

Propozycja zabaw dla dzieci i rodziców [1]



Szanowni Państwo

Najbliższe dni spędzicie ze swoimi dziećmi w domach. Zachcam do przestrzegania wszystkich zaleceń Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektora Sanitarnego oraz śledzenia na bieżąco komunikatów o sytuacji epidemiologicznej.

Poniżej przedstawiam kilka propozycji zabaw, które spodobać się zarówno dzieciom jak i Wam, kochani Rodzice. W zakładkach swoich grup już wkrótce znajdziecie szereg innych propozycji opracowanych przez wychowawców.

Pamiętajmy, że czas spędzony na zabawie z dzieckiem jest bezcenny.

Witajcie się nasze plecy - siedzimy na podłodze, opierając się o siebie (nogi ugięte w kolanach) i dotykając się w różnych miejscach pleców.

Spacerek-dziecko leży na podłodze, a mama lub tata cięgnie je za dłoń lub nogi zabierając na spacer po pokoju.

Fotelik- odpoczywamy po „wycieczce”, dziecko siedzi u mamy lub taty w foteliku (na kolanach) i jest wygodnie kołysane.

Paczka- dziecko zwija się w kłębek a mama lub tata usiłują rozwinąć „paczkę”, rozplatając i nogi. Paczka może zostać uniesiona w górę- gdy nie „udało się” jej rozwinąć.

Jedziemy na koniku- rodzic siedzi na podłodze z wyprostowanymi nogami, dziecko siada na kolanach i podskakuje w rytm wierszyka:

Jedzie, jedzie pan na koniku sam,

kamienie, kamienie,

bęc (w tym momencie rodzic rozsuwa nogi i dziecko „upada” na podłogę)

Zabieramy mamę na spacer- mama zamyka oczy i jest oprowadzana przez dziecko po pokoju (dziecko czuje się ważne i doceniane, bo mama okazuje mu zaufanie).

Masaż- dziecko leży na brzuchu a mama lub tata robi masaż mówiąc wierszyk:

Tutaj płynie rzeczka- przesuwamy palcami wzdłuż kręgosłupa

Tutaj idzie pani na szpileczkach – palcem wskazującym i środkowym naśladujemy chód „pani na szpileczkach”

Pada, pada deszczyk - stukamy wszystkimi paluszkami po plecach naśladując krople spadającego deszczu

Czy przeszedł ci deszczyk? - delikatnie szczypiemy w kark.

Dbajmy o siebie w tym trudnym dla nas czasie.

Anna Walczak

Source URL:

<https://zlobek.noweskalmierzycze.pl/pl/content/propozycja-zabaw-dla-dzieci-i-rodzic%C3%B3w>

Links:

[1] <https://zlobek.noweskalmierzycze.pl/pl/content/propozycja-zabaw-dla-dzieci-i-rodzic%C3%B3w>