Zabawy z kocem

Cele ćwiczeń:

- mają przede wszystkim charakter relaksacyjny.
- wpływają także na rozwój wyobraźni dziecka.
- w pewnych sytuacjach wspomagają rozwój społeczny –współdziałanie w grupie
- doskonalą orientację co do położenia ciała w przestrzeni

Pierwszą zabawą z kocem jest **kołyska**. Dzieci lubią być kołysane na boki, do przodu i do tyłu oraz na zasadzie zataczania kół. Przy okazji tej zabawy dostarczamy dziecku wrażeń płynących ze zmysłu przedsionkowego, który odpowiada za równowagę i orientację co do położenia ciała w przestrzeni. Kiedy proponujemy dziecku **kołyskę** w kocu, musimy zawsze przestrzegać kilku zasad w trosce o jego bezpieczeństwo. Mianowicie:

• dziecko układamy na środku koca, by nie spadło;

• osoby, które kołyszą dziecko, muszą przyjąć wygodną pozycję stojącą i pewnie uchwycić rogi koca;

• dobrze, by koc był normalnych rozmiarów, by po uniesieniu go z dzieckiem tworzył wyraźne zagłębienia po bokach;

• kołysanie rozpoczynamy od bardzo wolnych i delikatnych ruchów i cały czas bacznie obserwujemy dziecko: jeśli zauważymy u niego dyskomfort przerywamy zabawę, jeśli będzie radosne i rozluźnione możemy zwiększyć tempo i wychylenie koca;

• po zakończeniu zabawy pozwalamy dziecku odpocząć, nie wykonujemy żadnych gwałtownych ruchów i obserwujemy jego zachowanie.

Koc może być przydatny w innych zabawach, takich jak:

1. **Turlanie dziecka w kocu:** dorośli raz z jednej, raz z drugiej strony podnoszą koc w górę, by Dziecko mogło się kulać od końca do końca.
2. **Naleśnik:** zawijamy dziecko ciasno w rulon z głową poza kocem, zostawiamy na kilka minut, a potem je rozwijamy. (Starsze dzieci mogą próbować chodzić w naleśniku; pamiętajmy, by pomóc im wstać i asekurować je).
3. **Prezent**: sadzamy / kładziemy dziecko na środku koca, zawijamy chwytając rogi koca; dziecko musi się z niego odkopać, odwinąć.
4. **Namioty:** w różnych wersjach, np. koc rozłożony na plecach dorosłych, koc przydepnięty stopami dorosłych, którzy w dłoniach trzymają rogi koca.
5. **Ścieżka z koców:** dzieci na boso chodzą po rozłożonych na podłodze kocach (mogą zamknąć oczy, co spotęguje wrażenia dotykowe). Wtedy pamiętamy, by asekurować dzieci.
6. **Koc jako kamień:** dzieci przechodzą z koca na koc stawiając duże kroki.
7. **Jazda na kocu:** dziecko zajmuje miejsce na kocu w dowolnej pozycji, a dorosły ciągnie koc.
8. **Podrzucanie w kocu:** zawsze z baczną obserwacją dziecka i niezbyt mocno.
9. **Koc jako latający dywan** do zabaw relaksacyjnych.