

PROPOZYCJE ZAJĘĆ DLA DZIECI W DOMU

GRUPA WIEKOWA II

GIMNASTYKA DLA „SMYKA”

„Gimnastyka to podstawa i dla zdrowia, ważna sprawa. Ręce w górę, potem w boki do przodu wielki skok. A gdy zrobisz ukłon nisko - wiedz, że sukces jest już blisko.”

1. BUCH, BUCH, BUCH - zabawa ruchowa z pokazywaniem.

„Buch, buch, buch! (maszerujemy po obwodzie koła).

Buch, buch, buch! (jednocześnie uderzając piąstką o piąstkę).

Każdy z nas jest dzielny zuch! (obrót wokół własnej osi, ręce na biodrach).

Wśród drzew skacze jak wiewiórka. (podskakujemy i naśladujemy wspinanie się na drzewo).

Wśród traw jak wąż daje nurka. (podskakujemy, wyciągamy ręce w przód i „dajemy nurka”).

Buch, buch, buch! (maszerujemy po obwodzie koła).

Buch, buch, buch! (jednocześnie uderzając piąstką o piąstkę”).

2. Zwierzątka – zabawa naśladowcza.

Pomoce: do tej zabawy można wykorzystać zabawki, obrazki w książce lub pokazać dziecku dane zwierzątko korzystając z Internetu.

Wykonanie: Zakręć kuperkiem jak kaczka, skacz jak żabka, zwiń się jak kotek, stąpaj jak słoń, biegaj jak pies, lataj jak ptak, zakręć się jak pszczołka, pływaj jak ryba.

3. Zabawa ze sznurkiem - zabawa sprawnościowa z wykorzystaniem sznurka.

Pomoce: sznurek, taśma.

Wykonanie: Sznurek leży na podłodze, należy utworzyć dowolny kształt.

Przykłady zadań:

- spacer po sznurku uważając by z niego nie „spaść”
- przeskakiwanie przez sznurek raz na jedną, raz na drugą stronę
- przejście po sznurku „stópkami”, np. tyłem lub bokiem.

MALI KONSTRUKTORZY

„Raz dwa trzy zbuduj domek Ty”

1. Budujemy wieże - zabawa konstrukcyjna.

Pomoce: klocki, kubeczki papierowe lub plastikowe.

Wykonanie: Zabawa polega na zbudowaniu jak największej wieży przez dziecko i rodzica. Następnie zadaniem dziecka jest zburzenie powstałej wieży oraz odbudowanie jej.

2. Kolorowe korale z makaronu - trenowanie zdolności motorycznych.

Pomoce: sznurek/sznurowadło, gruba nitka oraz makaron typu rurki, farby, pędzel.

Wykonanie: Rodzic przewleka pierwszy makaron i zawiązuje na końcu supeł. Zadaniem rodzica jest pokazać dziecku jak nawlekać makaron. Gdy korale będą gotowe można je pomalować farbami.

3. Pudełko skarbów – zabawa manipulacyjna.

Pomoce: do tej zabawy potrzebujemy jedynie kartonowego pudełka np. po pieluszkach lub mokrych chusteczkach.

Wykonanie: Zadaniem rodzica jest wycięcie kilku otworów różnej wielkości i schowanie kilku zabawek do środka. Dzieci muszą wyjąć zabawki przez dziurki. Następnie możemy zachęcić dziecko, aby wrzuciły zabawki z powrotem do pudełka.

SPOTKANIE Z NUTKAMI

„Dziś do domu wpadły nutki, wszystkie miały czarne butki,
czarne szelki i czapeczki i skakały jak piłeczki”.

1. „Głową mówię tak” – zabawa rytmiczna

Rodzic mówi treść piosenki i pokazuje ruchem jej treść. Dziecko pokazuje razem z rodzicem.

„Ruszam głową, mówiąc tak, ruszam głową, mówiąc nie.

Mówię, mówię: tak, tak, tak! Mówię, mówię: nie, nie, nie!

I tak ta piosenka kończy się!”.

Następnie zmieniamy piosenkę i zabawę. Tym razem dziecko podnosi najpierw jedną rękę, potem drugą i potrząsa nimi. Rodzic może zmienić części ciała, tak by dziecko kolejno poruszało: palcem, stopą, łokciem lub całym ciałem.

„Jedną rękę unoszę tu, drugą rękę unoszę tam,
Trzęsę, trzęsę, trzęsę i tańczę cza, cza, cza.
Potańczę, ile mogę, no i spojrzę na podłogę”.

Można skorzystać z nagrania na stronie internetowej np.:

Źródło: https://www.youtube.com/watch?v=x7Wc4Rj22jl&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1cIPhqEMY73pnbnBTfbSmXrUim0_EhnSylowv4FrfhPJvxS_-9WAhVWVg

2. „Posągi” – zabawa ruchowo – rytmiczna

Pomoce: odtwarzacz muzyczny

Wykonanie: Rodzic włącza dowolną muzykę i tańczy z dzieckiem w jej takt. W chwili gdy muzyka milknie, wszyscy pozostają w bezruchu, tworząc w ten sposób posągi. Rodzic zachęca dziecko, by przyjmowało różne pozy, na przykład: by stanęło na baczność jak żołnierz, by stało z rękami uniesionymi do góry lub kucalo, by udawało, że śpi na podłodze itp.

3. Taniec z szarfą – zabawa ruchowo – rytmiczna

Pomoce: szarfa lub dowolny kawałek materiału

Wykonanie: Rodzic tańczy z dzieckiem z szarfą lub wstążką, ewentualnie w miarę możliwości np. z szalem, sznurkiem itp. (najlepiej o długości około 80 cm). Wykonuje nią rozmaite ruchy: ciągnie ją po podłodze, macha nią nad głową, chwyta za oba końce i robi falę, okręca ją wokół własnego ciała, kręci spirale lub uzyskuje inne efekty, dziecko próbuje naśladować jego ruchy. Gdy taniec dobiegnie końca, dziecko naśladowując rodzica zwiija szarfę.

MALI BADACZE

„Odkrywanie świata jest fascynującą przygodą, która nigdy się nie kończy. Zaprośmy dzieci do eksperymentowania, doświadczania i poznawania.”

1. Telefon – zabawa badawcza

Pomoce: dwa plastikowe kubeczki, pojemniki po jogurcie, cienki sznurek od długości kilku metrów, nożyczki.

Wykonanie doświadczenia: przebić nożyczkami otwór w dnie każdego kubeczka. Przewlec sznurek przez oba otwory, zawiązać supeł. Dwie osoby prowadząc rozmowę telefoniczną – muszą stać w odległości tak, aby naprężyć sznurek telefonu. Sznurek powinien być cały czas mocno naprężony.



Źródło: <http://dzieciecatfizyka.pl/stara/urządzenia/telefon/telefon.html>

2. Tęczowe mleko - zabawa badawcza

Pomoce: głęboki talerz, mleko, barwniki, płyn do mycia naczyń, patyczki do uszu, pipetka.

Wykonanie doświadczenia: na talerz wlewamy mleko, za pomocą pipetki wkraplamy różnokolorowe barwniki. Patyczek z końcówką zanurzoną w płynie wkładamy do mleka. Obserwujemy co się dzieje. Dotknięcie mleka wykałaczką namoczoną w płynie powoduje rozprzestrzenianie się barwników w mleku tworząc efektowne i kolorowe obrazy.

3. Ciecz nienewtonowska – zabawa sensoryczna

Pomoce: miska, 1/2 szklanka wody, jedna szklanka mąki ziemniaczanej, można dodać barwniki.

Wykonanie: Wszystkie składniki dodajemy do siebie i mieszamy. Świetna zabawa sensoryczna dla wszystkich dzieci małych i dużych, a i dorośli chętnie się potapla.

DZIEŃ Z BAJKA

„Mój koteczku mój kochany, jesteś taki zaspany. Kotek miauknął cicho mlasnął i na rękach mamie zasnął”.

1. Nieśmiały kotek – słuchowisko.

Rodzic czyta dziecku bajkę o nieśmiałym kotku, dodatkową atrakcją może być interpretacja ruchowa wierszyka przez rodzica.

„**Nieśmiały kotek**” - autor A. Kozłowska

„Kotek o imieniu Kimi był bardzo nieśmiały.
Być może dlatego, że był jeszcze bardzo mały.
Często chował się przed innymi,
Nawet przed swoimi bliskimi.

Pewnego razu Kimi poszedł do żłobka.
Ucieszył się, gdy zobaczył, że jest tam mała kotka Ola
Jednak nie zamienił z nią ani słowa.
Tego dnia tak trudna wydawała się dla niego rozmowa.

Innego razu Kimi zaprosił dwóch kolegów,
By razem przystąpić do wyścigów.
Na starcie koledzy długo na niego czekali.
Na próżno, więc sami trasę pokonali.

Gdy Kimi miał ochotę napić się mleka,
Nie pił razem z innymi, aż wszyscy pójdą – czeka.
Nigdy też nie udało mu się poleżeć na piecu w ciepłym koszyku,
Nie chciał innych zaczepiać i musiał wygrzewać się w słońca promyku.

A gdy wieczorem koty wydają z siebie urocze mruczenie,
Kimi bał się im przeszkadzać i udawał, że ogrania go znużenie.
Chadzał też zawsze pierwszy spać,
Tak, by nie musiał innym dobranoc odpowiadać.

Po pewnym czasie o nieśmiałym kotku prawie nikt nie pamiętał.
Mało kto go widywał, mało kto z nim nie rozmawiał.
Już chyba nikt nie pamiętał, jak się nazywał.
I czy aby na pewno taki kotek w ich stronach kiedykolwiek przebywał.

Zasmuciło to strasznie mamę kotka małego,
Na całym świecie najdroższego miała tylko jego.

Jak jednak odwagi Kimiego nauczyć,
Czy może na czyjąś pomoc liczyć?

Poszła z kotkiem do doktora,
Lecz ten stwierdził, że psychika kotka nie jest chora.
Stwierdził, że kotek mały może być nieśmiały,
Że z czasem z tego wyrośnie, gdy tylko kotek przestanie być mały.

Mama kotkowi dodatkową porcję mleka dawała,
Zjadać wszystko, do samego dna kazała.
Codziennie kotka ważyła i mierzyła,
W ten sposób, czy już urósł sprawdzała.

Kotek był coraz większy,
Jednak nie stawał się przez to odważniejszy.
Ciągle od innych stroniał,
Ciągle przez życiem w grupie się bronił.

Wreszcie mama dała kotkowi radę,
By zawiązał oczy i poszedł na biesiadę.
Kotek nie widział nikogo, więc nie był onieśmielony,
A że potykał się często, przez innych był dostrzeżony.

Wszyscy zaczęli o nim mówić, o jego imię pytać.
Z czasem zaczęli się z nim bratać.
Nim biesiada dobiegła końca
Kimi przestał być nieśmiały, sam zapraszał wszystkich do tańca”.

„... Były sobie kotki dwa,
Szare, bure obydwaj.
Jeden kot na bębnie grał,
Drugi kot skrzypce miał ...” W. Grodzieńska

2. Części ciała - zabawa muzyczna z pokazywaniem.

Wykonanie: Zabawa polegająca na śpiewaniu i pokazywaniu w odpowiednim momencie poszczególnych części ciała.

- „My jesteśmy kotki dwa każdy z nas dwa uszka ma
Aaa kotki dwa każdy z nas dwa uszka ma
- My jesteśmy kotki dwa każdy z nas dwa oczka ma
Aaa kotki dwa każdy z nas dwa oczka ma
- My jesteśmy kotki dwa każdy z nas wąski ma
Aaa kotki dwa każdy z nas wąski ma
- My jesteśmy kotki dwa każdy z nas pazurki ma
Aaa kotki dwa każdy z nas pazurki ma
- My jesteśmy kotki dwa każdy z nas dwie łapki ma
Aaa kotki dwa każdy z nas dwie łapki ma”.

„Chcę być kotkiem, on jest miły.

Wszystkie kotki są wspaniałe,

Te ogromne i te małe.”

3. Rób to co kotek – zabawa ruchowo- naśladowcza.

Wykonanie: Rodzic ilustruje ruchem treść wierszyka. Dziecko naśladuje wspólnie z dzieckiem określone czynności:

- Kotek się myje
- Kotek zwinął się w kłębuszek i zasnął
- Kotek robi koci grzbiet
- Kotek położył się na plecach
- Kotek skrada się na czworakach
- Kotek pije mleko
- Kotek robi miał
- Kotek goni myszkę.

Inne zabawy

1. Zabawy umuzykalniające:

„Muzykoterapia” – słuchanie z dzieckiem muzyki relaksacyjnej i wyciszającej np. szum morza, śpiew ptaków itp.

„Taniec połamaniec” – taniec przy ulubionych piosenkach „Taniec Mai, „A ram sam, sam” itd.

2. Zabawy sensoryczne – „Worek skarbów” – do worka wkładamy samochodziki, piłeczki, maskotki itp., zadaniem dziecka jest odnalezienie konkretnej zabawki za pomocą dotyku.

3. „Pełno” – „pusto” (stanowisko badawcze)– napełnianie i opróżnianie pojemnika. Pojemniki o różnej wielkości, ziarna, woda, piasek, mąka (przelewanie, przesypanie, mieszanie, doświadczanie)

4. Przebieranki przed lustrem – czapki, okulary, buty, luźne ubrania

5. Zabawy w naśladowanie czynności: karmienie misia, układanie lalki do snu, pokazywanie jak jedzie samochód, jak zmywać naczynia 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