

12 ПРОСТЫХ ИГР, КОТОРЫЕ ТОЧНО ПОНРАВЯТСЯ ВСЕЙ СЕМЬЕ

1) Подменить «профессору» руки

Очень смешная игра для большой компании. Один («профессор») выходит, а остальные загадывают слово. Профессор возвращается, встаёт лицом к «аудитории», прячет руки за спину, а ещё один игрок встаёт ему за спину и просовывает собственные руки вперёд так, чтобы казалось, что это руки профессора.

Профессор начинает лекцию («Темой нашей сегодняшней лекции будет...»), а руки стараются подсказать жестами загаданное слово. По этим жестам он пытается понять, про что, собственно, должен говорить. На роль профессора хорошо выбирать человека с подвешенным языком, тогда будет особенно смешно. Если профессор начинает угадывать, руки изображают одобрение, а если нет — отрицательно машут. И так до тех пор, пока профессор не угадает. Аудитория обычно загибается со смеху (и может задавать наводящие вопросы).

2) Играть в последовательность букв

Эту игру придумал мой старший сын. Она предельно проста: первый игрок говорит какую-либо букву, второй присоединяет к ней другую букву спереди или сзади, не заботясь о смысле. Потом следующий игрок (или снова первый) присоединяет ещё одну букву или пробел... И так, пока у кого-нибудь не закончится память. Получается, например: З — ЗЫ — ВЗЫ — ГВЗЫ — О ГВЗЫ — ... — АКВГОВ ЭРО ГВЗЫМДРЛБ АУ... Звучит странно, но игра увлекательная и очень смешная.

3) Притвориться инопланетянином

Один из вас инопланетянин и ничего на этой планете не знает. А другой проводит экскурсию и должен ему всё-всё объяснить, описать и рассказать. Инопланетянин тычет в самые простые предметы и задаёт вопросы: «Ой, а это что у вас? А зачем?» Землянин должен попытаться ему объяснить. Инопланетянин может по ходу дела комментировать — а у нас на планете это делается совсем не так, а вот так. Вдумчивая философская игра, помогающая по-новому взглянуть на привычные вещи.

4) Перечислить пять имён / стран / фильмов фон Триера

Ну кто не знает этой игры! Перебрасывая друг другу мяч, нужно называть пять, десять или сколько угодно однородных предметов. Но не все знают, что эта игра может стать суперувлекательной, если усложнять её темы в зависимости от возраста участников. Например, с подростками можно играть «Я знаю десять приветствий на разных языках», взрослые задают друг другу крепкие орешки вроде «Я знаю десять фильмов фон Триера». А для пятилетки сойдёт и «Я знаю пять пород деревьев», «Я знаю пять столиц разных стран». Игра может стать очень смешной, если придумывать занятные вопросы. «Я знаю пятнадцать рифм на слово „Европа“». Бросание мяча придаёт происходящему особую живость.

5) Раскрашивать камешки

Если вы собираетесь поехать туда, где найдётся много камешков, можно заранее взять с собой гуашь и покрасить их в разные цвета. Выкладываете из них картинки и фотографируете — будет что вспомнить! Можно придумать серию заданий: например, выкладывать улиток, мандалы или рожицы с разными эмоциями. Очень медитативное занятие, которое помогает перезагрузить мозг.

6) Выбирать правду или действие

Вы наверняка слышали про эту игру, которая очень популярна среди детей и подростков. Водящего спрашивают: «Правда или действие?» Если он выбирает правду, то каждый может задать ему вопрос, на который водящий должен ответить максимально откровенно. Если выбирает действие — должен выполнить задания, которые дают ему другие игроки. Потом водит следующий. (Если играете в эту игру за рулём, не давайте водителю задание закрыть глаза!)

7) Рисовать на обоях или делать комиксы

Можно склеить вместе несколько ватманов или взять остатки от рулона обоев, положить на пол и вместе рисовать на этом мир — дороги, реки, города, леса, животных, разбойников. Каждый начинает со своего угла, а когда дело доходит до центра, приходится договариваться.

Однажды мы рисовали комиксы с человечками — одну картинку я, другую ребёнок. Качество изображения не так важно, как лихие повороты сюжета — взрывы, погони, неожиданные появления персонажей.

8) Снимать фильм

У моих детей был период, когда они пытались снимать фильмы. Вы тоже можете этим заняться. Особенно прикольно, если в нашем распоряжении больше двух человек (например, мама и двое детей). Лучше заранее придумать простой, но захватывающий сценарий. Например, разбойник поймал принцессу-лису, привязал к дереву и собрался зажарить, но той с помощью хитрости удалось ускользнуть от него. Из подручных материалов создаём грим и костюмы (чем вычурнее, тем лучше). А дальше включаем камеру и импровизируем. Подсказка: процесс важнее результата (но и посмотреть потом тоже интересно).

9) Гадать на стихах

Типичное светское салонное развлечение для тех, кто умеет читать и держит дома хотя бы несколько поэтических сборников. Берём эти книги и нумеруем их от 1 до 6. Кидаем кубик и смотрим, какой поэт выпал, а потом загадываем страницу. Другой игрок (например, следующий по часовой стрелке) должен с выражением прочитать стихи,

расположенные на этой странице, тому, кто загадал. Потом игроки меняются ролями.

10) Играть в десяточки

Для тех, кому хочется попрыгать и подвигаться. Что нужно: асфальт, стена, некрупный мяч. В классическом варианте десяточек мы кидаем мяч об стену и ловим его десятком разных способов:

- 10 раз просто так;
- 9 раз после отскока;
- 8 раз кидаем правой, ловим левой;
- 7 раз — наоборот;
- 6 раз бросаем из-под ноги и ловим;
- 5 раз — из-под другой ноги и другой рукой;
- 4 раза — пропускаем мяч между ног;
- 3 раза — бросаем и успеваем дважды хлопнуть;
- 2 раза — бросаем и успеваем трижды хлопнуть;
- бросаем, оборачиваемся вокруг себя и ловим.

Кто прошёл все десять — начинает заново, но уже с девяти!

Бонус: попробуйте подбросить мяч как можно выше и успеть хлопнуть несколько раз. Получается пять или шесть? Теперь попробуйте хлопать и впереди, и позади себя.

11) Дегустировать

Это игра и одновременно праздничное угощение. Помню, как в эту игру играл с нами папа на мой день рождения, когда в девяностых впервые в моей жизни появилось мороженое с разными вкусами.

Одной команде завязывают глаза, а другая пробует... ну, что угодно (смотря какой бюджет мы готовы выделить на эту игру) и угадывает, что именно они положили в рот. Важно, чтобы вкусы были похожие и чтобы перепутать было легко. Только осторожно! Дети могут взять и подложить вам что-нибудь не то.

12) Придумывать собственные квесты

Я не тревожный родитель. Поэтому такой квест провела ещё в позапрошлом году: вывезла двух своих одиннадцатилетних старших детей и их десятилетнего приятеля на машине в неизвестный им район города, выдала денег — и они добирались домой сами, по дороге покупая себе еду. Претензия ко мне была только одна: «Слишком легко!»

А на девятилетие сына придумала для него с приятелями квест по району: распечатала карты и попросила сфотографировать определённые точки. Игроки разделились на две команды... кто быстрее пройдёт свой маршрут? У нас победила дружба, интересно, что

будет у вас.

Дети в социальных сетях.

Интернет так прочно вошел в нашу повседневную жизнь, что мы с трудом представляем себя вне социальных сетей. А наши дети, взрослеют в виртуальном пространстве, вопреки всем запретам и ограничениям. Глупо отрицать влияние интернета на воспитание детей. Тогда стоит подумать о том, как правильно использовать интернет в целях воспитания. Вопрос, нужно ли родителям интересоваться чем живут их дети в социальных сетях, далеко не праздный. Ведь для нормальных родителей всегда (ещё и до наступления эпохи интернета) было важно знать, чем занимается ребенок в школе, во дворе, в компании сверстников и т.д. Социальные сети – это тот же двор, только виртуальный, в котором может присутствовать кто угодно, поэтому вопрос «Быть ли в курсе?» не обсуждается. Вопрос только в том, в каком возрасте и в каком количестве детям необходимо наше присутствие рядом с ними в социальных сетях. Вот с этим, пожалуй, стоит разобраться подробно.

Одним из важных факторов становления личности является социализация (формирование социальных контактов ребенка за пределами семейного пространства). В норме, этот процесс начинается с трёх лет, когда ребенок идет в детский сад. Там он начинает учиться строить взаимоотношения с окружающими, что является немаловажной частью подготовки его к школе. Дети, ограниченные до школы в социальных контактах, часто бывают эмоционально не готовы к социальной активности в период школьного обучения. В дошкольном возрасте, с трёх до шести лет, родители всегда должны быть в курсе, что происходит с ребенком в социуме, потому, что в этот период ребенок усваивает социальные нормы (хорошо-плохо, можно-нельзя). И уж если дошкольник оказался в социальной сети, что само по себе вызывает недоумение, то родители должны быть всегда рядом. По мере роста и взросления ребенка, мы все больше даем ребенку самостоятельности и ответственности. Это не означает, что мы всё должны пустить на самотёк. Интересы детей от семи до двенадцати лет полезно вовремя направлять в нужную сторону, корректировать его понятия о нравственности, сексуальности, мужественности, женственности, которые только ещё начинают формироваться в этом возрасте. В этот период дети очень нуждаются в советах взрослых, часто сами просят помощи, задавая вопросы на разные темы, тем более, что в социальных сетях любая информация доступна детям в неограниченных количествах. Если в этом возрасте родители не участвуют в процессах формирования нравственности, то к подростковому возрасту бывает поздно объяснять ребенку, что прилично, а что не прилично. До двенадцати-пятнадцати лет, следует активно обсуждать с ребенком все, что он комментирует, что выкладывает в сети, для чего он это делает, чего тем самым он хочет добиться. Это ключевые вопросы, которые помогают ребенку действовать осмысленно и целенаправленно. По этому поводу вспоминается недавний сюжет передачи «Пусть говорят», где два подростка сняли видео, на котором они убивают собаку, и выложили его в интернет. На самом деле они нашли труп собаки и решили сыграть роль убийц. На вопрос, для чего они это сделали, они давали странный ответ: «Просто так, ради шутки».

Когда же они поняли, что им грозит реальный срок в колонии для несовершеннолетних, они начали возмущаться: «Мы ведь ничего не делали, собака уже была мёртвая».

В возрасте от тринадцати до восемнадцати лет, в формировании личности подростка играет роль ещё один немаловажный фактор – границы личного пространства. На это стоит обратить особое внимание, поскольку границы личности чаще всего отсутствуют вовсе, либо размыты у людей, склонных к зависимому поведению. Формирование личных границ и личного пространства является профилактикой всех форм зависимости. На этом я хочу сделать особый акцент, потому что, наркотическая и алкогольная зависимости, с которой все так яростно борются, формируется именно в этот период и всё зависит от того, насколько независимой, а значит самостоятельной и ответственной становится личность. Родителям стоит помнить, что формирование личных границ ребенка может выглядеть как отказ следовать их советам по типу «я сам знаю», «не нужно мне указывать», «это моё личное дело», «спасибо, все свободны» и так далее. С этим стоит считаться, потому что без личных границ невозможно сформировать целостной личности, чёткого представления о себе (Я-образа). Подростковый период самый чувствительный к внешним воздействиям (учителей, родителей, сверстников) и тут нужно быть особенно гибкими, чтобы не нарушить, не сломать своим давлением, но и не упустить возможных деструктивных влияний (сект, маньяков, наркоманов, экстремистов). Вот здесь социальная сеть может оказать огромную помощь в получении информации о контактах пока ещё неокрепшей личности. В этот период необходимо уметь держать подростка под контролем, и в то же время не вмешиваться, не давить, а просто быть в курсе происходящего. Подросток должен знать, что родители являются для него поддержкой в любой ситуации, поэтому детям периодически нужно говорить: «Я всегда готов тебе помочь. В любой ситуации ты можешь на меня рассчитывать». Это придаёт подростку уверенности в себе и чувство защищённости. Запреты родителей пользоваться интернетом, попытки удалить нежелательные контакты или комментарии могут только навредить, если это делается без объяснений и в категоричной форме. Дети чаще всего перестают быть доступными для взрослых, начинают скрывать от них всю информацию, которая вызывает у родителей бурю негодования. И это касается не только социальных сетей.

Что же касается совершеннолетних людей, от восемнадцати лет и старше (они уже не дети), и если родители считают, что их нужно контролировать, возможно, они сомневаются в их полноценности, либо, на бессознательном уровне, делают детей эмоционально зависимыми от своего мнения. А значит, не позволяют детям иметь личное пространство, взрослеть, быть личностью.

По большому счёту, социальные сети расширяют возможности родителей получать информацию о своих детях, которая помогает вовремя откликнуться на тревожный сигнал. Если мы используем эту информацию грамотно, в меру необходимости и без фанатизма, то социальные сети могут быть отличными помощниками в воспитании детей, в формировании их личности и обеспечении безопасности.