ZABAWY PALUSZKOWE

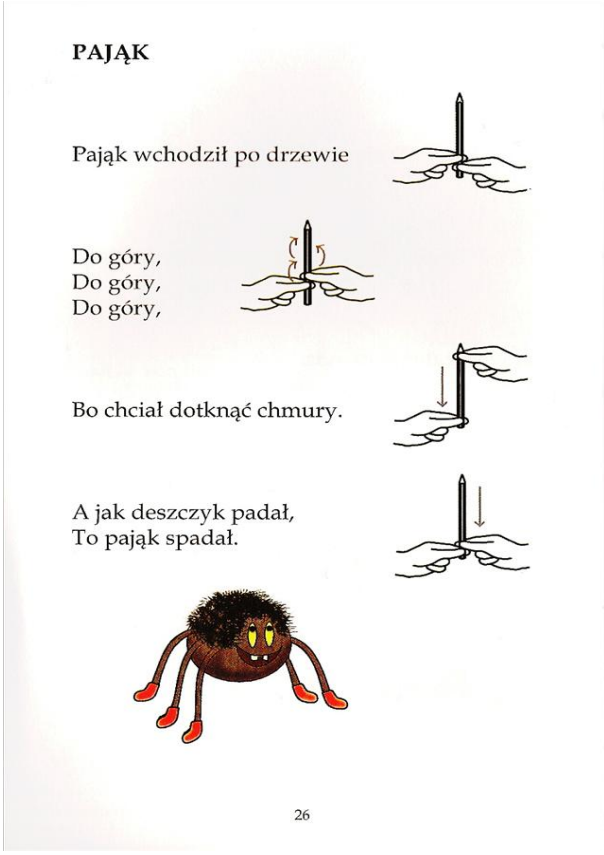
W obecnej sytuacji, zmuszającej do izolacji, innej organizacji życia, braku kontaktów ze znajomymi u nas, a z rówieśnikami u naszych dzieci, kiedy my dorośli czujemy zaniepokojenie, a pojawiający się stres nie pozwala nam na normalnie funkcjonowanie potrzebujemy spokoju, poczucia bezpieczeństwa, bliskości naszych najbliższych. Wszystko to o wiele bardziej odbierają i przeżywają nasze dzieci. W większości przypadków nie powiedzą nam o tym, tylko znane nam gesty, grymasy, mimika informują nas o ich stanie. To wyjątkowy czas, w którym w sposób szczególny powinniśmy zapewnić im poczucie bezpieczeństwa i spokoju. Zabawa to jedna z ulubionych form spędzania czasu, a ta wspólnie z rodzicem zbliża, buduje pozytywne więzi, utwierdza w poczuciu bezpieczeństwa, zachęca do aktywności. Takimi zabawami, które organizujemy w warunkach przedszkolnych, które można wykorzystać i zorganizować w warunkach domowych są zabawy paluszkowe. Angażują one nie tylko dziecko, ale i dorosłego. W obecnej sytuacji, kiedy ze względu na panujące warunki prawie cały czas spędzamy w domu są one zbawienne. Pomagają zorganizować czas naszym najmłodszym, umożliwiają współuczestnictwo, bliski kontakt z jednoczesnym rozwijaniem motoryki małej.

Zabawy te mają pozytywny wpływ na rozwój dziecka, wzbogacają repertuar ruchów, usprawniają manualnie, zaspakajają potrzeby ruchowe, dostarczają delikatnych bodźców dotykowych, motywują do poznania świata za pośrednictwem rąk i nóg, umożliwiają poznanie własnego ciała, stymulują percepcje wzrokową, zapoznają z niewerbalnymi sposobami komunikowania się, dają poczucie bezpieczeństwa, nie stwarzają dziecku sytuacji niepowodzenia, wyzwalają radosne reakcje dziecka oraz wzbogacają kontakt społeczny z osobą dorosłą.

Zachęcamy do wspólnej zabawy, bliskiego kontaktu. Zachęcamy do kreatywności. Bądźmy my dorośli, opiekunowie, Rodzice inicjatorami, przewodnikami. Bądźmy wsparciem, podporą, ostoją spokoju i tarczą bezpieczeństwa, bo właśnie tego potrzebują nasze dzieci.

Oto propozycje wybranych zabaw w obrazach, instrukcjach...

Propozycje kilku zabaw z instrukcją (tekst , obraz):



PAJĄK

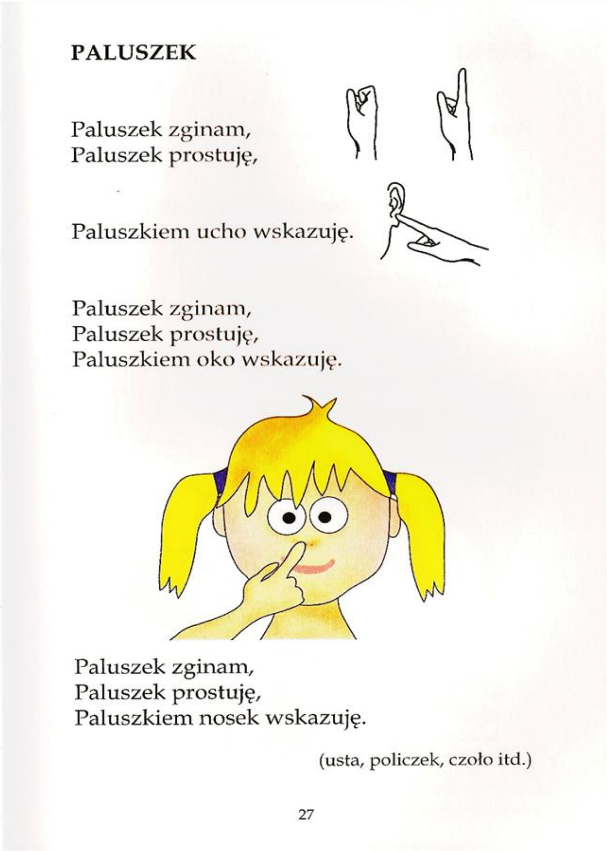
Pająk wchodził po drzewie

Do góry,
Do góry,
Do góry,

Bo chciał dotknąć chmury.

A jak deszczyk padał,
To pająk spadał.

26



PALUSZEK

Paluszek zginam,
Paluszek prostuję,

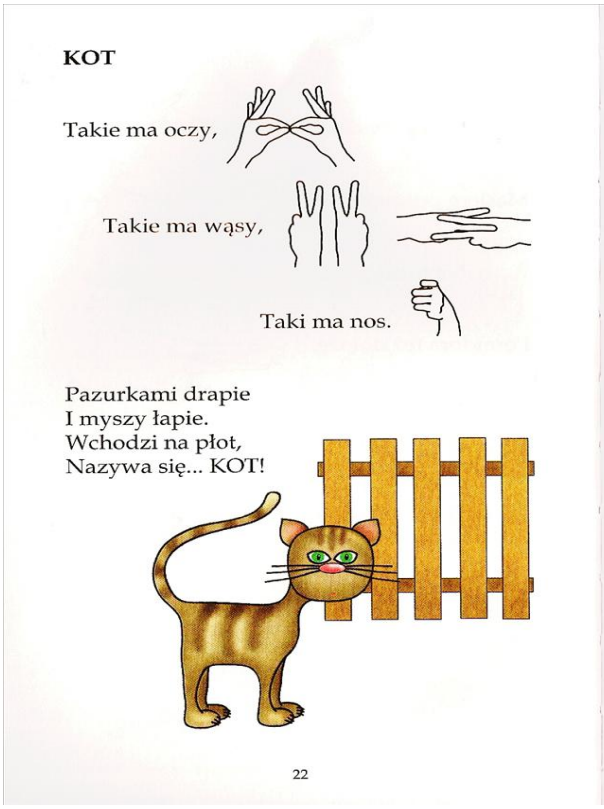
Paluszkiem ucho wskazuję.

Paluszek zginam,
Paluszek prostuję,
Paluszkiem oko wskazuję.

Paluszek zginam,
Paluszek prostuję,
Paluszkiem nosek wskazuję.

(usta, policzek, czoło itd.)

27



KOT

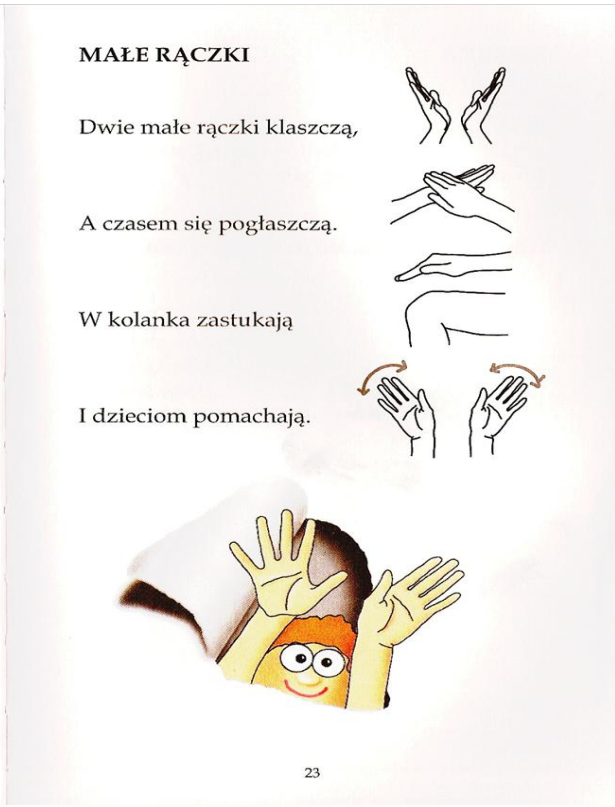
Takie ma oczy,

Takie ma wąsy,

Taki ma nos.

Pazurkami drapie
I myszy łapie.
Wchodzi na płot,
Nazywa się... KOT!

22



MAŁE RĄCZKI

Dwie małe rączki klaszczą,

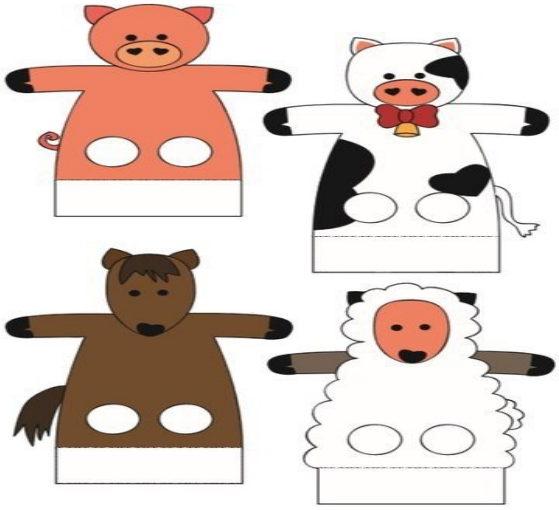
A czasem się pogłaszczą.

W kolanka zastukają

I dzieciom pomachają.

23

Zachęcamy do wykorzystania papierowych pacynek i szablonów postaci. Oto kilka propozycji:



<u>Propozycje zabaw paluszkowych do wykorzystania:</u>

https://www.youtube.com/watch?v=CHDFFcuaLOs (rączki);

https://www.youtube.com/watch?v=qhvS9qq8_g8 (rączki robią klap, klap);

https://www.youtube.com/watch?v=134vER6_Kp8 (tu paluszek, tam paluszek);

https://www.youtube.com/watch?v=leJ4gh_H4t4&list=PLieGE089x77ANs8g4t2GCvCpsSCzlyeNa