

## AKTIVNOSTI ZA OTROKE V ČASU KORONA VIRUSA



Da bodo otroci čim manj pred zasloni (takšnimi ali drugačnimi), je tu nekaj idej za otroške aktivnosti, da bo življenje v prihodnjih dnevih (tednih) nekoliko lažje.

### 1. Branje spodbuja domišljijo

Berite, berite in še enkrat berite! Branja ni nikoli preveč. Med poslušanjem pravljic otroška domišljija dela na 200% in z branjem jo pomembno vzpodbujate. Če so otroci starejši in že berejo ali se branja ravno učijo, je to še toliko bolj pomembno. V tem primeru sami vzemite svojo knjigo v roke in berite in otroci vam bodo sledili. Saj veste, zgledi vlečejo.



### 2. Družabne igre so vedno dobra ideja

Igrajte se z družabnimi igrami. Družabne igre so zabavne in kar je še boljše, spodbujajo otrokovo koncentracijo.



### 3. Otroške igre - Igrajte igre, ki ste se jih vi igrali kot otroci

Se še spomnite svojih iger, ki ste se jih igrali kot otroci? Npr. gunitvist, ristanc, zemljo krast, kdo se boji črnega moža, gnilo jajce in še ostale? No, sedaj je čas, da jih pokažete vašim otrokom!



### 4. Vsakdanja opravila

Otroke vključite v vsakdanja opravila. Naj vam pomagajo pri pospravljanju, pripravljanju mize, zlaganju posode v stroj in iz stroja, likanju in kuhanju.

### 5. Ustvarjanje

Ustvarjajte, ustvarjajte in še enkrat ustvarjajte:

- naredite svoj plastelin
- ker je bilo letos snega zelo zelo malo si lahko naredite sneg kar doma
- prihaja velika noč, zato se lahko nanjo že pripravite in ustvarite velikonočne košarice ali pirhe iz papirja
- ustvarjajte iz slanega testa
- ali pa naredite mape za shranjevanje otroških risbic



## 6. Igrajte se šolo

Lahko se igrate šolo tudi, če (še) niste v šoli. Kar nekaj založb je brezplačno ponudilo dostop do gradiv za mlajše otroke. Veliko teh gradiv je uporabnih tudi že nekoliko prej, zato se jih lahko poslužujete tudi pri mlajših, npr. 5-letnikih.

## 7. Pospravljajte

Končno lahko postorite v hiši vse, za kar vam je sicer zmanjkovalo časa. Obrnite pohištvo v otroški sobi in jo tako malce spremenite, otroci pa naj vam pri tem aktivno pomagajo. Skupaj pregledajte vse igrače, jih nekaj odstranite ter pripravite za podaritev. Lahko pregledate vsa njihov oblačila in uredite vse omare. Pospravite okoli hiše, po balkonu, po najbolj oddaljenem predalu.

## 8. Glasbena zabava

Otroci obožujejo glasbo, ples in petje. Pripravite jim plesno zabavo ali popoldan karaok. Pomagajte se jim obleči kakor njihove najljubše zvezde in uživajte v predstavi. Lahko pa jih naučite igrati na kakšen instrument, ki ga igrate tudi sami. Ste že kdaj ustvarili lasten inštrument? Poglejte ideje in navodila!

## 9. Photo session

Pripravite nekaj kreativnih elementov, kot so božične kapice, jelenčkovi rogovi, klovnovski klobuki in očala ali kakšna posebna oblačila in se igrajte fotografe. Otroci obožujejo fotografiranje, če lahko fotografije takoj vidijo. V kolikor so vaši otroci že večji, jim lahko prepustite pravi fotoaparatus, mlajši pa lahko fotografirajo s kakšnim odsluženim pametnim telefonom. Zagotovim vam lahko, da se bodo noro zabavali, hkrati pa boste imeli kakšno noro družinsko fotografijo.

## 10. Telovadite

Zadnja, ampak najbolj pomembna točka, je zagotovo telesna aktivnost. Pojdite na sprehod na kakšen neobljuden hrib, v gozd, na kolo. Kamorkoli, le da ste na zraku! Če imate dvorišče, si postavite improviziran gol in igrajte nogomet ali rokomet, skupaj naredite koš za košarko ali mrežo za odbojko. Pojdite rolat. Otroci so navdušeni, če jim nekdo kaže vaje, za katere ideje lahko dobite tudi na Youtube in tako telovadite skupaj.

Resno, telesna aktivnost je izredni pomembna v tem času omejitev!



Najpomembneje pri vsem skupaj pa je OSTATI DOMA, oziroma v čim večji izolaciji. Izogibajte se kakršni koli gneči, ne hodite na igrišča in na obljudene predele. Izkoristite gozd in naravo ter družbo drug drugega.

<https://www.megamama.si/aktivnosti-za-otroke-v-casu-korona-virusa/>