

**Drodzy Rodzice**, na ten tydzień przedstawiam Wam do skorzystania przykłady zabaw z dziećmi (link poniżej). Są to proste, a zarazem bardzo ciekawe propozycje.

<https://www.youtube.com/?v=50TM3qolQwo>

## **Zabawy z dziećmi**

Przypominam kilka sprawdzonych pomysłów na zabawę z dzieckiem:

**Zabawa w skojarzenia** - zacznij zabawę dla dzieci, mówiąc dowolne słowo, np. „słońce”. Następnie dziecko mówi słowo kojarzące się z tym, co powiedziałaś, np. „gorąco”. Potem ty szukasz skojarzenia do „gorąco”, np. „lato”. I tak na zmianę.

**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, ciepłej, gorąco), czy daleko (zimno, mróz). Ten kto odnajdzie skarb chowa go i zabawa zaczyna się odnowa.

**Raz, dwa, trzy, Baba-Jaga patrzy** - w tej zabawie im więcej uczestników, tym lepiej. Jedna osoba, nazywana Babą-Jagą, stoi w pewnej odległości od pozostałych odwrócona tyłem lub z zakrytymi oczami i wypowiada słowa: raz, dwa, trzy, Baba Jaga patrzy, w czasie których gracze biegną w jej kierunku. Gdy skończy mówić, odsłania oczy lub odwraca się do uczestników, a ci nieruchomieją – nie mogą się poruszać, mówić i śmiać się. Baba Jaga stara się ich rozśmieszać. Jeżeli ktoś się poruszy lub zaśmieje, musi wrócić na linię startu. Po chwili Baba Jaga znów zakrywa oczy i cykl się powtarza. Celem w zabawie jest dotarcie do Baby Jagi, gdy ona nie patrzy i dotknięcie jej. Zwycięzca zajmuje jej miejsce.

**Zabawa w chowanego** – tej zabawy nikomu nie trzeba rekomendować. Dzieci ją uwielbiają. Jeśli macie w domu więcej miejsca i dużo zakamarków, zabawa w chowanego będzie super pomysłem.

**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.

**Zabawa w doktora** - jak oswoić lęk przed wizytą u lekarza? Najlepiej poprzez zabawę. Zabawa w doktora jest doskonałym sposobem na takie przezwyciężanie lęków. Dziecko dowiaduje się, do czego służą poszczególne przyrządy lekarskie i wciela się w rolę lekarza.

**Wspólne czytanie** – o korzyściach z czytania nie trzeba nikogo przekonywać. Przytoczymy 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.

### **Przypominam również o dyżurze pedagoga:**

Pedagog jest dostępny dla rodziców zgodnie z następującym harmonogramem: poniedziałek – środa w godzinach 9-11 e-mail: [kserwatko@spp3.sanok.pl](mailto:kserwatko@spp3.sanok.pl)

Pozdrawiam Was serdecznie i pozostańcie w zdrowiu.

Pedagog Katarzyna Serwatko

### **Drodzy rodzice**, dołączam również informacje z cyklu **Pedagog radzi.....**

Tym razem będzie to: *„Dziecko w rodzinie”*

Dziecko jest nieświadomą kopią własnego domu rodzinnego. Odbiciem zachowań, reakcji i słownika swojego najbliższego otoczenia. W odróżnieniu od osób dorosłych ma słabe zdolności dostosowawcze. Jego reakcje są naturalne. Dziecko z tego punktu widzenia jest niebezpieczne. Jeśli wyniesie z domu złe wzorce będzie je prezentować na zewnątrz. Baczny obserwator lub osoba znająca tajniki psychologii rozwojowej szybko rozpozna źródło jego zachowań. Każdy rok w rozwoju dziecka przynosi istotne zmiany w jego funkcjonowaniu i psychice.

W rodzinie ważna jest tzw. „Dobra dyscyplina”:

- Dzieci muszą mieć wytyczone granice. Bez nich czują się zagubione.
- Ustalenie granic daje dziecku poczucie bezpieczeństwa, które z kolei buduje pewność siebie niezbędną do osiągnięcia sukcesu. Ograniczenia służą życiu w grupie, uczą odpowiedzialności i kształtują dojrzałość.
- Rolą dziecka jest próba przekraczania tych granic, a obowiązkiem rodzica, dorosłego jest przypominanie o ustalonych regułach, normach i zasadach.

Zasady jakie warto wprowadzić aby wspólne bycie w domu nie było polem walki:

- wyznacz czas jaki dziecko może dziennie spędzić przed telewizorem, komputerem,
- wyznacz stałe punkty dnia, określ stałą porę pójścia do łóżka, ograniczaj ilość i asortyment przekąsek, słodyczy,
- ułóż plan pracy – wyznacz realistyczne cele, na początek zacznijcie od małej poprawy.

Sprawdzaj, czy dziecko robi postępy, dopytuj czy na pewno rozumie, sprawdzaj pracę domową.

Chwal, doceniaj, ciesz się z jego najmniejszej nawet poprawy (to będzie dopingowało do dalszej pracy).

### Zaplanuj czas !

Zaplanuj czas kiedy Twoja rodzina spędzi czas razem.

Koniecznien zapisz to w kalendarzu. Niech dziecko wie, że jest to bardzo ważne.

Zapisuj osiągnięcia, postępy dziecka w kalendarzu. W każdej chwili dziecko będzie mogło się cofnąć i zobaczyć ile już osiągnęło. To buduje motywację i wiarę we własne siły!!!

Nanoś w kalendarzu ważne wydarzenia rodzinne. Jeśli każdy będzie miał inny kolor, wtedy od razu będzie wiadomo, kto i kiedy coś osiągnął lub też planuje na dany dzień.

### Ważne w życiu rodziny:

Wspólny posiłek. Niech stanie się czymś oczywistym dla każdego, że raz dziennie spotykacie się wszyscy przy stole (bez TV, słuchawek na uszach, gazety). Wykorzystajcie ten wspólny czas na rozmowy o tym, co was ostatnio spotkało, opowiedzenie śmiesznych anegdot, wymiany poglądów.

Wspólna pasja. Znajdźcie sobie ciekawe hobby, coś co sprawi radość Wam wszystkim, zaangażuje i zbliży – np. wycieczki rowerowe, wyprawy pod namiot, pływanie, kolekcjonowanie czegoś, prowadzenie kroniki rodzinnej...

Bez kłótni przy dzieciach. Nie kłóćcie się przy dzieciach, bo to zaburza ich poczucie bezpieczeństwa. Nie wciągajcie ich w konflikty małżeńskie – rozmawiajcie w cztery oczy.

Każdy ma prawo być wysłuchanym. Stawiajcie na dialog. Jeśli w jakiejś kwestii się nie zgadzacie – zbierajcie się na naradach rodzinnych. Bądźcie otwarci. Wyrzućcie ze swoje słownika - "NIE, bo NIE". Przedstawiajcie argumenty i uczcie tego dzieci. Pomóżcie zrozumieć im wasze motywacje - ale też pozwólcie wypowiedzieć im własne zdanie.

Nie krzycz. Niektórzy ludzie nie potrafią prowadzić normalnej rozmowy – słowa, które wypływają z ich ust przypominają jazgot. Starajcie się być opanowani i cierpliwi. Nawet jeśli zdarzy się wam zezłościć, spróbujcie zachować spokojny ton głosu. Pamiętajcie, że zwykle na krzyk odpowiada się krzykiem, a agresja rodzi agresję.

Obietnice się spełnia. Nie obiecujcie czegoś, o czym za chwilę zapomnicie. Niech wasze słowo będzie coś warte. Niech rodzina wie, że można wam ufać, polegać na waszym słowie. Jeśli nawet nie uda się wam z czegoś wywiązać – bądźcie szczerzy i wytłumaczcie zaistniałą sytuację. Bliscy to docenią.

Podział obowiązków domowych. Nie pozwólcie, by któryś z członków rodziny dźwigał na sobie cały ciężar organizacji życia domowego. Pomagajcie sobie wzajemnie i wpajajcie dzieciom, że w domu nie ma "służących". Każdy na miarę swoich możliwości może uczestniczyć w tym, aby dom był miejscem, gdzie panuje porządek i ład. Uczcie samodzielności i zaradności, wzajemnego wspierania się.

Tradycje rodzinne. Starajcie się kultywować tradycje, które wynieśliście z domu, albo nawet wprowadźcie jakieś nowe, które odtąd staną się ważnym elementem waszego życia rodzinnego. Celebryjcie święta, rocznice, urodziny.

### Przykład, który buduje

Dobre nawyki budują i umacniają więzi. Jak sprawić, by stały się one częścią waszego rodzinnego życia? Oczywiście najlepiej poprzez własny przykład:) Nie zapominajmy, że nasze zachowanie odbija się na każdej z bliskich nam osób (szczególnie dzieciach). Jeśli mamy złe nawyki – np. jesteśmy gołosłowni, na próbę rozmowy reagujemy krzykiem, nie sprzątamy po sobie – miejmy świadomość, że nasi bliscy mogą je od nas przejąć.

Jeśli chcesz szacunku – szanuj

Jeśli chcesz szczerości – bądź szczery

Jeśli chcesz otwartości – bądź otwarty

Twoje zachowanie rzutuje na całą rodzinę i to, jakie stosunki w niej panują. Niech przykład, jaki dajesz i rytuały, które kultywujesz w rodzinie, pomogą zbudować mocny fundament Waszego porozumienia.