

Ruch jest potrzebny do prawidłowego rozwoju, więc warto korzystać z okazji gdy pogoda ku temu sprzyja. Zabawy ruchowe sprawiają, że **kształtuje się poczucie równowagi, sprawność mięśni, precyzja ruchów, zręczność.**

Relaks

Puszczanie baniek jest bardzo relaksujące. W zasadzie nic nie trzeba robić, a zabawa jest super! Do tego można patrzeć jak się pięknie mienia.

Jak powstają bańki mydlane?

Cząsteczki mydła składają się z dwóch części: pierwsza część zachowuje się w wodzie jak olej, a druga jak alkohol, co oznacza że jedna część miesza się z wodą, a druga nie. Ponadto te części cząsteczki, które mieszają się z wodą również się przyciągają. Dlatego też ścianę bańki można przyrównać do kanapki, ponieważ cienką warstwę wody otaczają dwie warstwy cząstek mydła.

Dlaczego bańki mają różne kolory?

Dzieje się tak, dzięki zjawisku **iryzacji** (interferencja fal odbitych od przezroczystych ciał). Nazwa ta pochodzi od imienia bogini Iris – posłanki bogów, która jest uosobieniem **tęczy**. Sama bańka jest przezroczysta, ale widzimy różne kolory, ponieważ w momencie kiedy fale światła „uderzają” w bańkę, to ich część zostaje odbita i trafia do naszych oczu. Następnie część z fal przenika do środka i odbija się od wewnętrznej ściany bańki i również trafiają do naszych oczu. Odbite fale z obu ścian, zanim dotrą do naszych oczu interferują (wzmacniają lub wygaszają), w wyniku czego powstają tęcze kolory.

Małe, duże ogromne – co ma wpływ na wielkość bańki?

To, jak duże powstaną bańki zależy po prostu od roztworu. Jakości płynu, wody (miękką/twarda), samego przyrządu np. obręczy, sznurków. Bańki powinny składać się z wody, mydła i gliceryny lub cukru. Gliceryna sprawia, że bańka będzie elastyczna i później wyschnie. Ale są również przepisy na roztwory z cukrem pudrem.

Czy wiesz, że...?

Do tego wiesz, że przy **minus 15 stopniach**, gdy **bańka dotknie zimnej powierzchni zamarznie? Przy -25 stopniach bańka zamarznie w powietrzu.** Ja już nie mogę doczekać się zimy, by to sprawdzić. A Ty?

Druga ciekawostka dotyczy czasu życia bańki – wydawałoby się, że bańki bardzo szybko pękają. Jednak była bańka, która żyła prawie rok, bo **342 dni.** Była ona trzymana w słoju, w bardzo wysokiej wilgotności.

Ciekawe prawda? Co więcej ostatnie doniesienia naukowe dotyczące baniek pochodzą z lat 90 ubiegłego stulecia, a nie wszystko zostało jeszcze wyjaśnione.

Może któryś maluch ma ochotę zostać fizykiem?

Lubicie bańki?

INNE PROPOZYCJE

Rzut do celu – można rzucać do celu, do kosza, do narysowanej lub stworzonej np. z chusty/koca obręczy. Wystarczą piłeczki lub woreczek. Odległość możesz z czasem zwiększać, tak by dziecko miało większą trudność i jednocześnie przybierało inną pozycję do rzut

Chodzenie po krawężniku – świetne ćwiczenia na równowagę, do wykorzystania przy każdym spacerze.

Ułożymy obrazek z kamieni. Nawet nie przypuszczałam, że ta zabawa może być tak wciągająca.

Rzucanie w puszki

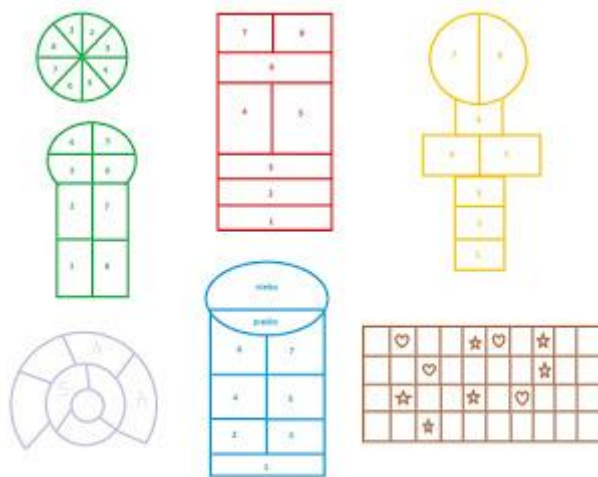


Gra w puszki to mnóstwo emocji dla uczestników w każdym wieku, a mając taki zestaw w domu nie trzeba czekać na wesołe miasteczko czy jarmark. Można się nimi doskonale bawić zarówno w domu, ogrodzi czy na wycieczce. Jednocześnie ćwicząc swoją celność i koordynację.

Gry w klasy

Gra w klasy to kolejna świetna zabawa z lat dzieciństwa naszych babć, mam i nas samych. Nie udało mi się znaleźć informacji kiedy dokładnie powstała gra w klasy, a ponieważ cieszy się popularnością na całym świecie i pod różnymi nazwami, ośmielam się postawić hipotezę, że powstała w kilku miejscach równolegle.

Zalety gry w klasy to przede wszystkim ćwiczenie skoczności, celności, refleksu, równowagi, znajomości cyfr oraz nauka współzawodnictwa i radzenia sobie z przegraną.



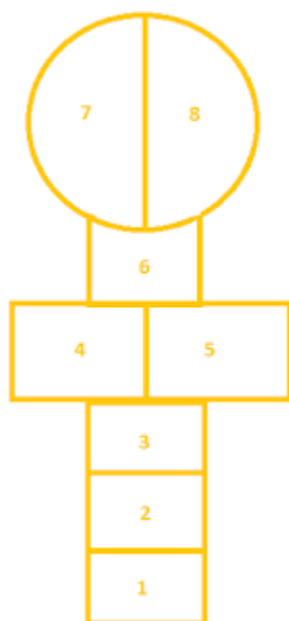
Jak grać w klasy?

Na ziemi rysujemy diagram (diagramów i możliwości jest całe mnóstwo, właściwie ogranicza nas tylko wyobraźnia), numerujemy go od 1 do 9, można wykroczyć poza 9 jeżeli Wasze dzieci znają dalsze cyfry i liczba pól w diagramie na to pozwala. Każde pole to jedna klasa. Skaczemy po kolei od 1 do 9, lub możemy wyrywkowo. Przed przystąpieniem do skakania, musimy na klasę coś rzucić, najlepiej kamyk lub monetę. To, co rzucimy nie może dotknąć linii klasy lub wypaść poza. Jeżeli niestety tak się stanie, jest to "skucha" i rzucającemu przepada kolejka. Wygrywa osoba, która jako pierwsza przeskoczy wszystkie klasy.

Grało się również w taki sposób, że umieszczano się kamyk na początkowym polu, a następnie skacząc z klasy do klasy, kopało się go na następne pola gry. Jeżeli zdarzyło by się tak, że kamyk zatrzymałby się na linii lub skaczący na niego nadeptnie, to traci kolejkę. Skakało się też z nogami na krzyż, z zawiązanymi oczami i tyłem.

Poniżej przedstawiam Wam znane mi układy do gry w klasy i ich zasady.

Chłopek



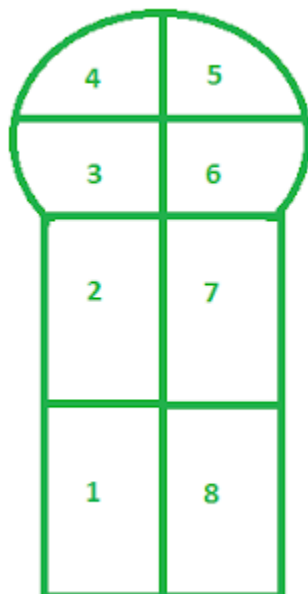
Grający wrzuca kamyk na pole z cyfrą 1, jeżeli mu się uda - kamyk nie dotnie linii, ani nie wypadnie, skacze dalej. Na pola 4 i 5 oraz 7 i 8 należy wskoczyć obunóż. Kiedy grającemu uda się przeskoczyć wszystkie klasy, odwraca się o 180 stopni i skacze od końca.

Pizza



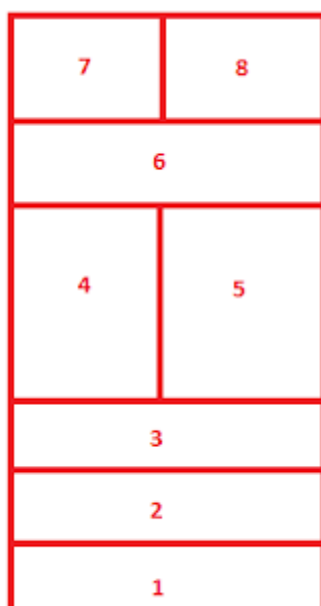
Zaczynamy od pola z numerem 1. Grający przeskakują w pierwszą stronę na lewej nodze, w drugą stronę na prawej.

Magiczna kula



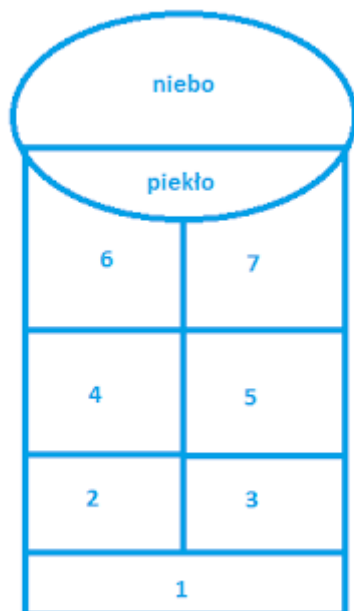
W tym wariancie uczestnicy skaczą na każdą klasę obunóż.

Szafa



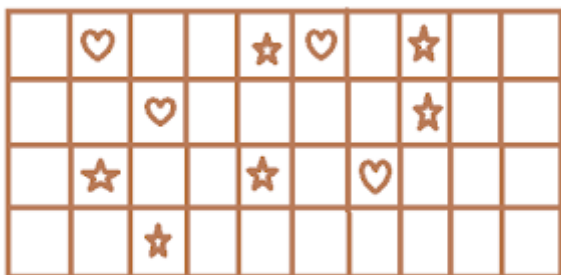
Tutaj z kolei na pola 1, 2, 3, 6 grający wskakują na jednej nodze, na pola 4 i 5, 7 i 8 na dwóch.

Niebo i piekło



Kolejna wersja, pewnie przez to supernaturalne nawiązanie do innych światów 😊 Tak jak poprzednio, gra rozpoczyna się wrzuceniem kamyka na odpowiednią klasę. Na pole 1 należy wskoczyć na jednej nodze, na pola 2 i 3, 4 i 5, 6 i 7 obunóż. Celem grających jest dostanie się do nieba. Jeżeli kamyk wpadnie do piekła, siadają i nie mogą więcej grać, kibicują pozostałym na placu boju. Wygrywa ten, komu uda dostać się do nieba.

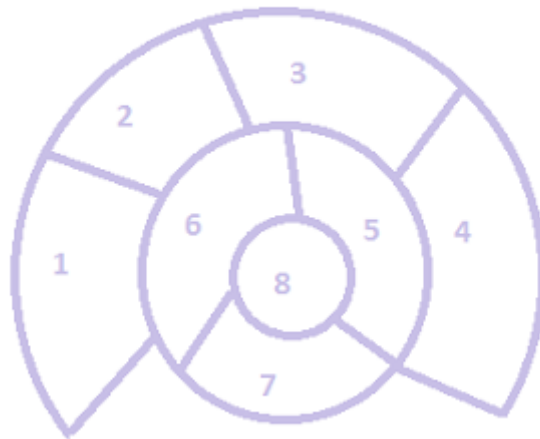
Czekoladki



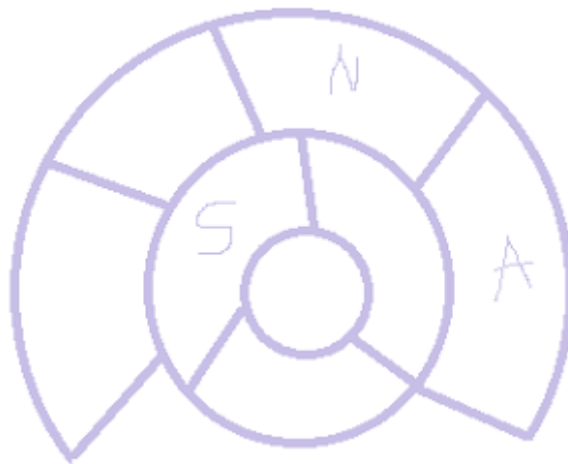
Grający ustalają swoje symbole, którymi będą oznaczać pola. Uczestnicy rzucają kamyk na dowolne pole, skaczą do niego na jednej nodze, a pole na które kamyk upadł oznaczają swoim symbolem. Żeby dostać się na swoje pole, trzeba przeskoczyć wszystkie kostki przed nim, zaczynając od lewego dolnego pola.

Zawodnicy nie mogą skakać po polach oznaczonych symbolami przeciwników.

Ślimak



W tej wersji zasady są takie jak w zwykłych klasach.



W kolejnej, pola na muszli ślimaka muszą być puste. Grający rzucają kamyk na kolejne klasy, a jeżeli uda im się przeskoczyć całą trasę, na dowolnym polu rysują pierwszą literą swojego imienia. Wówczas, w kolejnej rundzie mogą na tym polu odpocząć. Inne osoby muszą to pole przeskoczyć. Gra kończy się, kiedy cała muszla zostanie zapełniona inicjałami.