка, пусть она всегда будет рядом. Положите одну часть игрушек в комнату ребенка или место, где он обычно играет, а другие уберите в коробки, надписав на них дату, когда их следует достать. А если у ваших друзей есть дети, ровесники вашего ребенка, почему бы не устроить обмен? Составьте список того, что вы обменяли, и заранее обговорите условия обмена: на сколько вы обменялись, кто отвечает за порчу игрушек и т. д.

## **«Безумная коробка»**

Ужин частенько совпадает со временем «вечернего гона». Возможно, вы работали целый день, возили детей на занятия танцами или хоккей, и сейчас вам предстоит накормить уставшую голодную семью. Или же вы сидели целый день дома с дошкольниками и ходунками, чей сон был слишком коротким, чтобы вы успели прийти в себя.

Как бы то ни было, ужин – это время, когда вы наиболее заняты, а дети наиболее капризны. В самый разгар хаоса вы мечтаете о чем-то, что могло бы отвлечь их внимание. Поскольку вы сейчас не в самом спокойном и вдохновленном состоянии, то это не луч-

шее время для обдумывания подходящего выхода. В такой ситуации вам поможет «безумная коробка», содержимое которой вы обдумаете заранее.

Сделайте список занятий, для которых не требуется каких-либо специальных материалов, подготовки и последующей уборки, а также частой помощи взрослых. Запишите эти идеи на карточках или листочках бумаги и сложите их в пустую коробочку, например, из-под кофе. Вы можете обернуть эту коробочку яркой бумагой или попросить ребенка разукрасить ее с помощью красок, маркеров или мелков. Когда вы почувствуете, что обстановка накалилась или просто очень скучно, карточка из заветной коробки будет вашим спасением. В приложении Б вы найдете список идей для такой коробки.

## **Коробка ожидания**

Коробка ожидания поможет вам в местах, где ребенку приходится ждать: в очереди в поликлинике, у парикмахера, в ресторане, в машине, в автобусе и т. д.

Превратите мешок с завязками или рюкзак в переносную коробку ожидания, наполненную предметами, которые помогут развлечь ребенка. Школьникам понравятся куклы Барби, наборы Lego, книги, CD, маленькие машинки, пазлы, что-то необычное для перекуса, наклейки и книга с наклейками, бумага и маркеры, магниты и небольшая железная форма для выпечки и т. д. Вы можете сделать сюрприз и собрать эту сумку сами или воспользоваться помощью ребенка и собрать ее вместе с ним.

## Что насчет телевизора?

Возможно, такой вопрос у вас даже и не возникал, когда ребенок был ходунком и дошкольником. Наверное, он смотрел несколько любимых передач, а может быть, вообще не интересовался телевизором. Так или иначе, но ситуация меняется, когда ребенок становится школьником. Во-первых, у него остается совсем мало свободного времени по сравнению с тем, сколько он проводит в школе. Во-вторых, под влиянием одноклассников ребенок может захотеть смотреть телевизор больше, чем обычно, или попросит разрешить ему смотреть те передачи, которые вы не считаете подходящими для его возраста.

В последние годы часто обсуждалось влияние телевизора на детей. Как я уже писала, вопрос не в том, что именно смотрят дети, поскольку родители могут контролировать этот процесс. Меня больше волнует, как родители используют телевизор, и то, чего дети не успевают сделать, пока они его смотрят. Очень выгодно назначить телевизор нянькой для ребенка, но проблема в том, что просмотр телепередач превращается в привычку и для взрослого, и для ребенка. То небольшое количество времени, которое остается у школьника, лучше потратить на игру, чтение, прогулку, разговоры, рисование или занятия каким-либо ремеслом.

Но телевизор есть. И от родителей зависит, смогут ли они использовать его для развития ребенка и своих отношений с ребенком. Как этого добиться? Во-первых, избирательно подходите к тому, что смотрит ваш ребенок.

Хорошие телепередачи могут в игровой форме обучать ребенка и развивать его кругозор. Ищите программы, которые обучают, развлекают и несут в себе те ценности, которые вы хотели бы развить в своем ребенке. Во-вторых, ограничьте время, отведенное на просмотр. Время, проведенное у телевизора, – это время, потерянное для более важных занятий, таких как игра, самостоятельное чтение и чтение со взрослыми, разнообразные творческие занятия.

Дети, которые много времени проводят перед телевизором, хуже используют воображение в самостоятельных играх. В-третьих, насколько это возможно, смотрите телевизор вместе с детьми. Во многих программах скорость изложения материала так велика, что ребенку некогда обдумать полученную информацию. Родители могут помочь ему выстроить единую картину увиденного. А если родители расскажут ребенку о случаях из своей жизни, которые подходят к данной теме, то для ребенка полученная информация обретет реальный смысл.

И наконец, подайте пример своему ребенку. Пусть он видит, что вы с большим удовольствием читаете книгу, играете или общаетесь с ним, чем смотрите телевизор. Не ожидайте, что ребенок будет сокращать время просмотра и разумно подходить к выбору программ, если на вашем примере он видит противоположное. Помните: дети лучше воспринимают наши поступки, чем слова.

## Слово ободрения

Быть родителями – нелегкая работа, и часто мы не получаем одобрения или похвалы за нее. Но, как сказал доктор Спок, воспитание детей, «забота о детях, наблюдение за их развитием дают многим родителям, несмотря на тяжелый труд, самое большое удовлетворение в жизни».

Воспитание детей приносит не только удовлетворение. Когда ваш ребенок вырос, пройдя от новорожденности множество стадий развития, вы выросли вместе с ним. Вы стали так много знать и успевать, завели много новых знакомств, лучше узнали самого себя и, наверное, выработали ангельское терпение.

Смотрите на жизнь позитивно. Не сравнивайте себя с другими, делайте это только в том случае, если это сравнение послужит стимулом к самосовершенствованию. Радуйтесь вашим детям и принимайте их такими, какие они есть. Любите их безусловной любовью. Обнимайте и целуйте их как можно чаще, поскольку «последний раз» может случиться в любой день: последний раз, когда вы, уютно устроившись в постели, рассказываете ребенку сказку на ночь; последний раз, когда он позволяет держать себя за руку на прогулке; последний раз, когда он разрешает выбрать себе одежду. Не завидуйте тому, что другие считают успехом. Если ваши дети любят вас, уважают, если им нравится проводить с вами время, то вы достигли успеха в самом главном деле в жизни.

## Глава 2

### Игры для дождливого дня

*Сегодня дети – тираны. Они противоречат своим родителям, много едят и тиранят своих учителей.*

**Сократ**

Если погода дождливая, то это не значит, что день не удался. Скажу по секрету, я начала писать книги, потому что на улице очень долго шел дождь. Западный берег Британской Колумбии, где мы живем, часто называют «мокрым берегом». Из-за погоды я много дней проводила дома с грудничками, ходунками и дошкольниками. Когда мои трое старших детей были маленькими, случалось много дождливых дней, когда все в доме вставали в 5 утра и к 8 часам все запланированные на день дела были переделаны. И оставалось еще 8 или 9 долгих часов до прихода папы. Дождь вынудил меня придумывать занятия для детей, а написание книг помогло мне сохранить душевное равновесие. Теперь, когда мои дети уже школьники, наши дни полны учебой, спортом, домашними заданиями и другими делами. Возможно, мы слишком заняты, чтобы обращать внимание на погоду в течение недели, но такое впечатление, что, как только наступает выходной, начинается дождь. Мы часто шутим: «Какой день будет после двух дней дождя?» Ответ: понедельник.

Но дождливые дни со школьником отличаются от дождливых дней с ходунками и дошкольниками. Большинство детей от 6 до 10 лет не нуждаются в постоянном надзоре и способны сами заниматься творчеством, хобби, играми и другими делами. Поэтому, если дождь нарушил наши планы на выходные, это не значит, что мы будем скучать!

Это только означает, что нам придется проявить чуть больше фантазии, когда мы будем решать, чем заняться. Не поддавайтесь искушению провести все время за просмотром телепередач или компьютерными играми. Дождливый день может стать настоящим подарком, напомнить нам, как здорово есть попкорн и играть в игры, или вместе собирать пазл, или построить дома палатку из диванных подушек, простыней и бельевых прищепок. Иногда долгие игры дома заканчиваются ссорами. Дети, которые только что смеялись и играли вместе, в следующую минуту могут поругаться и не разговаривать между собой. В книге Линды Уильямс Абер «101 занятие для братьев и сестер, которые ссорятся»<sup>3</sup> я нашла идеи, с помощью которых можно быстро разрешить конфликт и вернуть детей к совместной игре.

- Дайте детям равное количество пакетов. Пусть ребята встанут на расстоянии друг от друга – или в круг, если детей больше, чем двое, – надуйте пакет, крепко зажмите одной рукой, а другой лопните его. Лопайте их до тех пор, пока смех не придет на смену ссоре.

- Назначьте одного ребенка «орлом», другого – «решкой», потом подбросьте монету. Победитель держит монету и рассказывает свою версию происшедшего. Другие не должны перебивать. Когда он закончит, он передает монету следующему, и тот начинает рассказывать свою версию. Монета переходит по кругу, пока дети не выговорятся. Нельзя повторять то, что уже говорил в прошлый раз. Потом они должны передать монету по кругу три раза, и каждый должен сказать что-то хорошее о соседе.

- Дайте каждому ребенку запас ненужной бумаги и корзину для мусора. Пусть каждый ребенок встанет подальше от корзины, комкает бумагу и кидает ее в корзину. Пусть при этом дети вслух говорят, что их разозлило. Например, они могут орать: «Вот тебе!» Их злость постепенно улетучится, и они опять смогут играть вместе.

---

<sup>3</sup> Linda W. Aber. 101 Activities for Siblings Who Squabble. St. Martin's Griffin, 1995.

В играх и занятиях, описанных в этой главе, вы найдете идеи для самостоятельных игр дома, игр с родителями, друзьями, братьями и сестрами. В других главах тоже есть множество идей, которые пригодятся для игры дома. Даже в такие игры для улицы, как игра в марблс или классики, можно играть и дома. А если вам понравятся игры для дома, приведенные в этой главе, то, когда погода наладится, вы вполне сможете приспособить многие из них для улицы.

## Сделайте сами

За окном дождливый субботний день. Ваш активный шестилетка изнывает от скуки. Он уже обзвонил всех друзей, но никто не сможет прийти поиграть. Соседские дети уехали на целый день. Старший брат делает уроки, а младшая сестра – его последняя надежда – играет с куклами. Ему совсем нечем заняться. Знакомая ситуация? Перед тем как включить телевизор или поставить компьютерную игру, попробуйте одно из следующих занятий. Дети могут заниматься самостоятельно, но это может быть интересным и взрослому с ребенком, и несколькими детям.

### Бильярд с теннисными шариками

*Канцелярский нож*

*Неглубокая коробка*

*Мячик для пинг-понга*

Вырежьте в задней части коробки с помощью ножа 3 или 4 дырки в произвольном порядке размером немного больше, чем мячик. Положите мячик в один угол коробки и попросите ребенка провести его до другого угла так, чтобы мячик не выпал через дырки. Чтобы усложнить задание, прорежьте больше дырок или играйте с несколькими мячиками.

### Орлянка

*Монета*

Сколько раз ваш ребенок сможет подбросить монету, не уронив ее? Монета должна перевернуться в воздухе, не задев ничего, а ребенок должен поймать ее ладонью. Проверьте, сможет ли ребенок побить свои прошлые рекорды, или заведите таймер и посмотрите, сколько раз он сможет бросить, пока не истечет время. Пусть он соревнуется с другом, или братом, или сестрой, кто больше сможет поймать монет или кто перевернет монету на наибольшей высоте, не уронив ее.

### Игра с фонариком

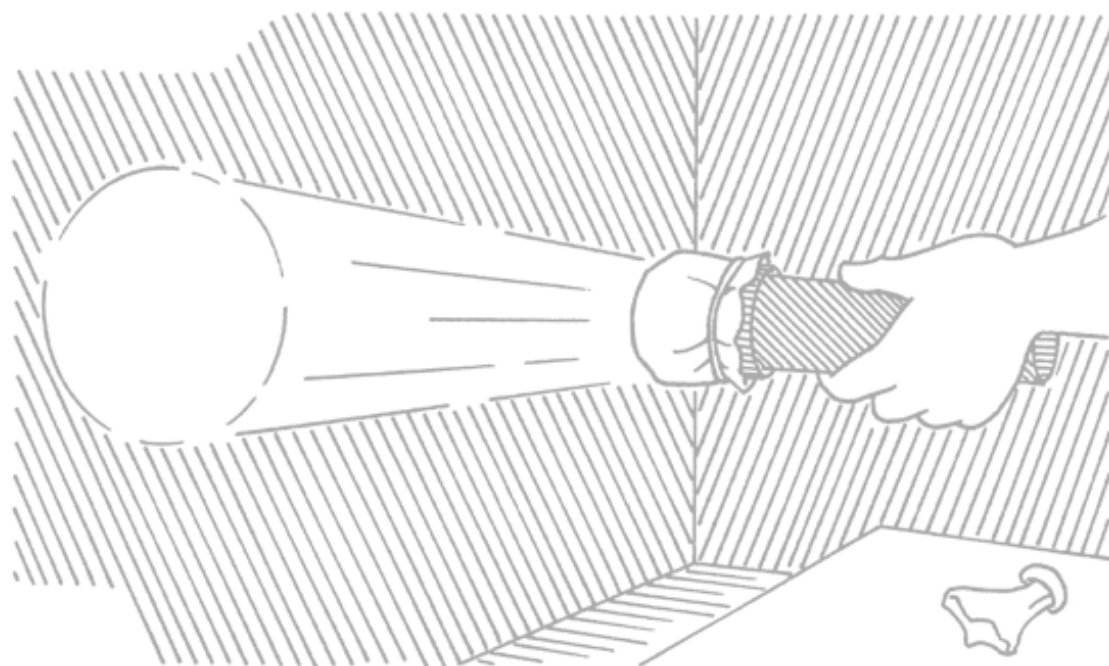
*Ножницы*

*Ненадутые шарики (красный, желтый, синий)*

*Фонарик*

*Резинки*

Отрежьте концы шариков. Наденьте шарик на фонарик и закрепите его резинкой. Пусть ребенок зайдет в темную комнату и посветит цветным фонариком на потолок и стены. Потом поменяйте цвета. Наденьте сразу несколько шариков, чтобы посмотреть, какие получаются цвета: если надеть желтый поверх синего, получится зеленый, красный поверх желтого – оранжевый и т. д. Если у вас есть несколько фонариков, наденьте на них разные шарики и светите в одно место, чтобы посмотреть, какой получится цвет.



## Охота за предметами

### *Пакет*

#### *Список вещей, которые надо собрать*

Дайте ребенку пакет и список вещей, которые надо собрать. В этом списке могут быть, например, такие предметы: маленькая игрушка, деталь от Lego, расческа, кукла или еще что-то, что ребенок может найти дома.

Засеките время, например 20 минут на 10 игрушек. Если эти предметы легко найти, то время стоит сократить. Наградите ребенка, например, жевательной резинкой или мороженым, если он смог найти все предметы. Если ребенок еще плохо читает, то нарисуйте то, что нужно найти.

Для игры в группе приготовьте по списку для каждого ребенка. Он может быть одинаковым для всех или у каждого разный. Победит тот, кто первым найдет все предметы.

## Игра в решетку

### *Большой лист бумаги или ватмана или старая простыня*

#### *Ручка или маркер*

#### *Мягкий мячик<sup>4</sup>*

На большом листе бумаги или старой простыне нарисуйте таблицу из 5 столбцов и 5 строк. Над каждым столбцом надпишите прилагательные: большой, маленький, жесткий, мягкий, круглый, длинный, короткий и т. д. А около каждой строки напишите названия цветов: красный, зеленый, желтый, синий, черный, белый и т. д.

Положите таблицу на пол или другую плоскую поверхность. Пусть ребенок встанет подальше от таблицы и кинет на нее мягкий мячик. Теперь он должен вспомнить те предметы, которые подходят под характеристики квадрата, на который упал мячик. Например, если тот упал на столбец, где написано «красный», и на строку, где написано «круглый», то он должен найти что-то круглое и красное: мячик, воздушный шарик или шарик от марблс.

---

<sup>4</sup> В английском это называется bean-bag.

Чтобы разнообразить игру, подписывайте столбцы и строки теми характеристиками, предметы с которыми есть в вашем доме. Чтобы включить в игру младших детей, подписывайте характеристики, которым отвечают плюшевые игрушки (белая кошка, розовый медведь), другие игрушки (красная деталь от Lego, синяя машинка), одежда (зеленый носок, белая футболка) и т. д.

## Библиотека

*Карандаш*

*Бумага*

*Книги*

*Блокнот, каталожные карточки, коробочка или простая компьютерная база данных*

Составление каталога книг – отличное занятие для ребенка, который любит читать. Составьте список книг, которые есть у вас дома. Начните с детской книжной полки. Покажите, как составлять простой список, где указывается автор и название книги. Если хотите, можно включить туда и тему книги, издательство и дату издания.

Ребенок может составить алфавитный список книг в блокноте или тетрадке, записать информацию о каждой книге на каталожных карточках и хранить их в коробке или ввести информацию в простую компьютерную базу данных, так чтобы ее можно было сортировать по автору, названию и предмету.

Когда вы создадите каталог своей библиотеки, вы можете открыть ее для членов семьи и друзей. Если хотите, можно завести каждому читателю формуляр, в котором вы будете отмечать выданные ему книги. Вашему маленькому библиотекарю понравится ставить штампы с датой возврата книги.

## Что в сумке?

*Бумажный пакет*

*4 или 5 предметов, которые сложно определить на ощупь*

Положите в бумажный пакет 4 или 5 небольших предметов. Часто советуют использовать предметы, которые трудно определить на ощупь: например, маленькую батарейку, стеклянный шарик, виноградину, оливку, орех в скорлупе или игольницу без иголок. Поищите подобные мелочи у себя дома.

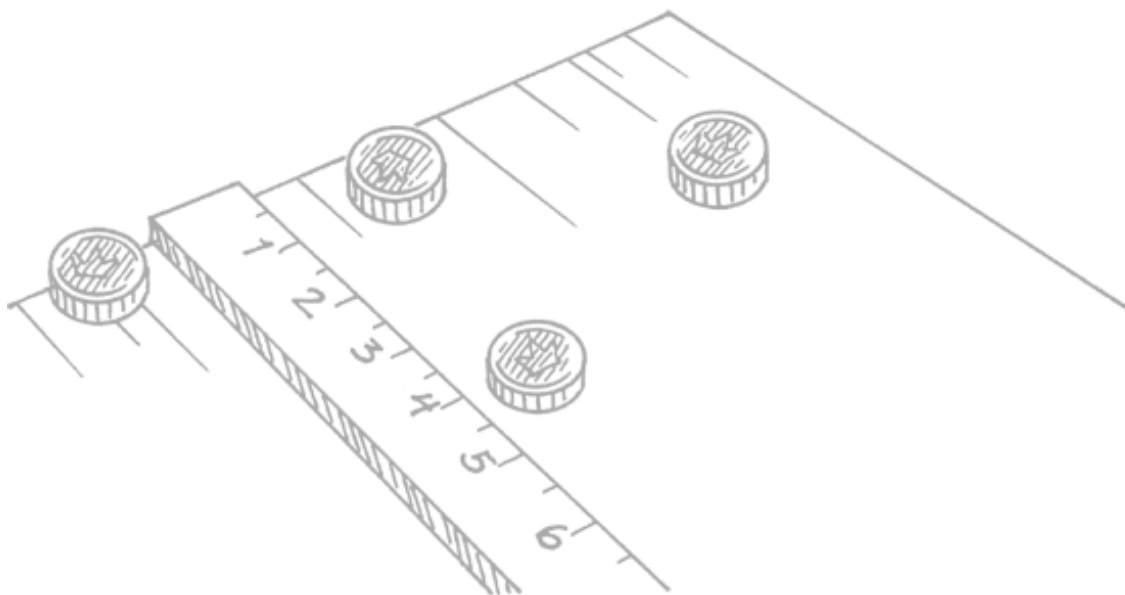
Пусть ребенок попробует, не глядя, определить, что лежит в пакете. Он может дать это задание кому-либо из родителей, другу, брату или сестре.

## Шаффлборд

*4 или 5 плоских круглых небыющихся предметов (крышки от бутылок или детского питания, шайбы, шашки и т. д.)*

*Линейка*

Ребенок садится за стол и кладет перед собой 4 или 5 плоских круглых небыющихся предметов. Если возможно, используйте одинаковые предметы. Попросите ребенка щелчком сдвинуть каждый предмет так, чтобы он докатился до другого конца стола, но не свалился за край. Подсчет очков ведется так: 1 очко за фишку, которая остановилась на расстоянии не более 20 см от края стола, 2 очка за ту, которая остановилась в 3 см от края, 3 очка – за ту, которая дошла до края, и 4 – за ту, которая свесилась с края. Сколько очков сможет набрать ребенок за 5 попыток? Он может сыграть в эту игру с другом и посмотреть, кто наберет больше очков.



### Трюк с пальцами

*3 чашки*

*Вода*

*Кубики льда*

В этом трюке есть научная хитрость, и детям он очень нравится.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.