

## 😊 Aktiviteter dere kan gjøre hjemme 😊

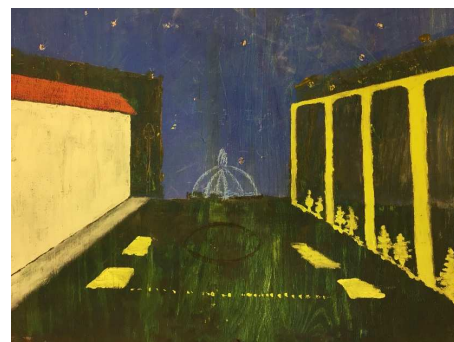
Lille-FRIO sin Tegnekonkurranse er i gang, se eget vedlegg for detaljer!



**Ellens bakeri** har vært stengt en stund og vi ser at dette er en aktivitet som barna liker veldig godt. Hva med å bake noe sammen med barna i denne tiden? Ellen er så snill at hun legger ut videoer av Ellens bakeri i denne perioden. Følg med for å se hva slags deilige oppskrifter Ellen vil dele med dere!

**Kims lek:** Denne leken har vært populær på FRIO. Ta et brett og legg ulike ting på det. Det kan variere fra ganske på til mange ting. Legg et håndkle over og ta det med til barna. Ta bort håndkle å la barna se på tingene i 30 sekunder før du dekker tingene til igjen. Så er det om å gjøre å huske flest ting. Dette funker fint om du er et eller flere barn hjemme!

**Lage teater:** FRIOS verdensteater har vært en hit på Lille-FRIO og de barna som har vært med har kost seg veldig mye med Erlend i tredje etasje. Hva om dere lager et lite teater hjemme? Det trenger ikke å vare lenge, FRIOS verdensteater sine forestillinger varer mellom 2 til 10 minutter. Lag dukketeater med sokker sydd på knappeøyne og garnhår. Eller kle dere opp selv! Lag manus, øv og ha premiere foran resten av familien i hjemmet eller facetime/skype besteforeldre.



**Mattejakt og lydjak:** En populær aktivitet på Lille-FRIO har vært jakter.

**Mattejakt** – her henger du opp lapper rundt om i huset med matteoppgaver som barna skal løse. Gjem noen på vanskelige steder og noen på lettere steder. Erlend er vanligvis ekspert på dette, til og med oss voksne sliter med å finne alle lappene han gjemmer! Når de har funnet er det masse ros og kanskje en liten premie!

**Lydjak** – samme prinsipp men her gir du barna en lyd (for eksempel L) så skal barna finne en ting som starter med den lyden i rommet/huset/leiligheten. Her kan du velge ut noen lyder eller kjøre hele alfabetet, bare fantasien setter grenser.

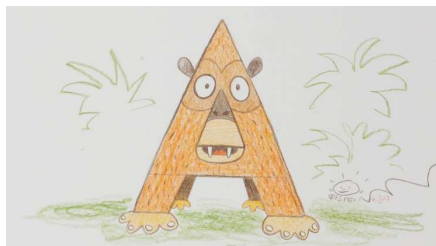
**Lesesammen:** Tirsdager og torsdager på Lille-FRIO er det høytlesning med Simon dette har blitt en veldig hyggelig aktivitet for store og små. Her kan dere enten lese selv eller så har spotify en spilleliste som heter «lydbøker for barn» her er det flere klassikere. OG: Erlend har lest inn en barnebok som heter "Katten Jaum" og som vi har lagt ut på hjemmesiden. Han leser fortløpende inn alle kapitler.

**Fingerhekling:** Fingerhekling har lenge vært en populær aktivitet på FRIO, la barna kose seg med dette hjemme. Kanskje de tar FRIO-rekorden i lengst fingerheklingsprosjekt? Se video under for instruksjonen hvis dere er usikre på hvordan dere gjør det!

[https://www.youtube.com/watch?v=h3BEgP5s9Pg&list=PL\\_Cg4f1h7rsX6jnzHBJY0J3fID1FL7cLk](https://www.youtube.com/watch?v=h3BEgP5s9Pg&list=PL_Cg4f1h7rsX6jnzHBJY0J3fID1FL7cLk)

**Lag slim:** Slim er den nye populære og klissete aktiviteten blant barna. De gangene vi har laget det på Lille-FRIO har det blitt jubel! Så hvorfor ikke la dem lage slim hjemme? Under ser dere en

link med en oppskrift uten lim og linsevann. Ellers finnes det mange oppskrifter på nettet, så det er bare å Google. <https://www.youtube.com/watch?v=EYQwpGOhDGO>



**Lag fantastiske tegninger med Øisteins Blyant:** Øisteins blyant er en morsom side hvor barna lærer seg å tegne forskjellige ting steg for steg. Dette er en populær pauseaktivitet som blir gjort i klasserommet. Se linken nedenfor og la barna velge selv hva de vil tegne.

<https://www.youtube.com/channel/UCyDkijDcyA7zMMWjtJnUYZg>

**Hjernetrim:** Ta frem Kahoot og har quiz-konkurranser med barna, på kahoot.com ligger det mange morsomme quizer som allerede er laget. La barna låne en telefon, sett dere foran pc-en og kjør quiz. Hvem får flest riktig? Denne SFO-quizen virker morsom.

<https://create.kahoot.it/details/sfo-quiz/97f86e4c-434f-4c09-be38-81e35fb966cb> Ellers har Simon lagt quiz og Erlend en grublis som dere også finner på hjemmesiden.



### Påskeverksted:

Det nærmer seg påske og vi på Lille-FRIO hadde klargjort til påskeverksted allerede denne uken, nå som dette blir utsatt kan dere ha et lite påskeverksted hjemme i stedet. Under finner dere noen ideer:

**Mal egg,** blås ut innholdet i egget og bruk dette til å lage noe godt å spise! Her har dere et forslag til hvordan dere kan pynte påskeegg med neglelakk for dere som ikke har maling tilgjengelig:

<https://www.youtube.com/watch?v=aIMPdA2Hi5I>

**Trolldeig** er alltid gøy! Se oppskrift i video og forslag til hva dere kan lage, men her setter fantasien grenser!

<https://www.youtube.com/watch?v=aIMPdA2Hi5I>

**Lag påskeblomster:** Vi trenger litt pynt til påske og disse blomstene er både fine og lette å lage. Linken er til lekolar sine nettsider forklarer hvordan dere kan lage disse flotte blomstene. Klikk på linkene så kan dere se hva dere trenger, det kan hende at dere har det meste hjemme og hvis ikke kan dere bruke kreativiteten og finne andre ting dere kan bruke.

<https://www.lekolar.no/sortiment/tips/tema/arstider/paskeblomster/>



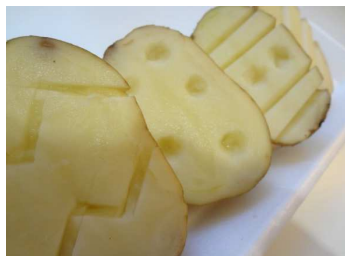
**Eksperimenter:** Vær litt eksperimentelle og sjekk hva som skjer hvis du legger egg i eddik eller andre væsker. Kan det være andre eksperimenter dere kan gjøre hjemme i denne tiden?

<https://www.lekolar.no/sortiment/tips/tema/konstruksjon/egg-i-eddik/>

### Lag en mattelek med påsketema sammen med barna:

Lekolar har også forslag til et mattespill dere kan lage med barna. Lag dette eller bruk dette som hjelp til å lage deres helt eget spill.

<https://www.lekolar.no/sortiment/tips/tema/sammen/mattespill/>



**Lag påskekort:** Til dette trenger dere bare papir.

Men om man har fargeark kan dette brukes. Hva med potetstempel? Kutt en potet i to, skjær inn mønster og mal poteten. Trykk så denne på kortet for et fint påskeegg. Kanskje dette kan sendes til besteforeldre eller oldeforeldrene som sitter hjemme i karantene for å lyse opp hverdagen deres?

### Aktiviteter for å holde seg aktive:

#### Just Dance:

Som dere vet har skolen oppfordret barna til minst 30 minutter fysisk aktivitet som dagen. FRIO kjører ofte «just dance» videoer som barna danser med og dette er ekstremt populært. Søk just dance på youtube og la dem riste løs til de morsomme dansene 😊

#### Gonoodle.com

Barna i gul har blitt godt kjent med gonoodle.com, dette er egentlig en side for engelske skoler men barna skjønner fort aktivitetene som de kan gjøre. Trykk på «get started» og velg «for families». Her kan dere begi dere ut på en reise med utrolig mange morsomme danser og aktiviteter som er morsomme for store og små!

#### Ballongtennis:

Har dere litt plass så er det ypperlig å ta seg en runde med ballongtennis eller to. Hvem klarer å holde ballongen unna gulvet lengst?