

Libris

Respect pentru oameni și cărți

.RO

VÉRONIQUE CONRAUD ȘI CHRISTEL MEHNANA

Ilustrații de Orelî Gouel

100 de activități

DE STIMULARE PENTRU CEI MICI

Traducere: Anca Măgurean

0-3 ANI



4 Introducere

COPILUL **de la 0 la 1 an**

- 8 O jucărie frumoasă
- 9 Descoperim cărțile
- 10 Jocuri cu degetele
- 12 Dansăm cu bebelușul
- 13 Jocul cucului... Ascuns!
- 14 Câteva idei de purtat bebelușul
- 16 Cântecel și poezii
- 17 Se rostogolește!
- 18 Covorul simțurilor
- 19 Vorbim cu bebelușul
- 20 Gimnastica celor mici
- 22 Cade!
- 23 Legănări ușoare
- 24 Vopsea „curată”
- 25 Bucuriile apei
- 26 Masaje pentru mici și mari
- 28 Perna tactilă
- 29 Descoperirea chipului
- 30 Faceți semne cu bebelușul
- 32 Covorul de apă
- 33 Ne jucăm cu țesăturile



COPILUL **de la 1 la 2 ani**

- 36 Jocuri cu eșarfa
- 37 Ouăle în cutie!
- 38 Descoperim grișul
- 40 „Cotrobăiala”
- 41 Ursuleț, unde ești?
- 42 Aruncăm tot!
- 43 Oglindă, oglinjoară...
- 44 Să dansăm!
- 46 În cutie!
- 47 Pleosc în apă!
- 48 Te-am prins, m-ai prins...
- 49 Cu muzică și ritm
- 50 Paiul în sticlă
- 51 Primele sticle senzoriale
- 52 Pictorul
- 54 Am un nas mare și roșu...

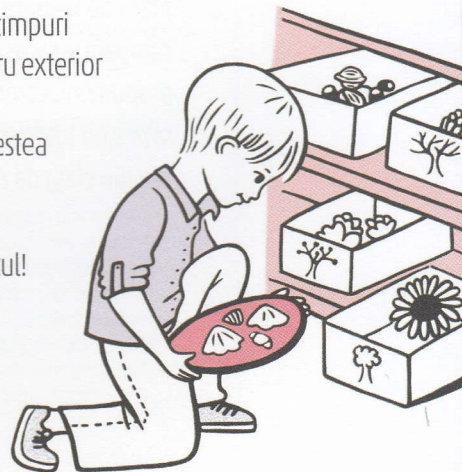
- 55 O poveste frumoasă
- 56 Ca o pușculiță
- 57 Baloane de săpun
- 58 Ne jucăm cu abacul
- 59 Descoperim pasta cu sare!
- 60 Mâzgălește, mâzgălim
- 62 Bum!
- 63 Pastă de modelat făcută în casă
- 64 Jocul cu mingea
- 65 Ne jucăm cu nisip
- 66 Mingile senzoriale
- 67 Puzzle și mânuțe
- 68 Cursul de abilități motorii
- 70 Abac... Cadabra
- 71 Pasta magică din făină de porumb
- 72 Cucu, marionetă!
- 73 O cutie plină cu lumini

COPILUL

de la 2 la 3 ani

- 76 Groapa cu nisip
- 77 Jocul cu făina
- 78 Cutia cu deghizări
- 79 Pofțiți la dans!
- 80 Crearea de sticle senzoriale
- 81 Sub mânuțe și piciorușe
- 82 Lipesc tot!

- 83 Cârlișele de rufe
- 84 Desenez peste tot!
- 85 Cabana mea frumoasă
- 86 Ucenicul patiser
- 87 Fulgii de porumb
- 88 Un turn așa de mare!
- 89 Colțul de lectură
- 90 Yoga celor mici
- 92 Ne jucăm de-a v-ați ascunselea?
- 93 Un colier frumos
- 94 Nisipul magic
- 95 Cu mâinile în aluat
- 96 Un mare muzician
- 97 Animăluțul care urcă...
- 98 Jocul cu grișul
- 99 Atelierul de pastă cu sare
- 100 Păpușile iau masa
- 101 Marionete făcute în casă
- 102 Pentru degețele și urechi!
- 103 Pictatul fără pensulă
- 104 Jocuri cu apa
- 106 Cutiile celor 4 anotimpuri
- 107 Idei de jocuri pentru exterior
- 108 Jocuri de suflat
- 109 Inventează-ți povestea
- 110 Păpușa mea, bebelușul meu
- 111 Trăiască grădinăritul!
- 112 Cuvântul autorilor



INTRODUCERE

Încă de la vârste foarte fragede, copilul trebuie să învețe tot ce este necesar pentru formarea sa. Trezirea este primul pas al bebelușului spre viața de adult. Jocul este munca lui esențială. Prin joc, bebelușul va crește, se va dezvolta, va comunica cu ceilalți și va învăța. Jocul este motorul dezvoltării. Prin joc, copilul învață să se cunoască, să înțeleagă mediul înconjurător și lumea din jurul lui. Cu cât vă veți juca mai mult cu cel mic, cu atât veți participa mai mult la dezvoltarea sa.

În această carte vom prezenta diferite activități care pot fi propuse copiilor de la naștere și până la vârsta de 3 ani. În afară de jocurile și jucăriile pe care le puteți cumpăra și care sunt atrăgătoare și variate, vă propunem activități pe care le puteți realiza la prețuri foarte mici și cu obiecte refolosibile sau din viața de zi cu zi.

Adultul respectă gusturile și alegerile copilului și îl ajută să se plaseze într-o situație de joc adaptată vârstei sale, dezvoltării sale psihomotorii și nevoilor sale. Încrederea lui este una dintre condițiile pentru buna desfășurare a unei activități.

În carte veți descoperi diverse jocuri de manipulare, de construcție, de relaxare, de limbaj... organizate în trei părți, în funcție de grupele de vârstă: de la naștere la 1 an, de la 1 la 2 ani, și de la 2 la 3 ani. Vârstele sunt date cu titlu informativ, fiecare copil este special și urmează un ritm de învățare care îi este propriu.

Fiecare activitate ține seama de etapele de dezvoltare a copiilor: de la o perioadă la alta, copilul folosește diferit jocul și jucăria. Același obiect poate avea utilizări diverse în funcție de copil. Tot la fel, activitățile pe care vi le propunem vor putea fi abordate în mai multe moduri de copilul dumneavoastră.

VĂ INVITĂM LA JOC!

Vă propunem 8 categorii de activități pentru a trezi toate simțurile copilului dumneavoastră. Le puteți identifica ușor datorită codului de culoare:

EXPRIMARE

activitate care îi permite să își exprime sentimentele, gândurile prin limbaj corporal.

LIMBAJ

favorizează comunicarea prin vorbire și prin cuvintele pe care le învață copilul.

DEZVOLTARE MOTORIE

stimulează dezvoltarea capacităților motorii ale copilului.

JOCURI SIMBOLICE

activitate în care copilul imită și își însușește situații reale.

MANIPULARE

dezvoltă abilitatea manuală și motricitatea fină.

STIMULARE SENZORIALĂ

activitate care stimulează diverse simțuri.

CONSTRUCȚIE

permite elaborarea, asamblarea elementelor pentru a crea și a inventa.

CREATIVITATE

activitate care stimulează capacitatea de a crea, de a imagina și de a realiza ceva.

V-am indicat doar categoria principală, deoarece aproape toate activitățile dezvoltă mai multe competențe în același timp.

Consultați și pictogramele următoare, pentru a ști în ce condiții să desfășurați activitățile



Timp minim
necesar



Timpul este
evaluat în funcție de
interesul copilului.



Activitatea nu necesită
pregătire sau materiale, veți
putea crea acest moment de
complicitate oricând.



Joc adaptat acestei grupe
de vârstă. Am propus în
această carte activități puțin
costisitoare, cu obiecte din
cotidian. De asemenea, am selectat și câteva
jocuri foarte interesante, pe care le puteți
realiza la aniversarea zilei de naștere sau cu
ocazia diverselor sărbători.

COPIIUL DE LA 0 LA 1 AN

Relațional și senzorial

La această vârstă, dezvoltarea copilului este fenomenală: își schimbă poziția și lumea se schimbă. Descoperă lumea care îl înconjoară și devine treptat conștient de corpul său, prin intermediul căruia comunică: plânge, strigă, râde...

Jocul lui se bazează pe descoperirea unor asocieri simple: deschide, închide, cade, aruncă. Toate simțurile îi sunt solicitate: auzul, văzul, mirosul, pipăitul, gustul. Explorează vizual și își dezvoltă sensibilitatea sonoră (sunete familiare, voci, cântecele). Imită expresii ale feței, urmărește un obiect cu privirea, strânge cu putere o jucărie în mâini.

Tot acum este și vârsta la care copilul descoperă lumea prin manipularea obiectelor și prin supt. Duce totul la gură.

O JUCĂRIE FRUMOASĂ

Încă din primele săptămâni de viață vă puteți implica bebelușul într-o activitate simplă precum observarea unui obiect sau a unei jucării. În felul acesta este stimulată puterea de concentrare. La început, nou-născutul nu distinge contrastele puternice și este atras de imagini în alb și negru. Dar el va deveni receptiv și la contrastele de culori, la volume și la forme...

MATERIALE

Un cerc din carton de 20 cm diametru, un cutter, vopsea netoxică, un ac, hârtie cartonată colorată, ață de pescuit, un inel de fixare.

Confecționare

1. Decupați un cerc din carton cu diametrul de 20 cm. Apoi, cu ajutorul unui cutter, decupați în interior un cerc cu diametrul de 16 cm. Vopsiți acest cerc și faceți în el mici găuri cu ajutorul unui ac la fiecare 5 cm.

2. Desenați forme pe hârtia cartonată. Tăiați bucăți din ață de pescuit de 40 cm fiecare și asamblați formele decupate pentru a forma ghirlande. Faceți un nod între forme pentru a evita să alunece. Prindeți ghirlandele de cerc în găurile realizate anterior.

3. La final, fixați trei bucăți de ață de pescuit de 30 cm. La capătul lor prindeți un inel pentru a agăța jucăria.

Instalare

O astfel de jucărie simplă va răspunde stadiului de dezvoltare vizuală a bebelușului. Pentru confortul acestuia, puneți-o deasupra picioarelor. Ochii îi vor obosi mai puțin decât dacă ar fi deasupra capului. Puteți instala mai multe astfel de jucării în casă: deasupra patului, a măsuței de schimbat sau a unei uși, dar nu le lăsați mereu în același loc pentru a nu se plictisi.





DESCOPERIM CĂRȚILE

Cărțile își pot face foarte devreme apariția în viața copilului dumneavoastră. În timpul primului an de viață, cartea este mușcată, aruncată, nu vă formalizați. Capacitatea de atenție la imagini este foarte limitată la început. Copilul asociază cartea cu un moment petrecut împreună și cu mângâieri, deoarece în timpul lecturii, el stă lipit de dumneavoastră. Abia pe la vârsta de 1 an începe să deschidă, să închidă cartea și să fie interesat de imagini. Bebelușul descoperă cartea cu ajutorul simțurilor: pipăitul, mirosul, gustul și auzul.

MATERIALE

Cărți de plastic (cărți de baie), de pânză cu mai multe materiale, de carton foarte gros, care pot emite sunete.

1. Luați bebelușul în brațe, puneți-l confortabil cu spatele rezemat de pieptul dumneavoastră, de exemplu, și luați cartea în mâini ținând-o în fața bebelușului (ca și cum el ar întoarce paginile).

2. Enumerați obiectele, animalele, toate imaginile pe care le vedeți. Pentru început, alegeți cărți simple, cu poze, cu un desen pe pagină și suficient de groase.

Iată câteva teme pe care cei mai mici le apreciază în general:

- dintre cărțile cu poze pentru bebeluși: corpul uman, culorile, legumele.
- cărțile de baie: animale sălbatice, animale domestice...

JOCURI CU DEGETELE

Dezvoltarea bebelușului are loc cu ajutorul mâinilor și al degetelor. Datorită unor jocuri simple, îl puteți distra și stimula în același timp. Pentru copil, jocurile cu degetele sunt mai mult decât o distracție. Aceste jocuri contribuie la relația de tandrețe, participă la stimularea bebelușului, a motricității acestuia și mai târziu îi permit exersarea limbajului.

MATERIALE

Cărți cu cântece, poezii și jocuri de memorie.

În primele luni, mâinile bebelușului sunt încă închise. Ele se deschid doar dacă îi frecați ușor dosul palmei. În plus, mânuțele sale au reflexul de prindere: când îi atingeți palma, degetele se închid imediat. Când bebelușul își deschide mâinile, îi va plăcea să întindă și să îndoiaie degetele. I se dezvoltă agilitatea. Îi face plăcere să reproducă gesturi. Iată câteva exemple de poezioare care însoțesc perfect această activitate:

Familia furnicilor

Mai întâi, vine tata-furnică,

(cu vârful degetelor, urcați ferm pe brațul bebelușului până la gât)

Apoi, vine mama-furnică

(continuați mai ușor)

Și la urmă, mici de tot,

Vin copiii-furnică!

(gâdilăți și urcați ușor cu degetele până la cap)



Domnul deget mare

Toc, toc, toc

(loviți ușor cu arătătorul îndoit celălalt pumn închis)

Domnule deget mare, ești aici?

Ssst, eu dorm!

(degetul mare rămâne închis în pumn)

Toc, toc, toc

(loviți cu arătătorul îndoit celălalt pumn închis)

Domnule deget mare, ești aici?

Da, da, iată că ies!

(scuturați pumnul și scoateți degetul)



Puteți lega mai multe
cântece și poezii, în
funcție de atenția
bebelușului.

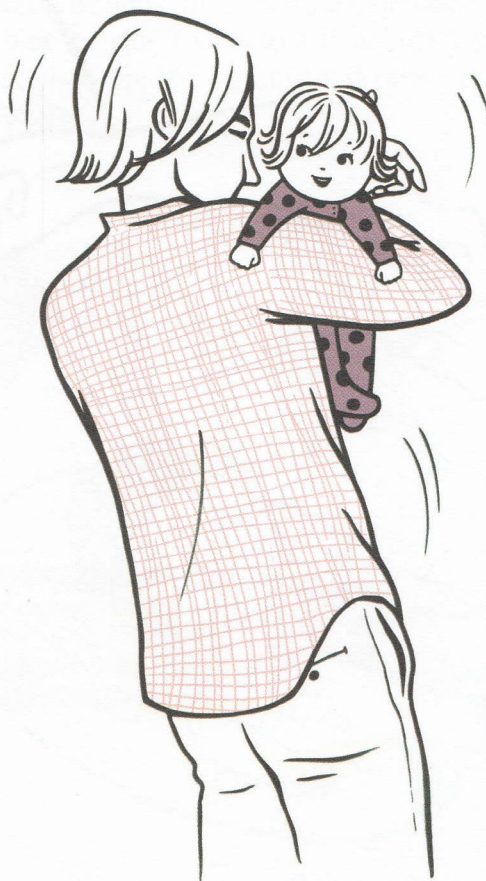


DANSĂM CU BEBELUȘUL

Pe bebeluș, dansul îl face receptiv la muzică și la mișcare. Dansul este o bună modalitate de a se distra, fiind un adevărat moment de relaxare pentru el. Toată lumea poate dansa. Puneți muzică și mișcați-vă în ritmul ei, lăsând sunetele să acționeze asupra dumneavoastră.

- **Luați bebelușul în brațe. Folosiți tot spațiul din încăperea pentru a dansa cu el.** Puteți cânta sau să îi fredonați melodia. Învârtiți-vă, creați tot felul de figuri și imaginați noi pași. Este un moment real de relaxare și de comunicare cu bebelușul. Mișcați-vă împreună pe ritmul muzicii. Împărtășiți un moment special împreună, de tandrețe și de complicitate. În brațele dumneavoastră, cel mic se calmează și se liniștește. Unii bebeluși pot chiar să și adoarmă!

- **Variați muzica, sunetele și ritmurile.** În timp ce dansați, cântați de mai multe ori același cântec, din ce în ce mai încet, până ajungeți aproape să îl șoptiți, legănându-vă ușor. Variați tonurile și vocile. Bebelușul dumneavoastră descoperă diferențele și își va exprima mirarea și bucuria la schimbări.





JOCUL CUCULUI... ASCUNS!

Acest joc îl va ajuta pe copilul de 8-12 luni să înțeleagă că oamenii vin, pleacă și se întorc din nou. Această experiență are rolul de a-i crea un sentiment de securitate, care îi va permite să trăiască mai ușor despărțirile de mai târziu.

Efectuați acest joc suficient de încet, pentru ca micuțul să aibă timp să înțeleagă etapele, procesul apariției și al dispariției:

- Ascundeți-vă fața în mâini și arătați-o din nou spunând: „Cu-cu!”
- Ascundeți-vă după o eșarfă colorată și faceți la fel!
- Ascundeți la spate o jucărie sau o păpușă, alternativ.
- Cântați un cântec și ascundeți-vă mâinile la spate.
- Dispăreți în spatele unei perdele sau ieșiți din încăpere spunând: „Cu-cu!”



Acest joc durează câteva secunde, dar poate fi repetat de câte ori doriți.

CU CEI MAI MARI

Când copilul are între 2 și 3 ani, vă puteți juca de-a v-ați ascunselea împreună (p. 92).