

READLY

1. KÖNYV

Könyvtár 365

365 képernyőmentes tevékenység 3–8 éves gyerekeknek

A szerkesztőség

READLY · 2026

Az ügyfélterületed
A csomag összes könyvét bármikor megtalálod ezen a címen: https://checkout.readlyhub.shop/hu-hu/pages/ugyfelter-tevekenysegek-k7p3w8

Könyvtár 365 – 365 képernyőmentes tevékenység 3–8 éves gyerekeknek
A szerkesztőség

© 2026 Readly. Minden jog fenntartva. Ez a kiadvány kizárólag a vásárló személyes használatára készült. A kiadó engedélye nélkül tilos másolni, terjeszteni vagy továbbértékesíteni.

Figyelem: ez a kiadvány játék- és alkotási ötleteket tartalmaz 3–8 éves gyerekeknek, és csak általános inspirációként szolgál. A gyerekek ezeket a tevékenységeket mindig felnőtt felügyelete mellett végzik, különösen, ha késsel, ollóval, forró vízzel, tűzhellyel, sütővel, gyertyával, apró tárgyakkal, lufival, zacskóval vagy vízzel dolgoznak. Előre ellenőrizd, hogy az anyagok megfelelnek-e a gyermeked életkorának, és különösen figyelj a kisebb testvérekre (az apró tárgyak fulladást okozhatnak). Gondolj az allergiákra, soha ne egyél olyan készített vagy talált anyagot, amely nem étkezésre való, és ne kóstold meg a kísérleteket. Ha nem vagy biztos egy tevékenység biztonságában, hagyd ki. Ez a kiadvány nem ad orvosi vagy pedagógiai tanácsot,

nem ígér fejlődési eredményt, és soha nem helyettesíti az orvos vagy más szakember tanácsát. Vészhelyzetben hívd a 112-t.

Tartalom

1. Így használd a Könyvtár 365-öt
2. Január
3. Február
4. Március
5. Április
6. Május
7. Június
8. Július
9. Augusztus
10. Szeptember
11. Október
12. November
13. December
14. Hogyan tovább?
15. Videók, amelyek segítenek

Így használd a Könyvtár 365-öt

Szia! Ebben a könyvtárban az év minden napjára találsz egy tevékenységet 3–8 éves gyerekeknek. Minden egyszerű, kevés előkészületet kér, és megoldható abból, ami általában otthon is megvan. A napokat nem kell sorrendben csinálni: a számok főleg abban segítenek, hogy később könnyen megtaláld, amit keresel. Nyugodtan hagyj ki egy napot, ismételj meg egy kedvencet, vagy válaszd ki ma a jövő heti tevékenységet.

Válaszd ki, mi illik a mai naphoz

Minden tevékenység tetején egy rövid sor áll a korosztállyal, az idővel, a hellyel és azzal, hogy kell-e felügyelet. Ebből gyorsan tudsz választani:

- **Hangulat szerint:** ha a gyereked eleven és tele van energiával, válassz mozgásos játékot vagy valamit a szabadban. Ha fáradt vagy ingerlékeny, válassz csendesebbet, például rajzolást, mesét vagy hallgatós játékot.
- **Idő szerint:** ha csak 10 perced van vacsora előtt, válassz rövid tevékenységet. Egy szabad délutánon belefér egy 45 perces barkácsolás vagy sütés.

- **Hely szerint:** ha esik az eső, válassz valamit bentre. Ha száraz az idő, menj ki a kertbe, az erkélyre, a játszótérre vagy az erdőbe.
- **Életkor szerint:** a legtöbb tevékenység 3 és 8 éves kor között jó. A végén álló megjegyzésben találsz egy könnyebb változatot a legkisebbeknek és egy nagyobb kihívást a legnagyobbaknak.

Az alapdoboz

Készíts össze egy erős dobozt azokkal a holmikkal, amelyekre a legtöbbször szükséged lesz. Így azonnal kezdhetsz, ha a gyereked unatkozik.

Papír és karton	Színezés és ragasztás	Otthon és konyha
Fehér és színes papír (A4)	Zsírkréta és színes ceruza	Ruhacsipesz
Régi újságok és magazinok	Filctoll (lemosható)	Üres WC-papír gurigák
Kartondobozok és tojástartók	Ragasztószalag és maszkolószalag	Kupakok és üres kis üvegek
Papírtányérok	Ragasztóstift és hobbiragasztó	Zsineg vagy fonal
Régi borítékok	Gyerekolló (lekerekített hegyű)	Gyurma vagy házi gyurma

Időnként töltsd fel a dobozt azzal, ami a háztartásban éppen felszabadul: csomagolásokkal, régi zoknikkal, gombokkal (csak a nagyobb gyerekeknek) vagy szép kövekkel a kertből.

Biztonság minden napra

- Maradj mindig a közelben. Ahol az áll, hogy **Felügyelet: igen**, ott aktívan részt veszel a játékban, vagy végig figyeled a gyereket.
- A tűzhelyet, a sütőt, a forró vizet, a késeket és a gyertyákat csak felnőtt kezelheti. A gyerekek gyerekollót használnak, és ha kell, lekerekített hegyű műanyag kést.
- A kis alkatrészek, például a gombok, gyöngyök, érmék és elemek veszélyesek a 3 évnél fiatalabb gyerekekre. Légy különösen figyelmes, ha kisebb testvérek is a közelben vannak.
- Lufi és műanyag zacskó: soha nem kerülhet a szájba vagy a fejre, a kipukkadt lufit pedig azonnal el kell takarítani.
- Víz: gyereket soha ne hagyj egyedül vödör, kád vagy tó mellett, még egy pillanatra sem.
- Kint: soha ne egyetek meg bogyót, gombát vagy növényt, amit találtok. Biciklizéshez bukósisak kell.
- Receptek esetén mindig ellenőrizd az allergiákat (diófélék, tojás, tej, glutén).

- A só, a sütőpor, a szódabikarbóna és a tisztítószerek nem nassolnivalók: ne kóstoljátok meg őket, és utána mossatok kezet.

> **Tipp:** Nem a tökéletes eredmény a lényeg. A ferde rajz vagy az összeomlott torony hozzátartozik. A legszebb rész az, hogy együtt csináljátok.

Január

Ez a hónap

Január hideg, sötét és gyakran nyirkos. Az ünnepnapok véget értek, és mindenkinek újra bele kell rázódnia a megszokott ritmusba. Ebben a hónapban sok hangulatos beltéri tevékenységet találsz, néhány üde téli sétát és apró szokásokat, amelyekkel együtt kezdhetitek az új évet.

Nap 1 · Az újévi kívánságbödön

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A család minden tagja lerajzol vagy leír egy kívánságot az új évre. A cetlik egy bödönbe kerülnek, amelyet szilveszterkor közösen nyittok ki újra. Szép szokás, amely megkönnyíti, hogy a tervekről és az álmokról beszélgessetek.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy üres, tiszta befőttesüveg vagy műanyag doboz fedéllel
- Kis papírok (kb. 8 × 8 cm)
- Színes ceruza vagy filctoll
- Szalag vagy egy darab fonal

ÍGY CSINÁLD

1. Kérdezd meg a család minden tagját: „Mit szeretnél idén megtanulni, megcsinálni vagy átélni?”
2. Az óvodások lerajzolják a kívánságukat, a nagyobbak egy mondatot is írnak mellé. Te ráírod a hátoldalra a nevet és a dátumot.
3. Hajtsd a papírokat kétszer félbe, és tedd őket az üvegbe.
4. Díszítsd az üveget szalaggal és egy „Kívánságaink” feliratú címkével, majd tedd egy magas polcra.

Változat: 3–4 évesnek lehet egészen kicsi a kívánsága („gyakrabban menjünk a kacsákhoz”). 7–8 évesnek: írjon mellé egy dolgot is, amit maga megtehet azért, hogy a kívánság közelebb kerüljön.

Nap 2 · Papír hógolyócsata

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Nincs hó? Akkor csinálj puha hógolyókat papírból. A gyerekek futnak, céloznak és nevetnek, és senkinek sem fázik a keze. Tökéletes arra, hogy egy szürke napon kiadják a felesleges energiát.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 20–30 lap régi fehér nyomtatópapír vagy újságpapír
- Egy kanapé, asztal vagy párnasor „falnak”
- Egy szennyeskosár, amelybe a golyókat gyűjtitek

ÍGY CSINÁLD

1. Gyúrjátok együtt az összes lapot szoros golyókká. A gyúrás és gyűrés már önmagában jó gyakorlat a kezeknek.
2. Építsetek két „erődöt” a szoba két oldalán, egymástól kb. 3 méterre.
3. Beszéljétek meg a szabályokat: csak vállmagasság alatt szabad dobni, soha nem az arcra.
4. Kiáltsd, hogy „rajt”, és 2 percig dobáljatok. A „stop” jelre mindenki a kosárba gyűjti a golyókat, és kezdődhet egy új kör.

Változat: 3–4 évesek célba dobnak, például egy nagy dobozba. 7–8 évesnek: tegyél le egy vödröt, és számoljátok, ki dob a legtöbb golyót

bele 2 méterről.

Nap 3 · Kincsek a jégben

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc + egy éjszaka fagyasztás · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: igen

Kis tárgyakat jégtömbbe fagyasztotok. A gyerekek meleg vízzel és sóval próbálják kiszabadítani őket. Így fedezik fel, mitől olvad a jég.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy kb. 500 ml-es műanyag doboz
- Nagyobb tárgyak, amelyek bírják a vizet: egy műanyag állatfigura, egy nagy kupak, egy fakocka
- Egy csésze langyos víz, egy teáskanál só, egy pipetta vagy kanál
- Egy tálca vagy egy régi törölköző

ÍGY CSINÁLD

1. Este tedd a tárgyakat a dobozba, töltsd meg vízzel, és tedd egy éjszakára a fagyasztóba (vagy ki a hidegbe, ha fagy).
2. Vedd ki a jégtömböt a dobozból, és tedd a tálcára.
3. A gyereked csepegtessen rá langyos vizet, és szórjon rá egy kis sót. Nézzétek meg együtt, hol olvad a leggyorsabban a jég.
4. Beszélgessetek róla: „Mi hat a legjobban: a víz, a só vagy a meleg kezed?”

Változat: 3–4 évesek csak vizet és kanalat használnak. 7–8 évesnek: csináljatok két jégtömböt, és hasonlítsátok össze, melyik módszerrel ér hamarabb a végére. **Vigyázat:** 3 évnél fiatalabb gyerek mellé ne tegyetek kis tárgyakat; a sót ne kóstolják meg, és ne dörzsöljék a szemükbe.

Nap 4 · Madáretető füzér a kertbe

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent és kint · Felügyelet: igen

Télen a madarak kevesebb ennivalót találnak. Együtt felfűztök almát és száraz kenyeret egy madzagra, és kiakasztjátok a füzért. Aztán izgalmas megnézni, ki jön enni.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 1 alma és 2 szelet száraz kenyér
- Egy erős madzag, kb. 1 méter
- Egy nagy, tompa hegyű tű vagy hegy nélküli fa nyárs (csak a fűzéshez)
- Egy vágódeszka

ÍGY CSINÁLD

1. Te felszeleteled az almát cikkekre, a kenyeret pedig kb. 3 cm-es kockákra.
2. A tűvel előfúrsz egy lyukat; a gyereked áthúzza rajta a madzagot, és felváltva fűzi fel az almát és a kenyeret.
3. Mindkét végén kössetek egy hurkot.
4. Akasszátok ki együtt a füzért egy fára vagy az erkélyre, macskáktól távol.
5. A következő napokban naponta többször nézzetek ki az ablakon.

Változat: 3–4 évesek csak a kenyérkockákat fűzik fel vastag gyapjúfonalra. 7–8 évesnek: vezessen listát arról, hogy mely madarak jönnek, és milyen gyakran. **Vigyázat:** a vágást te végzed; a penészes kenyeret dobd ki, és pár nap múlva cseréld le a füzért.

Nap 5 · A nagy párnavár

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30–60 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Székekből, párnákból és takarókból igazi házat építhettek a nappaliban. A gyerekek terveznek, építenek, és megoldják a problémákat, ha beszakad a tető. Utána a vár hangulatos olvasósarok lesz.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2–4 szék vagy egy asztal
- Néhány nagy takaró vagy lepedő
- Az összes kanapépárna és fejpárna
- Ruhacsipeszek a szövetek rögzítéséhez
- Egy elemlámpa (led) és néhány könyv

ÍGY CSINÁLD

1. Először hagyd, hogy a gyereked kitalálja, hol lesz a bejárat, és mekkora legyen a vár.
2. Fordítsd a székeket háttámlával kifelé, és terítsd rájuk a lepedőket.
3. Csipeszekkel rögzítsd a lepedőket a háttámlákhoz. Ha a lepedő lecsúszik, tegyél könyveket a szélére.
4. Rakj párnákat a földre padlónak, és vidd be az elemlámpát és a könyveket.

Változat: 3–4 évesek az asztal alatt építenek egyetlen nagy lepedővel. 7–8 évesnek: készítsen táblát a vár nevével, és találjon ki egy „jelszót” a látogatóknak.



A párnavár pár perc alatt kész.
Pixabay (MUSIC_AND_WALLPAPER)

Nap 6 · Korona vízkeresztre

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Január 6-án van vízkereszt, a háromkirályok napja. A gyerekek kartonból saját koronát készítenek, és csillogó maradékokkal díszítik. Vágás, ragasztás és mérés is szerepet kap benne.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy 60 × 12 cm-es csík erős papírból vagy kartonból (akár két csík összeragasztva)
- Gyerekolló, ragasztóstift, ragasztószalag
- Ezüstpapír, színes papír és matrica maradékok
- Egy ceruza

ÍGY CSINÁLD

1. Mérd körbe a csíkkal a gyereked fejét, és húzz egy vonalat ott, ahol átfedi egymást, plusz még 3 cm.
2. Rajzolj a hosszú oldal mentén kb. 5 cm magas csúcsokat; a gyereked kivágja őket.
3. Díszítsd a koronát papír „drágakövekkel”, ezüstpapírral és matricákkal.
4. Ragaszd össze a két végét ragasztószalaggal, és tedd fel a koronát.

Változat: 3–4 évesek egy előre kivágott koronát díszítenek. 7–8 évesnek: találjon ki királyi nevet és egy rövid királydalt a koronához.

Nap 7 · Zokni-bábszínház

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy régi zokniból szereplő lesz, szemmel, hajjal és saját hanggal. A gyerekek gyakorolják a beszédet, a fantáziát és azt, hogyan meséljenek történetet közönségnek.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2–3 régi, tiszta zokni
- Fonal-, filc- vagy papírmaradékok
- Hobbiragasztó vagy ragasztószalag
- Egy filctoll, és egy asztal, amelyre lepedőt terítesz bábszínháznak

ÍGY CSINÁLD

1. Húzz egy zoknit a gyereked kezére, és filctollal jelölj két pontot, ahol a szemek lesznek.
2. Ragassz a zoknira papírszemeket, fonalhajat és piros papírból egy nyelvet. Hagyd a ragasztót 10 percig száradni.
3. Terítsd a lepedőt az asztalra; a játszók mögötte ülnek.
4. Találjatok ki együtt egy rövid történetet, amelyben van kezdet, probléma és megoldás, és adjátok elő a család többi tagjának.

Változat: 3–4 évesek zokniját csak beszélni és énekelni hagyják. 7–8 évesnek: írjon fel egy cetlire három jelenetet, és játssza el őket

egymás után. **Vigyázat:** 3 évnél fiatalabb gyereknél ne használj gombot szemnek.

Nap 8 · Lufiröplabda a szobában

Korosztály: 4–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A lufi lassan lebeg, ezért a kisebb gyerekek is el tudják érni. A játék gyakorolja a szem-kéz koordinációt és az együttjátszást, anélkül hogy bármi összetörne.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 1 nagy lufi (felnőtt fújja fel)
- Egy zsineg vagy sál hálónak, két szék közé kifeszítve kb. 1 méter magasan

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd félre a törékeny dolgokat, és feszítsd ki a zsineget két szék között.
2. Mindenki a háló egyik oldalán játszik. Nyitott tenyérrel ütsd át a lufit a túloldalra.
3. Ha a lufi a te oldaladon esik a földre, a másik kap egy pontot.
4. Játsszatok 10 pontig, aztán cseréljetek oldalt.

Változat: próbáljátok közösen minél tovább a levegőben tartani a lufit, és számoljatok hangosan. 7–8 évesnek: csak bal kézzel vagy könyökkel. **Vigyázat:** a lufi soha nem kerülhet a szájba; a kipukkadt lufi darabjait azonnal szedd fel, mert lenyelve veszélyesek.

Nap 9 · Zabpelyhes keksz sütése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Egyszerű recept kevés hozzávalóval. A gyerekek mérnek, kevernek és golyókat formálnak. A sütőt a felnőtt kezeli.

HOZZÁVALÓK

- 2 érett banán
- 150 g zabpehely
- 40 g mazsola
- 1 teáskanál fahéj
- Egy tepsi sütőpapírral

ÍGY KÉSZÍTSD

1. A felnőtt előmelegíti a sütőt 180 °C-ra.
2. A gyereked villával péppé nyomkodja a banánt egy tálban.
3. Keverd bele a zabpelyhet, a mazsolát és a fahéjat. Hagyd a keveréket 5 percig pihenni.
4. Egy evőkanállal formálj kb. 12 halmot a tepsire, és nyomd laposra őket a kanál domború oldalával.
5. A felnőtt 15–18 percig süti őket, amíg aranybarnák nem lesznek. Hagyd 10 percig hűlni, mielőtt megkóstoljátok.

Változat: 3–4 évesek nyomkodják és keverik. 7–8 évesnek: mérje le maga a konyhai mérlegen az alapanyagokat, és duplázza meg a

receptet. **Vigyázat:** a zabpehely tartalmazhat gluténnyomokat; ellenőrizd az allergiákat. A sütőnél csak a felnőtt dolgozik.

Nap 10 · Árnyékállatok a falon

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Amikor korán besötétedik, elemlámpával és a kezeddel állatokat csinálhatsz a falra. A gyerekek megértik, hogyan működik a fény és az árnyék, és mesét is kitalálnak hozzá.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy elemlámpa (led)
- Egy világos, üres fal vagy egy fehér lepedő
- Egy sötét szoba

ÍGY CSINÁLD

1. Oltsd le a nagy lámpát, és tedd az elemlámpát egy könyvkupacra a falra irányítva, kb. 1,5 méter távolságban.
2. Mutasd meg, hogyan készül a kutya: lapos kéz, felfelé álló hüvelykujj a fül, a lazán tartott kisujj a száj.
3. Próbáljatok együtt madarat (a hüvelykujjak összekapaszkodnak, az ujjak csapkodnak) és csigát (ököl, két ujj felfelé).
4. Mozgasd a kezed közelebb a lámpához, majd távolabb: mi történik az árnyékkal?

Változat: 3–4 évesek egyszerűen megkeresik a saját árnyékukat, és táncoltatják. 7–8 évesnek: vágjon ki állatfigurákat kartonból,

ragassza őket szívószálra, és játsszon árnyszínházat.

Nap 11 · Hangvadászat a lakásban

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Csukott szemmel kitalálni, milyen hangot hallasz. Nyugodt játék, amely a hallást és a koncentrációt gyakorolja, ideális egy zsúfolt délelőtt után.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy sál szemkötőnek (vagy egyszerűen csukott szem)
- Hangot adó tárgyak: kulcscsomó, papír, kanál és pohár, ajtó, csap, cipzár

ÍGY CSINÁLD

1. A gyereked leül a kanapéra csukott szemmel.
2. Csinálj egy hangot: gyűrj össze egy papírt, csörgesd meg a kulcsokat, koppints egy kanállal egy pohárra.
3. A gyereked kitalálja, mi az. Jól tippelt? Akkor szerepet cseréltek.
4. 6 hang után jöhet egy nehezebb kör: hangok egy másik szobából.

Változat: 3–4 évesek 3 tárgy közül választanak, amelyek az asztalon vannak. 7–8 évesnek: üljön csendben 1 percig, majd írja vagy rajzolja le az összes hangot, amit hallott.

Nap 12 · A zoknipárosító

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A háztartási munkából játék lesz. A gyerekek párokat keresnek, szín és méret szerint rendeznek, és valóban segítenek otthon.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy kosár tiszta zokni (minél több, annál jobb)
- Egy konyhai időzítő vagy homokóra

ÍGY CSINÁLD

1. Borítsd ki a kosarat a kanapéra vagy az ágyra.
2. Állítsd az időzítőt 5 percre. A gyereked a lehető legtöbb párt megkeresi.
3. Gurítsátok fel együtt az összes párat golyóvá, és tegyétek személyenként egy kupacba.
4. A pár nélküli zoknik egy „elveszett zoknik” dobozba kerülnek barkácsoláshoz (lásd a 7. napot).

Változat: 3–4 évesek először csak az összes piros vagy csíkos zoknit keresik meg. 7–8 évesnek: hajtogassa össze a törölközőket is, és vigye a kupacokat a megfelelő szobába.

Nap 13 · Nyomkereső séta télen

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Téli séta feladattal: keressetek állatok és emberek nyomait sárban, homokban vagy hóban. A gyerekek jobban figyelnek, és kitalálják, ki járt erre.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Meleg ruha és csizma
- Egy papír egy kartonlapra téve és egy ceruza
- Esetleg egy nagyító

ÍGY CSINÁLD

1. Válassz útvonalat egy parkon át, egy patakpart mentén vagy az erdőben.
2. Keressetek lenyomatokat a sárban vagy a hóban: kutya, madár, bicikli, cipő.
3. Rajzoljátok le a papírra az összes nyomot, amit találtok, és találjátok ki együtt, ki hagyta.
4. Csináljatok saját nyomokat is: sétáljatok, szökdeljetek és ugorjatok, és nézzétek meg, miben különbözik a lenyomat.

Változat: 3–4 évesek csak nagy nyomokat keresnek, és beleugrálnak. 7–8 évesnek: számolja meg, hányféle nyomot

találtatok, és készítsen hozzá jelmagyarázatot. **Vigyázat:** maradjatok távol a patakok és tavak jegétől, és ne érjetek hozzá ürülékhez.

Nap 14 · A jégkocka-kísérlet

Korosztály: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Hol olvad el leggyorsabban egy jégkocka? A gyerekek jósolnak, kipróbálják, és megnézik az eredményt. Így ismerkednek meg az egyszerű kutatással.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 4 jégkocka
- 4 kistányér
- Egy teáskanál só, egy teáskanál cukor, egy sál
- Papír és ceruza

ÍGY CSINÁLD

1. Tegyél minden kistányérra egy jégkockát.
2. Az 1. tányéron marad úgy. A 2.-ra szórj sót, a 3.-ra cukrot, a 4. tányéron lévő kockát pedig csavard be a sálba.
3. A gyereked megjósolja, melyik kocka olvad el először, és lerajzolja a papírra.
4. Nézzétek meg 5 percenként. Kinek lett igaza? Beszélgessetek arról, miért tartja a sál éppen hidegen a jeget.

Változat: 3–4 évesek csak a „sóval” és a „só nélkül” változatot hasonlítják össze. 7–8 évesnek: jegyezze fel minden kockánál az időt

egy táblázatba. **Vigyázat:** a sót és a cukrot nem szabad megenni; a sót ne kerüljön a szembe.

Nap 15 · Pingvinek WC-papír gurigából

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy üres WC-papír gurigából egy pillanat alatt pingvint csinálhatsz. A festés, vágás és ragasztás a finommotorikát gyakorolja, utána pedig játszani is lehet velük.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2–3 üres WC-papír guriga
- Fekete és fehér festék (vagy fekete és fehér papír)
- Narancssárga papír a csőrnek és a lábaknak
- Gyerekolló, ragasztó, ecset

ÍGY CSINÁLD

1. Fesd feketére a guriga külsejét, elöl fehér hassal. Hagyd 15 percig száradni.
2. Vágj narancssárga papírból egy háromszöget csőrnek és két kis lábat.
3. Ragaszd fel a csőrt és a lábakat, és rajzolj vagy ragassz két szemet.
4. Készíts egy egész pingvincsaládot, és állítsd őket egy fehér papírból készült „jégtáblára”.

Változat: 3–4 évesek festés helyett egy fehér papírt ragasztanak egy fekete gurigára. 7–8 évesnek: készítsen fonalból sálat is, és adjon nevet minden pingvinnek.

Nap 16 · Állatjóga

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyerekek állatok testtartását utánozzák: macska, béka, flamingó. Nyújtózkodnak, gyakorolják az egyensúlyt, és megnyugodnak. Nem kell hozzá semmilyen tapasztalat.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy szabad hely a padlón vagy egy szőnyeg
- Egy nyugodt dal, amelyet te énekelsz vagy dúdolsz

ÍGY CSINÁLD

1. **Macska:** négykézláb, a hát felfelé domború, majd lefelé homorú. Háromszor.
2. **Béka:** mély guggolás, kezek a földön, aztán egy kis ugrás.
3. **Flamingó:** egy lábon állni, és 5-ig számolni. Aztán a másik lábon.
4. **Alvó pillangó:** háton fekve, talpak egymáshoz érnek, karok lazán. Lassan lélegezz be és ki, miközben te 10-ig számolsz.

Változat: 3–4 évesek az állathangokat is utánozzák. 7–8 évesnek: találjon ki egy új állatot, és magyarázza el neked a testtartását. Semmit se erőltess: minden testtartás a gyerek saját tempójában mehet.

Nap 17 · Saját társasjáték rajzolása

Korosztály: 4–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyerekek megtervezik a saját játéktáblájukat útvonallal, csapdákkal és céllal. Gyakorolják a számolást, a szabályalkotást és azt, hogy megvárják a sorukat.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy papírlap vagy egy kartondoboz belseje
- Filctollak és színes ceruzák
- Egy dobókocka
- Kupakok vagy plüssfigurák bábuknak

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj egy kanyargós útvonalat kb. 30 mezővel, „Rajt” és „Cél” felirattal.
2. Válassz ki 5 mezőt feladattal: „ugorj 3-szor”, „lépj vissza 2 mezőt”, „dobj még egyszer”.
3. Díszítsd a táblát egy témával, például erdővel, tengerrel vagy az űrrel.
4. Játsszátok el együtt a játékot. Valamelyik szabály nem működik? Módosítsd, és játsszatok újra.

Változat: 4 évesek csak 3-ig számolnak egy saját papírkockával (1, 2, 3, 1, 2, 3). 7–8 évesnek: írjon szabálykártyát, és tanítsa meg a játékot valaki másnak.

Nap 18 · Levél a nagyinak vagy a nagypapának

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent és kint · Felügyelet: nem

Igazi levelet készíteni és magunk a postaládába dobni sok gyereknek kis kaland. Gyakorolják a rajzolást vagy írást, és közben valaki másra gondolnak.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Papír és egy boríték
- Színes ceruza vagy filctoll
- Egy bélyeg és a cím

ÍGY CSINÁLD

1. Kérdezd meg, mit szeretne a gyereked elmondani: valamit, amit a héten csinált, egy viccet vagy egy kérdést.
2. Az óvodások rajzolnak; te leírod alá, amit mondanak. A nagyobbak maguk írnak pár mondatot.
3. Hajtsd össze a levelet, tedd a borítékba, és együtt írjátok rá a címet. A gyereked ráragasztja a bélyeget.
4. Sétáljatok el együtt a postaládához.

Változat: 3–4 évesek egy rajzot és egy szárított levelet is tesznek mellé. 7–8 évesnek: tegyen a levélbe három kérdést, hogy a címzett válaszoljon.



Igazi levelet készíteni és elküldeni kis kaland.

Pixabay (Pezibear)

Nap 19 · Hópelyhek vágása

Korosztály: 4–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A papír hajtogatásával és kis darabok kivágásával olyan hópehely készül, amely mindig más. Szép gyakorlat az ollóhasználathoz, és meglepetés a kihajtogatásnál.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Négyzet alakú fehér papírlapok (15 × 15 cm), a vékony papír működik a legjobban
- Egy gyerekolló
- Ragasztószalag vagy egy fonal a felakasztáshoz

ÍGY CSINÁLD

1. Hajtsd a négyzetet félbe háromszöggé, még egyszer félbe, és még egy harmadik alkalommal is.
2. Vágj kis háromszögeket, félköröket és csíkokat a szélekből. Ne vágd át teljesen.
3. Óvatosan hajtsd ki a papírt, és nézd meg a mintát.
4. Ragaszd a hópelyheket az ablakra, vagy akaszd fel őket fonalra.

Változat: 4 évesek csak kétszer hajtogatnak, és te előrajzolod a vágásvonalakat. 7–8 évesnek: próbáljon hatágú hópelyhet készíteni úgy, hogy a papírt harmadokra hajtja.

Nap 20 · Szivárványgyümölcs nyárson

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

A gyerekek a szivárvány színeiben fűznek fel gyümölcsdarabokat. Gyakorolják a színeket és a sorrendet, és maguk készítenek egészséges uzsonnát.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Különböző színű gyümölcsök: eper vagy alma (piros), mandarin (narancs), banán (sárga), kivi vagy szőlő (zöld), áfonya
- Erős papír szívószálak vagy hegy nélküli fa nyársak
- Egy lekerekített hegyű műanyag kés

ÍGY CSINÁLD

1. Mossátok meg együtt a gyümölcsöt. Te felvágod a kemény darabokat; a gyereked a banánt és a kivit a műanyag késsel 2 cm-es darabokra vágja.
2. Rakd a gyümölcsöt színenként egy tányérra.
3. Fűzd fel a darabokat a szivárvány sorrendjében: piros, narancs, sárga, zöld, kék.
4. Egyétek meg a nyársakat rögtön, vagy tegyétek 10 percre a hűtőbe.

Változat: 3–4 évesek saját sorrendben fűznek. 7–8 évesnek: találjon ki egy mintát (piros, sárga, piros, sárga), és te tippeld meg a

következő darabot. **Vigyázat:** a szőlőt és az áfonyát kisebb gyerekeknek vágd félbe hosszában.

Nap 21 · Szobortánc

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Táncolni, amíg szól a zene, és megállni, amikor elhallgat. Klasszikus játék, amely a mozgást a figyeléssel és az önuralommal köti össze.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Zene: énekelj, fütyülj vagy dobolj egy lábason
- Egy szabad hely a szobában

ÍGY CSINÁLD

1. Beszéljétek meg: ha a zene megáll, szoborrá változol.
2. Énekelj vagy dobolj egy dalt, és hirtelen állj meg.
3. Aki még mozog, az 3-at ugrik, aztán újra táncol.
4. Adj minden körben egy feladatot: táncolj úgy, mint egy robot, mint egy hópehely, mint egy elefánt.

Változat: 3–4 évesek egyszerűen leülhetnek, amikor megáll a zene. 7–8 évesnek: felváltva lehet a zenész, és maga dönti el, mikor lesz csend.

Nap 22 · Mesék dobókockával

Korosztály: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy dobókockával és hat kis rajzzal a gyerekek saját mesét találnak ki. Gyakorolja a beszédet, a fantáziát és azt, hogy jó sorrendben meséljenek.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy hagyományos dobókocka
- Egy papír hat mezővel, 1-től 6-ig megszámozva
- Ceruza és színes ceruzák

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzoljatok együtt minden mezőbe valami mást: 1 sárkányt, 2 várat, 3 biciklit, 4 tortát, 5 esőt, 6 kulcsot.
2. Dobj a kockával. Kezdd a mesét a számhoz tartozó képpel: „Volt egyszer egy sárkány, aki…”
3. Dobj újra, és építsd bele a következő képet a mesébe.
4. 5 dobás után valaki kitalál egy befejezést.

Változat: 4 évesek dobásonként egy mondatot mondanak, te segítesz. 7–8 évesnek: írja le a mesét, és rajzoljon hozzá egy képet.

Nap 23 · Pezsgő vulkán

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: konyha vagy kint · Felügyelet: igen

A szódabikarbóna és az ecet együtt habzik és pezseg. A gyerekek látják a reakciót, és általában rögtön újra akarják csinálni.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy mély tepsi vagy műanyag tál
- Egy kis pohár vagy üres üvegecske
- 2 evőkanál szódabikarbóna
- 100 ml ecet, néhány csepp ételfesték és egy kevés mosogatószer

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd a poharat a tál közepére. Ha akarod, építs köré homokból vagy gyurmából hegyet.
2. Tedd a szódabikarbónát és egy kevés mosogatószert a pohárba.
3. Színezd meg az ecetet néhány csepp ételfestékkel egy csészében.
4. A gyereked lassan öntse az ecetet a pohárba, és nézzétek, ahogy kitör a vulkán.

Változat: 3–4 évesek csak öntenek. 7–8 évesnek: próbálja ki 1, 2 és 3 kanál szódabikarbónával, és hasonlítsa össze a „kitörést”.

Vigyázat: ne kóstolják meg, és ne dörzsöljék a szemüket; utána mossatok kezet.

Nap 24 · Betűvadászat a lakásban

Korosztály: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyerekek olyan tárgyakat keresnek, amelyek egy bizonyos betűvel kezdődnek. Gyakorolják a hangokat, a betűket és a szavakat, miközben végigjárják a lakást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Nagy betűs papírlapok (például B, K, M, S, T)
- Egy kosár a tárgyak gyűjtésére

ÍGY CSINÁLD

1. A gyereked húzzon egy lapot, például a B-t.
2. Mondjátok ki együtt hangosan a hangot: „b, mint a bögre”.
3. A gyereked 3 perc alatt megkeres annyi tárgyat, amennyit csak tud, ami ezzel a hanggal kezdődik: bögre, baba, bot.
4. Rakjátok sorba az összeset, és nevezzétek meg mindegyiket. Rakjátok el együtt, és húzzatok egy új betűt.

Változat: 4 évesek betű helyett egy szín tárgyait keresik. 7–8 évesnek: írja fel a szavakat egy listára, és keressen olyan dolgokat is, amelyek az adott betűre végződnek.

Nap 25 · Tekézés üres palackokkal

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Tíz üres palackból bábu lesz a folyosón. A gyerekek célba gurítanak, megszámolják, hány borult fel, és újra felállítják őket. Mozgás és számolás egyben.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6–10 üres műanyag palack kupakkal
- Egy puha labda
- Esetleg egy kevés víz vagy homok a palackokban a stabilitásért

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd a palackokat háromszög alakban a folyosó végére.
2. Kb. 2–3 méterre ragassz fel egy darab maszkolószalagot dobóvonalnak.
3. Told el a labdát, és számold meg, hány palack dőlt fel.
4. Mindenki körönként két dobást kap. A palackokat együtt állítjátok fel újra.

Változat: 3–4 évesek közelebbről dobnak, és nagyobb labdát használnak. 7–8 évesnek: vezesse a pontokat papíron, és 5 kör után adja össze az egészet.

Nap 26 · A konyhazenekar

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A lábasok, fedők és fakanalak dobfelszereléssé válnak. A gyerekek felfedezik a ritmust, a hangost és a halkat, a gyorsat és a lassút. Egy kicsit zajos lesz, és ez rendben van.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2–3 fazék vagy műanyag tál fejjel lefelé
- Fakanalak
- Egy fedő cintányérnak
- Egy műanyag palack egy marék rizzsel, a kupakját erősen leragasztva, csörgőnek

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd a „hangszereket” a padlóra, és hagyd, hogy a gyereked kipróbálja mindegyik hangját.
2. Tapsolj el egy egyszerű ritmust: hosszú, hosszú, rövid-rövid-hosszú. A gyereked eljátssza utánad a lábason.
3. Játsszatok egy ismert gyerekdalt, és dobolj hozzá az ütemre.
4. Utána jöhet a „hangos és halk”: te felemeled a kezed (hangos), vagy lefelé tartod (halk).

Változat: 3–4 évesek szabadon dobolnak. 7–8 évesnek: találjon ki egy saját ritmust, és tanítsa meg a család többi tagjának. **Vigyázat:** a

rizs végig a leragasztott palackban marad, kisebb gyerekeknél is.

Nap 27 · Mozaik régi magazinokból

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Különböző színű papírdarabokból együtt kép lesz. A tépés és ragasztás a kezet gyakorolja, a színek szétválogatása pedig a nézést.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Régi magazinok vagy reklámújságok
- Egy erős papírlap egyszerű körvonallal: hal, szív, ház vagy nap
- Ragasztóstift
- Kis tálkák a színek szétválogatásához

ÍGY CSINÁLD

1. Tépjetek együtt kb. 2 × 2 cm-es darabokat a színes oldalakból.
2. Válogassátok színenként a tálkákba.
3. Kend be ragasztóval a rajz egy kis részét, és ragaszd egymás mellé szorosan a papírdarabokat.
4. Folytasd így, amíg az egész forma ki nem telik. Hagyd megszáradni, és akaszd ki.

Változat: 3–4 évesek nagyobb darabokat tépnek, és szabadon ragasztanak. 7–8 évesnek: készítsen mintás formát, például egy halat két színű csíkokkal.

Nap 28 · A pihe fújása

Korosztály: 3–8 év · Idő: 10 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Nyugodt légzőjáték: a gyerekek egy tollpihét vagy vattagolyót fújnak végig az asztalon. A lassú fújás figyelmet kér, és egy zsúfolt nap után gyakran megnyugtat.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy tollpihe vagy egy vattagolyó
- Egy asztal
- Két könyv „célnak”

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd a két könyvet az asztal túlsó végére célnak, kb. 20 cm távolságra egymástól.
2. A gyereked nyugodtan belélegez az orrán, elszámol 3-ig, majd finoman fúj.
3. Sikerül a pihét átfújni a célon úgy, hogy nem esik le az asztalról?
4. Zárjátok háromszor azzal, hogy „virágot szagolsz” (be az orrán) és „gyertyát fújsz el” (ki a szájon).

Változat: 3–4 évesek egyszerűen a levegőbe fújják a pihét. 7–8 évesnek: rakj ki könyvekből akadálypályát, amelyen a pihének át kell mennie. **Vigyázat:** a vattát és a tollat ne vegyék a szájukba.

Nap 29 · Boltosat játszani

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30–45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A nappaliból bolt lesz, igazi dobozokkal a kamrából. A gyerekek gyakorolják a számolást, az udvarias kérést, valamint a vásárlást és az eladást egymás után.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Üres vagy zárt csomagolások a kamrából: dobozok, konzervek, kis tégelyek
- Papírok árcédulának
- Házi papírpénz vagy gombok érmének (csak 3 éves kortól)
- Egy táska vagy kosár

ÍGY CSINÁLD

1. Rakd a csomagolásokat egy asztalra boltpolcnak.
2. Készítsetek együtt árcédulákat: kisebb gyerekeknek 100, 200 vagy 300 forint.
3. Az egyik játékos az eladó, a másik a vásárló, háromtételes bevásárlólistával.
4. Fizess, számold meg a visszajárót, és mondd: „Köszönöm szépen, viszontlátásra!” Utána szerepet cseréltek.

Változat: 3–4 évesek egy érmét cserélnek egy termékre. 7–8 évesnek: 1000 forintig terjedő árak, és maga számolja ki, mennyi az

összeg. **Vigyázat:** a gombokat és az érméket tartsd távol a 3 évnél fiatalabb gyerekektől.

Nap 30 · Golyópálya a falon

Korosztály: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

WC-papír gurigákból és maszkolószalagból olyan pályát építesz, amelyen végiggurul egy pingponglabda. A gyerekek próbálkoznak, igazítanak, és rájönnek, milyen meredek kell, hogy legyen.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6–10 üres WC-papír vagy konyhai papírtörlő guriga, néhány hosszában félbevágva vályúnak
- Maszkolószalag (nem hagy nyomot)
- Egy pingponglabda vagy más könnyű golyó
- Egy doboz a labda felfogására

ÍGY CSINÁLD

1. Ragaszd az első gurigát ferdén egy ajtóra vagy szekrényre, a gyereked magasságában.
2. Ragaszd a következőt ferdén alá, hogy a labda az egyikből a másikba essen.
3. Minden darab után próbáld ki a labdával. Kigurul? Told el egy kicsit a gurigát.
4. Tedd a dobozt alulra, és engedd végiggurulni a labdát az egész pályán.

Változat: 4 évesek 3 darabból álló pályát építenek. 7–8 évesnek: építsen kanyaros pályát, és mérje meg hangos számolással, mennyi

ideig tart a labdának végigmenni.

Nap 31 · Visszatekintés januárra

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A hónap végén együtt visszatekintetek. Mi volt jó, mi nem sikerült, mit csinálnál meg még egyszer? A család évkönyvének első oldala.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy papírlap vagy egy füzet
- Színes ceruzák és filctollak
- Esetleg a hónap emlékei: egy hópehely, egy rajz, egy levél

ÍGY CSINÁLD

1. Írd fel nagyban az oldal tetejére, hogy „Január”, és a gyereked rajzoljon hozzá egy képet.
2. Kérdezd meg: „Melyik három dolog tetszett a legjobban ebben a hónapban?” Te leírod őket, vagy a gyereked írja le maga.
3. Ragassz mellé egy emléket, például egy papír hópelyhet vagy egy darabot a koronából.
4. Tedd el a lapot egy mappába; minden hónapban egy újabb oldal kerül hozzá.

Változat: 3–4 évesek csak a legjobb pillanatot rajzolják le. 7–8 évesnek: írjon fel egy dolgot is, amit februárban szeretne kipróbálni.

Február

Ez a hónap

Február a legrövidebb hónap, de így is sok minden történik: ilyenkor van a farsang, és a nappalok érezhetően hosszabbodnak. Ez a hónap az öltözködésről, a barátságról, a színek keveréséről és az első magokról szól az ablakpárkányon.

Nap 32 · Palacsintasütés

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Farsang idején sok családban palacsinta készül. A gyerekek mérnek, habarnak és megtöltik a palacsintát; a felnőtt a serpenyő mellett áll.

HOZZÁVALÓK

- 125 g liszt
- 2 tojás
- 250 ml tej
- Egy csipet só és egy darabka vaj vagy kevés olaj a serpenyőbe
- Töltelék: cukor, lekvár vagy gyümölcsdarabok

ÍGY KÉSZÍTSD

1. A gyereked kimeri a lisztet, és a sóval együtt egy tálba teszi.
2. Csinálj egy mélyedést, törjétek bele együtt a tojásokat, és verd habverővel. Fokozatosan add hozzá a tejet, amíg a tészta sima nem lesz.
3. Hagyd a tésztát 15 percig pihenni. Közben a gyereked megteríti az asztalt.
4. A felnőtt vékony palacsintákat süt egy serpenyőben közepes lángon, oldalanként kb. 1 percig.

5. Hagyd őket egy kicsit hűlni; a gyereked maga tölti meg és tekeri fel őket.

Változat: 3–4 évesek kevernek és megtöltik. 7–8 évesnek: olvassa el maga a receptet, és mérje ki az alapanyagokat. **Vigyázat:** tojást, tejet és glutént tartalmaz. A tűzhelynél csak a felnőtt áll; a serpenyő forró, a zsiradék pedig fröcskölhet.

Nap 33 · Szívek nyomtatása gurigával

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy szív alakúra nyomott WC-papír gurigából nyomda lesz. A gyerekek kártyákat készítenek valakinek, akit szeretnek, és mintákkal kísérleteznek.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy üres WC-papír guriga
- Egy kevés ragasztószalag
- Piros és rózsaszín festék egy tányéron
- Papír vagy összehajtott lapok

ÍGY CSINÁLD

1. Nyomd laposra a gurigát, majd nyomd befelé az egyik végét, hogy szív alakot kapj. Rögzítsd egy darab ragasztószalaggal.
2. Mártsd a szélét a festékbe, és nyomd a papírra.
3. Nyomj egy sort, egy kört vagy egy nagy szívet kis szívekből.
4. Hagyd megszáradni, és írj mellé egy nevet vagy egy kedves szót.

Változat: 3–4 évesek szabadon nyomnak. 7–8 évesnek: készítsen kétszínű mintát, és írjon hozzá maga egy rövid üzenetet.

Nap 34 · Farsangi álarc papírtányérból

Korosztály: 3–8 év · Idő: 35 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Egy papírtányérból oroszlán, macska vagy bohóc lesz. Vágás, ragasztás és festés, majd rögtön lehet játszani vele.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy papírtányér
- Gyerekolló, ragasztó, festék vagy filctoll
- Papír-, fonal- vagy krepp-papír maradékok
- Egy erős gumi vagy egy fa nyelvlapoc, amellyel az álarcot tartani lehet

ÍGY CSINÁLD

1. Tartsd a tányért az arc elé, és ceruzával jelölj két pontot a szemeknél.
2. A felnőtt kivágja a szemnyílásokat (kb. 3 cm-es körök).
3. A gyereked kifesti vagy kiszínezi az álarcot, és papírból és fonalból sörényt, fület vagy hajat ragaszt rá.
4. Fúrj lyukakat az oldalán, és kösd rá a gumit, vagy ragassz alulra egy nyelvlapocot fogantyúnak.

Változat: 3–4 évesek fogantyús álarcot használnak (kellemesebb, mint a gumi). 7–8 évesnek: készítsen olyan álarcot, amely egy kitalált szereplőhöz illik. **Vigyázat:** a gumit ne húzzátok a nyakra.

Nap 35 · Divatbemutató az öltöztetős ládával

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Régi ruhákból, sálakból és kalapokból divatbemutató lesz a folyosón kifutóval. A gyerekek öltözéket állítanak össze, bemutatják magukat, és merik a nyilvános fellépést.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Régi ruhák, sálak, kalapok, táskák, napszemüvegek
- Egy darab maszkolószalag vagy egy törölköző kifutónak
- Egy „mikrofon” (fakanál)

ÍGY CSINÁLD

1. Terítsd ki az összes ruhát az ágyra, és hagyd, hogy a gyereked öltözéket válasszon.
2. Fektesd le a kifutót a folyosón vagy a szobában.
3. Te vagy a műsorvezető: „És most jön… a téli királynő zöld sállal!”
4. A gyereked végigsétál a kifutón, megfordul és pózol. Utána szerepet cseréltek.

Változat: 3–4 évesek három darab közül választanak. 7–8 évesnek: válasszon témát (űr, kalózok, sport), és mutassa be maga az öltözéket.

Nap 36 · Festés jégkockákkal

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc + fagyasztás · Hely: bent · Felügyelet: igen

A színes jégkockák olvadás közben szép csíkokat hagynak a papíron. Hideg, érzékszervekre ható festési mód.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy jégkockatartó
- Víz és néhány csepp ételfesték (vagy vízfesték)
- Fa nyelvlapocok vagy szívószáldarabok
- Vastag papír egy tálcán

ÍGY CSINÁLD

1. Töltsd meg a jégkockatartót vízzel, és tegyél minden rekeszbe más színt.
2. Egy óra múlva szúrj minden rekeszbe egy nyelvlapocot, és fagyaszd tovább, lehetőleg egy éjszakán át.
3. Vedd ki a kockákat, és fess velük a papírra.
4. Nézd meg, hogyan folynak egymásba a színek. Utána hagyd a papírt megszáradni a radiátoron.

Változat: 3–4 évesek nagy kockákkal festenek nyél nélkül, és köténytviselnek. 7–8 évesnek: próbáljon két kockával egyszerre új színt keverni. **Vigyázat:** az ételfesték foltot hagyhat; a jégkockákat nem szabad szopogatni.

Nap 37 · Akadálypálya a folyosón

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Mászás, ugrálás, egyensúlyozás: pálya otthoni holmikból. A gyerekek mozognak, útvonalat terveznek, és saját idejüket próbálják javítani.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Párnák, amelyekre ugrani lehet
- Egy asztal vagy két szék takaróval, hogy alatta lehessen kúszni
- Maszkolószalag „egyensúlyozó gerendának” a padlón
- Egy vödör és néhány zoknigolyó

ÍGY CSINÁLD

1. Építsetek együtt egy útvonalat: járás a szalagon, kúszás az asztal alatt, lépés párnáról párnára, 3 zoknigolyó bedobása a vödörbe.
2. Először lassan járjátok végig együtt az útvonalat.
3. A gyereked egyedül megy végig a pályán; te hangosan számolod a másodperceket.
4. Néhány kör után változtass meg egy elemet, és próbáljátok újra.

Változat: 3–4 évesek 3 elemből álló útvonalat járnak idő nélkül. 7–8 évesnek: a pálya visszafelé vagy egy lábon. **Vigyázat:** a párnák csúsznak a sima padlón; tegyétek őket szőnyegre.

Nap 38 · Színkeverés poharakban

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Három alapszínből az összes többi szín kikeverhető. A gyerekek öntenek, kevernek, és maguk fedezik fel, hogy a sárgából és a kékből zöld lesz.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6 átlátszó műanyag pohár
- Víz
- Ételfesték vagy vízfesték pirosban, sárgában és kékben
- Egy pipetta vagy teáskanál
- Egy tálca

ÍGY CSINÁLD

1. Tölts meg három poharat félig vízzel, és színezd pirosra, sárgára és kékre.
2. Állíts közéjük három üres poharat.
3. A gyereked kanállal vagy pipettával sárgát és kéket tesz egy üres pohárba. Mit látsz?
4. Próbáld ki a pirosat a sárgával és a pirosat a kékkel is. Nevezzétek meg az új színeket: zöld, narancs, lila.

Változat: 3–4 évesek egyszerűen összeöntenek két poharat. 7–8 évesnek: előre jósolja meg, milyen szín lesz, és jegyezze fel egy táblázatba. **Vigyázat:** a színezett víz nem ital.

Nap 39 · Barátságkarkötők fonalból

Korosztály: 5–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Három szálat egy karkötővé fonni egy barátnak vagy barátnak. A fonás gyakorolja a finommotorikát és a türelmet.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Háromféle színű fonal, karkötőnként három darab 50 cm-es szál
- Ragasztószalag
- Egy gyerekolló

ÍGY CSINÁLD

1. Kösd össze a három szálat az egyik végén, és ragaszd a csomót ragasztószalaggal az asztalhoz.
2. Fektesd a szálakat egymás mellé: bal, közép, jobb.
3. Fonj: a bal szálat vidd át a középső fölött, majd a jobb szálat az új középső fölött. Ismételd.
4. Állj meg, amikor a karkötő körbeér a csuklón (kb. 15 cm), köss csomót, és vágd le a végeket.
5. Kösd fel a karkötőt egy barát vagy egy családtag csuklójára.

Változat: a kisebb gyerekek nagy gyöngyöket vagy szívószáldarabokat fűznek fel egy cipőfűzőre. 7–8 évesnek: négy

szállal próbáljon lapos karkötőt fonni. **Vigyázat:** soha ne köss fonalat a nyak köré.

Nap 40 · Kincskeresés rajzos nyomokkal

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Minden nyom a következő hely rajza. A gyerekek jól megnézik, felismerik a tárgyakat, és a végén találnak egy kis kincset.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6 kis papír
- Egy ceruza
- Egy „kincs”: egy házi érem, egy esti mese, egy gyümölcs

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj minden papírra egy helyet a lakásban: a mosógép, az ágy, a cipősszekrény, a hűtő.
2. Rejtsd el az egyes papírokat az előző rajzon szereplő helyre. Az utolsó a kincs mellett lesz.
3. Add a gyerekednek az első papírt, és hagyd, hogy keresgéljen.
4. A kincs megtalálása után a gyereked kincskeresést készít neked.

Változat: 3–4 évesek 3 nyomot keresnek egyetlen szobában. 7–8 évesnek: rajzok helyett írj találós kérdéseket („Meleg leszek, amikor te fázol” a radiátorra).

Nap 41 · Dicséret-posta

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A ház minden lakója kap egy borítékból készült postaládát. A gyerekek kitalálnak valami kedveset valaki másnak, és megtapasztalják, milyen jó érzés ez, mindkét oldalon.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Családtagonként egy boríték
- Kis papírok
- Filctollak és ragasztószalag

ÍGY CSINÁLD

1. Írj minden borítékra egy nevet, és ragaszd őket egymás mellé egy ajtóra.
2. Gondoljátok végig együtt, mi az a dicséret: „Mindig segítesz nekem…” vagy „Szeretem, amikor te…”
3. Mindenki ír vagy rajzol minden más családtagnak egy dicséretet, és beteszi a borítékba.
4. Vacsoránál olvassátok fel a cetliket.

Változat: 3–4 évesek szívet rajzolnak vagy valamit, amit a másik szeret; te leírod a szavakat. 7–8 évesnek: egy héten át minden nap postázzon egy cetlit.

Nap 42 · Úszik vagy elsüllyed?

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Mi marad a víz tetején, és mi süllyed le az aljára? A gyerekek jósolnak, kipróbálnak és csoportosítanak. Egyszerű kísérlet, amelyet gyakran meg akarnak ismételni.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy tál vagy mosogatóteknő vízzel
- Otthoni tárgyak: kanál, parafadugó, kő, alma, műanyag kupak, kulcs, szivacs, fakocka
- Egy törölköző
- Két cetli: „úszik” és „elsüllyed”

ÍGY CSINÁLD

1. Terítsd a törölközőt a tál alá, és tölts bele félig vizet.
2. Vegyél egy tárgyat, és kérdezd meg: „Szerinted úszik vagy elsüllyed?”
3. Engedd le a vízbe, és nézd meg, mi történik.
4. Ezután tedd a tárgyat a megfelelő cetli mellé. Jó volt a tipp?

Változat: 3–4 évesek 4 tárgyat próbálnak ki. 7–8 évesnek: próbálja ki, hogy egy darab gyurmát úsztatni tud-e úgy, hogy hajót formál

belőle. **Vigyázat:** maradj mellette, kis edény víznél is; 3 évnél fiatalabb gyerek mellé ne tegyetek kis tárgyakat.



Úszik vagy elsüllyed? Először jósolj, aztán próbáld ki.

Pixabay (3345408)

Nap 43 · Autó kartondobozból

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Egy nagy költöztetődobozból autó, versenyautó vagy tűzoltóautó lesz. A gyerekek építenek, díszítenek, és utána még napokig játszanak vele.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy kartondoboz, amelybe a gyereked beleülhet
- 4 papírtányér kerekeknek
- Festék vagy filctoll, ragasztószalag, ragasztó
- 2 kupak fényszórónak, egy papírtányér kormánynak

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt felvágja a doboz alját (vagy zárva hagyja, ha a gyereked beleül).
2. A gyereked kifesti vagy kirajzolja az autót: ajtókat, ablakokat, rendszámot.
3. Ragaszd a tányérokat kerekeknek az oldalára, a kupakokat pedig fényszórónak elöl.
4. Ragaszd a kormányt belülről, és tegyetek egy kört a lakásban, rajzolt közlekedési táblákkal.

Változat: 3–4 évesek csak a kerekeket és a kormányt ragasztják fel. 7–8 évesnek: építsen kisebb dobozokból benzinkutat és garázst is.
Vigyázat: csak a felnőtt vág tapétavágó késsel.

Nap 44 · Házi gyurma készítése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Liszttel, sóval és vízzel főzés nélkül puha gyurmát készíthetsz. A gyúrás jót tesz a kéz erejének, és a házi gyurma egészen más érzés, mint a vásárolt.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 250 g liszt
- 125 g finom só
- 150 ml langyos víz
- 1 evőkanál olaj
- Ételfesték (nem kötelező), egy tál, egy kanál

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd a lisztet és a sót a tálba, és keverd össze a kanállal.
2. Cseppents néhány csepp ételfestéket a vízbe, és öntsd az olajjal együtt a tálba.
3. Keverd, majd gyúrd kézzel sima golyóvá kb. 5 percig. Túl ragadós? Tegyél hozzá egy kevés lisztet.
4. Formázz állatokat, kígyókat, kekszeket vagy betűket. A gyurmát zárt zacskóban tárold a hűtőben.

Változat: 3–4 évesek gyúrnak és kígyókat sodornak. 7–8 évesnek: készítsen állatkertet 5 állattal, és hagyja őket egy napig száradni.

Vigyázat: a gyurma sok sót és glutént tartalmaz: nem szabad megenni; utána mossatok kezet.

Nap 45 · Csörgők és esőbotok

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Üres palackokból és csövekből hangszerek lesznek. A gyerekek összehasonlítják a hangokat: a rizs másképp szól, mint a tészta vagy a bab.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 3 kis üres műanyag palack kupakkal
- Egy marék rizs, száraz tészta és száraz bab
- Egy konyhai papírtörlő guriga, két darab karton és erős ragasztószalag
- Matricák vagy filctollak

ÍGY CSINÁLD

1. A gyereked minden palackot más töltettel tölt meg, kb. negyedéig.
2. A felnőtt rácsavarja a kupakokat, és szalaggal még külön lezárja őket.
3. Az esőbothoz: ragaszd le a papírtörlő guriga egyik végét kartonnal, tegyél bele egy marék rizst, és ragaszd le a másik végét is.
4. Rázzátok meg és hallgassátok: melyik szól a leghangosabban? Játsszatok el együtt egy dalt az összes hangszerrel.

Változat: 3–4 évesek papírtölcsérrel töltenek. 7–8 évesnek: csukott szemmel találja ki, melyik töltet melyik palackban van. **Vigyázat:** a rizs, a tészta és a bab lenyelve veszélyes a kisgyerekekre; a kupakoknak zárva kell maradniuk.

Nap 46 · Saját memóriajáték

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyerekek maguk rajzolják a kártyáikat, és utána játszanak velük. Rajzolás, emlékezet és a sorra várás egyetlen tevékenységben.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Erős papír vagy egy müzlisdoboz hátoldala
- Vonalzó, ceruza, gyerekolló
- Színes ceruzák vagy filctollak

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj a kartonra 16 mezőt, egyenként kb. 6 × 6 cm-esét, és vágd ki őket.
2. Válassz 8 rajzot (nap, macska, ház…), és mindegyiket rajzold le pontosan kétszer.
3. Rakd a kártyákat lefordítva egy 4 × 4-es rácsba.
4. Felváltva fordítsatok fel két kártyát. Egyformák? Akkor megtarthatjátok őket, és még egyszer léphettek.

Változat: 3–4 évesek 6 párral játszanak, amelyek felfordítva fekszenek. 7–8 évesnek: készítsen párokat szóból és rajzból („macska” + egy macska rajza).

Nap 47 · Étterem otthon

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyereked ma este pincér: megteríti az asztalt, étlapot készít, és felveszi a rendeléseket. A házimunka egyszerre játéknak érződik.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Tányérok, evőeszköz, poharak és szalvéták
- Egy papírlap étlapnak
- Egy kis füzet a rendeléseknek
- Egy konyharuha a karon

ÍGY CSINÁLD

1. Készítsetek együtt étlapot arról, ami aznap este az asztalra kerül, rajzokkal.
2. Tanítsd meg a gyerekednek az asztalterítést: tányér középen, villa balra, kés jobbra, pohár jobbra fent.
3. Hajtsátok a szalvétákat háromszögbe.
4. Evés közben a pincér felveszi a rendeléseket („Vizet vagy tejet kérsz?”), és tölt.

Változat: 3–4 évesek minden helyre tesznek egy szalvétát és egy kanalat. 7–8 évesnek: írjon árakat is az étlapra, és írjon ki egy „számlát”.

Nap 48 · Kekszek díszítése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Porcukorból és néhány csepp vízből cukormáz készül. A gyerekek kenik, szórják, és a sima kekszekből kis műalkotásokat csinálnak.

HOZZÁVALÓK

- 10 egyszerű, lapos keksz (házi vagy bolti)
- 100 g porcukor
- 1–2 evőkanál víz vagy citromlé
- Ételfesték és esetleg cukorszórás

ÍGY KÉSZÍTSD

1. Keverd a porcukrot a vízzel, cseppenként, amíg sűrű krém nem lesz.
2. Oszd el a cukormázat két kis tálkában, és színezd őket különbözőre.
3. Kend a cukormázat a kekszekre egy teáskanál hátuljával.
4. Szórj rá cukorszórást, vagy csinálj pöttyöket fogpiszkálóval (csak felügyelettel). Hagyd 20 percig megkeményedni.

Változat: 3–4 évesek egy színnel kennek, és cukorszórást szórnak. 7–8 évesnek: készítsen arcokat, betűket vagy mintát. **Vigyázat:** a

keksz tartalmazhat glutént, diót, tejet vagy tojást; ellenőrizd a csomagolást.

Nap 49 · Madarak számlálása az ablaknál

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Negyedóráig csendben ülni az ablaknál, és számolni, milyen madarak jönnek arra. A gyerekek megtanulnak figyelni, türelmesnek lenni, és felismernek néhány madárfajt.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy ablak, amelyből kert, utca vagy park látszik
- Egy papír oszlopokkal: feketerigó, veréb, galamb, szarka, cinege, „egyéb”
- Egy ceruza, esetleg egy távcső

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzoljatok együtt minden oszlop tetejére egy egyszerű madarat, és írjátok mellé a nevét.
2. Üljetek 15 percig nyugodtan az ablaknál. Beszéljetek halkan.
3. Valahányszor egy madár leszáll, a gyereked húz egy vonalat a megfelelő oszlopba.
4. Végül számoljátok össze az összes vonalat. Melyik madár jött a leggyakrabban?

Változat: 3–4 évesek egyszerűen az összes madarat számolják, fajok nélkül. 7–8 évesnek: csináld egy héten át ugyanabban az időpontban, és hasonlítsd össze a napokat.



Madarak számlálása az ablakból.

Pixabay (satynek)

Nap 50 · Papírrepülő-verseny

Korosztály: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: nem

Ki hajtogatja a legtávolabb repülő gépet? A gyerekek pontosan hajtogatnak, kipróbálnak, és rájönnek, hogy egy apró módosítás sokat számít.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- A4-es papír, személyenként néhány lap
- Maszkolószalag startvonalnak
- Egy mérőszalag vagy egy madzag a méréshez

ÍGY CSINÁLD

1. Hajtsd félbe a lapot hosszában, majd nyisd ki újra.
2. Hajtsd a két felső sarkot a középső hajtásvonalhoz, majd az új ferde éleket is hajtsd még egyszer a középre.
3. Hajtsd az egészet félbe a középső hajtás mentén, és hajts le minden oldalon egy szárnyat.
4. Dobd el a startvonalról, és mérd meg a távolságot. Utána próbálj ki egy másik modellt, vagy hajlítsd egy kicsit felfelé a szárnyak hátulját.

Változat: 4 évesek veled együtt hajtogatnak, és kidíszítik a repülőt. 7–8 évesnek: jegyezze fel modellenként három próbálkozást, és számolja ki, melyik modell jutott átlagosan a legmesszebb.
Vigyázat: soha ne dobjatok arcra.

Nap 51 · A zsákból kijött mese

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy szövetzsákból öt véletlenszerű tárgy kerül elő, és mesét kell kitalálni róluk. A gyerekek összekötik az össze nem tartozó dolgokat, és a saját módjukon mesélnek.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy szövettáska vagy párnahuzat
- 5 otthoni tárgy: egy kanál, egy zokni, egy plüss, egy kulcs, egy falevél

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd a tárgyakat a zsákba úgy, hogy a gyereked ne lásson bele.
2. A gyereked belenyúl a zsákba, és kihúz egy dolgot. Te kezded: „Volt egyszer egy kanál, aki…”
3. Jön a következő tárgy; most a gyereked meséli tovább.
4. Haladjatok így felváltva, amíg a zsák ki nem ürül, és a mesének vége nem lesz.

Változat: 3–4 évesek először tapintással kitalálják, mi a tárgy. 7–8 évesnek: a mesében legyen egy probléma, amelyet az utolsó tárgy old meg.

Nap 52 · Pillangók hajtogatott festéssel

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Fess a papír egyik felére, hajtsd össze, nyisd ki: szimmetrikus pillangó. Meglepő eredmény, és az első találkozás a tükrözéssel.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Fehér papír, szélességében félbehajtva, majd újra kinyitva
- Tempera 3–4 színben
- Egy teáskanál vagy ecset
- Egy gyerekolló

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj ceruzával az egyik felére egy fél pillangót a hajtásvonal mellé.
2. A gyereked festékcseppeket tesz a vonalon belülre, főleg a hajtás közelében.
3. Hajtsd össze a papírt, és simítsd rá erősen a kezeddel.
4. Nyisd ki: a pillangó kész. Hagyd megszáradni, és vágd ki.

Változat: 3–4 évesek vonal nélküli lapra festenek, és megnézik, mi lesz belőle. 7–8 évesnek: próbáljon arcot, fát vagy saját szimmetrikus szörnyet csinálni.

Nap 53 · Szalagtánc

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: nem

Egy pálcával és egy hosszú krepp-papír csíkkal köröket, hullámokat és nyolcasokat rajzolhatsz a levegőbe. A gyerekek nagyot és szabadon mozognak, és figyelnek a tempóra.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Krepp-papír vagy régi anyag csíkok, kb. 1 méter hosszú és 5 cm széles
- Egy fakanál vagy szívószál pálcának
- Ragasztószalag
- Zene, amit te énekelsz vagy dúdolsz

ÍGY CSINÁLD

1. Ragaszd a szalagot erősen a pálca végére.
2. Először mutasd meg: nagy körök a fej felett, hullámok a földnél, egy nyolcas magad előtt.
3. Énekelj egy gyors dalt, majd egy lassú dalt: hogyan mozog vele a szalag?
4. Találjatok ki együtt egy 4 mozdulatból álló táncot, és adjátok elő.

Változat: 3–4 évesek egyszerűen futkároznak, és lobogtatják a szalagot. 7–8 évesnek: minden kezében egy szalaggal egyszerre különböző mozdulatokat végezzen.

Nap 54 · A lufirakéta

Korosztály: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Egy szívószálhoz ragasztott lufi végigszalad a zsinegen a szobában. A gyerekek látják, hogy a kiáramló levegő előre hajtja a lufit.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy lufi
- Egy szívószál
- Egy kb. 4 méteres zsineg
- Ragasztószalag és egy ruhacsipesz

ÍGY CSINÁLD

1. Fűzd át a zsineget a szívószálon, és kösd ki két szék vagy ajtókilincs közé, szorosan kifeszítve.
2. A felnőtt felfújja a lufit, és csipesszel zárja le a nyílását.
3. Ragaszd a lufit két darab ragasztószalaggal a szívószál alá, a nyílással hátrafelé.
4. Vedd le a csipeszt, és nézd, ahogy a rakéta végigszalad a zsinegen. Mérd meg, milyen messzire jut.

Változat: 4 évesek visszaszámolnak („3, 2, 1, indítás!”), és elengedik. 7–8 évesnek: próbáljon ki egy félig és egy teljesen felfújt lufit, és hasonlítsa össze a távolságot. **Vigyázat:** a lufit ne fújják fel maguk, és ne vegyék a szájukba; a kipukkadt darabokat azonnal szedd fel.

Nap 55 · Kirakó a saját rajzból

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyereked rajzol egy képet kartonra, és darabokra vágja. Utána kirakó lesz belőle, amelyet maga készített, vagy ajándék valaki másnak.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy darab kartondoboz-lap, kb. 20 × 15 cm
- Filctollak vagy színes ceruzák
- Egy gyerekolló
- Egy boríték a darabok tárolására

ÍGY CSINÁLD

1. A gyereked színes rajzot készít, amely az egész kartont kitölti.
2. Rajzolj ceruzával a hátoldalra vonalakat a darabokhoz: 4 darabot az óvodásoknak, 8–12-t a nagyobbaknak.
3. Vágd el a vonalak mentén. A vastag kartont a felnőtt vágja.
4. Rakjátok össze újra együtt a kirakót, és tartsátok a darabokat a borítékban.

Változat: 3–4 évesek egyenes csíkokra vágnak. 7–8 évesnek: vágjon hullámos vonalakat, és adja oda a kirakót valaki másnak kirakni.

Nap 56 · Kerti zsázsa vetése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc + egy hét figyelés · Hely: bent · Felügyelet: nem

A kerti zsázsa olyan gyorsan nő, hogy szinte látod. A gyerekek naponta gondozzák a kis növényeiket, és egy hét múlva ehetik is a kenyerükön.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy zacskó kerti zsázsamag
- Egy üres tojástartó vagy kistányér
- Vatta vagy konyhapapír
- Egy növényspriccelő vagy egy kanál víz

ÍGY CSINÁLD

1. Tegyél egy réteg vattát vagy összehajtott konyhapapírt a tojástartóba vagy a kistányérra.
2. Nedvesítsd meg, hogy nyirkos legyen, de ne álljon rajta víz.
3. Szórj rá egy vékony réteg magot.
4. Tedd az ablakpárkányra, és minden nap nedvesítsd meg egy kicsit. 7–10 nap múlva levághatod és megkóstolhatod.

Változat: 3–4 évesek: rajzoljatok együtt egy arcot egy kimosott tojáshéjra, és vessetek bele; a zsázsa lesz a haja. 7–8 évesnek: mérje meg minden nap a magasságot, és rajzoljon egy kis grafikont.

Nap 57 · Kupakok válogatása

Korosztály: 3–6 év · Idő: 15 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy doboznyi gyűjtött kupakból válogatós és számolós játék lesz. A gyerekek gyakorolják a színeket, a méreteket és a számolást, és nyugodt munka egy zsúfolt délelőtt után.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 20–40 műanyag kupak palackokról és dobozokról (kimosva)
- Egy tojástartó vagy egy muffinsütő forma
- Egy dobókocka

ÍGY CSINÁLD

1. Terítsd ki az összes kupakot az asztalra, és hagyd, hogy a gyereked szín szerint válogassa őket a tojástartó rekeszeibe.
2. Számoljátok meg együtt, hány kupak van az egyes rekeszekben. Melyik színből van a legtöbb?
3. Utána válogassátok méret szerint: nagy, közepes, kicsi.
4. Végül játsszatok egy játékot: dobj a kockával, és vegyél el annyi kupakot. Kinek van a legtöbb 5 dobás után?

Változat: 3 évesek két színt válogatnak. 6 évesnek: rakjon ki mintákat (piros, kék, kék, piros…), és folytassa. **Vigyázat:** a kis kupakokat tartsd távol a 3 évnél fiatalabb gyerekektől.

Nap 58 · Szobor és rongybaba

Korosztály: 3–8 év · Idő: 10 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Rövid lazítójáték: a gyerekek megfeszítik az izmaikat, mint egy merev szobor, majd elengednek mindent, mint egy petyhüdt rongybaba. Jó elalvás előtt.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy puha szőnyeg vagy az ágy
- Egy nyugodt hang

ÍGY CSINÁLD

1. A gyereked háton fekszik. Mondd: „Szobor vagy.” A gyereked megfeszíti a lábfejét, majd a lábát, a hasát, a karját és az öklét.
2. Számolj 5-ig, és mondd: „És most rongybaba vagy.” Minden elernyed.
3. Óvatosan emelj fel egy kart vagy lábat, és engedd lassan leesni: tényleg petyhüdt?
4. Ismételd meg háromszor, és zárd három nyugodt lélegzettel.

Változat: 3–4 évesek csak az öklöt és a karokat csinálják. 7–8 évesnek: végezze el a testet részenként, a lábujjaktól az arcig.

Nap 59 · Farsangi felvonulás a nappaliban

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Az ebben a hónapban készült álarcokkal, hangszerekkel és jelmezekkel igazi felvonulást tartasz a lakásban. A gyerekek masíroznak, zenélnek, és integetnek a „közönségnek”.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- A 34. napi álarc és a 35. napi jelmezek
- A 45. napi csörgők vagy lábasok és kanalak
- Papír szalagok vagy tépett papírból konfetti
- Néhány plüss közönségnek

ÍGY CSINÁLD

1. Ültesd a plüsseket az útvonal mentén közönségnek.
2. Mindenki beöltözik, és fog egy hangszert.
3. Válasszatok vezetőt, aki a menet elé áll. Masírozzatok végig az összes szobán a zene ütemére.
4. Minden kör után változik a vezető. Zárjátok „díjkiosztóval” a legszebb jelmezért: mindenki nyer valamit.

Változat: 3–4 évesek egyszerűen csörgővel mennek együtt. 7–8 évesnek: készítsen egy kis felvonulási kocsit egy dobozból egy gördeszkán, vagy egy ruháskosárból, amelyet húzni lehet.

Március

Ebben a hónapban

Márciusban lassan megérkezik a tavasz. Kinyílnak az első krókuszok és nárciszok, a madarak fészket kezdenek építeni, és egy napsütéses napon odakint egyszerre meleg lesz. Ebben a hónapban többet mentek ki, vettek valamit, és közösen megfigyelitek, mi változik körülöttetek.

Nap 60 · A tavasz nyomában

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Séta kereső listával: rügyek az ágakon, az első virágok, egy madár, amelynek faág van a csőrében. A gyerek megtanulja figyelmesen nézni a kis változásokat.

EZT HASZNÁLD

- Egy papírra rajzolt kereső lista 8 kis rajzzal: rügy, krókusz, nárcisz, százszorszép, barka, madár, méh, földigiliszta
- Ceruza és egy darab karton alátétnek

ÍGY CSINÁLD

1. Otthon készítsétek el együtt a kereső listát.
2. Sétáljatok az utcán, a parkban vagy az erdőben.
3. Valahányszor meglátjátok valamelyiket a listáról, a gyerek pipát rajzol mellé.
4. Otthon válasszátok ki a legszebbet, amit láttatok, és rajzoljátok le.

Variáció: a 3–4 évesek csak színeket keresnek: valami sárgát, valami lilát, valami zöldet. A 7–8 évesek odaírják, hol látták. **Figyelem:** a parkban a virágokat hagyjátok meg, növényt vagy bogyót pedig soha ne egyetek meg.

Nap 61 · Tojástartó-hernyók

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A tojástartó egy csíkjából vidám hernyó lesz. A gyerek fest, vág, és megszámolja a hernyó testének gömbjeit.

EZT HASZNÁLD

- Kartonból készült tojástartó
- Tavaszi színű festék és ecset
- Zsenília drót vagy egy darab gyapjúfonal csápnak
- Egy filctoll

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt hosszában kettévágja a tojástartót, hogy 5-6 mélyedésből álló csíkot kapj.
2. A gyerek kifesti a hernyót, minden gömböt másik színűre. Hagyd 20 percig száradni.
3. Rajzolj szemet és szájat az első gömbre.
4. A felnőtt két lyukat szúr a csápoknak, és a gyerek beledugja a zsenília drótot.

Variáció: a 3–4 évesek az egész hernyót egy színűre festik, és szemet ragasztanak rá. A 7–8 évesek mintás hernyót készítenek, és rövid mesét találnak ki arról a hernyóról, aki pillangó akart lenni.

Nap 62 · Felhőnézés

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc · Hely: kint · Felügyelet: nem

Feküdjetek le egy takaróra, és keressetek alakokat a felhőkben. Nyugodt pillanat, amely megmozgatja a fantáziát, és beszélgetésre hív.

EZT HASZNÁLD

- Takaró vagy piknikpléd
- Egy nap, amikor lazán szétszórt, fehér felhők vannak az égen
- Papír és ceruza (nem kötelező)

ÍGY CSINÁLD

1. Terítsd le a takarót a kertben, az erkélyen vagy a parkban, és feküdjetek le együtt a hátatokra.
2. Nézzetek egy felhőt, és mondd el, mit látsz benne: nyulat, hajót, cipőt.
3. Pár perc múlva nézzétek meg ugyanazt a felhőt: hogyan változott?
4. Otthon rajzold le a legviccesebb felhőalakot, és írd mellé, mi volt az.

Variáció: a 3–4 évesek egyszerűen megmutatják a legnagyobb és a legkisebb felhőt. A 7–8 évesek megfigyelik, merre úsznak a felhők, és

kitalálják, honnan fúj a szél. **Figyelem:** soha ne nézz egyenesen a napba.



Milyen alakokat látsz a felhőkben?
Pixabay (Simon)

Nap 63 · Virágcserép festése és vetés

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: nem

A gyerek kidíszíti a saját cserepét, és virágot vet bele. Aztán minden nap gondoskodik róla, és látja, ahogy a növény nő.

EZT HASZNÁLD

- Egy kis agyagcserép vagy egy tiszta konzervdoboz, amelynek nincs éles pereme
- Akrilfesték vagy tempera és ecset
- Virágföld
- Könnyen nevelhető virág magja: körömvirág, napraforgó vagy sarkantyúka

ÍGY CSINÁLD

1. Fesd ki a cserepet pöttyökkel, csíkokkal vagy kis virágokkal, és hagyd fél órát száradni.
2. Töltsd meg a cserepet virágfölddel, a pereme alatt 2 cm-ig.
3. Az ujjaddal nyomj 1-2 cm mély lyukat, tegyél bele 2 magot, és takard be őket.
4. Önts rá egy kevés vizet, és tedd a cserepet világos ablakpárkányra. Tartsd nedvesen a földet.

Variáció: a 3–4 évesek kanállal szedik a földet, és beletapossák a magokat. A 7–8 évesek címkét készítenek a növény nevével és a

dátummal. **Figyelem:** a virágfölddel végzett munka után mossatok kezet.

Nap 64 · Saját esőmérő

Korosztály: 4–8 év · Idő: 20 perc + egy hét mérés · Hely: kint · Felügyelet: igen

Vajon mennyi eső esik? Egy üres palackból esőmérőt készítesz. A gyerek méri, felírja és összehasonlítja a napi időjárást.

EZT HASZNÁLD

- Üres, 1,5 literes műanyag palack egyenes oldalfallal
- Néhány kavics
- Vonalzó és vízálló filctoll
- Papír az időjárási naplónak

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt levágja a palack felső harmadát, és fejjel lefelé tölcsérként beleteszi a palackba.
2. Tegyél kavicsokat az aljára, hogy a szél ne fújja el a palackot.
3. A vonalzóval rajzolj vonalakat a palackra centiméterenként, a kavicsok szintje fölött kezdve.
4. Állítsd a palackot a kertbe vagy az erkélyre, és minden nap ugyanabban az időben nézd meg, mennyi eső van benne. Jegyezd fel, és ürítsd ki a palackot.

Variáció: a 4 évesek minden nap napocskát vagy felhőt rajzolnak, és megnézik, van-e víz a palackban. A 7–8 évesek egy hét után

oszlopdiagramot készítenek. **Figyelem:** a vágott él éles, a felnőtt ragasszon rá egy darab ragasztószalagot.

Nap 65 · Ugróiskola járdakrétával

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Klasszikus utcai játék: krétával megrajzolod az ugróiskolát, és mezőről mezőre ugrálsz. Gyakorolja az egyensúlyt, a számolást és az egy lábon ugrást.

EZT HASZNÁLD

- Járdakréta
- Egy lapos kő vagy egy kavics a dobáshoz
- Biztonságos járda, kocsibeálló vagy tér

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj 8 mezőt, egyenként nagyjából 40 × 40 cm-eset: az 1, 2, 3 egymás után, a 4-5 egymás mellett, a 6 egyedül, a 7-8 megint egymás mellett. Írd bele a számokat.
2. Dobd a követ az 1-es mezőbe.
3. Ugorj át az 1-es mezőn: az egyes mezőkön egy lábon, a kettős mezőkön két lábbal.
4. A 7-8-nál fordulj meg, ugorj vissza, vedd fel a követ, és ugorj ki. A következő körben a 2-es mezőbe dobsz.

Variáció: a 3–4 évesek két lábbal ugranak mezőről mezőre, és hangosan mondják a számokat. A 7–8 évesek csigavonalú pályát

rajzolnak 12 mezővel. **Figyelem:** olyan helyet válassz, ahol nincs forgalom.



Az ugróiskolát egy darab krétával könnyű megrajzolni.
Pixabay (GAIMARD)

Nap 66 · Zöldséglevest főzünk

Korosztály: 3–8 év · Idő: 50 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

A gyerek megmossa, meghámozza és felvágja a puha zöldségeket, a felnőtt főz. Aki maga segített, gyakran könnyebben megkóstol valami újat.

HOZZÁVALÓK

- 1 hagyma, 2 sárgarépa, 1 póréhagyma, 2 krumpli
- 1 liter víz 1 leveskockával
- Egy marék friss petrezselyem
- Műanyag kés lekerekített hegyű vagy gyerekkés

ÍGY KÉSZÍTSD

1. A gyerek megmossa a zöldségeket, és (felügyelet mellett) hámozóval meghámozza a sárgarépát.
2. A felnőtt a hagymát, a krumplit és a sárgarépát karikákra vágja, a gyerek ezeket tovább kockázza, a póréhagymát pedig szeletekre vágja.
3. A felnőtt egy fazékban kevés olajon megdinszteli a hagymát, majd hozzáadja a vizet, a leveskockát és a zöldségeket.
4. Főzd 20 percig, lassú tűzön. A gyerek gyerekollóval apróra vágja a petrezselymet, és ráhinti, amikor a leves már kicsit lehűlt.

Variáció: a 3–4 évesek mossák és számolják a zöldségeket. A 7–8 évesek maguk választanak egy újabb zöldséget, és megjósolják, milyen lesz az íze. **Figyelem:** a leveskocka tartalmazhat glutént vagy zellert. A tűzhelynél és a forró levesnél csak a felnőtt dolgozik.

Nap 67 · Saját könyvecske

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Néhány összehajtott papírlapból igazi könyvecskét készítesz. A gyerek történetet talál ki, megrajzolja a képeket, és büszke lesz az eredményre.

EZT HASZNÁLD

- 3 lap A4-es papír és 1 színes lap a borítónak
- Tűzőgép (a felnőtt) vagy tű és cérna
- Színes ceruza és filctoll

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd a fehér lapokat a színes lapra, és hajtsd mindet együtt félbe. Így 12 oldalas könyvecskét kapsz.
2. A felnőtt két kapcsot tűz a hajtásba.
3. Találjatok ki együtt címet, és rajzold meg a borítót.
4. Minden oldalra készíts rajzot, és írj (vagy diktálj) hozzá egy mondatot. Utána olvasd fel a könyvecskét valakinek.

Variáció: a 3–4 évesek „én” könyvet készítenek: az én házam, az én plüssöm, az én ételem. A 7–8 évesek kezdettel, problémával és befejezéssel írnak mesét.

Nap 68 · Mese eljátszása plüssökkel

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A plüssállatok egy ismert mesében játszanak főszerepet, például a három kismalac történetében. A gyerek gyakorolja a történet sorrendjét, a hangok utánzását és az együttjátszást.

EZT HASZNÁLD

- Egy-egy plüss minden szerephez (három állat és egy farkas, vagy amid van)
- Néhány párna, egy doboz és egy takaró díszletnek

ÍGY CSINÁLD

1. Először mondd el röviden a mesét a saját szavaiddal.
2. Válasszátok ki együtt, melyik plüss melyik szerepet játssza, és építsétek meg a díszletet: házat párnákból, házat takaróból, házat dobozból.
3. Játsszátok el a történetet: a gyerek az állatok hangját adja, te vagy a mesélő.
4. Játsszátok el még egyszer, de változtassatok meg valamit a végén.

Variáció: a 3–4 évesek egy jelenetet játszanak két plüssel. A 7–8 évesek saját új mesét találnak ki, és eljátsszák a családnak.

Nap 69 · Madárfészek építése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Márciusban a madarak fészket építenek. A gyerek gallyakat, füvet és mohát gyűjt, és megpróbál fészket készíteni. Így érzi meg, milyen ügyesek a madarak.

EZT HASZNÁLD

- Egy kosár vagy zacskó a gyűjtéshez
- Gallyak, száraz fű, moha, tollak és falevelek a földről
- Egy kevés agyag vagy sár

ÍGY CSINÁLD

1. A parkban vagy a kertben gyűjtsd össze, ami a földön van. Élő növényből ne szakíts le semmit.
2. Rakj le a földre egy kört a legerősebb gallyakból, és fond össze őket.
3. Nyomj egy kis sarat vagy agyagot az aljára, és tegyél rá füvet és mohát puha rétegnek.
4. Tedd a fészket biztonságos helyre, és nézd meg, megmarad-e pár napig.

Variáció: a 3–4 évesek mindent egy tálba tesznek, és fészekké formálják. A 7–8 évesek három fészket építenek különböző anyagokból, és kipróbálják, melyik a legerősebb. **Figyelem:** igazi madárfészekhez soha ne nyúlj; a végén mossatok kezet.



Gally, moha és fű: építs úgy, mint a madarak.

Pixabay (Pezibear)

Nap 70 · Színvadászat a parkban

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Egy színes mezőkkel teli kártyával a természetben pontosan olyan színű dolgokat keresel. A gyerek sokkal figyelmesebben néz a körülötte lévő színekre.

EZT HASZNÁLD

- Egy darab karton 6 színes mezővel (ceruzával vagy filctollal kiszínezve): sárga, világoszöld, sötétzöld, barna, fehér, lila
- Kétoldalas ragasztószalag vagy egyszerűen egy zacskó

ÍGY CSINÁLD

1. Otthon készítsétek el együtt a színkártyát.
2. Menjetek ki, és minden mezőhöz keressetek a földről egy ugyanolyan színű dolgot: levelet, kavicsot, tollat.
3. Ragaszd a mező mellé, vagy tedd a zacskóba.
4. Otthon hasonlítsátok össze: tényleg ugyanolyan a szín? Melyik mező volt a legnehezebb?

Variáció: a 3–4 évesek három színt keresnek. A 7–8 évesek egyetlen színen belül minél több árnyalatot gyűjtenek, világostól sötétig. **Figyelem:** csak a földről szedjetek fel dolgokat, és semmit ne tegyetek a szátokba.

Nap 71 · Átöntés és töltés

Korosztály: 3–6 év · Idő: 20 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: igen

A víz átöntése pohárból pohárba egyszerűnek látszik, mégis biztos kezet és figyelmet kíván. A kisgyerekek sokáig elmélyülten játszanak vele.

EZT HASZNÁLD

- Tálca vagy mosogatótál
- Különböző méretű poharak és kancsók, egy tölcsér, egy leveses merőkanál
- Víz egy csepp ételfestékkel
- Törölköző vagy szivacs

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd a dolgokat a tálcára, olyan helyen, ahol nyugodtan összefröcskölődhet.
2. Mutasd meg, hogyan kell lassan tölteni: a kancsó közvetlenül a pohár fölött, finoman megdöntve.
3. A gyerek nagyobból kisebbe tölt, és rájön, hogy kicsordul. Hány kis pohár fér egy nagyba?
4. Használd a tölcsért, hogy palackba is tölts. Utána közösen töröljétek fel a szivaccsal.

Variáció: a 3 évesek kanállal merik a vizet. A 6 évesek egy ragasztószalaggal a pohárra jelölt vonalig töltenek. **Figyelem:** gyereket víz közelében soha ne hagyj egyedül, kevés víznél sem.

Nap 72 · Célba dobás a vödrökbe

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: kint vagy bent · Felügyelet: nem

Három vödör, három távolság, három pontszám. A gyerek gyakorolja a dobást és a célzást, és összeadja a pontjait.

EZT HASZNÁLD

- 3 vödör, szennyeskosár vagy doboz
- 6 zoknilabda vagy puha labda
- Papírcetlik az 1, 2 és 3 számmal

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd a vödröket sorba: a legközelebbi 1 méterre van (1 pont), a következő 2 méterre (2 pont), a legtávolabbi 3 méterre (3 pont).
2. Tedd a pontszámot jelző cetliket a vödrök elé.
3. Mindenki körönként 6 labdát dob a kezdővonalról.
4. Minden kör után számoljátok össze együtt a pontokat. 3 kör után nézzétek meg, kinek van a legtöbb.

Variáció: a 3–4 évesek egyetlen nagy kosárba dobnak, és csak a találatokat számolják. A 7–8 évesek a másik kezükkel dobnak, vagy háttal állnak a vödörnek.

Nap 73 · Árnyékrajzolás

Korosztály: 4–8 év · Idő: 20 perc + később visszatérés · Hely: kint · Felügyelet: nem

Napos napon krétával körberajzolod egy játékfigura vagy a gyerek saját árnyékát. Pár órával később az árnyék elmozdult. Hogyan lehet ez?

EZT HASZNÁLD

- Járdakréta
- Napos járda, terasz vagy tér
- Egy nagyobb játékfigura vagy egy palack

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd a figurát a napra, délelőtt 10 óra körül. Rajzolj krétával kört a talpa köré, hogy később ugyanoda tehesd vissza.
2. Rajzold körül az árnyékot, és írd mellé az időpontot.
3. Gyere vissza 12 órakor és 15 órakor, és rajzold meg az árnyékot újra, más színnel.
4. Hasonlítsd össze: mikor volt az árnyék a legrövidebb? Merre fordult?

Variáció: a 4 évesek a saját árnyékukat rajzoltatják körbe, és kiszínezik. A 7–8 évesek madzaggal megmérik minden árnyék hosszát, és felírják. **Figyelem:** soha ne nézz egyenesen a napba.

Nap 74 · Pókháló az ajtóban

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Festőszalagból hálót készítesz az ajtónyílásban, és papírgolyókat dobsz rá, hogy megtapadjanak. Építés és célzás egyetlen játékban.

EZT HASZNÁLD

- Egy tekercs széles festőszalag
- Egy ajtónyílás
- 15 újságpapír-golyó

ÍGY CSINÁLD

1. Ragassz szalagcsíkokat keresztbe az ajtófélfa egyik oldalától a másikig, a ragadós oldalával magad felé.
2. Készíts 8-10 csíkot különböző magasságban, hogy háló alakuljon ki.
3. Gyűrjétek össze közösen a papírgolyókat.
4. Dobj 2 méter távolságból, és számold meg, hány „légy” marad fönn a hálóban.

Variáció: a 3–4 évesek közelebb állnak, és a golyókat kézzel is ráragaszthatják a hálóra. A 7–8 évesek átbújnak a hálón anélkül, hogy hozzáérnének a szalaghoz. **Figyelem:** a végén óvatosan húzd le a szalagot; ne ragaszd a fejre vagy az arcra.

Nap 75 · Tavaszi kollázs

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Abból, amit kint gyűjtöttetek, plusz papírból és festékből tavaszi műalkotást készítesz. A gyerek rendez, ragaszt és színeket választ.

EZT HASZNÁLD

- Egy erős papírlap vagy karton
- Összegyűjtött levelek, fűszálak, tollak, virágszirmok a földről
- Színes papírmaradékok és újságok
- Hobbiragasztó, gyerekolló, festék

ÍGY CSINÁLD

1. Válasszatok témát: tavaszi kert, madár, virágba borult fa.
2. Fesd vagy színezd ki a hátteret: kék ég, zöld fű.
3. Ragaszd rá a természetes anyagokat és a papírformákat. Nyomkodd meg őket egy kicsit.
4. Hagyd egy éjszakára megszáradni néhány nehéz könyv alatt (egy papírlapot tegyél közéjük), hogy minden sima maradjon.

Variáció: a 3–4 évesek egy széles ragasztószalag ragadós oldalára ragasztanak felfelé fordítva, ez könnyebb, mint a ragasztóval. A 7–8

évesek betű alakú kollázst készítenek, vagy a saját nevük kezdőbetűjét rakják ki.

Nap 76 · Nyomdázás zöldségekkel

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Egy félbevágott póréhagyma, zeller vagy paprika meglepő formákat hagy maga után. A gyerek mintákat fedez fel a hétköznapi zöldségekben.

EZT HASZNÁLD

- Zöldségmaradékok: egy szárzeller alja, egy fél paprika, egy darab póréhagyma, egy fél krumpli
- Tempera egy tányéron
- Nagy papír vagy régi újság

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt egyenesen elvágja a zöldségeket, hogy sima nyomófelület legyen.
2. Nyomd a zöldség sima felét a festékbe.
3. Nyomd erősen a papírra, és egyenesen emeld fel. A zeller rózsát ad, a paprika lóherét.
4. Készíts virágmezőt vagy mintát, és hagyd megszáradni.

Variáció: a 3–4 évesek nagy krumplidarabokkal nyomdáznak. A 7–8 éveseknek a felnőtt egyszerű formát (szív, csillag) farag egy fél krumpliba, és a gyerek ezzel kártyát készít. **Figyelem:** kést csak a felnőtt használ; a festékes zöldségeket már ne egyétek meg.

Nap 77 · Tojásvivő verseny kanállal

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: kint vagy bent · Felügyelet: nem

Egy tojással a kanálon minél gyorsabban a célba érni úgy, hogy ne ejtsd el. A játék egyensúlyt és türelmet kíván, és sok nevetést hoz.

EZT HASZNÁLD

- Nagy evőkanalak
- Keményre főtt tojás (a felnőtt főzte), vagy kis krumpli, vagy papírtörlőből gyúrt golyó
- Két madzag vagy ragasztószalag-csík a rajthoz és a célhoz, 5-8 méterre egymástól

ÍGY CSINÁLD

1. Rakd le a rajt- és a célvonalat.
2. Mindenki egyik kezével fogja a kanalat, rajta a tojással.
3. A „rajt” szóra indulj a cél felé. Ha leesik a tojás, állj meg, tedd vissza, és menj tovább.
4. Csináljatok belőle váltóversenyt: a célban add át a kanalat a következőnek.

Variáció: a 3–4 évesek nagy leveses kanalat és kis labdát használnak. A 7–8 évesek a kanalat a szájukban tartják (csak főtt tojással vagy papírgolyóval), vagy hátrafelé mennek. **Figyelem:** nyers tojást ne használj; ha utána megeszitek a tojást, ellenőrizd a tojásallergiát.

Nap 78 · Babcsírázás megfigyelése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc + 2 hét figyelés · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy befőttesüvegben, papírtörlővel pontosan látod, hogyan növeszt gyökeret és szárat a bab. A gyerek minden nap követi a növekedést.

EZT HASZNÁLD

- Egy üres befőttesüveg
- Néhány lap papírtörlő
- 3 száraz babszem (barna vagy fehér bab, vagy lóbab)
- Víz

ÍGY CSINÁLD

1. Áztasd a babot egy éjszakára egy tál vízben.
2. Tekerd fel a papírtörlőt, és told az üvegbe úgy, hogy az üveg falához simuljon.
3. Csúsztasd a babszemeket a papír és az üveg közé, nagyjából az üveg feléig, hogy jól lássátok őket.
4. Önts az üveg aljára 2 cm vizet, hogy a papír nedves maradjon. Tedd az üveget az ablakpárkányra, és nézd meg minden nap.

Variáció: a 3–4 évesek néhány naponta lerajzolják, milyen a bab. A 7–8 évesek az egyik üveget a fényre, a másikat egy szekrénybe teszik,

és egy hét múlva összehasonlítják. **Figyelem:** a nyers, szárított babot ne egyétek meg.



Az üvegben látod, ahogy a bab növekszik.
Pixabay (StockSnap)

Nap 79 · Tavaszi rajzok az ablakon

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Lemosható ablakfilccel vagy házi festékkel a gyerek tavaszi jelenetet rajzol az ablakra, mindenkinek, aki elmegy mellette.

EZT HASZNÁLD

- Lemosható ablakfilc vagy ablakkréta
- Vagy házi ablakfesték: 2 evőkanál tempera 1 evőkanál mosogatószerrel
- Egy rongy és egy vödör víz a későbbi takarításhoz

ÍGY CSINÁLD

1. Először egy sarokban próbáld ki, hogy a festék könnyen lejön-e.
2. Találjátok ki együtt a jelenetet: virágok az alsó szélén, nap a sarokban, madarak és pillangók.
3. A gyerek olyan magasságban rajzol, ahol jól elér. Te segítesz fent.
4. Hagyd egy hétig, majd közösen tisztítsátok le ronggyal és meleg vízzel.

Variáció: a 3–4 évesek pöttyöket és csíkokat készítenek az ujjukkal. A 7–8 évesek „keresőképet” rajzolnak az arra járóknak, elrejtett állattal.

Nap 80 · A plüssök doktora

Korosztály: 3–7 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A plüssök betegek, a gyerek pedig az orvos. A szerepjáték segít a gyerekeknek játékosan beszélni az érzésekről és a gondoskodásról.

EZT HASZNÁLD

- Néhány plüss betegnek
- Egy doboz orvosi táskának, benne: papírtapaszok, egy konyharuha kötésnek, egy kanál
- Egy cipősdoboz ágynak és egy zsebkendő takarónak

ÍGY CSINÁLD

1. Készítsetek együtt várószobát kis székekkel a plüssöknek.
2. Az orvos behívja az első beteget: „Mi a baj?” Te adod a plüss hangját.
3. Az orvos meghallgatja, megérinti a homlokát, papírtapaszt ragaszt rá, vagy bekötözi a lábát.
4. A beteg pihenhet az ágyban. Utána jön a következő.

Variáció: a 3–4 évesek egy plüssöt gondoznak. A 6–7 évesek „receptet” írnak rajzzal (például „sok alvás és egy ölelés”).

Nap 81 · Rendrakó verseny az időzítő ellen

Korosztály: 3–8 év · Idő: 10 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A rendrakásból verseny lesz az idő ellen. A gyerek válogat, mozog, és gyorsan látja az eredményt.

EZT HASZNÁLD

- Konyhai időzítő vagy homokóra
- Kosarak vagy dobozok játéktípusonként

ÍGY CSINÁLD

1. Válassz egy szobát, és készítsd ki a kosarakat, mindegyikre rajzolj jelet: építőkockák, plüssök, könyvek, autók.
2. Állítsd az időzítőt 5 percre.
3. A gyerek a lehető leggyorsabban a megfelelő kosárba rakja a játékokat. Te segítesz, vagy te vagy a játékvezető.
4. Ha megszólal az időzítő, nézzétek meg együtt, mennyi maradt még a földön. Holnap gyorsabban megy?

Variáció: a 3–4 évesek csak egyfajta játékot pakolnak el („az összes plüsst”). A 7–8 évesek dobókockát dobnak, és körönként pontosan annyi dolgot raknak el.

Nap 82 · Tapsolós játékok

Korosztály: 4–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bárhol · Felügyelet: nem

Egymás tenyerébe csaptok ritmusra. Összhangot, memóriát és közös ritmustartást kíván, és bárhol játszható: a váróteremben vagy egy padon.

EZT HASZNÁLD

- Két játékos
- Egy rövid mondóka vagy számolós vers

ÍGY CSINÁLD

1. Üljetek vagy álljatok egymással szemben.
2. Tanuld meg az alapritmust: taps a saját kezeddel, jobb kéz a másik jobb kezéhez, taps, bal kéz a másik bal kezéhez.
3. Mondj hozzá számolós verset, és minden szótagra tapsolj: „Egy, kettő, három, négy, / tapsolni jó, tapsolj még!”
4. Megy? Akkor gyorsítsatok, vagy tegyetek hozzá egy tapsot a térdre.

Variáció: a 4 évesek csak a saját tenyerükbe, valamint a másik két tenyerébe egyszerre tapsolnak. A 7–8 évesek saját négysoros tapsolós mondókát találnak ki.

Nap 83 · Kis zsemlék sütése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 1 óra 30 perc (kelesztéssel) · Hely: konyha · Felügyelet: igen

A tészta gyúrása jó érzés a kezeknek, és izgalmas nézni, ahogy megkel. Utána a gyerekek maguk formáznak zsemléket mindenféle alakban.

HOZZÁVALÓK

- 300 g liszt
- 7 g szárított élesztő (1 zacskó)
- 1 teáskanál só és 1 teáskanál cukor
- 200 ml langyos víz és 1 evőkanál olaj

ÍGY KÉSZÍTSD

1. Keverd össze egy tálban a lisztet, az élesztőt, a sót és a cukrot. Add hozzá a vizet és az olajat, és keverd golyóvá.
2. Gyúrd a tésztát 10 percig lisztezett pulton. Jó, ha felváltva gyúrtok.
3. Tedd vissza a tésztát a tálba, takard le konyharuhával, és hagyd 45 percig kelni meleg helyen.
4. Oszd a tésztát 8 darabra, és formázz zsemléket: csigát, csomót, golyót, sündisznót (a tüskéket gyerekollóval vágd be).
5. A felnőtt 15-18 percig süti 200 °C-on. Hagyd 10 percig hűlni.

Variáció: a 3–4 évesek gyúrnak és golyókat formáznak. A 7–8 évesek maguk mérik ki az alapanyagokat, és egyforma súlyú tésztadarabokat készítenek. **Figyelem:** glutént tartalmaz. A sütőnél csak a felnőtt dolgozik.

Nap 84 · Kiskert egy tálban

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: igen

Egy lapos tálban kicsi tájat alakítasz ki mohából, kavicsokból és gallyakból. A gyerek megtervezi, gondozza, és apró figurákkal játszik benne.

EZT HASZNÁLD

- Egy lapos tál, régi sütőforma vagy virágalátét
- Virágföld
- Moha a kertből vagy az erdőszélről, apró kavicsok, gallyak
- Egy kis csésze víz tónak
- Ha van: zsázsa- vagy fűmag

ÍGY CSINÁLD

1. Töltsd meg a tálat nagyjából 3 cm vastag réteg virágfölddel.
2. Állítsd bele a kis csészét tónak.
3. Rakd le a mohát fűnek, készíts ösvényeket kavicsokból, és állíts fel gallyakat fáknak.
4. Szórj egy kis magot az egyik sarokba, permetezz rá kevés vizet, és tedd a tálat a fényre.

Variáció: a 3–4 évesek sorba rakják a kavicsokat, és permeteznek. A 7–8 évesek házikót építenek mellé gallyakból és madzagból.

Figyelem: az apró kavicsokat tartsd távol a 3 évesnél kisebb gyerekektől; a földdel végzett munka után mossatok kezet.

Nap 85 · Tojásfestés

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Keményre főtt tojások díszítése a húsvéti asztalra vagy csak a tavasz örömére. A gyerek óvatosan dolgozik egy gömbölyű felületen, ami elég nehéz.

EZT HASZNÁLD

- 4-6 keményre főtt tojás, a felnőtt főzte és hűtötte le
- Tempera vagy vízálló filctoll
- Egy üres tojástartó száradó állványnak
- Régi újság az asztalra

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt 10 percig főzi a tojásokat, és hideg vízben teljesen lehűti őket.
2. Tegyél egy tojást a tojástartóba, és először a felső felét fesd ki.
3. Hagyd 15 percig száradni, fordítsd meg a tojást, és fesd ki az alját.
4. Készíts pöttyöket, csíkokat, kis arcot vagy virágot. Tedd a tojásokat díszként az asztalra.

Variáció: a 3–4 évesek matricákat vagy színes ragasztószalag-darabokat ragasztanak a tojásra. A 7–8 évesek ragasztószalaggal

mintát készítenek, ráfestenek, és lehúzzák a szalagot. **Figyelem:** a festékes tojást ne egyétek meg; ellenőrizd a tojásallergiát.

Nap 86 · Mi tűnt el?

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Klasszikus memóriajáték: nézd meg jól a tálcán lévő tárgyakat, hunyd be a szemed, és találd ki, mi tűnt el. Nyugodt, rövid, és bárhol játszható.

EZT HASZNÁLD

- Egy tálca
- 6-10 tárgy: kanál, radír, zokni, alma, kulcs, kis plüss
- Egy konyharuha

ÍGY CSINÁLD

1. Rakd a tárgyakat a tálcára, és nevezzétek meg őket együtt.
2. A gyerek 30 másodpercig jól megnézi, majd behunyja a szemét.
3. Te ráteríted a konyharuhát, és elveszel egy tárgyat.
4. Vedd le a ruhát: mi tűnt el? Utána a gyerek vehet el valamit, te pedig kitalálod.

Variáció: a 3–4 évesek 4 tárggyal játszanak. A 7–8 évesek kettőt vesznek el, vagy csak két tárgy helyét cserélik fel.

Nap 87 · Szélzászló készítése

Korosztály: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent és kint · Felügyelet: igen

Márciusban gyakran erősen fúj a szél. Szívószálból, kis zászlóból és ceruzából szélzászlót készítesz, amely megmutatja, honnan fúj a szél.

EZT HASZNÁLD

- Egy szívószál és egy rajzszeg (csak a felnőttnek)
- Egy ceruza, amelynek a végén radír van
- Erős papír a nyílhegyhez és a farokhoz
- Egy papírpohár vagy földdel teli virágcserép talpnak, ragasztószalag, filctoll

ÍGY CSINÁLD

1. Vágj erős papírból egy kis háromszöget nyílhegynek, és egy nagyobb, nagyjából 6 × 6 cm-es farkat.
2. A szívószál mindkét végén vágj be 1 cm-es hasítékot, és told bele a hegyet és a farkat.
3. A felnőtt átszúrja a rajzszeget a szívószál közepén, és beleszúrja a ceruza végén lévő radírba. A szívószálnak szabadon kell forognia.
4. Szúrd a ceruzát a földdel teli pohárba, írd rá az É, K, D, Ny betűket, és vidd ki a szabadba. Merre mutat a nyíl?

Variáció: a 4 évesek krepp-papírból zászlót készítenek egy pálcára, és megnézik, merre fúj. A 7–8 évesek egy héten át minden nap

feljegyzik a szél irányát. **Figyelem:** a rajzszeg a felnőttnél marad.

Nap 88 · Lenyomatok agyagban

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A levelek, kagylók és tobozok szép lenyomatot hagynak a puha agyagban. A gyerek textúrákat érez, és kis természeti múzeumot készít.

EZT HASZNÁLD

- A 44. napon készített házi gyurma, vagy egy csomag gyurma
- Természetes tárgyak: levelek, kagyló, toboz, ágacska, toll
- Egy nyújtófa vagy palack
- Egy szívószál a lyuk készítéséhez

ÍGY CSINÁLD

1. Nyújtsd ki a gyurmát nagyjából 1 cm vastag lappá.
2. Egy pohárral szúrj ki köröket.
3. Tegyél minden körre egy tárgyat, és óvatosan gördítsd át rajta a nyújtófát. Vedd le a tárgyat.
4. A szívószállal szúrj egy lyukat a tetejére, és hagyd a köröket pár napig száradni. Fűzz rájuk zsinórt, és akaszd fel őket.

Variáció: a 3–4 évesek ujjukkal és villával mintákat nyomnak a gyurmába. A 7–8 évesek találós játékot készítenek: valaki másnak ki

kell találnia, melyik tárgy melyik lenyomatot hagyta. **Figyelem:** a gyurmát ne egyétek meg.

Nap 89 · A családi koncert

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Mindenki kis előadást készít elő: dalt, bűvésztrükköt, táncot vagy viccet. A gyerek gyakorol, megtanul bátran közönség elé állni, és élvezi a tapsot.

EZT HASZNÁLD

- Egy „színpad”: egy szőnyeg vagy egy hely a kanapé előtt
- Papír a jegyekhez és a műsorfüzethez
- A télen készített saját hangszerek

ÍGY CSINÁLD

1. Mindenki kiválasztja, mit mutat be, és 15 percig gyakorol a saját sarkában.
2. A gyerek jegyeket és műsorfüzetet készít az előadások sorrendjével.
3. Állítsátok sorba a székeket, és osszátok ki a jegyeket.
4. Egy műsorvezető bejelenti az előadásokat. Minden előadás után nagy taps.

Variáció: a 3–4 évesek veled együtt énekelnek egy dalt. A 7–8 évesek a műsorvezetést is vállalják, és az előadások között viccet mesélnek.

Nap 90 · Visszatekintés a télre

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Három hónapnyi tevékenység van mögöttetek. Közösen elkészítitek az évkönyv következő oldalait, és előretekintetek a tavaszra.

EZT HASZNÁLD

- A mappa a januári oldallal (31. nap)
- Két új papírlap
- Színes ceruza, ragasztó és apró emlékek: egy pillangó, egy préselt falevél, egy kis rajz

ÍGY CSINÁLD

1. Írd az egyik lap tetejére, hogy „Február”, a másikra, hogy „Március”.
2. Lapozzátok át együtt, mit csináltatok ebben a hónapban, és válasszátok ki hónaponként a három legjobbat.
3. Rajzolj vagy ragassz emléket minden kiemelkedő eseményhez.
4. Alul készítsetek „tavaszi kívánságlistát”: mit szeretnél csinálni, most, hogy melegszik az idő? Tedd a lapokat a mappába.

Variáció: a 3–4 évesek egy kedvencet választanak, és nagyra rajzolják. A 7–8 évesek minden tevékenységre 1-5 csillagot adnak, és

leírják, miért.

Április

Ebben a hónapban

Az április azt csinál, amit akar: egyik nap sütkérezik a nap, másnap jégeső esik. A fák kihajtanak, a madarak fészket raknak, és odakint minden nap felfedezhetsz valami újat. Ebben a hónapban találsz bent és kint végezhető tevékenységeket, húsvéti ötleteket (ha a húsvét áprilisra esik), és egy vidám játéknapot a kertben.

Nap 91 · A fordított nap

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc (szétosztva a nap folyamán) · Hely: bent · Felügyelet: nem

Április elsején minden lehet egy kicsit fordítva. Kedves, ártalmatlan tréfákkal a gyerek gyakorolja, mi a „normális”, és hogyan lehet megfordítani, és sokat nevettek együtt.

EZT HASZNÁLD

- Ruhák, poharak, cipők és más hétköznapi háztartási tárgyak
- Egy lap papír és egy ceruza

ÍGY CSINÁLD

1. Beszéljétek meg, mi a „jó tréfa”: senki sem ijed meg, senkit sem nevetnek ki, és semmi sem megy tönkre.
2. Reggelinél mondd, hogy „jó éjszakát”, lefekvéskor pedig, hogy „jó reggelt”. Edd meg először a desszertet (egy kis tál gyümölcsöt), utána a kenyeret.
3. A gyerek fordítson meg három dolgot a lakásban: egy kis képet ferdére, a plüssöket hátrafelé a kanapéra, apa zoknijait a hűtőbe.
4. A többieknek ki kell találniuk, mi változott. Írjátok vagy rajzoljátok le a megtalált tréfákat a papírra.
5. A végén közösen tegyetek mindent vissza a helyére.

Variáció: a 3–4 évesnek elég egy tréfa: „hello” helyett azt mondja, hogy „miau”. A 7–8 évesek „álhírt” találnak ki, és komoly arccal felolvassák, majd azt kiáltják: „Április bolondja!”

Nap 92 · A szoba lemérése lábakkal

Korosztály: 4–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Mielőtt vonalzót vennél a kezedbe, a gyerek egyszerűen a saját lábával méri le a szobát. Így gyakorolja a számolást és az összehasonlítást, és rájön, miért használunk közös mértékegységet.

EZT HASZNÁLD

- Cetli a kezdőpont megjelölésére
- Papír és ceruza az eredmények felírásához
- Mérőszalag vagy 30 cm-es vonalzó (a végére)

ÍGY CSINÁLD

1. Válassz három mérnivalót: a szoba hosszát, a kanapé szélességét, és az ajtó és az ablak távolságát.
2. Ragassz egy cetlit a kezdéshez. A gyerek az egyik lába sarkát a másik lába orrához teszi, és hangosan számolja, hány lépés lett.
3. Írd fel a számot, majd mérd le ugyanezt a te lábaddal. Miért kisebb a te számod?
4. Mérjetek más mértékkel is, például egy arasszal vagy egy nagy cipővel. Írjátok egymás alá az összes eredményt.
5. Vedd elő a mérőszalagot, és mérd le ugyanezt centiméterben. Melyik szám marad mindig ugyanaz,

bárki is mér?

Variáció: 4-5 évesen csak a szoba hosszát méritek le, és összehasonlítjátok, hogy „több” vagy „kevesebb” lépés. A 7–8 évesek kiszámolják, mennyi a különbség két mérés között.

Nap 93 · Virágzó ág a vázában

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc + 10 nap figyelés · Hely: bent · Felügyelet: igen

Kora tavasszal egy lemetszett ággal behozhatod a tavaszt a lakásba. A gyerek látja, ahogy a rügyek lassan kinyílnak, és felfedezi, mit tesz a víz és a meleg.

EZT HASZNÁLD

- Egy-két rügyes bokorág (forzícia, cseresznye, fűz vagy mogyoró; csak a saját kertedben vágj, vagy előbb kérj engedélyt)
- Egy magas váza vagy palack langyos vízzel
- Egy metszőolló (csak a felnőttnek)
- Papír és ceruza a rügynaplóhoz

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt ferdén levágja az ágakat, nagyjából 30 cm hosszan. Csak annyit végy, amennyit a bokor megbír.
2. A gyerek segít háromnegyedig megtölteni a vázát langyos vízzel, és beleteszi az ágakat.
3. Tedd a vázát világos helyre, ne tűző napra, és ne a fűtőtest fölé.
4. Rajzoljátok le együtt minden nap az ágat: vastagabbak lettek a rügyek, látsz már zöldet vagy egy szirmot?

5. Kétnaponta cseréld a vizet, és vágd le az ágak aljából pár millimétert.

Variáció: a kisebb gyerekek naponta megszámolják, hány rügy nyílt ki. A nagyobbak vonalzóval mérik az ágat, és oszlopdiagramot készítenek. **Figyelem:** csak a felnőtt metsz; ágakról soha ne egyetek virágot vagy levelet.

Nap 94 · Tojásdíszítés

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Húsvétkor hozzátartozik a hímes tojás (a locsolók is ezt kapják), de bármelyik tavaszi hónapban lehet díszíteni. A gyerek gyakorolja a finommotorikát, és teljesen szabadon kitalálhatja a saját mintáját.

EZT HASZNÁLD

- 4-6 tojás, a felnőtt 10 percig keményre főzte, és lehűtötte
- Filctoll, viaszkréta vagy matrica
- Egy tojástartó a száradáshoz
- Régi újság az asztalra

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt megfőzi a tojásokat, és hideg vízben teljesen lehűti őket. A gyerek távol marad a tűzhelytől.
2. Terítsd le az újságot az asztalra, és állíts minden tojást egyenesen a tojástartó egy mélyedésébe.
3. Először viaszkrétával rajzolj mintát (pöttyöket, cikkcakkot, virágokat), majd színezd filctollal.
4. Fordítsd meg óvatosan a tojást, amikor a teteje megszáradt, és fejezd be az alját.
5. Tedd a tojásokat egy tálba díszként, vagy rejtsd el őket a 95. nap keresős játékához.

Variáció: a kisebbek csak matricákat ragasztanak. A nagyobbak tojáscsaládot készítenek arcokkal és nevekkel. **Figyelem:** vedd figyelembe a tojásallergiát; ilyenkor valódi tojás helyett használj kartonból kivágott tojásokat. A főtt tojást, amely sokáig feküdt kint a napon, már ne egyétek meg.

Nap 95 · Tojáskeresés rejtvényekkel

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent vagy a kertben · Felügyelet: nem

Elrejtett tojások keresése, de nyomravezető tippekkel. A gyerek gyakorolja a figyelést, a gondolkodást és az irányokat, mint „alatt”, „mögött” és „mellett”.

EZT HASZNÁLD

- 8-10 színes papírtojás (magad vágd ki) vagy a 94. napon díszített tojások
- Kis cetlik és egy toll
- Egy kosár vagy tál

ÍGY CSINÁLD

1. Rejtsd el a tojásokat, miközben a gyerek egy másik szobában vár, és 50-ig számol.
2. Minden tojáshoz írj egy tippet egy cetlire, például „Ott fekszem, ahol a lábadat törlöd” (lábtörlő) vagy „Valami puha alatt alszom” (párna).
3. Add oda az első cetlit. Minden megtalált tojásnál ott van a cetli a következő tojáshoz.
4. A kisebb gyerekeknek olvasd fel a tippeket; a nagyobbak maguk olvasnak.
5. Az utolsó tojás egy kis meglepetéshez vezet: egy rajzhoz, egy plüsshöz vagy egy közös játékhoz.

Variáció: 3–4 évesnek cetlik helyett használd a „melegszik-hűl” játékot. A 7–8 éves írja és rejtse el a tippeket neked.



Saját kezűleg díszített tojások egy kosárban
Pixabay (Couleur)

Nap 96 · A babamosoda

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A gyerek mosoda tulajdonosa lesz babaruhák és plüsskendők számára. Gyakorolja a holmik gondozását, a facsarást és a teregetést, és megtanulja, mi tartozik össze.

EZT HASZNÁLD

- 2 kis lavór: az egyikben langyos víz egy csepp mosogatószerrel, a másikban tiszta víz
- Kis ruhadarabok babáknak vagy plüssöknek, vagy néhány mosdókesztyű és babazokni
- Zsinórból készült szárítókötél két szék között, és 6 ruhacsipesz
- Egy törölköző a lavórok alá

ÍGY CSINÁLD

1. Terítsd a törölközőt a földre vagy az asztalra, és állítsd rá a lavórokat. Gyűjtsétek össze együtt a koszos „szennyest”.
2. A gyerek először válogat: a világos és a sötét ruhákat külön teszi.
3. Engedd a ruhát a szappanos vízbe, gyúrd finoman, majd tedd a tiszta vízbe öblíteni.
4. Facsard ki, és csipeszekkel akaszd a szárítókötélre.

5. Egy óra múlva nézzétek meg, száradtak-e a ruhák. Hajtogasd össze szépen, és tedd vissza a babaszekrénybe.

Variáció: a 3–4 évesnek elég az öblítés és a kifacsarás. A nagyobbak „ügyfélkönyvet” vezetnek: ki mit hozott, és mikor lesz kész?
Figyelem: a kisgyereket ne hagyd egyedül a víz mellett, ne engedd, hogy megkóstolja a szappanos vizet, és a kiömlött vizet azonnal töröld fel.

Nap 97 · Pocsolyaugrálás

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30–45 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Az eső nem ok arra, hogy bent maradjatok. Gumicsizmával és esőkabáttal az esős napból kaland lesz, és a gyerek mozog, mér és kísérletezik.

EZT HASZNÁLD

- Gumicsizma, esőkabát és ha van, esőnadrág
- Egy bot és egy darab járdakréta
- Törölköző és száraz ruha a végére

ÍGY CSINÁLD

1. Öltöztesd a gyereket esőállóan, és sétáljatok egy kört az utcában, a parkban vagy a játszótéren.
2. Keressétek meg a legnagyobb pocsolyát. Ki csapja a legmagasabb csobbanást? Ugorj két lábbal, aztán egy lábon.
3. A bottal mérd meg, milyen mély a pocsolya, és nézd meg, mennyire lett vizes a bot.
4. Húzz krétával vonalat a pocsolya körül. Egy óra (vagy egy nap) múlva gyere vissza: kisebb lett a pocsolya?
5. Otthon: le a csizmával, száraz ruhát fel, és igyatok együtt valami meleget, amit a felnőtt készített.

Variáció: eressz vízre levélhajókat a pocsolyában. A nagyobb gyerekek megszámolják, hány ugrás kell a pocsolya átugrásához.

Figyelem: csak sekély pocsolyákban játsszatok a járdán vagy a parkban, soha ne árkok, tavak mellett vagy az úttesten.

Nap 98 · Fészekanyag a madaraknak

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25 perc + figyelés · Hely: bent és kint · Felügyelet: nem

Áprilisban sok madár építi a fészkét. Ti egy kis puha anyaggal segítetek, és a gyerek türelmesen figyel, és megtanulja felismerni a madarakat.

EZT HASZNÁLD

- Egy gyümölcsös hálózsák (narancsos vagy mandarinos) vagy egy régi habverő
- Természetes anyagdarabok: rövid pamut- vagy gyapjúszálak (legfeljebb 5 cm), száraz fű, egy kis moha
- Egy madzag
- Papír és ceruza

ÍGY CSINÁLD

1. Vágjatok együtt kb. 5 cm-es gyapjú- vagy pamutszálakat. A hosszabb szálak a madarak lábára csavarodhatnak.
2. Tedd a szálakat, a füvet és a mohát lazán a hálóba vagy a habverő szálai közé.
3. Madzaggal akaszd egy faágra vagy az erkély korlátjára, úgy, hogy az ablakból látható legyen.
4. Minden nap ülj 5 percig csendben az ablaknál. Melyik madár jön? Rajzold le.

5. Nézd meg, hogy később nem látod-e viszont az anyagot egy fészekben vagy sövényben.

Variáció: a kisebb gyerekek csak megszámolják, hány madár jön. A nagyobbak táblázatot készítenek a fajokkal és az időpontokkal. **Figyelem:** ne használj műanyagot, műszálas fonalat vagy szárítógép-szöszt; ezek ártanak a madaraknak. Fészekhez soha ne nyúlj.

Nap 99 · Virágok muffinpapírból

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Papír muffinformákból egy pillanat alatt tavaszi kertet varázsolsz a falra. A gyerek gyakorolja a vágást, a ragasztást és a színek összeállítását.

EZT HASZNÁLD

- 10 papír muffinforma különböző színekben
- Egy nagy kék vagy fehér papírlap
- Ragasztóstift és gyerekolló
- Zöld papír vagy zöld filctoll
- Gombok vagy papírgalacsinok a virág közepébe

ÍGY CSINÁLD

1. Nyomj egy muffinformát laposra az asztalon: ez a virág.
2. Gyerekollóval vágj kis bevágásokat a szélébe „szirmoknak”, vagy hagyd kerekre.
3. Ragaszd a virágokat a nagy lapra, különböző magasságban.
4. Rajzolj vagy ragassz alájuk zöld szárakat és leveleket.
5. Ragassz minden virág közepére egy papírgalacsint vagy egy gombot. Akaszd fel a műalkotást.

Variáció: a kisebbek csak lapos formákat ragasztanak, és a szárakat maguk rajzolják. A nagyobbak három formát raknak egymásba

vastag virághoz. **Figyelem:** a gombok kicsik; használj papírgalacsint, ha 3 évesnél fiatalabb gyerek is van a házban.

Nap 100 · A 100-as ünnep

Korosztály: 4–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Ma az év századik napja van. Ideje megünnepelni a százat: számolással, válogatással és mozgással a gyerek érzi, mennyi is valójában a „100”.

EZT HASZNÁLD

- 100 apró dolog: száraz makaróni, kupakok, papírdarabok vagy ruhacsipeszek
- 10 kis pohár vagy tálka
- Egy nagy papírlap és egy filctoll

ÍGY CSINÁLD

1. Számoljatok meg együtt 10-10 dolgot minden pohárba. 10 pohár után megvan a 100.
2. Utána rakjátok őket hosszú sorba a szobában. Meddig ér a sor?
3. Végezzetek 100 mozdulatot tízesével: 10 ugrás, 10 taps, 10 lábujjhegyre állás, és így tovább.
4. Írd vagy rajzold a lapra: „Ha 100 éves leszek…”, és hagyd, hogy a gyerek vicces rajzot készítsen magáról idős emberként.
5. Pakoljatok el együtt, tízesével visszafelé számolva.

Variáció: a 4–5 évesnek elég 3 pohár 10-10 dologgal (30). A 7–8 évesek kettesével vagy ötösével számolnak. **Figyelem:** a makaróni és

a kupakok kicsik; tartsd távol a 3 évesnél fiatalabb gyerekektől.

Nap 101 · Kötéltánc a padlón

Korosztály: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: nem

A földre fektetett kötélből mély szakadék fölötti kötél lesz. A gyerek gyakorolja az egyensúlyt és a koncentrációt, és nem eshet le igazán.

EZT HASZNÁLD

- Egy erős kötél vagy egy hosszú sál, 3-4 méter
- Festőszalag, hogy a kötelet a kemény padlóhoz ragaszd
- Egy plüss vagy egy babzsák cipeléshez
- 2 párna, az elejére és a végére

ÍGY CSINÁLD

1. Fektesd a kötelet egyenes vonalban a földre, és ha kell, ragaszd le, hogy ne csússzon.
2. A gyerek a lábát egyenesen egymás elé téve megy végig a kötélen, a karjait egyensúlyozó rúdként széttárva.
3. Aki elveszti az egyensúlyát, egy párnára „esik”, és elölről kezdi.
4. Nehezítsd: menjen hátrafelé, lábujjhegyen, vagy egy plüssel az egyik tenyerén.
5. Utána fektesd a kötelet kanyarba vagy hullámba, és próbáljátok ki az új útvonalat.

Variáció: a kisebb gyerekek fogják egy felnőtt kezét. A nagyobbak babzsákot visznek a fejükön, vagy pár lépést csukott szemmel tesznek meg. **Figyelem:** ne csináld csúszós padlón zokniban; menj mezítláb vagy csúszásmentes talpú cipőben.

Nap 102 · Tésztanyaklánc festése és fűzése

Korosztály: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A közönséges csőtésztákból színes gyöngyök lesznek. A gyerek gyakorolja a finommotorikát és a minták felismerését, miközben saját ékszert készít.

EZT HASZNÁLD

- Egy marék penne vagy makaróni (nyers)
- Tempera és ecset
- Egy erős cipőfűző, gyapjú vagy zsineg, 60 cm
- Régi újság a munkához és egy tojástartó a száradáshoz
- Ragasztószalag a zsineg egyik végének megerősítéséhez

ÍGY CSINÁLD

1. Tekerj a zsineg egyik végére egy darab ragasztószalagot „tűnek”, a másik végére pedig kösd oda az egyik tésztát, hogy a többi ne csússzon le.
2. A gyerek 3 színre festi a tésztákat, és a tojástartóba rakja őket száradni, nagyjából 30 percig.
3. Amikor minden megszáradt, a gyerek felfűzi a tésztát a zsinegre. Készíts mintát: piros, sárga, kék, piros, sárga, kék.
4. Kösd össze a láncot, és próbáld fel a nyakadra vagy a csuklódra.

5. Készíts mellé egy másik, rövid láncot egy plüssnek vagy egy barátnak.

Variáció: 3–4 évesnek válassz vastag tésztát és merev végű zsineget. A nagyobbak 4 színből találnak ki mintát, és másokkal kitalálják, hogyan folytatódik. **Figyelem:** a tészta kicsi, és nem a szájba való; tartsd távol a 3 évesnél fiatalabb gyerekektől, és a tésztát ne egyétek meg.

Nap 103 · Földigiliszták keresése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Egy zápor után a giliszták felmásznak a felszínre. A gyerek közelről megnézi őket, megtanul óvatosan bánni az állatokkal, és megtudja, miért fontosak a giliszták a talajnak.

EZT HASZNÁLD

- Egy átlátszó doboz vagy üveg kevés nedves földdel
- Egy virágásó lapát
- Egy nagyító (ha van)
- Néhány falevél

ÍGY CSINÁLD

1. Eső után keress a füvön, a veteményesben vagy egy kő alatt. A köveket emeljétek fel együtt.
2. Nagyon óvatosan, nedves kézzel vegyél fel egy gilisztát, és tedd a dobozban lévő földre.
3. Nézd meg nagyítóval: látod a gyűrűket? Melyik oldal az eleje? Hogyan mozog?
4. Tegyél mellé egy kis levelet, és számoljátok meg, hány gilisztát találtatok (egyszerre legfeljebb 3-at tegyetek a dobozba).
5. Legfeljebb 15 perc után tegyétek vissza a gilisztákat arra a helyre, ahol találtátok őket, árnyékba. Utána kezet

mosni.

Variáció: a kisebbek csak nézik és mutatják. A 7–8 évesek vonalzóval megmérik a leghosszabb gilisztát (anélkül, hogy megnyújtanák). **Figyelem:** állatot vagy földet ne tegyetek a szátokba; a végén mindig mossatok kezet.

Nap 104 · Fűszervaj készítése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc + 30 perc hűtés · Hely: bent · Felügyelet: igen

Egyszerű konyhai feladat valódi eredménnyel. A gyerek szagolgat, szed, kever és kóstol, a fűszervaj pedig este az asztalra kerül.

EZT HASZNÁLD

- 125 g vaj, egy órával előbb kivéve a hűtőből
- Egy marék friss fűszernövény: petrezselyem, snidling és/vagy kapor
- Egy csipet só
- Egy tál, egy villa és egy gyerekolló
- Ételfólia

ÍGY CSINÁLD

1. Mosd meg a fűszernövényeket, és itasd fel róluk a vizet. A gyerek szagoljon meg minden fűszert, és találja ki, melyik az.
2. A gyerek gyerekollóval apróra vágja a fűszernövényeket a tál fölött.
3. Add hozzá a puha vajat és egy csipet sót, és villával törd össze az egészet, amíg zöld pöttyös nem lesz.
4. Kanalazd a vajat az ételfóliára, formálj belőle kolbászt, és csavard be a végeit.

5. Hagyd 30 percig keményedni a hűtőben, és szeletelj belőle karikákat a kenyérre.

Variáció: a kisebbek csak törnek; a nagyobbak második változatot is készítenek egy összenyomott gerezd fokhagymával (ezt a felnőtt csinálja). **Figyelem:** tejallergia esetén válassz növényi alapú vajkrémet. Csak vásárolt vagy saját kertben termesztett fűszernövényt használj, vadonból soha ne szedj.

Nap 105 · Látok valamit, amit te nem látsz

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: nem

Klasszikus találós játék, amihez semmire sincs szükséged. A gyerek gyakorolja a jó megfigyelést, a színek és formák szavait, és a kérdezést.

EZT HASZNÁLD

- Csak a szemetek és egy hangulatos hely
- Ha szeretnéd: egy bélyegző vagy matrica annak, aki jól találja ki

ÍGY CSINÁLD

1. Nézzetek körül együtt egy percig a szobában, a kertben vagy a parkban. Válassz csendben egy tárgyat, és ne áruld el.
2. Mondd: „Látok valamit, amit te nem látsz, és piros.” A másik sorban tippel.
3. Három rossz tipp után adj egy második támpontot: egy formát, egy helyet vagy azt, mire való.
4. Aki kitalálja, az választja a következő tárgyat.
5. Játsszatok öt kört. Utána a gyerek kitalálhatja, hogyan lehet nehezebbé tenni a játékot, például csak kerek tárgyakkal.

Variáció: 3–4 évesen csak színeket használtok. A 7–8 évesek a kezdőbetűvel, a szótagok számával vagy egy rímelő szóval adnak

támpontot.

Nap 106 · Gitár dobozból és gumigyűrűkből

Korosztály: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Húrok és bolt nélkül saját gitárt készítesz, amely tényleg szól. A gyerek felfedezi, hogy a vékony és a vastag gumi más hangot ad.

EZT HASZNÁLD

- Egy üres, fedél nélküli cipősdoboz vagy egy üres keksz fémdoboz
- 4-6 gumigyűrű különböző vastagságban
- Egy papírtörlő-guriga a nyaknak
- Ragasztószalag és filctollak a díszítéshez

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd a dobozt a nyitott oldalával felfelé. Vagy használj fedél nélküli keksz fémdobozt.
2. Feszítsd ki a gumigyűrűket egymás mellett a doboz nyílása fölött.
3. Ragaszd a gurigát nyaknak a doboz egyik oldalához.
4. A gyerek óvatosan pengeti az egyes gumikat. Melyik hang magas, és melyik mély?
5. Találjatok ki együtt egy egyszerű dalt, és játsszatok hozzá, vagy kísérjetek egy olyan dalt, amelyet mindketten ismertek.

Variáció: a kisebbek pengetnek és hallgatnak. A nagyobbak magastól mélyig sorba rendezik a gumikat, és eljátszanak egy rövid dallamot. **Figyelem:** ne feszítsd túl a gumigyűrűket, és ne lőj velük arcra; a gumikat és az apró alkatrészeket tartsd távol a 3 évesnél fiatalabb gyerekektől.

Nap 107 · Könyvtár a szobában

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyerek könyvtáros lesz, és a lakásban lévő könyvekből saját kölcsönzősarkot rendez be. Gyakorolja a rendezést, az udvarias kérdezést és a könyvek gondos kezelését.

EZT HASZNÁLD

- 15-20 gyerekkönyv otthonról
- Papír, gyerekolló és filctollak a kölcsönzőkártyákhoz
- Egy polc vagy asztal pultnak és egy szék
- Egy bélyegző vagy matricák (vagy egy saját rajz) kölcsönzési bélyegzőnek

ÍGY CSINÁLD

1. Rendezd a könyveket szépen egy polcra vagy asztalra fajta szerint: állatok, mesék, képeskönyvek, ismeretterjesztő könyvek.
2. Rajzoljatok együtt kölcsönzőkártyákat névvel, címmel és dátummal.
3. A gyerek először a könyvtáros: „Melyik könyvet szeretné kölcsönözni?” Felírja, ki mit visz el, és lebélyegzi a kártyát.
4. Te felolvasod a kikölcsönzött könyvet, vagy pár percig nézegeted, majd visszaviszed a pulthoz.

5. Cseréljetek szerepet. Készítsetek nyitvatartási táblát és a szabályt is: „csendben legyünk, és gondosan lapozzunk”.

Variáció: 3–4 évesen csak a borító színe szerint rendezitek. A nagyobbak listát készítenek az összes könyvről és „a hét könyvéről” rövid ajánlóval.

Nap 108 · Papírsárkány

Korosztály: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent és kint · Felügyelet: igen

Áprilisban gyakran erősen fúj a szél. Papírból, két pálcikából és zsinegből egyszerű sárkányt készítesz, és a gyerek megtanulja, hogyan emeli fel a szél a dolgokat.

EZT HASZNÁLD

- Egy lap erős papír vagy sütőpapír, kb. 40 × 50 cm
- 2 vékony fa grillpálcika, a hegyét levágva, vagy 2 egyenes szívószál
- Ragasztószalag és gyerekolló
- Egy tekercs sárkányzsineg vagy erős fonal (kb. 10 m)
- Krepp-papír csíkok a farokhoz

ÍGY CSINÁLD

1. Hajtsd félbe a papírt, és vágj rombusz alakot (mint egy sárkány). Díszítsd filctollal.
2. Ragaszd az egyik pálcikát fentről lefelé, a másikat keresztben, nagyjából az eleje alatt egy harmaddal.
3. Szúrj egy lyukat ceruzával a keresztezésnél, erősítsd meg ragasztószalaggal, és kösd rá a zsineget.
4. Ragassz az alsó csúcsra kb. 1 méteres krepp-papír farkat.
5. Menj egy nyílt fűre, szél a hátad mögött, és lassan engedd ki a zsineget.

Variáció: a 4–5 évesek „sárkányt” készítenek egy papírzacskóból zsinórral: elég, ha futnak vele. A nagyobbak hosszabb és rövidebb farokkal is kipróbálják. **Figyelem:** soha ne eressz sárkányt villanyvezeték, fák vagy az út közelében, és a felnőtt vágja le a pálcikák éles hegyét.

Nap 109 · Házi buborékfújó folyadék

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Mosogatószerből és vízből saját buborékfújó folyadékot készítesz. A gyerek különböző formájú fújókkal kísérletezik, és felfedezi, hogy minden buborék kerek lesz.

EZT HASZNÁLD

- 500 ml víz
- 100 ml mosogatószer
- 1 evőkanál cukor
- Egy lapos tál
- Fújók: egy karikává hajlított zsenília drót, egy tölcsér, egy szívószál, egy légycsapó

ÍGY CSINÁLD

1. Lassan keverd össze a vizet, a mosogatószert és a cukrot a tálban; ne verd fel, mert habzik.
2. Hagyd állni a keveréket 15 percig.
3. Márts bele egy zsenília drótot, és fújj finoman. Megy a tölcsérrel is?
4. Hajlítsd a zsenília drótot négyzetté vagy szívvé. A buborék is négyzet alakú lesz?
5. Ki fújja a legnagyobb buborékot? Ki tud buborékot elkapni a nedves kezén?

Variáció: a kisebbek egy sima szívószállal fújnak egy pohár szappanos vízbe: csak fújni, nem szívni. A nagyobbak két szívószálból és egy zsinegből nagy gyűrűt készítenek. **Figyelem:** a keveréket nem szabad meginni, és ne dörzsöljétek a szemeteket; ha belefröccsen a szemedbe, öblítsd ki langyos vízzel.

Nap 110 · A padló láva

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Beltéri játék esős napokra: a padló izzóan forró, és nem érhetsz hozzá. A gyerek gyakorolja az egyensúlyt, a tervezést és a bátorságot.

EZT HASZNÁLD

- Párnák, összehajtott törölközők, egy puff és stabil kis székek
- Néhány darab karton „köveknek”
- Piros vagy narancssárga papír a lávának (lehet egyszerűen a padló is)

ÍGY CSINÁLD

1. Told félre a törékeny dolgokat és a dohányzóasztalt.
2. Rakd le a párnákat és a kartonköveket úgy, hogy ösvény legyen a kanapétól az ajtóig, legfeljebb 40 cm-es lépésközökkel.
3. Kiáltsd: „A padló láva!”, és a gyerek lépjen kőről kőre anélkül, hogy a padlóhoz érne.
4. Sikerült? Vegyél el egy követ, vagy rakd kicsit távolabb őket.
5. Utána építsetek közösen új pályát, amelyet most a gyerek tervezett.

Variáció: 3–4 évesnek megfoghatod a kezét. A nagyobbaknak útközben „kincset” (plüsst) kell vinniük. **Figyelem:** ne rakj párnákat csúszós fa- vagy járólap-padlóra csúszásgátló nélkül; ne ugráljatok asztalokról vagy magas bútorokról.

Nap 111 · Zsemle saját zsázsával

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Vetettél már zsázsát a tavasz elején (56. nap)? Akkor most jön az aratás. A gyerek megkóstolja, amit maga nevelt, és maga készíti az ebédjét.

EZT HASZNÁLD

- A zsázsa a tojástartóból (vagy egy bolti doboz)
- Gyerekolló
- Személyenként 2 szelet kenyér
- Krémsajt vagy a 104. napon készített fűszervaj
- Uborkaszeletek vagy főtt tojás (a felnőtt főzte)

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek a vatta fölött levágja a zsázsát gyerekollóval, egy kistányér fölött.
2. Öblítsd le röviden egy szitában, és hagyd lecsöpögni.
3. Kend meg a kenyeret vajkéssel: krémsajttal vagy fűszervajjal.
4. Tegyél rá uborka- vagy tojásszeleteket (a felnőtt vágja), és szórj rá bőven zsázsát.
5. Kóstold meg: a zsázsa csípős, édes vagy savanyú? Rajzolj ízarcot.

Variáció: a kisebbek arcot készítenek a kenyérre uborkaszemmel és zsázsahajjal. A nagyobbak rögtön új adagot vetnek. **Figyelem:** figyelj a glutén-, tojás- vagy tejallergiára, és igazítsd hozzá a feltétet.

Nap 112 · Virágpréselés

Korosztály: 4–8 év · Idő: 20 perc + 1 hét szárítás · Hely: bent és kint · Felügyelet: igen

A saját kertből származó tavaszi virágokat vagy a piacról hozott kis csokrot megőrizheted préseléssel. A gyerek türelmet tanul, és később kártyát vagy könyvjelzőt készít belőle.

EZT HASZNÁLD

- Kis, lapos virágok és levelek (a saját kertből, engedéllyel, vagy vett csokorból)
- Papírtörlő vagy újságpapír
- Néhány vastag, régi könyv
- Később: karton, ragasztó és átlátszó öntapadós fólia

ÍGY CSINÁLD

1. Szedjetek együtt pár virágot egy száraz pillanatban. Válassz lapos virágokat, például ibolyát és százszorszépet.
2. Nyiss ki egy lap papírtörlőt egy régi könyvben, és rakd rá a virágokat, hagyj köztük helyet.
3. Tegyél még egy lap papírt a tetejére, csukd be a könyvet, és rakj rá más nehéz könyveket.
4. Várj egy hetet. Ne leskelődj idő előtt!

5. Ragaszd a szárított virágokat egy darab kartonra, és fedd le öntapadós fóliával: könyvjelző vagy kártya lesz belőle.

Variáció: a kisebbek csak százszorszépet keresnek a fűben. A nagyobbak minden virág nevét utánanézik egy természetkönyvben. **Figyelem:** ne szedj virágot védett természeti területen vagy olyan parkban, ahol tilos, és semmit se tegyetek a természetből a szátokba.

Nap 113 · Hernyó tojástartóból

Korosztály: 3–7 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Tavasszal mindenfelé hernyók másznak. Egy üres tojástartóból magad is készíthetsz egyet, és a gyerek gyakorolja a színeket, a vágást és a számolást.

EZT HASZNÁLD

- Egy kartonból készült tojástartó alja (6 vagy 10 mélyedéses)
- Tempera és ecset
- 2 zsenília drót vagy papírcsík csápnak
- Filctollak, ragasztó és gyerekolló

ÍGY CSINÁLD

1. Vágd hosszában ketté a tojástartót, hogy 5-6 púpból álló sort kapj.
2. Fesd ki minden púpot más színűre, vagy készíts mintát: zöld-sárga-zöld-sárga.
3. Hagyd 20 percig száradni (addig ehettek egy kis nasit).
4. Rajzolj szemet és szájat az első púpra.
5. Szúrj két lyukat (felnőtt), és dugd bele a zsenília drótokat csápnak, vagy ragassz rá papírcsíkokat.

Variáció: olvassatok egy képeskönyvet a hernyóról, amelyből pillangó lesz. A nagyobb gyerekek megszámolják a lábakat, és filctollal rajzolnak hozzá 16-ot.

Nap 114 · Kendőejtés

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: nem

Körjáték, amelyet nemzedékek óta játszanak. Tökéletes néhány gyerekkel vagy az egész családdal, és a gyerek gyakorolja a figyelmet és a gyors reagálást.

EZT HASZNÁLD

- Egy zsebkendő, konyharuha vagy kis sál
- Legalább 4 játékos
- Hely, ahol kört lehet futni

ÍGY CSINÁLD

1. Mindenki körben ül, csukott szemmel vagy a kör közepére nézve. Egy játékos a zsebkendővel körbejár.
2. Mondjátok együtt: „Kendőt ejtek, csendben járok, nem szólok, ki mögött lesz, nem mondom.”
3. A járó észrevétlenül leejti a kendőt valaki mögé, és megy tovább.
4. Észreveszi a játékos? Akkor felveszi a kendőt, és a járó után fut, egy kört a körön belül.
5. Aki előbb ér az üres helyre, az ott maradhat ülni; a másik lesz az új járó.

Variáció: kisebb gyerekekkel futás helyett sétálsz. Nagyobbakkal megbeszélitek: aki nem veszi észre a kendőt, amíg a járó körbe nem

ér, annak énekelnie kell egy dalt, vagy meg kell mutatnia egy mutatványt.



Járdakréta: ugróiskolához, árnyékokhoz és rajzokhoz

Pixabay (RoamingPro)

Nap 115 · Tavaszi bingó séta közben

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

A bingókártya a hétköznapi sétából keresőjátékot csinál. A gyerek megtanulja jól megnézni a tavaszt: rügyeket, virágzást, kiskacsákat és sok mást.

EZT HASZNÁLD

- Egy lap karton vagy erős papír
- Filctollak és egy vonalzó
- Egy ceruza és egy deszka vagy könyv alátétnek

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzoljatok együtt 3 × 3 mezős rácsot.
2. Rajzolj minden mezőbe valamit, amit tavasszal láthatsz: virágzó fát, kacsát a kicsinyeivel, százszorszépet, méhet, esőpocsolyát, madarat faággal, biciklist, bárányt, új falevelet.
3. Menjetek sétálni a környéken, a parkban vagy a legelő mellett.
4. Tegyél egy x-et, ha meglátsz valamit. Három egy sorban? Kiálts: „Bingó!”
5. Folytassátok, amíg tele nem lesz a kártya, vagy amíg haza nem értek.

Variáció: 3–4 évesnek készíts 4 nagy képes kártyát. A nagyobbak hangokkal készítenek kártyát: kakukk, levelek zizegése, kutya.

Figyelem: árkok és tavak mellett mindig fogd a gyerek kezét; a legelőn lévő állatokat ne etessétek.

Nap 116 · Tavaszi zászlófüzér és virágkorona

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Holnap családi játéknap lesz a kertben. Ma feldíszítitek a házat egy saját készítésű zászlófüzérrel és egy koronával. A korona tavaszi virágkorona lesz, és egész évben ünnepi díszként is használhatod.

EZT HASZNÁLD

- Sárga, zöld, piros és kék papír (vagy fehér papír és filctollak)
- Gyerekolló, ragasztó és ragasztószalag
- Egy 2-3 méteres zsineg
- Egy 60 × 10 cm-es kartoncsík

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj a papírra nagyjából 15 cm-es háromszögeket, és a gyerek vágja ki őket (10-15 darab).
2. Hajtsd át minden zászlócska felső szélét 2 cm-re a zsineg fölött, és ragaszd le ragasztóval vagy ragasztószalaggal.
3. A hosszú kartoncsíkba vágj az egyik oldalon csúcsokat a koronához.
4. Díszítsd a koronát filctollal, csillámmal vagy papírgalacsinokkal „drágakőnek”.

5. Mérd rá a koronát a fejre, és ragaszd össze pontosan. Akaszd ki a füzért.

Variáció: a kisebbek csak galacsinokat és tépett papírt ragasztanak a koronára. A nagyobbak mintát rakosgatnak a füzérbe: sárga, fehér, sárga, fehér.

Nap 117 · Régi népi játékok a kertben

Korosztály: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: kint vagy egy nagy szobában · Felügyelet: igen

A régi falusi vásárokon és búcsúkban sok vidám versenyjáték volt. Otthon is megszervezheted őket, és a gyerek mozog, nevet, és gyakorolja a nyerést és a vesztést is.

EZT HASZNÁLD

- Régi párnahuzatok vagy nagy vászonzsákok (zsákban futáshoz)
- Evőkanalak és kis krumpli vagy főtt tojás
- 6 üres konzervdoboz vagy műanyag pohár és egy puha labda
- Járdakréta vagy zsineg a rajthoz és a célhoz

ÍGY CSINÁLD

1. Zsákban futás: lépj mindkét lábaddal egy párnahuzatba, tartsd meg a derekadnál, és ugorj a célig, nagyjából 10 méterre.
2. Tojásvivő futás: tegyél egy krumplit a kanálra, és ejtés nélkül menj át a túloldalra és vissza.
3. Dobozdöntés: rakd a dobozokat vagy poharakat 3-2-1-es piramisba, és dobj rá a labdával 2 méterről. Hány dől le?

4. Vezess pontszámlálót vonalakkal, és találj ki mindenkinek jutalmat: egy matricát vagy egy színes szalagot.
5. Fejezzétek be egy pohár bodzaszörppel és egy ünnepi családi fotópózzal.

Variáció: a kisebbek egy nagy leveses kanálon vigyenek egy kis labdát. A nagyobbak két csapatban váltóversenyt játszanak.
Figyelem: ne használj műanyag zacskót a zsákban futáshoz (soha ne húzd a fejre), füvön játssz, és ellenőrizd a konzervdobozok éles szélét, vagy válassz műanyag poharat.

Nap 118 · Doboz az adományozáshoz

Korosztály: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A tavaszi rendrakás után gyakran marad olyan játék, amellyel már nem játszol. A gyerek gyakorolja a választást, a válogatást és a megosztást másokkal.

EZT HASZNÁLD

- Egy nagy, fedeles kartondoboz
- Papír, filctollak és ragasztószalag a címkéhez
- Egy padló vagy asztal, ahol az összes játékot kirakhatod
- Egy rongy a játékok letörléséhez

ÍGY CSINÁLD

1. Rakd ki a padlóra a játékokat egy szekrényből vagy dobozból, nagyjából 20 darabot. A gyerek megnézi, mindegyiket ismeri-e.
2. Készíts három kupacot: megtartom, odaadom, elromlott. A gyerek maga dönt; te csak kétség esetén segítesz.
3. Töröld le az odaadásra szánt játékokat, és ellenőrizd, hogy mindegyik teljes.
4. Számoljátok meg együtt, hány dolog kerül a dobozba, és írd a számot a címkére, egy doboz rajzával.
5. Vigyétek el együtt a dobozt egy adománygyűjtő pontra vagy egy jótékonysági gyűjtésre, és mondd el, hogyan

fog majd játszani vele egy másik gyerek.

Variáció: a kisebb gyerekek csak két dolgot választanak ki, amit odaadnak. A nagyobbak tartalomjegyzéket készítenek, és kártyát írnak a kapónak. **Figyelem:** éles szélű, törött játékot vagy apró, laza alkatrészeket ne tegyetek a dobozba.

Nap 119 · A tükörmozgás

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Két játékos egymás tükre lesz: amit az egyik csinál, azt a másik egyszerre csinálja. A gyerek gyakorolja a jó megfigyelést, a nyugodt mozgást és az együttműködést.

EZT HASZNÁLD

- Egy szabad padlórész, nagyjából 2 × 2 méter
- Ha szeretnéd: halk zene, amelyet magad dúdolsz

ÍGY CSINÁLD

1. Álljatok egymással szemben, karnyújtásnyi távolságra. Beszéljétek meg, ki az első „vezető”.
2. A vezető nagyon lassan mozog: felemeli a karját, integet, nagyot fordul.
3. A másik minden mozdulatot lemásol, mint egy tükör, egyszerre és ugyanolyan lassan.
4. Próbáljátok egy percig. Utána cseréljetek szerepet.
5. A nagyobb kihíváshoz a tükör az ellenkező kezével mozog, mint egy igazi tükör: a vezető bal keze a tükör jobb keze.

Variáció: 3–4 évesen nagy, egyszerű mozdulatokat csináltok. A 7–8 évesek arcokat és tempóváltásokat tesznek bele, például hirtelen nagyon lassú mozgást. Ne csinálj semmit, ami fáj.

Nap 120 · A mezítlábas ösvény

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kert vagy bent a padlón · Felügyelet: igen

A gyerek mezítláb megy végig különböző talajokból álló ösvényen, és érzi, mi puha, hideg, nedves vagy csiklandós. Így gyakorolja a tapintást és az egyensúlyt, és ez remek játék egy tavaszi napra.

EZT HASZNÁLD

- 4-6 tál, tepsi vagy doboz (például mosdótál vagy fedél nélküli cipősdoboz)
- Töltetek, amik megvannak otthon: törölközők, egy tál langyos víz, száraz homok vagy fű, párnák, egy darab műfű vagy egy szőrme
- Egy törölköző a lábak megtörléséhez

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd a tálakat sorba, nagyjából egy lépésnyire egymástól, és tölts minden tálba más felületet.
2. Először magad próbáld ki a felületeket a lábaddal: nem lehet bennük éles él, üveg vagy kavics.
3. A gyerek hunyja be a szemét, vagy kössön szemére sálat, és lassan menjen végig az ösvényen. Te mellette mész, és az egyik kezed szabadon tartod a segítéshez.
4. Minden tálnál kérdezd: „Puha vagy kemény? Hideg vagy meleg? Nedves vagy száraz?” A gyerek mond egy

szót.

5. Fejezzétek be a törölközőnél: törüljétek meg együtt a lábakat, és találjátok ki, melyik tál volt a kedvenc.

Variáció: 3–4 évesen nyitott szemmel és rövid szakaszokkal; a 7–8 évesek építsék meg neked az ösvényt, te pedig csukott szemmel kitalálod a felületeket. **Figyelem:** ne használj vizes tálat csúszós padlón, és a gyereket soha ne hagyd egyedül víz mellett.

Május

Ebben a hónapban

Májusban a nappalok hosszúak és elég melegek ahhoz, hogy sokat lehessen kint lenni. Minden virágzik, visszajönnek a rovarok, a fű pedig piknikre hív. Ebben a hónapban sok játékot találsz kertbe, parkba és erkélyre, néhány ötletet anyák napjára, és elég nyugodt tevékenységet az esős napokra is, mert azok is eljönnek még. Május utolsó vasárnapja a gyereknap: ilyenkor érdemes kiválasztani a gyerek kedvenc játékát, és együtt eljátszani.

Nap 121 · Virágkoszorú május elsejére

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Sok helyen régen május 1-jén virágokkal köszöntötték a tavaszt, és virágot viseltek a hajukban. A gyereked papírvirágokból koszorút készít, és közben gyakorolja a vágást, a hajtogatást és a minták rakását.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy erős papír- vagy kartoncsík, 60 cm hosszú és 5 cm széles
- Színes papír (sárga, rózsaszín, fehér, lila)
- Gyerekolló, ragasztóstift és ragasztószalag
- Egy pohár vagy kupak, amely mentén köröket lehet rajzolni

ÍGY CSINÁLD

1. Egy pohárral rajzolj 8–10 kört a színes papírra, és vágd ki őket.
2. Vágj minden körbe 5 kis bevágást a közepe felé: így lesznek a szirmok.
3. Ragassz minden virág közepére egy kis sárga kört.
4. Ragaszd a virágokat egymás mellé a kartoncsíkra. Vágj néhány zöld levelet is, és ragaszd közéjük.
5. Mérd le a csíkot a fej körül, ragaszd össze ragasztószalaggal, és tedd fel a koszorút.

Változat: 3–4 évesnél te vágod a köröket, a gyerek pedig ragaszt. A 7–8 évesek mintát raknak (sárga-rózsaszín-sárga-rózsaszín), vagy négyzet alakú papírból hajtogatnak virágokat.

Nap 122 · Kuckó az asztal alatt

Életkor: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: nem

A kuckóépítés egyszerre építés, tervezés és képzelet. A gyereked saját helyet alakít ki magának, és utána még órákig játszik benne.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy étkezőasztal, vagy két szék
- 2–3 lepedő vagy takaró
- Ruhacsipeszek és könyvek a szélek leszorításához
- Párnák, egy (LED-es) zseblámpa és plüssállatok

ÍGY CSINÁLD

1. Válasszátok ki együtt a helyet: az étkezőasztal alatt, vagy két szék és a kanapé között.
2. Dobj egy lepedőt az asztalra, és a szélét csipeszekkel erősítsd a székek háttámlájához.
3. Tegyél néhány könyvet a földre lelógó szélekre, hogy a kuckó ne csússzon el.
4. Alakíts ki odabent puha padlót párnákkal és takaróval. Az egyik oldalt hagyd nyitva ajtónak.
5. Vigyetek be egy zseblámpát, egy könyvet és plüssállatokat, és olvassatok együtt a kuckóban.

Változat: a kisebbek „medve a barlangjában” játékot játszanak. A nagyobbak táblát készítenek a kuckó nevével, és kitalálnak egy „jelszót” a belépéshez. **Figyelem:** ne tegyél nehéz tárgyat a lepedők tetejére, és ne vigyetek gyertyát a kuckóba, csak LED-es lámpát.

Nap 123 · Rovarszálló

Életkor: 4–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent és kint · Felügyelet: igen

Üreges szárakból, gallyakból és tobozokból búvóhelyet készítesz a vadméheknek és a katicabogaraknak. A gyereked megtanulja, hogy az apró állatok fontosak a virágoknak és a gyümölcsöknek.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy üres, kiöblített, 1 literes tejes- vagy gyümölcsleves doboz
- Üreges szárak (bambusz, nád) vagy papírszívószálak, méretre vágva
- Gallyak, tobozok, száraz levelek és kéreg
- Zsineg

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt kivágja a doboz tetejét, hogy nyitott tálka legyen belőle.
2. Vágd a száraz szárakat vagy szívószálakat a doboz hosszára, kb. 15 cm-esre.
3. A gyereked szorosan megtölti a dobozt: alulra kötegbe teszi a szárakat, fölé tobozokat és gallyakat.
4. A doboz tetején szúrj egy lyukat (a felnőtt), és fűzz át rajta egy zsineget.

5. Akaszd ki a szállót napos, száraz helyre, a nyílással dél felé. A következő hetekben figyeljétek meg, ki költözik be.

Változat: a kisebbek séta közben gyűjtik az anyagot. A nagyobbak naplót vezetnek a vendégekről. **Figyelem:** a méheket ne érintsd, és ne bosszantsd, nézd őket távolról.

Nap 124 · A titkos szabály

Életkor: 3–8 év · Idő: 15–20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Te elrejtesz egy szabályt, a gyereknek pedig ki kell találnia azt: jól meg kell néznie, mely tárgyak tartoznak össze. Így gyakorolja az összehasonlítást, a csoportosítást és a logikus gondolkodást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Körülbelül 12 tárgy otthonról: kanalak, zoknik, kupakok, játékállatok, ceruzák, építőkockák
- Két karika, kötél vagy papírlap, hogy két csoportot lehessen kialakítani

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd a tárgyakat összevissza az asztalra, és gondolj ki magadban egy szabályt, például „minden, ami piros” vagy „minden, ami gurul”.
2. Tegyél az egyik csoportba egy tárgyat, amely illik hozzá, a másikba pedig egy olyat, amely nem. A szabályról ne mondj semmit.
3. A gyereked felvesz egy tárgyat, és ahhoz a csoporthoz teszi, amelyikhez szerinte tartozik. Te csak azt mondod: „igen” vagy „nem”.
4. Hat jó tárgy után a gyerek kitalálhatja a szabályt. Ha nem talált, játsszatok tovább.

5. Cseréljetek: most a gyerek gondol ki szabályt, te pedig találgatsz.

Változat: 3–4 évesnél egyszerű, színekről szóló szabályokat válassz; 7–8 évesnél olyat, amelyben két tulajdonság van, például „piros és kerek”. **Figyelem:** ne használj apró tárgyakat, ha a közelben 3 évnél kisebb testvér van.

Nap 125 · Saját zászló tervezése

Életkor: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A zászló egy ország, egy iskola vagy egy család jele. Nemzeti ünnepeinken sok helyen kitűzik a nemzeti zászlót. A gyereked saját zászlót tervez, és megtudja, mit jelenthetnek a színek és a jelképek.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy fehér A4-es papír vagy karton
- Festék, filctoll vagy színes ceruza
- Egy tompa végű fapálca vagy szívószál és ragasztószalag a zászlórúdhoz
- Egy második lap, amelyre előbb vázlatot rajzolhattok

ÍGY CSINÁLD

1. Beszélgessetek röviden: a zászló egy ország, egy iskola vagy egy család jele. Milyen zászlókat ismertek?
2. A gyereked választ három színt és egy jelképet, amely illik a családotokhoz, például egy házat, egy biciklit vagy egy fát.
3. Először a piszkozatlapra készíts vázlatot, és döntsd el, hogyan osztjátok fel a színeket: csíkokra, mezőkre vagy keresztre.
4. Rajzold és színezd át a zászlót a tiszta lapra, és hagyd megszáradni.

5. Ragaszd a zászlót a rúdra. A gyerek mondja el, mit jelent az egyes szín, és akasszátok ki a zászlót egy szép helyre.

Változat: a kisebbek csak színeket és egy képet választanak. A nagyobbak minden családtagnak tervezhetnek zászlót, és mondatot is írhatnak hozzá. **Figyelem:** tompa végű rudat használj, és ne hagyd, hogy a kisebbek ezzel szaladgáljanak.

Nap 126 · Piknik a füvön

Életkor: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: kint (vagy bent egy pokrócon) · Felügyelet: igen

A piknik előkészítése már a móka fele. A gyereked maga készíti el a szendvicseket, bepakolja a kosarat, és gyakorolja a tervezést: mi mindenre lesz szükségünk?

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy pokróc vagy régi takaró
- Kenyér, felvágott vagy sajt, uborka, koktélparadicsom, gyümölcs
- Egy üveg víz és poharak
- Egy kosár vagy táska, szalvéta és egy szemeteszacskó

ÍGY CSINÁLD

1. Készítsetek együtt listát kis rajzokkal: étel, ital, pokróc, szalvéta, szemeteszacskó.
2. A gyereked megkeni a kenyereket, és vajaskéssel háromszögekre vágja. A felnőtt félbevágja a koktélparadicsomot.
3. Pakoljatok be mindent a kosárba, és pipáljátok ki a listán.
4. Keressetek a kertben vagy a parkban egy árnyékos helyet, és terítsétek ki a pokrócot.

5. Együnk együtt, és utána vigyetek haza minden hulladékot.

Változat: esőben a nappali padlóján piknikeztek, és a plüssállatok a vendégek. A nagyobbak étlapot készítenek. **Figyelem:** figyelj az allergiákra; a kisebb gyerekeknek vágd hosszában félbe a koktélparadicsomot és a szőlőt (fulladásveszély).



Piknik házi szendvicsekkel
Pixabay (JillWellington)

Nap 127 · Csigák megfigyelése

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Egy záporeső után mindenhol csigák vannak. Egy kartonon vagy üveglapon látszik, hogyan mozognak, a gyereked pedig megtanul nyugodtan és óvatosan megfigyelni.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy darab karton vagy egy műanyag tető
- Egy salátalevél vagy egy darab uborka
- Egy nagyító, ha van
- Papír és ceruza

ÍGY CSINÁLD

1. Keress a kertben, a bokrok alatt vagy egy kis fal mentén házas csigákat.
2. Óvatosan emelj fel egy csigát a háznál fogva (ne húzd a testét), és tedd a kartonra.
3. Tedd a salátalevelet 20 cm-re. Mennyi idő alatt ér oda a csiga? Látod a nyálkanyomot?
4. Nézd meg nagyítóval a csigatapogatókat. Mi történik, ha halkan melléjük fújsz?
5. Rajzold le a csigát, és legfeljebb 15 perc után tedd vissza oda, ahol találtad. Utána mossatok kezet.

Változat: a kisebbek megszámolják a csigaház köreit. A nagyobbak csigaversenyt rendeznek két csigával és krétával rajzolt célvonallal.
Figyelem: a csigát soha ne vedd a szádba; érintés után mindig mossatok kezet.

Nap 128 · Képeslap annak, aki gondoskodik rólad

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Az anyák napja májusban van, de a képeslapot bárkinek készítheti a gyereked, aki gondoskodik róla: anyának, nagymamának, nevelőszülőnek vagy nagynéninek. Így tanulja meg papíron kimondani, hogy „köszönöm”.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy erős A4-es papír vagy karton, félbehajtva
- Tempera és egy kistányér
- Filctollak, ragasztó és színes papírmaradékok
- Nedves törlőkendő

ÍGY CSINÁLD

1. Mártsd a gyereked kezét festékbe, és nyomd rá a lap elejére széttárt ujjakkal: ebből virágcsokor vagy fa lesz.
2. Azonnal mosd le a kezét, és hagyd a lapot 15 percig száradni.
3. Rajzolj szárakat és virágokat az ujjhegyekhez, vagy ragassz rájuk papírkarikákat.
4. Belül a gyerek mesélje el, mit szeret abban a személyben. Te leírod, vagy ő maga írja.
5. Rejtsd el a lapot a nagy napig, vagy add oda rögtön.

Változat: a legkisebbek csak a kézlenyomatot készítik el. A 7–8 évesek rövid, háromsoros verset írnak: „Te vagy… Te tudsz… Én szeretlek, mert…”

Nap 129 · Reggeli az ágyba

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A meglepetésreggeli ajándék, amelyet a gyereked maga készít. Gyakorolja a tervezést, a kenést és a töltést, és büszke, amikor a tálca bejut a hálószobába.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy tálca és egy konyharuha
- Joghurt (150 g), egy maréknyi gyümölcs (banán, eper), 2 evőkanál müzli
- Kenyér, felvágott vagy lekvár, egy pohár gyümölcslé
- Egy kis virág vagy egy rajz

ÍGY CSINÁLD

1. A gyereked kanalazza a joghurtot egy tálkába.
2. A felnőtt felvágja az epret; a gyerek vajaskéssel szeletekre vágja a banánt, és a gyümölcsöt meg a müzlit a joghurtra teszi.
3. Kenjetek meg együtt egy szelet kenyeret, és vágjátok négyfelé.
4. Tölts gyümölcslét egy pohárba félig, hogy ne loccsanjon ki.
5. Tegyél mindent a tálcára a virággal vagy a rajzzal együtt, és vigyétek lassan, együtt a hálószobába.

Változat: a kisebbek csak a rajzot viszik, a tálcát a felnőtt. A nagyobbak étlapot írnak. **Figyelem:** a forró italt csak a felnőtt készíti el, és a forró kávét vagy teát is ő viszi. Figyelj az allergiákra (tej, glutén, dió a müzliben).

Nap 130 · Homokozó egy tálban

Életkor: 3–7 év · Idő: 45 perc · Hely: bent vagy az erkélyen · Felügyelet: igen

Nincs a közelben homokozó? Egy tároló doboz homokkal vagy száraz rizzsel is jó. A gyereked tapint, kanalaz, önt és épít, és közben főleg a figyelmét gyakorolja.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy alacsony tárolódoboz vagy mosogatótál
- 3–5 kg játszóhomok (barkácsáruházban vagy kertészetben kapható) vagy 1 kg nyers rizs
- Kanalak, kis poharak, egy tölcsér, egy szita és kis játékállatok
- Egy régi zuhanyfüggöny vagy lepedő alá

ÍGY CSINÁLD

1. Terítsd a lepedőt a padlóra, és állítsd rá a tálat.
2. Töltsd meg a tálat homokkal vagy rizzsel kb. 8 cm magasan.
3. Hagyd, hogy a gyereked először szabadon kanalazzon és öntsön a tölcsérrel és a szitával.
4. Utána rejts el a homokban 5 játékállatot: a gyerek ecsettel kiássa őket, mint egy régész.
5. Egy kevés vízzel (csak homoknál) készítsetek várat vagy hegyet alagúttal.

Változat: a nagyobbak tájat építenek utakkal, fóliából készült folyóval és kockákból épített házakkal. **Figyelem:** a homok és a rizs ne kerüljön a szájba vagy a szembe; ne add olyan gyereknek, aki még mindent a szájába vesz.

Nap 131 · Parafahajók

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: igen

Parafadugókból és papírvitorlából apró hajókat készítesz, amelyek tényleg úsznak. A gyereked gyakorolja a finommotorikát, és felfedezi, hogyan tolja előre a szél a hajót.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 3 parafadugó hajónként (vagy egy darab hungarocell)
- 2 gumigyűrű
- Egy fogpiszkáló, amelynek levágtad a hegyét, vagy egy szívószál
- Egy 6 cm-es papírháromszög a vitorlának
- Egy tál vagy teknő víz

ÍGY CSINÁLD

1. Fektesd egymás mellé a 3 dugót, és kösd össze őket két gumival.
2. Szúrd át a papírvitorlát a fogpiszkálón vagy a szívószálon: két lyukat, egyet alul és egyet felül.
3. Dugd az árbocot két dugó közé.
4. Tedd a hajót a tálba, és fújj a vitorlába. Merre megy?
5. Rendezzetek versenyt: ki ér át először a túlsó oldalra úgy, hogy csak fúj?

Változat: a legkisebbek egyszerűen úsztatják a dugókat, és szitával kihalásszák őket. A nagyobbak ágakból és zsineggel tutajt készítenek.
Figyelem: kisgyereket soha ne hagyj egyedül vizes tál vagy vödör mellett, még ha sekély is.

Nap 132 · Mi melegszik fel a napon?

Életkor: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint vagy napos ablaknál · Felügyelet: igen

Kísérlet a nappal és az árnyékkal: néhány dolog gyorsan felmelegszik, mások hűvösek maradnak. A gyereked megjósol, megtapint és összehasonlít, mint egy igazi kutató.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6 tárgy: egy kő, egy fakanál, egy fémkanál, egy darab fehér papír, egy darab fekete papír és egy műanyag doboz
- Egy tálca vagy deszka, amelyre mindent ráteszel
- Egy konyhai időzítő vagy az óra
- Papír és ceruza az eredményekhez

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd a tárgyakat a tálcára. A gyereked megjósolja, melyik melegszik fel a legjobban. Írd fel a tippet.
2. A tárgyak felét tedd a napra, a másik felét az árnyékba.
3. Állítsd az időzítőt 20 percre, és közben játsszatok valamit a közelben.
4. Utána óvatosan tapintsd meg a kézfejeddel, melyik tárgy meleg és melyik hűvös. Pipálj be minden eredményt.

5. Beszélgessetek róla: melyik szín vagy anyag melegedett fel a legjobban? Mit jelent ez arra nézve, milyen színű ruhát érdemes viselni egy nyári napon?

Változat: a kisebbek csak „meleg” és „hűvös” szerint válogatnak. A nagyobbak hőmérővel mérnek, és a fokokat táblázatba írják.
Figyelem: a tárgyakat először csak röviden érintsd meg egy ujjal, mert a fém forró lehet; ne csináld a kísérletet a tűző déli napon.

Nap 133 · Golyópálya kartonhengerekből

Életkor: 4–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: igen

Kartonhengerekből és ragasztószalagból golyópályát építesz a falra vagy egy szekrényre. A gyereked gyakorolja az építést, a kipróbálást és a javítást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6–10 kartonhenger (vécépapír- vagy konyhai papírtörlő-guriga)
- Festőszalag (nem hagy nyomot)
- Egy gyerekolló
- Néhány üveggolyó vagy egy pingponglabda
- Egy tálka a golyók felfogására

ÍGY CSINÁLD

1. Vágj el néhány hengert hosszában félbe, hogy nyitott csúszdát kapj.
2. Ragaszd az első hengert ferdén a szekrényajtó vagy a fal tetejére.
3. Ragaszd a következőt ferdén a másik irányba, hogy a golyó az egyikből a másikba essen. Így cikcakkban haladtok lefelé.
4. Tedd a tálkát alulra, és próbáld ki egy golyóval. Kiesik? Told el egy kicsit a hengert.

5. Számoljátok meg, hány másodperc alatt ér le a golyó a pályán.

Változat: a kisebbek pingponglabdát és három csúszdából álló egyszerű pályát használnak. A nagyobbak elágazást építenek két kijárattal. **Figyelem:** az üveggolyó veszélyes a 3 évnél fiatalabb gyerekeknek (fulladás); nekik pingponglabdát adj, és a golyókat azonnal pakold el.

Nap 134 · Szobortánc

Életkor: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Lendületes játék arra az időre, amikor mindenkinek mozognia kell. A gyereked gyakorolja a figyelést, a reagálást és a testkontrollt.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- A hangod (éneklés), egy fordított fazék és egy fakanál dobként, vagy egy zenélő doboz
- Hely a táncoláshoz

ÍGY CSINÁLD

1. Énekelj egy vidám dalt, vagy üss ki egy ritmust. Mindenki a lehető legviccesebben táncol.
2. Állj meg hirtelen. Mindenkinek meg kell dermednie, mint egy szobornak.
3. Aki még mozog, az csinál egy vicces mutatványt, aztán rögtön újra beszállhat.
4. A következő körökben adj feladatot a szoborhoz: „Dermedj meg, mint egy fa!” vagy „…mint egy cica!”
5. Engedd, hogy a gyerek is legyen egyszer a zenész, te pedig dermedj meg.

Változat: a legkisebbeknek hangosan mondd: „állj!”. A nagyobbak székfoglalót játszanak párnákkal a padlón: eggyel kevesebb párna van, mint játékos.

Nap 135 · Rajzolás természet után

Életkor: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: nem

Megnézni egy virágot vagy növényt alaposan, és lerajzolni. A gyereked megtanul megfigyelni: hány szirom van, milyen az alakja, pontosan milyen színek vannak rajta?

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy virág vázában vagy egy szobanövény
- Fehér papír és ceruza
- Színes ceruza vagy zsírkréta
- Egy nagyító (ha van)

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd a virágot a gyereked elé az asztalra, és nézzétek együtt 1 percig szó nélkül.
2. Kérdezd: „Hány szirmot számolsz? Egyenes a szára vagy görbe? Milyen szín van a közepén?”
3. Először a nagy formát rajzold meg halványan ceruzával, utána a részleteket.
4. Színezd ki. Próbáld úgy keverni a színeket, hogy hasonlítsanak az igazi virágra.
5. Írd alá a virág nevét és a dátumot, mint egy igazi természetrajzoló.

Változat: 4–5 évesnek elég egy alma vagy egy kagyló egyszerű formával. A 7–8 évesek egy hét múlva újra lerajzolják ugyanazt a virágot: elhervadt?

Nap 136 · Taps, mint a visszhang

Életkor: 3–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bárhol · Felügyelet: nem

Ritmusjáték eszköz nélkül: te előtapsolsz valamit, a gyereked pedig utánad tapsolja. Gyakorolja a figyelmet, a memóriát és a ritmusérzéket, és a váróteremben vagy az autóban is mehet.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- A kezed, a lábad és a térded
- Esetleg két fakanál

ÍGY CSINÁLD

1. Tapsolj egy rövid, 3 ütemű ritmust: hosszú-rövid-rövid. A gyereked visszhangként tapsolja utánad.
2. Legyen kicsit hosszabb: 4–5 ütés, szünettel közte.
3. Használj más hangokat is: dobbantás, térdre csapás, csettintés.
4. Cseréljetek szerepet: a gyereked tapsol elő, te utánozod. Ha egyszer szándékosan hibázol, észreveszi a gyerek?
5. Tapsoljátok el együtt egy ismert dal ritmusát, és találjátok ki, melyik dal az.

Változat: a kisebbek a saját nevüket tapsolják szótagonként („Zsó-fi”, „Ba-lázs”). A nagyobbak vonalakkal és pontokkal leírják a ritmust.

Nap 137 · Biciklis ügyességi pálya

Életkor: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Egy csendes téren vagy üres parkolóban krétával és bóják segítségével pályát rajzolsz. A gyereked gyakorolja a kormányzást, a fékezést és az egyensúlyt futóbiciklivel, rollerrel vagy biciklivel.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy bicikli, futóbicikli vagy roller és egy bukósisak
- Járdakréta
- 5 üres műanyag palack vagy pohár bójának

ÍGY CSINÁLD

1. Keress autómentes helyet: egy iskolaudvart tanítás után, egy kis teret, vagy egy kerékpárutat a parkban, ahol kevesen járnak.
2. Rajzolj krétával kanyargós utat, egy megállóvonalat és egy „parkolóhelyet”.
3. Állítsd a palackokat sorba 1,5 méter távolságra egymástól, hogy kerülgetni lehessen őket.
4. Gyakoroljatok: szlalom, pontosan a vonalnál megállni, lassan menni úgy, hogy a lábad nem éri a talajt.
5. Zárásként rajzolj a gyereknek egy „jogosítványt” papírra.

Változat: a futóbiciklis kicsik egy egyenes krétavonalat követnek. A nagyobbak azt gyakorolják, hogyan kell kanyarodáskor kinyújtani a kezet. **Figyelem:** mindig legyen rajta bukósisak, ne az úttesten gyakoroljatok, és a felnőtt maradjon a közelben.

Nap 138 · Nagyobb vagy kisebb? Számolós kártyajáték

Életkor: 4–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Házi számkártyákkal izgalmas játékot játszol arról, ki a nagyobb és ki a kisebb. A gyereked gyakorolja a számok felismerését, összehasonlítását és egy kis számolást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 20 kártya erős papírból (kb. 6 × 9 cm)
- Filctollak
- Egy asztal vagy szőnyeg
- Papír és ceruza a pontok felírásához

ÍGY CSINÁLD

1. Írd fel a kártyákra az 1–10 számokat, mégpedig két készletet. Ezt csináljátok együtt.
2. Keverd meg a kártyákat, és tedd két pakliba lefordítva, játékosonként egyet.
3. Minden játékos egyszerre felfordítja a legfelső kártyát. Akinek nagyobb a száma, az megtartja mindkét kártyát, és kap egy pontot.
4. Egyenlő számnál mindketten fordítotok egy új kártyát. Akinek most nagyobb a száma, az viszi az összes kártyát.

5. Addig játsszatok, amíg a paklik elfogynak, aztán számoljátok meg a kártyákat. Kinek van a legtöbb?

Változat: 4–5 évesnél használd az 1–5 számokat. A 7–8 évesek összeadják vagy kivonják a két kártyát, és előbb tippelik meg, ki nyer.

Nap 139 · Mártogatós zöldségrudakkal

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A gyereked maga készít egy üde mártogatóst, és ropogós rudakra vágja a zöldségeket. Gyakorolja a mérést, a keverést és az ízlelést, az egészséges nasi pedig így készen is van.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 150 g görög joghurt vagy sűrű natúr joghurt
- 1 evőkanál citromlé, 1 teáskanál szárított fűszernövény és egy csipet só
- Uborka, sárgarépa és paprika, összesen kb. 300 g
- Egy tálka, egy kanál, egy vajaskés és egy vágódeszka
- Egy pohár vagy bögre, amelybe függőlegesen beállíthatod a rudakat

ÍGY CSINÁLD

1. Mosd meg a zöldségeket. A felnőtt megpucolja a sárgarépát, és nagy darabokra vágja a zöldségeket.
2. A gyereked vajaskéssel ujjnyi rudakra vágja a darabokat, vagy az uborkát és a paprikát széttöri.
3. Tedd a joghurtot a tálkába, add hozzá a citromlevet, a fűszert és a sót, és keverd simára.
4. Kóstold meg tiszta kanállal: kell még fűszer vagy egy kis só? A gyereked döntsön.

5. Állítsd a rudakat egy pohárba, a mártogatóst pedig tedd középre. Mártsatok, rágjatok, és adjatok minden rúdra 1–5 pontot.

Változat: a kisebbek keverik és kóstolják, te vágsz. A nagyobbak kitalálnak egy második mártogatóst másik ízzel, például köménnyel vagy mentával. **Figyelem:** éles kést csak a felnőtt használ; figyelj a tejallergiára. A 4 évesnél kisebb gyereknek a nyers sárgarépát vékony csíkokban vagy lereszelve add.

Nap 140 · Kincses térkép a kertről

Életkor: 4–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent és kint · Felügyelet: nem

Térképet rajzolni a kertről, az erkélyről vagy a nappaliról, aztán elrejteni egy kincset. A gyereked megtanul térben gondolkodni és térképet olvasni.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy lap papír és ceruzák
- Egy használt teafilter, amellyel a papírt „öregítheted” (nem kötelező)
- Egy kis „kincs”: egy szép kő, egy rajz, egy plüssállat

ÍGY CSINÁLD

1. Sétáljatok át együtt a kerten vagy a szobán, és nézzétek meg, mi mi van ott: asztal, kanapé, fa, szerszámos kamra.
2. Rajzolj mindent felülnézetből egyszerű formákként: egy kör a fa, egy téglalap az asztal.
3. Ha akarod, „öregítsd” a papírt úgy, hogy egy hideg, nedves teafilterrel megdörzsölöd, és hagyod megszáradni.
4. Az egyik elrejti a kincset, és piros keresztet tesz a térképre. A másik a térkép alapján keresi.
5. Cseréljetek szerepet. Ki tudja a legnehezebb helyet bejelölni a térképen?

Változat: 4–5 évesnél te rajzolod a térképet, a gyereked pedig színezi. A 7–8 évesek lépéseket is hozzáadnak: „10 lépés az ajtótól, aztán 3 balra”.

Nap 141 · Színvadászat otthon

Életkor: 3–7 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Gyors rendrakó és kereső játék: keress otthon minél több, egyszínű dolgot. A gyereked gyakorolja a színeket, a válogatást és a számolást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 5 lap színes papír (piros, sárga, kék, zöld, fehér) vagy 5 tálka
- Egy időzítő vagy homokóra (vagy számolás 60-ig)

ÍGY CSINÁLD

1. Terítsd a papírlapokat a padlóra.
2. Mondj egy színt: „Piros!” A gyerekednek 1 perce van, hogy minél több piros dolgot keressen, és a piros lapra tegye.
3. Számoljátok meg együtt, hány dolog van ott.
4. Menjetek végig így az összes színen.
5. Ezután a gyereked visszaviszi mindent a helyére? Akkor a szoba egyből rendben is van.

Változat: a legkisebbek színenként 3 dolgot keresnek. A nagyobbak forma szerint (valami kerek, valami szögletes) vagy betű szerint (valami, ami „b”-vel kezdődik) keresnek. **Figyelem:** apró dolgokat, például gombot és pénzérmét ne engedj gyűjteni, ha a közelben kisebb testvér van.

Nap 142 · Katicabogarak kövekből

Életkor: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A sima kövekből egy kis festékkel apró katicabogarak lesznek. A gyereked pontosan dolgozik, és valami szépet készít a kertbe vagy az ablakpárkányra.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 4–6 lapos, kerek kő (kb. tenyérnyi)
- Piros és fekete tempera (vagy kültéri akrilfesték), egy ecset
- Egy fültisztító pálcika a pöttyökhöz
- Régi újság

ÍGY CSINÁLD

1. Mosd meg a köveket, és hagyd teljesen megszáradni.
2. Fesd pirosra a felső oldalukat, és hagyd 15 percig száradni.
3. Fess az egyik oldalra fekete fejet, a háton pedig középen egy fekete vonalat.
4. A fültisztító pálcikával nyomj 2, 4 vagy 6 fekete pöttyöt, egyenletesen elosztva mindkét oldalon.
5. Hagyd jól megszáradni, és tedd a kertbe, egy virágcserépbe vagy az ablakpárkányra.

Változat: a kisebbek egyszerűen a kedvenc színükre festik a követ. A nagyobbak méhet, hernyót és bogarat is készítenek, és mesét találnak ki hozzájuk. **Figyelem:** az akrilfesték foltot hagy a ruhán; viseljetek kötényt vagy régi pólót.

Nap 143 · Apró bogarak keresése

Életkor: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Egy kő alatt, a levelek között vagy egy virágban: mindenhol élnek apró állatok. A gyereked nagyítóval kutatni indul, és megtanulja tisztelni a kis állatokat.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagyító
- Egy világos színű doboz vagy egy fehér tányér
- Egy ecset, amellyel óvatosan át lehet tenni az állatokat
- Papír és ceruza a pálcikás listához

ÍGY CSINÁLD

1. Készíts pálcikás listát képekkel: hangya, ászkarák, pók, bogár, giliszta, katicabogár.
2. Óvatosan emelj fel egy követ vagy egy darab fát, és nézz alá.
3. Az ecsettel tedd át az állatot a fehér tányérra, és nézd meg nagyítóval. Hány lába van?
4. Húzz egy vonalat a pálcikás listán.
5. Tegyél vissza minden állatot, és a követ is pontosan oda, ahol volt. Utána mossatok kezet.

Változat: a legkisebbek csak hangyákat és katicabogarakat keresnek. A nagyobbak a testet három részre rajzolják, és

megszámolják a lábakat: rovar (6) vagy pók (8)? **Figyelem:** a méheket, darazsakat és a szőrös hernyókat ne érintsd.



Nagyítóval az apró állatok nyomában

Pixabay (Myriams-Fotos)

Nap 144 · Átkelés a kötélfolyón

Életkor: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: kint vagy egy nagy szobában · Felügyelet: igen

A gyereked egy folyón ugrik át, amely egyre szélesebb lesz. Gyakorolja az ugrást, a célzást és a távolság megbecsülését, és szinte semmibe sem kerül.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Két kb. 3 méteres kötél, sál vagy hosszú textilcsík
- Sík, száraz talaj akadályok nélkül
- Esetleg néhány párna „szigetnek”

ÍGY CSINÁLD

1. Fektesd a két kötelet egymás mellé a földre, kb. 20 cm távolságra. Ez a folyó.
2. A gyereked egyszerre két lábbal ugorjon át a folyón, és a túlsó oldalon két lábra érkezzen.
3. Minden sikeres ugrás után told el az egyik kötelet kb. 5 cm-rel, hogy a folyó szélesebb legyen.
4. Készíts papíron listát: minden sikeres ugrásnál egy vonal, és a végén számoljátok meg együtt a vonalakat.
5. Zárj egy nyugodt körrel: járj körbe a víz körül, mint egy béka, és integess a krokodilnak, amelyet kitaláltatok.

Változat: 3–4 évesnél hagyd keskenyen a folyót, és a gyerek kis nekifutással ugorhat; a 7–8 évesek egy lábon ugranak, vagy

félfordulatot tesznek a levegőben. **Figyelem:** viseljetek erős cipőt vagy csúszásmentes zoknit, és ne használj csúszós padlót.

Nap 145 · Szagold meg a virágot, fújd el a gyertyát

Életkor: 3–8 év · Idő: 10–15 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Rövid légzőgyakorlat a lenyugváshoz, például lefekvés előtt. A gyereked megtanul lassan be- és kilélegezni olyan képekkel, amelyeket azonnal megért.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nyugodt sarok és egy párna
- Esetleg egy igazi virág vagy egy rajzolt gyertya (igazi gyertyát ne használj)

ÍGY CSINÁLD

1. Üljetek le együtt kényelmesen, egyenes háttal, a kezetek a térdeteken.
2. Tarts egy képzeletbeli virágot az orrod elé. Lassan szívj be az orrodon át, és „szagold meg” a virágot: számolj háromig.
3. A másik kezedet tartsd fel, mint egy gyertyát. Lassan fújd ki a levegőt a szádon át, olyan halkan, hogy a lángocska csak egy kicsit mozduljon: számolj négyig.
4. Ismételd ezt 5-ször.
5. Utána kérdezd meg: „Hogy érzi most magát a tested?” Minden válasz jó.

Változat: a kisebbekkel hangosan számolj, és ők maguk választhatják ki a „virágot”. A nagyobbak kipróbálják a „léggömb-

légzést”: egyik kezüket a hasukra teszik, amely emelkedik és süllyed. Ez egy ellazító játék, nem kezelés.

Nap 146 · Étterem játék

Életkor: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyereked szakács, pincér vagy vendég a saját éttermében. Gyakorolja a nyelvet, az udvariasságot, az írást és a számolást, főleg pedig sok képzeletet használ.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Papír és filctollak az étlaphoz
- Játék étkészlet vagy közönséges műanyag tányérok és poharak
- Egy konyharuha köténynek és egy jegyzetfüzet
- Esetleg igazi falatok: sajtkockák, almadarabok, sós keksz

ÍGY CSINÁLD

1. Találjatok ki nevet az étteremnek, és írjátok vagy rajzoljátok az étlapra.
2. Írjatok az étlapra 3–5 ételt kis rajzzal és árral.
3. Terítsétek meg az asztalt tányérokkal, evőeszközzel és szalvétával.
4. A pincér felírja a rendelést (rajzban vagy betűkkel), és viszi a „konyhába”.
5. A szakács „elkészíti” az ételt (játék vagy igazi falatok), a vendég pedig a végén papírpénzzel fizet.

Változat: a kisebbek a szakácsok, te pedig a vendég vagy, akinek minden ízlik. A nagyobbak összeadással számlát írnak. **Figyelem:** az igazi falatoknál figyelj az allergiákra; a vágást a felnőtt végzi.

Nap 147 · Újságpapír kalap

Életkor: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Klasszikus hajtogatott kalap egy kettőbe hajtott újsághasábból. A gyereked lépésenként gyakorolja a hajtogatást, és rögtön kapitányi vagy kalózkalapot kap.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy kettős újságlap (vagy nagy csomagolópapír, kb. 40 × 60 cm)
- Ragasztószalag
- Filctollak, papírtollak vagy matricák a díszítéshez

ÍGY CSINÁLD

1. Hajtsd félbe a lapot úgy, hogy a hajtás felül legyen.
2. Hajtsd be a két felső sarkot a közepe felé, hogy csúcsot alkossanak.
3. Hajtsd fel az alsó csíkot elöl a háromszögek fölé.
4. Fordítsd meg, és hajtsd fel a másik csíkot is. Rögzítsd a széleket egy kis ragasztószalaggal.
5. Óvatosan húzd szét a kalapot, díszítsd, és tedd fel.

Változat: a kisebbek a te hajtogatott kalapodat díszítik. A nagyobbak a kalapot tovább hajtogatják csónakká, és vízen úsztatják a tálban.

Nap 148 · Festés színes jéggel

Életkor: 3–8 év · Idő: 15 perc + egy éjszaka fagyasztás + 30 perc festés · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: igen

A színes jégkockák a papíron vízfestékké olvadnak. A gyereked látja, hogyan olvad a jég és hogyan keverednek a színek, és színes műalkotást készít.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy jégkockatartó
- Víz és 3 szín ételfesték
- Fa fagylaltpálcikák vagy szívószáldarabok (nem kötelező)
- Vastag fehér papír és egy tálca

ÍGY CSINÁLD

1. Töltsd meg a jégkockatartót vízzel. Tegyél minden rekeszbe 2 csepp festéket, és keverd meg röviden.
2. Ha szeretnéd, dugj minden rekeszbe egy pálcikát fogantyúnak, és tedd a tartót egy éjszakára a fagyasztóba.
3. Tedd a papírt a tálcára.
4. A gyereked csúsztassa a jégkockákat a papíron. Mi történik, ha a kék és a sárga összeér?
5. Hagyd megszáradni a műalkotást, és akaszd ki.

Változat: a kisebbek kesztyűt viselnek, vagy mosdókesztyűvel fogják a kockát. A nagyobbak megjósolják, milyen keverékszíneket kapnak. **Figyelem:** az ételfesték foltot hagy a ruhán és az asztalon; viseljetek régi pólót. A jégkockát ne add kisgyerek szájába.

Nap 149 · Növénygondozás és növénynapló

Életkor: 3–8 év · Idő: 20 perc + hetente 5 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyereked felelőssé válik a szobanövényekért. Megtanul gondoskodni, mérni, és észrevenni, mire van szüksége egy növénynek.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2–3 szobanövény vagy az áprilisi zsázsa
- Egy kis locsolókanna vagy egy bögre
- Egy füzet vagy összehajtott papírlapok
- Egy vonalzó

ÍGY CSINÁLD

1. Adj minden növénynek nevet, és írd fel egy pálcikára vagy cédulára.
2. Dugj egy ujjat a földbe: száraz? Akkor a növény kap fél bögre vizet.
3. Törölj le egy nedves ruhával minden port a nagy levelekről.
4. Mérd meg a legmagasabb növényt, és írd be a hosszát a naplóba rajzzal és dátummal.
5. Gyertek vissza minden héten: mérés, rajzolás, öntözés, ha szükséges.

Változat: a kisebbek csak egy kis növényt rajzolnak vidám vagy szomorú arccal. A nagyobbak vonaldiagramot készítenek a növekedésről. **Figyelem:** néhány szobanövény lenyelve mérgező; levelet ne vegyetek a szátokba, és átültetés után mossatok kezet.

Nap 150 · Testcsavaró a járdán

Életkor: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint · Felügyelet: nem

Nagy mozgásos játék a járdán. A gyereked gyakorolja a jobbot és a balt, a színeket és a hajlékonyságot, és közben nagyokat nevetnek.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Járdakréta 4 színben (piros, sárga, kék, zöld)
- Egy lap papír és ceruza a „pörgetőlaphoz” (vagy két házi dobókocka)

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj 4 sort 4 körrel, minden sor egy szín. A köröket csinálj kb. 30 cm-esre.
2. Rajzolj papíron egy pörgetőlapot: 4 mező (bal kéz, jobb kéz, bal láb, jobb láb), és írd alá a 4 színt.
3. Egy személy a játékvezető, aki bekiabálja: „Jobb láb a sárgára!”
4. A játékosok kezüket vagy lábukat az adott színű körre teszik, anélkül hogy a másikat elengednék.
5. Aki felborul, vagy a térde a földhöz ér, az lesz a következő játékvezető.

Változat: 4–5 évesnél csak azt kiabáld: „egy láb a pirosra”, bal és jobb nélkül. A nagyobbak hárman játszanak ugyanazon a pályán.
Figyelem: olyan járdán vagy téren játsszatok, ahol nincs forgalom.

Nap 151 · Saját múzeum

Életkor: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: nem

A május a végéhez ért, és sok alkotás elkészült. Ma a gyereked kiállítást szervez, gyakorolja, hogyan mesélhet a saját munkájáról, és büszke lehet magára.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Az e havi rajzok és kézműves munkák (koszorú, katicabogarak, jégfestés…)
- Festőszalag vagy csipeszek és egy zsineg
- Kis kártyák és egy filctoll
- Papír belépőjegyeknek

ÍGY CSINÁLD

1. Válasszatok ki együtt 6–10 alkotást.
2. Akasszátok ki őket zsinegre csipeszekkel, vagy ragasszátok a falra festőszalaggal. A többit tegyétek egy asztalra.
3. Készítsetek minden alkotáshoz kártyát a címmel, az alkotó nevével és a dátummal.
4. Vágjatok belépőjegyeket, és hívjátok meg az egész családot (és a plüssállatokat).
5. A gyereked a tárlatvezető: minden alkotásnál elmondja, mi az, és hogyan készült.

Változat: a kisebbek mutogatnak, te pedig kérdezel: „Mi tetszett a legjobban?” A nagyobbak prospektust készítenek a múzeum alaprajzával.

Június

Ebben a hónapban

A június a hosszú, világos esték és az első igazán meleg napok hónapja. Június 21. körül van az év leghosszabb napja, a hónap végén pedig közeledik a nyári szünet. Itt sok víz- és napjátékot találsz, néhány ötletet apák napjára és a tanév végére, valamint nyugodt tevékenységeket a legmelegebb órákra.

Nap 152 · Napóra egy bottal

Életkor: 4–8 év · Idő: 15 perc + óránként 2 perc · Hely: kint · Felügyelet: nem

Régen az emberek az árnyékokból tudták meg, hány óra van. A gyereked egyszerű napórát készít, és felfedezi, hogy a nap „sétál” az égen.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy egyenes bot, kb. 50 cm hosszú (vagy egy seprűnyél egy vödör homokban)
- 8 kavics
- Járdakréta, vagy filctoll és kis kartonlapok
- Egy óra vagy karóra

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd a botot függőlegesen a fűbe vagy egy vödör homokba, olyan helyen, ahová egész nap süt a nap.
2. Reggel 9 órakor nézd meg, hol ér véget a bot árnyéka, és tegyél oda egy kavicsot. Írd mellé krétával vagy egy kis kartonra, hogy „9”.
3. Ezt csináld meg minden órában, a délután végéig.
4. Nézd meg a mintát: mikor a legrövidebb az árnyék? Merre fordul?
5. Holnap egy tetszőleges pillanatban nézzétek meg: a napóránk szerint hány óra van?

Változat: a kisebbek csak reggel, délben és este tesznek le egy kavicsot. A nagyobbak óránként megmérik az árnyék hosszát.
Figyelem: soha ne nézz egyenesen a napba.

Nap 153 · Festés vízzel

Életkor: 3–6 év · Idő: 30 perc · Hely: kint · Felügyelet: nem

Egy vödör vízzel és egy nagy ecsettel „festheted” a falat, a kerítést vagy a járdát. A víz elpárolog a napon, így a gyereked újra és újra kezdheti.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy vödör, benne kevés víz
- Nagy festőecsetek vagy egy szivacs, akár egy régi fogkefe is
- Egy fal, kerítés, burkolólapok vagy a járda a napon

ÍGY CSINÁLD

1. Töltsd a vödröt negyedéig vízzel.
2. A gyereked „festhet” a falon vagy a burkolaton nagy vonásokkal, pont mint egy igazi festő.
3. Rajzolj az ecsettel napot, házikót, vagy a neved első betűjét.
4. Nézzétek meg együtt, milyen gyorsan szárad. Hol szárad gyorsabban, a napon vagy az árnyékban?
5. Játsszatok egy játékot: rajzolj egy formát, és találd ki, mi az, mielőtt eltűnik.

Változat: a nagyobbak szavakat vagy számolási feladatokat írnak, amelyeket a másiknak meg kell oldania, mielőtt megszáradnak.

Figyelem: a vödörben kevés víz legyen; kisgyereket soha ne hagyj egyedül teli vödör mellett.

Nap 154 · Gyümölcslé-jégkrém

Életkor: 3–8 év · Idő: 20 perc + 5 óra fagyasztás · Hely: bent · Felügyelet: igen

Saját jégkrémet készíteni egyszerű, és meglepően finom. A gyereked tölt, számol, és felfedezi, hogyan keményedik meg a folyadék a fagyasztóban.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 500 ml gyümölcslé (narancs, alma vagy piros gyümölcsök)
- Egy maréknyi puha gyümölcs: eper, málna vagy banánszeletek
- Jégkrémformák, vagy kis műanyag poharak fa fagylaltpálcikákkal
- Egy kiöntős mérőpohár

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt felvágja az epret; a gyereked vajaskéssel szeleteli a banánt.
2. Tegyél néhány gyümölcsdarabot minden formába.
3. Töltsd a levet a mérőpohárból a formákba, a pereme alatt 1 cm-ig (a jég kitágul).
4. Tedd bele a pálcikákat. Poharak esetén fedd le fóliával, és szúrd át a pálcikát a fólián, így egyenesen marad.

5. Hagyd legalább 5 órán át fagyni. A formát tartsd egy kis ideig langyos víz alá, hogy kijöjjön a jégkrém.

Változat: a nagyobbak rétegeket készítenek: először fagyasztanak meg egy réteg narancslevet, aztán egy réteg almalevet. **Figyelem:** a kisgyerek ne szaladgáljon vagy rohangáljon pálcikás jégkrémmel a szájában.

Nap 155 · Szivacsváltó

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Frissítő csapatjáték: a vizet az egyik tálból a másikba kell vinni csak egy szivacs segítségével. A gyereked fut, nyom, mér, és alaposan eláztatja magát.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2 nagy szivacs
- 2 lavór vagy vödör víz
- 2 üres pohár vagy műanyag palack (0,5 literes)
- Fürdőruha vagy olyan ruha, amely elázhat

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd az egyik oldalra a vizes lavórokat, 5 méterre pedig az üres poharakat.
2. Minden csapat (vagy játékos) belemártja a szivacsot a vízbe, és szalad a pohárhoz.
3. Nyomd ki a szivacsot a pohár fölött, és szaladj vissza.
4. Folytassátok, amíg az első pohár tele nem lesz.
5. A végén mérd meg vonalzóval: hány cm víz van az egyes csapatoknál?

Változat: a legkisebbek szaladás helyett sétálnak, és egy nagy tál fölött nyomják ki a szivacsot. A nagyobbak a szivacsot kéz nélkül, a

fejükön viszik. **Figyelem:** füvön játsszatok (a burkolat csúszóssá válik), és kisgyerekeket soha ne hagyj egyedül vizes lavór mellett.



Szivacsok és vödrök vízi játékokhoz

Pixabay (5598375)

Nap 156 · Házi citromos limonádé

Életkor: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A saját limonádé készítése egy kis kémiaóra: savanyú, édes és víz keveredik addig, amíg pont jó nem lesz az íze. A gyereked facsar, kever és kóstol.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 3 citrom
- 3–4 evőkanál cukor
- 1 liter hideg víz
- Egy citrusfacsaró, egy kancsó és egy hosszú kanál
- Jégkockák és néhány mentalevél (nem kötelező)

ÍGY CSINÁLD

1. A gyereked gurítsa a citromokat a pulton, miközben erősen rányom: így több levet adnak.
2. A felnőtt félbevágja a citromokat.
3. A gyereked kifacsarja a félcitromokat a citrusfacsarón. A magokat kanállal szedd ki.
4. Tedd a levet a kancsóba a cukorral és egy kevés vízzel, és keverd, amíg a cukor feloldódik.
5. Töltsd fel a maradék vízzel, kóstold meg, és ha kell, tegyél még egy kanál cukrot. Jégkockák bele, és kész.

Változat: a kisebbek először megkóstolnak egy csepp tiszta citromlevet: milyen arcot vágsz? A nagyobbak pontosan mérnek, és leírják a saját receptjüket. **Figyelem:** kést csak a felnőtt használ. A citromlé csípi a sebet és a szemet.

Nap 157 · Pillangók kávéfilterből

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Filctoll egy kávéfilteren, néhány csepp víz, és a színek gyönyörűen összefolynak. A gyereked látja, hogyan húzza szét a víz a színeket, és pillangókat készít belőle.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 3–5 kerek papír kávéfilter (vagy kúp alakú filter, kinyitva)
- Nem vízálló filctollak
- Egy pipetta, egy virágpermetező vagy egy kiskanál víz
- Ruhacsipeszek vagy pipatisztítók
- Egy tányér vagy tálca

ÍGY CSINÁLD

1. Fektess egy filtert laposan a tányérra, és színezz rá filctollal pöttyöket, köröket és csíkokat.
2. Óvatosan csepegtess vagy permetezz egy kis vizet a filterre. Nézd meg, hogyan folynak szét a színek.
3. Hagyd a filtert 20 percig száradni a napon vagy az ablakpárkányon.
4. Fogd össze a filtert középen pillangóvá, és rögzítsd ruhacsipesszel vagy pipatisztítóval.
5. Rajzolj a csipeszre filctollal arcot, és akaszd a pillangókat az ablakra.

Változat: a kisebbek csak színeznek, te permetezel. A nagyobbak egyetlen fekete filctollal kísérleteznek: valójában milyen színek vannak a feketében?

Nap 158 · Sátrazás a kertben vagy a szobában

Életkor: 3–8 év · Idő: egy délután vagy este · Hely: kint vagy bent · Felügyelet: igen

Egy sátras este anélkül, hogy messzire mennétek. A gyereked gyakorolja a pakolást, az építést és a bátorságot, ti pedig emléket szereztek az egész évre.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy sátor, vagy egy lepedő a szárítókötélen, a sarkain kövekkel
- Hálózsákok vagy takarók, párnák
- Egy LED-es zseblámpa vagy LED-es lámpás
- Egy egyszerű étkezés vagy szendvicsek, egy üveg víz

ÍGY CSINÁLD

1. Készítsetek együtt csomaglistát képekkel, és a gyereked gyűjtse össze és pipálja ki az összes holmit.
2. Építsd fel a sátrat a kertben, vagy feszíts ki egy lepedőt egy zsinegre két szék között a szobában.
3. Készítsd elő a hálózsákokat, és alakíts ki egy „tábori konyhát” egy kendővel.
4. Együnk együtt lámpafénynél, és meséljetek vagy énekeljetek.
5. Hallgassátok a sötétben a hangokat: egy madarat, a szelet, egy távoli autót. Aludhattok a sátorban, vagy a

mese után mégis mehettek jó kényelmesen az ágyba.

Változat: a kisebbek csak egy órát „sátraznak” délután. A nagyobbak táborinaplót írnak. **Figyelem:** tábortűz vagy gyertya nincs; csak LED-es fény. Kisgyereket ne hagyj egyedül aludni a kinti sátorban.

Nap 159 · Árnyjáték zseblámpával

Életkor: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy zseblámpával és egy fehér lepedővel állatokat és alakokat varázsoltok a falra. A gyereked felfedezi, hogyan működik a fény és az árnyék, és rögtön színházat is játszik.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy LED-es zseblámpa
- Egy fehér lepedő vagy egy fehér fal
- Fekete vagy sötét karton, egy gyerekolló, hegy nélküli sasliknyárs vagy szívószál és ragasztószalag

ÍGY CSINÁLD

1. Sötétítsd el a szobát, amennyire lehet, és világíts a zseblámpával a lepedőre vagy a falra.
2. Formázz a kezeddel madarat, kutyát vagy nyulat. Mi történik, ha közelebb mész a lámpához?
3. Vágj ki kartonból alakokat: egy macskát, egy házat, egy holdat, egy sárkányt.
4. Ragaszd mindegyik alakot egy pálcikára vagy szívószálra.
5. Játsszatok el egy rövid mesét: az egyik tartja a zseblámpát, a másik mozgatja az alakokat és mesél.

Változat: a legkisebbek „ki vagyok?” játékot játszanak kézárnyékokkal. A nagyobbak színes selyempapírt ragasztanak a kivágott lyukakba, hogy színes árnyékot kapjanak. **Figyelem:** ne világíts a zseblámpával senki szemébe.

Nap 160 · Tengeri üveg készítése

Életkor: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Víz, olaj és egy csepp kék egy üvegben: a hullámok olyanok, mint a tenger. A gyereked látja, hogy az olaj és a víz nem keveredik, és kap egy megnyugtató üveget, amelyet jó nézni.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy üres, átlátszó, 0,5 literes műanyag palack kupakkal
- Víz és napraforgóolaj
- Kék ételfesték
- Egy tölcsér
- Esetleg néhány kagyló vagy csillámpor
- Erős ragasztószalag

ÍGY CSINÁLD

1. Tölcsérrel töltsd meg a palackot félig vízzel, és tegyél bele 3 csepp kék festéket.
2. Ha szeretnéd, tegyél bele néhány kagylót vagy csillámport.
3. Töltsd fel a palack maradékát szinte színültig olajjal.
4. Csavard rá erősen a kupakot, és ragaszd le ragasztószalaggal (a felnőtt).
5. Fektesd a palackot az oldalára, és lassan billentsd ide-oda: így jönnek a hullámok.

Változat: a kisebbek megrázzák, és nézik, hogyan válik szét újra a víz és az olaj. A nagyobbak előbb egy második palackban vízzel és sóval vagy cukorral próbálkoznak: keveredik az? **Figyelem:** a kupak mindig legyen leragasztva; a kagylók és a csillámpor aprók, a tartalom pedig nem inni való.

Nap 161 · Kavicsok és kagylók válogatása

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: igen

Gyűjtött kavicsokat, kagylókat vagy kupakokat válogatni és mintákba rakni. A gyereked gyakorolja a rendezést, a számolást és az összehasonlítást: nagy és kicsi, világos és sötét, sima és érdes.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 20–40 kavics, kagyló vagy gesztenye (sétán gyűjtve)
- Egy muffinsütő forma vagy tojástartó a válogatáshoz
- Egy lap papír

ÍGY CSINÁLD

1. Tegyél mindent egy kupacba az asztalra, és nézzétek meg együtt.
2. Válassz egy szabályt: válogass szín szerint. A muffinforma minden rekesze egy színt kap.
3. Dobjatok mindent újra egy kupacba, és most méret szerint válogassatok: kicsitől a nagyig egy sorban.
4. Rakj ki egy mintát: fehér-szürke-fehér-szürke. Be tudja fejezni a gyereked a mintát?
5. Végül készítsetek együtt a papíron egy alakot: halat, napot vagy házat kavicsokból.

Változat: a nagyobbak maguk találnak ki egy válogatási szabályt, te pedig találd ki, melyik az. **Figyelem:** az apró kavicsok és kagylók

nem valók olyan gyereknek, aki még a szájába vesz dolgokat; játék előtt mossátok meg őket.



Szín szerint válogatott kavicsok és kagylók
Pixabay (gadosto)

Nap 162 · Szivacsbombák

Életkor: 3–8 év · Idő: 20 perc készítés + játék · Hely: kint · Felügyelet: igen

Puha, vizes „bombák” szivacscsíkokból. Újrahasználhatók, nem fájnak, és egy meleg napon hűsítenek. A gyereked gyakorolja a csomózást, a dobást és az elkapást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 3 közönséges, dörzsréteg nélküli szivacs bombánként
- Egy erős gumi vagy egy darab zsineg
- Egy vödör víz

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt hosszában 3 csíkra vágja az egyes szivacsokat.
2. Rakj egymásra 9 csíkot: 3 réteget 3-asával, keresztben.
3. Kösd össze őket középen erősen a gumival. Húzd szét a csíkokat, hogy gömb legyen.
4. Mártsd a bombát a vödörbe, és dobd egymásnak. El tudod kapni?
5. Játsszatok „ne ejtsd le” játékot: hányszor tudjátok átdobni úgy, hogy nem éri a földet?

Változat: a kicsik célba dobnak: egy krétakörbe vagy egy vödörbe. A nagyobbak krétával rajzolt célokra dobnak a falon, és pontokat számolnak. **Figyelem:** arcra ne dobjatok, és füvön játsszatok.

Nap 163 · A mozgás-dobókocka

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy dobókocka, amely meghatározza, hogyan mozogsz. A gyereked gyakorolja a számolást, az erőt és a koordinációt, és egy esős napon is kiadhatja az energiáját.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy négyzet alakú doboz (pl. egy teás doboz, vagy egy kartonból hajtogatott kocka)
- Papír, filctollak és ragasztószalag
- Egy közönséges dobókocka, vagy egy második, saját készítésű 1–6 számokkal

ÍGY CSINÁLD

1. Ragassz a doboz minden oldalára egy rajzzal ellátott papírt: ugrás, taps, forgás, békaugrás, állás egy lábon, kúszás.
2. Dobd el a mozgás-dobókockát: mit kell csinálnod?
3. Dobd el a számokat: ennyiszer csinálod.
4. Csináljátok együtt, és számoljatok hangosan.
5. 10 kör után feküdj le egy kicsit a padlóra, és érezd a szívedet dobogni.

Változat: a legkisebbeknek csak a mozgás-dobókockát használd, és mindent 3-szor csináljatok. A nagyobbak két számkockával dobnak,

és összeadnak.

Nap 164 · Természetmandala

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: kint · Felügyelet: nem

Kerek műalkotás a földön levelekből, kövekből és gallyakból. A gyereked gyakorolja a mintákat, a szimmetriát és a nyugodt munkát.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy kosár a gyűjtéshez
- Lehullott levelek, szirmok, kavicsok, gallyak, tobozok
- Egy sík földdarab vagy egy nagy kartonlap

ÍGY CSINÁLD

1. Sétálj, és gyűjts olyan anyagot, amely már a földön van. Élő növényről ne szakíts le semmit.
2. Válogasd szét az anyagot fajtánként kis kupacokba.
3. Tegyél a közepére egy szép követ vagy tobozt.
4. Rakj köré egy kört egyfajta anyagból: például 8 levélből. Köré egy gallykört, köré pedig egy kavicskört.
5. Folytasd, amíg az anyag el nem fogy, és nézd meg felülről a mandalát, egy zsámolyon vagy padon állva.

Változat: a kisebbek egyetlen kört raknak ki. A nagyobbak pontosan szimmetrikus mandalát készítenek, és megszámolják, hány darab van mindegyik körben. **Figyelem:** bogyót, gombát és magvakat ne vegyetek a szátokba; a végén mossatok kezet.

Nap 165 · Ajándék apák napjára

Életkor: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Az apák napja júniusban van. A gyereked saját „utalványfüzetet” készít apának, nagypapának, mostohaszülőnek vagy valaki másnak, aki fontos neki. Gyakorolja az írást vagy a rajzolást, és kitalálja, mit adhat maga.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 3 lap A4-es papír, 7 cm-es csíkokra vágva
- Egy tűzőgép (a felnőtt) vagy egy zsineg
- Filctollak és matricák

ÍGY CSINÁLD

1. Gondoljatok ki együtt 6 ajándékot, amely semmibe sem kerül: „egy ölelés”, „leszedem az asztalt”, „együtt focizunk”, „egy esti mese”, „egy rajz”, „segítek az autómosásban”.
2. Írj vagy rajzolj minden csíkra egy utalványt.
3. Készíts egy borítót: „Utalványfüzet neked…” egy rajzzal.
4. A felnőtt tűzőgéppel összetűzi a csíkokat a bal oldalon, vagy a gyereked átfűz egy zsineget két lyukon.
5. Add át a füzetet apák napján, és egyezzetek meg: minden utalványt egyszer lehet beváltani.

Változat: a kisebbek rajzolják az utalványokat, te pedig odaírod. A nagyobbak „érvényes eddig” dátumot és aláírást is írnak rájuk.

Nap 166 · A mai időjárás-jelentés

Életkor: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent és kint · Felügyelet: nem

A gyereked időjárás-jelentő lesz, és saját időjárás-jelentést mond a családnak. Gyakorolja a jó megfigyelést, a közönség előtti beszédet és a jóslást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Karton vagy egy nagy papírlap az időjárási térképhez
- Filctollak és fehér papír a jelekhez (nap, felhő, eső, szél)
- Egy gyerekolló
- Egy sál vagy egy kanál „mikrofonnak” és egy szék a közönségnek

ÍGY CSINÁLD

1. Menjetek ki együtt, vagy álljatok az ablakhoz, és nézzétek meg: süt a nap, fúj a szél vagy esik az eső? Milyen meleg van?
2. Rajzold meg külön kis lapokra az időjárás jeleit, és vágd ki őket, kb. 10 cm-esre.
3. Készítsd el az időjárási térképet: egy vázlat a lakóhelyetekről vagy a kertről a kartonon.
4. A gyereked ráteszi a jeleket a térképre, és bemondja: „Jó reggelt! Ma napos idő lesz egy kis széllel. Vigyél magaddal kabátot!”

5. A közönség feltesz egy kérdést. Utána jósoljátok meg a holnapi időt, és másnap ellenőrizzétek.

Változat: 4–5 évesnél csak két jelet válassz. A nagyobbak az egész hétre írnak jelentést, és összehasonlítják a valósággal.

Nap 167 · Sófestmény

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc + száradás · Hely: bent · Felügyelet: igen

Ragasztó, só és vízfesték: a színek varázsvonalként húzódnak végig a sóban. A gyereked látja, hogyan szívja magába a só a nedvességet, és csillogó műalkotást készít.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Erős karton vagy vastag rajzpapír
- Fehér hobbiragasztó nyomós flakonban
- Finom konyhasó (kb. 100 g)
- Vízfesték, vagy víz és ételfesték, valamint egy ecset vagy pipetta
- Egy tálca

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj a ragasztós flakonnal a kartonra: napot, halat, hullámokat vagy a nevedet.
2. Szórj rá azonnal vastag réteg sót, hogy az összes ragasztó be legyen fedve.
3. Billentsd meg a kartont a tálca fölött: a laza só leesik.
4. Egy festékkel teli nedves ecsettel nagyon könnyedén érintsd meg a sóvonalat. Nézd meg, hogyan terjed szét a szín.
5. Használj egymás mellett különböző színeket, és hagyd egy éjszakán át száradni.

Változat: a kisebbek pöttyöket és hullámokat nyomnak ragasztóval (te segítesz szorítani). A nagyobbak tűzijátékot vagy csillagos eget rajzolnak fekete kartonra. **Figyelem:** a sót és a ragasztót ne kóstold, és ne dörzsöld a szemed.



Vízfestékkel készült sófestmény

Pixabay (webandi)

Nap 168 · Fogócska ötféleképpen

Életkor: 3–8 év · Idő: 30–45 perc · Hely: kint · Felügyelet: nem

A fogócskát százféleképpen lehet játszani. Néhány új szabállyal izgalmas marad, a gyereked pedig gyakorolja a futást, a kitérést és az együttműködést.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Legalább 3 játékos
- Egy kis pálya, egy játszótér vagy egy nagy kert
- Járdakréta vagy egy sál a határok jelölésére

ÍGY CSINÁLD

1. Sima fogócska: akit megfogtak, ő lesz az új fogó.
2. Fagyasztós fogó: akit megfogtak, széttárt karral megáll, amíg valaki más át nem bújik a karja alatt.
3. Árnyékfogó: úgy fogsz, hogy rálépsz valaki árnyékára (csak napos időben).
4. Ugrálós fogó: mindenki, a fogó is, csak egy lábon ugrálhat.
5. Láncfogó: akit megfogtak, kezet fog a fogóval, és együtt fognak tovább, amíg mindenki bele nem kerül a láncba.

Változat: a legkisebbekkel a fogó négykézláb jár, mint egy medve. A nagyobbak kitalálnak egy hatodik fajtát saját szabályokkal.

Figyelem: beszéljétek meg a határokat, és maradjatok távol az úttesttől; meleg napokon pihenjetek és igyatok vizet.

Nap 169 · Víz átfejtése pipettával

Életkor: 3–6 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A víz áttöltése pipettával, szivaccsal vagy kanállal a kisgyerekeket órákig leköti. Edzi az ujjak apró izmait, amelyek később az íráshoz kellenek.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy tálca
- 2 tál, az egyikben víz és egy csepp festék
- Egy pipetta (vagy egy üres, tű nélküli gyógyszeradagoló fecskendő), egy kis szivacs és egy evőkanál
- Egy jégkockatartó vagy muffinsütő forma
- Egy törölköző

ÍGY CSINÁLD

1. Tegyél mindent a tálcára, egy törölközőre.
2. A gyereked evőkanállal merjen vizet a teli tálból az üres tálba.
3. Utána szivaccsal: mártsa a vízbe, és nyomja ki az üres tál fölött.
4. Végül pipettával: szívjon fel vizet, és csepegtessen a jégkockatartó minden rekeszébe. Számoljátok a cseppeket.
5. Öntsd vissza mindent, és kezdd újra, amíg a gyereked örömét leli benne.

Változat: a nagyobbaknak adj minden rekeszbe más színt, különböző festékek keverésével. **Figyelem:** ne használj olyan gyógyszeradagoló fecskendőt, amelyben maradék van, és a felnőtt maradjon a közelben.

Nap 170 · Napszemüveg kartonból

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy mókás, saját tervezésű szemüveg a játékhoz: csillag, szív vagy pillangó alakú. A gyereked gyakorolja a vágást és a tervezést, és ráhangolódik a nyárra.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy darab erős karton (pl. egy gabonapehelydobozból)
- Színes, átlátszó selyempapír vagy átlátszó fólia
- Egy gyerekolló, ragasztó, filctollak és matricák
- Egy meglévő szemüveg a méret levételéhez

ÍGY CSINÁLD

1. Fektess egy szemüveget a kartonra, és ceruzával rajzold körbe a szélességét és a szárakat.
2. Tervezd meg a keretet: kerek, szív vagy csillag alakú lencsék.
3. Vágd ki a keretet; a lencsék helyén a lyukakat a felnőtt vágja ki.
4. Ragassz színes selyempapírt a lyukak mögé.
5. Díszítsd a keretet, és hajtsd be a száracskákat.

Változat: a kisebbek egy általad kivágott keretet díszítenek. A nagyobbak „varázsszemüveget” készítenek: piros selyempapírral néznek egy olyan rajzot, amelyben elrejtett piros betűk vannak.

Figyelem: ez a szemüveg nem véd a naptól; ne nézz vele a napba, és kint igazi napszemüveget viselj.

Nap 171 · Házi járdafesték

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Kukoricakeményítőből, vízből és ételfestékből járdafestéket készítesz, amely a következő záporral eltűnik. A gyereked mér, kever, és nagy méretben fest.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 200 g kukoricakeményítő
- 250 ml víz
- Ételfesték 3–4 színben
- Egy muffinsütő forma vagy 4 pohár és kanalak
- Nagy ecsetek vagy szivacsok

ÍGY CSINÁLD

1. Keverd össze egy tálban a kukoricakeményítőt és a vizet sima, sűrű folyadékká.
2. Oszd el a poharakba vagy rekeszekbe.
3. Tegyél minden edénybe néhány csepp festéket, és keverd jól el.
4. Fess a járdára, a teraszra vagy a feljáróra: szivárványt, utat a játékautóknak, nagy arcot.
5. Hagyd megszáradni, és nézd meg, hogyan világosodnak a színek. Mosd le egy vödör vízzel, vagy várd meg az esőt.

Változat: a kisebbek szivaccsal nyomatokat készítenek. A nagyobbak 20 mezős társasjátékot festenek a járdára, és utána dobókockával játszanak rajta. **Figyelem:** az ételfesték foltot hagyhat; előbb próbáld ki egy kis helyen, és viselj régi ruhát. Nem ehető.

Nap 172 · A leghosszabb nap

Életkor: 3–8 év · Idő: elosztva a nap folyamán · Hely: bent és kint · Felügyelet: igen

Június 21. körül van a legtovább világos az egész évben. A gyereked feljegyzi, mi mindent csinál a leghosszabb napon, és este veled együtt nézi, ahogy lenyugszik a nap.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy papírlap reggeltől estig tartó idővonallal
- Filctollak és ceruzák
- Egy óra
- Egy kis takaró estére

ÍGY CSINÁLD

1. Reggel rajzolj egy hosszú vonalat a papírra, az elejére egy napocskával, a végére egy holdacskával.
2. Valahányszor a gyereked csinál valamit, rajzolj egy képet az idővonalhoz: reggeli, játék, ebéd, séta.
3. Nézzétek meg együtt, hány órakor nyugszik le a nap (nálunk június végén általában este 9 óra körül).
4. Mehet ma este a gyereked egy kicsit később aludni? Akkor üljetek ki egy takaróval az ablakhoz vagy a kertbe, és nézzétek az ég színeit.
5. Rajzold le a naplementét az idővonal utolsó képeként.

Változat: a korán fekvő kisebbek a hálószoba ablakából nézik a világos eget. A nagyobbak összehasonlítják a decemberi legrövidebb nappal: hány óra a különbség? **Figyelem:** soha ne nézz egyenesen a (lenyugvó) napba.

Nap 173 · Tic-tac-toe kövekkel

Életkor: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: nem

Kartonból készült játéktábla és kétféle, saját festésű kő. A gyereked maga készíti el a játékot, utána pedig gyakorolja az előregondolkodást és a felváltva játszást.

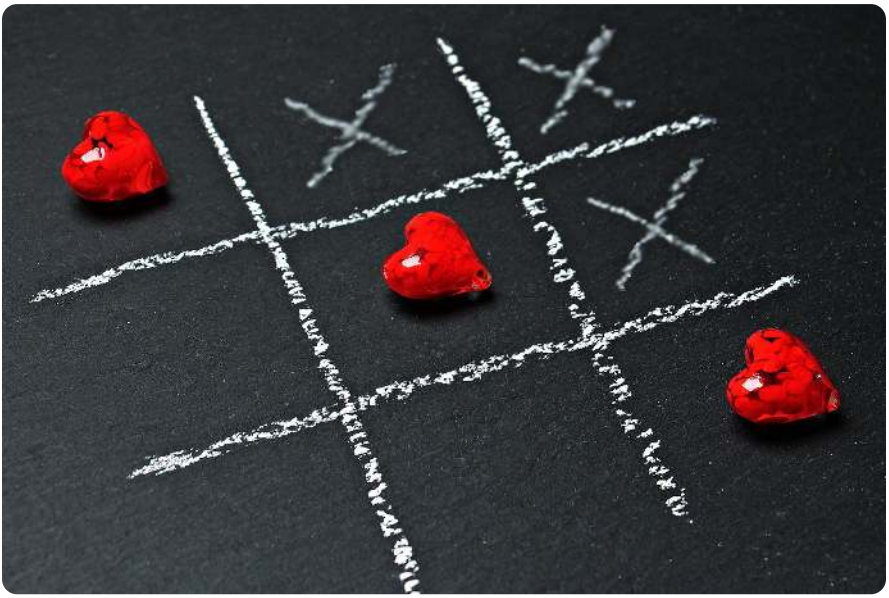
EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy 25 × 25 cm-es karton vagy egy lapos fadarab
- 10 lapos kő (5 + 5)
- Tempera vagy filctoll két színben
- Egy vonalzó

ÍGY CSINÁLD

1. Vonalzóval húzz a kartonra 2 vízszintes és 2 függőleges vonalat: így 9 mező lesz.
2. Fess 5 követ keresztre vagy katicabogárra, és 5 követ körre vagy méhecskére. Hagyd megszáradni.
3. Felváltva játsszatok: tegyél egy követ egy üres mezőbe.
4. Aki elsőként rak ki 3-at egy sorban (egyenesen vagy átlósan), nyer.
5. Játsszátok el azt a változatot is, amelyben, ha már minden kő a táblán van, a saját kövedet egy mellette lévő üres mezőbe tolhatod.

Változat: a kisebbek előbb csak felváltva rakják a köveket, nyerés nélkül. A nagyobbak megpróbálják kitalálni, miért olyan fontos a középső mező. **Figyelem:** az apró köveket ne add olyan gyereknek, aki a szájába vesz dolgokat.



Saját készítésű játéktábla festett kövekkel

Pixabay (NoName_13)

Nap 174 · Pizza tortillalapon

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Gyors pizza tortillalapon, saját választású feltéttel. A gyereked kenni, szórni és mintát rakni fog, és büszkén megeszi a saját alkotását.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 1 tortillalap személyenként
- 3 evőkanál paradicsompüré vagy passzírozott paradicsom laponként
- 50 g reszelt sajt laponként
- Feltét: csiperkeszeletek, paprika, kukorica, sonka vagy olajbogyó (mag nélkül)
- Egy tepsi sütőpapírral

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt előmelegíti a sütőt 200 °C-ra, és felvágja a paprikát és a csiperkét.
2. Tedd a lapokat a tepsire. A gyereked egy kanál hátuljával kenje rájuk a paradicsomot.
3. Szórd rá a sajtot, és tedd rá a feltétet: arcot, virágot, mintát.
4. A felnőtt betolja a tepsit a sütőbe 8–10 percre, amíg a sajt megolvad.

5. A felnőtt kiveszi a tepsit; hagyd a pizzát 5 percig hűlni, és vágd háromszögekre.

Változat: a kisebbek 2 féle feltétet választanak. A nagyobbak négy részre osztják a pizzát, mindegyiken más feltéttel („négy évszak”). **Figyelem:** a sütő és a forró tepsi csak a felnőtté. Figyelj az allergiákra (glutén, tej).

Nap 175 · Hallgatózó séta

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Séta, amelyen nem nézel, hanem hallgatsz. A gyereked edzi a figyelmét és a koncentrációját, és olyan hangokat fedez fel, amelyeket addig sosem vett észre.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy deszka vagy könyv egy lap papírral és egy ceruza
- Egy nyugodt útvonal: park, erdő vagy egy csendes utca

ÍGY CSINÁLD

1. Otthon rajzolj egy „hangtérképet”: egy kört, a közepén egy emberkével (ez te vagy).
2. Útközben ülj le egy padra vagy a fűbe, és csukd be a szemed 1 percre.
3. Mit hallasz? Egy madarat balról, egy biciklit mögötted, szelet a fejed fölött a levelekben?
4. Rajzold vagy írd fel a térképre minden hangot, azon a helyen, ahonnan jött.
5. Ismételd ezt 2–3 helyen, és otthon hasonlítsátok össze a térképeket: hol volt a legcsendesebb?

Változat: a kisebbek feltartanak egy ujjat minden hangnál, amelyet hallanak. A nagyobbak megpróbálnak hangokat utánozni, te pedig

kitalálod, mi az. **Figyelem:** becsukott szemmel csak ülve maradj, és ne az út vagy a víz közelében.

Nap 176 · Híd papírból

Életkor: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Milyen erős egy lap papír? A gyereked felfedezi, hogy az összehajtott papír sokkal többet bír el, mint egy sima lap, és megépíti a saját hídját.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 4 lap A4-es papír
- 2 egyforma magasságú, kb. 15 cm-es könyvkupac
- Egy műanyag pohár és néhány pénzérme vagy kupak a pohárba
- Ragasztószalag, vonalzó és ceruza

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd a két könyvkupacot 15 cm-re egymástól, és fektess köréjük egy lap papírt laposan hídként. Tedd rá az üres poharat. Kibírja a híd?
2. Hajtsd harmonikaszerűen a második lapot, kb. 2 cm-es hajtásokkal, és ezt fektesd hídként.
3. Tedd a poharat a hídra, és lassan rakj bele pénzérméket. Mennyit bír el az egyes híd?
4. Az utolsó két lapból építs még erősebb hidat: göngyölj csöveket, hajts háromszöget, vagy ragassz össze két réteget.

5. Hasonlítsátok össze az összes hidat, és rajzold le a győztest.

Változat: a kisebbek csak azt nézik, melyik híd bírja a legtöbbet. A nagyobbak feljegyzik, hány pénzérmét bírt az egyes híd, és táblázatot készítenek. **Figyelem:** a pénzérmék és a kupakok aprók; tartsd távol a kisebb testvérektől, és a végén pakolj el mindent.

Nap 177 · Elutazom nyaralni, és viszek magammal…

Életkor: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bárhol · Felügyelet: nem

Memóriajáték eszköz nélkül, tökéletes az autóba vagy várakozás közben. A gyereked gyakorolja az emlékezést, a szókincset és a sorára várást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Legalább 2 játékos
- Nem kötelező: egy bőrönd és igazi holmik a kezdéshez

ÍGY CSINÁLD

1. Az első játékos azt mondja: „Elutazom nyaralni, és viszek magammal: egy fürdőnadrágot.”
2. A következő megismétli ezt, és hozzátesz valamit: „… egy fürdőnadrágot és egy vödröt.”
3. Menjetek így sorban tovább. A lista egyre hosszabb lesz.
4. Aki elfelejt valamit, az egyszer próbálkozhat egy tippel (a többiek mozdulatokkal mutatják).
5. A végén számoljátok meg, hány dolog van a képzeletbeli bőröndben.

Változat: a kisebbekkel igazi bőröndöt pakolj, és mondd el, mi kerül bele; 4 dolog után vegyél ki egyet: mi tűnt el? A nagyobbak az ábécét játsszák: A mint alma, B mint barack, C mint cica…

Nap 178 · Zene vizespoharakkal

Életkor: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Különböző vízszintű üvegekből xilofont készítesz. A gyereked hallja a különbséget a magas és a mély hangok között, és saját kis dallamot játszik rajta.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 5–6 egyforma befőttesüveg vagy erős pohár
- Víz és egy mérőpohár
- Ételfesték (nem kötelező)
- Egy fakanál vagy ceruza ütőnek
- Egy törölköző alátétnek

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd az üvegeket sorba a törölközőre az asztalon.
2. Töltsd meg őket növekvő mennyiségű vízzel: 50 ml, 100 ml, 150 ml, 200 ml, 250 ml, 300 ml.
3. Tegyél mindegyikbe más színt, így könnyebb „olvasni”.
4. Finoman kopogtasd meg az ütővel az egyes üvegeket. Melyik cseng a legmagasabban? És a legmélyebben?
5. Játssz el egy dalt, vagy találj ki egy dallamot, és írd fel színekkel: piros-sárga-sárga-kék.

Változat: a kisebbek szabadon kopognak, te pedig azt mondod: „magas” vagy „mély”. A nagyobbak hangolják az üvegeket, vizet

töltenek bele vagy öntenek ki. **Figyelem:** az üveg eltörhet: csak finoman, fával kopogtass, a felnőtt maradjon a közelben, kisebb gyerekeknek pedig erős műanyag palackokat is használhatsz.

Nap 179 · Köszönőkártya az óvó néninek vagy a tanító néninek

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A tanév a végéhez közeledik. Egy saját készítésű kártya szép köszönet az óvó néninek, a tanító néninek, a tanár úrnak vagy a napközi segítőinek. A gyereked visszatekint az évre.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy lap karton, félbehajtva
- Filctollak, színes ceruzák, tempera
- Ragasztó és színes papírmaradékok

ÍGY CSINÁLD

1. Beszélgess egy kicsit a gyerekeddel: mi tetszett a legjobban az iskolában vagy az óvodában idén? Mit tanultál?
2. Készíts az elejére ujjlenyomat-fát: törzset rajzolj filctollal, a leveleket pedig ujjlenyomatokkal festékben.
3. Hagyd a festéket 10 percig száradni.
4. Írd bele belül (vagy hagyd, hogy a gyereked diktálja): „Köszönöm, hogy…”, és három dolgot, amelyet a gyereked mondott.
5. A gyereked adja át maga a kártyát az utolsó tanítási napon.

Változat: a kisebbek csak az ujjlenyomatokat készítik el. A nagyobbak névverset írnak a tanító néni vagy a tanár úr nevéből: minden sor a név egy betűjével kezdődik.

Nap 180 · Nyári terv készítése

Életkor: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Közeleg a nyári szünet. Együtt listát készítetek azokról a dolgokról, amelyeket ezen a nyáron szeretnétek csinálni. A gyereked gyakorolja a tervezést, a választást és az írást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy papírlap vagy karton
- Filctollak, matricák és egy vonalzó
- Ragasztós cetlik

ÍGY CSINÁLD

1. Kérd meg a család minden tagját, hogy 3–5 ötletet írjon vagy rajzoljon cetlikre: kirándulás a Balatonra, kuckó építése az erdőben, homokvár, saját fagylalt készítése, alvás a nagymamánál.
2. Olvassátok fel őket együtt, és tegyétek az asztalra.
3. Válogassatok: mi lehet otthon, mi van a közelben, mi egy kirándulás?
4. Rajzolj egy rácsot rekeszekkel, és ragaszd bele a cetliket.
5. Akaszd ki a tervet a konyhában, és tegyél pipát vagy matricát mindenhez, amit már megcsináltatok.

Változat: a kisebbek az általad rajzolt képek közül választanak. A nagyobbak naptárat készítenek dátumokkal és egy „esős napi tervvel”.

Nap 181 · Az emlékek üvege

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Az év első fele véget ért. Egy üvegben összegyűjtitek a legszebb emlékeket, a gyereked pedig megtanul visszatekinteni arra, amit átélt és megtanult.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy üres, fedeles üveg (üveg vagy műanyag)
- Színes papírcetlik, 5 × 10 cm-esek
- Egy toll és filctollak
- Egy szalag vagy címke az üveg díszítéséhez

ÍGY CSINÁLD

1. Díszítsd az üveget szalaggal és címkével: „Közös emlékeink” és az évszám.
2. Lapozzátok át együtt a rajzokat, a májusi múzeumot és a naptárat: mi mindent csináltatok?
3. Írj vagy rajzolj minden cetlire egy szép emléket, például „a csigaverseny” vagy „a sátrazás a kertben”.
4. Hajtsd össze a cetliket, és tedd az üvegbe.
5. Egyezzetek meg, hogy december 31-én, szilveszterkor közösen kinyitjátok az üveget, és mindent felolvastok.

Változat: a kisebbek rajzolnak, te pedig odaírsz egy szót. A nagyobbak az év hátralévő részében minden héten egy új cetlivel egészítik ki az üveget.

Július

Ebben a hónapban

A július a hosszú, világos estéké, a mezítláb a fűben töltött délutánoké és a nyári szünet közepéé. A napok melegek (vagy éppen esősek és szelesek), ezért itt találsz tevékenységet a kertbe, a Balaton partjára, az erdőbe és az esős napokra is, bent. Ne felejtsd el a napkrémet, a kalapot és a sok vizet, forró napokon pedig válaszd a hűvösebb reggelt vagy estét.

Nap 182 · Nyári bingó az egész szünetre

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc az elkészítés, az egész hónapban játszható · Hely: bent és kint · Felügyelet: nem

Közösen készítetek egy bingókártyát olyan dolgokkal, amiket idén nyáron szeretnétek látni vagy csinálni. A gyereked gyakorolja a rajzolást, a tervezést és a figyelmes körülnézést, a kártya pedig minden kirándulásra veletek tart.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 1 lap erős papír vagy karton (A4)
- Vonalzó és ceruza
- Színes ceruza vagy filctoll
- Ragasztószalag a kártya kitűzéséhez

ÍGY CSINÁLD

1. A vonalzóval húzz egy 4×4 mezős rácsot (mezőnként nagyjából 5×5 cm).
2. Találjatok ki együtt 16 nyári dolgot: egy kagylóhéjat, egy pillangót, egy fagyit, egy szivárványt, egy biciklitúrát, egy csigát, egy homokvárat, egy repülőt az égen…
3. A gyereked minden mezőbe egy dolgot rajzol, te pedig leírod alá a szót.

4. Tedd ki a kártyát a hűtőajtóra. Valahányszor a gyereked meglát vagy megcsinál valamit, kiszínezi az adott mezőt.
5. Megvan egy teljes sor? Ünnepeljétek meg valami aprósággal, például olvassatok fel együtt egy mesét a kertben.

Variáció: 3–4 évesnek készíts 3×3-as kártyát nagy, egyszerű képekkel. A 7–8 évesek maguk írják a szavakat, és nehezebb feladatokat is kitalálnak, például „számolj meg 10 fecskét”.

Nap 183 · Titkos kód kitalálása

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15–20 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: csekély

A gyereked kitalálja a saját titkosírását, és üzenetet küld vele. Közben betűket gyakorol, rejtvényt fejt, és átéli, milyen jó egy titkot megosztani valakivel.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 1 lap papír és egy ceruza
- Egy második lap az üzeneteknek
- Színes ceruza

ÍGY CSINÁLD

1. Írjátok le együtt az ábécét egymás alá, és adjatok minden betűnek egy külön jelet, például csillagot, kört vagy vonalkát.
2. Nézd át a gyerekeddel, hogy minden jel csak egyszer szerepel-e, és őrizzétek meg ezt a lapot kulcsnak.
3. Írj kóddal egy rövid, 3–5 szavas üzenetet, például: „keresd a kincset”.
4. Add oda az üzenetet egy másik családtagnak, aki a kulccsal megfejti.
5. Rejtsd el a kulcsot, és hagyd, hogy a címzett előbb maga próbálja kitalálni.

Variáció: a kisebbek csak a saját nevüket írják, és csak öt jelet használnak. A 7–8 évesek olyan kódot találnak ki, amelyben minden betű egy szám.

Nap 184 · Varázstej

Korosztály: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: a konyhaasztalnál · Felügyelet: igen

Néhány csepp ételfesték mintha táncolna a tejben, amint mosogatószer kerül mellé. A gyereked nézi, találgat, és megfigyeli, mi történik, csupa háztartási dologgal.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy lapos, széles tál vagy tányér
- Körülbelül 100 ml zsíros tej (szobahőmérsékletű)
- Ételfesték 2–3 színben
- Egy fültisztító pálcika és egy kevés mosogatószer (csak a felnőtt használhatja)

ÍGY CSINÁLD

1. Önts annyi tejet a tányérba, hogy befedje az alját, és várd meg, amíg megnyugszik.
2. Hagyd, hogy a gyereked több helyen is egy-egy csepp ételfestéket ejtsen a tejbe, és nézze, mi történik.
3. Kérdezd meg: „Szerinted mi lesz, ha ide mosogatószert teszek?” Hagyd, hogy a gyereked tippeljen.
4. Te, felnőttként, tégy egy csepp mosogatószert a pálcikára, és óvatosan érintsd vele a tejet.
5. Nézzétek együtt a kavargó színeket. Ne mozdítsd a tányért, és nézzétek, amíg a mozgás meg nem áll.

Variáció: 3–4 évesnél a gyerek csak néz, és elmondja, mit lát. A 7–8 évesek kipróbálják félzsíros tejjel és vízzel is, és összehasonlítják az eredményt. **Vigyázz:** a tejet nem szabad meginni, a végén mossatok kezet, és figyelj a tejallergiára.

Nap 185 · Homokvár építése feladattal

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: vízpart vagy homokozó · Felügyelet: igen

Nem akármilyen homokvár lesz ez, hanem építési feladat: vár árokkal, híddal és toronnyal. A gyereked tervezni, együtt dolgozni és megkülönböztetni a száraz és a nedves homokot gyakorolja.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Vödrök, egy lapát és egy műanyag pohár
- Egy palack vagy locsolókanna vízzel (a homokozóban)
- Ágak, kagylóhéjak és egy darab karton a hídhoz

ÍGY CSINÁLD

1. Hagyd, hogy a gyereked megtapasztalja: lehet száraz homokból építeni? És nedvesből? Készítsetek együtt egy halom nedves homokot.
2. Töltsd meg szorosan a vödröt, ütögesd meg, és egyetlen mozdulattal fordítsd ki: ez az első torony.
3. A lapáttal áss körbe a vár körül nagyjából 10 cm mély árkot.
4. Fektesd a karton- vagy egy lapos pálcadarabot hídnak az árok fölé, a falakat pedig díszítsd kagylóhéjakkal.
5. Önts vizet az árokba, és nézd meg, mi történik. Merre folyik a víz?

Variáció: a kisebbek „tortát” építenek, az ágakból gyertyákkal. A nagyobbak előbb a homokba rajzolják az alaprajzot, aztán megépítik.
Vigyázz: a vízparton felnőtt nélkül ne játsszon a gyerek a víz közelében, és ne áss olyan mély gödröt, amelybe egy gyerek belesüllyedhet.

Nap 186 · Ugrókötelezés mondókával

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15–20 perc · Hely: kint · Felügyelet: csekély

A gyereked átugrik egy kötelet, és közben mondókát mond. Így gyakorolja a ritmust, az egyensúlyt és a kitartást, és megtanul ütemre számolni.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy körülbelül 2 méteres ugrókötél vagy egy hosszú, erős madzag
- Sima járda vagy füves terület
- Egy mondóka, például az „Egyedem, begyedem”

ÍGY CSINÁLD

1. Előbb tedd le a kötelet kígyózva a földre, és hagyd, hogy a gyereked kígyóként sétáljon mellette.
2. Fogd meg te az egyik végét, egy másik családtag a másikat. Lengesd alacsonyan ide-oda, hogy a gyereked egyetlen lépéssel át tudjon lépni rajta.
3. Mondjátok együtt a mondókát, és minden szótagra ugorjatok egyet.
4. Ezután forgasd a kötelet körbe, és számold, hányszor ugrik át rajta a gyereked egymás után.
5. Cseréljetek helyet, hogy mindenki ugorhasson és lendíthessen.

Variáció: 3–4 évesnél a kötél a földön marad, és a gyerek apró lépésekkel lépked át a „folyón”. A nagyobbak saját mondókával ugranak, és megpróbálnak 10-et egymás után. **Vigyázz:** válassz sima, köves részektől mentes helyet, és legyen a lábán stabil cipő.

Nap 187 · Beltéri piknik esőben

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Esik az eső azon a napon, amikor kimentetek volna? Hozd be a nyarat a lakásba. A gyereked segít tervezni, előkészíteni és rendet rakni, és olyan érzés lesz, mint egy igazi kirándulás.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy pléd vagy lepedő
- Tányérok, poharak és egy kosár vagy bevásárlótáska
- Egyszerű étel: szendvics, gyümölcsdarabok, uborka, víz
- Néhány plüssállat vendégnek

ÍGY CSINÁLD

1. Hagyd, hogy a gyereked listát rajzoljon arról, mit kell a piknikkosárba tenni.
2. Pakoljátok be együtt a kosarat; a gyereked megszámolja a tányérokat és a poharakat az összes vendégnek.
3. Terítsd le a pléd a nappaliban, és ültesd körbe a plüssállatokat.
4. Egyetek együtt, és mesélje el mindenki sorban, mit látna, ha most a parkban ülnétek: kiskacsákat, egy szökőkutat, egy fagylaltos kocsit.
5. Végül együtt összehajtjátok a pléd, és a gyereked kiüríti a kosarat.

Variáció: a kisebbek „kiszolgálják” a plüssállatokat játék falatokkal. A nagyobbak étlapot készítenek árakkal, és pincért játszanak.
Vigyázz: ha barátok is jönnek, vegyétek figyelembe az allergiákat.

Nap 188 · Házi gyümölcsfagyi

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc + 5 óra fagyasztás · Hely: konyha · Felügyelet: igen

A gyereked maga készít fagyit gyümölcsből: összenyomja és beönti a formákba. Gyakorolja a villa használatát, a töltést kiömlés nélkül, és megfigyeli, hogy a víz megfagy.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Körülbelül 300 g puha gyümölcs (mag nélküli görögdinnye, eper, banán)
- 100 ml víz vagy joghurt
- Egy mély tányér és egy villa
- 4–6 jégkrémforma vagy műanyag pohár, nyélnek kávéskanállal

ÍGY CSINÁLD

1. Te felvágod a gyümölcsöt darabokra; a gyereked villával péppé nyomja.
2. Keverd bele a vizet vagy a joghurtot.
3. Hagyd, hogy a gyereked egy kis kancsóból háromnegyedig megtöltse a formákat.
4. Szúrd bele a nyeleket vagy a kanalakat, és tedd az egészet legalább 5 órára a fagyasztóba.
5. Vedd ki őket (tartsd egy pillanatra meleg csap alá, ezt te csinálod), és kóstoljátok meg: melyik íz a kedvenced?

Variáció: a 3–4 évesek csak banánt nyomnak péppé, az megy a legkönnyebben. A 7–8 évesek rétegeket készítenek: előbb egy szín, 1 óra fagyasztás, aztán a következő. **Vigyázz:** vágni csak a felnőtt vág; joghurtnál (tej) figyelj az allergiákra.

Nap 189 · Pánsíp szívószálból

Korosztály: 5–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A gyereked mini pánsípot épít különböző hosszúságú szívószálakból, és meghallja, hogy a rövid szívószál magasabban szól, mint a hosszú. Így fedezi fel, hogyan működik a hangmagasság.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6 papír vagy műanyag szívószál
- Gyerekolló és vonalzó
- Ragasztószalag és egy körülbelül 15 × 5 cm-es kartondarab

ÍGY CSINÁLD

1. Egy felnőtt vágja le a szívószálakat ilyen hosszúra: 16, 14, 12, 10, 8 és 6 cm.
2. Ragaszd a szívószálakat hosszútól a rövidig sorban egymás mellé a kartonra, a felső végüket azonos magasságban.
3. Ragassz egy csík ragasztószalagot az alsó végükre is, hogy jól tartsanak.
4. Tartsd a sípot az alsó ajkadhoz, és fújj óvatosan minden szívószál felső nyílása mellett, mintha egy üveg szájába fújnál.

5. Kérdezd meg: „Melyik szívószál hangzik a legmagasabban? Melyik a legmélyebben?” Próbáljatok együtt eljátszani egy dalt.

Variáció: 3–4 évesnél a gyerek csak az általad készített sípon fúj; 7–8 évesen maga készít egy második sípot más hosszúságokkal, és összehasonlítja a hangokat. **Vigyázz:** ne add a sípot más gyerekeknek a szívószálak cseréje nélkül, és a vágást bízd felnőttre.

Nap 190 · Árnyjáték a sátorban

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: sátor, hálószoba vagy kert (alkonyatkor) · Felügyelet: csekély

Egy zseblámpával és a kezeddel állatokat varázsolsz a sátorvászonra. A gyereked gyakorolja a finommotorikát, és rögtön mesét is kitalál hozzá.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy LED-es elemlámpa
- Egy lepedő vagy fehér fal
- Esetleg kartonból kivágott, szívószálra ragasztott figurák

ÍGY CSINÁLD

1. Sötétítsd el a helyet, vagy várd meg az alkonyatot. Tedd a lámpát könyvkupacra, a lepedő felé fordítva.
2. Mutasd meg, hogyan csinálhatsz két kézzel madarat (a hüvelykujjak összekapcsolva, az ujjak a szárnyak).
3. Próbáljatok együtt kutyát, nyulat és csigát is.
4. Nézd meg, mi történik, ha közelebb mész a lámpához: az árnyék nagyobb lesz.
5. Találjatok ki sorban egy rövid előadást az árnyékállatokkal.

Variáció: a 3–4 évesek kartonfigurákat tartanak, ez könnyebb, mint a kézzel formázott állatok. A 7–8 évesek jegyet készítenek belépőnek,

és előadást adnak a családnak.

Nap 191 · Csillagos ég egy kiszúrt lapon

Korosztály: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Júliusban csak későn sötétedik be, ezért készítsd el a saját csillagos égboltodat. A gyereked csillagokat szúr a papírba, és zseblámpával nézi, ahogy felragyognak.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Fekete vagy sötétkék papír (A5)
- Egy vastag kötőtű vagy fanyárs
- Egy régi törölköző vagy darab szivacs alátétnek
- Egy fehér filctoll vagy kréta
- Egy LED-es elemlámpa

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj krétával néhány pontot: egy saját csillagképet vagy egy állat alakját.
2. Tedd a papírt a törölközőre, és hagyd, hogy a gyereked átszúrja a pontokat.
3. Sötétítsd el a szobát, tartsd a papírt a mennyezet vagy a fal felé, mögötte a zseblámpával.
4. Adjatok nevet a csillagképnek, és találjatok ki egy rövid mesét arról, hogyan került az égboltra.

Variáció: a legkisebbeknél te szúrsz, a gyerek pedig ujjával megkeresi a kis fényeket. A 7–8 évesek három lapot készítenek, és

krétavonalakkal összekötik a csillagokat. **Vigyázz:** szúrni csak felnőtt mellett szabad; a tűt utána azonnal tedd el.

Nap 192 · Szivacsváltó

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kert vagy park · Felügyelet: igen

Vizet vinni az egyik vödörből a másikba csak egy szivaccsal: gyors, vizes verseny. A gyereked fut, keményen kinyom, és megtanul sorban játszani.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Csapatonként 2 vödör (az egyik tele vízzel, a másik üres)
- Csapatonként 1 nagy szivacs
- Egy darab kréta vagy madzag a rajt- és célvonalhoz

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd a teli vödröt a rajthoz, az üreset 8–10 méterre.
2. A gyereked belemártja a szivacsot a teli vödörbe, odafut az üres vödörhöz, és ott kinyomja a szivacsot.
3. Vissza a rajthoz, és jön a következő (vagy még egy kör).
4. 5 perc múlva nézzétek meg: melyik vödörben van a legtöbb víz? Szúrj bele egy pálcát, és mérd meg.

Variáció: a kisebbek futás helyett sétálnak, rövid távon. A nagyobbak a szivacsot a fejükön tartják, vagy hátrafelé futnak.
Vigyázz: a vizes járólap csúszik; játsszatok fűben, és olyan vödröt használj, ami nem mélyebb a szükségesnél.

Nap 193 · Pörgettyű kartonból

Korosztály: 4–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A gyereked pörgettyűt barkácsol kartonból és ceruzából, és látja, hogy a színek összemosódnak, amikor a pörgettyű gyorsan forog. Ez barkácsolás és felfedezés egyszerre.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy darab erős karton vagy kartontányér
- Gyerekolló és egy pohár, amellyel kört lehet rajzolni
- Filctoll vagy színes ceruza 3–4 színben
- Egy rövid ceruza vagy egy rövid fapálca

ÍGY CSINÁLD

1. A pohárral mint sablonnal rajzolj egy körülbelül 8 cm-es kört a kartonra, és vágd ki.
2. Oszd a kört 4 vagy 6 egyenlő cikkre, és színezd mindegyiket más színűre.
3. Egy felnőtt szúrjon lyukat a közepére, és dugja át rajta erősen a ceruzát úgy, hogy körülbelül 2 cm lógjon ki a korong alatt.
4. Tedd a pörgettyűt sima asztalra, fogd meg a ceruzát a hüvelyk- és mutatóujjad között, és pörgesd meg gyorsan.

5. Nézd meg, mi történik a színekkel. Próbáljatok ki más párosításokat, például csak sárgát és kéket.

Variáció: 3–4 évesnél a gyerek csak nagy foltokat színez, és a felnőtt pörgeti; 7–8 évesen mintás vagy köröket tartalmazó pörgettyűt készít, és megnézi, kié forog a legtovább. **Vigyázz:** ne használj hegyes ceruzát, és ne dobáld a pörgettyűt másokra.

Nap 194 · Nyomozás a homokban

Korosztály: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: vízpart, homokos ösvény vagy homokozó · Felügyelet: igen

Ki járt erre? A homokban látszanak a madarak, kutyák és emberek nyomai. A gyereked megtanul jól megfigyelni, összehasonlítani és logikusan gondolkodni.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy homokos terület (vízpart, homokos ösvény vagy homokozó)
- Egy jegyzetfüzet és ceruza
- Egy vonalzó vagy madzag a méréshez

ÍGY CSINÁLD

1. Keressetek együtt egy nyugodt homokfoltot, és nézzétek meg az összes lenyomatot.
2. Találjátok ki, ki volt: egy sirály (három ujj előre), egy kutya (négy párnácska és karmok), egy mezítlábas vagy cipős ember.
3. Mérj meg egy nyomot a madzaggal, és rajzold le a füzetbe.
4. Ezután csináljatok saját nyomokat: sétálva, futva, ugrálva, szökdécselve. Miben különböznek?
5. Találgassátok egymás nyomait: ki ugrált itt, és ki futott?

Variáció: a 3–4 évesnek már az is elég játék, hogy „kövesd a lábnyomaimat”. A 7–8 évesek nyomkönyvet készítenek, állatonként egy rajzzal és névvel. **Vigyázz:** homokos, füves területen maradj az ösvényen, mert a növényzet sérülékeny.

Nap 195 · Mérleg vállfából

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20–25 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Egy vállfából és két pohárból a gyereked mérleget készít. Felfedezi, mi a nehezebb és mi a könnyebb, és gyakorolja az összehasonlítást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy vállfa
- 2 papír vagy műanyag pohár
- Erős madzag vagy gyapjúfonal, körülbelül 60 cm
- Mérni való dolgok: egy golyó, egy zokni, egy alma, egy kagylóhéj
- Ragasztószalag

ÍGY CSINÁLD

1. Minden pohárba készíts két, egymással szemben levő lyukat (ceruzával, ezt te csinálod), és fűzz át rajtuk egy madzagdarabot.
2. Kösd a madzagot a vállfa két végére, és akaszd a vállfát egy ajtókilincsre vagy fogasra.
3. Ellenőrizd, hogy a poharak nagyjából egyforma magasan lógnak-e, és szükség esetén rögzítsd őket ragasztószalaggal.
4. Előbb tippeljétek meg, melyik tárgy a nehezebb.

5. Tegyél mindkét pohárba egy tárgyat, és nézd, melyik oldal süllyed le. Eltaláltad?

Variáció: a kisebbek két nyilvánvalóan különböző tárgyat hasonlítanak össze. A nagyobbak azt próbálják ki, hány golyó tart egyensúlyt egy almával. **Vigyázz:** a golyókat és az apró tárgyakat ne hagyd 3 évesnél kisebb testvérek közelében.

Nap 196 · Mi úszik? Hajócska-próba

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kert vagy fürdőszoba · Felügyelet: igen

A gyereked megjósolja, mely tárgyak úsznak és melyek süllyednek el, majd hajót épít, amely a lehető legtöbbet bírja el. Első ismerkedés a kutatással.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy tál víz (körülbelül 10 cm mély)
- Tárgyak: parafadugó, kanál, kő, falevél, kupak, alma, kulcs
- Alufólia (20×20 cm-es darab)
- Egy marék golyó vagy érme a rakodáshoz

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd sorba a tárgyakat. Mindegyiknél kérd meg a gyerekedet, hogy találja ki: úszik vagy elmerül?
2. Próbáljátok ki őket egyenként, majd tegyétek két kupacba.
3. Hajtsatok együtt a fóliából magas szélű hajócskát.
4. Tedd a vízre, és rakj bele egyenként golyókat. Számold hangosan: hányat bír el a hajód, mielőtt elsüllyed?
5. Készíts egy második hajót más formával, és nézd meg, az többet bír-e el.

Variáció: a 3–4 évesek csak az úszik-elsüllyed játékot csinálják. A 7–8 évesek leírják a tippjüket, és összevetik az eredménnyel.
Vigyázz: a golyók és az érmék veszélyesek 3 évesnél kisebb gyerekeknek; gyereket víz mellett soha ne hagyj egyedül.

Nap 197 · A nyári emlékkönyv

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc (utána hetente néhány perc) · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy saját könyv, amelyben a gyereked megőrzi a nyarat: jegyeket, leveleket, rajzokat és mondatokat. Gyakorolja a mesélést, az emlékezést és a barkácsolást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy füzet vagy 10 lap papír, madzaggal összekötve
- Ragasztó, ragasztószalag és gyerekolló
- Színes ceruza
- Apró emlékek: egy jegy, egy szárított falevél, egy cukorzacskó, egy kinyomtatott fénykép

ÍGY CSINÁLD

1. Készítsétek el együtt a borítót: „Az én nyaram” felirattal, a névvel és egy önarcképpel.
2. Válasszatok mára egy emléket, és ragasszátok az első oldalra.
3. Hagyd, hogy a gyereked rajzoljon hozzá egy képet arról, mi történt azon a napon.
4. A rajz alá írj egy mondatot, amit a gyereked maga mond, pontosan úgy, ahogy mondja.
5. Egyezzetek meg: minden vasárnap egy új oldallal bővül a könyv.

Variáció: a kisebbek főleg ragasztanak és mesélnek; te írsz. A 7–8 évesek maguk írnak, és minden oldalhoz időjárás-jelentést is vezetnek.

Nap 198 · Kavicsok arccal

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: kint, asztalnál · Felügyelet: csekély

A sima kövekből egy kis festékkel apró figurák lesznek. A gyereked pontos festést gyakorol, és saját nevű karaktereket talál ki.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 5–10 sima kavics (tenyérnyi), megmosva és szárazon
- Tempera vagy akrilfesték, vékony és vastag ecsetek
- Egy pohár víz és egy rongy
- Egy régi újság

ÍGY CSINÁLD

1. Hagyd, hogy a gyereked megnézze a köveket: ez halra hasonlít, arcra, bogárra?
2. Előbb fesd be alapszínnel, és hagyd 15 percig száradni.
3. Vékony ecsettel vagy az ecset hátuljával rajzolj szemet, szájat és apró részleteket.
4. Adj nevet minden kavicsnak, és állítsátok őket „kőcsaládá” az ablakpárkányra vagy a kertbe.

Variáció: a kisebbek vastag ecsettel dolgoznak, kavicsonként egy színnel. A nagyobbak játékot csinálnak: számokkal vagy betűkkel ellátott kavicskészlettel szavakat raknak ki. **Vigyázz:** ha kisgyerek is van a háznál, olyan köveket válassz, amelyek nagyobbak egy ökölnél.

Nap 199 · Napnyomat színes papíron

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc + 3 óra napon · Hely: bent és az ablakpárkányon · Felügyelet: nem

A nap képes kifakítani a színeket. A gyereked tárgyakat tesz színes papírra, és néhány óra múlva megjelenik az „árnyékfényképük”.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Sötét színes papír (kék, piros vagy fekete rajzlap)
- Lapos tárgyak: falevelek, kulcsok, olló, kivágott formák
- Néhány kavics, hogy minden a helyén maradjon
- Egy napos ablakpárkány vagy kerti asztal

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd a papírt napos helyre.
2. A gyereked kirak rá egy mintát a tárgyakból, és a könnyű dolgokat kavicsokkal lenyomja.
3. Hagyd legalább 3 órán át (erős napsütésben néha már 2 óra után látszik).
4. Vedd el a tárgyakat: az alattuk levő helyek megtartották a színüket.
5. Beszélgessetek róla: miért lett világosabb a többi rész?

Variáció: a 3–4 évesek letesznek egy kezet, és egy pillanatra nyugton tartják, vagy kivágott kéz formát használnak. A 7–8 évesek két papírszínt hasonlítanak össze: melyik fakul gyorsabban?

Nap 200 · Célba dobás vödrökbe

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kert, park vagy előszoba · Felügyelet: csekély

Egyszerű célbadobó játék vödrökkel és labdákkal, amelyet végtelenül variálhatsz. A gyereked a szem-kéz koordinációt, a számolást és a pontok tisztességes vezetését gyakorolja.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 3 vödör vagy kosár különböző méretben
- 5 puha labda vagy összegöngyölt zokni
- Egy darab madzag dobóvonalnak
- Papír és ceruza a pontokhoz

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd sorba a vödröket: a legnagyobbat közel (2 méterre), a legkisebbet a legtávolabb (4 méterre).
2. Egyezzetek meg a pontokban: 1 pont a legközelebbiért, 2 a középsőért, 3 a legtávolabbiért.
3. Mindenki sorban 5 labdát dob a madzagtól.
4. Számoljátok össze együtt a pontokat, és írjátok le.
5. Játsszatok még egy kört másfajta dobással: a másik kézzel, alulról vagy csukott szemmel.

Variáció: a 3–4 évesek 1 méterről dobnak, és csak azokat a labdákat számolják, amelyek beleestek. A 7–8 évesek fejben adják össze a

pontokat, és maguk állíthatják fel a vödröket.

Nap 201 · Gyümölcsturmix készítése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent (konyha) · Felügyelet: igen

A gyereked segít turmixot készíteni gyümölcsből és tejből vagy joghurtból. Gyakorolja a nyomkodást, a töltést és a mérést, és megkóstolja, amit maga készített.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 1 banán és egy marék eper vagy más puha gyümölcs
- 150 ml tej vagy joghurt (vagy növényi helyettesítő)
- Egy tál, egy villa és egy mérőpohár
- Egy turmixgép (csak a felnőtt kezelheti)
- 2 pohár

ÍGY CSINÁLD

1. Mossatok kezet, és mossátok meg a gyümölcsöt. Hámozd meg a banánt, és vágd darabokra az epret (ezt te csinálod, vagy a gyereked műanyag késsel vágja a banánt).
2. Hagyd, hogy a gyereked villával összenyomja a gyümölcsöt a tálban.
3. Mérj ki 150 ml tejet vagy joghurtot, és öntsd hozzá.
4. Tegyél mindent a turmixgépbe, és keverd át röviden. Ezt a felnőtt csinálja.
5. Töltsd poharakba, és koccintsatok.

Variáció: a kisebbek nyomkodnak és kevernek, a nagyobbak maguk találnak ki egy összeállítást, és nevet adnak neki. **Vigyázz:** figyelj az allergiákra (tej, diófélék), a turmixgépet a gyerek soha ne kezelje, és kést csak felügyelet mellett használj.

Nap 202 · A királyi séta

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: nem

A gyereked egy könyvvel vagy kispárnával a fején végigmegy egy pályán, és gyakorolja a tartást, az egyensúlyt és a koncentrációt. Nyugodt játék, de meglepően nehéz.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy könnyű könyv, egy kis párna vagy egy jól összekötött rizseszacskó
- Egy sor párna vagy szék, amely körül lehet menni
- Egy darab madzag vagy ragasztószalag egyenes vonalnak a földön

ÍGY CSINÁLD

1. Fektesd a madzagot a padlóra körülbelül 3 méteres egyenes vonalban. Ez a vörös szőnyeg.
2. Állítsd egyenesen a gyerekedet, és tegye a könyvet a fejére.
3. Lassan menjen végig a vonalon úgy, hogy a könyv ne essen le. Kinyújthatja a karját az egyensúlyért.
4. Tedd nehezebbé: menjen ívben a párnák körül, lépjen át egy alacsony küszöböt, vagy menjen hátrafelé.
5. Számoljátok, hány lépést tesz meg a gyereked, és minden körben próbáljon eggyel többet.

Variáció: 3–4 évesnél a gyerek puha kispárnával kezd, és használhatja a kezét; 7–8 évesen két tárgyat egyensúlyoz, vagy egy pohár vizet tart a kezében. **Vigyázz:** ne használj nehéz vagy éles tárgyat, és maradj távol a lépcsőtől és az asztalok sarkaitól.

Nap 203 · Szálloda a bogaraknak

Korosztály: 4–8 év · Idő: 45 perc · Hely: kert vagy erkély · Felügyelet: igen

Hulladékból és természetes anyagokból búvóhelyet készítesz az apró rovaroknak. A gyereked megismeri a méheket, a katicabogarakat és a bogarakat, és a nyár hátralevő részében figyeli, ki költözik be.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy üres konzervdoboz (éles perem nélkül) vagy egy erős, felső nélküli tejesdoboz
- 10–15 üreges szár vagy kartongurigácska, hosszra vágva
- Fenyőtobozok, száraz ágak, szalma vagy száraz falevelek
- Madzag

ÍGY CSINÁLD

1. Ellenőrizd, hogy a doboz pereme sima-e; ha nem, ragaszd le erős szalaggal.
2. Vágd a gurigákat és a szárakat úgy, hogy pontosan beleférjenek a dobozba (a kemény száraknál ezt te csinálod).
3. A gyereked szorosan megtölti a dobozt gurigákkal, szárakkal, tobozokkal és ágakkal, hogy semmi ne essen ki.

4. Köss rá madzagot, és akaszd ki a szállodát száraz, napos helyre, a gyereked szemmagasságába.
5. Nézd meg hetente, jöttek-e már vendégek, és rajzold be őket a nyári emlékkönyvbe.

Variáció: a kisebbek virágcserepet töltenek meg száraz falevelekkel, egyszerű „hálóteremnek”. A nagyobbak vendégkönyvet készítenek rajzokkal és dátumokkal. **Vigyázz:** nézd, de ne érj hozzá a méhekhez és a darazsakhoz.

Nap 204 · Rajzolás a hátra

Korosztály: 3–8 év · Idő: 10–15 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Az ujjaddal egyszerű képet rajzolsz a gyereked hátára, ő pedig kitalálja, mi az. Gyakorolja a figyelmet, az érzékelést és a lecsendesedést.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Két családtag
- Egy szék vagy párna, amelyre le lehet ülni
- Esetleg papír és ceruza, hogy a kitalált képet le lehessen rajzolni

ÍGY CSINÁLD

1. Ültesd a gyerekedet a párnára háttal neked.
2. Lassan rajzolj egy ujjal egyszerű képet: egy házat, egy napot vagy egy szívet.
3. Kérdezd meg, mit érzett, és hagyd, hogy a gyereked tippeljen.
4. Nehéz? Rajzold meg még egyszer, kicsit nagyobban.
5. Cseréljetek helyet, és hagyd, hogy a gyereked rajzoljon neked egy képet, te pedig találd ki.

Variáció: 3–4 évesnél csak egy kört vagy egy vonalat rajzolsz. A nagyobbak betűket, számokat vagy egy egész szót rajzolnak.

Vigyázz: csak akkor csináld, ha a gyereked élvezi, és hagyd abba, amint nem akarja tovább.

Nap 205 · A kötélnégyzet

Korosztály: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kert, park vagy erdő · Felügyelet: igen

A gyereked kötélből négyzetet fektet a földre, és megvizsgál mindent, ami benne nő és fekszik. Így tanul meg jól nézelődni és számolni anélkül, hogy bármit le kellene szednie.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy körülbelül 4 méteres madzagdarab vagy négy bot
- Papír, egy kemény alátét és ceruza
- Esetleg egy nagyító

ÍGY CSINÁLD

1. Keress egy helyet a természetben, és fektess le a madzagból körülbelül 1×1 méteres négyzetet.
2. Hagyd, hogy a gyereked a földre feküdjön vagy leguggoljon, és nyugodtan nézelődjön. Mit látsz a négyzeten belül?
3. Rajzoljatok vagy számoljatok: hányféle levél, hány kő, hány lyuk vagy apró bogár van benne?
4. Kérdezd meg: „Mi a legkisebb, amit látsz? Mi a legpuhább? Mi élhetne itt?”
5. Tedd a madzagot egy másik helyre, és hasonlítsátok össze: hol látszik a legtöbb?

Variáció: 3–4 évesnél csak egyfajta dolgot számoltok, például kavicsokat; 7–8 évesen térképet készítesz a négyzetről jelmagyarázattal. **Vigyázz:** ne nyúljatok növényekhez, bogyókhoz és gombákhoz, és semmit se egyetek meg a természetből; utána mossatok kezet.

Nap 206 · Számolás tojástartóval

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: csekély

Egy üres tojástartóból számolótábla lesz. A gyereked golyókkal, babszemekkel vagy kupakokkal gyakorolja a számolást, az osztást és az összeadást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy üres, 12 tojásos tojástartó
- 12 kupak, nagy babszem vagy gomb
- Egy filctoll és egy darab papír
- Egy dobókocka

ÍGY CSINÁLD

1. Írj a filctollal 1-től 12-ig egy-egy számot a tojástartó minden rekeszébe.
2. Dobjatok együtt a kockával, és annyi kupakot tegyetek a rekeszbe, amennyit a kocka mutat.
3. Kérdezd meg: hány kupak van most? Hány rekesz üres még?
4. Játsszatok tovább, amíg minden rekesz tele nem lesz, vagy egy egész sor meg nem telik.
5. Végül osszátok el igazságosan a kupakokat két tálkába, és számoljátok meg, stimmel-e.

Variáció: a kisebbek hatig számolnak, és rekeszenként egy kupakot tesznek. A nagyobbak „3 + 4”-hez hasonló feladatokat találnak ki, és a választ a tojástartóba rakják ki. **Vigyázz:** a kupakokat és babszemeket ne add 3 évesnél kisebb gyerek kezébe.

Nap 207 · Házi limonádé

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Citromot facsarni, kóstolni és mérni: a gyereked saját nyári italt készít, és megtanul mérőpohárral dolgozni.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 3 citrom
- 1 liter hideg csapvíz
- 2–3 evőkanál méz vagy cukor (ízlés szerint)
- Citromfacsaró, mérőpohár, kancsó és hosszú kanál
- Néhány menta levél (boltból vagy a saját kertből)

ÍGY CSINÁLD

1. Te félbevágod a citromokat. A gyereked előbb erősen végiggörgeti őket az asztalon, így több levet adnak.
2. Hagyd, hogy a gyereked ráforgassa a féldarabokat a facsaróra, és felfogja a levet.
3. Öntsd a levet a kancsóba, töltsd fel 1 liter vízzel, és keverd bele a mézet.
4. Kóstoljátok meg együtt: túl savanyú? Tegyél hozzá még egy kanálnyit. Zúzd szét a mentát a tenyeredben, és tedd bele.
5. Tegyétek a kancsót fél órára hűvös helyre, aztán töltsetek.

Variáció: a 3–4 évesek gördítenek és kevernek. A 7–8 évesek maguk mérnek, és egy második kancsóval narancsot is készítenek, hogy összehasonlítsák. **Vigyázz:** a méz nem alkalmas 1 évesnél kisebb babáknak; a citromlé csípi a sebet és a szemet.

Nap 208 · Felhőtörténetek

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: kert, park vagy vízpart · Felügyelet: nem

Feküdni a fűben és nézni az eget: milyen alakokat látsz a felhőkben? A gyereked gyakorolja a fantáziát, a nyelvet, és végre teljesen megnyugszik.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy pléd vagy törölköző
- Egy nap gomolyfelhőkkel
- Papír, ceruza és fehér kréta kék papíron (utólag)

ÍGY CSINÁLD

1. Feküdjetek együtt a hátatokra. Soha ne nézz egyenesen a napba.
2. Sorban keressetek egy alakot: „Egy sárkányt látok!” Mutasd meg, hol van a feje és a farka.
3. Figyeld meg, hogyan változik a felhő: mi lesz most a sárkányból?
4. Találjatok ki együtt egy mesét, amelyben az összes felhőalak szerepel.
5. Otthon rajzold le fehér krétával kék papírra a legszebb felhőt.

Variáció: a 3–4 évesek egyszerű formákat keresnek: labdát, szívet, kiskutyát. A 7–8 évesek megtanulják a különbséget a domborodó

gomolyfelhők és a vékony tollfelhők között, és figyelik, gyorsan vagy lassan mennek-e a felhők.

Nap 209 · Dobolás a kertben

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: kert, erkély vagy park · Felügyelet: csekély

Egy fakanállal vagy bottal a gyereked felfedezi, hogyan szól másképp minden kinti tárgy, és ebből saját ritmust épít. Így gyakorolja a hallgatást és a tempót.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Gyerekenként egy fakanál vagy erős bot
- Kint megütögethető tárgyak: egy vödör, egy virágláda, egy farönk, egy kő, egy szék
- Egy darab papír és toll a ritmuskártyához

ÍGY CSINÁLD

1. Sétáljatok végig együtt a kerten, és hagyd, hogy a gyereked halkan megkopogtasson minden tárgyat. Hogyan szól? Magasan, mélyen, tompán vagy tisztán?
2. Válassz három tárgyat, és adj mindegyiknek hangot, például „bumm” a vödörnek, „kop” a kőnek és „pang” a széknek.
3. Játssz el egy négyütemes ritmust: bumm, kop, kop, pang. A gyereked utánad játssza.
4. Cseréljetek: a gyereked kitalál egy ritmust, te pedig utánajátszod.

5. Írd vagy rajzold le a kedvenc ritmusotokat papírra, és játsszátok el együtt, mint egy dalt.

Variáció: 3–4 évesnél a gyerek szabadon játszik, és a hangokat hallgatja; 7–8 évesen nyolcütemes ritmust vagy két ritmust egyszerre. **Vigyázz:** ne üss ablakot, autót vagy olyat, ami összetörhet, és gondolj a szomszédokra.

Nap 210 · Saját dal kitalálása

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyereked dalt talál ki valamiről a saját napjából, és elénekli vagy eljátssza. Ez a nyelvet, a ritmust és a bátorságot fejleszti.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Toll és papír a szöveg feljegyzéséhez
- Egy fazék és egy fakanál dobnak, vagy csak tapsolás
- Egy ismert dallam alapnak, például a „Süss fel, nap”

ÍGY CSINÁLD

1. Válasszatok együtt témát: a macskát, az időjárást, a reggelit vagy egy barátot.
2. Találjatok ki két rímelő sort, például: „Esik az eső, ázik a mező”.
3. Válasszatok egy ismert dallamot, és énekeljétek rá a szavakat, vagy találjatok ki saját dallamot.
4. Tegyetek hozzá ritmust tapssal vagy a fazéken dobolással.
5. Énekeljétek el a dalt a családnak, és írjátok le a szövegét.

Variáció: a kisebbek csak kétsoros dalt készítenek, vagy ismételnek egy szót. A nagyobbak versszakot és refrént írnak, és előadják.



Egy kis papírsárkány már halk szélben is repül.

Pixabay (artellliii72)

Nap 211 · Képeslap küldése a nyaralásról

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyereked maga készít képeslapot, és postán elküldi a nagyszülőknek vagy egy barátjának. Gyakorolja a rajzolást és az írást, és megtanulja, hogyan ér célba egy levél.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Erős karton képeslap méretben (10×15 cm)
- Színes ceruza vagy filctoll
- Egy bélyeg és a címzett címe

ÍGY CSINÁLD

1. Hagyd, hogy a gyereked az elejére rajzoljon valamit, amit idén nyáron csinált: a vízpartot, a kerti sátrat, egy fagyit.
2. A hátoldalon húzz egy vonalat a közepén: balra a szöveg, jobbra a cím.
3. A gyereked elmondja, mit írjanak rá; írd le, vagy hagyd, hogy maga írja.
4. Ragaszd a bélyeget a jobb felső sarokba. A gyereked rajzol mellé egy saját „pecsétet”.
5. Sétáljatok el együtt a postaládához, és hagyd, hogy a gyereked dobja bele a lapot.

Variáció: a kisebbek rajzolnak, és saját firkával aláírják. A nagyobbak maguk másolják le a címet, és kérdeznek valamit a lapon, hogy válasz is érkezzen.

Nap 212 · Nyári játékok a kertben

Korosztály: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: kert vagy park · Felügyelet: igen

Zárd le a júliust egy saját sportnappal: öt rövid versenyszám, egy dobogó és kartonból készült érmek. A gyereked mozog, megtanul nyerni és veszíteni, és mindenekelőtt részt venni.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy kanál és egy főtt tojás vagy krumpli
- Párnahuzatok vagy régi zsákok a zsákban futáshoz
- Egy madzag, egy labda, egy vödör
- Karton, olló, szalag és filctoll az érmekhez

ÍGY CSINÁLD

1. Készítsétek el együtt az érmeket: kartonkörök, szalaggal átfűzve.
2. Állíts fel öt versenyszámot: tojásvivés kanálon (10 méter), zsákban futás, távolugrás a madzagtól, labdadobás a vödörbe és hátrafelé futás.
3. Mindegyik számot sorban csináljátok; egy felnőtt a játékvezető, aki mér vagy számol.
4. A végén mindenki kap egy érmet, de saját címmel: „leggyorsabb zsákfutó”, „legkitartóbb”.
5. Zárjátok egy pohár vízzel egy házi dobogón, amelyet egy fordított rekesz ad.

Variáció: a 3–4 évesek három számot csinálnak, rövid távon. A 7–8 évesek maguk kitalálnak egy extra számot, és eredménylistát vezetnek. **Vigyázz:** zsákban futni puha füvön szabad, ne járdán; meleg időben igyatok eleget.

Augusztus

Ebben a hónapban

Az augusztus a teljes nyár: meleg napok a Balatonnál vagy az erdőben, nyári zivatarok, és esték, amikor már megint egy kicsit korábban sötétedik. Sok család nyaral, vagy otthon van, és van ideje a kinti játékra. A hónap tevékenységei elférnek egy táskában, jók a kempingben, a vízparton, az erdőben és a kertben, néhány pedig kifejezetten ömlő esőre való.

Nap 213 · Kincses térkép és kincskeresés

Korosztály: 4–8 év · Idő: 45 perc · Hely: kert, ház vagy kemping · Felügyelet: csekély

A gyereked térképet rajzol a kertről vagy a házról, elrejt egy kincset, hogy valaki más megkeresse. Gyakorolja a térbeli gondolkodást, a rajzolást és az útbaigazítást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy lap papír (A4), ceruza és színes ceruza
- Egy hideg fekete teafilter vagy egy kevés kávézacc, hogy a papír „régi” legyen (nem kötelező)
- Egy kis „kincs”: egy szép kő, egy cetli, egy finom falat egy dobozban

ÍGY CSINÁLD

1. Dörzsöljétek be közösen a papírt a hideg, nedves teafilterrel, és hagyjátok megszáradni: így olyan lesz, mint egy régi térkép.
2. Sétáljatok végig a kerten vagy a házon. A gyereked lerajzolja a legfontosabb dolgokat: a fát, a fészert, a padot, az ajtót.
3. Rejtsd el a kincset, és tegyél egy nagy X-et a térképre.
4. Rajzolj szaggatott vonalat megállókkal: „számolj 10 lépést a fától”.

5. Add a térképet egy másik családtagnak, és nézd meg, megtalálja-e a kincset. Utána cseréljetek.

Variáció: a 3–4 évesek 3 nagy képes térképet kapnak, és egyedül keresnek. A 7–8 évesek szélrózsát használnak (észak–kelet–dél–nyugat), és rejtvényeket írnak útmutatónak.

Nap 214 · Kincsvadászat a vízparton

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: vízpart · Felügyelet: igen

A parton mindenféle dolgot találsz: nádat, kagylóhéjat, tollat, fadarabokat. A gyereked keres, összehasonlít, és megtanulja, mit hoz a víz (és mi az, ami nem oda való).

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy vödör és egy erős zsák a szemétnek
- Kertészkesztyű vagy munkakesztyű
- Egy lista 8 dologról, amit meg kell találni (lerajzolva)

ÍGY CSINÁLD

1. Otthon rajzold meg a keresőlistát: egy toll, egy kagylóhéj, nád, egy fadarab, egy sima kő, egy csigaház, egy madzag, valami műanyag.
2. Sétáljatok végig együtt a vízparton. A gyereked kipipálja, amit talál.
3. A természetes leletek a vödörbe kerülnek; a műanyag és a madzag a szemeteszsákba.
4. Keressetek egy helyet, és magyarázzátok el: mi származik a vízből, és mi az emberektől?
5. Dobjátok ki rendesen a szemetet, és vigyél haza egy természetes leletet a nyári emlékkönyvbe.

Variáció: a 3–4 évesek csak kagylóhéjat és tollat keresnek. A 7–8 évesek megszámolják a műanyag darabokat, és megbeszélik, hogyan

lehetne ezt elkerülni. **Vigyázz:** éles tárgyakhoz, üvegcserephez, injekciós tűhöz és ismeretlen edényekhez soha ne nyúlj; a víz közelében ne maradj felnőtt nélkül.

Nap 215 · Homoktorták sütése

Korosztály: 3–6 év · Idő: 30 perc · Hely: homokozó vagy vízpart · Felügyelet: csekély

A gyereked pék lesz, és nedves homokból tortát meg kekszet készít. Nyugodt szerepjáték, amelyben formákat gyakorol, számol, és arról beszél, hogy „mennyibe kerül?”.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Nedves homok
- Formák, poharak, egy kuglófsütő forma vagy muffinforma
- Díszítés: kagylók, kavicsok, falevelek, ágak gyertyának
- Egy deszka vagy darab karton pultnak

ÍGY CSINÁLD

1. Nedvesítsd meg jól a homokot; úgy jó, ha golyóvá szorítva megáll.
2. Hagyd, hogy a gyereked megtöltse a formákat, lenyomja, és a deszkára borítsa.
3. Díszítsétek a tortákat kagylókkal és kavicsokkal. Számoljátok meg együtt a „gyertyákat”.
4. Játsszatok boltost: te vagy a vásárló, és „egy tortát kérsz három gyertyával és egy kagylóval”.
5. Fizess falevelekkel, a gyereked pedig adjon vissza.

Variáció: a legkisebbek csak tortákat készítenek, és elfújják a gyertyákat. A 6 évesek árat adnak minden tortának (1, 2 vagy 3 falevél), és elszámolnak.

Nap 216 · Színvadászat az erdőben

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: erdő vagy park · Felügyelet: igen

Hányféle zöld árnyalat létezik? A gyereked egy színes mezőkkel teli kártyával indul vadászatra. Gyakorolja a nézelődést, az összehasonlítást és a színek megnevezését.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy darab karton (A5) kétoldalas ragasztószalaggal
- Színes ceruza vagy filctoll

ÍGY CSINÁLD

1. Otthon színezz ki a karton tetején 6 mezőt: világoszöld, sötétzöld, barna, sárga, piros, szürke.
2. Ragassz alájuk egy csík kétoldalas ragasztószalagot.
3. Keress az erdőben lehullott leveleket, mohát, kérget vagy kis tollakat ugyanilyen színekben.
4. Ragaszd az egyes leleteket a megfelelő színmező alá.
5. Nézzétek meg együtt, melyik színt volt a legkönnyebb megtalálni, és melyiket a legnehezebb.

Variáció: a 3–4 évesek három színt keresnek. A 7–8 évesek a leleteiket világostól sötétig sorba rakják. **Vigyázz:** csak azt szedd fel, ami már a földön van, és semmit ne vegyél a szádba: a gombák és a bogyók maradjanak, ahol vannak.

Nap 217 · Kunyhó ágakból

Korosztály: 4–8 év · Idő: 1 óra · Hely: erdő (ahol szabad) vagy kert · Felügyelet: igen

Együtt kunyhót építeni egy fa mellett egyszerre kaland és technika. A gyereked megtanul cipelni, rakni és együtt dolgozni, és utána van egy saját búvóhelye.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy erdő, ahol szabad kunyhót építeni (figyeld a táblákat), vagy egy kert ágakkal
- Különböző hosszúságú lehullott ágak
- Munkakesztyű
- Madzag (nem kötelező)

ÍGY CSINÁLD

1. Keress egy stabil fát vagy egy kidőlt törzset középpontnak.
2. Te állíts két hosszú ágat ferdén a fának úgy, hogy háromszöget alkossanak.
3. A gyereked rövidebb ágakat állít egymás mellé a hosszú ágakhoz, mint egy falat.
4. Fonj vékony vesszőket és egy réteg lehullott levelet az ágak közé.
5. Másszatok be együtt. Sötét van? Beszél még a szél? Mit lehetne javítani?

Variáció: a 3–4 évesek „fészket” készítenek a földön levelekből és ágacskákból. A 7–8 évesek olyan kunyhót építenek, amelyben két gyerek elfér, és ajtót is csinálnak hozzá. **Vigyázz:** élő fáról ne törj le ágat; a nehéz ágakat felnőtt emeli.

Nap 218 · Kéreg- és levéldörzsölés

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: erdő, park vagy kert · Felügyelet: nem

Papírral és zsírkrétával láthatóvá teheted a fakéreg és a levelek szerkezetét. A gyereked felfedezi, hogy minden fának saját „ujjlenyomata” van.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Vékony fehér papír (sima nyomtatópapír, 5–6 lap)
- Zsírkréta papír nélkül
- Ragasztószalag vagy írótábla

ÍGY CSINÁLD

1. Válassz egy durva kérgű fát. Ragaszd a papírt a törzshöz, vagy tartsd erősen.
2. A gyereked a kréta hosszú oldalával végigdörzsöli a papírt. A minta magától megjelenik.
3. Csináld ugyanezt két-három másik fánál, mindig más színnel.
4. Tegyél néhány lehullott levelet egy lap alá, és dörzsöld át: az erek láthatóvá válnak.
5. Otthon találgassatok: melyik dörzsölés melyik fához tartozik?

Variáció: 3–4 évesnél te tartod a papírt. A 7–8 évesek ráírják a fa nevét (tölgy, bükk, nyír), és összehasonlítják a sima és a durva kérget.

Nap 219 · Fodrászat a babáknak

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20–30 perc · Hely: bent · Felügyelet: csekély

A gyereked fodrászt játszik egy babának vagy plüssállatnak. Gyakorolja a gondoskodást, a „vendéggel” való beszélgetést és a finommotorikát.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy hajas baba vagy egy plüssállat
- Egy hajkefe, fésű és hajgumik
- Egy törölköző vagy ruha fodrászköpenynek
- Egy tükör
- Egy üres palack vízzel a permetezéshez (csak víz)

ÍGY CSINÁLD

1. Rendezd be a fodrászatot: egy szék a vendégnek, egy tükör, és a dolgok sorban.
2. Hagyd, hogy a gyereked üdvözölje a „vendéget”, és megkérdezze, milyen frizurát szeretne.
3. Mosás, fésülés, kefélés. Utána próbáljatok két copfot vagy egy fonatot.
4. Hagyd, hogy a gyereked játékpénzzel vagy egy rajzzal elszámoljon, és szóljon: „Jöhet a következő!”
5. Cseréljetek szerepet: te vagy a vendég, és a gyereked megkefélheti a te hajadat.

Variáció: a kisebbek főleg kefélnek és fésülnek. A nagyobbak fonást gyakorolnak, és időpontfüzetet vezetnek. **Vigyázz:** soha ne vágj valódi hajat, és ne használj igazi ollót.

Nap 220 · Sógyurma gyúrása

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc + játék · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Házi gyurma három hozzávalóból. A gyereked mér, gyúr és formáz, ami jót tesz a keze erejének és finommotorikájának.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 250 g liszt
- 125 g finom só
- körülbelül 150 ml langyos víz
- 1 evőkanál olaj
- Ételfesték (nem kötelező)
- Egy nagy tál és formák

ÍGY CSINÁLD

1. A gyereked kanállal beleszórja a lisztet és a sót a tálba, és megkeveri.
2. Fokozatosan öntsd hozzá a vizet és az olajat, miközben a gyereked kever.
3. Gyúrd kézzel 5 percig, amíg a tészta sima és rugalmas lesz. Ragad? Tegyél hozzá egy kis lisztet.
4. Oszd golyókra, és mindegyik golyóba gyúrj bele néhány csepp ételfestéket.
5. Formázzatok állatokat, betűket vagy ételt a plüssállatoknak. A tésztát zárt dobozban, a hűtőben

tárold.

Variáció: a 3–4 évesek kígyókat és golyókat gurítanak. A 7–8 évesek kis figurát formáznak, amelyet te a sütőben kikeményítesz (2 óra 100 °C-on), és később kifestenek. **Vigyázz:** a sógyurmát nem szabad megenni (sok só van benne); a sütőt csak a felnőtt kezeli. Glutént tartalmaz.

Nap 221 · Vízi pálya papírgurigákból

Korosztály: 4–8 év · Idő: 45 perc · Hely: kert vagy erkély · Felügyelet: igen

A víz felülről kanyargós csatornákon folyik lefelé. A gyereked épít, kipróbál és javít: igazi technika hulladékból.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6–8 papírgurigát (vagy műanyag palackot, amelyet a felnőtt hosszában félbevágott)
- Erős ragasztószalag (festőszalag vagy ragasztószalag)
- Egy kerítés, fal vagy fejjel lefelé fordított kerti asztal
- Egy locsolókanna vagy kancsó víz
- Egy vödör alul

ÍGY CSINÁLD

1. Vágd hosszában nyitottra a gurigákat (ezt együtt csináljátok gyerekollóval), vagy használd a félbevágott palackokat.
2. Ragaszd az első csatornát a kerítés tetejére, kissé ferdén.
3. A gyereked alatta ragasztja a következőt, ferdén a másik irányba, hogy a víz beleessen.
4. Folytassátok egészen le, és tedd a vödröt alá.
5. Önts vizet felülről. Kicsordul? Told el az egyik csatornát, és próbáld újra. Hagyj „csúszni” egy kupakot

vagy parafadugót is.

Variáció: a 3–4 évesek egyetlen hosszú csatornán öntik a vizet egy tálba. A 7–8 évesek mérik, hány másodpercig tart a víznek az út, és meghosszabbítják a pályát. **Vigyázz:** a levágott palackok műanyag széleit ragaszd le; a karton pár használat után meglágyul, ezért aznap építsd meg.

Nap 222 · Óriás szappanbuborék

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc elkészítés + 30 perc játék · Hely: kint · Felügyelet: igen

Magad készíted a buborékfújó folyadékot, aztán a lehető legnagyobb buborékokat fújod. A gyereked nyugodt légzést, futást és csodálkozást gyakorol.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 500 ml víz
- 100 ml mosogatószer
- 1 evőkanál cukor
- Egy lapos edény (például egy tepsi)
- 2 szívószál és 1 méter madzag, vagy egy drót vállfa, amelyet te körré hajlítasz

ÍGY CSINÁLD

1. Óvatosan keverd össze a vizet, a mosogatószert és a cukrot, habzás nélkül. Lehetőleg hagyd állni egy órát.
2. Fűzd át a madzagot a két szívószálon, és kösd össze a végeit: ez a buborékfújód.
3. Merítsd a madzagot az edénybe, és óvatosan emeld ki a szívószálakat fogantyúnak használva.
4. Lassan lépkedj hátrafelé, vagy hagyd, hogy a szél belefújjon: egy óriásbuborék!

5. Próbáld ki: szélben vagy szélcsendben megy jobban? Számold meg, hány színt látsz egy buborékban.

Variáció: a kisebbek simán szívószálon át fújnak, kezüket ökölbe szorítva a szívószál köré. A nagyobbak megpróbálnak egy buborékot egy buborékban. **Vigyázz:** a buborékfolyadékot nem szabad meginni, és a szemet nem szabad dörzsölni; ha mégis megtörténne, öblítsd ki a szemet vízzel. A folyadékos edény csúszóssá teheti a talajt, ezért füvön játsszatok.



Óriásbuborékok egy madzaggal és két szívószállal.
Pixabay (Alexas_Fotos)

Nap 223 · Mi következik? Minták kirakása

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyereked tárgyakból sorokat rak ki, és rájön, milyen minta rejlik mögöttük. Gyakorolja a logikus gondolkodást és a jóslást, ami jó alap a számoláshoz.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Háromféle tárgy több példányban, például 6 kanál, 6 zokni és 6 építőkocka
- Egy hosszú, sík felület, például a padló vagy az asztal
- Esetleg papír a minták lerajzolásához

ÍGY CSINÁLD

1. Rakjatok ki együtt egy rövid mintát: kanál, zokni, kanál, zokni. Kérdezd meg: „Mi következik?”
2. Hagyd, hogy a gyereked folytassa a mintát a sor végéig.
3. Nehezítsd három tárggyal: kanál, kanál, zokni, kanál, kanál, zokni.
4. Rakj ki egy sort hibával, és hagyd, hogy a gyereked megkeresse és kijavítsa a hibát.
5. Cseréljetek: a gyereked kitalál egy mintát, te pedig befejezed. Rajzoljatok párat papírra is.

Variáció: 3–4 évesnél két fajta nagy tárgyat használj; 7–8 évesnél növekvő mintákat készíts (1 kocka, 2 kocka, 3 kocka). **Vigyázz:** ne

használj apró tárgyakat, ha kisebb gyerek (3 év alatti) is van a közelben.

Nap 224 · Mozaik papírdarabkákból

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A régi újságokból és prospektusokból apró színes darabkák lesznek. A gyereked tépked, válogat, és képet ragaszt össze: jót tesz az ujjaknak és a türelemnek.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Régi újságok, prospektusok vagy színes papír
- Egy lap karton (A4)
- Egy ragasztóstift
- Néhány tálka a színek szétválogatásához

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj közösen ceruzával egy egyszerű formát a kartonra: egy halat, egy napot, egy fagyit.
2. A gyereked körülbelül 1×1 cm-es kis papírdarabokat tép, és színek szerint a tálkákba válogatja.
3. Kend be a rajz egy kis részét ragasztóval, és ragaszd egymás mellé szorosan a darabkákat.
4. Dolgozzatok mezőről mezőre, amíg a forma teljesen ki nem telik; a hátteret csináld más színnel.

Variáció: a 3–4 évesek nagyobb darabokat tépnek, és szabadon ragasztják. A 7–8 évesek pontosan négyzeteket vágnak, és mintát vagy betűt készítenek.

Nap 225 · Piknik tervezése és előkészítése

Korosztály: 4–8 év · Idő: 1 óra · Hely: konyha és kint · Felügyelet: igen

A bevásárlólistától a szendvicsek megkenéséig: a gyereked (majdnem) maga szervezi a pikniket. Gyakorolja a tervezést, a számolást és az önállóságot.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Papír és ceruza
- Kenyér, felvágott vagy készítmény, zöldség és gyümölcs
- Egy vajazókés vagy gyerekkés lekerekített heggyel
- Fedeles dobozok és egy hűtőtáska hűtőakkuval

ÍGY CSINÁLD

1. Számoljátok meg együtt, hányan mentek. A gyereked listát rajzol: fejenként 2 szendvics, 1 darab gyümölcs, 1 pohár.
2. Nézzétek meg a konyhában, mi van már meg, és pipáld ki; ami hiányzik, az megy a bevásárlólistára.
3. A gyereked megkeni a szendvicseket, és ráteszi a feltétet. Te vágod a zöldséget.
4. Pakoljátok be együtt a hűtőtáskát: a nehéz dolgok alulra, a gyümölcs felülre.
5. Menjetek a parkba vagy a kertbe, és hagyd, hogy a gyereked mindenkit kiszolgáljon.

Variáció: a 3–4 évesek megszámolják a poharakat, és megtöltik a dobozokat. A 7–8 évesek maguk írják a listát, és kiszámolják, összesen hány szendvics kell. **Vigyázz:** vedd figyelembe az allergiákat, és a romlandó ételt tartsd hűvösen.

Nap 226 · Esőcsepp-verseny az ablakon

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent, az ablaknál · Felügyelet: nem

A zápor versennyé válik: melyik csepp ér le elsőként? A gyereked gyakorolja a nézelődést és a várakozást, és arról is beszélgettek, miért gyorsabb az egyik csepp.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy ablak, amelynek a külső oldalán esőcseppek vannak
- Egy táblafilc vagy ablakkréta (a belső oldalra)
- Papír és ceruza a pontokhoz

ÍGY CSINÁLD

1. Válasszatok mindketten egy cseppet az ablak tetején, és tegyél belülről egy pontot a te cseppedhez.
2. Kövesd a cseppedet az ujjaddal. Ki ér le elsőként?
3. Rajzold le a nyertes csepp útját a filccel.
4. Nézzétek meg együtt: gyorsabbak a nagy cseppek, mint a kicsik? Mi történik, ha két csepp összeér?
5. Játsszatok öt kört, és vezessétek a pontokat vonalkákkal.

Variáció: a kisebbek nevet adnak a cseppjüknek, és biztatják. A nagyobbak leírják, mit gondolnak („a nagy cseppek gyakrabban

nyernek”), és megszámolják, igaz-e. Utána nedves ruhával töröld le a filcet.

Nap 227 · Távcső papírgurigából

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc elkészítés + 30 perc kint · Hely: bent és kint · Felügyelet: nem

Két kartongurigából távcső lesz a kempingbe vagy a parkba. A gyereked így célzottan nézi a madarakat, a hajókat vagy a felhőket.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2 üres WC-papír guriga
- Ragasztószalag vagy ragasztó
- Festék vagy filctoll a díszítéshez
- Egy 60 cm-es madzag vagy szalag
- Egy lyukasztó vagy egy ceruzahegy a lyukakhoz

ÍGY CSINÁLD

1. Ragaszd egymás mellé a két gurigát.
2. A gyereked kifesti vagy filctollal díszíti őket.
3. Te csinálsz minden guriga külső oldalán egy lyukat, és átköted rajta a szalagot, hogy a távcsövet a nyakadba lehessen akasztani.
4. Menjetek ki, és keressetek együtt: egy madarat a fán, egy repülőt, egy piros ajtót.
5. Játsszátok a „Látok valamit, amit te nem látsz” játékot a távcsővel.

Variáció: a 3–4 évesek egy gurigából készítenek „teleszkópot”. A 7–8 évesek madárlistát vezetnek, a látottak rajzával. **Vigyázz:** a szalagot a nyakban csak felügyelet mellett viseld; mászókán és alvás közben vedd le.

Nap 228 · Szivárvány a kertben

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20–25 perc · Hely: kint (nap kell hozzá) · Felügyelet: igen

Egy pohár vízzel és napfénnyel a gyereked szivárványt varázsol a papírra. Megtudja, hogyan bomlik színekre a fény.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy átlátszó pohár, megtöltve vízzel
- Egy fehér lap papír
- Egy napos ablakpárkány vagy hely a kertben
- Színes ceruza

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd a poharat egy asztal vagy ablakpárkány szélére, ahová süt a nap.
2. Tedd a fehér papírt a földre, a pohár alatt körülbelül 30 cm-re.
3. Forgasd a poharat, és mozgasd a papírt, amíg színes csíkok nem jelennek meg rajta.
4. Hagyd, hogy a gyereked megnevezze a színeket: piros, narancs, sárga, zöld, kék és lila.
5. Rajzold le a szivárványt színes ceruzával.

Variáció: a kisebbek főleg a színeket fedezik fel. A nagyobbak egy tál vízzel és egy kis tükörrel is kipróbálják. **Vigyázz:** soha ne nézz

közvetlenül a napba, sem a tükörről visszaverődő napfénybe; akkor működik a legjobban, ha a nap alacsonyan áll.

Nap 229 · Természetjáró bingó

Korosztály: 4–8 év · Idő: 1 óra · Hely: dombos erdei ösvény vagy mező · Felügyelet: igen

Séta a természetben egy kereső kártyával. A gyereked figyeli a növényeket, az állatokat és a nyomokat, és megtanulja, hogy itt csak nézünk, és semmit sem viszünk el.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy saját készítésű bingókártya 9 mezővel
- Egy ceruza
- Víz és napkrém

ÍGY CSINÁLD

1. Otthon rajzold meg a mezőket: egy hangyaboly, egy fenyőtoboz, egy csigaház, egy pillangó, egy pad, egy sirály, egy nagy kő, egy énekelő madár, egy turistajelzés.
2. Válassz egy 2–4 km-es útvonalat, és maradj az ösvényen.
3. A gyereked keresztet tesz mindenhez, amit lát vagy hall.
4. Tarts szünetet egy magas ponton, és nézzétek meg együtt a tájat vagy a vizet.
5. Megvan három egy sorban? Akkor a gyereked döntheti el a visszautat.

Variáció: a 3–4 évesek 4 nagy képet kapnak. A 7–8 évesek útközben elolvassák a tájékoztató táblákat, és leírnak egy új érdekességet.
Vigyázz: maradj az ösvényeken (védett terület), ne szedj le semmit, és vigyél elég vizet; figyelj a kullancsokra, és túra után nézd át a bőrt.

Nap 230 · Belefér egy percbe?

Korosztály: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: nem

A gyereked megbecsüli, mennyit tud csinálni pontosan egy perc alatt, majd a konyhai időzítővel kipróbálja. Így időérzéket szerez, megtanul becsülni és számolni.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy konyhai időzítő, homokóra vagy másodpercmutatós óra
- Papír és toll a feljegyzéshez
- Egyszerű feladatok: ugrálás, kockák rakosgatása, hangos számolás, tapsolás

ÍGY CSINÁLD

1. Válassz egy feladatot, például ugrókötelezést vagy kockarakást.
2. Kérdezd meg a gyerekedet, szerinte hányat tud csinálni egy perc alatt, és írd le a számot.
3. Állítsd az időzítőt egy percre, és hagyd, hogy a gyereked elinduljon. Számolj vele, és írd le a valódi számot.
4. Hasonlítsd össze: a becslés túl alacsony volt, túl magas vagy pontos? Beszélgessetek arról, amit láttok.
5. Próbálj ki egy másik feladatot, és nézd meg, jobb lesz-e a becslés.

Variáció: 3–4 évesnél 30 másodpercet használj, és te számolsz vele; 7–8 évesnél táblázatot készítesz több feladattal, és kiderítitek, melyikből lesz a legtöbb. **Vigyázz:** hagyd abba, ha a gyereked fáradt vagy kifulladt, és ne ugorjon túl hevesen kemény padlón.

Nap 231 · Homokkép

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc + száradás · Hely: kint, asztalnál · Felügyelet: csekély

A gyereked ragasztóval „rajzol”, és homokot szór rá. Ami megtapad, az olyan képpé válik, amelyen a vízpart durva szerkezete látszik.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Erős karton vagy vastag papír
- Fehér hobbiragasztó flakonban
- Egy tálka finom, száraz homok (a vízpartról vagy a homokozóból)
- Egy nagy tálca vagy doboz
- Esetleg apró kagylók

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj ceruzával egy formát: egy halat, egy hullámot, egy csónakot.
2. Tedd a kartont a dobozba, és hagyd, hogy a gyereked ragasztóval végigkövesse a vonalakat.
3. Szórj kanállal bőven homokot rá.
4. Emeld fel a kartont, és ütögesd le a homokot a dobozba: megjelenik a rajz.
5. Ha szeretnéd, nyomj kagylókat a nedves ragasztóba, és hagyd az egészet néhány órát száradni.

Variáció: a 3–4 évesek ecsettel kenik szét a ragasztót egy nagy felületen. A 7–8 évesek a homokot néhány csepp ételfestékkel színezik (hagyd megszáradni), és két-három színnel dolgoznak.

Nap 232 · Napóra a kertben

Korosztály: 5–8 év · Idő: 15 perc + óránként 2 perc · Hely: kert, erkély vagy vízpart · Felügyelet: nem

Egy bot és néhány kő megmutatja, hány óra van. A gyereked felfedezi, hogy az árnyék együtt forog a nappal, és gyakorolja az órát.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy körülbelül 50 cm-es egyenes bot
- 12 kavics vagy kagylóhéj
- Egy filctoll a kavicsok megszámozásához
- Egy óra vagy ébresztőóra a házban
- Egy napos nap

ÍGY CSINÁLD

1. Szúrd a botot egyenesen a fűbe vagy a homokba, olyan helyen, ahová egész nap süt a nap.
2. Reggel nézd meg az órát, például 9-kor. Tegyél a „9”-es kavicsot az árnyék végére.
3. Minden egész órakor gyere vissza, és tegyél le új kavicsot a megfelelő számmal.
4. A nap végén nézzétek meg: merre fordult az árnyék? Mikor volt a legrövidebb?
5. Másnap próbáld kitalálni az időt óra nélkül.

Variáció: a kisebbek csak reggelinél, ebédnél és vacsoránál tesznek le egy követ. A nagyobbak madzaggal megmérik az árnyék hosszát, és összehasonlítják. **Vigyázz:** soha ne nézz egyenesen a napba.

Nap 233 · Tutajok ágakból

Korosztály: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: kert, erdő vagy sekély patak mellett · Felügyelet: igen

Ágak, madzag és egy levél vitorlának: a gyereked tutajt épít, és vízre teszi. Gyakorolja a csomózást, az építést, és kipróbálja, hogy úszik-e valami.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 8–10 egyenes, körülbelül 15 cm-es ág
- Madzag vagy erős fonal
- Egy nagy levél vagy darab szövet vitorlának
- Egy tál víz vagy egy sekély, nyugodt kis patak

ÍGY CSINÁLD

1. Fektesd az ágakat egymás mellé, mint egy padlót.
2. Kösd a madzagot az első ág köré, és fond át felváltva fölé-alá az összes ágon. Ugyanezt csináld a másik oldalon is.
3. Szúrj egy függőleges ágat a közepére a padló és a levél közé, és tűzd rá a levelet vitorlának.
4. Tedd a tutajt a tálba vagy a patakba. Úszik? Felborul?
5. Rakj rá egy kis követ „utasnak”, és nézd meg, mennyit bír el.

Variáció: a 3–4 évesek egy vastag ágat vagy egy levelet úsztatnak, és fújják előre. A 7–8 évesek két tutajt építenek, és versenyeznek.

Vigyázz: csak sekély, nyugodt víznél, és mindig úgy, hogy felnőtt van közvetlenül mellettetek.

Nap 234 · A nagy olvadási verseny

Korosztály: 3–8 év · Idő: 10 perc + 1 óra figyelés · Hely: bent és kint · Felügyelet: nem

A lakás mely részén olvad el leggyorsabban egy jégkocka? A gyereked megjósolja, különböző helyekre teszi a kockákat, és ellenőrzi. Az első igazi kísérlet, eredménnyel.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6 egyforma méretű jégkocka
- 6 egyforma kistányér
- Papír és ceruza
- Egy óra vagy konyhai időzítő

ÍGY CSINÁLD

1. Találjatok ki közösen 6 helyet: napos ablakpárkány, hűtő, fürdőszoba, árnyék kint, nap kint, sötét ruhán.
2. Hagyd, hogy a gyereked minden helyhez rajzoljon egy képet, és tippeljen: gyorsan, közepesen vagy lassan?
3. Tegyél minden helyre egy tányért egy jégkockával, és jegyezd fel az időt.
4. Nézzetek rájuk 15 percenként. Melyik kocka lesz elsőként teljesen víz?
5. Hasonlítsd össze a tippel: mi egyezett, és mi nem?

Variáció: a 3–4 évesek csak a „napot” és az „árnyékot” hasonlítják össze. A 7–8 évesek leírják az időket, és sorba rakják a helyeket.

Nap 235 · A bicikli vagy roller mosása

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20–30 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

A gyereked segít megmosni a biciklit, a rollert vagy a futóbiciklit. Megtanul vigyázni a holmijára, és gyakorolja a vízzel és a szivaccsal való munkát.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- A gyereked biciklije, rollere vagy futóbiciklije
- Egy vödör langyos víz és egy kevés enyhe szappan
- Egy szivacs és egy puha ruha
- Egy régi törölköző vagy rongy a szárításhoz
- Esetleg egy üres virágpermetező

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd a biciklit biztonságos helyre, fűre vagy a járdára.
2. Hagyd, hogy a gyereked a nedves szivaccsal beszappanozza a vázat.
3. Tisztítsátok meg a kerekeket és az ülést, és puha ruhával törölj le róluk a szappant.
4. Öblítsd le virágpermetezővel vagy egy tál tiszta vízzel.
5. Szárítsd meg az egészet, és ellenőrizzétek együtt, elég kemények-e még a gumik.

Variáció: a kisebbek főleg a kerekeket mossák, és játszanak a vízzel. A nagyobbak a csengőt és a lámpákat is ellenőrzik. **Vigyázz:** vödröt

soha ne hagyj felügyelet nélkül, és ne használj erős tisztítószert.

Nap 236 · Az ejtőernyő-játék

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15–20 perc · Hely: kint vagy nagy szoba · Felügyelet: igen

Egy lepedővel vagy nagy terítővel több játékos együtt mozgásban tart egy labdát. Ehhez együttműködés, ritmus és sok móka kell.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy régi lepedő vagy nagy asztalterítő
- Egy puha labda vagy egy összegöngyölt zokni
- 3 vagy több játékos
- Egy füves terület vagy egy üres szoba

ÍGY CSINÁLD

1. Mindenki megfogja a lepedő szélét, és kifeszíti.
2. Tedd a labdát a közepére, és a játékosok finoman mozgassák a lepedőt fel és le.
3. Próbáljátok elgurítani a labdát a lepedő egyik végétől a másikig.
4. Kiálts „hullám!”, és csináljatok együtt nagy hullámokat, vagy „csend!”, hogy megnyugodjatok.
5. Sorban egy játékos fusson át a lepedő alatt, miközben a többiek magasra tartják.

Variáció: a kisebbek nyugodtan mozgatják a lepedőt, és hagyják gurulni a labdát. A nagyobbak megpróbálják pattogtatni a labdát, és

számolják, hányszor. **Vigyázz:** ne használj kemény vagy nehéz labdát, és legyen elég hely.

Nap 237 · Pohártelefon

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15–20 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: igen

Két pohár és egy madzag „telefont” alkot, amellyel a gyereked üzenetet ad át. Felfedezi, hogyan terjed a hang a madzagon.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2 erős papír vagy műanyag pohár
- Körülbelül 3 méter vékony madzag vagy gyapjúfonal
- Egy ceruza a lyukak készítéséhez (csak felnőtt)
- Két gombóc ragasztószalag a csomók megerősítéséhez

ÍGY CSINÁLD

1. Készíts minden pohár aljába egy kis lyukat (felnőtt).
2. Dugd át a madzagot mindkét lyukon, és köss rá belül egy nagy csomót.
3. Álljatok távol egymástól, amíg a madzag kifeszül.
4. Az egyik halkan beszél a poharába, a másik a poharat a füléhez tartja.
5. Próbáljátok ki laza madzaggal is. Mit veszel észre?

Variáció: a kisebbek egyszerű szavakat suttognak, például neveket. A nagyobbak titkos szót adnak át, és növelik a távolságot. **Vigyázz:** éles tárgyat felnőtt nélkül ne használj.

Nap 238 · Elutazom, és viszek magammal…

Korosztály: 4–8 év · Idő: 15–30 perc · Hely: bárhol (autó, vonat, sátor) · Felügyelet: nem

Klasszikus memóriajáték útra, kellékek nélkül. A gyereked gyakorolja az emlékezést, a sorban játszást és a szavak kitalálását.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Csak a hangotok
- Esetleg papír és ceruza a pontok vezetéséhez

ÍGY CSINÁLD

1. Az első játékos azt mondja: „Elutazom, és viszek magammal: egy törölközőt.”
2. A következő megismétli az egészet, és hozzátesz valamit: „…egy törölközőt és egy napszemüveget.”
3. Így megy körbe. Aki elfelejt valamit, vagy rossz sorrendben mondja, segítséget kap a többiektől, és ő kezdi a következő kört.
4. Számoljátok meg, hány dolog fér a bőröndbe, mielőtt elrontjátok.
5. Utána játsszatok témakört: csak állatok, csak ételek, vagy minden ugyanazzal a kezdőbetűvel.

Variáció: a 3–4 évesek három-négy dologgal játszanak, és gesztusokkal segíthetik az emlékezést. A 7–8 évesek az ábécé szerint

játszanak: alma, béka, cica és így tovább.

Nap 239 · Függődísz papírformákból

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25–30 perc · Hely: bent · Felügyelet: csekély

A gyereked színes papírból formákat vág ki, és egy ágra vagy vállfára akasztja őket. Gyakorolja a vágást, az egyensúlyt és a színválasztást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Színes papír vagy kis kartonok
- Gyerekolló és ceruza
- Egy vékony ág vagy vállfa
- Gyapjúfonal vagy cérna, körülbelül 6 darab 25 cm-es
- Ragasztószalag

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzoljatok közösen 5–6 formát: csillagokat, halakat, felhőket vagy pillangókat.
2. Hagyd, hogy a gyereked kivágja a formákat.
3. Ragassz minden formához egy darab fonalat.
4. Kösd a szálakat az ág különböző pontjaira úgy, hogy minden egyensúlyban lógjon.
5. Akaszd fel a függődíszt, és fújj rá halkan, hogy forogjon.

Variáció: a kisebbek egy színt választanak, és nagy formákat vágnak. A nagyobbak témát választanak (tenger, világűr), és minden

formára ráírnak egy szót. **Vigyázz:** a függődíszt akaszd a babák elől elzárt helyre.

Nap 240 · Gyümölcsnyársak

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Gyümölcsdarabok felfűzése egy pálcikára mintában: egészséges nasi és számolójáték egyben. A gyereked a finommotorikát és a minták felismerését gyakorolja.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Körülbelül 300 g gyümölcs: dinnye, szőlő (félbevágva), eper, banán
- 6 fanyárs, amelynek éles hegyét a felnőtt levágja, vagy szívószál
- Egy vágódeszka és egy tányér

ÍGY CSINÁLD

1. Te felvágod a gyümölcsöt körülbelül 2 cm-es kockákra.
2. Tedd a gyümölcsöt fajtánként egy-egy tálkába.
3. A gyereked választ egy mintát, például eper–banán–dinnye, és ráfűzi a darabokat a nyársra.
4. Minden nyárs után „olvassa fel” a mintát: melyik következik?
5. Tedd a nyársakat egy tányérra, és ossz szét a családnak.

Variáció: a 3–4 évesek puha darabokat fűznek egy szívószálra, minta nélkül. A 7–8 évesek nehezebb mintát (A–B–B–A) készítenek, és másokkal kitaláltatják, hogyan folytatódik. **Vigyázz:** a szőlőt

mindig vágd félbe, 5 év alatt inkább negyedeld; a nyársakat csak éles hegy nélkül és asztalnál használd.

Nap 241 · Zsázsa tojáshéjban

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc + egy hét gondozás · Hely: bent, az ablakpárkányon · Felügyelet: csekély

A zsázsa olyan gyorsan nő, hogy a gyereked pár nap alatt eredményt lát. Megtanul gondoskodni és várni, és megtudja, mire van szüksége egy magnak.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Üres, kimosott tojáshéjak (a teteje levágva) egy tojástartóban
- Vatta vagy konyhai papír
- Egy zacskó zsázsamag (kertészet vagy élelmiszerbolt)
- Egy filctoll az arcok megrajzolásához
- Egy virágpermetező vagy kávéskanál

ÍGY CSINÁLD

1. A gyereked filctollal arcot rajzol minden tojáshéjra.
2. Töltsd meg a héjakat egy gombóc nedves vattával.
3. Szórj egy csipetnyi magot (körülbelül fél kávéskanálnyit) a vattára.
4. Tedd a dobozt az ablakpárkányra, és a vattát minden nap nedvesítsd meg a permetezővel.
5. 5–7 nap múlva minden arcnak zöld „haja” lesz. Vágjátok le együtt, és egyétek meg egy tojásos vagy sajtos kenyéren.

Variáció: a 3–4 évesek kávéskanállal locsolnak. A 7–8 évesek minden nap megmérik a magasságot, és az egyik héjat sötétbe teszik az összehasonlításhoz. **Vigyázz:** a héjakat nyers tojás után jól mosd ki, a kezedet pedig a töltés után.

Nap 242 · Éjszakai séta zseblámpával

Korosztály: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kert, kemping vagy nyugodt környék (alkonyatkor) · Felügyelet: igen

Augusztus végén megint korábban sötétedik, ez tökéletes egy kis éjszakai sétához. A gyereked felfedezi az éjszakai állatokat és hangokat, és megtanulja, hogy a sötét izgalmasan vidám is lehet.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Személyenként egy LED-es elemlámpa
- Egy darab piros műanyag vagy piros papír és egy gumigyűrű (nem kötelező)
- Egy meleg pulóver

ÍGY CSINÁLD

1. Várd meg az alkonyatot. Beszélj meg egy rövid útvonalat, amelyet a gyereked ismer.
2. Ha szeretnéd, tegyél piros papírt a lámpára: így az állatok kevésbé ijednek meg.
3. Menj lassan, és világíts a falakra, a bokrokra és a fűre. Keress csigákat, pókokat, molylepkéket vagy sünt.
4. Út közben egy percre kapcsoljátok ki a lámpákat, és figyeljetek: mit hallotok a sötétben?
5. Nézzetek fel: látjátok a holdat, a csillagokat vagy egy denevért?

Variáció: a 3–4 évesek rövid kört tesznek a kertben, kézen fogva. A 7–8 évesek otthon „éjszakai térképet” rajzolnak arról, amit láttak.
Vigyázz: maradjatok együtt, ne világíts egymás szemébe, és ne nyúlj az állatokhoz.

Nap 243 · A nyári múzeum

Korosztály: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: nem

Zárd le a nyarat egy saját kiállítással mindenből, amit a gyereked gyűjtött és készített. Gyakorolja az emlékezést, a rendszerezést és a közönség előtti mesélést.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- A nyár leletei és munkái: kagylók, kövek, rajzok, az emlékkönyv
- Egy asztal, ablakpárkány vagy polc
- Kis kártyák és egy ceruza
- Egy „Múzeum” feliratú papír az ajtóra

ÍGY CSINÁLD

1. Hagyd, hogy a gyereked összegyűjtsön mindent, amit idén nyáron megőrzött.
2. Válasszátok ki együtt a 8–10 legszebb darabot, és állítsátok szépen az asztalra.
3. Készíts minden darabhoz egy kártyát: mi ez, és honnan van? (te írod, vagy a gyereked maga írja)
4. Készítsetek belépőjegyeket, és hívjátok meg a családot egy vezetésre.
5. A gyereked minden darabhoz mesél egy rövid történetet. Zárd azzal a kérdéssel: „Melyik volt a te legszebb nyári napod?”

Variáció: a 3–4 évesek három kedvenc dolgot választanak, és mesélnek róluk. A 7–8 évesek számozott múzeumi útmutatót és alaprajzot készítenek.

Szeptember

Ebben a hónapban

Szeptember az új kezdet hónapja: újra indul az iskola, ritmus kerül a hétbe, a természet pedig lassan őszi színekbe öltözik. Még akad napos, nyárutós nap, de megjönnek az első viharok és pocsolyák is. Ennek a hónapnak a tevékenységei rövidebbek (így iskola után is jól jönnek), és abból dolgoznak, amit kint találsz: alma, gesztenye, makk, pókháló és hulló levelek.

Nap 244 · Saját könyvjelző

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Házi könyvjelző az új tanévre. A gyerek gyakorolja a saját nevét, a színeket és az ügyeskedést, és máris van egy jó ok arra, hogy együtt olvassatok.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Vastag karton, 5 × 20 cm-es csík
- Színes ceruza, filctoll vagy zsírkréta
- Lyukasztó és egy 20 cm-es darab gyapjúfonal vagy szalag
- Átlátszó ragasztószalag (nem kötelező, a védelemhez)

ÍGY CSINÁLD

1. Írd fel nagy betűkkel a gyerek nevét a csíkra (vagy hagyd, hogy ő írja).
2. A gyerek díszítse a könyvjelzőt mintákkal, állatokkal vagy a kedvenc színeivel.
3. Ha szeretnéd, ragassz rá mindkét oldalon átlátszó ragasztószalagot, így tovább bírja.
4. Lyukaszd ki a tetejét, és fűzd át rajta a szalagot.
5. Válasszatok együtt egy könyvet, és tegyétek a könyvjelzőt oda, ahol ma este abbahagyjátok.

Változat: a 3–4 évesek matricákat vagy szárított leveleket ragasztanak a csíkra. A 7–8 évesek egyet készítenek egy osztálytársnak vagy a tanító néninek, tanár úrnak is.

Nap 245 · A reggeli kártya

Korosztály: 3–7 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy kártya képekkel mindarról, aminek reggel meg kell történnie: öltözés, evés, fogmosás, táskapakolás. A gyerek maga rajzolja meg, és így a reggel „az övé” lesz.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy A4-es karton
- Vonalzó, ceruza és filctollak
- Ruhacsipesz vagy gemkapocs „mutatónak”

ÍGY CSINÁLD

1. Gondoljátok végig együtt a reggel lépéseit, sorrendben. Maradjatok 5–6 lépésnél.
2. Osszátok a kartont rekeszekre, és a gyerek minden rekeszbe egy lépést rajzoljon.
3. Írj mellé egy rövid szót: „öltözés”, „reggeli”, „fogmosás”, „kabát”, „táska”.
4. Akaszd ki a kártyát szemmagasságban az ajtóhoz vagy a konyhába.
5. Minden reggel a gyerek egy rekesszel arrébb tolja a csipeszt, amikor egy lépés kész.

Változat: a 3–4 évesek 3 nagy képpel dolgoznak. A 7–8 évesek estére is készítenek egyet, és megbecsülik, hány percig tart az egyes lépés.

Nap 246 · Almabélyegzők

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent, az asztalnál · Felügyelet: igen

A félbevágott almában egy rejtett csillag van. A gyerek ezzel nyomdázza az őszi mintákat papírra vagy egy régi konyharuhára.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2 alma
- Éles kés (a felnőttnek)
- Tempera 2–3 színben, kistányérokon
- Nagy papír vagy egy régi pamut konyharuha
- Papírtörlő

ÍGY CSINÁLD

1. Az egyik almát te vágd ketté keresztben, a másikat fentről lefelé.
2. Nézzétek meg együtt a metszéslapot: látod a csillagot a magokkal?
3. Itasd le a vágott felületet papírtörlővel, így jobban megtapad a festék.
4. A gyerek belenyomja az almát a festékbe, és rányomja a papírra. Cseréljetek színt és formát.
5. Alkossatok mintát belőle, vagy filctollal rajzoljatok mellé szárat és leveleket.

Változat: a 3–4 évesek szabadon nyomdáznak. A 7–8 évesek rendszeres mintájú sort készítenek, vagy almafát nyomdáznak almabélyegzőkkel. **Vigyázz:** csak a felnőtt vág; a megfestett almát már ne egyétek meg.

Nap 247 · Pókhálók keresése reggel

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: kert, park vagy iskolába vezető út · Felügyelet: enyhe

Szeptemberben mindenütt pókhálók lógnak, és egy párás reggelen csillognak a harmattól. A gyerek megtanul jól körülnézni, és felfedezi, milyen okosan épít a pók.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy párás vagy ködös reggel
- Virágpermetező vízzel (nem kötelező)
- Fekete papír és fehér kréta

ÍGY CSINÁLD

1. Sétáljatok végig együtt a sövények, kerítések és bokrok mentén, és keressetek pókhálót.
2. Találtál olyan hálót, amin nincs harmat? Fújj rá távolról, nagyon finoman egy kis vizet, hogy látszódjanak a szálak.
3. Számoljátok meg együtt a „küllőket”, amelyek középről kifelé futnak.
4. Keressétek meg a pókot: a háló közepén ül, vagy elbújt a szélén?
5. Otthon rajzold le fehér krétával a fekete papírra a legszebb hálót.

Változat: a 3–4 évesek egyszerűen minél több hálót keresnek, és megszámolják őket. A 7–8 évesek összehasonlítják a kerek és a kusza hálókat, és mindkettőt lerajzolják. **Vigyázz:** nézd, de ne szakítsd le a hálókat, és ne érj hozzá a pókokhoz.



Egy párás reggelen csillognak a pókhálók a harmattól.
Pixabay (schauhi)

Nap 248 · Gyapjúfonal lézerlabirintus

Korosztály: 4–8 év · Idő: 20 perc építés + játék · Hely: folyosó vagy ajtónyílás · Felügyelet: igen

Egy gombolyag gyapjúfonalból háló lesz, amin a gyereknek úgy kell átjutnia, hogy ne érjen a szálakhoz. Gyakorolja a hajlékonyságot, a testtudatot és a tervezést.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy gombolyag gyapjúfonal vagy erős cérna
- Festőszalag (nem hagy ragasztónyomot)
- Néhány csengő (nem kötelező)

ÍGY CSINÁLD

1. Ragaszd a fonal elejét szalaggal a folyosó falához, térdmagasságban.
2. Feszítsd át a fonalat átlósan a szemközti falhoz, és ragaszd le. Ezt csináld 8–10-szer, különböző magasságban.
3. Ha szeretnéd, akassz néhány szálra csengőt: ha megszólal, akkor hozzáértél.
4. A gyerek mászva, lépve és lehajolva jut át az egyik végéből a másikba, anélkül hogy a fonalhoz érne.
5. Sikerült? Csinálja meg még egyszer hátrafelé, vagy egy plüssel a kezében.

Változat: a 3–4 évesek 3 szálat kapnak a földhöz közel, amin átléphetnek. A 7–8 évesek maguk építik a labirintust egy családtagnak. **Vigyázz:** soha ne feszíts szálat nyakmagasságban, és játék után mindig szedd le.

Nap 249 · Pocsolyák mérése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint, zápor után · Felügyelet: igen

Gumicsizmát fel, és irány kifelé! A gyerek ugrál a pocsolyákban, de meg is méri őket: mekkora ez a pocsolya, és kisebb lesz-e? Játék és fizika egyszerre.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Gumicsizma és esőkabát
- Aszfaltkréta
- Vonalzó vagy pálcika a mélység méréséhez

ÍGY CSINÁLD

1. Keress egy pocsolyát biztonságos helyen: játszótéren, járdán vagy kerti ösvényen.
2. Hagyd, hogy a gyerek először ugráljon: ki csinálja a legnagyobb csobbanást?
3. Utána krétával húzz vonalat a pocsolya széle köré.
4. Szúrd bele a pálcikát, és nézd meg, meddig nedves: ilyen mély a pocsolya.
5. Egy-két óra múlva gyertek vissza, és rajzoljátok meg az új szélét. Hová lett a víz?

Változat: a 3–4 évesek ugrálnak és számolják a csobbanásokat. A 7–8 évesek a saját lábukkal mérik meg a pocsolyát (hány láb hosszú?), és összehasonlítják a napon lévőt az árnyékban lévővel. **Vigyázz:** ne

keress pocsolyát az úttest mellett vagy aknák közelében, és készíts oda száraz ruhát.

Nap 250 · Magvak és termések gyűjtése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: park vagy erdő · Felügyelet: igen

Szeptemberben hullik a makk, a gesztenye, a bükkmakk és a juhar „helikoptere”. A gyerek gyűjt, válogat, és megtudja, hogyan terjesztik a magjaikat a fák.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy zacskó vagy kosár
- Tojástartó a válogatáshoz
- Papír és ceruza

ÍGY CSINÁLD

1. Sétáljatok végig különböző fák alatt, és keressetek a földön magvakat és termést.
2. Dobd magasra a juhar „helikoptereit”, és figyeld, hogyan pörögnek lefelé.
3. Otthon válogassátok szét a tojástartóba: makk, gesztenye, magok, helikopterek, fenyőtobozok.
4. Számoljátok meg fajtánként, és nézzétek meg, melyik fa hullatta a legtöbb magot.
5. Rajzold le a legszebb leletet azzal a fával együtt, ahonnan származik.

Változat: a 3–4 évesek csak gesztenyét és makkot gyűjtenek. A 7–8 évesek kitalálják, miért tudnak egyes magvak „repülni”, mások pedig miért gurulnak. **Vigyázz:** a vadgesztenye és a makk nem ehető;

semmit ne tegyetek a szátokba. Az apró magokat tartsd távol a 3 évesnél kisebb gyerekektől.

Nap 251 · Gesztenyefigurák gyurmával

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent, az asztalnál · Felügyelet: enyhe

Szúrás és fúrás nélkül is készíthetsz gesztenyéből, makkból és egy kis gyurmából a legviccesebb figurákat. A gyerek formákat kombinál, és nevet meg mesét talál ki hozzájuk.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Gesztenye, makk sapkával, bükkmakk (magatok gyűjtötte)
- Gyurma vagy a 220. napi sógyurma
- Lehullott levelek, rövid ágak
- Filctoll az arcokhoz

ÍGY CSINÁLD

1. Tegyétek ki az összes természeti kincset egy tálcára, és nézzétek meg együtt: mi hasonlít testre, fejre vagy kalapra?
2. Gyúrj kis golyókat gyurmából; ezek lesznek a „ragasztó” a részek között.
3. Tegyél egy makkot egy gesztenyére, közéjük egy gyurmagolyóval: lett egy fej és egy test.
4. Készíts lábakat ágacskákból vagy gyurmából, kalapot a makksapkából, és filctollal rajzolj arcot.

5. Állítsátok össze a figurákat egy „őszi faluvá” az ablakpárkányon.

Változat: a 3–4 évesek gesztenyéből sorban hernyót formálnak gyurmával. A 7–8 évesek egész jelenetet építenek, ágakból készült házzal. **Vigyázz:** a gesztenye és a makk ételként mérgező, az apró részek pedig veszélyesek a 3 évesnél kisebb gyerekeknek.

Nap 252 · Vajkészítés rázással

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Tejszín egy üvegben, tető rá, és rázzátok! Egy idő után igazi vaj lesz belőle. A gyerek mozog, vár, és a saját szemével látja, hogy valami megváltozik.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 250 ml habtejszín (hideg, a hűtőből)
- Egy tiszta, jól záródó befőttesüveg, vagy egy jól záródó műanyag doboz
- Egy csipet só
- Egy szűrő és egy tálka
- Kenyér vagy keksz

ÍGY CSINÁLD

1. Önts a tejszínt az üvegbe (félig töltsd meg), és csavard rá szorosan a tetőt.
2. Felváltva rázzátok, közben énekeljetek egy dalt, vagy számoljatok el 50-ig. 5 perc után habbá válik.
3. Rázzátok tovább. 10–15 perc után egyszer csak loccsanást hallasz: a folyadékban (író) egy vajcsomó úszik.
4. Öntsd az egészet a szűrőbe, és egy kis hideg vízzel öblítsd le a vajat.
5. Gyúrj bele egy csipet sót, és kend meg vele a kenyeret.

Változat: a 3–4 évesek műanyag dobozt használnak, az nem törik. A 7–8 évesek megmérik, mennyi ideig tart, és megkóstolják az írót.
Vigyázz: tejet tartalmaz (allergia); ha üveget használsz, puha felület fölött rázzátok.

Nap 253 · Betűk ágakból

Korosztály: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kert, park vagy erdő · Felügyelet: nem

Ágakból, kavicsokból és levelekből betűket raktok ki a földön. A gyerek az egész testével gyakorolja a betűk alakját, és nem az asztalnál ül, hanem kint van.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Lehullott ágak különböző hosszúságban
- Kavicsok, levelek, makkok
- Egy sík hely füvön vagy homokon

ÍGY CSINÁLD

1. Gyűjtsetek együtt egy jókora halom ágat és kavicsot.
2. Kezdd a gyerek nevének első betűjével. Milyen ágak kellenek hozzá? Egyenesek, hajlottak?
3. Utána rakjátok ki a teljes nevet. A kerek betűket kavicsokból is kirakhatod.
4. Felváltva rakjatok ki egy-egy betűt, a másik pedig találja ki, melyik az.
5. Ki tudtok rakni egy rövid szót is, például „fa” vagy „anya”?

Változat: a 3–4 évesek formákat raknak ki: kört, háromszöget, vonalat. A 7–8 évesek rövid mondatot vagy olyan szót raknak ki, amit a szomszédok találhatnak meg.

Nap 254 · Rímelés útközben

Korosztály: 3–8 év · Idő: 10–20 perc · Hely: útközben (kerékpár, autó, séta az iskolába) · Felügyelet: nem

Szójáték eszközök nélkül, az iskolába vagy a boltba vezető útra. A gyerek a hangok hallását gyakorolja, ami az olvasástanulásban is segít.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Semmire, csak a hangotokra

ÍGY CSINÁLD

1. Kezdd egy könnyű szóval, amit útközben látsz: „ház”.
2. Felváltva mondtok egy szót, ami rímel rá: máz, váz, láz…
3. A kitalált szavak is számítanak, amíg rímelnek: a „záz” is jó!
4. Ha senkinek nem jut több eszébe, az utolsó választ új szót.
5. A végén találjatok ki együtt egy vicces mondatot: „A házban mázas váz állt.”

Változat: a 3–4 évesek két szó közül választanak: „a ház a vázra rímel, vagy a labdára?”. A 7–8 évesek négysoros versikét költenek, és otthon elmondják.

Nap 255 · Festés vizes alapra

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent, az asztalnál · Felügyelet: nem

Nedves papíron az akvarell színei maguktól összefolynak. A gyereknek nem kell semmit „jól” megrajzolnia: már az is művészet, ha nézi, mit csinálnak a színek. Iskola után nyugtató.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Vastag rajzpapír vagy akvarellpapír
- Vízfesték vagy tempera, bőven felhígítva vízzel
- Vastag ecset és egy szivacs
- Egy pohár víz és egy tálca

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd a papírt a tálcára, és a szivaccsal nedvesítsd át teljesen (de ne legyen csurom víz).
2. A gyerek az ecsettel tegyen egy sárga pöttyöt a papírra. Nézd meg, hogyan szétfolyik.
3. Tegyen mellé egy kék pöttyöt. Mi történik ott, ahol összeérnek?
4. Folytassátok pirossal és tetszés szerinti színnel.
5. Hagyd megszáradni, és nézd meg, mit látsz benne: őszi erdőt, naplementét, tengert?

Változat: a 3–4 évesek két színnel és nagy ecsettel dolgoznak. A 7–8 évesek száradás után fekete filctollal sziluettet rajzolnak rá, például fákat vagy házakat.

Nap 256 · Papírszélmalom

Korosztály: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent készítitek, kint próbáljátok ki · Felügyelet: igen

Egy szélmalom, ami forog a szeptemberi szélben. A gyerek hajtogat, vág, és felfedezi, hogyan hoz mozgást a szél.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy 15 × 15 cm-es, erős négyzet alakú papír
- Gyerekolló, vonalzó és ceruza
- Patentszeg (a felnőtt rögzíti)
- Egy szívószál vagy fapálcika
- Egy darab radír vagy parafa

ÍGY CSINÁLD

1. Vonalzóval húzz két átlót a papíron, sarokból sarokba. A gyerek díszítse ki.
2. Vágd be a papírt minden sarokból a vonal mentén, a középpont előtt kb. 2 cm-ig.
3. Hajlítsd a középpont felé minden második csúcsot (összesen négyet), hajtogatás nélkül.
4. Te szúrd át a patentszeget a négy csúcson és a középpontján, majd a szívószálon. Tegyél a hátuljára egy darab radírt, hogy ne csússzon le.

5. Menjetek ki, és tartsd a szélmalmot a szélbe, vagy fújj bele te magad.

Változat: a 3–4 évesek díszítenek és fújnak; a vágást te csinálod. A 7–8 évesek kipróbálják, gyorsabban forog-e a szélmalom elölről vagy oldalról érkező széllel. **Vigyázz:** a patentszeg apró és hegyes; 3 évesnél kisebb gyerekeknek nem való.

Nap 257 · Saját lúdjáték

Korosztály: 4–8 év · Idő: 45 perc készítés + játék · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyerek saját társasjátékot rajzol kanyargós úttal és meglepetésmezőkkel. Gyakorolja a számolást, a szabályok kitalálását és a vesztés elviselését.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy karton (A3)
- Filctollak és ceruza
- Egy dobókocka
- Bábuk: kupakok, gombok vagy kis játékfigurák

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj egy kanyargós utat 30–40 mezőből, a „Rajt”-tól a „Cél”-ig.
2. Számozd meg a mezőket. Válasszatok ki együtt 6 különleges mezőt: „3-at előre”, „vissza az 5-ösre”, „kimaradsz egy körből”, „csinálj 5 ugrást”.
3. A gyerek minden különleges mezőhöz rajzoljon képet (nyilat, csigát, békát).
4. Játsszatok felváltva: dobj a kockával, és hangosan számold a mezőket.
5. Aki először ér a célba, hozzáadhat egy új különleges mezőt a következő játszmához.

Változat: a 3–4 évesek rövid, 15 mezős úttal játszanak, és olyan kockával, amin csak 1, 2 és 3 van (ragassz rá matricákat). A 7–8 évesek két kockával játszanak, és összeadnak. **Vigyázz:** az apró bábukat tartsd távol a 3 évesnél kisebb gyerekektől.

Nap 258 · Mini sütemények sütése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc + 20 perc sütés · Hely: bent (konyha) · Felügyelet: igen

A gyerek segít egy egyszerű tésztát elkészíteni, és kis süteményeket süt belőle. Gyakorolja a mérést, a keverést és a türelmet.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 150 g liszt és 1,5 teáskanál sütőpor
- 100 g puha vaj vagy margarin és 100 g cukor
- 2 tojás és 2 evőkanál tej
- Egy tál, egy habverő vagy kanál és 6 muffinforma
- Egy sütő (csak a felnőtt kezelheti)

ÍGY CSINÁLD

1. Melegítsd elő a sütőt 180 °C-ra. Ezt a felnőtt csinálja.
2. A gyerek keverje a vajat és a cukrot, amíg világosabb nem lesz.
3. Felváltva adjátok hozzá a tojásokat, és keverjétek, majd a lisztet, a sütőport és a tejet.
4. Kanállal osszátok el a tésztát a formákban.
5. Süsd a süteményeket körülbelül 18 percig (a felnőtt), hagyd őket kihűlni, és ha szeretnéd, díszítsd egy kis cukormázzal.

Változat: a kisebb gyerekek kevernek és megtöltik a formákat. A nagyobbak maguk mérik ki az alapanyagokat, és színes cukorszórással díszítenek. **Vigyázz:** a gyerekek ne kerüljenek a forró sütő közelébe; figyelj az allergiákra (tojás, tej, glutén).

Nap 259 · Eső egy üvegben

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent, az asztalnál · Felügyelet: igen

Borotvahab felhő a víz fölött: amikor a felhő megtelik, színes víz „esik” lefelé. A gyerek egyszerűen láthatja, hogyan keletkezik az eső.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy átlátszó befőttesüveg vagy pohár
- Víz
- Borotvahab
- Ételfesték, kevés vízzel hígítva egy kis pohárban
- Pipetta vagy teáskanál

ÍGY CSINÁLD

1. Töltsd meg az üveget háromnegyedig vízzel.
2. Te nyomj egy vastag réteg borotvahabot a tetejére: ez lesz a felhő.
3. A gyerek a pipettával lassan csepegtessen színes vizet a felhőre.
4. Várj és nézd: egy idő után színes csíkok süllyednek át a felhőn lefelé. Esik!
5. Beszélgessetek róla: az igazi felhők is vizet engednek el, ha túl nehezek lesznek.

Változat: a 3–4 évesek teáskanállal csepegtetnek, és számolják a kanalakat. A 7–8 évesek megszámolják, hány csepp kell az első „esőhöz”. **Vigyázz:** a borotvahab ne kerüljön a szembe vagy a szájba; a spray-t csak a felnőtt kezelje. Utána kezet kell mosni.

Nap 260 · Hüvelyesekből készült mozaik

Korosztály: 4–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent, az asztalnál · Felügyelet: igen

A kamrából előkerülő lencséből, babból és borsóból domború műalkotás lesz. A gyerek ujjaival pontos munkát gyakorol, és színeket meg formákat fedez fel a hétköznapi ételekben.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Szárított hüvelyesek: vörös lencse, fehér bab, zöld borsó, barna bab (mindegyikből egy maréknyi)
- Erős karton (A5)
- Fehér hobbiragasztó
- Néhány kistányér

ÍGY CSINÁLD

1. Ceruzával rajzolj a kartonra egy egyszerű formát: gombát, levelet, sünit.
2. Tegyél minden fajtát külön kistányérra.
3. Kend be ragasztóval a rajz egy kis részét.
4. A gyerek egyenként vagy szórva rakja a lencsét és a babot a ragasztóra.
5. Töltsétek ki így az egész formát, és hagyd a művet egy éjszakán át laposan száradni.

Változat: a 4 évesek lencsét szórnak egy nagy, ragasztóval bekent felületre. A 7–8 évesek mintát készítenek sorokban, és megszámolják, hány bab fér egy sorba. **Vigyázz:** a szárított hüvelyest nem szabad megenni, és soha nem szabad orrba vagy fülbe dugni; 3 évesnél kisebb gyerekek közelében nem ajánlott.



Lencséből és babból készült mozaik a kamrából.
Pixabay (burakyamanlica)

Nap 261 · Dominósor építése

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20–30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyerek kis könyveket, kupakokat vagy kártyákat állít fel sorban, és nézi, ahogy egymás után dőlnek el. Gyakorolja a türelmet, a tervezést, valamint az ok és az okozat kapcsolatát.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Körülbelül 20 kis könyv, kártya vagy francia kártyalap
- Sík, kemény felület
- Hosszú asztal vagy a padló
- Esetleg egy dominókészlet

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd fel az első kártyát, és a következőt tedd körülbelül 2 cm-re előtte.
2. Építs egyenes sort 10 darabból, és told meg az elsőt.
3. Utána próbálj kanyart is, és vezesd a sort egy sarok körül.
4. Építs hosszú kígyót a padlón, és számold meg, hány marad állva.
5. Játsszatok újra, és próbáljátok még hosszabbra építeni a sort.

Változat: a kisebb gyerekek nagy könyvekkel és rövid sorral dolgoznak. A nagyobbak kanyarokat, lépcsőket vagy 30 darabos sort építenek. **Vigyázz:** biztonságos helyen építsetek, ahol senki nem botlik meg a darabokban.

Nap 262 · Levelek nagyító alatt

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent vagy kint az asztalnál · Felügyelet: nem

Nagyítóval megláthatod, hogy a levél tele van finom vonalakkal, akárcsak a kezed ereivel. A gyerek megtanul közelről nézni és leírni, amit lát.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 5–6 különböző lehullott levél
- Egy nagyító
- Papír és ceruza
- Egy vonalzó

ÍGY CSINÁLD

1. Fektesd egymás mellé a leveleket. A gyerek először nagyító nélkül nézze és tapogassa meg őket.
2. Aztán nézzétek meg nagyítón át. Mit látsz most, amit előtte nem? Ereket, szőrszálakat, lyukakat, foltokat?
3. Mérd meg a vonalzóval az összes levelet, és rakd őket sorba a kicsitől a nagyig.
4. Rajzold le a legszebb levelet minél nagyobbra, az összes erével.
5. Nézd meg a saját ujjbegyedet is a nagyítón át.

Változat: a 3–4 évesek megkeresik a legnagyobb és a legkisebb levelet, a legdurvább és a legsimább levelet. A 7–8 évesek mindegyik

levelet leírják három szóval, és egy másik gyereknek ki kell találnia, melyikről van szó. **Vigyázz:** soha ne nézz a nagyítóval a napba, és ne hagyd a napon heverni.

Nap 263 · Gombák keresése (csak nézni szabad)

Korosztály: 4–8 év · Idő: 45 perc · Hely: erdő vagy park · Felügyelet: igen

Szeptember végén kibújnak a gombák a földből. A gyerek elindul keresni, lerajzolja, amit talál, és megtanulja a legfontosabb szabályt: nézni szabad, megérinteni és megenni soha.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Jegyzetfüzet és ceruza
- Színes ceruzák
- Egy vonalzó

ÍGY CSINÁLD

1. Előre beszéljétek meg: nem érünk gombához, és semmit nem eszünk meg, amit az erdőben találunk.
2. Keressetek együtt fatönkök mellett, ösvények mentén és levelek alatt.
3. Tedd a vonalzót mellé (érintés nélkül), hogy megbecsüld, mekkora.
4. A gyerek minden gombát lerajzol, a kalap színével és a tönk formájával.
5. A végén számoljátok meg, hány különböző fajtát találtatok, és melyik volt a legszebb.

Változat: a 4 évesek csak megszámolják a gombákat, és megkeresik a legnagyobbat. A 7–8 évesek megfigyelik, hol nőnek (fán, fűben, fa

alatt), és feljegyzik. **Vigyázz:** sok gomba mérgező; séta után kezet kell mosni.

Nap 264 · A vak vezető

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: igen

Az egyik gyerek csukott szemmel sétál, egy megbízható felnőtt pedig biztonságosan vezeti. Gyakorolja a bizalmat, a hallgatást és a tapintást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy szabad útvonal a szobában vagy a kertben
- Egy puha sál szemkötőnek (vagy csak csukott szem)
- Néhány párna akadálynak
- Egy felnőtt vezetőnek

ÍGY CSINÁLD

1. Magyarázz el egy rövid útvonalat, és mutasd meg a gyereknek, merre mentek.
2. A gyerek becsukja a szemét, vagy lazán felköti a sálat.
3. Fogd a gyerek kezét, és mondd el, mi következik: „egy lépés felfelé”.
4. Sétáljatok egy kis útvonalat a párnák és egy szék mellett.
5. Cseréljetek: most a gyerek vezet téged szavakkal.

Változat: a kisebb gyerekek rövid, egyenes útvonalon mennek, kézen fogva. A nagyobbak csak szavakkal vezetnek. **Vigyázz:** olyan

útvonalat válassz, ahol nincs lépcső és éles sarok, és mindig maradj a közelében.

Nap 265 · Szélzsák krepp-papírból

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent készítitek, kint akasztjátok fel · Felügyelet: enyhe

Közelednek az első őszi viharok. A szélzsákról a gyerek minden nap látja, honnan fúj a szél, és milyen erősen.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy 10 × 30 cm-es karton
- 6–8 szalag vagy 50 cm-es krepp-papír csík
- Tűzőgép (a felnőttnek) vagy erős ragasztó és ragasztószalag
- Egy 50 cm-es madzag
- Filctollak a díszítéshez

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek díszítse a karton egyik oldalát.
2. Ragaszd a krepp-papír csíkokat a karton aljára (vagy te tűzd fel őket).
3. Tekerd a kartont hengerré, és rögzítsd (a díszített oldal legyen kívül).
4. A tetején csinálj madzagból fület, és akaszd a szélzsákot kint egy ágra vagy az erkélyre.
5. Nézd meg minden nap: lógnak a szalagok, lobognak, vagy egyenesen állnak? Rajzolj szélkártyát: nincs szél, kevés szél, sok szél.

Változat: a 3–4 évesek fogják a szélzsákot, és szaladnak vele. A 7–8 évesek krétával szélrózsát rajzolnak a földre, és feljegyzik, melyik irányból fúj a szél.

Nap 266 · Ki vagyok én? Találós játék

Korosztály: 3–8 év · Idő: 15–20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy kártyán állat vagy foglalkozás áll. A többiek nyomravezető tippeket adnak, a gyerek pedig kitalálja, ki ő. Gyakorolja a nyelvet és a logikus gondolkodást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6 kártya vagy kis papírlap
- Egy filctoll
- Fejpánt vagy egy kartoncsík ragasztószalaggal
- Egy tálka a kártyák megkeveréséhez

ÍGY CSINÁLD

1. Írj vagy rajzolj minden kártyára egy állatot vagy foglalkozást: például tehenet, pékét vagy bohócot.
2. Keverd meg a kártyákat a tálkában.
3. Az egyik játékos húz egy kártyát, és a homlokához tartja anélkül, hogy megnézné, hogy a többiek lássák.
4. A többiek tippeket adnak, például „négy lába van”, de a szót nem mondják ki.
5. Találd ki 1 percen belül. Utána a következő jön.

Változat: a kisebb gyerekek ismert állatok képeit kapják, és hangot is adhatnak. A nagyobbak nehezebb szavakat választanak, vagy csak igen/nem kérdéseket tehetnek fel.

Nap 267 · Teríts a saját tányéralátéteddel

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyerek tányéralátétet rajzol a tányér, az evőeszköz és a pohár helyével, majd maga terít meg. Gyakorolja a jobb és bal oldalt, a számolást és az otthoni segítséget.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy A3-as papír személyenként
- Egy tányér, villa, kés, kanál és pohár a körberajzoláshoz
- Filctollak vagy színes ceruzák
- Átlátszó ragasztószalag vagy öntapadós fólia (nem kötelező)

ÍGY CSINÁLD

1. Tedd a tányért a papír közepére, és a gyerek rajzolja körbe a szélét.
2. Tedd a villát balra, a kést és a kanalat jobbra, és rajzold körbe őket. A poharat tedd jobbra fent, és azt is rajzold körbe.
3. A gyerek díszítse az alátétet a körvonalak körül, és írja rá annak a nevét, aki ott ül.
4. Készíts egyet minden családtagnak.
5. A következő étkezésnél a gyerek megterít: minden pontosan a saját körvonalára kerül.

Változat: a 3–4 évesek csak a tányért és a poharat teszik a helyére. A 7–8 évesek megszámolják, miből mennyi kell az egész családnak, és maguk veszik ki a fiókból. **Vigyázz:** az éles késeket a felnőtt teszi le.

Nap 268 · Burgonyabélyegzők

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent, az asztalnál · Felügyelet: igen

Egy félbevágott burgonyából saját formájú bélyegző lesz. A gyerek őszi leveleket, csillagokat vagy betűket nyomdáz, és ajándékpapírt vagy képeslapot készít belőle.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2–3 nagy burgonya
- Egy éles kisebb kés (a felnőttnek)
- Linzerformák (nem kötelező)
- Tempera kistányérokon
- Nagy papír, például egy régi csomagolópapír hátoldala

ÍGY CSINÁLD

1. Te vágd félbe a burgonyákat. Itasd le a vágott felületet papírtörlővel.
2. Nyomj egy linzerformát a vágott felületbe, és vágd körülötte el a burgonyát úgy, hogy a forma 5 mm-rel kiálljon. Vagy rajzolj egy egyszerű formát, és vágd ki.
3. A gyerek belenyomja a bélyegzőt a festékbe, és rányomja a papírra.
4. Készíts mintát két vagy három bélyegzővel és színnel.
5. Hagyd megszáradni, és használd csomagolópapírnak vagy képeslap előlapjának.

Változat: a 3–4 évesek az egész burgonyafélével nyomdáznak, és köröket csinálnak. A 7–8 évesek maguk tervezik meg a formát papíron, amit te utána kivágsz. **Vigyázz:** csak a felnőtt vág.

Nap 269 · A dobozból jármű lesz

Korosztály: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: enyhe

Egy nagy kartondobozból autó, hajó vagy rakéta lesz. A gyerek megtervezi, kidíszíti, és utána órákig szerepjátékot játszik vele.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy kartondoboz, amibe a gyerek belefér
- Papírtányérok (kerekek vagy kormány), wc-papír gurigák, kupakok
- Ragasztószalag, ragasztó, filctollak vagy festék
- Olló vagy kartonvágó kés (a felnőttnek)

ÍGY CSINÁLD

1. Hagyd, hogy a gyerek válasszon: autó lesz, hajó, vonat vagy rakéta?
2. Te vágd ki a doboz tetejét, és ha kell, egy „ajtót” az oldalán.
3. A gyerek papírtányért ragaszt kerekeknek és kormánynak, wc-papír gurigát lámpának vagy kipufogónak.
4. Díszítsd a dobozt filctollal vagy festékkel: rendszámtáblával, ablakokkal, zászlóval.
5. Induljatok útnak! Hová megyünk? Mit viszünk magunkkal? Ki száll be?

Változat: a 3–4 évesek kiszínezik a dobozt és beleülnek; a játék magától jön. A 7–8 évesek kapcsolókkal ellátott műszerfalat készítenek kupakokból, és térképet az útvonalukról. **Vigyázz:** a kartonvágó kés csak felnőtt kezében lehet.

Nap 270 · Madárfürdő a kertben

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc + figyelés · Hely: kert vagy erkély · Felügyelet: enyhe

A madaraknak nyár végén is szükségük van vízre, hogy igyanak és fürödjenek. A gyerek készít egy egyszerű fürdőt, és megtanulja felismerni a látogatókat.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy sekély tál (például egy virágcserép alá való alátét), 3–5 cm mély
- Néhány lapos kő
- Víz
- Papír és színes ceruzák a madárlistához

ÍGY CSINÁLD

1. Válassz egy helyet, ahová az ablakból rá lehet látni, de nem közvetlenül egy bokor mellett, ahol macska rejtőzhet.
2. A gyerek tegyen néhány lapos követ a tálba, hogy a madarak állhassanak.
3. Töltsd meg a tálat 2–3 cm vízzel.
4. Üljetek az ablak mögé, és nézzétek, ki jön: rigó, veréb, széncinege?
5. A gyerek listát készít rajzzal, és minden látogatásra húz egy vonalat. A vizet cseréld minden nap vagy minden

második nap.

Változat: a 3–4 évesek egyszerűen megszámolják a madarakat. A 7–8 évesek rögzített időpontokban (reggel és délután) figyelnek, és összehasonlítják, mikor van a legtöbb látogató. **Vigyázz:** a tál tisztítása után kezet kell mosni.

Nap 271 · Az őszi tapintókosár

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Egy kosár természeti kincsekkel, amiket a gyereknek csukott szemmel kell kitalálnia. Gyakorolja a tapintást, a szaglást és a leírást olyan szavakkal, mint durva, sima, szúrós vagy puha.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy kosár vagy doboz, rajta egy konyharuha
- 8–10 természetes tárgy: gesztenye, fenyőtoboz, toll, sima kavics, darab kéreg, száraz levél, makk, moha, egy alma
- Egy sál szemkötőnek (nem kötelező)

ÍGY CSINÁLD

1. Gyűjtsd össze a tárgyakat úgy, hogy a gyerek ne lássa, és tedd őket a kosárba a ruha alá.
2. A gyerek benyúl a ruha alá, és kivesz egy dolgot.
3. Hagyd, hogy leírja, anélkül hogy nézné: nehéz, könnyű, durva, sima, hideg?
4. Találja ki, mi az, és csak utána nézze meg. Szagolja is meg: másképp illatozik a fenyőtoboz, mint a moha?
5. Cseréljetek szerepet: most a gyerek gyűjti össze neked a dolgokat.

Változat: a 3–4 évesek 4 nagyon különböző dolgot tapogatnak meg. A 7–8 évesek két dolgot tesznek a kezükbe, és megmondják, melyik nehezebb, vagy megkeresik az asztalon az „iker tárgyat”. **Vigyázz:** ne tegyél a kosárba tüskés gesztenyeburkot, bogyókat vagy gombákat; az apró dolgokat tartsd távol a 3 évesnél kisebb gyerekektől.

Nap 272 · Milyen nagy vagyok most?

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: nem

A gyerek lefekszik egy nagy papírra, te pedig körberajzolod. Utána életnagyságú önarckép lesz belőle, és rögtön látod, mennyit nőtt.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy nagy tekercs papír (tapéta hátoldala) vagy több összeragasztott lap
- Vastag filctoll vagy kréta
- Festék, filctollak, textil- vagy papírdarabok az öltöztetéshez
- Egy mérőszalag

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek feküdjön a papírra jó pózban, karjai kicsit a testtől távol.
2. Rajzold körbe a körvonalát a filctollal. Feküdj nyugodtan, csiklandoz!
3. Mérjétek meg együtt a mérőszalaggal: milyen magas vagy, milyen hosszú a karod, mekkora a lábad?
4. A gyerek felöltözteti a portrét festékkel, filctollal vagy textildarabokkal, és megrajzolja az arcot.
5. Írd rá a dátumot és a magasságot, és akaszd ki. Jövőre újra megcsináljátok.

Változat: a 3–4 évesek csak a ruhákat színezik ki, és arcot rajzolnak. A 7–8 évesek minden testrészhez leírnak valamit, amit vele tudnak csinálni („ezekkel a lábakkal biciklizem az iskolába”).

Nap 273 · A szép pillanatok üvege

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc elkészítés + néhány perc naponta · Hely: bent · Felügyelet: nem

Zárd le a szeptembert egy üveggel, amibe az egész család cetliket dob valami szép dologgal az adott napról. A gyerek megtanul visszanézni arra, ami jól sikerült, és mesélni róla.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- Egy üres befőttesüveg vagy egy cipősdoboz, a tetejébe vágott résszel
- Kis papírlapok (például 5 × 8 cm)
- Egy ceruza
- Díszítés: szalag, papír, filctollak

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek díszítse az üveget, és adjon neki nevet, például „A mi szép pillanataink üvege”.
2. Minden este, például vacsoránál, mindenki mesél egy szép pillanatot a napból.
3. Írd fel (vagy a gyerek rajzolja le), és hajtsd a cetlit az üvegbe.
4. A hónap végén, vagy egy esős napon, olvassátok fel együtt az összes cetlit.

5. Válasszatok ki hármat, amit beragasztotok a nyári emlékkönyvbe vagy egy új őszi füzetbe.

Változat: a 3–4 évesek lerajzolják a pillanatukat, és mesélnek róla. A 7–8 évesek maguk írják le, a dátummal együtt.

Október

Ebben a hónapban

Október a szél, az eső és a színes levelek hónapja. Kint a gesztenye és a makk csak arra vár, hogy felszedjétek, bent pedig hosszabbak és hangulatosabbak az esték. Húzz gumicsizmát, vigyél magaddal egy táskát, és csinálj minden őszi napból egy kis felfedezőutat.

Nap 274 · Az őszi kincsek táskája

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Séta feladattal: gyűjtsetek tíz különböző őszi kincset. A gyerek jól körülnéz, összehasonlítja a formákat és a színeket, és egy zsák történettel tér haza.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy vászontáska vagy papírzacskó gyerekenként
- egy rajzos lista: levél, gesztenye, makk, fenyőtoboz, ágacska, toll, kavics, piros levél, sárga levél, valami kerek
- gumicsizma és esőkabát

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzoljátok meg együtt a listát tíz kis képpel. Aki már tud írni, odaírja a szót is.
2. Sétáljatok el a parkba, az erdőbe vagy egy fákkal szegélyezett utcába. Beszéljétek meg, hogy csak olyasmit szedtek fel, ami már a földön van.
3. Minden lelet után tegyetek egy pipát vagy pöttyöt a listára.
4. Otthon terítsd ki mindent egy újságra, és válogassátok szét: mi sima, mi durva, mi könnyű, mi nehéz?
5. A legszebb kincseket tedd el egy dobozba; még szükségetek lesz rájuk ebben a hónapban.

Változat: 3–4 évesnek öt kincs is elég nagy képekkel; a 7–8 évesek extra nehéz dolgokat keresnek, például „háromszínű levelet”.
Vigyázz: a gombákat, bogyókat és a természetben talált magokat soha nem szabad megenni, a gombákhoz pedig inkább ne is érjetek hozzá; séta után kezet kell mosni.



Egyetlen séta őszi kincsei
Pixabay (NoName_13)

Nap 275 · Levélnyomatok őszi színekben

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A levél hátoldalán jól látszanak az erek. Egy kis festékkel ezekből az erekből bélyegző lesz, és minden levél más nyomatot ad.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 5–8 friss, nem túl száraz levél
- tempera pirosban, sárgában, narancssárgában és barnában
- egy ecset vagy szivacs
- fehér vagy barna papír, egy régi újság alátétnek

ÍGY CSINÁLD

1. Terítsd az újságot az asztalra, és tegyél egy tányérra kis tócsányi festéket.
2. A gyerek vékonyan kenje be egy levél hátoldalát (a kiemelkedő erekkel) festékkel.
3. Tedd a levelet a festékes oldalával a papírra, tegyél rá egy darab újságot, és lapos kézzel nyomd rá mindenhol.
4. Óvatosan emeld fel a levelet a száránál fogva, és nézd meg a nyomatot.
5. Ismételd meg más levelekkel és színekkel, amíg egy egész őszi fa vagy levélkoszorú nem lesz belőle. Hagyd egy órát száradni.

Változat: a kisebb gyerekek egy színnel és nagy levelekkel dolgoznak; a nagyobbak két színt kevernek egy levélen, vagy filctollal kis állatokat rajzolnak közéjük.

Nap 276 · Juharhelikopterek

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Ősszel a juhar szárnyas magjai kis helikopterként pörögnek lefelé. A gyerek elengedi őket, jól megfigyeli, és felfedezi, mit csinál a szárny.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy maréknyi juharmag (a „helikopterek”) a földről
- egy alacsony zsámoly vagy a legalsó lépcsőfok
- egy aszfaltkréta a leszállóhely megrajzolásához
- papír és ceruza

ÍGY CSINÁLD

1. Keressetek együtt egy juhar alatt kétszárnyú magokat, és szedj fel belőlük vagy tízet.
2. Állj fel a zsámolyra (te tartod a gyereket), és engedj el egy magot. Nézd meg, hogyan forog, és hol ér földet.
3. Ejts le kettőt egyszerre, egy nagyot és egy kicsit: melyik ér földet előbb, és melyik forog lassabban?
4. Ejts le egyet a szárnyával felfelé és egyet a szárnyával lefelé. Változik valami?
5. Minden próbához húzz egy vonalat a papíron, és színezd ki a győztes rekeszét.

Változat: a 3–4 évesek nézik és mutatják, a 7–8 évesek előbb megbecsülik, hány másodpercig tart az esés, és hangosan számolnak.
Vigyázz: a természetben talált magot és termést soha nem szabad megenni, a zsámolyt soha ne állítsd fel felnőtt nélkül, és utána mossatok kezet.

Nap 277 · Állatok világnapja: a plüssklinika

Korosztály: 3–7 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Október 4. az Állatok világnapja. Ma a plüssök megnyitják a saját állatklinikájukat: a gyerek állatorvos, ápoló és recepciós egyszerre, és gyakorolja a gondoskodást és a nyelvet.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 5 vagy több plüssállat
- néhány sebtapasz vagy textilcsík kötésnek
- egy cipősdoboz ágynak, egy konyharuha takarónak
- papír és ceruza az „időpontkártyákhoz”

ÍGY CSINÁLD

1. Rendezzetek be együtt egy várószobát székekből vagy párnákból sorban, és egy pultot (egy zsámoly).
2. Te hozod be a betegeket, és elmondod, mi a baj: „A nyuszinak fáj a lába.”
3. Az állatorvos meghallgatja, belenéz a fülébe, vonalzóval megméri, mekkora, és bekötözi.
4. A kezelés után minden állat kap egy kártyát egy rajzzal arról, mit kell tennie: pihenni, inni, ölelkezni.
5. Utána cseréljetek szerepet, hogy a gyerek is álljon a pultnál egy „beteg” állattal.

Változat: a nagyobb gyerekekkel beszélgessetek igazi állatokról: mire van szüksége egy macskának, egy kutyának vagy egy kerti madárnak? Akinek háziállata van, az ma extra kefélést adhat neki.

Nap 278 · Nyomkodjuk! Saját répás krumplipüré

Korosztály: 4–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A krumplipüré igazi őszi étel, és a nyomkodás a legjobb feladat benne. A gyerek segít a hámozásban és a mosásban, a végén pedig maga nyomkodja péppé a főtt zöldséget, miközben te a forró részt csinálod.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 800 g burgonya és 300 g sárgarépa (vagy más zöldség, amit szerettek)
- gyerekhámozó vagy zöldséghámozó, egy vágódeszka és egy tál víz
- egy fazék, egy krumplinyomó és egy fakanál
- egy kevés tej és egy kis vaj (vagy növényi vaj)

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek dörzsölje át a burgonyát és a répát a csap alatt, és ha megy neki, hámozza meg hámozóval. Te kockázd fel az egészet.
2. Főzd a kockákat a fazékban körülbelül 20 percig, amíg villával könnyen át nem szúrható. A fazekat csak te emeled fel, és te szűröd le.
3. Hagyd 10 percig hűlni, és állítsd a fazekat egy stabil, alacsony helyre, ahol a gyerek is eléri.

4. Add hozzá a tejet és a vajat, és a gyerek nyomkodja, amíg durva, göbös pép lesz belőle. Te erősen fogod a fazekat.
5. Kóstoljátok meg együtt, és találjatok ki nevet a krumplipürétek számára, például „narancsfelhő-püré”.

Változat: a 4 évesek mosnak és nyomkodnak, a 7–8 évesek felolvassák a receptet, és kimérik a tejet. **Vigyázz:** a fazék és a főzővíz forró: csak a felnőtt kezeli. Figyelj a tej és az esetleges hozzávalók miatti allergiákra.

Nap 279 · Saját kezű almapüré

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Október az almák ideje. A gyerek mos, számol és nyomkod, a felnőtt hámoz és főz. Az eredmény puha almapüré, amit saját ízlés szerint ízesíthettek.

HOZZÁVALÓK

- 1 kg édes alma (6–7 darab)
- 50 ml víz
- egy csipet fahéj, esetleg 1 evőkanál cukor
- egy fedeles fazék, egy krumplinyomó, egy tál

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek megszámolja és megmossa az almákat egy tál hideg vízben.
2. A felnőtt meghámozza az almákat, kiveszi a magházat, és darabokra vágja. Az 5 évesnél idősebb gyerek a puha darabokat kisebbre vághatja gyerekvajkéssel.
3. A felnőtt a darabokat a vízzel együtt a fazékba teszi, és fedő alatt körülbelül 15 percig puhára főzi. A gyerek távol marad a tűzhelytől.
4. Hagyd az almát 10 percig hűlni egy tálban. Utána a gyerek péppé nyomkodhatja.
5. Kóstoljátok meg együtt, és ízlés szerint tegyetek bele fahéjat vagy egy kis cukrot. Egyétek vacsorához vagy

kenyérre kenve.

Változat: tegyél hozzá egy körtét vagy egy maréknyi málnát, és hagyd, hogy a gyerek kitalálja, mitől lett más a színe. **Vigyázz:** a forró fazék és a forró püré csak a felnőtté; előbb hagyd az egészet kihűlni.

Nap 280 · A nagy levélhalom

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

A levélgereblyézés munka, de egy levélkupacba ugrani ünnep. A gyerek erőt, egyensúlyt és együttműködést gyakorol, és közben a kertben vagy a parkban is segít.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy gereblye és egy gyerekgereblye, vagy egy erős karton tolólapátnak
- kesztyű
- egy hely, ahol sok a száraz levél

ÍGY CSINÁLD

1. Először nézzétek meg együtt a helyet: ne legyen hegyes ág, kő vagy kutyapiszok.
2. Gereblyézd 10 perc alatt egy helyre a leveleket. Számold meg, hányszor kell a gyereknek kiürítenie a gyerekgereblyét.
3. Felváltva ugorjatok a halomba: először simán, aztán békaként, aztán hátrafelé ülve.
4. Dobj fel két kézzel levelet a levegőbe, és próbálj meg hármat elkapni, mielőtt földet érnek.
5. A végén gereblyézd szépen össze az egészet a komposztba, vagy hagyj meg egy sarkot menedéknek a sünöknek és a rovaroknak.

Változat: a nagyobbak nagy lépésekkel megmérik, milyen messzire tudnak ugrani egy vonaltól; a kisebbek elrejtenek egy plüsst a halomban, és te keresed meg.

Nap 281 · Olvasóbarlang egy lepedő alatt

Korosztály: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Ősszel sok könyvtárban és iskolában könyves napokat tartanak, és minden a könyvek körül forog. Egy saját építésű olvasóbarlangtól az olvasás kaland lesz, a gyerek pedig megtanul nyugodtan nézni és hallgatni.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2 szék vagy egy asztal, 1 nagy lepedő
- csipesz vagy könyvek a lepedő rögzítéséhez
- párnák és egy takaró
- egy (LED) zseblámpa és 3–5 könyv

ÍGY CSINÁLD

1. Építsétek meg együtt a barlangot: a lepedőt terítsd a székekre vagy az asztalra, a sarkokat rögzítsd csipesszel vagy nehéz könyvekkel.
2. Tegyél be párnákat és egy takarót, és válasszátok ki együtt a könyveket.
3. Másszatok be, oltsd le a nagy lámpát, és zseblámpa fényénél olvass fel. A gyerek tarthatja a lámpát, és világíthat a képre.
4. Állj meg a történet közepén, és kérdezd meg: „Szerinted mi fog most történni?”

5. Utána a gyerek maga „olvasson fel” egy könyvet egy plüssnek, saját szavaival a képekhez.

Változat: a 7–8 évesek maguk olvasnak fel egy oldalt; a 3 évesek nézegetős könyvet választanak, és megnevezik mindazt, amit látnak. Hagyd a barlangot néhány napig, mint állandó olvasósarkot.

Nap 282 · Szélzsák papírzacskóból

Korosztály: 4–8 év · Idő: 35 perc · Hely: bent és kint · Felügyelet: nem

Honnan fúj ma a szél? A szélzsákról a gyerek azonnal látja. Vágás, díszítés, aztán irány kifelé elfogni az őszi szelet.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy papír uzsonnás zacskó vagy széles papírzacskó
- krepp-papír vagy szalagok 40 cm-es csíkokban
- ragasztószalag, filctollak, gyerekolló
- egy 60 cm-es madzag

ÍGY CSINÁLD

1. Vágd ki a zacskó alját, hogy csövet kapj.
2. Díszítsd a csövet filctollal: felhőkkel, levelekkel, nappal vagy esővel.
3. Ragassz az egyik nyílásra 8–10 krepp-papír szalagot.
4. A másik nyíláson csinálj két lyukat (egy felnőtt segít), és kösd át rajtuk a madzagot fülnek.
5. Menj ki, tartsd magasra a zsákot, és nézd, merre lobognak a szalagok. Sétálj, szaladj és állj meg: mi változik?

Változat: akaszd a szélzsákot egy ágra vagy az erkélyre, és egy héten át minden reggel nézd meg: erős, gyenge vagy nincs szél? A nagyobb

gyerekek krétával megtanulják az északot, keletet, délt és nyugatot a járdán.

Nap 283 · Makkok számolása és válogatása

Korosztály: 3–7 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A séta kincseivel a gyerek úgy gyakorolja a számolást, hogy észre sem veszi: számol, csoportosít, összehasonlít, és igazságosan elosztja a dolgokat.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy doboz 20–40 makkal, gesztenyével és fenyőtobozzal
- egy tojástartó vagy muffinsütő forma
- papír és filctoll a számok megírásához

ÍGY CSINÁLD

1. Írd fel az 1–6-os számokat (vagy 10-ig) kis papírokra, és tegyél egyet a tojástartó minden rekeszébe.
2. A gyerek minden rekeszbe annyi makkot tegyen, amennyit a szám mutat.
3. Utána válogassátok szét az egészet fajták szerint: melyik kupac a legnagyobb? Rakjátok sorokba egymás mellé az összehasonlításhoz.
4. Osszatok el igazságosan egy kupacot közted, a gyerek és egy plüss között. Pontosan kijön, vagy marad belőle?
5. Takarítsatok el úgy, hogy közben számoltok: „Tíz makk vissza a dobozba!”

Változat: a 7 évesek a makkokkal összeadást és kivonást csinálnak (3 + 4, 10 − 6); a 3 évesek csak nagyra és kicsire válogatnak.
Vigyázz: az apró természeti leletek fulladásveszélyesek a 3 évesnél kisebb gyerekeknek.

Nap 284 · Sün papírból és levelekből

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Ősszel a sünök meleg helyet keresnek a téli álomhoz. A gyerek sünt készít igazi levelekből álló kabáttal, és közben megtudja, miért szeretik a sünök a rendetlen kerti sarkokat.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy lap erős papír vagy karton
- 15–20 kis száraz levél
- hobbiragasztó, egy barna és egy fekete filctoll

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzoljatok együtt egy nagy félkört testnek, és az egyik oldalán egy hegyes orrot.
2. Kend be ragasztóval a testet, egyszerre egy darabot.
3. A gyerek rakja a leveleket cserépszerűen, egymásra csúsztatva a testre, a hegyükkel hátrafelé, mint a tüskéket.
4. Rajzolj szemet, orrot és négy lábat. Hagyd a sünt fél órát száradni egy nehéz könyv alatt.
5. Közben mesélj: a sünök egész télen levelek és ágak alatt alszanak. Aki kertben lakik, hagyhat együtt egy sarkot leveleknek.

Változat: a kisebb gyerekek levelek helyett barna papírt tépnek apró darabokra; a nagyobbak három méretű sünicsaládot készítenek.

Nap 285 · A joghurtbár

Korosztály: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

A gyerek összeállítja a saját desszertbüféjét. Gyakorolja az öntést, a merítést és a választást, és felfedezi, mely ízek illenek jól egymáshoz.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy doboz natúr joghurt (500 g)
- néhány tálka a feltétekkel: alma- vagy banándarabok, mazsola, zabpehely, egy kanálnyi méz vagy lekvár
- kis tálak, teáskanalak és egy nagy kanál
- egy kártya és filctoll, hogy minden tálkának nevet adj

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek kezet mos, és sorba teszi az asztalra a feltétes tálkákat.
2. Írjatok vagy rajzoljatok együtt minden tálkához névkártyát, például „ropogós”, „édes” vagy „gyümölcsös”.
3. A gyerek nagy kanállal két kanál joghurtot tesz a saját tálába.
4. Válasszon három feltétet, és szórja rá. Alkosson belőle arcot, napot vagy mintát.
5. Kóstoljátok meg együtt, és adjatok nevet az alkotásnak. Ki találja ki a legőrültebb kombinációt, ami mégis

finom?

Változat: a 3–4 évesek két feltétet választanak, és kanállal merítenek; a 7–8 évesek „étlapot” írnak, és kiszámolják, összesen hány kanál kell. **Vigyázz:** ellenőrizd az allergiákat (tej, diófélék); 1 évesnél fiatalabb gyereknek ne adj mézet, és a nagyon kicsiktől tartsd távol a mazsolát és a kemény falatokat.

Nap 286 · Narancssárga sütőtökleves

Korosztály: 4–8 év · Idő: 50 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

A sütőtök nagy, nehéz, és tele van magokkal. A gyerek felfedezi a belsejét, segít a mérésben és a keverésben, és kap egy tál házi levest.

HOZZÁVALÓK

- 1 kis sütőtök (körülbelül 800 g), például hokkaidó
- 1 hagyma, 1 burgonya
- 750 ml zöldségleves alaplé
- 1 evőkanál olaj, bors és egy csipet só

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt kettévágja a sütőtököt. A gyerek kanállal kikaparja a magokat és a szálakat egy tálba.
2. A felnőtt kockára vágja a sütőtököt, a hagymát és a burgonyát. A gyerek megszámolja őket a fazékban, vagy lemérik a konyhai mérlegen.
3. A felnőtt olajon megdinsztelje a hagymát, hozzáadja a zöldséget és az alaplevet, és 20 percig puhára főzi.
4. Hagyd a levest kicsit hűlni; a felnőtt pürésíti. A gyerek hozzáadhat borsot és sót, és keverheti egy kihűlt tálban.
5. Öblítsd le a magokat, és tedd száradni; a 289. napon visszatérnek.

Változat: díszítsd mindegyik tálat egy joghurtfoltból készült arccal. **Vigyázz:** a vágás, a tűzhely és a botmixer csak a felnőtté; a forró levest előbb hagyd kihűlni. Ellenőrizd az alaplevet olyan allergénekre, mint a zeller.



Házi sütőtökleves

Pixabay (RitaE)

Nap 287 · Őszi csendélet rajzolása

Korosztály: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Az igazi művészek azt rajzolják, ami előttük áll. A gyerek megtanul nézni formákat, árnyékokat és színeket, miközben lerajzol egy kis őszi csendéletet.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 3–5 tárgy: egy alma, egy gesztenye, egy levél, egy kis sütőtök, egy fenyőtoboz
- egy konyharuha alátétnek
- papír, ceruza és színes ceruzák vagy zsírkréta

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek maga rendezze el a tárgyakat a konyharuhán: mi áll elöl, mi hátul?
2. Nézzétek meg együtt egy percig, csak nézve: milyen formája van az almának? Hol sötétebb?
3. Először a nagy formákat rajzold meg ceruzával, könnyedén és radír nélkül.
4. Utána színezd ki, és keresd meg a megfelelő árnyalatokat: a levél csak sárga, vagy egy kicsit zöld és barna is?
5. A gyerek írja alá a nevét és a dátumot, és akaszd ki a művet egy hétre „kiállításnak”.

Változat: a 3–4 évesek egyetlen tárgyat rajzolnak nagyra a lapon; a 7–8 évesek ugyanazt a csendéletet kétszer rajzolják le, egyszer lámpa nélkül, egyszer lámpával, és összehasonlítják az árnyékokat.

Nap 288 · Esős napi akadálypálya

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Egész nap esik? Akkor a folyosó vagy a nappali pályává változik. A gyerek mászik, ugrál és egyensúlyoz, és kiadja az energiát, ami egyébként kint maradna.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 4–6 párna, egy takaró, 2 szék
- egy tekercs festőszalag vagy egy 3 méteres madzag
- egy szennyeskosár és 3 összetekert zokni

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsatok fel együtt 5 állomást: párnák, amiken át kell lépni, egy takaróból két szék fölé épített alagút, egy szalagvonal, amin egyensúlyozni kell, egy hely 3 ugráshoz, és egy szennyeskosár, amibe zoknit kell dobni.
2. Először lassan járjátok végig együtt a pályát, és magyarázd el, mi a teendő minden állomáson.
3. A gyerek háromszor csinálja végig a pályát, és hangosan számold, mennyi ideig tart.
4. Minden körben változtass meg egy dolgot: hátrafelé egyensúlyozás, mászás hernyóként, ugrás egy lábon.
5. Utána a gyerek találjon ki saját állomást, és téged küldjön végig a pályán.

Változat: a kisebb gyerekek 3 állomást csinálnak idő nélkül; a nagyobbak papíron vezetik az idejüket. **Vigyázz:** told félre az éles sarkú asztalokat, és csúszásmentes zokniban vagy mezítláb játsszatok, ne sima zokniban.

Nap 289 · Csíráztatás magokból

Korosztály: 4–8 év · Idő: 15 perc, utána naponta 5 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Minden almában és sütőtökben egy új növény rejtőzik. A gyerek kísérletet állít be, és egy-két hét múlva megjelennek az első gyökerek.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 5 szárított tökmag és 5 almamag
- papírtörlő, 2 fagyasztózacskó vagy üres befőttesüveg
- egy virágpermetező vagy egy kanál víz, egy filctoll

ÍGY CSINÁLD

1. Hajts félbe egy lap papírtörlőt, és nedvesítsd meg, de ne csöpögjön.
2. Tedd a tökmagokat az egyik lapra, az almamagokat a másikra. Mindegyiket tedd egy zacskóba vagy üvegbe.
3. Írd fel minden üvegre, mi van benne, és a dátumot.
4. A tökmagos üveget tedd meleg helyre, nem erős napfényre. Nézd meg minden nap, és tartsd nedvesen a papírt. Az almamagos üveg menjen a hűtőbe: az almamagnak csírázás előtt hideg időszakra van szüksége, és tovább tart, akár több hétig is.
5. Kétnaponta rajzold le, amit látsz. Melyik mag csírázik ki előbb?

Változat: a nagyobb gyerekek összehasonlítják: mit csinál a meleg, és mit a hideg? Tedd a kicsírázott tökmagokat egy kis cserép földbe az ablakpárkányon.

Nap 290 · A szókígyó

Korosztály: 5–8 év · Idő: 15 perc · Hely: bent vagy útközben · Felügyelet: nem

Egy szó utolsó hangja a következő szó kezdete. Ez a nyugodt szójáték gyakorolja a hallgatást, a szavak hangjait és egy kis fantáziát, és semmire nincs hozzá szükséged.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- a hangotok és egy kis türelem
- esetleg papír és ceruza a szókígyó leírásához vagy lerajzolásához
- egy 5 perces konyhai időzítő, ha izgalmasabbá akarod tenni

ÍGY CSINÁLD

1. Mondj egy szót, például „tök”. Az utolsó hangja a „k”.
2. A gyerek kitalál egy szót, ami ezzel a betűvel kezdődik, például „kutya”. Utána te jössz egy „a”-val kezdődő szóval.
3. Folytassátok, amíg már nem jut eszetekbe semmi, vagy valamelyik szót megismételitek.
4. Írjátok vagy rajzoljátok a szavakat egymás alá papírra. Milyen hosszú lett a kígyótok?

5. Játsszatok egy második kört egy témával, például állatok, ételek vagy otthoni tárgyak.

Változat: az 5 évesek választhatnak olyan szót is, amely ugyanazzal a hanggal kezdődik, mint amivel az előző végződik; a 7–8 évesek csak legalább négybetűs szavakat találnak ki, és az utolsó szót betűznek. A játék sorban állás közben vagy autóban is megy, amíg a sofőr az útra figyel.

Nap 291 · Mosónap: ruhaszárító kötél a szobában

Korosztály: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A ruhacsipeszekkel és egy madzaggal a szobából igazi ruhaszárító kötél lesz. A gyerek segít a háztartásban, gyakorolja az ujjaival a csipeszelést, és szín és méret szerint válogat.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy 2 méteres madzag vagy hosszú szalag
- 10–12 fa ruhacsipesz
- mosdókesztyűk, konyharuhák, babatörlők vagy textildarabok, a plüssökéi is
- két szék, amire a madzagot rögzítitek

ÍGY CSINÁLD

1. Kösd a madzagot mindkét végén két szék háttámlájához, gyerekmagasságban.
2. Tedd a kendőket egy kupacba, és a gyerek először válogassa szét őket: színes, fehér, nagy, kicsi.
3. Akassz fel minden kendőt egy vagy két csipesszel a kötélre. A gyerek döntse el, mely színek kerülnek egymás mellé.
4. Csinálj mintát, például piros, fehér, piros, fehér, és találtasd ki a következő kendő színét.

5. Szedj le mindent a kötélről, és hajtogasd a kendőket négyzetekké. Ki rakja a legszebb kis kupacot?

Változat: a kisebbek csak feltesznek, a nagyobbak megszámolják, hány csipesz kell, és nagyság szerint sorba akasztanak. **Vigyázz:** a csipeszeket tartsd távol a 3 évesnél kisebb gyerekektől, és ügyelj rá, hogy a székek ne dőljenek fel.

Nap 292 · Őszi levélkorona

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Az ősz királya vagy királynője természetesen levélkoronát visel. A gyerek színeket és méreteket rendez, és gyakorolja a ragasztást és a hajtogatást.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy 60 × 6 cm-es csík erős papírból vagy kartonból
- 10–15 színes levél
- ragasztószalag és hobbiragasztó, egy tűzőgép (a felnőttnek)

ÍGY CSINÁLD

1. Mérd körbe a gyerek fejét a csíkkal, és húzz egy vonalat, ahol össze kell érnie.
2. Rakd sorba a leveleket: nagytól kicsiig, vagy sárgától pirosig.
3. Ragaszd a leveleket száruknál lefelé a csíkra, hogy a csúcsaik kilógjanak a szélén át.
4. A felnőtt összetűzi vagy összeragasztja a csíkot gyűrűvé.
5. Tedd fel a koronát, és menj egy kört a házban őszi királyként vagy királynőként; mindenki meghajol.

Változat: a nagyobbak mintát készítenek (sárga-piros-sárga-piros); a kisebbek egyszerűen annyi levelet ragasztanak fel, amennyit

akarnak. A gyorsan törő leveleket előbb szárítsd egy éjszakán át nehéz könyvek között.

Nap 293 · Milyen vastag a fa?

Korosztály: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Ősszel a gyerek új szemmel néz a fákra. Egy madzaggal megméritek, milyen vastag minden törzs, és maguk fedezik fel, melyik a legvastagabb.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy 2 méteres madzag vagy gyapjúfonal
- egy mérőszalag vagy vonalzó
- papír, ceruza, és egy írólap vagy könyv alátétnek
- esetleg aszfaltkréta vagy szalag a fák megjelöléséhez

ÍGY CSINÁLD

1. Válassz a parkban vagy a kertben öt fát, különböző törzzsel.
2. Tekerd a madzagot egyszer az első törzs köré, és fogd meg azt a helyet, ahol a madzag újra találkozik.
3. Tedd a madzagot a mérőszalag mellé, és olvasd le, hány centiméter a törzs kerülete. Írd a számot a fa rajza mellé.
4. Csináld ugyanezt a többi fával. Melyik fa a legvastagabb, melyik a legvékonyabb?
5. Rakd a fákat sorba vastagtól vékonyig, és rajzolj mindegyik mellé egy levelet.

Változat: a kisebbek a karjukkal hasonlítják össze („körbeér az ölelésem?”), a nagyobbak kiszámolják, mennyivel nagyobb a legvastagabb fa kerülete a legvékonyabbnál. **Vigyázz:** ne mássz fára, és maradj távol az olyan ágaktól, amelyek erős szélben leeshetnek.

Nap 294 · Őszi szünet: piknik a nappaliban

Korosztály: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: igen

Kint nedves az idő, de a piknik bent is működik. A gyerek tervez, megterít és felszolgál, ti pedig együtt esztek egy takarón a padlón.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy pléd vagy terítő
- tányérok, poharak, szalvéták
- egyszerű falatok: szendvicsek, sajtdarabok, alma, uborka, keksz
- egy kosár vagy doboz

ÍGY CSINÁLD

1. Írjatok együtt bevásárlólistát kis rajzokkal, és nézzétek meg, mi van már otthon.
2. A gyerek gyerekkéssel megkeni a kenyeret, és kiszúrja linzerformával.
3. A felnőtt felvágja a gyümölcsöt és a zöldséget; a gyerek szépen elrendezi egy tányéron.
4. Pakoljatok be mindent a kosárba, „sétáljatok” három kört a házban, majd terítsétek ki a takarót.
5. Egyetek, mesélje el mindenki a kedvenc őszi dolgát, és takarítsatok össze együtt.

Változat: hívjatok meg plüsseket, és adj mindegyiknek egy tányért; a nagyobbak étlapot írnak. **Vigyázz:** ha barátok is jönnek, vegyétek figyelembe az allergiákat; egész szőlőt és diót kisgyereknek inkább ne adj (a szőlőt vágd félbe hosszában).

Nap 295 · Lilakáposzta-varázsital

Korosztály: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A lila káposzta színe lilából rózsaszínbe vagy kékbe vált, attól függően, mit teszel hozzá. A gyerek nézi, ahogy a „varázsital” színt változtat, és felfedez egy igazi színcsodát.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- néhány levél lila káposzta
- forró víz és egy tál vagy fazék (csak a felnőttnek)
- 4 átlátszó pohár
- egy kevés ecet, egy teáskanál szódabikarbóna, egy szelet citrom
- egy teáskanál és egy kötény

ÍGY CSINÁLD

1. Te szakítsd apróra a káposztaleveleket, önts rá forró vizet, és hagyd 15 percig állni. A folyadék lila lesz.
2. Öntsd a kihűlt lila vizet a poharakba, körülbelül ujjnyi magasra, és szűrd ki belőle a leveleket.
3. A gyerek tegyen az első pohárba egy kevés ecetet: rózsaszínű lesz.
4. A második pohárba tegyen egy teáskanál szódabikarbónát: kék vagy zöld lesz. A harmadik pohár

citromlevet kap, a negyedik összehasonlításnak változatlan marad.

5. Keverj össze két poharat: milyen színt kapsz? Színezd ki az eredményt papíron.

Változat: a kisebbek nézik és megnevezik a színeket, a nagyobbak előre megmondják, milyen szín lesz, és táblázatba írják az eredményt. **Vigyázz:** a forró víz csak a felnőtté; az ecetet, a szódabikarbónát és a citromot ne kóstoljátok, és ne dörzsöljétek a szemetekbe.

Nap 296 · Baglyok konyhai papírgurigából

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A baglyok az ősz éjszakai állatai. Egy üres papírgurigából a gyerek készít egyet, ami az ablakpárkányról őrzi a házat.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy üres wc- vagy konyhai papírguriga
- barna és sárga papír, vagy festék
- gyerekolló, ragasztó, filctollak
- 2 kis levél szárnynak

ÍGY CSINÁLD

1. Nyomd be a guriga tetejét befelé, először elölről, aztán hátulról, hogy két hegyes fül keletkezzen.
2. Ragaszd be barna papírral vagy fesd barnára a gurigát, és hagyd kicsit száradni.
3. Vágj ki két nagy kört sárga papírból a szemeknek, rajzolj rájuk fekete pupillát, és ragaszd fel.
4. Vágj ki egy háromszöget csőrnek, és ragassz két levelet az oldalára szárnynak.
5. Filctollal rajzolj apró „v” alakokat a hasára tollaknak.

Változat: készíts bagolycsaládot három méretben, és állítsd őket egy ágra. Mondd el a 7–8 éveseknek, hogy a baglyok nagyon messzire el tudják fordítani a fejüket, és próbáld ki te is, meddig jutsz.

Nap 297 · Hajtogatott dobozka apró kincseknek

Korosztály: 5–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egyetlen négyzet alakú papírból fedeles dobozkát hajtogathatsz. A gyerek pontos hajtogatást gyakorol, és olyasmit készít, amiben az apró kincseit tarthatja.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2 négyzet alakú, 20 × 20 cm-es papír (vágj egy A4-es lapot négyzetté)
- filctollak vagy ceruzák a díszítéshez
- egy vonalzó és egy darab ragasztószalag, ha a dobozka nem marad meg

ÍGY CSINÁLD

1. Hajtsd a négyzet alakú lapot hosszában félbe, és nyisd ki újra: most van egy középvonal.
2. Hajtsd mind a négy sarkot a középpont felé, hogy kisebb négyzet keletkezzen.
3. Hajtsd a felső és az alsó szélet a középvonalhoz, és nyisd ki újra. Ugyanezt csináld az oldalakkal, amíg rácsmintát nem kapsz.
4. Nyisd ki újra a négy sarkot, húzd fel az oldalakat, és nyomd be a sarkokat: kész az állva maradó dobozka.
5. A második lappal, egy kicsit nagyobbra hajtogatva, készítsd el a fedelet. Díszítsd az egészet rajzokkal.

Változat: a kisebbek egyszerű tálkát hajtogatnak, csak az első két hajtással; a nagyobbak három méretben készítenek egymásba illő dobozkákat. **Vigyázz:** ne tarts benne apró tárgyakat, ha kisebb gyerekek vannak a közelben.

Nap 298 · Fahéjas keksz őszi formákban

Korosztály: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Mérés, gyúrás, nyújtás és kiszúrás: a kekszsütés egyszerre számolás és barkácsolás. Utána az egész ház őszi illatú lesz.

HOZZÁVALÓK

- 250 g liszt
- 125 g puha vaj
- 100 g cukor
- 1 tojás, 1 teáskanál fahéj, egy csipet só
- kiszúróformák (levél, makk, gomba vagy egyszerűen kerek)

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek a konyhai mérlegen kimeri a lisztet, a cukrot és a vajat, és egy tálba teszi a tojással, a fahéjjal és a sóval együtt.
2. Tiszta kézzel gyúrd sima gombóccá, és tedd 20 percre a hűtőbe.
3. A felnőtt előmelegíti a sütőt 180 °C-ra. Nyújtsd ki a tésztát 5 mm vastagra egy lisztezett pulton.
4. A gyerek kiszúrja a formákat, és sütőpapíros tepsire rakja őket.

5. A felnőtt 12–15 percig süti a kekszeket, amíg a szélük világos aranybarna nem lesz. Kóstolás előtt hagyd őket kihűlni egy rácson.

Változat: villával nyomj ereket a levélkékbe. **Vigyázz:** glutént, tojást és tejterméket tartalmaz; a sütőt csak a felnőtt kezeli; a nyers, tojásos tésztát ne egyétek meg.

Nap 299 · Őszi memóriajáték

Korosztály: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A gyerek maga rajzol egy memóriajátékot őszi képekkel, majd játszik vele. Ez gyakorolja a memóriát, a sorra várást és a vesztés elviselését.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy darab erős karton vagy egy régi müzlisdoboz
- gyerekolló, ceruza, színes ceruzák vagy filctollak
- egy vonalzó

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj a kartonra 16 darab 6 × 6 cm-es négyzetet, és vágd ki őket (az egyenes vonalaknál a felnőtt segít).
2. Válasszatok ki együtt 8 őszi képet: levél, esernyő, gesztenye, sün, sütőtök, csizma, bagoly, gomba.
3. Rajzold meg mindegyik képet kétszer, minél egyformábbra.
4. Fektesd a kártyákat lefordítva 4 × 4-es rácsba. Felváltva fordítsatok fel kettőt; ha egyformák, megtarthatjátok őket, és újra jöttök.
5. Akinek a legtöbb párja van, az keverheti a kártyákat a következő játékban.

Változat: a 3–4 évesek kezdjenek 6 párral, és ha nehéznek találják, fektessétek fel a lapokat; a nagyobbak szó és kép párjait készítik el.

Nap 300 · Kincskeresés a házban

Korosztály: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A 300. nap megérdemel egy kis ünnepet: nyomravezető tippekkel teli kincskeresést egy kis meglepetéshez. A gyerek olvas, néz és következtet.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6 kártya vagy cetli
- egy ceruza és filctollak
- egy kis meglepetés: egy házi készítésű „300. nap” oklevél, egy keksz vagy egy új rajzfüzet

ÍGY CSINÁLD

1. Találj ki 6 helyet a házban (hűtő, párna alatt, cipők mellett, a szennyeskosárban, függöny mögött, a fürdőszobában).
2. Írj vagy rajzolj minden kártyára egy nyomravezető tippet a következő helyhez: „Hol van mindig hideg?”
3. Rejtsd el a kártyákat a jó sorrendben, és add oda a gyereknek az elsőt.
4. Hagyd, hogy a gyerek maga keressen; csak akkor segíts egy tippel, ha tényleg elakad.
5. Az utolsó kártyánál van a meglepetés. Ünnepeljétek meg együtt, hogy már 300 napnyi képernyőmentes tevékenységet csináltatok.

Változat: a 4 évesek csak rajzokat kapnak; a 7–8 évesek rejtvényeket vagy tükörírásos szót kapnak. Utána hagyd, hogy a gyerek készítsen neked egy kincskeresést.

Nap 301 · Téli időszámítás: óra papírtányérból

Korosztály: 5–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Október végén az óra egy órával visszaáll. Jó alkalom arra, hogy együtt készítsetek egy saját órát, és megtegyétek az első lépéseket az óra olvasásában.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy papírtányér
- egy darab karton a mutatókhoz
- egy patentszeg (a felnőtt készíti el a lyukat)
- filctollak, gyerekolló

ÍGY CSINÁLD

1. Először írd fel a 12-t, a 3-at, a 6-ot és a 9-et a tányérra, mint a négy égtájat. Utána írd be a többi számot.
2. Vágj ki a kartonból egy rövid és egy hosszú mutatót, és színezd őket különböző színűre.
3. A felnőtt lyukat szúr a közepére; rögzítsd a mutatókat a patentszeggel.
4. Állítsd be az órát fontos pillanatokra: reggeli, iskola, étkezés, lefekvés. Minden időponthoz rajzolj képet a tányér köré.
5. Forgassátok vissza együtt az órát egy órával, és mesélj arról, mit jelent a téli időszámítás: reggel hamarabb kivilágosodik, este hamarabb sötétedik.

Változat: az 5 évesek csak egész órákat gyakorolnak; a 7–8 évesek a fél és negyed órát tanulják. **Vigyázz:** a patentszegek apróak és hegyesek; tartsd őket távol a kisebb testvérektől.

Nap 302 · Alkonyi séta fényvisszaverőkkel

Korosztály: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Amikor korán sötétedik, a környék megváltozik. A gyerek felfedezi, hogyan néz ki az utca alkonyatkor, és megtanulja, miért fontosak a fények és a fényvisszaverők.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy láthatósági mellény vagy fényvisszaverő karszalag személyenként
- egy (LED) zseblámpa
- meleg ruha

ÍGY CSINÁLD

1. Otthon vegyétek fel a mellényeket, és világíts a folyosón a zseblámpával egy fényvisszaverő szalagra: látod, hogyan világít fel?
2. Sétálj 20 percet egy csendes, kivilágított környéken, mindig kézen fogva vagy a felnőtt mellett.
3. Keressetek együtt 5 dolgot, ami fényt ad (lámpaoszlop, biciklilámpa, ablak) és 5 dolgot, ami visszaveri a fényt (közlekedési tábla, oszlop).
4. Hallgassatok egy pillanatig csendben: milyen esti hangokat hallotok?

5. Otthon beszéljétek meg: miért viselsz sötétben valamit, ami világít?

Változat: a nagyobbak megszámolják, hány biciklis használ jó lámpát. **Vigyázz:** maradjatok a járdán és az ösvényeken, csak együtt kelj át az úton, és válassz rövid, ismert útvonalat.



Rövid séta alkonyatkor

Pixabay (jplenio)

Nap 303 · Tökmécses LED-fénnyel

Korosztály: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Egy kivájt tök arccal az őszi hagyomány. A felnőtt vág, a gyerek kikanalaz, tervez, és kiválasztja az arcot.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- 1 közepes narancssárga tök
- egy éles kés (csak a felnőttnek), egy erős kanál
- egy filctoll, egy régi újság, egy tál
- egy LED teamécses

ÍGY CSINÁLD

1. Terítsd az újságot az asztalra. A felnőtt kivág a tök tetejéből egy fedelet.
2. A gyerek kanállal kikaparja a magokat és a puha belsőt a tálba. Érezd, milyen síkos.
3. A gyerek filctollal rajzoljon arcot a tökre: vidámat, meglepettet vagy álmosat.
4. A felnőtt kivágja a vonalakat, nyugodtan és a gyerektől elfelé.
5. Tedd bele a LED-fényt, oltsátok le a lámpákat, és gyönyörködjetek az eredményben az ablaknál.

Változat: a kisebb gyerekek vágás helyett papírból ragasztanak arcot egy kis tökre. **Vigyázz:** ne tegyél igazi gyertyát a tökbe; a kés csak a felnőtté. A belsőt felhasználhatod levesbe (286. nap).

Nap 304 · Jelmezbál és kedves szellemtörténetek

Korosztály: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: nem

Október 31-én jelmezbállal zárjátok a hónapot. Nem ijesztő, de izgalmas: a gyerek szerepet választ, divatbemutatót tart, és mesél egy rövid szellemtörténetet, ami jól végződik.

EZEKRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy doboz régi ruha, sál, kalap és lepedő
- arcfesték, vagy egyszerűen egy filctoll a papírmaszkokhoz
- egy (LED) zseblámpa
- zene, amit magatok csináltok fazekakkal és kanalakkal

ÍGY CSINÁLD

1. Hagyd, hogy a gyerek maga válasszon: szellemecske, denevér, boszorkány, tök vagy valami egészen más.
2. Készíts maszkot egy papírtányérból két nagy nézőlyukkal (a felnőtt vágja ki) és egy gumiszalaggal.
3. Terítsetek ki egy törölközőt „kifutónak”, és tartsatok divatbemutatót; a többiek dobolnak és tapsolnak.
4. Utána üljetek körbe a zseblámpával. Mindenki mesél egy pár mondatos szellemtörténetet, ami jól végződik: a szellemecske barátot talál.

5. Zárjátok egy pohár meleg tejjel vagy teával, és mondjátok el, mi volt a legjobb októberi nap.

Változat: a 3 évesek számára maradjon mókás: szellemek helyett állatok. **Vigyázz:** soha ne tegyél lepedőt vagy zsákot a fejre nagy lyukak nélkül; az arcfestéket előbb próbáld ki egy kis bőrfelületen.

November

Ebben a hónapban

A november sötét és gyakran szürke, de a fények hónapja is. November 11-én, Márton napján sok helyen lámpással vonulnak a gyerekek, a hónap végén pedig már a Mikulás és az advent közeledtét érezni. Itt az ideje, hogy bent barkácsoljatok, süssetek, és egy kis melegséget adjatok egymásnak.

Nap 305 · Saját reggeli müzli összeállítása

Életkor: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Egy tál zabpehely, gyümölcs és mag, amelyet a gyerek maga mér ki és kever össze. Gyakorolja vele a számolást, a mérést és a választást, másnap pedig a saját keverékével reggelizhettek.

HOZZÁVALÓK

- 150 g zabpehely
- egy marék szárított gyümölcs, például mazsola vagy apróra vágott szárított sárgabarack
- 2 evőkanál napraforgómag vagy más mag
- egy nagy tál, egy csavaros tetejű üveg, egy konyhai mérleg

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek megmossa a kezét, és kirakja az asztalra a hozzávalókat.
2. Mérés: a gyerek kimér 150 g zabpelyhet, és beleteszi a nagy tálba. Nézzétek meg együtt, hogyan változik a szám a mérlegen.
3. Add hozzá a szárított gyümölcsöt és a magvakat. Számoljátok meg, hány evőkanál vagy marék kell.
4. Keverjetek össze mindent egy nagy kanállal, és kóstoljatok bele egy kicsit.

5. Kanalazd a keveréket egy csavaros tetejű üvegbe, és ragassz rá egy címkét a müzli nevével. Holnap reggel egy tál tejjel vagy joghurttal elfogyaszthatjátok.

Változat: a kisebbek kanalaznak és kavarnak, a nagyobbak két keveréket készítenek, és összehasonlítják, melyik ízlik jobban.
Vigyázat: glutént tartalmaz, nyomokban dióféléket is tartalmazhat; ellenőrizd a csomagoláson az allergéneket, és a kemény magvakat meg a szárított gyümölcsöt tartsd távol a 3 évesnél kisebb gyerekektől.

Nap 306 · Madáreleség narancshéjban

Életkor: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: konyha és kint · Felügyelet: igen

Amikor hidegebbre fordul az idő, a madarak kevesebb táplálékot találnak. A gyerek egy fél narancshéjból etetőt készít, és utána megfigyelheti, ki jár oda csipegetni.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 1 narancs
- 100 g kókuszzsír vagy sózatlan madáreleség-zsiradék
- 100 g madáreleség (a boltban vagy az állatkereskedésben kapható)
- egy 50 cm hosszú zsineg, egy hústű vagy fanyárs (a felnőttnek)

ÍGY CSINÁLD

1. Vágd félbe a narancsot (felnőtt feladata). A gyerek kikanalazza a gyümölcshúst; ezt nyugodtan meg lehet enni.
2. A felnőtt két lyukat szúr a héj szélén, és átfűzi rajta a zsineget akasztónak.
3. A felnőtt alacsony lángon megolvasztja a zsiradékot, és 5 percig hűlni hagyja, amíg langyos nem lesz.
4. A gyerek belekeveri a madáreleséget a langyos zsiradékba, és kanalazza a keveréket a héjba.

5. Tedd a héjat egy órára a hűtőbe, amíg megkeményedik, majd akaszd fel egy fára vagy az erkélyre, macskáktól távol.

Változat: egy héten át jegyezzétek fel, melyik madarak jönnek enni (lásd a 293. napot). **Vigyázat:** az olvasztást csak a felnőtt végezheti; a madáreleséget és a zsiradékot nem szabad megkóstolni; utána mossatok kezet.

Nap 307 · Lufiröplabda a nappaliban

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A lufi lassan lebeg, ezért a legkisebbek is el tudják találni. Gyors, vidám mozgásos játék egy sötét délutánra, amely a szem-kéz koordinációt fejleszti.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 1 nagy lufi, amelyet a felnőtt fúj fel
- egy két szék közé kifeszített zsineg vagy sál hálónak
- esetleg 2 papírtányér „ütőnek”

ÍGY CSINÁLD

1. Csinálj helyet, és feszítsd ki a hálót nagyjából a gyerek mellmagasságában.
2. Kezdjetek együtt: hányszor tudjátok ide-oda ütni a lufit anélkül, hogy leesne a földre? Számoljatok hangosan.
3. Utána próbáljátok csak a bal kézzel, fejjel vagy egy papírtányérral.
4. Játsszatok igazi meccset: ha a lufi a te oldaladon esik le, a másik kap egy pontot. 7 pontig tart.
5. Zárjátok „lufi-tartással”: egyedül hányszor sikerül a levegőben tartanod?

Változat: a 3 évesek háló és pontok nélkül játszanak. **Vigyázat:** a lufit soha ne vegyék szájba; a kidurrant lufit azonnal és teljesen szedd

össze, mert a gumidarabok veszélyesek a kisgyerekeknek. Latexallergiásoknak nem alkalmas.

Nap 308 · Mintajáték kockákkal

Életkor: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy sor kocka állandó ritmusban, a gyereknek pedig ki kell találnia, mi jön utána. A nyugodt játék a minták felismerését és az előre gondolkodást gyakoroltatja.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- kb. 20 fa vagy műanyag kocka 3 színben (vagy 3 színű kartonnégyzetek)
- egy terítő vagy egy darab karton játéktérnek
- papír és színes ceruzák

ÍGY CSINÁLD

1. Rakj le egy hat kockából álló sort jól látható mintával, például piros, kék, piros, kék, piros, kék.
2. A gyerek „olvassa fel” a sort színekben, és mondja meg, melyik kocka jön legközelebb.
3. A gyerek folytassa a sort tíz kockáig, és ellenőrizzétek együtt, hogy a minta továbbra is stimmel-e.
4. Cseréljetek: a gyerek rak egy saját, három színből álló mintát, te pedig kitalálod a következő kockát.
5. Rajzold le a legszebb mintát színes ceruzával.

Változat: a 4 évesek két színnel dolgoznak, a 7–8 évesek növekvő sorozatú mintákat alkotnak, például 1 piros, 2 kék, 3 sárga.

Vigyázat: a kis kockákat tartsd távol a 3 évesnél fiatalabb gyerekektől.

Nap 309 · Lámpás tejesdobozból

Életkor: 4–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: igen

Néhány nap múlva Márton-nap. A gyerek üres tejesdobozból és selyempapírból saját lámpást készít, amely LED-fénnyel szépen kigyullad.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy üres, tiszta 1 literes tejesdoboz
- többféle színű selyempapír
- egy olló (a dobozhoz a felnőtté), egy gyerekolló, ragasztó
- egy darab drót vagy erős zsineg, egy bot, egy LED-es mécses vagy LED-es lámpásbot

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt levágja a doboz tetejét, és minden oldalába ablakot vág, 2 cm-es kerettel.
2. A gyerek selyempapírdarabokat vág, és belülről ráragasztja őket az ablakokra.
3. Díszítsd a széleket papírcsillagokkal, kis holdakkal vagy falevelekkel.
4. A felnőtt két lyukat szúr felül, és drótból vagy zsinegből akasztót erősít rá.
5. Tegyél az aljába egy LED-es mécsest, vagy akaszd a lámpást egy LED-es botra. Próbáljátok ki egy sötét

szobában.

Változat: a 4 évesek formák nélkül, nagy papírdarabokat ragasztanak; a 7–8 évesek fekete papírból házak sziluettjét vágják ki. **Vigyázat:** papírlámpásba soha ne tegyetek igazi gyertyát.



Lámpások Márton napjára
Pixabay (SahinK)

Nap 310 · Saját lámpásdalunk

Életkor: 3–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Márton-napkor a gyerekek énekelve vonulnak a lámpásaikkal. Az ismert dalok mellett ma egy saját versikét találtok ki olyan ritmusra, amelyet mindenki együtt tud tapsolni.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- papír és ceruza
- egy fazék fakanállal, vagy a 45. nap esőbotja
- a tegnapi lámpás

ÍGY CSINÁLD

1. Tapsoljatok együtt egy egyszerű ritmust: hosszú-hosszú-rövid-rövid-hosszú. Ismételjétek, amíg magától megy.
2. Keressetek szavakat, amelyek rímelnek a „fény” szóra: remény, tény, szegény. És az „este” szóra: mese, vele, tele.
3. Írjatok együtt négy rövid sort, például a kis fényről, a sötét utcáról és valami finomságról.
4. Mondjátok vagy énekeljétek a versikét a ritmusra, a fazékkal mint dobbal.
5. Gyakoroljátok el háromszor, majd adjátok elő a lámpással a kezetekben a család többi tagjának.

Változat: a 3–4 évesek egyetlen sort ismételnek és tapsolnak hozzá; a 7–8 évesek maguk leírják a dalt, és rajzolnak mellé egy lámpást.

Nap 311 · A megosztott köpeny története

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Márton-nap a megosztásról szól: a történet szerint a katona kardjával kettévágta a köpenyét egy fázó embernek. A gyerek eljátssza a történetet, és beszélgettek arról, mit jelent megosztani.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy régi sál vagy lepedő köpenynek
- egy bot vagy egy papírtörlő-gurigának „kardnak”
- egy seprűnyél vagy egy párna lónak
- egy darab gyümölcs vagy keksz megosztáshoz

ÍGY CSINÁLD

1. Meséld el a történetet néhány mondatban: egy lovas átvág a havon, meglát egy fázó embert, és megosztja vele a köpenyét.
2. Osszátok ki a szerepeket: a gyerek a lovas, te vagy a fázó ember. Játsszátok el; a köpenyt összehajtjátok, nem vágjátok ketté.
3. Cseréljetek szerepet, és játsszátok el még egyszer, most már saját szavaitokkal.
4. Beszélgessetek róla: te mit osztottál meg már valakivel? Milyen érzés volt?

5. Zárásként osszatok meg közösen egy almát vagy kekszet egyenlő darabokra.

Változat: a nagyobb gyerekek közösen kiválasztanak valamit a szekrényükből, amit szívesen odaadnának, vagy elvinnének egy adománygyűjtő helyre.

Nap 312 · Csillagok kivágása

Életkor: 5–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy négyzet alakú papír, néhány hajtás és egyetlen vágás: előbukkan egy csillag. A gyerek pontos hajtogatást és vágást gyakorol, és közben ablakdíszt is készít.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 15 × 15 cm-es négyzet alakú papírlapok (fehér, sárga, arany vagy egyszerű fénymásolópapír)
- egy gyerekolló, egy ceruza
- ragasztószalag vagy cérna a felakasztáshoz

ÍGY CSINÁLD

1. Hajtsd a négyzetet félbe háromszöggé, majd még egyszer félbe egy kisebb háromszöggé.
2. Hajtsd ezt a háromszöget még egyszer félbe, hogy keskeny csúcs alakuljon ki.
3. Rajzolj ceruzával egy ferde vonalat a felső széltől az oldalig, és vágd el a vonal mentén.
4. Vágj ki a szélekből még kis háromszögeket vagy félköröket.
5. Hajtsd szét, és nézd meg a csillagot. Ragassz néhányat az ablakra, vagy akaszd fel őket cérnára.

Változat: a kisebbek csak a ferde vonalat vágják el, a további lyukakat rád hagyják; a 7–8 évesek hatágú hópelyheket próbálnak ki.

Nap 313 · Palacsinta arccal

Életkor: 3–8 év · Idő: 50 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

A palacsintatészta készítése keverés, öntés és számolás. A sütés a felnőtt dolga, a díszítés a gyereké: minden palacsinta saját arcot kap.

HOZZÁVALÓK

- 250 g liszt
- 500 ml tej
- 2 tojás, egy csipet só
- vaj vagy olaj a sütéshez
- gyümölcsdarabok (banán, alma, mazsola) az arcokhoz

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek kanalazza a lisztet és a sót egy tálba, és kis mélyedést készít a közepén.
2. Törd a tojásokat a mélyedésbe, és önts hozzá a tej felét. A gyerek habverővel simára keveri, utána jön a maradék tej.
3. A felnőtt a palacsintákat forró serpenyőben, vajon vagy olajon süti ki; a gyerek nem áll a tűzhely mellett.
4. Tegyél minden palacsintát egy tányérra, és hagyd egy kicsit hűlni.
5. A gyerek gyümölccsel arcot készít: mazsola a szem, egy banánkarika az orr, almaszelet a száj.

Változat: arcok helyett készítsetek állatokat. **Vigyázat:** glutént, tojást és tejet tartalmaz; a forró serpenyő és a vaj csak a felnőtté; a szőlőt és a kis gyümölcsdarabokat vágd félbe a kisgyerekeknek.

Nap 314 · Vár kartondobozokból

Életkor: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: igen

A nagy dobozok a világ legjobb játékai. Együtt építetek egy várat kapuval és toronnyal, a gyerek pedig a nap hátralévő részében is abban játszik.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2–4 nagy kartondoboz
- egy univerzális kés (csak a felnőttnek)
- széles ragasztószalag, filctollak, festék
- papírtörlő-gurigák tornyoknak

ÍGY CSINÁLD

1. Találjátok ki együtt, hogyan nézzen ki a vár, és rajzoljatok egy kis tervet.
2. A felnőtt kaput vág a legnagyobb dobozba, a felső szélén pedig lőrést (kis négyszögeket).
3. Ragaszd össze a dobozokat ragasztószalaggal toronnyal ellátott várrá.
4. A gyerek köveket, ablakokat és zászlót rajzol; ragassz papírtörlő-gurigákat a tetejére tornyocskáknak.
5. Játsszatok benne: ki lakik itt, ki jön látogatóba, és mi a jelszó a belépéshez?

Változat: a dobozból lehet rakéta, busz vagy bolt is. **Vigyázat:** az univerzális kést csak a felnőtt használhatja, és azonnal el kell tenni; a dobozokból távolítsd el a tűzőkapcsokat.



Vár kartondobozokból

Pixabay (Alexas_Fotos)

Nap 315 · Márton-nap: fényes séta

Életkor: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: kint · Felügyelet: igen

November 11-e Márton napja. Sok helyen a gyerekek lámpással vonulnak az utcán vagy egy közös felvonuláson. Felvonulás nélkül is lehet belőle fényes este.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- a 309. nap lámpása LED-es mécsessel
- fényvisszaverő mellény, meleg kabát, sapka
- a 310. nap dala
- egy kosár, benne néhány apróság (alma, mézeskalács), amit át lehet adni másoknak

ÍGY CSINÁLD

1. Nézzétek meg együtt, van-e a környéken lámpásfelvonulás, vagy melyik utcák vesznek részt benne.
2. Vegyetek fel meleg ruhát és mellényt, és kapcsold be a LED-es mécsest.
3. Sétáljatok végig együtt egy rövid útvonalon. Csak olyan ismerős szomszédokhoz csengessetek be, akiket előre értesítettetek, és énekeljétek el nekik a dalt.
4. Köszönjetek meg mindent mindenkinek, akkor is, ha nem kaptok semmit.

5. Otthon: számoljátok meg és rendezzétek el, amit kaptatok, és válasszatok közösen valamit, amit odaadtok másnak, ahogyan Márton is tette.

Változat: nincs felvonulás a környéken? Sétáljatok egy fényes kört a kertben vagy a parkban, és akasszátok fel a lámpásokat a fára.
Vigyázat: mindig felnőtt felügyelete mellett, csak LED-fénnyel, és az édességet előbb nézd át.

Nap 316 · A cipőpucoló szolgálat

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint vagy a lábtörlőn · Felügyelet: igen

Egy esős séta után a csizmák és a cipők sárosak. A gyerek ma saját cipőpucoló szolgálatot működtet, és gondoskodik róla, hogy minden újra tisztán és rendezetten álljon.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- néhány piszkos csizma vagy cipő (a családé is)
- egy vödör langyos víz egy csepp mosogatószerrel
- egy régi fogkefe, egy súrolószivacs és rongyok
- újságpapír alátétnek és egy kötény

ÍGY CSINÁLD

1. Terítsd le az újságpapírt a lábtörlőre vagy kint a járdára, és állítsd sorba a cipőket.
2. Először kefélj le egy régi fogkefével a száraz sarat.
3. Utána töröld tisztára a cipőket egy nedves szivaccsal a szappanos vízben; nyugodtan pucold a talpat és az oldalakat.
4. Töröld át egy nedves ronggyal, és szárítsd meg egy száraz konyharuhával. Tömd ki a cipők orrát gyűrt újságpapírral, hogy gyorsabban száradjanak.
5. Állítsd szépen párba a cipőket, és minden párhoz készíts egy kis cédulát a tulajdonos nevével.

Változat: a kisebbek egy cipőt pucolnak meg, a nagyobbak utána méret szerint sorba rendezik az összes cipőt, és ráírják a méreteket a cédulákra. **Vigyázat:** a szappanos víz ne kerüljön szembe vagy szájba, és a vödör vizet soha ne hagyd felügyelet nélkül.

Nap 317 · Kérdőkártyák az asztalra

Életkor: 4–8 év · Idő: 30 perc előkészület, utána étkezésenként 10 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy üveg jó kérdéssel a hétköznapi étkezésből olyan pillanat lesz, amikor tényleg figyeltek egymásra. Minden családtag húz egy kártyát, és mesél.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 10–15 papír- vagy kartonkártya, kb. 6 × 9 cm
- filctollak vagy ceruzák
- egy üveg vagy egy szép tál „kérdéstartónak”

ÍGY CSINÁLD

1. Találjatok ki közösen kérdéseket, és írjátok a kártyákra, vagy rajzolj mellé képet, ha a gyerek még nem tud olvasni. Például: „Mi volt ma a legjobb?”, „Melyik állat szeretnél lenni?” vagy „Ki segített ma neked?”.
2. Díszítsd a kártyák hátoldalát színnel vagy mintával.
3. Tedd az összes kártyát az üvegbe, és állítsd az asztalra.
4. Az étkezés elején mindenki sorban húz egy kártyát, és válaszol a kérdésre, a többiek pedig hallgatják.
5. Hagyd, hogy minden gyerek maga is kitaláljon egy kérdést, és tegye az üvegbe.

Változat: a kisebbeknek használj képes kártyákat (nap, eső, állat), a nagyobbaknak nehezebb kérdéseket találj ki, például „Mit

változtatnál meg a világon?”. Mindig mondhatod, hogy „passz”, és húzhatsz egy új kártyát.

Nap 318 · Levél nagyinak vagy nagypapának

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent és kint · Felügyelet: igen

Egy igazi, postán küldött levél sok nagyszülőnek nagy ajándék. A gyerek rajzol, ír vagy diktál, bélyeget ragaszt, és elsétál a postaládához.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- papír, színes ceruzák vagy filctollak
- egy boríték és egy bélyeg
- a nagyi, a nagypapa vagy valaki más ismerős címe

ÍGY CSINÁLD

1. Találjátok ki együtt, mit szeretnél elmesélni: mit csináltál a héten? Minek örültél?
2. A gyerek készít egy rajzot; te leírod alá, amit diktál, vagy a gyerek maga ír pár szót.
3. Hajtsd össze a levelet, tedd a borítékba, és írjátok rá együtt a címet. A gyerek a bélyeget a jobb felső sarokba ragasztja.
4. Sétáljatok el együtt a postaládához, és a gyerek dobja bele a levelet.
5. Beszélgessetek arról, hogyan utazik a levél: postaláda, postai szortírozó, postás, ajtó előtti lábtörlő.

Változat: tegyetek bele egy lapos ajándékot, például egy szárított falevelet. A nagyobb gyerekek az egész levelet maguk írják, és

kérdeznek valamit, hogy válasz is érkezzen.

Nap 319 · Mikulás-hajó tejesdobozból

Életkor: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A legenda szerint Szent Miklós, akiből a Mikulás alakja született, a tengerészek védőszentje volt. A gyerek saját ajándékszállító hajót épít, amely tényleg úszik a kádban.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy üres, tiszta tejesdoboz
- egy olló (csak a felnőttnek)
- egy szívószál vagy hegyezetlen fanyárs árbocnak, egy darab papír vitorlának
- ragasztószalag, vízálló filctollak, kis papírdarabok „csomagoknak”

ÍGY CSINÁLD

1. Fektesd a dobozt laposan az oldalára. A felnőtt kivágja a felső oldalát, hogy nyitott hajó legyen.
2. A gyerek filctollal díszíti a hajót: nevet, ablakokat, hullámokat rajzol rá.
3. Szúrd a vitorlát a szívószálra, és sok ragasztószalaggal erősítsd az árbocot a hajó közepére.
4. Hajtogass kis csomagokat papírból, és tedd őket a hajóba.
5. Eressz vízre a hajót a kádban vagy egy lavór vízben. Hány csomagot bír el, mielőtt felborul?

Változat: fújj egy szívószállal a vitorlába, és rendezzetek hajóversenyt. **Vigyázat:** vízzel játszó gyerek mellett mindig maradj ott; a fanyárs hegyét előbb vágd le.

Nap 320 · Csizma a Mikulásnak, rajzzal

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Magyarországon december 5-én este a gyerekek kitisztított csizmát tesznek az ablakba. A gyerek most rajzot készít a Mikulásnak, és gondol a rénszarvasokra is.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- a gyerek egyik csizmája
- papír, színes ceruzák
- egy répa a rénszarvasoknak (csak december 5-én este kerül a csizma mellé)

ÍGY CSINÁLD

1. Beszélgessetek arról, mit szeretnek a Mikulás rénszarvasai. A gyerek kiválaszt egy répát, és megmossa.
2. Készítsetek közösen egy rajzot a Mikulásnak: a szánról, a rénszarvasról vagy valamiről, amit a gyerek idén megtanult.
3. A gyerek írja rá a nevét a rajzra, vagy rajzolja át a betűket.
4. Tedd a rajzot a csizmába, és állítsd a bejárat mellé; beszéljétek meg, hogy december 5-én este ez a csizma az ablakba kerül, mellé a répával.

5. Énekeljetek el együtt egy dalt, amit a gyerek ismer, és számoljátok meg, hány alvás van még a Mikulásig.

Változat: a nagyobb gyerekek rövid levelet írnak. Kövessétek azt a szokást, amelyik a ti családotokhoz illik.

Nap 321 · Mézes puszedli sütése

Életkor: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Kis ropogós kekszeket formázni ideális a kis kezeknek: golyókat gyúrni és számolni. Utána az egész ház mézeskalács-fűszer illatú lesz.

HOZZÁVALÓK

- 200 g liszt és 2 teáskanál sütőpor
- 100 g barna cukor
- 75 g puha vaj
- 2 evőkanál tej
- 2 teáskanál mézeskalács-fűszerkeverék, egy csipet só

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt előmelegíti a sütőt 170 °C-ra, és sütőpapírt tesz a tepsire.
2. A gyerek kimér mindent, és egy tálba teszi; gyúrjátok együtt rugalmas tésztagolyóvá.
3. Formázz kis golyókat üveggolyó nagyságúra, és rakd őket 5-ös sorokban a tepsire. Számoljátok meg, hány sor lesz.
4. Nyomj egy kicsit laposra minden golyót egy ujjal.
5. A felnőtt 15–18 percig süti őket. Hagyd kihűlni; maguktól megropogósodnak.

Változat: játsszatok puszedli-játékot: rejts el belőlük 10-et, és a gyerek keresse meg őket. **Vigyázat:** glutént és tejet tartalmaz; a sütőt csak a felnőtt kezelheti; a kekszeket előbb hagyd teljesen kihűlni.



Mézes puszedli, frissen a sütőből
Pixabay (ValeriaLu)

Nap 322 · Kívánságlista kivágva és felragasztva

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A kívánságlista készítése a választás gyakorlata: mit szeretnél igazán? A gyerek vág, ragaszt és rajzol, és megtanulja, hogy nem kell mindennek rákerülnie a listára.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- reklámújságok vagy régi magazinok
- egy nagy papírlap, egy gyerekolló, ragasztó
- filctollak

ÍGY CSINÁLD

1. Lapozzátok át együtt az újságokat. A gyerek kivágja mindent, ami tetszik neki.
2. Tegyétek ki az összes képet az asztalra, és válasszátok ki közösen az 5 kedvencet.
3. Ragaszd fel az ötöt a lapra, és rajzolj mellé egy számot: melyik az 1-es?
4. Adj hozzá egy „bolt nélküli kívánságot”: valamit, amit együtt szeretnétek csinálni, például egy délután korcsolyázást vagy egy erdei sétát.
5. Díszítsd a lapot csillagokkal, és írd vagy tedd alá a nevedet.

Változat: a nagyobb gyerekek maguk írják a szavakat. Beszélgessetek arról, hogy a kívánságlista kívánságok gyűjteménye, nem megrendelés.

Nap 323 · Háztetőről háztetőre: a nagy akadálypálya

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A mesék szerint a Mikulás szánja a háztetők fölött száguld. A gyerek ezt játssza el egy olyan pályán, amelyen „háztetők” (párnák) és „kémények” (dobozok) vannak.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6–8 párna
- 3 kartondoboz kéménynek
- 10 összehajtott zokni vagy papírgalacsin „csomagnak”

ÍGY CSINÁLD

1. Rakd le a párnákat kanyargós sorban a padlóra, köztük kis ugrásnyi hellyel.
2. Állítsd a nyitott dobozokat különböző helyekre az útvonal mentén.
3. A gyerek háztetőről háztetőre ugrik, anélkül hogy hozzáérne a padlóhoz („az utcához”).
4. Minden kéménynél bedob egy csomagot a dobozba. Mellé ment? Akkor még egyszer.
5. Minden kör után told el egy kicsit távolabb az egyik párnát. Hány kör sikerül?

Változat: a kisebbek ugrás helyett lépnek; a 7–8 évesek csomagot cipelnek a fejükön. **Vigyázat:** a párnák csúszós padlón

elcsúszhatnak; játsszatok szőnyegen, vagy tegyetek csúszásgátló alátétet alájuk.

Nap 324 · A mandarinpróba

Életkor: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A héjas mandarin úszik, a megpucolt mandarin elsüllyed. Hogy lehet ez? Rövid kísérlet, finom befejezéssel.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2 mandarin
- egy nagy üvegtál vagy tál vízzel
- egy törölköző

ÍGY CSINÁLD

1. Kérd meg a gyereket, találja ki, mi történik, ha egy mandarint a vízbe teszel. Próbáld ki az első mandarinnal: úszik.
2. Pucoljátok meg együtt a második mandarint, és kérdezd újra: úszik még?
3. Tedd a vízbe: elsüllyed.
4. Magyarázd el: a héjban nagyon sok kis légbuborék van, mint egy mentőmellényben. Tapintsátok meg együtt az ujjaitokkal a héj puha belsejét.
5. Utána együk meg együtt a mandarinokat, és számoljátok meg a gerezdeket.

Változat: utána próbáljatok ki más gyümölcsöket: almát, banánt héjjal és héj nélkül, egy szőlőszemet. A nagyobb gyerekek előre leírják

a tippjüket. **Vigyázat:** ha a kisgyerekek vízzel játszanak, maradj mellettük.

Nap 325 · A kötélkígyó

Életkor: 3–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent vagy kint · Felügyelet: nem

Egy közönséges kötélből kanyargó kígyó lesz. A gyerek egyensúlyoz a kígyón, átugorja, végül megtanulja „megmozgatni” a kígyót.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy 3–4 méteres kötél vagy egy hosszú sál
- egy puha hely: fű, matrac vagy szőnyeg
- egy párna „kígyóbarlangnak”
- egy zacskó könnyű tárgy (kis plüss)

ÍGY CSINÁLD

1. Fektesd a kötelet kanyargós vonalban a földre. Ez a kígyó.
2. A gyerek lábát lábra téve sétáljon rajta, mint egy kötéltáncos, kinyújtott karokkal.
3. Utána menjetek oldalra, hátrafelé és lábujjhegyen a kígyó mellett.
4. Ugorj két lábbal a kígyó fölött, ide-oda, és számold meg, hány ugrás sikerül.
5. Fogd meg a végét, és keltsd életre a kígyót: finoman libbentsd fel-le a kötelet, a gyerek pedig ugorja át anélkül, hogy hozzáérne.

Változat: a kisebbek csak a kötélen járnak, a nagyobbak plüssel a fejükön egyensúlyoznak, vagy csukott szemmel csinálják. **Vigyázat:** válassz puha talajt, és a kötél soha ne szoruljon a nyakra vagy a test bármely részére.

Nap 326 · Bevásárlás képes listával

Életkor: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent és a bolt · Felügyelet: igen

A gyerek maga készíti el a képes bevásárlólistát, és a boltban segít megtalálni a termékeket. Ez igazi feladat, és a gyerekek gyakran szeretik.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- papír, ceruza és színes ceruzák
- egy bevásárlótáska vagy kosár
- egy recept vagy 5 dolog, amire tényleg szükségetek van (például tej, alma, kenyér)
- egy toll az áthúzáshoz

ÍGY CSINÁLD

1. Nézzetek bele együtt a hűtőbe és a kamrába, és gondoljátok végig, mi fogyott el.
2. Rajzolj minden termékhez egy kis képet a papírra. Aki már tud írni, írja mellé a szót.
3. Vidd magaddal a listát a boltba. A gyerek megkeresi a termékeket, és beteszi a kosárba.
4. Húzd át az egyes termékeket, amint a kosárban vannak.
5. Otthon együtt pakoljátok ki mindent, és tegyétek a helyére: a hideg a hűtőbe, a száraz a kamrába.

Változat: a kisebbek 3 terméket keresnek, a nagyobbak megbecsülik a végösszeget, vagy összehasonlítanak két árat. **Vigyázat:** a boltban tartsd magad mellett a gyereket, és ne engedd egyedül a sorok között.

Nap 327 · Sógyurma díszek decemberre

Életkor: 3–8 év · Idő: 1 óra + száradási idő · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Aki most díszeket készít, annak decemberre kész lesz a saját készítésű dekorációja. A gyúrás, nyújtás és kiszúrás jó a kis kezeknek és a türelemnek.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 200 g liszt, 100 g só, 125 ml víz
- egy sodrófa, kiszúróformák (csillag, szív, fenyő)
- egy szívószál a lyukak szúrásához
- tempera és szalag későbbre

ÍGY CSINÁLD

1. Keverd össze a lisztet és a sót egy tálban. A gyerek apránként önti hozzá a vizet, és 5 percig gyúrja, amíg a tészta sima lesz.
2. Nyújtsd ki a tésztát kb. 5 mm vastagra.
3. Szúrj ki formákat, és szívószállal szúrj egy lyukat a tetejükbe.
4. A felnőtt 100 °C-os sütőben 2–3 óra alatt megszárítja őket, vagy hagyjátok pár napig a levegőn száradni.
5. Fesd meg őket, ha teljesen megszáradtak, és fűzz át rajtuk szalagot.

Változat: nyomj ujjlenyomatot vagy falevelet a tésztába emlékül.
Vigyázat: a sógyurma nem ehető (sok só); a sütőt csak a felnőtt kezelheti; tartsd távol a háziállatoktól.



Sógyurma díszek száradás előtt

Pixabay (congerdesign)

Nap 328 · Karcolt kép viaszkrétával

Életkor: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Egy fekete réteg alatt színes rajz rejtőzik. A gyerek először színesre festi a lapot, befedi feketével, majd belekarcol egy képet.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy erős fehér papírlap vagy vékony karton
- vidám színű viaszkrétákat és egy fekete vagy sötétkék viaszkrétát
- egy fapálcika, egy fagylaltpálcika vagy egy kifogyott toll
- újságpapír alátétnek

ÍGY CSINÁLD

1. Színezd ki az egész lapot vastagon élénk színekkel, egymás mellett, fehér foltok nélkül. Nyomd erősen.
2. Utána színezd be az egész lapot vastagon feketére a színek fölött, amíg a színekből semmi sem látszik.
3. Karcolj a pálcikával egy rajzot a fekete rétegbe: éjszakai várost, tűzijátékot, csillagokat vagy egy állatot.
4. Nézd meg, hogyan bukkannak elő a rejtett színek ott, ahol karcolsz. Próbálj vékony és vastag vonalakat.
5. Írd alá a műalkotás nevét, és adj neki helyet a „kiállítófalon”.

Változat: a kisebbek szabadon karcolnak kanyargó vonalakat, a nagyobbak vonalakból és pontokból mintát készítenek. **Vigyázat:** ne használj éles tárgyakat, és ügyelj rá, hogy a gyerek ne vegye szájba a pálcikát.

Nap 329 · Négy kockás képregény

Életkor: 5–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Rövid történet kezdettel, közepével és véggel, négy rajzban elmesélve. A gyerek a történetépítést gyakorolja, és felfedezi, hogyan mesél együtt a szöveg és a kép.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy papírlap, vonalzóval négy kockára osztva
- ceruza, színes ceruzák vagy filctollak
- egy radír
- esetleg egy plüss főszereplőnek, akit lerajzolhatsz

ÍGY CSINÁLD

1. Oszd fel a papírt ceruzával és vonalzóval négy egyenlő kockára, és számozd őket 1-től 4-ig.
2. Találjatok ki együtt egy főszereplőt, például egy mókust, aki elvesztett egy diót, és válasszatok helyszínt.
3. Rajzold az 1. kockába a kezdetet, a 2.-ba a problémát, a 3.-ba a megoldást és a 4.-be a befejezést.
4. Írj vagy diktálj minden kép alá egy rövid mondatot vagy egy vicces szövegbuborékot.
5. Olvasd fel hangosan a képregényt egy másik családtagnak, mint egy igazi mesélő.

Változat: az 5 évesek csak képeket rajzolnak, és hozzá mesélnek, a 7–8 évesek maguk írják az összes mondatot, és készítenek egy második képregényt más befejezéssel.

Nap 330 · A csillámos üveg

Életkor: 4–8 év · Idő: 25 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Egy zárt üvegben a csillám úgy hullik lefelé, mint a hó. A gyerek nyugodtan nézi a lassú mozgást, és közben egy kis időt szán a lassú légzésre.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy tiszta, csavaros tetejű üveg, lehetőleg műanyag
- meleg csapvíz (nem forró), csillámragasztó vagy finom csillám
- egy teáskanál mosogatószer vagy glicerin a lassabb hulláshoz
- pillanatragasztó vagy ragasztószalag a fedél lezárásához (csak a felnőtt)

ÍGY CSINÁLD

1. Töltsd meg az üveget háromnegyedig meleg vízzel.
2. Tegyél bele egy jó teáskanálnyi csillámot vagy csillámragasztót, és egy csepp mosogatószert vagy glicerint.
3. Keverd meg egy kanállal, és csavard rá erősen a fedelet. A felnőtt ragasztószalaggal vagy pillanatragasztóval rögzíti a fedelet, hogy ne nyíljon ki.
4. Rázd meg az üveget, és nézd, hogyan hullik lefelé a csillám. Lélegezz nyugodtan be és ki, amíg a csillám le

nem ül.

5. Használd az üveget nyugalmi sarokként: rázd meg, és számoljatok együtt 20-ig.

Változat: a kisebbek csak nézik és tízig számolnak, a nagyobbak egy második üveget készítenek más színekkel, és összehasonlítják, milyen gyorsan süllyed a csillám. **Vigyázat:** az üveget soha ne nyisd ki, és ne kóstold meg; az üveg eltörhet, ezért lehetőleg műanyagot használj.

Nap 331 · Színes üvegablak papírból

Életkor: 4–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A sötét napokon is ez az ablak színt enged be a szobába. A gyerek fekete keretet készít ablakokkal, és áttetsző papírral tölti ki őket.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy lap fekete karton vagy fekete papír (A4)
- többféle színű selyempapír
- sütőpapír, ragasztó, egy gyerekolló, egy fehér ceruza

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj fehér ceruzával egy 2 cm-es szegélyt a fekete kartonra, és belül néhány vastag vonalat, hogy mezők alakuljanak ki.
2. A felnőtt kivágja a mezőket (vagy a gyerek, ha a karton vékony). A fekete keret megmarad.
3. Tegyél alá egy lap sütőpapírt, és kend be ragasztóval a keretet.
4. A gyerek selyempapírdarabokat tép vagy vág, és a nyitott mezőkbe ragasztja őket a sütőpapírra.
5. Hagyd megszáradni, és ragaszd az ablaküvegre. Nézd meg, hogyan változik, amikor átsüt rajta a nap vagy egy lámpa.

Változat: a 4 évesek egyetlen nagy nyitott mezővel dolgoznak; a nagyobbak sok kis mezővel csillagot vagy templom sziluettjét tervezik.

Nap 332 · Golyópálya a falon

Életkor: 4–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Papírtörlő-gurigákkal és festőszalaggal a gyerek pályát épít az ajtóra vagy a falra. Egy pingponglabda gurul fentről lefelé; minden módosítás egy kis fizikai kísérlet.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 6–10 üres vécépapír- és papírtörlő-guriga, néhány hosszában félbevágva (csatornák)
- festőszalag (nem hagy nyomot)
- egy pingponglabda vagy egy összetekert zokni
- egy tál végállomásnak

ÍGY CSINÁLD

1. Válassz egy üres ajtót vagy falat. Ragaszd az első gurigát ferdén legfelülre.
2. Ragaszd alá ferdén a következőt, az ellenkező irányba, hogy a labda beleessen.
3. Minden guriga után próbáld ki: továbbgurul a labda? Ha nem, told el egy kicsit a gurigát.
4. Tedd a tálat legalulra, és számold meg, hány másodpercig tart a labda útja.
5. Hosszabbítsd meg vagy tedd meredekebbé a pályát, és mérj újra: gyorsabb lesz vagy lassabb?

Változat: a kisebbek segítséggel 3 gurigát ragasztanak; a 7–8 évesek elágazást építenek két végállomás-tállal. **Vigyázat:** ne használj üveggolyót, ha a háztartásban 3 évesnél kisebb gyerek él.

Nap 333 · Felhőtészta

Életkor: 3–7 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Két hozzávalóból puha, morzsás tésztát készítesz, amelyet formákba lehet nyomni. Nyugodt, tapintható tevékenység egy hideg délutánra.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 400 g liszt
- 50 ml napraforgóolaj
- egy nagy tál vagy tepsi
- formák, kanalak, poharak

ÍGY CSINÁLD

1. Öntsd a lisztet a tálba, és önts rá olajat.
2. A gyerek mindkét kezével gyúrja és dörzsölje, amíg a keverék olyan lesz, mint a nedves tengerparti homok.
3. Nyomd bele egy pohárba, és fordítsd ki: megmarad a forma?
4. Építs várat, süss formákkal kekszet, vagy hagyd, hogy játékállatok nyomot hagyjanak benne.
5. Játék után tárold a tésztát zárt dobozban; többször is felhasználhatod.

Változat: tegyél hozzá néhány csepp ételfestéket vagy egy csipet fahéjat színért és illatért. **Vigyázat:** nem ehető (nyers liszt); gluténérzékenyeknek nem alkalmas; játsszatok asztalon, terítő fölött.

Nap 334 · Visszaszámláló naptár decemberre

Életkor: 4–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: nem

Holnap kezdődik a december. A gyerek 31 kis feladatot tartalmazó visszaszámláló naptárt készít édesség helyett, és minden nap várja a következő rekeszt.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 31 boríték vagy 31 üres vécépapír-gurigákba tekert papírdarab
- filctollak, egy hosszú zsineg és csipeszek
- 31 cédula

ÍGY CSINÁLD

1. Találjatok ki együtt 31 kis feladatot: „énekelj egy dalt”, „rajzolj egy hóembert”, „ölelj meg valakit”, „készíts egy lapot a szomszédoknak”.
2. Írj minden feladatot egy cédulára; a gyerek rajzol hozzá egy képet.
3. Tegyél minden cédulát egy borítékba, és írj rá egy számot 1-től 31-ig.
4. Feszítsd ki a zsineget, és csipeszeld fel rá a borítékokat sorrendben.
5. Állapodjatok meg: minden reggel egy borítékot nyitunk ki, és a feladatot aznap megcsináljuk.

Változat: a 4 évesek csak rajzolnak; a 7–8 évesek maguk írják a feladatokat. A könyv decemberi tevékenységeit feladatként is használhatod.

December

Ebben a hónapban

A december tele van ünnepekkel: a Mikulás december 6-án, az advent, a karácsony és a szilveszter. Ez a legsötétebb hónap, ezért a fényt magatok teremtitek meg: papírcsillagokkal, házi sütikkel és asztali játékokkal. Válaszd azt, ami a családotokhoz illik; nem kell, hogy minden nap ünnep legyen.

Nap 335 · Meglepetés-doboz

Életkor: 4–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: igen

A meglepetés-doboz egy vicces, saját kezűleg készített alakba rejtett kis ajándék. A gyerek kiválasztja, kinek szól, kitalálja az alakját, és egyszerű meglepetést épít egy dobozból.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy cipősdoboz vagy egy müzlisdoboz
- színes papír, ragasztószalag, ragasztó, filctollak
- vécépapír-gurigák, kupakok, gyapjúfonal díszítésnek
- egy kis ajándék vagy egy saját rajz

ÍGY CSINÁLD

1. Válasszátok ki együtt, kinek szól a meglepetés, és mit szeret az illető: egy állatot, egy autót, egy házat, egy tortát.
2. Rajzolj vázlatot a meglepetésről papírra.
3. Ragassz színes papírt a dobozra. A vécépapír-gurigákból készíts lábakat, kéményeket vagy kerekeket.
4. Díszítsd szemekkel, ablakokkal, gyapjúfonalból hajjal vagy mással, ami illik a tervhez.
5. Tedd bele az ajándékot, és rejtsd el a dobozt a Mikulás-napig.

Változat: a 4 évesek csak beragasztanak egy dobozt, és arcot rajzolnak rá; a 7–8 évesek nyitható és csukható fedelet készítenek.
Vigyázat: a kartont a felnőtt vágja; a kis díszeket tartsd távol a 3 évesnél kisebb gyerekektől.

Nap 336 · Rímek a vershez

Életkor: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A meglepetéshez jár egy kis vers. A gyerek rímszavakat keres, és veled együtt négy mókás sort ír. Jó nyelvi gyakorlat az egész családnak.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- papír és ceruza
- a tegnapi meglepetés vagy egy ötlet egy ajándékhoz

ÍGY CSINÁLD

1. Először játsszatok rímjátékot: te mondasz egy szót („kéz”), a gyerek minél több rímet keres rá („méz”, „kész”, „rész”). Kitalált szavak is jók!
2. Válasszátok ki a vers témáját: kinek szól, és mi van a meglepetésben?
3. Írjátok meg együtt az első sort. A gyerek keres egy szót, amely rímel az utolsó szóra.
4. Így készítsetek négy sort, kettesével rímelve.
5. Olvassátok fel a verset ünnepélyes hangon, és írjátok le egy szép papírra.

Változat: a kisebbek csak rímszavakat keresnek, te pedig megalkotod a mondatokat; a 7–8 évesek maguk írják meg a verset, és titokban tartják a Mikulás-napig.

Nap 337 · Forró csokoládé habbal

Életkor: 4–8 év · Idő: 25 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Egy bögre forró csokoládé a tél legjobb kényeztetése. A gyerek mér, kever és díszít, a felnőtt pedig melegít.

HOZZÁVALÓK

- 500 ml tej vagy növényi helyettesítő
- 3 evőkanál kakaópor és 2 evőkanál cukor
- egy csipet fahéj (nem kötelező)
- tetejére: tejszínhab vagy reszelt csokoládé
- 2 bögre és egy mérőpohár

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek a mérőpohárral kimér a tejet, és kanalazza a kakaót és a cukrot egy lábasba.
2. A felnőtt kis lángra teszi a lábast, kevergeti, amíg nem marad csomó, és a tejet csak a forrás előtt veszi le.
3. Vedd le a lábast a tűzről, és hagyd a forró csokoládét 5 percig hűlni. A gyerek fakanállal kevergeti.
4. A felnőtt kiönti a bögrékbe. A gyerek kiválaszthatja a tetejére szánt díszt, és ráteheti az italra.
5. Igyátok meg együtt az asztalnál, és találjatok ki egy téli szót minden kortyhoz.

Változat: a kisebbek kevernek és díszítenek, a nagyobbak kiszámolják, hány evőkanál kakaó kell négy bögréhez. **Vigyázat:** a tűzhelyet és a forró tejet csak a felnőtt kezelheti; hagyd a bögrét kihűlni, mielőtt a gyerek issza, és ellenőrizd az allergiákat (tej).

Nap 338 · Betűk kirakása és tapintása

Életkor: 3–7 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Az ünnepi készülődésben sok gyerek már a saját neve betűivel ismerkedik. Ma a gyerek zsinegből, gyurmából és saját testével formál betűket, és jobban megismeri a kezdőbetűjét.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy 1 méteres zsineg vagy gyapjúfonal
- gyurma vagy sógyurma
- egy tepsi sóval, liszttel vagy homokkal kiszórva
- papír és filctoll

ÍGY CSINÁLD

1. Írd fel nagyban a gyerek kezdőbetűjét egy papírra.
2. Rakd ki a betűt a zsineggel, először a minta fölé, aztán mellé.
3. Sodorj gyurmából kígyókat, és formáld belőlük a betűt.
4. Húzd meg a betűt ujjal a só- vagy lisztrétegben; rázd meg a tepsit, és próbáld újra.
5. Állj fel, és formáld meg a betűt az egész testeddel. Utána találjátok ki egymás testbetűit.

Változat: a 6–8 évesek az egész nevüket kirakják; a 3 évesek csak ujjal tapogatják végig a betűt. A sót és a lisztet ne kóstoljátok meg.

Nap 339 · Mikulás-nap: a kockajáték

Életkor: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

December 6-a a Mikulás napja. Egy kockajátékkal az apró ajándékokat egyenként bontjátok ki, így mindenki figyel, és hosszabb ideig tart az ünneplés.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy dobókocka
- az ajándékok és meglepetések egy kosárban
- egy cédula a dobásonkénti szabályokkal

ÍGY CSINÁLD

1. Írjátok le együtt a szabályokat: 1 = bonts ki egy ajándékot, 2 = adj egy ajándékot valaki másnak, 3 = énekelj egy dalt, 4 = mesélj egy viccet, 5 = kimaradsz egy körből, 6 = válassz magadnak egy ajándékot.
2. Üljetek körbe, és tegyétek a kosarat középre.
3. Dobjatok sorban, és hajtsátok végre a szabályt. Meglepetés-doboz esetén előbb felolvassák a verset.
4. Nézzétek meg együtt az ajándékot, mielőtt a következő dob.
5. A végén mindenki elmondja, melyik volt a kedvenc pillanata az estének.

Változat: egészen kicsi gyerekekkel egyszerűen sorban is kibonthatjátok az ajándékokat dobókocka nélkül. Alakítsd úgy a

szabályokat, hogy senki se maradjon üres kézzel.

Nap 340 · Kollázs használt csomagolópapírból

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A Mikulás után egy halom papír marad. A gyerek szétválogatja, ami még használható, és színes kollázst készít belőle: rendrakás és barkácsolás egyszerre.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- használt csomagolópapír, szalagok és masnik
- egy lap erős papír vagy karton
- ragasztó, egy gyerekolló
- egy szemetes zsák és egy doboz a használható maradékoknak

ÍGY CSINÁLD

1. Válogassátok szét együtt: az egész papír és a szalagok a dobozba kerülnek, a szakadt papír egy kupacba barkácsoláshoz, a többi a papírgyűjtőbe.
2. Vágd vagy tépd a barkácsolópapírt darabokra és formákra.
3. Találjatok ki egy témát: egy várost, egy halat, egy karácsonyfát vagy egyszerűen egy mintát.
4. Ragaszd a darabokat a kartonra, egymást átfedve, amíg az egész felület be nem telik.
5. Használj szalagokat vonalaknak vagy szegélynek, és hagyd megszáradni.

Változat: a nagyobb gyerekek karácsonyi lapot készítenek belőle. A használható szalagot göngyöld fel, és tedd el a karácsonyi ajándékokhoz.

Nap 341 · Hóember zokniból

Életkor: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Kint nincs hó? Akkor a gyerek bent készít egy puha hóembert egy fehér zokniból és vattából.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy fehér zokni
- vatta vagy egy régi párna töltete
- 2 gumi, egy csík anyag sálnak
- filctollak, filc vagy gombok, ragasztó

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek tömje tele a zoknit vattával, amíg kemény nem lesz, a pereme alatt kb. 5 cm-ig.
2. Kösd el a felső részt egy gumival. Tegyél egy második gumit a felső harmadnál: ez lesz a fej.
3. Hajtsd le a zokni felső szélét sapkának.
4. Rajzolj szemet és orrot filctollal, vagy ragassz fel filcet vagy gombokat.
5. Kösd a csík anyagot a nyakára sálnak, és adj nevet a hóembernek.

Változat: egy színes zokniból rénszarvast vagy manót is készíthetsz. **Vigyázat:** a gombok és a gumik kicsik; ha 3 évesnél kisebb gyerek van a háztartásban, filctollat használj gombok helyett.

Nap 342 · Tobozfácskák

Életkor: 3–8 év · Idő: 35 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A toboz már magában is kis karácsonyfára hasonlít. Egy kis festékkel és gyurmagolyókkal asztali minifa lesz belőle.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 3–5 toboz, egy éjszakán át szárítva
- zöld és fehér tempera, egy ecset
- gyurmagolyók vagy pompomok különböző színekben
- ragasztó, kis tálak vagy kupakok talpnak

ÍGY CSINÁLD

1. Ütögesd ki a tobozokat újságpapír fölött, hogy a laza darabok és a bogarak kihulljanak.
2. Fesd zöldre a csúcsokat, és hagyd kicsit megszáradni.
3. Egy száraz ecsettel pöttyintsd a tetejére a fehér festéket hónak.
4. Ragassz gyurmagolyókat vagy pompomokat gömbökként a pikkelyek közé.
5. Állíts minden fácskát egy kupakba vagy egy karikára kartonon, és készíts belőlük kis erdőt az ablakpárkányra.

Változat: a 7–8 évesek papírcsillagot készítenek a csúcsra.
Vigyázat: a pompomok és a gyurmagolyók leeshetnek; tartsd őket távol a 3 évesnél kisebb gyerekektől.

Nap 343 · Szövőkeret kartonból

Életkor: 5–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Egy egyszerű kartonkereten a gyapjúfonalból színes szövet lesz. A gyerek türelmet, ujjügyességet és mintakészítést gyakorol.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy darab erős karton, kb. 15 × 20 cm
- egy gyerekolló és egy vonalzó
- egy gombolyag erős gyapjú vagy pamut a lánchoz, plusz 3 színű gyapjúmaradék
- egy tompa hímzőtű

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt a karton felső és alsó szélén centiméterenként 1 cm mély bevágást vág.
2. Feszítsd meg a gyapjút vagy pamutot szorosan fentről lefelé a bevágásokon át; ezek a láncfonalak. Kösd el a végeket hátul.
3. Fűzz egy szál gyapjúmaradékot a tűre, és sződ felváltva a feszes fonalak fölé és alá, oda és vissza.
4. Tolj minden sort finoman lefelé egy villával vagy az ujjaiddal. Cserélj színt csíkos mintához.
5. Vedd le a szövetet a kartonról: oldd ki a széleken a hurkokat, és kösd el a fonalakat (felnőtt).

Változat: a kisebbek vastag tűvel és vastag fonallal szőnek, a nagyobbak háromszínű mintát próbálnak ki. **Vigyázat:** gyerekolló és tompa tű; a gyapjút és a kis maradékokat tartsd távol a 3 évesnél kisebb gyerekektől.

Nap 344 · Jég olvasztása sóval

Életkor: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

Miért szórnak télen sót az útra? Egy jégtömbbel és egy kis sóval a gyerek saját szemével látja, és egy csepp színnel gyönyörűen néz ki.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy jégtömb: az előző este tegyél egy 250 ml-es tálkányi vizet a fagyasztóba
- 2 evőkanál durva só
- ételfesték, egy pipetta vagy teáskanál
- egy mély tányér vagy tepsi, egy törölköző

ÍGY CSINÁLD

1. Vedd ki a jeget a tálkából, és tedd a tepsibe.
2. A gyerek szórjon sót a tömb egyik oldalára. Hallgasd: hallasz halk ropogást?
3. Csepegtess ételfestéket a sós helyre, és nézd, hogyan kúszik a szín a kis járatokba és repedésekbe.
4. 10 perc múlva hasonlítsd össze a sós és a só nélküli oldalt: hol olvad gyorsabban?
5. Magyarázd el: a só hatására a jég még hidegben is olvad. Ezért szórnak sót az utakra.

Változat: a kisebbek jégkockatartót használnak, és kanállal szórnak; a nagyobbak cukrot is kipróbálnak, és összehasonlítanak. **Vigyázat:** a sót és az ételfestéket ne kóstold meg, és ne dörzsöld a szemedbe; utána mossatok kezet.

Nap 345 · Karácsonyi lapok ujjlenyomattal

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy ujjheggyel nyomott festékből fényfüzérek, rénszarvasok vagy hóemberek lesznek. A gyerek lapokat készít a családnak vagy a szomszédoknak, mindegyik kicsit más.

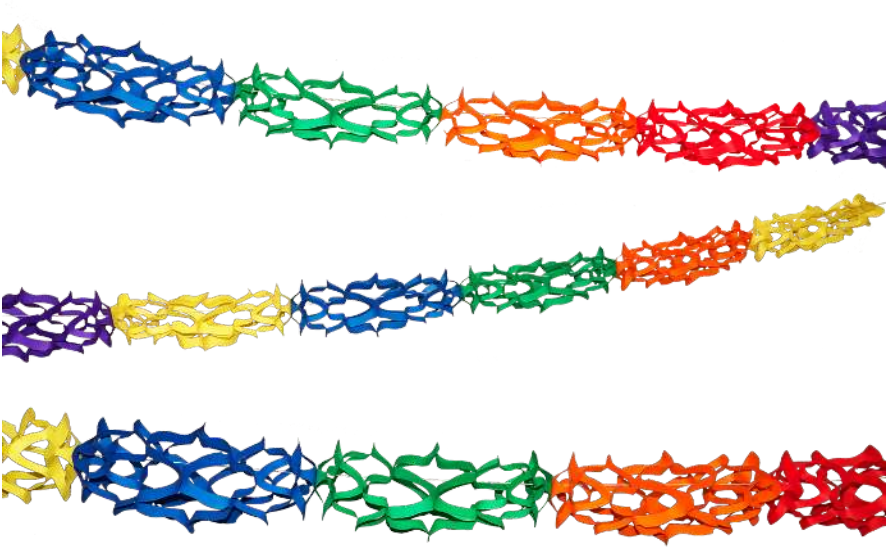
ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- félbehajtott erős papír vagy lapok (A6)
- tempera vagy pecsétpárna pirosban, zöldben, fehérben és barnában
- vékony fekete filctoll, nedves törlőkendők

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj filctollal egy hullámos vonalat a lapra: ez lesz a fényfüzér zsinórja.
2. A gyerek különböző színű ujjlenyomatokat nyom a vonal mentén.
3. Egy második lapon: három fehér ujjlenyomat egymás fölött hóembert ad; egy barna hüvelykujj-lenyomat rénszarvas lesz.
4. Hagyd megszáradni a festéket, és rajzolj hozzá filctollal részleteket: szemet, agancsot, ágakat.
5. Írj a belsejébe egy jókívánságot, vagy hagyd, hogy a gyerek aláírja a nevét, és vigyétek el együtt a lapokat.

Változat: a 3 évesek szabadon nyomnak; a 7–8 évesek egész téli jelenetet készítenek figurákkal. A színek között töröld meg a kezet egy nedves kendővel.



Papírlánc a visszaszámláláshoz

Pixabay (anaterate)

Nap 346 · Papírlánc a visszaszámláláshoz

Életkor: 3–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Hány alvás van még szentestéig? A gyerek annyi gyűrűből álló láncot készít, ahány nap hátravan, és minden nap levehet belőle egyet.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- színes papír 2–3 színben, 20 × 3 cm-es csíkokban
- ragasztószalag vagy tűzőgép (a felnőttnek)
- egy filctoll

ÍGY CSINÁLD

1. Számoljátok meg együtt a naptáron, hány nap van még december 24-ig.
2. Vágj vagy készíts oda annyi csíkot, és írd rájuk a számokat nagyobbtól a kisebbig.
3. Ragaszd az első csíkot gyűrűvé. Fűzd át rajta a következő csíkot, és azt is zárd be.
4. Így készíts láncot, esetleg színmintával: piros-zöld-piros-zöld.
5. Akaszd fel a láncot, és minden reggel vegyél le egy gyűrűt. Hány maradt még?

Változat: írj minden gyűrűre egy kis feladatot („énekelj egy karácsonyi dalt”). A nagyobb gyerekek kiszámolják, hány gyűrű marad egy hét múlva.

Nap 347 · Táncoló hang

Életkor: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A hang rezgés, és ezt látni is lehet. A gyerek kiált, énekel vagy fazékra üt, és nézi, hogyan táncolnak a rizsszemek egy kifeszített fólián.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy nagy tál vagy fazék
- műanyag fólia (konyhai fólia) és egy gumi
- egy marék rizsszem vagy cukor
- egy lábas fakanállal a dobolásra

ÍGY CSINÁLD

1. Feszítsd ki szorosan a fóliát a tál nyílásán, és rögzítsd a gumival, mint egy dobot.
2. Szórj egy marék rizsszemet a fóliára.
3. Tartsd a lábast közvetlenül a tál fölé, és üss rá a kanállal. Nézd meg, mit csinálnak a szemek.
4. Énekelj egy magas hangot, majd egy mélyet közvetlenül a fólia fölött. Másképp ugrálnak a szemek?
5. Beszélj halkan, aztán hangosan. Melyik hang táncoltatja a legtöbb szemet?

Változat: a kisebbek nézik és tapsolnak, a nagyobbak feljegyzik, melyik hang működik a legjobban. **Vigyázat:** a fóliát soha ne tartsd

az arc vagy a fej elé, és a rizst ne vedd szájba; utána szedd fel a szemeket, hogy senki ne csússzon el.

Nap 348 · Ágakból álló fa díszítése

Életkor: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent és kint · Felügyelet: igen

Néhány lombtalan ág a parkból, vázába téve, szerény, de szép karácsonyfa lesz. A gyerek keres, rendez és díszít azzal, amit maga készített.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 3–5 lombtalan ág, 40–70 cm hosszú (lehullott vagy lemetszett)
- egy stabil váza vagy egy edény homokkal vagy kövekkel
- a 327. nap sógyurma díszei, a 312. nap papírcsillagai
- cérna vagy szalag

ÍGY CSINÁLD

1. Keressetek együtt lehullott ágakat egy séta közben. Válassz sok mellékágú ágakat.
2. Otthon tedd az ágakat a vázába, és töltsd meg homokkal vagy kövekkel, hogy stabilan álljanak.
3. Fűzz cérnát a díszekbe és a csillagokba.
4. A gyerek akassza fel mindet az ágakra: a nehéz díszek alulra, a könnyűek felülre.
5. Állítsd a fát olyan helyre, ahol mindenki látja, és meséld el, melyik dísz melyik hónapból származik.

Változat: akassz rá LED-fényfüzért (csak a felnőtt csatlakoztatja).
Vigyázat: ne legyen igazi gyertya az ágak közelében.

Nap 349 · Illatos narancs szegfűszeggel

Életkor: 5–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: igen

A szegfűszeggel kitűzdelt narancs hetekig karácsonyi illatú. A gyerek mintákat nyom a héjba, és finommotorikát gyakorol.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 1–2 narancs
- egy zacskó szegfűszeg (kb. 20 g)
- egy hústű vagy kötőtű (a felnőtt előszúr vele)
- egy szalag

ÍGY CSINÁLD

1. Találjatok ki egy mintát: spirált, köröket, csillagokat vagy sorokat.
2. A felnőtt előszúrja a lyukakat a héjban, kb. 1 cm távolságra egymástól.
3. A gyerek minden lyukba beletol egy szegfűszeget, a gömbös végével kifelé.
4. Közben szagolj bele az ujjaidba: milyen az illata?
5. Kösd át a narancsot egy szalaggal, és akaszd fel, vagy tedd egy tálba.

Változat: a kisebbek mandarint is díszíthetnek matricákkal vagy rajzokkal. **Vigyázat:** a szegfűszeg kicsi és éles; ne vedd szájba, és

tartsd távol a 3 évesnél kisebb gyerekektől; érzékeny bőrű gyerekeknek nem ajánlott.

Nap 350 · Karácsonyi mese plüssökkel

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A plüssök egy téli mese szereplői lesznek. A gyerek kitalálja, ki játszik, színpadot épít, és közönség előtt előadja a mesét.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 4–6 plüss
- egy asztal előtte lepedővel színpadnak
- egy cipősdoboz házikónak, egy fehér konyharuha hónak

ÍGY CSINÁLD

1. Válasszatok együtt egy egyszerű történetet: egy állat eltévedt a hóban, és meleg helyet keres éjszakára.
2. Osszátok ki a szerepeket a plüssök között: ki tévedt el, ki segít, kinek van háza?
3. Építsétek meg a díszletet: a konyharuha a hó, a doboz a házikó.
4. Gyakoroljátok el egyszer a mesét, te vagy a mesélő, a gyerek pedig az állatok hangja.
5. Játsszátok el a család többi tagjának. Utána kérdezd meg a közönséget, mi történt.

Változat: a 7–8 évesek rövid forgatókönyvet írnak; a 3–4 évesek egyszerűen veled játsszák a mesét, közönség nélkül.

Nap 351 · Kekszek cukormázzal

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Nem kell sütő: a gyerek egyszerű keksszel vagy a 298. nap kekszeivel díszít fehér cukormázzal és egy kis színnel. Keverés, kenés és igazságos elosztás.

HOZZÁVALÓK

- 12–16 egyszerű keksz
- 150 g porcukor
- 1–2 evőkanál víz vagy citromlé
- ételfesték, esetleg színes cukorgyöngy
- néhány kis tálka, teáskanalak

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek kanalazza a porcukrot egy tálba, és cseppenként adja hozzá a vizet, kevergetve, amíg a máz olyan sűrű nem lesz, mint a joghurt.
2. Oszd el a mázat kis tálkákba, és színezd az egyiket pirosra, a másikat zöldre.
3. Kend egy kanál hátuljával egy réteg mázat minden kekszre.
4. Díszítsd egy másik színű cseppekkel, vagy szórj rá cukorgyöngyöt.
5. Hagyd fél órát keményedni, majd oszd el igazságosan: ki hányat kap?

Változat: húzz fogpiszkálóval csillag alakú mintát két szín között.
Vigyázat: ellenőrizd a keksz és a cukorgyöngy csomagolásán az allergéneket (glutén, tej, dió).



Kekszek díszítése cukormázzal
Pixabay (ivabalk)

Nap 352 · Csillagnézés télen

Életkor: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: kint · Felügyelet: igen

Decemberben korán sötétedik, így a gyerek lefekvés előtt is nézhet csillagokat. Tiszta időben látszik a hold, a fényes csillagok, néha egy bolygó is.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- meleg ruha, egy takaró vagy matrac
- egy zseblámpa piros papírral (így a szemed hozzászokik a sötéthez)
- papír és ceruza

ÍGY CSINÁLD

1. Válassz egy tiszta estét és egy olyan helyet, ahol kevés az utcai lámpa: a kert, az erkély vagy egy közeli park.
2. Várjatok együtt öt percet erős fény nélkül, hogy a szem hozzászokjon. Közben számoljátok meg, hány csillagot láttok.
3. Keresd meg a legfényesebb csillagot és a holdat. Milyen ma a hold: kerek, félig látszik, vagy olyan, mint egy banán?
4. Keress egy csillagcsoportot, és találjatok ki hozzá saját csillagképet: egy macskát, egy szánkót, egy kanalat.
5. Otthon rajzold le a csillagképet pontokkal és összekötő vonalakkal.

Változat: ismételd meg egy hét múlva, és nézd meg, változott-e a hold. **Vigyázat:** sötétben ne menj egyedül, maradj ismert terepen, és öltözz melegen.

Nap 353 · Jégmedálok természeti kincsekkel

Életkor: 3–8 év · Idő: 20 perc + egy éjszaka a fagyasztóban · Hely: bent és kint · Felügyelet: igen

Falevelek, bogyók és gallyak megfagynak egy jégkorongban, amelyet kint egy fára akasztasz. Műalkotás, amely lassan olvad és változik.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy műanyag tálka vagy mély tányér, egy műanyag pohár
- fenyőtűk, levelek, narancskarikák, gallyak
- víz, egy 40 cm-es zsineg

ÍGY CSINÁLD

1. Állítsd az üres poharat a tálka közepére: így lyuk marad a jégkorongban.
2. A gyerek a természeti kincseket a pohár köré rakja a tálkába.
3. Önts rá 2–3 cm vizet, és tedd bele a zsineg hurkait.
4. Tedd a tálkát egy éjszakára ki, ha fagy, vagy a fagyasztóba.
5. Másnap vedd ki a medált (tartsd egy pillanatra langyos víz alá), és akaszd egy ágra kint. Nézd meg minden nap, hogyan változik.

Változat: tegyél bele egy csepp ételfestéket színes korongért.
Vigyázat: a természetben talált bogyókat soha ne edd meg; a jeget ne nyald (a hideg nyelv hozzáragadhat).

Nap 354 · Képkeret ajándékba

Életkor: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

A saját készítésű ajándékokat gyakran őrzik a legtovább. A gyerek kartonból keretet készít egy fotónak vagy saját rajzának, nagyinak, nagypapának vagy az óvónéninek.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2 darab erős karton, 15 × 20 cm
- egy gyerekolló vagy univerzális kés (felnőtt), ragasztó
- díszítés: gombok, anyagdarabok, papír, természeti kincsek
- egy 10 × 15 cm-es fotó vagy rajz

ÍGY CSINÁLD

1. A felnőtt az egyik kartonból kivág egy 9 × 14 cm-es ablakot.
2. A gyerek díszíti a keretet: befesti, papírral beragasztja, gombokat vagy kis gallyakat ragaszt rá.
3. Tedd a fotót vagy rajzot a második kartonra, egyenesen az ablak alá.
4. Ragaszd össze a két kartont három szélén; az egyik szélt hagyd nyitva, hogy a fotót cserélni lehessen.
5. Ragassz egy háromszög alakú kartont hátulra támasznak, hogy a keret megálljon.

Változat: a 7–8 évesek rövid jókívánságot írnak a hátoldalára.
Vigyázat: a felragasztott gombokat tartsd távol a kisgyerekektől.

Nap 355 · A legrövidebb nap: árnyék mérése

Életkor: 4–8 év · Idő: 20 perc · Hely: kint · Felügyelet: nem

December 21-e körül van az év legrövidebb napja. A nap alacsonyan áll, ezért az árnyékok hosszúak. A gyerek megméri a saját árnyékát, és összehasonlítja a nyáriakkal.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- járdakréta
- egy mérőszalag vagy egy 5 méteres zsineg
- egy napsütéses, dél körüli időpont, 11 és 13 óra között

ÍGY CSINÁLD

1. Menj ki dél körül egy járdára, térre vagy az iskolaudvarra.
2. A gyerek álljon háttal a napnak. Húzz krétával egy vonalat a sarkánál, és egy keresztet az árnyék fejének csúcsánál.
3. Mérd meg az árnyékot a mérőszalaggal vagy lépésekkel.
4. Mérd meg magát a gyereket is: az árnyék hosszabb vagy rövidebb, mint a gyerek?
5. Mondd el: nyáron a nap magasan áll, és az árnyékod dél körül rövid. Írd fel a hosszát, és júniusban mérd meg újra.

Változat: a 4 évesek ráugranak egymás árnyékának fejére; a 7–8 évesek 11, 12 és 13 órakor mérnek, és összehasonlítanak. **Vigyázat:** soha ne nézz közvetlenül a napba.

Nap 356 · Csomagolás tanulása

Életkor: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Egy ajándék becsomagolása mérés, hajtogatás és ragasztás. A gyerek először egy könyvön gyakorol, utána szép csomagolópapírba csomagol egy igazi ajándékot.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- egy téglalap alakú gyakorlótárgy: egy könyv vagy egy doboz
- csomagolópapír, ragasztószalag, egy gyerekolló
- szalag vagy zsineg, egy kis kártya

ÍGY CSINÁLD

1. Fektesd a könyvet a papírra, és mérj: a papírnak teljesen körbe kell érnie, egy kis ráhagyással. Vágd le.
2. Hajtsd át a hosszú oldalt a könyvön, és ragaszd le egy darab ragasztószalaggal.
3. Hajtsd rá a másik hosszú oldalt, a szélét hajtsd be egy kicsit a szép varrathoz, és ragaszd le.
4. A rövid oldalaknál nyomd befelé az oldalakat, hajtsd fel a fület, és ragaszd le.
5. Köss rá szalagot, és írd meg a kártyát: kinek és kitől.

Változat: a 4 évesek egy dobozt csomagolnak, és lehetnek kicsit rendetlenek; a puha ajándékok egy masnis papírzacskóba is befférnek. Használd fel újra a Mikulás-napi papírt.

Nap 357 · Ültetőkártyák és szalvétahajtogatás

Életkor: 4–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Karácsonykor gyakran többen ültök az asztalnál. A gyerek névkártyákat készít mindenkinek, és hajtogatja a szalvétákat, hogy az ünnepi asztal kész legyen.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- erős papír, 10 × 8 cm-es darabokban
- filctollak, kis matricák vagy pecsétek
- papír- vagy textilszalvéták

ÍGY CSINÁLD

1. Készítsetek listát az összes vendégről. A gyerek megszámolja, hány kártya kell.
2. Hajtsd félbe a papírdarabokat, hogy megálljanak.
3. Írd rá a neveket, vagy hagyd, hogy a gyerek írja, és díszíts minden kártyát egy csillaggal, fácskával vagy valamivel, ami az illetőhöz illik.
4. Hajtogasd a szalvétákat: egy négyzet alakú szalvétát félbe háromszögre, majd még egyszer félbe, vagy legyezőként apró cikkcakkos hajtásokkal.
5. Találjátok ki együtt, ki kihez ül, és tegyétek el a kártyákat előre egy dobozba.

Változat: a 4 évesek név helyett minden vendégnek valami felismerhetőt rajzolnak; a 7–8 évesek étlapot is készítenek.

Nap 358 · Szenteste: csillag alakú zsemlék

Életkor: 4–8 év · Idő: 1,5 óra · Hely: konyha · Felügyelet: igen

December 24-én együtt csillag alakú zsemléket sütsz a karácsonyi reggelihez vagy vacsorához. A gyúrás kemény munka, ezért tökéletes az energikus kezeknek.

HOZZÁVALÓK

- 500 g liszt
- 7 g szárított élesztő (1 tasak)
- 300 ml langyos víz
- 1 teáskanál só, 1 evőkanál olaj
- egy csillag alakú kiszúró vagy egy kés (felnőtt)

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek kimér lisztet, élesztőt és sót egy nagy tálba. A felnőtt hozzáönti a langyos vizet és az olajat.
2. Gyúrjátok együtt 10 percig, amíg a tészta sima és rugalmas nem lesz. Hagyd letakarva egy órát kelni meleg helyen.
3. Nyomd laposra a tésztát 2 cm vastagra, és szúrj ki csillagokat (vagy formálj kézzel kis golyókat csillag alakba rendezve).
4. Tedd őket sütőpapíros tepsire, és hagyd még 20 percig kelni. A felnőtt közben előmelegíti a sütőt 210 °C-ra.

5. A felnőtt 15–20 percig süti a zsemléket aranybarnára. Hagyd őket rácson kihűlni.

Változat: sütés előtt kend meg a zsemléket kevés tejjel, és szórj rájuk szezámmagot. **Vigyázat:** glutént tartalmaz (és esetleg szezámot vagy tejet); a sütőt és a tepsit csak a felnőtt kezelheti.



Csillag alakú zsemlék a karácsonyi asztalra

Pixabay (DomPixabay)

Nap 359 · Karácsony napja: a némajáték mindenkinek

Életkor: 3–8 év · Idő: 40 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Fiatalok és idősek együtt játszhatják, még ha nem is beszélnek mind ugyanazon a nyelven: szavak nélkül mutasd meg, mi áll a kártyádon.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 20 kártya képekkel vagy szavakkal: hóember, karácsonyfa, ajándék kibontása, korcsolyázás, rénszarvas, kekszsütés, alvás, hógolyózás
- egy tál vagy sapka a húzáshoz

ÍGY CSINÁLD

1. Készítsétek el előre együtt a kártyákat; a gyerek rajzol, te leírod alá a szót.
2. Hajtsd össze őket, és tedd a sapkába.
3. Sorban húz valaki egy kártyát, és beszéd nélkül eljátssza. A többiek találgatnak.
4. Aki kitalálja, megkapja a kártyát. A kisgyerekek egy felnőttel csapatban játszanak.
5. Az összes kártya után mindenki megszámolja a kupacát, és a nyertes kitalálja a következő kör első szavát.

Változat: a nagyobb gyerekek homokórával játszanak, vagy 30-ig számolnak; a 3 évesek csak hanggal együtt utánoznak állatokat.

Nap 360 · Téli játékok a parkban

Életkor: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: kint · Felügyelet: igen

A hosszú ebéd után ideje kint mozogni. A gyerek a családdal kis „téli olimpiát” szervez öt számmal.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- meleg ruha
- néhány felgöngyölt zokni vagy egy puha labda, egy kötél, 4 bábu vagy műanyag palack
- papír és ceruza a pontokhoz, kartonból készített érmek

ÍGY CSINÁLD

1. Otthon készítsetek érmeket: kartonkorongok szalaggal, arany, ezüst és bronz színűre festve.
2. Válasszatok öt számot: távolugrás egy vonaltól, szlalom palackok között, „hógolyó” (zokni) dobása egy célba, pingvinjárás és kötélhúzás a családdal.
3. A parkban készítsd elő mindent, és a gyerek adja meg a rajtjelet.
4. Mindenki részt vesz minden számban; a gyerek vonalkákkal vezeti a pontokat.
5. Zárjátok éremátadással, ahol mindenki kap egy érmet valamiért: leggyorsabb, legviccesebb, legbátrabb.

Változat: ha van hó, építsetek hóembert hatodik számként.
Vigyázat: maradj távol a tavak és folyók jegétől, és válassz

forgalommentes helyet.

Nap 361 · Köszönőkártyák

Életkor: 3–8 év · Idő: 35 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Aki kapott valamit, egy kártyával mondhat köszönetet. A gyerek visszagondol az ünnepekre, és rajzzal gyakorolja a hálát.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- lapok vagy félbehajtott papír
- színes ceruzák, filctollak
- borítékok, bélyegek vagy egy terv, hogyan viszitek el személyesen

ÍGY CSINÁLD

1. Készítsetek együtt listát: ki adott ajándékot, ki jött látogatóba, ki segített valamiben?
2. Beszélgessetek mindenkiről: mi tetszett a gyereknek legjobban abban az ajándékban vagy látogatásban?
3. A gyerek minden lapra rajzol valamit, ami ehhez kapcsolódik: az ajándékot, egy közösen játszott játékot.
4. Írjátok rá együtt: „Köszönöm”, és egy rövid mondatot; a kisebbek a nevüket vagy egy firkát tesznek alá.
5. Vigyétek el a lapokat, vagy küldjétek el postán.

Változat: a 7–8 évesek maguk írnak három mondatot; a 3 évesek festékes kézlenyomatot nyomnak aláírásként.

Nap 362 · A család idei újsága

Életkor: 5–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Igazi újság címekkel, hírekkel és rajzokkal az elmúlt évről. A gyerek a tudósítást gyakorolja, és azt, hogy mi volt tényleg fontos.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- 2–3 nagy papírlap, összehajtva újsággá
- ceruza, filctollak és egy vonalzó
- egy régi újság példának
- esetleg ragasztó és az idei rajzok vagy lapok

ÍGY CSINÁLD

1. Nézzetek meg együtt egy igazi újságot: mik a címek, a képek és a rovatok?
2. Találjatok ki nevet az újságotoknak, például „Családi Híradó” vagy „Szobai Újság”, és írjátok nagyban az első oldalra.
3. Találj ki három idei hírt, például egy születésnapot, egy kirándulást vagy valamit, amit a gyerek megtanult, és adj mindegyiknek címet.
4. Rajzolj minden hírhez egy képet, és írj vagy diktálj alá két mondatot.
5. Tegyél bele egy éves időjárás-jelentést és egy rejtvényt. Olvasd fel az újságot a családnak.

Változat: az 5 évesek diktálják a híreket és rajzolnak, a 7–8 évesek maguk írnak, és interjút is készítenek egy családtaggal.

Nap 363 · Szilveszteri kalap és kürt

Életkor: 3–8 év · Idő: 45 perc · Hely: bent · Felügyelet: nem

Szilveszterre a gyerek maga készíti az ünnepi kellékeket: egy kúp alakú kalapot és egy papírkürtöt. Hajtogatás, ragasztás és díszítés.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- erős papír vagy vékony karton (A3 egy kalaphoz)
- egy gumi vagy szalag
- ragasztószalag, filctollak, csillámos papír vagy csomagolópapír-darabok
- egy üres papírtörlő-guriga a kürthöz

ÍGY CSINÁLD

1. Rajzolj egy nagy negyedkört az A3-as lapra (a felnőtt egy zsinegdarabbal, mint körzővel segít), és vágd ki.
2. Díszítsd a lapos papírt csillagokkal, az új év számával és filctollvonalakból készített tűzijátékkal.
3. Tekerd kúppá, és ragaszd le a varratot. Erősítsd a gumit mindkét oldalon.
4. A kürthöz: díszítsd a papírtörlő-gurigát, és az egyik végére ragassz egy papírtölcsért.
5. Gyakorold: énekeld bele a kürtbe: „tű-tű-tűt”. Hogy hangzik, ha halkan és hangosan beszélsz?

Változat: a 7–8 évesek az egész családnak készítenek kalapot mindenki nevével. **Vigyázat:** a gumi ne legyen túl szoros, különösen a kisgyerekeknél.

Nap 364 · Falatok tálja a holnapi bulira

Életkor: 4–8 év · Idő: 30 perc · Hely: konyha · Felügyelet: igen

Holnap szilveszter. A gyerek ma színes falattálat készít elő, hogy a buli igazán ünnepi legyen.

HOZZÁVALÓK

- uborka, koktélparadicsom, paprika, kockákra vágott sajt
- néhány sós keksz vagy kenyérdarab
- egy nagy tányér vagy vágódeszka és fólia
- egy műanyag gyerekkés

ÍGY CSINÁLD

1. A gyerek megmossa a kezét és a zöldségeket a csap alatt.
2. A felnőtt felvágja a zöldségeket és a sajtot darabokra; a gyerek a műanyag késsel karikákra vágja az uborkát.
3. Rakd tele a tálat: színek szerint válogasd, vagy rakj ki egy alakot, például egy napot, egy szivárványt vagy egy arcot.
4. Tedd a kekszeket az egyik oldalra, a sajtkockákat a másikra. Nézd meg, hogy a tál kerek és szép-e.
5. Fedd be a tálat fóliával, és tedd a hűtőbe holnapig. Készíts egy kis kártyát a „Falatok” felirattal.

Változat: a kisebbek csak rakosgatnak és válogatnak, a nagyobbak témát találnak ki (nap, erdő, tenger), és megszámolják a darabokat.
Vigyázat: a koktélparadicsomot és a szőlőt vágd negyedekre a kisgyerekeknek, és ellenőrizd az allergiákat (tej, glutén).

Nap 365 · Szilveszter este: visszaszámlálás és a zajzenekar

Életkor: 3–8 év · Idő: 1 óra · Hely: bent · Felügyelet: igen

Az év utolsó napját egy korai visszaszámlálással zárjátok, hogy a kisgyerekek is köszönthessék az új évet, lábasokkal, kürtökkel és fényekkel.

ERRE LESZ SZÜKSÉGED

- a 363. nap ünnepi kalapjai és kürtjei
- lábasok, fedők, fakanalak
- egy papírtányér visszaszámláló órának (lásd a 301. napot)
- kivágott papír konfetti, egy LED-es zseblámpa

ÍGY CSINÁLD

1. Válasszatok együtt egy korai időpontot a visszaszámláláshoz, például 19 órát, és állítsd be a papíróra mutatóit erre az időre.
2. Vágj konfettit színes papírból, és tedd egy tálba.
3. Gyakoroljátok a zajzenekart: mindenki választ egy hangszert, és játszotok halkan, hangosan és nagyon hangosan.
4. A megbeszélt időpontban számoljatok vissza 10-től 0-ig, dobjátok fel a konfettit, és játsszon a zenekar. Kiáltsátok: „Boldog új évet!”, és öleljétek meg egymást.

5. Utána tekintsetek vissza együtt az emlékdobozra vagy a könyvre: melyik volt az év kedvenc tevékenységetek?

Változat: a nagyobb gyerekek, akik később fekszenek le, éjfélkor még egyszer visszaszámlálhatnak. **Vigyázat:** a tűzijáték nem gyereknek való: csak bentről, az ablak mögül nézzétek, és védd a fület a hangos durranásoktól.

Hogyan tovább?

Elérkeztél a 365. naphoz. Talán minden nap csináltatok valamit, talán csak hétvégén vagy a szünetekben; mindkettő jó. Ezt a könyvet arra találták ki, hogy újra használd, mert egy 4 éves gyerek ugyanazt a tevékenységet egészen másképp csinálja, mint egy 6 éves.

A könyv második éve

- **Válaszd a másik változatot.** Minden tevékenységnél van könnyebb és nehezebb változat. Ha a gyerek tavaly a könnyebbet csinálta, próbáljátok most a kihívást.
- **Engedd, hogy a gyerek vezessen.** A nagyobb gyerekek maguk is el tudják olvasni a lépéseket, összeszedhetik az eszközöket, és segíthetnek egy kisebb testvérnek.
- **Jelöld meg a kedvenceket.** Tegyél egy csillagot azokhoz a napokhoz, amelyek a legjobban tetszettek, és ismételjétek meg őket gyakrabban.
- **Hasonlítsd össze a tavalyival.** Mérd meg újra az árnyékodat a legrövidebb napon, számold meg újra a madarakat az ablaknál, és nyissátok ki a kívánságdobozt: mi változott?

- **Ne kövesd szigorúan a naptárt.** Ha esik az eső egy kinti napon, válassz egy beltéri tevékenységet ugyanabból a hétből. Az alábbi táblázat segít gyorsan választani.

Gyors választás

Valamire különösen van kedved? Válassz egy oszlopot, és keresd meg a napot.

Mozgás	Barkácsolás	Felfedezés	Konyha és otthon	Csendes játék
Nap 13	Nap 33	Nap 42	Nap 9	Nap 17
Nap 65	Nap 52	Nap 78	Nap 83	Nap 51
Nap 101	Nap 94	Nap 119	Nap 111	Nap 95
Nap 168	Nap 153	Nap 166	Nap 139	Nap 175
Nap 186	Nap 197	Nap 228	Nap 201	Nap 223
Nap 263	Nap 231	Nap 262	Nap 258	Nap 266
Nap 302	Nap 297	Nap 319	Nap 286	Nap 308
Nap 325	Nap 322	Nap 344	Nap 321	Nap 329

> Sok örömöt a következő évhez. A legfontosabb hozzávaló egyetlen listán sem szerepel: idő és figyelem, együtt. — A szerkesztőség

Videók, amelyek segítenek

A könyv lépésről lépésre elmagyaráz minden tevékenységet, a videó pedig megmutatja a mozdulatokat a gyakorlatban. Lent ingyenes YouTube-csatornákat találsz, amelyeket 2026 októberében ellenőriztünk. Nem kapcsolódnak hozzánk, a tartalmukért a készítőik felelnek.

Magyarul

- **Kreatív ötletek Evelintől – Kreatív Sarok** – youtube.com/@kreativsarok
- **FUNtasztikus Szülők Közössége** – youtube.com/@funtasztikus_szulok

Angolul (bekapcsolhatod a feliratot és az automatikus fordítást)

- **Sick Science!** – youtube.com/@SickScience
- **Red Ted Art** – youtube.com/@RedTedArt
- **Art for Kids Hub** – youtube.com/@ArtforKidsHub
- **TheDadLab** – youtube.com/@TheDadLab
- **Junior Cook's Kitchen** – youtube.com/@juniorcookskitchen

Tipp: először olvasd el a tevékenységet a könyvben, utána nézz meg egy videót ugyanarról a témáról, és aztán próbáljátok ki együtt.

A videók nem helyettesítik a könyv biztonsági szabályait: mindig a könyvet kövesd, és a tevékenységeket csak felnőtt felügyelete mellett végezzétek.