Współczesne dzieci mają niezliczoną ilość zabawek. O tym, że jest ich zdecydowanie zbyt wiele przekonujemy się, gdy przychodzi czas sprzątania. Każda nowa zabawka przynosi radość, nie zawsze jednak idą z nią w parze godziny radosnej zabawy. Przedmioty te bardzo często lądują w kącie albo, w najlepszym wypadku, w rękach dziecka zyskują zupełnie nowe przeznaczenie. **A gdyby tak spróbować pobawić się bez zabawek?**

**Nie chodzi o zabawki tylko o zabawę**

… i czas spędzony razem – beztrosko i spontanicznie. Domowe zacisze oferuje nieskończoną ilość gier i zabaw, które nie tylko pobudzają wyobraźnię i stymulują twórcze myślenie, ale także zachęcają do eksplorowania i doświadczania otaczającej rzeczywistości i to wszystkimi zmysłami. Czas spędzony z dzieckiem na kreatywnych zabawach jest doskonałą inwestycją w jego rozwój, znakomitą okazją do budowania pozytywnej relacji i pogłębiania wzajemnej więzi.

 **Jak się bawić?**

 **23 pomysły na zabawy bez zabawek**

Włącz do zabawy przedmioty codziennego użytku. Inspiruj się tym, co masz wokół – w kuchni, salonie, łazience, w ogrodzie! Zaufaj także swojemu dziecku. Zaobserwuj, jaki ono ma pomysł na zabawę i pozwól mu przejąć inicjatywę.

**1. Mąka**

Ten biały puch sprawdza się znakomicie w zabawach usprawniających zdolności małych paluszków. A ile przy tym frajdy!

* **Rysowanie na mące** – na talerzyk lub tackę wsypujemy warstwę mąki. Dziecko rysuje wodząc palcem po dnie naczynia.
* **Masa solna** – z połączenia mąki z solą i wodą powstaje masa solna (szklanka mąki, szklanka soli i pół szklanki wody). Zabawę dla dziecka może stanowić sam proces przygotowania masy – mieszanie, ugniatanie, zanurzanie rąk i wręcz taplanie się w tworzącej się masie. Zabawą może być także tworzenie z masy solnej różnych stworów, figurek, przedmiotów. Masa ta jest bardzo plastycznym materiałem do prac, które można utwardzić poprzez wypiekanie, a następnie udekorować za pomocą farb.
* **Mąkolina** – z połączenia mąki pszennej z olejem (4 szklanki mąki i pół szklanki oleju) tworzy się masa przypominająca swą konsystencją piasek. Zabawy z wykorzystaniem mąkoliny to uczta dla zmysłu dotyku, a wraz z foremkami (do piaskownicy albo do ciasta) stanowi wspaniałe przypomnienie lata.
* **Gniotki** – po wsypaniu mąki do balona powstaje tzw. gniotek, czyli kuleczka zmieniająca swoje kształty pod wpływem dotyku. Warto ją odrobinę ożywić np. dorysowując oczy, usta i dokładając zwariowaną czuprynę np. z włóczki.
* **Pierogi, a może pierniki** – mąka to składnik wielu dań obiadowych i słodkości. Wykorzystaj naturalną ciekawość dziecka i pozwól sobie pomóc w lepieniu pierogów, mieszaniu ciasta, wykrawaniu czy zdobieniu pierników.

**2. Ziarna**

Ryż, groch, fasola, kawa, ciecierzyca, pieprz… Jest wokół nas bardzo wiele ziaren i ziarenek, które możemy wykorzystać w zabawie z dzieckiem stymulując zmysł dotyku, wzroku a nawet słuchu.

* **Akcja segregacja** – wsyp przynajmniej dwa rodzaje ziaren do miski i poproś dziecko, aby je posegregowało. To wyzwanie dobrze sprawdza się w przypadku maluchów. Starsze dzieci mogą zainteresować się przenoszeniem np. ziarna fasoli na łyżce z jednej miski do drugiej rozstawionej w odległości 2-3 metrów. Dużą przyjemność sprawia także samo dotykanie ziaren i ich przesypywanie.
* **Kolorowa posypka** – wystarczy kolorowa krepa, ryż i ciepła woda, by te małe ziarenka zamieniły się w bajeczną posypkę. Jak to zrobić? Wkładamy krepę do naczynia z ciepłą wodą. Kiedy woda zostanie zabarwiona wyciągamy krepę i wrzucamy ryż na ok. 5 minut. Po odsączeniu ziaren należy je dobrze wysuszyć i bawić do woli.
* **Grzechotki** – wsypując ziarna do jakiegokolwiek plastikowego lub metalowego opakowania po kosmetykach czy żywności stworzysz znakomity instrument domowej roboty. Możesz poeksperymentować z dzieckiem i stworzyć grzechotki o odmiennych dźwiękach wsypując inną ilość lub rodzaj ziaren.
* **„Wyklej ziarnkami”**– przyklejając różnorodne ziarna do papieru można stworzyć zaskakujące arcydzieła. Ziarenka mogą stanowić całość jak i element prac plastycznych (np. ziarna kawy uzupełniają postać narysowanej wcześniej dziewczynki i stają się guzikami przy sukience).

**3. Kubki i puszki**

Plastikowe, papierowe, metalowe…

* **Budowanie** – z wielu kubków można tworzyć wyjątkowe budowle, większe od samych dzieci. Do takiej zabawy najlepiej nadają się kubki po np. jogurtach. Nic nie kosztują, a mogą stać się ulubioną kolekcją „klocków”, których ilość stale się zwiększa i daje nowe możliwości konstrukcyjne. Część dzieci czerpie największą radość z budowania, część z burzenia. Takie plastikowe kubeczki sprawdzają się w obu przypadkach, gdyż są lekkie, dość mocne a zarazem bardzo bezpieczne.
* **Telefon** – połączenie dwóch kubków sznurkiem po jego naciągnięciu tworzy telefon. Baw się na różne sposoby. Powtarzajcie słowa. Mówcie cicho, głośno, cienkim i grubym głosem. Udawajcie, ze rozmawiacie przez telefon.
* **Z kubka do kubka** – dzieci uwielbiają zabawy z wodą. Do jednej z najprostszych można zaliczyć przelewanie wody z kubka do kubka. Wystarczy, że przygotujesz tacę czy blaszkę do ciasta, które będą wyznaczały miejsce zabawy. Dzięki temu zabezpieczysz przed zamoczeniem ubrania jak i przestrzeń wokół dziecka. Zdaje się, że dla wielu rodziców to właśnie bałagan bądź potencjalne zniszczenia stają się dużym hamulcem w zabawie. Zamiast rezygnować z pewnych aktywności zastanów się, jak możesz ograniczyć szkody.
* **A kuku!** – to jedna z najstarszych zabaw na spostrzegawczość, która za każdym razem sprawia ogromną frajdę. Skarb, którym może być guzik lub ulubiony klocek, schowany pod jednym z trzech kubków, próbuje umknąć czujnym oczom dziecka. Zabawa polega na tym, by nie stracić go z pola widzenia.

**4. Gazety**

Jak wykorzystać stare czasopisma bądź gromadzące się broszury reklamowe?

* **Papierowa koszykówka** – zgnieć papier i stwórz z niego kule. Wraz z dzieckiem rzucajcie do celu, jaki sobie wyznaczycie. Tytułowy kosz może zastąpić garnek, miska, karton, a także obręcz zrobiona z twoich lub dziecięcych ramion.
* **Statki** – przypomnij sobie, jak w prosty sposób można zrobić z papieru statek lub czapkę. Naucz tego krok po kroku swoje dziecko i włączcie papierowe cacko do wspólnej zabawy. Razem puszczajcie statki np. w wannie lub w misce. Jeśli wciągną was tego typu prace idźcie poziom wyżej i sięgnijcie po origami.
* **Wdech-wydech** – podrzyjcie papier na małe kawałki, a następnie przy użyciu słomki na wdechu przenoście małe skrawki np. z talerzyka na talerzyk. Odwrotną wersją tego zadania jest położenie papierka na dłoni i za pomocą siły własnego wydechu wprawienie go w ruch. Aktywności te usprawniają rozwój mowy i są ważnym elementem profilaktyki logopedycznej.

**5. Włóczki**

Za pomocą kolorowych nitek można wyczarować różne zabawy.

* **Pajęczyna** – użyj włóczki do stworzenia sieci będącej domowym torem przeszkód dla dziecka, a może nawet wszystkich członków rodziny. Wykorzystaj stoły i krzesła oraz wszystkie elementy w mieszkaniu, które ułatwią przygotowanie sieci do tego wyzwania na gibkość.
* **Wazoniki** – Posmaruj butelkę klejem a następnie owijaj ją starannie włóczką tworząc kolorowe wzory. W ten sposób powstanie własnoręcznie zrobiony wazon.
* **Wyklejanie włóczką** – malownicze, wielobarwne prace z włóczki mogą powstać także na kartce papieru. Ciekawe efekty daje nakładanie włóczki w formie spirali, fal, pasków.
* **Pompon** – to jeden z prostszych sposobów na wykonanie puchatej kulki. Zwińcie włóczkę na prostokątnym kawałku papieru, na kubku lub innym przedmiocie, z którego będzie można ją potem zsunąć. W połowie szerokości tak powstałej pętli, w jej poprzek zawiąż ciasno supełek, a następnie rozetnij włókna na końcach. Tak powstała wyjątkowa piłka może posłużyć do dalszych zabaw lub stać się po prostu zabawką.

**6. Poduszki**

Nadają się nie tylko do spania! Mają sobą o wiele więcej do zaoferowania.

* **Masażyki**– miękka poduszka nadaje się idealnie pod głowę lub brzuszek dziecka, kiedy podsuwa swoje plecy do masowania. Masażyk może przybrać wesołą formę opowiastki, której elementy odzwierciedlone są za pomocą ruchu (np. *„Pisze Pani na maszynie…”*). Można samemu tworzyć historie i malować je dłońmi na plecach dziecka.
* **Mostek** – rozłóż poduszki na podłodze. Niech staną się mostem nad rwąca rzeką, po którym należy przejść utrzymując równowagę.
* **Przytulanki** – za pomocą szalika zwiąż poduszkę w połowie szerokości . W ten sposób powstanie maskotka. Nałóż na nią czapkę, a może będzie jej pasowała koszulka twojego dziecka? Poduszkowe przytulanki mogą stać się przedszkolakami w grupie prowadzonej przez dziecko lub zwierzątkami, z którymi należy wyjść na spacer.