

Bezpieczne zimowe zabawy

Zima i leżący na dworze śnieg to wspaniała okazja do wspólnej zabawy rodziców i dziecka. Nie dość, że wszyscy miło spędzą czas to jeszcze wszyscy się dotlenią i zahartują.

Oczywiście należy pamiętać o trzech zasadach:

- *po pierwsze o bezpieczeństwie (omijać powierzchnie oblodzone, a także miejsca, w których występuje większy ruch samochodowy),
- *po drugie o ciepłych czapkach i rękawiczkach,
- *po trzecie o dobrym humor.

SANKI - wszyscy mają tu szansę spróbować swoich sił, by pociągnąć na saneczkach inną osobę, nawet dzieci rodziców - śmiechu może być przy tym, co niemiara.

LEPIENIE BAŁWANA - każdy może toczyć swoją kulę wg swoich sił i możliwości, potem kulminacyjny moment wzniesienia budowli. Warto pamiętać by zabrać z domu marchewkę na nos czy inne śmieszne akcesoria, albo ogłosić nową zabawę na kreatywne ubranie bałwanka z tego, co możemy znaleźć w pobliżu. Kreatywność może tu także iść w stronę lepienia innej ciekawej śniegowej postaci np. misia czy zółwia.

RZUCANIE DO TARCZY - wystarczy wydeptać kółeczka na ziemi, od najmniejszego do największego a potem celować w nie śnieżkami. W udeptywaniu kółeczek mogą uczestniczyć wszyscy - pierwsze, najmniejsze

kółeczko wydeptuje najmłodsze dziecka a następne, coraz większe okręgi, kolejni uczestnicy zabawy w kolejności wiekowej.

ROBIENIE ORZEŁKÓW/ANIOŁKÓW - wszyscy uczestnicy kładą się na śniegu machając rękami i nogami, robiąc swoje odbicia a potem będzie czas by ze śmiechem obejrzeć swoje prace i porównać, skomentować a nawet przyznać najlepsza miejsca czy nagrody.

BEREK - przy śniegowych warunkach może być trudniejsze, ale za to bardzo wesołe, ruch wzmacnia mięśnie i pobudza krążenie.

WOJNA NA ŚNIEŻKI - można podzielić się na dwa obozy i zwartymi siłami bombardować przeciwnika.