

KUFEREK ZABAW DLA ZMĘCZONYCH RODZICÓW

Szperając w necie na stronie www.babyonline.pl wyszukałam kilka interesujących zabaw, które następnie przetestowałam na prywatnych dzieciach. Proponuję Państwu w szare popołudnia i wieczory zapomnieć o zmęczeniu i...poszaleć!

Zabawy dla zmęczonych rodziców:

Malowanie po... tacie i mamie

Kładziesz się wygodnie na brzuchu, wręczając dziecku łatwo zmywalne kredki (np. zmywalne kredki kąpielowe). **Dzieci uwielbiają rysować na dużych powierzchniach, a twoje plecy nadają się do tego idealnie.** Możesz nawet zamknąć oczy i słuchać spokojnej relaksującej muzyki, podczas gdy twoje dziecko tworzy wspaniałe dzieło. Oczywiście po takim malowaniu następuje przymusowy prysznic, dzięki któremu zyskasz kolejne minuty dla siebie. Letnie woda poprawi krążenie i doda ci energii do dalszych zabaw z dzieckiem.

Zabawy dla „jeszcze aktywnych” rodziców:

Zabawa w miasto

Na dużej płachcie szarego papieru narysuj ulice, po których dziecko może jeździć autkami. Możecie też zaznaczyć, gdzie jest ZOO (a potem postawić tam figurki zwierząt), narysować rzekę, postawić domy z klocków albo pudełek.

Zabawa w domowy teatrzyk

Kukiełkę czy pacynkę może zastąpić każda zabawka: lalka, miś, a nawet autko czy traktor.

Nasz ulubiony patent: skarpetkowce, zrobione z naciągniętych na dłoń kolorowych skarpetek, którym można (choć i bez nich są fajne) doszyć oczy z guzików i fryzury z włóczki. Skarpetkę naciąga się na dłoń w taki sposób, by kciuk był w miejscu na piętę, a reszta dłoni tam, gdzie powinny być palce. Dzięki temu skarpetkowy stworek może kłapać paszczą, gdy za niego mówicie.

Możesz też urządzić teatr z prawdziwego zdarzenia: z kurtyną i pacynkami albo kukiełkami (np. zrobionymi z drewnianych łyżek). Możesz też rozstawić deskę do prasowania i przykryć ją obrusem. Kukiełki mogą występować nad nią albo przy podłodze, wychodząc zza kurtyny-obrusa.

Zabawa w teatr cieni

Wystarczy lampka i dłonie ułożone np. w kształt króliczka czy pieska. Niech postaci rozmawiają ze sobą.

Zabawy rozwijające wyobraźnię

Duża plastikowa miska może być np. tratwą, samochodem Formuły 1 albo basenem dla pluszaków. Odwrócona do góry dnem – wyspą, sceną dla małej piosenkarki, kryjówką dla misia.

Zwykłe zabawki także nie muszą robić wciąż tego samego. Barbie z pewnością chętnie przeobrazi się (przynajmniej na chwilę) w Superwoman, a Batman, zamiast w kółko ratować świat, może stać się wymagającym opieki dzidziusiem.

Zabawa w przebieranki

Pokombinujcie, jak przebrać się za rycerza, ufoludka, modelkę albo króla, mając do dyspozycji tylko to, co jest w domu. Tak naprawdę, by zostać królem, wystarczy zadrzeć w górę nos (choć berło z tłuczka też nie zaszkodzi).

Zabawa w zapasy

Uwielbiają je dzieci w każdym wieku, nawet te całkiem malutkie. Połóż się na podłodze albo kanapie, a maluszek niech siłuje się z twoją ręką, rozkłada cię na łopatki, chodzi po tobie, zakłada ci nelsona. Niech wygra!

Zabawa z zamianę ról

Można się tak bawić nawet z bardzo małym dzieckiem, np. pozwolić się karmić. Starszemu brzdącowi można pozwolić być szefem w pełnym (no, prawie...) wymiarze.

Umówcie się, jaki jest zakres jego władzy, np. o śniadaniu, porze wzięcia lekarstwa na alergię decyduje mama, menu obiadu i rodzaj zajęć wybiera malec. Możesz udawać, że jesteś jego dzieckiem.

Zabawa w gotowanie

Małe dziecko może robić w kuchni wiele ciekawych rzeczy: nalewać, przelewać, wsypywać, mieszać, drzeć sałatę (zakład, że zrobi to z rozkoszą?), lepić kluski itd. Przy okazji może trochę się pośmiać i powyglupiać. I nabałaganić.

Zabawa w wywiad

Nagrywając na dyktafon (choćby ten w komórce) rozmowę z dzieckiem, można się skupić nie na minkach, kitkach i dołączkach w bródce, a na tym, co ma do powiedzenia. Warto, bo rozmowy z maluchami są fascynujące, nawet jeśli dopiero uczą się mówić!

Zabawa w chowanego

Dzieci uwielbiają się chować, dlatego ty będziesz szukać. Przyłóż się do tego zadania ("Ojej, gdzie jest Kubuś? Gdzie on może być? Może w mojej torebce?"), nawet jeśli zza drzwi wystaje mała pięta albo maluch chichra się tak głośno, że jego kryjówka jest znana także sąsiadom.

Zabawy plastyczne

Waszym "płótnem" może być wszystko: duży arkusz szarego papieru, kartonowe pudło, papierowe talerze, a nawet własna łydka albo cudze plecy (polecamy łatwo zmywalne kredki kąpielowe). Możecie malować pędzlem, palcami. Pięknie wyglądają pieczętki robione dłońmi. Z dwóch odbić dziecięcych łapek można zrobić pięknego motylka (dorysowujemy główkę i czułki) a z wielu – fantastyczne drzewo (dorysowujemy pień i konary, liście robi dziecko odbijając swoje dłonie).

wyszperała: Małgorzata Pietrzak