KAKO PROVODITI VRIJEME S DJECOM KOD KUĆE?

U ovim izazovnim danima kada djeca ne idu u vrtić, a mnogi roditelji rade od kuće, obitelji se susreću s pitanjima kako kvalitetno ispuniti vrijeme.

Kao inspiraciju, donosimo vam prijedloge edukativnih i zabavnih aktivnosti koje možete raditi s djecom ili ih oni mogu raditi samostalno.

Zajedno čitajte, slušajte glazbu, crtajte i izrađujte oblike i likove od papira ili materijala koje imate kod kuće, zaigrajte društvene igre, uključite djecu u pripremu obroka, razgovarajte...

Kako biste vrijeme koje provodite kod kuće ispunili zanimljivim, zabavnim i poučnim aktivnostima, donosimo vam nekoliko prijedloga:

1. **Slikovnice**

Slikovnice s raznim crtežima i ilustracijama možete koristiti u igri s djecom od najmlađe dobi, pa sve do djece predškolskog uzrasta. Zajedničko gledanje sličica može potaknuti dječju znatiželju i maštu.

S djecom koja imaju između jedne i tri godine možete razgovarati o slikama koje se pojavljuju u slikovnici kako biste im pomogli da bolje razumiju i koriste riječi. Pokažite prstom na sliku i zajedno izgovorite riječ koja opisuje sliku. Jedan dio vremena možete posvetiti i razgovoru o bojama, imenujući različite boje na stranici.

Djeci od četiri do šest godina možete pokazivati stranice slikovnice i poticati ih da pričaju o tome što sve vide na ilustracijama. Potaknite ih i da izmisle priču o predmetima koje su nabrojali, ili da izraze svoje mišljenje o njima. Također im možete predložiti da slične predmete pronađu u svojoj neposrednoj blizini.



2. Papir i pastele

Iskoristite vrijeme koje provodite kod kuće za kreativno izražavanje. Koristeći papir i pastele, djeci od godinu dana možete nacrtati različite oblike (trokut, krug, kvadrat) i obojati ih te ih potom izrezati. U svakom obliku probušite rupu te provucite obojeni konac ili špagu kroz rupe. Povezane oblike objesite negdje gdje će ih vaše dijete moći promatrati. Iskoristite ovu priliku i pričajte djeci o bojama i oblicima koje ste koristili. Ova aktivnost potiče djecu da pokušaju uhvatiti oblike koji su im na dohvat ruke, što pomaže u razvoju njihove motorike.

Malo starijoj djeci, do tri godine starosti, možete prepustiti da se sami okušaju u crtanju. Naučite ih kako da drže pastele na pravilan način, i dopustite im da crtaju što god žele. Ako imate mogućnost, njihove likovne uratke objesite/zalijepite negdje na vidljivo mjesto na zid. Djeca se kroz crtanje izražavaju, razvijaju kreativnost i spretnost, a istovremeno mogu učiti o različitim bojama i oblicima. Potaknite djecu na razgovor dok crtaju, pitajte ih što su nacrtali, a možete i crtati s njima.

Djeca se u dobi od četiri do šest godina mogu zabavljati crtajući samostalno, a nakon što završe s radom, potaknite ih da vam prezentiraju i opišu svoj crtež. Ako imate više djece, potaknite ih da jedno drugo slušaju prilikom prezentacije. S djecom u ovoj dobi možete vježbati presavijanje papira u različite oblike, ali i izrezivanje papira što je vrlo bitno za razvoj fine motorike te stvaranje kolaža od komadića papira.

3. Lutke

U rukama kreativnih odraslih ljudi, igranje s lutkama pruža mogućnost za prezentiranje teških tema i situacija. Ukoliko imate doma lutke koje možete navući na svoj dlan (ili možete sami kreirati takve lutke), iskoristite ovu vrstu aktivnosti za razgovor i zabavu. S najmlađom djecom možete krenuti laganom promjenom boje svog glasa, pri čemu ćete pričati djetetu o lutki. Potaknite dijete da dotakne lutku, neka opipa teksturu lutke i igra se s njom, ukoliko želi.

Za djecu do tri godine starosti, korištenje lutke može pomoći u otvaranju težih tema za razgovor. Njima razumljivim jezikom otvorite teme koje su trenutno aktualne, pričajte s djecom o trenutnoj situaciji, objasnite im zašto moraju biti kod kuće. Osim ozbiljnih tema, lutke mogu poslužiti i za pjevanje s djecom. Neka lutke postavljaju djeci pitanja, kao što su djetetovo ime, kakvu odjeću nosi, da nabroji dijelove tijela i slično. Potaknite djecu da se sami okušaju u glumi, te im dajte lutke da oni samostalno osmisle priče i pjesmice. Na taj način potičete razvoj njihove mašte, i učite ih pravilima ponašanja (potaknite ih da s lutkama budu nježni, čime će naučiti kako se odnositi prema svojim prijateljima). Kroz igru djeca mogu razvijati sposobnost rješavanja problema.

Stariju djecu možete potaknuti da zajedno, kroz lutke, odglume neku poznatu priču. Podijelite uloge i lutke, i krenite u pričanje priče. Djeca mogu koristiti ovu aktivnost da bi ispričali i nešto iz stvarnog života, bilo da se radi o sretnom ili tužnom događaju. Potaknite ih da pričaju o stvarima koje ih muče, razgovarajte o odnosima, a ovu

aktivnost možete koristiti i da bi nešto naučili. Djeca kroz ovu aktivnost razvijaju maštu, uče kako izraziti emocije i dijele iskustva.



4. **Domino pločice**

Ove poznate pločice mogu vam pomoći u interakciji s djecom od godinu dana starosti na više. S manjom djecom možete slagati različite oblike, potičući ih da imenuju oblik koji su kreirali. Također, pokušajte sami kreirati svoj oblik i potaknite djecu da sa svojim pločicama naprave isti takav oblik. Prebrojite točkice na domino pločici i potaknite dijete da pronađe pločicu s istim brojem domina.

S djecom od šest godina starosti možete igrati klasičnu igru domina. Svatko dobije jednak broj pločica u ruku i cilj je da svatko spusti po jednu dominu i nastavi niz. Ukoliko netko nema u ruci odgovarajuću pločicu, uzima iz hrpe novu. Igra je gotova kad prva osoba ostane bez pločica. Igrajući ovu igru djeca uče pratiti pravila i brojati do 20. Pomoću ovih pločica možete učiti zbrajati tako što ćete prebrojati broj točkica na jednoj i drugoj strani pločice i zbrojiti koliko ih je ukupno.



5. **Vidim nešto**

Važno je da s djecom nastojite biti u ravnini očiju te da im pričate o svemu što ćete raditi. S djecom do tri godine starosti možete hodati prostorijom i prstom upirati prema određenom predmetu, ispitujući ih što je to što vidite. Potičite djecu da dodiruju različite teksture i predmete, istovremeno im pričajući o tome što dodiruju. Djeca će, prepoznavši objekt, nastojati imenovati ga, razvijajući komunikaciju s vama, što im pomaže u izgradnji društvenih vještina, ranog učenja, razvoju samopouzdanja i samosvijesti. Ovu igru možete okrenuti i na način da vi kažete naziv nekog predmeta i potaknete djecu da ga pronađu.

6. **„Morska košarka“ ili „Proljetna košarka“**

Od plastičnog kinder jajeta napravite ribu ili pčelu, a od gornje polovice boce napravite more ili livadu. Sa špagom privežite ribu/pčelu na čep, te nakon toga primite bocu za čep te pokušajte ubaciti ribu/pčelu u more/livadu. Igra potoče razvoj koordinacije oko-ruka, razvoj fine motorike te kreativnosti.





A donji dio boce možete iskoristiti za npr. bubamaru.



7. **Uskršnji zec**

Razrežite donju polovicu boce, zalijepite ili nacrtajte oči, nos, brkove i uši. Zec vam može poslužiti kao uskršnja košarica za pisanice koja ćete napraviti zajedno s djecom.



8. **Izrada senzorne boce** – odličan poticaj za djecu od najranije dobi

Postoji zaista mnogo načina za izradu senzorne boce. Jedini neophodan materijal je boca! Što ćete u nju staviti je na vama, ali najčešće je to neka kombinacija **tekućih sastojaka** (voda, ulje, šampon, ljepilo…) i **krutih sastojaka** (gumbi, igračke, šljokice, kamenčići, perle…). Za stariju djecu sama izrada senzorne boce može biti zanimljiv projekt.
Malim bebama koje još ne mogu samostalno manipulirati bocom, osigurajte potrebnu senzornu stimulaciju tako da vi manipulirate bocom u njihovom vidnom polju. Zvučni i vidni podražaji vrlo su važni u ovom stadiju razvoja, a vaše prisustvo pomoći će bebi da neometano istražuje.
S razvojem grube motorike, bebe mogu i samostalno manipulirati bocom, tresti je i okretati. Ove aktivnosti pomažu djetetu da razumije na koji način može utjecati na svoju okolinu. Zbog bogatstva podražaja (vizualnih, zvučnih, taktilnih), senzorne boce dugo zadržavaju pažnju djeteta te mu pomažu pri regulaciji emocija.

Postupak izrade senzorne boce:

1. Uzmite praznu prozirnu plastičnu bocu i uklonite tragove etikete.
2. Koristeći lijevak, ispunite bocu do pola s uljem.
3. Ubacite šljokice, kamenčiće, gumbe, igračke, magnete...
4. Vodu obojite s prehrambenom bojom ili temperom (po izboru) te ulijte do vrha boce.
5. Bocu čvrsto zatvorite, a možete i dodatno zalijepiti čep s vrućim ljepilom.
6. Protresite bocu i uživajte u čarobnom efektu!



Bocu možete dodatno ukrasite, nacrtajte joj oči, usta, napravite ticala i krila pa može postati čarobni leptir!



Pozitivni efekti senzorne boce: pomaže pri samoregulaciji emocija, izvor je senzornih i motoričkih podražaja (vid, sluh, dodir), razvija svijesti o uzročno-posljedičnim vezama, te pažnju i koncentraciju.

9. Čunjevi za rušenje

Potrebne su vam plastične boce ili limenke, boja i manja lopta.
Plastične boce ili limenke obojite po želji. Kad se osuše, poredajte ih u obliku trokuta i igra može početi!





10. **A da naprate jedan ”Čovječe, ne ljuti se”?!**

Jedna od najpoznatijih društvenih igara svakako je Čovječe, ne ljuti se. Ova je odlična igra dugi niz godina zaslužno na prvom mjestu na ljestvici najpopularnijih igara, a rijetko tko ne zna njezina pravila. Igra se bazira na brzini, ali nudi i opcije za kreativnošću. No, najvažnija stvar koju ova igra uči je ravnopravnom i poštenom igrom, te kako samo ime kaže, da nema ljutnje.

Uz toplije vrijeme sve je ljepše raditi i nešto na zraku. Onaj stolić što ste namijenili za krupni otpad nakon proljetnog čišćenja radije iskoristite da napravite svoju verziju igre ”Čovječe, ne ljuti se”. Okupite male i velike kreativce i zabavite se dok izrađujete ploču za igranje, a kad je sve gotovo zaigrajte i ne ljutite se!



11. **Igra pamćenja-Memory**

Od kartona, časopisa, kolaža i bojica možete napraviti
i **vlastitu igru *Memory.*** Djetetu čak možete i zadati temu oko koje će se vrtjeti igra, poput životinja, biljka, prijevoznih sredstava i slično.

12. Od **stare ratkape** možete napraviti novi cvijet za vaš vrt ili terasu. U **staru gumu** možete posaditi cvijeće, o kojem će se kasnije brinuti vaše dijete.






13. Briga za biljke

Još jedna zanimacija uz koju djeca mogu učiti je **sađenje sjemenke** (npr. graha ili cvijeća) u prozirnu plastičnu posudicu. Tako će se u nekoliko dana početi razvijati korijenje i listovi, a dijete će moći voditi brigu o biljci i promatrati sve promjene.

14. S temperama, čepovima i ljepilom, nastaju prekrasni, kreativni radovi!




15. "Crtanje" slamčicama

Ako se u vašim ormarićima nalaze **slamčice,** dijete može crtati na vrlo osebujan način. Dovoljno je staviti određenu količinu tempera pomiješanu s vodom i potom **kroz slamčicu puhati prema boji na papiru**. Puhanjem će se stvoriti zanimljivi oblici i eto pravog malog remek-djela.

16. Šarena riža

Svi je imamo u kući, a s malo truda, obična bijela riža mogu postati šarena, zabavna zrnca, s kojom djeca vježbaju motoriku, osjetila, kreiraju igre i pronalaze zabavu tamo gdje najmanje mislimo da budu.
Nije teško za napraviti, a djeca joj ne mogu odoljeti. Pogotovo ona manja.

Potrebno vam je: riža, boja za kolače ili tempera, ocat, nekoliko posudica

Upute:

1. Stavite ocat u posudu i dodate nekoliko kapi boja za kolače ili temperu
2. Dodati rižu u posudu (riža mora biti cijela pokrivena).
3. Ostavite da odstoji nekoliko sati.
4. Izbaciti višak octa i staviti rižu na sunce da se osuši.

Savjeti za pripremu:

- Rižu je najbolje pripremiti i ostaviti da odstoji preko noći.
- Rižu sušiti vani zbog mirisa.
- Biti će potrebno nekoliko sati da se potpuno osuši. Možete ju koristiti više puta, nije lako kvarljiva.

Savjeti za igru:

- Dati djetetu nekoliko žličica i posudica za igru, da može preslagivati rižu s njima i da može puniti posudice.
- Dati malu lopaticu za pješčanik.
- Igrajte se kuhara i isprobavajte njihove specijalitete.
- Ako napravite više riže, stavite je u dublju posudu i dopustite djetetu da zavuče rukice u nju.
- Možete ju koristiti s plastelinom za ukrašavanje figurica, jela, životinjica, i sl.
- Dodati malo vode u prozirnu posudicu (čaša, staklenka i sl.) i dopustite djetetu da doda žličicu riže. Miješanjem će se riža vrtiti, a možete mu objasniti i zašto riža potone (za razliku, od npr. lista).
- Ako imate dobrog ljepila doma, možete kreirati i zabavne slike, na način da je bojate rižom.



17. Piste za autiće

Uz pomoć izolacijske trake ili bilo koje **ljepljive trake u boji na podu napravite obrise trkaćih traka**, iznesite autiće i zabava može početi.

18. Izrada domaćeg plastelina

Plastelin je odlična igračka za djecu jer im omogućuje da maksimalno izraze svoju kreativnost. Dok ga *diraju*, *stišću*, *rastežu* i *gnječe*, djeca doživljavaju širok spektar senzorne stimulacije. Plastelin je u kategoriji “gnjecavih” senzornih podražaja. Igra s njim većinom uključuje gnječenje, razvlačenje i građenje. Djeca također uče da svaka akcija ima posljedice. Plastelin razvija i **okulomotornu koordinaciju** i poboljšava **finu motoriku**. Zato što je igranje plastelinom mirna aktivnost, pomaže vašem djetetu da se **riješi stresa** i pomaže mu u **uspostavi ravnoteže.**
Iz svih tih razloga, dobro je imati plastelin u kući, a mi ćemo vam pokazati kako da napravite vlastiti – na brz i jednostavan način.

Uključite i dijete u izradu! Tako će na praktičan način naučiti razne kemijske principe. Djeca mogu mjeriti sastojke, miješati i naravno predvidjeti i bilježiti rezultate. Istražite što je to smjesa tako što ćete pomiješati sol i brašno – dvije tvari koje se miješaju bez ikakve kemijske reakcije. Zatim istražite najčešće otapalo na svijetu – vodu i gledajte kako nastaje otopina dodavanjem prehrambenih boja. Probajte pomiješati ulje i vodu. Ne miješaju se! Ulje je hidrofobna, nepolarna molekula i ne otapa se u vodi.
Stavite sve te sastojke u posudu i dobro promiješajte dok ju zagrijavate. Nastupaju razne kemijske reakcije i rezultat je nešto sasvim drugo – kemijski spoj. **Brašno** sadrži proteine koji se u dodiru s vodom šire i razvlače. **Sol** pomaže pri

stabilizaciji strukture i sprječava kvarenje. **Ulje** također ima svoju ulogu, pruža potrebnu vlažnost kako plastelin ne bi bio suh i raspadao se. **Limunska kiselina** pruža dodatnu elastičnost. Rezultat je super gnjecavi plastelin spreman za male prstiće.
Naravno, postoje i drugi recepti, pa se zabavite eksperimentiranjem s različitim sastojcima i gledajte po čemu se plastelin razlikuje.

POTREBNI MATERIJALI ZA IZRADU PLASTELINA KOD KUĆE:



S malo brašna, vode, soli. ulja i limunske kiseline, možete napraviti savršen domaći plastelin

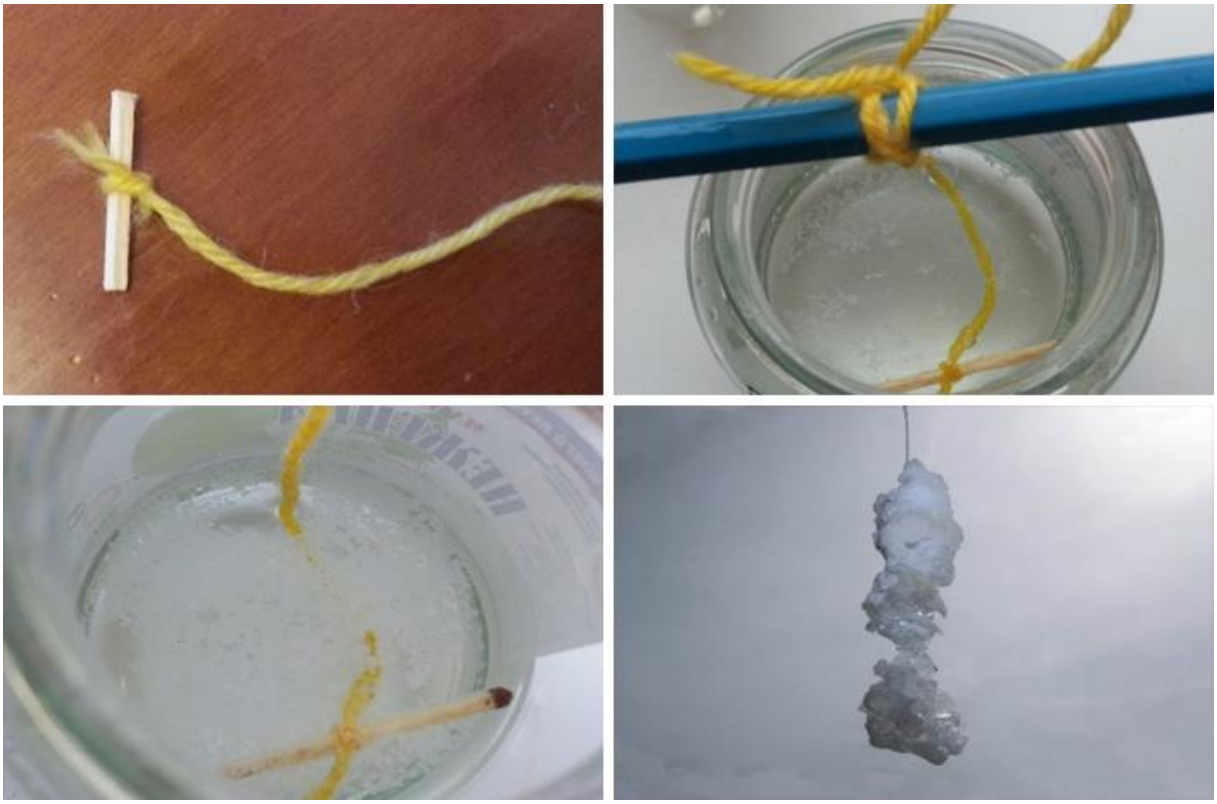
- 2 šalice brašna
- 2 šalice vode
- 1 šalica soli
- 1 žlica ulja
- 2 žličice limunske kiseline
- Nekoliko boja za hranu (ako nemate prehrambene boje, možete koristiti i tempere ili umješati u tijesto mljevenu crvenu papriku za crvenu boju, ili kakao za smeđu boju...)

POSTUPAK IZRADE PLASTELINA KOD KUĆE:

1. Pomiješajte brašno, sol i limunsku kiselinu u jednoj posudi.
2. Uzmite lonac i u njega stavite vodu i žlicu ulja.
3. Stavite sadržaj iz posude u lonac i sve promiješajte dok se smjesa ne zgusne.
4. Grijte lonac na laganoj vatri i miješajte smjesu oko 4 minute dok prestane biti ljepljiva.
5. Istresite smjesu na ravnu površinu i mijesite ju dok je još topla. Zatim je rastavite na više dijelova, po vašoj želji.
6. Uzmite jedan dio, napravite rupicu u njemu i stavite nekoliko kapi boje za hranu. Mijesite ga dok se boja ravnomjerno ne raširi.
7. Ponovite šestu točku za svaki dio koji ste napravili, upotrebljavajući drugačije boje.
8. Čestitamo! Upravo ste napravili svoj plastelin! Sada je vrijeme za igru s njime!

19. Izrada kristala

Sjećate li se pokusa iz Kemije kada smo učili k**ako nastaju kristali?** To možete pokazati i svome djetetu. U čašu vode dodajte dvije žlice soli, a preko otvora čaše stavite grančicu (ili olovku) s koje će visjeti konac umočen u vodu. Za nekoliko dana nastat će pravi kristali, a dijete može svakodnevno promatrati promjene.



20. Šator usred sobe

Izvadite plahte, žaruljice koje su vam ostale od blagdana i jastuke te dajte djetetu da napravi pravi **mali šator usred stana.** Iako će to zahtijevati pospremanje prije odlaska u krevet, svome ćete djetetu pružiti nezaboravne uspomene.



21. Stvorite glazbu pomoću čaša i vode

Jeste li ikad pokušali svirati sa staklenom čašom ili bocom napunjenom vodom? Eksperimentirajte s vlastitim jedinstvenim zvukovima pretvarajući čašu vode u instrument.

Potrebno vam je: 5 ili više čaša ili staklenih boca, voda, drveni štap (olovka)

Upute:

1. Posložite čaše jedna do druge i ispunite ih s različitim količinama vode. Prva bi trebala imati jako malo vode, a posljednja bi trebala biti skoro puna, a one između njih bi trebale uvijek imati nešto više vode od one prethodne.
2. Udarite čašu s najmanjom količinom vode i promatrajte zvuk, a zatim udarite olovkom čašu s najviše vode, što čini višlji zvuk?
3. Isprobajte kakve zvukove proizvode i druge čaše, probajte dobiti dobar zvuk udarajući određenim redoslijedom čaše.



22. IGRE ZA POTICANJE GOVORNO-JEZIČNOG RAZVOJA:

U dobi između 3 i 6 godina djetetov vokabular raste nevjerojatnom brzinom. Tako, u dobi od 3 do 4 godine vokabular se od petstotinjak riječi gotovo utrostručuje. Od četvrte do pete godine vokabular raste od 1,5 do 2 tisuće riječi. Petogodišnjak koristi čak do tri tisuće riječi, a do navršene šeste godine vokabular se opet udvostručuje do šest tisuća riječi. Taj se razvoj najvećim dijelom događa zahvaljujući kvalitetnoj komunikaciji djeteta u obitelji.

Dobro je poznato da mala djeca najviše od svega na svijetu vole igru. Zato u procesu poticanja njihova govorno-jezičnog razvoja preporučujemo slijedeće igre, koje služe razvijanju slušne pažnje, poboljšanju izgovora, stabiliziranju glasa, proširivanju vokabulara, uče povezivati izgovorenu riječ s predmetom ili slikom, uče pravilno oblikovati rečenicu, odgovarati na pitanja i smislenom govoru.

Igre su jednostavne i traže malo vremena pa se s djetetom uglavnom mogu igrati uvijek i posvuda kad na raspolaganju imate nekoliko slobodnih minuta i želite s djetetom kvalitetno komunicirati, a pritom se dobro zabaviti.

Prijedlog igara za poticanje govorno-jezičnog razvoja:

a) Kuharevo povrće:

Cilj: Proširivanje vokabulara (opisni pridjevi)
Igra: Igra se provodi nakon što je dijete usvojilo nazive povrća i zna kako koje povrće izgleda. Predložite djetetu da sebe zamisli kao neko povrće, ali ne smije vam reći koje dok ne pogodite prema djetetovu opisu. Zato dijete treba što preciznije opisati "sebe" i na kraju opisa reći "Kuharu, pogodi tko sam!"

Na primjer: Ja sam velika, okrugla, narančasta, tvrda, slatka, ukusna sam pečena. Kuharu, pogodi što sam! (Bundeva).

Druga varijanta iste igre je da osoba zamisli neko povrće, a dijete pogađa postavljajući pitanja na koja se smije odgovarati samo s "da" ili "ne".

Na primjer:

- Jesi li zelene boje?
- Ne.
- Jesi li crvene boje?
- Da.
- Jesi li okrugla?
- Da.
- Jesi li mekana?
- Ne.
- Stavlja li se tebe u salatu?
- Da.

- Rasteš li ispod zemlje?
- Da.
- Jesi li rotkvica?
- Jesam!

Igru možete igrati i opisujući voće, životinje, stvari, prijevozna sredstva...

b) Bio sam…

Cilj: Određivanje početnog glasa u riječima, aktivizacija i proširivanje vokabulara (imenice i pridjevi).
Igra: Za ovu igru možete koristiti kartice sa slovima i slogovima, ali to nije nužno. Glasove i slogove možete zadavati usmeno. Zadaje se glas ili slog. Igrač kaže: "Bio sam na moru i vidio…". Treba izgovoriti neku riječ koja počinje zadanim glasom ili slogom. Naprimjer za glas [b]: brod, bor, biciklist i dr. varijacije: "Bio sam u šumi", "Bio sam u gradu", "Bio sam na selu", "Bio sam u kinu" i dr. Odgovori na zadani glas ne moraju nužno biti imenice. Moguće je odgovoriti: "borovu šumu", "bakinu kućicu", "bijelu jahtu" i dr. Kada se zadaje slog, u odgovorima ne mora biti na početku riječi, nego u bilo kojoj poziciji.

c) Glasovna slikovnica

Cilj: Određivanje početnog glasa u riječima, aktivizacija i proširivanje vokabulara.
Materijal: bijeli papir (najmanje 30 listova), škare, ljepilo, fascikl s prozirnim plastičnim džepovima, stari katalozi i prospekti.
Igra: Vaš poštanski sandučić vjerojatno je često zatrpan svakakvim reklamnim prospektima i katalozima trgovačkih centara. Način da ih zanimljivo iskoristite jest izrada djetetove glasovne slikovnice. Ovo je trajna aktivnost. Dijete će svoju glasovnu slikovnicu izrađivati postupno, svaki put pomalo popunjavajući fascikl. Na svakom listu papira u gornjem lijevom kutu napišite veliko tiskano slovo abecede. Kasnije ćete ponoviti isto, jer će dijete za svaki glas trebati više listova papira. Izrezujte zajedno slike iz starih kataloga koje započinju na određeni glas/slovo i lijepite ih na listove na odgovarajući početni glas. To je zabavan i vrlo koristan način upotrebe reklamnih letaka i starih kataloga koji se skupljaju u svakom kućanstvu. Dijete širi vokabular, ravija fonološku svijesnost, finu motoriku i kreativnost.

23. I sami budite kreativni

Posljednje, no ne i manje važno – budite tu za svoju djecu i ispunite im pokoju želju koju možete. Ova situacija teško pada svima nama, no vi ste svome djetetu uzor na kojeg se ugleda. Budite kreativni i **posvetite mu se.**

Pripremila: Sandra Pušar Žiković,

prof. edukator rehabilitator