

Propozycje zabaw dla rodziców i dzieci [1]



Szanowni Państwo

Najbliższe dni spędzicie ze swoimi dziećmi w domach. Zachęcam do przestrzegania wszystkich zaleceń Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektora Sanitarnego oraz śledzenia na bieżąco komunikatów o sytuacji epidemiologicznej.

Poniżej przedstawiam kilka propozycji zabaw, które spodobają się zarówno dzieciom jak i Wam, kochani Rodzice. W zakładkach swoich grup już wkrótce znajdziecie szereg innych propozycji opracowanych przez wychowawców.

Pamiętajmy, że czas spędzony na zabawie z dzieckiem jest bezcenny.

Witają się nasze plecy - siedzimy na podłodze, opierając się o siebie (nogi ugięte w kolanach) i dotykając się w różnych miejscach pleców.

Spacerek-dziecko leży na podłodze, a mama lub tata ciągną je za dłonie lub nogi zabierając na spacer po pokoju.

Fotelik- odpoczywamy po „wycieczce”, dziecko siedzi u mamy lub taty w foteliku (na kolanach) i jest łagodnie kołysane.

Paczka- dziecko zwiija się w kłębek a mama lub tata usiłują rozwiązać „paczkę”, rozplątać ręce i nogi. Paczka może zostać uniesiona w górę- gdy nie „udało się” jej rozwiązać.

Jedziemy na koniku- rodzic siedzi na podłodze z wyprostowanymi nogami, dziecko siada na kolanach i podskakuje w rytm wierszyka:

Jedzie, jedzie pan na koniku sam,

kamienie, kamienie,

bęc (w tym momencie rodzic rozsuwa nogi i dziecko „upada” na podłogę)

Zabieramy mamę na spacer- mama zamyka oczy i jest oprowadzana przez dziecko po pokoju (dziecko czuje się ważne i doceniane, bo mama okazuje mu zaufanie).

Masaż- dziecko leży na brzuchu a mama lub tata robią masaż mówiąc wierszyk:

Tutaj płynie rzeczka- przesuwamy palcami wzdłuż kręgosłupa

Tutaj idzie pani na szpileczkach – palcem wskazującym i środkowym naśladujemy chód „pani na szpileczkach”

Pada, pada deszczyk - stukamy wszystkimi paluszkami po plecach naśladując krople spadającego deszczu

Czy przeszedł cię dreszczyk? - delikatnie szczypiemy w kark.

Dbajmy o siebie w tym trudnym dla nas czasie.

Anna Walczak

- [3-latki z sali poziomkowej](#) [2]
- [4-latki z sali jagodowej](#) [3]
- [4-latki z sali konwaliowej](#) [4]
- [5-latki z sali borowikowej](#) [5]
- [5-latki z sali orzechowej](#) [6]
- [6-latki z sali leśna polana](#) [7]
- [6-latki z sali słonecznej](#) [8]
- [6-latki z sali jaworowej](#) [9]

Source URL:

<https://jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/pl/news/propozycje-zabaw-dla-rodzic%C3%B3w-i-dzieci>

Links:

- [1] <https://jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/pl/news/propozycje-zabaw-dla-rodzic%C3%B3w-i-dzieci>
[2] <http://jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/pl/strona/3-latki-z-sali-poziomkowej>
[3] <http://jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/pl/strona/4-latki-z-sali-jagodowej>
[4] <http://jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/pl/strona/4-latki-z-sali-konwaliowej>
[5] <http://jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/pl/strona/5-latki-z-sali-borowikowej>

- [6] <http://jarzebinka.noweskalmerzyce.pl/pl/strona/5-latki-z-sali-orzechowej>
- [7] <http://jarzebinka.noweskalmerzyce.pl/pl/strona/6-latki-z-sali-le%C5%9Bna-polana>
- [8] <http://jarzebinka.noweskalmerzyce.pl/pl/strona/6-latki-z-sali-s%C5%82onecznej>
- [9] <http://jarzebinka.noweskalmerzyce.pl/pl/strona/6-latki-z-sali-jaworowej>