Drogi rodzicu,

jeśli przedłużająca się kwarantanna sprawia, że Twoje dzieci co raz częściej się nudzą mam dla Was kilka ciekawych sposobów na kreatywne i ciekawe spędzenie czasu w domu, tak jak staraliśmy się robić to na świetlicy szkolnej.

- Dla młodszych dzieci (przedszkole, zerówka) :

Karty pracy do druku <https://eduzabawy.com/karty_pracy/>

Kolorowanki do wydruku : <https://eduzabawy.com/kolorowanki-do-drukowania/>

- Dla dzieci w każdym wieku proponuję zabawy masami plastycznymi (co prawda powodują one nieco bałaganu i wymagają przygotowania, ale dla dzieci to mnóstwo zabawy i radości). Zabawy masami plastycznymi niosą za sobą również wiele korzyści:

* obserwując proces tworzenia, twoje dziecko uczy się kreatywności
* zabawa masą to świetny trening motoryki małej
* lepienie jest zarazem ćwiczeniem wyobraźni
* według niektórych źródeł, lepienie z mas plastycznych umożliwia współpracę półkul mózgowych, co prowadzi do rozwoju mózgu
* oczekiwanie na efekt w postaci twardej już masy uczy cierpliwości.

Praktycznie wszystkie masy plastyczne można wykonać ze składników, które każdy z nas ma w domu.

**Masa solna**

Składniki na masę solną

* szklanka mąki
* szklanka soli
* ½ szklanki wody

Przepis na masę solną

W misce wymieszaj mąkę z solą a następnie dodaj wodę i dokładnie wymieszaj a następnie ugniataj do uzyskania jednolitej gładkiej i elastycznej masy.

Z gotowej masy solnej można lepić figurki albo wykrawać kształty. Gotowe dekoracje można pomalować farbami i zostawić do wysuszenia. Masę solną można zabarwić podczas wyrabiania np. barwnikiem spożywczym  albo przyprawami – np. po dodaniu kurkumy masa będzie zabarwiona na żółto.

**Masa a’la ciastolina**

Składniki na domową ciastolinę

* 0,5 szklanki mąki pszennej
* 0,5 szklanki wody
* 0,3 szklanki drobnej soli
* 1 łyżeczka proszku do pieczenia
* 1 łyżka oleju
* barwnik spożywczy
* aromat zapachowy - opcjonalnie
* garnek

Przepis na domową ciastolinę

Do garnka wlejcie wodę, dodajcie mąkę, sól, proszek i olej. Rozgrzejcie masę na kuchence, ostudźcie i podzielcie na kilka części.

Do każdej części dodajcie inny barwnik – i już!

Warto pamiętać, że masa nie wyschnie, jeśli będzie prawidłowo przechowywana – wystarczy pudełko z pokrywką.

**Masa papierowa**

Składniki na masę papierową

* kilka gazet (najlepiej zwykłych – grube i błyszczące strony z magazynów nie nadają się)
* mąka
* woda

Przepis na masę papierową

rozerwijcie papier na małe kawałeczki, a potem połączcie z ciepłą wodą w misce i całość „pomęczcie” rękoma – ostatecznie musi powstać papka z większych kawałków, następnie zmiksujcie papkę blenderem i odsączcie masę na sitku. Połączcie ¾ szklanki mąki z ¾ szklanki wody, wymieszajcie i połączcie z masą. Znowu odsączcie.

Gotowe!

Dzięki brudnoszarej papce nasze dziecko może przygotować np. wazoniki albo figurki, które po wyschnięciu świetnie się maluje. Prawidłowo wykonana masa po wyschnięciu powinna być sztywna i nie kruszyć się.

Uwaga! Do wykonywania miseczek czy wazonów warto użyć różnych form, np. gotowej miseczki.

**Ciecz nienewtonowska**

Ciecz nienewtonowska to kolejna mniej znana propozycja, która sprawia frajdę dzieciom w różnym wieku. Ta specyficzna masa jest cieczą, ale nie zachowuje się jak woda – można przy jej pomocy wyrobić różne formy, które bez kontaktu z dłońmi szybko tracą kształt. Co ciekawe, im mocniej naciskamy, tym ciecz staje się twardsza. To przede wszystkim frajda z samego obcowania z czymś mokrym i lepkim!

Składniki na ciecz nienewtonowską

* mąka ziemniaczana (ilość dopasowana do naszych potrzeb)
* woda (najlepiej dwa razy mniej, niż mąki)
* opcjonalnie barwnik

Przepis na ciecz nienewtonowska

wsypcie mąkę do wody (nie odwrotnie!) i dodajcie barwnik (bez barwnika też będzie świetna zabawa)

I już – czas zaczynać zabawę!

**Mokry piasek z mąki i oleju**

Obecnie bardzo modny jest tzw. piasek kinetyczny, jednak jego ceny są – umówmy się, niezbyt łaskawe dla portfela. Nie musicie jednak rezygnować z zabawy – wystarczy odrobina chęci i możecie przygotować swój własny, mokry piasek.

Składniki na mokry piasek

* 8 szklanek mąki
* 2 szklanki oleju
* barwnik (najlepiej sprawdzi się tutaj starta na tarce kreda)

Przepis na mokry piasek

Po prostu pozwól dzieciom wymieszać te składniki rączkami, a potem podaj im przeróżne foremki.

**Masa „sprytna plastelina”**

Oryginalna sprytna plastelina jest – podobnie jak kinetyczny piasek, niezwykle droga. Dlatego warto przygotować ją w domu. Efektem waszych starań będzie klasyczny, ciągnący się „glut”, w którym dzieci się po prostu zakochają.

Składniki na sprytną plastelinę

* klej
* płyn do prania ( w takich samych ilościach)
* barwnik i/lub brokat – oba opcjonalnie

Uwaga! Doświadczenie pokazuje, że nie każdy płyn i nie każdy klej się sprawdza. Podpowiadamy zatem, że efekt sprytnej plasteliny z pewnością wyjdzie, jeśli użyjecie płynu „Persil” oraz kleju „Colorino” w płynie. Oczywiście możesz także spróbować innych marek.

Przepis na sprytną plastelinę

do miseczki wlejcie klej oraz barwnik i brokat, stopniowo, po łyżeczce, dodawajcie płyn do prania i mieszajcie łyżką. Kiedy masa przestanie kleić się do łyżki, możecie wyjąć ją z miseczki i zagniatać ręką

**- Poniżej lista zabaw, w które można się bawić zarówno w domu jak i na podwórku:**

1. Zabawa w skojarzenia

Zacznij zabawę, mówiąc dowolne słowo, np. „słońce”. Następnie dziecko mówi słowo kojarzące się z tym, co powiedziałaś, np. „gorąco”. Potem ty szukasz skojarzenia do „gorąco”, np. „lato”. I tak na zmianę. Starszym dzieciom zabawę można zmodyfikować, tak, żeby każda kolejna osoba zanim powie swoje słowo, powtórzyła wszystkie poprzednie, np. „słońce”, ”gorąco”, ”lato” i dopiero dodajemy swoje skojarzenie do ostatniego słowa, np. „wakacje”

2. Poszukiwanie skarbów

Na dworze (lub w domu) w różnych miejscach (drzewa, krzaki, kamienie) schowaj jakiś przedmiot – coś słodkiego albo drobny prezent. Powiedz: „Idź do przodu, stań, idź w stronę ławki, omiń ją, szukaj na dole....”. Innym poleceniem może być podanie liczby kroków, jakie dziecko ma przejść.

3. Gry planszowe

Aby podarować przy okazji malcowi nieco ruchu, umówcie się, że kto przegra, ten np. rozdaje sztućce do posiłku lub drapie wygranego po plecach.

4. Skoki przez drabinkę

Wykonaj drabinkę, np. z gazety. Wystarczy pociąć ją na 5-centymetrowe paski, które ułożycie na ziemi na wzór drabinki. Zadanie dziecka polega na sprawnym przeskakiwaniu kolejnych szczebelków.

5. Skoki przez linkę

Ta zabawa dla dzieci bardzo pomaga w ćwiczeniu równowagi. Potrzebna jest linka, którą musisz zamocować – dla dzieci trzyletnich – na wysokości 25–30 cm.

6. Spacer

Puść maluchom muzykę i rzucaj różne polecenia: „Zbieramy grzyby!”, a wtedy maluchy udają, że podnoszą coś z podłogi; „Gonimy motyle!” – smyki podbiegają i łapią niewidoczne motylki; „Zrywamy szyszki!”, a dzieciaki muszą podskakiwać i symulować obrywanie z gałęzi szyszek, itd.

7. Raz, dwa, trzy – Baba Jaga patrzy

Jedna osoba to Baba Jaga. Stoi tyłem do pozostałych i woła: „Raz, dwa trzy, Baba Jaga patrzy”. W tym czasie dzieci szybko biegną w jej stronę. Na słowo „patrzy” Baba Jaga odwraca się. Kto nie zdołał się zatrzymać w bezruchu, wraca na start, kto dotknie Baby Jagi, ten zajmuje jej miejsce.

8. Ciuciubabka

Dziecko, które jest ciuciubabką,stoi w środku kołaz zawiązanymi oczami. Maluchy śpiewają znaną piosenkę, a ciuciubabka próbuje ich złapać.

9. Kolory

Dziecko, które na początku poprowadzi zabawę, trzyma piłkę. Pozostałe siadają w szeregu naprzeciw niego. Prowadzący rzuca piłkę po kolei do każdego kolegi, wymieniając przy tym różne kolory. Dzieci łapią i odrzucają piłkę. Nie można jej złapać, gdy rzucający piłkę powie „czarny!”. Zmiana z prowadzącym następuje, gdy ktoś złapie piłkę, mimo że padło hasło „czarny!”.

10. Balonik

„Baloniku mój malutki, rośnij duży, okrąglutki. Balon rośnie, że aż strach, przebrał miarę, no i... bach!”. To świetna zabawa, uwielbiana przez maluchy.

Przyjemnej zabawy!

Katarzyna Kosmal

Źródło: <https://www.osesek.pl/przepis-na-mase-solna-i-inne-domowe-masy-plastyczne-dzieci-beda-zachwycone.html>

<https://polki.pl/rodzina/dziecko,zabawy-dla-dzieci-27-najlepszych-pomyslow,10029608,artykul.html>