

W co się bawić z dzieckiem? Przykłady zabaw dla małych i dużych.

Każdy Rodzic chce zapewnić swojemu dziecku wiele możliwości do rozwijania kreatywności, wyobraźni oraz zabicia nudy. Czasem jednak z różnych powodów brakuje już oryginalnych pomysłów, które zainteresują małych i dużych. Oto kilka propozycji, które mogą pomóc:



- **Zabawa w skojarzenia**

Zacznij zabawę dla dzieci, mówiąc dowolne słowo, np.: „słońce”. Następnie dziecko mówi słowo kojarzące się z tym, co powiedziałaś, np.: „gorąco”. Potem Ty szukasz skojarzenia do „gorąco”, np.: „lato”. I tak na zmianę.

- **Poszukiwanie skarbów**

Na dworze (lub w domu) w różnych miejscach (drzewa, krzaki, kamienie) schowaj jakiś przedmiot – coś słodkiego albo drobny prezent. Powiedz: „Idź do przodu, stań, idź w stronę ławki, omiń ją, szukaj na dole...”. Innym poleceniem może być podanie liczby kroków, jakie dziecko ma przejść.

- **Skoki przez drabinę**

Wykonaj drabinę np.: z gazety. Wystarczy pociąć ją na 5-centymetrowe paski, które ułożycie na ziemi na wzór drabinki. Zadanie dziecka polega na sprawnym przeskakiwaniu kolejnych szczebelków.

- **Skoki przez linkę**

Ta zabawa dla dzieci bardzo pomaga w ćwiczeniu równowagi. Potrzebna jest linka, którą musisz zamocować – dla dzieci trzyletnich – na wysokości 25–30 cm.

- **Kto wyżej?**

Rodzic stoi z ołówkiem lub markerem przy futrynie, a maluchy kolejno podchodzą i z wyciągniętą jedną rączką do góry w miejscu podskakują najwyżej jak umieją. Wszystkie wyniki muszą być zaznaczone, a zwycięża dziecko, które podskoczyło najwyżej. Maluchy będą zdziwione, dokąd umieją dosięgnąć!

- **Ciuciubabka**

Dziecko, które jest ciuciubabką, stoi w środku koła z zawiązanymi oczami. Maluchy śpiewają znaną piosenkę, a ciuciubabka próbuje ich złapać.

- **Kolory**

Dziecko, które na początku poprowadzi zabawę, trzyma piłkę. Pozostałe siadają w szeregu naprzeciw niego. Prowadzący rzuca piłkę po kolei do każdego kolegi, wymieniając przy tym różne kolory. Dzieci łapią i odrzucają piłkę. Nie można jej złapać, gdy rzucający piłkę powie „czarny!”. Zmiana z prowadzącym następuje, gdy ktoś złapie piłkę, mimo, że padło hasło „czarny!”.

- **Gra w klasy**

Narysuj na chodniku kratki do gry w klasy i ponumeruj je do pięciu. Pokaż dziecku, jak rzucić kamyk, patyk na jedną z krutek. Zachęć malca do skakania po kratkach, aż znajdzie się na numerze, na który upadł rzucony przedmiot.



- **Głupi Jaś**

Dwie osoby stojące naprzeciw siebie rzucają do siebie piłkę. Trzecia osoba ustawia się twarzą do rzucającego i próbuje przechwycić piłkę. Może to zrobić wtedy, gdy rzut będzie niecelny i piłka upadnie, lub gdy, podskakując wysoko, złapie ją. Kiedy „głupi Jaś” przechwyci piłkę, zamienia się miejscem z dzieckiem, które właśnie rzucało.

- **Podawanie piłki górną**

Dzieciaki siedzą w rozkroku np.: na krzesłach lub w siadzie tureckim, jedno za drugim tyłem do siebie. Pierwsze dziecko podaje górną piłkę następnemu, a ono przekazuje ją kolejnemu, aż do samego końca.

- **Celowanie**

Ustawiamy na środku placu dużą piłkę (najlepiej do koszykówki). Metr od niej rysujemy linię, na której stają rzucające dzieci. Każde dziecko otrzymuje małą piłkę, którą stara się trafić w dużą. Po dwóch kolejkach staramy się zwiększyć odległość.

- **Skrzyżowanie**

Narysuj na podłodze „skrzyżowanie”, czyli dwie przecinające się „ulice”, i stań z boku, trzymając w ręce dwie kartki – czerwoną i zieloną. Na Twój sygnał maluchy, które jadą na siebie z przeciwka, muszą jak najszybciej znaleźć się po drugiej stronie skrzyżowania, stosując się do tego, co pokazuje sygnalizacja świetlna, czyli Ty (zmieniasz światła w równych odstępach czasu). Wygrywa ten brzdąc, który najszybciej dojedzie do krzyżówki i któremu dopisze szczęście, ponieważ trafi na zielone światło.

- **Pierścień Saturna**

Wykonaj je, wycinając zewnętrzną część papierowych talerzyków i owijając je folią aluminiową. By zrobić Saturna, puszkę po kawie owiń folią, na wierzchu połóż niewielką piłkę. Piłka stanie się Saturnem bez pierścieni. Dzieci kolejno rzucają swoje pierścienie tak, by trafić ich środkiem w piłkę. Każdy, komu się to uda, zdobywa jeden punkt. Wygrywa ten, kto pierwszy zdobędzie 10 punktów.

- **Otchłan oceanu**

W kartonie wytnij kilka otworów. Pomaluj go w morskie motywy, a dziury będą imitowały paszcze podwodnych stworów. Maluchy rzucają do dziur piłkami. Wygrywa ten, kto wceluje największą liczbę razy do otworów.