

ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

sdr@1september.ru

Методический журнал для родителей № 12

▶ **НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА:**
Украшаем дом к Новому
году.
Необыкновенные снежинки

▶ **СРЕДНЯЯ ШКОЛА:**
Сахарные города.
Архитектура народов мира

▶ **СТАРШАЯ ШКОЛА:**
Как я узнал, что Дед
Мороз существует?
Чудеса случаются

*Новогодние
традиции
разных стран:
чудно и полезно*

электронная
ВЕРСИЯ ЖУРНАЛА
в Личном кабинете
на сайте
www.1september.ru

издательский
дом
1september.ru

Первое сентября | декабрь
2015

Школа для родителей Подписка на сайте www.1september.ru или по каталогу «Почта России»: 11332 (бумажная версия); 11334 (CD-версия)

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

Главный редактор:

Артем Соловейчик
(генеральный директор)

Коммерческая деятельность:

Константин Шмарковский
(финансовый директор)

Развитие, IT и координация проектов:

Сергей Островский
(исполнительный директор)

Реклама, конференции

и техническое обеспечение

Издательского дома:

Павел Кузнецов

Производство:

Станислав Савельев

Административно-хозяйственное

обеспечение:

Андрей Ушков

Педагогический университет:

Валерия Арсланьян
(ректор)

ЖУРНАЛЫ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА:

Английский язык — Е. Богданова,
Библиотека в школе — О. Громова,
Биология — Н. Иванова,
География — и.о. А. Митрофанов,
Дошкольное образование — Д. Тюттерин,
Здоровье детей — Н. Семина,
Информатика — С. Островский,
Искусство — О. Волкова,
История — А. Савельев,
**Классное руководство
и воспитание школьников** — М. Битянова,
Литература — С. Волков,
Математика — Л. Рослова,
Начальная школа — М. Соловейчик,
Немецкий язык — М. Бузоева,
ОБЖ — А. Митрофанов,
Русский язык — Л. Гончар,
Спорт в школе — О. Леонтьева,
Технология — А. Митрофанов,
Управление школой — Е. Рачевский,
Физика — Н. Козлова,
Французский язык — Г. Чесновицкая,
Химия — О. Блохина,
Школа для родителей — Л. Печатникова,
Школьный психолог — М. Чибисова.

УЧРЕДИТЕЛЬ: «ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

Зарегистрировано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций ПИ № ФС77-58433 от 25 июня 2014 года

Подписано в печать: по графику 16.09.2015
фактически 20.09.2015

АДРЕС ИЗДАТЕЛЯ:

ул. Киевская, д. 24, Москва, 121165
Тел./факс: **(499) 249-3138**
Отдел рекламы: **(499) 249-9870**
Сайт: **1september.ru**
E-mail: **sdr@1september.ru**

Журнал распространяется по подписке.

Подписные индексы «Почта России»:

11332 (бумажная версия), 11334 (CD версия).

ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ПОДПИСКА:

Телефон: **(499) 249-4758**
E-mail: **podpiska@1september.ru**

На обложке и в материалах номера использованы фотографии банка www.shutterstock.com, если не указано иное.

ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Методический журнал для родителей.
Выходит один раз в месяц

РЕДАКЦИЯ

Главный редактор:

Людмила Печатникова

Редактор:

Елена Куценко

Дизайн макета:

Элла Лурье

Верстка:

Михаил Минаев

Корректор:

Ольга Щербакова

Тираж 73000 экз.



ОБЛАЧНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

от Издательского дома «Первое сентября»

• Все подписчики журнала имеют возможность получить электронную версию.

Для получения электронной версии:

1) откройте Личный кабинет на портале «Первое сентября» (www.1september.ru).

2) В разделе «Газеты и журналы/Получение» выберите свой журнал и кликните на кнопку «Я — подписчик бумажной версии».

3) Появится форма, посредством которой вы сможете отправить нам копию подписной квитанции.

• После этого в течение одного рабочего дня будет активирована электронная подписка на весь период действия бумажной.

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ:

Наталя Вишнякова, журналист;

Юлия Зайцева, педагог;

Анастасия Карабанова, бакалавр Института химии, СГУ имени Н.Г. Чернышевского;

Андрей Кашкаров, педагог, писатель;

Людмила Крылова, педагог дополнительного образования;

Татьяна Кудряшова, педагог-психолог;

Светлана Пазухина, доктор психологических наук, заведующая кафедрой психологии и педагогики Тульского государственного педагогического университета имени Л.Н. Толстого;

Надежда Семенова, педагог;

Алена Сорокина, бакалавр Института химии, СГУ имени Н.Г. Чернышевского;

Анастасия Титова, генеральный директор Booking Study (<http://booking-study.ru/>);

Александра Чканикова, журналист, социолог;

Ольга Щербакова, корреспондент.



Школа цифрового века:

www.facebook.com/School.of.Digital.Age

Мы в Facebook! Наш адрес:

<https://www.facebook.com/pages/Sbkola-Dlya-Roditeley/524139547723117>

Заходите, общайтесь, читайте, участвуйте в конкурсах!

НОВОСТИ

Людмила ПЕЧАТНИКОВА

Колонка редактора 5

КАЛЕНДАРЬ Елена КУЦЕНКО

Декабрь 6–8

НОВОСТИ Людмила ПЕЧАТНИКОВА

В чем бы поучаствовать? 9–10

НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА

САМОУЧИТЕЛЬ Ольга ЩЕРБАКОВА

Осваиваем технику чтения 11–13



Елена ПЕТРОВА

Пять способов сформировать
красивый почерк 14–15

СЛОВО СПЕЦИАЛИСТУ Татьяна КУДРЯШОВА

О чем спрашивают психолога родители? 16–17

ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ Светлана ПАЗУХИНА

Защищаем ребенка от насилия 18–20

КНИЖНАЯ ПОЛКА Наталья ВИШНЯКОВА

Для себя и для друга 21–22

Мария ОСОРИНА

Секретный мир детей в пространстве
мира взрослых 23–26

ДЛЯ СЕБЯ И О СЕБЕ Юлия ЗАЙЦЕВА

Домашний Новый год 27–29

ДЕЛАЕМ ВМЕСТЕ Елена КУЦЕНКО

Кругосветное застолье 30–33

СРЕДНЯЯ ШКОЛА

АКТУАЛЬНО Анастасия КАРАБАНОВА, Алена СОРОКИНА

Родительское собрание: взгляд со стороны 35–37

БОЛЬШОЙ МИР И МЫ Анастасия ТИТОВА

Рождество в Великобритании 38–39

Александра ЧКАНИКОВА

Новогодние традиции разных стран 40–41

ДЛЯ СЕБЯ И О СЕБЕ Надежда СЕМЕНОВА

«Ошибка – это доказательство того,
что я пытался» 42–43

САМОУЧИТЕЛЬ Евгения ПЕТРОВА

Судно на воздушной подушке 44

ДЕЛАЕМ ВМЕСТЕ Мария КОРОТЕЕВА

Сахарные города 45–46

Людмила КРЫЛОВА

Украшаем дом к Новому году 47–48

СТАРШАЯ ШКОЛА

АКТУАЛЬНО Александра ЧКАНИКОВА

Как я узнал, что Дед Мороз существует? 49–51

ЕСТЬ ПРОБЛЕМА Андрей КАШКАРОВ

Зеркало для подростка 52

ТАК И СЯК Анна ЛЬВОВИЧ

Педагогика осознанного прогула: разрешать
или не разрешать? 53–54

ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ Марина ЧЕРНЫХ

Психологическая зависимость 55–57

ТОЧКА ЗРЕНИЯ Филипп МЕРКУЛОВ

Десять фраз, которые учителя

не хотят слышать 58–59

КНИЖНАЯ ПОЛКА Людмила ПЕЧАТНИКОВА

Гуд бай, Берлин! 60

ИГРОТЕКА Филипп МЕРКУЛОВ

Много снега и веселья 61–63

В ЛИЧНОМ КАБИНЕТЕ:

- Приложение к материалу Ольги Щербаковой «Осваиваем технику чтения»: дидактические материалы.



ДИСТАНЦИОННЫЕ КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

(с учетом требований ФГОС)

До 15 января 2016 г. ведется прием заявок на второй поток 2015/16 учебного года

образовательные программы:

- НОРМАТИВНЫЙ СРОК ОСВОЕНИЯ – 108 УЧЕБНЫХ ЧАСОВ
Стоимость – 4990 руб.

- НОРМАТИВНЫЙ СРОК ОСВОЕНИЯ – 72 УЧЕБНЫХ ЧАСА
Стоимость – от 3990 руб.

По окончании выдается удостоверение о повышении квалификации
установленного образца

Перечень курсов и подробности – на сайте edu.1september.ru

Пожалуйста, обратите внимание:

заявки на обучение подаются только из Личного кабинета,
который можно открыть на любом сайте портала www.1september.ru

Декабрь – странный месяц. Он вроде бы завершает год, надо какие-то итоги подводить. Но нам в декабре все время некогда.

Потому что весь декабрь мы заняты будущим. Мы придумываем и покупаем подарки: скоро праздник. Мы сочиняем и репетируем новогодние и рождественские представления: скоро праздник! Мы готовим наряды, запасаем всякие вкусности – к праздничному столу. А еще планируем дальние или хотя бы дачные путешествия, сговариваемся с друзьями, родственниками: скоро каникулы! И считаем оставшиеся денечки, торопим, приближаем счастье.

Попутно наши дети судорожно сдают всякие контрольные и рефераты: скоро конец четверти, полугодовые оценки. Подростки пишут диагностические работы, бегают на курсы и к репетиторам: скоро экзамены. К ним приближаться как раз не очень хочется. Но иногда в голову закрадывается мысль: скорее бы. Сдать – и отмучиться.

Торопимся ли мы к будущему или растягиваем зимние денечки, школьное детство, все равно скоро – Новый год. Сперва праздник, каникулы, а потом – снова учеба-работа, семейные хлопоты, дружеские посиделки, встречи, недоразумения, победы и поражения. Снова? С одной стороны, как в прошлом году. Как всегда. Мы те же, и заботы, дела у нас прежние. С другой стороны – по-новому. С новым опытом, с высоты нового возраста (девятилетний и десятилетний ребенок – это совсем разные люди).

На самом деле, вопрос не столько в новизне, сколько в движении. Как-то грустно стоять на месте или бегать по кругу. Хочется вперед, вверх, в глубину...

Девочке Алисе в зазеркальной стране когда-то объясняли, что даже если хочешь оставаться на одном месте, нужно довольно быстро перебирать ногами, а уж если хочешь двигаться вперед, мчаться придется еще быстрее. Это правда!

И все же, мне кажется, иногда важно перестать перебирать ногами – остановиться. Сесть спокойно и подумать. Вспомнить, удовлетворенно отметить достижения, погордиться: вот как я теперь умею! Еще раз остро пережить чувства вины, стыда – за ошибки, за «глупости и мелкие злодеяния». И больше так – никогда. Очень постараюсь.

Может, даже поговорить о чем-то таком с детьми? Горячий чай согревает и мешает вскакивать, носиться, размахивать руками. Запах мандаринов утешает и вдохновляет. Прошлое складывается в опыт, фундамент, стартовую площадку для разбега в будущее.

С наступающим вас!

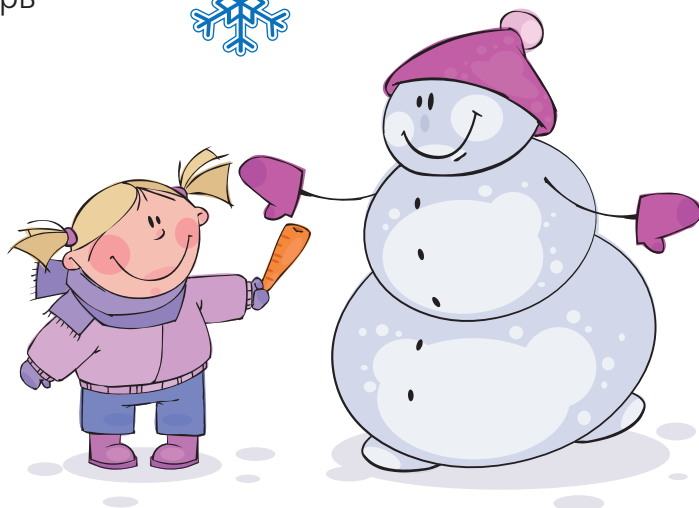
Людмила Печатникова



Декабрь

Елена КУЦЕНКО

Пересмотреть любимые фильмы, поговорить об истории футбола, сразиться в компьютерную игру... Общие увлечения дадут возможность скоротать уходящий в прошлое остаток года, пока мы томимся в ожидании долгих счастливых праздников.



6 ДЕКАБРЯ

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ МИКРОВОЛНОВОЙ ПЕЧИ

В последние десятилетия этот прибор стал привычной деталью на наших кухнях: разморозить, разогреть, запечь что-нибудь вкусное — теперь мы можем за считанные минуты. А началась история микроволновки с сугубо научного исследования американского инженера Спенсера, который работал над созданием излучателя СВЧ-волн — магнетрона. Изобретатель предположил, что определенная частота излучений приводит к интенсивному выделению тепла, и подтвердил свою гипотезу экспериментально. 6 декабря 1945 года Спенсер получил патент на использование микроволн для приготовления еды. Спустя всего 4 года по его патенту в США были произведены первые микроволновые печи для быстрой разморозки стратегических запасов продуктов. Так и стало 6 декабря днем рождения микроволновой печи.



Отметить его можно, проведя семейный кулинарный мастер-класс, используя в процессе приготовления шедевров героиню дня.

10 ДЕКАБРЯ

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ФУТБОЛА

Миллионы игроков, тренеров и болельщиков объединяются в этот день, празднуя неформальный, но значимый для них день. Игры, более или менее по-



3 ДЕКАБРЯ



ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ КОМПЬЮТЕРНОЙ ГРАФИКИ

Сегодня свой пока еще неофициальный праздник отмечают компьютерные графики и дизайнеры всего мира. Почему именно в этот день? Просто кто-то из сотрудников американской компании «Alias» в 1998 году предложил связать обозначение даты 3 December с компьютерным термином 3D. Эту идею тут же поддержали специалисты, создающие бесчисленные новые цифровые миры. Десятки компаний стали отмечать этот профессиональный день. Со временем к творцам трехмерных изображений присоединились и работники других отраслей, связанных с компьютерной графикой.

Сейчас традицию празднования этого дня в США и Европе продолжает компания «Autodesk», в которую несколько лет назад влилась «Alias». Не ограничиваясь одним днем, она организует с 1 по 10 декабря мастер-классы всемирно известных 3D-графиков и дизайнеров, презентации новых продуктов отрасли, онлайн-интервью с самыми интересными персонажами 3D-сообщества.

Принять участие в праздновании можно, даже не выходя из собственного дома. Достаточно иметь доступ в Интернет. И в последние годы жители России, особенно профессионалы «3D-шники», этой возможностью пользуются. Впрочем, если вы только потребитель и поклонник этого вида творчества, в ваших силах, например, сделать подборку любимых эпизодов, устроить турнир по компьютерным играм или, углубившись в их короткую историю, проследить, как менялась графика с тех пор, как «папа был маленьким».



хожие на современный футбол, увлекали мужское население разных стран с давних времен. Две тысячи лет назад древние китайцы, тренируя воинов, устраивали состязания по «цу чю», что в переводе означает «толкать ногами». И у древних греков, и у древних римлян игровая битва за мяч была частью военной подготовки. Историки считают, что это был весьма жестокий вид спорта по современным меркам. Но еще суровее поступали прародители современных фанатов футбола — англичан. Саксонцы в VIII веке забавлялись, пасуя друг другу на поле битвы после выигранных сражений отрубленные головы врагов.

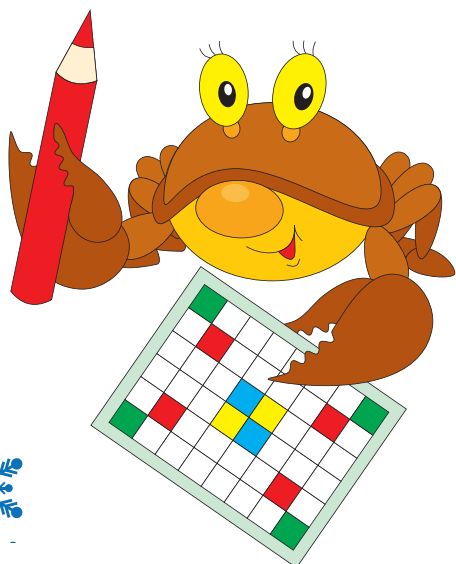
В своем современном виде игра сложилась относительно недавно, например, сетка на футбольных воротах впервые появилась в марте 1891 года, во время матча между сборными Севера и Юга Англии.

Если в семье есть страстные болельщики или игроки в футбол, поздравьте их с праздником.

21 ДЕКАБРЯ

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ КРОССВОРДА

Поклонники этого вида досуга предпочитают тишину, покой, сосредоточенность. Создателем первого кроссворда был журналист Артур Уинн, родившийся в Ливерпуле и переехавший в поисках удачи в Нью-Йорк. И удача ему улыбнулась: юному искателю славы пришла в голову идея новой игры со словами. Он нарисовал на листе пересекающиеся ряды клеточек, в которые нужно было вписать слова, и назвал свою головоломку «cross-word puzzle». Еще не зная, что его имя войдет в историю, журналист отправил свой «пазл», состоящий из 32 зашифрованных слов, в га-



зету «Нью-Йорк ворлд», где он был напечатан 21 декабря 1913 года.

Отметить День рождения кроссворда можно семейным турниром, используя уже готовые кроссворды или составляя и разгадывая свои, что, конечно же, интереснее.

22 ДЕКАБРЯ (ДЛЯ 2015 ГОДА)



ДЕНЬ КАРАЧУНА

Древние славяне почитали мрачного Карачуна в день зимнего солнцеворота, который приходится в разные годы на числа с 19 по 22 декабря. Это самый короткий день в году, время, когда властвует подземный дух, повелевающий морозом и смертью. Он немолимо сокращает светлое время суток и насыщает холода, метели и бураны, от которых гибнет все живое. В народе он упоминался как носитель погибели.

Поэтому в дни зимнего солнцестояния принято было устраивать ритуальные действия в честь этого неприятного персонажа. Во всех домах гасили очаги. Огонь, впитавший все плохое, что произошло за год, умирал, символизируя смерть солнца. Новый, чистый огонь земледельцы зажигали трением. И угольки от этого обновленного пламени семьи забирали по домам, чтобы разжечь свои печи заново. Так происходило новое символическое рождение солнца.

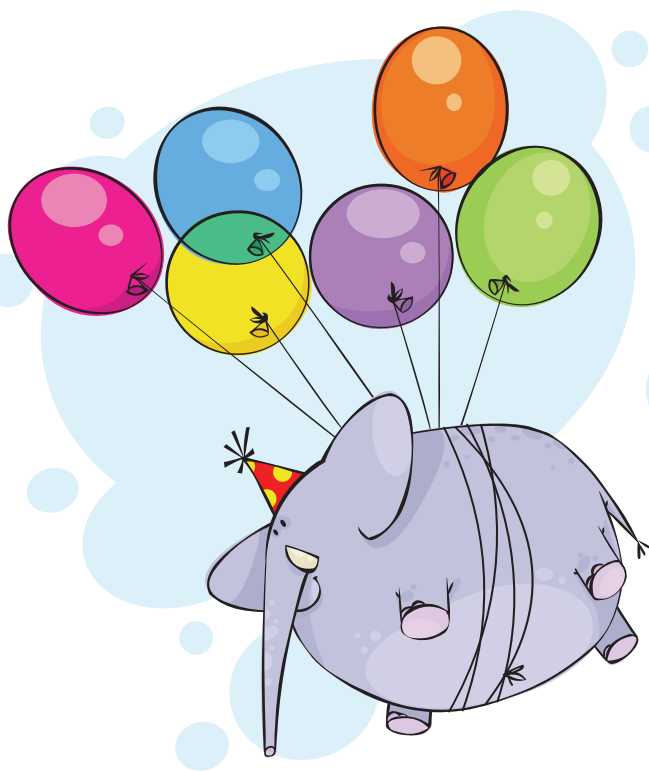
В более поздние времена суровый Карачун превратился в достаточно безобидного Мороза, который зимой всего лишь командует ветрами и метелями.

28 ДЕКАБРЯ



МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ КИНО

Все любители комедий и боевиков, исторических и сказочных фильмов по праву могут считать этот день своим праздником. Не говоря уже об актерах, режиссерах, осветителях, художниках, операторах... Эта дата стала памятной, благодаря первому в мире киносеансу, который состоялся 28 декабря 1895 года в Париже, в «Гранд-кафе» на бульваре Капуцинок. Здесь братья Огюст и Луи Люмьер представили публике опять-таки первый в мире короткометражный фильм «Прибытие поезда на вокзал Ла Сьота». Непривычное зрелище вызвало настоящую панику у зрителей. Видя несущийся на них паровоз, они вскакивали с мест и убегали из зала, боясь попасть под колеса. Вот что значит великая сила искусства!



В России кинематограф возник чуть позже, в 1908 году. Отечественным дебютом стал семиминутный фильм «Понизовая вольница» режиссера Владимира Ромашкова — по мотивам народной песни о Степане Разине «Из-за острова на стрежень».

За прошедший с тех пор век (с небольшим) кинематограф пережил несколько эпох. Значительно расширился спектр жанров. Немые фильмы обогатились звуковой дорожкой, черно-белые обрели цвет, а в последние годы — и объем. Спецэффекты, придуманные полвека назад, кажутся современному зрителю наивными и примитивными, ведь мы избалованы почти безграничными возможностями компьютерной графики.

Этой эволюции кино можно посвятить один из семейных вечеров: показать детям любимые фильмы своего детства, рассказать, как стояли в очереди за билетиками или менялись видеокассетами, поинтересоваться, какие современные фильмы привлекают ваших детей. Одним словом, организовать собственный кинофестиваль.

возрождение светила древние славяне праздновали, устраивая Большие зимние святки — с 24 декабря по 5 января. День Коляды, выпадавший на 25 декабря, не входил в число святочных дней. Святки делились на две шестидневные части — светлую и темную. Первую часть завершал Щедрый вечер или Щедрец, его праздновали 31 декабря, устраивая праздничный пир. Пока старшее поколение готовило угощение для щедрого застолья, молодежь ходила по дворам и поднимала настроение праздничными песнями — щедровками. Певцы подходили к окнам, стучались в двери и запевали: «Щедрый вечер! Добрый вечер!», а потом просили у хозяев гостинцы. Для скуповатых односельчан, которые не хотели бросить в мешок пирожок или добрый кусок свинины, у колядовщиков были припасены куплеты с шуточными угрозами. Жадину могли ославить на всю деревню, и не было ему удачи на целый год. Впрочем, как правило, ряженых одаривали во всех домах: это считалось хорошей приметой, подношением высшим силам природы.

К сожалению, этот веселый древний ритуал в российских селах сошел на нет, остался лишь в записях фольклористов. И если возрождается сегодня усилиями энтузиастов, то очень точно, скорее, как театрализация. Странно выглядит в наше время, особенно в большом городе, — ломиться в дома к незнакомым



31 ДЕКАБРЯ



ЩЕДРЫЙ ВЕЧЕР

Чуть больше недели прошло со дня чествования Карачуна, а день уже чуть-чуть прибавился. До весны далеко, но солнце повернуло в сторону лета. Это

людям. Но если вдруг вам захочется приобщиться к старинным традициям, не так сложно выучить пару колядок и, надев дубленку мехом наружу, приладив самодельную маску, постучаться в предновогодний вечер к знакомым, к соседям. Без угощения вы точно не уйдете, а хозяевам это наверняка принесет удачу в наступающем году.

В чем бы поучаствовать?

Людмила ПЕЧАТНИКОВА

Если у вашего ребенка есть свободное время, почему бы не потратить его на участие во всевозможных конкурсах? Польза для ума, удовольствие для души. Возможна и выгода — приз, диплом. Стоит попробовать!

ФОТОГРАФИРУЕМ МИР

Фотоконкурс Sony World Photography Awards 2016, который проводит Всемирная организация фотографии (<http://ru.worldphoto.org/>) уже девятый раз, заслужил безоговорочное признание как профессионалов, так и начинающих фотолюбителей. Тем более что для каждого — своя номинация и свое соревнование. Профессионалы представляют художественные (архитектура, концептуальная фотография, пейзаж, портрет, натюрморт, постановочная и непостановочная фотография) и документальные снимки (реклама, актуальные события, спорные вопросы современности, повседневная жизнь, окружающая среда, люди, спорт). Непрофессионалы могут прислать кадры на тему искусства и культуры, путешествий, кадры с улыбкой и даже снятые в условиях недостаточной освещенности. Отдельная номинация — для молодежи в возрасте от 12 до 19 лет. От подростков ждут портретов, фотографий, посвященных культуре и окружающей среде.

Среди призов конкурса самое современное цифровое фотооборудование Sony, возможность принять участие в лондонской выставке в Сомерсет-хаус, публикация в печатном издании и денежные призы.

Фотографии, сделанные в течение последних двенадцати месяцев, нужно отправить организаторам **до 5 января 2016 года**.

Конкурс футболок — гораздо менее известен. Однако и он может заинтересовать юных фотографов и их родителей. Только сначала участникам нужно оказаться на Камчатке, в Кроноцком заповеднике (<http://www.kronoki.ru/>) или Южно-Камчатском заказнике. Ку-



пить там фирменную футболку с изображениями местной флоры и фауны и сфотографировать в ней кого-нибудь на фоне замечательных природных или культурных достопримечательностей, причем уже не только камчатских, но щедро украшающих весь мир. Принимаются также селфи.

Увидев симпатичную футболку, многие зрители захотят побольше узнать о заповеднике, о Камчатке, удивительной территории, где пока еще удается сохранять дикую природу. Глобальная цель конкурса — заставить людей задуматься о необходимости беречь наш хрупкий мир и о том, какую важную роль в этом играют всевозможные заповедники, природные парки и заказники. Именно они сегодня — последнее пристанище для многих находящихся на грани исчезновения видов растений и животных.

Все снимки (в любом количестве) нужно прислать на электронный адрес belechok@mail.ru/ (с пометкой «Конкурс футболок») **до 1 мая 2016 года**.

ПОВЫШАЕМ КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

Всероссийский конкурс научно-инновационных проектов для старшеклассников проводится уже десятый раз в рамках реализации социальных программ компании «Сименс» (<http://www.siemens.com/entry/ru/>). Его цель — вовлечь молодежь в деятельность по повышению качества жизни и решение широкого спектра проблем современного мира. А заодно — поддержать талантливых старшеклассников и студентов первых курсов. Участвовать можно и самостоятельно, и в составе небольшой команды (не более трех человек). Представляемые на конкурс проекты должны предлагать инновационные научно-технические идеи и решения для применения технологий в интересах выполнения реальных задач. Решения должны быть эффективными с технической, экономической и эко-

гической точек зрения и способствовать решению социальных вопросов. Традиционно организаторы предлагают конкурсантам самостоятельно выбрать тему для своих проектов. Главное, чтобы она была связана со стратегическими направлениями деятельности «Сименс», к которым относятся: энергетика и электрификация, индустрия, промышленная автоматизация и дигитализация, городская и транспортная инфраструктура, а также здравоохранение. Примеры тем по каждому направлению (список не является исчерпывающим) приведены на сайте конкурса (<http://www.science-award.siemens.ru/>). Заявки и проекты нужно отправить на сайт **до 17 января 2016 года**.

Все участники конкурса и их научные руководители получают специальные дипломы. Призами (ноутбуки, планшеты, денежные премии) будут награждены участники, занявшие первое, второе и третье места на региональном и на федеральном этапах. Научный руководитель, консультировавший победителя конкурса, получит в подарок ноутбук, а руководитель, по-

могавший наибольшему количеству участников, — планшет. Учебное заведение, воспитавшее победителя федерального этапа конкурса, получит в качестве приза оборудование для компьютерного класса.

ПРОБУЕМ ПЕРО

Сочинения победителей **Литературного конкурса для детей коренных малочисленных народов Сибири и Дальнего Востока** войдут в особый конкурсный сборник, который появится весной 2016 года сразу на нескольких языках: на русском, английском, немецком и японском. Организаторы надеются, что эта книжка поможет читателям оценить творческий потенциал детей и многообразие национальных культур коренных народов (особенности языка, традиций, обычаев).

Но сначала юным творцам в возрасте от 8 до 17 лет придется отправить свои сочинения: в любом жанре (сказка, рассказ, стихи, загадки...), в любом количестве, на русском и родном языке автора — **до 31 декабря 2015 года** по адресу: svet.cascheikina@yandex.ru/.

Каждое произведение должно быть не длиннее страницы (шрифтом Times New Roman, 12), зато богато иллюстрировано (не менее восьми акварельных иллюстраций для каждого шедевра). Если сочинитель не умеет или не любит рисовать, он может прибегнуть к помощи художника-ровесника. Разумеется, указав его имя.

Все подробности вы узнаете у организатора конкурса Светланы Николаевны Кашейкиной (Комсомольск-на-Амуре; svet.cascheikina@yandex.ru/).

СПАСАЕМ ПЛАНЕТУ

Международный детский творческий конкурс по экологии «Здоровье планеты? В моих руках!» организован группой компаний «Экобезопасность» (<http://www.ecobez.ru/>). Участвовать в нем могут школьники, воспитанники детских и юношеских творческих коллективов, студий, центров, индивидуальные участники — в возрасте до 17 лет. Номинации, в которых можно выразить свою готовность защищать природу, довольно разнообразны: изобразительное искусство (работа, выполненная в любой технике: карандаш, гуашь, акварель, масло, пастель...); компьютерная графика (экологический плакат); скульптура (работа, выполненная в любой технике и из любых материалов: пластилин, камень, металл, глина, соленое тесто, пластик, даже различные бытовые отходы и мусор); хэнд-мэйд; видео (продолжительность не более 10 минут); литературное творчество (стихи или проза — объемом не более десяти тысяч знаков). Можно представить отдельное произведение, а можно — целый цикл, ансамбль. Главное — чтобы прослеживался общий замысел. Времени осталось совсем мало: **до 31 декабря 2015 года**.

Победителей в Новом году ждут увлекательные путешествия: в парижский Диснейленд для малышей и в Рим для подростков.



■
«Считается, что понимание смысла прочитанного возникает при темпе чтения не менее 60 слов в минуту (при способе чтения целыми словами)».

> 12

■
«Мозговые структуры, как правило, созревают к концу начальной школы, и, если ребенка не перегружали, не наказывали физически, не унижали ни дома, ни в школе, его системы саморегуляции обычно нормализуются».

> 17

■
«...В нашем доме на елке было все, что душе угодно: и птицы райские, и космонавты, и спутники, и хлопушки, и уютные домики, и бородатые гномы, и шишки, и бусы, и мишура. А еще – яркие вкусные конфеты (они и сегодня все те же): “Красная шапочка”, “Грильяж”, “Мишка на Севере”, “Золотой петушок”...»

> 28



Осваиваем технику чтения

ИГРАЕМ И ТРЕНИРУЕМСЯ

Ольга ЩЕРБАКОВА

Требования к технике чтения учеников начальной школы растут с каждым днем. Ее проверяют минимум 2 раза в год, а в некоторых школах — в конце каждой четверти или триместра. В учебниках тексты становятся все длиннее, на дом задают читать сразу несколько страниц. Для некоторых детей чтение становится пыткой — буквы с трудом соединяются в слова, слова вообще не собираются в предложения. На контрольных они не успевают даже дочитать задание, не могут осилить простенькой статьи из Википедии. И учеба страдает, и времени свободного не остается. Попробуем помочь домашними средствами.



ТОЧКА ОТСЧЕТА

Считается, что понимание смысла прочитанного возникает при темпе чтения не менее 60 слов в минуту (при способе чтения целыми словами). Умение читать вслух со скоростью 90 слов в минуту обеспечивает углубленное понимание прочитанного. На этот уровень дети должны выйти к концу третьего класса. К концу четвертого класса (момент перехода в среднюю школу) ребенок должен читать со скоростью примерно 120 слов в минуту.

Стоит отметить: в последние годы суровые нормативы скорости чтения для учеников начальной школы отменили. В ФГОС прописаны лишь ориентировочные показатели. Однако, опираясь на них, учителя по привычке устанавливают «свои» границы: чем престижнее школа, тем быстрее приходится детям тараторить на контрольных.

Конечно, педагоги учитывают и более существенные подробности:

- способность читать не по слогам, а слитно;
- количество ошибок (неправильная постановка ударений; запинания; замены, повторы букв или звуков, слогов, слов);
- выразительность (интонация, четкость и громкость);
- понимание основного смысла прочитанного, умение ответить на вопросы по тексту.

ЧТО НУЖНО, ЧТОБЫ НАУЧИТЬСЯ ЧИТАТЬ

Оказывается, мало просто выучить буквы. Нужно развить в ребенке еще некоторые способности, в домашних условиях или с помощью специалистов:

- достаточно широкое поле зрения: участок текста (количество символов), четко воспринимаемый глазами при одной фиксации взгляда (для проверки может потребоваться консультация офтальмолога, а для увеличения поля зрения можно воспользоваться



таблицами Шульте в Личном кабинете);

- достаточно высокий уровень организации внимания и памяти (может потребоваться помощь психолога, невролога);

- достаточно высокий уровень развития артикуляционного аппарата (может потребоваться помощь логопеда);

- достаточно высокий уровень антиципации (предвосхищения) – зная законы языка, смысловые единицы речи, ребенок точнее «угадывает» слово – по первым буквам; по первым фразам – содержание текста (не путать с чтением по догадке!).

УСКОРЯЕМСЯ

Итак, как помочь ребенку научиться читать быстрее и без ошибок?

Прежде всего – продолжаем читать. Считается, что быстро читают дети, которые читают много. Однако просто читать книги не слишком эффективный способ усовершенствовать технику чтения. Более того, этот способ подходит только для детей, которые уже читают достаточно хорошо для своего возраста. Как же выйти из порочного круга: он читает плохо, с трудом – он мало читает – он по-прежнему плохо читает?

Чтение по очереди: берем интересную книгу, желательна с динамичным сюжетом, и начинаем читать ее вслух, договорившись предварительно, что каждый слушатель тоже почитает остальным. Можно каждому отвести одинаковое время. А можно ввести возрастную коэффициент: чем ты старше, тем дольше читаешь. Так у малыша сохранится интерес к книге и хватит сил продержаться несколько минут в роли чтеца. Кстати, слушание – тоже неплохое упражнение для развития внимания и памяти.

Справа налево: пробуем читать строчку (лучше всего стихотворную), направляясь от последнего слова к первому. Или – от последней буквы к первой. Смешная абракадабра подарит положительные эмоции. Ребенок и не заметит, что попутно учился читать.

«Вершки и корешки»: нам понадобится длинная закладка или непрозрачная линейка. Накладываем ее на строчку, прикрывая нижнюю половину букв. Ребенку надо прочитать слово или предложение по верхним частям букв – «вершкам». Если не получается сначала – сдвинем линейку на минутку, покажем строчку целиком и снова закроем ее. Кстати, тоже полезное

упражнение: схватить целую строку глазами, запомнить. Потом меняем положение закладки, закрывая верх следующей строчки, и читаем по «корешкам».

«*Буксир*»: читаем в паре. Взрослый (старший брат или сестра тоже пригодятся) читает «про себя», стараясь не спешить, и ведет пальцем по строке. Задача ребенка — читать вслух, успевая за движением пальца.

С *третьей попытки*: предложите ребенку читать книгу в течение одной минуты. Вы следите за секундомером или ставите песочные часы. Отметьте слово, на котором чтец остановился при первой попытке. Теперь — второй подход. Ребенок читает то же самое еще раз. Наверняка он успеет прочитать чуть больше, чем в первый раз. Третья попытка — наверняка станет рекордной. Нет ничего увлекательнее соревнования с самим собой — и победы над собственным несовершенством.

«*Бросок — засечка*»: цель этого упражнения — развитие зрительного умения ориентироваться в тексте. Ребенок кладет руки на колени и по команде «Бросок» начинает читать текст вслух (минуту-полторы, не дольше). Затем раздается команда «Засечка». Читатель закрывает глаза и несколько секунд отдыхает, руки при этом остаются на коленях. По команде «Бросок» ребенок должен отыскать глазами то место в книге, на котором он остановился, и продолжить чтение вслух. Это упражнение можно выполнять не более 5 минут. Утомительно. Сами попробуйте.

«*На дворе трава*»: обычно мы объясняем детям, что при чтении вслух не нужно тараторить — важно успевать понимать прочитанное. Забудем на несколько секунд о правилах. Задача — прочитать пару строк максимально быстро и безошибочно, как скороговорку, четко проговаривая окончания. Кстати, вдруг окажется, что ваш ученик успел даже понять смысл

прочитанного, пусть и не с первой попытки. Упражнение должно длиться не более 30 секунд.

«*Аудиозапись*»: предложите ребенку познакомиться с отрывком из стихотворения, затем пусть он прочитает этот отрывок медленно, выразительно, как актер в студии звукозаписи. Можно даже включить диктофон на запись. Ребенок прочитывает отрывок до конца, но вы не останавливаете его — не выключаете диктофон. Ребенок переходит на незнакомую часть текста. И — о чудо! — продолжает читать ее в том же темпе, так же красиво и выразительно. Конечно, возможностей на-



чинающего чтеца надолго не хватит. Остановите процесс через несколько строк. Если регулярно повторять такие упражнения, техника чтения будет совершенствоваться. А в семье появится хорошая коллекция аудиозаписей для прослушивания в машине, к примеру.

ТАБЛИЦЫ БУКВ И СЛОГОВ

Совершенствовать технику чтения можно при помощи специальных игр. Подготовка не займет много времени.

Начертите таблицу любого размера и в клеточки впишите буквы. Все, игра готова.

Попросите ребенка:

- назвать все буквы в строчке или в столбике;
- назвать и показать букву, которая стоит справа от заданной буквы или сверху;
- назвать и показать все гласные или согласные;
- прочитать все слоги в строчке или столбике.

Каждый правильный ответ — призовые баллы, которые могут превратиться в наклейки или конфеты. Вчера выигрыш был явно меньше, чем сегодня. Можно ввести и временные ограничения: минута, 30 секунд. Можно устроить соревнования с бабушкой.

В уже заготовленной таблице или на любой страничке книги с крупным шрифтом попросим ребенка найти, например, все буквы О. Важно засесть и время выполнения задания, и количество допущенных ошибок. С каждым днем и тот, и другой показатель будет уменьшаться. Для усложнения игры — предложите найти более редкую букву, Э например.

Если захочется ввести соревновательный момент, вступите в состязание с собственным ребенком, только, ради справедливости, уменьшите себе время выполнения задания (или возьмите отрывок текста подлиннее).

Если таблица не под рукой (в дороге, к примеру, в очереди в поликлинику), на любом клочке бумаги зашифруйте слово (не слишком длинное, но и не коротенькое), поменяв буквы местами: *яблоко* превратится в *ялбоко*. Сначала ребенок расшифровывает загадку. Потом — его очередь шифровать.

Можно даже шифровать небольшие тексты (см. пример в Личном кабинете).

Главное — ни в коем случае не надо торопить и подгонять ребенка. Занятия должны приносить радость!

Пять способов сформировать красивый почерк

БЕЗ СЛЕЗ И ССОР

Елена ПЕТРОВА

Мы продолжаем поднятый в октябрьском номере журнала (№ 10, 2015) разговор о проблеме выработки у детей красивого, легко читаемого почерка. Как помочь нашим малышам? Хоть и придется им в жизни чаще печатать на компьютере, чем водить ручкой по бумаге, все же умение красиво писать пригодится не раз: и в школе (ее еще закончить надо, экзамены сдать — как раз ручкой на бумаге), и в жизни (твердая рука, спокойствие духа, координация...).

СПОСОБ ПЕРВЫЙ: НЕ ПИСАТЬ!

Да! Все верно. Один из самых эффективных способов научиться писать красиво — не писать, пока рука к этому не готова. Детский почерк напрямую зависит от того, насколько развита мелкая моторика ученика, насколько сильны его пальчики, насколько ребенок координирует движения руки и глаз. Так стоит ли пытаться использовать еще не развитые, не существующие способности? Не лучше ли придумать всякие игры, веселые занятия для укрепления рук, совершенствования точности движений, вместо того чтобы безнадежно переписывать одну и ту же страницу учебника?

О каких играх и развлечениях мы говорим? Вязание, лепка, рисование, особенно гравюр (процарапывание иголкой на черном фоне линий узора), вышивание (особенно всяких монограмм, инициалов), игра в бирюльки, со-

бирание пазлов и любых конструкций из мелких деталей, строительство карточных башен... Список можно продолжать до бесконечности.

Не сразу, через несколько недель нескучных, но регулярных занятий, вы заметите, насколько привлекательнее стали тетрадки ребенка.

Кстати, чтобы учитель в школе не нервничал и не торопил малыша, не требовал от него немедленных результатов, расскажите ему о том, как вы пытаетесь помочь ребенку научиться писать красиво, убедите



подождать немного, не делать лишний раз замечаний, тем более не снижать оценок за неаккуратность. Чтобы не разочаровывать ученика, не внушать ему страха и отвращения к процессу письма. Попросите, по возможности, отметить даже незначительные улучшения. Поддержка вдохновляет!

СПОСОБ ВТОРОЙ: МЕНЯЕМ ОРУДИЯ ТРУДА

Писать только синей ручкой — скучновато и утомительно. Испробуем разные орудия письма: тонкий маркер, карандаши разной твердости, цветные ручки (дети очень любят такие, где можно менять цвет стержня, нажимая на кнопочку). Проследим за ощущениями писца, за внешним видом текста, испробуем самые фантастические сочетания цветов и линий.

Кстати, отличный способ попутно потренировать грамотность письма, прописывая, к примеру, безударную гласную другим цветом, линией другой толщины.

У данного приема есть и более экстремальные разновидности. Прежде всего — написать несколько букв (слово) сразу несколькими карандашами (ручками). И простор для творчества, и упражнение

для руки, и эффектная картинка, которой не стыдно перед друзьями похвастаться.

А еще стоит попробовать писать чем-то, не предназначенным для писания: зубной пастой на стекле, взбитыми сливками из кондитерского мешочка (или специального баллончика) на торте, солью (ее набираем пальчиками в щепотку) на столе, прямо пальцами выводить буквы на детском креме... Если этот крем размазан по щеке (по спине) младшего брата, упражнение можно будет одновременно считать выполнением домашних обязанностей и педагогической работой: брату предстоит догадаться, какая буква на нем написана.

СПОСОБ ТРЕТИЙ: МЕНЯЕМ НАКЛОН

Одна из трудностей в выработке красивого почерка — необходимость подолгу сидеть за столом. А дети вообще не очень любят — сидеть за столом. Ну и не надо! Прикрепим лист бумаги к окну и попробуем написать стоя (фломастером или карандашом — ручки в такой ситуации работать не будут) приветствие новому дню, любимой семье. Непривычное положение

руки заставит ребенка сконцентрироваться на форме букв.

Чтобы ребенку пришлось писать лежа, прикрепите лист к обратной стороне стола. Оставить тайную записку папе, лежа под столом, весело и не так уж просто. Придется постараться, чтобы буквы вышли читабельные.

СПОСОБ ЧЕТВЕРТЫЙ: СТАТЬ ИССЛЕДОВАТЕЛЕМ

Убедите ребенка стать исследователем, раскрыть какую-нибудь тайну: какие птицы чаще прилетают к кормушке во дворе, кто из них какой корм предпочитает, как связан цвет заката с завтрашней погодой, на каких деревьях самые необычные снежные шапки... Вручите юному следопыту красивый блокнот, карандаш (ручки плохо пишут на морозе). Когда есть важная причина что-то записать (не просто потому, что в школе задали), процесс уже не так утомляет. К тому же это отличный способ углубить знания об окружающем мире, а еще — расширить лексический запас малыша (придется подобрать точные прилагательные, чтобы описать закат, снежные шапки, узнать, как называются птицы, деревья...).

СПОСОБ ПЯТЫЙ: ПИШЕМ ПИСЬМА

Когда вы в последний раз вынимали письмо из старомодного железного почтового ящика? А ваш ребенок? Да он вообще не знает, что такое бывает! Уговорите его вступить в переписку — с кем угодно. Самое простое — с одноклассниками. Наверняка у некоторых тоже есть проблемы с почерком (их родители будут рады вашему предложению, помогут детям включиться в процесс), кто-то согласится сам, из любопытства. Купите вместе с ребенком (полагаясь на его вкус) конверты, красивые открытки и марки (они еще продаются!), напишите поздравление (благо праздников зимой достаточно: Новый год, Рождество, старый Новый год, Крещение...), просто письмо, рассказ о каком-нибудь удивительном происшествии... Для друга придется постараться — писать аккуратно и понятно. Послание отправится по почте. Она у нас нетороплива. Ожидание, переживания. Зато сколько радости доставит ответное сообщение, которое малыш найдет в почтовом ящике однажды утром.

Если с одноклассниками переписка не случилась, напрягите родственников, бабушек-дедушек. Даже если они живут в соседней комнате. Обмен новостями и признаниями в любви на бумаге выглядит солиднее, хранится долго. Представьте: бабушка спустя годы покажет взрослому внуку письмо, которое он написал ей в семь лет?

Если одноклассникам и родственникам писать неинтересно, можно поискать друзей по переписке в большом мире. В этом вам помогут разные интернет-сайты, в частности <http://postcross.ru/> (сайт для любителей обмениваться открытками), <http://www.epals.com/> (для тех, кто заодно готов выучить иностранный язык). Было бы желание — писать.



О чем спрашивают психолога родители?

И КОГДА УЖЕ СТОИТ СПРОСИТЬ?

Татьяна КУДРЯШОВА

Родители не так часто обращаются к психологу со своими проблемами. И даже когда приходят к нему на консультацию, не всегда отдают себе отчет: чего они ждут от незнакомого человека, чем он способен им помочь. Опытный психолог Татьяна Кудряшова делится опытом общения со многими семьями.

НАША ЦЕЛЬ

Цель психолого-педагогического консультирования состоит в том, чтобы помочь родителям в разрешении основных проблем, связанных с воспитанием детей. Это, как правило:

- преодоление стереотипов воспитания;
- расширение поведенческого репертуара взрослых в ситуациях, связанных с воспитанием ребенка;
- обучение приемам самопознания, саморегуляции, использованию ресурсов семьи;
- помощь в выработке продуктивных стратегий в отношении трудных ситуаций.

Вот несколько примеров тем, которые мы часто обсуждаем с родителями, с краткими комментариями.

ДЕТСКИЕ ИСТЕРИКИ

Чем младше ребенок, тем слабее его эмоционально-волевая сфера. Это связано с незрелостью мозговых структур, которые позволяют человеку управлять своим поведением и своими эмоциями. Поэтому малыши часто капризничают или закатывают истерики.

Родителю важно уметь вовремя распознавать сигналы, подаваемые ребенком: усталость, обида, болезнь, страх. Хорошая мама различает несколько видов плача своего ребенка, ведь она наблюдает его с самого рождения. Во многих сложных ситуациях ребенок сам не понимает, что с ним происходит, иногда пугается своих эмоций. Значит, это задача родителя – понять, что сейчас чувствует малыш, и озвучить его состояние: «Ты устал...Тебе неприятно...» И, конечно, утешить, обнять, прижать к себе.

С этой же целью – распознавания собственного состояния и, соответственно, снижения эмоционального напряжения – всеми членами семьи максимально должен использоваться словарь эмоций: «Я злюсь, когда в доме грязно... Я обижаюсь, когда меня игнорируют...»

Детские истерики доставляют родителям особенно много хлопот в общественных местах, в магазине, в общественном транспорте, в больнице. Иногда можно «пойти на поводу» у ребенка и сделать так, как он хочет, исключительно

для того, чтобы не привлекать внимания окружающих. Но дома данный инцидент обязательно нужно обсудить, объяснить, почему подобное поведение недопустимо: в обществе есть определенные правила, которые нельзя нарушать.

Как известно, для любых сложных ситуаций лучшее средство – профилактика. Если ребенок склонен к истерикам, с ним особенно внимательно нужно обсуждать планы на будущее, чтобы он знал, что произойдет в ближайшее время. А еще важен хороший сон. И хорошее настроение детей и родителей.

ДЕТСКИЙ НЕГАТИВИЗМ

Часто родители обращаются за помощью к специалисту, потому что их ребенок никого не слушает, он агрессивен, протестует «на пустом месте».

Нельзя забывать, что ребенок, как все живые существа, наделен различными чувствами, в том числе и негативными. Он имеет полное право злиться и упрямиться в определенных ситуациях. Стало быть, взрослому надо научиться считывать переживания ребенка, чтобы помочь ему закрепить конструктивные модели поведения.

Большую роль играет личный пример взрослых: дети повторяют поведение членов семьи, так же ругаются, бьют игрушки, если в доме есть насилие.

Адаптивное поведение формируется с раннего возраста: ребенок делает первые шаги, оглядываясь на мать, которая улыбается малышу в ответ, если он все делает хорошо, и хмурится, когда он делает плохо. За проступки следует наказание. Самое действенное наказание для ребенка – потеря внимания взрослого. Поэтому маленьких детей лучше наказывать не шлепками и оскорблениями, а игнорированием. Ненадолго: «Посиди на стульчике... Не заходи в комнату... Я пока не хочу с тобой разговаривать...» Пяти–семи минут более чем достаточно.

Агрессивное поведение ребенка может сопровождаться аффектом. В таких случаях необходимо помочь малышу справиться с напряжением, которое «парализует разум»: дать попить воды; подвести к окну; открыв форточку, заставить сделать несколько вдохов-выдохов; расстегнуть рубашку; прижать к себе. В то же время важно выставить границы дозволенного: нельзя драться, нельзя оскорблять других.

Для того чтобы подобных ситуаций было как можно меньше и негатив не накапливался, важно наполнять день ребенка движением, творчеством, игрой. Есть ряд так называемых терапевтических (лечебных) игр, где можно строить и разрушать в свое удовольствие: игры с конструктором, с песком, с

рождается. Само собой, он в этом не виноват. Стало быть, ругать его за импульсивность и неумение сосредоточиться бессмысленно и нечестно. Иногда полезно обратиться к врачу. Но не менее важна помощь близких взрослых, родителей: их четкие и последовательные инструкции, зрительное подкрепление, контакт глаз, прикосновения...

Ребенку с дефицитом внимания свойственны слабая произвольность и самоконтроль, которые нужно заменять логическим программированием. Приучить к выполнению упорядоченных алгоритмических действий, что очень важно для школы, будет легче, если взрослый вместе с ребенком регулярно выполняет бытовые обязанности: они вместе склады-

школе, его системы саморегуляции обычно нормализуются. Дети с СДВГ вполне могут быть успешными, хорошо учиться, добиваться цели, придумывать, творить.

ДЕТСКАЯ ПАССИВНОСТЬ

Как правило, пассивные, ведомые дети растут у слишком опекающих, слишком активных родителей, подавляющих инициативу ребенка. Другая причина низкой активности современных детей — это телевизор и компьютер. Пассивные дети могут испытывать тревогу или страх общения. Ни в коем случае нельзя закреплять страхи ребенка, нельзя все время о них напоминать ему самому и окружающим. Помощь в преодолении психологического барьера заключается в тренировке того или иного навыка. Например, учим приветливо здороваться: сначала дома с папой, затем с бабушкой, с соседями, ребятами, педагогами.

ЕДИНСТВО ТРЕБОВАНИЙ К РЕБЕНКУ

Родители часто обращаются к психологам из-за того, что взрослые в семье конфликтуют по вопросам воспитания. Естественно, в результате взрослых недоговоренностей страдают в большей степени дети.

Как известно, для решения любой проблемы нужен конструктивный диалог, будь то «стол переговоров», «семейный совет», «педагогический совет». В присутствии ребенка, если его мнение важно, или без него. Если таких коллективных обсуждений нет, конфликты, выяснение отношений будут происходить регулярно, с последующими психическими травмами у всех участников воспитательного процесса.

Если, несмотря на все усилия, семье не удается справиться с трудностями, стоит обратиться за помощью к профессионалу — психологу.



пластилином, с красками. Все это поможет ребенку снизить уровень стресса, избавиться от негативных эмоций.

ДЕТСКАЯ НЕПОСЕДЛИВОСТЬ, ГИПЕРАКТИВНОСТЬ

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) — это особенность, с которой ребенок

вают одежду, собирают игрушки и книги, работают в саду...

Гиперактивному малышу трудно расслабиться. Ему помогут массаж, купание, большие игрушки. А еще спортивные турники, мячи-прыгунки...

Мозговые структуры, как правило, созревают к концу начальной школы, и, если ребенка не перегружали, не наказывали физически, не унижали ни дома, ни в

Защищаем ребенка от насилия

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ?

Светлана ПАЗУХИНА

Как бы мы ни оберегали наших детей, увы, иногда случается трагедия: наши малыши становятся жертвами агрессии, насилия. И мы не знаем, чем помочь, как себя вести. Будем надеяться, наши советы вам никогда не пригодятся. Но все же лучше быть в курсе.

ЧТО СЧИТАТЬ НАСИЛИЕМ?

Насилие — это не только физическая агрессия (побои, таскание за волосы, пощечины, грубые хватания...) или сексуальная, но и пренебрежение ребенком, начиная от неготовности взрослых обеспечить его едой, одеждой, заканчивая игнорированием его эмоциональных потребностей, лишением любви. Насилием считается также навязывание детям «чужих» культурных и религиозных стандартов; информационное перенасыщение (в том числе сложные образовательные программы в школах), что приводит к дезориентации личности. Психологическое жестокое обращение — открытое неприятие и критика ребенка, запрет встречаться с друзьями, предъявление к ребенку чрезмерных требований, не соответствующих его возрасту и возможностям, ложь и невыполнение обещаний со стороны взрослых, унижение, оскорбление, издевательства, высмеивание ребенка — это тоже насилие.

Психологическое насилие — проблема не только семейная, но и школьная. В классе порой игнорируются нужды одного или нескольких одноклассников, их потребность в безопасности, поддержке, одобрении, общении. Ребенок пе-

реживает публичное унижение, его жестко критикуют, постоянно апеллируют к чувству вины, стыда.

Жертвой школьного насилия может стать любой ребенок, но обычно для этого выбирают того, кто слабее или чем-то отличается от других. Часто жертвами школьного насилия становятся дети, имеющие физические недостатки (носящие очки, имеющие сниженный слух, с нарушениями движений, например при ДЦП), с особенностями поведения (слишком медлительные, гиперактивные...), так как они не могут дать адекватный отпор и защитить себя. Ребенок, проявляющий неуверенность и страх перед школой, нередко становится объектом для издевок одноклассников. Отсутствие опыта жизни в коллективе (домашние дети, не посещавшие детский сад) также мешает справляться с проблемами в общении.

ЧЕМ ОПАСНО НАСИЛИЕ?

Насилие — это не только и не столько физическая травма. Это прежде всего — психологические последствия.

В случае насилия со стороны незнакомого человека психологические последствия, как правило, носят менее острый и стойкий харак-

тер, так как в подобной ситуации большую роль играет поддержка близких, особенно матери. В случае же домашнего насилия положение становится более сложным. Ребенок, перенесший насилие со стороны родственника или другого близкого человека, чувствует, что его предали, теряет ощущение безопасности, а мир для него становится непредсказуемым. Так как в норме именно семья воспринимается человеком как безопасное место, а родители на бессознательном уровне рассматриваются ребенком как защитники, то, если насильственные действия совершает родитель или же ребенок приходит к выводу, что родитель не может или не хочет его защитить, возникает диссонанс — исчезает чувство безопасности, возрастает тревога, уменьшается способность доверять другим людям, появляется ощущение невозможности контролировать происходящее.

Нарушения, развивающиеся после пережитого насилия, затрагивают все уровни функционирования человека (физиологический, личностный, межличностный) и могут приводить к стойким личностным изменениям. Младшие школьники, живущие в ситуации насилия и являющиеся пострадавшей стороной, могут испытывать страх, ужас, смутение, гнев, чувство беспомощности, безнадежности или бессилия, беспокойство о безопасности, чувство вины, стыда, подавленность, потерю уверенности в себе, приступы тревоги, депрессию, печаль, желание возмездия. Возможны невротические расстройства, навязчивые воспоминания, нарушения сна, ночные кошмары, резкие смены настроения и вспышки агрессии, гиперактивность, особенно в школе. Находясь в постоянном напряжении дома, ребенок не может сдерживаться в школе, где нет людей, агрессии со стороны которых он боится. Дети, развивавшиеся в условиях насилия и/или пренебрежения, могут демонстрировать отста-



вание в развитии, не обусловленное органическими причинами. Многие взрослые, страдавшие от насилия в семье, горюют о потерянном детстве; их состояние похоже на состояние людей, перенесших утрату и не отреагировавших на свое горе полностью.

Младший школьник, переживший психотравмирующее событие, не видит жизненной перспективы (не знает, что будет с ним через день, месяц, год; теряет интерес к ранее привлекательным для него занятиям).

ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИЙ СТРЕСС

Одной из распространенных психологических реакций ребенка на насилие является посттравматический стресс. В данном состоянии характерно повторяющееся переживание травмирующего события. Это может происходить в разных формах. К ним относятся повторяющиеся, насильственно прорывающиеся воспоминания о произошедшем, несмотря на стремление человека забыть о насилии. У детей могут наблюдаться повторяющиеся игры, в которых отражаются элементы травматического опыта. Могут наблюдаться повторяющиеся

ночные кошмары, интенсивные негативные переживания при столкновении со стимулами, чем-то напоминающими (символизирующими) пережитую травму, сопровождаемые физиологическими реакциями. Ребенок, переживший травму, может начать избегать всего, что каким-то образом напоминает о ней, и даже может быть не способен в полной мере восстановить в памяти то, что с ним произошло. Зачастую такое вытеснение

гим возможным последствием посттравматического стресса может быть возникновение чувства «укороченного будущего», которое проявляется в том, что ребенок даже в фантазиях и мечтах не может представить себя в качестве взрослого. У детей, страдающих от посттравматического стресса, также наблюдаются: нарушения сна, раздражительность, гиперреактивность, нарушения памяти и концентрации внимания.

Обсуждая с ребенком трагическое событие, сводите разговоры с описания деталей на чувства

начинает играть значительную роль в дальнейшей жизни жертвы насилия. Так, например, пропадает интерес к тому, что раньше занимало, возникает чувство отчуждения от близких, что, в свою очередь, может привести к изоляции и нарушениям социальной адаптации. Может быть потеряна способность испытывать сильные чувства, что часто наблюдается у детей — жертв сексуального насилия. Дру-

Ребенок, переживший насилие, находящийся в состоянии посттравматического стресса, живет в постоянном напряжении, ожидая повторения насилия, а это, в свою очередь, сказывается на его повседневной жизни и проявляется, например, в резком снижении успеваемости.

Младший школьник, перенесший травму, может полностью поменять свой взгляд на мир, причем

часто на смену одним иллюзиям приходят другие: вместо веры в то, что «мир справедлив и упорядочен», приходит убеждение в полной несправедливости и непредсказуемости мира. Результатом такого убеждения может стать то, что ребенок никому не рассказывает о произошедшем.

Жертва насилия часто стремится полностью забыть о произошедшем, но существует и другой вариант: человек, испытавший насилие, может пытаться как бы заново пережить травмирующую ситуацию, чтобы наконец разрешить ее.



К несчастью, такие попытки изменить прошлое приводят только к повторной травматизации.

Другим последствием травмы может стать злоупотребление алкоголем и наркотическими веществами. Злоупотребление наркотиками считается одним из распространенных способов реакции на насилие у подростков.

Посттравматический стресс является крайне тяжелым состоянием и при отсутствии своевременной помощи может вести к возникновению многочисленных психологических и социальных расстройств.

Дети, ставшие жертвами насилия, нуждаются в своевременном оказании профессиональной помощи, в первую очередь помощи психолога.

НЕМЕДЛЕННАЯ ПОМОЩЬ

Прежде всего, дайте ребенку понять: вы всерьез относитесь к его переживаниям и вы знали других детей, которые тоже через это прошли («Я знаю одного смелого мальчика, с которым тоже такое случилось»).

Повторяйте, что чувствовать беспомощность, страх, гнев — совершенно нормально.

Постарайтесь создать атмосферу безопасности, посмотрите вместе с ребенком «хорошие» фотографии —

это позволит обратиться к приятным образам из прошлого, ослабит тяжелые воспоминания.

Обсуждая с ребенком трагическое событие, сводите разговоры с описания деталей на чувства.

Помогите ребенку выстроить жизненную перспективу (конкретные цели на конкретные сроки). Повышайте самооценку ребенка (чаще хвалите его за хорошие поступки).

Поощряйте игры ребенка с песком, водой, глиной (помогите ему вынести вовне свои переживания в виде образов).

При этом нельзя позволить ребенку стать тираном. Не исполняйте любые его желания из чувства жалости.

ПОМОЩЬ В ПЕРИОД ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО СТРЕССА

1. Дети показывают свои страдания и волнения при помощи своего поведения — сверхчувствительного, замкнутого или шаловливого. Дайте ребенку дополнительную поддержку, подбодрите его и будьте терпимыми, когда он находится в стрессовом состоянии.

2. Будьте чуткими к чувствам, которые ребенок вербально или невербально выражает.

3. Помогите детям научиться говорить о своих чувствах, чтобы ребенок не замкнулся, научите его разрешать проблемы словесно, а не физически.

4. Проводите беседы о чувствах, выражая ваши собственные переживания, замечайте чувства ребенка («Мне становится грустно, когда я спорю со своими друзьями, возможно, тебе тоже»).

5. Детей младшего возраста необходимо научить понимать свои чувства. Это помогает им более точно распознать эмоции и справиться с ними («Думаю, ты плачешь потому, что ты устал(а)» или «Я знаю, что Ирина забрала твой мяч, и тебя это расстроило»).

6. Помогите детям научиться успокаиваться самостоятельно, когда они расстроены. Например, иногда ребенку необходимо побыть одному.

7. Убедите ребенка, что у всех детей возникают реакции на определенные ситуации («Иногда дети пугаются, и это нормально»; «Если что-то не работает, это тебя раздражает»).

8. Иногда детям легче ответить на комментарий, чем на прямой вопрос, если что-то не так: «Илья, ты выглядишь немного расстроенным. Наверно, ты думаешь о...»

9. Бывает, что детям легче комментировать свои чувства в контексте чувств большинства детей: «Большинству детей становится страшно и грустно, когда их папа и мама ссорятся».

Для себя и для друга

О ПРИКЛЮЧЕНИЯХ, ЧУДЕСАХ
И ВСЯКИХ ЛАКОМСТВАХ

Наталья ВИШНЯКОВА

Зимние вечера располагают к чтению. А предновогодняя пора даже самых заядлых скептиков заставляет верить в волшебство. Поэтому сегодня на нашей полке книги, в которых звери разговаривают, за дверью городской квартиры плещется море, и добро всегда побеждает.



**Светлана Лаврова,
Ольга Колпакова**
Верните новенький скелет!
РОСМЭН, 2015

Если ребенку нравится читать о веселых и местами сумасшедших приключениях своих сверстников — вам сюда. На первый взгляд, ничто в этой истории не предвещает чудес: первоклассница Стася Сергеева ленится вставать по утрам в школу; ее сестра, восьмиклассница Саша, выбирает, в кого бы ей влюбиться на этот раз; папа преподает в школе биологию, мама — литературу; кошка Картахена охраняет дом, а в квартире напротив проживает семья Лапшовых и их собака по кличке Кошмар. Все вполне заурядно.

Но вот папа Стаси привозит из командировки в Японию редкую рыбу Кукуреку. И начинается... Из кабинета биологии пропадает

странный набор пособий: одноногий скелет; вобла, замаскированная под окунька; сушеная морская звезда; пластмассовое чучело ихтиозавра и телескоп. В квартиру Сергеевых один за другим проникают японские мафиози. Уборщица Клара Никифоровна решает разоблачить преступников, орудующих, по ее мнению, в школе. И пока взрослые еще только собираются что-то исправить, дети решают все проблемы до полной победы справедливости.

Цитата: «— РР-гав, — ответил Кошмар, что означало: хозяйева придут и разберутся.

«Мя-я», — предупредила соседа Картахена.

Это означало, что главное, не пускать незнакомца на кухню, где за батареей лежит одна запасная рыбная котлетка, которую она приберегла для Кошмара. Пожалуй, больше никаких драгоценностей в квартире Сергеевых не было».

**Светлана Лаврова,
Ольга Колпакова**
Привидение — это к счастью
РОСМЭН, 2015

Это продолжение приключений семьи Сергеевых, героев книжки «Верните новенький скелет!». На сей раз в квартире напротив селится настоящая ведьма. Это точно, у нее и диплом есть. А под потолком в ее комнате подвешен крокодил. Не со-



всем живой — но это временно, пока его не поцелует принцесса.

Принцесс, впрочем, в этой истории нет. Зато есть погони, загадочные происшествия, таинственные события, цирк и, как следует из заглавия, одно привидение.

Цитата: « — Смертельный номер! — прокричала Стася. — Голова дрессировщика в пасти льва!

— Звери должны быть в последнем отделении, — сделала замечание Саша.

— У нас звери тогда, когда поймает, — ответила Стася. — Давай барабань.

Саша принялась выбивать дробь двумя совочками для песка. Стася вертела Картахену, пытаясь сунуть ей в рот голову, но кошка крепко сжала челюсти.

— Смертельный номер, — снова объявила Стася. — Голова льва в пасти дрессировщика».



Юлия Симбирская
Здравствуй, Таня!
РОСМЭН, 2015

Героине книжки, Тане, повезло: она умеет дружить и понимает, как это нужно делать. И пусть твой друг

немного жадина и собственник, пусть он недружелюбен по отношению к другим твоим друзьям, пусть он даже плакса и зануда — но он твой друг, и вам хорошо вместе.

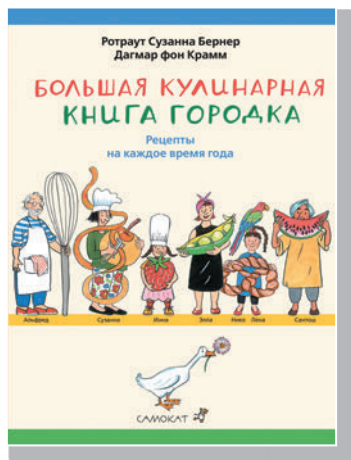
Только однажды подруга сообщает Тане, что скоро уезжает во Францию, где школа в тысячу раз лучше, форма — в тысячу раз моднее, а еще там у нее, наконец, появится настоящая подруга. И Тане становится грустно. Непонятно, что грустнее: разлука с подругой или ее слова. Верить ли после такого в дружбу?

Цитата: « — Когда я вырасту и у меня родится дочь, я обязательно назову ее Венесуэла.

— Так страна называется, вообще-то, — сомневаюсь я в правильности ее выбора.

— И что теперь? — Таня смотрит на меня с вызовом. — Страну можно красивым именем назвать, а мою дочь нет?

Я не знаю, что отвечать. На всякий случай предлагаю ей два подходящих имени для сыновей — Эквадор и Гондурас».



Ротраут Сюзанна Бернер
Большая кулинарная книга
Городка
Самокат, 2015

С жителями Городка читатели давно знакомы, благодаря зимней, весенней, летней и осенней книгам. И наверняка тем, кто полюбил рассматривать и раскрашивать эти истории, было любопытно, как же эти горожане живут: во сколько

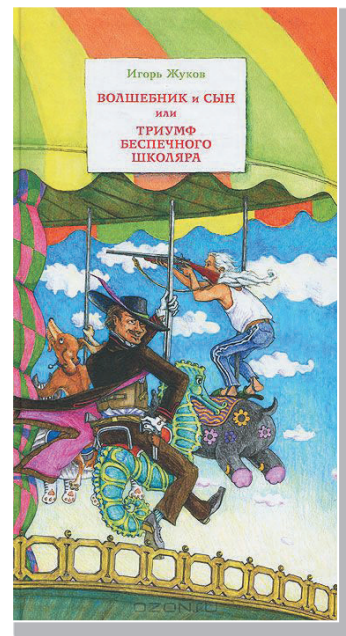
просыпаются и как приветствуют друг друга, как отдыхают и о чем разговаривают по телефону. И особенно — что они едят на завтрак, обед и ужин.

Принцип расположения кухонных секретов в этой книге — сезонный. Понятно, что весной нужно есть как можно больше свежей зелени, а летом неплохо бы заняться варкой джема, осенью приходит время тыквы и травяного чая, а зимой можно побаловать себя жареной курицей и чечевичной похлебкой. Особенно приятно, что процесс приготовления еды показан как цепь процессов: вырастил и собрал на огороде — приготовил — сервировал — съел. Словом, выглядит все настолько привлекательно, что хочется немедленно пойти и приготовить что-нибудь из книжки.

Цитата: «Что должно произойти, чтобы у тебя в тарелке оказались пицца, ризотто или суп минестроне? Правильно: сначала продукты надо испечь или сварить. Для тебя это делают твои родители или повара в кафе или ресторане. Но готовка — это не волшебство, ты тоже можешь этому научиться. Обещаю: скучно не будет!»

Игорь Жуков
Волшебник и сын, или Триумф
беспечного школяра
Априори-пресс, 2013

Под Новый год особенно хочется волшебства. И история, которую с юмором рассказывает писатель Игорь Жуков, по всем параметрам подходит для чтения под наряженной елочкой. Главный ее герой, Семен Семенович Кукарямбов, по профессии волшебник, во всем полагается на говорящего пса Фафика, который сам ходит в магазин за продуктами и готовит хозяину завтраки, обеды и ужины. Его сосед, бульварный куплетист Кокоша Шляпкин, все время охотится на убегающую от него Колбасу. В кабинете Кукарямбова имеются три двери, за которыми море, джунгли и пустыня, — вот только волшебник



и сам не знает, за какой дверью у него что находится: соберешься в джунгли — и упадешь прямо в море. Зато в шкафу у него проживает целое мышиное племя, спасающееся от не в меру озверевшего кота. Кот носит царственное имя Базилевс и частенько обзывает Фафика «дураком собачьим» — тип, в общем, криминальный и маргинальный. И вдруг ни с того ни с сего в хорошем спянном коллективе происходит настоящее преступление! Расследовать его нужно очень срочно, прямо сегодня, потому что завтра возвращается из командировки мама. А еще потому, что именно на сегодняшний вечер в доме волшебника запланирован грандиозный праздник — «Триумф беспечного школяра». Портить праздник никому не позволено!

Цитата: «Песик Фафик вошел в кабинет с двумя большими тяжелыми пакетами в руках. Семена Семеновича он не увидел, потому что Семен Семенович быстро спрятался за угол буфета. Песик Фафик проковылял к столу, поставил свои пакеты на пол и с облегчением вздохнул.

— Я вас чую, Семен Семенович, — сказал он. — Выходите».

Секретный мир детей в пространстве мира взрослых

Мария ОСОРИНА

Мы публикуем еще один отрывок из книги Марии Осориной «Секретный мир детей в пространстве мира взрослых» (СПб.: Питер, 2015) — самый подходящий по сезону. Речь пойдет о катании с горок. Сколько раз мы раздраженно утаскивали домой заснеженного ребенка, умоляющего разрешить ему скатиться еще один разочек — самый последний. И не лень же ему, забыв о компьютере и телевизоре, карабкаться раз за разом на вершину, чтобы за пару секунд спуститься к исходной точке — на чем попало: на санках, на ледянке, на картонке, на собственно пятой точке, наконец?.. В чем секрет?

ЧЕМУ МОЖНО НАУЧИТЬСЯ НА ЛЕДЯНОЙ ГОРКЕ

Катание с гор — это традиционная русская зимняя забава, которая устойчиво сохраняется в детском быту по сей день, но, к сожалению, почти ушла как вид развлечения взрослых. <...>

Заботливые взрослые с наступлением настоящих холодов заливают спуск водой так, чтобы от него еще и дальше по земле тянулась достаточно длинная и широкая ледяная дорога. Хороший хозяин всегда следит за тем, чтобы поверхность спуска была без выбоин и залита ровно, без проплешин на ледяной глади.

Так же должна быть проверена плавность перехода от спуска к земле. Раскат льда по ее поверхности стремятся сделать гладким и за-

длинным. Правильно залить ледяную горку — это искусство: тут нужны и умение, и чутье, и забота о людях, которые будут с нее кататься. <...>

Спуск с ледяной горы — это всегда скольжение, не важно, на ногах или на заду. Скольжение дает совершенно особые переживания непосредственного динамического контакта тела с почвой, не похожие на обычные ощущения при ходьбе, стоянии и сидении. Скользящий вниз по крутой ледяной дороге человек чувствует малейшие изменения рельефа, ничтожные выбоины и бугорки той частью своего тела, которая непосредственно соприкасается с почвой (ступнями, задом, спиной). Эхом отдается это во всем теле, определяя его устойчивость и за-



ставляя прочувствовать многочисленность телесных сочленений и сложную конструкцию всего нашего телесного хозяйства. Спуск с ледяной горы на ногах, на заду, на спине — это всегда непосредственное, остро ощущаемое человеком, протяженное во времени взаимодействие его собственного тела с плотью земли — вечной опорой всего движущегося. <...>

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

СПУСК ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ

Вот малыш лет четырех-пяти. Он уже катается без помощи мамы. Это трех-четырёхлетним детям

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

Как мы видим, этот ребенок — «начинающий». Он проживает саму идею самостоятельного спуска: как это — катиться? Как это — самому? Пример старших товарищей недостаточно вдохновляет — они другие. Малыш чувствует себя одиноким и нуждается в понятном ему образце поведения. Кусок мерзлого снега, который ребенок принес и толкнул вниз перед собой, играет роль отделившейся частицы «Я» самого малыша, а ее движение задает ему схему действий. Если старший ребенок, приготовившись к спуску, в

уме прикидывает, как он будет съезжать вниз, то маленькому это нужно увидеть воочию, на примере движения предмета, с которым у него есть внутренняя связь типа «это — мое».

КОНТАКТ СО ЛЬДОМ

Дети семи-восьми лет в совершенстве владеют искусством катания на зад. Они знают, что подложить под себя, чтобы было хорошее скольжение: любят фанерки, куски толстого картона, но также ценят возможность съехать, усевшись на какую-нибудь занятую штуку (ящик от бутылок, таз и т.п.), что усложняет задачу и превращает спуск в игру. Опытные дети хорошо владеют ситуацией: умеют сильно отталкиваться наверху, добиваются максимального ускорения во время спуска, катятся внизу очень далеко. Они равно могут потом или быстро подняться, подобрав свою подстилку и уступая место детям, несущимся вслед, или могут картинно разлечься внизу, чтобы зафиксировать конечный момент спуска и получить полное удовольствие от состояния покоя.

Дети, съезжающие на зад, чувствуют себя в безопасности — падать им некуда. Они наслаждаются телесными ощущениями контакта с поверхностью льда, скольжения и скорости и даже пытаются за-

стричь эти ощущения. Например, увеличивают площадь телесного контакта, когда скатываются на животе, на спине с раскинутыми руками и ногами, или устраивают внизу «кучу-малу» с другими детьми, а потом еще продолжают валяться на снегу, уже сойдя с ледяной дорожки.

Ребенок делает все для того, чтобы максимально оживить ощущение своих телесных границ, чувственно прожить присутствие себя в своем теле, ощутить свое витально-телесное бытие и — порадоваться этому. Переживание целостности «Я» всегда наполняет человека энергией и радостью. Недаром взрослого всегда поражает особая живость, с которой дети вскакивают внизу и опять несутся на горку.

Тут будет уместно вспомнить, что в русской народной культуре скатывание с горы всегда связывалось с идеей приобретения и ускорения тока жизненных сил как в человеке, так и в земле, с которой он взаимодействует. Поэтому во время зимних праздников люди всех возрастов старались съехать с горы. Детям оживленная энергия была нужна для роста, молодоженам — для успешного начала совместной жизни, а старикам — для ее продолжения. Считалось, что если на Масленицу старик съехал с горы, то он доживет до следующей Пасхи. <...>



СТАДИЯ МАСТЕРСТВА

В семь-восемь лет ребенок учится скатываться с ледяной горы на ногах, а к девяти-десяти обычно умеет это делать хорошо — способен съезжать с «трудных» гор, высоких, с длинным неровным спуском.

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

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

Наблюдая за детьми, можно заметить, что каждый ребенок катается тем способом, который соответствует пределу его личных возможностей, но не превышает его.

Вообще, на горке человек виден как на ладони. Катаясь, он проявляет свои личностные особенности: степень активности, находчивости, уверенности в себе

Ребенок хочет показать максимум своих достижений, но при этом не получить травму. Обычно нормальные дети хорошо чувствуют свой предел. Хуже ощущают его дети-невротики и психопаты: они или излишне пугливы, или, наоборот, лишены чувства опасности.

На горке ярко проявляется способность ребенка изобретать для себя все новые и новые задачи и



тем самым делать постоянный вклад в обогащение ситуации. Так продлевает ребенок свое общение с игровым объектом (в нашем случае — с горкой) и превращает его в источник личностного развития. <...>

Например, ребенок хорошо съезжает на зад. Вероятнее всего, дальше он попытается научиться разогнаться в начале спуска, перепробует все, на что можно сесть, чтобы лихо съехать и катиться как можно дальше, исследует возможности совершения дополнительных вращений вокруг своей «пятой

точки», когда уже на медленной скорости катится по ровной ледяной дорожке на земле, и т. д. Ему будет интересно съехать вниз на животе, на спине, сидя задом наперед, чего дети обычно боятся, «паровозиком» — обнимая руками сидящего впереди ребенка («всколькером поедем?»), на пластмассовом ящике от бутылок, как на троне, и т. п.

Если дальше ребенок не решится перейти на более высокий уровень катания и попробоваться на короточках или на ногах, то, вероятно, остановится на каком-нибудь наиболее приятном для него способе спуска и погрузится в игру: катаясь, будет воображать себя в какой-нибудь роли и проживать уже невидимые для внешнего наблюдателя события. <...>

ГОРНОЕ ОБЩЕСТВО

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

Дети научаются друг от друга в мгновение ока. Для обозначения этого процесса взрослое слово «копирование» кажется слишком нейтрально-вялым. Детский термин — «слизывание» — гораздо

точнее передает степень тесноты психологического контакта и внутреннего отождествления ребенка с избранной им моделью для подражания. Часто ребенок перенимает не только способ действия, но и побочные особенности поведения — мимику, жестикуляцию, выкрики. Итак, первое социальное приобретение, которое можно сделать на горке, — это расширение репертуара поведения.

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

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

Некоторые дети всегда катаются сами по себе и избегают соприкосновений с другими. Съехав с горы, они стараются как можно быстрее убраться с дороги катящихся вслед за ними.

А есть дети, жаждущие телесного контакта: они не прочь устроить небольшую «кучу-малу» в конце ската с горы, где дети, движущиеся

с разной скоростью, иногда натываются друг на друга. Им доставляет удовольствие на излете скорости спровоцировать столкновение или совместное падение еще одного-двух человек, чтобы потом повозиться, выкарабкиваясь из общей кучи. Это раннедетская форма удовлетворения потребности в контакте с другими людьми через непосредственное телесное взаимодействие. Интересно, что на горке его часто используют дети достаточно большого возраста, которые по каким-либо причинам не могут найти других способов установления социальных отношений со сверстниками, а также страдают от отсутствия необходимых детям телесных контактов с родителями.

Более зрелый вариант телесного общения детей состоит в том, что они договариваются кататься вместе, держась друг за друга «паровозиком». Они делают это вдвоем, втроем, вчетвером, подначивая товарищей попробовать разные способы катания. Тем самым дети получают разнообразный двигательный и коммуникативный опыт, а также хорошую эмоциональную разрядку, когда вместе визжат, хохочут, кричат.

Чем старше и социально смелее ребенок, тем вероятнее, что на ледяной горке он будет не только испытывать самого себя, но и перейдет к небольшим социально-психологическим экспериментам. В предподростковом возрасте одной из самых заманчивых тем таких экспериментов становится исследование способов того, как можно налаживать взаимоотношения с другими детьми и оказывать влияние на их поведение: как привлечь их внимание, заставить уважать себя, включить в орбиту своих действий и даже — как манипулировать другими. Все это делается достаточно осторожно. Обычно детский народ соблюдает основной закон горки: катайся сам и дай кататься другим. Напористых лихачей не любят и держат по отношению к ним дистанцию.

Обычно дети экспериментируют, создавая трудные групповые ситуации (это чаще делается по отношению к знакомым) или устраивая для других небольшие эмоциональные встряски. Задача испытуемых состоит в том, чтобы оставаться выдержанными и самодостаточными.

Вот ребенок выжидающе стоит у края ледяного спуска на середине снежного склона и следит за скатывающимися вниз детьми. Когда мимо проезжает его приятель, ребенок резко прыгает сбоку и прицепляется к нему. В зависимости от устойчивости приятеля дети либо вместе падают, либо второму удается пристроиться к первому, и они стоя катятся «паровозиком» до самого конца. <...>

Вообще, на горке человек виден как на ладони. Катаясь, он проявляет свои личностные особенности: степень активности, находчивости, уверенности в себе. Очень хорошо виден уровень его притязаний, характерные страхи и многое другое. Недаром в народной общинной культуре катание с гор в зимние праздники всегда было предметом наблюдений, пересудов, толков присутствующего деревенского люда. На основании этих наблюдений делались даже прогнозы относительно дальнейшей судьбы катающихся, особенно если это были молодые люди: кто первым упал — тот первым помрет. Если упали вместе на одну сторону — будут вместе и в жизненных трудностях. Повалились порознь по разные стороны ледовой дорожки — так и на дороге жизни поступят.

Поэтому, пока ребенок катается, родитель тоже может не только скучать и мерзнуть, но с пользой для себя понаблюдать за своим детищем.

Отрывок из книги печатается с любезного разрешения издательского дома «Питер» (<http://www.piter.com/>)

для себя и о себе

Домашний Новый год

ДЕД МОРОЗ, СНЕГУРОЧКА И КОНФЕТЫ НА ЕЛКЕ

Юлия ЗАЙЦЕВА

Можно, конечно, дождаться полуночи, сидя за столом, провожая старый год выпивкой и салатиками, потом открыть шампанское, чокнуться под бой курантов, вручить друг другу заготовленные подарки, но это, если у вас нет детей и если вы сами потеряли своего внутреннего ребенка, забыли, какими были в детстве...

ПОЛУСОН-ПОЛУЯВЬ

Дети всегда ждут в новогоднюю ночь чуда и сказки. Наверное, именно поэтому подарки для детей во всех странах мира родители часто прячут по ночам, например, под елку, а дети находят их утром, втайне надеясь, что Дед Мороз (или другой волшебник) угадал их мечту.

— Ха-ха-ха, — скажут сегодня многие. — Какой Дед Мороз? Кто в него сегодня верит?

И все равно мы ждем подарков в последнюю ночь года, дарим сами что-то желанное и заглядываем под елку по утрам? Гены? Традиции? Наивная вера?

Много ли сегодня семей, в которых взрослые бережно сохраняют сказку и волшебство новогодней ночи и передают их по наследству своим детям?

Одно из самых первых моих детских воспоминаний: мне три года, мама укрывает меня потеплее мягким одеялом, в комнате пахнет мандаринами и стоит большая елка, под которой ночью и оставит подарки Дедушка Мороз. Но пока я не засну, он не придет.

— Но ведь если я засну, как же я его увижу? — думаю я и решаю притвориться, что сплю. Главное,

чтобы сам Дедушка Мороз не догадался, что я его вижу. Лежу, лежу, жду, а он все не идет... Глаза мои потихоньку закрываются, но уши настороже... Скрипит дверь, и Дед Мороз в длинном халате тихонько

подходит к елке, кладет под нее подарки, потом выходит. И я вижу, что у него не валенки, а папины тапочки на ногах.

— Вот почему он так тихо ходит! — думаю я и засыпаю...

Конечно, утром я взхлеб рассказываю папе и маме, что видела Деда Мороза ночью, но было темно, и я его не очень хорошо разглядела. Он не заметил, что я не спала. Мама и папа интересуются, во что он был одет. Я рассказываю, а они оба посмеиваются и перегля-



для себя и о себе

дываются, не верят, говорят, что мне это приснилось.

— А откуда же тогда подарки? — пытаюсь настоять я на своем.

Конечно, через пару лет я уже узнавала в Деде Морозе своего папу, но он уверял, что только в эту новогоднюю ночь решил проверить, что чувствует старый волшебник, когда приносит детям подарки...

НАГРАДА ЗА ТАЛАНТ

Конечно, с раннего детства я участвовала во всех новогодних утренниках. В пять лет на большом детском празднике получила за костюм Снежинки и новогодние стихи подарок от Деда Мороза: книжку, с которой не расставалась несколько лет, — «Приключения барона Мюнхгаузена». Эти чудесные истории я читала и перечитывала и верила почти всему, что было написано в книжке, которую мне не кто-нибудь, а сам Дед Мороз подарил! Именно поэтому и проверяла, залезая в глубокие весенние лужи, как можно вытащить себя за волосы на твердую почву.

А еще однажды нашла рогатку и выстрелила в лоб мальчишке во дворе, уверяя, что теперь у него на голове вырастет вишневое дерево.



Наблюдала за собакой и кошкой, и мне казалось, что это схватка крокодила со львом...

В общем, Новый год для меня всегда был источником сказок и фантазий. А жизнь в отдаленных военных гарнизонах с родителями учила делать праздник своими руками.

Мама со своим аккордеоном и красивым голосом была выдумщица на такие дела и всегда организовывала малышню, родителей и солдат на участие в праздниках. Задания, конкурсы, переодевания — все это проходило через наш дом.

ЕЛОЧНЫЕ УКРАШЕНИЯ

Особое место в нашем доме занимала новогодняя елка. Она у нас всегда, сколько себя помню, была, да и осталась, живая. Долго и бережно, несмотря на многочисленные переезды, хранились елочные игрушки. Приобретались изредка новые, но старые были особенно дороги. Какие в нынешних наборах скучно-одинаковые шары одного цвета! Нет, в нашем доме на елке было все, что душе угодно: и птицы райские, и космонавты, и спутники, и хлопушки, и уютные домики, и бородатые гномы,

и шишки, и бусы, и мишура. А еще — яркие вкусные конфеты (они и сегодня все те же): «Красная шапочка», «Грильяж», «Мишка на Севере», «Золотой петушок», «Ну-ка, отними»... Конфеты не только украшали елку, но и служили быстрыми призами за что-то полезное и радующее Деда Мороза и Снегурочку.

Елка и сейчас для нас дорогая гостья на нашем семейном празднике. Иногда она задерживается у нас до конца января, переживая в кадке с песком и Рождество, и старый Новый год, и бабушкин день рождения в конце января... Расставаться с ней всегда грустно, хотя приходится, в конце концов...

Естественно, когда я вышла замуж и у меня появились свои дети, двое сыновей (младший из которых родился за неделю до Нового года, а пришли мы с ним из роддома как раз к новогоднему столу), то сработал генетический код. На семейный Новый год издалека приезжали родители мужа, к ним присоединялись мои родители, приходила моя подруга и коллега со своей семьей... В новогоднюю ночь мы веселились от души.

ДЕД МОРОЗ И СНЕГУРОЧКА

Штатным Дедом Морозом у нас долго был дедушка Коля, зато на роль Снегурочки могла претендовать любая дама в компании. На долю Снегурочки выпадала задача придумывать задания для всех, кому Дед Мороз, появляясь после боя курантов, должен вручить подарки. Подарок надо было заработать честно, поэтому задания придумывались творческие. Времени на подготовку не давалось — творить необходимо было экспромтом. Так веселее! Отказы не принимались. Снегурочка и Дед должны были уговорить всех. Иногда Снегурочка оказывалась молчаливой, тогда все зависело от Деда Мороза. В домашнем концерте-экспромте принимали участие даже бабушки с дедушками, подавая пример каким-нибудь новым гостям, попавшим за наш новогодний стол. Фактически проводилась старая добрая игра в «фанты», только задания раздавал Дед Мороз или их вытаскивали наугад из какого-нибудь валенка или шапки. Тебе могло попасться все что угодно:

- прочитать (по книжке или наизусть) любую басню Крылова в образе старого дедушки, каркающей вороны, лягушки-квакушки (в за-

висимости от фантазии тех, кто составлял эти задания);

- спеть поздравительную песню для Деда Мороза а капелла, а если владеешь инструментом, то с аккомпанементом (помощь друзей тоже принималась — с благодарностью);

- встать на скамейку и, невзирая на возраст, представить себя артистом на детсадовском утреннике: прочитать новогодние стихи из собственного детства, сколько вспомнишь, хоть строчку;

- изобразить под фонограмму любимую певицу мамы или папы (фонограмма подбирается заранее);

- пригласить Снегурочку на танец и станцевать с ней, например, чарльстон (Снегурочка на ходу обучает счастливицу);

- рассказать что-то смешное, пародируя кого-то из любимых семей актеров;

- очистить на скорость мандарин и съесть его (это задание сразу для двух гостей): проигравший исполняет любую разумную просьбу Снегурочки;

- изобразить встречу Бабы-Яги и Пирата в новогоднюю ночь...

Список может быть очень длинным — все зависит от количества гостей и фантазии организаторов.

Конечно, для каждого номера приходится что-то готовить (детали костюма, фонограмма...). Об этом Снегурочка и Дед Мороз думают заранее.

Каждое выступление поощряется одобрительными возгласами всех зрителей и вручением подарка под аплодисменты присутствующих.

НОЧЬ ЧУДЕС

Когда подрастал наш младший сын, он очень любил передачу «Поле чудес». И однажды устроил такую викторину для бабушек и дедушек вечером перед праздником. Увы, задания оказа-



лись слишком простыми, и дедушки, наперебой, не дослушав вопроса и не отгадывая по буквам, выкрикивали ответы... Все окончилось слезами ведущего, который сердился на несдержанность старшего поколения. Старшее поколение переживало. Пришлось успокаивать всех сразу. А тут еще пэттарда, которую сын приобрел самостоятельно, не сработала в нужный момент, как ни старались помочь все родственники! Если бы не прогулка ночью к городской елке и не вкуснейший бабушкин торт, который она приготовила специально для новогоднего стола, лучшая ночь года превратилась бы в грустное воспоминание.

А однажды, за пятнадцать минут до Нового года, в доме раздался звонок и на пороге возник наш старший сын в солдатской шинели. Мы прямо ахнули:

- Неужели в самоволку сбежал из части?

- Не пугайтесь, отпустили на сутки в увольнение за особые успехи! Как же я мог семейный праздник пропустить?! — улыбаясь, сказал он.

Мы переглянулись и поняли, что для нас это настоящая семейная традиция — провести волшебную ночь дома!

Прошли годы, сыновья наши выросли, уже нет дедушек, и бабушка только одна осталась. У мальчишек появились любимые девушки. Но и теперь они, собираясь встречать Новый год, достают наши старые костюмы, цепляют к ним новую мишуру, берут гитары, придумывают свои задания... А мы с мужем радуемся, что новогодние традиции нашей семьи, еще от наших родителей, передаются дальше — по наследству.



Кругосветное застолье

ТРАДИЦИОННЫЕ БЛЮДА НАШИХ СОСЕДЕЙ

Елена КУЦЕНКО

Что может быть уютнее запахов ванили и растопленного шоколада, имбирного аромата, плывущего по дому в предновогодних сумерках... Вся семья занята делом, особенно много работы на кухне, и каждому помощнику нужно найти занятие по душе и по силам — чтобы в праздничное угощение были вложены старания и пожелания счастливого Нового года всех членов семьи, от мала до велика. Кстати, в процессе стряпни детям очень пригодится умение умножать, делить и складывать, взвешивать, внимательно читать текст кулинарного рецепта, выполнять действия последовательно и аккуратно.

Дружная работа станет еще интереснее, если взрослые расскажут, где, когда и как родилось то блюдо, которое готовится в этот момент. Особенно увлекательно приготовить что-нибудь новенькое, никогда не пробованное. Например, новогоднее угощение, любимое в других странах. А заодно представить, как в это же самое время в жарко натопленных кухнях Англии, Франции, Германии другие мамы со своими детьми колдуют над теми же самыми лакомствами.

ИМБИРНЫЙ ЧЕЛОВЕЧЕК

Запах имбиря пропитывает всю Европу накануне Рождества уже не одно столетие. До сих пор самым популярным лакомством, украшением, сувениром, подарком остается печенье, сдобренное этой пряностью. Первыми его распробовали жители Германии и достигли виртуозного мастерства в приготовлении и украшении замысловатых фигур и сооружений из имбирного теста. Вслед за немцами традицию подхватили другие европейские народы. Например, при дворе Елизаветы I «имбирный хлеб» подавали как изысканное угощение. В США имбирное пече-

нье тоже неременный атрибут рождественского праздника.

И сегодня хозяйки, соблюдая традиции, отправляют в духовку противень, на котором разложены снежинки, домики, елочки и (конечно же!) человечки. Российские дети тоже хорошо знакомы с имбирным человечком — это один из маленьких, но значимых персонажей мультфильма про Шрека. Он и угощение, и игрушка, и фольклорный персонаж.

Оказывается, не одно поколение американских бабушек рассказывало своим внукам сказку о Джинджер-мэне («имбирь» по-английски — ginger). Этот прянич-



ный герой — американский братец нашего... Колобка. Уже с первых фраз сказки дети наверняка об этом догадаются.

А мы пока начинаем выставлять на стол все, что необходимо для предстоящей работы.

Нам потребуются:

- 100 г сливочного масла;
- 100 г сахара;
- 100 г меда;
- 2 яйца;
- 2 чайных ложки разрыхлителя;
- по одной чайной ложке имбиря (молотого или мелко натертого свежего) и корицы.

Попутно вместе с детьми решаем непростую задачу: как взвесить нужное количество меда? На весы не нальешь, а с банкой весит больше...

Пока помощники режут масло на кусочки, чтобы оно размягчилось в миске, и мелют специи, можно начать рассказывать (ведь тесто, замешенное на сказке, становится почти волшебным):

«Однажды бабушка пекла пряники, а из последнего кусочка взяла и вылепила человечка. А когда пошла посмотреть, готово ли, открыла дверцу, он возьми и выскочи. Побежал через двор и поле, распевая о том, какой он ловкий: и от дедушки, и от бабушки улизнул.

Встретились ему по пути косари и жнецы, корова и свинья. И от всех он убежал, но на берегу реки встретил пряничный человечек лису. Она любезно предложила ему свою помощь, чтобы переправиться через речку. Поплыли. И когда до берега оставалось несколько шагов, рыжая хитрюга попросила аппетитного пассажира перейти со спины на нос: устала, мол. Тут-то и закончилось путешествие пряничного человечка».

Пока звучала сказка, приготовления закончились. Теперь остались

щени. Готовый шар нужно завернуть в пищевую пленку и убрать на час-другой в холодильник.

Тем временем можно вместе с детьми вымыть использованную посуду и заняться трафаретами для человечка. Если не удалось купить готовые формочки, их можно вырезать из плотной бумаги.

Охлажденное тесто нужно раскатать в пласт. Если потоньше — получится хрустящее печенье, потолще — более мягкое. Лучше всего раскатывать прямо на противне, смазанном маслом или застелен-

достью присоединятся даже самые маленькие кулинары. Особенно если на кухне найдутся готовые формочки для вырезания.

Противень с домиками, елочками, лошадками, человечками ставим в разогретую до 180 градусов духовку. Терпеливо ждем 8–10 минут. Печенье готово, когда фигурки чуть поднимутся, зазолотятся, а края зарумянятся. Осталось вынуть и как следует остудить. Теперь можно приступить к украшению, например растопленным шоколадом или глазурью из взбитого с сахарной пудрой яичного белка.

Если вы выбрали тонкое печенье, можно было во время вырезания фигурок сделать отверстия в верхней части и в уже разрисованные вкусные игрушки вдеть ниточки и повесить на елку.

...В Англии этот коричневый, скользкий от жира, специфически пахнущий десерт остается традиционным блюдом и высоко ценится как подарок на Рождество

сущие пустяки. Подтаявшее масло растираем с сахаром, туда же кладем мед, яйца, молотые специи. Каждый раз старательно перемешиваем. Теперь добавляем разрыхлитель и муку. Месим, но без фанатизма: если затянуть процесс, масло вытечет и тесто будет жестким. Из этих же соображений готовить лучше в прохладном поме-

ном пекарской бумагой. Чтобы не повредить фигурки при переноске со стола.

Последний, самый высокохудожественный, этап — вырезание ножом фигурок по трафарету. Лишние лоскуты теста, обрамлявшие фигурки, снимаем и вновь слепляем в шарик для следующей порции. В этот момент к процессу с ра-

ФРАНЦУЗСКОЕ РОЖДЕСТВЕНСКОЕ ПОЛЕНО

Если вы читали с ребенком французские народные сказки или книжки французских авторов, про этот десерт вы наверняка слышали. Во Франции традиционно на рождественском столе почетное место отдано тарту в виде полена. У него солидная родословная. Со времен Средневековья накануне Рождества самый пожилой член семьи помогал самому младшему выбрать из поленицы полено потолще и посолиднее. Старый и малый обносили натертое солью, маслом и вином полено вокруг праздничного стола три раза. А потом торжественно водружали в очаг и поджигали. Тушить рождественское полено до полуночи нельзя было ни в коем случае. Его свет и тепло придавали праздничному семейному ужину особую торжественность.

Очаги и каминные вместе с поленицами остались в прошлом, а ритуальное полено превратилось в десерт и перекечевало на стол, который накрывают в самую темную ночь в году. Его готовят из бисквит-





ного теста с темной прослойкой и сворачивают в рулет так, чтобы на срезе было похоже на спил дерева с годовыми кольцами.

Для виртуозов кулинарного искусства достаточно самой идеи. А тем, кто побаивается браться за выпечку капризного бисквита, можно выбрать вариант полена-лайт, даже без выпечки. Рецепт совсем не аутентичный, зато простой, им могут воспользоваться даже младшие школьники. И приготовить угощение самостоятельно, почти без помощи взрослых.

Родителям нужно будет лишь заготовить все необходимое, распечатать рецепт крупным шрифтом, а потом наблюдать, тактичными вопросами и репликами упорядочивать процесс и вмешиваться только в крайнем случае.

Дети же пошагово выполняют то, что указано в рецепте.

Нам понадобятся:

- 1 кг бисквитного печенья;
- 200 г сливочного масла;
- 1 банка вареной сгущенки;
- чуть больше половины стакана молока или какао;
- 3 столовых ложки какао-порошка.

Нужно учесть, что в процессе готовки будут периоды ожидания. Это нелегкое испытание для юных

поваров. Лучше предусмотреть, чем займутся дети в паузах. Почитают? Помогут с уборкой на кухне? Начнут готовить украшения для будущего полена?

Итак, начинаем.

Раскрошите печенье руками в большую миску. Немного подогрейте и добавьте половину молока. Оставьте на час, чтобы крошки пропитались.

Добавьте половину размягченного масла и тщательно взбейте-размешайте вилкой. Если тесто слишком плотное, долейте чуть-чуть молока.

На большую разделочную доску расстелите большой лист пищевой пленки, распределите по ней в форме прямоугольника получившуюся массу слоем примерно в 1 см. Чтобы основа торта не расплывалась, уберите ее в холодное место на 5–7 минут. Если холодильник весь занят и вы хотите отправить свою стряпню на открытый балкон, накройте чем-нибудь плотным. Иначе торт достанется окрестным воробьям. Лучше угостите их потом крошками.

Пока основа полена мерзнет, сделайте крем: полбанки сгущенного молока взбейте миксером со второй половиной масла. Принесенный с холода корж аккуратно

намажьте кремом. Для этого лучше использовать лопаточку. Снова уберите в холодильник на несколько минут.

Достаньте и посыпьте всю поверхность какао-порошком.

Теперь очень важный момент. Нужно аккуратно свернуть получившийся прямоугольник в плотный рулет. Не забудьте отделять пленку от заворачивающегося края, чтобы она не попала внутрь торта. Должен получиться толстенький цилиндр, с торцов которого видны спирали, нарисованные какао. Почти готовый торт нужно завернуть в пленку и убрать в холодильник теперь уже довольно надолго, на 3–4 часа.

За это время можно дать волю фантазии: как сделать торт похожим на полено. Непременно нужно нанести «кору» — из тертого или растопленного и процарапанного вилкой шоколада. Можно на поле-не и рядом с ним на блюде «вырастить» грибы из безе. Или посадить на него кремовых бабочек, жучков и гусениц.

Тогда Пер Ноэль, галльский коллега нашего Деда Мороза, наверняка заглянет к вам в окошко или в дымоход, соблазнившись угощением. И положит подарок в обувь, оставленную возле печки.





ПЫЛАЮЩИЙ АНГЛИЙСКИЙ ПУДИНГ

Английская кухня не относится к самым изысканным. Не будет преувеличением сказать, что даже самим британцам не всегда нравятся их национальные блюда. Однако есть кушанья, о которых слышал каждый. Например, рождественский пудинг. Может быть, стоит хотя бы раз в жизни его попробовать? Гурманы утверждают, что вкус у него как минимум неординарный. Еще бы, даже перечисление ингредиентов вызывает оторопь: сочетание говяжьего жира и кондитерских специй. Тем не менее в Англии этот коричневый, скользкий от жира, специфически пахнущий десерт остается традиционным блюдом и высоко ценится как подарок на Рождество. Кстати, отличный повод поговорить с детьми о том, как менялись представления людей о вкусном, полезном, красивом. Если сегодня мы размышляем о том, что бы такое съесть, чтобы похудеть, то век-другой назад жирные и сладкие блюда считались самыми лучшими. Ведь эти сытные кушанья были доступны большинству людей только по праздникам.

Есть и еще одна неожиданная особенность: готовят традиционный английский рождественский пудинг в конце ноября или первых числах декабря. Этому странному

блюдю нужно как минимум месяц-полтора, чтобы «созреть», напитаться нужным ароматом и достичь классического вкуса. Хотя и более долгое хранение не вредит пудингу, англичане его преспокойно едят до следующего Рождества по большим праздникам.

Нам понадобятся:

- около 330 г хлебных крошек;
- килограмм или даже чуть больше смеси разного изюма (светлого и темного), засахаренных вишен, цитрусовых цукатов, фиников, кураги;
- несколько зерен миндаля (нужно будет мелко нарезать);
- 220 г муки;
- 450 г сахара;
- по ½ чайной ложки свежемолотых гвоздики, корицы, мускатного ореха;
- 330 г измельченного говяжьего жира (можно малодушно заменить сливочным маслом);
- 0,5 чайной ложки соли;
- 5–6 яиц;
- 150 мл молока или эля;
- чуть-чуть коньяка.

Заранее нужно будет смочить вяленые (не забудьте вымыть и убрать хвостики) и засахаренные фрукты алкоголем, чтобы они размякли и пропитались его ароматом.

В просторной миске смешайте нутряной жир (размягченное масло) с мукой и специями. Туда же добавьте хлебные крошки, соль и

сахар. Теперь пришла очередь фруктов и орехов, они тоже отправляются в миску. В этот момент английские хозяйки обычно зовут на кухню детей, чтобы они высыпали изюм и цукаты вместе со своими пожеланиями счастья всем будущим едокам пудинга.

Для эластичности теста прибавляем взбитые в отдельной посудине яйца. Если тесто все же тяжелое и комковатое, добавьте эля и апельсинового сока. Доверьте детям тщательно размешать получившуюся массу, она должна быть достаточно густой — не вытекать из ложки, а падать сгустком.

Теперь нужно плотно утрамбовать порции теста в несколько жаропрочных керамических мисок, закрыть сверху пекарской бумагой, потом фольгой и плотно завязать, чтобы внутрь не попала вода.

Каждую посудину поставьте на подставку в кастрюлю и налейте столько воды, чтобы миски были погружены примерно на треть. Пудинг в мисках будет вариться-париться несколько часов: в поллитровых формах — около пяти; в литровых — целых восемь часов, а в маленьких, 120–150 мл, — два часа. Закройте кастрюли крышками и не забывайте подливать кипятка по мере выпаривания воды.

Готовый и остывший под бумагой и фольгой пудинг нужно вынуть, завернуть в чистую вощеную бумагу, ткань и положить в темное, прохладное (и недоступное для желающих попробовать) место.

Когда наступит торжественный момент, пудинг нужно еще раз прогреть на водяной бане и подать на стол. Традиция требует зажечь в огнеупорном ковшике крепкий алкоголь и «полить» пудинг огнем. Потушить его можно, накрыв металлическим (керамическим) колпаком. И наконец-то попробовать, сдоблив каждый кусочек соусом из сахара, масла и бренди (что соответствует традиции) или просто взбитыми сливками.

ж у р н а л

Школа для родителей – Первое сентября

ПОДПИСКА НА ОДИН ЖУРНАЛ

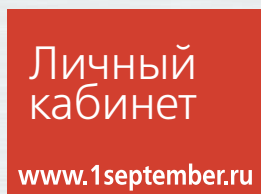
НА ПОЧТЕ ПО КАТАЛОГУ «РОСПЕЧАТЬ» или НА САЙТЕ www.1september.ru

НА ПЕРИОД С 1 ЯНВАРЯ 2016 ПО 30 ИЮНЯ 2016 (I ПОЛУГОДИЕ)



Варианты подписки

- Печатная версия – **2200** р. (приходит на почтовый адрес)
- Электронная версия на CD – **800** р. (приходит на почтовый адрес)



- Электронная версия (приходит в Личный кабинет) – **500** р.

Подробности на сайте www.1september.ru

ПОДПИСКА НА ВСЕ ЖУРНАЛЫ ДЛЯ ВСЕХ РАБОТНИКОВ ШКОЛЫ

НА ПЕРИОД С 1 АВГУСТА 2015 ПО 30 ИЮНЯ 2016 (весь учебный год)

Общероссийский проект



Каждому учителю доступны в Личном кабинете

- 24 журнала (включая журнал «Школа для родителей»)
- 35 курсов повышения квалификации
- 460 брошюр по всем предметам

Стоимость участия школы в проекте

- 6 тысяч рублей от школы за весь 2015/16 учебный год независимо от количества педагогических работников

Оформление участия в проекте – круглогодично на сайте digital.1september.ru

Подписка на журнал и участие в проекте могут быть оформлены как от организации, так и от физического лица. При оформлении подписки **на сайте** оплата производится либо по квитанции в отделении банка, либо электронными платежами on-line



СРЕДНЯЯ ШКОЛА

«Как говорят британцы, если в канун Рождества на землю упала хотя бы одна снежинка, значит, праздник в этом году можно официально считать *White*».

> 39

«...Битые посуды обладает поистине волшебным терапевтическим эффектом. Поэтому пару ненужных чашек-тарелок все же стоит разбить. Кроме эмоциональной разрядки, вы получите множество нестрых кусочков. Что мешает собрать их в мешочек и склеить какую-нибудь мозаичную картинку?»

> 40

«Готовность номер один! Устанавливаем наш катер на ровной гладкой поверхности (стол, очищенный от книжных и тетрадных завалов, к примеру), нацеливаем камеры и фотоаппараты, зовем свидетелей в лице младших братьев, бабушек-дедушек...»

> 44



Родительское собрание: взгляд со стороны

ПОЧЕМУ ПАПЫ И МАМЫ НЕ ЛЮБЯТ ПРИХОДИТЬ В ШКОЛУ

Анастасия КАРАБАНОВА, Алена СОРОКИНА

Четверть близится к концу, скоро в ученических дневниках появится информация о дне и часе родительского собрания. Чего ожидают папы и мамы от этого мероприятия и почему так неохотно тратят на него свой свободный вечер? Будущие педагоги, студенты Саратовского государственного университета им. Н.Г.Чернышевского, провели исследование в поиске ответов на эти вопросы.



ПЕЧАЛЬНАЯ СТАТИСТИКА

Родительское собрание никогда не было праздником для уставших за целый день взрослых. Да и ход его зачастую можно предугадать, ведь вы, скорее всего, пришли на него не впервые (с тех пор как ваш ребенок пошел в первый класс, сколько их было!): несколько минут об оценках, лестные отзывы об отличниках, обсуждение проблем дисциплины и отчитывание двоечников и хулиганов. Затем сбор денег на классные нужды и мелкие организационные вопросы. И вот родители выходят из школы поздним вечером — с испорченным настроением, без денег, возможно, настроиваясь на тяжелый разговор с ребенком, если тот попал в ряд двоечников и хулиганов.

Неудивительно, что посещаемость собраний падает год от года. Чтобы более детально проанализировать причины, узнать попод-

робнее о нереализованных ожиданиях родителей, мы провели опрос среди 60 человек. 24 (меньше половины) из них ответили, что регулярно посещают родительские собрания, 17 сообщили, что стараются посещать родительские собрания, но делают это нерегулярно по ряду причин. 19 человек (почти треть!) сказали, что никогда не посещают родительские собрания.

То есть постоянными участниками собраний, где, в идеале, должна происходить координация педагогических усилий семьи и школы, можно считать только 32% опрошенных нами родителей.

О ПРОБЛЕМАХ — ПОДРОБНО

В чем же причины такой пассивности родителей?

Отвечая на наши вопросы, 14% родителей ответили: «нет време-

ни», еще 14% — «нет доверия к классному руководителю», 33% — «нет желания слушать о плохой успеваемости своего ребенка», 39% — «преобладание финансовых вопросов на собрании».

Некоторые родители объяснили отсутствие на родительских собраниях тем, что доверяют своим детям, которые сами рассказывают о своей успеваемости и обо всем происходящем в классе. Доверительные отношения в семье — это прекрасно, но рассказ ребенка — это его взгляд на школьную жизнь. Неужели родителям не интересно услышать мнения педагогов об успехах и трудностях детей. И это ни в коей мере не означает, что в семье перестали доверять сыну или дочери.

Довольно много опрошенных говорили о том, что родительские собрания отнимают время, которое они могли бы провести со своим ребенком.

Вот несколько откровенных высказываний:

— Как я отношусь к родительскому собранию? В большей степени негативно, конечно. Чаще всего моего сына ругают за плохие оценки и поведение, и я себя чувствую отвратительно, хочу провалиться сквозь землю в этот момент — со стыда. И вечные поборы достали. Ухожу с родительского собрания в депрессии.

— Первые четыре класса я старалась избегать родительских собраний. Дочка хорошо училась, ходила в разные кружки, но была неудобна: у преподавательницы был круг любимчиков, с которыми она занималась дополнительно за отдельную плату. Про этих детей она говорила все собрание, а про мою — ни слова. И так все четыре года... Ситуация изменилась с переходом в 5-й класс, дочку рассмотрел новый классный руководитель, помог ей проявить себя в различных мероприятиях, и учеба пошла в гору. Поэтому на родительские собрания я стала ходить, как на праздник. Ведь приятно



слышать хорошее про своего ребенка, правда?! Даже денежный вопрос не так напрягал. Настроение теперь отличное!

— Я хожу на собрания, но ничего не узнаю о своем ребенке. Два часа слушаю про других детей, хотя их поведение, их оценки меня не очень волнуют. Приходится оставаться и разговаривать с учителем отдельно. Столько времени зря теряется.

— Мы с мужем, ходим по очереди, потому что собрания времени отнимают много, а информации нужной — никакой. Оценки теперь я могу и в электронном журнале посмотреть. Зачем едем через весь город?

РЕЗЮМЕ

Родителей в первую очередь раздражает:

- публичное обсуждение неудач ребенка (взрослые принимают их на свой счет);
- пространственные разговоры об «избранных» детях;



— однотипный сценарий каждого собрания.

Родители считают полезной информацию:

- об оценках своего ребенка;
- о его успехах в жизни школы;
- о его поведении, о взаимоотношениях с классом;
- о предстоящих школьных мероприятиях;

— об особенностях поведения детей в этом возрасте.

Кроме того, родители просили выбирать время, удобное для работающих людей. И не затягивать собрание!

А главное — родители должны понимать цель и смысл своего прихода в школу поздним вечером.

ДРУГАЯ СТОРОНА ЛУНЫ

— Свое выступление на первом родительском собрании я помню отчетливо до сих пор. Общее состояние — на грани обморока. Дрожь в коленках. Сухость во рту. Пристальный взгляд в листочки-шпаргалки, за которые пытаешься спрятаться от родителей. Большинство и мне в родители годится. Навязчивый страх, что сейчас начнут задавать вопросы... Наверное, подобное испытывал каждый молодой начинающий педагог. А если проанализировать методы и приемы того собрания — банальная лекция, зачитывание информации. В итоге я ушла с собрания неудовлетворенная, а родители — сомневающиеся в возможностях науки психологии. (Ольга, педагог-психолог)

— Все родители сидели за маленькими партами и просто не сводили глаз с учительницы, а она с таким восторгом рассказывала, как любит свою работу и как видит свое общение с детьми, и как ей хочется всему их научить. И что будет стараться изо всех сил, и что просит помогать ей иногда (если она будет о чем-то просить). А еще периодически (через каждые 5 минут) говорила: «Мама, если вас что-то интересует, спрашивайте, не стесняйтесь!» После пятого такого вопроса мы начали похихикивать, так как никто ничего не спрашивал и все ждали, что кто-то другой что-то умное спросит. Но все боялись показаться дураками: лучше промолчу — умнее буду вы-

глядеть. Под конец чья-то бабуля все-таки задала вопрос, и мы разразились дружным хохотом, потому что учительница так обрадовалась, что хоть кто-то что-то спросил — аж вся засветилась. А то она, бедненькая, уже не знала, что нам говорить, а мы уходить не хотели. (Мама первоклассника)

— К сожалению, в моей практике только в одном классе и только одна мама задавала мне вопросы, касающиеся моего характера, привычек, интересов, развития, взглядов на обучение и воспитание. Сначала родители стали на нее «шикать», но она терпеливо объяснила им, что ей не безразлично, под влияние какого человека попадет ее дочь. Подумайте, пожалуйста, об этом. (Елена, учитель)

Рождество в Великобритании

ПРИБОЩАЕМСЯ К ТРАДИЦИЯМ

Анастасия ТИТОВА

Наши дети годами учат английский, иногда проникаясь искренней неприязнью и к языку, и к тем, кто придумал такие трудные слова и правила. Помочь изменить отношение к удивительной туманной стране, а значит, поспособствовать учебным успехам ребенка, можно, обратившись к замечательным праздничным традициям британцев. Благо время подходящее — Рождество. Идеальный вариант, конечно, путешествие на место событий, особенно с хорошей языковой программой. Но, если такой возможности нет, домашнее торжество также подарит ребенку приятные воспоминания, новые слова и желание по-больше узнать о древней культуре.

Зимняя пора в Великобритании по-настоящему волшебное время. 25 декабря вся страна празднует самый главный праздник в году — Рождество — **Christmas**. Многие меняются в нашей жизни, но британские рождественские традиции остаются неизменными.

Подготовка к Рождеству в Великобритании начинается еще в середине октября и разворачивается по полной программе во второй половине ноября. **Oxford Street** в Лондоне обильно украшается рождественскими фонариками и гирляндами, тысячи людей собираются, чтобы полюбоваться, как эти фонарики и гирлянды включают в первый раз. Если вы еще дома, повесьте парочку гирлянд на окна, в коридоре — сразу станет веселее.

Уже в ноябре во многих семьях появляется елка — **Christmas tree**, или даже несколько елок — по дереву в каждой комнате. Процесс украшения елки — это особый об-

ряд, своеобразный небольшой праздник с участием всех членов семьи и даже случайных гостей, вовремя (или не вовремя — для кого как!) заглянувших на огонек.

Любопытный факт: традиция украшать елку на Рождество — как известно, совсем не британская. Эту идею стране в свое время подарил принц Альберт, муж королевы Виктории, выходец из Германии, которому, по всей видимости, было немного тоскливо в дождливом и сером королевстве. Вот он и постарался добавить ярких красок.

Для создания праздничной атмосферы многие украшают дома остролистом (**holly**), плющом (**ivy**) и омелой (**mistletoe**) — традиционными рождественскими растениями.

Практический совет: если вы решите украсить свой дом в британском стиле, остерегайтесь остролиста, особенно при наличии малень-



ких детей или животных. Яркие ягоды этого растения неотразимо привлекательны, но при этом — токсичны. Не стоит омрачать праздник.

Накануне Рождества во всех домах, где есть дети, на камин вешают (раскладывают под елкой) носки (специальные, вместительные) или наволочки от подушек (чтобы еще больше влезло). Сюда Дед Мороз положит подарки. Хотя американский **Santa Claus** становится все более популярным в мире, истинные британцы своего волшебника упорно называют **Father Christmas** (почти что Дед Мороз). В качестве благодарности за подарки дети оставляют для старика рождественские сладкие пирожки с фруктами — **mince pies** (покупные или самодельные) — и рюмочку бренди. Многие современные родители не хотят популяризировать в семье идею пьянства, хоть и рождественского, и тогда им приходится выкручиваться. Например, рассказывать детям, что Деду Морозу лучше оставить чашечку чая, потому что ему еще управлять оленями и везти подарки другим детям. А после употребления спиртного этого делать точно нельзя!

В канун Рождества по всей Великобритании наступает время ски-

большой мир и мы

док и по всей стране открываются специальные рождественские рынки, где можно приобрести все, что душе угодно. А заодно — просто хорошо провести время, покататься на тематических каруселях или на катке, выиграть плюшевого северного оленя, выпить чашечку горячего глинтвейна с традиционной выпечкой.

Кстати, большинство рынков открыто только до начала декабря. Только лондонская рождественская ярмарка «**Winter Wonderland**» в **Hyde Park** (<http://www.hydeparkwinterwonderland.com>) будет работать в этом году аж до 4 января. Кто решится на дальнейшее путешествие во время каникул, успеет заглянуть в волшебную страну.

Практический совет: закажите билеты на аттракционы заранее на сайте ярмарки, чтобы не стоять часами в очереди и не снижать праздничного настроения.

Не стоит забывать, что Рождество — праздник религиозный, поэтому многие британцы ходят накануне Рождества в церковь. В церквях проходят так называемые **Nativity**

Plays — рождественские пьесы на евангельскую тематику, как правило, с участием детей. Рождественские богослужения **Carol Service** во многих церквях устраивают при свечах. Представляете, вся церковь освещена только свечами!

Собственно, зажечь свечи и разыграть небольшую рождественскую мистерию по-английски, спеть песенку, хотя бы **Jingle Bells**, можно и дома.

И вот, наконец, 25 декабря сервируется традиционный рождественский обед. Да, в Великобритании это именно обед, а не ужин, и пусть вас не вводят в заблуждения многочисленные рождественские фильмы. Как правило, подают индейку в клюквенном соусе с гарниром из овощей, рождественский пудинг и на десерт — фруктовый рождественский торт. Каждый празднующий также получает **Christmas Cracker**: большой конверт в виде конфеты. Внутри — всевозможные рождественские мелочи. В прошлом году нам попала бумажная корона, расческа для Барби, хлопушки и блески.

Университеты и некоторые школы понимают, что многие иностранные студенты, преподаватели уедут на рождественские каникулы домой, а значит, не смогут посидеть за рождественским столом одной дружной компанией. Поэтому в столовых учебных заведений устраивают подобный ужин заранее, чуть ли не в ноябре, и про **Christmas Crackers**, кстати, не забывают. Значит, и вы можете для домашнего праздника выбрать любой удобный день.

В Великобритании Рождество обычно называют **White Christmas**, хотя снег выпадает там не чаще, чем раз в 4 или 5 лет. Как говорят британцы, если в канун Рождества на землю упала хотя бы одна снежинка, значит, праздник в этом году можно официально считать **White**. Ну, уж в наших краях проблем со снегом гораздо меньше. Так что, даже если вы не попадете на далекий остров, сделайте себе чашку горячего шоколада, укутайтесь в теплый плед и посмотрите хороший рождественский фильм (например, «**Love Actually**»). И праздник придет в ваш дом.





Новогодние традиции разных стран

ЧУДНО И ПОЛЕЗНО

Александра ЧКАНИКОВА

В мире есть масса чудаковатых новогодних традиций: итальянцы прямо из окон квартир выбрасывают старые вещи, чилийцы настежь раскрывают двери домов, а кое-кто целую ночь не гасит свет, чтобы злые духи не пришли. В каждом таком обычае немного смешного, немного серьезного.

Почему бы не примерить на себя парочку странных новогодних обычаев? И позабудем от души, и изучим культуры стран мира.

НОВЫЙ ГОД ПО-ДАТСКИ

Под новый год датчане избавляются от ненужной посуды — собирают все тарелки, которые им в прошлом году ни разу не понадобились, приносят к дому своих друзей и знакомых и с удовольствием разбирают их на мелкие кусочки. Если утром возле дверей вашего дома высится куча осколков — радуйтесь! У вас много верных друзей, а значит, новый год будет веселым и благополучным.

Философия: с одной стороны, ужасно жалко бить тарелки. С другой — если в этом году они вам были ни к чему, то где гарантия, что они понадобятся в следующем? В конце концов, не стоит быть заложником вещей.

Правда, не обязательно уничтожать бесполезные в хозяйстве предметы. Предположим, у вас есть ненужные тарелки или еще какие-нибудь вещи, от которых вы хотите очистить свое жизненное пространство. Их можно раздать

друзьям, раздарить: книги, одежду, игрушки... Будьте щедры, не держитесь за балласт, которым обростает ваша жизнь.

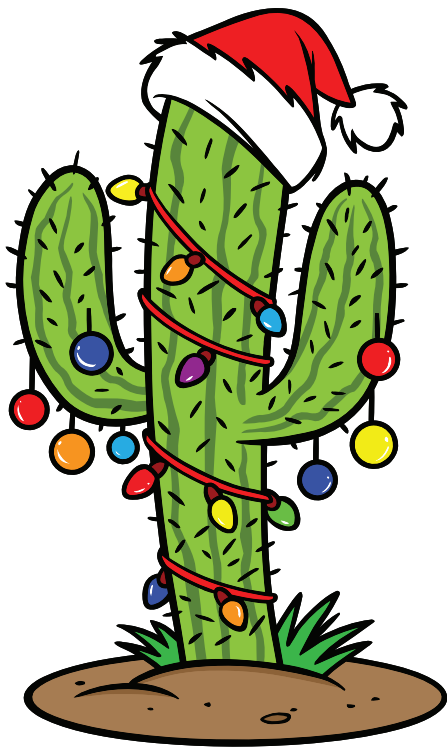
Полезно: битье посуды обладает поистине волшебным терапевтическим эффектом. Поэтому пару ненужных чашек-тарелок все же стоит разбить. Кроме эмоциональной разрядки, вы получите множество пестрых кусочков. Что мешает собрать их в мешочек и склеить какую-нибудь мозаичную картинку?

НОВЫЙ ГОД ПО-ФИЛИППИНСКИ

На Филиппинах принято собирать вокруг себя все круглое — в одежде, в украшениях, сервировке, еде. Выбираем одежду в горошек, кладем на стол круглые салфетки, зажигаем круглые свечи, разбрасываем по столу апельсины, вешаем на елку только круглые игрушки.

Философия: на Филиппинах все это делается ради будущего богатства, ведь круг — символ финансового благополучия. Мы предлагаем смотреть на вещи шире: чем меньше острых углов встречается нам в жизни, тем легче и приятнее жить. Если есть возможность сгладить углы, давайте так и сделаем. Не так резко ответим на неприят-





ный вопрос, спокойнее отнесемся к капризам родственников — глядишь, и мир станет круглее и дружелюбнее.

Польза: отличная тренировка для ума — найти способ «скруглить» все, что только можно. Попросите детей вспомнить предметы, которые почти всегда имеют круглую форму: тарелки, чашки, яблоки и мандарины. Потом начните вспоминать предметы, которые могут быть круглыми лишь иногда: табуретки, свечи, коврики, открытки, пироги, печенье. Поищите по шкафам и ящикам, найдите как можно больше круглых предметов у себя дома. Если обычно вы лепите котлеты продолговатыми, в честь новогоднего праздника сделайте их кругленькими. С каждым годом «круглый список» будет все длиннее...

НОВЫЙ ГОД ПО-ЭКВАДОРСКИ

В Эквадоре Новый год встречают так, как у нас прощаются с Масленицей: набивают симпатичное тряпичное чучело ненужными бумагами и прошлогодними газетами, а затем сжигают его на площади.

Нам не обязательно запихивать ненужные бумаги в чучело — можно просто запалить костерок во дворе или сжечь неприятные воспоминания дома, на старом противне.

Философия: очень важно не спутать деятельность архивариуса с работой старьевщика. Самые важные, нужные и дорогие сердцу бумажки мы оставляем себе, а эмоциональный мусор, вроде дежурных открыток и неудачных фотографий, старых тетрадей с двойками, должен вовремя покинуть нашу жизнь — как и ненужные воспоминания, напрасные беспокойства. В последние дни года самое время сесть и разобраться: что мы хотим сохранить из прошлого, а с чем — проститься.

Польза: во-первых, это еще один изысканный способ избавиться от хлама. Во-вторых, повод для переоценки ценностей. Наконец, зимой так приятно немного погреться, посмотреть на пляшущий огонь, пригласить к костру друзей и соседей...

НОВЫЙ ГОД ПО-ШОТЛАНДСКИ

Шотландцы в первые часы Нового года ждут «первого гостя». С боем часов вся семья усаживается у камина или за праздничным столом, а глава семьи молча открывает входную дверь. Тот, кто первым войдет в дом, должен непременно принести подарок — мешочек зерна, кошель с деньгами, хлеб, молоко или любую другую вещь, которая символизирует благополучие и достаток. А вот с пустыми руками лучше в гости не ходить — принесешь несчастье.

Философия: может, ждать у раскрытой двери первого гостя не так интересно, как самому стать первым гостем и подарить родным удачный новый год. Все, что от нас требуется — это прийти в гости не с пустыми руками. Можно заранее приготовить несколько красивых пряников или символических мешочков с зерном и монетками и

обойти с ними всех своих знакомых. Получится теплее и интереснее, чем дежурный телефонный звонок первого января.

Польза: вся польза — в заботе и внимании. А что еще нужно?

НОВЫЙ ГОД ПО-АВСТРАЛИЙСКИ

Жители Австралии любят в новогоднюю ночь пройтись по улицам города, изо всех сил гремя кастрюлями, ложками, ковшами и другой «громкой» посудой.

Философия: строго говоря, бродить по улице среди ночи и стучать чем попало — это хулиганство. Но ведь на то и новогодняя ночь, чтобы раз в году нарушить правила, хорошенько шуметься и «оторваться»! Кстати, греметь кастрю-



лями гораздо безвреднее, чем взрывать петарды. Можно заранее продумать такой маршрут, чтобы никого так уж сильно не потревожить: пройтись по парку, например.

Польза: ничто не сближает людей так, как работа в одном оркестре. Чтобы попадать в ритм, действовать слаженно, создавать из кухонного шума упорядоченные, музыкальные звуки, нужно отлично понимать друг друга. А понимание не бывает лишним ни в семье, ни в кругу друзей.

«Ошибка — это доказательство того, что я пытался»



ПОДРОСТОК В МИРЕ ЛЮДЕЙ

Надежда СЕМЕНОВА

Волшебное предновогоднее время. Галерея побед и печальный список неудач. Ожидание чуда. Надежда, отчаяние. И желание с кем-то поделиться переживаниями. Попробуем услышать наших подростков, иногда таких замкнутых, иногда — неудержимо болтливых. Серьезно размышляющих о жизни и, к счастью, сомневающих, не таких самоуверенных, какими они порой нам кажутся.

Время

Время очень быстро летит, и ты за ним не успеваешь. Кажется, только начало года, и ты ничего толком не знаешь — вдруг осознаешь, что уже конец полугодия, Новый год на носу. Вот что я сделал за это время? Прочитал какие-то книги, узнал что-то новое по алгебре, по истории. Список можно продолжить, но мне кажется, что кто-то украл мое время, и мне его катастрофически не хватает. Я надеюсь, потом мое украденное время вернется — я потрачу его на что-то важное.

Егор

Как много...

Ты просто представь — Как Много Людей!.. Если все они выйдут на площадь, а ты кинешь воздушный красный шар... Не хочешь? Ну и не надо! Тогда представь, сколько людей сейчас ест апельсин. Или смеется... Ну, или... сколько людей сейчас чувствует то же, что и ты. Воздух сразу становится душным.

Что же получается? Тот человек, кто думает, что он одинок, глуп?

Ведь еще очень много людей думают так же...

Катя

Хорошо ли это, одиночество? Бывает, человек говорит: мне надо побыть одному. Правильно ли выполнить его просьбу? Бывает, сам так зол, что видеть никого не можешь. Нет, это неправильно. Что бы человек ни говорил. Если его душу выжигает тоска, его особенно нельзя оставлять наедине с собой, со своими мыслями — будет только хуже. Нельзя — просто по-человечески. Пускай говорит, что хочет. Терпи. Ему сейчас не легче. Поддержи, как сможешь, и не давай думать, что он никому не нужен.

Катя

Одиночество

А что если?.. То, что ты прожил, прочувствовал, перетерпел. Все те моменты, когда ты был настоящим счастливым, искренне улыбался. И те моменты, когда хотелось умереть. Те секунды, которые хотелось забыть. Все, что ты сделал, где ты преодолел самого

себя. Всё. Абсолютно всё. Что если это — сон? Что если все твои друзья, знакомые, родные — всего лишь видения? Что если, умирая, человек просыпается? Что если каждый из нас когда-нибудь проснется и поймет, что все было сном?..

Ну и ладно. Проживу здесь жизнь, умру — проживу другую.

А что если тебе потому и снится наш мир, что в той жизни все ужасно?

Может, все люди — это душевнобольные, которым плохо в своем мире? Может, тот, реальный мир, сущий ад? В том мире все люди живут отдельно друг от друга. В маленьких домиках с садиком. В одиночестве, за высокими стенами. И каждую ночь мы видим других людей, а другие люди видят нас.

Катя

Я не знаю, почему, но, когда я добрый, мне хочется кого-нибудь пожалеть и с ним поболтать, помочь в чем-нибудь; если он откажется, то я буду настырным и все равно сделаю так, чтоб он согласился. Если он согласится — я обязательно помогу.

Даже если нужна помощь незнакомому человеку, неважно — молодому, старику, мужчине, женщине.

С.

Просто

Не надо сдаваться, даже если трудно.

Глуп тот человек, который не меняет свою точку зрения.

Ошибка — это доказательство того, что я пытался.

Радий

* * *

Как не обидеть друзей, когда говоришь то, что думаешь? Иногда ты просто высказываешь свое мнение и этим расстраиваешь человека, не сознавая того. Ты расстраиваешься сам. Потом долго просишь прощения, но не уверен, что сможешь его получить.

Я не люблю расстраивать друзей и дорогих мне людей, потому что чувствую вину. И эта мысль о вине преследует меня во снах, в размышлениях — везде. От этого становится страшно. Голова занята только этими вопросами: почему он обиделся? Что я сделала не так? Что я сказала? Я же вроде не грубо сказала?!

Потом тебя прощают, но ты все равно продолжаешь чувствовать свою вину. Начинают приходить совершенно глупые мысли о том, что этот человек не захочет больше с тобой общаться, начнет тебя ненавидеть и еще всякая чушь. И ты опять погружаешься в размышления, теряешь счет времени. И ничего не чувствуешь, ничего не ощущаешь... Становится одиноко и пусто, но тебе так лучше, даже не знаю почему... Просто.

Соня

Жизнь на ниточках

Вот вроде хорошо. Все есть. И тут — сумасшедшая мысль: хочу уехать в город Ика. Уехать, свободно говорить на испанском (или какой язык там?) и не задумываться о времени, не думать, что вот через неделю мне снова в Москву.

Сразу встает куча вопросов: как туда добираться, откуда взять деньги, как быстро выучить другой язык. Все это нити, которые удерживают нас от разных идей. Можно представить, что судьба, дергая за ниточки, нами управляет, а мы повинемся, как марионетки.

Дальше приходит такая мысль — а если оборвать все ниточки? Но среди ниточек попадают и кана-

ты. Если ты все-таки решил оборвать ниточки, тут надо быть осторожным. Ведь они, как живые, растут и крепнут. Если переборщить, они могут никогда не появиться. Тут главное — уметь остановиться. И это касается не только путешествий, но и других вещей. Есть у каждого нити, которые нельзя оборвать.

Илль

Крути педали

Я верил им —
Они меня предали.
Я спрашивал —
Они сказали: «Нет».
Сказали: «Чтобы жить,
Крути педали».
Но не сказали мне,
Где взять велосипед...

Лина

Мутация

Я изменилась. И я это понимаю. Почему? Как? Как так резко произошло изменение во мне? Я перестала улыбаться, смеяться, радоваться жизни. Моя жизнь изменилась. Она стала скучна и монотонна. Каждое утро, открывая глаза, я хочу их закрыть. Чувство нехватки сил переполняет меня каждый вечер.

Вечно чего-то жду-жду, а потом понимаю, что ждать нечего, и слезы сами начинают течь.

Все родные меня очень любят (я в этом уверена), но в последнее время они меня раздражают, мне начинает казаться, что им все равно, что со мной происходит и как я себя чувствую. Я знаю, что это не так...

Жизнь — сплошные вопросы, на которые у меня один ответ: «Я не знаю...»

Грусть, усталость, однообразие — все это меня убивает.

Так почему же я изменилась? Я не знаю...

Аня

* * *

Вам знакомо состояние, когда у вас все отлично, но... очень груст-

но? Так вот, со мной это очень часто. Многие не верят и спрашивают, что случилось. Думают, я просто не хочу об этом рассказывать.

Может быть, это из-за того, что я постоянно ленюсь и устаю от школы и тренировок? А может, мне не хватает чего-то?

Мама говорит, это переходный возраст...

Знаете, что самое ужасное? Это когда ты лежишь в кровати, слушаешь музыку и хочется плакать... Хотя на это нет времени.

Саша

Равнодушие

Чаще всего равнодушие появляется у подростков от 13 до 16 лет. Это такое чувство, когда ты вдруг оглядываешься и в ужасе видишь, что все вокруг одно и то же — рутина! Рутин! Рутин! Рутин! жизни, и ты в ее центре. И вдруг думаешь: а зачем мне это надо? Учиться, получать двойки или тройки — зачем? И тут замыкает! Ты идешь по улице и не видишь людей, деревья... Это тяжелое время. К счастью, со мной рядом люди, которые мне дороги и которые всегда поддержат.

Темур

Тишина

Я не люблю тишины. Она меня пугает. В ней есть что-то неизвестное и страшное. В тишине возникает неловкость перед самим собой, и я понимаю, что мне одиноко. А вообще Одиночество и Тишина — они друг друга дополняют.

Мария

Тире между подлежащим и сказуемым

Зло — это бесконечная война.

Война — это черная бездна.

Бездна — это вечное одиночество.

Одиночество — это чтение книг.

Книга — это счастье.

Счастье — это семья.

Семья — это моя жизнь.

Кирилл

Судно на воздушной подушке

НОВАЯ ЖИЗНЬ СТАРОГО ДИСКА

Евгения ПЕТРОВА

В азарте предновогодней уборки важно не выбросить вещи, которые, отслужив свою официальную службу, еще могут пригодиться для смелых научных экспериментов.

В далекие жаркие времена счастливики, которые сумели выбраться на лето к морю, к большой реке, с восхищением наблюдали, как стремительно проплывают мимо берегов мощные катера на воздушной подушке — почти летят над водой.

Это чудо техники в миниатюре не так сложно повторить в домашних условиях. Заодно как-то разобраться с хитрыми физическими законами: про трение, инерцию, про действие и противодействие.

Нам понадобятся:

— старый CD или DVD диск, который вы больше не собираетесь слушать или смотреть;

— воздушный шарик, побольше и поярче;

— крышечка от бутылочки с водой, только не обычная, а с «пимпочкой» сверху: если ее поднять, можно пить, если опустить — вода не льется;

— клеевой пистолет или просто хороший клей, которым можно соединять разные материалы — не только бумагу.

Сначала приклеиваем крышечку от бутылочки к центру диска, чтобы дырочка в «пимпочке» оказалась над отверстием диска. Чтобы был проход для воздуха. Для проверки, подняв «пимпочку», можно подуть с одной стороны, а с другой стороны ладонью проверить, идет ли воздушная струя.

Теперь опустим «пимпочку», закроем проход воздуху. Заготовка катера почти готова. Если хочется что-то нарисовать на диске — самое время.

Берем шарик, надуваем его сильнее и завязываем «ножку» покрепче, чтобы воздух не вылетал обратно, но — на бантик, чтобы в нужный момент легко было развязать шнурок (шнурок лучше, чем нитка, именно потому, что его легче развязать). Наденем края перевязанной «ножки» шарика на нашу приклеенную к диску крышку.

Готовность номер один! Устанавливаем наш катер на ровной гладкой поверхности (стол, очищенный от книжных и тетрадных завалов, к примеру), нацеливаем камеры и фотоаппараты, зовем свидетелей в лице младших братьев, бабушек-дедушек...

Очень аккуратно развязываем веревочку и вытягиваем «пимпочку» на крышке вверх, открывая доступ воздуху. Может потребоваться легонько подтолкнуть диск, чтобы он пустился в свободное плавание.

Насладившись чудом полета рукотворного транспортного средства, приступаем к серии экспериментов. А если отправить на нашем катере пассажиров? Сможет ли он поднять бумажного человечка, фигурку из киндер-сюрприза, игрушечного солдата?

А если взять шарик побольше (поменьше)? Изменится ли скорость и дальность заплыва? Вообще — от чего они зависят?

Забавная поделка может стать поводом для вполне серьезного исследовательского проекта. Или просто порадовать вас зимним вечером воспоминаниями о летних путешествиях.



Сахарные города

АРХИТЕКТУРА НАРОДОВ МИРА

Мария КОРОТЕЕВА

Строить город на столе можно из чего угодно: от готовых наборов «Лего» — до роскошных кирпичей из полимерной глины. Только еще вопрос, найдете ли вы это богатство в нужный момент? А если взять что-то попроще? Например, рафинад. Этот простой, экологически чистый и монохромный материал открывает большие просторы для фантазии, помогает создавать эффектные макеты — и, кстати, стоит совсем недорого, продается в любом продуктовом магазине.



ИСТОРИЯ ВОПРОСА

Оказывается, многие художники со всего света всем другим материалам предпочитают кусочки сахара. Вот француз Лайонель Скоцимаро уже много лет строит сахарные замки, дворцы и башни. На самую большую его инсталляцию площадью в сорок квадратных метров ушло 400 килограммов сахара. Бенинский мастер Месхак Габа создал целый фантастический город из кусочков рафинада, а еще — сложил из сахара модели всех мировых достопримечательностей, от Тадж-Махала до колеса обозрения «Лондонский глаз».

Архитекторы Марк Ревелс и Брендан Джемисон пошли дальше всех: они впустили в свою гигантскую сахарную инсталляцию посетителей выставки — позволили людям стать соучастниками строительства. Этот коллективный проект «Сахарный мегаполис» сначала был выставлен в Северной Ирландии, а потом обосновался в Гарлеме, в Нью-Йорке.

Итак, убедили ли мы вас, что каждая пачка рафинада — ценный

материал для произведений искусства, случайно уснувших в неказистой коробке?

Никаких специальных приготовлений сахарное строительство не требует — просто расчистите рабочий стол и приготовьте стройматериалы. Для начала будет достаточно трех-четырех коробок рафинада и листа картона.

Наверное, слишком смело сразу замахиваться на знаменитую высотку МГУ или Эйфелеву башню. Предлагаем для начала освоить простые, понятные формы.

ИГЛУ, ЖИЛИЩЕ МОРОЗОУСТОЙЧИВЫХ СЕВЕРЯН

Намечаем на картоне небольшой круг с прямоугольным коридором. Выкладываем кирпичи (кубики сахара) по периметру круга настолько плотно друг к другу, насколько возможно. Следующий слой кладем со сдвигом, чтобы перекрыть места стыков кирпичей нижнего ряда. Начиная с третьего слоя, слегка сужаем круг, чтобы на седьмом-восьмом слое кирпичи

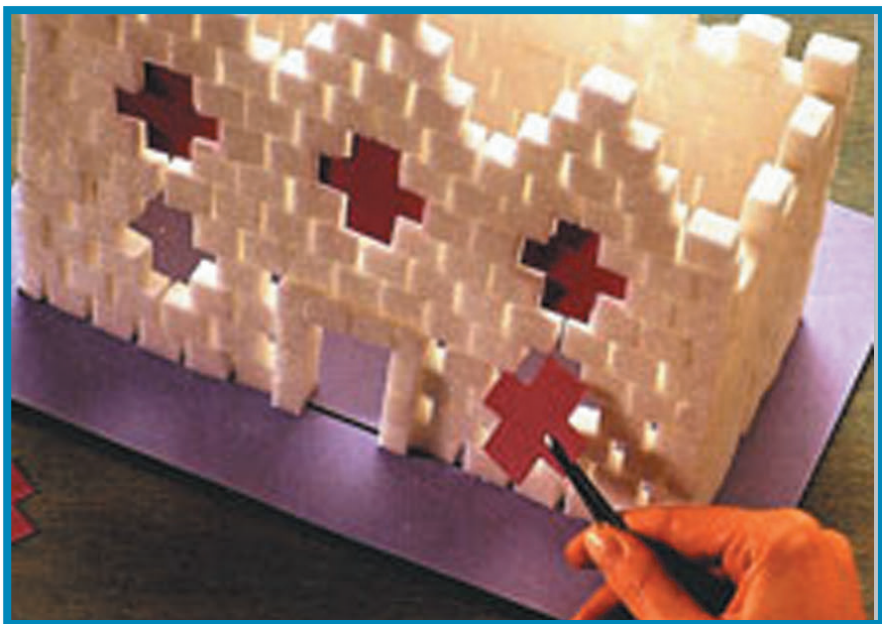
сомкнулись в тесный ряд с небольшой дырочкой посередине.

Самый ответственный момент — смыкаем кирпичи так, чтобы они придерживали друг друга, но сохраняем отверстие для дымохода.

Отдельно возведем невысокие стены коридора — примерно на треть высоты самого иглу. Ширина коридора должна быть примерно в два сахарных кирпича — так будет удобнее сделать крышу. Не забудьте оставить в конце коридора отверстие для входа. Домик готов!

ВОСТОЧНАЯ БАШНЯ

Начинаем, как и в предыдущем проекте: намечаем на картоне круг, но уже без коридора. Выкладываем первый слой кирпичей. Если ваши кусочки сахара прямоугольные, для прочности лучше выкладывать их малой гранью наружу, чтобы стены были толще. Следующий слой кладем с еле заметным сужением круга и с минимальным сдвигом — буквально два-три миллиметра. Седьмой слой выкладываем толщиной в два кубика: один слегка вдаётся внутрь башни, другой выходит за пределы стены небольшой галереей. Прижимаем



галерею обычным слоем кирпичей. Продолжаем выкладывать башню по тому же принципу: небольшое сужение — небольшой сдвиг по стыку.

Если башня достаточно большая и прочная, через шесть слоев можно повторить «галерею». Когда круг сузится до шести-восьми кирпичей, сделайте попеременно обычный слой и слой-«галерею», а затем постройте шпиль толщиной в один кубик и высотой не меньше трех кубиков. Получится эффектно!

МЕГАПОЛИС

Строить небоскребы — задача несложная, но монотонная. Интересно продумать композицию из башен разной высоты и толщины. Уделите особое внимание крышам небоскребов: они почти никогда не бывают плоскими. Завершаться высота может и шпилем, как Эмпайр Стейт Билдинг, и изящным скосом, как башня Федерации, и даже причудливой «лесенкой». Между высотками можно наметить в один слой сахара дороги, автостоянки, клумбы.

РЫЦАРСКИЙ ЗАМОК

Он может быть любым, но начать можно с несложной и устойчивой крепости, напоминающей лондон-

ский Тауэр. Намечаем на картоне квадрат, по углам располагаем небольшие круглые башенки. В одной из стен намечаем будущие ворота. Начинаем выкладывать стену, соблюдая принцип кладки: каждым новым слоем прикрываем стыки между кирпичами.

Начиная с третьего слоя, намечаем окна. Если вы используете яичный клей (слои сахара смазываем взбитым белком), окна могут быть любой формы, даже крестообразной — от вас требуется только вырезать их из картона и вставить в стену. Если вы строите без клея, идеально подойдут высокие и узкие оконца толщиной в один кубик и высотой в два. Чтобы не нарушать кладку, разломите несколько кубиков пополам и выложите ими участки вокруг окон, чередуя по высоте короткий кубик с длинным. В круглых башнях можно оставлять бойницы размером в один кубик.

Как только замок вырос до нужной высоты, начинаем оформлять верхушки стены. Эффектные зубчатые стены на башнях выкладываем через один кубик. При желании можно оформить башни конусообразными крышами.

Сам замок остается полым, так что в него можно поставить свечку или посадить картонного стражника.

СЕКРЕТЫ МАСТЕРСТВА

1. Перед работой убедитесь, что ваши руки безупречно чисты и сухи: сахар не любит ни жира, ни влаги. Убирать рабочую поверхность тоже лучше всего сухой тряпкой или метелочкой. Постарайтесь выбрать место постройки вдалеке от источника воды и брызг.

2. Чтобы освоиться с материалом, попробуйте сначала сложить простые и понятные формы: избушку, лабиринт, невысокий амфитеатр, мавзолей, фасад с колоннами. Все эти объекты можно строить без подготовки. А вот фундамент полноценного будущего здания следует наметить на листе картона.

3. Чтобы кирпичи плотно прилегли друг к другу, можно присыпать каждый слой щепоткой сахарной пудры.

4. Если вы решились создать сложное архитектурное сооружение с просветами, арками и стрельчатыми окнами, лучше склеивать детали по ходу строительства. Приготовьте клейстер из яичного белка, тщательно очищенного от пленок и сгустков, и небольшого количества гашеной извести (по желанию). Каждый слой кирпичей быстро намазываем тонким слоем клея и слегка придавливаем. Окна, ворота и другие элементы лучше всего вырезать из картона и вставить в сахарную стену на тот период, пока клей еще не «схватился». Потом, когда кубики срастутся прочно, картон можно будет вынуть.

5. Чтобы превратить конструкцию в настоящую настольную сказку, запаситесь небольшими свечками для аромаламп. Поставьте свечу в центр построенного замка или между башенками: кристаллики сахара умеют по-особому преломлять на себе свет, поэтому стены вашей постройки будут буквально светиться изнутри. И Рождество наступит в вашей семье досрочно.

Украшаем дом к Новому году

НЕОБЫКНОВЕННЫЕ СНЕЖИНКИ

Людмила КРЫЛОВА

Ожидание Нового года обычно пробуждает в нас оформительские таланты. Создавая праздничное настроение, мы расставляем свечи, прикрепляем гирлянды на окна — чтобы поделиться новогодним настроением с прохожими. Редко кто ограничивается развешиванием покупных игрушек на елку. Праздничную атмосферу создают только самодельные украшения. И ожидание праздника — отличный повод заняться рукоделием вместе с детьми.

Снежинка — самый любимый и распространенный символ новогоднего декора. Как и поколения наших родителей и даже бабушек, мастерим снежинки из многократно сложенных листочков. Несколько движений ножницами, разворачиваем... и любуемся неповторимой узорчатой звездочкой.

Тем, кто чуть постарше, можно предложить для творчества неожиданные подручные материалы, чтобы в результате совместной работы получилось что-нибудь оригинальное.

СНЕЖИНКА ИЗ ПОТОЛОЧНОЙ ПЛИТКИ

Если в доме недавно был ремонт, на антресолях или на балконе наверняка пылятся и скачуют остатки потолочной плитки. Нам пригодятся те, что сделаны из полистирола. И цвет, конечно, лучше выбирать белый или светло-голубой. Но главное — фактура, выпуклый рисунок должен быть цветочным или звездчатым. Еще понадобится макетный (канцелярский) нож со сменными лезвиями и дощечка или лист толстого картона в качестве рабочей поверхности.

Теперь все зависит от фантазии и умения мастеров. Обсудите с ребенком, по каким контурам прой-

дет лезвие. Пусть попробует свои силы на нескольких тренировочных заготовках, чтобы почувствовать инструмент и фактуру, плотность материала; убедиться, что действовать нужно аккуратно, — плитка довольно хрупкая вещь.

Попутно можно вспомнить, что говорили на уроках геометрии о симметрии, и провести оси симметрии у своей будущей снежинки.

Когда кропотливая работа с ножом завершена, зовем младших и вместе придумываем, как оформить поделку. Покрасить в нежные цвета? Покроить блестками, пайетками, бисером?

Если мастера остались довольны своим новогодним символом, его пора прикреплять на самое видное место.



СНЕЖИНКА В ТЕХНИКЕ «КВИЛЛИНГ»

Эту технику еще называют «бумажной филигранью»: кружевные панно и объемные безделушки мастер собирает из скрученных бумажных полосок.

Готовясь к созданию изящной воздушной снежинки, нужно запастись материалами и инструментами.

Нам понадобятся:

- клей-карандаш, силикатный клей (нынешний клей ПВА лучше не использовать — он плохо скрепляет и делает бумагу морщинистой);
- хорошо наточенные ножницы;
- удобная линейка;
- пинцет — чтобы держать бумажную заготовку, когда наносите клей и соединяете элементы;
- зубочистка или шило — их можно использовать для накручивания бумажной полоски и нанесения клея на заготовку;
- бумага для квиллинга.

Если нет готовой нарезанной бумаги, придется делать заготовки самостоятельно и перечень необходимых материалов несколько увеличится:

- бумага формата А4;
- макетный нож;
- компьютер, принтер.

Для разметки линий одинаковой ширины на бумаге можно воспользоваться умением программы Word создавать таблицы. Выбира-



ем количество столбцов, например 45 (это зависит от необходимой вам ширины полосок), количество строк – 1.

Опускаем вертикальную линию, пока страница не прочертится по всей длине.

Теперь осталось распечатать нужное количество листов и нарезать. Можно ножницами, но это долго, и получится не слишком аккуратно. Правда, для малышей, которым важно тренировать мелкую моторику, это занятие полезно. Но детям старшего возраста я предлагаю другой способ: распечатываю пять листов А4, канцелярским степлером скрепляю листы с левой стороны и ножом для резки бумаги нарезаю их с помощью линейки. Линейка должна быть прижата к поверхности верхнего листа очень крепко, иначе полоски получатся неровными.

В результате получилось много-много бумажной лапши. Каждую полоску нужно скрутить в ролл – ролл, как говорят мастера квиллинга. В Европе для скручивания полосок используют пластмассовую или металлическую палочку с расщепленным концом. Некоторые наши соотечественники сами изготавливают подобный инструмент, например, из стержня для шариковой ручки, на конце которого делают прорезь. Мастера восточной школы предпочитают выполнять закручивание при помощи тонкого шила. Замену ему можно смастерить из толстой иглы и пробки. По моему опыту, у детей хорошо получается накручивание на зубочистку.

Туго скрученный ролл нужно немножко отпустить, чтобы появились просветы между слоями, и закрепить клеем свободный кончик бумажной ленты. Часть загото-

вок можно оставить круглыми, а остальным придать форму листа, лепестка, глаза, сердечка, звездочки, аккуратно сплющивая пальцами один или несколько краев спирали.

Если все участники домашней мастерской от души поработают на подготовительном этапе, в вашем распоряжении окажется множество всевозможных роллов. Значит, пора приступать к самой увлекательной части – составлению снежинок разной конфигурации. Пусть у каждого будет возможность сочинить и собрать свою неповторимую форму.

Старшим детям можно между делом подбросить вопрос: сколько лучей у настоящих снежинок? Бывают ли они с четырьмя, десятью или семью лучами? Чтобы найти ответ, достаточно выйти на улицу и поймать несколько ледяных звездочек на варежку. Или, в крайнем случае, заглянуть в Интернет. Возможно, кому-то захочется узнать, почему так происходит. Но это, конечно, после того, как сложенные в причудливые узоры роллы будут аккуратно склеены между собой, а готовые снежинки займут свое место в праздничном убранстве дома.

По материалам фестиваля «Открытый урок»

■
«Все дети на Новый год, даже не самые послушные, должны получать подарки».

> 51

■
«После уроков подростки бродили по дворам, уставленным автомобилями, и, делая вид, что играют в прятки (прятались за машинами, приседали у колес), спускали шины».

> 52

■
«Самоуверенность свойственна подросткам. Ученик бросает вызов школе и самому себе: сумею ли я в обход установленного порядка прилично сдать предмет?»

> 54

■
«...Юности свойственна тяга к романтическим идеям, высоким целям — какими бы циничными ни выглядели наши старшеклассники. Многие испытывают острый интерес к мистическому, потустороннему, загадочному».

> 55



Как я узнал, что Дед Мороз существует?

ЧУДЕСА СЛУЧАЮТСЯ

Александра ЧКАНИКОВА

Мы привыкли, что Дед Мороз приходит только к маленьким. Но подчас он так нужен нашим повзрослевшим детям! Как было бы хорошо, если бы мы время от времени напоминали им, что чудеса на свете все-таки бывают! Особенно в предновогоднюю пору. Эти воспоминания они сохраняют, возможно, на всю жизнь.



ДЕД МОРОЗ НА СКЕЙТЕ

Когда мне было лет пятнадцать, я мечтал о скейте — и не о каком-нибудь, а о самом большом и «навороченном». По пути с тренировок я забежал в большой спортивный магазин, чтобы «поздороваться» с ним. Вся семья была в курсе, что на Новый год я жду только этого подарка и никакого другого.

За пару дней до Нового года, когда мы в сотый раз проходили с папой мимо спортивного магазина, я, как всегда, остановился у витрины и в тысячный раз рассказал, до чего же хорошая штука — этот скейт. Отец охотно согласился, потом вздохнул, отвернулся, и я понял, что чуда не будет. На Деда Мороза я уже лет десять как не надеялся, а с папой у нас отношения прозрачные: мы не любим сюрпризов, но честно обсуждаем, возможно ли исполнение желания или нет. Если он молчит — значит, не судьба.

Тридцать первого числа все было, как обычно: мыли, скребли, убирались. По телевизору шли традиционные новогодние фильмы, как всегда. И вдруг — звонок в дверь. Мама из ванной кричит: «Это не ко мне!» Отец с балкона: «Не ко мне!» Я открыл дверь и вижу: на пороге стоит Дед Мороз. В своей красной шубе, достаточно худой, высокий, без посоха и без мешка. Я говорю:

— Вы, наверное, квартирой ошиблись.

А Дед Мороз отвечает мне таким дерзким молодым голосом:

— И совсем я не ошибся. Пошли, выйдем на улицу.

Тут он слегка поворачивается — и я вижу, что у него за спиной висит... мой скейт! Я быстро влез в кроссовки, накинул куртку — а он, такой резвый, не стал дожидаться лифта и побежал вниз по лестнице. Я за ним со всех ног. Выскакиваю на первый этаж — а он на моем скейте рассекает по всему коридору и хохочет от души. Потом подъехал ко мне, ногой подтолкнул скейт и говорит:



— Ну все, я проверил, теперь можешь кататься. С Новым годом, Тёмка!

И выбежал из подъезда. Так быстро, что я едва успел ему «спасибо» выкрикнуть.

Мама, когда увидела меня дома со скейтом, была в шоке. Она не подозревала, что мне готовится такой грандиозный подарок. А папа тоже очень удивился, но не скейту, а Деду Морозу. Оказалось, он просил своего товарища вручить мне подарок, а тот поручил своему сыну. И этот парень сыграл лучше-го в мире Деда Мороза! Ему, видимо, тоже захотелось вспомнить этого любимого волшебника детства.

Артем, 24 года

ДЕД МОРОЗ В ЭЛЕКТРИЧКЕ

Я встретила с Дедом Морозом... в электричке. В канун Нового года ехала домой из института, безнадежно «засыпав» экзамен по истории России. Настроение ни к черту — первая сессия, а уже трояк влепили. Значит, стипендию не дадут. В промерзлом вагоне было мало народу, отовсюду

сквозняк, в замерзшее окно ничего не видно. Настроение — хоть плачь.

И тут ко мне подсаживается пожилой человек, такой типичный профессор. Седой, в очках, с бородкой, с широким и улыбчивым лицом. Спрашивает: «Вам грустно?» Я сначала испугалась, потом вижу — все-таки в электричке люди, дедушка веселый, рядом с ним огромные мешки с какими-то свертками... Вроде не опасный. Отвечаю: «Да, очень». Он улыбается и говорит: «Это нормально, под Новый год часто бывает грустно».

Он начал рассказывать, что сам он родом с Севера, из маленького села, и там свет фонарей не мешает в новогоднюю ночь смотреть на звезды. Потом спрашивает:

— Вы, наверное, недовольны собой?

Я отвечаю:

— Да, я, кажется, не была хорошей девочкой в этом году, — неожиданно рассказала совершенно незнакомому человеку и про сессию, и про то, что дома мной будут очень недовольны. А он усмехнулся и говорит:

— Все дети на Новый год, даже не самые послушные, должны получать подарки. Вот, возьмите, — и протягивает мне сверток.

Я попыталась отказаться, но он так на меня посмотрел, как смотрит волшебник в сказке: будто он все про тебя знает и с ним нельзя кривить душой. Я взяла, поблагодарила.

— Вот и умница, — сказал мой случайный попутчик, — в следующем году все наладится. А теперь мне пора выходить, — и он вышел из вагона, подхватив свои мешки.

Я развернула сверток — там оказалась книжка сказок с чудесными картинками и кулек карамелек. Я первым делом сунула в рот карамельку, а потом стала смотреть картинки. Они были замечательные: уютные домики, занесенные снегом, зимний лес, колокольни... Мне вдруг стало тепло и спокойно, как в детстве. И как будто детство еще не кончилось...

Наталья, 31 год

ЗВОНОК ОТ ДЕДА МОРОЗА

Десятый класс у меня в прошлом году был хуже некуда: ни друзей,

ни приятелей — вообще никого. Даже родители от меня как-то отделились. На Новый год они пригласили к нам домой компанию своих сослуживцев, которые предпочитают всю ночь чинно сидеть за столом, обсуждать тонкости французской кухни и слушать Бетховена. А мне даже некого было к себе пригласить, чтобы развеять эту скуку!

была недовольна. Когда она в очередной раз на меня гаркнула, я расплакалась и ушла к себе в комнату. Села у окна, даже свет не зажгла. Сажу и думаю: «Дед Мороз, если ты есть, ну, пожалуйста, подари мне друзей».

Вдруг — ррраз! Мобильный звонит. Номер незнакомый. Беру трубку:

— Привет, это Аня, помнишь, мы вместе в прошлом году в лагере

...Первым делом сунула в рот карамельку, а потом стала смотреть картинки. Они были замечательные: уютные домики, занесенные снегом, зимний лес, колокольни... Мне вдруг стало тепло и спокойно, как в детстве

Весь день я думала, что вот сейчас что-то такое случится, и Новый год у меня все-таки начнется весело. Но ничего не происходило. Наоборот, мама ругалась, нервничала перед приемом гостей и всем

были? Я тут всех обзваниваю, кто в телефонной книжке есть. Пойдем на площадь гулять? Нас много собирается...

По-моему, я никогда так не умоляла маму меня отпустить погулять, как в тот вечер. Маме явно не хотелось: ночь, незнакомая компания, маленькая девочка (это я!). Но я сказала тогда, что это подарок мне от Деда Мороза и что мама просто не имеет права отказать. В конце концов, мама согласилась, и я бегом помчалась на автобусную остановку.

Это был самый веселый Новый год в моей жизни. Кроме Ани, которую я едва вспомнила, там не было ни одного знакомого лица, но мы так болтали и смеялись, как будто знали друг друга лет двести. Салют смотрели, хлопали, на каток забрели, потом пошли к Ане домой, еле-еле расселись, всю ночь пили какао и рассказывали страшилки. А еще я познакомилась с Димой... В общем, Дед Мороз есть. И это факт!

Ольга, 18 лет



Зеркало для подростка

ИЗ СЕМЕЙНОГО АРХИВА

Андрей КАШКАРОВ

Бывают ситуации, когда «искания» подростков угрожают бедой. Родители просто не могут оставаться безучастными. Только ведут себя порой так, что все становится еще хуже. Существует несколько типичных «неправильных» родительских реакций, которые лишь провоцируют подростка на самые экстремальные решения (криминал, уход из дома). Не стоит укорять юного бунтаря. Бесполезно вспоминать истории о том, как вы сами старательно работали с ранних лет, а родителей надо было уважать и слушаться буквально во всем, иначе следовало наказание ремнем. Так что же делать?

Убежден, что готового рецепта для возделывания «идеальных» отношений с подростком нет. Тем не менее, поделюсь историей из жизни нашей семьи. Вдруг наш опыт кому-то принесет пользу?

В школьной компании моей дочери вдруг стало популярно довольно своеобразное развлечение. После уроков подростки бродили по дворам, уставленным автомобилями, и, делая вид, что играют в прятки (прятались за машинами, приседали у колес), спускали шины. Есть небольшое устройство, которое может выдать любой шиномонтажник: его легко вставить в сосок камеры колеса, оно нажимает на ниппель и спускает воздух. Достать такую штучку не проблема.

Роли в компании борцов с машинами были распределены так, чтобы каждый обязательно «запачкался» — испортил чье-то колесо собственными руками. Со слов моей дочери, это всем доставляло «кайф». Конечно, кроме владельцев транспортных средств, которые

начали за детьми настоящую охоту. Кого-то даже поймали, «поучили». Но подростки только озлоблялись от репрессий, да и доказать вину ребят юридически было довольно трудно: нужны видеофиксаторы, которых пока немного.

Такая война продолжалась не день, не два, а месяцами. Вывести дочь из этой компании «бескровными методами» не представлялось возможным.

Как-то нам надо было в один из выходных дней срочно ехать в художественную школу, которую так любит дочь. Мы вышли к автомобилю — а у него спущены два колеса. Очевидно, кто-то из друзей дочери постарался... Я немного посетовал на хулиганов, но, главное, принял все меры для того, чтобы восстановить шинные покрышки и не нарушить важных для моего ре-



бенка планов. Ушло на это примерно минут сорок.

Я привез девочку в школу, она опоздала совсем не намного. По дороге я рассказывал, что даже незначительно спущенное колесо, а тем более поврежденное, таит опасность для водителя. Человек привычно сел за руль, ничего не заметил, а на скорости автомобиль стал неуправляемым. В результате — ДТП, жертвы. Ни в чем не повинные люди, у которых тоже есть дети, которые тоже любят ходить в художественную школу.

Я, пожалуй, соглашусь с тем, что могу ошибаться. Не всегда мое мнение или мои поступки дочь или сын должны считать правильными. Оставим им эту свободу личностной оценки. Но и они могут ошибаться. Главное — суметь признать свои ошибки и вовремя исправить.

С того дня дочь перестала участвовать в сомнительных развлечениях, хотя и не порвала сразу со своими прежними друзьями.

Происходящее в жизни подростка — это результат, прежде всего, его собственного выбора. Убежден, как бы сложна ни была ситуация, нет плохих и злых детей и взрослых. Есть недопонимание — из-за неопытности. И есть возможность помочь.

Анна ЛЬВОВИЧ

Педагогика осознанного прогула: разрешать или не разрешать?

Сегодня в школе ничего интересного нет, я останусь дома

Ирина, мама подростка:

— Недавно сын начал прогуливать школу — открыто и бессовестно. Если раньше он собирал портфель, говорил родителям «пока», шел до первого перекрестка и дальше сворачивал во двор, теперь Мишка может проснуться утром и заявить мне: «Сегодня в школе ничего интересного нет, я останусь дома».

Я пытаюсь возражать. «Как на это реагируют учителя?» — спраши-

ваю. Он отвечает: «Я ведь сдаю им все работы и контрольные пишу на пятерки. Потерпят». «Ты не боишься, что на тебя будут жаловаться?» Нет, говорит, время дороже. «А как же одноклассники?» Он: «Мои одноклассники денек и без меня могут потусить».

Мне не к чему придраться. Оставшись дома, сын не сидит без дела, не пропадает в сетях. Он решает олимпиадные задачки, читает книги — по той же физике, которую прогуливает. Он честно является в школу на все важные ра-

боты, ходит на те уроки, которые кажутся ему интересными. А те, которые ему кажутся необязательными, прогуливает. Я бы даже смирилась с такой ситуацией, но мне то и дело звонит классный руководитель и жалуется на сына. Он успевает получить все оценки, поэтому не аттестовать его невозможно, но всю отчетность он ей портит.

Как мне относиться к сознательным прогулам сына? Как убедить его, что школу пропускать все-таки не нужно?



Отношение к школе как к факультативу — это акт неуважения к учителям

Елена Викторовна, учитель:

— Аргумент здесь может быть только один: отношение к школе как к факультативу — это акт неуважения к учителям. Если ты не ходишь на уроки физики, а осваиваешь предмет на дому, значит, ты сомневаешься, что учитель расскажет что-то полезное и интересное. За такое высокомерие рано или поздно придется заплатить: либо снижением четвертной оценки, либо невысоким результатом на контрольной, либо испорченными личными отношениями. Вряд ли педагог будет ценить ученика, который позволяет себе решать: к кому я пойду сегодня на урок, а к кому нет.

Видимо, так проявляется у вашего сына переходный возраст. Самоуверенность свойственна подросткам. Ученик бросает вызов школе и самому себе: сумею ли я в обход установленного порядка прилично сдать предмет? Если он сумеет — мы будем только рады, а если нет — что тогда? Времени не вернуть.

Рано или поздно мальчик и сам поймет, что нехорошо выбирать, идти или не идти на обязательные занятия. Задача родителей — не потакать его причудам и напоминать, что все мы люди, что его прогулы могут повредить педагогу: он отчитывается перед начальством за каждый пустой стул! И за свой предмет ему тоже обидно...

Жизнь коротка — время дорого

Дмитрий, отец двоих детей:

— А что, я бы рад познакомиться с этим молодым человеком и пожать ему руку. Перед нами сознательный и рациональный человек, который в столь юном возрасте уже умеет ценить свое время и распределять нагрузку. Он не отказывается от учебы, а решает задачи адресно, читая ту книгу, которая ему нужна именно сейчас, посещающая те уроки, которые он считает

полезными. Талантливые работники по всему миру давно оценили прелесть фриланса: чем пылится в офисе от звонка до звонка, лучше самому управлять своим временем и отчитываться только за готовый результат.

Мы привыкли к тому, что школу нужно «отсидеть». Я категорически



против этой позиции: жизнь коротка — время дорого. А мы все расшаркиваемся перед системой, которая не способна порой гарантировать нам интересные, содержательные уроки.

Мой совет родителям: если есть возможность, переведите ребенка в спецшколу, где расписание подгоняется под нужды и интересы ученика, а педагоги сосредоточены не на дисциплине, не на посещаемости, а на результате. В вузе-то

никто не обижается, что студент явился только на сессию и блестяще сдал экзамены. Мише, видимо, нужна школа с подобными правилами.

Вопрос не в привычке, а в мотивации

Марина, мать двоих детей:

— Когда я растила старшую дочь, у меня и в мыслях не было, что в школу можно не пойти, если ты не болен. В школу, как на работу: по субботам тоже ходили, на все факультативы. Ни единого пропуска без уважительной причины! Младшая дочка была слабенькая, быстро уставала, и я позволяла ей «внеплановые выходные»: если по расписанию труд, ИЗО или физкультура, то вроде можно и пропустить. Дочь всю среднюю школу вдохновенно ленилась, а к десятому классу настолько разболталась, что вообще в школу ходила только в самом крайнем случае. И что в результате? Обе девчонки, поступив в желанные вузы на любимые специальности, стали пропадать в своих институтах до глубокой ночи, учиться буквально с фанатичным рвением.

Так я сделала для себя вывод: вопрос не в привычке, а в мотивации. Если вашему сыну будет нужно зачем-то посещать все уроки, он и начнет их посещать. Когда вырастет, будет ходить на работу не по инерции, а потому что ему это нужно. Осознанность действий — это высшая ценность в жизни, и она у вашего сына уже сформировалась. Кстати, и привычка работать — тоже.

Следите только за тем, чтобы он действительно не скатывался по оценкам: в юном возрасте самоконтроля может не хватить, и подросток начинает попросту халтурить. Отсутствие мотивации не должно помешать успевать по всем предметам хотя бы на четверки.

Психологическая зависимость

КАК УБЕРЕЧЬ ПОДРОСТКА ОТ ВСТУПЛЕНИЯ В СЕКТУ

Марина ЧЕРНЫХ

Забываясь о безопасности подростка, родители прежде всего думают о физических угрозах жизни и здоровью, в крайнем случае — семейному кошельку. Предостерегают от употребления наркотиков и курения, от разговоров с подозрительными незнакомцами, от рискованных развлечений вроде прогулок по крышам, от азартных игр на деньги... Это разумный и правильный подход. Однако не стоит забывать еще об одной угрозе — психологической. Сознание подростка, вовлеченного в секту, страдает ничуть не меньше, чем тело во время несчастного случая. А реабилитация подчас длится гораздо дольше и проходит мучительнее.

ГРУППА РИСКА

Причиной податливости для вербовщиков может стать чувство одиночества, переживания по поводу тяжелых проблем, страдания подростка оттого, что его не понимают и не ценят окружающие. С точки зрения взрослых, эти эмоции могут показаться надуманными. Ну какое одиночество, если мы так его любим, окружаем заботой? Да и проблемы в пятнадцать–семнадцать лет не стоят выеденного яйца. Но подросток может в самом деле глубоко переживать субъективно тяжелые для себя ситуации.

Прибавьте к этому недостаточно развитое критическое мышление. А оно пока плохо приживается даже в головах вполне взрослых людей, радостно верящих, например, любой рекламной чепухе.

Кроме того, юности свойственна тяга к романтическим идеям, высоким целям — какими бы циничными ни выглядели наши старше-

классники. Многие испытывают острый интерес к мистическому, потустороннему, загадочному. Другие в силу инфантильности не хотят нести ответственность за свою жизнь, готовы отказаться от большей части свобод, только бы кто-то руководил ими.

Все эти факторы очень умело используют сектанты, ищущие новых adeptов. Ведь каждый завербованный повышает их статус.

ПУТЬ ЖЕРТВЫ

Агитаторы сект обычно располагаются там, где человек вынужден проводить какое-то количество времени в ожидании, или в местах учебы, работы. Например, на остановках транспорта, в парках, в местах тусовок. Схема действий у них отработана, она описана многими исследователями этой тяжелой проблемы. Для начала потенциальную жертву окружают преувеличенной, всепроникающей заботой: называют «братом» или «се-



строй», участливо выслушивают. Для человека, уставшего от социальной изоляции (пусть даже мнимой), от репутации не оправдавшего надежд неудачника, тупицы, мямли, это очень соблазнительная приманка. Он наконец-то чувствует себя признанным членом сильного, справедливого, дружного сообщества.

Чуть позже, даже начав смутно подозревать, что не все так радужно в новой компании, молодому человеку бывает неудобно оттолкнуть тех, кто дал ему эти переживания, с кем он так доверительно общался.

Доверительность и становится следующим крючком для неопита. Его вынуждают публично исповедоваться, раскрыть самую приватную и негативную информацию о себе. И это становится мощным рычагом давления впоследствии. Теперь он находится в достаточном подчинении, чтобы пройти обряд посвящения. Он принимает новое имя и как бы умирает для внешнего мира, мысленно отказывается от прошлой жизни, признавая достойной только нынешнюю.

И барьер этот все растет. Члены секты подвергаются гипнотическому и наркотическому воздействию, им внушают идею родства с «братьями» и отвращения к внешнему

миру, который живет по неправильным законам. Для усиления эффекта сектанты используют особый примитивный язык на основе малопонятных и абсурдных, с точки зрения непосвященных, терминов. Рваный режим сна, скудная еда, изнурительные физические и психические нагрузки тоже ослабляют волю. Наградой служат редкие встречи с лидером секты и возможность продвинуться в иерархии группы. Ну и, конечно, заоблачная «духовность», путь к которой лежит через подчинение, изнурительный труд и жертвоприношение в пользу секты своего имущества.

Таким образом, за пугающе короткое время у человека склады-

стал объектом приставания утрированно благообразных собеседников на душеспасительные темы, покажите пример, как можно вежливо, но твердо прервать разговор, отказаться от предложенных книг и журналов. А если подросток выказал заинтересованность, просто спросите, хочет ли он так же ходить по улицам и приставать к прохожим.

Иногда вовлечение в секту происходит под видом курсов по обучению чему-нибудь полезному: психологии, основам маркетинга. Тревожным сигналом может служить продажа оккультной литературы, видеозаписей с лекциями «гуру». Это верный признак того,

человека от влияния секты совсем недостаточно. Родные, узнавшие о психологическом порабощении близкого человека, обязательно должны обратиться в специализированные центры реабилитации. Но и самим придется вложить много сил в долгий процесс возвращения подростка к нормальной жизни. Придется потратить месяцы, а то и годы...

Распознав ситуацию, не нужно разубеждать новоявленного сектанта в том, что у его наставников неблагоприятные цели. Ибо доводы разума до него сейчас не доходят. Кроме того, именно из-за проблем в отношениях с близкими он сделал этот шаг, для него новые «братья» привлекательнее старых друзей и членов семьи. Придется задуматься, что в прежних отношениях требует корректировки. А уж ссоры, обвинения и порицания еще больше оттолкнут от прежнего круга общения и сыграют на руку сектантам.

Нужно однозначно дать понять, что вы категорически против любой пропаганды сектантских идей в своем доме или в кругу друзей. Можно мягко и ненавязчиво обращать внимание на нелогичность слов и поступков адепта. Главное — не оттолкнуть его от нормального круга общения, чтобы ему было куда вернуться, когда подобная мысль возникнет. Важно не стать для нуждающегося в помощи человека ни врагом, ни объектом вербовки.

Пусть он уверится в вашем принятии его права на поиск, на выбор, даже ошибочный, с вашей точки зрения. Нужно сохранять хотя бы минимальный контакт с оставшейся здоровой частью его психики. Выстраивая линию поведения, придется все время напоминать себе, что перед вами человек с подавленной собственной личностью. Ну и, конечно, регулярно консультироваться со специалистами, объединить усилия с родственниками других жертв, направить усилия на социальную реабилитацию.



вается и закрепляется зависимый тип поведения. В этом заключается главная причина, почему так редко и болезненно бывшие члены секты покидают ее. А покинув, иногда возвращаются. Им комфортнее быть в положении марионетки. Да и проблемы, от которых хотелось убежать, никуда не делись, а стали лишь более запущенными.

НЕ ИСПЫТЫВАТЬ СУДЬБУ

Пока угроза остается гипотетической, нужно предостеречь подростка от контактов с вербовщиками, особенно если он по каким-то признакам входит в группу риска. При этом помогать ему справиться с угнетающими чувствами. Если подросток в вашем присутствии

что под видом обучения вам будут навязывать откровения лидера новоиспеченного культа. Единственная возможная реакция — уходить оттуда немедленно. Вообще, психологи, работающие с жертвами тоталитарных сект, настойчиво советуют: решительно и сразу пресекать все контакты. Не пытаться переубедить или, считая себя не подверженным манипулированию, не испытывать судьбу из любопытства: каково это — подвергнуться вербовке?

ПОМОЩЬ БЛИЗКИХ

Иногда окружающие замечают неладное поздно, когда структура личности уже сильно искорежена, в этом случае просто изолировать

На заметку



Интернет-ресурсы, где можно найти информацию по проблеме защиты от сектантства.

<http://www.sektainfo.ru/ob-avtorah/>

Сайт создан и поддерживается сообществом российских специалистов-религиоведов. Собрана информация по регионам. Есть список организаций, помогающих жертвам сектантов и их родственникам. Представлены мнения ученых и практиков на проблему и возможные пути ее решения.

<http://www.evolkov.net/index.html>

Персональный сайт Евгения Волкова, психолога, социолога, специалиста по конфликтологии и новым религиозным движениям, эксперта по социальному воздействию и критическому мышлению, судебного эксперта по уголовным делам, связанным с психологическим насилием. Здесь можно найти рекомендации по профилактике и защите от деструктивных воздействий.

<http://www.psi.mchs.gov.ru/>

Сайт экстренной психологической помощи, куда можно обратиться за поддержкой, пройти онлайн-тренинг, почитать статьи по интересующей тематике.

<http://sektamnet.narod.ru/pspp.htm>

Довольно много ссылок на сайты, отечественные и переводные статьи и книги, где раскрываются механизмы контроля над сознанием, способы защиты от него и рекомендации по противодействию.

ЧТО ДОЛЖНО НАСТОРОЖИТЬ?

- Необъяснимо увеличились денежные траты, подросток постоянно просит денег, из дома пропадают ценные вещи.
- Поменялся рацион питания, подросток отказывается от привычных продуктов.
- Резко изменился стиль одежды.
- Подросток увлекается чтением эзотерической, мистической литературы, забросив другие книги. Много времени отдает медитациям.
- Привычные увлечения, интересы отошли на второй план. Семейные дела, старые друзья, учеба – все это перестало быть ценным.
- Повседневные дела, обязанности, распорядок дня, просьбы родителей вызывают резкое раздражение или безразличие.
- Изменился стиль общения, речь стала напоминать механическое, заученное повторение странных терминов, цитат, утверждений.

Десять фраз, которые учителя не хотят слышать

ПАМЯТКА ДЛЯ УЧЕНИКА, КОТОРЫЙ
БЕРЕЖЕТ НЕРВЫ «ПРЕПОДА»

Филипп МЕРКУЛОВ

Есть слова, которые ранят собеседника в самое сердце. Причем помимо вашего желания. Вы не имели в виду ничего дурного. А человек обиделся, расстроился. Неприятно. И даже чревато последствиями, если ваш собеседник — учитель, замученный отчетами и совещаниями. А ведь ему еще полугодовые оценки выставлять! Чтобы наши неосмотрительные подростки не расстраивали любимых преподавателей и не «нарывались» понапрасну, мы составили список из десяти самых неполицорректных выражений, которые ни один учитель не хочет услышать от своего ученика.

«А вы проверили наши контрольные?»

Если контрольная случилась в пятницу, а вопрос прозвучал в по-

недельник, учитель чувствует себя Золушкой, которая должна трудиться день и ночь, даже не мечтая о балах и принцах. Соответствен-



но, вы предстаёте злобной мачехой. Этот персонаж не самый любимый и не самый счастливый, как вы помните.

Кстати, уверенность в том, что человек в выходные должен отдыхать, уделять время семье и собственным увлечениям, не помешает преподавателю строго спросить с учеников за несделанное к понедельнику домашнее задание. Тут нет никакой логики. И не надо искать справедливости.

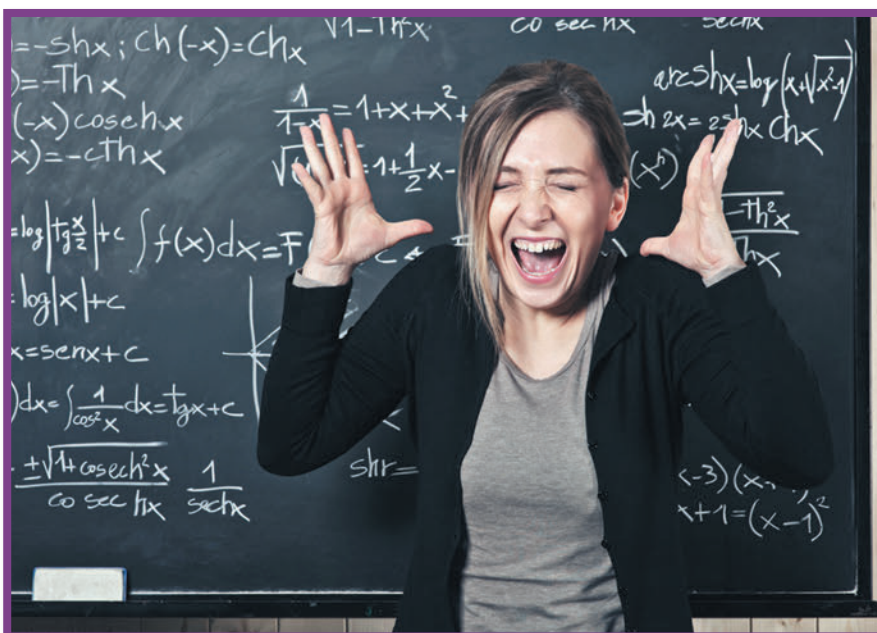
К тому же, кто знает, порадует ли вас проверенная контрольная и не придется ли вам потом часами разбираться с ошибками? Наслаждайтесь передышкой.

«Можно выйти?»

Этот вопрос в середине урока, когда учитель что-то увлеченно объясняет у доски или умиленно наблюдает за сосредоточенной работой класса, разрушает дорогую сердцу педагога иллюзию совместного творчества. Если есть шанс дождаться перемены — лучше не рисковать.

«Я не разговаривал (не свистел, не кидал бумажек)!»

Учитель сделал вам замечание, прервал свой замечательный урок. А вы убеждаете его, что это все напрасно? И длите досадный дисциплинарный момент! Повторимся: не ищите справедливости. Кивните, извинитесь. Целее будете.



«А вы не предупреждали нас, что будет контрольная!»

Безнадежная попытка избежать неизбежного. Во-первых, почти всегда окажется, что все-таки — предупреждали: в конце прошлого урока, в электронном журнале... Во-вторых, на худой конец, контрольную быстро переименуют в самостоятельную — и все равно придется писать. Уж лучше сразу, без лишних споров.

«У нас с Машей одинаковые ответы! Почему у нее пять, а у меня три?»

если вы хоть раз в жизни опоздали на урок или вымолвили хоть одно лишнее словечко на занятии, вам это тут же припомнится. А еще сакраментальное: «Звонок — для учителя!» Нечего возразить.

«Мы этого не проходили!»

Вам еще долго придется перелистывать собственную тетрадь, убеждаясь, что и на прошлой неделе, и на позапрошлой вы «это» проходили, просто в момент прохождения «оно», в присутствии учителя, выглядело иначе, гораздо понятнее и проще. А когда вы оста-

но почему-то ни у кого ничего не спросили, ни на какие дополнительные занятия не пришли. И кто, спрашивается, виноват?.. Словом, не ждите сочувствия.

«А что будет на контрольной?»

Этот вполне разумный вопрос, скорее всего, заставит учителя всплеснуть руками и снова пролистать с вами тетрадь, чтобы уточнить, что будет это, и еще это, и, разумеется, вот это. А для чего же, собственно, мы все так подробно записывали? Не проще ли



Оценивание — дело тонкое. Учителя порой придираются к мелочам. Скажем, Маша написала Луи XIV, а вы — Луи XVI. Подумаешь, палочку не в том месте поставили... Но такие уж они — учителя. Придется считаться с их причудами. И впредь либо учить как следует, либо уж списывать повнимательнее.

«Уже звонок — перемена!»

Думаете, только вы слышите этот сигнал к освобождению? Зачем кричать об очевидном? Более того,

лись с «ним» один на один во время диагностической работы, вы «его» не признали. Что ж, впредь придется вглядываться пристальнее в предмет изучения. Лучше вам открыть эту простую истину самостоятельно, а не слушать возмущенные обвинения педагога.

«Я болен, когда мы это проходили!»

Провокация монолога учителя о вашей ответственности и самостоятельности. Вы услышите, что вот уже две недели, как выздоровели,

листать тетрадь самостоятельно и в тишине?

«Я опоздал, потому что автобус сломался (на дорогах пробки)»

И вы с этим наивным оправданием являетесь в класс, где сидит еще человек десять, приехавших на том же автобусе (по тем же дорогам)? На что вы рассчитываете? Разве что на терпение и чувство юмора, которые не покидают наших педагогов даже в конце полугодия.

Гуд бай, Берлин!

Людмила ПЕЧАТНИКОВА

Издательство «Самокат» (<http://www.samokatbook.ru/>) продолжает выпускать серию «Недетских книг», то есть таких, которые должны, прежде всего, попасть в руки родителей. Маркировка на обложке: 16+. Но если родители отважны и доверяют своим выросшим детям, они дадут им почитать историю, которая, возможно, не совсем укладывается в рамки формальных правил, зато честно рассказывает о жизни, с которой юным читателям еще предстоит познакомиться.



Вольфганг Херрндорф

Гуд бай, Берлин!

Самокат, 2015

Несколько дней из жизни современных подростков, сбжавших из дома на краденом автомобиле. Один из них – нелюдимый сын матери-алкоголички и разорившегося отца. Второй – криминальный тип из семьи русских иммигрантов. Читатель готовится к мрачным картинам, трагическим переживаниям. Трудный период становления юной личности в нашем испорченном мире...

Но, вопреки ожиданиям, с каждой новой страницей, с каждым новым поворотом сюжета и дороги

на душе становится все легче. И уже страницы переворачиваются под сдавленные смешки, под откровенный хохот. Остаются позади заносчивые и равнодушные красотки-одноклассницы, непонятливые учителя и родители, слишком занятые собственными проблемами. Мальчишки открывают для себя жизнь, страну, в которую попали волей судеб и которая поначалу кажется им то равнодушной пустыней, то террариумом, полным опасностей. А она разворачивается перед ними сочной зеленью лугов и золотом пшеничных полей (особенно приятно читать описания летних пейзажей, когда лично у тебя за окном ледяные сугробы), поливает их непроглядными ливнями, окружает дружелюбными попутчиками, готовыми поделиться аппетитными булочками с сыром и ветчиной. Над ними раскрывается безбрежное небо. Возможно, где-то в чернозвездной глубине, на одной из самых далеких планет, как раз сейчас снимают фильм про двух сбжавших из дому мальчишек. Герои почти не сомневаются в этом. Конечно, не обходится книга без любовной истории, диковатой, но удивительно чистой и наивной (с обещанной встречей влюбленных через пятьдесят лет или, если получится, в следующее воскрес-

ные). Не обходится без свойственных возрасту философских открытий: старики тоже люди, и каждый подросток превратится в такое же старое морщинистое создание когда-то, оставшись при этом человеком. Не обойтись героям без полиции и небольшой катастрофы. Законы жанра, в конце концов. Но главный вывод, к которому приходят мальчишки (и читатели): наш мир не такое уж скверное место. И жизнь – прекрасна, хотя бы потому, что временами ты чувствуешь себя безумно счастливым. Уже ради этого открытия стоит устроиться вечером на диване с «недетской» книгой. И взрослым, родителям, учителям, и тем, кому еще не исполнилось законных шестнадцати. Пусть подростки досрочно узнают, что все не так страшно, как иногда кажется.

Хочется отметить: книга два года назад получила Немецкую премию детско-юношеской литературы. И читают ее сегодня на 24 языках по всему миру.

Цитата: «...Черт побери! С самого детства отец учил меня, что мир плохой. Что мир плохой и все люди плохие. Не верь никому, не ходи никуда с незнакомыми. Об этом мне говорили родители, об этом мне говорили учителя, об этом даже по телевизору говорили: люди плохие. <...> Может быть, это правда, и 99% людей действительно плохие. Но странно, что нам с Чиком за все время путешествия встречался практически исключительно тот один процент людей, которые не плохие. Вот звонишь кому-то в четыре часа ночи, вытаскиваешь человека из постели, при том, что тебе от него лично вообще ничего не надо, а он отвечает так по-доброму, да еще помочь предлагает. Да о таких вещах надо бы как-нибудь в школе рассказывать, чтобы они потом не так удивляли. Я, по крайней мере, был так удивлен, что чуть не онемел».

Много снега и веселья

АЛЬТЕРНАТИВА КОМПЬЮТЕРУ И ТЕЛЕВИЗОРУ

Филипп МЕРКУЛОВ

Мы часто недовольны тем, что наши дети часами просиживают на диване в компании всевозможных гаджетов. А они не очень-то виноваты, бедные. Они просто не знают других игр, кроме виртуальных. Поэтому собираем семью, друзей — и отправляемся в ближайшие выходные в ближайший парк играть, как в добрые старые времена, до изобретения компьютера. Можно даже во дворе поместиться. Глядишь, соседи подтянутся...

СНЕЖНАЯ ВОЙНА

Начнем со строительства крепости. Понадобится липкий снег и свободное пространство.

Самое простое — найти сугроб побольше, на верхушке сделать укрепление (углубление), чтобы защитники могли прятаться от вражеских снарядов.

Если сугробы еще невелики, скатаем шары, как для снеговиков, нагромоздим каким-нибудь причудливым образом: большие внизу, маленькие сверху. Ключевая идея та же: создать преграду для нападающих и надежный щит для обороняющихся. Поэтому высота стен должна быть больше, чем рост игроков.

Практический совет: отметьте на площадке контур крепости (веточками, протоптанной тропинкой) и сначала скатывайте снежки внутри контура, а потом начинайте расчищать пространство за ее стенами. И еще: большие шары лепим поближе к крепости, а маленькие — для заполнения щелочек и украшения башен — не сложно принести издалека.

Не забудьте оставить в стенах крепости проходы и окошечки для

метких бросков и смелых вылазок летучих отрядов.

По желанию строителей крепость можно украсить ветками-шишками, изрисовать узорами (растворите акварельные краски в воде, залейте раствор в пластиковую бутылку, проткните крышечку — красящий инструмент готов). Если оружие вышло потрясающе прекрасным и вы решили сохранить его до следующих выходных, облейте крепость водой ближе к вечеру. За ночь стены обледенеют и станут действительно неприступными.

Для полноценной «войнушки» делимся на две команды, запасемся снежками (помягче, чтобы не больно было тем, в кого попали). Внутри крепости нужно собрать солидный запас оружия (снежков), чтобы во время осады было чем «отстреливаться». Нападающие, если что, сумеют быстро слепить новые снаряды.

Договариваемся о правилах: два раза попали — ранен (прячься в карман одну руку или скачешь на одной ножке — воюешь вполсилы), три раза — убит (не можешь стрелять, только подтаскиваешь



новые снежки товарищам). Снежками кидаться можно — руками драться нельзя. Рушить стены руками или ногами — нельзя, но если меткий снежок пробил брешь — это законно.

И грянул бой! Защитники, прячься за стенами, стараются уничтожить атакующих. Нападающие стремятся захватить крепость, лишив ее защитников. Вариант проще и побыстрее: победа присуждается той команде, которая вывела из строя больше противников.

Если на крепость времени и снега не хватило, можно повоевать и без крепости. Начнет сражение кто-то один (водящий): примется обстреливать бегающих вокруг игроков снежками. Тот, в кого попали, замирает на месте. Он теперь тоже обстреливает снежками «подвижные мишени». Со временем на поле битвы останется один победитель и множество полузамерзших стрелков. Кончаем войну — идем пить чай.

ПЕРЕТЯГИВАНИЕ САНОК

Если вы пошли в парк с санками и уже накатались с горок досыта, найдите ровную площадку и устройте перетягивание друг друга. Начертите в центре круг (диаме-



тром метра полтора), поставьте санки напротив друг друга за пределами круга, на расстоянии нескольких шагов от окружности. Свяжите веревки санок (веревки должны проходить через центр круга). По сигналу кого-нибудь, назначенного судьей соревнования, игроки садятся на свои сани и начинают, упиравшись ногами в землю, тянуть санки противника в круг. Руками хвататься за веревку нельзя!

Если соперники весят примерно одинаково, пусть сражаются один на один. Если один игрок тяжелый (папа), а остальные легонькие (дети), справедливо разрешить худым санникам объединить свои силы и килограммы.

РАЗ В ЖИЗНИ

Есть игры-сюрпризы, в которые можно сыграть только один раз. Выберите самый снежный день, чтобы снег был повсюду: мягкий, пушистый. Чтобы хотелось валяться в нем и кувыраться. Соберите семью и друзей на узенькой дорожке посреди сугробов, постройте всех в колонну, поближе друг к другу, потеснее, и очень серьезно предложите проверить способность присутствующих быть внимательными и послушными. Как и положено хорошим детям (женам, отцам, соседям). Сами встаньте во главе колонны, как и положено хорошему родителю. Теперь пусть все повторяют каждое ваше движение. Сначала предложите что-то очень простое: руку правую вперед, а потом ее назад... Дальше — посложнее: вытягиваем вперед левую руку и одновременно правую ногу. А потом — приседаем на одной ножке. Послушные дети и прочие друзья и родственники, шатаясь, стараются повторить позу «вождя». Пока они шатаются и стараются, «вождь» внезапно поворачивается и толкает ближайшего соседа. Дальше вся колонна валится в снег, как костяшки домино. Смех, снежная пыль и, в заключение, погоня за провокатором и валяние его в самом большом сугробе.

Жаль, что это развлечение — не повторимо.

«МАСКА, Я ТЕБЯ ЗНАЮ»

Холод — это еще не повод отказаться от любимой игры в жмурки. Благо, шарфы точно есть у каждого. Выбираем водящего, завязываем ему глаза, разбегаемся, хлопая и топая. Водящий ловит самых смешливых и старается понять, кого он схватил. Важная деталь: на руках у «воды» непременно должны быть варежки (не перчатки!), снимать которые нельзя. Определить в таком одеянии, кто тебе попался (тоже, кстати, одетый с ног до головы) непросто. Но уж если тайна раскрыта, значит, в игре появился новый водящий.

МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ

Вот уж точно не зимнее развлечение, подумаете вы. И будете не правы. На морозе наши любимые мыльные пузыри, радужные, сверкающие на солнце, становятся ледяными шариками, гораздо более прочными, чем эфемерные летние создания. Они не лопаются, а разбиваются, ими можно аккуратно жонглировать. Если на улице оттепель, около нуля, мыльные пузыри кажутся резиновыми, упругими, эластичными, но тоже довольно





прочными. И это отличный повод обсудить, почему все не так, как летом.

ЛОВЦЫ СНЕЖКОВ

Хочется потренироваться в меткости? Надоело кидаться снежками друг в друга и в деревья? Вместо обычного снеговика слепим чудище с открытой пастью. Или: пусть будет традиционный снеговик, только ведерко ему не на голову оденем, а в руку дадим, лучше всего отверстием наружу. Если не получится ведерко закрепить горизонтально, можно и на доньшко поставить, отверстием вверх. Теперь отмерим шагов пять от цели, проведем линию на снегу. Кто попал снежком в пасть (в ведерко), отступает на шаг. Понятное дело, победителем объявляется тот, кто окажется дальше всех от снежной фигуры.

Другой вариант «прицельной стрельбы», в духе Вильгельма Телля, – сбивать снежками цели (другие снежки, пустые пластиковые бутылки), пристроенные на верхушку снежной башни, на голову снеговика, на столбик забора. Принцип тот же: попал – отошел на шаг дальше.

А еще бывает тотальный обстрел местности. Только нужен теплый

день и липкий снег. Выбираем участок глухого забора, стены, рисуем снежком два круга. Две команды (два игрока) становятся напротив «своих» кругов. Задача – бросать снежки как можно быстрее, стараясь залепить ими всю площадь фигуры. Чей круг станет ровно белым, тот и победил.

Рисуем на снегу несколько кругов. Игрок становится в один из них, подбрасывает снежок повыше так, чтобы он приземлился в следующем кругу, и быстро перебегает в этот круг, стараясь поймать снежок. Новый бросок в другой (или первый) круг, новая пробежка. И так – пока не уронишь снежок.

Со временем на поле битвы останутся один победитель и множество полузамерзших стрелков. Кончаем войну – идем пить чай

Самая экстремальная стрельба – по живой мишени. Кто-то храбрый стоит неподвижно, остальные с довольно приличного расстояния по очереди кидают в него снежки. С места сходить – нельзя; уклоняться, пригибаться, подпрыгивать – можно. Потом на его место встает второй смельчак. Выигрывает тот, в кого попадет наименьшее количество снежков за определенный отрезок времени (минута, к примеру).

Наименее агрессивный вариант можно назвать «кидай и лови».

Задача – продержаться дольше соперников.

Если игроков много и ждать промашки соперника не хочется, станем в круг, один человек в центре. Водящий в центре подкидывает снежок вверх и выкрикивает чье-то имя. Тот, кого назвали, должен поймать снежок. Получилось – становись в центр. Нет – прежний «вода» занимает свое место.



“ Когда сердце горячее и сильно бьется, замерзнуть невозможно ”

Астрид Линдгрен

ШКОЛА
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

декабрь
2015