

Co robić z dzieckiem podczas kwarantanny?

Koronawirus zamknął dzieci w domach.

Zostań w domu! Z powodu koronawirusa eksperci zalecają ograniczenie spacerów i pozostanie w domu. Jest to trudny czas, szczególnie dla dzieci. Co robić z nimi w domu? Mamy dla Was kilka pomysłów na zabawy.

Kilka pomysłów na zabawy!

Gry planszowe - to świetny pomysł na spędzenie czasu. Może w nie grać cała rodzina - od najmłodszych do najstarszych. My polecamy szczególnie Pędzące żółwie, La Cucaracha, Grzybobranie, Monopol, Wsiąść do pociągu, Dobble i inne.

Taniec i gimnastyka - Ruch to podstawa! Włączcie ulubioną muzykę. Tańczcie, róbcie pajacyki, przysiady i podskoki.

Zabawa na balkonie - Nie trzeba wychodzić z domu, żeby się przewietrzyć. Masz balkon? To doskonałe miejsce na zabawę. Weźcie ulubione zabawki i dotleniajcie się.

Wspólne gotowanie - Dzieci uwielbiają pomagać w kuchni! Zróbcie razem ciasteczka, sałatkę lub koktajl.

Czytanie książek - Wspólne przebywanie w domu to doskonała okazja, żeby nadrobić czytanie książek.

Malowanie i inne prace plastyczne - Możecie rysować kredkami, malować farbami, lepić z plasteliny, wycinać i wyklejać.

Oglądanie i robienie zdjęć - Warto odkurzyć rodzinne albumy i przypomnieć sobie ważne wydarzenia. To dobra okazja do rozmów o tym, jak dzieci urosły i się zmieniły. Możecie robić też nowe zdjęcia uwieczniające czas kwarantanny.

Robienie porządków - Może warto zrobić segregację zabawek lub poukładać ubrania na półkach? Wiele dzieci lubi też poszaleć z mopem lub odkurzaczem :)

Odpoczynek - Wyciągnijcie się na kanapie i odpoczywajcie! W końcu można nadrobić braki snu.

Klinika dla pluszaków - Tłumacz dziecku obecną sytuację. Opowiedz czym jest koronawirus i dlaczego nie chodzimy do szkoły, przedszkola czy pracy. W oswojeniu lęków może pomóc zabawa w klinikę dla pluszaków.

Źródła: www.domnaglowie.pl, dziennikpolski24.pl, happening.pl