

Kreatywne zabawy plastyczne dla dzieci i rodziców

Czas, który spędzamy w domu odcięci od pracy, bliskich nam osób, kontaktów społecznych, nie musi być czasem straconym. W tej sytuacji najbliższa i najlepiej oddająca moje myśli jest sentencja Iwana Turgieniewa:

“Należy tak zorganizować sobie życie, aby każda chwila była ważna”.

Przymusową izolację i kwarantannę możemy spędzić na kreatywnych zabawach z dziećmi. Czasami wydaje się nam, iż potrzeba wielu słów i rozmów, aby zaspokoić potrzebę bliskości, tymczasem wcale tak nie jest. Wspólnie spędzony czas będzie intensywny i zaspokoi potrzebę bliskości nawet wówczas, gdy w ciszy będziemy robić coś wspólnie, np. rysować. Wspólne działanie zbliża ludzi, poprawia ich relacje, intensyfikuje więzi. Dodatkowo robimy coś dla siebie, gdyż zabawy zaproponowane przez mnie mają działanie relaksujące, odprężające, a nawet w pewien sposób samorozwijające. W swojej pracy socjoterapeutycznej z dziećmi uwielbiam wykorzystywać prace plastyczne, podczas takiej aktywności w dzieciach wyzwalają się pokłady pomysłowości i kreatywności. Dzieci przenoszą emocje na kartkę za pomocą odpowiednio dobranych kolorów oraz natężenia prowadzonych linii. Według mnie, są same zalety takich zabaw. Poniżej przedstawię przykładowe zabawy plastyczne:

1. Malowanie farbami do rąk - to moja ulubiona technika. Wystarczą farby specjalnie przeznaczone do malowania rękami i szary albo biały sporych rozmiarów papier. Jest wiele rodzajów farb i nie są one zazwyczaj zbyt kosztowne. Nie trzeba oczywiście chodzić do sklepu po farby, można je zamówić on-line z zachowaniem wszelkich zasad bezpieczeństwa. Malując, warto włączyć utwór “Cztery pory roku” Vivaldiego. Muzyka w połączeniu z malowaniem rękami działa bardzo uspokajająco, przede wszystkim pozwala przenieść emocje na papier. W związku z tym, nie narzucajmy tematu rysunku, pozwólmy narysować, co “nam w duszy gra”.
2. Kolaż - tu potrzebujemy kilku gazet i torebkę/torebki prezentowe. Dzieci wycinają z gazet wszystko, co w jakiś sposób ich dotyczy. Na zewnętrznej stronie torebki dzieci nakleją to, co widać z wierzchu - taki “ja zewnętrzny”, w środku natomiast to, co nie jest takie oczywiste, co jest ukryte, czyli taki “ja wewnętrzny”. W taką zabawę może bawić się cała rodzina. Może nie wszyscy wszystko o sobie wiedzą i taka zabawa będzie okazją do szczerego opowiedzenia o sobie i zacieśnienia więzi.
3. Tworzenie naczyń z gliny samoutwardzalnej - taka glina to tani i prosty materiał, twardnieje na powietrzu, a po wyschnięciu przypomina ceramikę. Możemy, np. ugnieść bryłkę gliny i uformować z niej kulę. Następnie wygładzić glinę i zacząć nadawać jej kształt misy. Trzeba odstawić na 1 lub 2 dni, to powinno wystarczyć do wyschnięcia.
4. Wycinanka (serwetka) - możemy znaleźć wzór, który chcemy wyciąć lub też jeszcze lepiej - pozwolić ponieść się wyobraźni i zrobić wycinankę-serwetkę zaprojektowaną przez nas samych. Widzieliście kiedyś wycinankę kurpiowską? Może odważycie się zrobić kiedyś podobną?

5. Origami - to sztuka składania papieru pochodząca z Chin. Ze złożonego papieru można zrobić kwiaty, zwierzęta, przedmioty. I tu także możemy skorzystać z gotowych wzorów lub dać się ponieść wyobraźni i stworzyć coś zupełnie własnego.
6. Wspólny rysunek - dzieci w parach otrzymują polecenie stworzenia wspólnego rysunku, może to być polecenie: "stwórzcie wspólnie słoneczny rysunek". Elementem integrującym, ale też utrudniającym jest to, że dzieci mają związane ręce (związane ręce nie pracują). Tak więc para ma do dyspozycji 2 ręce (lewą i prawą). Rysunek musi stanowić całość, wymaga zatem konsultacji w parach. Taka zabawa integruje, a także rozwija umiejętność komunikacji.
7. Moja planeta - przygotowujemy dla dzieci koła z papieru. Wyobrażamy sobie, że odbywamy podróż na wymarzoną planetę, na której trochę pomieszkamy, zatem trzeba ją urządzić. Malujemy na naszej planecie wszystko to, co chcielibyśmy, aby się na niej znalazło. Dzieci nadają nazwę swojej planecie. Możemy się na niej odwiedzać.
8. Teatrzyk cieni - to bardzo popularna zabawa. Wystarczy źródło światła, gładka ściana i pacynki. Pacynki można zrobić samemu, co może być dodatkową atrakcją. Jeśli nie mamy pacynek możemy wykorzystać swoje dłonie. Zabawa niesamowicie rozwija wyobraźnię dziecka.
9. Mandala - rysowanie mandali ma działanie wyciszające, wspiera też koncentrację. Mandalę wymyślili mnisi tybetańscy. Początkowo była usypywana z różnokolorowych piasków i służyła właśnie wyciszeniu. Nie mamy kolorowych piasków, zatem użyjemy kartki papieru i kredek. Rysujemy duże koło, a w środku różne, powtarzające się wzory. Kolory są nośnikami emocji i używamy ich adekwatnie do naszego aktualnego stanu emocjonalnego.
10. Robimy maski - w innej sytuacji zaproponowałbym zrobienie maski z gipsu; w związku z tym, że teraz może być trudniej go dostać, możemy zrobić maskę z kartonu, papieru i odpowiednio ozdobić. Ta zabawa również rozwija wyobraźnię. Dobrze w tego rodzaju aktywności powinny czuć się dzieci lubiące sztukę, teatr.

Efektami prac można podzielić się pisząc na maila: m.witkowska@edu.um.wrszawa.pl

Inspiracje czerpałam z moich ulubionych książek:

1. "Sztuka, która pomaga dzieciom" - K. Opala-Wnuk
2. "49 gier i zabaw" - J. i B. Luvmour
3. "Hygge. Duńska sztuka szczęścia" - M. Sørderberg

Przygotowała: Marta Witkowska