

PROPOZYCJE ZAJĘĆ DLA DZIECI W DOMU

GRUPA WIEKOWA III

GIMNASTYKA SMYKA

Zabawy ruchowe są dla dzieci atrakcyjną i ciekawą formą wspomagającą jego wszechstronny rozwój. Wprowadzają radosny nastrój, dają dziecku możliwość zaspokojenia naturalnej potrzeby ruchu. Podczas tego typu zabaw rozwijane są wszystkie elementy wpływające na motorykę i dynamikę ruchu. Dziecko uczy się jak współpracować z innymi. Gry i zabawy ruchowe poprawiają wydolność wielu układów i narządów, wpływają na odporność organizmu.

1. Tor przeszkód – zabawa ruchowa.

Tor przeszkód można utworzyć z czego tylko chcemy, możemy wykorzystać do tego koce, krzesła, sznurek zabawki, poduszki. Stwórzmy taki tor przeszkód, aby maluch mógł go pokonać i aby była to dla niego bezpieczna zabawa. Dziecko może np. przeczołgać się w tunelu z krzesel, przejść po linii ułożonej ze sznurka, czy wejść na poduszkę.

2. Rzucamy do celu – zabawa rzutna z elementami celowania.

Ustawiamy na środku pokoju pojemnik (może to być np. pudło na zabawki) próbujemy wraz z dzieckiem wrzucić piłki do pojemnika, starszym dzieciom można za pomocą taśmy stworzyć linię skąd mają rzucać do celu.

3. Turlamy piłkę – zabawa ruchowa z elementami turlania. Siadamy w rozkroku, turlamy piłkę do siebie nawzajem.

4. Naśladowanie ruchów zwierząt np. pływaj jak ryba, skradaj się jak lis, lataj jak motyl, pełzaj jak wąż, skacz jak żaba, zwiń się w kulkę jak jeż, kicaj jak zając, stań na jednej nodze jak flaming, tarzaj się jak świnka, biegnij szybko jak piesek, przeciągnij się jak kot.

5. Tor przeszkód np. przechodzenie pod krzesłem, skok nad zabawką, przenoszenie np. maskotki z jednego miejsca w drugie, rzut piłką do celu,

- **Chodzenie po „linie”** - do wykonania tego zadania potrzebna będzie taśma przyklejona do podłogi. Zadaniem dziecka będzie chodzenie po taśmie (taśma może być przyklejona prosto, może tworzyć kształt fali).

- **Labirynt ze sznurka** – do wykonania labiryntu ze sznurka będzie potrzebne: sznurek, 4 krzesła. Sznurek proszę przywiązać do krzesel tworząc tzw. pajęczą sieć. Zadaniem dziecka jest przechodzenie przez sznurki tak, aby ich nie dotknąć.

• **Pomoc przy obowiązkach domowych**

– Drodzy rodzice, Wasze dzieci chętnie zaangażują się w pomoc przy domowych obowiązkach. Pozwólcie swoim dzieciom na odkurzanie dywanów czy wycieranie kurzy z mebli. Jest to nie tylko świetna zabawa ruchowa ale również nauka dbania o porządek w domu.

MAŁY KONSTRUKTOR

Zabawy manipulacyjno – konstrukcyjne dają dziecku radość zadowolenie, doskonałą sprawność manualną. Zabawy te pobudzają do samodzielnego myślenia i działania, dają przyjemność estetyczną, doskonałą spostrzegawczość, rozbudzają wyobraźnię i fantazję.

1. Łowimy rybki – zabawa manipulacyjna.

Na tackę wysypujemy makaron typu np. „pene” (rybki), dzieci próbują nawlec makaron na słomkę (wędka).

2. Figury – zabawa manipulacyjna.

Rysujemy dużą figurę na kartce papieru np. koło, dziecko próbuje ułożyć nakrętki na kontur narysowanej figury.

3. Nasze budowle – zabawa konstrukcyjna.

Budowle można tworzyć w rozmaity sposób można wykorzystać różnego rodzaju klocki, które mamy w domu, ale także kartony, pudełka, rolki po papierze, gąbki.

4. „Dziurawa wieża”

Cel: nauka skupienia uwagi, koncentracji na zadaniu

Pomoce: kolorowe kredki, kartonowa rolka.

W kartonowej rolce za pomocą śrubokrętu robimy kilkanaście dziur na wylot. Zabawa polega na umieszczeniu wszystkich kredek w dziurawej wieży. Dodatkowo możemy wykonywać to zadanie na czas lub oznaczyć otwory odpowiednimi kolorami kredek. W ten sposób dziecko dopasowuje kredki nie tylko do otworów, ale również do odpowiednio pasujących kolorów.

BAJKOWY ŚWIAT DZIECKA

Dzieci uwielbiają bajki, zarówno te wierszowane, jak i pisane prozą. To bardzo dobra wiadomość, bowiem czytanie bajek to nie tylko doskonały relaks i

atrakcyjny sposób spędzania wolnego czasu. To inwestycja w rozwój dzieci – emocjonalny, społeczny czy intelektualny.

„Paluszki” – zabawa paluszkowa

Mam 10 palców małych do zabawy doskonałych.(dzieci podnoszą dłonie do góry, na wysokości twarzy)

Mogę wszystko zrobić nimi – paluszkami malutkimi!(dzieci nadal trzymają dłonie na wysokości twarzy i dodatkowo ruszają paluszkami)

Mogę zamknąć je w piąsteczki lub rozłożyć jak chusteczki,(zgodnie z treścią dłonie zamykają w piąstki a następnie rozkładają je przed sobą)

Mogę w słonko je zamienić, albo schować do kieszeni.(w rozłożonych dłoniach dzieci „rozczipierają” paluszki a następnie wkładają do kieszeni)

Mogę podnieść je wysoko lub rozłożyć tak szeroko,(dzieci podnoszą ręce wysoko do góry a następnie rozkładają je w bok)

Mogą w koszyk się zaplatać albo jak motylek latać.(dzieci splatają dłonie palcami ze sobą, potem udają machanie skrzydełkami)

Mogę je ustawić w rzędku lub rozpocząć od początku!(dzieci łączą ze sobą paluszki w obu dłoniach)

Miś i jego przyjaciel królik – słuchowisko

Pewnego dnia miś i jego przyjaciel królik poszli na spacer. Gdy przemierzali zieloną dolinę królik powiedział:

- Chodźmy do domu, bo pada deszcz.

- Dobrze – odpowiedział miś.

Gdy byli już w domu, mieli napić się herbaty, ale królik był bardzo, ale to bardzo zmęczony.

- Misiu. Pójdę już do domu. – powiedział królik.

- Proszę, nie idź! – zatrzymywał go miś.

Ale królik nalegał.

Gdy królik wyszedł, miś położył się spać. Kiedy tylko nastał poranek, miś pomaszerował do domku przyjaciela. Znajomy otworzył drzwi. Wyglądał na wypoczętego. Dlatego miś od razu zaproponował:

- Co powiesz na przechadzkę do krainy futrzaków?

- O tak, z miłą chęcią.

Gdy dotarli na miejsce zauważyli, że jeden z futrzaczków ma chorą łapkę.



Chcieli mu pomóc, ale nie umieli. I wtedy miś wpadł na genialny pomysł.

- Pójdziemy do pani wiewiórki, ona wie co zrobić.

- Masz rację misiu. Pani doktor Wiewiórka jest właściwą osobą, do której powinniśmy się zwrócić o pomoc.

Kiedy pani doktor była już na miejscu, opatrzyła ranę futrzaczka.

- Pacjent szybko wyzdrowieje, jak będzie leżał w łóżeczku przez cały tydzień.

Łapka musi odpocząć – wytłumaczyła przyjaciółom pani Wiewiórka.

Przez te wszystkie dni królik i miś odwiedzali chorego przyjaciela, a kiedy wyzdrowiał, codziennie bawili się razem na polanie. To była wspaniała przygoda dla przyjaciół. Nigdy jej nie zapomną.

Autorka bajki - Olga Cichocka - uczennica klasy 3c SP nr 18 w Elblągu.

Źródło: <https://www.superkid.pl/dzieci-dzieciom-mis-i-jego-przyjaciel-krolik>

PLASTYCZNY ZAWRÓT GŁOWY

Zabawy plastyczne są ciekawą formą spędzania wolnego czasu rozwijającą zdolności manualne, ponadto odgrywają ważną rolę w wychowaniu estetycznym dziecka. Działalność plastyczna zaspokaja potrzebę ekspresji i motywacji do działania, stwarza szerokie pole do samorealizacji możliwości twórczych. Daje dziecku radość i zadowolenie, umacnia poczucie własnej wartości. Rozwija samodzielność, wytrwałość oraz uczy planowania nowych zadań.

1. Ziemniaczane stemple – zabawa plastyczna.

Rozpoczynając zabawę należy zacząć od wykonania stempli z ziemniaka przez rodzica (rodzic w przeciętym na pół ziemniaku wycina dany kształt stempla np. serce, słońce, gwiazdka) Kształt należy wyciąć w taki sposób by wzór, który chcemy stemplować był wypukły. Przygotowujemy farby i arkusz papieru, mocząc stemple w farbie powstają na kartce kolorowe stemple.

2. Czarodziejskie obrazki – zabawa plastyczna.

Na kolorowych arkuszach papieru rysujemy nie skomplikowany kształt, dziecko próbuje wysmarować wewnątrz konturu klejem, a całość należy posypać mąką. Po otrzepaniu kartki powstaje niezwykły obrazek. Można przygotować wystawę wcześniej powstałych obrazów i odgadywać z dzieckiem, co oznacza dany kształt.

3. Malowanie folią bąbelkową – zabawa plastyczna.

Folię bąbelkową pokrywamy farbą, przykładamy do kartki, po oderwaniu folii od kartki powstają ciekawe wzory.

4. „Foliowy witraż”

Cel: rozwijanie wyobraźni dzieci poprzez malowanie i grę światłem, wyrażanie swoich uczuć, emocji, przeżyć.

Pomoce: folia sterczowa, farby

Folią stretch oklejamy szyby od ona balkonowego, ciągnąc pasmo foli od góry do dołu. Dla wzmocnienia dookoła ramy przyklejamy taśmę. Malujemy, odciskamy dłonie, odrysowujemy. Potrzebujemy tylko pędzle, farby i własną wyobraźnię.

SPOTKANIE Z NUTKAMI

Zabawy umuzykalniające, rozwijają zdolności każdego dziecka, pobudzają do działania, dostarczają pozytywnych emocji, wpływają na rozwój procesów myślowych, pamięciowych, pozwalają odreagować stany napięć. Wcale nie musimy doskonale śpiewać, tańczyć czy grać na instrumentach, aby wprowadzić swoje dziecko w niezwykły świat muzyki, zarazić ich radością tworzenia i odkrywania.

1. Kolorowe grzechotki – zabawa plastyczno - techniczna.

Plastikowe butelki np. po napojach napełniamy różnymi produktami np. kaszą, ryżem, makaronem, kolorowymi guzikami i dokładnie zakręcamy (można użyć kleju „Magic” by dziecko butelki nie odkręciło podczas zabawy). Grzechotki mogą zostać ozdobione wspólnie różnymi materiałami, można przywiązać kolorowe wstążki czy do środka dosypać brokat. Takie grzechotki mogą nam służyć do zabawy, ale także do gry na nich np. gra przy rytmach ulubionej muzyki.

2. Tańcz - stój – zabawa taneczna.

Pobawcie się w taniec z zatrzymywaniem. Puść wesołą muzykę i poproś by dziecko tańczyło w dowolny sposób w rytm melodii. Ale uwaga - na pauzę musi stanąć bez ruchu! Zabawa daje dużo radości, możliwość wyładowania energii poprzez taniec, a jednocześnie uczy reakcji na umówiony sygnał i rozwija koncentrację uwagi.

3. Głowa, ramiona, kolana, pięty- zabawa muzyczna z pokazywaniem

Tekst:

„A gimnastyka dobra sprawa
Dla nas wszystkich to zabawa
Ręce w górę i w przód i w bok
Skok do przodu, w górę skok.

Głowa, ramiona, kolana pięty
Kolana, pięty, kolana, pięty
Głowa, ramiona, kolana, pięty
Oczy, uszy, usta, nos.

Głowa, ramiona, kolana pięty
Kolana, pięty, kolana, pięty
Głowa, ramiona, kolana, pięty
Oczy, uszy, usta, nos”.

ZABAWY DYDAKTYCZNE

1. Poznawanie kolorów:

- pokazujemy dziecku kartkę np. w kolorze czerwonym i prosimy, aby znalazło w domu rzecz, która ma taki sam kolor
- kartki w różnych kolorach przecinamy na mniejsze kawałki. Zadaniem dziecka jest posegregowanie kartek o tych samych kolorach
- budowanie wieży z klocków o tych samych kolorach np.: Proszę zbuduj wieżę z klocków w kolorze niebieskim.

2. Poznawanie kształtów:

- wycinamy z papieru duże koło, trójkąt i kwadrat oraz ich mniejsze odpowiedniki (ważne, aby duże figury były tego samego koloru, co małe). Zadaniem dziecka jest dopasowanie małych figur do ich dużych odpowiedników.

3. Wieszanie skarpetek na sznurku – zabawa wspierająca motorykę małą i rozwijająca spostrzegawczość dziecka

- Potrzebny będzie sznurek lub suszarka na pranie, skarpetki, klamery. Zadaniem dziecka jest szukanie i dopasowanie do siebie tych samych skarpetek oraz przyczepianie ich do sznurka za pomocą klamer.

4. Segregowanie przedmiotów ze względu na wielkość

- do tej zabawy potrzebne będą przedmioty różniące się od siebie wielkością np. mały miś i duży miś. Zadaniem dziecka będzie wskazanie,

która zabawka jest duża, a która mała. Do tej zabawy można również wykorzystać klocki, które dziecko posegreguje na małe i duże elementy.

DOŚWIADCZENIA

1. Dlaczego trzeba myć ręczki?

Do wykonania tego prostego eksperymentu będzie potrzebne: mydło w płynie, mielony pieprz, woda, talerz.

Wodę wlewamy na talerz, dosypujemy pieprz, aby wypełnił całą powierzchnię wody. Należy wytłumaczyć dziecku, że pieprz to wirus. Następnie prosimy dziecko, aby włożyło palec do talerza. Pieprz przyklei się do palca. Potem prosimy, aby dziecko włożyło palec do mydła i znów do talerza z pieprzem. Pieprz pod wpływem mydła zacznie uciekać od palca.

2. Sadzenie fasoli/grochu/cebuli

- Do wykonania tego doświadczenia potrzebne będą : ziarna fasoli/grochu, cebula (lub inne nasiona, które posiadają Państwo w domu), ziemia lub gaza, pojemnik na sadzonkę np. opakowanie po jogurcie, woda do podlania.

3. Wulkan

- Do wykonania wulkanu potrzebne będą: woda, soda oczyszczona, ocet, wysoka szklanka, opcjonalnie barwnik spożywczy, by zabarwić wodę.

Do szklanki proszę wlać wodę i dodać 3 łyżki sody oczyszczonej – wymieszać. Do powstałej mieszanki wlać ocet, który zamieni wodę z sodą w lawę.

4. Jak inaczej nadmuchać balon?

- Aby inaczej nadmuchać balon potrzebne będą: ocet, butelka, balon i soda oczyszczona

Do butelki proszę wlać ocet, a do balona wsypać 3 łyżki sody oczyszczonej. Następnie proszę umieścić balon na szyjce butelki, tak aby jego zawartość można było wsypać do butelki. Teraz pozostaje tylko patrzeć jak balon pod wpływem zachodzących reakcji sam się pompuje.

Inne zabawy

1. Przedstawienie dla dzieci

Drodzy rodzice, wasze dzieci uwielbiają, gdy przygotowujemy dla nich zajęcia w formie teatrzyku. Dlatego też prosimy, abyście zorganizowali teatrzyk w domu. Potrzebne do tego będą maskotki lub figurki np. zwierząt oraz dowolna ulubiona książeczka lub wierszyk. Miłej zabawy!

- 2. Zabawa cieniami na ścianie** – zabawa rozwijająca wyobraźnię dziecka.
- 3. Zabawy z wodą** – przelewanie wody do pojemników różnej wielkości, zabawy typu co rozpuszcza się w wodzie, a co nie (np. mydło i olej), co tonie w wodzie, a co pływa po jej powierzchni (plastikowa figurka i pióro).
- 4. Wspólne gotowanie** – dzieci uwielbiają pomagać w kuchni, dlatego też prosimy o zaangażowanie swoich pociec w pomoc przy gotowaniu czy pieczeniu. Może taka pomoc skusi dziecko do spróbowania nowych smaków.
- 5. Wspólne czytanie książeczek** – czytanie bajek czy wierszyków to świetny pomysł na relaks i wyciszenie nie tylko przed snem. Zachęcamy do czytania dzieciom , gdyż wspiera to ich rozwój mowy oraz rozwija wyobraźnię.
- 6. Inscenizacja piosenek np.** „Kółko graniaste”, „Baloniku nasz malutki”, „Jedzie pociąg”, „Stary niedźwiedź”itd.

Drogi Rodzicu, nagradzaj swoje dziecko za wszelkie wspólne zabawy własnoręcznie zrobionymi naklejkami, orderami i przede wszystkim chwal dziecko oraz motywuj podczas wspólnej zabawy.

Uwaga: Zabawa powinna odbywać się wyłącznie z udziałem Rodzica. Należy zwrócić uwagę, aby dziecko wykorzystanych do zabawy przedmiotów nie brało do buzi! Warto wybrać takie przedmioty, by były one bezpieczne dla dziecka np. nie były za małe, itd.

ŻYCZYMY MIŁEJ ZABAWY!

Opracowały opiekunki
Miejskiego Zespołu Żłobków