

# Gry i zabawy z dzieckiem nadpobudliwym, trudnym.

Przedszkole jest dla dzieci miejscem, w którym poprzez mądrą działalność zaspokajają swoje potrzeby poznawcze, mają okazję do gromadzenia doświadczeń. Znamy i stosujemy różne formy aktywności, zabawy spontaniczne, dydaktyczne czy zajęcia edukacyjne. Można również wykorzystać dodatkowo zabawy relaksacyjne, które doskonale służą wszystkim wychowankom, nie tylko tym trudnym. Zajęcia nie zawsze udaje się przeprowadzić w spokojnej, miłej atmosferze. Dzieci na ogół są hałaśliwe i wszystkie chcą skierować na siebie uwagę nauczyciela, a czego nie potrafią przekazać werbalnie - nadrabiają krzykiem. Byle drobiazg potrafi wychowanka wyprowadzić z równowagi, często dochodzi do rękoczynów, ataków śmiechu czy wściekłości. Dzieci są niespokojne, zestresowane, przeżywają wszystko i odczuwają o wiele silniej niż dorośli. Nie ma co dziwić się, że chcą rozładować swój niepokój. Można i trzeba im w tym pomóc stosując przerywniki np. w postaci zabaw odprężających, które stwarzają spokojną atmosferę. Czas takiej zabawy nie jest stracony i przynosi doskonale rezultaty. Spokojne zabawy służą też rozwojowi wyobraźni. W czasie ich trwania potrzebne jest wsłuchanie się w siebie, zajrzenie do swojego wnętrza, by móc dostrzec ukryte tam obrazy. Niektórym dzieciom dopiero po kilku próbach udaje się podróż w krainę fantazji. W celu uspokojenia dzieci wypróbowywane są obecnie techniki medytacyjne np. praca z mandalami czy joga. Jednak nie każdy wychowawca jest wyszkolony w tej dziedzinie, natomiast nikomu nie sprawi trudności wprowadzenie dzieci do zabawy, która je wyciszy i odpręży.

## Złap się za ucho

### *Zabawa rozwijająca zdolności językowe i szybkość reagowania*



Dzieci siedzą na ustawionych w krąg krzesłach. Nauczycielka opowiada interesującą historyjkę, w której wiele się dzieje. Podkreśla ją wyrazistymi gestami oraz mimiką. Dzieci naśladują wszystkie ruchy prowadzącej. Jednak gdy ta łapie się za ucho, każde dziecko musi natychmiast stanąć w bezruchu. Dziecko, które porusza się dalej, oddaje jakiś fant.

## Na dworcu

### *Zabawa doskonaląca koncentrację*

Opowiadanie o wydarzeniach na dworcu. Zegar wybija tam godziny, urzędnik sprzedaje w kasie bilety, żegnają się dwie przyjaciółki, sprzedawca kielbasek zachwala swój towar, pociąg wjeżdża na peron itp. Każde dziecko przejmuje rolę określonej osoby lub przedmiotu, odtwarza konkretny odgłos, zawołanie lub wypowiedzi jakieś zdanie. Zegar dworcowy tyka: tik-tak, tik-tak, tik-tak, sprzedawca woła: gorące parówki. Nauczyciel opowiada historyjkę, dzieci naśladują określony

odgłos.

Temat historyjki można zmieniać, np. wizyta w szpitalu czy spacer po lesie. Trzeba tak dobrać opowiadanie, aby dzieci mogły się w nim odnaleźć ze swoimi doświadczeniami i przeżyciami.

## **Zepsuty kabel**

### ***Gra rozwijająca spostrzegawczość***

Wysłanie dwóch uczestników za drzwi, będą oni elektrykami. Nasz kabel jest zepsuty i trzeba znaleźć miejsce uszkodzenia. Pozostałe dzieci stają w kręgu i łapią za kabel (długi sznur). Jedno z nich chowa dwa końce w swoich dłoniach, reszta tylko to udaje. Dzięki temu nikt z zewnątrz nie widzi, gdzie uszkodzony jest kabel. Wchodzą elektrycy i po kolei badają poszczególne odcinki kabla, wysyłając próbny dźwięk - jakiś pomruk lub inny odgłos. Przysłuchują się, czy dźwięk ten rzeczywiście przepływa przez kabel, czy też w którymś miejscu zostaje przerwany. W ten sposób znajdują zepsuty kawałek i proszą daną osobę o otwarcie dłoni. Jeśli się pomylą, mają jeszcze dwie próby. W innym wariantcie kabel ma dwa zepsute miejsca, a obaj elektrycy szukają ich na czas.

## **Cicha opowieść**

### ***Zabawa pobudzająca słuch i fantazję***

Dzieci siedzą przy stolikach. Nauczycielka opowiada historyjkę, a przedszkolaki dodają do niej odgłosy stukając palcami albo wydają różne dźwięki: "Kropi deszcz, z rynny na dachu spływają kropelki. Myszka wystawiła głowę ze swojej norki i porusza noskiem, wyłapując dolatujące do niej zapachy. Biegnie szybko do domku, gdzie wyczuła jedzenie. Tam sprawnie rozłupuje znalezione ziarenko słonecznika. Widzi to kot i miękkimi krokami podkrada się bliżej. Myszka chrupie ziarenko swoimi ostrymi zębami. Nagle obok przejeżdża rowerzysta. Myszka odwraca się, zauważa kota i biegnie małymi kroczkami do norki. Kot wraca miękko i posuwicie na swoje legowisko. Układa się na nim i głośno woła: miauu!".

## **Zaśnij - obudź się**

### ***Zabawa rozwijająca spostrzegawczość i koncentrację***

Dzieci siedzą przy stołach. Dla każdego z tych stołów ustalony zostaje czarodziejski dźwięk, po którym śpiące dzieci będą się powoli budziły: wciskanie długopisu, brzęk pęku kluczy, rozcinanie papieru nożyczkami, zasuwanie zamka błyskawicznego, przewracanie strony w książce, odgłos wydawany przy ostrzeniu ołówka temperówką.

Teraz dzieci kładą ramiona na stole i chowają w nich swoje twarze. Oznacza to, że zasnęły, dlatego panuje cisza jak makiem zasiał. Gdy tylko grupa siedząca przy jednym stole usłyszy swój czarodziejski dźwięk, budzi się: wszyscy podnoszą

głowy. Aby pozostałe osoby przy innych stołach wiedziały, kiedy mogą się obudzić, musi nadal panować cisza. Na koniec wszyscy są obudzeni. Jeśli usłyszą swój dźwięk jeszcze raz, znowu zasypiają.

## **Ene, due, rabe**

### ***Zabawa rytmiczna***

Dzieci siedzą lub stoją blisko siebie w kole. Każde kładzie swoją lewą dłoń na otwartej dłoni sąsiada po lewej stronie, tak, że jedną rękę ma na górze, a drugą na dole. W rytm podanej rymowanki jedna osoba zaczyna uderzać lekko lewą ręką w tę, która znajduje się po jego prawej stronie, należącą do sąsiada. Ten uderza swoją lewą dłonią dalej i tak wszyscy w kole powtarzają to, aż wierszyk zostanie wyrecytowany trzykrotnie. Teraz zaczynamy odliczanie: przy słowie "zmiana" nie wolno pozwolić uderzyć w swoją rękę, lecz trzeba ją szybko przyciągnąć do siebie. Potem zaczynamy od początku. Wierszyk brzmi: "Ene, due, rabe, połknął bocian żabę, a żaba bociana, potem była zmiana".

## **Tworzenie form**

### ***Zabawa wymagająca współpracy, rozwijająca wyobraźnię***

Długi sznur związany zostaje tak, aby można było z niego utworzyć duży okrąg. Wszyscy uczestnicy przytrzymują go mocno obiema rękami. Jako pierwszą formę otrzymaliśmy koło. Teraz na zawołanie muszą być utworzone inne formy, przy czym nie można porozumiewać się słownie. Prowadzący albo jeden z uczestników przez niego wybrany woła np. "Kwadrat!", "Prostokąt!", "Owal!", "Łuk księżycy!" itp. Grupa musi bardzo szybko reagować i w takim samym tempie porozumiewać się ze sobą.

## **Głowa, barki, kolana i stopa**

### ***Zabawa rytmiczna***

Dzieci dobierają się parami i siadają naprzeciwko siebie, tak blisko, by ich kolana stykały się ze sobą. Dotykają palcami wymienionych w wierszyku części ciała - po raz pierwszy u siebie samych, po raz drugi u partnera i tak wciąż na zmianę. Wyjątkiem są oczy, uszy i nos, których dotykają wyłącznie u siebie samych; nos chwytają dwoma palcami i poruszają nim w obie strony. Prowadzący wymawia wierszyk powoli i rytmicznie, z czasem przyłączają się do niego wszystkie dzieci. Stopniowo przyspieszamy tempo. Wierszyk ten brzmi w następujący sposób:

*Głowa, barki, kolano i stopa,  
Kolano i stopa,*

*Głowa, barki, kolano i stopa,  
oczy, uszy, nos,  
oczy, uszy, nos,  
Głowa, barki, kolano i stopa.*

### **Budzik we wszystkich kątach**

#### ***Zabawa rozwijająca spostrzegawczość***

Dwoje dzieci wychodzi za drzwi. Teraz chowamy w pomieszczeniu kilka tykających budzików. Szukający wchodzi ponownie do środka i muszą je odnaleźć. W trakcie poszukiwań pozostałe dzieci powinny zachowywać się bardzo cicho. Ponieważ we wszystkich kątach coś tyka, trudno jest zorientować się, z której strony nadchodzi ten odgłos. Skoro tylko jakiś budzik zostanie znaleziony, zawijamy go w ubranie, aby nie było słychać już jego tykania. Kiedy wszystkie budziki zostały już odszukane, za drzwi wychodzi dwójka innych dzieci i zabawa zaczyna się od początku.

### **Czapeczki krasnali**

#### ***Zabawa wymagająca szybkiej reakcji***

Najpierw dzieci składają stronę gazety, aby otrzymać "czapeczkę krasnala". Ponieważ krasnale przebywają w czasie dnia w swoich norkach, wszyscy cicho wczołgują się pod stół. W nocy elfy zaczynają muzykować. Wtedy krasnale wchodzi w czapkach niewidkach na głowie i zaczynają tańczyć. Muszą to robić bardzo ostrożnie, aby ich nie upuścić. W pobliżu ukrył się pewien człowiek, który tylko na to czeka, by pochwycić niewidkę i sam stać się krasnałem. Ten, który nie ma już czapki, musi poczekać, aż jego bracia ponownie zaczną tańczyć i być może jeden z nich zgubi swoją czapkę, którą on będzie mógł mu zabrać. Na "muzykę elfów" nadają się spokojne melodie. Prowadzący kieruje zabawą poprzez obsługiwanie magnetofonu i kiedy rozbrzmiewa cicha muzyka, krasnale wychodzą ze swoich mieszkańek. W czasie tańca nie wolno przytrzymywać czapeczek.



Opracowała :  
Marzanna Adamek