

Zabawy ruchowe podczas kwarantanny i nie tylko...



ZGNIŁE JAJO

Do **zabawy ruchowej** potrzeba co najmniej 4 osoby. Dziecko A ma schowaną w dłoniach chusteczkę i biega dookoła reszty siedzących po turecku, w okręgu dzieci. Dziecko z chusteczką ma zadanie podrzucić "wypatrzonej" osobie chusteczkę i uciekać. Dziecko B, które otrzymało chusteczkę, musi je złapać zanim to usiądzie na jego miejscu. Jeśli go złapie, dziecko A zostaje zgniłym jajem i siada w środku okręgu a dziecko B wybiera kolejne dziecko. Zgniłe jaja wybawić może ten, kto da się złapać następnemu maluchowi lub ten kto nie sprawdzi, że ma za sobą chusteczkę. W takiej sytuacji, po podrzuceniu chusteczki i okrążeniu dzieciaków klepie się brzdąca w plecy i mówi: raz, dwa, trzy zgniłe jajo! **Zabawa ruchowa** na ogół nie ma końca, chyba że jedna osoba zrobi ze wszystkich zgniłe jaja.

PARZY-ŁAPKI

Zabawa ruchowa w której dwoje dzieci staje na przeciw siebie, pierwsze dziecko wyciąga ręce na wysokość pasa dłońmi do góry, drugie natomiast trzyma swoje dłonie ok centymetr nad partnerem. Pierwsze dziecko ma za zadanie uderzyć oburącz partnera "od góry" za co zdobywa punkt natomiast drugie ma szybkim ruchem uciec rękami.

BABA JAGA PATRZY

Zabawa ruchowa polega na jak najszybszym dotarciu do tzw. Baby Jagi i zajęciu jej miejsca. Jedno dziecko odwrócone do reszty plecami mówi: "raz, dwa, trzy Baba Jaga patrzy" W tym czasie dzieci urządzają wyścig na czworaka w kierunku naszej Baby Jagi. Dzieci mogą ruszać się tylko w momencie wypowiedzenia słów przez Babę Jagę. Gdy nasza Baba Jaga już się odwróci, wszyscy muszą zamrzeć w bezruchu. Baba Jaga może podejść do każdego i sprawdzić czy się nie rusza. Nawet kiwnięcie paluszką wysyła dziecko na ponowny start.



Powiedz co schowaliśmy

Prowadzący pokazuje dzieciom zgromadzone przedmioty dzieci je nazywają. Jedno z dzieci opuszcza salę. Pozostałe chowają jeden przedmiot. Zgadujący powraca i przygląda się rozłożonym przedmiotom. Na pytanie dzieci: „Powiedz co schowaliśmy?” szukający odpowiada podając nazwę przedmiotu. Po czym szuka ukrytego w pobliżu przedmiotu.

Lub

zabawa „Powiedz, co wybrałem”- zabawa „Powiedz, co wybrałem” (spośród wielu przedmiotów zgromadzonych na stole (lub zapisanych) dziecko wybiera jeden i rysuje lub zapisuje na kartce; dorosły ma za zadanie odgadnąć o jaki przedmiot chodzi; w tym celu zadaje pytania, na które dziecko może udzielić odpowiedzi „tak” lub „nie”, np. „Czy to jest z papieru?”, „Czy to służy do pisania?” – potem zmiana ról

KWIATY

Prowadzący rozkłada na podłodze kolorowe obręcze - są to „kwiaty”. Dzieci – motyle „fruwają” między kwiatami. Na hasło prowadzącego każdy motyl siada na najbliższym kwiatku (obręczy). Ponowne hasło – to powrót do zabawy. Prowadzący zabiera po jednej obręczy. Motylek, który nie ma swojego kwiatka odchodzi z zabawy. Zabawa się kończy w momencie, gdy zostaje jeden motyl.

zabawa „Przyjęcie u misia” - (ustalenie uczestników przyjęcia, jadłospisu, „przygotowywanie” potraw – dzielenie całości na określoną liczbę dzieci, formowanie „różności” z jednakowych kawałków, przelewanie płynu do małych naczyń, przyporządkowanie jeden do jednego w trakcie nakrywania do stołu.