La chiusura delle scuole in queste settimane porta molte famiglie ad affrontare una situazione straordinaria, al di fuori dell'usuale routine scolastica e lavorativa.

Molte sono le domande, i dubbi e le incertezze che ci accompagnano in questi giorni, ma come possiamo gestire questa situazione imprevista in modo positivo?

Ora più che mai, noi genitori siamo chiamati a giocare un ruolo attivo 24 ore su 24.

Come intrattenere i bambini in questi giorni?

L'associazione di solidarietà familiare "il girasole" ha pensato di preparare questa raccolta di idee, giochi e attività da fare in casa.

La vita è più divertente se si gioca.
(Roald Dahl)

Buon divertimento a tutti
Il girasole

Se ti piacciono le nostre idee ecco il nostro indirizzo Facebook dove ogni giorno cercheremo di inserire post di attività da sperimentare con i tuoi figli.
facebook.com/NaveGirasole/
E se vuoi contattarci famigliesolidaligirasole@gmail.com

PICCOLI CHEF IN CUCINA

TRECCINE O PANINI PASQUALI

INGREDIENTI

30 GRAMMI DI LIEVITO DI BIRRA

1CUCCHIAIO DI ZUCCHERO

200 ML DI LATTE TIEPIDO

500GR DI FARINA

80 GR DI BURRO

70 GR ZUCCHERO

1 UOVO 3 TUORLI

SCORZA DI LIMONE

ZUCCHERO VANIGLIATO

7 GR SALE

1 UOVO PER SPENNELLARE

PROCEDIMENTO

1) MESCOLARE LIEVITO, UN CUCCHIAIO DI ZUCCHERO E LATTE A TEMPERATURA AMBIENTE
2) FAR LIEVITARE 15 MINUTI A 35 GRADI
3) AGGIUNGERE FARINA, BURRO MORBIDO, ZUCCHERO, TUORLI, UOVO, , SCORZA DI LIMONE E SALE ZUCCHERO VANIGLIATO E IMPASTARE BENE CON LE MANI
4) COPRIRE CON LA PELLICOLA, FAR RIPOSARE 20 MINUTI
5) FARE DELLE PALLINE (GRANDI COME MANDARINI)E LASCIARE LIEVITARE 10 MINUTI COPERTE DALLA PELLICOLA
6) FARE FORMINE A PIACERE (COLOMBINI, CONIGLIETTI, TRECCINE…)
7) FAR LIEVITARE ALTRI 15 MINUTI
8) SPENNELLARE CON L'UOVO E COPRIRE CON DELLO ZUCCHERO

9) CUOCERE A 180 GRADI PER 15/20 MINUTI CON LO SPORTELLO DEL FORNO SOCCHIUSO (BASTA UN CUCCHIAINO MESSO NELLA PORTA DEL FORNO PER LASCIARE USCIRE L'UMIDITÀ)

PLUMCAKE AL LIMONE

Ingredienti:

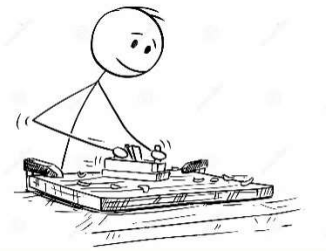
- 3 Uova
- 220 g zucchero
- Buccia e succo di 1 limone
- 80 ml acqua
- 120 ml olio semi girasole
- 100 g amido mais
- 300 g farina bianca
- 1 bustina di lievito

Procedimento:

1. Mescolare le uova con lo zucchero
2. Aggiungere la buccia e il succo del limone, l'acqua, l'olio e l'amido di mais continuando a mescolare.
3. Aggiungere la farina un po' alla volta
4. Infine aggiungere il lievito.
5. Versare in uno stampo e infornare a 180 gradi per 50 min.
6. Si conserva morbido x 3 giorni in un contenitore x torte chiuso.
7. Si può fare anche con l'arancia al posto del limone o con le gocce di cioccolato

Buon appetito!

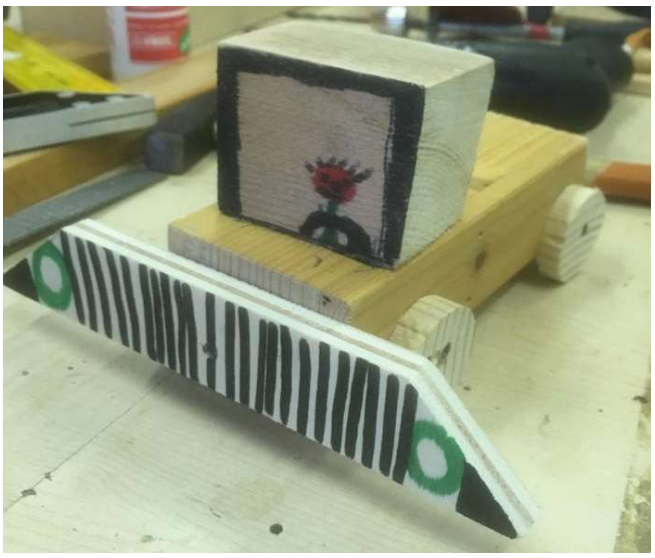
FALE-GNOMI IN AZIONE!

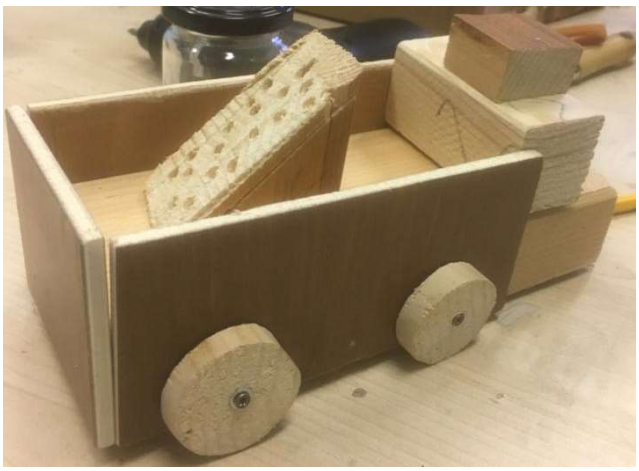


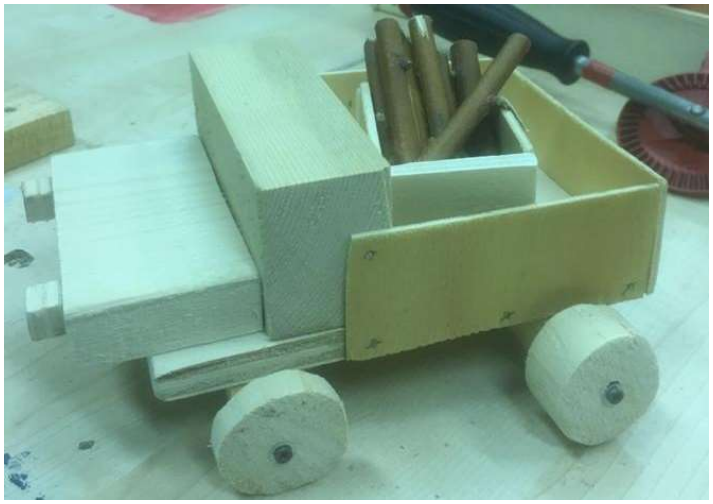
Da qualche anno il girasole organizza corsi di Falegnameria dedicati ai più piccoli.

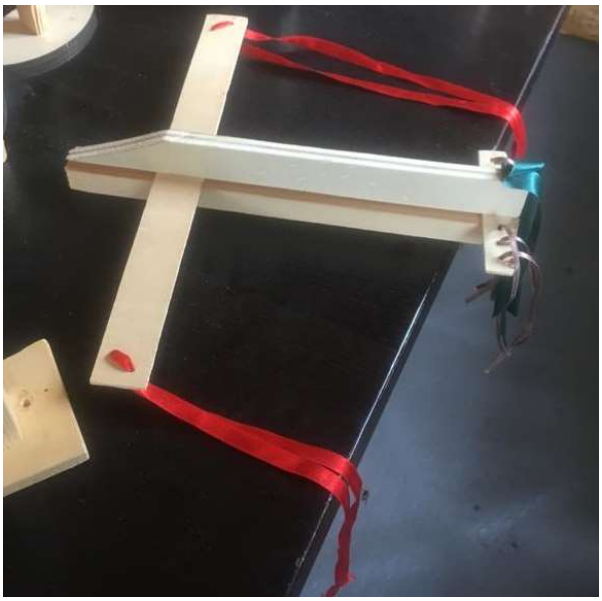
Qui di seguito vi mettiamo alcune idee nate dalla creatività dei bambini che hanno partecipato ai nostri corsi.

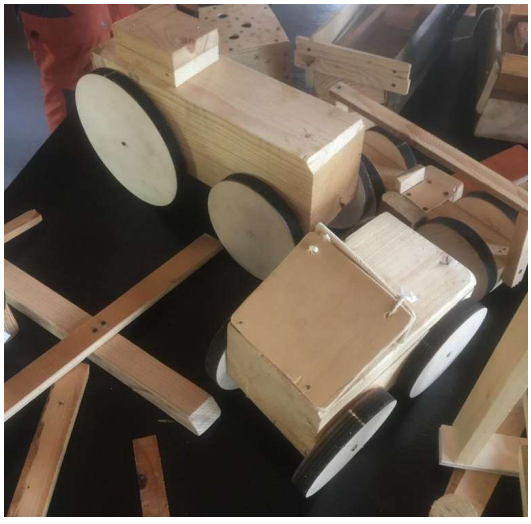
Magari qualche papà (o mamma) ha voglia di condividere i suoi attrezzi e vuole provare a cimentarsi con i propri figli in qualche lavoro manuale. I lavori sono intermente costruiti con materiale di recupero; cercate scarti di legno e materiale IN CASA!











ATTACCHI D'ARTE!

Segui le indicazioni e divertiti!

IDEE PER LA FESTA DEL PAPA'!

Quale grande regalo possiamo fare al nostro papà?

Un abbraccio!

Un disegno!

Una poesia!

W la Fantasia!!!

IDEA CREATIVA!

Fai un disegno del tuo Super Papà e crea la tua cornice con materiale di riciclo che trovi IN CASA!

ORA UNA POESIA PER PAPA'! *by Elisanna*

19 MARZO

OGGI È IL 19 MARZO

MA IL MONDO CI HA FATTO UN BRUTTO SCHERZO

UNO STRANO ABITANTE VIVE TRA DI NOI

NELLE NOSTRE IN TUTTI I CORRIDOI

LO CHIAMANO VIRUS, È UN DIVIETO OBBLIGATORIO!

CHE NON CI LASCIA ANDARE A

NEMMENO ALL'ORATORIO.

MA QUANDO IL MIO PENSIERO SI FA SPAVENTOSO,

ARRIVA IL MIO PAPÀ CON IL SUO ABBRACCIO AFFETTUOSO

CHE MI DICE: "I DUBBI LI ALLONTANI

SE BENE TI LAVO LE TUE PICCOLE

È COSÌ BELLO STARE IN FAMIGLIA,

GIOCARE A PALLA, FARE UNA ALLA VANIGLIA

E COME PER MAGIA, UNA LUNGA TEMPESTA

CON TE VICINO, PAPÀ,

DIVENTA UNA GRAN FESTA!

AUGURI PAPÀ!

ANCORA IDEE…

PASTA DI SALE

La **pasta di sale** è un'alternativa naturale al pongo e alla plastilina.
I piccoli si divertono a creare animali e figure, ma anche gli adulti possono sbizzarrirsi nel creare soprammobili e decorazioni.

Ingredienti:

1 tazza di sale fino

2 tazze di farina

1 tazza d'acqua tiepida

Preparazione:

Mescolare prima gli ingredienti secchi.

Aggiungere acqua impastando bene fino a che non si ottiene un composto omogeneo, se necessario potete aggiungere un po' più di farina o di acqua a seconda che sia troppo morbida e appiccicosa o invece secca.

A questo punto potete colorare la pasta di sale con ingredienti naturali: curcuma, cacao, caffè o i coloranti alimentari. L'alternativa è colorare i lavoretti che avete realizzato una volta ultimati con dei colori acrilico o acquarelli.

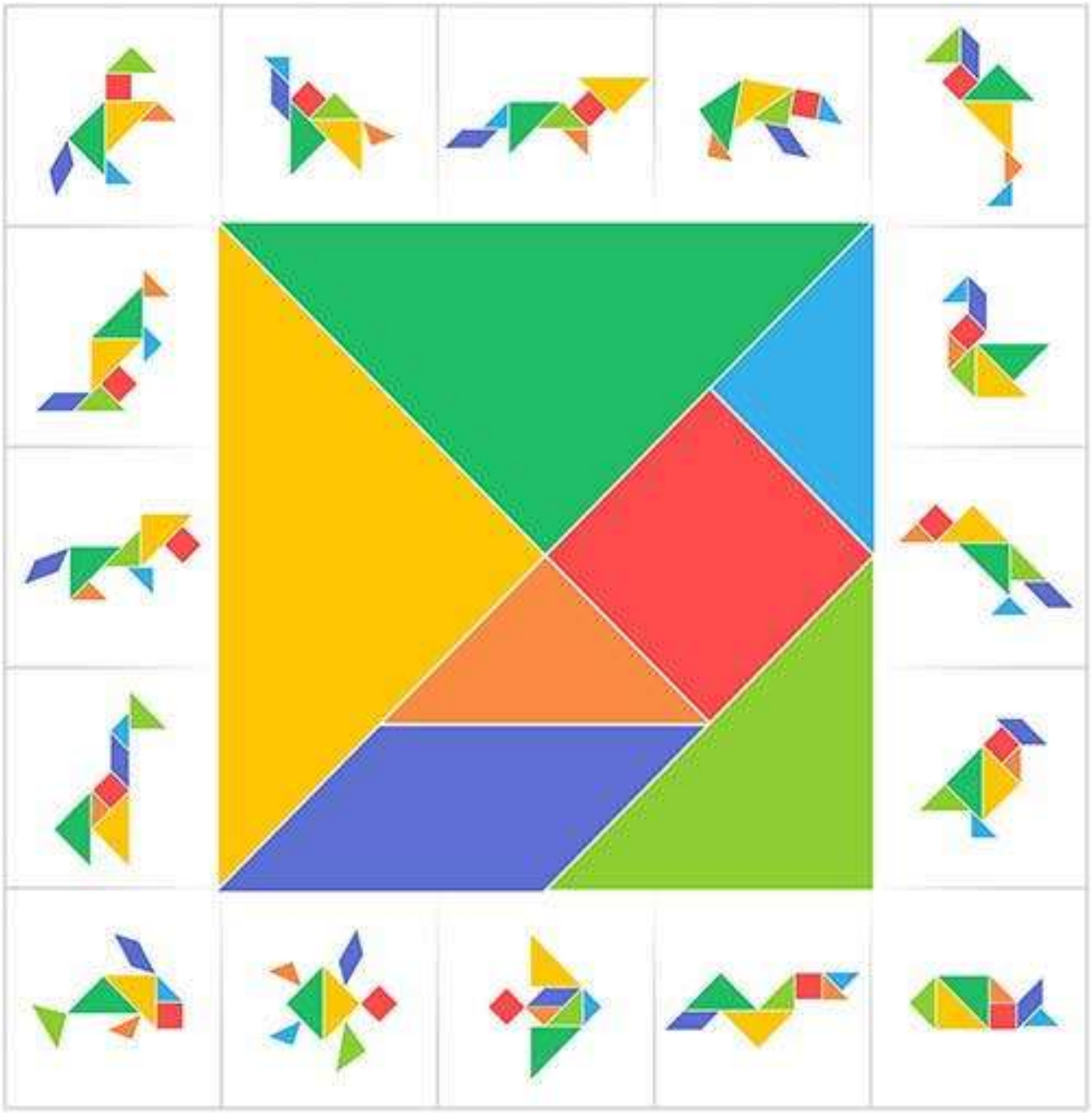
Le sculture realizzati con **pasta di sale** vanno cotte al forno a 50/60 gradi fino a quando si seccheranno e lasciate raffreddare.

Per conservare la pasta di sale: avvolgere l'impasto in un canovaccio, riporlo in un sacchetto di plastica per alimenti e mettere in frigo.

Attenzione a tirare fuori la pasta di sale almeno mezz'ora prima in modo da renderla morbida al tatto. E se proprio non ci avete pensato allora potrete immergere il sacchetto in acqua calda per qualche minuto.

TANGRAM

Avete mai giocato con le figure del tangram?

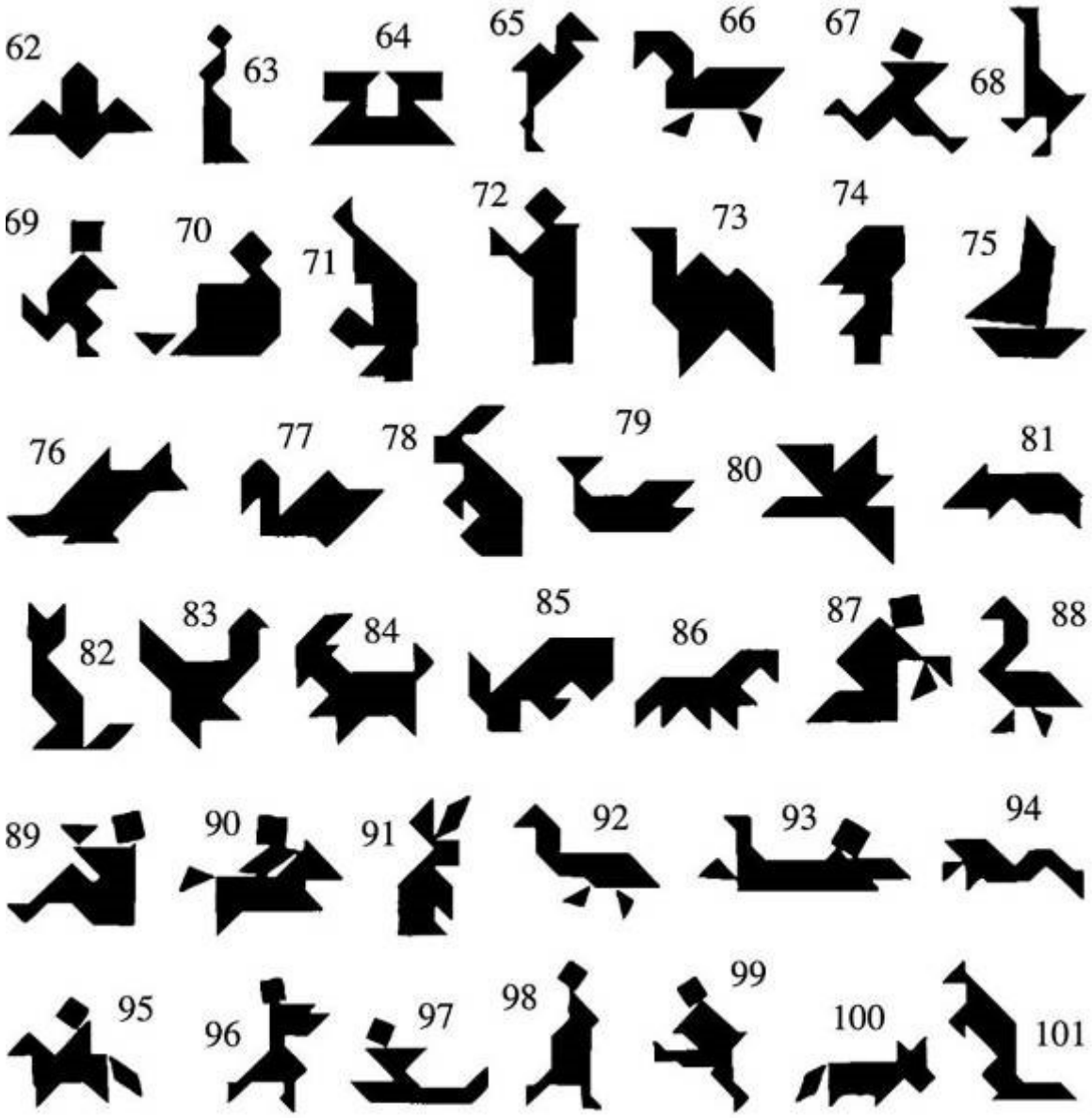


Può essere realizzato in cartone, cartoncino o carta.

Ritaglia il tangram in tutte le sue parti e poi divertiti a ricomporre sagome di uomini, oggetti e animali usando le forme geometriche!

Costruite le figure del tangram e magari create i personaggi di una storia…

Qui alcune sfide per i più temerari!



MARIONETTE CON LE CALZE

Chi non ha qualche calzino spaiato in casa? Ecco un'idea di riciclo creativo!

Realizzare delle **marionette con le calze** è davvero molto semplice e divertente.
In pochi passaggi avrete a disposizione delle simpaticissime marionette fai da te con cui giocare e inventare storie sempre nuove insieme ai vostri bambini, il divertimento non finisce mai!

Materiale
– una calza
– cartoncino
– matita e forbice
– colla a caldo
– pom pom, bottoni, lana, occhi movibili e tutto quello che vi possa essere utile per personalizzare la vostra marionetta

Come costruire una marionetta con le calze

Per prima cosa ritagliate un pezzo di cartoncino abbastanza spesso di forma ovale, grande quasi quanto la punta della vostra calza.
Piegate il cartoncino a metà e, aiutandovi con la colla a caldo, fissatelo sulla punta della calza.

Ora, sempre con la colla a caldo, dovrete risvoltare la vostra calza sul bordo del cartoncino.
Piegate il cartoncino all'interno della calza e la bocca è fatta.

Adesso non vi resta che lasciare andare la fantasia per personalizzare la vostra marionetta! Cercate nei cassetti e recuperate pizzi, nastri, lana, batuffoli di cotone, bottoni spaiati…tutto può essere utile per creare marionette sempre nuove!
Pronti a giocare?

PER I PIU' GRANDICELLI APPASSIONATI DI ANTICO EGITTO

Come fare una TESTA TROFEO.

Idea tratta dal libro "Mummie fai da te e altri trucchetti da brivido" – Editoriale Scienza

Occorrente:

-una grande mela senza ammaccature sbucciata

-un coltello per intagliare la mela (Necessaria la supervisione di un adulto)

-succo mummificante (una tazza di limonata o acqua e limone con un cucchiaio (25g) di sale sciolto dentro)

-materiale per le rifiniture (occhi: fagioli secchi o uvetta; denti: lenticchie secche, grani di pepe, riso…; capelli: fili di lana, spaghetti, stuzzicadenti….)

Procedura:

-incidere due leggere linee orizzontali che dividano la mela in tre parti uguali (superiore: sarà la fronte, centrale il naso, inferiore bocca e mento) e fare un taglio lungo ogni linea, non troppo profondo.

-tagliare la mela dall'alto per creare la fronte e dal basso per creare il mento (mangiare gli scarti)

-creare un grosso naso tagliando le parti laterali della fascia centrale e creando una sorta di "piramide" (mangiare nuovamente gli scarti!)

-immergere la testa creata nel liquido mummificante per almeno un minuto

-fare due piccoli buchi profondi subito sopra al naso e inserire fagioli/uvette/perline o nulla, a piacere

-incidere una linea retta per fare la bocca e inserire un pezzo di buccia di mela per fare la lingua, oppure riso/lenticchie/grani di pepe per fare i denti

-aggiungere i capelli, infilzandoli nella mela se di materiale rigido (es. spaghetti) o usando un piccolo fermaglio di fil di ferro per tenerli fermi se morbidi (es. fili di lana)

-se si vuole una testa “impalata”, infilare la punta temperata di una matita nella parte inferiore della mela

-trovare un posto caldo e asciutto per fare asciugare e rimpicciolire la testa (davanzale assolato, cruscotto della macchina…)

-aspettare, in circa due settimane le teste saranno pronte per terrorizzare i tuoi amici ☺ (per evitare che la mela ammuffisca, assicurarsi che si asciughi su tutti i lati).

IDEE PER I PIU' PICCOLI

SEMINIAMO!

Prendi dei piccoli vasetti da giardinaggio vecchi, se non ne hai puoi riciclare i vasetti dello yogurt o le bottiglie in plastica del latte: dovrai tagliarle e fare dei piccoli buchi alla base, fatti però aiutare da un adulto!

Prendi del terriccio o della terra del tuo giardino e sbizzarrisciti a seminare fagioli, lenticchie, semi di lino.

Ricordati di dargli da bere, senza esagerare…Buon lavoro!

GIOCHI CLASSICI, INTRAMONTABILI!

GIOCHIAMO A CARTE:

Anche i giochi di carte possono essere un buon passatempo, i nostri bisnonni e nonni conoscevano tantissimi giochi di carte e si divertivano a giocare nei momenti liberi dal lavoro.

Puoi giocare sia con le carte “da Briscola” sia con quelle da “Ramino”

Con le carte “da Briscola” puoi giocare a Briscola, a “4 in tavola”, a “Restare in camicia”, a “Solitario” e tanti altri.

Con le carte da “Ramino” puoi giocare, appunto, a “Ramino”, “scala 40”, “scale Reale” e chi più ne ha, più ne metta!

Ti indichiamo una versione del gioco del solitario, ma ce ne sono tantissime che sicuramente i tuoi genitori potranno insegnarti.

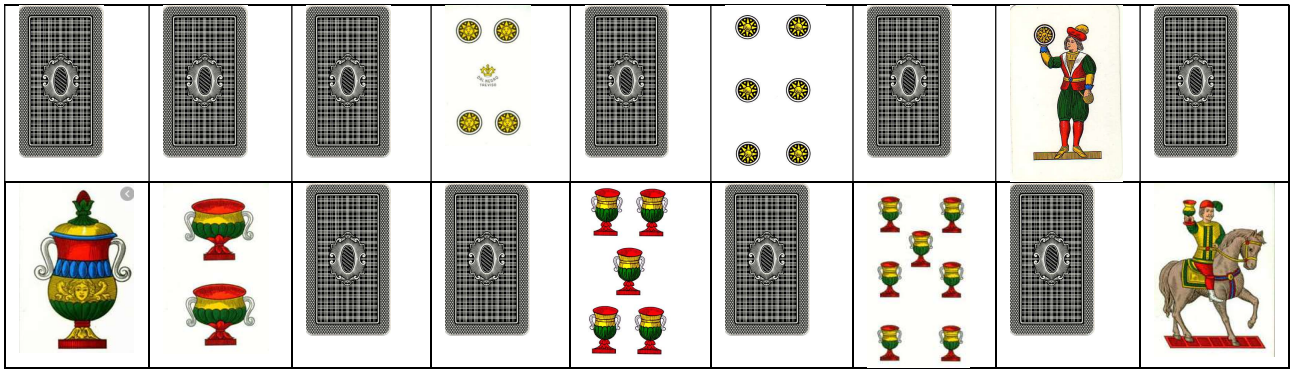
SOLITARIO “ Scarta re”

Si gioca con 40 carte, gli scartini non servono.

Fai 4 righe e disponi su ogni riga 9 carte coperte, tieni da parte le 4 carte rimaste.

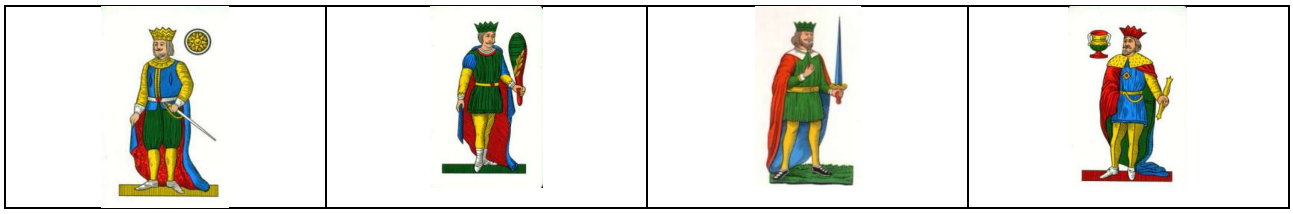
Fai corrispondere ad ogni riga una famiglia a tua scelta (es: la prima fila ci stanno i denari, nella seconda le coppe ecc…)

Prendi una carta dalle 4 tenute da parte e posizionala al posto corrispondente sia per numero che per famiglia partendo dall’asse fino ad arrivare al cavallo:



Scopri, quindi, la carta che occupava il posto della precedente e continua a cercare il posto corretto alle carte che avrai in mano, scoprendo via via tutte le carte.

Ma stai attento perché ogni volta che troverai un re:



il tuo gioco si interromperà, si chiama appunto “Scarta Re”, e per continuare il gioco dovrai prendere una delle carte avanzate.

Se riuscirai a posizionare tutte le carte nei posti corretti senza farti bloccare dai Re il solitario è riuscito!

E’ un gioco di pura fortuna che potrai sfidare tutte le volte che vorrai, magari facendo dei piccoli tornei con i tuoi famigliari.

PICCOLE IDEE PER I GRANDI

Piccole idee anche per i grandi che si trovano a gestire queste situazioni.

- 1 telefonata al giorno a una persona che non senti da troppo tempo perché hai sempre rimandato.
- 1 caffè in contemporanea a un amico/un'amica in videochiamata
- accordarsi sulla lettura di un libro con un gruppo di amici e darsi un tempo per commentarlo capitolo per capitolo...
- guardare un film in un'altra lingua coi sottotitoli
- cucinare una ricetta vista tempo fa su un blog o una rivista o dataci da un'amica e che non si ha mai avuto tempo di provare
- fare giardinaggio…

#IO RESTO A CASA

#ANDRA’ TUTTO BENE!

Seguici su FACEBOOK