

GIBalčkov ADVENTNI KOLEDAR

Dragi starši,

preberite aktivnosti in izberite tiste, ki jih bo otrok opravil. Skupaj z otroci vsak dan odprite in preberite aktivnost. Razložite in demonstrirajte aktivnost, če je potrebno. Naj pri vsaki aktivnosti sodeluje cela družina. Poskrbite za varno okolje (pripravite prostor za aktivnost, odmaknite lomljive predmete ter pohištvo – mizo, stole, ...).

Prilagoditve:

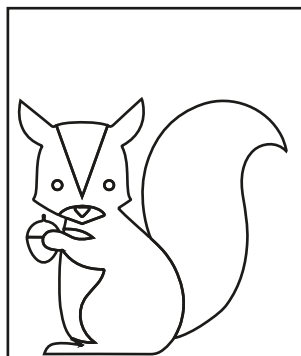
- Mlajši otroci – starši demonstrirajte vaje, nato pa otrok ponovi vajo.
- Starejši otroci – starši preberite aktivnost in mu razložite vaje.

Priprava adventnega koledarja:

Izrežite vse aktivnosti in jih s kljukico/ščipalko pripnite na vrvico. Vsak dan v decembru preberite aktivnost za tisti dan in jo opravite skupaj z otrokom.

Dodatne aktivnosti

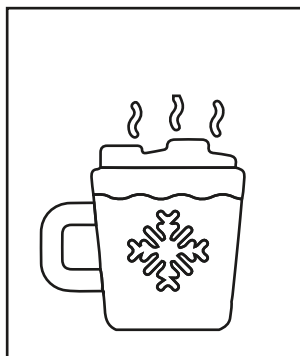
V kolikor bi želeli zamenjati kakšno aktivnost, vam tukaj predstavimo še nekaj dodatnih aktivnosti ali zapišite svoje aktivnosti na prazen listek.



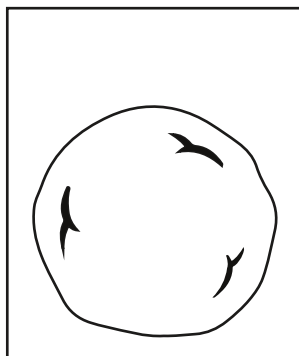
VEVERICA BERTA
Veverica Berta je danes nekaj ušpičila. Namesto, da bi lešnike nosila v svojo shrambo za čez zimo, je z njimi žonglirala. Poskusi še ti, začni z dvema (uporabi nogavice, žogice, rutke ...).



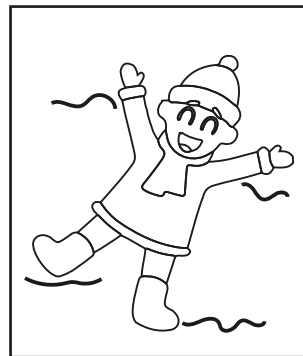
BOŽIČNA PANTOMIMA
Brez govorjenja prikažite različne božične junake ali predmete, ki si jih zapišete/narišete na listke. Vse listke zložite in pospravite v eno posodo, nato ena oseba izvleče en listek ter s pantomimo prikaže kar je zapisano/narisano.



VROČA ČOKOLADA
Usedi se na tla, pokrči noge in se opri na roke. Na trebuhu imaš skodelico vroče čokolade, ki jo moreš odnesti na drugo stran v položaju mizice (na vseh štirih s trebuhom navzgor).



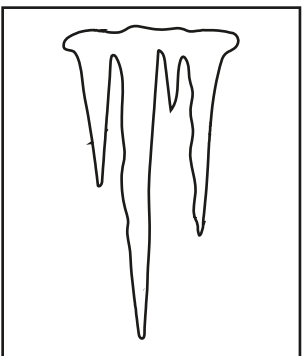
NAJVEČJA SNEŽNA KEP
Vzemi eno žogo ter jo kotali po prostoru, da nastane največja snežna kepa. Lahko si postaviš ovire po prostoru ter kotališ snežno kepo (žogo) okrog ovir. Tekmuj s svojo družino, kdo bo najhitreje odkotalil snežno kepo okrog vseh ovir.



KOTALJENJE V SNEGU
Predstavljaš si, da je povsod zasneženo. Obleci si kombinezon, na glavo si daj kapo, na roke pa rokavice in si obuj škornje. Uleži se na tla ter se zakotali po snegu. Nato se obrni na hrbet in si prestavljaš, da v snegu narediš angelčka – postaviš roke in noge narazen ter skupaj. Vajo nekajkrat ponovi.

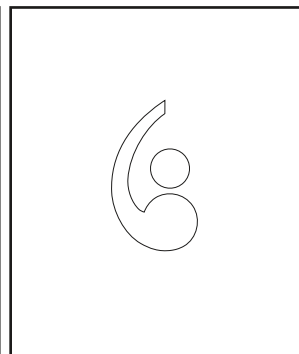
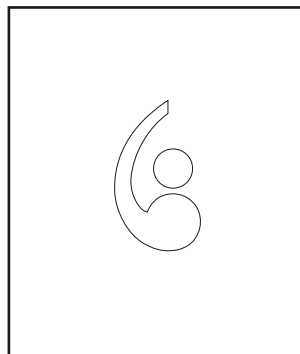


HRANA ZA JELENE
Jeleni se prehranjujejo s travo, semeni in različnimi plodovi. Zelo radi pa se posladkajo s korenjem. Ko starši zakličejo določeno hrano, se premikaš na način, kot velja za posamezno hrano.
TRAVA – se premikaš po vseh štirih naravnost
SEMENA – se premikaš po vseh štirih nazaj
PLODOVI – se premikaš po vseh štirih bočno
KORENJE – se vrtilj po vseh štirih.

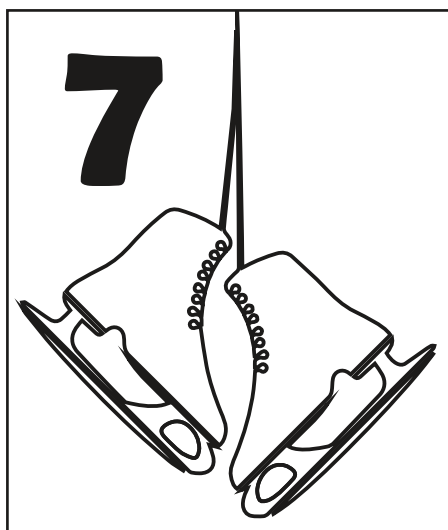
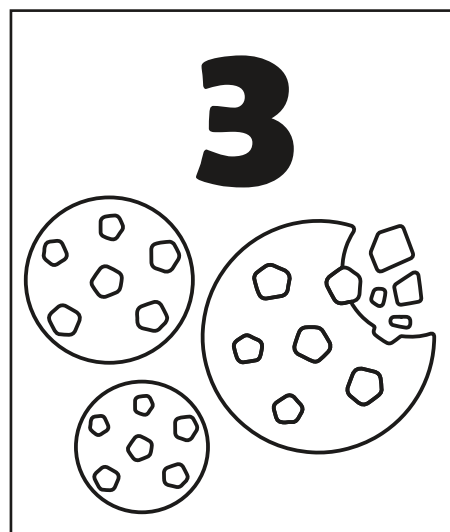
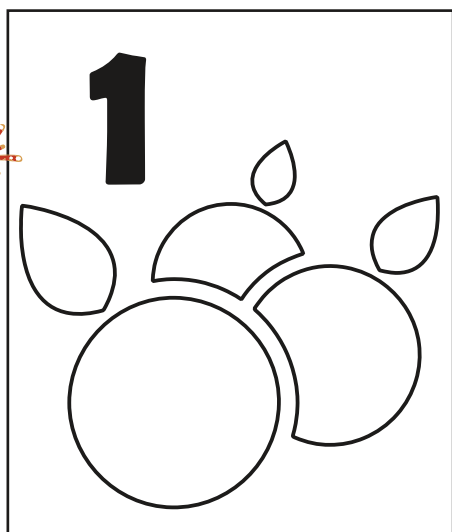


LEDENA SVEČA
Postavi se v položaj na eni nogi kot ledena sveča in poskusi ostati v tem položaju čim dalj časa. Poskusi vajo tudi na drugi nogi. Tekmuj s svojo družino in preveri katera ledena sveča zdrži največ časa v pravilnem položaju. Lahko plešeš na tvojo najljubšo glasbo, ko se ta ugasne pa zamrzneš v nek položaj. Ko ponovno slišiš glasbo plešeš naprej.

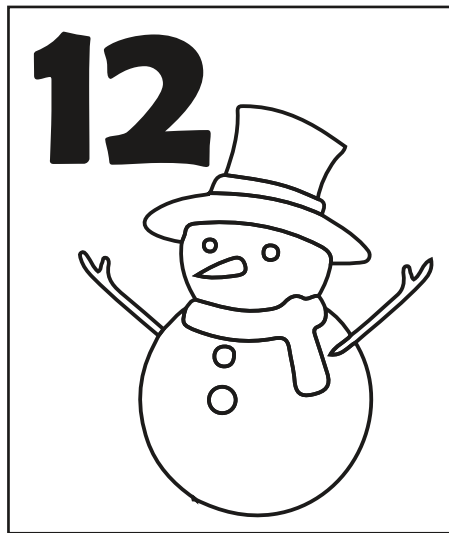
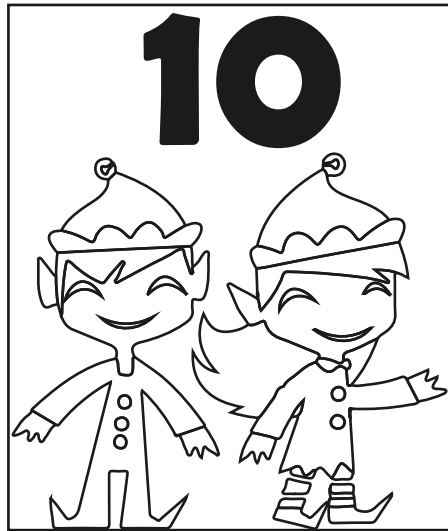
Prostor za dodatne aktivnosti



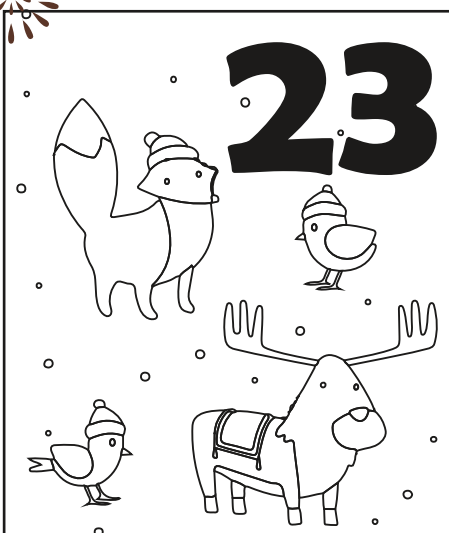
GIBalčkov ADVENTNI KOLEDAR



GIBalčkov ADVENTNI KOLEDAR



GIBalčkov ADVENTNI KOLEDAR



Aktivnosti

1

MIKLAVŽEVE MANDARINE

V posodi imamo nekaj mandarin (lahko uporabiš tudi manjše žogice ali nogavice). Stojiš na označenem mestu in vržeš mandarino staršu. Starši lahko povečujete razdaljo.

2

MIKLAVŽEV KLOBUK

Na glavo si naloži nek predmet (igračo, blazino, brisačo, ...) in poskusi hoditi vzravnan ter pazi, da ti ne pade klobuk na tla. Koliko predmetov si lahko naložiš na glavo, brez da pade klobuk na tla?

3

MIKLAVŽEVI PIŠKOTI

Pomagaj Miklavžu pri peki piškotov. Usedi se na tla in si predstavljaš, da imaš pred seboj posodo. Stresi malo moka, sladkorja in preostale sestavine. Vstani in teči okrog posode ter tako zmešaj vse sestavine skupaj. Ko se ti začne vrteti, se obrni in teči v drugo smer. Zdjaj pa zmešaj testo še z rokami – nekajkrat jih zavrti naprej, nato pa še nazaj. Testo položiš na tla in ga zvaljaš tako, da se uležeš in kotališ levo in desno. Ko je testo razvaljano, vstani in sonožno skači po testu – tako izrežeš piškote. Ko so piškoti pečeni jih poskusiš.

4

ČEVLJI ZA MIKLAVŽA

Na tla postavi en čevljev in ga prestopi ali preskoči. Dodaj še en čevljev ter prestopi ali preskoči oba čevlja. Dodaj nov čevljev in ponovi vajo. Koliko čevljev lahko prestopiš oziroma preskočiš? Po končani vaji lepo pospravi vse čevlje na svoje mesto.

5

MIKLAVŽ BREZ ŠKORNJEV

Miklavž se je zbudil zelo zmeden. Na pot, od hiše do hiše, se je odpravil kar bos, brez škornjev. Ker pa je zunaj že hladno, ga močno zebe v stopala zato poskakuje iz ene noge na drugo izmenično. Poskusi tudi ti.

6

MIKLAVŽEVA DRUŠČINA

Miklavž vedno obiskuje otroke v spremstvu svojih prijateljev angelčkov in parkljev. Teči naokrog po prostoru, ko je glasba. Ko se glasba ugasne, naj tvoji starši zakličejo enega izmed likov. Premikaj se tako, kot navaja naloga: Miklavž – premikaš se zelo p-o-č-a-s-i. Angelček – z rokami prikaži letenje s krili. Parkelj – premikaš se čim bolj strašno.

7

ZIMSKO DRSANJE

Stopi na dve manjši krpi ali brisački, nato pa drsaj po prostoru. Tam, kjer je dovolj prostora se poskusi zavrteti naokrog.

8

BOŽIČKOVI JELENČKI

Roke dvigni visoko v zrak in z njimi naredi rogove. Hopsaj po prostoru kot jeleni. Mlajši otroci lahko tečejo naokrog ali se premikajo po vseh štirih.

9

BOŽIČNO SANKANJE

Usedi se na krpo ali brisačko ter se sankaj po prostoru tako, da se premikaš po zadnjici in se z nogami potiskaš naprej.

10

BOŽIČKOVI PALČKI

Počepni in se premikaj po prostori v hoji čepa. Poskusi vajo tudi vzvratno. V tem položaju zapleši na tvojo najljubšo pesem.

11

ZIMSKI ŠAL

Vzemi svoj šal in ga v prostoru raztegni na tla. Poskusi različne vaje s šalom:

- Hoja naprej in nazaj
- Hoja bočno (v obe smeri)
- Preskakuj levo-desno
- Po šalu se premikaj po vseh štirih naprej, nazaj in bočno
- Hoja v čepu
- Hoja raznožno naprej in nazaj
- Spomni se svoje vaje.

12

SNEŽAK

Uleži se na hrbet, pokrči noge na prsa in jih objemi. Zakotali se po prostoru kot ogromne snežne kepe, ki jih potrebujemo za sestavljanje snežaka.

13

BOŽIČNI BUNKOMET

Vzemi en lonc ali posodo ter reklamni letak, stari časopis ali kos papirja, ki ga ne potrebujete več. Zmečkaj ga v kroglico in poskusi zadeti v lonc. Po vsakem uspešnem poskusu, povečaj razdaljo med tabo in loncem.

14

BOŽIČNA ZVEZDA

Stojiš sonožno, z rokami ob telesu. Skoči z nogami narazen, roke odroči. S takimi poskoki prikažeš utripajočo zvezdo. Koliko časa zmoreš skakati in utripati?

15

BOŽIČNA JELKA

Pripravi si različne predmete (šali, kape, rokavice, igračke). Starši naj stojijo na eni nogi, roke imajo v odročanju, ti pa jih okraši s predmeti. Poskusi tudi ti stati čim dalj časa na eni nogi, z rokami v odročanju, starši te pa naj okrasijo. Mlajši otroci lahko stojijo na obeh nogah.

16

JELENJI DIRENDAJ

Jeleni hitijo v Božično vas, saj bodo kmalu pomagali Božičku pri raznašanju daril. Čim hitreje in čim dalj časa tečeš na mestu (cepetaš). Če vajo naredi cela družina, boš slišal/a pravi jelenji direndaj.

17

SNEŽINKE

Vzemi čim več svojih nogavic. Razpri pare in jih postavi na kup. Zajemi čim več nogavic, ki predstavljajo snežinke, ter jih vrzi visoko v zrak. Koliko snežink je padlo na tvojo glavo? Ponovi vajo in poskusi ujeti čim več snežink (nogavic). Snežinke lahko oblikuješ v kepo in zadeneš svoje starše.

18

ZVEZDA REPATICA – UTRINEK

Si že kdaj videl/a utrinek oz. zvezdo repatico? Ko se zvezda repatica premakne iz enega mesta na drugega, se za njo nariše svetleči rep – zato se ji reče zvezda repatica. Pokaži zvezdo repatico tudi ti – skoči iz mesta čim bolj daleč. Kdo izmed vaših članov družine je največja zvezda repatica?

19

ZAVIJ/ODVIJ DARILO

Starši se naj uležejo na hrbet in ti dovolijo, da jih zaviješ v darilo. Položi njihove roke na prsni koš, pokrči njihove noge in jih zakotali v sedeči položaj. Nato tečeš okrog njih, da jih dokončno zaviješ in zavežeš. Pobožaj jih po licu ter jim daj poljubček na nos – tako postaviš pentljo na darilo. Sedaj pa poskusi darilo tudi odviti (starši se rahlo upirate). Vendar se boš moral/a bolj potruditi, saj si jih močno zavil/a.

20

VREČA DARIL

Usedi se na sredino odeje, starši (Božiček) primejo za vse štiri konce odeje in te dvignejo od tal. Vrečo daril prenašajo sem in tja po stanovanju, te malo zazibajo levo/desno in naprej/nazaj.

21

ODSEV V BOŽIČNI KROGLI

Če si dobro ogledaš kakšno božično kroglo opaziš svoj odsev. Tokrat bodo starši pokazali tvoj odsev. Premikaj se na različne načine, starši pa gibanje ponovijo za teboj. Pri mlajših otrocih začnite starši z vajo, otrok naj ponovi gibanje za vami, nato pa zamenjajte vloge.

22

BOŽIČNE LUČKE

Z dlanmi pokaži utripajoče božične lučke – ko lučka zasveti so dlani odprte, ko se lučka ugasne, zapri svoje dlani. Naj tvoje lučke zaplešejo visoko nad tvojo glavo, pred tvojim trebuhom, za tvojim hrbtom, se zavrtijo okrog in utripajo.

23

BOŽIČNA/ZIMSKA PRAVLJICA

S starši poiščite božično ali zimsko pravljico, v kateri nastopa čim več različnih živali ali oseb. Med branjem pravljice oponašaj njihovo gibanje (medved, ververica, jelen, Božiček, snežak ...).

24

BOŽIČKOVI POMOČNIKI

Kmalu bo Božič, zato morajo Božičkovi pomočniki pohiteti. Palčki hodijo v čepu, jelenčki po vseh štirih, ververica skače sonožno, snežak pa se kotali. Pokaži vse vaje, nato pa tekmuje s svojo družino. Kateri pomočnik je najhitrejši?

25

BOŽIČNI PLES

Izberi si svojo najljubšo božično ali zimsko pesem ter zapleši skupaj s svojo družino. Plešite toliko časa, dokler se ne utrudite, nato pa si privoščite topel čaj in sadno malico.