

# ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

sdr@1september.ru

Методический журнал для родителей № 9–10

► **НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА:**  
Что делать, если ребенок плохо пишет диктанты?  
Поможет ли здесь логопед?

► **СРЕДНЯЯ ШКОЛА:**  
Искусство задавать вопросы.  
Для тех, кто действительно хочет учиться

► **СТАРШАЯ ШКОЛА:**  
«Завтра, завтра — не сегодня».  
Так говорят не ленивцы, а прокрастинаторы

*Мы рады  
видеть вас.  
Праздник  
в начале  
учебного года*



электронная  
ВЕРСИЯ ЖУРНАЛА  
в Личном кабинете  
на сайте  
[www.1september.ru](http://www.1september.ru)

издательский  
дом

## Первое сентября

сентябрь–октябрь  
2016

Школа для родителей Подписка на сайте [www.1september.ru](http://www.1september.ru) или по каталогу «Почта России»: 11332

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ  
«ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

Генеральный директор:

Наум Соловейчик

Главный редактор:

Артем Соловейчик

Коммерческая деятельность:

Константин Шмарковский  
(финансовый 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,

**Искусство** — О. Волкова,

**История** — А. Савельев,

**Классное руководство**

**и воспитание школьников** —

А. Полякова,

**Литература** — С. Волков,

**Математика** — Л. Рослова,

**Начальная школа** — М. Соловейчик,

**Русский язык** — Л. Гончар,

**Физика** — Н. Козлова,

**Французский язык** — Г. Чесновицкая,

**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 10.08.2016  
фактически 10.08.2016

АДРЕС ИЗДАТЕЛЯ:

ул. Киевская, д. 24, Москва, 121165

Тел./факс: (499) 249-3138

Отдел рекламы: (499) 249-9870

Сайт: [1september.ru](http://1september.ru)

E-mail: [sdr@1september.ru](mailto:sdr@1september.ru)

Журнал распространяется по подписке.

Подписной индекс «Почта России»:  
**11332.**

ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ПОДПИСКА:

Телефон: (499) 249-4758

E-mail: [podpiska@1september.ru](mailto:podpiska@1september.ru)

На обложке и в материалах номера использованы фотографии банка [www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com), если не указано иное.

# ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Методический журнал для родителей.

Сдвоенные номера выходят один раз в два месяца

РЕДАКЦИЯ

Главный редактор:

Людмила Печатникова

Редактор:

Елена Куценко

Дизайн макета:

Элла Лурье

Верстка:

Михаил Минаев

Корректор:

Ольга Щербакова

Тираж бумажной версии 250 экз.,

электронной версии 48 000 экз.



## ОБЛАЧНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

от Издательского дома «Первое сентября»

Уважаемые подписчики печатной версии журнала!

Все подписчики журнала имеют возможность получать электронную версию, которая является полной копией бумажной и удобна для использования в практической работе. Для получения электронной версии:

1. Откройте Личный кабинет на портале «Первое сентября» ([www.1september.ru](http://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:

Зарина Гатина, ученица 11 класса школы № 169, г. Казань;  
Ирина Душина, педагог-психолог МБОУ СОШ №2, г. Великие Луки;

Инна Кленицкая, педагог;

Анжелика Лучинкина, доктор психологических наук, заведующая кафедрой психологии Крымского инженерно-педагогического университета;

Светлана Петрова, педагог-психолог МБДОУ «Детский сад №78 «Василек»;

Марина Саватеева, педагог-психолог;

Марина Хорева, логопед, руководитель образовательного центра «Созвездие» ([sozvezdie2@list.ru](mailto:sozvezdie2@list.ru));

Александра Чканикова, журналист, социолог;

Ольга Щербакова, журналист.



Школа цифрового века:

[www.facebook.com/School.of.Digital.Age](http://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

Александра ЧКАНИКОВА  
Колонка редактора 5

КАЛЕНДАРЬ Елена КУЦЕНКО  
Сентябрь–октябрь 6–7

НОВОСТИ Людмила ПЕЧАТНИКОВА  
В чем бы поучаствовать? 8–9

## НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА

АКТУАЛЬНО Елена КУЦЕНКО  
Радуга над письменным столом 11–14

СЛОВО СПЕЦИАЛИСТУ Марина ХОРЕВА  
Что делать, если ребенок плохо  
пишет диктанты? 15–16

ИГРОТЕКА Светлана ПЕТРОВА  
Мы рады видеть вас 17–18

ВРЕМЯ ФАНТАЗИЙ Ирина ДУШИНА  
Расскажи мне сказку 19–20

САМОУЧИТЕЛЬ Елена КУЦЕНКО  
Капуста, картошка, соль... Борщ?  
Нет, эксперимент! 21–22

ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ Марина ЧЕРНЫХ  
Чтобы прогулка была в радость 23–24

КНИЖНАЯ ПОЛКА Эйдан ЧАМБЕРС  
Расскажи 25–27

## СРЕДНЯЯ ШКОЛА

АКТУАЛЬНО Анастасия СКОРИЦКАЯ  
Карманные деньги 29–30

САМОУЧИТЕЛЬ Александра ЧКАНИКОВА  
Искусство задавать вопросы 31–33

ТОЧКА ЗРЕНИЯ Александра ЧКАНИКОВА  
Вас вызывают к директору... 34–36

МОЖНО НЕ СОГЛАСИТЬСЯ Анна ПОЛИВАНОВА  
Труднодостижимое равновесие 37–38

ЕСТЬ ПРОБЛЕМА Ольга ЩЕРБАКОВА, Анна ЛЬВОВИЧ  
Детские обиды и предательства 39–41

ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ Александра ЧКАНИКОВА  
Энциклопедия школьных перекусов 42–43

5 СОВЕТОВ Александра ЧКАНИКОВА  
Перекус в школе: педагогика  
и культура общепита 44

КНИЖНАЯ ПОЛКА Анна ПОЛИВАНОВА  
Готовим научную смену 45–47

БОЛЬШОЙ МИР И МЫ Марина САВАТЕЕВА  
Что делать в межсезонье? 48–49

Марина САВАТЕЕВА  
«А из нашего окна/ Площадь Красная видна...» 50

## СТАРШАЯ ШКОЛА

ЧТО БЫ ЭТО ЗНАЧИЛО Филипп МЕРКУЛОВ  
«Завтра, завтра – не сегодня» 51–53

ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ Анжелика ЛУЧИНКИНА  
Игры и разговоры в Интернете 54–56

МОЖНО НЕ СОГЛАСИТЬСЯ Инна КЛЕНИЦКАЯ  
Жизнь всему научит... 57–58

5 СОВЕТОВ Инна КЛЕНИЦКАЯ  
Жизненные уроки в семье 58–59

ДЛЯ СЕБЯ И О СЕБЕ Зарина ГАТИНА  
«Когда я стану мамой...» 60–61

ПРОВЕРЬ СЕБЯ Елена ПЕТРОВА  
Умеете ли вы общаться? 62–63

# ВЕБИНАРЫ

Для педагогов, психологов, родителей  
и всех заинтересованных лиц



- Ведущие специалисты в области образования (кандидаты и доктора наук, педагоги-практики, психологи)
- Самые интересные и актуальные темы
- Авторские методики и современные подходы к организации обучения и воспитания детей
- Возможность получить ответы в режиме онлайн по всем проблемным вопросам
- Электронное свидетельство и видеозапись прошедшего вебинара.

Стоимость участия: от 120 руб. (при приобретении абонемента на пять вебинаров).

Регистрация на вебинары – в Личном кабинете в разделе «Вебинары»

Расписание на сайте:

**вебинары.1сентября.рф**



Для участников проекта «Школа цифрового века» более 100 вебинаров и видеолекций **бесплатно**.

Подробнее о проекте на сайте: [шцв.рф](http://шцв.рф)

**В**от и осень. Влажный воздух, запах прелой листвы, разноцветные детские шапки пестрой рекой движутся по утрам от подъездов к воротам школ.

И как это удавалось Пушкину именно осенью ощущать подъем, работать, творить, даже чем-то наслаждаться? «Это любимое мое время — здоровье мое обыкновенно крепнет — пора моих литературных трудов настанет...» — отрывок из письма Пушкина Плетневу. Написано в Болдине, в ссылке, между прочим, еще и в холерном карантине.

А вдруг есть способ, несмотря на все житейские неурядицы, прожить осень так же красиво: не в хандре, а в настоящем порыве вдохновения? Недурно бы и нашим детям устроить такой период осеннего подъема, когда всего хочется, на все хватает сил, все интересно и, кажется, нет конца талантливым решениям.

Что, собственно, помогло Пушкину воспринять осеннюю ссылку как творческий отпуск? Во-первых, скука. Да-да, не удивляйтесь, без скуки никакой Болдинской осени не получится. Мелкие заботы, ежедневные дела и развлечения, поставленные плечом к плечу в плотный график, высятся непробиваемой стеной на пути к полету творчества.

Постараемся не заполнять всю жизнь ребенка до последней минутки разными занятиями и активностями. Дадим ему свободы — возможности хоть ненадолго заскучать! Посидит час-другой дома в дождливую погоду, и рука сама потянется к кисти, бумаге, а может быть, и к математическому сборнику — ведь во всех делах есть место творчеству. Лишь бы всемогущие гаджеты не отвлекли. Ну, это можно иногда устроить...

Во-вторых, единение с природой. Вероятно, в отсутствие друзей и хлопот Александр Сергеевич отдавал должное прогулкам. Путешествие по окрестностям деревни, охваченным покоем и отдохновением после сумасшедшего лета, — что может быть поэтичнее?

Наверное, и нам стоит почаще ходить гулять (кстати, не обязательно все время с ребенком), причем не только деловыми маршрутами: до магазина или спортшколы. Сверните в сторону красивого полупустого парка, загляните в лесок. Не стесняйтесь забрести в те места, куда ходили только в детстве и там, где, якобы, нет ничего интересного. На детскую площадку, к примеру, где сиротливо покачиваются качели и ржавеет горка. У ребенка должно быть время, хотя бы пять минут, чтобы попинать листву ногами и понаблюдать, как ползут по небу серые облака.

В-третьих, чувства. Частенько мы пытаемся оградить себя и близких от излишних переживаний. А ведь лучший способ избавиться от них — это просто пережить! Не бойтесь прочувствовать все, что посещает ваше сердце. И ребенка не ограждайте от печалей. Разрешите ему скучать по друзьям. Грустить о потерях. Сердиться на несправедливости. Сочувствовать знакомым. Сердце, открытое для чувств, — третье обязательное условие для настоящей Болдинской осени.

Александра Чканикова



# Сентябрь-октябрь

Елена КУЦЕНКО

*Сентябрь — это и начало нового учебного года, и проводы лета, тепла, изобилия цветов, овощей, фруктов. Поэтому насладимся улыбками, красками, вкусами и ароматами, устроив продолжительный праздник урожая.*



## 3 СЕНТЯБРЯ (ДЛЯ 2016 ГОДА)

### ПАРАД ЦВЕТОВ В ГОЛЛАНДСКОМ ААЛСМЕЕРЕ

В первую субботу сентября стартует организованный жителями небольшого голландского города пышный праздник цветов, он привлекает множество туристов. Пестрое благоухающее шествие растягивается по улицам: друг за другом следуют платформы и автомобили, причудливо украшенные миллионом цветов всевозможных форм и расцветок. И миллион здесь — не преувеличение. Парад сопровождается музыкальными представлениями, инсценировками и танцами.

Замечательная традиция. И отличный повод организовать в классе или дома конкурс на самую оригинальную (красочную, изящную, стильную, выразительную) цветочную композицию.

## 19 СЕНТЯБРЯ



### ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ СМАЙЛИКА

Этот значок известен всем, кто хоть однажды заглянул в Интернет. Откуда же он взялся? Оказывается, в 1982 году профессору Скотту Фалману пришла в голову счастливая мысль использовать комбинацию символов — двоеточия, дефиса и скобки — как подобие улыбающейся рожицы. И смайлик буквально завоевал мир, став незаменимой частью электронных сообщений. Он появляется там, где нам не хватает мимики и интонаций для передачи эмоций.

Можно поздравить именинника, развесив его «портреты» по дому или отправив его изображение друзьям в письмах.

## 25 СЕНТЯБРЯ

### ДЕНЬ КОМИКСОВ В США

Комиксы, серии картинок с короткими подписями, популярней всего в Америке, именно там живет большинство фанатов и коллекционеров этого литературно-рисованного жанра. Между тем изобрели его в Европе. Родоначальником считают Вильгельма Буша, который был воспитанником дюссельдорфской, антверпенской и мюнхенской художественных академий. А первый американский комикс назывался «Медвежата и тигр», нарисовал его Ричард Откаулт. Вскоре комиксы завоевали небывалую популярность и стали «сценариями» для съемок всемирно любимых мультфильмов про Микки Мауса и Дональда Дака.

В честь жанра, объединившего художников и писателей, можно всей семьей сочинить и нарисовать пару веселых историй.



## 2 ОКТЯБРЯ (ДЛЯ 2016 ГОДА)

### ПРАЗДНИК УРОЖАЯ

Праздник благодарения жители Германии отмечают в первое воскресенье октября. Традиция благодарить высшие силы и природу за дары земли существует еще со времен Римской империи. Участники торжества веками проводили ритуалы, возвращая богам часть урожая. Эта традиция, несмотря на радикальные перемены во взглядах и образе жизни людей, продолжается и по сей день: церкви украшают выращенными плодами, венками из колосьев, собранных в последнем снопе. Алтарь заполняют освященными овощами и фруктами.





В этот же день проходит знаменитое празднество в Италии — Фестиваль винограда в Марино. Здесь, неподалеку от Рима, с античных времен располагаются курортные зоны для римских аристократов. На праздник окрестные виноделы привозят около 3000 литров своей продукции. Кто-то пьет прекрасное вино, кто-то довольствуется свежими ягодами. Центральным действием становится исторический парад в честь морской победы над флотом Османской империи, произошедшей 7 октября 1571 года.

На эти же числа октября приходится и финский праздник сельди. Ярмарка по этому поводу продолжается несколько дней, на нее свозят в огромных количествах виновницу торжества во всех видах: соленую, слабосоленую, в разных соусах, копченую, сырую — только что из моря. Бойкая торговля идет на рыночной площади и даже с рыбацких лодок. Авторитетное жюри выбирает лучшую маринованную сельдь года, желающие становятся участниками конкурса на самое оригинальное блюдо. Помимо национального деликатеса на ярмарке можно купить типично финскую шерстяную одежду, изготовленную местными мастерами.

Наверняка, вам тоже есть за что поблагодарить природу — землю, речку, солнце: за выросшие на грядке или хотя бы в ящике на подоконнике кабачки, петрушку, помидоры. За корзину боровиков. За пойманную на рассвете рыбку. А уж хозяева садов и огородов могут заткать целый пир из фруктов, овощей и ягод, выращенных своими руками.

## 9 ОКТЯБРЯ (ДЛЯ 2016 ГОДА)



### ПРАЗДНИК КАШТАНА ВО ФРАНЦИИ

Гастрономические праздники и фестивали во Франции — часть традиционной культуры, здесь их отмечают чаще, чем где бы то ни было в мире. Для французов хорошая кухня — не просто часть быта. Вкус и уважение к ней воспитывают с детства. Не удивительно, что символом октября стал аромат жареных каштанов. Этим праздником открывается целая неделя вкуса, каждый день которой посвящен одному из традиционных французских продуктов: пряностям, сидру, рыбе.

А не приготовить ли к семейному ужину что-нибудь из французской кухни?



## 14 ОКТЯБРЯ (ДЛЯ 2016 ГОДА)



### ФЕСТИВАЛЬ ШОКОЛАДА

В итальянском городе Перуджа в октябре собирается около миллиона самых преданных почитателей шоколада — мастеров-шоколатье, кондитеров, дегустаторов и просто сладкоежек. На фестивале, посвященном их любимому лакомству, можно найти шоколадные фантазии на любой вкус. Недаром этот день называют крупнейшим в Европе и одним из самых грандиозных в мире праздников шоколада.

Виртуально присоединиться к этому событию можно в любой точке мира: придумав новое или приготовив давно любимое блюдо с замечательно вкусным и полезным (редкое сочетание!) шоколадом.

## 20 ОКТЯБРЯ



### МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ПОВАРА

Упражняясь с начала месяца (а то и всю жизнь) в кулинарном искусстве, вы вполне можете считать себя причастными к этому празднику. Даже если не числитесь во Всемирной кулинарной ассоциации — среди восьми миллионов участников. Но персональную секцию легко организовать на любой кухне и повторить (пусть в упрощенном варианте) программу праздника, где с 2004 года проходят дегустации, эффектные мастер-классы, конкурсы.

## 25 ОКТЯБРЯ



### ПРАЗДНИК МЕЛЬНИКОВ

Многочисленные праздники урожая завершает белорусский День мельника. В старину эта работа считалась очень почетной. Особенно важной фигурой мельник становился именно осенью, когда надо было смолоть в муку собранный урожай. Еще с конца лета у мельниц выстраивались вереницы подвод с зерном. И только к концу октября мельник мог вздохнуть свободно и сделать передышку в работе, отпраздновать приближение долгих зимних каникул.

А вы немножко почувствуете себя таким мельником после летних и осенних хлопот, гордо осматривая связки сушеных грибов и трав, бутылки с соком, банки с вареньями, соленьями и маринадами? Если да, то самое время устроить большой семейный праздник!

# 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!*

## УПРАВЛЯЕМ СЕТЬЮ

Школьники России (в возрасте до 18 лет) могут принять участие в **V Всероссийском онлайн-чемпионате «Изучи интернет — управляй им!»**. Для этого нужно зарегистрироваться на портале <http://игра-интернет.рф/championship/> до 30 сентября в качестве индивидуального участника или в составе команды (она создается на базе образовательно-

го учреждения и состоит не более чем из десяти человек, причем капитаном становится какой-нибудь официальный представитель учебного заведения). Тут придется выбирать — выполнить задания можно только единожды: либо ради себя, либо ради команды. Победителей в каждой категории ждут ценные призы в виде модных и полезных для юных компьютерных гениев аксессуаров.



## ПРОБУЕМ ПЕРЬЯ

Международное Творческое Объединение детских авторов (<http://www.deti-knigi.com/>) и издательство детской литературы «Аквилегия-М» (<http://www.akvil.net/>) придумали **литературный конкурс «Новая сказка-2016»** для всех желающих, в первую очередь взрослых, но и старшеклассников тоже. Главное — написать чудесную сказку для читателей младшего школьного возраста, от шести до двенадцати лет, и прислать ее **до 30 сентября** по адресу [feodossan@mail.ru](mailto:feodossan@mail.ru). С автором произведения-победителя издательство «Аквилегия-М» заключит договор на выпуск книги, с выплатой авторского гонорара. Для остальных предусмотрены дипломы.

На **конкурс литературного детского творчества**, который проводит Российская государственная детская библиотека (<http://rgdb.ru/>), принимаются не только сказки, но и рассказы, даже стихи. Все свои творения юные авторы (в возрасте от 7 до 16 лет) должны прислать **до 1 октября** на электронный адрес: [konkurs@rgdb.ru](mailto:konkurs@rgdb.ru). Решения жюри будут опубликованы до конца октября на сайте библиотеки. Победители получают дипломы и призы.

## ОСВАИВАЕМ ПРОФЕССИЮ

**Всероссийский конкурс «Юные журналисты России»** проводится уже одиннадцатый раз — благодаря усилиям Школы журналистики имени Владимира Мезенцева и многих солидных СМИ, в том числе радиостанции «Эхо Москвы», журналов «Кот Шредингера», «Русский репортер» и «Новой газеты». Адресован он начинающим журналистам, не разменявшим еще третий десяток. Тем, кому еще нет и 12, предлагается написать эссе, информационные заметки, зарисовки, портретные очерки, интервью. От возрастной категории 13–16 лет ждут репортажей: событий-



ных, аналитических, познавательно-тематических, а также интервью, аналитических статей, различных рецензий, портретных, путевых и проблемных очерков, авторских колонок. Самым старшим (17–20 лет) — под силу не только всяческие репортажи, интервью, рецензии, очерки, аналитические статьи, авторские колонки, но журналистские расследования, фельетоны, памфлеты.

Также жюри определит победителей специальных номинаций: «Великая Отечественная война. Подвиг поколения», «Проба пера» (для дебютантов), «Важная информация» (оценивается актуальность темы, поднятой автором), «Год российского кино».

Прислать свои работы можно **до 31 октября** по адресу [konkurs@journals.ru/](mailto:konkurs@journals.ru/), предварительно заполнив анкету на сайте <http://journals.ru/>.

Победители конкурса пройдут стажировку в центральных российских СМИ и получают сертификаты на бесплатное обучение в Школе журналистики, где смогут усовершенствовать свои практические навыки и подготовиться к поступлению на журфак.

## МЕЧТАЕМ О КОСМОСЕ

**Конкурс фантастического рассказа «Вместе в космосе»** приурочен к 55-летию юбилею космического полета Ю. А. Гагарина. Его девиз — фраза, выгравированная на памятной пластине посадочного модуля корабля «Аполлон-11», оставшегося на Луне: «Мы пришли с миром от имени всего человечества». Конкурс проводится на русском языке, на всей территории планеты Земля и околоземного пространства, без каких-либо ограничений по гражданской принадлежности и возрасту авторов-участников. Конечно, организаторы предпочли бы получить увлекательные научно-фантастические произведения, но готовы рассмотреть обращения к другим жанровым направлениям: например, к

альтернативной истории, крипто-истории. Все космические сочинения нужно отправить **до 1 ноября** по адресу: [vmestevkosmose@gir-magazine.com/](mailto:vmestevkosmose@gir-magazine.com/). В заголовке письма необходимо указать: «На конкурс — ФИО участника». Победителей ждут немалые денежные призы, дипломы, а лучший рассказ будет опубликован на страницах журнала «Global Investment Review». Кроме того, десятку другой самых увлекательных историй появится в виде сборника. Дополнительная информация на сайте <http://gir-magazine.com/>.



## ПЕРЕЧИТЫВАЕМ ШЕКСПИРА

Все, кто прочитал «Гамлета» и точно знает, как должен выглядеть замок датских королей, кто, закрыв глаза, представляет себе лицо Джульетты или леди Макбет, улицы древней Вероны или шотландские горы на фоне неспокойного осеннего неба... — для вас, любители Шекспира, Британский Совет и Министерство образования и науки РФ объявили в рамках Года языка и литературы Великобритании и России 2016 и фестиваля ShakespeareLives **конкурс шекспировских иллюстраций среди школьников**. Всего лишь нужно выполнить иллюстрацию к любому произведению классика (изображения героев или отдельной сцены, оригинальная интерпретация темы или сюжета произведения), причем разрешено использовать в процессе творчества любые сред-

ства и материалы, лишь бы готовая работа была в формате фотографии или рисунка (.jpeg или .png), и прислать результат своих усилий на адрес: [britishcouncilrus@gmail.com/](mailto:britishcouncilrus@gmail.com/) **до 15 ноября**, указав в теме письма: «АРТ», а также в самом письме не забыв рассказать о себе (ФИО, год рождения, город проживания, контакты для связи) и о том, какое произведение вы проиллюстрировали (название пьесы или сонета, сцену и/или героев).

Итоги конкурса будут объявлены **1 декабря** на сайте Британского Совета (<http://www.britishcouncil.ru/>) и в его аккаунтах в социальных сетях. Организаторы конкурса также свяжутся с победителями по электронной почте. Эти замечательные люди летом 2017 года отправятся в Британию на двухнедельные курсы обучения английскому языку в школах Kilgraston School (для призера категории «7–11 лет») или KKCL English (для участников от 12 до 14 и от 15 до 18 лет, по программе Go Create! English).

## ПОСТУПАЕМ В УНИВЕРСИТЕТ

Ежегодно Бостонский университет предоставляет около двадцати **стипендий на обучение студентов** со всего мира в рамках программы **Trustee Scholarship**. Чтобы получить одну из таких стипендий на первое высшее образование от одного из самых престижных учебных заведений мира, необходимо показать не только выдающиеся академические знания, в том числе свободное владение английским языком (сертификат TOEFL или IELTS), но и лидерские качества, активную жизненную позицию. Но попытаться — стоит. Заявку и все необходимые документы можно отправить **до 1 декабря** по адресу: [admissions@bu.edu/](mailto:admissions@bu.edu/). Дополнительная информация на сайте <http://www.bu.edu/>.



# Педагогический университет Первое сентября

Лицензия Департамента образования г. Москвы 77 № 000349, пер. № 027477 от 15.09.2010

## ДИСТАНЦИОННЫЕ КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

(с учетом требований ФГОС)

Ведется прием заявок на 2016/17 учебный год

### образовательные программы:

- НОРМАТИВНЫЙ СРОК ОСВОЕНИЯ – **108** УЧЕБНЫХ ЧАСОВ

Стоимость – от 4990 руб.

- НОРМАТИВНЫЙ СРОК ОСВОЕНИЯ – **72** УЧЕБНЫХ ЧАСА

Стоимость – от 3990 руб.

### НОВОЕ в этом году:

Слушатели могут начать обучение сразу после оформления всех документов и внесения оплаты и завершить учебный процесс за достаточно короткий срок, т.к. график освоения материалов и выполнения аттестационных работ каждый педагог выбирает сам.

По окончании выдается удостоверение о повышении квалификации установленного образца

Перечень курсов и подробности – на сайте [edu.1september.ru](http://edu.1september.ru)

Пожалуйста, обратите внимание:

заявки на обучение подаются только из Личного кабинета, который можно открыть на любом сайте портала [www.1september.ru](http://www.1september.ru)

«Вообще, всяких емкостей и поверхностей должно быть с запасом. Ведь с каждым месяцем количество книжек, учебных мелочей и материалов будет только расти. А все необходимое по-прежнему должно быть под рукой».

> 13

«Если вы подозреваете, что у ребенка нарушен фонематический слух, лучше проконсультируйтесь со специалистом. Пожалуйста, заранее сообщите логопеду, что у малыша сложности с распознаванием звуков. На консультацию захватите с собой тетрадку, где ваш ученик пишет диктанты: его ошибки расскажут о масштабах бедствия больше, чем он сам».

> 16

«Вы словно заворачиваете в этот сказочный мир, как в фантик, те мысли, идеи и знания, которые хотите передать ребенку: как правильно переходить дорогу, почему не стоит заговаривать с посторонними людьми; что нужно школьнику знать о приемах самообслуживания, о вежливости, дружбе, бережливости...»

> 19



## Радуга над письменным СТОЛОМ

КАК ОБУСТРОИТЬ РАБОЧЕЕ МЕСТО  
ПЕРВОКЛАССНИКА?

Елена КУЦЕНКО

Первый класс, уж, по крайней мере, его первая половина, проходит под знаком адаптации к трудностям школьной жизни. От того, как ребенок будет воспринимать себя в роли ученика, во многом зависят его школьные успехи в будущем. И не последнюю роль в этом играет домашнее рабочее место. Оно должно быть привлекательным и функциональным. Кстати, у ребят постарше «вхождение» в роль тоже часто начинается с обустройства рабочего пространства.



## ВЫБИРАЕМ ВМЕСТЕ

Накануне учебного года родители начинают подготавливать ребенка к мысли о том, что отныне у него прибавится обязанностей, он станет учеником. Однако совершенно справедливо будет добавить кое-что и о правах. Например, о праве на собственное учебное пространство в комнате — личное рабочее место. И самое разумное — привлечь школьника к его обустройству.

Вы, конечно, постараетесь сделать все, чтобы ребенку было уютно, удобно, чтобы все настраивалось на рабочий лад. Но детали можно и нужно обсуждать с будущим работником.

Выбирать, а в идеале и собирать детали, если мебель привезли в разобранном виде, хорошо бы вместе с ребенком. И, конечно, при этом держать в уме возможность «апгрейда» — по мере роста школьника и увеличения его учебной нагрузки.

### «ВОТ ЭТО СТУЛ — НА НЕМ СИДЯТ, ВОТ ЭТО СТОЛ...»

Опытные родители убеждены, что лучше покупать трансформер: сначала придется заплатить подороже, зато мебель не придется менять каждый год в связи со стремительным удлинением подростка. Стол должен быть достаточно просторным, не меньше 120 см. Тогда на столешнице ученик удобно разложит книги и тетради, положит локти и сможет опираться на них. Хорошо, если рядом поместятся два стула, чтобы около школьника мог сесть взрослый. Бок о бок, как доброжелательный помощник, а не нависающий сзади контролер.

Сразу привыкните к мысли, что письменный стол недолго останется в первозданном виде. Как ни печально, его вскоре украсят потеки клея, следы гуаши, фломастеров, пластилина. И если это не сознательный вандализм, не стоит устраивать скандал: стол — рабочее пространство, а не музейный экспонат. Лучше посоветуйте, как избежать



подобных неприятностей (скажем, постелить пленочку или газетку перед тем, как приступить к раскрашиванию плаката). Ребенок наверняка прислушается, особенно если привлечь его к оттиранию совсем уж катастрофических последствий учебной деятельности.

О том, как часто заставлять (угрожать, просить, напоминать) навести порядок на столе, родители ведут бесконечные дискуссии. С одной стороны, ребенок должен ощутить свою ответственность (и свои возможности, кстати), с другой — когда поверхность стола напоминает эпицентр землетрясения, о рабочем настрое можно смело забыть. Тут каждый сам определяет границу между детской самостоятельностью и родительским «надо».

Стул тоже должен быть с регулируемой высотой и неглубоким сидением, чтобы ребенок опирался на спинку. При правильной высоте ступни стоят на полу (а не болтаются над полом!), колени согнуты под прямым углом.

Некоторые родители запасаются приспособлениями, которые стимулируют мелкие движения для постоянной балансировки (напри-

мер, кладут под ноги ученика вертящийся массажер, мячик). Это особенно важно для активных, непоседливых ребят. Если их заставить сидеть неподвижно, они начнут вертеться, ерзать, качаться, компенсируя недостаток движения. К тому же нейропсихологи утверждают, что постоянные упражнения на баланс уменьшают трудности при освоении письма и чтения.

А вот вертящийся офисный стул вряд ли подойдет первокласснику — слишком велик соблазн превратить его в карусели, забыв о том, ради чего он предназначен изначально.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОСТРАНСТВА

Рядом со столом очень уместно будет выглядеть стеллаж, пусть даже совсем небольшой, если в комнате тесно. Он же поможет визуально отделить рабочее место от общего пространства. Кроме того, для нужных (и ненужных, но дорогих сердцу) вещей отлично подойдут выдвигаемые ящики. На боковой стенке стеллажа (или шкафа) отлично будет выглядеть органайзер из ткани с кармашками. Его

можно сшить вместе с ребенком или подарить уже в готовом виде.

Вообще, всяких емкостей и поверхностей должно быть с запасом. Ведь с каждым месяцем количество книжек, учебных мелочей и материалов будет только расти. А все необходимое по-прежнему должно быть под рукой.

Впрочем, если пространство позволяет, несколько полочек-ящичков можно разместить так, чтобы пришлось привстать, наклониться, дотянуться. Пусть школьник изредка совершает вынужденную разминку (кстати, такую же хитрость можно применить и ради себя любимого — в кабинете или на кухне).

Над столом полезно повесить пробковую доску. И прикреплять к ней легким движением руки удачные рисунки, листочки с важной информацией, в том числе с расписанием уроков. Найдется место и для приятных сообщений, сурпризов и поздравлений.

## КАКОГО ЦВЕТА ВНИМАНИЕ?

Цвет рабочего уголка тоже лучше выбирать вместе с ребенком. Жизнерадостный, но не утомительный. Исследования психологов более или менее достоверно говорят о влиянии цвета помещения на работоспособность, сосредоточенность и настроение работника. К ним стоит прислушаться, но важно примерить рекомендуемый оттенок к восприятию малыша. Вот считается: оранжевый цвет добавляет энергии, жизнерадостности. Но понаблюдайте, как на него реагирует ваш ребенок: не капризничает ли больше обычного, не жалуется ли на усталость, не возбуждается ли сверх меры? Хорошо бы понять, какой цвет игрушек, одежды ему больше по душе.

В любом случае: интенсивным, ярким цветом увлекаться не стоит. Самый солнечный желтый, сияющий со всех сторон ежедневно, круглые сутки, скоро станет раздражать. Гораздо разумнее разме-

стить на неярком общем фоне несколько цветowych пятен любимого тона: шторы, полки, рамки для картин и фотографий, контейнеры для письменных принадлежностей...

## УДОБНО И ФУНКЦИОНАЛЬНО

Как же разместить в комнате все, что мы так заботливо купили, собрали, смастерили? Важный закон: естественный свет должен падать на рабочее место слева, если наш ученик не левша, конечно. Когда дневной свет меркнет, мы включаем дополнительное освещение. Лучше, если оно будет комбинированное: и слева, и сверху, чтобы настольная лампа не оставалась единственным пятном света в темной комнате. Это раздражает глаза.

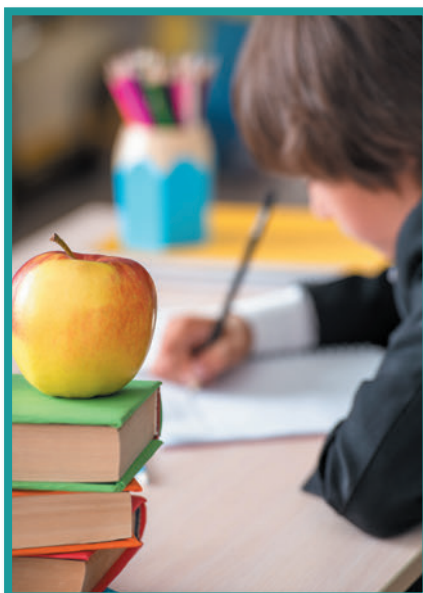
Лицом к окну малыша не стоит усаживать: слишком силен соблазн отвлечься на облака, воробьев и прочие картины родной природы. По той же причине в поле видимости не должно быть зеркала, родительского компьютера и телевизора. Привычка отвлекаться пристает легко, а вот чтобы избавиться от нее, потребуется немало сил, времени и родительских нервов. Лучше пусть перед глазами ученика ненавязчиво маячит пышное деко-

ративное растение. Зеленый цвет и неупорядоченные линии привлекают взгляд, но не оттягивают на себя внимание. Здесь глаз может отдохнуть от строгости букв и цифр, от напряженного следования за строкой текста, от плоского мира тетрадного листа.

## КАК ОБЖИВАТЬ РАБОЧЕЕ МЕСТО?

Домашних заданий первоклассникам, по закону, не задают, в первом полугодии — уж точно. Разве только по желанию. Но за письменный стол вы будете регулярно усаживаться вместе, чтобы рисовать, лепить, ставить эксперименты, а то и написать, по мере освоения букв, записку папе или бабушке. При этом хорошо бы всем своим поведением давать ребенку понять, что он хозяин этого места, именно он тут распоряжается, устанавливает и поддерживает порядок. Пусть сам определяет место для каждой учебной вещи. Здесь же место для сбора портфеля. Вечером вы вместе смотрите в расписание, висящее у стола, и кладете в портфель нужные для завтрашних уроков вещи. Это должно стать привычкой, доведенной до автоматизма. Иначе в течение долгих школьных лет вы будете проводить вечера, раздраженно вопрошая: «Ты собрал портфель на завтра?» Поверьте, установить незыблемый порядок в первом классе, когда вы еще не загружены домашними заданиями, вам «дешевле обойдется».

Не удивляйтесь и, тем более, не стыдите ребенка, если он захочет расставить на полках «учебного» стеллажа игрушки. Даже те, из которых он вроде бы вырос. Не торопитесь их изгонять. Во-первых, столько новых полок и ящиков нужно чем-то заполнить, а учебников, карандашей и альбомов у первоклассника — кот наплакал. Во-вторых, у маленького ученика трудный период адаптации, ему совсем не помешает поддержка старых приятелей.



# Цветовая поддержка



**Зеленый** – умиротворяющий. Он несет спокойствие и расслабление. Поэтому в больших количествах уместен, скорее, в спальне. А в рабочем пространстве будет создавать излишне безмятежный, ленивый настрой.

**Голубой** – один из самых мечтательных. Он манит в мир фантазий. Поэтому особо трепетным, артистическим натурам голубой будет только мешать сосредоточиться.

**Синий** – сильный, консервативный, холодный. Он, как и более нежный голубой, вряд ли будет способствовать сосредоточению. Скорее, он навеивает раздумья, воспоминания.

**Фиолетовый** – эксцентричный, креативный. Он пробуждает интуицию и воображение, настраивает на творческий лад, ослабляет внутреннее напряжение.

**Оранжевый** – бодрящий, но не такой прямолинейный, как красный. Этот цвет дает ощущение тепла, смягчает чувство одиночества. Хорошая поддержка для застенчивых, неуверенных в себе детей.

**Красный** – будоражащий. Он усиливает активность и легко может вывести из равновесия тех, кто плохо владеет собой. Этот цвет нужно использовать с большой осторожностью.

**Желтый** – теплый, оптимистичный, дружелюбный. Помогает сосредоточиться – если, конечно, он не кричаще-яркий. Желтый вообще не простой цвет: может быть как изысканным, так и раздражающе навязчивым. Остановившись на нем, придется тщательно подобрать оттенок.

# Что делать, если ребенок плохо пишет диктанты?



ПОМОЖЕТ ЛИ ЗДЕСЬ ЛОГОПЕД?

Марина ХОРЕВА

*Этот вопрос чаще всего волнует родителей второклассников. В первом классе ребенок мало-помалу освоил чтение и письмо, теперь он может прочитать текст, медленно, но верно списать упражнение из учебника. А вот с диктантами беда: слова не дописывает, путает буквы, делает множество ошибок, причем самых странных и нелепых: вместо «купил» — «тупил», вместо «отец» — «опец». Что это за напасть, к кому обращаться? Как помочь ребенку научиться воспринимать текст на слух?*

## ЧТО ТАКОЕ ФОНЕМАТИЧЕСКИЙ СЛУХ?

Возможно, вы будете удивлены, но если у ребенка наблюдаются сложности непосредственно с написанием диктантов, то это вопрос не столько к учителю русского языка, сколько к логопеду. Скорее всего, у малыша небольшое нарушение фонематического слуха, которое на данном этапе можно легко исправить.

В самом общем смысле, фонематический слух — это умение различать и воспроизводить звуки речи. Фактически, это та самая сила, которая позволяет ребенку, выучившему буквы, начать складывать их в слова, научиться читать и писать. Фонематический слух начинает формироваться у ребенка в 4,5 — 5 лет; к середине второго класса практически у всех детей он уже сформирован. За исключением отдельных «страдальцев».

«Починить» фонематический слух можно и в средней школе, но это потребует от родителей и педагогов гораздо больше времени и сил.

## КАК УЗНАТЬ, ЧТО ЭТО ТОТ САМЫЙ СЛУЧАЙ?

Чаще всего мы объясняем множество ошибок в диктанте рассеянностью ребенка. Нельзя сбрасывать со счетов и ситуативные причины: ребенка на уроке отвлекали, ему нездоровилось, в классе было шумно... Однако при определенных обстоятельствах мы можем констатировать, что фонематический слух нарушен. Итак, на что важно обратить внимание?

- Из раза в раз ребенок плохо пишет диктанты, причем число ошибок может перевалить за дюжину на шести печатных строчках.
- Встречаются регулярно ошибки в самых неожиданных словах. Вам

кажется, что в этих словах ошибиться сравнительно сложно, но ребенок умудряется и здесь что-то не услышать.

- Ребенок делает ошибки в словах, которые совершенно точно ему знакомы, он их не раз слышал и понимает их значение.
- Ребенок выучил грамматическое правило и может его воспроизвести, но ему сложно понять, какую именно букву нужно проверить в слове, как это сделать.

## ОТКУДА БЕРУТСЯ НАРУШЕНИЯ?

Почему у детей возникают проблемы с фонематическим слухом? Причин может быть много, но за годы практики я нашла две самые частые:

1. Нарушение фонематического слуха возникает, если ребенок долгое время не выговаривал те или иные звуки. Скорее всего, такого малыша водили к логопеду, и тот на занятиях поставил ребенку звуки. Ребенок стал говорить лучше — на этом его взаимодействие с логопедом закончилось. А зря! Ведь малышу нужно еще привыкнуть к нормальному звучанию фонем. Уже научившись произносить звуки правильно, ребенок по инерции может записывать их неправильно — так, как когда-то сам говорил и слышал.

2. Есть вероятность, что люди из ближайшего окружения ребенка (родители, друзья) мало уделяют внимание своей речи: говорят

слишком быстро, не выговаривают некоторые звуки, сглатывают слова или по привычке «сюсюкают» с ребенком.

Если вы подозреваете, что у ребенка нарушен фонематический слух, лучше проконсультируйтесь со специалистом. Пожалуйста, заранее сообщите логопеду, что у малыша сложности с распознаванием звуков. На консультацию захватите с собой тетрадку, где ваш ученик пишет диктанты: его ошибки расскажут о масштабах бедствия больше, чем он сам.

Ну а пока вы не выбрались на прием к специалисту, можете помочь ребенку домашними средствами — полезными играми.

### ЭТОГО ДЕЛАТЬ НЕ НАДО!

Прежде всего, позвольте предупредить о тех вещах, которые делать не стоит. Например, не нужно пытаться справиться с большим количеством ошибок долгими тренировками: если у ребенка нарушен фонематический слух, вы не можете ему, заставив писать по два диктанта в день или вновь и вновь переписывать слова в тетрадь.

Не нужно тренировать сразу все звуки: в этом, как правило, нет смысла. Внимательно прочитав диктанты ребенка, вы сможете понять, с какими именно звуками



наш ученик «не дружит», какие путает между собой. На эти звуки и стоит делать упор в играх.

Еще я не советую начинать игру сразу с высокого уровня, даже если у вас «продвинутый» ребенок и ему кажется смешным повторять какой-то простой слог или разбирать на звуки пустяковое слово. Быстренько пройдитесь по азам, чтобы убедиться, что все в порядке, а уж потом перейдете к высшему пилотажу.

### ВО ЧТО ПОИГРАТЬ, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ УЛУЧШИТЬ ФОНЕМАТИЧЕСКИЙ СЛУХ?

#### «Пробуем звуки на ощупь»

Чтобы сформировать правильное звуко различие, нужно подкрепить теорию чувственным опытом. Предложите ребенку повторять за вами те или иные согласные звуки, положив руку на горло. Если при произношении горло вибрирует — звук звонкий, если не вибрирует — глухой.

#### «Эхо»

Есть много вариантов этой игры, самая простая и приятная — с мячом. Все просто: вы называете слог — ребенок ловит мяч и повторяет за вами. Начинаете с одного слога, например: па! Да! Та! По! Бо! Если ребенок справляется, уже со второго-третьего броска дайте пару слогов: та-да! Во-во! Ва-фа! Усложняйте упражнение, вводя обратный слог (гласный перед согласным: ап! Оф! Ов!) и увеличивая число слогов: па-ба-ба-па, ба-па-ба-ба...

#### «Сортировщик»

Играем в слова, которые различаются только одним звуком, гласным или согласным: лук-люк, бочка-почка. Советуем заранее запастись словами с такими звуками, которые больше всего «не любит» ребенок. А еще запасаем два стакана и горсть любых вкусных ягод. В один стакан мы будем собирать один звук, в другой стакан — другой, и смешивать звуки нам нельзя. Начинаем игру: вы называете ребенку слова, он различает звуки и бросает ягодки в нужные стаканы.

#### «Ловля букв»

В эту игру можно начать играть, когда ребенок в целом неплохо показал себя в играх «Эхо» и «Сортировщик». Найдите книгу с крупным шрифтом и не слишком сложным текстом. Выделите один небольшой абзац, попросите ребенка прочитать его вслух, а затем дайте ему карандаш и пусть накинет петлю на каждую букву «Б» («Ш», «З», любую другую букву, которая вызывает сложности). Разумеется, прежде чем давать ребенку текст, нужно сосчитать в нем количество искомым букв.

#### «Школа дикторов»

Когда вы убедились, что ребенок умеет различать «трудные» звуки в словах, переходите к «чистоговоркам». Работа с «чистоговорками» принципиально отличается от работы со скороговорками: здесь не нужно «быстрее, выше, сильнее». Произносим все слова медленно, отчетливо, тщательно, чтобы различия между звуками были хорошо слышны.





# Мы рады видеть вас

## ИГРОВОЙ ПРАЗДНИК В НАЧАЛЕ УЧЕБНОГО ГОДА

Светлана ПЕТРОВА

*В начале учебного года ребята, даже если они не первоклашки и не новички, словно заново знакомятся со своими одноклассниками. Кто-то сильно изменился за лето, кто-то подзабыл старых товарищей. Чтобы помочь детям восстановить прежнюю дружбу (завязать новые контакты), можно устроить общий праздник. Причем родители могут выступить инициаторами, поскольку они, как никто другой, заинтересованы в том, чтобы ребенку хотелось бежать утром в класс, встречаться с друзьями. А еще любопытно посмотреть, с кем каждый день общается ваш школьник.*

*Конечно, праздник лучше бы проводить на свежем воздухе, если позволяет погода: в ближайшем парке, лесочке, у кого-то гостеприимного на даче. Можно заранее сочинить веселые песни в честь детей, учителей, родителей. Но главное — поиграть всем вместе в такие игры, которые заставят детей не соперничать, а сотрудничать и общаться. Мы предлагаем подборку из таких спланирующих, снимающих лишнее напряжение игр. Проверено на практике!*

### «ПРИВЕТ!»

Все участники ходят по комнате (по поляне), жмут друг другу руки и говорят: «Привет! Как твои дела?» Самое главное: одно рукопожатие можно разорвать только после того, как другой рукой вы начали

здороваться с кем-то следующим. Здороваться несколько раз с одним и тем же человеком — нельзя. В конце игры пары замирают в рукопожатии — больше не с кем здороваться. Зато можно минутку поговорить с тем, с кем соединила

тебя игра. Кто-то из взрослых даст сигнал разнять руки и перейти к новой игре.

### «ТУХ-ТИБИ-ДУХ!»

Ведущий говорит о том, что у каждого человека бывает плохое настроение, каждый имеет право на выражение своих чувств, но делать это надо так, чтобы не причинить боли ни себе, ни окружающим.

— Я сообщу вам сейчас особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований, против всего, что портит настроение: «Тух-тиби-дух!»

Чтобы это слово подействовало по-настоящему, надо сначала походить по комнате (поляне), ни с кем не разговаривая, а потом, как только вам захочется поговорить, остановиться напротив кого-то и трижды сердито-пресердито произнести волшебное слово. Не в пустоту, а человеку, стоящему перед вами. После этого продолжайте прогуливаться по комнате, время от времени останавливаясь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произнося это волшебное слово.

Хотя участники должны произносить магическое «тух-тиби-дух» сердито, через некоторое время они неизбежно начинают смеяться. И на душе становится легче. Кстати, не исключено, что долго потом в школьных коридорах будет звучать заклинание от всяких неприятностей.

### «КАК ЧИХАЕТ ВЕЛИКАН?»

Ведущий спрашивает участников, знают ли они, как чихает великан. Нет? А он слышал как-то. И может научить всех желающих. Для этого присутствующие делятся на 3 группы (не обязательно равные по численности), и каждая сначала где-то в уголке учится громко озвучивать доставшийся им элемент «чиха» (ачи-очи-хрящ). Затем наступает решительный момент: по сигналу





ведущего все три команды одновременно, громко и четко, произносят свой элемент. Громогласное чихание можно записать на телефон и прослушивать потом на переменах, гордясь своим громогласием и мечтая когда-нибудь лично познакомиться с великаном.

### «ГОЛ! МИМО! ШТАНГА!»

Участники делятся на два фланга: левый и правый. И становятся, соответственно, слева или справа от ведущего. Тот поднимает то левую, то правую руку, тогда левый или правый фланг выдают свой клич: «Гол!», «Мимо!» Если ведущий поднимает вверх обе руки, все кричат: «Штанга!»

Главное для игроков — не запутаться, так как ведущий может поднять правую руку, но показать ею на левую половину зала. И наоборот.

### «МОЛЕКУЛЫ»

Все свободно перемещаются по игровому пространству. По команде ведущего «Встаньте по два (пять, три, семь...)» игроки объединяются в группы (берутся за руки) соответствующей численности. Если кто-то оказался «лишним», он отдает ведущему какой-нибудь фант. Разумеется, фанты потом придется выкупать, выполняя различные задания.

Например, нужно вспомнить и спеть песню, хотя бы куплет, в котором поется про что-то на букву «у» («От улыбки...») или любую другую букву.

### «ШЕРЛОК ХОЛМС»

Игроки становятся в колонну, один за другим. Ведущий спрашивает у первого участника: «Во что одет...?» И называет имя человека, который стоит последним. Обращиваться, конечно, нельзя. Можно задавать наводящие вопросы: какие у него (у нее) брюки? Какого цвета куртка? Шляпочка? Потом по-

Например:

- у кого голубые глаза, три раза хлопните в ладоши;
- кто вкусно поел, погладьте себя по животу против часовой стрелки;
- кто родился летом, возьмите соседа слева за руку;
- кто любит собак, два раза топните ногой;
- кто любит кошек, наклонитесь вперед;
- кто любит кофе с сахаром, подпрыгните;
- у кого есть веснушки, покружитесь;
- пусть единственный ребенок своих родителей сделает шаг вперед;
- кто считает себя любознательным человеком, поменяйтесь местами с другим любознательным человеком;



*Хотя участники должны произносить магическое «тух-тибидух» сердито, через некоторое время они неизбежно начинают смеяться.*



следний становится первым. И игра повторяется, пока не опишут всех игроков или пока не надоест.

### УДАЧНЫЙ ФИНАЛ

В конце праздника все становятся в круг, ведущий называет какой-либо признак, объединяющий группу людей, и действие, которое этой группе надо выполнить. Темп игры постепенно увеличивается...

- кто умеет играть на каком-либо музыкальном инструменте, поднимите две руки вверх;
- кто считает, что игру пора заканчивать, хлопните ладонями по коленям, а потом скрестите руки на груди;
- кто считает, что получился отличный праздник, громко крикните: «Да!»



# Расскажи мне сказку

## ВОЛШЕБНЫЕ ИСТОРИИ ВМЕСТО НОТАЦИЙ

Ирина ДУШИНА

*Первоклассник идет в школу, в его жизнь входят новые правила, порядки и границы. Почему так важно соблюдать их? Об этом можно говорить серьезно и рассудительно, а можно преобразовать проблемную ситуацию в сказочную историю. Ведь сказки на протяжении многих веков помогали старшим поколениям воспитывать детей, передавая им знание о том, «что такое хорошо и что такое плохо».*

### МАСТЕРСТВО СКАЗОЧНИКА

Миллионы родителей заканчивают день, рассказывая детям сказки перед сном. Но есть особенные сказки, которые становятся помощниками, когда нам нужно рассказать о чем-то важном и нужном. Часто эта полезная информация кажется ребенку скучной и неинтересной: безопасность, правила поведения...

Но нам приходится говорить с малышом об этом — чтобы уберечь его от неприятностей. И тогда мама или папа сочиняют необычные сказки, фантастические, метафорические — ненавязчивые и занимательные.

Сказка вообще — самый простой и естественный способ общения с ребенком. Любое рутинное занятие наполняется неземным волшебством и смыслом, если о нем придумать соответствующую сказку, оживив, одушевив повседневные предметы и процессы.

Сначала определяем проблему, которая требует решения. Теперь самое важное — создание сказочного мира, особого пространства: описание места, где живут выбранные вами герои. Можно выдумать что-то свое или обратиться к любимым книгам, мультфильмам.

Для достоверности нужны детали, яркие и забавные. Не скупитесь на них. Сказочные персонажи должны быть похожи на ребенка, чтобы он разглядел в них свои качества.

А теперь помещаем героев в заданные условия: режим дня, поведение на улице, общение с незнакомыми людьми. Составьте канву истории, план. Продумайте заранее, какие трудности встретятся на пути героя, как он их преодолеет и кто ему поможет.

С одной стороны, вы оставляете ребенка в привычном и комфорт-

ном сказочном мире. С другой — делитесь с ним нужной информацией. Вы словно заворачиваете в этот сказочный мир, как в фантик, те мысли, идеи и знания, которые хотите передать ребенку: как правильно переходить дорогу; почему не стоит заговаривать с посторонними людьми; что нужно школьнику знать о приемах самообслуживания, о вежливости, дружбе, вежливости...

Сказка может быть интерактивной: вопросы по ходу повествования только оживят ее. И обязательно нужно будет обсудить историю в конце, чтобы убедиться, что ребенок понял услышанное и сделал некоторые выводы.

Еще очень важна наглядность. История может существовать не только в виде устного рассказа, но и стать самодельной книжкой: красочной, яркой. А художником станет сам ребенок — изобразит, где и как живут его герои.

### ЖИВОЙ ПРИМЕР

Как же могут выглядеть «самодельные» сказки-помощницы?

Вот, например, история о правилах поведения. Главный герой — домовенок Макей, грубый и невежливый. Он ходит в школу. Вроде все понятно, привычно, а вместе с тем, сказочно.



Сказка про домовенка Макея  
Домовенок Макей рос дерзким и невежливым домовым. Часто педагоги, обучавшие Макея искусству проходить сквозь стены и завывать в трубе, жаловались на его поведение, маму вызывали в школу. Говорили, что ее сын никогда не здоровается, грубит. Мама приходила домой, плакала и подолгу разговаривала с Макеем. Он лишь хмыкал и говорил: «А мне что? Хочу — здороваюсь, хочу — нет. Вот еще — слова лишние говорить». «Разве они лишние?» — удивлялась мама.

Однажды Макея вызвал к себе учитель Лесовик.

Какие слова, по-твоему, он сказал? Что ответил домовенок Макей?

Долго и убедительно говорил учитель Лесовик о пользе вежливости. О том, что с другими домовыми и даже с людьми важно поддерживать хорошие отношения. А этому помогает прежде всего вежливость.

Фыркнул Макей, отвернулся от учителя — не нужна мне ваша вежливость. Я и так проживу. Без людей и домовых. Но получилось совсем не так, как он думал.

На следующий день случилась с Макеем вот такая история.

А как ты думаешь, что могло случиться? Придумай!

Бежал Макей в школу, опаздывал. С ним часто такое случалось. И вдруг растянулся, споткнувшись о корягу. Мимо бежали другие домовята, некоторые даже верхом на собаках до школы добирались. Но никто не оглянулся, никто не захотел помочь Макею. Он же ни с кем не здоровался, никому «простите-спасибо» ни разу не сказал — вот все и привыкли его не замечать. В тот же день схлопotal домовенок «двойку» — заклинание не выучил. А никто в классе не утешил его, не ободрил. Как-то не принято было у одноклассников с Макеем по-доброму разговаривать. А тут еще вызвали домовенка к директору.

Одним словом, неприятности валялись как из рога изобилия.

Почему случились эти неприятности и кто был в них виноват, как ты думаешь? А о чем, по-твоему, решил поговорить директор с домовенком?

Вошел Макей в кабинет ни жив ни мертв. Директор очень строго спрашивает: как зовут и почему он не здоровается, входя в кабинет.

Набрался смелости домовенок и сказал: «Не здороваюсь и не извиняюсь — потому что лишнее это».

«Неужели? — удивился директор. — Может, и ты тогда в нашей школе лишний? Подумай до понедельника».

Как ты думаешь, что случится в понедельник?

Совместное придумывание и, главное, обсуждение таких историй с актуальным для ребенка подтекстом помогает поговорить о важных вещах без упреков и назидательности. Так, чтобы ваш маленький соавтор сам пришел к правильным выводам.

## Что почитать, если вы хотите научиться сочинять увлекательные и мудрые сказки



### Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева Путь к волшебству

Книжка поможет узнать о «сказочных» приемах общения с ребенком, подростком и даже с самим собой. Автор делится идеями о том, как можно сочинять и переписывать сказки, придумывать для них продолжения. Подсказывает, как смастерить кукол для домашнего театра, как сыграть настоящий спектакль в семейном кругу. Увлекательную историю можно разыграть даже в песочнице.

### Д. Соколов Сказки и сказкотерапия

Здесь, помимо ироничных, философских, иногда неожиданных авторских размышлений о нашей

человеческой природе, можно найти много чудесных авторских сказок. Даже если пропустить все научности про психотерапию, сказки понравятся вам просто как интересное чтение, заставляющее задуматься о своем месте в мире.

### О. В. Хухлаева Лабиринт души

Сказки, собранные в книге, предназначены для детей от 3 до 15 лет. Они говорят с ребенком на понятном для него языке о тех проблемах, что тревожат его. Прочитав книжку, дети, возможно, научатся выходить из сложных ситуаций, а взрослые лучше поймут своего ребенка.

# Капуста, картошка, соль... Борщ? Нет, эксперимент!

## ОПЫТЫ НА КУХНЕ

Елена КУЦЕНКО

*Осень приносит с собой приятные, хоть и утомительные, хлопоты по переработке многочисленных плодов земли. Ежедневно мы что-то чистим, нарезаем, отмеряем, бланшируем, пробуем на соль и сахар, добавляем чуть-чуть для цвета... Детей, вертящихся под ногами, проще, конечно, выгнать из кухни. Но если позволить им наблюдать, задавать вопросы, строить гипотезы и проверять свои предположения, то обыкновенный кочан капусты, лимон или солонка станут настоящими объектами естественно-научного исследования.*



одинаковых стакана — с холодной и горячей водой, одновременно сыплем в них одинаковое количество соли. И смотрим, где процесс растворения идет быстрее. Так на простейших примерах мы начинаем знакомить малыша с культурой научного исследования.

### ДРАГОЦЕННЫЕ ВОПРОСЫ

Желание и умение ребенка задавать вопросы — один из ключевых моментов в его образовании. И пока любознательность младшего школьника не угасла с приходом подростковых проблем, ни от одного содержательного «почему?» лучше не отмахиваться. Ведь в школе процесс познания часто поставлен с ног на голову: ребенка пичкают ответами на вопросы, которые он не задавал. Дома же мы можем придерживаться нормальной человеческой логики: сначала удивление, вопрос, а только потом путь к ответу и новому знанию. Да и возможность действовать с реальными предметами — ценный опыт. Результат, который можно увидеть глазами и потрогать руками, гораздо важнее «чужого» знания, прочитанного в учебнике или пойманного в сети Интернета.

Помогая с дачным урожаем или наблюдая за взрослыми, ребенок,

скорее всего, спросит: а почему картошку надо сушить в темноте? Почему маринованные огурцы меняют цвет? Почему на срезе огурца набухают капли, если его посолить?

Продолжая работать руками (перебирать, мыть, готовить рассол), вы вполне можете обсудить проблему и помочь ребенку составить план эксперимента. Что-то он сделает сам, а трудную или потенциально опасную часть работы выполнят взрослые, попозже, разумеется, когда плита будет выключена, а на столе выстроится в ряд банки с разноцветным содержимым.

Если малыш только начинает карьеру естествоиспытателя, нужно сразу показать ему, что исследования проходят по определенным правилам. Рядом с опытным должен быть контрольный образец — чтобы вывод делать на основании сравнения двух объектов. Вот два

### ЗАГАДОЧНАЯ СОЛЬ

Самое простое и привычное действие на кухне — растворение соли в воде. Куда она девается, немножко полежав на дне? Зачем мы ее размешиваем? В какой жидкости соль быстрее растворяется — холодной или горячей? Пусть ребенок проделает несколько простейших опытов, выскажет свои предположения, а за подсказкой обратится к старшим братьям и сестрам, которые уже знают о существовании молекул.

Войдя во вкус, юный исследователь, скорее всего, не остановится на этом (или взрослый поможет развить мысль дальше) и, добавляя новые порции соли, доведет раствор до перенасыщения. Сколько ни размешивай, часть крупинок останется не растворенной. Теперь в этой емкости можно выращивать кристаллы. Опустим в банку проволочку, изогнув ее, например, в виде инициалов ребенка. Или лох-

*Если малыши только начинают карьеру естествоиспытателя, нужно сразу показать ему, что исследования проходят по определенным правилам. Рядом с опытным должен быть контрольный образец — чтобы вывод делать на основании сравнения двух объектов.*

матую шерстяную нитку. И посмотрим, что получится через день-другой, через неделю.

Еще можно посмотреть, как ведут себя соль и вода на поверхности разрезанного огурца. Возможно, ребенок раньше не обращал внимания на то, как на месте упавшей крупинки начинает расти капля сока. Но, понаблюдав сам или с минимальной помощью взрослого, догадается, что соль так «хочет раствориться», что вытягивает воду из мякоти огурца. Для подтверждения догадки проведем еще один эксперимент. Возьмем три стакана — с пресной, слабосоленой и сильно пересоленной водой, в каждый положим по одинаковому ломтику картошки. Через несколько часов мы увидим, что в первом стакане кусочек разбух (втянул в себя воду, чтобы растворить небольшое количество соли, содержащейся в картошке), второй остался без изменений, а третий съежился (отдал воду в окружающий солевой раствор).

Вопрос для сообразительных: почему в дождливое лето приходится долго трясти солонку, из дырочек которой почти ничего не сыплется?

### РАЗНОЦВЕТНЫЕ ОТКРЫТИЯ

Одни из самых зрелищных — опыты с изменением цвета.

Возьмем обыкновенную свеклу (а лучше две-три), натрем на терке и выжмем сок. Получилась темно-

бордовая жидкость. Разольем ее поровну в три стакана, один — контрольный, с ним будем сравнивать. Во второй нальем чайную ложку уксуса. В третий — раствор соды или стирального порошка. Посмотрите, как поменялся оттенок: уксус осветлил сок, а щелочь сделала его более темным.

Вопрос для сообразительных: в давние времена, когда проводник заваривал чай для пассажиров в одном большом чайнике, то цвет настоя был насыщенным, а вкус совсем слабым, почему? Какой хитростью пользовались, чтобы сэкономить на заварке?



Еще эффективнее выглядит эксперимент с отваром краснокочанной капусты. Он тоже может указать, какая среда пред нами — кислая или щелочная? Сварим несколько больших листьев, дадим настояться, процедим. Запах при этом вряд ли порадует, поэтому лучше затевать опыт в помещении, которое легко проветрить, или на открытой веранде. Можно, как в опыте со свеклой, выжать сок. Он получится таким же, как поверхность капустных листьев — фиолетовым. Пусть пока постоит.

В стаканчики с водой добавим: в один лимонный сок (лимонную кислоту, уксус), в другой — раствор мыла, в третий — стиральный порошок (не забудем про «контрольный стакан»). И будем в каждый доливать капустный сок. В первом, кислотом, жидкость покраснеет. Во втором, слабощелочном, станет синей. А раствор стирального порошка, где щелочь сильнее мыльной, позеленеет. Если сок еще остался, можно определить, какая среда в минеральной воде, яблочном соке, шампуне...

### СЕКРЕТНОЕ ПОСЛАНИЕ

Устали? Самое время получать награды. Или разыскивать, если взрослые заранее припрячут в тайном месте вкусный клад или красивый диплом естествоиспытателя. Но самое главное — накануне нужно будет нарисовать карту, обмакнув тонкую кисточку в лимонный сок или молоко, и высушить лист. Ребенок получит чистый, на первый взгляд, листок бумаги. А рисунок на нем проявится, если карту нагреть паром (утюгом) — для молочной тайнописи или смочить раствором йода (несколько капель на стакан воды) — для лимонной.

Теперь вы можете обмениваться тайными посланиями. Например, предлагая друг другу вопросы для следующих экспериментов.

# Чтобы прогулка была в радость

## ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ЛЕСУ

Марина ЧЕРНЫХ

*Пока еще не грянули морозы, не опали листья, многие семьи выезжают в лес на прогулку, за грибами-за ягодами. И возникает опасность, что кто-то заблудится. Простые меры предосторожности позволяют свести этот риск к минимуму.*

### ПЕРЕД ВЫХОДОМ ИЗ ДОМА

Опытные спасатели не устают повторять: берите с собой даже на небольшую прогулку (особенно с детьми) несколько не слишком тяжелых вещей, которые сильно выручат в случае непредвиденных обстоятельств. Небольшую емкость с водой, пакетик сухофруктов или орешков, полиэтиленовую накидку, фонарик и телефон (полностью заряженный!), свисток, зажигалку, нож, аптечку для экстренных случаев. Совсем не лишними могут оказаться запасная пара обуви и компас. Он поможет выбрать нужное направление, правда, только в том случае, если вы, входя в лес, сориентируетесь, в какую сторону нужно выходить. Но, даже если вы не знаете, где ближайшее жилье, компас поможет вам не кружить, двигаться в каком-то одном направлении.

Тщательно проинструктируйте детей. Вы, конечно, уверены, что не выпустите их из виду, но лучше перестраховаться. Они должны знать, как вести себя в лесу, если отстали от своих.

Одеть юных путешественников лучше в яркие вещи, закрывающие голову и шею. Никаких коротких рукавов и штанин — если не хотите

близко познакомиться с клещами. В рюкзачок ребенка тоже положите все вышеперечисленные предметы.

### СПОКОЙНО ДЕЙСТВОВАТЬ ПО ПРАВИЛАМ

Это главный наказ ребенку от родителей перед началом путешествия. А правила самые несложные.

Прежде всего, не паниковать. Как только взрослые хватятся потерявшегося, его сразу начнут ис-

кать, обязательно найдут и не будут ругать. Это надо обязательно подчеркнуть: известны случаи, когда потерявшиеся дети боялись выйти к поисковому отряду, оттягивали момент встречи с разгневанными, как они думали, родителями.

Метаться в попытках самостоятельно догнать, найти взрослых не нужно. Если потерялись вдвоем с приятелем, с братом (сестрой), ни в коем случае не расходитесь. Вдвоем не так страшно, холодно и одиноко.

Лучше всего остановиться и подать сигнал о себе: постучать палкой по стволу или подуть в заранее припасенный свисток (см. список необходимых предметов). Его звук разносится дальше человеческого голоса. Да и не хватит никакого голоса, если придется кричать несколько часов. Ведь подавать сигналы нужно будет регулярно.

### ЕСЛИ ПОИСКИ ЗАТЯГИВАЮТСЯ

Поняв, что в лесу придется провести какое-то время, «потеряшке» следует позаботиться о своем здоровье и комфорте, не забывая привлекать внимание ищущих.

На случай непогоды или, в худшем случае, ночевки в лесу нужно выбрать укрытие. Например, под нижними лапами раскидистой ели.





Туда хорошо бы натаскать чего-нибудь мягкого и не влажного: лапника, палых листьев. Подстилка предохранит от переохлаждения. Дерево лучше выбирать на краю поляны, а не в зарослях. На случай, если поиски будут вести с вертолета, нужно выложить чем-то заметным на поляне сигнал бедствия. Кстати, когда вертолет будет в зоне видимости, важно вылезти из укрытия, бегать и махать яркой курткой или шапкой.

Далеко виден над лесом и дым от костра. Только разводить его придется тоже на открытом месте, стараясь не подпалить лес. С огнем и ночевка в лесу покажется не такой страшной.

Перекусить можно едой из рюкзака. А вот неизвестные ягоды и грибы лучше обходить стороной. И уж тем более стоит держаться подальше от змей или других диких животных.

Если, выбираясь из гущи леса, ты набрел на просеку или лесную дорогу, сходить с нее и снова углубляться в лес не нужно. Двигаясь, необходимо оставлять заметные знаки своего присутствия: делать зарубки на стволах; обрывки фантиков, заваливавшихся в карманах, цеплять на ветки; переплетать ветви деревьев; рисовать на земле стрелы и полосы — одним словом, демонстрировать, что тут прошел человек, а само собой в дикой

природе так не бывает. На эти метки точно обратят внимание спасатели. Такими же знаками нужно окружить свое укрытие — чтобы группа поиска не прошла мимо, пока усталый путник спит.

## ТРЕНИНГ ЮНОГО РОБИНЗОНА

Пробную тренировку юного Робинзона можно устроить во время обычной прогулки в лесу. Пусть ребенок в безопасной обстановке и в присутствии взрослых поиграет в школу выживания: после сигнала «мы потерялись» расскажет и покажет, что и как будет делать. А родители, наблюдая, поддерживая и напоминая, будут повторять про себя главное правило: если ребенок потерялся, нужно немедленно сообщить в спасательные службы и начинать поиски.

В программу тренировки, кроме строительства стоянки из подручных материалов, можно включить поиски всего съедобного, чем может порадовать лес: грибы, орехи, ягоды. Полезно убедиться, что несколько безопасных разновидностей ребенок отличает безошибочно. А еще у пап и старших братьев есть шанс удивить близких секретами настоящих экспертов по выживанию: как развести костер, смастерить навес от непогоды или сделать воду из неизвестного водоема пригодной для питья.

## ВОДА — ОСНОВА ЖИЗНИ

Одна из самых больших неприятностей для заблудившегося — обезвоживание. Пить из ручьев, речек или болот опасно: можно подхватить нешуточную инфекцию, угрожающую жизни. Поэтому придется как можно бережнее расходовать захваченную из дома воду. Но если стало понятно, что ее не хватит, стоит попытаться процедить воду из ручья и вскипятить ее (обязательно!). Напри-

мер, в найденной консервной банке — мусора в наших лесах достаточно. Когда со дна станут активно подниматься пузырьки, можно считать, что вода готова.

Еще один удивительный способ обеззараживания воды — с помощью солнечного ультрафиолета. Для этого нужна всего лишь чистая бесцветная пластиковая бутылка без пятен и царапин. В нее наливают профильтрованную воду. Сна-

чала на три четверти. Взбалтывают около 20 секунд, чтобы насытить кислородом, затем доливают до верха, закручивают колпачок. Теперь осталось положить бутылку с водой на открытое солнце, лучше в наклонном положении, чтобы в потоке света была как можно большая площадь поверхности. Шесть часов на ярком солнце — и вода становится безопасной, все бактерии погибают под действием ультрафиолета.



# Рассказы

ЧИТАЕМ, ДУМАЕМ, ОБСУЖДАЕМ

Эйдан ЧАМБЕРС

*Мы продолжаем (начало см. в №№ 7-8) публикацию отрывков из книги английского педагога и писателя Эйдана Чамберса «Рассказы. Читаем, думаем, обсуждаем» (М., Самокат, 2016). Автор не только объясняет, почему так важно приохотить детей к чтению (мы вроде и сами не против), но и как это сделать — без наказаний и строгих приказов. В первую очередь — как организовать содержательный разговор о прочитанном, с прицелом на следующую книгу. А потом и еще на одну...*



## ЧТЕНИЕ И МОЗГ

В настоящее время ученые полагают сведениями о том, что происходит в мозгу, когда мы читаем. Самое важное в научных выводах я свел в краткий обзор.

- Человек не является читателем по своей природе. Умение читать и писать — это приобретенное занятие, а не врожденная потребность. На то, чтобы оно у человека появилось, ушло много тысяч лет. Эти многие тысячи лет каждый человек проживает заново.

- Человеческий мозг обладает бесконечным потенциалом, гораздо большим, чем мы представляем. Мозг не компьютер, а скорее самоорганизующаяся система. Он способен самообучаться. Он развивается в течение всей жизни. Умственная работа меняет физическую структуру мозга. Чтение — это один из сложнейших мозговых процессов.

- Когда мы читаем про себя, работают по крайней мере три области мозга. Одна обрабатывает звуки, которые ассоциируются со словами и иллюстрациями. Другая анализирует визуальную информацию: буквы, слова, картинки. Третья соотносит значения слов, выражений и всего текста с уже из-

вестной информацией. Получается, у нас в голове есть архив всего услышанного, увиденного или прочитанного. Обрабатывая каждый новый текст, мозг обращается к этому архиву, ищет соответствия, и если не находит, то мы называем такой текст «слишком сложным». Чем больше совпадений найдет мозг между новым текстом и уже прочитанными, тем проще нам понять новый.

- Чтение зависит от того, что уже было прочитано. Значит, чем разнообразнее состав слов, выражений и текстов, хранящихся в архиве мозга, тем эффективней усваивается значение нового текста. Чем больше ссылок в вашем банке памяти, тем вы богаче и тем лучше вы готовы к чтению новых книг.

Марианна Вулф, нейропсихолог и специалист по дислексии, рассказывает о трех исследованиях, чьи авторы пришли к неутешительным выводам по поводу того, чего лишены дети в бедных семьях. В первом случае «ученые Тодд Ризли и Бетти Харт проводили исследование в одном из районов Калифорнии и нарисовали довольно печальную картину. К пяти годам жизни некоторые дети из бедной языковой среды услышали на 32

миллиона меньше слов в свой адрес, чем их ровесники из среднего класса. «Словесная нищета», по выражению вице-президента Международной ассоциации по проблемам дислексии Луизы Кук Моутс, напрямую зависит от того, что ребенок слышит. В ходе другого эксперимента ученые выясняли, сколько слов дети из разных семей произносят к трем годам. Дети из бедных семей употребляли в два раза меньше слов, чем их одноклассники из благополучных семей».

Далее Вулф пишет о результатах еще одного исследования, посвященного доступности книг.

«Ученые сравнивали три района Лос-Анджелеса на предмет доступности книг. Разница между этими районами оказалась огромной. В бедном районе книг в домах не было вообще, ни одной. В районе с доходами ниже или чуть выше среднего в домах было примерно по три книги. А в самом обеспеченном районе в домашних библиотеках насчитывалось около 200 книг. <...> Нехватка литературы катастрофически сказывается на словарном запасе и познаниях о мире, которые должны быть у детей в раннем возрасте».

Вулф описывает способ обогатить языковую среду ребенка и приучить его к чтению.

«В крупном исследовании по ранней грамотности преподава-

тель и исследователь Кэтрин Сноу из Гарварда и ее коллеги выяснили, что помимо собственно учебного процесса очень важно, сколько времени у детей есть на «разговоры за обедом», без которых вырастить увлеченного читателя сложно. Говорить с ребенком, читать ему, слушать его — всё это имеет первостепенное значение для раннего языкового развития. Но реальность такова, что во многих семьях (как малообеспеченных, так и зажиточных) даже эти, базовые, потребности детей мало кто удовлетворяет».

Вулф говорит о значении разговора, чтения и слушания в раннем возрасте. Для образования ребенка очень важно, чтобы он слышал как можно больше слов и выражений, имел доступ к самым разным книгам и текстам, а также участвовал в разговорах, где его бы внимательно слушали и обращались бы к нему.

• Чтение вслух необходимо, даже если у человека есть возможность читать про себя, поскольку область мозга, отвечающая за слух, работает в полную мощность, как и две других. Но она может это де-

лать только в том случае, если ей знакомы звуки новых слов, фраз, текста. Вот почему про себя вам будет легче читать тот текст, который вы уже слышали.

Подведу итог: мы знаем, что чтение вслух, большое количество книг в свободном доступе и беседа о прочитанном — важнейшие компоненты обучения. Это не просто теория и не случайная догадка. Научные исследования показывают, насколько все эти компоненты важны для вдумчивой и эффективной работы с будущими читателями.

## Вопросы для обсуждения



*Про чтение вслух и домашние библиотеки многие родители, конечно, в курсе. А вот организовать беседу о прочитанном им сложно. С чего начать? Как не превратить вольное обсуждение в суровую проверку? Эйдан Чамберс, нам в помощь, предлагает огромный список вопросов, которые взрослые могли бы задать юным читателям, чтобы им было легче осмыслить прочитанное и захотелось открыть следующую книжку. Конечно, не стоит подвергать ребенка столь длительному допросу каждый раз. Но хорошо иметь в запасе несколько вариантов потенциально увлекательного обмена мнениями.*

### БАЗОВЫЕ ВОПРОСЫ

Что вам понравилось в этой книге?

Что сильнее всего привлекло внимание? О чем бы вам хотелось почитать побольше?

Что вам не понравилось в этой книге?

На каких эпизодах вы заскучали? Были эпизоды, которые вы пролистывали? Какие? Если вы бросили книгу, то где вы остановились и что именно заставило вас отложить ее?

Что в книге вам было непонятно, что вам показалось странным?

Что в этой книге было такого, о чем вы раньше не читали? Было ли

что-то такое в книге, что стало для вас полной неожиданностью? Встречались ли какие-то явные противоречия?

Заметили ли вы какие-нибудь особенности повествования или смысловые рисунки в тексте?

### ОБЩИЕ ВОПРОСЫ

Когда вы увидели книгу впервые, вы представили себе, о чем она будет?

Почему вы подумали именно так? Что скажете теперь, когда ее прочитали? Ваши ожидания оправдались?

Вы раньше читали похожие книги?

Чем эта книга похожа на другие? Чем отличается?

Вы читали эту книгу прежде? Если да, то что изменилось в вашем отношении к ней?

Вы обратили внимание на то, чего в первый раз не заметили? Книга вам понравилась больше или меньше?

Прочитав ее еще раз, вы посоветуете другим ее перечитывать, или она того не стоит?

Во время чтения или сейчас, во время обсуждения, вы заметили какие-либо слова, фразы или другие языковые явления, которые вам понравились или, наоборот, не понравились?

Вы обращали внимание, что в разговоре люди часто используют одни и те же характерные для них слова или фразы? Отметили вы такие слова и фразы в книге?

На какие особенности языка вы обратили внимание?

Если бы писатель спросил, как ему улучшить книгу, что бы вы ему ответили? (Вариант: если бы вы писали эту книгу, что бы вы изменили в ней в лучшую сторону?)

Есть ли в книге такие события, которые случались с вами?

Чем книжные и реальные события похожи и чем отличаются? Какие эпизоды показались вам наиболее правдоподобными? Заставила ли книга переоценить случившееся с вами?

Когда вы читали, видели ли вы происходящее в воображении?

Какие детали — или эпизоды — помогли вам увидеть наиболее четкую картинку? Какие эпизоды наиболее ярко отпечатались в вашем сознании?

Сколько сюжетных линий (или видов сюжета) можно найти в этой книге?

Вы читали эту книгу быстро или медленно? Проглотили? Или прочли за несколько подходов?

Хотели бы вы прочитать ее снова?

Что бы вы рассказали друзьям об этой книге?

О чем бы вы не стали говорить, чтобы не портить им чтение или не дать им ложного представления о книге?

Вы знаете людей, которым эта книга точно понравится?

Как вы мне посоветуете описать книгу, чтобы они решили ее прочитать или, наоборот, отказались?

## СПЕЦИАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

Сколько времени занимают происходящие в сюжете события?

Совпадают ли повествование и хронология событий?

Когда вы рассказываете о том, что происходит с вами, вы всегда делаете это в хронологической последовательности или, бывает, нарушаете ее? По каким причинам вы делаете то или другое?

Есть ли такие события в книге, которые описаны мельком, в нескольких словах, а на самом деле времени занимают много? И, наоборот, есть ли такие события, которые произошли быстро, но в книге описываются очень подробно?

Может, были такие события, которые что по времени дей-

ствия, что по длине описания одинаковы?

Где разворачиваются события?

Имеет ли значение место действия? Могли ли эти события происходить в другом месте? Вы думали о месте действия, пока читали? Где в книге описывается место действия? Что вам понравилось в описанном месте действия, что не понравилось? Интересно ли место действия само по себе? Вы бы хотели узнать о нем больше?

Какой персонаж заинтересовал вас больше всего?

Это ключевой персонаж, или есть более важные? Какие герои (или героини) вам не понравились? Может, кто-то из героев напомнил вам того, кого вы знаете? Может, он напомнил вам героев других книг?

Кто рассказывает о событиях? (Вариант: кто рассказчик?) Знаем ли мы это? Откуда мы об этом знаем?

Что рассказчик думает или чувствует по поводу персонажей? Нравятся они ему или нет? Откуда вы это знаете? Одобряет ли рассказчик то, что происходит, или то, как поступают герои? А вы — одобряете или нет?



Представьте себе, что вы зритель. Чьими глазами вы наблюдали бы за событиями? Вы смотрели бы на происходящее глазами одного персонажа, или сначала глазами одного, а потом другого?

Вы ставили (если ставили) себя на место только одного героя, «думая только его головой»? Или вы оказывались внутри нескольких персонажей?

Была ли у нас возможность узнать, о чем думают и что чувствуют персонажи? Или, наоборот, события изложены вне мыслей персонажей и нам было известно, что они делают и говорят, но мы не имели представления о том, что у них внутри?

Возникло ли у вас чувство, что события книги происходят сейчас? Или вам показалось, что все случилось в прошлом? Или что события — чьи-то воспоминания? Можете ли вы указать то место, которое натолкнуло вас на эту мысль?

Вам показалось, будто всё описанное происходит с вами, словно вы — один из персонажей? Или вы, как сторонний наблюдатель, не принимали участия в событиях? Тогда откуда вы следили за действием? И меняли ли вы точки наблюдения? Быть может, вы оказывались внутри персонажей или смотрели на них сверху, как из кабины вертолета? Расскажите, на каких эпизодах в книге у вас возникло такое чувство?

*Отрывок из книги печатается с любезного разрешения издательства «Самокат» (<http://www.samokatbook.ru/>)*





Общероссийский проект  
**Школа цифрового века**

Издательский дом «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

**2016/17** учебный год

## Материалы проекта:

- вебинары и видеолекции по педагогике и психологии
- предметно-методические журналы
- курсы повышения квалификации
- электронные книги и методические брошюры
- электронные учебники (ЭУ) для учителей и учеников

## Стоимость участия в проекте\*:

Стандартный вариант  
(все материалы, исключая ЭУ)



12 тысяч рублей от школы  
за весь учебный год независимо  
от количества учителей в школе

Расширенный вариант  
(все материалы, включая ЭУ)



18 тысяч рублей от школы  
за весь учебный год независимо  
от количества учителей в школе

\* Стоимость участия в проекте образовательной организации за весь 2016/17 учебный год независимо от количества в этой организации педагогов

Подробная информация и регистрация на сайте:

**шцв.рф**

Участие в проекте общеобразовательной организации и педагогических работников удостоверяется соответствующими документами: дипломами участников, сертификатами, удостоверениями о повышении квалификации.

## СРЕДНЯЯ ШКОЛА

■

«Размер суммы, выдаваемой школьнику на повседневные расходы, безусловно, зависит от достатка семьи и возраста школьника. Но логично увеличивать сумму по мере взросления ребенка, особенно если он проявляет хоть немного здравого смысла в тратах. Этот вопрос стоит обсудить в семейном кругу в начале учебного года: сколько подросток получает «на руки», как часто, в каком случае родители могут спросить отчет о расходах. Такой договор важен как образец работы с правилами: если условия приняты, то выполняются всеми сторонами».

> 30

■

«Очень важно понимать, что именно ты хочешь получить в ответ на свой вопрос: простой кивок, короткий факт, а может быть, подробный увлекательный рассказ? Поэтому качество ответа зависит от того, как ты сформулируешь вопрос («правда ли?» — это один вариант, а «почему?» или «зачем?» — совсем другой) и сколько времени будет у отвечающего на диалог (за две минуты до звонка — наивно рассчитывать на долгие беседы)».

> 31



## Карманные деньги

БАЛОВСТВО ИЛИ ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ  
РЕСУРС?

Анастасия СКОРИЦКАЯ

Сегодня, наверное, почти нет детей школьного возраста, которым бы не перепали от родителей деньги на мелкие расходы. Тема эта довольно дискуссионная, вызывающая вопросы. Но при этом обсуждается на родительских форумах сравнительно редко. Как будто что-то не совсем приличное происходит: все это делают, при этом сомневаются, но спросить и посоветоваться — стесняются.



Редко кто из родителей не задавался следующими вопросами: сколько денег давать подростку? Контролировать ли траты? Делать ли деньги инструментом поощрения и наказания? Ответы найти действительно непросто. Каждый раз придется искать баланс между крайностями. И еще стараться отдавать себе отчет: что ты делаешь в каждой конкретной ситуации и зачем, как это повлияет на привычки и характер ребенка.

Итак, начнем разбираться по порядку.

Размер суммы, выдаваемой школьнику на повседневные расходы, безусловно, зависит от достатка семьи и возраста школьни-

нать, что для него важно, а что можно отложить; удерживаться от импульсивных действий и расплачиваться за опрометчивые решения. И отвечать, кстати, за сохранность того, что ему принадлежит. Поэтому, если деньги потерялись, посочувствуйте, но тут же компенсировать пропажу не стоит: не уследил — значит, жди следующего понедельника. В конце концов, терять и смиряться с потерей, терять и извлекать уроки — важно научиться. Это условие обязательно оговаривается при составлении договора в начале учебного года. Чтобы не провоцировать лишнее нытье и разочарование.

чается, покупаем хорошую учебу, нормальное поведение, выполнение семейных обязанностей. Есть риск, что очень скоро все обычные позитивные поступки станут предметом торга.

Нужно ли требовать отчета о тратах? Если вы рассматриваете карманные деньги как средство развития самостоятельности и ответственности, то вряд ли. Ребенок волен расходовать оговоренную сумму по своему усмотрению (в рамках закона, конечно). Другое дело — помочь, посоветовать, если он обратится с вопросом.

Постарайтесь удержаться от замечаний и осуждения, даже если ребенок потратил самым нелепым способом так нелегко достающиеся вам деньги. В тот момент, когда они перешли из ваших рук в его карман, они стали средством обучения и накопления финансового опыта. Есть разные способы тактично напомнить ребенку о возможности экономии и расчетливого использования средств. Например, пригласите его с собой в поход по магазинам, чтобы закупить продукты на всю семью. Попросите найти самые выгодные предложения, рассчитайте вместе, сколько зубной пасты, подсолнечного масла (овощей, салфеток, сахара...) нужно семье на неделю. Расскажите, как можно сэкономить. Привлеките к планированию семейного бюджета. А если во время ближайших, осенних, или совсем далеких — новогодних, а то и летних — каникул намечается поездка, часть организационных хлопот может взять на себя юный путешественник: пусть отслеживает цены на билеты, ловит скидки и составляет самый рациональный маршрут.

Кстати, он тоже может копить на поездку: чтобы купить сувениры для друзей, сходить в местный компьютерный клуб — словом, почувствовать себя независимым путешественником.

*Постарайтесь удержаться от замечаний и осуждения, даже если ребенок потратил самым нелепым способом так нелегко достающиеся вам деньги.*

ка. Но логично увеличивать сумму по мере взросления ребенка, особенно если он проявляет хоть немного здравого смысла в тратах. Этот вопрос стоит обсудить в семейном кругу в начале учебного года: сколько подросток получает «на руки», как часто, в каком случае родители могут спросить отчет о расходах. Такой договор важен как образец работы с правилами: если условия приняты, то выполняются всеми сторонами.

Опытные родители, которые рассматривают карманные деньги как воспитательный ресурс, предпочитают выдавать определенную сумму каждую неделю. Лучше в понедельник, чтобы деньги не были потрачены в выходные, а распределялись более или менее равномерно или сохранялись до конца недели — на любимые удовольствия. Так подросток учится планировать; оце-

лишать ли «законных выплат» за провинности, плохие отметки? И можно ли доплачивать за достижения и помощь по хозяйству? По сути, это одно и то же. Если да, то карманными деньгами мы, полу-



# Искусство задавать вопросы

ДЛЯ ТЕХ, КТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ХОЧЕТ УЧИТЬСЯ

Александра ЧКАНИКОВА



*Каждый школьник должен быть почемучкой. Даже согласно требованиям ФГОС, школа призвана развивать в учениках инициативность, самостоятельность, поддерживать мотивацию к исследовательской деятельности. Следовательно, ученик просто обязан уметь формулировать и задавать вопросы. Это одно из ключевых УУД (универсальное учебное действие). Формулируя вопрос, ребенок тренирует критическое и логическое мышление, ставит умственный эксперимент, а задавая вопрос кому-либо, он выражает интерес к внешнему миру и готовность вступить в коммуникацию.*

*С грамотно поставленного вопроса начинается каждый проект, каждое самостоятельное исследование. Через вопросы ученик прокладывает свой индивидуальный образовательный маршрут.*

*Осталось понять, как помочь ребенку овладеть этим замечательным умением.*

ритель вопрос про себя: может оказаться, что ответ уже понятен. Возможно, человек хочет получить более точную информацию — значит, придется перефразировать вопрос. Ну и конечно, лучше не забегать вперед, внимательно выслушать спикера. Вдруг он сам все расскажет, без наводящих вопросов?

**Соблюдать субординацию.** Есть вопросы, которые можно задать любому собеседнику, но бывают те, которые задать другу — уместно, а учителю — неуместно. Или наоборот: разумно задать какие-то вопросы взрослому — не однокласснику. Прежде чем задать вопрос, хорошо бы интуитивно «примерить» его на собеседника: подойдет ли?

## КЛАССИФИКАЦИЯ ВОПРОСОВ

Филологи, социологи, политтехнологи, дипломаты пользуются разными типологиями вопросов. Некоторые помогают перевести разговор на другую тему, или повлиять на эмоциональное состояние собеседника, или навести на правильный ответ, убедить, запутать — но это нам сейчас не так нужно. Для начала научимся использовать вопросы по прямому назначению: добывать информацию, уточнять, мыслить. Итак, упрощенная классификация вопросов:

## ЛИЧНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ВОПРОШАЮЩЕГО

Договоримся сразу (и ребенку скажем): глупых вопросов не бывает. Но бывают неуместные, некорректные, скучные, вопросы не по теме. В общем, чтобы грамотно задать вопрос, необходимо приложить кое-какие усилия. Что же надо сделать?

**Выбрать время.** Вопрос хорош, когда он не перебивает рассказчика, не нарушает ход беседы, а поддерживает ее. Удобно, когда своим вопросом ты продолжаешь или создаешь тему, инициируешь новый разговор — но для любых вопросов нужно выбрать подходящий момент. Предложи-

те для начала простое правило: вопросы по теме урока задавай на уроке, когда учитель закончил говорить, вопросы не по теме — на перемене.

**Сформулировать мысль.** Очень важно понимать, что именно ты хочешь получить в ответ на свой вопрос: простой кивок, короткий факт, а может быть, подробный увлекательный рассказ? Поэтому качество ответа зависит от того, как ты сформулируешь вопрос («правда ли?» — это один вариант, а «почему?» или «зачем?» — совсем другой) и сколько времени будет у отвечающего на диалог (за две минуты до звонка наивно рассчитывать на долгие беседы).

**Убедиться, что ответ неизвестен.** Полезно сначала прогово-

*Простые (восполняющие)* — это вопросы, которые помогают добывать факты. Они обычно начинаются со слов: кто, что, когда, где, как, сколько...

Например: «Что такое органический?», «Как пишется слово “перченый”?», «Сколько весит взрослый дельфин?»

Простые вопросы легко формулировать, а если сформулировал правильно — скорее всего, получишь конкретный и полезный ответ. Правда, бывает, учителя чего-то не знают или не помнят. В этом нет ничего стыдного: человек не может все держать в голове. Есть всякие энциклопедии, электронные справочники. Кстати, учитель может подсказать, в какую именно книгу, на какой электронный ресурс лучше заглянуть.

*Уточняющие* — вопросы на понимание. Ты выслушал спикера, что-то даже понял, но не уверен, что понял правильно. Это одни из самых полезных вопросов: они избавляют нас от «темных пятен», разночтений и домыслов. Лучше сразу переспросить, чем потом обнаружить, что ты не понял самое важное. Уточняющий вопрос, кроме того, повод проговорить еще раз то, что ты только что узнал. Как правило, они начинаются с такой вежливой формулы «Правильно ли я понял, что...» Или прямо сразу — с повторения одного из тезисов докладчика. А затем — сам вопрос.

Например: «Правильно ли я понял, что в слове “самокат” два корня?», «Вы сказали, что акулы — рыбы, значит ли это, что они тоже мечут икру?»

Задавая такой вопрос, не бойся показаться глупым или невнимательным. Заранее извинись: «Простите, я не понял», «Я, кажется, прослушал момент, когда вы говорили...» Еще важно научиться формулировать уточняющие вопросы максимально коротко, не пересказывая подробно все, что только что было сказано.

*Интерпретации* — как правило, начинаются со слова «почему».



Они побуждают собеседника предложить свою модель, описывающую причину тех или иных событий и явлений.

Например: «Почему у человека пять пальцев?»

На интерпретационный вопрос тебе могут ответить по-разному: коротко и просто — или сплести целую историю. Один и тот же вопрос имеет смысл задавать разным людям. Не потому что один ответ удачнее другого — интерес в том,

Например: «Допустим, мы заблудились в лесу, солнце село, а мох на деревьях не растет. Как нам тогда ориентироваться?»

Такой вопрос ценен уже сам по себе: чтобы сформулировать его, человеку приходится в голове составить целую исследовательскую модель. Наверняка, у него даже есть гипотезы. Скучно ждать ответа на такой шикарный вопрос — лучше вместе отправиться на поиски решения! Подключить всех участ-

*Знаменитый философ Алкуин Флакк так воспитывал короля Питина Короткого из династии Каролингов: ученик задавал ему бесчисленное количество вопросов, а учитель отвечал — глубокомысленно и витиевато, в лучших традициях средневековой схоластики.*

чтобы сверять версии, искать свою позицию.

*Практические вопросы* — содержат в себе проективную ситуацию, модель, предположение. Такие вопросы — результат активной мыслительной деятельности. Обычно начинаются со слов «А что, если...», «Предположим, что...», «Допустим, что...»

ников беседы, учителей, одноклассников — в общем, использовать по максимуму творческий потенциал вопроса. Впрочем, если учитель ограничен во времени и отвечает на твой вопрос коротко, ничто не мешает продолжать искать ответ, спорить — и после окончания урока, дома с родителями, наконец!



## ТРЕНИРОВКИ

Чтобы научиться формулировать и задавать вопросы, одной теории недостаточно. Нужна практика. Хорошо, если в вашей семье принято постоянно задавать друг другу вопросы и отвечать на них, но если нет — приступаем к тренировкам прямо сейчас. Начнем с простых игр.

## «Персона»

Пишем на маленьких бумажках (лучше стикерах) имена известных всем присутствующим персон — литературных и киношных героев, писателей, художников, актеров, близких родственников. Лучше написать побольше, чтобы было из чего «тянуть». Раскладываем бумажки на столе буквами вниз (клеящим слоем вверх), каждый игрок «вслепую» (не пытаясь прочитать просвечивающуюся надпись) выбирает листочек и не глядя (не переворачивая бумажку) наклеивает себе на лоб. Важно, чтобы никто из участников не знал, что написано на его бумажке. Тогда каждому захочется угадать: кто ты сейчас, как тебя зовут, чем знаменит.

Для этого садимся в круг и начинаем задавать соседям простые вопросы о своей «персоне» — такие, которые требуют в ответ только «да» или «нет». Каждый участник имеет право задать три вопроса, затем ход переходит к другому игроку.

Побеждает тот, кто первый угадает, кто он такой.

## «Акула пера»

Первым делом выбираем персонажа. Лучше всего того, кто сейчас ребенку наиболее интересен: любимый актер, боксер, а может быть — герой мультфильма или персонаж комикса. Этим героем станет взрослый (заодно выяснит, кем увлечены его дети), а ребенок — репортером, «акулой пера». Его задача — придумать пять вопросов, которые заставят персонажа рассказать как можно больше о себе, дать максимум информации.

## «Однажды в сказке...»

Ведущий формулирует одно не слишком длинное (но и не слишком короткое) предложение, которое начинается со слов «Однажды в сказке». Предложение должно быть по возможности — интригующим, забавным.

Например: «Однажды в сказке на лугу паслись двенадцать зайцев».

Задача ребенка — придумать к этому предложению как можно больше вопросов. Можно установить минимальное количество — скажем, десять.

Каждый вопрос оценивается в одно, два или три очка.

Одно очко присуждается за простые вопросы: сколько, где, кто...

Два очка даем за вопросы-интерпретации и другие вопросы,

требующие сложного ответа. Какой у них хозяин? Почему зайцев было именно столько? Не было ли их раньше двести?

Три очка присуждаются развернутым «креативным» вопросам, например, таким, которые начинаются со слов «А может быть». «А может быть, один из зайцев был зайцем из “Ну, погоди”?», «А может быть, их сначала было четырнадцать, но двое убежали?»

Самое интересное — собрать по том из вопросов-ответов целую сказку. Наверняка получится смешная и необыкновенная.

## «Цепь вопросов»

Знаменитый философ Алкуин Флакк так воспитывал короля Пипина Короткого из династии Каролингов: ученик задавал ему бесчисленное количество вопросов, а учитель отвечал — глубокомысленно и витиевато, в лучших традициях средневековой схоластики.

Нам не нужно придумывать сложные ответы. Позаимствуем схему: ребенок должен задавать вопросы как можно дольше, цепляясь за каждый ваш ответ, формулировать новый вопрос — пока хватит изобретательности. Желательно, конечно, чтобы вопросы начинались по-разному.

Например:

— Что на завтрак?

— Омлет.

— Что такое омлет?

— Взбитые с молоком и мукой яйца.

— А зачем нужно добавлять в яйца молоко?..

## «Управление собеседником»

Суть игры в том, чтобы, задавая различные вопросы, заставить собеседника совершить какое-нибудь действие: сравнить два предмета, рассказать историю, решить задачку, перестать верить в какой-нибудь предрассудок...

Кстати, почти во все эти игры можно играть на ходу, по ходу дела: по дороге в школу или в магазин, моя окна или посуду. Словом, никаких лишних хлопот.



# Вас вызывают к директору...

## К ЧЕМУ ГОТОВИТЬСЯ?

Александра ЧКАНИКОВА

*Вызов к директору школы — это не самое приятное событие, особенно страшно, если вас вызывают в первый раз. К тому же не сообщают, о чем пойдет разговор. И голос на том конце показался вам требовательным и недовольным. У вас тут же сердце начало стучать, как колеса скорого поезда... Давайте для начала успокоимся и посмотрим на происходящее как на пазл, который нужно медленно, вдумчиво сложить из отдельных кусочков в достаточно понятную картинку.*

## ОБЩИЙ ВЗГЛЯД

Опытные люди знают: чтобы быстро собрать пазл, нужно сначала сложить рамочку. Вот и в предстоящей беседе с директором вам прежде всего необходимо понять собственные ориентиры. Очертить границы, дальше которых мы не пойдем — даже в фантазиях.

Во-первых, ваш ребенок — живой человек, а значит, при определенных обстоятельствах он способен очень на многое, и не только на хорошее. Поэтому отринем сразу мысль: «Не может быть, чтобы он сделал что-то не так». Все бывает в этом мире!

Во-вторых, никакой поступок ребенка не способен умалить вашу любовь к нему. Вызов к директору нельзя воспринимать как повод «разочароваться» в ребенке, «утратить доверие», «пересмотреть отношения». Во всяком случае, не сейчас, когда ваш подросток (пусть нашаливший). В особенности нашаливший!) нуждается в вашей защите.

В-третьих, не стоит драматизировать. В школе у многих случались проблемы — и ничего, выросли вполне достойные люди.

Ну и наконец, о родительской ответственности. Частенько нам кажется, что каждый проступок ребенка — это пятно на нашей репутации, повод стыдиться своих промахов и ошибок воспитания. Смело выбрасывайте из головы такие мысли. Они неконструктивны, отнимают у вас драгоценные жизненные силы и воспитывают в ребенке безответственность на пару с комплексом вины. Сейчас эти детали явно лишние в нашем «пазле».

## РАЗВЕДКА

Каждому серьезному разговору должен предшествовать подготовительный этап. Это когда мы трудолюбиво раскладываем все детали пазла по коробочкам, чтобы они не путались.

Первым делом хорошо бы понять, о чем пойдет разговор, а эту информацию способен предоставить, пожалуй, только ребенок.

Можно, конечно, звонить классному руководителю, расспрашивать других родителей, но это недостоверные источники информации. Только реальный участник событий знает, как все было, и мы не сможем ему помочь, если не будем знать, что он сам думает о произошедшем.

Возьмите себя в руки и очень спокойно постарайтесь расспросить ребенка, что, собственно, такого произошло в школе и зачем вас вызывает директор. Сразу оговоримся: многочасовые допросы, вытягивание клещами фактов, претензии и открытое выражение недовольства — самые эффективные способы отвадить ребенка от любых разговоров с родителями. Он замкнется в себе и перейдет в глухую оборону.

Попробуем не отчитывать, а просить о помощи. Примерно так: «Меня вызвали в школу. Повидимому, речь о тебе. Но я понятия не имею, что произошло. Помоги мне, расскажи, почему ди-



ректору понадобилось говорить со мной? Что случилось, в чем тебя считают провинившимся?»

Если отклик слабый, попробуйте задать наводящие вопросы: «Тебя обидели или ты обидел кого-то? Проблема касается другого ребенка или взрослого — учителя, кого-то из родителей? Ты нарушил какое-то из школьных правил?», «Это касается Вовы, который тебя доставал все время?» Даже если ребенок лишь пару раз угрюмо помотал головой и один раз вздохнул, вы сможете кое-что понять.

Заодно напомните, что ошибки совершают все, и даже взрослых иногда «заносит» на поворотах, но ваше отношение к ребенку никак не связано с тем, как о нем в свете последних событий подумали другие. И пусть это действительно будет так.

### ЧАС ИКС

И вот наступает момент встречи с администратором, который вам предъявляет недостающие «детальки» пазла. Они могут быть менее тревожными (произошла ошибка, недопонимание) и довольно неприятными (ребенок действительно наломал дров, повел себя некорректно).

В любом случае стоит учесть несколько простых правил.

*Соблюдаем этикет.* Ни в коем случае нельзя игнорировать приглашение зайти в школу. Если вы не можете приехать в назначенное время, обязательно перезвоните учителю (администратору) и договоритесь об удобном времени. Лучше не опаздывать и одеться «подобающим образом», чтобы настроить представителя школы на конструктивный, благожелательный разговор.

*Разговариваем на равных.* Вы и администратор (учитель) — представители двух равноправных договаривающихся сторон, между вами нет никаких иерархических отношений. Вы беседуете без «наездов», без подобострастия, как двое равных, достойных людей.



*Займите сильную позицию.* Это не тогда, когда вы громко кричите что-то обвинительное и предъявляете ответные претензии к школе. Совсем наоборот: позиция сильного — это позиция помощника, патрона, долгожданного партнера, который сейчас поможет решить проблему. Отсюда — и манера поведения: будьте спокойны, внимательны, проявите интерес к тому, зачем вас сюда позвали и чем вы можете быть полезны.

*Внимательно и терпеливо слушайте.* Настройте себя заранее на эффективное слушание: вы пришли в этот кабинет за информацией, вам здесь расскажут что-то, о чем вы, вероятно, еще не знаете. Вот когда вам показалось, что все важное уже сказано, а собеседники начали повторяться, начинайте говорить сами.

*Уважайте себя.* Разговор на такую деликатную тему, как поведение вашего ребенка, должен проходить без участия третьих лиц. Случайные слушатели, ученики, учителя, сочувствующие или обвинители — все эти люди могут принять участие в беседе только с вашего согласия. Базово же разговор должен происходить с глазу на глаз.

*Разбирайтесь в проблеме, а не защищайтесь.* Ваша задача — на основе рассказа директора составить картину происходящего. Если что-то непонятно, задавайте во-

просы. Если источник информации неясен — просите указать его. Вы видели сами, что это сделал мой ребенок, или вам рассказали, кто-то пожаловался? Постарайтесь отделить факты от оценочных суждений. Эмоциональные высказывания («возмутительно», «роняет честь школы») постарайтесь спокойно пропустить мимо ушей.

### РАЗВИЛКА

И вот, в результате беседы выясняется...

*Вариант первый:* ваш ребенок действительно совершил что-то очень некрасивое. Отрицать это невозможно — есть свидетели, пострадавшие, да и сам ребенок уже не отрицается.

Здесь уместно извиниться за поведение ребенка — искренне, но без фанатизма! Не позорьте ребенка, не называйте его нелестными эпитетами, тем более в присутствии других людей. Им будет сложно уважать вашего ребенка, если вы, родители, сами демонстрируете к нему неуважение.

Займите позицию спокойного принятия ситуации: «здесь и сейчас» случаются неудачи, ошибки. Скорее всего, учитель ждет от вас обещания, что подобное не повторится, но реалистичнее будет звучать ваше обещание поговорить с ребенком, постараться объяснить ему, в чем он был неправ. И, ко-



нечно, вы вместе с ребенком выражаете готовность возместить нанесенный ущерб: покрасить испорченные стены, починить парты, купить однокласснику новый телефон вместо разбитого в драке. Опыт личного участия в исправлении содеянного лучше многих нотаций заставляет подростка быть осмотрительнее в своих действиях.

*Вариант второй:* ребенок не виноват. Чем дольше вы слушаете, тем явственнее понимаете, что ваше мнение совершенно не совпадает с мнением администрации. Вы не видите состава преступления, вам очевидно, что поведение подростка, пусть и не слишком привычное, было связано с определенными обстоятельствами. Выслушав педагога, выскажите свою позицию мягко и доброжелательно. Не как истину в последней инстанции, но как личное впечатление, сложившееся на основе всего услышанного.

Пожалуйста, не предъявляйте встречного иска («А ваш учитель в этой ситуации должен был...»). Не ставьте педагогов в неловкое положение. Более того, подумайте, не мог ли ваш ребенок вести себя в сложившихся обстоятельствах более конструктивно, пообещайте, что вы обязательно обсудите с ним различные варианты решения аналогичных проблем.

*Вариант третий:* все сложно. Как ни стараетесь, вы не можете понять сути проблемы. Возможно, вам не хватает фактов; возможно, ваш собеседник не слишком искренен, отвечает уклончиво, говорит, в основном, о личных ощущениях по поводу произошедшего.

Спокойно, вежливо выразите свои сомнения. Попросите прояснить подробности, а пока все не очевидно — вы не готовы считать ребенка виноватым.

В любом случае, воздержитесь от обвинений в адрес педагогов, от замечаний или претензий. В неясной ситуации они также не заслуживают порицания. Ваша задача — дать обратную связь (вы выслушали собеседников), обозначить свою позицию, по возможности — защитить ребенка от ложных или чересчур строгих обвинений.

## ФИНАЛ

И вот вы понимаете, что вам больше нечего сказать, и оппонент молчит (или, наоборот, продолжает вдохновенно жаловаться, по третьему кругу). Спокойно подведите итог: кажется, мы в чем-то разобрались. Кое-что прояснилось. Мне ясно, что делать дальше. От вас я тоже жду определенных действий. В случае чего — вы всегда можете ко мне обратиться.

Ни в коем случае не обещайте напоследок того, чего не сможете

выполнить: что ваш ребенок будет вести себя как шелковый, что он больше никогда не потревожит школьную администрацию своими шалостями... Вместо обещаний — снова подчеркните свое серьезное отношение к происходящему и готовность сотрудничать со школой, по необходимости подключаться к решению любой проблемы.

## ВОЗВРАЩЕНИЕ

У вас осталось сложное впечатление от разговора с представителем школы: нескольких эмоциональных междометий, несколько идей, которые нужно не спеша обдумать... Теперь, чтобы картинка не сломалась, нужно ее «посадить на клей» — закрепить результат беседы с ребенком.

Категорически не рекомендуется ругать виноватого (тем более — не виноватого), наказывать, изводить душеспасительными нравоучениями, которые наводят тоску. Будьте и здесь в сильной позиции — помогите подростку извлечь пользу из случившегося, сделать какие-то выводы.

Прежде всего — спокойно и кратко расскажите, что было на встрече с директором. Эту часть ваш ребенок точно выслушает с интересом. Не позволяйте себе критиковать педагогов — просто сформулируйте суть их требований. Обязательно выскажите свою позицию — именно позицию, а не догмат. Тут не обойтись без вводных словосочетаний: «я считаю», «по моему мнению», «мне кажется». Спросите ребенка, что он чувствует, думает по поводу происходящего: считает ли себя виноватым? В чем? Невинным? Почему? Постарайтесь общими усилиями выработать такую линию поведения, которая устроит все стороны конфликта и позволит избегать неприятностей в дальнейшем. Или создать линию обороны, защищающую от неприятностей, которые случаются в жизни каждого подростка.

# Труднодостижимое равновесие

## СИЛЬНЫЙ РЕБЕНОК — СЛАБЫЙ КЛАСС И ПРОЧИЕ КОМБИНАЦИИ...

Анна ПОЛИВАНОВА

*Как было бы удобно, если бы уровень сложности класса можно было шить на каждого ребенка, как костюм! Кому-то — на сантиметр сложнее, кому-то на три стежка проще. Когда-нибудь, возможно, так и будет, а пока мы то и дело сталкиваемся с досадными «перекосами»: то ребенок попал в сильный класс, где ему сложновато, то единственным умником оказался среди скучающих троечников.*

*При любой расстановке сил ребенок что-то приобретает и чем-то рискует. Попробуем спрогнозировать эти риски и понять, в каком случае стоит попытаться переключить сложившуюся ситуацию.*

### СИЛЬНЫЙ РЕБЕНОК, СИЛЬНЫЙ КЛАСС

На первый взгляд, это идеальная конфигурация: ребенок неплохо подготовлен, отлично мотивирован, работоспособен и учится в классе, где все ученики приблизи-

тельно такие же. Класс на хорошем счету в школе, жалоб от учителя не поступает, ребенок не чувствует себя ни слабаком, ни «переростком». Словом, повезло. И все же есть на что обратить внимание.

**Подводные камни:** эмоциональный фон в сильном классе мо-

жет быть разным. Обратите внимание, дружит ли ваш ребенок с одноклассниками? Сплочен ли класс? Как относятся дети к успехам и неудачам — своим и чужим?

Если в классе пахнет острой конкуренцией и стремлением превзойти всех любой ценой — это тревожный знак. Ребенку важно научиться с пониманием, без презрения, относиться к тем, кто слабее, не так удачлив, а заодно — легко переживать собственные неудачи.

Опасно, если класс у педагогов числится «любимым»: к этой любви прилагаются и завышенные ожидания, и привычка чувствовать себя «белой костью». Это мешает трезво оценивать себя и товарищей. Мешает общаться с людьми без предубеждения и высокомерия.

**Повод вмешаться:** скорее всего, вам не потребуется это делать. Однако если вы чувствуете, что отметки и достижения становятся для ребенка слишком важными, если в его голосе сквозит высокомерие, нетерпимость к слабым, если он испытывает подлинный страх перед любой ошибкой, если четверка для него — настоящая трагедия, возможно, стоит позаботиться о расширении круга общения для вашего «отличника». Пусть позанимается в театральной студии, в футбольной секции, в турклубе. Пусть увидит, какие разные бывают у людей интересы и ценности. Как важны не только пятерки, но и веселый нрав, терпение и выносливость, остроумие, способность красиво плакать на сцене, в конце концов.

### СИЛЬНЫЙ РЕБЕНОК, СЛАБЫЙ КЛАСС

Так уж получилось: ваш ребенок в классе оказался самым подготовленным и раньше других проявил себя. Все еще думают, как ответить на вопрос учителя, а у вашего уже рука поднята. Конечно, такая ситуация придает ребенку уверенность в себе. У него формируется



положительная самооценка, он может без особого труда стать лидером в классе, будучи незаменимым помощником и для одноклассников, и для учителя.

**Подводные камни:** это, возможно, не самое эффективное использование времени и сил. Повторять без конца одно и то же, простейшие примеры – скучно, а чего-то посложнее учителя не предлагают. В результате и уровень образования – так себе, и мотивации никакой. Сильному ребенку в слабом классе ничего не стоит «звездиться»: зачем тренироваться, если у меня и так все отлично получается? К чему делать домашние задания, если на уроке учительница будет разбираться с вечными двоечниками? И так сойдет! Между прочим, через пару лет, в старшей школе, к примеру, сноба может ждать большой и не очень приятный сюрприз.

**Повод вмешаться:** если нет возможности подобрать ребенку другой класс, хотя бы подберите ему более «образованный» круг общения: шахматный или математический кружок, литературную студию... Пусть общается на равных, учится напрягаться и даже проигрывать.

## СЛАБЫЙ РЕБЕНОК, СИЛЬНЫЙ КЛАСС

А вот этот случай – самый частый, и он причиняет массу неприятностей как родителям, так и педагогам. В каждом классе есть такой ребенок – не шалопай, не хулиган, а просто слабенький. Нередко оказывается, что он чуть младше одноклассников. Он не слишком хорошо мотивирован, постоянно отстает, тратит на уроки много времени, но все равно не «догоняет», коллекционирует снисходительные тройки и недовольные комментарии учительницы.

**Подводные камни:** они на поверхности! У ребенка с трудом формируется позитивная самооценка, он привыкает быть в числе худших, чувствует, что не оправды-



вает ожиданий. Ну и удовольствие от учебы он вряд ли получает... Про пользу и говорить нечего.

**Повод вмешаться:** если сложность программы причиняет всей семье явное беспокойство, если результаты ребенка остаются без улучшений на протяжении месяцев, а то и лет, причем по всем предметам, стоит задуматься о смене класса (школы). К чему рисковать самоощущением ребенка? Если нет шансов поменять место учебы, не нужно мучить бедолагу бесконечными дополнительными занятиями с репетиторами. Пусть школа как-то сама позаботится о выполнении программы. А вы помогите ребенку самоутвердиться, найти увлечение, стать специалистом в каком-то деле (музыка, живопись, рукоделие, автомобили...).

## СЛАБЫЙ РЕБЕНОК, СЛАБЫЙ КЛАСС

С одной стороны, эта схема не лишена логики. Для родителей – никакого беспокойства. Никто не будет удивляться вашим двойкам и тройкам, просить «подтянуть», «поработать дополнительно». К тому же, если ребенок каким-то

чудом научится систематически работать, он быстро станет «звездочкой» класса. Это шанс почувствовать успех, сохранив драгоценные нервы.

**Подводные камни:** слабый класс – это болотце, на котором часто висит ярлык безнадежности. Учителя-предметники от слабых классов прорыва не ждут, занижают требования, не приносят ничего интересного на уроки. И кому понравится вечная присказка: «Для вашего уровня это очень даже хорошо». А если когда-нибудь, ближе к девятому классу, захочется «забраться повыше»? Поступить в хороший вуз? Тогда придется заново учиться, привыкать к тому, что ты слабоват по сравнению с другими абитуриентами.

**Повод вмешаться:** если ребенку в классе комфортно, наверное, нет смысла его менять. Повышать уровень образования можно «домашними средствами», через систему дополнительного образования. А вот если ученик начинает привыкать к тому, что он тупой и учится в классе для тупых, пора принимать меры. Искать что-то более способствующее обучению.

# Детские обиды и предательства

РАЗМЫШЛЯЮТ УЧАСТНИКИ  
И СВИДЕТЕЛИ КОНФЛИКТОВ

Ольга ЩЕРБАКОВА, Анна ЛЬВОВИЧ

*Подростки погружены не столько в учебные дела, сколько в «личные отношения»: вечная дружба и такая же вечная вражда, смертельные обиды... Мы, взрослые, невольные свидетели шумных разборок или одиноких рыданий, часто не знаем, что делать: вмешиваться или держаться подальше, учить стойкости или гибкому подходу. Полезно в подобной ситуации вспомнить собственные детские обиды, познакомиться с опытом других пап, мам и бабушек.*

## АКТИВНЫЕ УЧАСТНИКИ СОБЫТИЙ

*Про меня забыли*

Был у меня закадычный друг Леша, сосед по даче. Во что мы только не играли — строили дома, закапывали сокровища, лечили кукол. Я была единственным ребенком в семье, а у Лешки были две сестры и двое двоюродных братьев. Как только они приезжали, у меня пропадал друг. Леша не приходил ко мне в гости, к себе тоже не звал. Я сидела одна в песочнице и слушала, как в соседнем дворе ребята хохочут.

Однажды меня за этим занятием застала бабушка:

— Ты чего это сидишь тут одна? Будь посмелее, сама к Леше зайди!

Я с легким сердцем — бабушка ведь одобряет! — пошла на соседский участок. На поляне была в разгаре какая-то игра. Леша увидел меня, кивнул, но в игру звать не стал. Я постояла, посмотрела и не солоно хлебавши вернулась домой. Настроение было препоганое.

Когда Лешины родственники уехали, он сразу прибежал ко мне. Я была рада, что он пришел, обиды не помнила, но все-таки спросила:

— В следующий раз возьмете меня играть?

— Возьмем, какие проблемы? — пожал плечами Лешка.



В следующий раз к Леше нагрянула его родня в выходной. Моя мама как раз собирала смородину на участке и, заметив, что я иду к соседям, сказала:

— Почему ты должна за ними ходить? Пусть Леша сам за тобой зайдет.

Я просидела дома полдня, но Леша так и не появился. Вокруг его дома до вечера бегали ребята.

Мама, увидев мое печальное лицо и внезапно разозлившись, прочитала целую лекцию:

— Нужно знать себе цену! Никогда не показывай свою заинтересованность — делай вид, как будто тебе все равно. Пусть они думают, что ты делаешь им одолжение. Подумаешь, какой нахал, старых друзей забывает! Предатель!

Когда на следующий день ко мне зашел Леша, мама следила за нами с террасы. Я сделала вид, что не рада его приходу:

— А мне неинтересно уже с вами! Надо было вчера приходиться.

Лешка пожал плечами и ушел. Остаток лета я провела в компании книжек и пазлов.

*Я — предательница*

В школе у меня была подруга Маша, робкая и нерешительная, на год младше всех в классе. Я стала ее опекать, и вскоре мы стали вместе ходить в школу, из школы, держаться рядом на всех переменах, на уроках. Прошло года два, и мне стало скучно: все вдвоем да вдвоем.

В общем, в один прекрасный день я, поздоровавшись с Машей, ушла к группе других девчонок. Всю перемену мы болтали, а к середине дня я поняла, что Маша со мной не разговаривает, не смотрит на меня. Я спросила, в чем дело, а она ответила:

— Почему ты меня бросила? Я тебя чем-то обидела? Или я тебе надоела?

Я не могла сказать Маше, что да, она мне чуть-чуть надоела, что я не могу общаться только с одним человеком годы подряд? Я промямлила что-то, но Маша меня не по-

няла — или наоборот, поняла слишком хорошо. Перестала ко мне подходить, нашла себе другую компанию.

Видимо, наша размолвка была замечена учительницей. Она позвонила моей маме и сказала, что я поступаю нехорошо, обижаю девочку, которая привыкла на меня опираться. Вечером мама устроила мне разнос: я — негодяйка, не умею ценить настоящей дружбы, предаю человека... Я должна немедленно извиниться и все вернуть, как было.

Мне было стыдно, но я не послушалась мамы и продолжала общаться с теми, с кем мне тогда хотелось.

Помирились мы с Машей только ко восьмому классу — просто в один прекрасный день разговорились как ни в чем не бывало. Но Маша до сих пор не любит вспоминать о том, что было тогда.

#### *Легкое недоразумение*

Один раз в восьмом классе прихожу я как-то в школу, а со мной в классе никто не разговаривает. Я пожалала плечами — мало ли, какие у людей закидоны. Дома все же рассказала родителям о странном явлении.

Мама вскипела:

— Всегда есть то, что заставило людей от тебя отвернуться! А если нет ничего, то ты должна выяснить, какие к тебе претензии! Ты должна бороться за свою репутацию.

На следующий день прихожу в школу — девчонки со мной уже приветливее. Но я решила следовать маминему совету:

— А почему вы вчера со мной не разговаривали? Если я что-то сделала не так, давайте обсуждать... — короче, я устроила небольшой скандал. От меня все отмахивались, потом снова перестали разговаривать со мной, потому что я их достала.

Еще неделю я играла с ребятами из параллельного класса. Потом все как-то замялось — но у меня навеки пропало желание разбираться, почему на меня не так по-

*...даже очень хорошие родители ничего не смыслят в детских обидах. То, что оскорбляет родителей, для детей — ерунда. То, что ранит ребенка, взрослым кажется его виной.*

смотрели или не таким голосом со мной заговорили. Лучше всего я себя чувствовала в тот первый день, когда со мной никто не разговаривал, а я об этом не слишком печалилась.

### ЧТО ДЕЛАТЬ СВИДЕТЕЛЯМ СОБЫТИЙ?

*Не отворачиваться*

Я с детства только и слышала от мамы: это твои проблемы. Бьют меня в школе, обзывают, учебники мои в унитазе топят — твои проблемы. Ну, такие мне достались родители: отец — офицер, мать — хирург. Они хотели, чтобы я была сильная и сама со всем справлялась. Отдали меня в секцию бокса — единственную девочку в городе! Но меня поражает другое: за десять лет унижений в школе ни одна учительница не обратила на это внимания. Только старенькая ня-

нечка меня жалела, шла со мной искать портфель, который ребята спрятали.

*Уделять внимание!*

Когда мы жили летом на даче, каждый день к моему сыну приходил поиграть соседский мальчик Ваня, лет шести. И тут появился Леша, мальчик 11 лет, очень серьезный, вежливый. Неизвестно по какой причине, но Леша Ваню невзлюбил. Стою я как-то жарю блины, а дома у нас непонятная беготня, шепот: «Окно закрой, он в него может влезть». Слышу — звонок в дверь. Никто не открывает. Бросаю блины, открываю дверь — на пороге Ваня, растерянный. Приглашаю его в дом, а из дальней комнаты голос Леша: «Ну зачем вы его впустили?» Говорю: чтобы играли вместе — и бегу обратно к блинам. За спиной — грохот, топот, хлопанье входной двери. Вхожу в комнату — Вани нет. Спрашиваю: где товари-





есть проблема



ща потеряли. В ответ Леша заявляет: «А мы его прогнали. Мы не хотим с ним играть. Он debil». «Даже не знает, сколько будет дважды два!» — вступила вторая скрипка в лице моего сына.

Ну что, скажете, не вмешиваться? На моих глазах какая-то «новая метла» обижает ребенка, а мой сын в этом участвует! Я почувствовала, что не должна оставить ситуацию без внимания.

Поговорили мы с сыном вечером. Травля малыша прекратилась. А потом, когда Леша уехал, Ваня перестал быть «дебилем».

#### *Разговаривать*

Иногда рассказать о том, что тебя обижают, не получается. Тогда вся надежда на то, что взрослые сами поймут и спросят, что происходит.

В девятом классе меня начали травить одноклассники. Родителям я ни о чем не рассказывала, учителя тоже были не в курсе. Однажды к нам с подружкой подошел одноклассник, нахамил, сказал гадость. У меня броня уже выросла к тому моменту, а вот подружка моя вся побелела. Через несколько дней после той истории наша классная оставила всех после уроков и начала разбор полетов: кто, что, за чем. Я была удивлена, почему теперь вдруг начался этот разговор.

Как позже выяснилось, подружка дома все рассказала маме, а та пошла к учительнице. И мою маму оповестили...

Нужно ли было вмешиваться взрослым? И да, и нет. С одной стороны, слишком поздно: я уже отвечать научилась, не огорчаться. С другой — у нас с мамой появилась тема для вечерних разговоров. Еще жаль, что получилось, будто я на всех нажаловалась.

#### *Не делать далеко идущих выводов*

Один раз я сильно обидела своего друга. Обозвала его, как нельзя никого никогда обзывать. Парень все рассказал своим родителям, и они перестали здороваться со всей нашей семьей. Заявили еще, что Сереже запрещено со мной разговаривать, гулять и даже в одном лифте со мной ехать.

А на нашей улице только и было детей, что я и Сережа. Общаться нам было не с кем. Иногда Сережа проходил мимо меня, вздыхал и уходил: не разрешают ведь со мной играть!

В общем, мы с Сережей помирились через два года, но наши мамы до сих пор в ссоре.

#### *Советоваться с детьми*

Моя бабушка никогда ни с кем не обсуждала, что и как ей делать.

Брала и делала. Вот во втором классе я подрался пару раз с одноклассником. Второй раз был для меня неудачным, я пришел домой и от обиды нажаловался всей семье: Вова меня обижает, житья не дает. На следующее утро бабушка, ни слова никому не говоря, пошла в школу и устроила там скандал.

Больше всех была поражена учительница, которая видела, что я не слабее Вовки, что мы после драки вместе умываться ходим. Словом, что я не очень-то нуждаюсь в бабушкиной протекции. Бабушка потом мне выговаривала, что я поставил ее в глупое положение, что я волк в овечьей шкуре. Ну как мне было объяснить, что мне не нужно было заступничество — просто хотелось сочувствия, ласкового слова?

## РАБОТА НАД ОШИБКАМИ

Вот что мы вам скажем насчет гордости: даже очень хорошие родители ничего не смыслят в детских обидах. То, что оскорбляет родителей, для детей — ерунда. То, что ранит ребенка, взрослым кажется его виной. И так, обида, гордость важны, когда они твои. Не навязанные родителями. Тогда и твой гнев, и даже бойкот — дело глупое и неинтересное — будут убедительны для всех участников событий. А когда тебя этому учат мама или бабушка, получается путаница.

Но если ты чувствуешь, что тебя предали (или ты сам некрасиво поступил), об этом нужно говорить, и говорить по-честному. Не требовать какой-то абстрактной справедливости, а признаваться, что ты обижен. Прямо в лицо признаваться тому, кто тебя обидел. Нужно быть честным, чтобы не запутаться самому.

Наконец, можно позволить себе не обидеться. Это высочайший дар, которому родители редко учат. Если ты не чувствуешь внутри горечи предательства, то, значит, предательства и не было.

# Энциклопедия школьных перекусов

ПОЛЕЗНО И ПРИЯТНО

Александра ЧКАНИКОВА

*Кто-то наивный, наверное, думает, что дети в школе только учатся. Нет! Дети в школе, между прочим, еще и едят. А если нет, то очень жаль: бегать и думать на голодный желудок вредно и неприятно. Давайте подумаем, как и чем наших детей подкормить в школе, чтобы эти ежедневные перекусы были полезными и приятными.*

## ЕСТЬ, ЧТОБЫ ЖИТЬ!

У подростков сложные взаимоотношения с едой. Даже если в детском саду ваш малыш бодро завтракал и обедал с группой, если в начальной школе с удовольствием ел «мамин завтрак», в средней школе система может дать сбой.

Уж не знаю почему, но среди младших подростков бытует мнение, что есть в школе неприлично, стыдно. Считается модным «худеть», «не успевать поесть», быть весь день «жутко голодным», воротить нос от домашней еды.

Пожалуйста, напомните детям, что это все дурная мода. Во-первых, неэффективно для учебы: мозг без подпитки начинает работать хуже. Во-вторых, это вредно: голодающий насильственным путем замедляет свой обмен веществ, приучает организм накапливать запас в виде жировых тканей. Наконец, это просто смешно — отказывать себе в удовольствии вкусно перекусить.

Прямые указания родителей обычно встречают яростный протест у подростков — так что лучше действовать хитрее: личным примером, ненавязчивыми анекдотами. Поддерживайте систему дроб-

ного питания дома, в выходные. В идеале: между завтраком и поздним обедом у вас должны поместиться два полноценных полезных перекуса.

## ШКОЛЬНЫЕ ПОРЯДКИ

В начальной школе питание детей, как правило, четко организовано: построились парами, пошли в столовую... В средней школе бывает по-разному: иногда столовая находится в соседнем здании, порой цены в ней не слишком привлекательные, к тому же перемены слишком короткие и нет взрослого, энергично организующего процесс. Учителя уже относятся к ученикам по-взрослому: не маленькие, сами разберетесь. В общем, на первых порах возникают сложности.

Задавая классному руководителю вопросы о школьной программе, расписании, о дополнительных занятиях, не забудьте узнать о бытовых условиях. Где детям можно есть: только в школьной столовой, или в классе, или в каком-нибудь специальном закутке в коридоре? Где можно вымыть руки? Есть ли, кроме столовой, буфет и что там продается? Исходя из полученных



данных, можно выстроить систему питания ребенка в течение дня.

Все же главной опорой должна стать школьная столовая: если ребенок проводит в школе большую часть дня, остается еще и на дополнительные занятия — горячий обед ему просто необходим. Изучите примерное меню, прикиньте цены — может быть, самый простой путь к сытости и есть самый верный? Но, конечно, одного обеда не хватит растущему организму надолго. Нужны еще мелкие перекусы.

Я посоветовала бы не слишком полагаться на буфет: перемены в школе короткие, а желающих перехватить шоколадку много. Первостепенные вещи, такие как негазированная вода, небольшой запас съестного, лучше всегда иметь при себе.

## ЧТО ЕДЯТ ШКОЛЬНИКИ?

Мы все прекрасно знаем, какие перекусы вредны: те, в которых избыточны соль, сахар, жиры, усилители вкуса. Тем не менее, если дать ребенку деньги на еду, он, глазом не моргнув, купит самое вредное «комбо»: чипсы, газировку и шоколадный батончик.

Во власти родителей создать конкуренцию фастфуду: дать ученику с собой что-то вкусное и полезное, обсудить с ним, чем лучше утолить голод. Разумеется, у любой «сухомятки» есть слабые стороны, но давайте хотя бы поймем, в чем польза и опасность каждого снека.

**Булочки.** Не самая страшная школьная еда, между прочим! Углеводы вредны худеющим дамам, а детям — необходимы, особенно по утрам. Научить подростка

(особенно девочку) выбирать выпечку — не слишком сдобную, без толстого слоя сахара на корочке. И, конечно, лучше запить булочку чем-нибудь горячим.

**Бутерброды.** Классика перекуса! Сильная сторона бутерброда в том, что он любим многими. Слабая — в том, что «дежурные» бутерброды с колбасой и сыром наносят вред желудку и грозят ожирением. О том, как сделать бутерброд полезным, поговорим чуть ниже.

**Фрукты.** Самый популярный снек среди родителей. По их мнению, самый невредный. Однако не все фрукты подходят для перекуса на перемене. Например, кислый сок цитрусовых сильно раздражает желудок: избегайте мандаринов и апельсинов. То же касается кислых яблок и слив — они не столько утоляют голод, сколько разжигают аппетит. А вот сладкие сорта яблок, бананы, груши — вполне подойдут.

**Хлебные палочки, крекеры.** Это самый настоящий «сухостой», способный сильно повредить пищеварению. Крекеры чуть менее калорийны, чем булочки, но тоже изобилуют углеводами. Утоляют голод ненадолго. Если больше ничего нет, иногда можно пожевать крекеры, но в малых количествах и обильно запивая водой или разбавленным соком.

**Овощи.** Да-да, не удивляйтесь! Похрустеть на перемене морковкой, сельдереем или огурцом — весело и вкусно. После такого перекуса чувство голода уйдет ненадолго, зато настроение будет отличное.

**Орешки.** Богаты белком и жирорастворимыми витаминами, их удобно носить в портфеле и есть понемногу. Только проследите, чтобы орешки по возможности не были солеными. А еще орехи — продукт настолько концентрированный, что на совсем голодный желудок и без питья лучше их не есть. Максимальная порция орехов для подростка — 75 граммов. Больше — уже рискованно.

**Сухофрукты.** Курага, изюм, финики без косточек — достаточно полезный и питательный перекус, отличная подзарядка для мозга. Только не стоит ими злоупотреблять: все-таки многовато сахаров — для зубов опасно.

**Мюсли.** Сейчас этот перекус популярен среди молодежи — злаковые и зерновые хлопья, рассыпью в пакетике или спрессованные в батончик. В целом, неплохой снек, содержащий сложные углеводы. Есть один нюанс: мюсли умеют «обманывать» голод. Придя домой из школы, ребенок может чувствовать себя довольно сытым и привередничать за семейным ужином. Поэтому лучше есть мюсли в начале учебного дня.

**Питьевой йогурт, творожный сырок, творожок.** Палка о двух концах: с одной стороны, еда невредная, удобная и питательная, с другой — требует специальных условий хранения. Если уж вы дадите ребенку молочный коктейль или йогурт, то ставьте условие: съесть в первой половине дня. А подкисшие кисломолочные продукты лучше сразу выбрасывать — они могут надолго испортить настроение.

## ИДЕАЛЬНЫЙ БУТЕРБРОД

Будем реалистами: скорее всего, полностью отказаться от бутербродов в пользу мюсли и сухофруктов нам не удастся. Ну и ничего страшного — бутерброд можно сделать полезным, опрятным и питательным.

Прежде всего, бутерброд для школьника не должен быть слишком большим и высоким — кусать неудобно! Лучше приготовьте несколько маленьких узких бутербродов или канапе.

Естественно, острый перец, лук и чеснок в школьном завтраке исключены: никакая жевательная резинка не скроет резкого запаха. Советую не класть в бутерброды помидоров или других «мокнущих» продуктов: уже через полчаса после выхода из дома блюдо может потерять всякий вид.

Если у вас нет ланчбокса (специальной коробки для завтрака), упакуйте бутерброд в фольгу или в пластиковую герметичную коробочку. А вот полиэтиленовая пленка не дает продуктам «дышать», они становятся липкими и мятыми.

Теперь — об ингредиентах. В качестве основы выбирайте хлеб зерновой или из муки грубого помола — такой надолго оставляет ощущение сытости. Колбаса, твердый сыр и ветчина — начинка, безусловно, аппетитная, но слишком соленая и жирная, и после мучительно хочется пить. Лучше класть в бутерброд тонкие ломтики отварного мяса: телятины, говяжьего сердца, курицы, индейки. Дополните блюдо несколькими ломтиками огурца, болгарского перца, редиски или зеленого салата, а вот от острых «текучих» соусов — майонеза, кетчупа — лучше отказаться.

Если все же хочется чем-нибудь «смазать» бутерброд, то сделайте домашнюю «пасту»: смешайте мягкий творог или творожный сыр с зеленью. Кто-то предпочтет ореховую пасту или домашний хумус. Жирный плавильный сыр, паштеты и ливер я давать детям в школу не рекомендую.



## Перекус в школе: педагогика и культура общепита



### 1. СКАЖИ МНЕ, ЧТО ТЫ ЕШЬ

Каждому подростку очень важно, как он выглядит со стороны — в том числе во время завтрака. Еда, которую вы даете ребенку в школу, должна быть красивой, аппетитной, достаточно «взрослой», чтобы ее можно было съесть в присутствии одноклассников без вреда для имиджа. Баночку с детским питанием или мятый кусочек домашней запеканки оставьте для домашнего перекуса.

### 2. УЧИТЫВАЙТЕ ЖЕЛАНИЯ РЕБЕНКА

Чтобы школьный завтрак удался, еда должна быть если не любимой, то хотя бы терпимой. Обсудите вместе меню школьных перекусов: спросите, что ребенок хотел бы съесть на переменке. Определите,

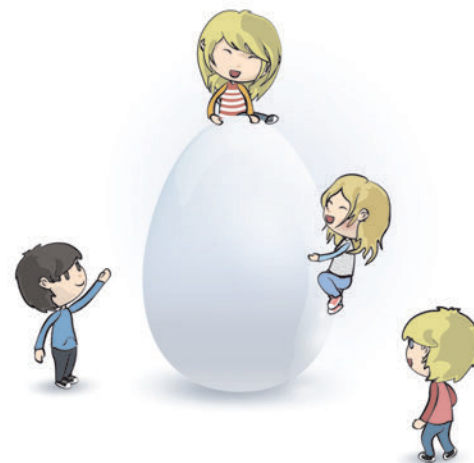
с чем вы категорически не согласны, и объясните почему. Рассмотрите возможные компромиссы: сухарики или чипсы не запрещены, но допустимы не чаще двух-трех раз в месяц. Зато каждый день нужно съедать что-то из овощей и/или фруктов.

### 3. РАЗНООБРАЗЬТЕ МЕНЮ

Даже если вам удалось найти очень удачную комбинацию для школьного перекуса, не стоит давать ребенку каждый день одно и то же: еда рано или поздно надоест. Чередуйте продукты, чаще предлагайте ребенку выбор, пусть самый простой: яблоко или грушу? Сухофрукты или орешки? И хотя бы раз в две недели предлагайте что-нибудь новенькое: так школьный завтрак всегда будет ученику в радость.

### 4. КУЛЬТУРА ПИТАНИЯ

Помните: в школе, кроме вашего ребенка, находится множество других людей, которым ваш завтрак не должен причинять неудобство. Не давайте ребенку еду с резким запахом, пачкающую, протекающую. Объясните гурману, что не стоит долго шуршать упаковкой, громко чавкать, сорить. Позаботьтесь, чтобы завтрак было удобно съесть: разделите на порционные кусочки, которые легко положить в рот. Обязательно к завтраку должны прилагаться бутылка воды и пачка влажных салфеток.



### 5. КАРМАННЫЕ ДЕНЬГИ

Завтрак, взятый из дома, не нужно рассматривать как способ раз и навсегда отлучить ребенка от школьного буфета. Даже если вы собрали своему школьнику полноценный перекус, не отказывайте ему в карманных деньгах. Можно обговорить заранее, на что именно их лучше потратить. Без денег в кармане подросток обычно чувствует себя неловко.



# ГОТОВИМ научную смену

НОВАЯ СЕРИЯ ИЗДАТЕЛЬСТВА «ЛОМОНОСОВЪ»

Анна ПОЛИВАНОВА

*Знаете, что студенты-первокурсники умеют делать хуже всего? Читать серьезные монографии! Дашь им увлекательную книгу по этнографии или истории — а они ломаются на ней, как спички. Дальше первой главы не могут пробиться, не увлекаются, не следят за мыслью исследователя — просто потому, что привыкли к художественной литературе, а перед ними — научная, научно-популярная. Не рассказ о персонажах, а подлинная история событий и явлений.*

*Думаю, нам стоит еще в школьные годы научить детей читать серьезные книжки. И начать, к примеру, с книг серии «История/География/Этнография» издательства «Ломоносовъ».*

## ПОЧЕМУ ИМЕННО ОНИ?

Во-первых, для этой серии пишут очень достойные авторы: доктора наук, практикующие исследователи, талантливые лекторы, которые не только развивают современную науку, но и способны захватывающе об этом рассказать.

Во-вторых, эта серия охватывает широкий круг поистине «юношеских» тем — приключенческих, романтических, местами мистических. Согласитесь, истории о русских царевнах-затворницах XVII века, о приручении лошадей, о малоизвестных кругосветных путешествиях, о взаимоотношениях человека со смертью способны взбудоражить фантазию и увлечь подростка.

В-третьих, язык. Нельзя сказать, что все книги написаны одинаково просто — даже наоборот, тут надо потрудиться, чтобы привыкнуть к разговору на равных с ученым. Но этот разговор куда более зрелый,

чем диалог с карманным справочником, детской энциклопедией или школьным учебником. В этих книгах есть отношение к читателю как к зрелой личности, к человеку, который хочет узнать, понять, посмотреть на вещи широко и с разных сторон, а может быть, и выяснить больше, чем знает автор монографии, — при особом желании.

Наконец, научный подход к делу. Никто из авторов не позволяет себе быть голословным или приблизительным: книги изобилуют сносками и ссылками на первоисточники. Кстати, если ваш старшеклассник увлечется темой, что мешает ему пойти почитать по ссылкам?

## С ЧЕГО НАЧАТЬ?

Конечно, все зависит от интересов подростка: если его влечет океан, начинайте с историй о мореплавателях; если он любит историю России — обратите внимание на

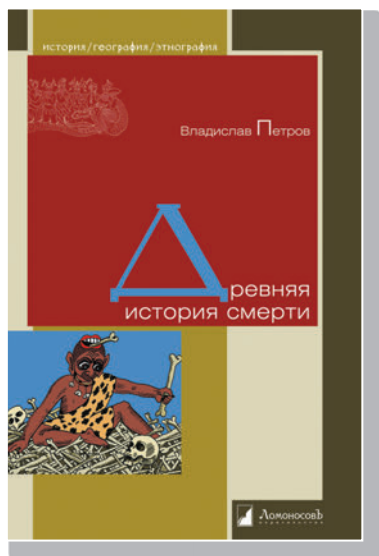
книги о династиях русских царей. Вот несколько книг, которые могут стать удачным стартом увлечения научной литературой и наукой.



### Дмитрий Занков Русь за трапезой

Еда — это то, что каждому из нас близко и понятно. Это то, что постоянно окружает нас в быту. Это то, что имеет долгую историю и множество глубинных смыслов. Книга об особенностях русской пищевой культуры, о традициях и ритуалах, связанных с едой, о запретах, страхах и опасениях, о посте и воздержании — короче говоря, о том, как готовили и ели наши предки. Привлекательная тема и несложная, занятая манера изложения — как раз то, что нужно, чтобы возбудить первичный интерес к этнографии и культурологии.

Цитата: «Вот как звучали материнские наставления отроку Варфоломею: “Чадо! Не погуби свою плоть излишним воздержанием, как бы тебе не заболеть, — ведь ты еще мал, тело твое растет и расцветает. Ведь есть и такие, которые и все семь дней в неделю едят, с утра пораньше начинают и поздно ночью кончают, пьют без меры”. Как мы видим, точка зрения вполне медицинская. Растущему детскому организму пост вреден, может привести к болезни».



### Владислав Петров Древняя история смерти

Тема смерти в современном обществе остается сакральной, и в этом мы недалеко ушли от первобытных людей. Кто придумал смерть? Зачем послал ее в мир? Можно ли ее победить? В книге собраны десятки ответов человечества на эти вопросы, поданные в виде мифов и легенд и щедро сдобренные остроумием автора.

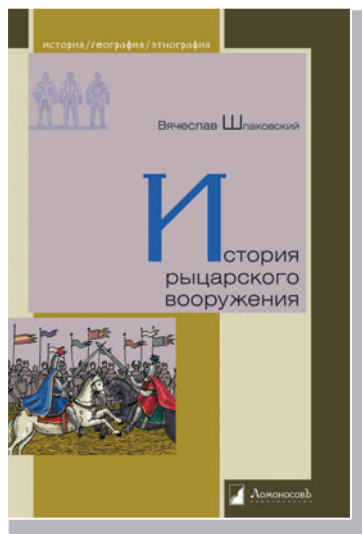
Цитата: «Как мы уже знаем, демиург Имана напортил с бесмертием руанда. Понимая, что находится в долгу перед этим безгрешным народом, Имана решил уничтожить смерть на корню. Эта история известна по меньшей мере в пяти версиях, причем четыре принадлежат руанда, а пятая — родственным им рунди, для которых Имана тоже не чужой. Мы изложим их все — пронумеровав в произвольной последовательности...»

### Вячеслав Шпаковский История рыцарского вооружения

Это настоящий справочник начинающего рыцаря: когда какие латы были в моде, кто изобрел самые хитроумные элементы защиты лица и шеи, где лучше всего было заказывать доспехи в XV веке? Одной этой книги достаточно, чтобы написать достойный доклад о

знаменитых археологических находках и сражениях Средневековья.

Цитата: «В конце XII века, скорее всего под влиянием походов на Восток, кольчуга была дополнена кольчужным капюшоном, длинными рукавами с перчатками, обеспечивавшими рыцарям лучшую защиту, а кольчужные чулки-шоссы стали обыденной вещью рыцарского гардероба. Этот наряд полу-



чил название «хауберк» и стал своего рода стандартным рыцарским облачением, о чем свидетельствует, например, рельеф 1210 года с изображением церкви Св. Юстина в Пидне, где все тело рыцаря с ног до головы закрыто кольчужными доспехами, а шлем имеет маску с отверстиями для дыхания и для глаз».

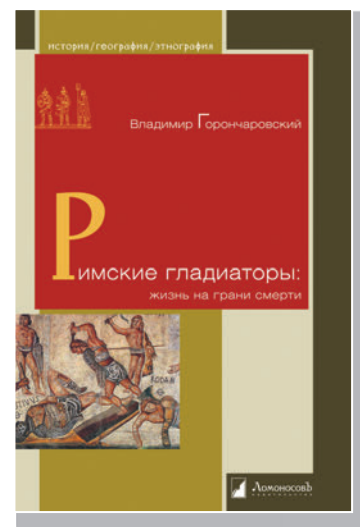
### Олег Ивик История и зоология мифических животных

Тем, кто хоть раз читал об аргонавтах и скитаниях Одиссея, а также тем, кто знает кое-что о Соборе Парижской богоматери и «Божественной комедии» Данте, рано или поздно захочется выяснить, чем же химера отличается от горгульи, кто такие гарпии и чем мифическая саламандра отличается от ящерики из детского атласа. Заодно можно будет узнать, на чем основывались безумные фантазии



древних египтян, вавилонян и греков. Быть может, не так уж много они и напридумывали?

Цитата: «Среди обитавших в античном мире мифологических драконов большинство, как мы уже писали, были бескрылыми. Но имелась и редкая крылатая разновидность — это были домашние объезженные драконы, которых боги и волшебники использовали в качестве транспортного средства...»



### Владимир Горончаровский Римские гладиаторы: жизнь на грани смерти

Перед нами раскрывается кровавая, героическая страница мировой истории. Именно в Древнем Риме человеческие жертвоприношения были заменены на смер-

тельные схватки, с правом сильнейшего спасти свою жизнь и обрести вечную славу. В книге с будоражащей подробностью описаны знаменитые сражения, особенности вооружения гладиаторов, главные правила гладиаторской школы — местами страшновато, но очень захватывающе.

Цитата: «Показав различные акробатические трюки с оружием, они спешили и сходятся в поединке. В руках у них мечи с клинками без обычного острого завершения, они как будто обломлены. Ряд удачных колющих выпадов заканчивается для обоих гладиаторов только легкими поверхностными ранениями, правда, впечатлившими зрителей обилием пролитой крови...»

## КАК ПРАВИЛЬНО ЧИТАТЬ КНИГИ СЕРИИ?

Универсального рецепта нет. Но есть несколько советов, проверенных личным опытом. Можно обсудить их с подростками до того, как они приступят к чтению книг, или по ходу возникновения трудностей.

*Читайте не спеша.* Нет никакого смысла глотать научно-популярную книгу «на скорость», пропуская подробные описания и непонятные термины. Лучше читать вдумчиво, внимательно, проверяя, усваивается ли информация в голове или, наоборот, встает комом и мешает двигаться дальше.

*Читайте свободно.* В отличие от заданных на дом «программных произведений», научно-популярные монографии на первых порах можно читать отрывками. Если какая-то глава дается сложно — перейдите к следующей. Или вообще раскройте книгу на первой попавшейся странице и прочтите этот случайный один-единственный отрывок — вы поймете, хотите ли вы продолжить знакомство с темой. А если нет — все же что-то останется в вашей памяти. Позже, привыкнув, вы сумеете прочесть научную книгу от начала до

конца, следуя за ходом мысли автора.

*Ведите записи.* Предложите ребенку завести себе специальный блокнот и выписывать в него из книги интересные факты, важные даты, цифры. Можно рисовать схемы — особенно актуальны они, если речь идет о царских династиях. Приветствуются пометки, рисунки, карикатуры и любые формы творческого осмысления прочитанного.

*Пользуйтесь справочной литературой.* Никто не ждет от пятнадцатилетнего ребенка, чтобы он знал, кто такой Антиох и о чем писал Плиний-старший. Но вот искать в Интернете недостающую информацию, читать справочники — обязательная часть работы с книгами.

*Задавайте вопросы.* Вполне нормально, если в процессе чтения что-то оказывается непонятным. Спрашивайте старших товарищей, родителей, друзей. Предлагайте темы для обсуждения, высказы-

вайте свое мнение, если вы чем-то возмущены или огорчены. Научная литература способна затрагивать душу, вызывать споры не меньше, чем художественная.

*Сомневайтесь.* Научная монография — это не догма и не истина в последней инстанции. Даже доктора наук могут ошибаться, выдающиеся специалисты иногда попадают в плен собственных научных теорий. Не принимайте на веру каждое слово в книге — проверяйте, ищите другие мнения и гипотезы.

*Получайте удовольствие.* Читайте не столько ради знаний, сколько для настроения. Дайте волю воображению, представляйте себе картины прошлого во всех подробностях. Вот увидите, научная литература может быть не менее захватывающей, чем детектив или приключенческий роман.



# Что делать В межсезонье?

КОНЕЧНО, ПУТЕШЕСТВОВАТЬ!

Марина САВАТЕЕВА

*Осень — межсезонье, между холодом и теплом. Зимой мы с радостью катаемся на лыжах и на коньках, летом — дача и море. А что делать, когда нет ни мороза, ни солнца? Например, собравшись всей семьей, махнуть в какой-нибудь старинный городок, которыми так богата наша страна? Это потрясающая возможность всласть наобщаться с близкими и не на буднично-хозяйственные темы, как это обычно происходит дома, а на восторженно-восклицательные: «Мама, смотри, какой дом резной! Здесь богатыри жили?! Какой велосипед огромный с колесом в мой рост! Вон памятник лаптю! Какой смешной!..»*

## НА ЧЕМ Поедем?

Лучше всего — на машине. Меньше толкучки — больше свободы.

Если в семье нет машины, стоит сагитировать на поездку друзей-автолюбителей и попроситься к ним в попутчики. На ваших плечах — решение организационных вопросов, за ними — транспорт. Все по-честному.

Если путешествуете большой компанией на нескольких машинах, то лучше ехать по трассе не в хвост друг другу, а отдельно: у каж-

дого водителя своя манера вождения. Где встречаться, об этом договариваемся заранее.

## С ЧЕГО НАЧАТЬ?

Лучше начать с однодневных поездок, в радиусе 2–3 часов езды от дома. Открываете карту, выбираете город или какой-нибудь интересный объект (усадебка, заповедник, монастырь...). Теперь нужно выстроить маршрут. Главное — помнить: мы не стрелы, летящие прямо в цель. Любознательные странники



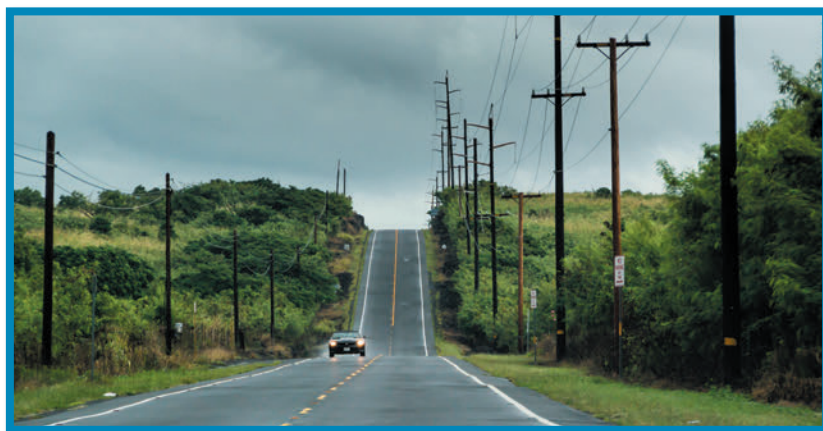
обращают внимание на все достопримечательности по дороге. И даже не боятся сделать небольшой крюк — было бы ради чего.

Учитываются пожелания всех путешественников. Поощряется сбор информации в Интернете, в книгах, от живых свидетелей. Нашли что-то, достойное внимания, — включили в «путевой лист».

Удобно пользоваться сайтами путешественников, которые делятся впечатлениями о своих поездках, подробно описывают маршруты и выкладывают фотографии.

Рыская, как гончая, на просторах Рунета, я наткнулась на персональный сайт одной семьи, у которой, кстати, была точно такая же машина, как у нас. Семья выкладывала подробнейшие иллюстрированные отчеты о своих поездках, указывая даже, где лучше на трассе заправлять машину и где пирожки вкуснее. Мы совершили несколько путешествий, «сев на хвост» этим чудесным людям.

Поездки-однодневки важны, чтобы отработать схему путешествий. В какое время лучше выезжать, что брать с собой, как развлекаться в дороге. Еще полезно посмотреть, кто как переносит машину, как часто придется делать остановки.





Со временем, когда все близлежащие объекты будут изучены и осмотрены, придет черед маршрута с ночевкой.

### ЧТО СМОТРЕТЬ?

Помимо музеев, памятников архитектуры, усадеб, дворцов, есть масса других объектов, достойных внимания: природные заповедники, дендрарии, парки и аквапарки, фабрики, куда пускают экскурсантов (скажем, производство пастилы в Коломне или шоколада в Челябинске), центры народного творчества.

Чем разнообразнее будут объекты, выбранные для посещения, тем больше шансов, что поездка понравится всем, старшим и младшим, мужчинам и дамам. Кроме того, похожие музеи «слипаются» в сознании детей. Им кажется, что они бесконечно бродят по одной и той же выставке картин. И ничего, кроме отвращения, экспонаты у них уже не вызывают.

Поэтому лучше сочетать посещение музея с прогулкой по городу (парку), мастер-класс с экскурсией в дендрарий... Полезно предусмотреть варианты на случай слишком плохой погоды.

Если у членов семьи вкусы и пристрастия никак не сходятся (папе с сыном интересен музей паровозов, а маме с дочкой музей утюга), то почему бы не разойтись на время, а потом обменяться впечатлениями? Каждый останется доволен поездкой и наконец-то в семье возникнет содержательный диалог не про уборку комнаты и не про оценки.

### ЧТО ПРЕДЛОЖИТЬ МАЛЕНЬКОМУ РЕБЕНКУ?

Если с вами путешествует малыш, нужно предлагать ему программу по возрасту. Да, картинная галерея — это замечательно. Но карапуз не сможет полтора часа разглядывать картины, высоко задирая голову. Полчаса — и достаточно.

С каждым годом увеличивается число камерных тематических музеев, посвященных какому-либо

конкретному предмету (музей масок, денег, чайника, валенка...). Вот это как раз для малышей. Экспозиция небольшая, все можно подробно рассмотреть с близкого расстояния, иногда — даже потрогать. Люди там работают душевные, готовы ответить на любой вопрос, все разъяснить и показать.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ

Составляя программу путешествия, узнайте, проводятся ли где-то мастер-классы. Это шанс поручодельничать всей семьей, получить новые тактильные ощущения, научиться, к примеру, работать на

### ОБЕД И СОН ПО РАСПИСАНИЮ

У нас в машине всегда лежит разделочная доска, нож и одноразовая посуда. В каждом городе я заглядываю в продуктовый магазин, на рынок и непременно ищу продукты местного производства. В путешествии ведь хочется исследовать новое место всесторонне. Мы и друзьям обязательно привозим что-нибудь вкусненькое из каждой поездки.

Сравнительно недорого обычно можно поесть в кафе. Только очень осторожно следует подходить к выбору мясных и молочных блюд.



гончарном круге или плести обереги из соломы. Мастер-классы проводятся часто и в музеях, и в центрах ремесел, народного творчества, и в художественных салонах.

В последнее время все больше музеев устраивают театрализованные действия и представления, посвященные истории города, знаковым событиям или сезонным праздникам. Можно попасть на рыцарские бои, народные пляски, средневековую мистерию. А вечером, если повезет, иногда удается попасть на концерт: послушать старинную музыку под сводами древнего монастыря.

Для ночлега подойдут и гостиницы, и hostels, и частный сектор. Полезно предварительно почитать отзывы на сайтах про жилье, которое собираетесь забронировать. Частный сектор — особенно экстремальный вариант, но мне нравится, что есть возможность посмотреть, в каких условиях живут аборигены. Появляется ощущение, что вы приехали к кому-то в гости.

Хотите встряски и новых впечатлений в слякотное межсезонье? Тогда в дорогу!

# «А из нашего окна / Площадь Красная видна...»

Марина САВАТЕЕВА

*Эти слова могут произнести не только жители столицы. Города в старину создавались по единому принципу, поэтому во многих местах есть такая красивая площадь (красная и означало — красивая), с которой оглашались царские указы, где велась бойкая торговля. А вокруг, разумеется, горделиво возвышались башни Кремля. Именно от него разбежалась паутина улиц и переулочков. И, приезжая в какой-нибудь старинный город, можно смело спрашивать местных жителей, не как попасть в центр, а как проехать к Кремлю.*

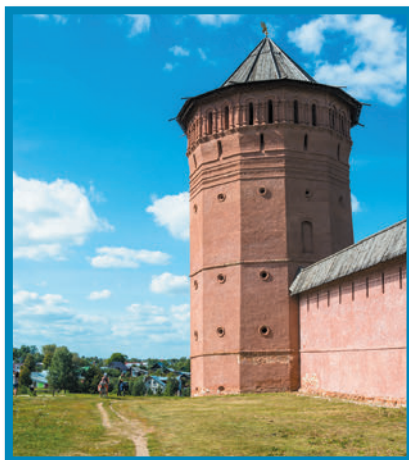
## РОСТОВ ВЕЛИКИЙ

Ростовский кремль с своими многочисленными постройками, переходами, смотровыми площадками, на редкость уютный и домашний. Создается впечатление, что его стены нежно-розовые. Он славится не только богатейшей коллекцией всяких раритетов, но и своим почтенным возрастом, почти четыре века. В 1883 г. на территории кремля был создан Музей церковных древностей. Он сохранился до наших дней. Есть здесь и картинная галерея, и Музей древнерусского искусства, Музей финифти, Музей колокольчиков и бубенцов. Работают экспозиции, посвященные истории ростовской земли и известным людям, способствовавшим славе и процветанию города.

## ВЕЛИКИЙ НОВГОРОД

Стена с одиннадцатью смотровыми башнями окружает Митрополичьи покои, здание Епархиального дома, Архиепископский дворец, здание Присутственных мест,

здание духовного училища. На территории Новгородского кремля сохранился самый древний собор России — Софийский (1052 г.). А еще здесь можно посмотреть на уникальный памятник «Тысячелетие России» (1862 г.), воплощение многовековой истории нашего государства. И главное развлечение посетителей — ходить вокруг памятника, разглядывать барельеф со скульптурами выдающихся полководцев, ученых, писателей и угадывать, кто есть кто.



## СМОЛЕНСК

Смоленский кремль был построен на пересечении важных торговых путей — «из варяг в греки» — и служил важнейшим форпостом на западных подступах к Москве. Несмотря на то, что большинство стен и башен разрушено (из 38 осталось 17), здесь есть на что посмотреть: памятник героям войны 1812 года, Аллея генералов-участников обороны Смоленска в 1812 году; музеи, посвященные Великой Отечественной войне; храмы, парки, скверы.

Смоленский кремль — эта наша русская Стена плача и скорби, Стена надежды и веры, что не повторятся более войны и разрушения.

## ЯРОСЛАВЛЬ

Датой основания Ярославского историко-архитектурного и художественного музея-заповедника в кремле считается 1865 год. Представляете, какая богатейшая коллекция экспонатов собрана за полтора века? Особую ценность представляют предметы, которые входили когда-то в состав монастырских и храмовых ризниц и библиотек, украшали храмы. Коллекция редкой книги включает в себя рукописные и печатные книги начиная с XII века. Коллекция драгоценных украшений и оружия ничем не уступает экспозиции Оружейной палаты Московского Кремля.

Пять церквей, собор, две звонницы всегда открыты для посещения.

А еще в Ярославском кремле расположен один из таких редчайших музеев, посвященный одному-единственному литературному произведению — поэме «Слово о полку Игореве».

Есть еще несколько «узкопрофильных» экспозиций: музей Валентины Терешковой, первой женщины, полетевшей в космос; выставка «Мода и бисер»...

Словом, в каждом кремле есть на что посмотреть. Было бы желание...

# СТАРШАЯ ШКОЛА

■

«Прокрастинацией стоит считать ситуацию, когда человек и к работе не приступает, и сам же мучится от этого. Он оправдывается: я еще чуть-чуть поиграю — и за уроки сяду, немножко погуляю с ребятами — и в комнате убежу. Но он и сам не верит в свои слова. В глубине души он чувствует, что почему-то не может заниматься тем, что от него требуется».

> 52

■

«Когда я стану мамой, я буду разговаривать со своим ребенком, честно отвечая на все его вопросы, а если не буду знать ответа, попрошу его подумать со мной вместе, тем самым давая понять, что доверяю ему. Избавлю его от навязывания истин, потому что каждый человек вправе сам решать, во что верить. Я не лишу его удовольствия самостоятельно прийти к истине через трудности и испытания, ведь мои родители никогда не сковывали меня в суждениях, лишь только направляли и советовали».

> 60



## «Завтра, завтра — не сегодня»

ТАК ГОВОРЯТ НЕ ЛЕНИВЦЫ,  
А ПРОКРАСТИНАТОРЫ

Филипп МЕРКУЛОВ

Это длинное и неприятное уху словечко наверняка многим знакомо. Прокрастинация — привычка откладывать на потом важные дела, оттягивать момент начала работы (от латинского *pro* — «на» и *crastinus* — «завтрашний»). Соответственно, прокрастинаторы — люди, страдающие этим «недугом». Надо ли им сочувствовать? Или можно презрительно-раздраженно обзывать лентяями, копушами, волокитчиками? Особенно когда речь идет о собственном ребенке, который «просто не хочет» заранее собрать вещи, вовремя сделать уроки. Он даже кровать «назло родителям» не убирает сразу, чуть ли не до вечера тянет. И главный вопрос: что делать с этими то ли лентяями, то ли страдальцами? Потому что от бесконечных ссор толку мало, а дело не движется.



## ОБЪЕКТИВНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ

Судя по всему, проблема прокрастинации мучила человечество давно. Еще античные мудрецы советовали не откладывать на завтра то, что можно сделать сегодня. У них наверняка был повод так высказаться.

В чем причина столь устойчивого порока? Оказывается, когда перед нами возникает некая задача, нуждающаяся в решении, в мозгу начинают конкурировать две противоположные программы: одна — программа безопасности (за нее отвечает лимбическая система мозга) — всегда советует избегать активности, спастись, не включаться во всякие рискованные предприятия (вдруг не получится? Вдруг все увидят, какой я бездарный, никчемный, и разочаруются во мне?). Другая — рациональная часть сознания (передняя часть коры головного мозга) — рассматривает причины, по которым следует все же решить поставленную задачу (сроки сдачи подступают, всякие обязательства, обещания на ум приходят, близкие переживают, обижаются). У ряда людей рациональная программа работает гораздо медленнее, чем система безопасности, поэтому человек и не может приступить к делу, пока разум не возьмет верх над страхом. Если сумеет, конечно.

Где граница между простым откладыванием дел в долгий или не долгий ящик и той самой прокрастинацией, с которой человеку самому действительно трудно справиться? Откладывание, отсрочка возникают по вполне рациональным причинам, например: надо повторить математику перед контрольной, вдруг становится известно, что контрольной завтра не будет (учительница заболела) — откладываем учебник, включаем компьютер. Подросток уже готов был сесть за работу, но обстоятельства изменились, и он принял обдуманное решение. Другое дело, что математику все равно

придется учить, и лишний раз посидеть над задачками точно не помешало бы. Но это уже из разряда высших материй: дальновидность, предусмотрительность...

Прокрастинацией стоит считать ситуацию, когда человек и к работе не приступает, и сам же мучится от этого. Он оправдывается: я еще чуть-чуть поиграю — и за уроки сяду, немножко погуляю с ребятами — и в комнате уберу. Но он и сам не верит в свои слова. В глубине души он чувствует, что почему-то не может заниматься тем, что от него требуется.

Принято считать, что человек учится на своих ошибках. Увы, к прокрастинации это не относится. Особенности работы мозга обрекают прокрастинатора снова и снова оказываться в неприятной ситуации, ругая себя, стыдясь, раскаиваясь, но будучи не в силах что-либо изменить.

## МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ

Как и во многих ситуациях, условия жизни могут усугублять проблему или способствовать ее скорейшему разрешению. Проще говоря, кое-что зависит от нас, взрослых.

Одна из причин, провоцирующих прокрастинатора, — наша родительская (учительская) непоследовательность. То «сделай немедленно», то «ладно, без тебя обойдемся». Подросток в этой ситуации перестает сам что-то планировать, перестает воспринимать задачу как лично значимую. А значит, перестает заботиться о ее выполнении.

Кроме того, сильно мешают жить прокрастинаторам завышенные и заниженные ожидания родителей (учителей). И одновременно — завышенная и заниженная самооценка. Если от ребенка ждут только отличных оценок (или только двоек), он будет стараться не делать уроки. Так хотя бы появляется оправдание: я не тупой — я просто лениусь. А вот если дома сидел за учебниками, а на контрольной все

равно ничего не написал, это катастрофа: демонстрация (подтверждение) бездарности, разочарование для родителей.

Родителям стоит внимательнее отнестись к своим требованиям, к манере общения с подростками. И с учителями тоже можно поговорить, если нужно.

## СРЕДСТВА БОРЬБЫ С НЕДУГОМ

А наш подросток тем временем прокрастинирует вовсю — ничего не делает. Мы ссоримся, напоминаем, угрожаем — напрасно! Что остается? Операция на мозге? Слишком радикально. Попробуем несколько приемов попроще.

### Сверхзадача

Представьте: если вам удастся выполнить некое задание, вы немедленно получите миллион (в любой валюте — по выбору). Приступите ли вы к работе? Немедленно! И не станете сначала залезать на минуточку ВКонтакте, чтобы посмотреть, что друзья пишут, и не включите телик, чтобы посмотреть матч — хоть один период... Получается, если мы ясно видим конечный результат труда, причем в максимально радужном свете, мы стремительно беремся за дело. И желание добиться цели оказывается сильнее страха.

Как это применить к нашей жизни? Предложите любимому прокрастинатору составить список дел на день или неделю (только пусть ограничится десятком самых неотложных, а не сотней недоделанных за всю предшествующую жизнь) и рядом с каждым пунктом написать самую важную причину, по которой он хочет справиться с данной задачей. Не надо стесняться: конечная цель — сделать мир лучше, чище, стать в будущем великим ученым или артистом. А сегодня для этого нужно вынести мусор, прочитав главу из учебника...

Вообще, глобальное мышление свойственно подросткам. Значит, не составит труда старшекласснику

ЧТО БЫ ЭТО ЗНАЧИЛО

придумать и записать 5 великих задач — не на ближайший год, на целую жизнь. Их можно вывесить на огромном плакате над кроватью или спрятать в личном блокнотике, их можно нарисовать, превратить в слайды презентации или коллаж. Но главное — каждый день нужно стараться делать хоть что-то в направлении заданной цели. Хочешь быть классным хирургом? Отлично! Сегодня ты для этого решил домашку по химии, сделал зарядку, виртуозно порезал овощи для салата. Цель стала ближе и реальнее.

*Позитивная мотивация*

Часто помогает начать работать, если придумаешь вознаграждение самому себе за выполненное (во время выполненное) задание. Это не мама с папой тебе дарят за хорошее поведение, как маленькому. Ты свободный человек и сам себя оцениваешь. Например, как только допишу сочинение, съем шоколадку (с чистой совестью поиграю полчаса на компьютере, схожу погоняю в футбол с ребятами...). Об этих личных наградах можно никому не рассказывать, а можно

предупредить мамино недовольство по поводу перерыва в работе: я сам себя наградил, потому что сделал трудное дело без проволочек. Имею право.

*Ритуалы*

Современный человек довольно свободен в планировании своего времени, в отличие от далеких предков, чья жизнь была сурово регламентирована традициями, обрядами, сложными условиями жизни. Справиться со свободой подростку нелегко, но и жить по указке он тоже не хочет. Попробуем убедить его в силе ритуала. Действуя по заведенному порядку, человек не осознает, что приступает к решению тех или иных задач, соответственно, программа прокрастинации не включается. Магический ритуал можно общими усилиями придумать для самого тягостного занятия, по поводу которого вечно разгораются скандалы. Скажем, пришел вечером от репетитора, рюкзак бросил в угол, поводок собачий с крючка снял — и пошел гулять с псом. Ну, еще для пущей волшебности в зеркало посмотрелся, со стола горсть орешков

прихватил. Главное — не отвлекаться на разговоры с семьей, ужин, телевизор... Все потом, все успеется. Таков порядок.

Поначалу, возможно, придется напоминать ребенку о нерушимой последовательности событий, а там, глядишь, он сам втянется.

*Сила коллектива*

Если какое-то дело начинается особенно трудно, предложите подростку привлечь к работе еще кого-то: одноклассника пусть пригласит вместе заниматься физикой, соседка — бегать по утрам в парке, младшего брата — помогать в уборке квартиры. Партнер вынуждает быть более пунктуальным, не дает увильнуть без повода. К тому же вместе — веселее.

*Право выбора*

Помните, Раневская спрашивала героиню фильма «Подкидыш»: «Девочка, что ты хочешь — чтобы тебе оторвали голову или поехать на дачу?» Жесткая альтернатива помогает быстро принять решение, в нашей ситуации — приступить к работе. Пусть подросток выберет, идти ли ему немедленно в магазин или сесть за уроки. Вынести мусорное ведро или убрать постель. В любом случае — отвлечься от ничегонеделания придется. А там, глядишь, не потеряв делового настроения и уверенности в себе, он и вторую часть задания выполнит.

Напоследок хочется напомнить: чем меньше сил у человека, тем старательнее он откладывает «на потом» всякие заботы, от пустяковых до суперважных. Нет сил — и все. Может, это как раз ваш случай? У ребенка уроки, дополнительные занятия, экзамены на горизонте, еще и по дому заботы, спорт, музыка, друзья... Ничего не выбросишь из списка, но и не удержишь всего.

Поддержите своего измотанного старшеклассника добрым словом, вкусным утренним кофе, совместной вечерней прогулкой. И попыткой устроить общесемейный отбой до полуночи.



# Игры и разговоры в Интернете

## СТОИТ ЛИ ВОЛНОВАТЬСЯ РОДИТЕЛЯМ?

Анжелика ЛУЧИНКИНА

*Домашние задания, репетиторы. Времени катастрофически не хватает даже на сон. Но подростки все равно умудряются урвать пару часиков (а то и пару дней) на компьютер. «Имею я право отдохнуть?» Не поспоришь. Но очень хочется разобраться, чем заняты наши дети в Интернете. Может, даже разделить их интересы? Или попытаться «вытащить» ребенка из Всемирной паутины? Пусть лучше мяч гоняет, на велике катается, пока поля-дороги окончательно не размыло осенними ливнями.*

### ИГРОТЕКА

Ни для кого не секрет, что в Интернете подростки главным образом играют. Давайте попробуем разобраться, во что именно.

#### **3D Shooter (3D-шутеры, «бродилки»)**

Название произошло от 3D (3 dimensions — «три измерения») и shooter («стрелок»). Применяется оно для обозначения всех видов компьютерных игр, содержащих элементы боя в виртуальном трехмерном пространстве. В основном, изображение на экране имитирует вид «от первого лица» — то, что мог бы видеть игрок, если бы действительно дрался. С точки зрения организации бывает Singleplayer и Multiplayer — игра в одиночку против компьютера и игра с другими игроками, например: Doom, Quake, Counter-strike, Half-life, Unreal, Tomb Raider.

#### **Arcade (аркада)**

Аркады — игры, в которых все зависит от ловкости и быстроты реакции игрока. Различают детские аркады, где главная задача — избить врагов, и аркады для взрос-

лых, где врагов необходимо убивать.

#### **Fighting (драки)**

Два персонажа дерутся на арене, применяя различные удары, броски и комбинации, причем можно выбрать себе персонажа из целого списка, и у каждого свои любимые приемчики. Этот жанр не слишком популярен у обладателей персональных компьютеров из-за ориентации на совместную игру, а на клавиатуре довольно проблематично играть вдвоем одновременно. Однако драки хорошо идут на игровых приставках. По некоторым разновидностям даже проводятся мировые чемпионаты, например: Mortal Combat, Street Fighter, Tekken.

#### **Platformer (платформеры)**

Этот жанр популярен у обладателей игровых приставок. Основная задача — преодоление препятствий (ям, шипов, врагов) с помощью прыжков. Зачастую приходится прыгать по расставленным в воздухе «палочкам» (платформам), отсюда и название жанра. Самые известные платформеры — Mario, Aladdin.

#### **Virtual Shooting (виртуальный тир)**

Игровой процесс представляет собой отстрел неожиданно появляющихся врагов, но, в отличие от экшенов, здесь нельзя управлять движением игрока или камерой. В связи с этим иногда делают видеотиры, когда всю игру снимают на видеокамеру, в определенных местах подставляя разные варианты видеосюжетов, например: Mad Dog McGee, серия House of the Dead.

#### **Simulation (симуляторы)**

Имитируется управление на компьютере какой-либо сложной технической системой (боевым истребителем, автомобилем...): серия Need for Speed, Descent III, Aviator.

#### **Strategy (стратегии)**

Игрок выступает в роли человека, наделенного властью. В экономических стратегиях его задача в том, чтобы построить мощную финансовую корпорацию, победив своих конкурентов. В военных стратегиях приходится побеждать врагов на поле боя. Игрок управляет не одним персонажем, а целым подразделением, предприятием или даже Вселенной. Различают несколько видов стратегий:

— походовые или пошаговые (Turn-Based Strategy, TBS): игроки поочередно делают ходы, иногда время ограничено;

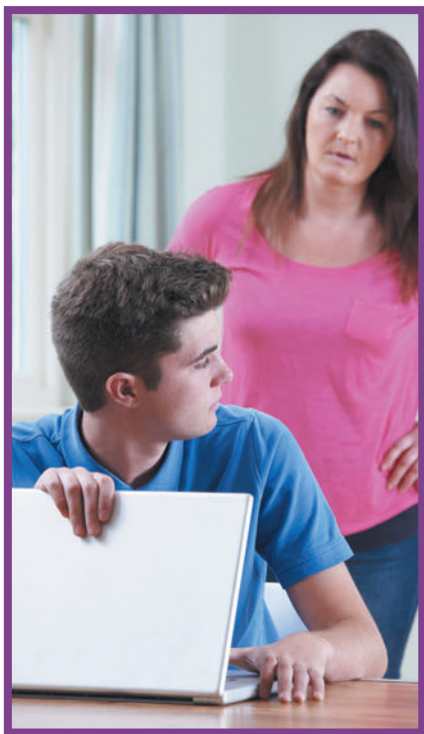
— стратегические игры в реальном времени (Real Time Strategy, RTS): все игроки действуют одновременно, ход времени не прерывается (например: WarCraft, StarCraft, Dune).

#### **Sport (спортивные)**

Как следует из названия, перед нами имитация какой-либо спортивной игры, например футбола или баскетбола: FIFA, NBA, Tennis.

#### **Adventure (приключения) или Quest (Квест)**

Игра-повествование, в которой управляемый игроком герой продвигается по сюжету и взаимодействует с игровым миром, применяя различные предметы, общаясь с другими персонажами, решая ло-



гические задачи, например: Space Quest, Myst; Мор, Утопия.

**Role-Playing Games (RPG) (полевые игры), или Computer RPG (CRPG)**

Это адаптированные для компьютера традиционные ролевые игры. В них персонажи обладают некоторыми личными качествами и параметрами (как правило, выраженными в числах).

**Puzzle (головоломки, логические игры)**

В некомпьютерной головоломке следит за соблюдением правил или сам игрок (пасьянс), или механическое устройство (кубик Рубика). Компьютерные головоломки, где правила контролирует специально написанная программа, как правило, не требуют мгновенной реакции от игрока (хотя многие ведут счет времени, потраченного на решение), зато приходится подумать, порассуждать (Сапер (Minesweeper), Sokoban).

**Текстовые игры**

Новое веяние в игровой культуре. Чаще всего это текстовый квест, количество участников в котором не ограничено. Иногда такая игра может длиться годами.

**РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ОПАСЕНИЯ**

Чего могут опасаться родители, чьи дети слишком увлечены компьютерными играми? Вот несколько более или менее обоснованных суждений.

1. Люди, готовые часами играть на компьютере, не уверены в себе и боятся мнения окружающих. Игра позволяет им почувствовать себя сильными и нужными. В реальной жизни для этого нужно приложить усилия.

2. Игроки в реальной жизни не умеют выстраивать отношения с другими людьми.

3. Игрокам кажется, что, пока они играют, все у них под контролем. Однако свои эмоции контролировать подростки не могут.

**НЕ ВСЕМ ЗАМЕТНЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА И ОЧЕВИДНЫЕ НЕДОСТАТКИ**

Игры, в том числе компьютерные, способствующие развитию логики, памяти и внимания, то есть интеллекта в целом, полезны. Головоломки, ребусы, логические игры, игры-стратегии не заставляют слишком напрягать глаза, не требуют чрезмерного внимания и скорости реакции. Такие игры можно в любой момент прервать для более важных жизненных дел, а потом продолжить в свободное время. Их легко дозировать по времени. Существуют даже специальные образовательные игры: для изучения иностранного языка, других школьных предметов. В совокупности с развивающими занятиями такие игры помогут ученику разобраться со всякими научными тонкостями.

Важно помнить: подростку, как и взрослому человеку, в компьютерные игры можно играть без вреда для здоровья не более 1–2 часов в сутки. Длительное сидение за компьютером нарушает подвижность позвоночника, что приводит к заболеваниям опорно-двигательного

аппарата, к ухудшению кровоснабжения внутренних органов. Вредно и перенапряжение кистей рук, которые часами сжимают мышку или щелкают по клавиатуре. Компьютерные игры вызывают также перенапряжение глаз, что может привести к ухудшению зрения.

Наиболее опасные игры — различные стрелялки, гонки, бродилки. Они вызывают озлобленность, агрессию, которая часто выливается на того, кто пытается отвлечь от игры.

Некоторые игры не вызывают явной агрессии, но требуют повышенного внимания и быстрой ответной реакции, что изматывает и истощает нервную систему подростка.

**УГРОЗЫ И ОСКОРБЛЕНИЯ В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ**

Увлечен ли подросток играми в Сети или зависает на форумах, он может стать жертвой кибербуллинга.

Кибербуллинг — термин, относящийся к разным формам преследования с использованием цифровых технологий. Проблема заключается в том, что в цифровом пространстве рядом с ребенком нет взрослых, на которых можно было бы возложить ответственность.

Наиболее распространенные виды кибербуллинга следующие:

— *клевета* — распространение оскорбительной, унижительной и недостоверной информации в Сети, чтобы повредить репутации жертвы;

— *отчуждение (изоляция)* — исключение из виртуальной группы;

— *флейминг* — обмен злыми, жестокими и грубыми сообщениями между двумя и более пользователями в публичных и частных местах общения в Сети;

— *хелпислепинг* (от Harry Slapping — счастливое хлопанье, радостное избиение) — видео-, фотосъемка реального избиения человека, чтобы впоследствии разместить материалы в Сети;

– *нападки* – повторяющиеся оскорбительные сообщения, адресованные жертве;

– *самозванство* – преследователь притворяется жертвой и от ее имени рассылает сообщения, чтобы испортить репутацию жертвы;

– *текстовые войны/нападения* – травля, преследование жертвы посредством большого количества оскорбительных СМС-сообщений или электронных писем;

– *обман* – получение и распространение конфиденциальной информации, личной переписки или фотографий и публикация их в Интернете.

Действующим законодательством Российской Федерации предусмотрена ответственность за распространение неправдоподобной информации, в том числе в Интернете. Пострадавшее лицо вправе потребовать уплаты не только штрафа или назначения наказания, но и компенсации морального вреда, публикации опровержения на соответствующем интернет-ресурсе, а также уничтожения порочащей информации со страницы сайта или СМИ.

Даже если потерпевший не знает контактных данных обидчика, это не мешает ему подать на него заявление, обратиться в суд. Нужно иметь в виду, что перед судебным разбирательством обязательно будет проведена специальная экспертиза, чтобы установить, действительно ли имели место оскорбление и выражение, порочащее честь и достоинство жертвы.

### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОДРОСТОК СТАЛ ЖЕРТВОЙ КИБЕРБУЛЛИНГА?

Поскольку риск подвергнуться нападению в Сети довольно высок, стоит обсудить с подростками (лучше заранее), как вести себя в этой ситуации:

– не отвечайте на оскорбления сразу – агрессивный необдуманный ответ только обострит ситуацию;

– сохраните оскорбительные материалы в качестве улик, если придется прибегнуть к помощи закона;

– спокойно и твердо скажите «стоп» – это не ответ на агрессию, вы просто просите человека остановиться. Если не помогло, даже со второго или третьего раза, просто покиньте место (сайт, форум), где вы подвергаетесь преследованию, или заблокируйте пользователя, присылающего угрозы или оскорбления;

– пожалуйте администраторам сайта: большинство сайтов с системой интерактивного общения имеют соглашение об условиях использования, которое запрещает пользователям оскорблять друг друга;

– сообщите родителям о том, что происходит, попросите помощи у педагогов.

### БЕГСТВО – НЕ ВЫХОД

Доступ к Глобальной сети – это огромный риск, но это и множество возможностей, в том числе возможность удовлетворения базовых социальных потребностей, которые зачастую не могут быть реализованы в реальном пространстве.

Исследования, проведенные Стэнфордским университетом, показали, что существует как минимум 10 причин, по которым люди

пользуются Интернетом: получение информации, общение, развлечения, работа, обучение, профессиональное общение, быстрый поиск людей, самовыражение, торговля, поиск помощи (любого вида: от медицинской до финансовой). Интернет выступает параллельной реальностью, где можно общаться, находить новых друзей, обмениваться новостями, делиться интересами...

Пользователь порой чувствует себя более защищенным в Интернете, чем в жизни – за счет анонимности в общении, возможности уйти со страницы при малейшем дискомфорте, предупреждении антивирусных программ о вирусной атаке. Кроме того, анонимность общения в Сети дает человеку возможность создавать о себе впечатление по своему выбору, быть тем, кем он захочет.

Человек сам выбирает, когда ему начать и когда закончить общение. Место и контингент общения также выбираются самостоятельно. В этом случае сложно остаться отверженным, поскольку настроить против себя все сообщества в Интернете практически невозможно, значит, изоляция может произойти только при условии полной пассивности человека: не будет отвечать ни на один вопрос, не примет участие ни в одном обсуждении.

В Интернете проще найти группу людей, которая даст позитивную оценку поступкам и личности пользователя. Ярким примером являются комментарии к аватарам, надписи на «стенах».

Интернет предоставляет возможность человеку реализовать потребность в самовыражении посредством творчества, игр, различных конкурсов.

Все это очень важно для подростка, ищущего свой образ, свой путь, «своих людей» в жизни. И не так страшно, что поиск начинается в Интернете, главное, чтобы ребенок этим не ограничился. А это уже задача для взрослых – соединить подростка с реальностью, не разрушая его связей с виртуальным миром.





# Жизнь всему научит...

НО КАКОВА ЦЕНА ЭТИХ УРОКОВ?

Инна КЛЕНИЦКАЯ

*В начале учебного года семьи старшеклассников с воодушевлением обсуждают выбор факультативов, репетиторов, подбирают вузы... Тут уж не до бытовых мелочей. Потом когда-нибудь... Еще успеется. Так ли безобидно пренебрежение к прозе жизни?*

**П**омню, как-то в походе выяснилось, что моя ученица-отличница, одиннадцатиклассница Юля, не умеет чистить морковь: девушка чистила ее, как картошку, срезая при этом половину мякоти. Посуду Юля мыла неумело, с явным отворачиванием, и после нее все тарелки, кружки, ложки пришлось перемыть. За неумелую дежурную постарался ее одноклассник — все на свете умеющий Боря.

А недавно мне рассказали о студенте, который спрашивал у сокурсников, не знают ли они «какого-нибудь несложного рецепта приготовления сосисок». Оказалось, родители в отъезде, а молодой человек пригласил к себе девушку. В отсутствие родителей он даже не знал, как разогреть оставленный в холодильнике готовый обед.

Встречались мне и семейные женщины, которых затрудняли самые обычные домашние дела. То есть женщины эти всё необходимое делали (а куда денешься?), но это отнимало у них массу времени и вызывало только отрицательные эмоции.

И кому не случалось слышать о ссорах супругов из-за невынесенного помойного ведра или из-за того, что муж постоянно забывает купить по пути с работы хлеб? В

результате — разговор на повышенных тонах... Такие ссоры медленно, но верно подрывают отношения.

Все дело в том, что и мужу, забывающему про ведро и необходимые покупки, и девушке, не умеющей помыть посуду, *в самом деле было трудно* помнить о покупке или мыть посуду. *У них просто не было таких навыков.*

*... привыкнуть к ответственности за что-то, к обязанностям, возникающим при создании семьи, рождении ребенка, болезни кого-нибудь из близких, — очень сложно.*

Корни подобных трудностей — огрехи воспитания, особенно городского.

В деревне ребенок с малых лет приобщается к труду — это происходит естественно, само собой. В городе же родители частенько освобождают подростков от всяких домашних дел и обязанностей. Пусть, дескать, хорошо учатся, это главное. А бытовые навыки... Ничего, «жизнь всему научит». Научит, конечно. Но нужно иметь в виду два момента.

Во-первых, как известно, все люди разные. Одни, что называется, «хватают на лету» новые умения и сведения. Другие овладевают непривычными навыками с трудом, испытывая попутно массу отрицательных эмоций. Вот и получается, что одна мама быстро и весело справляется со своими заботами, другая делает все нехотя и вечно ходит хмурая и сердитая...

Во-вторых, нужно понимать, что освоить хозяйственные навыки — это полбеда, не так уж трудно, если честно. А вот привыкнуть к от-

ветственности за что-то, к обязанностям, возникающим при создании семьи, рождении ребенка, болезни кого-нибудь из близких, — очень сложно. Ведь отец маленького ребенка не «из вредности» и лени не приносил необходимых продуктов (это можно было сделать *попутно*, при возвращении с работы), а потому, что просто *забывал, не привык помнить о своих обязанностях*, подсознательно тяготился ими, воспринимал их как



большую трудность, почти наказание, вдруг свалившееся на него неизвестно за что и мешающее нормально жить.

Как же воспитать в подростке чувство ответственности и готовность, умение преодолевать бытовые трудности? Никакого секрета тут нет, и нет надобности ничего придумывать специально. Просто не стоит оберегать сына или дочь от семейных бытовых проблем. Да, хорошая учеба требует много времени и сил. Но долго ли вынести ведро, повесить одежду в шкаф, согреть обед, вымыть посуду, застелить постель?

А уж для того, чтобы *помнить* о своих обязанностях, никакого особого времени не требуется. Но — нужна *привычка*. С человеком, у которого ее нет, трудно не только жить — даже общаться. Не выполнив важного поручения,



просьбы, он неизменно бьет себя по голове, приговаривая: «Ой, совсем забыл!» Этаким большим ребенок. Но во взрослой жизни нам нужны равноправные партнеры, а не милые, беспомощные подопечные.

Однако нельзя требовать от ребенка, подростка того, что ему не под силу. Это лишь вызовет нелюбовь ко всякой ответственности, желание избегать ее всеми способами. Требования должны быть посильными для данного конкретного подростка, учитывать его темперамент, характер, состояние здоровья.

В любой семье, в любом коллективе неумехи — нелегкий груз для остальных. И наоборот, на таких, как «все умеющий Боря», которого я здесь уже упомянула, могут всегда опереться и родные, и друзья, и коллеги.

5 советов

## Жизненные уроки в семье

### 1. ДЕЛИМ ЧЕСТНО

Прежде чем возложить на подростка ответственность за какое-либо дело в семье, составьте список всего, что приходится делать регулярно, и предложите школьнику выбрать, что именно он готов взвалить на свои плечи. Вдруг окажется, что о каких-то вещах ребенок даже не подозревал. Словно сами собой чистые, выглаженные вещи попадали в шкаф, чудом в ванной появлялись зубная паста и шампунь, холодильник сиял чистотой...

Что ж, когда-то надо взглянуть суровой правде в лицо. И начать играть по правилам взрослой жизни, в которой чудес меньше, чем хотелось бы.

### 2. УЧИТЫВАЕМ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Кому-то легче изо дня в день выполнять однотипные мелкие задачи. Пресловутое мусорное ведро выносить — каждое утро, на автомате. Кого-то раздражает рутинная работа. Такому проще раз в полгода вымыть все окна в доме, навести порядок на балконе, устроить раз в квартал генеральную уборку.

Кому-то нужны четкие рамки: уборка в комнате — по субботам с утра, покупка хлеба — вечером, перед ужином. Кто-то предпочитает обязанности, которые не страшно отложить на пару дней (часов), по обстоятельствам и настроению. Есть мечтатели, которым нравится мыть посуду (вода течет, мысли

бегут), брезгливые дети категорически отказываются брать в руки жирные тарелки.

Все эти пожелания необходимо учесть при распределении обязан-



ностей, благо они бывают разные, на любой вкус. Иногда подросток сомневается, что выбрать, как ему будет удобнее. Родители, знающие собственного ребенка лучше, чем кто-либо, могут поделиться наблюдениями, воспоминаниями. Впрочем, последнее слово — за тем, кто берет на себя ответственность.

Кстати, если у подростка есть желание расширить границы своих возможностей, он может как раз взяться за дело, которое ему заведомо трудно будет выполнить. В этом случае родители должны пообещать всяческую помощь и снисходительность — особенно на первых порах.

### 3. НЕ ЗАНУДСТВУЕМ, НО НАПОМИНАЕМ

Ничего нет хуже назойливых контролеров: «Ты помнишь? Ты сделал? Сделай! Ты обещал! Сколько раз говорить?»

Однако совсем без напоминаний тоже не обойтись. Даже если ваш сын или дочь искренне хотят участвовать в домашней работе, они действительно забывают, не умеют распределить время, вовремя переключиться на домашнюю волну.

Один из вариантов — наглядная агитация: записочки на холодильнике, на зеркале в ванной, на входной двери. Если ситуация выходит из-под контроля, записочки могут изменить цвет, увеличиться в размере — стать почти плакатами, запестреть восклицательными знаками и тревожными смайликами.

Современная версия записки — «напоминалка» на телефоне, однократная или троекратная, за час, за полчаса, за десять минут. В идеале — подросток ставит ее сам. Или под руководством взрослых.

Напоминания об обязанностях будут работать, только если вы вместе с ребенком хотя бы в двух словах обсудили планы на день (неделю) с учетом предстоящих семейных дел.

### 4. ПООЩРЯЕМ, А НЕ НАКАЗЫВАЕМ

Доказано, что положительное подкрепление действует эффективнее, чем отрицательное. То есть лучше хвалить за успехи, чем ругать за ошибки. Постараемся заметить каждый шаг подростка навстречу нашим пожеланиям, во исполнение взятых обязательств. Без иронии и театрального преувеличения, искренне. «Как приятно, что сам(а) вспомнил(а)», «Спасибо, что сделал(а)». Без уточнения — после какого по счету напоминания. И без тени раздражения. «Как хорошо:ходишь в комнату — кровать застелена, ничего по углам не валяется. И на душе сразу тепло». Лишний раз скажите, насколько легче вам стало жить, когда часть проблем взял на себя взрослею-



щий ребенок. Увидите, поводов для скандалов станет на порядок меньше.

### 5. ОПРЕДЕЛЯЕМ ГРАНИЦЫ

Есть вещи, которые касаются только самого подростка. Скажем, если у него своя комната и он ленится по утрам застилать постель, разгребать завалы на письменном столе. Что ж — пусть закрывает



дверь поплотнее. Тогда его личный бардак не будет действовать бабушке на нервы. Если ребенок не положил в бак для стирки грязные вещи или положил кое-как, сомканными, пусть сам и решает, что делать, когда кончатся все чистые рубашки или вынуты из стиральной машины не отстиравшиеся джинсы (штанины-то поленился вывернуть налицевую сторону). Мы точно не бросимся что-то судорожно предпринимать. Просто посочувствуем — без ехидства.

Но есть вещи, которые касаются других членов семьи. Забыл купить молоко — утром все остались без каши. И это уже повод для недовольства. И для решительных действий. Виновник трагедии бежит спозаранку в магазин. Или невольные родственники голодными уходят на работу, громко вздыхая. И уж вечером только ленивый, презрев педагогический этикет, не задаст вопрос про молоко. Такова расплата за преждевременный склероз. Добавьте к этому угрызения совести. И почти наверняка досадный казус не повторится.

В крайнем случае ребенок попросит вас подстраховать его («Только сегодня! Ну никак не успеваю!»). Вы не откажетесь и даже порадуетесь дальновидности помощника.

# «Когда я стану мамой...»

ВНЕ КОНКУРСА

Зарина ГАТИНА

*В прошлом году наш журнал проводил конкурс творческих работ среди школьников. И одна из предложенных тем звучала так: «Вот когда я стану папой (мамой)...». Конкурс давно закончился, победителей назвали. И тут в редакцию пришло письмо от десятиклассницы. С размышлениями о том, какой мамой она станет, как будет воспитывать свои будущих детей. Конечно, поздно, если про условия соревнования думать. Но очень вовремя, если интересоваться мнением подростков, их представлениями о жизни. А значит, их оценкой нашего сегодняшнего родительского вклада в их воспитание. Чему мы их научили, какой опыт передали?»*

*Нам показалось, сочинение стоит прочитать. Вне конкурса.*

**Б**ывают дни, когда я пребываю в особом, ни на что не похожем расположении духа. Об этом удивительном состоянии мне бы хотелось вам рассказать.

Обычный день зимних каникул. Мы с мамой решили наконец-то выбраться из дома, ставшего сонным царством, нацепили на себя все наши самые спортивные вещи и поехали кататься на лыжах с «гор». Пушистый снег валил хлопьями, таял на раскрасневшихся щеках. Лес вокруг был словно нарисованный. Снежные еловые ветки походили на лапы огромных животных, эти лапы накрывали склоны, с которых катались лыжники.

Я впервые в этом году встала на лыжи, поэтому поначалу мой ход трудно было назвать ловким. Неуклюже перебирая палками, я опиралась на них всем телом, пыхтела

старательно, пытаюсь ехать быстрее. Впереди появилась пара, привлекая мое внимание: невысокий мужчина в спортивной шапке и мальчишка лет шести. Отец терпеливо учил своего сынишку кататься, показывал, как правильно ставить руки, передвигать ноги, держать спину. Мальчуган изо всех сил пытался повторять движения, то и дело спрашивая: «Вот так, пап? А сейчас получается?» Я так засмотрелась на них, что отстала от мамы.

Мне отчего-то стало тепло и радостно. Именно это состояние я и имела в виду в начале своего рассказа. Я испытываю его, когда наблюдаю за родителями, объясняющими своим детям, почему осенью падают листья, почему улетают птицы на юг, почему дождик оставляет на асфальте следы. Когда смотрю, как играют малыши во



дворах под внимательными взглядами взрослых. Когда вижу девушку, держащую на руках карапуза, и он улыбается мне, машет своей ручкой, словно хочет спросить, как меня зовут. В эти минуты мне хочется поскорее стать мамой. Почувствовать самой великое природное таинство — связь между новорожденным комочком и мной, усталой, выносившей и родившей его, матерью. В моих руках спит малыш, я смотрю на него, выискиваю в нем свои черты. Через тонкую ткань рубашки чувствую тепло, слышу ровное дыхание и тихое биение сердца, нашего с ним сердца.

Какой бы я была матерью? И как научиться быть матерью? Как?

Написано множество книг с инструкциями по уходу за ребенком, но ни одна из них не научит, как по-настоящему любить его. В этом поможет только чутье, заложенное природой в каждой женщине. Оно поможет подобрать слова, когда малыш будет плакать. Оно научит чувствовать ответственность за двоих. Оно позволит понять его взгляд.

Чтобы воспитать ребенка, нужно воспитать себя. Ведь ты — первый человек, с которого начинается его мир, именно твоей мудрости он слепо будет доверять, в твоих словах видеть истину, к тебе обращаться за ответом. Стоит развиваться и учиться для того, чтобы твой ребенок с самого начала считал вечный поиск, стремление и труд — альфой и омегой жизни человека.

Когда я стану мамой, я буду разговаривать со своим ребенком, честно отвечая на все его вопросы, а если не буду знать ответа, попрошу его подумать со мной вместе, тем самым давая понять, что доверяю ему. Избавлю его от навязывания истин, потому что каждый человек вправе сам решать, во что верить. Я не лишу его удовольствия самостоятельно прийти к истине через трудности и испытания, ведь мои родители никогда не сковывали меня в суждениях, лишь только направляли и советовали. Я буду терпелива, как терпелив мастер, наблюдающий за работой своего ученика. Он молча стоит за спиной и следит за неумелой рукой юнца, выводящей несмелые линии. Мастер всегда готов помочь, направить руку, но он никогда не позволит себе просто подвинуть ученика и самому доделать картину. Потому что его почерк только все испортит: этот «холст» должна рисовать одна кисть.

Я хочу, чтобы мой ребенок не стеснялся себя, чтобы он никогда не переставал мечтать, не боялся пытаться. С детства он будет слышать от меня истории о людях, которые стали счастливыми потому, что поняли себя. Ведь каждый рождается с крыльями за спиной, но лишь единицы принимают их размер, цвет, оперение и учатся раскрывать их, сначала совсем чуть-чуть, но с каждым разом все

шире и шире, все выше и выше поднимаясь над собой, двигаясь к своей цели, к своей долине, как чайка по имени Джонатан Ливингстон. Если мой ребенок вдруг увлечется чем-то, например лепкой из соленого теста, и будет предаваться этому с неподдельным удовольствием, пусть у него не возникнет

После каждого препятствия тропинка становится шире. Даже если кто-то обыграл тебя и друг, когда-то самый близкий, нашептал всем твой самый сокровенный секрет, не стоит загонять себя в угол. Легче, не спорю, закутаться в одеяло и пускать слезы... Не жалея себя. Дорогу к счастью никто за тебя не

*...каждый рождается с крыльями за спиной, но лишь единицы принимают их размер, цвет и учатся раскрывать их, сначала совсем чуть-чуть, но с каждым разом все шире и шире, все выше и выше поднимаясь над собой, двигаясь к своей цели, к своей долине, как чайка по имени Джонатан Ливингстон.*



сомнений, даже если сверстники не поймут его или посмеются над ним. Ведь если к делу привело тебя сердце, какая разница, кто и над чем смеется. Главное — вдохновение, полет творчества.

Я попытаюсь научить ребенка воспринимать трудности и преграды как неотъемлемую часть пути — пути к мудрости. Каждый овраг прерывает дорогу, чтобы ты возвел мост или рискнул перепрыгнуть.

пройдет, а если надолго о ней забыть, можно обнаружить ее, засыпанную песком, мусором — мусором застоявшегося пути. И придется все это расчищать.

Я хочу, чтобы мой ребенок понимал значение истинной красоты и ценил людей и себя не по внешним данным, а видел свет души на лице человека. Когда он придет домой и расскажет, что помог донести нашей соседке тяжелые сумки, я улыбнусь и скажу ему, что его лицо сейчас стало еще красивее. И это будет чистой правдой.

Мы будем ссориться, не понимать порой друг друга, но я хочу, чтобы мы оба всегда помнили, что должны держаться вместе и не забывать: несмотря на временные неурядицы, нет прочнее связи, чем связь между родителями и их детьми.

И самое важное! Я хочу быть мамой, достойной любви своего ребенка.

И к этому мне еще идти...  
Пойду.



# Умеете ли вы общаться?

ЛИДЕРОМ ХОЧЕТ БЫТЬ НЕ КАЖДЫЙ

Елена ПЕТРОВА

*В начале года многие наши старшеклассники вынуждены знакомиться с новыми ребятами, новыми учителями. Насколько они умеют устанавливать контакты (поддерживать их)? Готовы ли взять на себя в новых классах ответственность за какие-то общие дела? Кстати, взрослые могут не только помочь подросткам оценить свой лидерский потенциал, но и свои способности проверить.*

*Перед вами сорок вопросов. На каждый следует ответить «да» (+) или «нет» (-), не долго думая. На все про все отводится не более десяти минут. Если вы затрудняетесь с ответом, выбирайте наиболее приемлемый вариант.*

*(Источник: Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. — М.: Изд-во Института Психотерапии).*

## ОТВЕЧАЕМ НА ВОПРОСЫ

1. Есть ли у вас стремление к изучению людей, знакомству с различными людьми?
2. Нравится ли вам заниматься общественной работой?
3. Долго ли вас беспокоит обида, нанесенная вам кем-либо из товарищей?
4. Всегда ли вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
6. Часто ли вам удается склонить большинство своих товарищей «на свою сторону»?
7. Верно ли, что вам приятнее и проще проводить время за книгами или за каким-нибудь другим занятием, чем с людьми?
8. Если возникли некоторые помехи в осуществлении ваших на-

мерений, легко ли вам отказаться от них?

9. Легко ли вы устанавливаете контакты с людьми, которые старше вас по возрасту?
10. Любите ли вы придумывать или организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли вам включаться в новые для вас коллективы?
12. Часто ли вы откладываете на другие дни дела, которые нужно выполнить сегодня?
13. Легко ли вам общаться с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли вы, чтобы ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?
15. Трудно ли вам освоиться в новом коллективе?
16. Верно ли, что у вас не бывает конфликтов с товарищами из-за



невыполнения ими своих обещаний, обязанностей?

17. Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли при решении важных дел вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли вас окружающие люди и хочется ли вам побыть одному?
20. Правда ли, что вы плохо ориентируетесь в незнакомой для вас обстановке?
21. Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у вас раздражение, если вам не удается закончить начатое дело?
23. Испытываете ли вы затруднение, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы ваших товарищей?

27. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди незнакомых людей?

28. Верно ли, что вы редко стремитесь доказать свою правоту?

29. Полагаете ли вы, что вам не представляет особого труда внести оживление в малознакомую группу?

30. Принимаете ли вы участие в общественной работе в школе (на производстве)?

31. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых?

32. Верно ли, что вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не сразу было принято товарищами?

33. Чувствуете ли вы себя непринужденно, попав в незнакомый коллектив?

34. Охотно ли вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?

35. Правда ли, что вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?

36. Часто ли вы опаздываете на деловые встречи, свидания?

37. Верно ли, что у вас много друзей?

38. Часто ли вы оказываетесь в центре внимания своих товарищей?

39. Часто ли вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?

40. Правда ли, что вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

### ПОДВОДИМ ИТОГИ

Сначала разберемся с нашими коммуникативными склонностями: насколько мы общительны, нуждаемся ли мы в веселой компании или, напротив, в уединении.

За каждый утвердительный ответ («да») на вопросы 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37 или отрицательный ответ («нет») на вопросы 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39 – вам полагается по 1 баллу. Максимум – 20 баллов.

Наши организаторские возможности определяются положительными ответами на вопросы 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38 (по 1 баллу за каждое «да») и отрицательными на вопросы 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40 (по 1 баллу за каждое «нет»). Максимум, разумеется, тот же: 20 баллов.

Если ваши баллы за коммуникативные или организаторские склонности не превышают 8 баллов, скорее всего, вы не стремитесь к общению, тем более с новыми



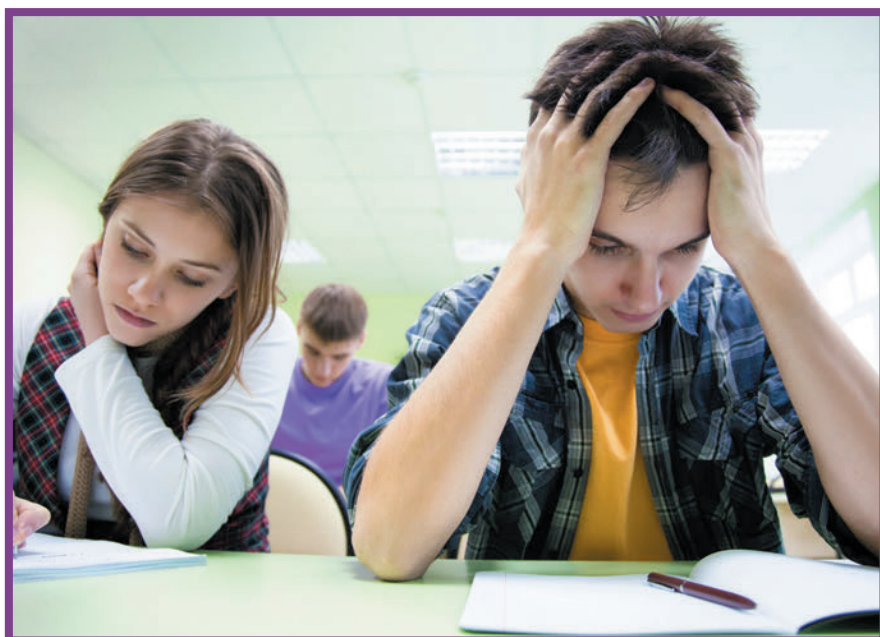
ми людьми, предпочитаете проводить время наедине с собой. Вам трудно отстаивать свое мнение, тяжело пережить обиды. Проявить инициативу – это с вами случается крайне редко.


Те, кто набрал 9–12 баллов, в целом, стремятся к контактам с людьми, отстаивают свое мнение, однако легко сдаются при малейшем противостоянии.

Оценку 13–16 баллов, скорее всего, получают люди, которые не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, стремятся расширить круг своих знакомых, помогают близким и друзьям, проявляют инициативу в общении, способны принимать решения в трудных, нестандартных ситуациях.

Высшие баллы свидетельствуют о сформированной у человека потребности в коммуникативной и организаторской деятельности. Он быстро ориентируется в трудных ситуациях. Непринужденно ведет себя в новом коллективе. Принимает самостоятельные решения. Отстаивает свое мнение и добивается принятия своих решений. Любит организовывать игры, порой слишком настойчив во взаимодействии.

Итак, баллы посчитаны, уровень определен. И что теперь с этим делать? Если подросток не удовлетворен полученными оценками, можно подумать о том, как ему развить в себе недостающие способности. Или, напротив, научиться «смирять» свой лидерский запал.





*Воспитание — это всё. Персик был когда-то горьким миндалем, а цветная капуста — это обычная капуста, получившая высшее образование.*

*Марк Твен*

**ШКОЛА**  
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

сентябрь-октябрь  
2016