



Zabawy na deszczowe dni

Na październikową słotę i spowodowaną jesienną pogodą aurę proponujemy proste zabawy, które bez problemu można wykorzystać w przestrzeni domowej.

Zabawy z dziećmi w deszczowe dni mają ogromne znaczenie dla ich rozwoju emocjonalnego, społecznego i poznawczego.

Deszczowe dni nie muszą być nudne, gdyż stanowią doskonałą okazję do kreatywnego spędzania czasu z dziećmi. Właśnie w takie dni możemy zaproponować im różnorodne aktywności, które zapewnią im radość i rozwijające zabawy.

Jak powszechnie wiadomo słońce pomaga nam wytwarzać grupę hormonów szczęścia czyli endorfin – dlatego lato jest takim wesołym okresem (oczywiście wolne dni też pomagają nam te hormony wytwarzać ;)). Co zrobić gdy za oknem zamiast słońca widać tylko kolorowe liście na tle szarego nieba? Tu z pomocą przychodzi ruch! Podczas wysiłku fizycznego nasz organizm produkuje sporo endorfiny, a więc można się „pozytywnie doładować”!



Oto przykładowe zabawy ruchowe, którą można wykorzystać zarówno w domu jak i na dworze:

Kolano

Dwie osoby podają sobie prawe dłonie, a następnie wciąż trzymając się za ręce próbują lewą ręką złapać kolano partnerki/partnera. Zabawa jest trudniejsza niż wydaje się to na początku i wymaga od jej uczestników sprytu.

Sportowcy – zabawa rodzinna – rozwijająca sprawność ruchową

Rekwizyty: gazety

Gazetę zgniatamy i formujemy z niej kulę, a następnie: przekładamy kulę z ręki do ręki, podrzucamy i łapiemy ją oburącz, przekładamy nad głową z ręki do ręki, przekładamy kulę pod kolanem, przesuwamy kulę stopą po podłodze, wkładamy kulę pod zgięte kolano i podskakujemy, rzucamy kulę do siebie w parze, przesuwamy kulę do osoby w parze, siedząc w rozkroku, wrzucamy kule do pojemnika – „kto zręczniejszy?”

Pogoda na spacer – masażyk

Idą dzieci na spacer - tup, tup, tup...

dzieci stukają opuszkami palców po plecach mamy,

A jesienny dmie wiaterek - fiu, fiu, fiu...

gładzą plecy otwartą dłońią - z lewej do prawej i z powrotem,

Już w kałuży skaczą dzieci - chlap, chlap, chlap...

oklepują delikatnie całe plecy otwartymi dłońmi,

Z chmurek deszcz na ziemię leci - kap, kap, kap...

stukają wszystkimi palcami,

Kiedy deszcz już mocno pada - pac, pac, pac...

stukają dłońmi zwiniętymi w pięści,

Wraca do domu dzieci gromada - klap, klap, klap...

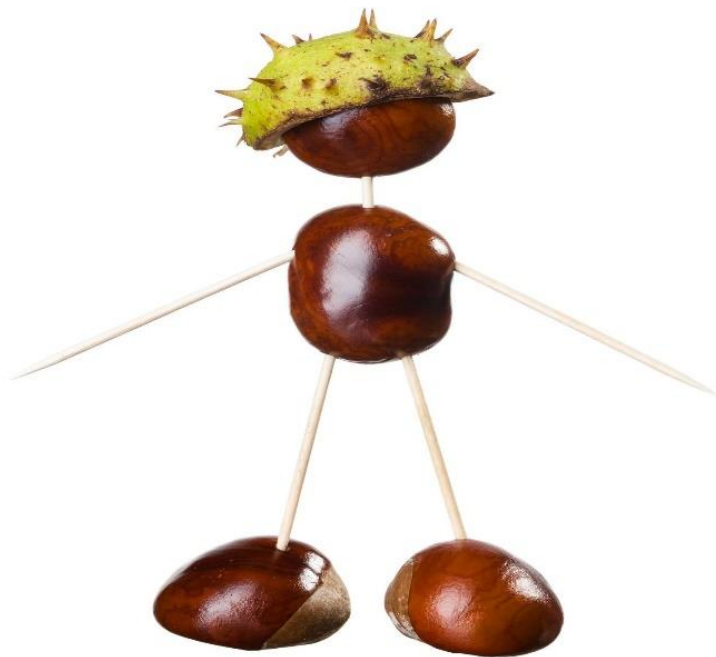
ostukują całe plecy dłońmi uformowanymi w "miseczki".

Gwarantuję dużo radości ;) Dodatkowo warto zauważyć, że zabawa ta wpływa pozytywnie na kontakt międzypokoleniowy, ponieważ wymaga bliskości fizycznej, której przecież każdy z nas potrzebuje.

PROPOZYCJE ZABAW:

- *Ludziki z kasztanów*

*wyberacie się na jesienny spacer? Poszukajcie **kastanów i żołądzi**. Po powrocie do domu usiądźcie wspólnie przy stole, wyjmijcie znalezione skarby, poszukajcie plasteliny, wykałaczek i stwórzcie przepiękne figurki. Z kasztanów i żołądzi zrobicie ludziki i zwierzątka. Jeśli nie macie pomysłu, jak to wszystko wykonać, tutaj znajdziecie inspiracje do wspólnej zabawy z dziećmi. Z kasztanów można wyczarować naprawdę wspaniałe figurki! Poniżej przedstawiamy kilka wzorów takich ludzików z kasztanów, być może któryś z nich przypadnie wam do gustu i spróbujecie zrobić go samodzielnie.*



- **KORALE Z JARZĘBINY**

Warto skorzystać z pełni sezonu, aby przypomnieć tę prostą i wciągającą zabawę dla młodszych dzieci, które pod opieką potrafią już posługiwać się igłą. Wokół dojrzewa jarzębina, z której kolejne pokolenia polskich dzieci robiły korale – nie bez przyczyny, bo ciepła barwa i bogactwo jej owoców fascynuje maluchy, a nadziewanie kuleczek na igły daje niepomrotnie więcej wrażeń niż praca z koralikami z tworzywa. Jarzębinowe korale mają różne wymiary i odcienie, ciekawią też mięsistym wnętrzem.



- **Frotaż liści**

Frotaż to bardzo prosta, szybka i efektowna technika plastyczna. Jest to bardzo przyjemna twórczość zarówno dla przedszkolaków jak i starszych dzieci. Do zabawy

potrzebujecie różne kształty liści, kartki, kredę, suche pastele lub węgiel.



- *Sznurkowe obrazy*
giętki sznurek kładziemy na podłodze. Każdy po kolei może podejść do niego i coś uformować np. zwierzę, dom, twarze itp. Nie wolno przecinać sznurka.



- *Drukowany ogródek - pomysł na laurki*

Potrzebne będą:

- *surowe ziemniaki i nożyczki,*
- *farby plakatowe,*
- *pędzle,*
- *czarny mazak.*

Z połówek ziemniaków rodzic wycina stemple. Powinno ich być sporo, aby dać dziecku możliwość wykonania wielu kompozycji. Pędzlem nakładamy gęstą farbę na stemple i komponujemy ogród. Po wyschnięciu obrabiamy mazakiem.



Pokoloruj jesiennymi barwami



KĄCIK DLA RODZICÓW

Przedstawione propozycje zabaw, które mamy nadzieję stanowiąc będą ciekawą alternatywę dla spędzania czasu wolnego przed telewizorem. W dobie dynamicznie rozwijającej się techniki zapominamy niekiedy, że najprostszą metodą wychowawczą małego dziecka stanowi wspólna z nim zabawa. Zabawa jest potrzebnym elementem przyswajania przez dziecko norm społecznego zachowania.

W czasie zabaw usprawniają się poszczególne narządy zmysłowe, rozwijają sprawność motoryczną wyrabiają się nawyki i przyzwyczajenia, kształtują pojęcia i wartości moralne.

W zabawie z rodzicami dzieci pogłębiają poczucie bezpieczeństwa, ponieważ dom rodzinny jest dla dziecka największym azylem, w którym czuje się szczęśliwe i kochane.

Mam nadzieję, że dzisiejsze propozycje dostarczą nam wszystkim wiele radości, a Państwu zapewnią wzbogacenie pomysłów spędzania czasu wolnego ze swoją pociechą w domu.