**,,ZABAWY RUCHOWE Z WYKORZYSTANIEM KOCA”**

 POWSZECHNIE WIADOMO, ŻE POPRZEZ RUCH I OBCOWANIE Z NIM, DZIECKO ZDOBYWA WAŻNE DOŚWIADCZENIA MAJĄCE WPŁYW NA JEGO WSZECHSTRONNY ROZWÓJ. KAŻDA, NAWET NAJPROSTSZA, AKTYWNOŚĆ RUCHOWA NIESIE ZA SOBĄ WIELE DOBREGO. MA POZYTYWNY WPŁYW NA DOSKONALENIE ELEMENTARNYCH UMIEJĘTNOŚCI LOKOMOCYJNYCH I MANIPULACYJNYCH; ROZWIJA ZDOLNOŚCI KONDYCYJNE; UMOŻLIWIA DZIECKU POZNAWANIE SIEBIE, DRUGIEJ OSOBY I OTOCZENIA W KTÓRYM ŻYJE.

 ZORGANIZOWANIE FAJNEJ ZABAWY RUCHOWEJ NIE ZAWSZE WIĄŻE SIĘ Z WYBOREM SPECJALNEGO MIEJSCA, CZY UŻYCIEM SPECJALNYCH PRZYBORÓW GIMNASTYCZNYCH. BY... ,,BAWIĆ SIĘ NA CAŁEGO” WYSTARCZY NASZE CIAŁO, POMYSŁOWOŚĆ I ZAANGAŻOWANIE. CHCĄC PRZEKONAĆ PAŃSTWA DO AKTYWNEGO SPĘDZANIA CZASU Z WŁASNYM DZIECKIEM, A JEDNOCZEŚNIE WSKAZAĆ POTENCJAŁ TKWIĄCY W ZACISZU DOMOWYM- PROPONUJEMY **KILKA** **ZABAW Z... MILUTKIM KOCYKIEM W ROLI GŁÓWNEJ☺**

**1. „KŁADKA”**
ZWIJAMY W RULON KILKA KOCÓW I UKŁADAMY JE NA PODŁODZE JEDEN ZA DRUGIM. TRZYMAJĄC DZIECKO ZA RĘKĘ ZACHĘCAMY, BY PRZESZŁO NA BOSO PO TAK UŁOŻONEJ KŁADCE, STARAJĄC SIĘ NIE STRACIĆ RÓWNOWAGI I NIE DOTYKAĆ PRZY TYM PODŁOGI.
**UWAGI:** Z KAŻDYM KOLEJNYM PRZEJŚCIEM MOŻEMY ZWIĘKSZAĆ TRUDNOŚĆ, POLECAJĄC PRZEJŚCIE SAMODZIELNE, BOKIEM, TYŁEM, CZY Z WYSOKO UNIESIONYMI KOLANAMI, ITP.

**2. „PODRÓŻE NA KOCU”**
ROZKŁADAMY KOC NA PODŁODZE (NIE NA DYWANIE), DZIECKO NA NIM SIADA, A DOROSŁY CHWYTA KOC ZA ROGI I CIĄGNIE SIEDZĄCE NA NIM DZIECKO.

**3. ,,ZABAWKA NA PRZEJAŻDŻCE”** – DZIECKO KŁADZIE NA MAŁYM KOCU SWOJĄ ULUBIONĄ ZABAWKĘ (MISIA, LALĘ, AUTO, CZY KSIĄŻECZKĘ). ŁAPIE BRZEGI KOCA I CIĄGNIE PO PODŁODZE IDĄC TYŁEM I PATRZĄC, BY ZABAWKA NIE SPADŁA Z KOCA.

**CEL**- KONCENTRACJA UWAGI, KOORDYNACJA RUCHOWA, SPRAWNOŚĆ MANUALNA.

**4. „HAMAK”**
DO ZABAWY POTRZEBNA JEST DWÓJKA DOROSŁYCH. ROZKŁADAMY KOC NA DYWANIE, DZIECKO KŁADZIE SIĘ WYGODNIE NA KOCU, A DOROŚLI ŁAPIĄ KOC ZA ROGI, UNOSZĄ LEKKO NAD DYWANEM I KOŁYSZĄ DZIECKO (MOŻNA MU ŚPIEWAĆ ULUBIONĄ PIOSENKĘ). **CEL**- WYCISZENIE EMOCJONALNE, KONCENTRACJA UWAGI, POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA, STYMULACJA PRZEDSIONKOWA

 **5. ,,NALEŚNIKI”**
ROZKŁADAMY KOC NA DYWANIE I ZAWIJAMY DZIECKO ( Z RULONU WYSTAJE TYLKO GŁOWA). NASTĘPNIE DELIKATNIE DOCISKAMY PLECY, BARKI, BIODRA. PRZEMASOWUJEMY CAŁE CIAŁO DZIECKA PO STRONIE PLECÓW WRAZ Z OPOWIEŚCIĄ( NP. O SMAROWANIU NALEŚNICZKA DŻEMEM, SEREM ). NASZEGO NALEŚNIKA MOŻEMY TAKŻE PODNOSIĆ, PRZENOSIĆ, CIĄGNĄĆ PO PARKIECIE **(UWAGA NA GŁOWĘ!)**. NA KONIEC MOŻNA ZAPROPONOWAĆ DZIECKU, ABY SAMODZIELNIE ODWINĘŁO SIĘ Z KOCA, ALBO ROBIMY TO SAMI**( UWAGA- UNIKAMY GWAŁTOWNEGO SZARPNIĘCIA!).**

**CEL**- STYMULACJA CZUCIA GŁĘBOKIEGO, KONCENTRACJA UWAGI NA WŁASNYM CIELE, KOORDYNACJA RUCHOWA, STYMULACJA PRZEDSIONKOWA, ORIENTACJA W PRZESTRZENI.

**6. „WYŚCIG ŁÓDEK”**  WYZNACZAMY LINIĘ STARTU I METY. KAŻDY UCZESTNIK DOSTAJE ZŁOŻONY W KOSTKĘ KOC, SIADA NA NIM W SIADZIE KLĘCZNYM NA LINII STARTU. NA SYGNAŁ PROWADZĄCEGO UCZESTNICY ODPYCHAJĄ SIĘ RĘKAMI, PRZEMIESZCZAJĄC SIĘ W TEN SPOSÓB PO PODŁODZE. KTO PIERWSZY „PRZEPŁYNIE” SWOJĄ „ŁÓDKĄ” NA DRUGI BRZEG – LINIĘ METY – WYGRYWA.

WARIANT II -DZIECKO SIEDZI W KLĘKU NA ZŁOŻONYM W KOSTKĘ KOCU, A DOROSŁY POPYCHA JE PRZESUWAJĄC PO PODŁODZE

**7. ,,FOCZKI”**

CIASNO OWIJAMY DZIECKO KOCEM OD PASA W DÓŁ. JEGO ZADANIEM JEST PRZESUWANIE SIĘ PO PODŁODZE NA BRZUCHU, Z WYŁĄCZNYM UŻYCIEM RĄK.

**8. ,,TUNEL”**
DWIE OSOBY DOROSŁE STAJĄ W ROZKROKU PO PRZECIWNYCH STRONACH KOCA, PRZYTRZYMUJĄC STOPAMI JEGO BRZEGI. CHWYTAJĄ ZA ROGI KOCA I ZŁĄCZAJĄ JE ZE SOBĄ, TWORZĄC W TEN SPOSÓB TRÓJKĄTNY TUNEL. DZIECI PRZECHODZĄ PRZEZ NIEGO NA CZWORAKACH.

**9. „OBRĘCZE”**

KOC ZWIJAMY W RULON I TWORZYMY Z NIEGO OBRĘCZ- DOROSŁY TRZYMA JĄ W PIONIE, A DZIECKO STARA SIĘ PRZEZ NIĄ PRZECHODZIĆ.

W INNYM WARIANCIE- OBRĘCZ UŁOŻONA NA PODŁODZE- DZIECKO Z WYZNACZONEJ ODLEGŁOŚCI WRZUCA DO ŚRODKA PIŁECZKI, KULKI Z GAZETY, CZY MIĘKKIE MASKOTKI...

 SZANOWNI PAŃSTWO POWYŻSZY MATERIAŁ MOŻE BYĆ WYKORZYSTANY W PRZEDSTAWIONEJ PRZEZ NAS FORMIE, LUB STANOWIĆ INSPIRACJĘ DO ZASTOSOWANIA WŁASNYCH ROZWIĄZAŃ. ZALECAMY JEDNAK, BY W ZABAWACH OBOWIĄZYWAŁY NASTĘPUJĄCE ZASADY:

* WSZYSCY DBAMY O BEZPIECZEŃSTWO I RADOSNĄ ATMOSFERĘ;
* WZAJEMNIE UCZYMY SIĘ... W CO I JAK SIĘ BAWIĆ;
* ZACHĘCAMY DZIECKO DO SAMODZIELNEGO PODEJMOWANIA DZIAŁAŃ;
* NIE POPĘDZAMY I NIE DOMINUJEMY AKTYWNOŚCI DZIECKA SWOJĄ WŁASNĄ;

 ŻYCZYMY WIELU SUKCESÓW, KTÓRYCH MIARĄ BĘDZIE RADOSNY ŚMIECH DZIECKA I GOTOWOŚĆ DO DALSZEJ ZABAWY.

 MATERIAŁY NA TEMAT

ZABAW SENSORYCZNYCH I RUCHOWYCH

 OPRACOWAŁA

 MAŁGORZATA KROGULEC