

## Превратите время ожидания в игру

Посмотрим правде в глаза – ожидание дело грустное и скучное как для детей, так и для взрослых. Ожидание никому не поднимает настроения. Но можно использовать время ожидания для того, чтобы поучить ребенка и улучшить с ним контакт.

### **Будьте подготовлены**

В семейной жизни ожидание будет происходить часто: при ожидании приема к врачу, в ресторане, в очереди в супермаркете. Еще один вид ожидания - при поездке на машине или в автобусе, особенно, если движение замедлено. Вы заранее знаете, что в таких ситуациях детям станет скучно, и они станут непоседливы. Если ожидание длится слишком долго, то дети начинают баловаться. Если вы подготовлены, вы можете предотвратить эти проблемы. Вместо хныканья вы получите лучшую возможность привлечь их внимание. У вас будет готова игра получше, чем «подразнить брата и заставить его расплакаться».

### **Смените настроение**

Несколько простых приемов могут изменить настроение. Подумайте, что помогает вам справиться со скукой. Рассматривание чего-либо? Прослушивание? Мысли о чем-нибудь? То же самое отвлекает и детей, только им еще нравится двигаться при этом. Дети постарше могут больше слушать и думать; дети помладше требуют от вас большей направленности и участия.

Большая часть ниже приведенных предложений иногда не требует особого оснащения, кроме карандаша и бумаги. Вы можете использовать карандаш и бумагу в зависимости от возраста и интересов ваших детей, а также места ожидания.

**Песни** – Выучите слова нескольких песен или придумайте свою песенку о том, что вы будете делать после ожидания. Когда вы придумываете новые слова для мелодий знакомых песен, вы можете ими потом долго пользоваться. Пойте песни с жестами, чтобы все могли подвигаться.

**Игры в слова** – Играйте в игры, развивающие словарный запас и память. Например, каждый игрок по очереди выбирает букву и говорит: «Я пошел в зоомагазин и купил питомца, название которого начинается на ....». Другие игроки должны придумать название животного на эту букву. Когда у вас закончатся названия питомцев, поиграйте в подобную игру с продуктовым или цветочным магазином. Более взрослые дети могут пользоваться карандашом, чтобы играть в игры на бумаге.

**Игры на мыслительный процесс** – Посмотрите вокруг и найдите два подобных предмета, например, два дерева, и обсудите, что у них общего, и в чем разница. Поиграйте в игру прятки в ресторане, спрятав монетку под один из пакетиков сахара. Привлеките внимание детей, задав им «безумный» вопрос: что бы случилось, если бы динозавр захотел покататься на американских горках?

**Истории** – Чтобы скоротать время, можете рассказать знакомую историю или придумать свою. Можно также составить общую историю: каждый по очереди придумывает несколько предложений. При ожидании приема к врачу выберите картинку в журнале и придумайте о ней историю. Спросите детей, какие места на картинке они хотели бы посетить.

**Общение** – Воспользуйтесь временем ожидания к врачу, чтобы узнать побольше о своих детях. Поговорите о том, что они любят больше всего. Спланируйте с ними их будущий день рождения.

**Искусство** – Рисуйте пальцем картинки на руках или на спине друг друга и попытайтесь угадать, что нарисовано. Смотрите на афиши или рекламу и поговорите о строках на них или цветах.

**Движение** – Если вы находитесь в месте, где можно подвигаться, и присутствует двое взрослых, один взрослый может следить за очередью, а другой поиграть с детьми в игру «повтори за ведущим». Если же детям необходимо сидеть, найдите способы, как они могли бы двигать хотя бы кистями и руками, например, похлопать в ладоши или скручивать в необычные формы ершики для чистки труб.

**Подготовка** – если вы знаете, что вам придется где-то ждать, положите в сумку карандаши, крэйоны, бумагу, пластилин, маленькие машинки и книжки. Не забудьте взять с собой что-нибудь перекусить – это хороший способ сменить настроение. Можете написать на маленьких листах бумаги названия песен, игр или темы для разговоров и положить их в коробку. Держите коробку в машине, и когда вы стоите в «пробке», попросите детей достать записки, чтобы решить, чем вам заняться.

В следующий раз, когда вам предстоит ожидание, используйте эту возможность для отдыха и игры со своими детьми. Скука, нетерпение и раздражение продлевают время ожидания; если вам весело, время летит быстро.

*Бетси Манн.*

# Jouer en attendant

Il faut l'avouer, il est frustrant et ennuyant d'avoir à attendre, autant pour les enfants que pour les adultes. L'attente ne met personne de bonne humeur. Mais il y a des façons de remplacer l'ennui par l'amusement, en transformant les moments d'attente en occasions d'apprentissage et de connexion.

## Se préparer

Il y a des temps d'attente obligatoires dans la vie familiale : chez le médecin, dans un restaurant, à la caisse au supermarché. Le temps passé en voiture ou en autobus constitue une autre sorte d'attente, surtout quand il y a des bouchons de circulation. Vous savez d'avance que vos enfants s'ennuieront probablement et que ces situations les impatienteront. Si l'attente est trop longue, leur comportement risque de se détériorer. Vous pouvez prévenir ces problèmes en vous préparant d'avance. Vous donnerez à vos enfants une meilleure façon d'attirer votre attention que de pleurnicher. Vous aurez en main un meilleur jeu que « taquiner mon frère et le faire pleurer ».

Il suffit de quelques techniques simples pour **changer les humeurs**. Pensez à ce qui vous aide, vous, à traverser un moment ennuyant. De quoi regarder? Écouter? Réfléchir? Les mêmes stratégies aideront les enfants aussi, et n'oubliez pas de leur offrir la possibilité de bouger. Les enfants plus âgés auront plus de facilité à penser et à discuter. Pour les plus jeunes, il faudra plus de direction et de participation de votre part.

La plupart des suggestions suivantes n'exigent aucun équipement, sauf parfois du papier et un crayon. Vous pouvez les adapter à l'âge et aux intérêts de vos enfants, ainsi qu'au lieu où vous attendez.

**Chansons** - Apprenez les paroles de quelques chansons ou inventez vos propres chansons au sujet de ce que vous ferez après avoir attendu. Quand vous ajoutez des couplets à des chansons connues, elles peuvent durer très longtemps. Par exemple, essayez « Les canards dans l'autobus font couac, couac, couac ». Combien d'animaux pouvez-vous imiter? Chantez des chansons avec des gestes qui feront bouger tout le monde.

**Jeux de mots** - Jouez à des jeux de vocabulaire et de mémoire. Par exemple, à tour de rôle, chaque personne choisit une lettre et dit : « Je vais à l'animalerie pour acheter un animal dont le nom commence par la lettre ... » Les autres doivent trouver un animal qui répond au critère. Quand vous avez épuisé les animaux, essayez l'épicerie ou chez le fleuriste. Les enfants plus âgés peuvent jouer avec vous au « Bonhomme pendu » et au « Tic-Tac-Toe » sur un napperon en papier.

**Jeux de réflexion** - Trouvez autour de vous deux objets similaires, disons deux arbres, et parlez de leurs similarités et de leurs différences. Au restaurant, jouez à cacher et trouver en plaçant des sachets de sucre sur la table et en cachant un cent en-dessous d'un sachet. Attirez l'attention de votre enfant en posant des questions « folles », comme : Qu'est-ce qui arriverait si un dinosaure voulait monter dans un manège à la foire?

**Histoires** - Pour passer le temps, racontez une histoire traditionnelle ou inventez votre propre histoire. Votre histoire inventée peut aussi être une création collective : chaque personne ajoute quelques phrases à tour de rôle. Dans la salle d'attente du médecin, contez une histoire à partir d'une image choisie dans une revue. Demandez à vos enfants où ils aimeraient se placer dans l'image.

**Conversation** - Profitez des moments d'attente pour mieux connaître vos enfants. Discutez de leur choses préférées. Planifiez avec eux leur prochaine fête d'anniversaire.

**Art** - Chacun son tour, dessinez une image sur la main ou dans le dos de l'autre personne et faites-lui deviner ce que c'est. Regardez la publicité et parlez des lignes et des couleurs.

**Mouvement** - S'il y a de la place pour bouger et que vous êtes deux adultes, une personne peut rester en ligne pendant que l'autre fait une promenade avec les enfants. S'il faut rester assis, cherchez des façons pour que les enfants puissent bouger au moins leurs bras et leurs mains, par exemple jouer à taper dans les mains ou à faire des formes bizarres avec des cure-pipes.

**Accessoires** - Pour les occasions où vous savez que vous aurez à attendre, préparez un sac contenant des objets tels crayons, papier, pâte à modeler, petites autos, livres. N'oubliez pas un léger goûter. C'est toujours une bonne solution pour changer les esprits. Vous pourriez garder dans l'auto une boîte pleine de bouts de papier sur lesquels sont marqués des titres de chansons, des noms de jeux et des sujets de conversation. Quand il y a un bouchon de circulation, demandez aux enfants de piger un papier et suivez la suggestion qui s'y trouve.

La prochaine fois que vous devrez attendre, profitez de l'occasion pour vous détendre et jouer avec vos enfants. Le temps paraît plus long quand c'est l'ennui, l'impatience et la colère qui prédominent, mais quand on s'amuse, le temps semble filer.

*par Betsy Mann*

Trouvez d'autres suggestions de jeux pour l'attente au [www.petitmonde.com/iDoc/Chronique.asp?id=25718](http://www.petitmonde.com/iDoc/Chronique.asp?id=25718)