

Z DZIECKIEM W DOMU – PROPOZYCJE ZABAW

Wyłączmy telewizor, odłóżmy telefon, smartfon czy tablet. Poświęćmy kilka chwil swojemu dziecku. Choć to czasami trudne, to z pewnością czas spędzony wspólnie z dzieckiem zaprocentuje w przyszłości. Wspólne zabawy oraz poświęcona uwaga, będą dla dziecka najcenniejszym prezentem, a dla rodziców chwilą wytchnienia od trudów dnia codziennego. Do świetnej zabawy nie potrzeba drogich gadżetów, najlepsze są te najprostsze zabawy, znane nam jeszcze z dzieciństwa.

Zabawa w chowanego – wszystkim dobrze znana i uwielbiana przez dzieci. Jeśli macie w domu więcej miejsca i dużo zakamarków, zabawa w chowanego będzie super pomysłem.

Domowy klub fitness – poświęćcie czas na aktywność ruchową. Wspólne ćwiczenia fizyczne z dzieckiem połączą przyjemne z pożytecznym, a wasze pociechy będą zachwycone. Można pokazać dziecku kilka prostych figur z aerobiku, zachęcić też, aby dziecko zaproponowało swoje ćwiczenia, które wykonacie wspólnie. Taka forma aktywności ma wiele zalet: wspólna zabawa, urozmaicony dzień, wdrażanie zdrowych nawyków, świetna zabawa.

Tanecznym krokiem – to wspólne improwizacje taneczne przy muzyce lub ulubionych piosenkach dziecięcych. Gdy w domu jest rodzeństwo, można zorganizować konkurs piosenki lub konkurs taneczny. Nagrodę możecie wykonać samodzielnie. Może to być korona, medal, dyplom albo słodka niespodzianka.

Kalambury – w tej zabawie za pomocą gestów jedna osoba przedstawia wylosowane lub wymyślone przez siebie hasło (np.: tytuł bajki, postać z bajki,

czynność, zwierzątko) a reszta uczestników zabawy zgaduje. Ten kto zgadnie wskazuje kolejną osobę, która będzie pokazywała hasło.

Rodzaje kalamburów:

- kalambury rysowane: uczestnik musi przedstawić hasło graficznie. Podczas rysowania nie może nic mówić. Nie może też pisać liter.
- kalambury pokazywane: uczestnik za pomocą mimiki i mowy ciała musi przedstawić zgadywane hasło. Nie może się przy tym odzywać.
- kalambury mówione: uczestnik przedstawia hasło za pomocą słów. Nie może jednak użyć żadnego z wyrazów, które występują w haśle.

Zimno, ciepło, gorąco - chyba wszystkim znana, a może nieco zapomniana zabawa, w której jedna osoba chowa jakiś nieduży przedmiot (może to być maskotka, autko, piłeczka), pozostałe osoby muszą go odnaleźć. Ten kto schował „skarb” daje wskazówki stopniując słowa - zimno, ciepło, informując poszukiwaczy, czy są blisko (ciepło, cieplej, gorąco), czy daleko (zimno, mróz). Ten kto odnajdzie skarb chowa go i zabawa zaczyna się odnowa.

DIY – zajęcia „zrób to sam” to propozycje dla bardziej aktywnych maluchów i małych artystów. Możecie lepić z masy solnej, plasteliny, malować farbami, kredkami, rękami, robić wycinanki z papieru kolorowego oraz wiele innych. Do takich zabaw można wykorzystać mnóstwo rzeczy, które są w domu. Np. makaron będzie idealny na biżuterię, a papierowe talerzyki czy rolki po papierze mogą zamienić się w stworki, kartonowe pudełka w domki, autka, robota i co jeszcze tylko wyobraźnia wam podpowie. Możecie w dowolnej technice stworzyć panią jesień, zimę, wiosnę, lato albo ulubioną postać bajkową.

Wspólne gotowanie – może być sposobem zarówno na spędzenie wolnego czasu, jak też na przekazanie dziecku cennych umiejętności, które przydadzą mu się zanim dorośnie. Wspólne gotowanie przynosi wiele pożytku związanego z rozwojem dziecka na kilku płaszczyznach. Młodsze dzieci uczą się rozpoznawania kolorów, kształtów oraz smaków. Ma wpływ na rozwój doświadczeń sensorycznych dziecka, pomaga przezwyciężyć niechęć do niektórych potraw. Starszym dzieciom pomaga w nabraniu pewności siebie i budowaniu poczucia własnej wartości. Zaproponujcie dzieciom wspólne pieczenie babeczek, zróbcie owocowe szaszłyki i nie przejmujcie się, jeśli mały mistrz kuchni nieco nabrudzi. Z przygotowanych wspólnie specjałów możecie urządzić przyjęcie domowe dla najbliższych członków rodziny.

Budowanie z klocków - to ulubiona zabawa dla całej rodziny. Proste konstrukcje, wysokie wieże, domy, w tej zabawie ogranicza nas tylko wyobraźnia. Ponadczasowe klocki dzięki ogromnej różnorodności są nieustającym źródłem inspiracji do zabawy zapewniając wszechstronny rozwój dziecka. Zabawa klockami ćwiczy zdolności manualne, koordynację wzrokowo – ruchową, emocje, stymuluje wyobraźnię, kreatywność, rozwija logiczne i przestrzenne myślenie dziecka, jest dobrym treningiem na koncentrację uwagi. Wspólne budowanie z klocków z rodzicami czy innymi dziećmi uczy dzielenia się i współdziałania.

Zabawa w teatr – w tej zabawie zamieńcie się rolami: maluchy niech będą rodzicami, a wy ich dziećmi. Uwaga: podczas zabawy możecie zobaczyć, jak odbierają was dzieci, a są one świetnymi obserwatorami. Tym bardziej warto podjąć wyzwanie. Możecie również wcielić się w postaci ulubionych bajek, stworzyć własną bajeczkę. Warto pamiętać, aby dać dziecku przewodzić w zabawie. Słuchać jego pomysłów i zachęcać do inicjowania nowych scenariuszy i pomysłów. Zabawy w teatr odgrywają bardzo ważną rolę:

wspierają rozwój intelektualny, kształtują charakter i osobowość dziecka, rozładują emocje, kształtują zainteresowania dziecka.

Wspólne czytanie – o korzyściach z czytania nie trzeba nikogo przekonywać. Czytanie zaspokaja wszystkie potrzeby emocjonalne dziecka, wspiera jego rozwój psychiczny, intelektualny i społeczny, a przy tym przynosi ogromną radość i pozostawia cudowne wspomnienia. Dzięki czytaniu dziecko poszerza swoje słownictwo, używa bogatszego i piękniejszego języka. Dzieci zdobywają z książek wiedzę o przedmiotach, ludziach, zwierzętach, roślinach, poznają więc korzystne warunki do rozwoju myślenia. Dziecko nabywa umiejętności porównywania, wnioskowania, uogólniania, posługiwania się pojęciami określonymi słowami. Postacie ulubionych bohaterów mogą dostarczać pozytywnych wzorów zachowań. Wybierzcie wspólnie książkę, usiądźcie wygodnie i przenieście się w świat bajek i niezwykłych przygód. Jeśli chcemy wzbudzić w dzieciach ciekawość świata, rozwijać ich wiarę w siebie, poświęćmy im swój cenny czas. Dzięki wspólnym zabawom wzmocnimy naszą więź z dzieckiem i sprawimy, że poczuje się ono ważne i kochane.

Opracowała –Katarzyna Piotrowska

Źródło: www.parenting.pl