

# Acasă cu copiii

## Sugestii pentru acasă: 11 idei

Dragi părinți,

Astăzi am dori să vă încurajăm să structurați programul zilnic pentru copiii dvs. În vremurile crizei Coronavirus, petrecem mult mai mult timp acasă cu copiii noștri decât eram obișnuiți. Școlile, centrele de zi și chiar locurile de joacă sunt închise. Este o provocare uriașă pentru toți. Dar procedați corect dacă rămâneți acasă în perioada aceasta. În acest fel, vă protejați familia, și întreaga societate. Pentru ca timpul acasă să nu devină un calvar, am pus la punct câteva lucruri pe care le puteți face împreună cu copiii voștri. De asemenea, este important să vă gândiți la dvs. pentru a putea avea grijă de copii.

Alte sugestii și informații puteți găsi aici:

<https://www.kita-einstieg-hamburg.de/elterninfo/>



(Întocmit de angajații de la asociația Elbkinder Vereinigung Hamburger Kitas gGmbH și societatea non-profit DRK gemeinnützige Gesellschaft für Pädagogik Hamburg-Harburg mbH)

## 1. Stabilirea programului pentru ziua în curs:

Copiii au acum nevoie de multă structură în rutina lor de zi cu zi, astfel încât să se simtă în siguranță și să se poată orienta. La creșă ziua este structurată, iar copiii de obicei știu exact ce urmează. Creați o rutină zilnică împreună cu copilul. Stați la masă împreună, discutați a doua zi și desenați cu copilul tot ceea ce ați planificat pentru a doua zi.

## 2. Jocul în cercul de dimineață:

Jucați-vă cu copilul și întreaga familie în cercul de dimineață. Întrebați: Ce faceți în cercul de dimineață? Ce melodie de bun venit cântați ... Dacă este posibil, luați jucării de pluș și puneți-le în cerc. În acest fel, copilul poate include jucăriile preferate și totul este ceva mai variat și mai interesant.



## 3. Generalități:

Implicați copiii în treburile casnice. Coaceți pâine, prăjituri sau biscuiți împreună. Gătiți împreună și creați un meniu împreună. Stabiliți cine strânge masa, agățați rufele împreună sau strângeți vasele din mașina de spălat vase. De obicei, copiii doresc să participe la treburile casnice. Dacă nu, nu vă supărați.

## 4. Creați spațiu:

Construiți peșteri, în care copilul poate "locui", ce distractiv. Indiferent dacă este vorba despre un castel, o stație de pompieri sau un cort...fantezia nu are limite. Cu pături, perne, cutii, scaune și orice altceva puteți găsi, peșterile pot fi construite foarte bine. Aceste peșteri vă îmbie apoi să vă jucați sau să citiți împreună. Și cine știe, poate petreceți împreună noaptea în peșteră.

## 5. Dosar pentru acasă:

În centrul de zi, copilul dvs. are un dosar în care sunt documentați pașii de dezvoltare. Acolo sunt introduse desene, fotografiile cu copilul și multe altele. Folosiți timpul și transpuneți structura centrului de zi acasă. Proiectați cu copilul un „dosar pentru acasă”, desenați-l sau decorați-l așa cum îi place copilului. Discutați cu copilul despre ce doriți să faceți cu acest dosar. La sfârșitul fiecărei zile, puteți să vă spuneți reciproc ce ați făcut astăzi și să atașați o imagine, o fotografie sau altele asemenea la dosarul copilului.



## 6. Joc cu obstacole:

Copiii au întotdeauna nevoie de multă mișcare - mai ales acum! Pentru ca ei să își facă de cap și să ajungă la propriile limite, un joc cu obstacole este perfect. Lăsați copiii să construiască acest joc. Trebuie să îi dați doar indicații care mobilă nu are voie să o folosească. Astfel copiii își pot consuma energia și pot depăși obstacole.

## 7. Ora zilnică de sport:

În fiecare zi la ora 9:00, Alba Berlin oferă 30 de minute de sport pentru copiii de creșă. Așa vă începeți PERFECT ZIUA! La ora 10:00, urmează 45 de minute de sport pentru copiii din școlile primare. Orele de sport se găsesc aici: <https://www.youtube.com/albaberlin>

## 8. Ore de muzică:

Școala Lütke Hamburg vrea să îndulcească timpul acasă pentru toți copiii și încarcă regulat noi melodii pe YouTube. Melodii de cântat și de dansat. La ora stabilită cu copiii dvs! [https://www.youtube.com/channel/UC9X\\_hrkGra3xBgCd048ML4Q](https://www.youtube.com/channel/UC9X_hrkGra3xBgCd048ML4Q)

De asemenea, Julia Miller-Lissner vă invită în fiecare zi la o lecție de muzică. Rulează întotdeauna live în jurul orei 18:00. Având în vedere că această oră este pentru majoritatea copiilor ora de cină, puteți urmări și lecția de muzică înregistrată.

<https://www.youtube.com/channel/UCjZo5FZLamKq6fuwb1hHdwQ>

## 9. Cântat și mișcare:

Cântatul și mișcarea sunt elemente sănătoase, distractive și relaxante!

Acest tip de melodii vă însoțesc copiii pe durata întregii zile. Copiii sigur cunosc multe dintre aceste melodii.

Pe aceste pagini veți găsi o selecție mare de cântece pentru copii și pe care copiii dvs. le cunosc de la creșă.

Antrenați-vă împreună cu copiii dvs.

<https://www.youtube.com/user/SingKinderlieder/videos>

<https://www.youtube.com/user/kinderlieder/videos>

## 10. Experimente pentru copii de creșă și de școală:

Copiii iubesc experimentele. De ce jeleurile nu se udă în apă? Cum se poate umfla un balon cu o sticlă. Faceți experimente cu copiii. Pe următoarele pagini găsiți multe idei pentru copii.

<https://www.haus-der-kleinen-forscher.de/de/praxisanregungen/experimente-fuer-kinder>

<https://www.geo.de/geolino/basteln/15225-thma-experimente>

## 11. Vorbiți cu copilul despre Coronavirus

Este important ca copiii să înțeleagă de ce nu pot face ceea ce le place, de ex. să meargă la locul de joacă sau la bunici.

Aici este un scurt video explicativ (<https://www.youtube.com/watch?v=kU4oCmRFTw>) al orașului Viena, în care se explică pe înțelesul copiilor ce este acest Coronavirus și ce trebuie să facem.

Este la fel de important ca acest subiect să nu devină ”un subiect omniprezent”. Copiii trebuie protejați de frica de Coronavirus. Este importantă să vorbiți, să ascultați și să liniștiți copilul. Pe pagina Unicef părinții pot găsi sugestii cum să își liniștească și să își protejeze copiii:

versiunea în limba germană: <https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-acht-tipps-mit-kindern-darueber-zu-sprechen/212392>

versiunea în limba engleză: <https://www.unicef.org/coronavirus/how-talk-your-child-about-coronavirus-covid-19>