

Čo môžeme urobiť pre deti, aby sa cítili šťastné, učili sa a zabávali

Školské úlohy, pečenie, cvičenie, online pomôcky – pomoc je na dosah, aj keď nemôžete odísť z domu.

Arlene Harris je kvalifikovaná Montessori učiteľka, matka troch synov a dopisovateľka na voľnej nohe. V tomto článku (uverejnenom v [The Irish Times 23. marca 2020](#)) sa chce podeliť o tipy, ako zvládnuť terajšiu situáciu a vytvoriť harmonické prostredie pre deti.

Batoľatá

Batoľatá sa chcú cítiť užitočné, preto pre nich vytvorte kútik s vlastnými plastickými a drevenými lyžičkami, vareškami, hrnčekmi a miskami. Pridajte napríklad cestoviny, aby mohli „variť“. Dovoľte im pozametať a prať v umývadle.

Táto detská skupina má veľký záujem o maličké predmety, preto ak sa vyberiete na prechádzku do parku, hľadajte kamienky, chrobáčky a iné „poklady“. Rovnako môžete využiť aj záhradu.

Deti v tejto vekovej skupine tiež veľmi rady triedia rôzne predmety, napr. veci na pranie podľa farieb, cestoviny podľa tvarov, hračky podľa rôznych kategórií, ukladajú topánky do párov.

Pri pozeraní televízie, vyberte vzdelávacie detské programy ako napríklad: [VeseleRozpravky.sk](#), [FÍHA tralala...](#)

Tipy pre batoľatá:

- zadajte im malé pracovné úlohy
- využite vzdelávacie detské programy v televízii
- udržiujte deti v pohybe – skáčte, tancujte, cvičte spolu – to ich unaví a vy získate „kondičku“.

Veková skupina 4-6 rokov

Deti v tejto vekovej skupine sú stále nádherne zvedavé, takže s nimi nielen pečte, ale dovoľte im pripraviť spolu s vami večeru, nechajte ich miešať a krájať s plastickým nožom. Budú mať pocit zadosťučinenia, že jedia niečo, čo pomohli uvariť.

V nasledujúcich týždňoch by sme mohli dať deťom väčší priestor na budovanie rôznych hracích svetov, napríklad s dinosaurami, vojakmi, bábikami, zvieratkami, autíčkami. Takéto hry ich zabavia na celú večnosť.

Budovanie skrýš a bunkrov v detskej izbe alebo aj obývačke je vždy dobrá zábava. Zároveň tým vytvoríte čarovný kútik, kde si môžu zobrať knihy a hračky.

Kreslenie obrázkov alebo vymaľovávanie obrázkov (tieto si môžete vytlačiť na internete) je tiež výborná aktivita a keď potrebujete čas na vlastnú prácu, nájdite im vhodné vzdelávacie programy v televízii (na [YouTube](#)).

Tipy pre 4-6-ročných:

- postavte skrýše/bunkre
- kreslenie, [omaľovánky](#)
- budovanie „hracích svetov“
- pomoc pri varení, domácich prácach
- [10 nápadov na skvelé pohybové hry, vďaka ktorým sa deti rozhýbu raz-dva](#)

Veková skupina 7-9 rokov

Pre 7-9 ročné deti je veľmi vhodná činnosť „hľadanie pokladov“. Napíšte zoznam vecí, ktoré majú deti hľadať v záhrade (napr. 2 dlhé paličky, 4 sedmokrásky, 3 hladké kamene). Pre mladšie deti môžete slová nahradiť obrázkami. Ak k tomu pridáte aj piknik alebo niečo malé pod zub, budú zamestnané na dlhý čas. Ak nemáte záhradu alebo dvor, deti môžu hľadať predmety doma (rôzne kúsky lega, 3 drevené predmety, 5 červených vecí, predmety, ktoré sa začínajú na písmeno „m“). Urobte čo najdlhší zoznam. Potom si nájdene veci

spolu popozerajte.

Veci nájdené v prírode môžu poslúžiť aj na umeleckú tvorbu. Ploché kamene môžu deti namaľovať ako lienky, konáre alebo paličky môžu farebne upraviť na výzdobu domu, kvety možno vysušiť, chrobáky odfotiť a vrátiť do prírody.

A podobne ako u všetkých vekových kategórií, príprava jedla je vždy dobrá činnosť: pečenie koláčikov, varenie obeda alebo večere.

Tipy pre 7-9-ročných:

- hľadanie pokladov
- výtvarná tvorba
- čítanie
- [spoločenské hry](#)

Veková skupina 10-12 rokov

Toto je náročná veková skupina, pretože si títo budúci tínedžeri myslia, že sú starší ako v skutočnosti sú. Dovoľte im uvariť večeru podľa receptu, ktorý si vybrali sami. Navrhnite, aby si písali denník alebo možno aj knihu a navrhli jej obal. Tiež môžu využiť svoju kreativitu na písanie a nacvičenie hry alebo predstavenia, ktoré pre vás zahrajú na konci dňa.

Na sociálnych médiách pohľadajte umelecké súťaže, do ktorých sa deti môžu zapojiť.

Ďalšia dobrá aktivita sú [kartové hry](#).

Deti by mohli navrhnúť a vytvoriť si aj vlastné [karty](#) alebo spoločenské hry, napríklad [Monopoly](#).

Môžete dať deťom za úlohu zistiť význam náročných slov s použitím slovníka, alebo hrať slovnú hru [Scrabble](#).

Tipy pre 10-12-ročných:

- [výtvarné dielne](#)
- učiť sa variť
- vzdelávacie/náučné hry

Tínedžeri

Tínedžeri nie sú takí zlí, ako sa o nich niekedy hovorí. Sú problémoví najmä vtedy, ak sa nudia alebo sú v strese. Tínedžeri komunikujú navzájom cez sociálne médiá a môže sa im niektorým zdať, že na nás ide apokalypsa. Preto treba s deťmi hovoriť o tom, čo sa v súčasnosti vo svete deje.

Domácu karanténu môžu tínedžeri využiť pozitívne: upratať si šatník a vytriediť nechcené veci na charitu alebo recyklovanie. Navrhnite im, že si môžu vymaľovať izbu svojou obľúbenou farbou. Pridel'te im malý pozemok v záhrade, kde môžu nasadiť kvety alebo zeleninu, alebo môžu pestovať bylinky v črepníkoch na okne. Dovoľte im experimentovať pri varení večere. Možno by vás aj mohli niečo naučiť oni o sociálnych médiách.

Navrhnite im zaujímavé kreatívne projekty napríklad natočiť krátky film alebo nahráť skladbu s pomocou online softvéru. Alebo by mohli dokonca napláňovať budúcu dovolenku (navrhnite im rozpočet, nechajte ich vybrať cieľ cestovania, ubytovanie a aktivity).

Zapájajte ich do denného diania, poskytujte im istotu a nesprávajte sa k nim ako k deťom.

Tipy pre tínedžerov:

- zadajte im úlohy (platené aj neplatené)
- navrhnite zaujímavé projekty
- robte si plány do budúcnosti (stredná alebo vysoká škola, dovolenka)
- [PaintPeople](#)
- [HiSTORY](#)
- [Baštrng](#)
- [Dejepis Inak](#)

Žijeme teraz vo veľmi nezvyčajných časoch. Mnohí z nás sa karantény hrozia, ale pokúsme sa na to pozrieť aj inak. Čas rýchlo letí, deti vyrastajú, teda sa pokúsme stráviť tento spoločný čas príjemne, hrami, kreslením, spoločným pozeraním

filmov, stavaním skrýš alebo budovaním sveta pre dinosaury, čítaním kníh a spoločnými prechádzkami.

Ak budeme plánovať dopredu, dáme rozlet detskej fantázií a budeme k sebe navzájom trpezliví (pričom čas osamote s knihou alebo počúvaním hudby je nevyhnutný), dostaneme sa z toho.

Preložila a spracovala PhDr. Vanda Šaríková