

# В плохую погоду — всё, кроме телевизора

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 статье.

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 статье 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.

### **Удержи 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**

Организуем 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.