

**MIRELA RETEGAN** este Antrenorul Părinților. Își folosește imaginația, energia, empatia ca să-i învețe pe părinții români cum să se joace cu copiii lor. „Copiii au nevoie de iubire, atenție și răbdare. Noi, oamenii mari, avem nevoie de timp. Dacă ne antrenăm susținut, astfel încât să scoatem în orice moment, din joben, un joc de jucat oricând și oriunde, ei simt că primesc iubire și atenție și ne dau înapoi timp“, spune Mirela. Din dragoste pentru Maya, fiica ei, a creat fenomenul Gașca Zurli, prin intermediul căruia părinții și copiii descoperă fericirea de a se juca împreună, în orice moment. Mirela știe că, în percepția copiilor, jocul este un mecanism pe căt de simplu, pe atât de exact: „Mă joc cu tine, deci te iubesc, ești important, ai toată atenția mea, mă faci fericită, sunt mândră de tine, îmi place să petrecem timp împreună, sunt aici oricând ai nevoie.“

Pe Mirela o găsiți colindând România și întreaga Europă, împreună cu Gașca Zurli, duminica dimineața la EuropaFM, pe site-ul [www.mirelaretegan.ro](http://www.mirelaretegan.ro) – unde are peste o mie de articole publicate, la workshopuri și conferințe dedicate părinților. Una dintre cele mai puternice voci din România, Mirela Retegan și-a câștigat iubirea părinților și a copiilor, deopotrivă, oferindu-le soluții simple, mijlocite de dragoste, care aduc fericire în fiecare familie. „Părinții curajoși cresc copii fericiti“, „Joaca este limbajul iubirii dintre părinți și copii“, „În spațele unui copil-lumină stă un părinte-soare“ sunt convingeri pe care părinții le asociază, fără nicio ezitare, cu Mirela Retegan.

**ANCA CERNEA** este absolventă a Facultății de teatru și film „I.L. Caragiale“, secția actorie. A acceptat în joacă provocarea regizorului Marcel Top de a păși pe terenul scenografiei și, ca urmare, lucrează împreună de mai bine de 30 de spectacole, dintre care amintim: *Edmond* (Teatrul de Comedie, București), *Amadeus* (Opera Națională București), *Hamlet* (Teatrul Imeras, Atena), *Visul unei nopți de vară* (Teatrul de Stat, Constanța), *Butoiul cu praf și pulbere* (Teatrul de Stat, Baia Mare), *Deformații* (Teatrul Luni de la Green Hours). Inspirată de băiețelul ei, Nichita, a rămas aproape de lumea celor mici: conduce trupa de teatru a Liceului Teoretic Bilingv „Ita Wegman“, susține ateliere de arte plastice și istoria costumului pentru copii, adolescenți și părinți. Este prietenă veche a Gaștii Zurli, pentru care a facut costume, decoruri și personaje. Creează accesorii și bijuterii sub pseudonimul Rozmarin, și a lansat, în colaborare cu MyPrecious Buzztard, o linie de bijuterii sub numele Fir de Rozmarin.

## MIRELA RETEGAN

# JOCURI DE JUCAT TOAMNA

Ilustrații de  
Anca Cernea

1	Cercul prietenilor .....	7
2	Găsește perecheal .....	9
3	Cursa cu obstacole .....	11
4	Ascultă! Reține! Start!.....	13
5	Campionul curățeniei.....	15
6	Harta comorilor.....	17
7	Încotro? .....	19
8	Tu ești eu și eu sunt tu! .....	21
9	Visați același vis! .....	23
10	Indienii.....	25
11	Alfabetul.....	27
12	Casa din cărti.....	29
13	Recunoaște sunetul! .....	31
14	Antonime și sinonime.....	33
15	Ghicește, ghicește, ghicește! .....	35
16	Culorile Zurli .....	37
17	Cântă mai departe .....	39
18	Vreau să fiu.....	41
19	Dintr-una într-alta!.....	43
20	Fără legătură! .....	45
21	Spionez! .....	47
22	Fără „da“ și fără „nu“! .....	49
23	Răspunde cu o întrebare! .....	51
24	Cinci, pe temă! .....	53
25	Ghicește numărul corect! .....	55
26	Vreau în vacanță! .....	57
27	Ce meserie mi-am ales? .....	59
28	Petrecerea imaginară .....	61
29	Cum să ne jucăm cu bebelușii? .....	63
30	Păcăleală! .....	65
31	Descurcă povestea zăpăcită!.....	67
32	Pe culori! .....	69
33	Alandala .....	71
34	Recunoaște legumele! .....	73
35	Borcanul cu fructe .....	75
36	Colecția de modă, cu frunze .....	77
37	Pofticosul.....	79
38	Borcanul cu provocări.....	81
39	Portrete, față în față .....	83
40	Ghicește personajul!.....	85
41	Ghicește unde mă aflu! .....	87
42	Rime de toamnă .....	89
43	De-a școala sau de-a grădinița.....	91
44	Concurs de cultură generală. Teme din povesti.....	93
45	Cuvinte din 3 litere.....	95

**JOACA**  
**ESTE**  
**LIMBAJUL**  
**IUBIRII**  
**DINTRE**  
**PAŘINTI**  
**SI COPII**

# CERCUL PRIETENILOR



1

## CERCUL PRIETENILOR

E un joc-metodă de verificare, pentru momentele în care vrei să află cum arată ecuația din inimă inimii tale. Cu cine se înțelege, pe cine place pe moment, pe cine iubește și cine a ieșit, între timp, din schemă.

⇒ Iată instrucțiunile pentru jocul în doi, cu copilul tău. Vă aşezați la masă. Pentru plăcerea lui, îl poți invita la masa „pentru oameni mari“. Acolo vă așteaptă, deja pregătite, câte o coală de hârtie și creioane colorate, ascuțite. E bine să ai la îndemână și o cană mare, un borcan sau un capac pentru borcan, care va fi doar un instrument pentru a trasa câte un cerc, pe fiecare foaie.

⇒ După ce faceți cercurile, scrieți sau scrieți titlul lucrării: „Cercul prietenilor“. În cerc vor intra toți prietenii voștri. Îi desenați, pe rând. E bine să punete, deasupra capetelor, inițiala numelui fiecărui, ca să-i identificați mai ușor.

Apoi vine partea amuzantă: îi colorați! Fiecăruia îi puteți aloca una sau mai multe culori, în funcție de modul în care îi percepți.

...

⇒ Știi în ce culori te creionează copilul tău? Și, poate mai important, știi în ce culoare își „vede“ copilul tău sinele? Cum se reprezintă, în lumea celorilor?

⇒ Jocul inventat de dragul Mayei mele a fost de fapt un bun prilej pentru mine să reflectez asupra oamenilor din viața mea. Încearcă-l și tu cu copilul tău! Vei fi foarte surprins de rezultat, iar el va fi foarte fericit că ați petrecut timp împreună, altfel.

⇒ P.S. Între noi fie vorba, „Cercul prietenilor“ este jocul pe care l-ai putea exersa și tu, din când în când. Cu sau fără companie.



## CURSA CU OBSTACOLE

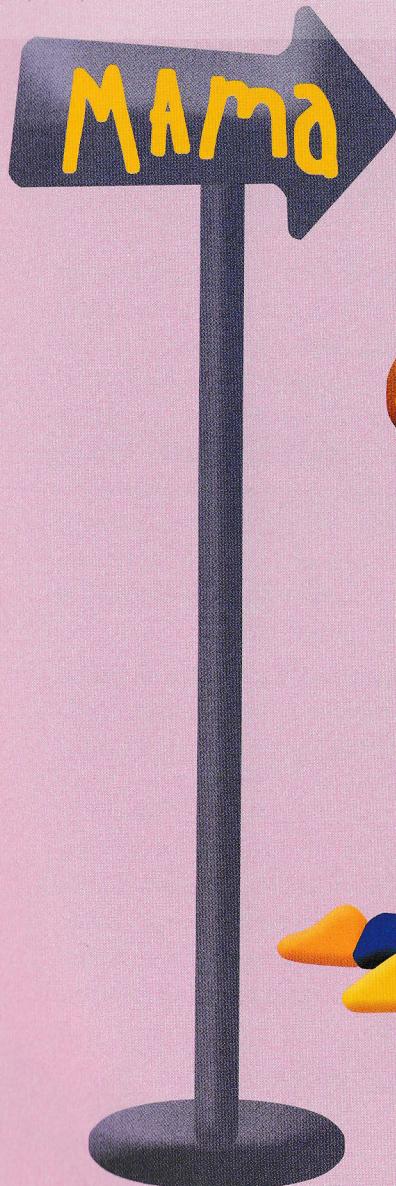
E nevoie doar de un spațiu cunoscut, fie o cameră, fie întreaga casă. Cu cât sunteți mai mulți, cu atât e mai potrivit un spațiu mai mare. Folosiți tot ce aveți la dispoziție: scaune, fotoli, perne, păturici, măsuțe și cele mai dragi jucării. Configurați cel mai simplu traseu posibil (evitați apropierea de colțul mesei, de vioze și de biblioteci, dacă nu sunt fixate de perete). Stabiliți câteva reguli, ușor de explicat și de respectat: fiecare scaun trebuie ocolit prin lateral sau înconjurat, sărim peste perne, ne aşezăm pe fotoliu, rulăm păturica, atingem măsuța, însă nu trebuie să atingem jucările de plus. Ordinea acțiunilor trebuie să fie firească, în funcție de modul în care ați construit „autostrada“.

⇒ Exersați traseul, pe rând, de câteva ori. Faceți ture de probă, până când vă familiarizați cu toate regulile stabilite. Când nerăbdarea atinge cote maxime, hotărâți cine începe și porniți cronometrul. Start!

...

⇒ La nivelul următor, exersăm îndemânarea. Singura cerință în plus este să punem într-o pungă/coș/castron toate obiectele mici sau jucările de o anumită culoare, întâlnite pe traseu. Îndemânarea e secretul, iar cronometrul stabilește cine e câștigătorul. Start!



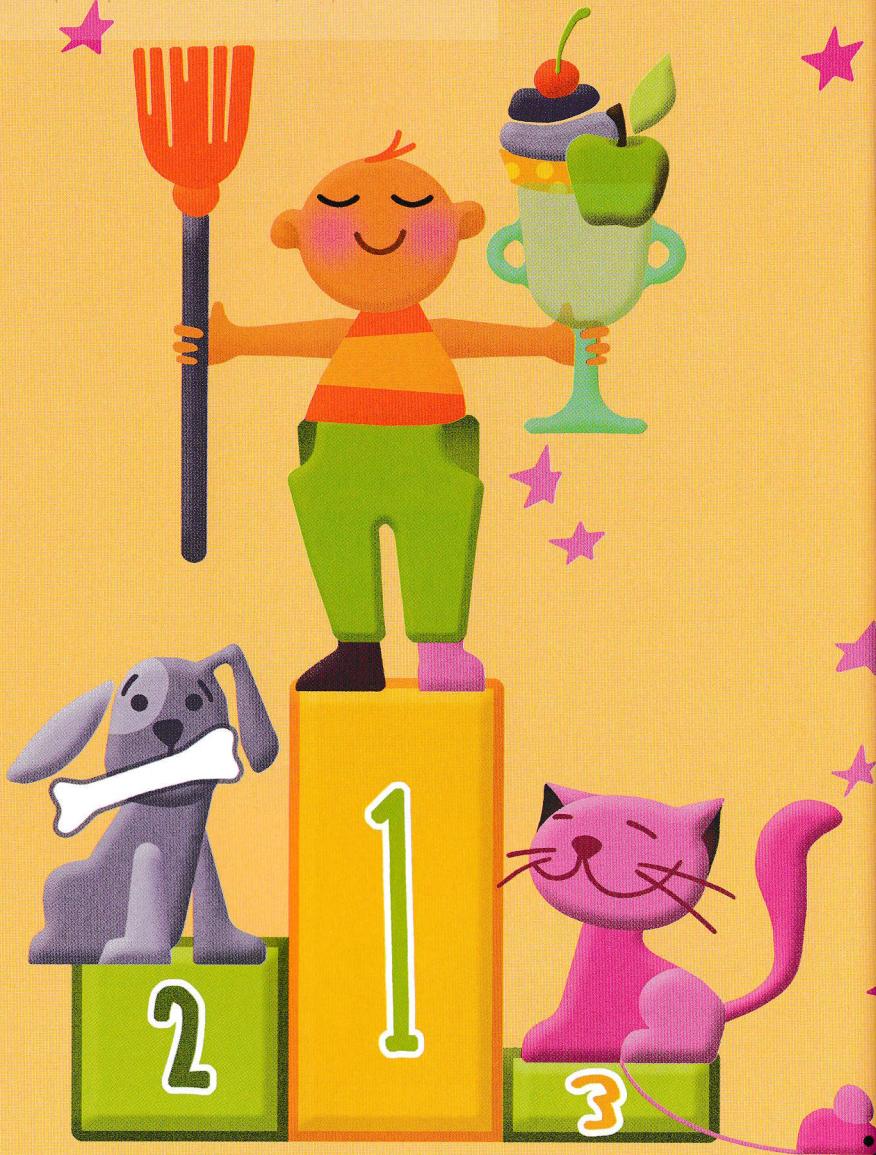


## ASCULTĂ! REȚINE! START!

Adultul stabilește un traseu, cât mai simplu, astfel încât atenția celui mic să fie asupra sarcinilor. Copilul trebuie să rețină drumul și indicațiile: te duci în camera ta, în mersul piticului/sari într-un picior (dacă distanța e mică), iei o jucărie de plus, cu dinții. Cu plusul în guriță mergi în patru labe până în dormitorul mare. Acolo lași jucăria pe pat și latri de trei ori. Te ridici, te scuturi și mergi normal până la ușa de la baie, numeri până la cinci/faci o piruetă, mă strigi și viii la mine, sărind ca un iepuraș.

La finalul misiunii, e rândul copilului să-și folosească imaginația și să stabilească traseul, pentru adult. Partenerul de joacă va accepta, întocmai, traseul și indicațiile anunțate de cel mic.





5

## CAMPIONUL CURĂȚENIEI

Vrei să-ți motivezi copilul să-și aranjeze hainele în dulap, să facă ordine în camera lui/între lucrurile lui/in cărțile lui? Varianta ideală e de tip concurs. Învinsul îi va pregăti o surpriză învingătorului.

⇒ Cine termină primul curățenia în camera lui: șters praful, aruncat hârtii/jucării stricate, aranjat lucrurile – inclusiv hainele care trebuie puse în coșul de rufe, aspirat (dacă are vârstă potrivită) va primi diploma „CAMPIONUL CURĂȚENIEI/MÂNUȚE DE AUR“. Dacă părintele câștigă, va primi pupici cu sclipici de la copil și urarea, pe un ton cât mai serios: „Să crești mare, puișor!“

⇒ Dacă primul care termină este copilul, titlul trebuie acordat în cel mai solemn mod. Părintele va desena diploma, pecoală A4. Va scrie, în detaliu:

*Se acordă iubitului nostru copil ----- (numele întreg)-----  
titlul CAMPIONUL CURĂȚENIEI*

Data, locul și semnătura părintelui

⇒ Dacă nu sunteți singuri acasă, decernarea se va face cu public. Martorii vor sta în picioare și vor intona „Imnul hănicie: Dacă vesel se trăiește“. Punctul culminant este momentul înmânării diplomei. Obligatoriu, însoțit de pupici cu sclipici.

...

⇒ Dacă pe parcursul concursului, copilul spune că a obosit, părintele îl cheamă să-i atingă mânuștele, ca „să-i dea aur“. Mâinile părinților sunt sursă inepuizabilă de aur!

⇒ Pentru creșterea motivației, recunoașterea hăniciei poate fi dublată prin declararea camerei copilului drept „CEA MAI CURATĂ/PRIMITOARE CAMERĂ DIN CASA NOASTRĂ“.