

## **Aktivity pre celú rodinu**

*Tieto hry a aktivity môžete realizovať s deťmi v domácom prostredí. Sú veľmi jednoduché a nevyžadujú dlhšiu prípravu ani špeciálne pomôcky.*

### **Guľovačka v izbe**

Ak to nie je možné zrealizovať vonku, môžete si zahrať guľovačku aj v izbe. Zo starých novín si urobte spolu s deťmi „snehové gule“. Keď už dieťa omrzí robiť gule, môžete ich dať všetky na jedno miesto a dieťa sa v nich môže hrať. Potom sa môžete hrať s nimi tak, že si ich dáte do vedra, potom si ich vysypete na hlavu a môžete sa aj navzájom guľovať.

### **Hra na autá**

Dieťa je vodič, má v rukách volant a behá po izbe. Rodič je semafor. V ruke môže mať červený alebo zelený balón (loptu). Keď zdvihnete červený, poviete: „Stát!“ Dieťa sa zastaví. Keď rodič zdvihne zelený balón, dieťa sa opäť pohne. Keď je dieťa staršie, môžete použiť aj oranžový balón.

### **Hra s baterkou**

Túto hru môžete hrať večer, keď je tma. Rozsvietenú baterku namierte na podlahu. Úlohou dieťaťa je šliapnuť tam, kde sa objavilo svetlo. Keď sa mu to podarí, môžete zasvietiť na iné miesto. Pri hre sa môžete aj vystriedať, deti si tak s rodičmi užijú veľkú zábavu.

## **Kocka so zvieratami**

Na staršiu kocku, ktorú už nepoužívate na iné účely, nalepte obrázky takých zvierat, ktoré sa ľahko napodobňujú. Kocku potom striedavo hádžte spolu s dieťaťom. Ktorý obrázok zvieratá padne, také zviera napodobní striedavo rodič i dieťa.

## **Hádzanie do koša**

Môžete si pripraviť napríklad kôš na prádlo a niekoľko menších loptičiek. Dieťa hádže loptičky do koša. Keď ich všetky nahádže, môže ich vysypať a začne hádzať odznova.

## **Hľadanie farebných papierikov**

Po celom dome alebo byte rozmiestnite farebné lepiace papieriky, ktoré sa používajú na písanie poznámok. Povedzte dieťaťu, aby začalo papieriky hľadať. Papieriky umiestnite tak, aby ich dieťa mohlo samo odlepiť. Nájdené papieriky môže dieťa lepiť na veľký výkres. Ak dieťa už pozná farby, môžete mu pripraviť výkresy v tých farbách, v akých sú aj papieriky. Nájdené papieriky potom lepí na výkresy v rovnakej farbe.

## **Hľadáme plyšovú hračku**

Dieťa si vyberie obľúbenú plyšovú hračku. Rodič potom hračku schová a dieťa ju hľadá. Keď dieťa hračku nájde, schová ju ono a hľadá rodič. Ak máte maličkú plyšovú hračku, môžete si ju schovať aj na tele pod sveter. Podobne to môže urobiť aj vaše dieťa a hračku hľadáte vy.

## **Hráme sa na opice**

Rodič môže byť stará opica, ktorú napodobňuje dieťa. Vymýšľa rôzne pohyby rukami, nohami, celým telom. Dieťa rodiča napodobňuje a vďaka tejto hre si môže precvičiť celé telo.

## **Skúmanie rukami so zaviazanými očami**

Túto hru môže hrať dieťa, ktorému nevaďí, keď má chvíľku zaviazané oči. Rodič si pripraví niekoľko hračiek a predmetov. Potom mu vysvetlí, že bude predmety skúmať rukami a bude zisťovať, čo práve drží v ruke. Pokúste sa pripraviť také predmety, ktoré sa od seba líšia tvarom, materiálom, veľkosťou a podobne.

## **Preskakujeme mláky**

Z alobalu si vystrihnete nepravidelné oválne útvary, ktoré predstavujú mláky. Alobaly položte na podlahu v izbe. Rodič s dieťaťom behajú po izbe a keď prídu ku „mláke“, musia ju preskočiť.

## **Šatka**

Rodič si dá za pás šatku tak, aby jej väčšia časť visela von. Potom behá po byte a dieťa sa pokúša šatku chytiť a vytiahnuť ju z nohavíc. Keď sa mu to podarí, tak si úlohy vymenia a rodič naháňa dieťa. Samozrejme, rodič svoj beh iba predstiera. Dôležité je, aby hra dieťa bavila.

## Zahrajte sa s farebnou penou

Výroba penovej farby je veľmi jednoduchá. Stačí vám pena na holenie, tekuté lepidlo a potravinárske farbivo. Zmiešajte rovnaké množstvo peny na holenie a lepidla do igelitového vrečka, pridajte požadované farbivo. Potom vrečko pevne zatvorte a odstrihnite roh na konci vrečka. Potom už len nechajte svoje deti, aby si na tvrdý papier alebo kartón vytvorili obrázok. Po dokončení odložte obrázok, aby pena mohla cez noc vyschnúť a stuhnúť.



## Vyrobte si vlastnú plastelínu

S plastelínou sa zabavia nielen malé deti. Väčšie deti vám už môžu pri výrobe plastelíny asistovať a celý proces tak bude väčšia zábava. Budete potrebovať 300 ml vody, 150gr hladkej múky, 75gr soli, 2 PL octu, 1 PL oleja a ľubovoľné potravinárske farbivo (ak nemáte, tak môžete pridať detské voskovky, potom už netreba pridávať olej). Všetko spolu zmiešajte v panvici alebo hrnci a za stáleho miešania na miernom ohni, až kým nedosiahnete želanú konzistenciu. Skladujte v chladničke. Plastelínu môžete krájať, formovať, vykrajovať, či ozdobovať podľa vlastnej fantázie.

