

Wspólny czas - inspiracje do zabawy

7 POMYSŁÓW

NA ZABAWY Z DZIECKIEM

 psycholog_joanna

Wspólny czas – inspiracje do zabawy:

Drodzy Rodzice! Okres okołoswiąteczny, końcówka roku, długie weekendy, zbliżające się ferie to czas, który sprzyja spędzaniu wspólnego czasu z naszymi dziećmi. Sprzyja również wzbijaniu się na wyżyny swojej rodzicielskiej kreatywności i odwiecznej zagwozdkie – Co by tu dziś z nimi zrobić? Jak odkleić moje dzieci od telewizora lub tabletu? Czy mamy jeszcze coś czym się nie bawiliśmy?

Zapewniam Was, że macie!

Poniżej podrzucam garść inspiracji na zimowe (i nie tylko) czas.

1. „Zgadnij co!”:

Jak się bawimy?: siadacie razem z dzieckiem na dywanie lub przy stoliku. Wybieracie kilka zabawek lub przedmiotów i układacie je przed dzieckiem. Proście aby dobrze przyjrzał się prezentowanym zabawkom i zamknął oczy. W tym czasie zabieracie jedną z zabawek/przedmiotów, a zadaniem dziecka jest odgadnąć, co zniknęło.

Co wzmocnicie tą zabawą?: percepcję wzrokową, spostrzegawczość, pamięć roboczą.

2. „Piernikowa uczta”:

Jak się bawimy?: upieczcie wspólnie pierniczki. Pozwólcie zaangażować się również małemu kucharzowi – może trzymać miskę, sypać mąkę lub przyprawy, docisnąć foremki. Spróbujcie wspólnie miodu (dziecko może określić jaki ma smak), powąchajcie przyprawy korzenne, pobawcie się przygotowanym ciastem. Gdy pierniki będą gotowe zabierzcie się za wspólne ozdabianie.

Co wzmocnicie tą zabawą?: motorykę małą oraz ruchy precyzyjne ruchy ręki, integrację sensoryczną, gotowość do angażowania się w aktywności domowe, otwartość na doświadczenia.

3. „Makaronowe rybki”:

Jak się bawimy?: na stole wysypcie makaron rurki. Każdy z uczestników zabawy dostaje słomkę lub patyczek do szaszłyków i jego zadaniem jest złowienie makaronowych rybek na swoją wędkę.

*Po wyłowieniu wszystkich rybek makaron można dodatkowo pomalować farbami i nawlec na sznurek robiąc w ten sposób naszyjnik, łańcuch lub talizman.

Co wzmocnicie tą zabawą?: ruch oko-ręką, motoryka mała, uważność oraz koncentracja uwagi.

4. „Zimowy spacer”:

Jak się bawimy?: ubierzcie się ciepło i wyruszcie na spacer po okolicy. Gdy jest możliwość weźcie sanki, rzucajcie się śnieżkami, skorzystajcie z naszego puławskiego lodowiska. Podczas spaceru możecie rozwijać słownik Waszego dziecka: szukać dookoła wybranych kolorów, przedmiotów, zwierząt. To również dobry czas na swobodną rozmowę ze swoim dzieckiem i wzajemne poznawanie swojego zdania. Bądźcie sobie ciekawi!

Co wzmocnicie tą zabawą?: spostrzegawczość, myślenie kreatywne, słownik dziecka, zapewnicie potrzebę ruchu

5. „Kino domowe”:

Jak się bawimy?: długie, zimowe wieczory to doskonały czas na wspólne seanse. Wykorzystajcie okazję do dyskusji i wspólnie wybierzcie, co będziecie oglądać. Przed seansem możecie stworzyć zaproszenia lub bilety, a po plakat reklamowy. Dodatkowo, domowy popcorn, lampeczki lub świeczki nadadzą magicznego klimatu.

Co wzmocnicie tą zabawą?: umiejętność wyrażania własnego zdania, uwzględnianie w zabawie drugiej osoby, przy rysowaniu dodatkowo motorykę małą.

6. „Tor przeszkód”:

Jak się bawimy?: w wybranym miejscu zbudujcie tor przeszkód wykorzystując do tego to, co macie pod ręką: poduszki, koce, klocki, krzesła. Przez tor przeszkód można skakać, turlać się, chodzić. Możecie dodatkowo przygotować karteczki z zadaniami, które trzeba wykonywać w danym miejscu, np.: ćwiczenia sportowe.

Co wzmocnicie tą zabawą?: motorykę dużą, kreatywne myślenie, wiarę we własne możliwości, poczucie sprawczości.

7. „Skrzynia skarbów”:

Jak się bawimy?: do miski wsyp makaron, kaszę, ryż i groch. Niech sypkich rzeczy będzie sporo – tak aby ręce dziecka były zakryte. Do miski wrzucamy drobne zabawki o różnym kształcie (np.: samochodziki, kuleczki, małe zwierzątka). Dziecko za pomocą dotyku wyławia skarby ze swojej skrzyni i próbuje poznać co dotyka.

Co wzmocnicie tą zabawą?: integrację sensoryczną, uważność, zmysł dotyku.

Mam nadzieję, że będziecie dobrze się przy tym bawić. Życzę Wam cudownego, wspólnego czasu! Relacja z dzieckiem jest tym, czego nie może zabraknąć – tylko tyle i aż tyle.

Joanna Stępień (psycholog)