

«Кветч»

Осознаём ли мы, сколько раз в день бываем чем-то недовольны? Нет, ведь, скорее всего, это происходит автоматически. Даже если мы не показываем свои чувства, наверняка, каждый из нас иногда испытывает это ощущение внутри себя: не успел на автобус, забрали игрушку, на завтрак каша вместо печенья, на улице холодно – надо одеваться, пробки на дороге, красный светофор, телефон сломался, учеба вместо прогулки и так далее. Это наше «ворчательное» свойство совершенно не зависит от возраста или того, чем человек занимается: взрослый учёный может ворчать потому, что формула не сложилась, малыш в садике – что спать днём не хочет, директор фирмы – что сотрудник опоздал, школьник – что уроков много, мама – ...

Так пролетают дни, часы, недели, месяцы. А жизнь, тем временем, убегает, унося с собой самое чудесное наше и прекрасное настроение, которое так важно научиться не терять и не растрачивать на грусть, обиду и другие плохие ощущения. Для этого нам всем абсолютно необходимо находить во всём, что нас окружает, признаки хорошего и полезного, видеть не только сложности и преграды, но и то, что нам помогает и радует. С этим умением жить становится сразу веселее и ярче, да и люди вокруг тоже начинают улыбаться и радоваться вместе с нами.

Как же этому научиться? Отличный пример нам показала смешная Мешка-ворчунья из книжки. Она просто ворчала на всё подряд и дождалась того, что у неё зачесался язык, на нём появился типун, а сама она стала превращаться в чудище с ногами-тыквами огромного размера и терять всё ценное, что у нее было – вместо сына на кровати обнаружился огурец, дочь перестала её узнавать, дом стал малюсеньким. Кто же её спас? Раввин и его мудрый совет – стараться говорить только хорошее и находить во всём положительные стороны. Нет, вовсе необязательно дожидаться плохих последствий. Можно и нужно начинать прямо сейчас! Тренировать этот навык и доброе отношение ко всем и всему, то есть свою мудрость.

Превратим это в весёлую и смешную игру, которую так и назовём –

«КВЕТЧ» (по-еврейски «ворчун»)

Всё просто, главное, включить внимание, фантазию и позитивный настрой. Младшим участникам понадобится поддержка взрослых, которые тоже с азартом могут участвовать в игре, подсказывая детям варианты и направления мысли. Дети постарше могут играть самостоятельно.

Материалы

Для игры нам понадобится две стопки карточек.

Первая будет состоять из «ролей» игроков: несколько карточек, символизирующих мудрость и позитив, например, «Ребе» из нашей книжки, и одна карточка – «Кветч» (Мешка-ворчунья). Карточек должно быть столько, чтобы хватило всем игрокам. Если детей много, можно сделать две карточки «Кветч».



Вторая стопка карточек: изображения разных явлений, предметов, еды, животных, процессов и т. д. – всего, что будет обсуждаться во время игры. Их может быть сколько угодно. Чем их больше, тем интереснее и дольше можно играть, каждый раз открывая всё новые варианты. Вот пример таких карточек (см. также приложение):



Карточки можно распечатать или, если это недоступно, нарисовать самим (заодно устроив творческую часть подготовки к игре вместе с детьми), упростив рисунки на карточках ролей: вместо раввина – весёлый смайлик, вместо Мешки – грустный.

Правила игры

Игроки садятся поудобнее в круг так, чтобы все видели и слышали друг друга. Каждый участник получает карточку роли картинкой вниз, чтобы её не видели другие.

В центр также картинками вниз кладётся вторая стопка карточек – с изображениями разных явлений и вещей.

Один из игроков (выбранный для начала любым способом) становится ведущим. Он переворачивает верхнюю карточку в центральной стопке, чтобы все увидели её изображение. Начинается игра.

По очереди, начиная с ведущего, или по поднятой руке в любом порядке (но не перебивая друг друга) участники в зависимости от попавшейся им карточки-роли должны называть свойства или ассоциации, связанные с этим предметом или явлением. Позитивные и мудрые «Ребе» называют полезные/положительные ассоциации, а «Кветч» – вредные, отрицательные, негативные, то есть «ворчит».

Например: открылась карточка «Дождь». «Кветч» ворчит, что дождь мокрый, сыро, холодно, серое небо, нужно тащить зонтик, промокают ноги и т. д. Игроки с позитивными ролями стараются найти как можно больше положительного в дожде – он поливает цветы и деревья, можно прыгать по лужам, вода полезна для всего живого, наполняет реки и озёра, можно надеть яркий плащ и резиновые сапожки, охлаждает в жару и т. д.

Отыграв все возможные варианты с этой карточкой, нужно угадать, кто среди вас «Кветч», «ворчун». Тот, кто первым догадался, становится ведущим. Он собирает карточки-роли, перемешивает их и раздаёт снова. Предыдущая отыгранная карточка в центральной стопке убирается вниз или в сторону, и ведущий открывает новую карту. Начинается новый раунд.

Эта игра может стать отличным тренингом и для детей, и для взрослых на развитие в себе суперспособностей находить и видеть во всём хорошее и полезное, заражать друг друга позитивом и хорошим настроением. А ещё она отлично развивает эмоциональный интеллект, когда мы учимся передавать свои разные эмоции и чувства

и «считывать» чувства других. Улучшается и фантазия, ведь порой грустные и отрицательные эмоции передать очень непросто. Вот, например, что может быть плохого в сотовом телефоне? Играйте и находите самые хитрые и весёлые решения.

Памятка для взрослых (воспитателей, ведущих, педагогов)

Очень хорошо, если карточки для обсуждения будут включать актуальные для данного возраста детей вопросы так, чтобы не просто вспоминать ассоциации, а ещё и направлять детей на нужные и важные мысли. Например, огонь – польза и вред, опасность и помощь, как пользоваться им аккуратно, предотвратить пожар или вести себя во время него. В то же время огонь – способ выжить в холод, возможность соблюдать Шаббат и т. д.

Желаю всем положительных эмоций! 😊

Приложение:



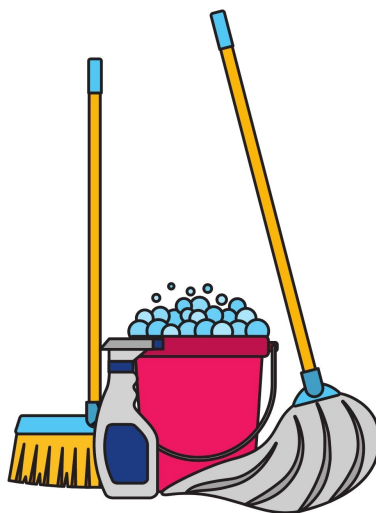
Игра

Рекомендуемый возраст: 4-5 лет
Кэрол Чапман «Мешка-ворчунья»

Автор занятия: Постолова Лилия



Приложение:



зима



Игра

Рекомендуемый возраст: 4-5 лет
Кэрол Чапман «Мешка-ворчунья»

Автор занятия: Постолова Лилия



GENESIS
PHILANTHROPY
GROUP



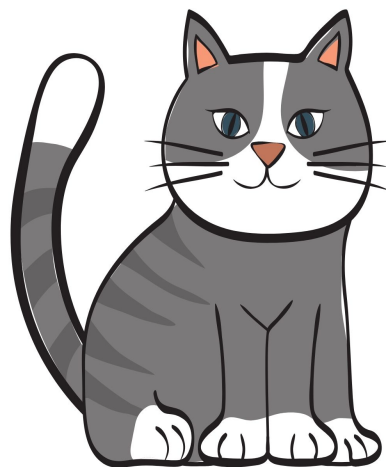
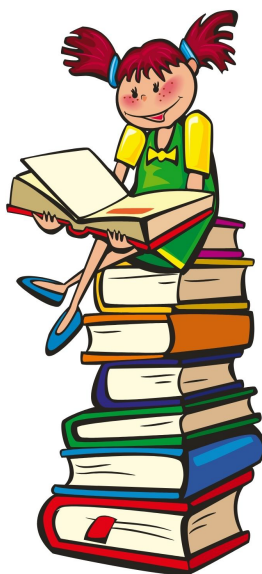
PJ Library
ЕВРЕЙСКИЕ ИСТОРИИ
И СКАЗКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ



THE JOINT

Приложение:

школа



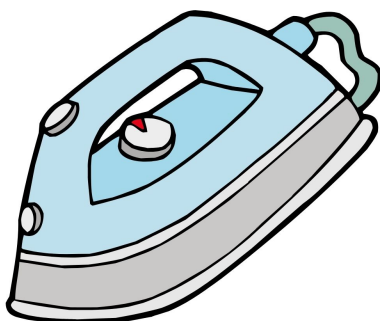
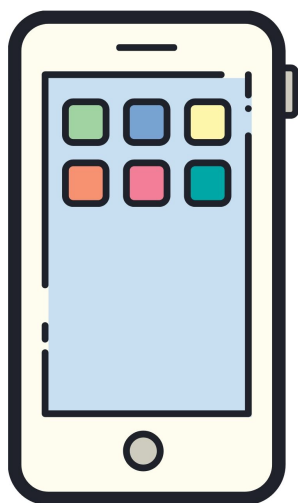
Игра

Рекомендуемый возраст: 4-5 лет
Кэрол Чапман «Мешка-ворчунья»

Автор занятия: Постолова Лилия



Приложение:



Игра

Рекомендуемый возраст: 4-5 лет
Кэрол Чапман «Мешка-ворчунья»

Автор занятия: Постолова Лилия



Приложение:

