

Witamy Was serdecznie !

Dziś jest „Prima Aprilis” Pierwszego Kwietnia.

Możecie dzisiaj robić śmieszne, nie szkodliwe żarty swoim bliskim i oni Wam też mogą robić takie żarty za które nie należy się gniewać. Życzymy dobrej zabawy.

Zazwyczaj w środy w naszej grupie była prowadzona gimnastyka i w związku z tym chcemy zaprosić Was i Waszych Rodziców i Rodzeństwo, Babcię, Dziadków, Ciocię, Wujków z którymi lub u których mieszkacie do wspólnej zabawy. Zabawy te są opisane według Weroniki Sherborne.

Celem tych zabaw jest:

- rozwijanie inicjatywy i aktywności w zabawie, łatwość wchodzenia w interakcje z dorosłymi i rówieśnikami,
- rozwijanie poprzez ruch świadomości własnego ciała, przestrzeni oraz działania w niej,
- doznawanie przyjemności i radości poprzez bliski kontakt dzieci z rodzicami.

Rodzicu pozwól odczuć dziecku Twoją siłę na tyle aby czuło oparcie w Tobie a nie przewagę i dominację.

Do tych ćwiczeń najlepiej nadaje się podłoga bez miękkiej wykładziny. W tym czasie może Wam towarzyszyć wyciszona muzyka poważna.

***Wprowadzenie**

- **„Ludzie do ludzi”** – zabawa na powitanie. Wszyscy uczestnicy zabawy stoją w parach, zwróceniu twarzą do siebie (rodzic z dzieckiem). Uczestnicy będą dotykać się w parach częścią ciała wypowiedzianą przez prowadzącą. Rodzic kieruje zabawą i mówi: nos do nosa, plecy do pleców, ręka do ręki, ucho do ucha, pupa do pupy, kolano do kolana, stopa do stopy; kiedy powie „ludzie do ludzi” każdy zmienia partnera.
- **„Patrz i słuchaj”** – rodzic z dzieckiem trzymają się za ręce i biegają po pokoju co pewien czas prowadzący podaje hasło np. kolor żółty. Para szybko odnajduje przedmiot w takim kolorze i dotykają go. Rodzicu pozwól dziecku aby to ono zdecydowało do jakiego przedmiotu podbiegnięcie.

***Ćwiczenia w parach.**

- **„Domek”** – rodzic w klęku podpartym tworzy „domek” , dziecko poruszając się na czworakach lub pełzając wchodzi do domku, wychodzi na spacer i znowu wraca do domu, idzie dookoła domku, może też wejść na dach, żeby sprawdzić czy wiatr nie zerwał dachówek, itp.

- **„Turlanie”** – dziecko leży na plecach a rodzic zgina jego prawą nogę w kolanie i kładzie w poprzek ciała, ułatwiając w ten sposób obrót w lewo. Rodzic pomaga dziecku turlać się po podłodze. Następnie rodzic kładzie się na podłogę a dziecko pomaga mu obrócić się na bok i na brzuch itd. Jeśli będzie potrzeba to pomagamy własną siłą obrócić się ale tak żeby dziecko tego nie odczuło.

- **„Na koniku”** – dziecko siada na plecach rodzica, który wozi je na czworakach, po pewnym czasie zmiana ról, rodzic delikatnie daje odczuć swój ciężar na plecach dziecka.

- **„Ślepiec”** – dziecko zamyka oczy i jest oprowadzane przez rodzica po całym pokoju, potem zmiana ról. Dziecko prowadzi rodzica. Oboje prowadzący robią to tak aby iść bezpiecznie, nie zaczepić się i stanąć twarzą przed meblem.

*Ćwiczenia „przeciwno” w parach.

- **„Skala”** – rodzic w siadzie skulnym a dziecko próbuje go przesunąć, potem zmiana ról.

- **„Przepychanie”** – dziecko z rodzicem siadają naprzeciwko siebie i przepychają się stopami. Następnie wstają i starają się przepychać dłońmi. Można dokonać kilkakrotne zmiany.

- **„Paczka”** – dziecko zwija się w kłębek a rodzic usiłuje „rozwinąć paczkę”, ciągnie za nogi ręce. Zmiana ról.

* Ćwiczenia razem w parach.

- **„Waga”** – rodzic i dziecko stoją naprzeciw siebie i chwytają się za ręce. Wykonują na przemian przysiady.

- **„Huśtawka”** – rodzic leżąc na plecach (nogi zgięte w kolanach, uniesione w górze) , podtrzymuje za ręce dziecko leżące na brzuchu, na jego goleniach i huśta nim.

*Ćwiczenia w grupie. Zapraszamy wszystkich dorosłych domowników.

- **„Dywanik”** – rodzice i inni dorośli kładą się na podłodze ciasno jeden obok drugiego tworząc dywanik, dzieci – dziecko kolejno pełzają bądź turlają się po „dywaniku”.

- **„Duży tunel”** – rodzice i inni dorośli stają w rozkroku jeden za drugim , a dzieci przechodzą na czworakach w tunelu. Może być zmiana ról.

- **„Mały tunel”** – rodzice i inni dorośli domownicy w kłęku podpartym jeden obok drugiego tworzą tunel a dzieci czołgają się na brzuchu w tunelu.

*Zabawy na pożegnanie i wyciszenie.

- „**Iskierka**” – wszyscy uczestnicy zabawy ustawiają się w kręgu i podają sobie ręce, prowadzący rodzic ściska delikatnie swoją prawą dłoń trzymaną dłoń partnera (dziecka lub osoby dorosłej), następnie partner swoją prawą dłoń ściska swego partnera i tak dalej, to jest puszczenie iskierki – uścisk dłoni. Iskierka może pójść raz dookoła lub kilka razy.

- „**Kołyska**” – rodzice siadają na podłodze i tworzą „fotelik” dla dziecka, kołyszą na boki, tulą, głaszczą dziecko słuchając kołysanki. Ta chwila jest dobrym momentem na wyciszenie, na rozmowę z dzieckiem o tym co dziś robiło jeśli jest wieczur lub o tym co chce robić dzisiaj jeśli jest ranek.

Życzymy dobrej zabawy.

Mija już drugi tydzień naszej zdalnej pracy z dziećmi. Chciałybyśmy dowiedzieć się na ile nasze pomysły prac domowych pomagają Państwu zająć Wasze pociechy w domu. Prosimy o refleksje, opinie na temat zajęć, zdjęcia prac. W tym celu podajemy Państwu nasze adresy e-mail:

gosiamal4@tlen.pl

ewa.borkim@gmail.com