

WYBÓR ZABAW – zabawy rozwijające umiejętności prospołeczne, zabawy logopedyczne, zabawy muzyczne i zabawy ruchowe

(z wykorzystaniem komunikatów pozawerbalnych lub z krótkimi, prostymi komunikatami werbalnymi wspartymi gestem, ruchem)

Zabawy rozwijające umiejętności prospołeczne / Ewelina Wilkos

- integrujące grupę
- rozwijające zdolność rozpoznawania, nazywania i wyrażania emocji własnych i cudzych
- rozwijające samoświadomość i wzmacniające poczucie własnej wartości

Figury

Zabawę wykonujemy w kręgu, tak żeby wszyscy dobrze się widzieli. Każdy z uczestników prezentuje jedną figurę/ruch, np. podskok, stanie na jednej nodze, obrót, klaśnięcie, przysiad. Każda kolejna osoba zapamiętuje ruch poprzednika i dodaje własny. Ostatnia osoba ma zatem do zapamiętania i odtworzenia wszystkie dotychczasowe figury.

Szukamy ukrytego skarbu

Przed zajęciami nauczyciel przygotowuje rysunkowe mapy, na których kolejno umieszcza kroki i wskazówki mające doprowadzić do ukrytego skarbu. Wskazówki na mapie muszą odnosić się do realnego otoczenia, np. krok nr 1 – obrazek schodów ze strzałką w górę; krok nr 2 – biedronki (idziemy do sali grupy biedronek); krok nr 3 – poduszki (szukamy skarbu w miejscu, gdzie leżą poduszki). Nauczyciel bawi się z dziećmi, szczególnie przy pierwszych poszukiwaniach.

Pomoce: mapa przygotowana przez nauczyciela, szkatułka/ozdobne pudełko na skarb, skarb (np. nowe kolorowanki z kredkami, książeczki do oglądania, nowe zabawki, gry, słodycze dla całej grupy)

Jak się czuje słońeczko?

Zabawa wykorzystuje właściwość dziecięcego myślenia określaną jako animizm, polegającą na przypisywaniu cech ludzkich przedmiotom, zwierzętom i innym obiektom. Zabawa polega na odgadywaniu, w jakim nastroju jest słońeczko (jak się dzisiaj czuje?). Nauczyciel pokazuje

dzieciom ilustracje, na których jest narysowane słoneczko z symbolicznie przedstawioną miną, np. wesołe (z uśmiechem), złe (między szarymi chmurami), smutne (z chmurkami, z których pada deszcz), zawstydzone (wyglądające zza chmur), przestraszone (duże oczy i otwarte usta, może być obok błyskawica). Nauczyciel rozkłada przed dziećmi ilustracje/zdjęcia osób wyrażających różne emocje. Dzieci oglądają nazywają je (w swoim języku ojczystym), a nauczyciel może powtórzyć i dopowiedzieć polską nazwę. Dzieci dobierają zdjęcia do odpowiedniego słoneczka. Nauczyciel zachęca uczestników do naśladowania mimiki (tak jak na planszy) przed dużym lustrem lub małymi lusterkami. Na zakończenie dzieci otrzymują kopie rysunków słoneczka do pokolorowania według własnego pomysłu lub rysują swoje emocje na kartce tak jak chcą.

Pomoce: ilustracje z konturowymi rysunkami słoneczka i symbolicznymi minami (np. radość, smutek, złość, strach, wstyd), ilustracje/zdjęcia osób wyrażających różne emocje, np. wycięte z gazet ewentualnie rysunek konturowy słoneczka dla każdego dziecka, kredki, lustro lub lusterka

Fotograf

Nauczyciel fotografuje chętne dzieci, które pozują pojedynczo i – jeśli chcą – grupowo. Podczas zabawy panuje pełna dowolność co do pozy, mimiki i miejsca. Uatrakcyjnieniem zabawy mogą być akcesoria, np. różnego rodzaju kapelusze, parasol, korona, apaszka, mucha, krawat, okulary, kwiaty, krzesło itp. Warto wykonać po 2–3 zdjęcia tego samego dziecka. Zdjęcia możemy wspólnie oglądać w wersji elektronicznej na ekranie i ozdabiać je, wykorzystując programy graficzne. Jeśli jest możliwość, nauczyciel przynosi dzieciom wywołane zdjęcia, które wszyscy wspólnie oglądają. Następnie chętne dzieci wybierają to, które im się najbardziej podoba i z ozdobnego papieru wykonują ramkę na zdjęcie. Mogą je zabrać do domu, podarować komuś lub postawić na półce w sali.

Pomoce: aparat fotograficzny, dowolne akcesoria, np. różnego rodzaju kapelusze, parasol, korona, apaszka, mucha, krawat, okulary, kwiaty, krzesło, papier ozdobny, nożyczki, klej

Sylwety (projekt dwugodzinny)

Dzieci odrysowują swoje kontury i malują siebie na dużych arkuszach. Nauczyciel pomaga dzieciom odrysować kontury na arkuszu papieru. Dzieci wypełniają odrysowane kontury, uzupełniając je o poszczególne części ciała, ubranie i inne szczegóły. Portrety wieszamy w sali lub na korytarzu.

Pomoce: duże arkusze papieru dla każdego dziecka, czarny, gruby mazak, farby plakatowe lub tempery, palety, pędzle

[Źródło: „Kolekcja przedszkolaka. Wybór zabaw. Trzylatki/Czterolatki”, s.7-21.]

Zabawy logopedyczne / Anna Lewandowska

- słuchowe, w tym ćwiczenia usprawniające słuch fonematyczny,
- oddechowe i fonacyjne,
- zabawy zwiększające sprawność narządów artykulacyjnych

Przed zabawami warto zaprezentować (przypomnieć) dzieciom właściwy sposób oddychania – wdech nosem, wydech ustami.

Instrumenty

Nauczyciel prezentuje dzieciom „instrumenty” i ich brzmienie (np. klocki, drewniane łyżki, pokrywki, pudełka, garnki, grzechotki, gazety i inne przedmioty, które można znaleźć w przedszkolu). Następnie chowa „instrumenty” za parawanem/zastoną, po czym gra na wybranych „instrumentach”, a dzieci naśladują usłyszane dźwięki głosem. Nauczyciel odsłania parawan/zastonę, dzieci wskazują, które „instrumenty” słyszały. Wspólnie sprawdzamy, czy przypuszczenia były słuszne. Jeśli dzieci będą chciały, mogą zamienić się rolą z nauczycielem.

Pomoce: klocki, drewniane łyżki, pokrywki, pudełka, garnki, grzechotki, gazety itd., parawan/zastona

Echo

Nauczyciel wystukuje, np. dwoma drewniakami, prosty rytm, składający się z 2–4 uderzeń. Zadaniem dzieci jest powtórzyć ten rytm, np. klaszcząc. Można utrudniać zadania, zwiększając liczbę uderzeń, albo zastąpić drewniak dzwonkami chromatycznymi. Dzieci mogą śpiewać sylabę (np. *la*) tyle razy, ile dźwięków zagra nauczyciel. Dźwięki powinny być tej samej wysokości.

Pomoce: drewniak, dzwonki

Moje imię

Każde dziecko dzieli swoje imię na sylaby, klaszcząc przy tym, tupiąc lub podskakując.

Pozostałe dzieci słuchają i powtarzają.

Mucha i wąż

Nauczyciel dzieli dzieci na dwie grupy. Zadaniem „węży” jest wystuchiwanie odgłosu syczenia: sss. „Muchy” mają wysłuchać bzyczenia: zzz. Nauczyciel wypowiada w dowolnej kolejności samogłoski, spółgłoski lub zgłoski, które przedłuża (np. *aaa, ooo, eee, szszsz, sisisi, www*, itd.). Kiedy wypowie: sss – „węże” pełzają po podłodze, gdy zzz – „muchy” latają po sali. Po kilku powtórzeniach następuje zamiana grup.

Płatki śniegu

Dzieci dostają od nauczyciela „płatki śniegu” wycięte z papieru. Płatki mogą być zawieszane na sznurku. Dmucha się na nie w dowolny sposób. Później, na sygnał nauczyciela, dmuchają długo i delikatnie bądź krótko, ale bardzo mocno.

Pomoce: papierowe płatki śniegu, sznurki/nitka

Śpiące misie

Dzieci na znak nauczyciela zamieniają się w małe misie i przez chwilę spacerują po sali. Zmęczone spacerem kładą się na podłodze na plecach. „Misie” kładą splecione (w koszyczek) dłonie na brzuskach, delikatnie i cichutko oddychają. Nauczyciel zwraca uwagę na to, że podczas wykonywania wdechu brzuszki „misiów” unoszą się, a przy wydechu – opadają. Następnie dzieci zamykają oczy i głęboko oddychają. Później głośno chrapią.

Na łące

Dzieci otrzymują od nauczyciela obrazki przedstawiające łąkę, papierowe kwiaty oraz słomki. Za pomocą słomki nanoszą kwiatki na kartkę, tworząc własną kompozycję (wciągają powietrze i podnoszą kwiaty, układają, wydychając powietrze). Po wykonaniu zadania kwiatki można przykleić do kartki.

Pomoce: kartka z obrazkiem łąki, albo po prostu zielony karton lub kartka zielonego papieru, wycięte kwiatki (można wykorzystać gazety, kolorowy papier, kolorowe serwetki) oraz słomki – dla każdego dziecka, klej

Rozśpiewane samogłoski

Nauczyciel prezentuje dzieciom, jak należy prawidłowo wymawiać samogłoski: a, o, e, u, i, y. Następnie dzieci tworzą orkiestrę, w której dyrygentem jest, np. miś. Kiedy miś opuści łąpkę, dzieci będą śpiewały zaproponowaną przez misia samogłoskę cichutko, a kiedy podniesie łąpkę, dzieci śpiewają głośno. Można też utrudnić zadanie – wybraną samogłoskę śpiewać cicho i stopniowo coraz głośniej albo odwrotnie – na początku głośno, później coraz ciszej.

Pomoce: miś

Artyści

Każde dziecko otrzymuje słomkę oraz kartkę. Na kartce robi plamę z farby rozcieńczonej wodą i dmucha na nią przez słomkę. Powstają w ten sposób ciekawe obrazki.

Pomoce: słomki do napojów, kartki, farby

Naśladuj mnie

Nauczyciel zaprasza dzieci do zabawy w powtarzanie. Nauczyciel z przesadną dokładnością wymawia:

- pojedyncze sylaby, np.: *pa, po, pe, pi, pu; ma, mo, me, mi, mu; ba, bo, be, bi, bu;*
- połączone, np.: *mamo, babo, papo, bobo, mapa, mimu.*

Wymawianie głosek *p, b, m* zaczynamy od dokładnego zwarcia warg.

[Źródło: Kolekcja przedszkolaka. Wybór zabaw. Trzylatki/Czterolatki, s. 47-53.]

Zabawy muzyczne / Barbara Tartanus, Renata Szczypior

- integracyjne, porządkowe i orientacyjno-przestrzenne
- muzyczno-ruchowe, uwrażliwiające na różne elementy muzyki
- pobudzające i hamujące ruch (inhibicyjno-incytacyjne)
- rozwijające inwencję twórczą,
- relaksacyjne i oddechowe

W grupach różnojęzykowych doskonale sprawdzają się swobodne improwizacje ruchowe

i plastyczne do dowolnej muzyki, spokojnej, wyciszającej, relaksacyjnej, ale też mocnej, rytmicznej pozwalającej na odreagowanie nieprzyjemnych emocji, wyrzucenie, pozbycie się stresu. Warto poszukać i wykorzystać muzykę znaną, bliską dzieciom.

Kolorowe stacje

Nauczyciel kładzie na podłodze przy każdej ścianie jedną szarfę, każdą w innym kolorze – tworzy cztery „stacje kolejowe”. Na bębnie gra w zmiennym tempie różne rytmy: do marszu, do biegu i podskoków. Dzieci poruszają się po sali w rozsypce, odpowiednio do dźwięków bębna. Na przerwę zatrzymują się, a nauczyciel wydaje polecenie, np. Czerwona stacja! (i na początku pokazuje szarfę w odpowiednim kolorze lub kartkę kolorowego papieru) Dzieci ustawiają się w pociąg przy szarfie w wywołanym kolorze. Gdy wszyscy już stoją, „pociąg” rusza rytmicznie po całej sali. Podczas jazdy dzieci wydają odgłosy jazdy pociągiem, np. *totak, totak, czu, czu, czu*, i od czasu do czasu gwizd. Na dźwięk bębna ponownie poruszają się w rozsypce, aż do następnej przerwy.

Pomoce: szarfy w czterech kolorach, bębenek

Kolorowe bębni

Dzieci ustawiają się w kręgu, zwrócone twarzami do środka koła. Nauczyciel przydziela każdemu dziecku jeden krążek, który dzieci kładą przed sobą na podłodze. Następnie gra na bębnie krótki temat rytmiczny. Dzieci słuchają go i zapamiętują, a potem kucają i wystukują palcami rytm na swoich krążkach. Po zagranie rytmu dzieci przechodzą do następnego krążka leżącego po prawej stronie, ponownie słuchają rytmu prezentowanego przez nauczyciela i powtarzają go na nowym krążku. Zabawę można powtarzać tak długo, aż każde dziecko zagra na wszystkich krążkach.

Pomoce: kolorowe krążki (po jednym dla każdego dziecka), bębenek

Kasztanowe rytmy

Nauczyciel rozdaje dzieciom po dwa kasztany lub klocki. Przy akompaniamencie bębna dzieci biegają drobnymi krokami po całej sali. Na głośniejszy dźwięk bębna (akcent) dzieci zatrzymują się i, stojąc w miejscu, wystukują kasztanami prezentowane przez nauczyciela rytmy. Powtarzanie rytmów przebiega na zasadzie echa. Nauczyciel do prezentacji rytmów

może wykorzystać różne sylaby i wypowiadać je razem z wystukiwaniem rytmów np.: ta-a, ta-a, ti, ti, ti, ti, ta-a.

Pomoce: bębenek, kasztany lub klocki, po dwa dla każdego dziecka

Zabawa z woreczkami

Każde dziecko otrzymuje po jednym woreczku gimnastycznym. Nauczyciel akompaniuje do zabawy na bębnie, grając dźwięki w różnym tempie. Gdy gra w tempie szybkim, dzieci drobnymi kroczkami biegają w różnych kierunkach po całej sali. Gdy gra w tempie wolnym – zwalniają. Na przerwę w muzyce dzieci zatrzymują się. Stojąc w miejscu, podrzucają woreczek i próbują go złapać. Gdy ponownie słyszą akompaniament, biegają po sali z woreczkiem w dłoni.

Pomoce: bębenek, woreczki (po jednym dla każdego dziecka)

Deszczowa muzyka

Dzieci siedzą na podłodze, kładą przed sobą kartkę A4. Dzieci szukają różnych sposobów wydobywania dźwięku, np. delikatnie stukają, silnie uderzają, pocierają dłońmi o papier leżący na podłodze, grają na papierze oburącz jak na bębnie. Nauczyciel jest dyrygentem. Dyrygent staje przed grupą i ruchem rąk pokazuje dynamikę muzyki deszczowej. Trzyma ręce przed sobą (jak dziób bociana). Gdy dłonie są złączone – cisza, gdy stopniowo oddalają się – coraz głośniej, gdy zbliżają się – coraz ciszej. Przy kolejnych powtórzeniach nauczyciel wybiera chętne dziecko do roli dyrygenta. Zabawę można też przeprowadzić przy pomocy instrumentów perkusyjnych: grzechotek, trójkątów i klawesów. Ze względu na to, że zabawa wywołuje silne emocje, nie jest wskazane wykorzystywanie bębenków, ponieważ podczas bardzo głośnego grania mogą ulec zniszczeniu.

Pomoce: kartki A4 (po jednej dla każdego dziecka), ewentualnie instrumenty perkusyjne

Jesienna pogoda

Nauczyciel wraz z wybranymi dziećmi akompaniuje do zabawy na instrumentach perkusyjnych. Na dźwięk trójkąta dzieci biegają w rozsypce drobnymi krokami, udając, że trzymają w rękach parasole. Na dźwięk tamburynu zatrzymują się i naśladują ruch gałęzi drzew na wietrze. Gdy słyszą grzechotkę, naśladują spadające liście – wirują po sali z rozłożonymi na boki rękami. Jeżeli do akompaniamentu zaangażujemy dzieci, można

wybrać jeszcze jedno dziecko do roli dyrygenta i wówczas to ono będzie wskazywało, który instrument ma zagrać.

Pomoce: instrumenty perkusyjne – trójkąt, tamburyn, grzechotka

Zmiana lokomotywy

Dzieci ustawiają się w rzędzie, kładą ręce na biodrach osoby, która stoi z przodu, i przy miarowej grze nauczyciela na bębnieku jeżdżą „pociągiem” w różnych kierunkach. Pierwsze dziecko jest lokomotywą i imituje rękami ruch kół pociągu. Gdy nauczyciel przestaje grać, dzieci wykonują zwrot w tył i zadania lokomotywy przejmuje ostatnie dziecko. Co jakiś czas zmieniamy ustawienie w pociągu, tak aby jak najwięcej dzieci miało szansę być lokomotywą.

Pomoce: bębenek, talerze

Rozbrykane źrebaki

Nauczyciel akompaniuje podczas zabawy na tarce (guiro). Gdy gra, stukając w szybkim tempie pałeczką w instrument, dzieci krokiem dostawnym cwałują w różnych kierunkach sali jak konie. Gdy nauczyciel pociera pałeczką o tarkę, dzieci zatrzymują się i na zmianę raz jedną stopą, raz drugą pocierają o podłogę (źrebaki grzebią kopytkami).

Pomoce: tarka (guiro)

Kolorowe duszki

Nauczyciel rozdaje dzieciom chustki szyfonowe (lub paski krepiny), po jednej dla każdego dziecka, i akompaniuje do zabawy na dzwoneczkach. Chustki są „kolorowymi duszkami”.

Gdy nauczyciel gra, przesuważąc pałeczką po sztabkach, raz w jedną, raz w drugą stronę (glissando), „duszki” fruważą, wirują w powietrzu po całej sali. Gdy nauczyciel uderza krótko (staccato) w przypadkowe sztabki, „duszki” spacerują po podłodze, zgodnie z rytmem dźwięków, które słyszają.

Pomoce: dzwoneczki, chustki szyfonowe lub paski krepiny (po jednej dla każdego dziecka)

Echo – rondo

Siadamy z dziećmi w kręgu. Nauczyciel recytuje rymowanę:

Echo w lesie każdy zna.

Echo robi to, co ja!

Dzieci słuchają, w trakcie kolejnych powtórzeń mogą recytować z nauczycielem. Nauczyciel wyklaskuje prosty rytm, dzieci powtarzają. Następnie wybrane dziecko klaszcze wymyślony przez siebie rytm, a pozostałe dzieci powtarzają. Dalszy przebieg zabawy odbywa się według schematu: rymowanka, rytm, rymowanka, rytm. Po opanowaniu podstawowej wersji zabawy klaskanie można zastąpić innymi gestodźwiękami (klepanie w podłogę, w kolana, jedną lub dwiema rękami, stukanie palcem w podłogę).

Śpiewające echo

Jest to odmiana zabawy „Echo – rondo”, ale zamiast rytmu dzieci wymyślają krótkie melodie (na la, mi, tu). W tej zabawie rymowanka może brzmieć tak:

Echo w lesie każdy zna.

Echo śpiewa tak jak ja!

Dzieci siadają w kręgu i wspólnie recytują rymowankę. Następnie wybrane dziecko śpiewa własną melodię, a pozostałe dzieci powtarzają. Dalszy przebieg zabawy odbywa się według schematu: rymowanka, melodia, rymowanka, melodia.

Zaklinacze węży

Nauczyciel rozdaje dzieciom paski krepiny, po jednym dla każdego. Dzieci siadają na podłodze w rozsypane, zwrócone twarzą do nauczyciela. Nauczyciel do zabawy improwizuje na pianinie, dzwoneczkach lub ksylofonie. Gdy w akompaniamencie brzmią dźwięki w dolnym rejestrze (nisko), dzieci, trzymając koniec szarfki nisko nad podłogą, naśladują ruchy węża. Gdy melodia stopniowo się wznosi, „wąż” pomału unosi się. Gdy linia melodyczna opada, „wąż zaklęty przez muzykę” również zwija się na podłodze.

Pomoce: wąskie paski krepiny (po jednym dla każdego dziecka), pianino lub keyboard, dzwoneczki lub ksylofon

Krasnoludki i olbrzymy

Nauczyciel akompaniuje na dzwoneczkach lub ksylofonie. Gdy gra niskie dźwięki, dzieci, trzymając się za kolana, pochylone do przodu, spacerują po sali w dowolnych kierunkach (jak krasnoludki). Gdy nauczyciel improwizuje w wysokich rejestrach (gra wysokie dźwięki), dzieci idą na palcach, unosząc ręce (jak olbrzymy).

Pomoce: dzwoneczki lub ksylofon

Uwaga! Stop! Dotknij podłogi...

Dzieci poruszają się swobodnie po sali, dostosowując ruch do pulsu utworu. Na przerwę w muzyce nauczyciel poleca dzieciom, aby dotknęły podłogi wymienioną częścią ciała, np. piętami, kolanami, dłońmi, łokciami, biodrem, brzuchem. Przy kilku pierwszych powtórzeniach sam jednocześnie wykonuje polecenie. Następnie, dla utrudnienia, nauczyciel może polecić dotknięcie podłogi dwoma lub trzema częściami ciała jednocześnie, pod warunkiem że będzie to możliwe do wykonania przez dzieci.

Pomoce: dowolna muzyka

Płomienie

Dzieci dobierają się parami i siadają naprzeciwko siebie na krzesłkach. Nauczyciel rozdaje dzieciom szarfy. Jedno dziecko z pary dostaje szarfę czerwoną, a drugie – żółtą. Nauczyciel prezentuje nagranie dowolnego utworu. Zabawę zaczynają dzieci z szarfami czerwonymi – siedząc na krzeselku, improwizują ruchem rąk, tułowia i nóg tańczące płomienie. Dzieci z żółtymi szarfami, siedzące naprzeciwko, starają się dokładnie naśladować prezentowane ruchy. Na dźwięk trójkąta następuje zmiana osoby improwizującej.

Pomoce: dowolny utwór muzyczny, trójkąt, szarfy w dwóch kolorach (po jednej dla każdego dziecka)

Podwodny świat

Nauczyciel rozdaje dzieciom szarfy w czterech kolorach i pomaga ustawić się w rzędzie, naprzemiennie kolorami szarf (np. dziecko z szarfą czerwoną, niebieską, żółtą, zieloną). Na podłodze rozkłada chustę animacyjną, a dzieci ustawiają się dookoła chusty. Na sygnał dzieci podnoszą chustę i przy muzyce delikatnie nią falują. Na hasło: *Czerwone rybki!* (przy pierwszych powtórzeniach nauczyciel podnosi szarfę w odpowiednim kolorze lub kartkę kolorowego papieru) – dzieci z czerwonymi szarfami wchodzi pod chustę, kładą się na podłodze i odpoczywają. Gdy nauczyciel wymieni inny kolor, „czerwone rybki” wracają na swoje miejsca, a pod chustę wchodzi inna wywołana grupa dzieci. W młodszej grupie na początku należy ograniczyć dobór szarf do dwóch kolorów.

Pomoce: dowolna muzyka, chusta animacyjna, szarfy w czterech kolorach (po jednej dla każdego dziecka)

Taniec wiatru

Śluchamy dowolnej piosenki lub innego utworu z wyraźną zmianą rytmu, tempa (np. zwrotka i refren). W jednej części piosenki, utworu, dzieci trzymają na wysokości twarzy chusteczki i dmuchają tak, aby się unosiły. Wdech powinien być zawsze wykonywany przez nos, a wydech ustami, z podparciem przepony. Długość wydechu (i siłę dmuchnięcia) dzieci dopasowują do muzyki. Gdy następuje zmiana – dzieci tańczą spontanicznie, poruszając chustkami, dopasowując ruch do charakteru muzyki.

Pomoce: piosenka, muzyka z wyraźną zmianą dynamiki, tempa, chustki szyfonowe (po jednej dla każdego dziecka)

Czary – mary

Na dużym formacie szarego papieru nauczyciel rysuje kontur (sylwetę) związany z nastrojem, tematyką wybranego utworu, np. czarodzieja w pelerynie. Dzieci siadają wokół rysunku. Każde z nich otrzymuje duży kawałek krepiny lub bibuły w odpowiednich kolorach, np.: czarnym, granatowym, fioletowym, szarym i białym. Dzieci wykonują rękami czarodziejskie gesty rzucania czarów lub szybko kręcą nimi młynka. Następnie słuchają utworu, w trakcie którego wraz z nauczycielem drą krepinę na długie, cienkie paski (starają się rytmicznie oddzielać kolejne kawałki). Następnie przyklejają je do sylwety (np. czarodzieja), tworząc w ten sposób kolorowy płaszcz, kapelusz, włosy i brodę postaci. Kiedy obraz czarodzieja jest już gotowy, dzieci wykonują spontaniczny taniec przy akompaniamencie muzyki. Jeśli grupa jest liczna, warto przygotować więcej sylwet.

Pomoce: wybrany przez nauczyciela utwór muzyczny, duży arkusz szarego papieru z narysowaną wcześniej sylwetką, pasującą do wybranego utworu, np. czarodzieja, krepina lub bibuła w kolorach, np.: czarnym, granatowym, fioletowym, szarym i białym, klej, dowolny utwór muzyczny [Źródło: „Kolekcja przedszkolaka. Wybór zabaw. Trzylatki/Czterolatki”, s. 55-67.]

Zabawy ruchowe / Renata Banaś

Prezentując zabawę oraz w trakcie pierwszych powtórzeń, nauczyciel wypowiada hasła i jednocześnie wykonuje zadanie. Jest to szczególnie istotne w grupach różnojęzycznych.

Latające ptaszki – zabawa orientacyjno-porządkowa

Nauczyciel dzieli dzieci na trzy grupy: „wróbelki”, „orły” i „bociany”. Każdy gatunek zajmuje swoje „gniazdo” – wyznaczone miejsce. Na hasło nauczyciela: *Ptaszki latają!* – „wróbelki”

biegają, machając „skrzydełkami”, „orły” biegają z rozłożonymi w bok rękami, natomiast „bociany” spacerują, unosząc wysoko nogi i machając powoli rękami. Na hasło nauczyciela: *Ptaszki gniazdują!* – „ptaki” wracają do swoich „gniazd”. Następuje zamiana ról.

Kot i myszy – zabawa orientacyjno-porządkowa

Dzieci w zabawie to „myszki”. Nauczyciel zaczepia im szarfy – „ogonki” za spodenki, natomiast sam jest „kotem” i wyznacza dla siebie kryjówkę, w której oczekuje na polowanie. Na hasło nauczyciela: *Kota nie ma!* – „myszki” biegają. Na hasło: *Kot na polowaniu!* – „myszki” zwijają się w kłębuszek. „Myszka”, która nie zdąży lub podniesie głowę, zostaje złapana przez „kota” i zabrana do jego kryjówki. Wygrywają „myszki”, które nie dały się złapać.

Pomoce: szarfa dla każdego dziecka

Parasolki – zabawa orientacyjno-porządkowa

Nauczyciel rozkłada w sali obręcze. Do każdej z nich wchodzi dwoje dzieci. Na hasło nauczyciela: *Świeci słońce* – dzieci poruszają się w podskokach między obręczami. Na hasło: *Pada deszcz!* – dzieci wchodzi do obręczy i unoszą je nad głową jak parasolki. Zabawa jest powtarzana kilka razy.

Pomoce: obręcze – po jednej dla każdej pary

Cień – zabawa orientacyjno-porządkowa

Nauczyciel wyznacza jedną osobę – inicjatora ruchu. Pozostałe osoby będą jego cieniami. Inicjator staje przed grupą i wykonuje dowolne ruchy. „Cienie” dokładnie odwzorowują ruchy inicjatora. Zabawa jest powtarzana kilka razy. Każda runda trwa około trzech minut. Po każdej z nich nauczyciel wybiera „cień”, który najładniej naśladował ruchy, i to dziecko zostaje w kolejnej rundzie inicjatorem.

Gdzie jest mój miś? – zabawa orientacyjno-porządkowa

Każdy uczestnik zabawy wybiera misia i kładzie go w dowolnym miejscu na dywanie – misie „śpią”. Dzieci chodzą na paluszkach, by nie zbudzić misiów. Na hasło nauczyciela: *Znajdź swojego misia* – dzieci podbiegają do swojego misia, przytulają go, a następnie podrzucają

i próbują złapać. Na hasło nauczyciela: *Misie śpią* – dzieci odkładają misie i ponownie poruszają się na palcach.

Pomoce: miś dla każdego dziecka

Niedźwiadki – zabawa na czworaka

Nauczyciel rozkłada w sali koc, który będzie gawrą niedźwiadków. Dzieci to niedźwiadki, które poruszając się na czworaka, spacerują po „lesie”, czyli po sali. Na hasło nauczyciela: *Niedźwiadki do domu!* – wszystkie dzieci chowają się do gawry – pod kocem. Na hasło: *Niedźwiadki na spacer!* – wszystkie „niedźwiadki” wychodzą z „gawry” i spacerują (czworakują) po „lesie”.

Pomoce: koc

Kotki – zabawa na czworaka

Nauczyciel wyznacza w sali miejsce, które będzie domkiem kotków. Ustawia też koszyczek z „kłębkami wełny” (papierowymi kulkami). Na początku zabawy wszystkie dzieci – kotki „śpią” w swoim domku zwinięte w kłębuszki. Na hasło nauczyciela: *Kotki budzą się!* – dzieci przeciągają się i robią koci grzbiet. Następnie na hasło: *Kotki bawią się!* – dzieci wybierają sobie „kłębek wełny” i toczą go głową, poruszając się na czworaka. „Kotki” mogą również toczyć kulki „łapką” lub leżąc na plecach, bawić się „kłębkami” i trzymać je nad sobą. Na hasło: *Kotki do domu!* – dzieci wracają w pozycji czworaczej, toczą „kłębki” w kierunku koszyka i odkładają je na miejsce. Następnie zwijają się w kłębuszki w swoim domu.

Pomoce: duża papierowa kulka dla każdego dziecka

Pszczółki I – zabawa bieżna

W sali są rozłożone obręcze, które w zabawie stają się „ulami” dla dzieci – „pszczołek”. Nauczyciel jest „mamą pszczołą”. W każdym ulu mieszka jedna pszczołka. „Pszczółki” śpią, zwinięte w kłębuszki. „Mama pszczoła” budzi śpiące „pszczołki”, dotykając je ręką. Obudzona „pszczołka” wychodzi z ula i lata, machając „skrzydełkami”. „Pszczółki” latają przy dźwiękach muzyki. Na pauzę wszystkie dzieci wracają do obręczy i przyjmują pozycję wyjściową.

W kolejnych powtórzeniach nauczyciela w roli „mamy pszczołki” zastępuje wybrane dziecko.

Pomoce: obręcze (tyle, ile dzieci), dowolna muzyka

Skoki małe, skoki duże – zabawa skoczna

Dzieci maszerują w sali. Na dźwięki ciche, grane na trójkącie, nisko podskakują (nauczyciel też). Na dźwięki głośne, grane na bębnie, skaczą wysoko (nauczyciel też). Gdy podczas wykonywania skoków nauczyciel poda hasło: *Stop!* – dzieci muszą zatrzymać się, nie tracąc równowagi (nauczyciel też). Po kilku powtórzeniach nauczyciel może już tylko grać na bębnie.

Pomoce: trójkąt, bębenek

Wskocz do hula-hoop – zabawa skoczna

Nauczyciel rozkłada w sali obręcze – po jednej dla każdego uczestnika zabawy oraz dla siebie. Dzieci z nauczycielem biegają między obręczami. Na jedno klaśnięcie nauczyciela wszyscy wskakują do swojej obręczy na jednej nodze. Na dwa klaśnięcia – wskakują do swojej obręczy obunóż. Na trzy – wskakują do obręczy obunóż bokiem. Po kilku powtórzeniach nauczyciel może już tylko klaskać.

Pomoce: hula-hoop dla każdego dziecka

Poznajmy się – zabawa z elementem rzutu

Dzieci stoją w rozsypane. Nauczyciel wybiera jedno dziecko, które otrzymuje piłkę i trzymając ją oburącz w dowolny sposób, porusza się po sali, np. maszerując lub w podskokach.

Nauczyciel wypowiada głośno imię jednego dziecka z grupy, a zadaniem dziecka z piłką jest odnalezienie osoby, której imię zostało wypowiedziane, i rzucenie do niej piłki. Następnie dziecko, które otrzymało piłkę, porusza się z nią po sali i zabawa toczy się dalej.

Pomoce: piłka

Piłka w kole – zabawa z piłką

Dzieci wraz z nauczycielem stoją w dużym kole w niedużych odstępach od siebie. Piłka krąży po kole, podawana przez dzieci (pierwszy podaje nauczyciel, jednocześnie wypowiadając hasło). Na hasło nauczyciela: *W prawo!* – piłka krąży w prawą stronę. Gdy piłka dotrze do nauczyciela, wypowiada on hasło: *W lewo!* – i rozpoczyna rzucanie jej w kierunku przeciwnym. Na hasło: *Stop!* – piłka zatrzymuje się. Po kilku powtórzeniach nauczyciel może tylko podawać hasła.

Pomoce: piłka

Falujący balon – zabawa przy muzyce

Dzieci chwytają się za ręce i przykucając, tworzą „balonik” – możliwie jak najmniejszy. Nauczyciel włącza muzykę, początkowo cicho. Gdy wzrasta głośność, dzieci wstają i balon zaczyna rosnać. Gdy stanie się bardzo duży, zaczyna falować – dzieci kołyszą się na boki. Następnie muzyka stopniowo cichnie, balon robi się coraz mniejszy, a dzieci ponownie przykucają.

Pomoce: dowolna muzyka

Kwiatki na łące – zabawa przy muzyce

Nauczyciel dzieli dzieci na grupy 7–8-osobowe. Dzieci są „kwiatkami”. Chwytają się za ręce i przykucają blisko siebie. Gdy nauczyciel włącza muzykę, najpierw cicho, stopniowo coraz głośniej, kwiatki zaczynają się rozwijać – dzieci wstają, powiększają kółka i zaczynają spacer po kole. Gdy muzyka cichnie – kwiatki powoli zamykają się, dzieci wracają do pozycji wyjściowej.

Pomoce: dowolna muzyka

Jesienne liście – zabawa przy muzyce

Dzieci to „liście”, które tańczą, wirują na wietrze w rytm muzyki o zmiennym tempie. Na pauzę w muzyce liście opadają – dzieci przyjmują pozycję w siadzie na piętach, wysunięte do przodu ręce opierają o podłogę. Gdy ponownie zabrzmi muzyka, „liście” podrywają się i tańczą na wietrze. Po skończonej zabawie nauczyciel wyróżnia najładniej tańczące „liście”.

Pomoce: muzyka o zmiennym tempie

Roboty – zabawa przy muzyce

Wszystkie dzieci – „roboty” leżą na plecach. Na hasło nauczyciela: *Roboty!* – dzieci podnoszą się i zaczynają się poruszać, naśladowując ruchy robotów (sztywne poruszanie kończynami i całym ciałem). Następnie nauczyciel włącza muzykę. Gdy jest wolna, „roboty” poruszają się powoli, gdy szybka – szybko. Podczas tańca „roboty” nie mogą się ze sobą zderzać. W przypadku zderzenia zatrzymują się w pozycji, w której były przy zetknięciu, i pozostają tak do końca zabawy.

Pomoce: muzyka o zmiennym tempie

[Źródło: Kolekcja przedszkolaka. Wybór zabaw. Trzylatki/Czterolatki, s. 39-46.]