

Szanowni Rodzice,

może zechcecie Państwo skorzystać z takich zabaw ruchowych z nietypowymi przyborami, gdy już zabraknie Wam pomysłów:) Zachęcamy i życzymy miłej zabawy!

Zabawy z wykorzystaniem plastikowych butelek

1. „Rzuty do butelek” - celowanie kulami z gazety do butelek, ustawionych w pewnej odległości od rzucających. (Można zorganizować współzawodnictwo rodzic - dziecko i zdobywanie punktów za każdy celny rzut.)
2. „Gra w kręgle” - potrzebnych jest 6 butelek i "kule" (piłeczki tenisowe, kule z gazety itp.). Dzieci starają się rzucić tak, aby przewrócić jak najwięcej butelek. Odległość można zwiększać, aby utrudniać zadanie.
3. „Żonglowanie” - każde dziecko otrzymuje dwie plastikowe butelki i próbuje nimi żonglować.
4. „Rzuty w parach” - stoimy naprzeciwko siebie, każdy trzyma butelkę. Staramy się równocześnie rzucić i złapać butelkę pomiędzy sobą (dla starszych dzieci).
5. „Skoki zwierząt”. Dziecko kładzie poziomo butelkę na podłodze. Przeskakuje przez nią w przód i w tył, naśladując skoki wybranego zwierzęcia (np. jak żaba, kangur, zając)
6. Taniec swobodny z butelką, ale uczestnicy tańczą, jak... rodzic podaje pomysł: motyle, ptaki, niedźwiedzie, tygrysy, na palcach, w przysiadzie, jak piosenkarka śpiewająca do mikrofonu, itp.
7. Taniec swobodny z butelką, na przerwę w muzyce należy wykonać obrót wokół własnej osi, trzymając cały czas butelkę. Ćwiczenie powtarzane jest wielokrotnie.
8. „Nietypowa orkiestra”. Dziecko i dorosły siedzą lub stoją z butelkami w dłoniach. Jedna osoba prezentuje wymyślony przez siebie sposób „grania” fragmentu melodii odtwarzanej z płyty CD na butelce (stukanie, drapanie, ugniatanie, szuranie itp.), druga stara się powtórzyć po niej. Kilkakrotnie następuje zmiana ról.
9. „Podaj dalej”. Dziecko i rodzic siedzą naprzeciwko siebie. Każdy ustawia butelkę na podłodze, przytrzymując dłonią. Rodzic podaje prosty rytm, wraz z jednoczesnym

wykonaniem ruchu, np. jedno stuknięcie butelką o podłogę przed sobą - dziecko w równym tempie odtwarza ruch wraz z rytmem. Zmiana prowadzącego. Polecenia wydawane przez prowadzącego powinny być za każdym razem nieco trudniejsze, np. podwójne stuknięcie z jednoczesnym przełożeniem prawej ręki do tyłu. pojedyncze stuknięcie, przerwa, podwójne stuknięcie, itd.

Zabawy z wykorzystaniem balonów

W zabawach wykorzystuje się różnokolorowe balony. Celem zabaw jest przede wszystkim wywołanie radosnego nastroju, rozwijanie inteligencji interpersonalnej, kształtowanie małej motoryki.

- Nadmuchiwanie balonika i puszczanie w górę (bez zawiązywania) w celu obserwacji toru lotu balonu.
- Upuszczanie powietrza z nadmuchanego balonika w celu wydobywania odgłosów: smutno-wolno oraz wesoło- szybko (krótkie ruchy).
- Rozmowa baloników (dziecko bawi się z drugim dzieckiem lub z rodzicem). Dwie osoby „rozmawiają” bez słów, rozciągając szyjkę balonika i wypuszczając powietrze: smutno, wesoło, wolno, szybko, kłótnia.
- Włożenie nadmuchanego balonu pod lewą pachę, a prawą dłonią rytmiczne uderzanie, jak w bębenek (można do rytmu piosenki lub melodii); po jakimś czasie następuje zmiana - balon przekładany jest pod prawą pachę, a uderza się w niego lewą dłonią.

Zabawy z wykorzystaniem zakrętek od butelek po napojach

Do zaproponowanych zabaw wykorzystuje się kolorowe zakrętki z butelek po napojach. Dzieci otrzymują po dwie zakrętki i wykonują kolejne polecenia (mogą także podawać własne propozycje zabaw). Celem zabaw jest rozwijanie koncentracji uwagi, kształtowanie spostrzegawczości, poczucia rytmu, wyczucia zmian metrum i tempa, kształtowanie motoryki i sprawności manualnej, utrwalenie liczebników głównych i porządkowych, utrwalanie znajomości kształtów figur geometrycznych, kształtowanie pojęć matematycznych i in.

- Pocieranie zakrętki o zakrętkę – zataczanie kółek, pocieranie brzegiem, bokiem, spodem.
- Rytmiczne stukanie zakrętką o zakrętkę: rodzic i dziecko (na zmianę) jest „doboszem”, który podaje dowolny rytm np. klaskając, a druga osoba powtarza, stukając zakrętkami: o podłogę jedną ręką, oburącz, oburącz naprzemiennie. Można w trakcie zabawy zmieniać

metrum oraz tempo: wolno, szybko, coraz wolniej, coraz szybciej.

- Rodzic ukrywa kilka zakrętek w dowolny miejscu w pokoju, albo ogrodzie, dziecko ma za zadanie odszukać ukryte zakrętki, np. 10 sztuk. Po odnalezieniu zakrętek układamy je na stole i głośno przeliczamy: jeden, dwa...(liczebniki główne). Następnie wskazujemy, która zakrętka kolejno została odnaleziona: pierwsza biała, druga niebieska... (liczebniki porządkowe).
- Zawody sportowe z „udziałem” zakrętek. Zakrętki skaczą: w dal, wzwyż, turlają się, podskakują jak piłeczki (dziecko popycha zakrętkę, pstryka w nią, trąca drugą zakrętką).
- Rysowanie zakrętkami. Dziecko nakłada na palec leżącą na ławce lub podłodze zakrętkę i „rysuje” różne figury: koła, kwadraty, trójkąty, spirale (w lewo i w prawo), można wzbogacić zabawę włączając nagranie melodii o zmiennym tempie i poprosić dzieci o rysowanie w jej rytmie.
- Układanie konturów (lub wypełnianie konturów) figur geometrycznych z zakrętek. Można wprowadzić kolory, np. każda ułożona figura musi mieć inny kolor.
- Zakrętki „tańczą” do dźwięków muzyki. Potrzebna jest większa ilość zakrętek, aby nałożyć je na palce. Zakrętki „tańczą”: robią kółeczka, po liniach prostych wysuwają się do przodu i do tyłu, skręcają na boki itp. w rytm skocznej melodii.
- Zakrętki - samochodziki „jeżdżą” np. po torze " leniwej ósemki", spirali itp.
- Wyścig zakrętek-samochodzików na torze, który ma ponumerowane pola. Tor można wyznaczyć liniami, sznurkiem lub innymi przyborami albo narysować kredą. Dzieci rzucają kostką i przesuwają zakrętki –samochodziki po torze o tyle pól, ile wskazuje liczba oczek na kostce.
- „Zbieranie grzybów”. Zakrętki to „grzyby” rosnące na polanie, które trzeba zebrać do koszyka. Następnie przeliczyć czy wszystkie zostały odnalezione.
- „Rozmowy zakrętek”. Dziecko i rodzic biorą zakrętki, które „rozmawiają ze sobą”, „pytają o coś”, „żalą się”, „śpiewają piosenkę”, „kłócą się”, „mówią: smutno, wesoło, wysokim lub niskim głosem” itp.