

Aktivitetstips



Foreldrepulsen

Snart er det ferie for store og små. Hva skal vi fylle ferien med? Den største gaven du kan gi barna er å være der for dem. Gjøre noe sammen med dem.

Den største gaven du kan gi ditt barn er din oppmerksomhet.

Innetid

Underholdningsbransjen har et tett pakket tilbud som gjør det mulig å sitte stille hele dagen. Det er vel greit å kose seg inne, men en tur ut er bra for både kropp og sjel, - uansett vær!

En unik mulighet

Mange av oss sender barna ut eller plasserer dem ved en skjerm eller en leke for å «hvile». Prøv å bli med. Fritid er en unik mulighet til å «bli kjent med» eller «ta pulsen på» ditt barn. Samtalen mens dere spiller et spill sammen, på en tur eller kontakten som skapes i lek. Gjør det.

Hva kan vi gjøre

Det er jo bare fantasien som setter grenser, men her er noen forslag. Inviter en venn, - spør personalet i barnehagen, dette er de eksperter på.



Foreldrepulsen

Inne

- spill et brettspill
- lag et rollespill der du er med
- male
- dryppe stearin
- gjemsel
- lag hytte av pappeske / tepper
- lage kostyme til julebuk
- les høyt / fortell historier
- [lag mat sammen](#)
- inviter en venn

Ute

- en [tur](#) i skog og mark ([med niste](#))
- lage hytte, snøborg, snømann
- snekre fuglebrett
- gjemsel
- fiske
- kle seg ut å ringe på døra (julebuk)
- [bruk biblioteket](#)*
- kinotur*
- bade*

* Hvorfor ikke ta bussen - det er spennede!

Nyttige pekere

- ✓ [Skisporet](#)
- ✓ [Badeland i Norge](#)
- ✓ [Aktiviteter for barn](#)
- ✓ [10 tips inneaktivitet](#)
- ✓ [10 uteaktiviteter](#)



DYBDE



RESSURS

[Aktiviteter for små barn](#)

[Faktaark](#) (pdf)

Relaterte artikler i Foreldrepulsen:

[Tur og natur>>>](#)
[Bruk biblioteket>>>](#)
[Ut på tur i julen>>>](#)
[Turmat>>>](#)

Vil du vite mer?

Kilder: infoREGI, Helsedir.
[aktiviteterforbarn.no](#)