

Igrajmo se u prirodi!!

Djeca se sve manje kreću, a ako im još naša nemotiviranost ili manjak mašte ograniči boravak vani, kretat će se još i manje! Zato sjetite se vremena kada ste vi bili djeca i podijelite svoja sjećanja i iskustva sa svojom djecom sudjelujući u zajedničkim igrama s njima u obližnjem parku.



Zajedničke vježbe i natjecanja s djetetom.

Uključite se u zajedničku igru s djetetom: penjanje na drvo uz asistenciju, natjecanje u bacanju lopte, gađanju drveta kamenčićem, tko može više stajati na jednoj nozi, igra lovice, hokej sa češerom i štapom, boćanje kamenčićima, s malim reketom tko će više odbijati lopticu u mjestu, kotrljanje loptice reketom po tlu oko oznake, luk i strijela (gađanje drveta ili mete), tko će prije napuniti bočicu s pijeskom, nađi skriveni predmet...

Ruksak za izlet!

Pripremite djetetu ruksak za izlet u koji možete staviti neke rekvizite koje imate kod kuće:

- Lopta
- Teniska loptica
- Vijača / uže
- Mali reket
- Frizbi
- Papir i bojice

Nađite u prirodi: štap, kamenčiće, lišće, vodu...



Osmislite svoju igru!

Postavite predmete po dvorištu i imenujte prepreke koje pronađete imenom koje bi djetetu bilo zanimljivo i osmislite zadatke koje možete (zajedno) provoditi. Primjer: Sigurna kuća (šator, stol, drvo – „čudovište“ hvata dijete 5 puta, drvo je spas); Vremeplov (vrtuljak – zavrti se 3 puta u jednu i 3 puta u drugu stranu kako bi se vremeplov upalio); Daska za surfanje (daska – dijete stoji na dasci oponašajući surfera na dasci); Struja za sve (kotrljanje – struja se proizvodi vrtnjom); Vodeni mlin (automobilaska guma – 3 puta je zavrti za 1 litru vode); Zaštitnik dvorišta (od sitnih kamenčića, kestena i ostalih plodina napravite zaštitnika dvorišta i dajte mu ime); lansiranje rakete (loptica, češer – dijete izbacuje lopticu ili češer visoko u zrak)...

ISKORISTI PREDMETE IZ OKOLINE KAO SPORTSKE REKVIZITE!

Zajedno sa štapom „Bejzbol palica“, punjena kao „uteg“ ili „čunj za kuglanje“



„Boća“



„Bejzbol palica“ ili „reket“



„Atletsko koplje“ ili „palica za hokej“

Pitanja za kraj...

Koja ti se igra najviše/najmanje svidjela? Što bi volio da radimo sljedeći put? Kakve smo sve kamenčiće našli (okrugle, duguljaste, hrapave glatke...)? Koje rekvizite ćeš sljedeći put spakirati u ruksak za izlet? Koje predmete iz prirode možemo koristiti za igru kod kuće?

Igraju se vani?

60 min anemora

Kako i koliko vježbaju djeca predškolske dobi?

