

Szanowni, Rodzice!

Drogie, Dzieci ☺

Pozdrawiam Wszystkich serdecznie. To nasze kolejne spotkanie w tej formie. Zbliża się aż sześciodniowa przerwa świąteczna. Spędzimy ten czas w domu z najbliższymi; jednakże z tą różnicą, że odpadną nam szkolne i zawodowe obowiązki. Tym samym będziemy mieli więcej czasu dla siebie. W związku z tym pozwalam sobie przesłać moje propozycje na to, jak spędzić ten czas razem; omijając telewizor i komputer, a skupiając się na nas samych.

Pamiętajmy, że zabawa z naszymi dziećmi jest jednym z podstawowych czynników integrujących rodzinę i wpływa na otwartą akceptującą atmosferę. Tak, więc, do dzieła, życzę wszystkim dobrej zabawy!

1. AUTOBIOGRAFIA.

Napisz, proszę, autobiografię mamy lub taty, a może obydwójga rodziców. Dowiedz się o ich przeszłości, teraźniejszości, planach na przyszłość.

2. OTWARTY KRĄG.

Każdy z członków rodziny kolejno kończy zdanie:

- najlepsza rzecz, która zdarzyła mi się w tym tygodniu...
- gdybym był zwierzęciem, to byłbym..., bo...
- gdybym był owocem, to byłbym..., bo...
- gdybym był sławną osobą, to byłbym..., bo...
- gdybym był warzywem, to byłbym..., bo...
- chciałbym napisać książkę o...
- pokaż mimicznie, jak czujesz się w tej chwili

3. RZECZY, KTÓRE ROBIĘ ŹLE.

Niech każdy z Was po kolei dokończy zdanie:

- jestem słaby w...
- ludzie mówią, że jestem dobry w...
- wiem, że jestem dobry w...
- jestem mistrzem w...

4. DO PUNKTU.

Każdy z domowników wybiera sobie punkt w pokoju i musi do niego dotrzeć wg instrukcji (instrukcję czytacie na zmianę, w ten sposób, by każdy mógł dotrzeć do swego punktu):

- patrz w dół, gdy idziesz,
- biegnij kręcąc się w kółko,
- skacz na jednej nodze kręcąc się w kółko,
- skacz obunóż kręcąc się w kółko,
- idź tyłem- idź z zamkniętymi oczami,
- idź powoli-stopkami,
- idź prosto do celu.

5. NAZWIJ PIĘĆ.

Usiądźcie wygodnie na kanapie i każdy z domowników wymienia pięć:

- rzeczy, które zaczynają się na literę P,
- miejsc, które widziałeś,
- prac, które wykonałeś,
- rzeczy, w których jesteś dobry,
- rzeczy, które lubisz,
- rzeczy, których nie lubisz.

6. USTAWIENIE RODZINNE.

Figura, którą stworzycie zależy od tego, ilu jest członków Waszej rodziny.

Zaczynajcie:

- tata kładzie się na podłodze,
- mama siada na tacie,
- starsze dziecko siada na tacie,
- najmłodsze dziecko ma usiąść na ramionach mamy i starszego dziecka.

Może wymyślicie własną figurę rodzinną?

Na koniec zaleca się wspólnego przytulasa rodzinnego!

7. SHERLOKS HOLMES.

Niech każdy przypomni sobie jakąś postać historyczną lub słynną fikcyjną osobę. Na kartce każdy członek rodziny ma wypisać 6 rzeczy, które ta osoba mogłaby mieć w kieszeni lub torbie. Po kolei czytacie to, co wypisaliście, a pozostali zgadują, kto to może być???

8. OGŁOSZENIE.

Napiszcie ogłoszenie, w którym zareklamujecie siebie:

- jako rodzica,
- jako nauczyciela,
- jako brata/siostrę,
- jako ucznia,
- jako przyjaciela.

Wybór należy do Was :)

9. MAPA ŻYCIA.

Proponuję, by każda osoba z rodziny narysowała swoją "mapę życia". Należy zacząć od narodzin, poprzez dzieciństwo, aż do dnia dzisiejszego. Na mapie powinny być widoczne dobre i złe miejsca. zaznaczcie także przeszkody, objazdy oraz główny kierunek dzisiejszej trasy. Mapa może być kolorowa, wielkość nie ma znaczenia :) Powodzenia!

10. WPRAWKI PANTOMIMICZNE.

Każdy z domowników kolejno ma przedstawić ruchem i mimiką poniższe sytuacje:

- przechodzenie przez strumyk po kamieniach,
- niesienie tacy ze szklankami pełnymi wody,
- chodzenie po oblodzonej drodze,
- chodzenie po krawędzi przepaści,
- chodzenie po polu minowym w ciemności,
- wspinanie się na skałę,
- otwieranie paczki po kryjomu,
- zamykanie jadowitego węża w skrzynce,
- rozpakowywanie prezentu,
- rzucanie piłki do kosza,
- dekorowanie tortu,
- kradzież
- zawiązywanie krawatu,
- budowanie domku z kart,
- nawlekanie igły,
- wkładanie garnituru z papieru,
- oczekiwanie na autobus na przystanku w mroźny dzień/deszczowy i wietrzny dzionek.

11. LEKTOR.

Tym razem poproszę, byście wzięli gazetę lub książkę. Wybierzcie dowolny fragment i czytacie kolejno głośno. Najpierw czytacie tak, jak:

- czyta się bajkę małemu dziecku,
- ksiądz prawi kazanie,
- sprawozdawca sportowy,
- pani na lekcji,
- prezenter telewizyjny,
- pogodynka,
- komik.

Na dziś to już koniec. Mam nadzieję, że będzie to dla Was miłe urozmaicenie codzienności, że w niezapomniany sposób spędzicie czas.

Życzę Wam odpoczynku, wzmocnienia więzi rodzinnych i wszystkiego dobrego na nadchodzący świąteczny czas :)

pozdrawiam z uśmiechem :)

Maria J. Pietrzak-Świstak

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Piasecznie

dn. 06.04.2020 rok