

„Mamo, Tato pobawcie się ze mną” - propozycje różnych zabaw dla dzieci i rodziców

Nieporządek - gra rodzinna na spostrzegawczość

Jedna osoba opuszcza pomieszczenie. Pozostałe osoby robią nieporządek, zmieniając położenie trzech/pięciu przedmiotów np. w pokoju – zrzucają poduszkę na podłogę, przekręcają obrazek do góry nogami, zakładają bluzkę na lewą stronę. Z pewnością coś da się wymyśleć. Powracająca osoba ma zidentyfikować owe trzy/pięć źle położone przedmioty. Możemy urozmaicić zabawę: za każdy przedmiot niezauważony osoba która nie odgaduje zdobywa punkt, za każdy odgadnięty przedmiot osoba, która odgadywała zdobywa punkt.

Do pary – nie do pary

Ta zabawa pomoże dzieciom w zrozumieniu, co znaczy, że coś jest lub nie jest „takie samo” czy też „do pary”. Co jest potrzebne? Zestawy składające się z dwóch pasujących do siebie lub identycznych rzeczy, np. para skarpet, para butów, dwa identyczne kubki, dwa identyczne widelce. Należy pomieszać przedmioty, a zadaniem dzieci jest ułożyć je właściwymi parami. Potem niech dzieci zasłonią oczy, a rodzic tworzy pary z niepasujących do siebie przedmiotów. Zadanie polega na wskazaniu rzeczy, która jest nie do pary.

Zgadywanki - kilka prostych pytań, na które trzeba odpowiedzieć. Tego typu zabawy usprawniają proces rozumienia i sprawiają, że dzieci lepiej radzą sobie z małymi problemami. Rodzic zadaje dziecku pytania w rodzaju:

„Myślę o czymś brzęczącym, czego potrzebujemy, żeby otworzyć drzwi...” – Klucze

„Myślę o czymś, na czym można pedałowac i co ma koła...” – Rower

„Myślę o czymś, co ładnie wygląda, pachnie i rośnie w ogródku...” – Kwiaty

„Myślę o czymś, co można robić z szamponu zmieszanego z wodą, co fruwa w powietrzu i w końcu się rozpryskuje...” – Bańki mydlane.

„Myślę o czymś do lizania, słodkim i zimnym...” – Lody

„Myślę o kimś, kto Was bardzo kocha i do kogo bardzo lubicie chodzić w odwiedziny...” – Babcia

„Myślę o czymś, co się otwiera na deszczu, żeby nie zmoknąć...” – Parasol

„Myślę o czymś kolorowym i miękkim do podrzucania i łapania...” – Piłka.

W miarę jak dzieci będą coraz lepiej radziły sobie z odpowiadaniem na pytania, można zwiększać stopień trudności.

A może zechcą rodzicowi zadać zagadkę ...?

Wiadro do wrzucania - zabawa kształtująca sprawność rzucania do celu. Co jest potrzebne ?

Plastikowe wiadro, piłeczki albo niewielkie maskotki. Co robimy ? Ustawiamy wiadro w odległości kilku metrów. Wyznaczamy miejsce z którego dzieci będą oddawały rzuty.

Zapisujcie i podsumowujcie wyniki (np. za pomocą miarki), aby dzieci wprawiły się w działaniach matematycznych.

Łapanie - ta prosta gra ćwiczy u dziecka koordynację między okiem a ręką oraz wzrokowe śledzenie poruszających się przedmiotów. Co jest potrzebne ? Dwie plastikowe butelki, małe piłeczki lub inne małe przedmioty, taśma do pakowania lub izolacji. Co robimy ? Obetnij denka butelek, zabezpieczając ostre krawędzie taśmą do pakowania lub izolacji. Dzieci trzymają butelkę dużym otworem do góry i używają ich do rzucania i chwytania piłeczki. Ta

zabawa nie tylko wciąga, ale usprawnia koordynację wzrokowo – ruchową oraz ćwiczy śledzenie wzrokiem poruszających się przedmiotów.

Pisanie opowieści - zachęć dzieci do robienia rysunków ze wspólnych wycieczek. Dobrze jest mieć do tego celu specjalny brulion/notes. Aby wprowadzić je w mowę pisaną, poproś, aby powiedziały, jak masz podpisać dany obrazek. Notując podane przez dziecko zdanie, wskazuj na poszczególne słowa i znaki przestankowe. Pokaż całość zdania, tłumacząc, że zaczyna się wielką literą, a kończy kropką. Rysowanie obrazków z wycieczek rozwija także zdolność przywoływania przeżyć z przeszłości. Kojarzenie pierwszych doświadczeń mowy pisanej z przyjemnymi chwilami spędzonymi na wycieczkach sprawi, że dzieci będą chętnie rysowały i chłonęły wiedzę na temat słów i posługiwania się nimi, zmierzając tym samym wielkimi krokami do umiejętności czytania.

Zimno, ciepło, gorąco - chyba znana wszystkim, a może nieco zapomniana zabawa, w której jedna osoba chowa jakiś nieduży przedmiot (może to być maskotka, autko, piłeczka), pozostałe osoby muszą go odnaleźć. Ten kto schował "skarb" daje wskazówki stopniując słowa - zimno, ciepło, informując poszukiwaczy, czy są blisko (ciepło, cieplej, gorąco), czy daleko (zimno, mróz). Ten kto odnajdzie skarb chowa go i zabawa zaczyna się od nowa.

Tanecznym krokiem - z podkładem muzycznym lub bez możecie wspólnie poruszać się do ulubionych piosenek i melodii. W wersji dla odważniejszych rodziców (mniej wrażliwych słuchowo) możecie włączyć sekcję instrumentalną z wykorzystaniem sprzętów kuchennych (garnki mają świetną akustykę). Zorganizujcie konkurs taneczny albo konkurs piosenki. Nagrodą może być korona, medal, dyplom (oczywiście zrobiony własnoręcznie) albo pyszne małe co nieco.

Kalambury - w tej zabawie za pomocą gestów musimy pokazać np. tytuł bajki, postać z bajki, czynność, zwierzątko.

Wspólne gotowanie - zaproponujcie dzieciom wspólne pieczenie babeczek, zróbcie owocowe szaszłyki i nie przejmujcie się, jeśli mały mistrz kuchni nieco nabrudzi. Z przygotowanych wspólnie specjałów możecie urządzić przyjęcie domowe.

Wspólne czytanie - o korzyściach z czytania nie trzeba nikogo przekonywać. Przytoczmy zaledwie najważniejsze z nich. Czytanie zaspokaja wszystkie potrzeby emocjonalne dziecka, wspiera jego rozwój psychiczny, intelektualny i społeczny, a przy tym przynosi ogromną radość i pozostawia cudowne wspomnienia. Dzięki czytaniu dziecko poszerza swoje słownictwo, używa bogatszego i piękniejszego języka. Wybierzcie wspólnie książkę, usiądźcie wygodnie i przenieście się w świat bajek i niezwykłych przygód.

Budowanie z klocków należy do ulubionych zabaw całej rodziny. Proste konstrukcje, wysokie wieże, fosy, w tej zabawie ogranicza nas tylko wyobraźnia. Ponadczasowe klocki dzięki ogromnej różnorodności są nieustającym źródłem inspiracji do zabawy zapewniając wszechstronny rozwój dziecka. Zabawa klockami ćwiczy emocje, stymuluje wyobraźnię, rozwija logiczne i przestrzenne myślenie dziecka, jest dobrym treningiem na koncentrację uwagi.

Zabawa w teatr - zamieńcie się rolami: maluchy niech będą rodzicami, a wy ich dziećmi. Uwaga: w tej zabawie możecie zobaczyć, jak odbierają was dzieci. Tym bardziej warto podjąć wyzwanie. Możecie również wcielić się w postaci ulubionych bajek, stworzyć własną bajeczkę. Warto pamiętać, aby dać dziecku przewodzić w zabawie. Słuchać jego pomysłów i zachęcać do inicjowania nowych scenariuszy i pomysłów.

Przeprawa przez rzekę - wszyscy puszczaają wodze fantazji i wyobrażają sobie, że mieszkanie to rzeka przez którą należy przejść z jednego brzegu na drugi. Należy skakać po kolejnych kamieniach, którymi są poduszki, koce, by dotrzeć do celu. Można to robić na czas albo na wyścigi. Po każdym dotarciu do celu należy zmienić ustawienie, co jest jednoznaczne z przejściem na wyższy poziom.

Tor przeszkód - Wasz salon na godzinę zamieni się w poligon wojskowy. Do jego wykonania wykorzystajcie to, co macie pod ręką, czyli kartony, krzeselka, narzuty itp. Mały żołnierz ma za zadanie dotrzeć ze startu do mety po wcześniejszym pokonaniu przeszkód. Musi się czołgać, skakać, robić przewroty. Po zakończeniu zabawy wszyscy sprzątają, co również jest formą aktywności ruchowej. Ochotnik wynosi niepotrzebne rzeczy na śmietnik.

Czerwone i zielone. Rodzic przygotowuje dwa lizaki – jeden w kolorze czerwonym, a drugi w zielonym. Dzieci swobodnie biegają po pokoju. Gdy mama albo tata podniosą czerwony lizak, to się zatrzymują, a jak zielony to kontynuują kursowanie po mieszkaniu. Ćwiczenie wpływa na koncentrację, a także jest dobrym wprowadzeniem do nauki sygnalizacji świetlnej.

Balonowy tenis - gra w piłkę w domu może przynieść dużo strat. Zamiast niej można wykorzystać balon, odbijany bezpiecznymi paletkami (papierowy talerz z przyklejoną do niego drewnianą łyżką). Dzieci odbijają balon między sobą tak, by nie spadł na ziemię. Można zrobić siatkę ze związanych szalików albo apaszek.

Zabawy matematyczne Lewa-prawa Cel: wprowadzenie stron lewa- prawa. Należy wykonać kilka podskoków, by przyspieszyć akcję serca. Odszukać, gdzie bije serce, rękę bliższą sercu zostawiamy na tym miejscu, bierzemy frotkę i zakładamy na tę rękę - informujemy - to lewa ręka. Zobaczmy co mamy po lewej stronie? (lewe ucho, oko, itp.) Wyciągnij do przodu lewą rękę - pokaż i powiedz, co widzisz po lewej stronie? itd. (to samo robimy z prawą stroną, ręką – frotka w tym czasie cały czas pozostaje na lewej ręce).

Zabawy w echo Cel: dostrzeganie rytmu i układanie go. Powtarzanie słów lub krótkich tekstów z uwzględnieniem podanego rytmu, tempa, dynamiki, intonacji itp.

Klocki w rzędzie lub szeregu Cel: Zrozumienie, że po przestawieniu liczmanów nie zmienia się ich liczba. Dziecko układa w rzędzie (lub szeregu) np. klocki, liczy je głośno i mówi, ile ich jest. Dorosły przekłada kilka i pyta: Czy teraz jest tyle samo klocków? Dziecko ponownie przelicza. W następnym ćwiczeniu to dorosły układa klocki, liczy je i oświadcza, ile ich jest.. Dziecko przekłada liczmany i pyta Czy teraz jest tyle samo klocków? Dorosły stwierdza: Tak nadal jestklocków. Jeśli chcesz możesz sprawdzić.

Kolorowe koraliki Cel: wychwytywanie powtarzających się układów rytmicznych i kontynuowania rytmów w sytuacjach zadaniowych. Mama lub tata przygotowuje koraliki w

różnych kolorach lub kształtach. Układa przed dzieckiem wzór, np. O - ◻ - O - ◻dziecko układa w takiej samej kolejności głośno określając kolor lub kształt koralika, np. koło- domek-koło- domek. Utrudniając zadanie dokładamy jeszcze inny kolor lub kształt koralika.

Zabawy z guzikami Cel: Kształtowanie umiejętności klasyfikowania w życiu codziennym Wysypujemy guziki i układamy spodeczki, następnie proponujemy Dziecku „podzielmy guziki według kolorów, ale żeby nam się nie myliło, oznaczmy spodeczki” – kolorujemy kartoniki na takie kolory, w jakich mamy guziki i układamy obok spodeczków. Po posortowaniu guzików pokazujemy kolejne podzbiory i pytamy: te guziki są... a te...”, aby wyraźnie dziecku zasygnalizować oddzielność zbiorów. Proponujemy inny podział guzików, ze względu na liczbę dziurek, na kartonikach rysujemy tyle kropek, ile jest dziurek: jedną dla guzików z „pętelką”, dwie dla dwóch dziurek i cztery dla czterech. Następnie dzielimy guziki i znowu podkreślamy podział na zbiory. Guziki można też podzielić ze względu na wielkość. Na 3 kartonikach rysujemy kółka – od najmniejszego do największego i dokonujemy podziału zbioru guzików ze względu na wielkość. W trakcie sortowania zapewne okaże się, że jest spory podzbiór guzików, których nie da się przyporządkować. Takie guziki odkładamy na osobny talerzyk.

Zabawy ruchowe na torze wodnym z butelek świetnie wpływa na koordynację, balansowanie i czucie całego ciała. Za pomocą taśmy klejącej połączyć ze sobą wypełnione wodą butelki. W ten sposób tworzymy długi tor wodny, który służył nam za równowagę. To propozycja zabawy odpowiednia zarówno do domu jak i w plenerze. Chłopcy pokonywali tor wielokrotnie wykonując przy tym różne zadania.

Sieć pająka. Do naszej kolejnej kreatywnej zabawy ruchowej potrzebujecie długą włóczkę, kolorowe piłeczki i krzesła. Po całym pokoju rozstawiamy w różnych miejscach krzesła, a pomiędzy nimi rozwijamy włóczkę, tworząc w ten sposób ogromną sieć pająka. Następnie wysypujemy na podłogę kolorowe piłeczki lub inne zabawki. Na sygnał dzieci zmieniają się w małe pajęczki i chodzą pomiędzy nitkami sieci tak, aby jej nie uszkodzić. Na sygnał zbierają zabawki i odnoszą pojedynczo do przygotowanego wcześniej miejsca. Dzieci potrafią się tak bawić kilkanaście minut, a przy tym świetnie rozwijają koordynację ruchową i dużą motorykę.

Kto ma więcej piegów? Do zorganizowania tej zabawy będzie potrzebny stoper, dziurkacz, kolorowy papier oraz małe wiaderka lub miski z wodą. Za pomocą dziurkacza uzyskujemy kolorowe, papierowe kółeczka – trzeba ich dosyć dużo (zależy też od ilości uczestników). Zabawa przeznaczona dla 4 lub więcej osób (parzysta liczba). Graczy dzielimy w pary. Jeden zawodnik pełni rolę „piegusa”, drugi odpowiada za naklejanie piegów. Tuż przed rozpoczęciem zabawy, każda drużyna otrzymuje miseczkę z wodą i wsypanymi do niej papierowymi kółeczkami. Sędzia ustawia stoper na pół minuty, a na sygnał „start”, wyznaczona do tego osoba zaczyna naklejać piegi na twarzy kolegi/koleżanki. Po upływie wyznaczonego czasu, sędzia liczy piegi – wygrywa drużyna z największym piegusem.

Bieg kelnera. Potrzebne będą plastikowe lub papierowe talerzyki oraz piłka do ping-ponga dla każdej drużyny. Zabawa przeznaczona dla minimum 4 osób. Zawodnicy ustawiają się na mecie, pierwszy zawodnik z każdej drużyny trzyma na podniesionej w górze dłoni talerzyk, a na nim piłeczkę. Po usłyszeniu „start”, zawodnicy biegną do wyznaczonego punktu i

zawracają. Przekazują talerzyk z piłeczką kolejnemu koledze z drużyny i on rusza do biegu. Upuszczenie piłeczki – powoduje konieczność powrotu do linii startu i ponowne rozpoczęcie biegu. Wygrywa drużyna, której wszyscy zawodnicy zaliczą bieg z piłeczką pierwsi.

Przeprawa przez rzekę. Przez Wasz pokój przepływa rzeka. Długi rwący potok rozciąga swoje brzegi od stołu, aż do kanapy lub od ściany do ściany, w zależności od rozkładu mieszkania. Musicie przejść na drugą stronę skacząc po kamieniach, ale tak, aby nie wpaść do wody. Czym są kamienie? Poduszkami jaśkami lub innymi kawałkami materiału. Rozłóżcie je na podłodze tak, aby przejście po nich nie było zbyt łatwe. I po każdym prawidłowym przedostaniu się na drugi brzeg zmieniajcie ustawienie. Oczywiście na trudniejsze, tak jakby to był kolejny level do przejścia w grze.

Zabawy matematyczne z wierszem:

To ja (źródło: „Matematyka na start” - Blżej Przedszkola)

Mam dwie nogi, kciuki dwa. Szybko liczę: jeden, dwa! Dwoje oczu, łokcie dwa. Szybko liczę: jeden, dwa! Dwa kolana i dwie ręce, Teraz sobie nimi kręcę! (Czytamy wiersz dziecku i zachęcamy aby pokazywało to co usłyszy. Proponujemy powtarzanie zabawy w szybszym tempie, potem w jeszcze szybszym i tak szybko, jak tylko dziecko zdoła wykonać to ćwiczenie – wtedy zabawa będzie atrakcyjniejsza.)

Raz , dwa, trzy (źródło: „Matematyka na start” - Blżej Przedszkola)

Wchodzę do kałuży: Chlup, chlup, chlup.(trzy kroki tupiąc) Idę po schodach: Tup, tup, tup.(trzy kroki tupiąc) Pukam do drzwi: Puk, puk, puk.(pukanie palcem o blat stołu, podłogi lub ściany (książki) Przybijam gwoździe: stuk, stuk, stuk.(dłonie zwinięte w pięści, stukanie jedną piąstką o drugą pięść) Kąpię się w wannie: Chlap, chlap, chlap.(klepanie dłońmi o uda)Klaszczę radośnie Klap, klap, klap.(klaskanie w ręce) A to wszystko powiem ci, Robię raz, dwa, trzy. Wersja 1: Dzieci słuchają wiersza i pokazują to, co usłyszą. Wersja 2: Zadaniem dziecka jest dokończenie fraz zaczętych przez osobę dorosłą: Wchodzę do kałuży.... (chlup, chlup, chlup). Pukam do drzwi (tup, tup, tup).

Zabawy paluszkowe wspaniale wpływają na rozwój dzieci. Przykłady zabaw:

Grota misia - Tu jest grota.(pokaż pięść)W środku miś(zegnij kciuk i wsadź pod złożone palce)Proszę, misiu, na dwór wyjdź(zastukaj w pięść)O! Wyszedł miś.(wysuń kciuk)

Wiosenna burza. Pada deszczyk, pada, pada,(Uderzamy palcem o podłogę lub o stół)coraz prędeż z nieba spada.(Przebieramy wszystkimi palcami.)Jak z konewki woda leci,(Uderzamy całymi dłońmi o podłogę.)A tu błyskawica świeci...(Klaszczemy w dłonie nad głową.)Grzmot !!!(uderzamy piąstkami o podłogę, lub tupiemy)

Gra w łapki - zabawa polega na wysuwaniu odwróconych dłoni i szybkim cofaniu ich przed uderzeniem partnera. Gdy przeciwnik dotknie ręki, role się zmieniają. Wysuwa i cofa dłoń teraz ten z grających, który dotknął dłoni przeciwnika.

Kanapka. Najpierw chleb pokroję. (jedną dłonią 'kroimy' drugą na pół) Potem posmaruję.(głaszczemy całą powierzchnię dłoni) Na to ser położę. (kładziemy dłoń na

drugiej) Pomidora dołożę. (rysujemy małe kółka na dłoni) I posolę, i popieprzę. (dotykamy delikatnie dłoń, przebiegając palcami) Żeby wszystko było lepsze. (masujemy)
Już nie powiem ani słowa, bo kanapka jest gotowa.

Klasyczna wyliczanka o sroczce. Trzymamy dłoń, by odkryte było jej wnętrze. Palcem wskazującym delikatnie pukamy wewnątrz dłoni i mówimy: Tu, tu sroczka kaszkę warzyła, dzieci swoje karmiła: Pierwszemu dała na miseczce,(łapiemy mały paluszek) drugiemu dała na łyżeczce,(łapiemy drugi paluszek) trzeciemu dała w garnuszku,(łapiemy trzeci paluszek)czwartemu dała w dzbanuszku,(łapiemy za czwarty paluszek)a piątemu nic nie dała(chwytny kciuk)i frrrrrr... do lasu poleciała (nagle zabieramy rękę i pokazujemy, jak odlatuje sroczka).

Wyliczanka z partiami ciała. W tej wyliczance, dotykamy palcem poszczególnych części ciała dziecka, które opisujemy:

Tu paluszek, tu paluszek (dotykamy paluszków)

Kolorowy mam fartuszek(pukamy delikatnie w brzuszek)

Tu jest rączka(machamy jedną rączką)A tu druga(machamy drugą rączką)

A tu oczko do mnie mruga(pokazujemy oko)

Tu jest buzia Tu ząbeczki Tam wpadają cukiereczki (pokazujemy okolice ust) .

Wyliczanka z pieskami.

Wszystkie pieski spały(zaciskamy piątki)

Pierwszy obudził się ten mały(otwieramy mały paluszek)

Mały obudził średniego, który spał obok niego (otwieramy drugi paluszek).

Gdy średni już nie spał, to duży też przestał(otwieramy trzeci palec).

Trzy pieski się bawiły, czwartego obudziły(otwieramy czwarty paluszek).

Cztery pieski szczekały, piątemu spać nie dały(otwieramy kciuk i machamy całą dłonią).

Wyliczanka „palce do palców”

Gdy się rączki spotykają,(jedna dłoń przykładamy do drugiej)

to od razu się witają.(pocieramy, ściskamy, przybijamy piątkę, udajemy całusy)

Gdy się kciuki spotykają, (dotykamy kciukami kciuków) to od razu się witają.(pocieramy, ściskamy, przybijamy piątkę, udajemy całusy)

Gdy się palce spotykają(dotykamy palcami palców),to od razu się witają(pocieranie, ściskanie, przybicie piątki lub całus).

Wyliczanka o samochodziku. Bierzymy w swoją dłoń rączkę dziecka, lub dziecko palcami jednej ręki wykonuje właściwe ruchy na swoich odpowiednich palcach:

Auto do myjni przyjechało, bo się umyć ładnie chciało. Umyto:

Pierwsze koło podstawowe(głaszczemy mały palec),

Drugie koło podstawowe(głaszczemy drugi palec),

Trzecie koło podstawowe(głaszczemy trzeci palec),

Czwarte koło podstawowe(głaszczemy czwarty palec),

Piąte koło zapasowe(głaszczemy kciuk).

Wiersz „Czystość to zdrowie”

Kiedy rano wstaję, do łazienki idę
kran odkręcam z ciepłą wodą i dokładnie myję...
...zęby, twarz i szyję.
Gdy się ubiorę, to przyczeszę włosy,
by nie sterczał krzywo w górę – - ani jeden kosmyk.
Ręce zawsze czyste mam o paznokcie krótkie dbam.
Czyste włosy mam i szyję no bo się dokładnie myję.
Żeby zdrowym zawsze być trzeba się dokładnie myć.
I pamięta każdy zuch: W zdrowym ciele zdrowy duch!

Piosenka „ Mydło lubi zabawę”

Mydło lubi zabawę w chowanym pod wodą,
każda taka zabawa, jest wspaniałą przygodą.
Kiedy dobry ma humor, to zamieni się w pianę,
a jak znajdzie gdzieś słomkę, puszcza bańki mydlane.

Ref. Mydło wszystko umyje, nawet uszy i szyję.
Mydło , mydło pachnące jak kwiatki na łące.

Mydło lubi kąpiele, kiedy woda gorąca,
Skacze z ręki do ręki, złapie czasem zającą.
Lubi bawić się w berka, z gąbką chętnie gra w klasy,
i do wspólnej zabawy, wciąga wszystkie brudasy.

Ref. Mydło wszystko umyje...

Wiersz „Kino w łazience” autor :Wanda Chotomska

SZCZOTKA: - Jestem szczotka.

TUBA: - Jestem tuba.

SZCZOTKA: - Pani tuba jest za gruba.

TUBA: - Jestem gruba, ale schudnę, bo to wcale nie jest trudne.

SZCZOTKA: - Buzia sama się otwiera- mycie zębów będzie teraz. Będę myła zęby póty, aż umyję w dwie minuty!

KUBEK: - Teraz pora na mój występ- dam Ci trochę wody czystej. Wypłucz buzię, umyj szczotkę i piosenki zanuć zwrotkę.

Piosenka „Myję zęby”

Szczotka, pasta, kubek, ciepła woda,
tak się zaczyna wielka przygoda.
Myje zęby, bo wiem dobrze o tym,
kto ich nie myje ten ma kłopoty,
żeby zdrowe zęby mieć, trzeba tylko chcieć.
Szczotko, szczotko, hej szczoteczko, ooo
zatańcz ze mną, tak w kóteczo, ooo
w prawo, w lewo, w lewo, w prawo, ooo
po jedzeniu, kręć się żwawo, ooo

w prawo, w lewo, w lewo, w prawo, ooo
po jedzeniu kręć się za żwawo, ooo.
Bo to bardzo ważna rzecz, żeby zdrowe zęby mieć.

Wiersz „Przedszkolaczek” autor: Jadwiga Korczakowska
Przedszkolaczek – mały, duży, wie, do czego mydło służy.
Płynie woda, plusk w łazience i już czyste- uszy, ręce.
Przedszkolaczek – mały, duży, wie, do czego gąbka służy.
Gąbka, ręcznik, pasta, szczotka i czyściejszy jest od kotka.
Przedszkolaczek – proszę pana, chętnie zęby myje z rana.
Patrzy w lustro roześmiany, Bo ma białe wąsy z piany.

Zabawy ruchowe

Niezależnie od pory i okoliczności ćwiczenia powinny sprawiać dziecku frajdę– tylko wtedy będzie je wykonywało chętnie i dokładnie. Czasem wystarczy atrakcyjna nazwa, odrobina wygłupów – szczekanie, miauczenie – albo... powierzenie smykowi funkcji trenera.

Koncert. Malec siedzi na podłodze, podparty z tyłu dłońmi. Nogi ma ugięte w kolanach. Unosi zgięte nogi i na hasło "bęben!" uderza (lekko!) piętami w podłogę, a na hasło "pianino!" "gra" na niej paluszkami stóp. Może wystukiwać rytm konkretnej piosenki, np. "Wlazł kotek na płótek".

Wyścig wielbłądów. Maluch chodzi na czworakach, ale z wyprostowanymi nogami i wypiętą pupą, która wygląda jak wielbłądzi garb. Jeśli zwierzaków jest więcej, można urządzić wielbłądzie wyścigi. Dla utrudnienia odwzorujcie chód tego zwierzęcia (symetrycznie, czyli najpierw przestawcie lewą rękę i nogę, a później prawą rękę i nogę).

Wyścig raków. Smyk opiera się na rękach i nogach (brzuchem do góry), unosi biodra i wędruje w tej pozycji. Będzie miał większą frajdę, jeśli ty także spróbujesz!

Zabawa w basen. Dziecko leży na podłodze na brzuchu i "pływa" żabką (ale używa tylko rąk).

Tango. Stoisz twarzą do smyka i trzymasz go za ręce. Malec staje na twoich stopach i tak tańczycie.

Lustro. Siadacie po turecku naprzeciwko siebie. Dziecko naśladuje wszystkie twoje ruchy ("wkręcasz żarówkę", kiwasz na boki głową, rysujesz w powietrzu kółka rękami). A potem zmiana ról – ty naśladujesz malucha. Zabawę możecie sobie urozmaicić robieniem głupich min: róbcie ryjek, uśmiechajcie się szeroko, wystawiajcie język itd. To świetne ćwiczenia mięśni twarzy – sprzyjają wymowie.

Szczeniaczek. Stoisz w szerokim rozkroku, a malec biega na czworakach wokół twoich nóg, wykonując ósemki (i oczywiście - szczekając albo popiskując jak mały piesek).

Modelka. Na podłodze rozciągnijcie skakankę lub sznurek (możecie też wykorzystać np. krawędź dywanu). Dziecko idzie (plecy proste, głowa wysoko, krok pełen godności) wzdłuż linii, stawiając stopy na krzyż, niczym modelka na wybiegu.

Zabawa z piłką. Młec w pozycji na czworakach uderza piłkę czołem i stara się nią trafić do bramki (można ją wyznaczyć za pomocą kęgli, klocków itd.). Licz, ile bramek tak zdobędzie.

Tresowany lew. Trzymasz hula-hoop, a dziecko przez nie przechodzi niczym cyrkowy lew przez płonącą obręcz. Przy każdym kolejnym ćwiczeniu możesz unosić hula-hoop nieco wyżej. Ale lew musi ryczeć! Głośno!

Propozycje zabaw logopedycznych, ćwiczenia słuahu fonematycznego i zabawy z elementami ćwiczeń oddechowych:

- Słuchajcie dźwięków instrumentów, podobnych do siebie odgłosów zwierząt, pojazdów, narzędzi. Nazywajcie to, co wydaje dany dźwięk i postarajcie się go powtórzyć.
- Wyszukujcie z dzieckiem rymujące się słowa lub poproś je o podanie własnej propozycji rymu do słowa, które powiesz (kotek – płotek, kura – góra, półka - bułka).
- Szukajcie w słowach innych ukrytych wyrazów (np. kotlet – kot, słońce – słoń).
- Powtarzajcie wyklaskiwane, wystukiwane lub grane na instrumentach rytmy – jedno z Was niech wystuka krótki rytm, a drugie je powtórzy.
- Dzielcie słowa na sylaby – wyszczególniajcie je w nagłosie, śródgłosie lub wygłosie, czyli na początku, w środku i na końcu słowa (ła-zien-ka, ka-na-pa, sza-fa).
- Zabawa „Liczenie sylab” – powiedz słowo i poproś, by dziecko podzieliło je na sylaby oraz powiedziało z ilu składa się wypowiedziane słowo.
- Bawcie się słowami i głoskami. Poddajcie je analizie głoskowej – głoskuj tak, by dziecko mogło ułożyć słowo (k-o-t = kot, d-rz-e-w-o = drzewo).
 - Przygotujcie wspólnie kilka pojemniczków, do których wsypiecie drobne rzeczy. Świetnie sprawdzają się do tego opakowania po jajku niespodziance, pojemniczki po kremie, itp. Wypełnijcie każdy z nich innymi przedmiotami: ryżem, makaronem, cukrem, kamykami, monetami, chrupkami itd. Najważniejsze, żeby każdy z nich po potrząśnięciu wydawał inny dźwięk. Bawcie się wspólnie w słuchowe zagadki. Po osłuchaniu się z każdym odgłosem wybierz jeden i potrząśnij. Zadaniem dziecka jest odgadnięcie, który z nich wybrałaś/eś.
- Wyróżnianie i przeliczanie wyrazów w zdaniu: dorosły podaje proste zdanie np. Kot pije mleko. Dziecko układa klocki – ile wyrazów w zdaniu – tyle klocków.
 - „Dokończ słowo”. Dorosły podaje pierwszą sylabę, dziecko ma za zadanie podać jak najwięcej wyrazów rozpoczynających się daną głoską.
 - Wyróżnianie głosek w nagłosie (zaczynamy od samogłosek) – dziecko podaje wyrazy, których nazwa zaczyna się na podaną przez dorosłego głoskę.
 - „Zakupy” – Idziemy na zakupy, do koszyka wkładamy te produkty, których nazwa zaczyna się na podaną przez dorosłego głoskę.
 - „Wycieczka” – jadę na wycieczkę do Krakowa, Sopotu, Olsztyna itd. Co mam przywieźć? – dziecko podaje nazwy przedmiotów, których nazwa rozpoczyna się na pierwszą głoskę nazwy miejscowości np. kredki z Krakowa, samochód z Sopotu, okulary z Olsztyna itd...
 - „Pociąg” – jedzie pociąg naładowany towarami, których nazwa zaczyna się na głoskę np. a, e, p, k. Dziecko podaje słowa na określona głoskę.
 - „Części ciała” – podaj nazwy części ciała zaczynające się głoską u (uszy, usta), głoską r (ręka) itd.

Zabawa rozwijająca uwagę i pamięć dziecka: „Na urodziny Balbiny kupimy....” Pierwsza osoba rozpoczyna zabawę zdaniem : „Na urodziny Balbiny kupimy (w tym miejscu wypowiada nazwę zabawki, lub jakiegoś innego przedmiotu, który mógłby być prezentem urodzinowym, np. lalkę, ale mogą to być też różne niespotykane prezenty, np. stoń, słoik, widelec itd.) Każdy uczestnik zabawy (dowolna liczba osób, minimum 2) powtarza początek zdania, wymienia kolejno wszystkie wcześniej zaproponowane „prezenty” oraz dodaje swoją propozycję(jedno słowo). Zabawa trwa do momentu, aż ktoś z uczestników nie jest w stanie bezbłędnie odtworzyć sekwencji wyrazów.

Zabawa kształcąca umiejętność słyszenia kierunkowego, lokalizowania źródła dźwięku. Do tej zabawy potrzebne będzie małe urządzenie (łatwe do ukrycia), które wydaje niezbyt głośne dźwięki, np. timer kuchenny lub telefon komórkowy z włączonym metronomem lub cichą melodią. Zabawa polega na tym, że pod nieobecność dziecka (np. dziecko wychodzi wówczas do innego pokoju) chowa się ten wydający dźwięki przedmiot w niewidocznym miejscu. Zadaniem dziecka jest odszukanie go, kierując się w stronę słyszanego dźwięku.

Zabawa w „Czarodzieja”. Zabawa polega na przenoszeniu małych kawałków papieru z jednego miejsca w drugie przyciągając je na wdechu za pomocą słomki, np. na jednym krześle leżą kropki (czarne papierowe kółka), a na drugim krześle biedronka wycięta z kartonu. Zadaniem dziecka jest, zasysając powietrze przez słomkę, przenieść kropki na biedronkę. Mogą to być oczywiście zupełnie inne pomysły, np. jabłka (czerwone kółka) i drzewo narysowane na kartce, rybki i akwarium, motyle lub kwiatki i łąka itp. Dziecko staje się „czarodziejem”, bo papierowe kółko „przykleja się” do słomki, a przecież nie został użyty żaden klej. Wcześniej można wspólnie przygotować (narysować i wyciąć) materiały potrzebne do tej zabawy.

Zabawa „Mecz piłkarski” Uczestnicy zabawy dmuchają na piłeczkę pingpongową (lub inną, lekką małą piłkę) do osoby siedzącej naprzeciwko, starając się „wbić gola” w bramkę zbudowaną z klocków - bramka może być jedna, ustawiona na środku stołu.

„Smaczne” zabawy logopedyczne: W zabawach tych można połączyć przyjemne z pożytecznym. Jeśli poczęstujemy dziecko paluszkami (np. „Lajkonik”), możemy zachęcić je, aby zjadając, nie pomagało sobie dłońmi. Można zrobić zawody - wygrywa ta osoba, której paluszek nie złamał się i nie wypadł z ust, a jeśli każdemu się udało ta sztuczka, to wygrywa ta osoba, która zjadła paluszek szybciej. Można także rozsypać na płaskim talerzyku ryż preparowany - zadaniem dziecka będzie zbieranie językiem ziarenek ryżu. Ważne jest, aby dziecko zbierało pojedyncze ziarenka czubkiem języka. Podobną zabawą (aktywizującą inne mięśnie języka) jest zlizywanie rozsmarowanego na talerzu dżemu, miodu, keczupu itp. w kształcie np. koła, serca, kwiatka. Do wykonania tego zadania język jest płaski i szeroki, a w poprzedniej zabawie powinien być wąski, „ostro” zakończony. Usprawnianie aparatu artykulacyjnego ćwiczymy również, gdy dziecko pije jogurt lub gęsty sok przez słomkę. Ważne jest jednak, aby końcówka słomki była trzymana tylko wargami; nie powinna być umieszczona głęboko w ustach. Życzymy udanej zabawy