W czasie dynamicznie rozwijającej się techniki zapominamy niekiedy, że najprostszą metodę wychowawczą małego dziecka stanowi po prostu wspólna zabawa.

W zabawie z rodzicami dzieci pogłębiają poczucie bezpieczeństwa, a przecież dom rodzinny jest dla dziecka największym azylem, w którym czuje się szczęśliwe i kochane.

Czas spędzany z dzieckiem starajmy się więc wykorzystywać w taki sposób, aby dziecko nie było samotne, nie odmawiajmy mu, gdy prosi o wspólną zabawę. To dzięki niej uczy się

i zdobywa nowe umiejętności, by w przyszłości umiało radzić sobie w otaczającej go rzeczywistości.

Oto kilka propozycji zabaw, które mam nadzieję, będą ciekawą alternatywą dla spędzania czasu wolnego przed telewizorem.

Coraz więcej dzieci nie potrafi sobie zorganizować czasu wolnego bez komputera. Warto zadbać o to, by w pokoju u dziecka na półce, oprócz gier komputerowych znalazły się również gry planszowe i inne ciekawe zabawki:

**Bierki** – gra, usprawniająca koncentrację i zręczność ale przede wszystkim uczy skupienia i silną wolę. Z pewnością zapewni dzieciom dużo emocji.

**Rummikub** – gra rozwijająca logiczne myślenie, spostrzegawczość i pamięć wzrokową. Wspaniała zabawa na dłuższe popołudnie.

**Jenga** – drewniana wieża– gra, która usprawnia u graczy umiejętności psychiczne jak i fizyczne. Uczy koncentracji uwagi i radzenia sobie w sytuacjach stresowych.

**Cienie – rozpoznawanie przedmiotów** – gra usprawniająca spostrzegawczość wzrokową. Dzieci szybko opanują podstawową wiedzę o cieniach i nauczą się rozpoznawać przedmioty na podstawie ich sylwetki.

**Colorama** – gra edukacyjna, która bawiąc rozwija szczegółowe spostrzeganie, zdolność porównywania, nazywania i przyporządkowywania, jak również sprawność manualną.

Telewizor, komputer, telefon… żeby oderwać dzieci od osiągnięć współczesnej techniki, trzeba nie lada zachodu. Najlepszym i niezawodnym sposobem jest dawanie dobrego przykładu i wspólne spędzanie czasu na świeżym powietrzu.

Bawcie się, grajcie, brodźcie w kałużach, puszczajcie latawce, wyjdźcie na spacer, na wycieczkę rowerową, na plac zabaw... Byle nie spędzać słonecznych dni przed telewizorem!

**Podchody**

Zabawa, która zamieni zwykły rodzinny spacer w ekscytującą przygodę. Rozdzielcie się: pierwsza osoba idzie i zostawia za sobą ślady, np. rysując kredą strzałki, tak by pozostali mogli ją później odnaleźć. Zabawą podobną do podchodów jest szukanie ukrytego skarbu. W jakimś tajemniczym miejscu schowaj " skarb". Drogę do skarbu oznacz strzałkami zrobionymi z patyków, narysowanych kredą albo wcześniej przygotuj prostą mapę, dzięki której dzieci odnajdą słodką niespodziankę.

**Kapsle**   
Na ziemi rysujemy tor: kredą na chodniku lub patykiem na ubitej ziemi . Szerokość toru uzależniona jest od liczby uczestników – im więcej graczy, tym szerszy musi byc tor. Zaznaczamy linię startu i linię mety, a pomiędzy nimi może "dziać się" wszystko, tzn. tor może zakręcać, może robić nasypy i wyrzutnie z piasku, przeszkody z gałęzi czy kamieni lub zbiorniki wodne ( dołek w ziemi zabezpieczony folią i wypełniony wodą albo zwykła kałuża)   
Ustawiamy kapsle na starcie, jeden obok drugiego, wierzchnią stroną na spód, i pstryknięciem w bok kapsla przesuwamy się do przodu. Pstrykamy na zmianę i w ten sposób ścigamy się do mety. Wypadnięcie poza linię toru oznacza stratę kolejki. Wygrywa ten gracz, którego kapsel jako pierwszy przekroczy linię mety.   
  
**Zabawy z piłką**  
Do rozegrania rodzinnego meczu wcale nie trzeba profesjonalnego boiska. Do przeprowadzenia konkursu na ilość zdobytych bramek wcale nie potrzeba profesjonalnej bramki… Można ćwiczyć rzucanie do celu, rzucanie na odległość, trafianie do kosza (choćby na śmieci). Można grać w zbijanego, albo zrobić piłkarski slalom.   
Na drodze losowania wybieracie osobę, która jako pierwsza będzie odgrywała rolę "środkowego". Jej zadaniem będzie złapać piłkę, którą Wy do siebie rzucacie. Jeżeli uda jej się – zamienia się miejscem z osobą, której rzut przejęła. I tak w kółko. Gra może trwać wiele godzin, do znudzenia. Liczy się pomysłowość i dobra zabawa!

A oto propozycje zabaw na pochmurne dni i nie tylko:

**Malowanie kamieni**

Zabawa ta jest ciekawym sposobem na wspólne spędzanie czasu. Nie potrzeba wiele przygotowań, wystarczą zwykłe kamienie oraz farby. Teraz pozostaje jedynie uruchomić wyobraźnię i przystąpić do tworzenia kamykowych stworków lub pięknych obrazków na kamieniu. Kamykowymi stworkami dziecko może się bawić w domu. Jeśli się nimi znudzi, za kilka dni można stworzyć nowe. W malowanie kamieni można się bawić nie tylko w domu, lecz także na plaży czy na łące. By miło spędzić czas, wystarczy zabrać ze sobą kredki i zaproponować dziecku zabawę.

Podczas spaceru każde dziecko znajdzie sobie mały kamyk, który później ozdobi. Można sprecyzować malowanie kamieni do tworzenia na przykład samych zwierzątek.

**Ziemniaczek-zbijaczek**

To prosta gra, przeznaczona dla dzieci, które potrafią już rozpoznawać i porządkować w określonej kolejności liczby. Do zabawy potrzebna będzie kartka i kilka kolorów długopisów lub kredek, w zależności od liczby graczy. Zaczynamy od rysowania liczb (od 1 do 10) w kółeczkach-ziemniaczkach porozrzucanych po całej kartce. Następnie określamy, czy będziemy łączyć ziemniaczki od najmniejszej liczby do największej, czy odwrotnie. Przystępujemy do zabawy, której przebieg polega na łączeniu ziemniaczków. Zaczyna najmłodszy uczestnik. Linie łączące ziemniaczki nie mogą się dotykać ani przecinać. Kto dotknie lub przetnie linię, przegrywa. Jedynym miejscem, w którym linie mogą się krzyżować, jest ziemniaczek. Zabawa ta uczy dzieci panowania nad ręką podczas kreślenia linii oraz układania liczb jedna po drugiej.

**Pacynki**

Zabawa w tworzenie pacynek daje ogromne możliwości wykazania się kreatywnością zarówno rodzicom, jak i dzieciom. Pacynki można wykonywać ze zwykłej kartki papieru, z pojedynczych skarpetek, rękawiczek albo – tak jak na fotografii – z akcesoriów kuchennych, które są już niepotrzebne. Nie musi być to koniecznie łyżka, można na przykład z dziurawego sitka zrobić twarz pacynki. Rozwiązań jest wiele. Pamiętajmy, że im ciekawsza pacynka, tym bardziej zachęci dziecko do dłuższej zabawy i rozwinie jego myślenie twórcze. Mając gotowe pacynki, możemy bawić się w teatr lub poprosić dziecko, aby samo pobawiło się w reżysera i stworzyło dla nas spektakl.

**Sałatka owocowa**

Często po powrocie z pracy rodzic musi przygotować obiad – wtedy nie ma czasu dla pociechy. I nic w tym dziwnego, w końcu każdy ma swoje obowiązki. Ale zamiast proponować dziecku oglądanie bajki w telewizji, możemy poprosić je o przygotowanie deseru. W lecie owoców jest pod dostatkiem (zimą można korzystać z tych z puszki), warto więc zaprosić malucha do zrobienia sałatki owocowej. Potrzebne będą owoce, nożyk plastikowy, deseczka i miska. Dziecko na pewno chętnie spędzi z rodzicami czas w kuchni, przygotowując poczęstunek. W dodatku, gdy zobaczy, jak domownikom smakuje deser, będzie chciał częściej przygotowywać różnego rodzaju pyszności.

**Początek i koniec**

Jest to zabawa ze słowami, przeznaczona dla starszych przedszkolaków. Polega na tym, że rodzic i dziecko na zmianę mówią wyrazy na takiej zasadzie, że pierwsza litera kolejnego wyrazu jest ostatnią literą wyrazu poprzedniego, na przykład: dom – masło – ola – aparat…

Zabawa ta kształtuje słuch fonemowy u dzieci, może być także dobrą diagnozą lub zabawą terapeutyczną w przypadku, gdy dziecko nie słyszy głosek w nagłosie i wygłosie. Należy jednak pamiętać, żeby dostosować zabawę do wieku dzieci i nie używać zbyt trudnych wyrazów.

**Historyjki obrazkowe**

Do przygotowania tej zabawy będą potrzebne kartki oraz kredki. Na kilku kwadratowych karteczkach rysujemy proste ilustracje, przedstawiające na przykład dom, piłkę, motylka, kwiatek, parasol, klucz, truskawkę. Odwracamy karteczki białą stroną, mieszamy, a następnie odwracamy i układamy jedną obok drugiej. Załóżmy, że karteczki ułożyły się w takiej kolejności: piłka, motyl, kwiatek, parasol, dom, klucz, truskawka.

Na podstawie obrazków układamy minihistoryjkę, opowiadanie lub po prostu jedno zdanie.

Podczas tej zabawy uruchamiamy wyobraźnię dzieci, a także kształtujemy ich sposób wypowiadania się. Ważne jest jednak, żeby nie poprawiać dzieci, chyba że popełniają błędy gramatyczne. Początki bywają trudne dla przedszkolaków, dlatego starajmy się im nie podpowiadać i pozwólmy opowiedzieć całą historyjkę.

**Tworzenie opowiadania**

Zabawa podobna do poprzedniej, ale można się w nią bawić nawet w samochodzie, jako że nie wymaga żadnych przygotowań. Polega ona na tworzeniu opowiadania w taki sposób, że każdy uczestnik mówi po jednym zdaniu. Każde kolejne zdanie musi nawiązywać do tego, co zostało powiedziane wcześniej. Jednocześnie musi zawierać jakieś nowe informacje.

**Bazgrołek**

Zabawa polega na rysowaniu dowolnych kształtów, tzw. bazgrołków przez osoby dorosłe, z których dziecko ma coś stworzyć. Interpretacja jest dowolna, z bazgrołka mogą powstawać zwierzęta, widoczki i wiele, wiele innych rysunków. Zabawa ta rozwija kreatywne myślenie dziecka. Stanowi bardzo dobrą alternatywę do siedzenia przed komputerem.

**Fortece z kubeczków**

To prosta zabawa, do której trzeba się wcześniej przygotować. Potrzebne będą plastikowe kubeczki po jogurtach, serkach lub śmietanie, taśma klejąca (może być dwustronna). Z kubeczków budujemy zamki, fortece, garaż lub domek dla lalek – wszystko, na co przyjdzie nam ochota. Sklejone taśmą kubeczki będą się trzymały i będzie można spokojnie się bawić budowlami. Kreatywność dzieci nie zna granic i chętnie tworzą coś z niczego. Kubeczki można zbierać podczas wakacyjnego pobytu poza domem, gdy nie zabiera się wszystkich zabawek ze sobą. Kubeczki świetnie zastępują różnego rodzaju klocki.

**Balonowa rakieta**

Do przygotowania tej zabawy potrzebne nam będą dwa krzesła (lub pnie drzew, albo słupki, jeżeli zabawę przeprowadzamy na zewnątrz), śliski sznurek, rurka do picia (należy odciąć przegub, jeżeli jest przegubowa), taśma klejąca, balon, spinacz do bielizny.

Sznurek przywiązujemy do jednego krzesła, następnie nawlekamy na niego rurkę i przywiązujemy do drugiego krzesła, tak żeby sznurek był napięty. Dmuchamy balon i spinamy spinaczem, tak żeby nie uciekało powietrze. Do rurki przyklejamy taśmą nadmuchany balon. Tak powstaje rakieta, która startuje przy jednym z krzeseł. Odpalamy ją, puszczając spinacz. Im większa odległość między krzesłami, tym większego balonu potrzebujemy. Po śliskim plastikowym sznurku rurka lepiej będzie się przesuwała.

*Źródło: internet*