

Zimowe zabawy

Dzień Dobry !

Styczeń to miesiąc dość ponury, zważywszy na aurę za oknem. Tym bardziej zapraszam do zabaw ruchowych. Na każdym etapie możemy dostosować zabawę do własnych potrzeb. Taka aktywność świetnie stymuluje rozwój dziecka oraz uczy planowania i odtwarzania ruchu. Zapraszam ciepło w zimowej aurze do przeprowadzenia z dziećmi zabaw ruchowych - będzie jak zwykle ciekawie i wesoło....

Zabawa „ Wesoły Slalom „

Potrzebujemy : Do zbudowania slalomu potrzebne będą plastikowe butelki (mogą być pełne lub puste).

Sposób realizacji : Razem z dzieckiem rozstawiamy np. 4 butelki w pokoju w linii prostej i prosimy, aby każdy uczestnik zabawy pokonał trasę w pozycji na „czworaka” (omijając butelki slalomem). Następnie każdy z uczestników zabawy może pokonać trasę w pozycji stojącej ale z zamkniętymi oczami. UWAGA ! (nie podglądamy).....

Zabawa „ Skocz do mety”

Potrzebujemy : 2 sznurki po ok 30 cm długości, kostka do gry,

Sposób realizacji : Razem z dzieckiem układamy sznurek na podłodze – to linia startu oraz drugą w pewnej odległości od niej – to będzie meta. Uczestnicy zabawy ustawiają się na linii startu . Najstarszy uczestnik rozpoczyna zabawę poprzez rzuceniem kostki do gry. Zawodnik wykonuje tyle podskoków na obu nogach, ile wyrzucił oczek. Wygrywa ten, kto pierwszy przekroczy linię mety.

Zabawa „Sprawny jak Pająk”

Potrzebujemy : krzesła, sznurek lub włóczka

Sposób realizacji : Pomiedzy domowymi sprzętami, krzesłami, stołami rozciągamy włóczkę razem z dzieckiem (może być sznurek) na niewielkiej wysokości. Motamy ją wokół, tworząc włóczkową pajęczynę. Uczestnicy zabawy mają za zadanie przechodzić nad włóczką nie dotykając jej. Można też porzucić pod włóczką np. piłeczki, a uczestnik zabawy musi się pod nią wczołgać, aby je wydobyć.

Zabawa „Kto szybciej potrafi?”

Sposób realizacji : Jest to zabawa w nazywanie i dotykanie określonych części w obrębie własnego ciała i twarzy. Jedna osoba podaje instrukcję (może też ułatwić pokazując) np. pomasuj prawą ręką prawe kolano, poklepię prawą ręką po brzuchu, dotknij lewym palcem wskazującym w pracy łokieć. Druga osoba ma wykonać zadanie. Aby utrudnić możecie wcześniej ustalić czy dotykacie otwartą czy zaciśniętą dłońią, czy klepiecie, uciskacie czy masujecie. Ciekawe kto szybciej wykona zadania , a kto popełni więcej błędów ?

Zabawa „ Sprawny Robot”

Sposób realizacji : Kolejna zabawa polega na sterowaniu robotem. Jedna osoba zamienia się w robota, a druga w jego inżyniera. Robot czeka na instrukcje. Natomiast inżynier chce, aby robot przeszedł określoną trasę i w tym celu może wydawać polecenia dotyczące ilości kroków i ich kierunku.

Zabawa „ Szalone skarpety”

Potrzebujemy : 3 pary skarpet, kosz lub miska

Sposób realizacji : Dzisiaj czas na wyjątkowe sprzątanie. Porozrzucajcie razem z dzieckiem po pokoju swoje skarpetki i przenieście je w określone miejsce (np. do kosza, miski, pudełka) palcami stóp lub na podbiciu stopy. Do zabawy zapraszamy wszystkich domowników. Jestem bardzo ciekawy kto potrafi złapać skarpetkę palcami stóp?

Zabawa „ Piłki”

Potrzebujemy : papier o różnej fakturze (kolorowe kartki, gazeta, papier śniadaniowy, może być też dla urozmaicenia folia aluminiowa, bibuła),

Sposób realizacji : Mocno zgniatamy papier, folię, aby swoim kształtem przypominały piłki. Teraz możemy urządzić konkurs rzucania do celu. Pamiętajmy o przygotowaniu pojemnika, tabelę, gdzie można zapisać punktację i koniecznie zapraszamy wszystkich domowników.

Pozdrawiam Serdecznie
Marcin Pieczyński