

■ 3 уласнага досведу

Выхаванне гульняй,

або Як прывучыць дзяцей прыбіраць за сабой цацкі

У нашай сям'і (як, думаю, у кожнай, дзе ёсць маленькія дзеці) была праблема «раскіданых цацак». Малыя гулялі са сваімі машынкамі, канструктарамі, галаваломкамі, кубікамі і перад сном пакідалі ўсё гэта на падлозе... І, як вы думаеце, хто за імі прыбіраў? Прывільна — мама. Вядома, прасцей і хутчэй самой навесці парадак у дзіцячым пакоі. Я раней таксама так думала. Пакуль не зразумела: сёння гэта цацкі на падлозе, а заўтра — камусьці дастанецца неахайная жонка ці муж. Таму настойліва заклікаю ўсіх бацькоў знайсці паўгадзінку вольнага часу, выдыхнуць і адчуць важнасць моманту. Найлепшы спосаб прывучыць дзяцей прыбіраць за сабой — захапіць іх гэтай, на першы погляд, сумнай справай. Вось некалькі прыкладаў сумесных гульняў, якія дапамаглі мне ў свой час.

Гульня 1. Следчыя

Скажыце дзіцяці, што яго любімы плюшавы мішка страціў сярод цацак бірульку і вельмі засмуціўся. «Давай яму дапаможам!», — прапануйце малечы і пасля гэтых слоў самі пачніце падымаць цацкі і складаць іх у скрыню. Гледзячы на вас, дзіця таксама пачне шукаць бірульку. Непрыкметна падкладзіце «страту» пад апошнюю цацку. Малеча знойдзе яе і будзе радавацца. Няхай мішка падзякуе за знаходку.

Гульня 2. Запасы на зіму

«Давай уявім, што мы з табой у лесе. Ты — вавёрачка, а я — зайка. Нам трэба будзе рыхтавацца да зімы. Вавёрачка будзе збіраць арэшкі (кубікі), а зайка — смачную капусту (машынку). У каго камора (кошык, скрыня) напоўніцца хутчэй, той і выйграў». Пры гэтым можна ўключыць вясёлую песеньку, якая падыме настрой вашаму жэўжыку і заадно разаўе музычны слых.

Гульня 3. Цур, я ў доміку

Для кожнага віду цацак можна прыдумаць сваю скрынку — домік. Назва залежыць ад вашай фантазіі — «Домік для мяккіх цацак», «Домік для кубікаў»... Можна аформіць іх разам з дзецьмі, выкарыстоўваючы выразаныя карцінкі з часопісаў ці проста каляровую паперу. Дзіця, якое зрабіла сваімі рукамі домік для цацак, будзе выкарыстоўваць яго па прызначэнні і пад вечар з задавальненнем прыбіраць туды сваіх цацачных сяброў.

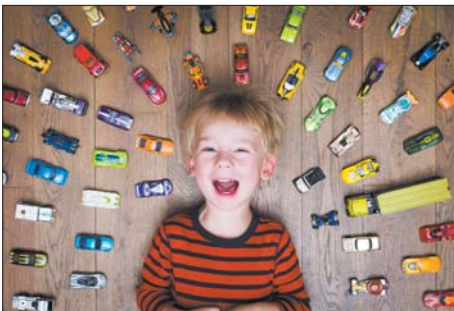
Гульня 4. Будаўнікі і пашталёны

Прапануйце сыну пагуляць у будоўлю, каб ён быў у ролі пад'ёмнага

крана, які дастаўляе ўсе цацкі ў патрэбныя месцы. А дачушка няхай часова пабудзе работніцай пошты, якая пакуе пасылкі. Вы нават не ўяўляеце, як дзяцей весяліць такая гульня!

Гульня 5. Хто хутчэй?

Уладкуйце «Алімпійскія гульні»: падзяліце пакой на дзве часткі і прыбірайце кожны сваю палову на хуткасць. Выйграе той, хто хутчэй прыбрэ сваю частку пакоя.



Гульня 6. Нам не страшны шэры воўк

Прапануйце дзіцяці раскласці ўсе цацкі па іх характарыстыках. Маленькія асобна ад вялікіх, мяккія — на адну паліцу, лялькі (салдацікі, роботы) — на іншую, кубікі — у адну скрынку, канструктар «Лега» — у іншую. Пацікаўцеся ў малечы: «Ці ёсць у цябе цацкі круглай (квадратнай, чырвонага колеру і г.д.) формы?» Ён іх адразу вам пакажа, а далей справа вашай фантазіі. Напрыклад: «Так, гэта чырвоная машынка. А дзе яе гараж?» (Дзе домік лялькі? Дзе жывуць мячыкі?) Калі ж дзіця толькі адказвае «Там!» і не спяшаецца саджаць ляльку на яе законнае месца, то можна ператварыць і гэта дзеянне ў гульню. Раскажыце, як лялька Маша вярталася «дадому»

на паліцу, якія прыгоды з ёй адбыліся ў дарозе. Магчыма, ёй сустрэліся шэры воўк, Бармалей або Кашчэй Бесмяротны? Падкажыце дзіцяці, што ляльцы неабходна яго дапамога і суправаджэнне да «дома». І наступны раз яно само не захоча пакідаць любімага слоніка або ляльку сам-насам з сур'ёзнымі небяспекамі!

Гульня 7. Загадкі-збіралкі

Апішыце малому прадмет, які ён павінен знайсці: «Гэта чырвонае і круглае». Здагадаўся? Вядома, мяч. Давай яго хутчэй пакладзем у кошык. А цяпер трэба знайсці тое, чым можна пісаць і маляваць. Правільна, гэта ручкі і алоўкі. Іх паставім у спецыяльную шклянчанку на стале.

Гульня 8. Госці для лялькі

У любімай лялькі Машы сёння свята? Выдатна, будзем сустракаць гасцей. А як жа запрасіць кагосьці ў дом, калі ў ім такі вэрхал. Хутчэй давай наведзем парадак у пакоі. Пасля таго як дзіця збярэ цацкі, зрабіце невялікае чаюванне з лялькамі.

Малечы імгненна ўключаюцца ў прапанаваныя бацькамі «конкурсы», нават няма неабходнасці абяцаць ім прызы. Шчыры ўдзел мамы ды адсутнасць у таты незадаволеннага погляду, адцягненага ад «мега-важных» спраў, — лепшая ўзнагарода для дзіцяці! Калі вы ўсё ж такі хочаце паабяцаць які-небудзь заахвочвальны прыз — лепш, калі гэта будзе штосьці не матэрыяльнае. Напрыклад, прагляд мультфільма, сумесная прагулка, чытанне любімай казкі.

Калі вы вырашылі прывучаць малога да ўборкі, то гуляйце разам штодзень, праяўляйце фантазію і прыдумвайце новыя гульні. Пры гэтым не забывайцеся кожны раз хваліць дзіця: «Як добра ты ўсё прыбраў!» Пахвала — самая моцная матывацыя.

Ідэямі дзялілася мама са стажам Аляксандра ЗДОР.

А як вы прывучылі сваіх дзяцей прыбіраць за сабой? Лістуйце!

■ Беларусікі

Хлопчык Мацейка жыве ў Оршы са сваімі бацькамі. Яму ідзе трэці годзік, і ён ведае ўжо шмат казак і забаўлянак. Мацейкава бабуля — настаўніца роднай мовы. Для ўнука яна купіла вышыванку, саматканы пояс і зладзіла восеньскую фотасесію.

Шаноўныя мамы і таты, бабулі і дзядулі! Шчыра запрашаем вас прыняць удзел у конкурсе «Беларусікі». Дасылайце здымкі ваших дачушак і сыночкі, унучкаў і ўнучачак, а можа, нават і праўнукаў (з невялічкім, 4-5 сказаў, аповедам пра фота) на адрас «Звязды».

Але адна ўмова — каб, зірнуўшы на фота, адразу ж было зразумела, што гэта «беларусікі». Арыгінальнасць і творчы падыход вітаецца! Аднаго з беларусікаў, якога мы ўбачым на здымках, чакае прыз



АЛЕСЯ
Часопіс жанчын Беларусі
Ідзе падпіска на 1-е паўгоддзе 2017 года!
74995 749952
індывідуальная ведамасная

ХАТНЯЯ ЭНЦЫКЛАПЕДЫЯ

ПАКАШТУЙЦЕ!

Марынаваныя галубцы з морквай па-карэйску

Лісце капусты бланшыраваць як на звычайныя галубцы. Прыгатаваць фарш з морквы, надзёртай па-карэйску, і часнаку. Закрасіць яго прыправай для карэйскай морквы. Начыніць гэтым фаршам галубцы. Складзі іх у слоічкі і заліць расолам — на 1 літр вады: 1,5 ст. л. солі, 0,5 шклянкі цукру, 0,5 шклянкі алею, 0,5 шклянкі воцату 9%, лаўровы ліст, перац чорны гарошкам. Усё даводзім да кіпення. Гэтым марынадам заліваем галубцы, 30 хвілін стэрэлізуем і пад «футра». Зімой адкрываем нашы марынаваныя галубцы і атрымліваем асалоду.

Пірог «Яблычны Спас»

Пірог уяўляе сабой удалае спалучэнне рассыпістага пясочнага цеста, мяккага далікатнага ванільнага тварагу, салодкіх яблыкаў з карычнай ноткай і верхняга пласта безз.

Спатрэбіцца. Для цеста: 1,5 шклянкі мукі, 2 ст. л. цукру, 100 г сметанковага маргарыну (можна ўзяць масла), 50 г смятаны, 1 жаўток, 0,5 ч. л. соды. Для тваражнага пласта: 250 г тварагу, 3 ст. л. цукру, 1 жаўток, ванільн. Для яблычнага пласта: 4-5 сярэдніх яблыкаў, карыца. Для безз (суфле): 2 бялкі ад вялікіх яек, цукар.

Разаграваем духоўку да 180—190 °С. Злучаем жаўток, цукар, растоплены маргарын, смятану, разрыхляльнік; змешваем да аднароднай масы. У сумесь прасейваем муку, замешваем мяккае пясочнае цеста. Размяркоўваем яго па форме, робім невысокія борцікі, праколваем відэльцам.

Тварог расціраем з цукрам, жаўтком, ванільнам. Размяркоўваем тварожную масу над пясочнай. Чысцім яблыкі ад скуркі і ад насення, нарэзаем на тонкія скрылікі. Раўнамерна выкладваем яблычныя кавалчкі на тварожны пласт, пасыпаем карыцай. Ставім пірог у духоўку і выпякаем 25—30 хвілін.

Тым часам рыхтуем безз: узбіваем бялкі, паступова дадаём цукар. Для суфле досыць пары лыжак цукру, а для безз трэба больш. У любым выпадку бялкі трэба ўзбіваць да ўстойлівых пікаў. Выкладваем бялковую масу на верх пірага і выпякаем яшчэ 10—15 хвілін (агонь зменшыць да 170 °С).

САЛОН ПРЫГАЖОСЦІ

Сакрэты, пра якія не раскажа ні адзін цырульнік

Выйшла з цырульні — прыгажуня, капа бліскучых валасоў на галаве струменіцца па плячах, валасок да валаска. Паўтарыла тое ж самае дома — і сучэльнае расчараванне. А ўсё таму, што цырульнікі ведаюць некалькі сакрэтаў, пра якія не любяць распаўсюджвацца.

Уся ўвага кончыкам. Толькі тым, у каго сапраўды сухая скура галавы, патрабуецца дадатковае ўвільгатненне кандыцыянерам па ўсёй даўжыні валасоў, у тым ліку і каранёў. Звычайна ж скура штодня вылучае дастатковую колькасць тлушчу, таму калі галава не мыецца кожны дзень, то кандыцыянер, нанесены на карані, толькі ўцяжарыць валасы і зробіць іх візуальна бруднымі. Таму цырульнікі рацяць наносіць кандыцыянер максімум на 2/3 даўжыні валасоў.

Лакіруем невідзімкі. Каб невідзімкі не спаўзлі, трэба запомніць адну хітрасць. Перш чым іх закалоць, пакладзіце заколкі на ручнік ці папяровыя сурвэткі і пырсніце на іх трохі лаку для валасоў. Дайце падсохнуць хвіліну-дзве.

Пераходзім на шоўк. Усе даўно ведаюць пра тое, што калі валасы выцерці кавалкам шаўковай тканіны, то яны на-

будуць неверагодны бляск. Але мала хто ведае, што і спаць лепш на шаўковай або атласнай падушцы. Бавоўна ўбірае ў сябе вільгаць з валасоў, і з-за гэтага з'яўляецца ранняй прычоска вядомая як «выбух на макароннай фабрыцы».

Масіруем галаву. Штодзённы масаж галавы падчас душу можа здацца пустым марнаваннем часу, але ён сапраўды стымулюе рост валасоў і ўзмацняе карані.

Грэбень. Большасць людзей на працягу многіх гадоў робяць адну і тую ж памылку — расчэсваюць вільготныя валасы масажнай шчоткай. Гэтага нельга рабіць ні ў якім разе. Замест яе лепш узяць грэбень з рэдкімі зубамі, валасы пацярпяць нашмат менш.

Не тым бокам. Усё жыццё ўсе пагалоўна заколваюць невідзімкі хвалістым бокам уверх. На самай жа справе ўсё павінна быць наадварот. Хвалісты бок якраз і быў прыдуманы для таго, каб лягчэй было збіраць валасы, а вось прамы — для таго каб іх утрымліваць.

Хаваем карані. Калі валасы фарбаваліся даўно, даводзіцца хаваць карані, якія адраслі. Для гэтага спатрэбіцца сухі шампунь (усё роўна, што галава чыстая) і грэбень, з дапамогай якіх робім зігзападобны прабор.

Непаслухмяныя валасы. Заўсёды ёсць дзве-тры вала-сінкі, якія зусім не жадаюць слухацца і класціся ў адведзенае для іх месца. Не трэба паліваць усю галаву лакам. Спатрэбіцца звычайная зубная шчотка, на якую пырскаецца лак. А потым акуратна ўсё ўкладваецца на месца.

Пышны хвост. Як ні сумна, але часам на галаве «ўсяго тры валасіны», з якіх атрымліваецца не конскі хвост, а хіба што мышыны хвосцік. Ёсць сакрэт, які дапаможа візуальна зрабіць хвост пышным і прыгожым. Пасля таго як завязаны звычайны хвост, трэба падзяліць яго на верхнюю і ніжнюю частку і закалоць у сярэдзіне маленькі крабик.

