

Propozycje zabaw i działań edukacyjnych dla rodziców, przygotowane przez nauczycielki wychowania przedszkolnego, do wykorzystania podczas czasu spędzanego z dzieckiem w domu:

Alfabet - zabawa dydaktyczna; utrwalenie obrazu graficznego poznanych liter - układanie literek z różnych materiałów, np. kaszy, klamerek, sznurka, nitki, itp. na kartkach gdzie będą napisane litery przez Rodzica. To świetna zabawa sensoryczna i twórcza.

Zabawa w teatr - zamiana ról: dzieci niech będą rodzicami, a rodzice dziećmi, odgrywanie scenek z życia codziennego w domu. Można również wcielać się w ulubione postacie z bajek, tworzyć własne bajki. Dzieci mogą się przebierać w ubrania, np. mamy, taty.

Zabawa w "Zimno, ciepło, gorąco" - znana zabawa wszystkim, jedna osoba chowa zabawkę (misia, samochód) pozostali domownicy muszą odnaleźć ukrytą zabawkę - ten kto ją schował daje innym wskazówki za pomocą słów: zimno-mróż, ciepło, ciepłej, gorąco.

Kukiełki, pacynki - praca techniczno-plastyczna: wykorzystanie drewnianych lub plastikowych łyżek, które na pewno ma każdy ma w domu - ubranie łyżki w kawałki kolorowych materiałów, owinięcie wstążkami, doczepienie włosów z wełny, nitki, krepy.

Łapanie kulek - Przygotować należy dwa pojemniki, pudełko, miski plastikowe, kulki z papieru, słomkę dla każdego. Do pojemnika wrzucamy, np. 5 kulek i trzeba je za pomocą słomki przenieść do drugiego pojemnika. Zadanie może być na czas lub kto pierwszy ten wygrywa.

Spacer małego badacza - ukierunkowane obserwacje. Porównywanie chmur na niebie do zwierząt, badanie kierunku wiatru za pomocą dostępnych w domu materiałów (tasiemki, woreczki foliowe, chorągiewki zrobione z patyczka i reklamówki lub woreczka).

Zabawy oddechowe:

- zabawy z rurką, słomką, wodą: przenoszenie małych elementów papieru/obrazka za pomocą słomki, burza w szklance wody (dmuchanie przez słomkę do wody)
- dmuchanie na papierowe łódeczki w misce z wodą
- zdmuchiwanie kawałka papieru z różnych powierzchni
- zabawy z płomieniem świecy - dmuchamy leciutko, tak by płomień nie zgasł; staramy się zgasić ogień z dużej odległości.

Zabawy słuchowe:

- co jest w kubeczku? - wypełniamy plastikowe kubeczki grochem, cukrem, kamykami, monetami – dziecko ma za zadanie zgadnąć, którym kubkiem dorosły potrząsnął

Piankolina - prosty przepis na udaną zabawę. Samodzielnie wykonana piankolina zajmie dziecko i sprawi dużo radości na długi czas. Świetna propozycja dla przedszkolaków. Dzieci najlepiej rozwijają się poprzez integrację sensoryczną czyli poznawanie świata wielozmysłowo. Wszelkiego rodzaju masy plastyczne dostarczają wielu doznań i świetnie oddziałują na dziecięcą wyobraźnię. Jeśli maluch dodatkowo może taką masę stworzyć samodzielnie zabawa jest jeszcze bardziej udana. Przepis na Piankolinę jest bardzo łatwy: **1 kg mąki ziemniaczanej, jedno opakowanie pianki do golenia oraz odrobinę płynu do mycia naczyń** najlepiej białego lub bezbarwnego. Jeśli biała puszysta masa się znudzi można dodać do niej odrobinę barwników spożywczych, a nawet brokat.

Kolorowe kwiaty - zabawa matematyczna - przeliczanie i dokładanie elementów. Potrzebne materiały:- kolorowe koła wycięte z papieru, kostka do gry lub kartonik z figurami liczbowymi. Rodzic lub dziecko rzuca kostką, następnie wszyscy wspólnie przeliczają liczbę wyrzuconych oczek. Zadaniem dziecka jest dołożenie tylu „płatków” ile oczek wypadło. Zamiast kostki można przygotować kartoniki z figurami liczbowymi, które dziecko będzie losowało.

Zabawa w skojarzenia - zacznij zabawę dla dzieci, mówiąc dowolne słowo, np. „słońce”. Następnie dziecko mówi słowo kojarzące się z tym, co powiedziałaś, np. „gorąco”. Potem ty szukasz skojarzenia do „gorąco”, np. „lato”. I tak na zmianę.

Skoki przez drabinkę - wykonaj drabinkę, np. z gazety. Wystarczy pociąć ją na paski, które ułożycie na ziemi na wzór drabinki. Zadanie dziecka polega na sprawnym przeskakiwaniu kolejnych szczebelków.

Gra karciana - w talii kart zostaw tylko karty z liczbami. Podziel karty na dwie równe części i przed każdym graczem połóż połowę kart kolorem w dół. Gracze jednocześnie odwracają górną kartą ze swojego zestawu. Wyższa karta wygrywa, ale gracz musi domagać się przyznania mu punktu. Oczywiście dziecku należy dać dużo czasu na określenie, która karta jest wyższa. Można grę utrudnić (powyżej 5 roku życia): gracze odejmują od liczby wyższej — niższą. Wygrywa ten, kto pierwszy poda wynik.

Gra pomaga w szybkim rozpoznawaniu wartości cyfr.

Podaj 4 rzeczy, które można ułożyć w kolejności — na przykład z kategorii wzrost, waga, etapy procesu, wiek, itp. Następnie poproś, by dziecko ułożyło je w odpowiedniej kolejności (podaj je dziecku w niewłaściwej kolejności). Przykładowe pomysły:

- Dorosły, niemowlę, dziecko, nastolatek (wiek)
- Sto, dziesięć, pięć, tysiąc (wiek)
- Kot, mysz, żyrafa, osioł (wielkość)
- Pszenica, chleb, ciasto, mąka (etapy)
- Dąb, drewno, żołądź, mebel (etapy)
- Kamień, piasek, skała, góra (wielkość)
- Tydzień, godzina, dzień, rok (czas)

- Domek dla lalek, blok mieszkalny, dom, wieżowiec (wielkość)

Dziecko uczy się, na czym polega kolejność, następstwo i czas.

Co należy do tej rodziny? - dorosły wymienia kilka określających pojęcie nadrzędne nazw, np. meble, owoce, warzywa, drzewa. Dzieci zaś wymieniają nazwy poszczególnych mebli, owoców itp. Po tym wstępie dorosły rzuca piłkę do dziecka mówiąc głośno nazwę, która zawiera pojęcie nadrzędne, dziecko zaś możliwie szybko wymienia szczegółowe nazwy rzeczy należących do tej rodziny. Gdy wymieni mylnie – daje fant.

Miasto z kartonów - podczas pobytu w domu i ograniczeniem wszelkich wyjść może warto pogłębić wyobraźnię i stworzyć miasto z niepotrzebnych już kartoników i opakowań, jakie posiadamy w domu. Przy użyciu flamastrów bądź farb udekoruj kartoniki, sklej ze sobą klejem lub taśmą i zbuduj kartonowe miasto, bazę a może statek piratów czy raketę kosmiczną. Daj się ponieść wyobraźni.

Rozwijanie wyobraźni dziecka, wykorzystanie opakowań według pomysłu dzieci

Potrzebne: kartony, opakowania, flamastry, klej, taśma, wyobrażenia.

Wiosna na papierze z orgiami płaskiego - przygotowanie z kolorowych kartek kółeczek o różnych wielkościach, niezbędne do tego kubeczki i inne przedmioty o różnych średnicach. Odrysowanie ich, a następnie wycięcie nożyczkami. Złożenie ich na pół. Ułożenie wiosennego obrazka, można wykonać różne wiosenne symbole: słońca, kwiatka, bociana, trawy itp. Należy zwrócić uwagę jakich kolorów będziemy potrzebować. Po ułożeniu ich, przyklejenie do kartki.

Rozwijanie sprawności manualnej, wyobraźni przestrzennej

Potrzebne: kolorowe kartki, ołówek, nożyczki, klej, pomysł.

W marcu jak w garnku - dużego arkusza papieru wyciąć kształt garnka, do którego będą „wrzucane” wycięte symbole zjawisk atmosferycznych. Jeśli zaobserwujemy deszcz, trzeba będzie przygotować krople deszczu i ją pokolorować, jeśli słońce, to tak samo itp. Będziemy dobrymi obserwatorami pogody. Jeśli w garnku pojawi się duża ilość symboli, możemy pobawić się w pogodynkę i przedstawić pogodę.

Poszerzenie wiadomości przyrodniczych związanych z różnorodnością pogody w marcu

Potrzebne: arkusz papieru, nożyczki, klej, kartki, powtarzanie powiedzenia „W marcu jak w garnku”.

Domowe zawody w kręceniu hula hop - odrobina ruchu w domu sprzyja dobremu samopoczuciu, dlatego zajmij bezpieczne miejsce w pokoju czy tam gdzie jest więcej miejsca, np. przedpokoju by niczego nie strącić. Weź udział w zabawie z mamą, czy innym członkiem rodziny, kręć hula hop jak najdłużej. Jeśli nie masz hula hop, skacz na skakance lub odbijaj nadmuchany balon. Dopinguj osobę, która właśnie wykonuje ćwiczenie, odliczaj na głos jak długo kręci kołem lub skacze na skakance.

Aktywność fizyczna dziecka i innych członków

Potrzebne: hula hop lub skakanka czy balon, odrobina miejsca w mieszkaniu.

Co zmieniło się w pokoju - przestaw lub schowaj jakąś rzecz w domu, sukcesywnie możesz wykonywać ten ruch w poszczególnych pomieszczeniach (ważne by zrobić zabawę przed porządkowaniem ich). Zadaniem dziecka jest odgadnąć co zmieniło się w pokoju lub co z niego zniknęło. Pamiętaj by zwrócić uwagę dziecka na to by zachować ostrożność i nie zdejmować przedmiotów z wysokości itp. Zabawę wykonujemy na zmianę z innymi domownikami.

Dobra zabawa na spostrzegawczość

Potrzebne: przedmioty domowego użytku, bystre oko

Ilustrowanie przy pomocy liczmanów, rysunkowe dyktando - wycięte z papieru liście i biedronki jako symbole wiosny układane są zgodnie z poleceniem opiekun.

-Nad łąką fruwały osiem biedronek (dziecko układa osiem biedronek na liściu). Potem przyfrunęły jeszcze dwie. Ile biedronek fruwa teraz nad łąką?

-Nad łąką fruwało sześć biedronek (dziecko układa sześć biedronek). Trzy odfrunęły (odsuwają trzy biedronki na liściu). Ile biedronek pozostało? Itp.

Dyktando rysunkowe:

- 1.W lewym rogu przyklej listka.
2. Na nim naklej pięć biedronek.
- 3.W prawym górnym rogu narysuj słońce z sześcioma promykami.
- 4.W lewym górnym rogu narysuj chmurkę.
- 5.W prawym dolnym rogu narysuj drzewo.
6. Po lewej stronie drzewa dorysuj ławeczkę. Itp.

Rozwijanie umiejętności dodawania i odejmowania, posługiwanie się pojęciami dotyczącymi położenia przedmiotów

Potrzebne: Liczmany w formie symboli wiosny, kartka, kredki,

Inne zabawy i ćwiczenia rozwijające, to:

- wyszukiwanie elementów na obrazkach tematycznych – owoce, warzywa, pory roku, zwierzęta...
- składanie obrazków z części po pokazie i samodzielnie,
- odgadywanie dźwięków z otoczenia np.: szum prysznica, sfluczka, otwieranie drzwi, pukanie do drzwi, gwizd czajnika...
- rozmowy na temat oglądanych, czytanych książeczek, bajek, wzbogacanie słownictwa, wiadomości,
- wodzenie palcem po kształtach – koła, linie proste, faliste – naśladowanie ruchów, rysowanie po śladzie, odwzorowywanie,
- zamalowywanie prostych kształtów, postaci,
- przeliczanie elementów w otoczeniu oraz tworzenie zbiorów do przeliczania – kasztany, cukierki, chrupki, korale, klocki...
- segregowanie przedmiotów według określonej cechy – kolor, wielkość, kształt,
- zabawy misiem, umieszczanie misia – na, pod, za, przed
- nazywanie, wskazywanie figur geometrycznych – koło, kwadrat, trójkąt,

LOGOPEDA RADZI:

Na dobry początek proponuję kilka ćwiczeń oddechowych.

Celem przedstawionych ćwiczeń jest głównie nauka prawidłowego oddychania. Należy pamiętać żeby wdech odbywał się przy pomocy nosa! Warto również nauczyć dziecko oddychania przeponowo – brzuszno, gdyż jest to najbardziej efektywny sposób. Kształtowanie prawidłowych nawyków jest szczególnie ważne zwłaszcza u dzieci.

Ćwiczenia oddechowe wykonujemy:

- w przewietrzonym pomieszczeniu,
- przed jedzeniem lub 2–3 godziny po posiłku,
- najlepiej systematycznie 2–3 razy dziennie przez kilka minut.

Należy wiedzieć, że:

- przedłużanie wydechu nie może być zbyt długie, gdyż może opróżnić płuca z tzw. „powietrza zapasowego”,
- każde dziecko ma własny, indywidualny rytm oddechu, inną pojemność płuc – dlatego każde dziecko wykonuje ćwiczenia zgodnie ze swoimi możliwościami,
- dziecko nie wykona ćwiczeń, gdy ma katar, przerost trzeciego migdałka lub krzywą przegrodę nosa,
- ćwiczenia należy wykonywać w różnych pozycjach ciała, np. pozycji leżącej, siedzącej czy stojącej, dlatego najłatwiej wpleść je w zabawy ruchowe,
- należy pamiętać, aby w czasie ćwiczeń mięśnie szyi, rąk i tułowia były rozluźnione, a postawa ciała swobodna (w zabawach ruchowych łatwiej to skontrolować),
- ćwiczenia oddechowe prowadzone z małymi dziećmi powinny być dostosowane do możliwości dziecka, a więc wymagają formy zabawy.

Detektyw zapachów: poprośmy dziecko o określenie, jakie zapachy wyczuwa i wymyślenie, co mogłoby być ich źródłem, gdybyśmy w danej chwili znajdowali się w czarodziejskiej krainie. Nie oceniamy pomysłów naszych dzieci. Pozwólmy im puścić wodze fantazji! Jedyne, na co powinniśmy zwracać uwagę w tej zabawie, to w jaki sposób nasi mali twórcy oddychają (wdech powinien odbywać się przy pomocy nosa, wydech przez usta). W tej zabawie stymulujemy nie tylko oddech, ale i kreatywność!

Dmuchi na wiatraczki, które dziecko samodzielnie bądź z naszą pomocą wykonało np. z kolorowej gazety. W tym ćwiczeniu pamiętajmy o kontroli fazy wdechowej: wdech powinien być wzięty miarowo i spokojnie. Początkowo będzie to wdech raczej płytki. Spróbujmy także sami wykonać to ćwiczenie – okaże się, że wcale nie jest takie proste!

Dmuchiwanie do celu, np. papierowych lub zrobionych z włóczki czy folii aluminiowej zabawek czy postaci z bajek, które czytaliśmy wspólnie z dzieckiem. Puśćmy wodze fantazji i twórzmy za każdym razem inną historię do ćwiczeń.

Dmuchiwanie na zabawki pływające po wodzie w czasie kąpieli (wykonane samodzielnie, np. z nakrętek). Tutaj także możemy rozbudzać kreatywność dzieci, nie tylko w czasie tworzenia zabawek, ale już w trakcie samych ćwiczeń – na przykład prosząc dziecko o dokończenie zdań: ten statek płynie do..., załoga tego statku to..., która wyruszyła na...

Puszczanie baniek mydlanych. Dmuchamy na zmianę: długo – krótko – jak najdłużej, słabo – mocno – jak najmocniej. Spróbujmy wymyślić razem z dziećmi np.: z czym nam się kojarzą kształty baniek mydlanych, lub do czego można je zastosować (chodzi tutaj o zastosowania zupełnie niestandardowe)

Zdmuchiwanie chrupek, piłeczek, kawałków waty na gładkiej powierzchni, a następnie na powierzchni szorstkiej i nierównej – np. na pogniecionej przez dziecko gazecie.

Zabawa z muchomorem i biedronką – kolorowy grzybek/biedronka, zrobione wspólnie z surowców wtórnych, służą do ćwiczeń w układaniu kropek na powierzchni muchomora/biedronki za pomocą rurki. To doskonałe ćwiczenie dla warg i regulujące fazę wydechu. To ćwiczenie można wykonać w dwojaki sposób – można przenosić elementy przy pomocy słomki przez „zasysanie”, lub przesuwając je lekkim dmuchaniem przez słomkę (dla bezpieczeństwa w czasie zabawy należy zwrócić uwagę aby drobne elementy miały średnicę większą niż otwór słomki)

Zabawa z chmurką – papierowa chmurka z zawieszonymi na nitkach kawałkami watek – płatków śniegu służy do ćwiczeń dmuchania. Także w tym ćwiczeniu można użyć rurki do napojów, rurka, słomka jest szczególnie potrzebna gdy dziecko ma tendencję do wsuwania języka między zęby w czasie mówienia)

Zabawa w wyścigi samochodowe: zrobimy tor do wyścigów i samochodziki (ważne aby były odpowiednio lekkie). Zabawka może służyć do ćwiczeń w dmuchaniu oraz ćwiczeń w zakresie orientacji przestrzennej przy zabawach w garażowanie.

Ćwiczenia oddechowe dobrze jest również łączyć z ruchami rąk i tułowia:

- wdech z jednoczesnym szybkim wzniesieniem rąk do boku, a wydech z powolnym przesuwaniem rąk do przodu, aż do zupełnego ich złączenia;
- wdech z jednoczesnym wzniesieniem rąk bokiem do góry, wydech z powolnym ich opuszczaniem, któremu towarzyszy powolny wydech;
- szybki wdech z jednoczesnym skrętem tułowia w bok, w czasie powolnego wydechu następuje powrót do normalnej pozycji.