

Ершова Онега

Чудеса
в ладошках



Онега Ершова

Чудеса в ладошках

«Издательские решения»

Ершова О.

Чудеса в ладошках / О. Ершова — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-905689-4

В книге «Чудеса в ладошках» представлены сюжеты сказочных историй и даны профессиональные советы для оказания помощи детям с такими проблемами как: тревожность, заикание, гиперактивность и нарушение внимания, проблемы со зрением, трудности произношения звука «р». Практические рекомендации ориентированы на развивающую и коррекционно-развивающую работу взрослых с детьми младшего школьного возраста. Могут быть использованы в самостоятельной работе школьников 8—10 лет.

ISBN 978-5-44-905689-4

© Ершова О.
© Издательские решения

Содержание

Волшебная трость	6
Подсказки к сказке «Волшебная трость»	14
Глаз дракона	16
Конец ознакомительного фрагмента.	23

Чудеса в ладошках

Онега Ершова

Иллюстратор Нина-Мария Юрьевна Григорьева

© Онега Ершова, 2018

© Нина-Мария Юрьевна Григорьева, иллюстрации, 2018

ISBN 978-5-4490-5689-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

От автора

Дорогой читатель, перед тобой книжка «Чудеса в ладошках». Название выбрано не случайно. В сюжете сказок записаны советы для тех, кто хочет избавиться от своих проблем или помочь другим справиться с трудностями.

Следуй простым правилам, которые написаны ниже, и ты сможешь овладеть новыми возможностями.

Итак: сначала каждую сказку нужно просто прочесть. Попробуй представить, все, о чем говорится в тексте. Ты заметишь, что некоторые предложения выделены другим шрифтом – курсивом и цифрами наверху в конце выделенной строки. Это и есть советы.

Запомни содержание выделенной части текста и цифру, если хочешь разобраться лучше. Опустив взгляд на самую нижнюю часть страницы, ты можешь найти под этой цифрой объяснение того, для чего нужно выполнять рекомендации и упражнения.

Прочитай сказку до конца и найди «Подсказки к сказке». Там написаны задания для того, чтобы научиться новым возможностям. Упражнения можешь выполнять самостоятельно или со взрослым.

Не спеши сделать все сразу. Чудеса совершаются постепенно. Удачи, мой юный читатель!

Волшебная трость

Эта история произошла давным-давно в далеком сказочном королевстве. В семье рыбака родился сын. Его называли Жан. Сынок был похож на маму светлыми волосами, большими голубыми глазами и добрым сердцем. Да вот беда – ребенок ничего не мог видеть. Погоревали родители, да делать нечего. Они любили малыша и старались во всем ему помогать. Вскоре во время шторма в море рыбак погиб. С той поры мать одна растила слепого сына.

Мальчик был очень привязан к ней. Он подолгу сидел на месте, перебирая камешки во дворе. Иногда раскачивался телом и грустил. Лицо его казалось неподвижным. Если мама звала Жана, он осторожно вставал и медленно шел на ее голос маленькими шажками, вытянув руки вперед, чтобы не упасть. Малыш любил, когда мать его обнимала и пела песни. Он мог часами слушать ее красивый голос, повернувшись боком. Так было ближе его ушко к губам матери и лучше слышно. Иногда, услышав, как мать плачет или смеется, он трогал пальцами ее лицо, чтобы понять, что в нем меняется. Постепенно Жан учился сам выражать чувства движениями бровей, губ.

Освоившись дома и во дворе, маленький Жан стал увереннее и смелее.

Мать всегда оставляла вещи на одном и том же месте. Говорила мальчику, что как звучит, двигается, пахнет и каково на вкус. Объясняла сыну, как выглядят предметы и где находятся, подводила к ним мальчика, чтобы он мог ощупать их руками.¹

Жан легко запоминал звуки птиц и животных, шум проезжающих мимо дома карет. По звуку шагов и голоса узнавал мать. Скоро малыш уже спокойно ходил по двору, зная все вокруг. Но за пределы двора малыш не выходил. Он пугался непонятного мира и чужих людей, не знал, как себя вести. Так прошло несколько лет. Мальчик подрос.

Однажды мать тяжело заболела и попросила сына сходить за помощью к соседке. Испуганный Жан первый раз в жизни один вышел на улицу. Закрыв за собой калитку, он осторожно прислушался. Был поздний вечер, и почти все стихло вокруг. Где-то хрипло залаяла собака. Мальчик вздрогнул и медленно пошел, держась одной рукой за забор, чтобы не потеряться. Скоро он почувствовал, как рука наткнулась на ворота соседнего двора. Жан громко постучал.

Долго тянулись минуты. Наконец, он услышал шаркающие шаги. Калитка со скрипом отворилась и старушечий голос произнес:

– Что тебе, Жан? Почему так поздно стучишь?

Мальчик, запинаясь, ответил:

– Мама больна и просила Вас подойти.

Бабушка грустно вздохнула и пошла за Жаном.

Увидев больную, соседка приложила свою руку к ее горячему лбу. Послушала хриплое дыхание и покачала головой:

– Нельзя терять ни минуты. Нужен врач. У нас в деревне его нет. Беги в соседнюю деревню за доктором. Его дом стоит на самом краю. Не ошибешься. Он первый.

Мать слабо запротестовала:

– Он же не видит. Заблудится в дороге. Не надо. Я сама...

Соседка строго перебила ее:

– Сама ты и с кровати не встанешь! А мне тоже до соседней деревни не дойти. Силы не те. Все остальные уже спят и дверь вам не откроют. Так что идти ему.

¹ Важно создать знакомую обстановку вокруг слепого, чтобы он мог легко ориентироваться и не боялся окружающего пространства. Необходимо специально знакомить со всеми новыми предметами и маршрутами. Чтобы у ребенка было полное представление о всех свойствах предмета, следует дать возможность почувствовать мир всеми имеющимися доступными ему способами (ощупать, послушать, ощутить запах, а съедобное – попробовать на вкус).

Жан задрожал от неуверенности и страха. Бабушка отвела его в сторону и сказала:

– Нужно идти быстро и по самой короткой дороге, если хочешь, чтобы мама выздоровела. Тропинка начинается сразу за воротами твоего дома. По ней пойдешь прямо. Никуда не сворачивай!

На море песчаная коса. Это длинная полоса из песка. Начинается сразу за большим камнем на берегу. Не ошибешься. От берега уходит в море. Когда волны откатываются назад во время отлива, эта полоска из песка не скрыта водой. Не волнуйся. Пойдешь по песчаной косе медленно. Я дам тебе палку-трость, чтобы ты ею дорогу ощупывал. Как только трость коснется воды, остановись.

Недалеко от косы на воде плавучий маяк. Это корабль красного цвета, он закреплен якорями к дну моря. Поставлен, чтобы предупредить о мелком дне тех, кто в море. Ах, да, ты не видишь... Но по звуку услышишь. Волны бьются о борт корабля сильнее. Нужно доплыть до него. Это недалеко, как ваш двор. Не бойся. Сумеешь! У тебя есть волшебная трость. Если впереди опасность, она начинает звенеть. Потрогай рукой круглый шар наверху трости. Когда будешь на краю песчаной косы, повернешь его вправо и стукнешь тростью об отмель. Палка станет канатом, такой толстой веревкой, и дотянется до маяка. Держась за него, ты и доплывешь.

Там найдешь старого смотрителя. Это мужчина, который следит за порядком на корабле. Попроси его довезти тебя на лодке до соседней деревни. Но помни, если начнется прилив на море, то волны приблизятся и скроют песчаную косу. Вода будет выше твоего роста. Поэтому тебе нужно попасть на маяк раньше. Приливы и отливы бывают дважды в день. Длятся несколько часов. Ты успеешь. Да и трость может выручить из беды.. Все ли ты запомнил?

Жан прошептал едва слышно:

– Все. Я готов.

Старушка одобрительно кивнула и подтолкнула его к выходу:

– Я останусь с твоей мамой, пригляжу за ней. Иди!

Мальчик осторожно двинулся к выходу, нащупывая тростью дорогу, и скоро вышел на тропинку.

Ветерок ласково трепал его волосы, вокруг было тихо и тепло. Жан пошел вперед, прислушиваясь к каждому звуку. Скоро он почувствовал свежее дыхание моря и услышал шум волн. Под ногами захрустел песок и мелкие камешки. Трость зазвенела, наткнувшись на что-то большое и твердое.

Жан постучал тростью по препятствию. Наклонился вперед и коснулся рукой. «Это большой камень, о котором говорила соседка, – понял мальчик – за ним песчаная коса...» Жан медленно обошел огромный камень и вышел на тропу.

Вытянув трость в правой руке, он начал двигаться по отмели, размахивая палкой, как маятником. Шаг правой ногой, а трость наискосок вытягивал вперед и влево, шаг левой ногой, трость – вправо.² Так мальчик шел довольно долго.

Вдруг трость зазвенела, ее кончик провалился в воду. Жан чуть не упал и закричал от страха. Сердце его сильно билось, словно хотело выскочить из груди. Наконец мальчик отдышался и прислушался к звукам. Впереди и чуть слева от него плеск волн слышался немного громче и по-другому, словно они бились обо что-то твердое. «Там плавучий маяк, теперь

² При изучении любых новых маршрутов применяется маятниковая техника, которая в большей степени обеспечивает безопасность и самостоятельность передвижения незрячего в любой обстановке. Она расширяет зону контролируемого пространства, «удлиняя руку». Исходное положение: ноги вместе, рука до локтя опущена вниз и слегка прижата к телу; кисть впереди на 20 см на уровне пояса; три пальца руки охватывают ручку сверху, указательный палец лежит вдоль стержня трости с внешней стороны, а большой палец также лежит вдоль трости сверху. Из этого положения начинается отработка ритмичных маятниковых движений тростью в такт шагов идущего незрячего. Трость передвигается справа налево и слева направо, как маятник.

нужно нацелиться тростью точно на корабль, иначе канат пропадет в море». Жан глубоко вдохнул, вбирая носом морской воздух, раздувая живот. Затем резко выдохнул через рот, втягивая живот в себя. Это его успокоило.

Жан повернулся лицом к кораблю. Нашупал рукой набалдашник на трости, повернул его вправо и стукнул о песчаную косу. Трость в руке сильно задрожала. Он едва удержал палку. Толстый канат выскочил из набалдашника трости, быстро потянулся к маяку и скоро достиг борта корабля. Жан почувствовал, что веревка завязалась узлом. Он потянул трость на себя и сделал маленький шаг вперед. Носок ноги оказался в воде. Мальчик подумал и обвязал канат вокруг себя, закрепив трость на поясе. Затем осторожно спустился в море. Жан одной рукой схватился за канат и начал подтягиваться в сторону корабля, а другой рукой начал грести.

Внезапно что-то коснулось ноги мальчика. Он испуганно отпустил канат. Забарабанил с силой по воде руками и ногами, чтобы развернуться, и тут большая волна накрыла его с головой. Захлебываясь, мальчик на мгновение погрузился под воду. Рядом проплыло что-то большое. Жан вынырнул и громко закричал от страха. Длинные щупальца с присосками обвились вокруг его ноги и потянули вниз. Канат не давал осьминогу утащить мальчика в глубину. Мальчик начал бить по щупальцам свободной ногой, держась руками за канат. Жан знал, что укус осьминога может быть смертельно опасным. Мальчик набрал как можно больше воздуха и погрузился под воду. Он вспомнил про трость. Пальцами нашупал набалдашник и повернул вправо.



Трость задрожала и засветилась в воде ярким светом. Щупальца осьминога дрогнули и присоски отцепились от тела мальчика. Жан изо всех сил поплыл к маяку.

Он не видел, как из набалдашника трости в воду выскользнуло маленькое существо, поросшее бело-рыжей шерстью. Его крохотные крылышки были сложены на спине, а три длинных хвоста извивались в воде. Осьминог заинтересованно подплыл к нему поближе. Существо подняло косматую лапку и острым коготком укоризненно помахало перед осьминогом. Ось-

миног грозно насупился, побагровел, схватил существо за хвост и проглотил. Какое-то время довольный осьминог прислушивался к ощущениям внутри себя. Внезапно он стал меняться. Глаза выпучились наружу, и он начал набухать. Все больше и больше, и скоро раздулся, как огромный мыльный пузырь, беспомощно покачиваясь на волнах. Осьминог не мог двинуться сам, и волны легко подбрасывали пузатое и лупоглазое чудище, похожее на шар с коротенькими отростками. Еще минута, и раздался сильный треск. Пузо осьминога лопнуло, выпуская рыжее существо, увеличенное в размерах. Осьминог закувыркался вверх тормашками, неловко барахтаясь в воде. От страха он выпустил чернильное пятно и бросился наутек. Рыжехвостое существо довольно фыркнуло, вспыхнуло искорками и превратилось в легкий дым, который устремился внутрь набалдашника трости в руке у Жана.

Мальчик не заметил этой странной борьбы двух существ. Он быстро плыл к кораблю и скоро почувствовал, что трос поднимается вверх. Плеск волн о борт корабля подсказал Жану, что он на месте. Мальчик подтянулся руками и стал забираться по канату на палубу. Ослабленный, уставший, взволнованный, он терял силы. Собравшись, Жан сделал последний рывок вверх и перебрался на борт плавучего маяка.

Несколько мгновений мальчик лежал на палубе, пытаясь отдышаться. Он заплакал от усталости и переживаний. Но через минуту, вспомнив про маму, заставил себя подняться и, пошатываясь, побрел вперед. Канат потянулся следом. Мальчик отвязал конец веревки от пояса и взял трость в руки. Трость задрожала, и канат исчез.

Жан наощупь добрался до каюты (помещение на корабле, где живут люди) и постучал. Ответа не услышал. Он начал колотить ногами по двери каюты и кричать. Через минуту за дверью послышался изумленный вскрик, звук быстрых шагов и открывающейся двери. На Жана пахнуло теплом и уютом каюты. Он зашатался от слабости и стал медленно сползать на пол. Сильные мужские руки подхватили его, и хриплый низкий голос закричал с удивлением:

– Глазам не верю. Ты как здесь оказался?!!!

В ответ Жан горько заплакал. Смотритель крепко сжал его в объятиях и смущенно забормотал:

– Ну-ну, успокойся, мальчик. Все уже позади. Я рядом. Пойдем в каюту, ты расскажешь, в чем дело.

Выслушав Жана, смотритель плавучего маяка тут же спустил на воду лодку. Посадив в нее ребенка, направился в сторону деревни, где жил доктор. Мужчина греб быстро и мощно. По дороге молчали. Жан, закутанный в теплое одеяло, успокоился и согрелся. Они довольно быстро добрались до берега.

Подавая руку мальчику, чтобы сойти на берег, смотритель сказал твердо:

– Я провожу тебя. Позовем врача и вместе с ним поедem к твоей маме. Потом отвезу доктора обратно домой. Не волнуйся. Все будет в порядке! Держись за мою руку!

Жан глубоко вдохнул, вбирая носом влажный прохладный морской воздух, раздувая живот. Затем резко выдохнул через рот, втягивая живот в себя. Это его немного успокоило.³

Смотритель положил ладонь левой руки мальчика на свою правую руку сзади, чуть выше локтя. Сделал полшага вперед, чтобы его тело наполовину закрывало ребенка, и тот при ходьбе не наткнулся на препятствие. Затем сказал:

– Идем за мной. Я буду говорить тебе обо всем, что будет на пути.⁴

Жан благодарно кивнул и сжал левой ладонью руку проводника. Правой рукой мальчик начал осторожно нащупывать дорогу тростью. Они медленно двинулись вперед. *Смотритель старался подстроиться к шагам мальчика и объяснять все, что встречалось по дороге.*

³ Диафрагмальное дыхание (животом) позволяет снять психоэмоциональное напряжение, расслабиться, принять верное решение при стрессовой обстановке, войти в ритм, необходимый для нормальной (гармоничной) жизнедеятельности внутренних органов.

⁴ Один из способов оказания помощи при ходьбе с незрячим в незнакомом пространстве.

О каждом камне, веточке и ямке. О том, что происходит вокруг. Громко, спокойно и внятно. Жан почувствовал себя уверенным и защищенным.

Мальчик полностью доверился смотрителю маяка. Тот сам нашел доктора и все ему рассказал. Всю обратную дорогу Жан спал в лодке.

Очнулся он уже около дома. Смотритель внес его во двор на сильных и теплых руках. Доктор постучал в дверь старенького дома. Соседка открыла дверь и пригласила всех войти.

Жана перенесли на кровать и заботливо укутали одеялом. Тем временем доктор начал осматривать больную.

Мальчик проснулся только утром. Он не видел, что солнце уже ярко осветило окрестности, но слышал, как на кухне забрякала посуда.

– Мама! – радостно вскрикнул Жан и бросился на кухню. Но остановился в нерешительности на пороге. Шаги человека, который готовил завтрак, были более тяжелые, медленные, а дыхание немного хриплым.

– Встал, наконец? – пробурчала соседка. – А ты настоящий герой! Какое испытание преодолел! Совсем мужчина стал! Мама пока слаба. У нее был приступ. Сейчас она говорить и двигаться сама не может. Это постепенно пройдет, если ты будешь выполнять все предписания врача. Я всю ночь просидела рядом с ней. Доктор выписал настойки. Они на столе. Позавтракаем, и я тебе объясню, как маму лечить. А потом пойду домой. Устала от бессонной ночи. Буду заходить каждое утро и проверять, как у вас дела, да еду приносить. Хорошо?

Жан закрутил, но кивнул старушке в знак согласия.

После завтрака соседка начала объяснять ребенку:

– Вот здесь на столе две бутылочки. На одной наклейка желтого, а на другой – красного цвета. Бутылочки одинаковые, а лекарства в них разного действия. Бутылочку с желтой наклейкой я завязала лентой на бант. Потрогай. Маме принимать по ложке один раз в день. На бутылочку с красной наклейкой я надела резинку. Дотронься пальцами. Чувствуешь разницу? Это давать маме по ложке три раза в день после еды.

Жан еще раз прикоснулся пальцами к бутылочкам. Сначала ощупал внимательно пальцами ту, что была с красной этикеткой, и удивленно сказал соседке.

– Странно как. Мне кажется, когда я провожу по наклейке пальцами, то будто тепло чувствую, и что-то мешает, будто пальцы вязнут.

– Надо же! Замечательно! Не каждый может так цвет почувствовать. Это редкость большая! – воскликнула старушка. – Такие ощущения у тебя красный цвет вызывает на коже. Запомни их. А что ты чувствуешь, когда касаешься пальцами другой наклейки? Жан прислушался к ощущениям, поглаживая этикетку подушечками пальцев.

– *Пальцами тепло и легко скользит по коже. Ничего не мешает, – пробормотал он с удивлением.*⁵

– Умница! – обрадовалась бабушка. – Это желтый цвет. Осторожно отверни крышку и понюхай. Подумай, что напоминает тебе этот запах?

– Как будто мятой пахнет и еще чем-то... – прошептал мальчик.

– Так! – согласно качала головой соседка. – Теперь я тебе даю бутылку с красной этикеткой. Возьми в руки. Понюхай. Что чувствуешь?

– Горький запах и неприятный. Слово в нос дает. Да. Я смогу их отличить! – торопливо воскликнул Жан.

– Молодец! Закрой скорее. В рот брать самому нельзя ни в коем случае. А то беда будет! Это только больным нужно! – торопливо объясняла старушка. Теперь ты сможешь отличить

⁵ Способы развития «кожного зрения у слепых»: с помощью движений пальцев по предмету ощущать цвет: теплоту, вязкость, сопротивляемость движениям и т. д. (Н. И. Судаков, А. Г. Литвак и другие) В процессе специального и длительного обучения можно развить у 18–20% незрячих.

бутылочки по банту и резинке, запаху и ощущениям на коже, когда трогаешь наклейку. Но я оставлю на время трость. Она зазвенит, если ты будешь ошибаться. И звоном напомнит время приема лекарств.

– Спасибо Вам! – улыбнулся сквозь набежавшие слезы мальчик.

– И еще... Маму нужно кормить. Бульоны и каши я наварю, но целый день тут с вами находиться не могу. Сам справишься?

– Смогу! – твердо ответил Жан.

– Вот и славно. Оставайся за хозяина! – с улыбкой в голосе ответила старушка и вышла из дома.

День прошел незаметно. Мальчик прислушивался к удивительной трости. Она давала нужные сигналы. Во время приема лекарства в набалдашнике звучали короткие гудки. Когда Жан случайно путал лекарство, трость звенела непрерывным и долгим гудком.

Поздно вечером уставший мальчик запер ворота во дворе на ночь и пошел спать. Входя в комнату, он вдруг почувствовал едва уловимые изменения. Жан замер на мгновение и втянул носом воздух. Никаких запахов не ощущалось. Он прислушался. В доме было тихо, только из комнаты матери слышалось глубокое и шумное дыхание. Жан сделал несколько неуверенных шагов вперед, вытянув руки. Трость была оставлена у стола. До нее оставалось метров пять.

Медленно переступая, он затаил дыхание и внимательно слушал. Через три шага мальчик почувствовал на уровне лица какое-то легкое движение, будто прикосновение ветра. Он понял, что перед ним что-то или кто-то стоит.⁶

Срывающимся от волнения голосом Жан крикнул:

– Кто здесь?

Мама в соседней комнате заворочалась и застонала. Он метнулся в ее комнату, подал стакан воды, погладил по руке и подождал несколько минут, пока она успокоится и уснет крепче.

После этого решительно выбежал к столу и замахал яростно руками по воздуху, чтобы достать невидимку. Нечаянно задел рукой трость. Она с гулким грохотом упала на пол. Жан вздрогнул, поднял палку и бережно приставил к столу.

– Видимо, показалось... – прошептал мальчик и направился спать в свою комнату.

Уютно устроившись на кровати, накрылся с головой и постарался заснуть. В голову лезли странные мысли. Сердце яростно колотилось в груди, не желая успокаиваться. Мальчик решил притвориться спящим, чтобы все выяснить. Он долго неподвижно лежал на кровати, а потом глубоко и ровно задышал, будто во сне.

Через пару минут в большой комнате, где стояла трость, раздался шум. По полу прокатилась легкая вибрация. Жан ощутил всем телом это дрожание. Он испуганно ждал, боясь пошевелиться. Мальчик не видел, что комната осветилась ярким розовым светом. Трость поднялась в воздух. Ее набалдашник раскололся на пять равных частей, словно раскрылись лепестки у бутона цветка. Из центра трости вылетело уже знакомое нам маленькое существо. Его легкие прозрачные крылышки затрепетали, как у стрекозы. На голове появились мохнатые ушки-рожки и встали торчком, прислушиваясь к каждому звуку.

Мордочка, покрытая рыжей шерстью, была довольно забавной. Огромные синие глаза вспыхивали ярким светом. Зрачки то сужались до узкой полоски, то расширялись. Нос тоже ходил ходуном, принюхиваясь к запахам. Губы, как у человека, пухлые и розовые. Их словно

⁶ Это так называемые «вибрационные ощущения» слепых. Их можно развить, если специально обучать слепых. В случае тренировки слепые по вибрациям различных частот и интенсивности узнают походку знакомых, определяют вид, направление движения и удаленность транспорта, по вибрациям гортани контролируют свою и воспринимают чужую речь, музыку по вибрациям инструментов и другое. Это помогает им познавать мир и ориентироваться в пространстве. Так, слепые способны на расстоянии ощущать наличие даже неподвижного, не издающего звука предмета (дерево, стена и другие). Желательно, чтобы предмет при обучении подбирался выше роста слепого.

выткали из множества маленьких мягких подушечек. Когда рот раскрывался, были видны белоснежные острые зубки.

Существо облизнуло губы розовым длинным язычком и спрятало язык внутрь. Затем оно хлопнуло в пушистые лапки с острыми коготками и опустилось на пол. Стало расти, быстро увеличиваясь в размере. Вскоре уже было таким большим, что чуть-чуть не доставало до потолка.

Сложило крылышки, подняло вверх три своих длинных пушистых хвоста рыжего цвета в белую полоску, и начало заплетать хвосты в косу. Когда длинная бело-рыжая коса была готова, существо спрятало ее в большой карман на животе. Как в сумку у кенгуру.

Существо тихо двинулось на длинных задних лапах в комнату мамы, сжав в кулачки передние короткие лапки и прижав их к груди.

Жан услышал, как кто-то с шуршанием передвигается по дому. Он незаметно выполз из-под одеяла. Опустил ноги на деревянный пол и на носочках медленно пошел в сторону шума. Мальчик понял, что звуки доносятся из комнаты матери, и, возможно, ей угрожает опасность. Жан очень любил свою мать и готов был защищать ее. Он бесшумно двинулся вперед, держась руками за стенку.

В это время пушистое сказочное существо уже добралось до кровати, где спала больная женщина. Мать лежала на боку. Она тяжело дышала, капельки пота блестели на горячем лбу. Сухие губы потрескались и покрылись серым налетом.

Рыжехвостое существо внимательно оглядело больную. Затем, словно что-то заметив, наклонилось над ее головой. Тихонько фыркнуло. Из губ вырвалось розовое облачко и окутало лицо мамы. Длинный узенький язычок высунулся изо рта существа и на конце раздвоился, словно щупальца. Этим раздвоенным кончиком существо ловко извлекло из уха матери серую букашку с хоботком.

Букашка отчаянно пыталась вырваться, извивалась и пищала. Но длинный язык цепко держал ее. Рыжехвостое существо засунуло вредителя в рот и острыми зубами с хрустом раздавило тельце жучка. Затем мурлыкнуло от удовольствия и проглотило букашку.

Так повторялось еще два раза. В каждый раз новая букашка, похожая на клеща, извлекалась из уха больной и безжалостно проглатывалась.

Наконец волшебное существо взмахнуло хвостом и развеяло розовое облачко над головой матери. Оно уже приготовилось возвращаться обратно, как тут заметило мальчика.

В это мгновение Жан стоял на расстоянии одного шага от существа, готовясь к прыжку. Мальчик чувствовал на лице и теле легкое дрожание, слышал писк, шуршание, хруст и мурлыканье. Он понимал, что кто-то выше его роста стоит прямо перед ним. Жан пытался точно рассчитать направление движения.

Существо мгновенно схватило мальчика цепкими лапками, взлетело к потолку и перенесло Жана в соседнюю комнату. Ребенок хотел закричать, но коса из хвоста завязала ему рот.

– Шшшш... – прошуршало в ухо мальчика. – Не сопротивляйся. Меня зовут Люрфик. Я добрый. В твою маму заползли злые цвякиши. Она умерла бы, если бы я не достал их. Понимаешь, я лишь помогаю вам. Завтра твоя мать проснется здоровой, а я спокойно улечу в свой мир через проход в набалдашнике трости. В нашей сказочной стране есть добрые и злые волшебные существа. Ваша соседка долгое время охраняла вход в ваш мир, но теперь старая стала, не за всеми может уследить. Вот злые цвякиши и выползли наружу. Ваш дом ближе всего, и твоя мать попалась им под хоботок. Требуется новый хранитель. Ты не будешь кричать?

Жан отрицательно затряс головой. Хвост открыл мальчику рот. Существо заглянуло ему в глаза и продолжило шепотом:

– Тебе устроили испытание, предложив добраться ночью одному до врача. Ты проявил себя как смелый, добрый и ответственный. Справился со своим страхом, был внимателен и ловок. Научился ориентироваться в пространстве, чувствовать препятствия и опасность. Ты

нам подходишь. Согласен стать новым хранителем? Соседке нужен покой. Все-таки человек старый. Она передаст тебе трость и забудет обо всем. Что скажешь?

– Я?... – пролепетал смущенно Жан – А что я должен делать, Люрфик?

Тот ответил вполголоса:

– Просто держи трость всегда при себе, проверяй, не открутился ли набалдашник влево. Это открывает портал. Если обнаружишь, что кто-то проник в ваш мир, то тут же вызывай меня. Ты знаешь, как это сделать. Повернуть набалдашник вправо и стукнуть о землю тростью. Можешь вызывать меня в любое время, когда тебе понадобится помощь. Ну что, готов? Согласен?

– Да... – выдохнул застенчиво Жан и обнял пушистое сказочное существо. Люрфик нежно замурлыкал в ответ и облизнул язычком лоб мальчику, пустив розовое облачко. Так стояли обнявшись два живых существа из разных миров. Звезды с небес улыбались им своими ослепительными улыбками-искрами.

Подсказки к сказке «Волшебная трость»

Это история о слепом мальчике. Прочитав сказку, ты поймешь, что чувствует незрячий в сложной и незнакомой ситуации, какие проблемы испытывает, когда и как следует его поддерживать, что слепой умеет делать лучше некоторых здоровых людей.

Прочти выделенный курсивом текст и комментарии под ссылкой на странице 5

Подумай и ответь

Почему мама слепого мальчика не меняла расположение предметов мебели дома и во дворе? Зачем она рассказывала сыну о том, что вокруг? Как незрячий чувствует мир, если он его не видит? На какие признаки он при этом ориентируется?

Пробуй и овладевай:

Обследуй предмет с закрытыми глазами (большой предмет – двумя руками одновременно сверху вниз, маленький – в ладонях, ощупывая пальцами всю поверхность).

Перечисли доступные признаки обследуемого предмета (звучание, величину, форму, вкус, запах, цвет, расположение в пространстве, предназначение).

Прочти выделенный курсивом текст и комментарии под ссылкой на странице 8

Подумай и ответь:

Почему способ передвижения с тростью, которым пользовался Жан, назван «техникой маятника»? В чем его особенность? (Как пальцы захватывают трость, чтобы было удобно передвигаться? Какие движения нужно выполнять концом трости, чтобы не ударить по своей ноге и не задеть окружающих? Если ты делаешь шаг правой ногой, то в какую сторону должен направить конец трости?) Как ты думаешь, при передвижениях с тростью незрячему может понадобиться помощь зрячего? Почему? Какая?

Пробуй и овладевай:

Возьми трость или лыжную палку так, как сказано в примечаниях под цифрой, и попробуй выполнить технику маятника, передвигаясь по комнате. Сначала с открытыми, а затем с закрытыми глазами.

Прочти выделенный курсивом текст и комментарии под ссылкой на странице 12

Подумай и ответь:

Дыхание грудью или животом может помочь успокоиться? Нужно ли поднимать при этом плечи, как ты думаешь?

Пробуй и овладевай:

Одну ладонь положи на грудь, чтобы она была неподвижна, а вторую – на живот. Следи, чтобы грудь и плечи были неподвижны. Поднимается и опускается только живот. Сделай глубокий вдох, надувая живот (под счет до 3). Задержи на счет «один-два» и выдохни (под счет до 4) так, чтобы живот полностью опал и был втянут в себя. Выполни 3—5 раз.

Прочти выделенный курсивом текст и комментарии под ссылкой на странице 13

Подумай и ответь:

Скажите, где должен стоять зрячий, чтобы закрыть слепого от возможных препятствий при ходьбе? Зрячий держит слепого или слепой сам держится за руку зрячего? Как должна располагаться рука слепого на руке зрячего? Быстро или медленно следует идти провод-

нику? Нужно ли при этом что-нибудь рассказывать слепому? Почему нужно приноравливаться к шагам слепого?

Пробуй и овладевай: Попробуй выполнить этот способ помощи, передвигаясь по комнате с человеком, у которого закрыты глаза.

Глаз дракона

В одной деревушке жила бедная семья. Муж и жена любили друг друга. На свет у них появились близнецы: Иван и Федор. Росли малыши не по дням, а по часам. Оба кареглазые, темноволосые, круглолицые.

Иван был крепкий, молчаливый, добрый, рассудительный. Помогал родителям по дому и в поле. Мама с папой и все окружающие любовно называли мальчика – Ванечка.

Федор был худенький, любопытный, стремительный и непоседливый. За что бы он ни брался – всё не доделывал или ломал. Вечно совал нос куда его не просили. Появлялся неожиданно. Привлекало его обычно то, что запрещали. Любил поговорить. Слова вылетали пулей из его рта. Трудиться он не любил, больше бегал по двору или в поле. Соседи называли его – Федька.

Отец спокойно их поправлял:

– Его зовут Федор.

После сбора урожая родители ездили на ярмарку. Обычно детям покупалась игрушка на двоих или сладости.

За старшего всегда оставался Иван. Нелегко ему было сдерживать суетливого Федора. Тот вечно падал, бегал с разбитым лицом и коленками, шумел. Иногда так сильно размахивал руками при разговоре, что Ивану доставался нечаянный удар.

Ванечка старался не сердиться, потому что любил брата, никогда сам в драку с ним не вступал, заступался перед чужими. Даже на сломанные игрушки реагировал спокойно. Печально вздыхал:

– Жаль, что сломалась, теперь нам с тобой не поиграть будет.⁷

Федька моргал виноватыми глазами, но тут же беспечно махал рукой:

– Ну и ладно, в другое что-нибудь поиграем.

Однажды родители решили поехать на ярмарку в соседний город. Они оставили мальчикам еды и строго-настрого приказали со двора не выходить. Мать шепнула Ивану, чтобы тот глаз не спускал с Федора. Ванечка спокойно кивнул и обнял мать. Федька к родителям так и не подошел проститься. Гонял голубей во дворе.

Родители уехали. Иван пошел запирать ворота и услышал грохот за спиной. Он оглянулся. Федор в погоне за голубем не заметил ведра с водой и наткнулся на него, расплескав всю воду. Иван покачал головой:

– Ты смотри под ноги, когда бежишь, брат. Теперь нужно на родник за водой сходить, иначе нам и чая не попить.

Федька поднялся с земли и, потирая ушибленную коленку, кивнул:

– Так я сбегаю быстро! Открой ворота.

Иван возразил:

– Пойдем вместе. Тебе одному тяжело будет нести.

Братья взяли в руки по ведру и пошли за водой. Вскоре впереди блеснула прозрачная гладь родника. Иван повернулся к Федору:

– Поставь ведро на землю. Сейчас я воду наберу, ты подожди.

Федор с грохотом пододвинул пустое ведро поближе к брату и с любопытством начал вертеться по сторонам. На ромашку сел большой мохнатый шмель с полосатым брюшком.

⁷ Гиперактивность – это не агрессия и не злость. Это проблемы нервной системы. Импульсивный и суетливый ребенок плохо контролирует свои действия. Требуется терпение, понимание, любовь и спокойствие при общении с ним. Лучшие средства – договор и опыт, объяснение последствий ситуации. Главное – заинтересовать и дать возможность понять.

У Федьки разгорелись глаза. Он подкрался и хлопнул ладошкой по лепесткам цветка. Шмель сорвался и с гулом полетел прочь. Мальчик ринулся за ним.

Иван в это время уже налил одно ведро и наполнял второе. Он любовался чистой прохладной струей, которая со звонким шумом падала в ведро, и улыбался отражению лучей солнца в брызгах воды. Когда оба ведра были наполнены, Иван обернулся. Федора рядом не было.

Мальчик с тревогой крикнул:

– Федя, ты где? Иди ко мне!

Только лес отозвался шелестом листвы, да птица, сидевшая рядом на ветке, испуганно вспорхнула вверх. Сердце у Ивана застучало быстрее, и на щеках вспыхнул от волнения румянец. Мальчик взял ведра, донес их до дома. Поставил рядом с крыльцом и пошел искать непутевого брата.

А в это время Федька в погоне за шмелем забрался уже далеко в лес. Глухая чаща обступила мальчика со всех сторон. Даже птицы приумолкли.

Стало темно, потому что и солнечный свет не мог пробиться сквозь густые кроны огромных толстых деревьев. Шмель вел себя странно. Он то улетал подальше, то садился совсем рядом на травинки и цветочки. Подпускал поближе мальчика и опять взлетал.

Наконец насекомое село на старый рассохшийся пенёк. Мальчик бросился нему, но тут шмель ударился о пенёк и превратился в седого бородатого старика с когтистыми лапами вместо рук и мощными челюстями. Федор вздрогнул от испуга и отступил в сторону.

Старичок хрипло захохотал:

– Попался, дружок! Слышал я о тебе немало, ты бестолковый и грубый. Сколько птиц и насекомых покалечил, сколько деревьев переломал. Вот теперь поплатишься. Будешь на мою семью работать. Не пытайся убежать, а то прикажу моим детям жалить тебя до тех пор, пока не умрешь. Или сам перекушу твою худую шейку.

– Кто ты такой? – изумленно пролепетал Федор. – Я никого не трогал, просто играл. Сами под руки и под ноги подворачивались. Я не хотел никого обидеть. Не специально!

– Я лесной царь! – важно пробормотал старичок. – Не хотел – это не значит, что не сделал. Будешь впредь осторожнее и внимательнее. Слишком быстрый. Посмотрим, каков ты в работе. Ступай за мной в пещеру.

– Не пойду я! Домой хочу! – возмутился Федька и решительно повернулся назад. Но вдруг почувствовал, как его ноги что-то опутало. Он опустил голову. Две гадюки обвились вокруг ног и угрожающе зашипели. Тело мальчика покрылось от страха капельками пота.

– Ступай за мной! – мрачно приказал старик. Мальчик повиновался.

Прямо перед ними был вход в пещеру.

Дверей не было, но у входа стояли стражи – огромные бурые медведи.

Федор прошел через проход и с любопытством взгляделся в полумрак. Внезапно вспыхнул яркий зеленоватый свет, и мальчик разглядел жилище лесного царя. Все стены были увиты цветами и благоухали тонкими ароматами.

На потолке расположилось множество разноцветных бабочек. Их крылышки трепетали, и казалось, что потолок плывет. Ковер на полу был сделан словно из пуха. Федор пригляделся. Это был мох. Мягкие ворсинки ласково касались ног.

Вместо трона посреди зала стояло необычное кресло из переплетенных стволов живых деревьев. На их ветках зеленели листья, обдуваемые ветерком. Корни уходили в пуховую перину.

Прямо по стенам медленно стекали струйки ручейка, отдавая влагу всему живому вокруг. Избыток воды сочился через отверстие вниз.

Федор с любопытством заглянул в дыру: там стоял бассейн, наполненный водой. Стенки бассейна подогревались специальными лампами. Вода прогревалась и постепенно испарялась, поднимаясь сквозь дыру в залу царя. Воздух был насыщен влагой. Дышалось необычно легко.

Старичок важно опустился на свое кресло, взял в руки крючковатый посох из карельской березы и кивнул мальчику:

– Садись!

Тот недоуменно огляделся. Других стульев и кресел не было. Тогда Федор опустился на мягкую подстилку из мха и на мгновение застыл неподвижно, но вскоре опять начал вертеть головой по сторонам и трогать ладошками все, до чего мог дотянуться.

– Ты, я вижу, спокойно сидеть не умеешь! – загрохотал голос старика. – Если не угомонишься, прикажу связать тебя, чтобы не мельтешил перед глазами. Слушай внимательно, когда с тобой говорят, и смотри в глаза!

Федор перевел взгляд на лесного царя и затараторил:

– Я слушаю-слушаю. Когда меня отпустите домой? Брат точно уже волнуется. А родители приедут с ярмарки и начнут меня искать.

Старик нахмурил брови и грозно ударил посохом об пол.

В зал вбежал огромный серый волк. Подбежав к царю, он что-то тихо проскулил ему на ухо. Тот кивнул, улыбнулся в бороду и сделал знак волку.

Через минуту в зал ввели связанного Ивана. Он испуганно озирался по сторонам, но молчал.

Лесной царь обратился к Федору:

– Вот твой брат Иван. Мои слуги поймали его в лесу, когда он шел за тобой. Я хочу дать тебе задание. Пока ты его не выполнишь, твой брат будет у меня в темнице. Если вздумаешь убежать, то больше его не увидишь никогда. Не сумеешь исполнить службу, то и сам погибнешь. Только смелым, внимательным, трудолюбивым и добрым по плечу выполнить это задание. Готов ли ты к испытанию?

– А если я откажусь? – пролепетал Федор.

– Тогда вы оба навсегда останетесь в лесу. Я превращу вас: твоего брата – в медведя, а тебя – в колючего ежа. Никогда больше вы не увидите свой дом и родных.

– Можно ли мне пойти с братом? – спросил хриплым голосом Иван. – Ему одному будет очень трудно.

– Нет! – резко оборвал старик – Это его испытание, а не твое. Жди смирно.

Федька почесал упрямый затылок и потом задорно махнул рукой:

– Все сделаю! Слушаю внимательно, рассказывайте!

*Впервые в жизни он устремил долгий взгляд в лицо говорящему и приготовился ловить каждое слово, запоминая.*⁸

Старик усмехнулся в бороду и, глядя в глаза Федору, медленно сказал:

– За лесом в горах живет огнедышащий дракон. По ночам он прилетает в мое царство и похищает животных. Убивает и съедает их, выжигает деревья и кустарники. Много бед он причинил нам. Мое терпение иссякло. Сам я не могу выходить из леса, да и мои слуги в логово дракона не доберутся живыми. А вот ты, юркий, быстрый и маленький, вполне можешь незаметно проникнуть в горную пещеру. Убей его. А если не сможешь, то добудь глаз дракона. Без него он не найдет дорогу в мое царство. А если и найдет, то не сможет ловить животных. Мы с ним справимся.

⁸ Перед тем, как говорить гиперактивному ребенку о чем-либо, необходимо установить зрительный контакт. Убедиться, что он внимательно смотрит и слушает. Если не смотрит в глаза, то можно прикоснуться к плечу. Не давать слишком длинные инструкции. Говорить выразительно и спокойно. Желательно, чтобы ребенок повторил то, что ему сказали. Иначе он может не запомнить. Тема должна быть интересна или эмоционально важна для ребенка.

– Ничего себе! – выкрикнул Федор. – Не смогу я убить дракона. Глаз украсть тоже нелегко...

Старик нахмурил брови и глухо заворчал:

– А что ты хотел? Не все в этой жизни легко дается. Потрудишься и ты за жизнь своего брата и свою. Я дам тебе три талисмана. Они пригодятся в дороге. Но воспользоваться ими ты сможешь, только если избавишься от своих недостатков и усмиришь свой характер. Если будешь вести себя как обычно, они никакой силы не дадут. Ты понял?

Лесной царь сделал знак волку и тот почтительно внес сундук. Старик поднял крышку и достал из сундука кольцо, губную гармошку и плащ.

– Плащ заменит тебе крылья. Кольцо станет надежным щитом вокруг тебя. Губная гармошка позволит создать любой предмет, который тебе будет необходим. Но действуют волшебные предметы лишь один раз, затем теряют свою силу. Поэтому использовать их можно только в крайнем случае. Запомнил?

Федор сглотнул слюну и молча закивал головой в знак согласия.

Старик стукнул посохом об пол, и в его руках появился маленький рюкзак. Лесной царь сложил волшебные предметы в рюкзак и передал Федору.

– Иди! – загрохотал старик и подтолкнул мальчика к выходу.

Федор торопливо надел рюкзак за спину, путаясь в лямках. Посмотрел в лицо Ивану, подмигнул ему и махнул на прощание рукой.

Брат кивнул в ответ и прошептал:

– Держись там. Будь осторожен и внимателен. Я верю в тебя.

Федька опустил голову и направился к выходу. Вскоре он уже шагал по лесной тропинке бодрым шагом.

Вокруг пели птицы, пригревало солнышко, и мальчик повеселел:

– А, что-нибудь придумаю там на месте. Вот только покушать бы мне не мешало.

Он заметил кустики ягод недалеко от тропинки и стал собирать горстями спелую чернику, жадно засовывая сладкие ягоды в рот. Время летело быстро.

Вдруг прямо в голову мальчика попала большая шишка. Он ойкнул и схватился рукой за ушибленное место. Поднял глаза вверх и заметил юркую белку.

– Так можно и в глаз попасть! Чего кидаешься?! – крикнул ей обиженный Федька.

– А ты зря времени не трать! Ишь, какой беззаботный. Будто и дела нет! – задиристо ответила белка, прыгая по ветке.

Федор почесал затылок:

– Да, пора. Я ведь только поесть хотел...

– Посмотри на свои губы, язык и щеки. Ты похож на чумазое чудище! – рассмеялась белка. – Весь сине-фиолетовый от черники.

– А это для маскировки! – начал оправдываться Федька. Он взял пригоршню ягод и размазал по всему лицу. Затем показал белке фиолетовый язык и отправился дальше, прихватив с собой шишку.

Долго ли, коротко ли время идет, а Федор уже из леса выбрался и подошел к огромной горе, в которой находилось логово дракона. Мальчик услышал громкое сопение. Гора словно дышала.

«Дракон спит!» – понял Федька и начал карабкаться вверх. Быстро цепляясь за выступы, он попытался с ходу залезть на гору. Не тут-то было! Нога соскользнула, и мальчик сполз вниз. Так было много раз. Суетливость ничего не дала. Усталый и сердитый Федька опустился на землю и задумался, вытирая со лба пот.

«Вот бы мне лестницу, чтобы забраться...», – с тоской подумал мальчик и тут вспомнил про волшебные подарки лесного царя. Он достал из рюкзака губную гармошку и дунул в нее.

Сердце ребенка колотилось сильно и быстро, он порывисто дышал. Никакого звука не последовало. Ничего не появилось.

«Что за обман!» – рассвирепел Федька и стукнул ногой подножие горы.

Он сжал руки в кулаки и несколько раз ударил по воздуху, словно толкая воображаемого противника.⁹

Наконец мальчик вспомнил, что ему нужно вести себя не так, как обычно, чтобы волшебство сработало. Он лег на песок лицом вверх и стал разглядывать небо, пытаясь успокоиться. Над головой Федора висело маленькое пушистое белое облако. Оно то увеличивалось, то уменьшалось.

Словно дышало. Федор ладошками потянулся к нему, и облако, скользя вниз, прыгнуло прямо в его руки, уютно устроившись между ладоней. Затем сползло на живот, все так же меняя размер.

Федор решил покачать облако на животе. Он глубоко вдохнул носом и надул животом горку. Задержал дыхание и выдохнул, втягивая живот. Облако смешно покачивалось на животе мальчика. Оно меняло цвет от белоснежного, когда живот поднимался, до темно – серого, когда живот Федора опускался. Поиграв немного, мальчик засмеялся и совсем успокоился. Он подбросил облако, и оно понеслось по небу дальше.

Мальчик достал гармошку, через нос вдохнул воздух, набрал полный живот и начал выдыхать через неплотно сжатые губы в щель гармошки, мысленно давая команду. Гармошка трепетала, но молчала. Мальчик закрыл глаза, еще раз набрал животом воздух, посылая его через губы в гармошку.¹⁰

Произошло чудо. Гармошка издала нежный звук. В воздухе появился каменный столб, который начал превращаться в ступеньки лестницы. Но горный склон был неровным. Ступени с грохотом ударились о выступы горы и раскалывались. Мальчик опустил гармошку.

Федор понял, что нужно точно рассчитать и запомнить количество и форму ступенек до пещеры, чтобы появилась та лестница, которая ему сейчас нужна. Он поднял голову вверх и внимательно посмотрел на склон горы. Мальчик начал проговаривать вслух:

– Один – прямо, два – выступ, три – прямо, четыре – расщелина, пять – прямо...

Скоро он сбился со счета. Оглядевшись вокруг, Федор увидел сучки и камешки. Мальчик собрал их в две кучки и начал раскладывать по порядку, считая. Если он видел выступ, то ставил камешек, если была щель – пяткой выдавливал в песке ямку, прямой подъем отмечал палочкой. На песке образовался настоящий узор. Федька захолопал от радости в ладоши. Он подсчитал общее количество – 12. Задумался.

Для того чтобы появлялись ступени, нужно было постоянно дуть в гармошку, держа ее губами. Считать и проговаривать вслух в таком случае невозможно, только про себя. Это было Федору сложно. Он легко мог сбиться. К тому же губная гармошка звучала, только если он закрывал глаза. А это значит, что нельзя увидеть ничего вокруг, когда поднимаешься. Что же делать?

Мальчик внимательно рассмотрел свой узор на песке и решил помогать себе хлопками.

«Если расщелина, я буду хлопать один раз, если выступ, то два раза, прямой участок на горе – трижды». Федор проговорил мысленно про себя несколько раз последовательность выступов, прямых участков и расщелин. Получился повторяющийся ритмический узор: «Три хлопка – два хлопка – три хлопка – один хлопок, три-два-три-один, три-два-три-один».¹¹

⁹ Для выброса лишней агрессии можно использовать упражнения, имитирующие агрессивные действия в игре (например, боксерская груша).

¹⁰ Для расслабления и снятия мышечного и эмоционального напряжения полезно включать дыхательные упражнения, развивающие диафрагмальный выдох.

¹¹ Ритмические упражнения помогают концентрировать внимание, способствуют лучшему запоминанию и развитию контроля своих действий.

Мальчик потренировался несколько раз. Наконец запомнив последовательность движений, поднес к губам дудочку, закрыв глаза. Мелодия зазвучала, мальчик начал отхлопывать в ладоши выступы и расщелины. Лестница быстро подняла его на нужную высоту. Федор открыл глаза и прямо перед собой увидел вход в пещеру дракона.

Он осторожно спустился в расщелину. За спиной послышался шорох. Мальчик оглянулся. Лестница, словно из песка, рассыпалась в воздухе. Он попробовал дунуть в гармошку еще раз. Та молчала. Поняв, что гармошка потеряла волшебную силу, мальчик положил ее в рюкзак и на цыпочках вошел в темную пещеру.

Дракон возвышался в центре мрачной пещеры покатою горой. Бока чудовища ходили ходуном от мощного дыхания. Мальчик осмотрелся. На потолке спали летучие мыши, изредка вздрагивая во сне и попискивая. Пол был неровный, то и дело попадались камни и ямы.

Федор двинулся вперед, но в темноте не заметил булыжник. Оступился и упал. От шума проснулись летучие мыши. С пронзительным писком вылетели они со свода пещеры и закружились в воздухе, то и дело вцепляясь мальчику в волосы. Федор закричал от неожиданности и начал отмахиваться от них. Голова мальчика заболела и закружилась.

Вдруг все смолкло разом. Мыши испуганной стайкой вжались в потолок пещеры. Федор обернулся к дракону. Тот начал просыпаться. Сопение прекратилось, веко единственного глаза в центре лба стало подрагивать. Дрожь прошла по телу дракона, он приоткрыл глаз.

И тут произошло странное. Глаз оказался ярко-красным и пронизывающим насквозь. По мере того, как он открывался, тело исчезало. Дракон, просыпаясь, становился невидимым. Понять, где он, можно было только по шуму дыхания и движений, да по зловещему красному блуждающему огоньку глаза.

– Кто ты? – раздалось грозное шипение дракона. Федор зажмурил глаза от страха, раздумывая, как поступить. Невидимое чудовище подползало, почти наступая на мальчика. Федор почувствовал его зловонное дыхание на своем лице. Красный огонек глаза приблизился вплотную. – Ты не похож ни на животное, ни на птицу. Почти как детеныш человека, только фиолетово-синий. Скажи, что тебе надо?

И тут в голову Федора пришла спасительная мысль. Мальчик раскрыл глаза и, глядя на красный огонек драконьего глаза, выпалил:

– Я такой же дракон, как и ты. Только еще маленький. Живу далеко отсюда. В тридевятом царстве. Люди истребили всех моих братьев. Я услышал о тебе и прилетел, чтобы быть под твоей защитой.

Дракон захохотал. Федор почувствовал, как заколыхался воздух от сотрясения большой туши. Огонек глаза задергался, то превращаясь в щелку, то снова становясь круглым. Вскоре смех прекратился. Дракон опять приблизил свою пасть к лицу мальчика и угрожающе зашипел:

– Это ты-то дракон? Где же твои крылья и броня? Умеешь ли ты извергать огонь? За твою ложь я убью тебя, детеныш, немедленно!

Мальчик выставил вперед ладонь, словно защищая лицо от пронизывающего красного огонька.

– Я докажу тебе! Постой. Мои крылья при мне. Я же прилетел к тебе, поднявшись на гору. Мне только нужно их расправить. Смотри.

Федор аккуратно достал плащ из рюкзака и, следя внимательно глазами за передвижением красного огонька, надел его на плечи. Края плаща затрепетали и поднялись в воздух, словно два крыла.

Дракон притих и притаился. Мальчик почувствовал угрозу. Сжал пальцы, словно когтистые лапы тигра, глубоко вдохнул животом и грозно зашипел, выбрасывая руки вперед, будто пытаясь поцарапать когтем дракона. Красный огонек отпрыгнул. И снова приблизился.

– Что же ты не взлетаешь, малыш? – усмехаясь, прошипел дракон. Давай же. Я жду тебя.

Федор занервничал. Он не знал, что нужно сделать для того, чтобы плащ поднял его в воздух. Поэтому начал прыгать, махать руками и ногами в разные стороны. В какой-то момент плащ приподнял его на уровне метра над землей и снова опустил. Мальчик заметил, что это произошло тогда, когда он совершал движения руками в разном направлении.

*Он сжал руки в кулаки. Затем левым кулаком начал описывать круговое движение назад, а правым одновременно вперед. Будто мотор заводил.*¹² И чудо свершилось. Как раз в тот момент, когда красный огонек дракона приблизился угрожающе близко, мальчик взлетел вверх. Чем быстрее крутил кулаками мальчик, тем выше взлетал. Дракон издал свист.

– Надо же... А детеныш-то и впрямь летучий... Ну, посмотрим, как ты умеешь защищаться. Где твоя хваленая броня? Показывай!

Дракон с шипением выпустил из пасти столб огня. Пламя полыхнуло рядом с головой мальчика, слегка опалив ему лоб и волосы. Федор завертел кулаками быстрее, ловко уклоняясь от огня и поднимаясь выше.

На лету было сложно достать из рюкзака кольцо, но мальчик знал, что от каждой секунды зависит его жизнь, поэтому рассчитал каждое движение. Опустившись на мгновение, он схватил колечко и надел на указательный палец. Никакой брони не появилось. Между тем дракон начал снова приближаться. Федор дрожал всем телом от страха и следил глазами за передвижениями красного огонька. «Нужно успокоиться, нельзя показывать страха, иначе он набросится», – подумал мальчик. Чтобы удивить дракона, нужно было вести себя необычно.

*Федор глубоко вдохнул, надувая живот и выдохнул. Он представил, будто тело постепенно становится каменным, одевается в броню. Сначала напряг с силой ноги, поставив их как каменные столбы. Потом «закаменели» живот, грудь, плечи. И, наконец, Федор вытянул в плечи голову, напрягая шею, а руки сжал в кулаки. Затем с шумом выдохнул через рот и расслабил все мышцы.*¹³

Дракон озадаченно молчал, летая вокруг мальчика. Мальчик медленно и спокойно дышал, следя за перемещением дракона.

*На вдох взгляд перемещался в одном направлении, на выдох – в другом. То вверх, то вниз, то в стороны, то наискосок. Затем глаза мальчика начали странно мигать. То зажмуривались сильно-сильно, так, что и ресниц почти не было видно, то раскрывались широко и моргали.*¹⁴

¹² Упражнения на развитие межполушарных взаимодействий. Разнонаправленные движения помогают развивать мозговую деятельность, улучшают психические процессы (память, внимание и т. д.).

¹³ Упражнения на чередование напряжения и расслабления мышц тела. Позволяют успокоиться, расслабиться и сконцентрироваться на важном.

¹⁴ Зрительная гимнастика помогает увеличить поле зрения, увидеть мир объемным, заметить больше объектов вокруг. Позволяет снять утомление с глаз, сконцентрироваться на важном объекте при зрительном восприятии. Важно синхронизировать ритм движений глаз с ритмом дыхания: одно движение глаз на вдох, другое – на выдох и т. п.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.