

## Kreatywne sposoby na zimowe aktywności z dzieckiem

Zimowa aura nie musi oznaczać nudy i zamknięcia w czterech ścianach. To doskonała pora roku, by stworzyć niezapomniane wspomnienia z dziećmi poprzez różnorodne aktywności, zarówno na świeżym powietrzu, jak i w domowym zaciszu. Oto kilka propozycji wspólnej zabawy i nauki.

### Zimowe zabawy na świeżym powietrzu.



Gdy za oknem biały puch, warto wykorzystać naturalne warunki do wspólnej zabawy. Lepienie bałwana to klasyka, która nigdy się nie nudzi. Można też zorganizować rodzinny konkurs na najciekawszą śnieżną rzeźbę. Jazda na sankach czy łyżwach nie tylko dostarcza mnóstwo radości, ale również wspiera rozwój fizyczny dziecka. Zimowe spacerunki mogą zamienić się w fascynującą wyprawę tropem zwierząt – wystarczy nauczyć dziecko rozpoznawać ślady pozostawione na śniegu.

### Kreatywne zajęcia w domu

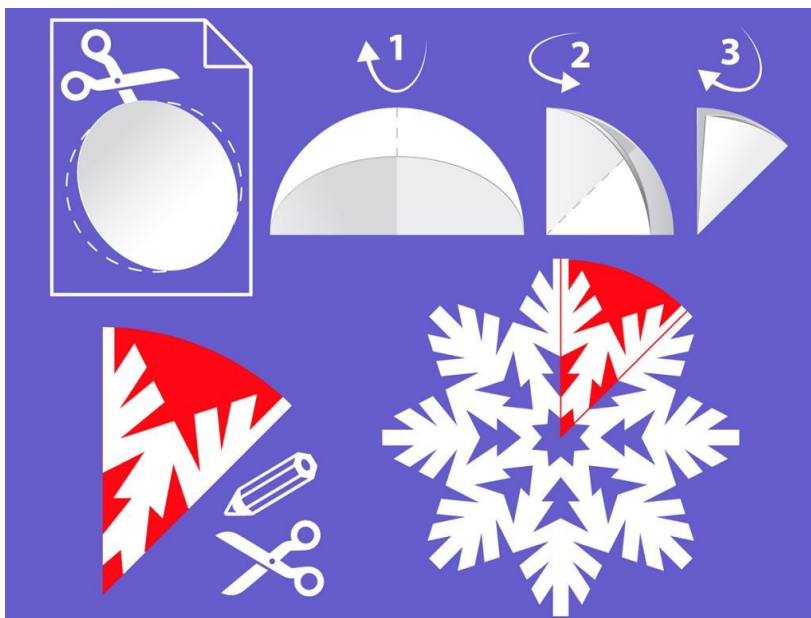
W chłodniejsze dni warto zaplanować zajęcia rozwijające kreatywność.

Wspólne gotowanie lub pieczenie ciasteczek to nie tylko świetna zabawa, ale też nauka współpracy i cierpliwości.

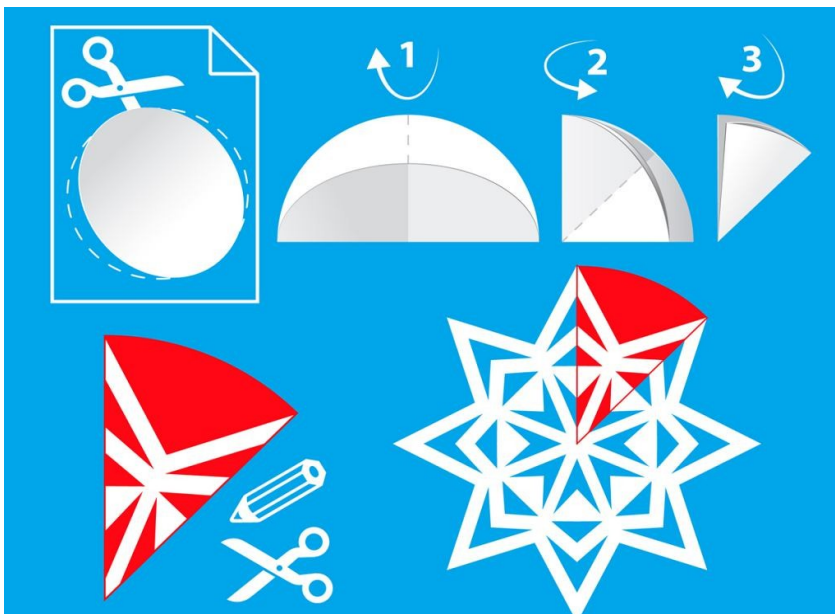


Organizacja domowego teatru cieni to fantastyczny pomysł na rozwijanie wyobraźni dziecka a w rzeczywistości nie wymaga wielu przygotowań. Wystarczy latarka oraz własnoręcznie wykonane kukielki, a wspólna zabawa na pewno będzie udana.

Tworzenie zimowych dekoracji z papieru czy origami to świetny sposób na ćwiczenie zdolności manualnych. Prosty sposób na wykonanie papierowych śnieżynki.



Śnieżynki z papieru. Zdjęcie ilustracyjne good pixel/shutterstock.com



Śnieżynki z papieru. Zdjęcie ilustracyjne good pixel/shutterstock.com

Zabawy masami sensorycznymi dają dzieciom mnóstwo frajdy, a przy okazji pozytywnie wpływają na ich rozwój. Zabawy masami mają za zadanie dostarczać różnorodnych bodźców do rozwoju zmysłów malucha i poszerzać świat jego doznań. Nie potrzeba do nich skomplikowanych zabawek, można wykorzystać przedmioty codziennego użytku i produkty spożywcze, które znajdują się w każdym domu. Oto kilka przepisów na sprawdzone oraz bezpieczne masy sensoryczne do wykorzystania w domu.

### **PIASEK KINETYCZNY:**

- mąka kukurydziana (tyle, ile potrzebujecie piasku),
- olej spożywczy,
- barwnik spożywczy (opcjonalnie).

Do mąki stopniowo dodajemy olej. Mieszamy do uzyskania odpowiedniej konsystencji.

### **DOMOWA CIASTOLINA:**

- 2 szklanki mąki,
- 1 szklanka soli,
- 2 łyżki oleju roślinnego,
- 2 płaskie łyżki proszku do pieczenia,
- 1,5 szklanki gorącej wody.

Wszystkie składniki należy wymieszać i intensywnie ugniatać, aż się połączą, a masa zrobi się zwarta i elastyczna. Ciastolinę można zabarwić, dodając do podzielonej na części masy barwniki spożywcze.

### **SZTUCZNY ŚNIEG:**

- 8 opakowań sody
- pianka do golenia

Do miski wsypujemy sodę i dodajemy piankę mieszając razem wszystkie składniki. Już w trakcie mieszania dziecko poczuje, że masa jest chłodna. Po zagnieceniu masy wstawiamy nasz śnieg do lodówki na 30 minut. Po tym czasie sztuczny śnieg jest zimny i ma doskonałą konsystencję do zabawy.

### **ŚCIEŻKA SENSORYCZNA:**

Jeśli lubicie zabawy dla bosych stóp, to propozycja dla Was. Na podłodze przygotowujemy ścieżkę sensoryczną, czyli trasę składającą się z powierzchni o różnych właściwościach. Mogą to być kawałki tkanin – wełna, jedwab, futerko, płótno, papiery – na przykład ścinki gazet, grubszy karton, bibuła, tacki wypełnione cienką warstwą kaszy lub ryżu. Spacerowanie taką ścieżką rozwija nie tylko zmysł dotyku. Dzięki kolorom stymulowany jest też wzrok, a wydające różne dźwięki faktury pobudzają słuch..

### **Eksperymenty i nauka przez zabawę**

Zima stwarza doskonałe warunki do przeprowadzania prostych eksperymentów naukowych. Można wspólnie badać właściwości śniegu i lodu, obserwować proces zamarzania wody czy tworzyć lodowe witraże. To doskonała okazja, by w przystępny sposób wyjaśnić dziecku zjawiska fizyczne i przyrodnicze.

### **Aktywności sportowe**

Zimowe miesiące nie muszą oznaczać rezygnacji z aktywności fizycznej. Wspólne wyjścia na basen czy do parku trampolin to świetna alternatywa dla zimowych sportów. W domu można zorganizować mini olimpiadę z konkurencjami dostosowanymi do przestrzeni, takimi jak tor przeszkód czy zawody taneczne.

## **Rozwój kulturalny**

Długie zimowe wieczory sprzyjają wspólnemu czytaniu książek czy słuchaniu audiobooków. Warto też wykorzystać ten czas na wprowadzenie dziecka w świat muzyki - wspólne śpiewanie, taniec czy nawet proste muzykowanie na instrumentach rozwija wrażliwość artystyczną.

Zimowa pora oferuje wiele możliwości wspólnego spędzania czasu z dzieckiem. Kluczem jest różnorodność i dostosowanie aktywności do wieku oraz zainteresowań najmłodszych. Wspólnie spędzony czas nie tylko wzmacnia więzi rodzinne, ale też wspiera wszechstronny rozwój dziecka.

### Bibliografia:

1. Karpińska, M. (2020). "Kreatywne zabawy z dzieckiem". Wydawnictwo Edukacyjne.
2. Nowak, J. (2021). "Aktywne dzieciństwo - przewodnik dla rodziców". Wydawnictwo Rodzinne.
3. Wiśniewska, B. (2023). "Zimowe inspiracje - zabawy edukacyjne". PWN.
4. Bugajska Agnieszka, Wiktor- Stępień Anna „Zabawy sensoryczne na każdy dzień. Zima”
5. <https://dziecisawazne.pl/15-zabaw-sensorycznych-dla-maluszki/>