

Dezvoltare cognitivă (2-4 ani)

- **Numără până la 10 !**
- **Materiale:** coșuri/cutii/borcane/castroane, bețișoare, mărgelile mari, paste, nasturi mari, capace pet), hârtie, marker, bandă scoci sau lipici.
- **Obiective:** exersarea numărării, familiarizarea cu reprezentarea vizuală a cifrelor, sortare, comparație de cantități.
- **Descriere:** Folosind recipiente de același fel pe care lipiți bilețele cu cifre în centrul 1-10, invitați copilul să numere elementele pe care le puneți la dispoziție și să le așeze în recipiente, corespunzător cifrei scrise. Amestecați recipientele și rugați copilul să le ordoneze crescător (conform estimării vizuale a numărului de elemente, apoi conform numărării). Ajutați copilul să finalizeze sarcina cu succes și repetați procedura de mai multe ori, cu elemente diferite (bile, paste, nasturi etc), amestecând recipientele de fiecare dată. Întrebările deschise de tipul “În care castron sunt mai multe paste? Dar mai puține?” ajută copilul să compare cantitățile vizual, asociind ulterior cifrele mici cu cantități mici și pe cele mari cu cantități mari.
- *Între 2 și 3 ani copiii exersează și deseori încurcă succesiunea cifrelor, iar recunoașterea vizuală a numerelor este în faza incipientă. Exercițiile de acest fel contribuie la fixarea numărării. La 3 ani aceste cunoștințe prind contur mai ușor.

Dezvoltare socio- emoțională (2-4 ani)

- **Puzzle - Familia noastră**
- **Materiale:** poză de familie, foarfecă (folosită de adult), coală, lipici.
- **Obiective:** dezvoltarea sentimentului de apartenență prin rememorarea unui moment plăcut din viața de familie, petrecerea unui timp de calitate în familie.
- **Descriere:** Alegeți împreună cu copilul o fotografie de familie pe care o puteți reprinta ulterior, dacă doriți. Invitați copilul la rezolvarea unui puzzle prin tăierea pozei întâi în 4 bucăți, apoi în 8, 16, formele fiind la libera alegere (triunghiuri, dreptunghiuri, pe care le puteți denumi pentru familiarizare/repatere pentru copiii care le cunosc deja). Prezentați scopul ludic al activității, amintindu-vă în același timp momentul plăcut în care ați realizat fotografia, importanța sentimentului familial pentru fiecare dintre voi. Sprijiniți copilul în găsirea locului potrivit al fiecărei piese, amintindu-i poziția în care se aflau membrii familiei înainte ca fotografia să fie tăiată. Repetați cu orice alte imagini aveți la dispoziție. După ce interesul copilului se diminuează, poza poate fi lipită în format întregit pe o coală de hârtie sau poate fi înrămată confecționând o ramă din carton pictat.

Abilități de comunicare (2-4 ani)

- **Cunoașterea lumii** (Amenajarea unui cadru de joc de rol)
- **Materiale:** cutie/lighean din plastic, animale miniaturale (din lemn/cauciuc/pluș), elemente texturate și colorate aflate la îndemână, în funcție de mediul pe care doriți să-l creați.
- **Obiective:** dezvoltarea creativității, îmbogățirea vocabularului prin joc de rol.
- **Descriere:** Alegeți o temă pentru cutia senzorială pe care o pregătiți copilului, în funcție de materialele aflate la dispoziție. Un exemplu ar putea fi Polul Nord, cu ajutorul materialelor precum: cuburi de gheață, apă, animale din cauciuc reprezentative pentru zona respectivă, spumă de ras sau albuș de ou bătut, biluțe din polistiren, biluțe expandate din scutece nefolosite, etc. Realizați un cadru de joacă după imaginația proprie sau inspirat dintr-o poveste pe care o puteți reciti copilului.
- Sprijiniți explorarea lui prin întrebări deschise “Cum simți gheața? Dar spuma, bilele? Ce fac animalele de la Polul Nord astăzi?”. În funcție de nivelul de dezvoltare al limbajului copilului, contribuiți atât cât considerați util pentru a ghida joaca în mod educativ, în același timp oferiți libertate exprimării creativității omului mic. Repetați experiența folosind alte materiale pentru a crea alte contexte de joacă. Bucurați-vă de jocul de rol împreună cu copilul dvs!

Psihomotri citate (2-4 ani)

- **Jocul baloanelor**
- **Materiale:** baloane de diverse culori
- **Obiective:** antrenarea motricității fine și grosiere, exersarea numărării, antrenarea coordonării mână-ochi, a vitezei de reacție, a perseverenței, divertisment.
- **Descriere:**
- Umflați între 3 și 10 baloane colorate. Idei de provocări:
- - loviți continuu baloanele lansate în cameră, fără ca acestea să atingă podeaua
- - solicitați copilului să lovească doar baloanele de o anumită culoare, în timp ce dvs le lansați pe toate în jurul lui
- - numărați împreună câte lovituri succesive puteți aplica asupra balonului până ce acesta atinge podeaua
- - umflați balonul fără a-l lega la gură și oferiți-l copilului pentru a-i da drumul să zboare aleatoriu prin cameră pentru amuzament.
- - alegeți câte o parte a corpului pe care să o folosiți exclusiv la fiecare rundă pentru a menține balonul în aer: degetul arătător, cotul, capul, genunchiul, laba piciorului, etc . Schimbați partea corpului de fiecare dată când balonul ajunge la podea și jocul începe din nou. Puteți schimba partea corpului la fiecare lovitură, în funcție de vârsta copilului și capacitatea lui de a reacționa prompt la indicații diferite, în timp scurt.

Autonomie personală (2-4 ani)

- **Sănătate - Tabelul de igienă**
- **Materiale:** cărți pe tema igienei, cântece și scurte videoclipuri pentru copii pe această temă, tabelul de igienă atașat, imaginea cu recomandări pentru spălarea mâinilor, creioane colorate.
- **Obiective:** responsabilizare cu privire la igiena personală, întărirea obiceiurilor care contribuie la păstrarea sănătății.
- **Descriere:** Reamintiți copilului principalele norme de igienă pe care le cunoaște deja, adăugați unele noi dacă simțiți nevoia. Realizați pe o foaie A4 un tabel cu acțiunile de igienă și propuneți copilului ca acesta să fie afișat în baie. Răsfoiți cărți pe tema igienei din biblioteca personală, prezentați scurte videoclipuri pentru copii pe această temă, căutați și cântece pe tema igienei. Prezentați imagini cu recomandări pentru o igienă personală adecvată și discutați-le cu copilul dvs. Explicați, pe înțelesul lui, importanța păstrării sănătății, făcând referire la cele mai recente sau intense perioade de boală pe care copilul le-a traversat până acum, acest lucru ajutând la reamintirea experiențelor neplăcute cauzate de boală. Pentru evitarea repetării acestora, igiena personală este primordială. Afișați tabelul în baie și ajutați copilul să bifeze rutinele de fiecare dată când le aplică.

Dezvoltare cognitivă (4-6 ani)

- **Explorare și sortare pe culori**
- **Materiale:** bucăți de hârtie/textile de culori diferite, obiecte din casă,
- **Obiective:** antrenarea spiritului de observație, sortarea folosind criteriul culorii.

- **Descriere:**
- Oferiți copilului bucăți de hârtie colorată (sau textile de diferite culori) și lansați-i provocarea de a găsi obiecte din casă a căror nuanță să fie cât mai apropiată de cea propusă. Măriți dificultatea exercițiului de căutare prin limitarea la: o anumită cameră (căutăm culoarea doar în camera de zi), o anumită categorie de obiecte (doar haine, doar jucării, doar alimente), un anumit timp de căutare (clepsidra, alarma). Discutați despre felul în care a răspuns copilul provocărilor, apreciați reușitele și oferiți sugestii pentru nereușite cu scopul de a încuraja perseverența în jocurile viitoare de acest fel. Discuțați despre nuanțe (închis, deschis), asemănați-le cu elemente din natură și rostiți denumirile culorilor în mai multe limbi. Stabiliți de la început regula de a așeza toate obiectele la locul lor după încheierea jocului.

Dezvoltare socio- emoțională (4-6 ani)

- **Borcanul cu sclipici**
- **Materiale:** borcan/pet transparent, sclipici, apă caldă, lipici lichid/săpun lichid.
- **Obiectiv:** gestionarea emoțiilor cu încărcătură negativă prin strategii de mindfulness.
- **Descriere:** Unii copii au deja acest obiect (un recipient în care se adaugă sclipici, apă caldă, lipici lichid/săpun lichid). Acest instrument ne ajută să ne liniștim în momentele de agitație sau când trecem printr-o emoție dificilă. Putem numi emoția, iar ulterior agităm borcanul și așteptăm ca particulele de sclipici să se așeze, timp în care respirăm conștient de câteva ori: prelungim inspirul și expirăm ușor pe gură (fără a forța) astfel încât să ne folosim plămânii la întreaga lor capacitate (respirație diafragmatică). Întrebați-i pe copii dacă s-a schimbat ceva în starea lor odată cu așezarea particulelor de sclipici. Puteți să reluați ori de câte ori simțiți nevoia sau chiar să exersați alături de ei această strategie de gestionare a stărilor negative.

Abilități de comunicare (4-6 ani)

- **Jocuri simple cu cuvinte**
- **Materiale:** niciunul.
- **Obiective:** îmbogățirea vocabularului
- **Descriere:**
- **„Fazan”**
Este un joc foarte util pentru dezvoltarea vocabularului copilului și poate fi foarte amuzant pentru cei mici. Este important să ții cont de vârstă copilului: să nu îl soliciți mai mult decât poate să facă față și ține cont de faptul că nu știe foarte multe cuvinte. Poți, în schimb, să folosești acest joc pentru a repeta anumite cuvinte despre care știi că le-a învățat de curând sau cu care are anumite dificultăți. Fazan este un joc ideal pentru a face mai plăcute momentele atunci când gătiți, lucrați în grădină și nu puteți să vă jucați altfel sau ați epuizat celelalte idei.
- **Faceți un concurs de cuvinte** – de ex.cine spune mai multe cuvinte care încep cu litera b,c,d, etc.

Psihomotricitate (4-6 ani)

- **Cele 5 simțuri - Detectivul atingerii**
- **Materiale:** banderolă/insignă/lanternă/lupă, coală de hârtie, creioane colorate, materiale diverse din casă, lipici.
- **Obiective:** explorare senzorială, dezvoltarea motricității fine și grosiere, antrenarea curiozității și a dezinvolturii prin joc de rol.
- **Descriere:** Ajutați copilul, prin joc de rol, să devină un detectiv al simțurilor. Pentru a-l atrage și a-l determina să coopereze cu mult angajament, îi puteți oferi o banderolă, o insignă, o lanternă, lupă etc. În acest exercițiu ne vom axa pe simțul tactil. Invitați copilul să analizeze diverse obiecte texturate din casă, apoi să vorbească despre ele folosind cât mai multe cuvinte descriptive. Conturați pe coala de hârtie palma copilului de mai multe ori. Colorați fiecare palmă împreună cu copilul, folosind culori diferite. În dreptul fiecărei palme desenate scrieți un cuvânt care descrie senzații tactile, cum ar fi: moale, tare, aspru, înțepător, fin, rece, pufos, etc. La solicitarea dvs (în rol de comandant al detectivilor), copilul va porni în căutarea unui obiect care să corespundă texturii enunțate: burete abraziv, vată, obiect metalic, pană, etc. Acesta va fi lipit pe palma colorată. Repetați până la epuizarea texturilor descrise, iar dacă interesul copilului persistă, adăugați alte provocări asemănătoare.

Autonomie personală (4-6 ani)

- **Activități de viață practică - Gătit, spălat vase și haine**
- **Materiale:** vase, haine, alimente.
- **Obiective:** antrenarea abilităților de viață practică, responsabilizare cu privire la treburile casnice, petrecerea unui timp de calitate în familie
- **Descriere:** Implicați copilul cât de mult se poate în activitățile obișnuite de menținere a ordinii și curățeniei în casă. Cereți-i ajutorul la clătirea vaselor, încărcarea mașinii de spălat vase/haine și așezarea veselei la loc în dulapuri și sertare. Evitați obiectele ascuțite (cuțite și furculițe). Implicați copilul și în sortarea hainelor pentru spălat, întinderea acestora pe uscătorul de rufe, împachetarea și așezarea lor în dulap. Astfel veți petrece timp în mod util și veți educa frumos autonomia copilului.

**Stăm acasă,
dar suntem
împreună în
spațiul virtual.**

