



# DEJAVNOSTI ZA OTROKE

## BRANJE ZA STARŠE

*Dr. Sebastjan Kristovič je profesor psihologije in strokovnjak na področju vzgoje. Toplo priporočamo, da si ogledate video, v katerem govori o vzgoji otrok, o odnosih in o problemu sedenja pred zasloni:*

<https://youtu.be/2DWq8OArXRg>



## DEJAVNOSTI ZA OTROKE

1. **Telesna aktivnost** je nujna za trenutno zdravje otroka, preprečevanje debelosti in pojava nenalezljivih kroničnih bolezni v odrasli dobi (kot je diabetes), srčno žilnih bolezni ter prezgodnje smrti. Odnos do telesne aktivnosti se pri otrocih razvije do 12. leta starosti. Fizično aktivni otroci se razvijejo tudi v fizično aktivne odrasle posameznike, ki imajo bolj zdrav življenjski slog, saj manjkrat posegajo po nezdravi prehrani, tobaku in alkoholu. Spodaj si lahko pogledate videe z različno vsebino gibanja.

## PRAVLJIČNA JOGA



## TELOVADBA S PLIŠEKOM



2. Z otrokom lahko izdelate preproste praznične okraske. Na sprehodu naj nabere nekaj vejic. Pomagajte mu pri rezanju trakcev iz blaga (trakce lahko narežete tudi iz starih oblačil). Zdaj pa je na vrsti priložnost učenja zavezovanja trakcev. Ko so vsi trakci zavezani, jih na koncu po potrebi skrajšajte, da dobite obliko smrečice.



3. Učenje uporabe škarij igra pomembno vlogo pri razvoju fine motorike, ki jo majhni otroci potrebujejo za držanje svinčnikov in barvic, prav tako pa jim bodo te tehnike pomagale, ko bodo začeli zapleten proces učenja pisanja. Ob začetku učenja je najbolj priporočljivo, da otrokom ponudite rezanje plastelina ali slamic.



Kasneje pa lahko režejo različne motive.



Pripravili: Tadeja Plahuta in Kaja Kink