

Družinski veseli december



Kaj lahko počnemo skupaj?

- *Okrasimo voščilnice in zavijamo darila.*
- *Pečemo božične dobrote ali tekmujemo pri okraševanju piškotov.*
- *Ustvarimo okraske za dom.*
- *Se predamo zimskemu veselju: se sankamo, izdelamo snežaka, se kepamo, smučamo ...*
- *Računalnik in telefon zamenjamo z namiznimi igrami.*
- *Privoščimo si filmski večer.*
- *Kupimo in okrasimo darilo za otroke, ki živijo v pomanjkanju.*



Prednosti skupnega preživljanja prostega časa:

- *Utrjevanje družinskih vezi.*
 - *Spodbujanje ustvarjalnosti pri otrocih.*
 - *Preživljanje kakovostnega časa z družino.*
 - *Učenje otrok dobrotelčnosti in hvaležnosti.*
- *Gibanje na svežem zraku in otroško veselje na snegu.*



Okraševanje voščilnic in zavijanje daril

Letošnji praznični dnevi bodo drugačni od tistih, ki smo jih bili vajeni do sedaj. Čeprav bližnjih ne moremo videti, jim lahko pošljemo voščilnico, ki smo jo sami izdelali in jim tako damo vedeti, da mislimo na njih.

Izdelava voščilnic s konfeti ali bleščicami

1. Vzamemo barven ali bel papir in ga odrežemo, da meri: 12 × 24 cm, po sredini ga prepognemo. Mere si lahko izberete tudi sami, odvisno od ovojnice, ki jo imate.
2. Na levi strani na sredini izrežemo kvadrat 6 × 6 cm.
3. Iz plastične vrečke za zamrzovanje naredimo manjšo vrečko. V spodnjem kotu jo odrežemo, da bo merila 7 × 7 cm. Vanjo damo konfete ali bleščice, lahko tudi kakšne druge manjše okraske. Dva roba, ki sta ostala odprta z lepilnim trakom zapremo.
4. Vrečko s konfeti nalepimo na notranjo stran leve polovice voščilnice.
5. Na sprednjo stran voščilnice z zlatim flomastrom narišemo mašno, zvezdice. Okrasimo po želji.



Takole izgleda končni izdelek!

Na povezavi najdete še druge načine izdelave voščilnic, pri katerih lahko sodelujejo tudi otroci.

<https://www.mamiblogerke.si/2018/12/vzgoja-in-cas-za-otroke/ustvarjanje/izdelajte-bozicne-voščilnice-skupaj-z-otroki/>

Tudi zavijanje daril je lahko pravi podvig. Če je darilo v škatli, je zavijanje dokaj enostavno. Težava se pojavi, ko je darilo nepravilne oblike. V posnetku lahko vidite, kako iz papirja za zavijanje naredite svojo darilno vrečko, ki je primerna za prav vsako darilo.

https://www.youtube.com/watch?v=q_GY8fuE2Iw&feature=emb_title&ab_channel=Tasha-KaleidoscopeLiving

Božične dobrote

Peka božičnih piškotov in ostalih slaščic je značilna za decembrski praznični čas. V peko lahko vključimo tudi otroke in tako skupaj preživimo čas. Spodaj prilagamo enostaven recept za maslene piškote. Ko so narejeni lahko tekmujemo, kdo jih bo lepše okrasil.

SESTAVINE

- 600 g moko
- 12 g pecilnega praška
- 300 g masla
- 200 g sladkorja v prahu
- 10 g vanilijevega sladkorja
- 2 celi jajci
- 2 rumenjaka
- lupinica limone

POSTOPEK

1. Najprej zmešamo moko s pecilnim praškom.
2. Dodamo sladkor v prahu, jajca ter maslo sobne temperature.
3. Iz sestavin zgnetemo gladko testo.
4. Po občutku dodamo še moko, če se testo preveč packa.
5. Testo za nekaj ur ali pa čez noč postavimo na hladno,
6. Testo valjamo, ko je še hladno,
7. Na rahlo pomokani površini ali peki papirju iz testa izrežemo poljubne oblike.
8. Piškote pečemo približno 12-15 minut na 180°C, odvisno od debeline piškotov.
9. Na koncu po želji okrasimo s čokolado, lešniki, kokosom, marmelado.

Prilagamo povezave spletnih strani, kjer boste našli številne ideje za ustvarjanje v kuhinji v prazničnem času.

- ❖ <https://www.mojirecepti.com/bozicne/>
- ❖ <https://odprtakuhinja.delo.si/recepti/bozicni-piskoti-top-35-receptov/>
- ❖ <https://leaneen.com/category/recepti/tematsko/bozic/>
- ❖ <http://unisvet.si/bozicno-pecivo/>

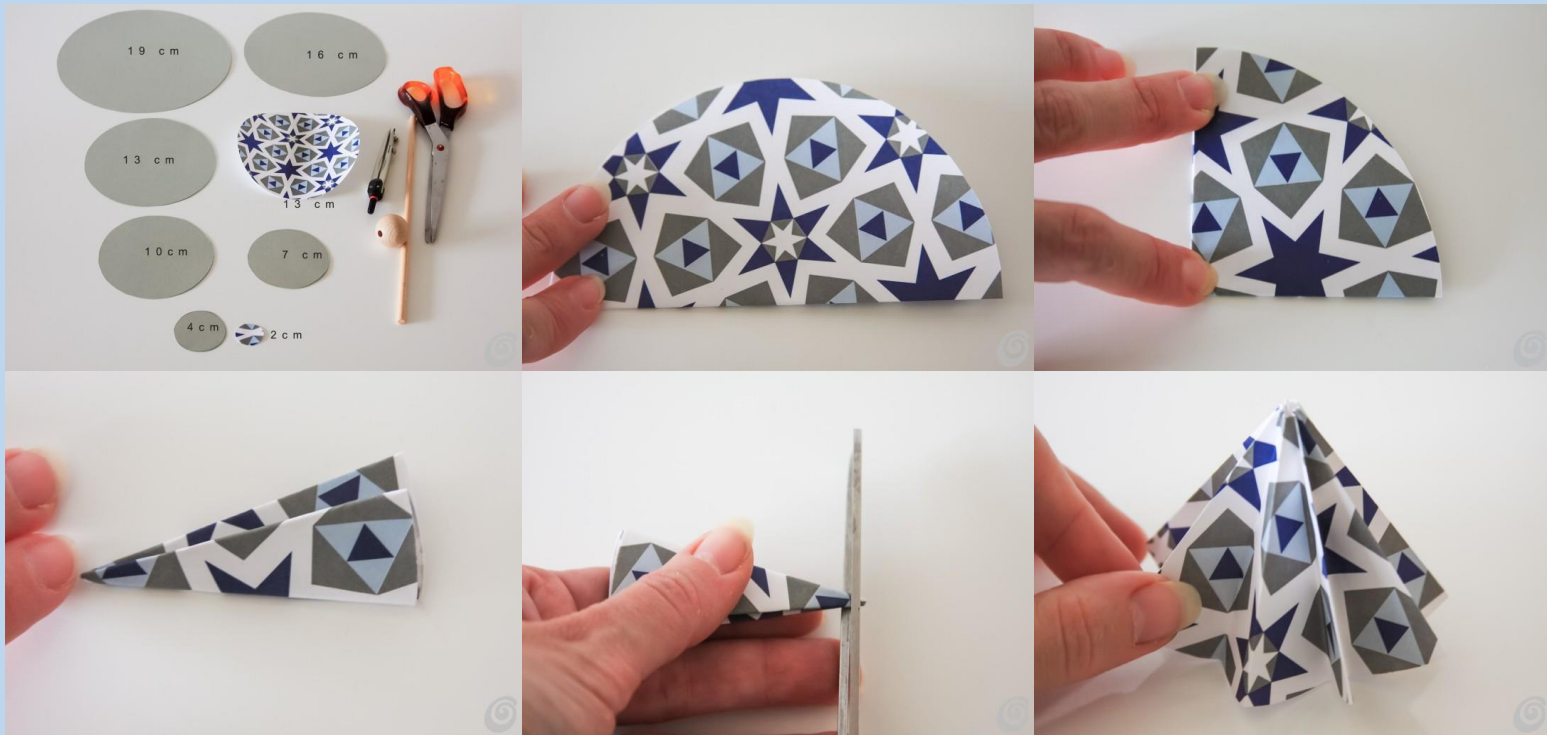


Okraski za dom

Kdo pravi, da moramo kupovati drage okraske za naš dom ali božično jelko? Z otroci lahko okraske ustvarimo sami, tako bodo resnično unikatni.

Origami papirnata smreka

Za izdelavo potrebujemo: papir, škarje, šestilo, leseno palčko, lahko je tudi zobotrebec za mini smrečice. S šestilom odmerimo zelene dimenzije in izrežemo kroge različnih barv. Krog prepognemo na pol in še enkrat na pol, postopek ponavljamo. Ko končamo s prepogibanjem, s škarjami odrežemo konico. Postopek ponovimo z vsemi krogi. Ko so vsi končani, jih od večjega proti najmanjšemu postavimo na leseno stojalo ali zobotrebec. Smrečico lahko naredimo iz kateregakoli papirja, več krogov ko bomo naredili, bolj polna bo smrečica. Palčke oz. zobotrebec lahko na koncu zapičimo v kos stiropora ali pa jim dodamo trvoico in jih obesimo na smrečico.



Tukaj je še posnetek, kako se izdelajo preprosti barvni angelčki za na smrečico.

https://www.youtube.com/watch?v=4pk0goxMvsA&feature=emb_title&ab_channel=BastelnmitPapier



Zimsko veselje na prostem



Pozitivni učinki zimskih aktivnosti na prostem:

- Otrok vidi naravo in okolje tudi v drugi luči: če poletje in pomlad prineseta pisane barve, jesen šumeče listje, pa se v tihi zimi vse odene v belo. Otrok doživi celoten spekter vseh obrazov narave in njenega spreminjanja, kar vzpodbuja razvoj domišljije, saj si igro zamišlja na povsem drugačne načine.
- Telesna vadba in razvoj gibalnih sposobnosti: Verjetno so odveč besede, da zimske aktivnosti delujejo izjemno vzpodbudno na otrokov gibalni razvoj. Sankanje, kepanje, delanje snežakov, gradnja iglujev zahtevajo aktivnost celotnega telesa in mišičnih skupin, kar krepi moč in motorične spretnosti otroka.
- Svež zrak in dvig odpornosti: Da bo otrok z igro na prostem zbolel, je le eden od mitov. Starši mnogokrat napačno povezujejo gripe, prehlade in druge sezonske bolezni s hladnejšim vremenom. Zbolevamo predvsem takrat, ko se gibamo v zaprtih prostorih, nakupovalnih centrih, kjer se giblje veliko število ljudi, pri čemer smo bolj izpostavljeni bakterijam in virusom. Gibanje na prostem bo otrokom dobro delo tudi v zimskih mesecih.
- Novi izzivi in reševanje problemov: Zimsko vreme in narava vzpodbudi otroka k povsem drugim dejavnostim, saj jim ponuja popolnoma druge materiale za igro, ki ga navdihujejo. Na primer: zaledenele luže, drevesa pokrita s snegom, zasneženi griči ... Vsa ta 'naravna igralnica' otroka vzpodbudi k pridobivanju novih spretnosti. Gre za nove izzive, ki so izjemno dobrodošli.
- Izpostavljenost vitaminu D: Kljub temu, da sonce pozimi ni tako močno, pa še vedno omogoča tvorbo vitamina D. Ta ima pomembno vlogo pri uravnavanju razpoloženja in ohranjanju zadovoljstva, saj dviguje nivo hormonov sreče. Priporočljivo je torej vsaj pol ure igre na prostem v zimskih mesecih.



»Recimo ne telefonu in da namiznim igram«

Živimo v časih, ko velik del dneva preživimo na telefonu in drugih elektronskih napravah. V času epidemije s korona virusom je tehnologija postala tudi glavno sredstvo komunikacije, tako pri odraslih kot pri otrocih in mladostnikih. Težko bomo zahtevali, da telefona sploh več ne uporabljajo, lahko pa se dogovorimo za določena pravila, ki bodo omejila uporabo telefona:

- Upoštevanje šolskih pravil glede uporabe telefona → med poukom je telefon izklopljen
- Za mizo ni telefona → čas za mizo naj bo rezerviran za družinski pogovor
- Med obiski ni telefona → obiske izkoristimo za osebno komunikacijo s sorodniki in znanci
- Med pisanjem domače naloge in učenjem ni telefona → razen če ga potrebuje za pomoč
- Zvečer se telefon odloži ob dogovorjeni uri → otrok potrebuje dovolj spanja
- Med vožnjo ni telefona → s tem ga pripravljamo na to, da telefona ne bo uporabljal kasneje, ko bo sam postal voznik.

Namesto da prosti čas preživimo vsak na svojem telefonu, jih utišajmo in tehnologijo zamenjajmo z namiznimi igrami. Namizne igre bodo poskrbele za krajšanje časa, zabavo, druženje in povezovanje med člani družine.

- Človek ne jezi se
- Kartanje
- Monopoli
- Šah
- Catan
- Spomin
- Domine
- Activity



**Če pa se resnično ne moremo v celoti odpovedati elektronskim napravam, si z družino naredimo filmski večer.*

Seznam božičnih filmov:

- *Polarni vlak (2004); animiran pustolovski družinski film*
- *Božična pesem (2009); animirana družinska domišljajska pustolovščina*
- *Sam doma 1 in Sam doma 2*
- *Kako je Grinch ukradel božič*
- *Škrat (2003)*
- *Pisma Sv. Nikolaju (2011)*



Želimo vam vesele praznične dni!

Božiček na to sveto noč,
ima prav posebno moč.
Po vsem svetu on potuje,
ter naše želje izpolnjuje.
Naj pričara vam veselje,
in izpolni vse skrite želje!



Pripravila:

študentka Tamara Antešević

Povzeto po:

Kirsten Nunez - <http://blog.darice.com/paper-crafts/card-making/confetti-diy-christmas-card-ideas/>;

Leaneen - <https://leaneen.com/2018/12/10/preprosti-masleni-piskoti-2/>;

Dom in stil - <https://dominstil.si/bozicna-dekoracija-origami-papirnata-smreka/>;

Bibaleze.si - https://www.bibaleze.si/moj_otrok/top-ideje-za-zimske-aktivnosti-na-prostem.html;

Saša Rozman - <https://motivacijaincoaching.net/kako-omejiti-uporabo-mobilnika-pri-najstniku/>;