

DZIEŃ MAMY Z MAMĄ – ZABAWY RUCHOWE METODĄ RUCHU ROZWIJAJĄCEGO WERONIKI SHERBORNE.



PROPOZYCJE ZABAW

1. Powitanie z mamą.

Dziecko w parze z mamą witają się brzuszkami, piętami, kolanami, itp., a na koniec ciepłym buziaczkiem.

2. Poranna pobudka. (do zabawy potrzebujemy budzik)

Pokaż, jak co rano mama budzi Cię do przedszkola.

Budzimy mamę – zamiana ról.

Zabawę rozpoczyna dźwięk budzika.

3. Nadmuchiwanie gumowej zabawki.

Dziecko jest gumową zabawką, którą mama próbuje nadmuchać. Dziecko wykonuje ruchy tylko tymi częściami ciała, które są nadmuchiwane.

Zamiana ról.

4. Człowiek i jego cień.

Wprowadzenie do następnej zabawy poprzez zagadkę:

*Chodzi za mną po ścianie
Chodzi za mną po ziemi
Gdy ja stanę on stanie
Znika, kiedy się ściemni.*

Podczas spaceru po pokoju, mama zachowuje się jak cień dziecka, a następnie dziecko jak cień mamy.

5. Paczka.

Wprowadzenie zabawy poprzez zagadkę:

*Z wielką torbą chodzi co dzień
Przy pogodzie, niepogodzie
Czekaj go, gdy listu chcesz?
Kto to jest? Czy już wiesz?*

Dziecko siada na podłodze zwinięte w paczkę. Mama próbuje rozpakować paczkę, ciągnąc delikatnie za ręce, nogi.

Zamiana ról.

6. Mama z kangurkiem w torbie (potrzebujemy obrazka z kangurem)

Wprowadzenie to zabawy poprzez obrazek.

Mama staje za plecami dziecka, obejmuje swoimi rękami jego brzuch. Dziecko wyciąga przed siebie ręce ugięte w łokciach, odwrócone dłońmi wierzchem do góry, ugina nogi w kolanach, pochyla się lekko do przodu unosząc głowę do góry. Kangury skaczą jednocześnie, na płaskich stopach, obunóż.

7. Fotelik.

Rodzic siada na dywanie tworząc z własnego ciała fotelik, w który wtula się dziecko. Mama kołysze dziecko.

8. Jedziemy rowerkiem z mamą na przejażdżkę

Dziecko z mamą leżą na plecach na podłodze z nogami uniesionymi w górę i ugiętymi kolanami. Leżą tak, aby jego stopa była oparta o stopy partnera. Następnie wspólnie wykonują tzw. rowerek. Powtarzają rymowaną, różnicując tempo:

*Jedzie Radek na rowerze,
A pan Radek na skuterze.
Raz, dwa, trzy, jedź i ty!*

9. A po wycieczce? Zawijamy naleśniki z mamą

Naleśniki, czyli rolowanie po podłodze – mama klęczy na podłodze przy leżącym na plechach obok dziecka, które ma wyciągnięte ręce w tył (za głowę). Mama stara się powoli i lekko obrócić (przetoczyć) dziecko na brzuch.