

## **Wspomnień czar w nowej odsłonie, czyli zabawy naszego dzieciństwa w warunkach domowych.**

Dzieciństwo to najpiękniejszy czas naszego życia. Kojarzy nam się z zabawami z kolegami, pierwszymi przyjaciółmi, bieganiem po podwórku, wspinaniem się na drzewa... To są po prostu piękne chwile i wspomnienia, do których możecie Państwo powrócić teraz razem z Waszymi dziećmi. Warto jak najwięcej opowiedzieć dzieciom o swoim dzieciństwie. Dla dzieci to nieocenione uczucie wyobrazić sobie własnych rodziców jako dzieci. A świadomość, że każdy kiedyś był dzieckiem i tak jak ja teraz miał podobne problemy, nawiązywał znajomości, biegał z kolegami i grał w piłkę buduje w dzieciach pewność siebie. Gdy już wyłączymy telewizor, odłożymy telefon, czy tablet na półkę śmiało możemy pobawić się w zabawy, które kiedyś nam sprawiały radość, a o których w natłoku pogoni życia zapomnieliśmy. Do nich nie będą Wam potrzebne drogie czy dziwne gadżety, bo najlepsze są te najprostsze zabawy, które sami znamy z naszych młodych lat.

Oto kilka pomysłów na zabawy tzw. podwórkowe, które nazywają się tak z racji tego, że powinny być wykonywane na dworcu, a obecnie z powodu domowej kwarantanny podpowiem jak możemy zaadoptować je, aby umilić nimi sobie i naszym pociechom czas w domu.

### **KAMIEŃ, NOŻYCE, PAPIER**

Bardzo prosta zabawa, do której praktycznie nie potrzebujemy żadnych specjalnych przedmiotów. Siadamy, albo stajemy po prostu naprzeciwko siebie i układamy odpowiednie gesty rękami. Kamień wygrywa z nożycami, nożyce wygrywają z papierem, a papier z kamieniem. I tak trwa zabawa do póki nam się nie znudzi. Dodatkowo wyniki możecie zapisywać, lub rysować na kartach papieru, a potem liczyć punkty, porównywać je itp.

### **KAPSLE**

Zwane nieraz po prostu wyścigiem. Przemieszcza się je pstryknięciami po torze narysowanym kredą na chodniku, a im dłuższy i bardziej skomplikowany tor, tym lepsza zabawa. Oczywiście kapsel nie może wyskoczyć poza linię, bo wtedy zaczyna się zabawę od początku. Jak grać w kapsle w domu? Zamiast kapsli możemy użyć po prostu plastikowych nakrętek, a tor ułożyć ze sznurka, albo wykleić taśmami samoprzylepnymi na podłodze. Uruchomcie swoją wyobraźnię. Niech brak akcesoriów nie będzie przeszkodą do zabawy!

## **GUMA**

Skucha, dziesiątki... znajomo brzmi? Do tej zabawy potrzebujemy przynajmniej 3 osoby do towarzystwa i można skakać, albo w warunkach domowych można radzić sobie w pojedynkę wykorzystując np. 2 krzesła. W gumę grało się w 3 pozach (na baczność, jedna noga i rozkrok) i na kilku wysokościach: kostki, łydki, kolana, uda... wyżej też się zdarzało! Ja osobiście bardzo lubiłam w nią grać z koleżankami. I tak w domu możecie przy pomocy rodziców, rodzeństwa, lub mebli rozciągnąć gumę i skakać. Jak już opanujecie tą umiejętność to można zwiększać trudność i podnosić gumę coraz to wyżej. Zabawie i śmiechom nie będzie końca. Pamiętajcie jednak, że jeżeli decydujecie się, aby gumę zaczepiać o krzesła, albo stół niech to będą nieruchome, obciążone elementy, żeby nic na Was nie spadło ani się przewróciło. Bawcie się radośnie, ale i uważnie.

## **KLASY**

Prosty rysunek kredą na chodniku, często z koślawymi napisanymi cyframi, do których rzucamy kamykiem, lub patykiem na poszczególne pola. „Pauza- skucha” jest wtedy, gdy skaczące dziecko nadeptnie na linię, podeprze się lub pomyli kroki. Na poszczególnych polach skakało się na jednej nodze lub obunóż. Zapytacie pewnie, jak możecie grać w domu. No cóż jest to wykonalne zadanie, bo potrzebujecie do tego tylko taśmy malarskiej, albo innych kolorowych taśm samoprzylepnych, którymi wyklejamy okienka i cyfry, no i gotowe. Kamyk śmiało możecie zastąpić plastową nakrętką po napoju, albo małą maskotką. Rzucamy i gramy!

## **ZABAWA W CHOWANEGO**

Któż z nas nie lubił ukrywać się przed rodzeństwem, albo rodzicami. I ten dreszczyk emocji znajdą mnie, czy nie. Dzieci bardzo lubią tą zabawę. Oto kilka zasad, o których należy pamiętać. Czy to na podwórku, czy w domu należy na początku zabawy trzeba ustalić obszar, na jakim będzie się odbywała zabawa w chowanego i wyraźnie określić granice terenu do zabawy. Następnie wybiera się lub losuje pierwszego szukającego. Ten staje przodem np. do ściany zasłania dłońmi oczy i liczy np. do 10. W tym czasie pozostali uczestnicy chowają się. Po doliczeniu do 10 szukający głośno woła: szukam! I zaczyna rozglądać się za ukrytymi osobami. Wygrywa osoba, której nie udało się znaleźć albo została znaleziona jako ostatnia. Pierwsza znaleziona osoba staje się w kolejnej rundzie szukającym. Jest to zabawa, w którą

śmiało możecie bawić się w domu z rodzeństwem pamiętajcie jednak, żeby umówić się, w jakich pomieszczeniach można się ukrywać i do ilu trzeba liczyć.

## **ZIMNO, CIEPŁO, GORĄCO**

Bardzo znana, a może trochę nieco zapomniana zabawa, podobna trochę do zabawy w chowanego. Ale w tej grze to jedna osoba chowa jakiś niewielki przedmiot (np. maskotka, samochód, piłka, figurka), a pozostałe osoby muszą go odnaleźć. Ten kto schował "skarb" daje wskazówki mówiąc - zimno, ciepło, informuje w ten sposób poszukiwaczy, czy są blisko (ciepło, cieplej, gorąco), czy daleko (zimno, mróz) od niespodzianki. Ten kto odnajdzie skarb chowa go i zabawa zaczyna się odnowa. Prawda, że proste.

Wykorzystajcie również piłkę do zabawy. Pamiętajcie zabawy...

## **PIŁKA PARZY!**

Ustawiamy się w kręgu, wokół osoby, która rzuca do nas piłkę. Gdy zniemacka krzyknie "Piłka parzy!" nie wolno nam jej złapać. Jeśli dziecko z kręgu nie złapie piłki, zajmuje miejsce w środku. Jeśli nie wykaże się refleksem i złapie piłkę, odpada z gry. W domowym zaciszu należy tylko uważać, żeby nie rzucać piłki zbyt wysoko i oczywiście powodu metrażu dużą piłkę możecie zamienić na mniejszą, będzie Wam wygodniej.

## **KOLORY**

Moja ulubiona gra w piłkę z dzieciństwa! Stajemy w kręgu i rzucamy piłkę do siebie, wypowiadając nazwy kolorów. Gdy padnie kolor czarny, osoba łapiąca nie powinna złapać piłki. Jeżeli złapie się za to określone „kary”: np. klęka się na jedno kolano, dwa kolana, siada, a potem odpada. Oczywiście można się też „odczarować”, kiedy złapie się piłkę. Pamiętajcie w domu, żeby nie rzucać za wysoko i zbyt mocno.

Warto również wspomnieć o wszelkich zabawach ruchowych, w które możecie bawić się w domu. Na przykład dobrze sprawdzi się:

## **CIUCIUBABKA**

Dziecko, które jest ciuciubabką stoi w środku koła z zawiązanymi oczami. Śpiewamy znaną piosenkę, a ciuciubabka próbuje nas złapać. Zabawę można powtarzać do póki się nie

zmęczymy. Nie zapominajcie też, aby poprzestawiać krzesła, pudełka z klockami na bok tak, aby przestrzeń była w miarę pusta, a zabawa przy tym bezpieczniejsza.

### **BABA JAGA PATRZY!**

Baba Jaga stoi plecami do dzieci, a w tym czasie reszta grupy biegnie w jej kierunku. Na słowa: Raz, dwa, trzy, Baba Jaga patrzy! dziecko będące Babą Jagą odwraca się, a dzieci zastygają w bezruchu. Jeśli ktoś się poruszy, wraca na start. Wygrywa dziecko, które najszybciej dotrze do stanowiska Baby Jagi.

### **BEREK ZACZAROWANY, KUCANY, BREWNIANY, KOLOROWY**

Wybieramy osobę, która będzie berkiem. Jej zadaniem jest dotknąć wszystkich uczestników. Żeby wrócić do zabawy trzeba coś określonego zrobić.

Oto kilka wersji tej zabawy:

- Berek zaczarowany – dziecko dotknięte przez berka zostaje “zaczarowane”, staje z szeroko rozstawionymi nogami i może zostać “odczarowane” przez inne dziecko, które pod nim przejdzie. Gra kończy się, kiedy berek zaczaruje wszystkie osoby, albo gdy dzieciaki znudzą się tym lataniem w kółko.
- Berek kucany – jeśli dziecko uciekające przed berkiem zdąży kucnąć, jest uratowane.
- Berek drewniany – uratowane jest to dziecko, które zdąży dotknąć czegoś drewnianego (drzewa, ławki, płotu itd.).
- Berek kolorowy- możemy bawić się dalej, jak dotkniemy przedmiotu w określonym kolorze.

W tej zabawie w domu można ustalić zasadę, że poruszamy się tylko w jednym, lub w dwóch konkretnych pomieszczeniach. Można też wymyślać różne wariacje tej zabawy.

Nie należy zapominać oczywiście o zabawach w kole ze śpiewem. Któż z nas nie śpiewał i nie tańczył przy zabawie ...

### **BALONIK**

Nasz balonik jedna z pierwszych zabaw, którą uczymy dzieci. Proste słowa „Baloniku mój malutki, rośnij duży, okrągłutki. Balon rośnie, że aż strach, przebrał miarę, no i... bach!”, które wpadają w ucho i wywołują ogromną radość i uśmiech. Możemy ją powtarzać do woli.

### **KÓŁKO GRANIASTE**

Śpiewamy w kole:

*Kółko graniaste*

*Czterokanciaste,*

*Koło nam się połamało,*

*Cztery grosze kosztowało,*

*A my wszyscy bęc!*

### **OJCIEC WIRGILIUSZ**

Dzieci ustawiają się w szeregu, naprzeciwko Ojca Wirgiliusza i śpiewają o nim piosenkę. „Ojciec” przybiera pozy, które dzieci mają naśladować, a następnie ocenia, kto najlepiej wykonał to zadanie – to dziecko zostaje kolejnym „Ojcem”.

### **PALEC POD BUDKĘ**

Wierszyk, który był zaproszeniem dzieci do zabawy – kto nie zdążył, nie mógł grać. A wierszyk brzmi tak:

*Palec pod budkę,*

*Bo za minutkę*

*Zamykamy budkę*

*Na złotą kłódkę.*

*Budka zamknięta,*

*Nie ma klienta!*

To tylko niektóre zabawy naszego dzieciństwa, w które bawiliśmy się na podwórkach i przy trzepakach. Te zabawy nadają się zarówno dla młodszych, jak i starszych dzieci. Dzisiaj możecie je Państwo zaadoptować na potrzeby domu. W tym trudnym, ale pięknym rodzinnym czasie niech nie ogranicza Was wyobraźnia i kreatywność. Myślę, że może to być miły przerwany dla całej rodziny. Bądźcie towarzyszami zabaw dla swoich dzieci. Zapytacie pewnie Państwo logopeda pisze o zabawach podwórkowych? Albo dlaczego warto pokazać te zabawy współczesnym dzieciom? Po co opowiadać im o swoim dzieciństwie? Otóż powodów jest całkiem sporo, ale najważniejsze jest ten, że jest to atrakcyjna, jednocząca dużych i małych rozrywka, która dostarczy Wam wiele radości i uśmiechu. Jeśli chcecie, aby Wasze dzieci były ciekawe świata, miały wiarę w siebie, były kreatywne, bawcie się z nimi, podarujcie im swój czas, bo właśnie teraz podczas kwarantanny macie go troszkę więcej. Dzięki wspólnym zabawom wzmocnicie więź z dzieckiem i sprawicie, że poczuje się ono jeszcze bardziej ważne i kochane. A to najważniejsze. Pamiętajcie również, że logopedia to nie tylko wywoływanie głosek i utrwalanie prawidłowej wymowy, choć to jest priorytet. Zabawowa forma logopedii, podczas której dziecko nie odczuje tego, że musi powtarzać często w kółko te same głoski, słowa, sprawdza się najlepiej. Pomocne są jak zawsze różne zabawy tak bardzo lubiane przez dzieci. Nie tylko niwelują one stres i niechęć do wszelkiej aktywności, ale również zachęcają i motywują dzieci do mówienia i wchodzenia w relacje np. z rówieśnikiem. Także biegajcie, skaczcie, moczycie się... po prostu bawcie się!

Pozdrawiam, p. Kasia logopeda