

Propozycja spędzenia wolnego czasu od 22.06- 30.06. 2020r. Motylki.

" Jak spędzić z dzieckiem kreatywnie wolny czas - wakacje?"

Wakacje to czas relaksu i dobrej zabawy. Spędź ten czas z maluchem inaczej niż zazwyczaj.
Zobacz, jak razem będziecie się przy tym wspólnie bawić.

Lista rzeczy do zrobienia z dzieckiem w wakacje:

- **Spędźcie noc pod namiotem**

Wystarczy chociaż jedna noc pod namiotem, a zobaczysz niesamowitą ekscytację w oczach twojego malucha.

- **Zbudujcie szałas**

Dzieci uwielbiają zbierać patyki. Zobaczysz, jak szybko wam pójdzie **budowa szałasu**, albo bazy wojskowej i ile będzie przy tym wyśmienitej zabawy.

- **Pobiegajcie w deszczu**

To niesamowite doznanie dla dziecka. Coś, czego nie lubimy my, dorośli, dzieci wprost uwielbiają.

- **Pobawcie się w błocie**

Wystarczy kałuża. A z błota możecie porobić babki, albo upichcić obiad na niby. Nie martw się, że dziecko się przy tym ubrudzi. Kiedy – jak nie latem i podczas wakacji?

- **Poleżcie na trawie**

Możecie się **turlać po łące**, zrobić zawody, kto pierwszy sturla się z pagórka albo zwyczajnie podotykać trawę.

- **Pomalujcie dłońmi farbami**

Możecie malować dłońmi na chodniku, albo pomalować znalezione wcześniej kamienie. Możesz pozwolić również dziecku pomalować twarz, stopy albo brzuch (oczywiście farbami przeznaczonymi do ciała).

- **Pobiegajcie boszo**

Dzieci marzą o tym. Zobaczysz, ile sprawi to frajdy twojemu dziecku. A poza tym bieganie po trawie na bosaka zahartuje przed jesienią – to sposób naszych babć :)

- **Rozpalcie ognisko**

Współczesne dzieci często nie mają okazji zobaczyć ognia w takim wydaniu. Upieczcie razem kiełbaski.

- **Puśćcie latawiec**

To wakacyjny punkt programu, który nie można ominąć, ale musicie poczekać na sprzyjający wiatr.

- **Poszukajcie skarbów**

Narysujcie wcześniej mapę, jedno ukrywa skarb a drugie je szuka metodą "ciepło-zimno".

- **Poobserwujcie przyrodę**

Pobawcie się w małego naukowca. **Obserwowanie roślin i zwierząt przez lupę** do dla dzieci niesamowita atrakcja.

- **Postuchajcie odgłosów przyrody**

Nauucz dziecko słuchać. Otaczający nas świat to najlepszy początek.

W czasie deszczu dzieci się nudzą – każdy rodzic doskonale zdaje sobie z tego sprawę. Zdarza się jednak, że maluchy nudzą się też w słoneczny wakacyjny dzień. Co w takiej sytuacji można zrobić?

Czekać i liczyć na cud, że maluch szybko przestanie marudzić? Oczywiście, że nie. Zamiast biernie wysłuchiwać narzekań, weźmy sprawy w swoje ręce i sami zaproponujmy dziecku zabawy.

1. Przeskakujemy strumień

Na płaskiej powierzchni (np. placu przed domem czy betonowym boisku) rysujemy szeroką rzeczkę. W środku rysujemy też niewielkie okręgi, czyli kamienie – strumyk powinien być na tyle szeroki, by zmieściło się w jednej linii około 6 „kamyków” rozrzuconych w pewnych odstępach.

Następnie zachęcamy dzieci, by przeskoczyły strumień po kamykach. Zabawa w przeskakiwanie rzeczki to doskonałe **ćwiczenie na równowagę**.

2. Poszukiwanie skarbu

Dzieci uwielbiają zagadki, dlatego warto im zapewnić rozrywkę, podczas której będą musiały trochę pogłównkować. Oczywiście w ciepły słoneczny dzień nie warto zatrzymywać pociechy w domu, zaprosimy ją więc do odszukania skarbu za pomocą mapy i wskazówek na zewnątrz.

Skarb (może to być niewielka zabawka czy paczka ulubionych cukierków) ukryjmy w pobliskim parku lub na podwórku. Mapę zrobimy samodzielnie – nawet na zwykłym, białym papierze, ale do zrobienia jej użyjemy kolorowych kredek czy flamastrów.

Jeśli organizujemy zabawę po raz pierwszy, droga do skarbu może być prosta – aby nie zniechęcić małych poszukiwaczy. Z każdą kolejną rozgrywką można nieco utrudniać zadanie. Proponujemy włączyć do gry dodatkowe zadania, które dziecko będzie musiało wykonać podczas poszukiwania (np. otrzyma kolejną wskazówkę, jeśli da całusa mamie lub tacie).

3. Pokoloruj chodnik

Twoja pociecha uwielbia rysować? Podczas wakacji niech wyjdzie poza granice zwykłej kartki z bloku. Oczywiście nie zachęcamy do tego, by wykonywała swoje rysunki na meblach czy ścianie, ale niech się „wyżyje” na chodniku czy placu pod blokiem. W tym celu warto zakupić paczkę kolorowej kredy.

Temat rysunków? Dowolny – mogą to być postacie z bajek ,moje **wymarzone wakacje**, moja rodzina. Martwisz się, że sąsiedzi mogą być niezadowoleni? Niepotrzebnie. Na pewno nikomu nie będą przeszkadzały kolorowe rysunki wykonane kredą. Poza tym już pierwszy deszcz zmyje dziecięce dzieła sztuki.

4. Obrysowanie cieni

Jeśli brakuje wam inspiracji na tematy ulicznych rysunków, pobawcie się w obrysowanie cieni. Jedna osoba powinna stać, a druga w tym czasie musi obrysować kredą jej cień.

Tak powstałą sylwetkę można wypełnić np. poprzez dorysowanie nosa, oczu czy włosów. Mali żartownisie mogą stworzyć z takiego rysunku karykaturę. Oczywiście zabawa ta jest możliwa do zrealizowania tylko wtedy, kiedy świeci słońce.

5. Wybierz kształt

Popularną zabawą podwórkową są klasy. Można zagrać w nie np. na placu zabaw

To nie koniec zabaw z kredą. Dzieciaki, które dopiero uczą się różnych kształtów, można zaprosić do gry, podczas której przypomną sobie zdobytą wiedzę.

Na początku narysujmy różne kształty na placu: kwadrat, koło, trójkąt, serce itp. Potem poinstruujmy maluchy, by wtedy, gdy padnie nazwa kształtu, szybko wchodziły do środka narysowanej figury. Kto ostatni wejdzie, ten przegrywa.

6. Mali kucharze

Bardzo dobrym pomysłem na **spędzanie wolnego czasu z dziećmi** jest **zabawa w kuchnię**. Możecie wykorzystać do niej stare, niepotrzebne naczynia z kuchni (miseczki, garnki, sztućce).

A co z produktami do gotowania? Nie musi to być prawdziwe jedzenie, ale np. kamyki, liście, błoto. Dzieciaki mogą bawić się na podwórku lub w parku.

7. Wielkie bańki

Maluchy uwielbiają bańki mydlane – to pewne. Najbardziej cieszą ich te duże, które ulatują na sporą wysokość. Ogromną przyjemność sprawia im łapanie i przebijanie ich paluszkami. Jak urozmaicić zabawę z bańkami? Można umieścić dziecko w bańce mydlanej.

To nie żart. Potrzebne nam do tego będzie hula hop oraz basenik z płynem. Umieszczamy hula hop w basenie, a w środku powinno stanąć dziecko. Następnie delikatnie podnosimy koło i wtedy między powierzchnią płynu a hula hop powinna utworzyć się bańka.

8. Zgadnij, jaki to smak

Dzieci nie przepadają za wieloma owocami i warzywami, ale istnieje wiele sprytnych sposobów na przemycenie ich do codziennego jadłospisu malucha

Lato to pora roku obfitująca w świeże i pyszne warzywa oraz owoce. **Wakacyjne produkty** można również wykorzystać do zabawy. Proponujemy zachęcić dziecko do zgadywanki.

Zawiązujemy maluchowi oczy i podajemy mu do ust jakieś owoce lub warzywa. Jego zadaniem jest zgadnąć, jaki to produkt. Nagrodą może być przyrządzenie deseru lodowego z ulubionymi owocami.

9. Mały zielarz

Podczas wakacji kwitnie i owocuje wiele roślin. Dlatego warto wybrać się z dzieckiem na łąkę, do sadu lub do lasu i zwrócić jego uwagę na niektóre okazy. Podczas kolejnych spacerów można dopytywać dziecko, czy pamięta, jaka to roślina. Po kilku takich wypadach dziecko może stać się naszym przewodnikiem.

10. Obiad na świeżym powietrzu

Od czasu do czasu warto zaskoczyć dziecko i zaprosić je na obiad na łono natury. Zapakujmy do pudełeczek produkty, które szybko nam się nie zepsują. Zabierzmy kocyk i kolorową, papierową zastawę.

Kiedy wybierzemy już miejsce (możemy udać się tam rowerami), poprośmy, by dziecko pomogło nam przygotować obiad. Na posiłek na świeżym powietrzu doskonale nadaje się **sałatka ze świeżych warzyw** lub naleśniki. Taka wyprawa to idealny **relaks dla malucha**.

11. Ognisko

Z kolei na kolację możemy zabrać dziecko na ognisko. Taką rozrywkę pociecha na pewno zapamięta na długo. Weźmy ze sobą długie kijki, kiełbaski, pieczywo. Jeśli potrafimy grać na gitarze, to zabierzmy również ten instrument.

W wielu miastach znajdują się miejsca specjalnie przeznaczone na grill czy ognisko. Dlatego warto zasięgnąć informacji, gdzie można w taki sposób spędzić wolny czas.

12. Worek pełen niespodzianek

Postarajmy się zebrać jak najwięcej pamiątek z letnich spacerów czy wycieczek. Kiedy zbierzemy już przynajmniej kilka, umieśćmy je w nieprzezroczystym worku i poprośmy, by dziecko włożyło do niego rączkę i odgadło, co to jest. Oczywiście nie może w tym czasie zaglądać do worka.

13. Kolorowa piłka

Idealnym rekwizytem do zabaw z dziećmi są piłki

Podczas tej zabawy dzieciaki powinny stanąć w kółku (jeśli nie ma akurat kolegów i koleżanek, można zaangażować całą rodzinę) i rzucać do siebie piłkę. Osoba, która ją podaje, mówi nazwę koloru.

Jeśli wymieni kolor czarny, wówczas nie należy łapać piłki. Uczestnik, który mimo wszystko to zrobi, otrzymuje jakieś zadanie do wykonania od osoby podającej.

14. Album z wakacji

Dobrym pomysłem jest również wykonanie albumu z wakacji. Na początku lata ofiaruj dziecku notes z grubszymi kartkami i zaproponuj, by wklejało tam kartki, roślinki, zdjęcia uwieczniające **zabawy z dziećmi**. Jeśli potrafi już pisać, może robić jakieś notatki.

Pociecha będzie doskonale bawiła się podczas tworzenia takiego albumu, a podczas długich jesiennych i zimowych wieczorów na pewno chętnie zajrzy do własnoręcznie wykonanego albumu.

15. Letni pokaz mody

Coś dla małych wielbicielek mody. Wraz z dzieckiem możemy stworzyć kolorową, letnią kreację z przedmiotów, jakie np. znajdziecie na spacerze, lub zwiewnych apaszek, które już długo leżą w szafie. Następnie można urządzić pokaz mody dla całej rodziny.

16. Domowe lizaki

Twoja pociecha nie wyobraża sobie życia bez łakoci? Przygotujcie więc razem **domowe słodycze**. Oczywiście powinny to być jednocześnie **zdrowe przekąski**.

Jak to pogodzić? Przyrządźcie własne lizaki z owoców. Przygotuj na talerzyku różne owoce, np. truskawki, maliny, kawałki ananasa, a do tego wykałaczki lub specjalne kolorowe patyczki.

Zadaniem dziecka będzie umieszczenie owoców na patyczku. W wersji dla łasuchów możemy zmoczyć owoce w czekoladzie i kolorowej posypce.

17. Eksplorowanie okolicy

Dzieciaki uwielbiają bawić się w odkrywców. W ten sposób łączą przyjemność z potrzebą poznawania świata

Kolejny **sposób na dziecięcą nudę** to odkrywanie najbliższej okolicy. Wybierzcie się wraz z dzieckiem na dłuższy spacer i postarajcie się zwracać uwagę nawet na najmniejsze szczegóły, np. gałęzie na drzewie, kamyczek leżący obok ławki, rabatkę kwiatową u sąsiadów.

Nowo odkrytym miejscom możecie nadawać własne nazwy. Taka **wakacyjna wycieczka** z pewnością spodoba się małemu odkrywcy.

18. Idź za mną

Plaża to doskonałe miejsce zabaw dla dzieci

Zabawy na plaży nie wymagają zazwyczaj od rodzica większego zaangażowania. Niestety, z czasem babki z piasku czy kąpiele wodne mogą znudzić dziecko. Jak wobec tego zająć mu czas? Zaproś go do podążania za twoimi śladami. Przejdź pewien odcinek i poproś malucha, by stawał stopy dokładnie w tych samych miejscach, co ty.

19. Gwiazdne historie

Wieczorem razem z dzieckiem udajcie się poza granice Ziemi. Kiedy będziecie na późnym spacerze, wybierzcie obiekty na niebie i opowiadajcie historie o tym, co by się zdarzyło, gdybyście trafili na nie. Najlepszy twórca opowiadania będzie mógł wymyślić własną nazwę dla konstelacji Wielkiej Niedźwiedzicy.

Wakacyjne zabawy powinny być proste, a jednocześnie ciekawe. Pocięcha powinna dzięki nim rozwijać się – zarówno intelektualnie, jak i fizycznie. **Gry dla dzieci** muszą po prostu wciągać i kształcić.

Bardzo proszę o zdjęcia z wakacji: donataswarzedz@op.pl

Kochani pozdrawiam Was wakacyjnie.

22. 06. 2020r

D. Cwojdzińska.