

Vad är denna bok?

I den här boken finns det olika aktiviteter som familjen kan göra tillsammans

Gjord av Barn 24

Björkman Maya	Lundberg Elma
Grankulla Ellen	Nyman Stella
Granqvist Emilia	Sandberg Nova
Hjulfors Moa	Snellman Sissel
Holmborg Maja	Svenfors Wilma
Lassèn Moa	Thylin Linn
Khalil Amina	Sundkvist Elvira

Aktiviteter för familjen

1. Hamapärlor



Du behöver:
Hamapärlor
Pärlplattor
Strykjärn
Bakplåtspapper



2. Blommor

Du behöver:
Papper
Akrylfärg
pensel



Gör så här:
Pensa på valfri färg på barnets hand,
Tryck 2 blommor med händerna på pappret
Och rita stammen

3. färgtroll

du behöver:

vattenfärg

ögon

sugrör

papper

tuschpenna



gör så här:

lägg en klick med vattenfärg på pappret (en eller flera färger). blås med sugröret på färgen så färgen sprids ut. Då du känner dig klar limmar du fast ögonen och ritar en mun

4. Toalettpapper-djur

Du behöver:

wc pappersrulle

kartong

pipräsare

ögon

(dekoration)

Lim



Gör så här:

Måla rullen,

klipp ut vingarna

rulla änden av piprensaren till en boll
Limma fast alla bitar när rullen är torr

5. kartong bukett

Du behöver:
kartong
blommor
tuschkenna
något att laga hål med



gör såhär:
ta en kartongbit och
rita en kruka, sedan
lagar du hål över
krukan var du kan
lägga in blommor

6. Traktor

Du behöver:
Glasspinnar
Knappar
Akrylfärg/Tusch
Limpistol



Gör såhär:
Måla glasspinnarna,
limma fast glasspinnarna i varandra,
limma fast knapparna

7.fyrverkeri pyssel

OBS gör detta utomhus

du behöver:

papper

bomullstussar

flaskfärg

hammare

Gör så här:

Lägg färgklickar på pappret,
lägg bomullstussar över färgen,
slå med hammaren på
bomullstussarna
och ta bort bomullstussarna
från pappret



8.Masker



Du behöver:
Papperstallrikar
sugrör/grillpinnar
akrylfärg/tusch
kartong
sax

Gör så här:

Klipp tallriken på halva
klipp ut ögonen
klipp ut öronen+ limma fast dem
måla djuret
limma fast sugröret/grillpinnen

9.Kikare

Du behöver:
2 wcpapper rullar
band
kartong
dekoration
lim



Gör så här.

Limma fasst papper på wcpapper rullarna,
Limma fast wcpapper rullarna i varandra,
limma fast bandet,
Dekorera kikaren

10.Plastkonst

Du behöver:
Papper
akrylfärg
plastpåse
tejp



Gör så här:

Lägg ett papper in i en plastpåse,
Lägg färgklickar på pappret,
Tejpa fast påsen (så att färgen inte läcker ut)
dra ut färgen med fingrarna

11.Måla stenar

Du behöver:

Stenar

akrylfärg/vattenfärger/tusch



Gör såhär:

Samla ihop några släta stenar,
måla tex: blommor, bilar eller
något annat du tycker om

12.Raggarmålning

Du behöver:

en leksaksbil

penna

papper

tejp



Gör såhär:

Tejpa fast en eller
flera pennor
bakom en
leksaker bil,
kör med bilen på
ett papper

13. Gör egen play-doh

Gör så här:

Koka upp vatten i en kastrull, tillsätt olja och karamellfärg.

I en bunke blandar du vetemjöl, salt och citronsyra. Häll sedan ner vetemjölsblandningen i vattnet och rör om tills du får en fin deg. När du fått en deg tar du upp den och jobbar vidare på ett mjölat bakbord. Knåda degen ordentligt och tillsätt mjöl tills du fått en smidig och fin deg att jobba med. Den är så härlig att jobba med när den är varm och helt ny.



Du behöver:
4 dl vetemjöl
2 dl fint salt
2 msk citronsyra
5 dl vatten
2 msk matolja
lite karamellfärg

14.Sensory bottles

Du behöver:

-en plastflaska

-olja

-tjockare glitter

-konfetti eller något du vill ha själv.

-karamell färg

-lim, så du kan limma fast korken.

-Limpistol

-Vatten



Gör så här:

1. Fyll halva flaskan med varmt vatten,
2. Lägg 1-2 matskedar olja, (det gör så att glittret snurrar runt)
3. lägg i glittret, konfetti eller pärlor. lägg så mycket du vill, mera glitter är bättre.
4. om du vill kan du lägga 1-2 droppar karamell färg, så det ser ut som galaxy.
5. fyll resten av flaskan med varmt vatten.
6. limma fast locket, med limpistol eller vilket lim som helst.
7. sen skaka och se vad som händer.

15. Dinosauriepyssel

du behöver;
en sax, printas ut papper, färg pennor



gör så här:
printa ut papper och måla
det med pennor, klippa det
och vika det

16. Alla hjärtans dag-pyssel

du behöver:
papper, pennor

gör så här:
vika papper först sedan
rita en hjärta, måla det



Sockerkaka

Ingredienser:

Ägg	3 st
Strösocker	3 dl
Vetemjöl	3,5 dl
Bakpulver	2 tsk
Mjolk	1,5 dl
Smör	50g



- 1.Sätt ugnen på 175 grader. Smörj och bröa en fbakform (ca 24 cm i diameter).
- 2.Vispa ägg och socker pösigt med elvisp. Blanda mjöl och bakpulver och rör ner i äggsmeten.
- 3.Smält smöret, tillsätt mjölken och blanda. Rör sist ner i äggblandningen och häll smeten i formen.
- 4.Grädda kakan i nedre delen av ugnen 35-40 minuter.

Kladdkaka

Ingredienser:

Smör	100g
Ägg	2st
Strösocker	2,5 dl
Kakao	3 msk
Vaniljsocker	2 tsk
vetemjöl	1,5 dl
Salt	1 krm



- 1.Sätt ugnen på 200 grader. Smörj och bröa en form med löstagbar kant (ca 24 cm i diameter).
- 2.Smält smöret och låt svalna medan du vispar ihop ägg och socker för hand.
- 3.Blanda kakao, vaniljsocker, vetemjöl och salt i en bunke och rör sedan ner äggblandningen.
- 4.Tillsätt det smälta smöret och blanda ihop till en jämn smet och häll sedan i formen.
- 5.Grädda i mitten av ugnen i ca 10-15 min, ta sedan ut den och låt svalna.

Ingredienser:

Morötter	250g
Ägg	3 dl
Strösocker	3 dl
Rapsolja	1 dl
Vetemjöl	3 dl
Bakpulver	1 tsk
Bikarbonat	1 tsk
Kanel	1 msk
Salt	0,5 tsk

Frosting:

Mjukt smör	100g
Färskost	200g
Florsocker	4 dl
Citronjuice	1 tsk
Vaniljsocker	1 tsk

Morotsmuffins



1.Sätt ugnen på 175 grader. Ha barnet att ställa ut muffinsformar på en plåt.

2.Barnet kan riva morötterna fint på ett rivjärn medan du vispar ägg och socker pösigt. Tillsätt sen morötterna och olja med i blandningen.

3.Blanda mjöl, bakpulver, bikarbonat, kanel och salt och vänd sen ner i äggvispet.

4.Fördela jämt i formarna och grädda i mitten av ugnen i ca 20 min.

Frosting:

Vispa ihop alla ingredienser till glasyren med elvisp i några minuter, tills det blivit en jämn fluffig smet.

Lägg frosting i en spritspåse och toppa muffinsen med frosting.

Marskrisp

Ingredienser:

Mars bars	4 st
Smör	90 g
Rice krispies	50g



1. Dela Mars bars i mindre bitar.
2. Smält ihop smör och mars bitarna på svag värme till en jämn smet.
3. Ta av kastrullen ifrån plattan och rör ner rice krispies.
4. Fördela i små muffinsformar och låt dem stelna.

Havrekakor med choklad

1. Sätt ugnen på 200 grader.
2. Lägg smör, havregryn, vaniljsocker och socker i en bunke. Vispa ihop med en elvisp.
3. Blanda mjöl och bakpulver.
4. Arbeta ihop mjöl och bakpulverblandningen samt chokladknappar tillsammans med havregrynsblandningen till en deg.
5. Forma små bollar av degen och lägg på en plåt med bakplåtspapper.
6. Sätt in plåtarna i mitten av ugnen i 10-12 min.



Ingredienser:

Mjukt smör	175g
Havregryn	4 dl
Vaniljsocker	1 tsk
Strösocker	2 dl
Vetemjöl	2 dl
Bakpulver	2 tsk
Chokladknappar	100g

Hinderbana

Gör såhär:

bygg en bana med tex kuddar, stolar och filtar att krypa över och under, hoppa på och hoppa över.



Du behöver:
Kuddar,
stolar,
filtar

Hålla ballongen i luften

Gör såhär:

Slå upp en ballong så den inte rör i golvet, alla ska hjälpas åt att slå upp ballongen med hjälp av huvudet, händerna eller fötterna



Du behöver:
Ballong

Dansstopp

Du behöver:
Musik



Gör såhär:
spela musik och dansa. när musiken stannar ska alla frysa. Man kan också frysa i olika statyer t.ex. som en sten, träd, flamingo, ballerina.

Golvet är lava

Gör såhär:
Man får inte nudda golvet, hoppa mellan soffor, kuddar och stolar.



Du behöver:
Kuddar
stolar
soffa

Naturbingo

Gör en bingo bricka med saker som barnen ska hitta i naturen, som ett ekollon eller en fjäder, barnen får sätta kryss för det som de har hittat.



Skogsutflykt

Ta med fika och gå på upptäcksfärd. Leta efter djurspår, kottar och roliga växter



Byta plats

Alla står på varsin bas som kan vara till exempel en sten eller ett träd. Någon i mitten ropar "alla byter plats!" Sedan försöker den i mitten ta någon annans plats.



Blåsa såpbubblor

Du behöver:

- En skål
- Vatten
- Diskmedel
- Socker
- Piprensare
- Pärlor



- 2 dl vatten
- 0,5 dl diskmedel
- 1 tsk socker

Gör egna stavar:
Forma piprensare
och trä på pärlor på
skaftet

Cykeltur

Utforska nya områden
tillsammans.

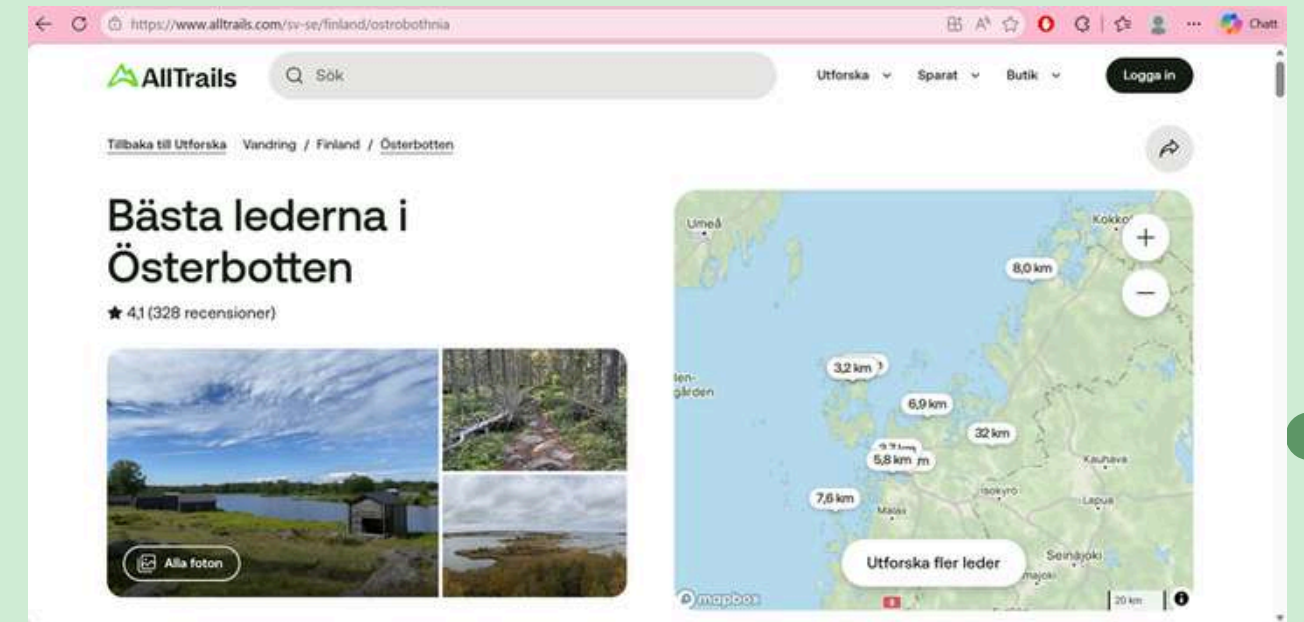
Exempel:

1. Pumptrack-Larsmo
2. Snellmans lekpark-Gamlahamn
3. Aspegrens trädgård



33

Grilla och ha picknick



Packa matsäck, ta med hela familjen och gå till
en grillplats och gör upp eld



34

Rita med gatokritor



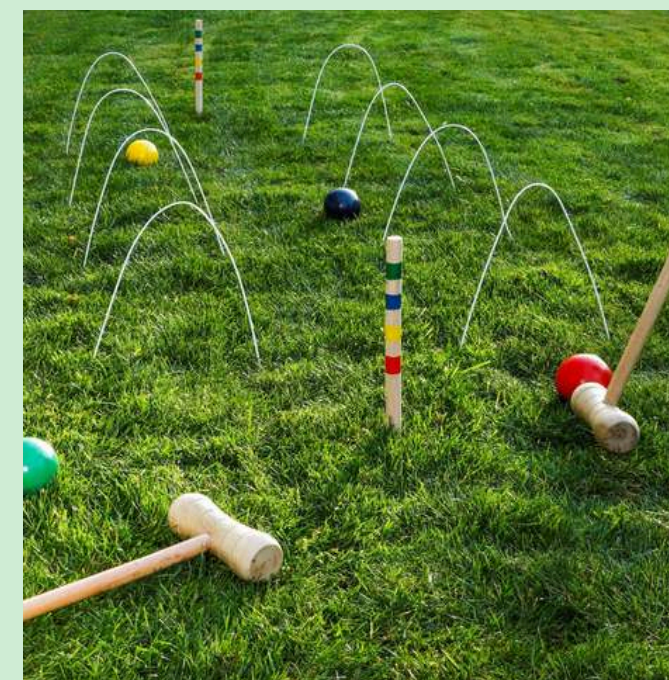
Hoppa på studsmattan



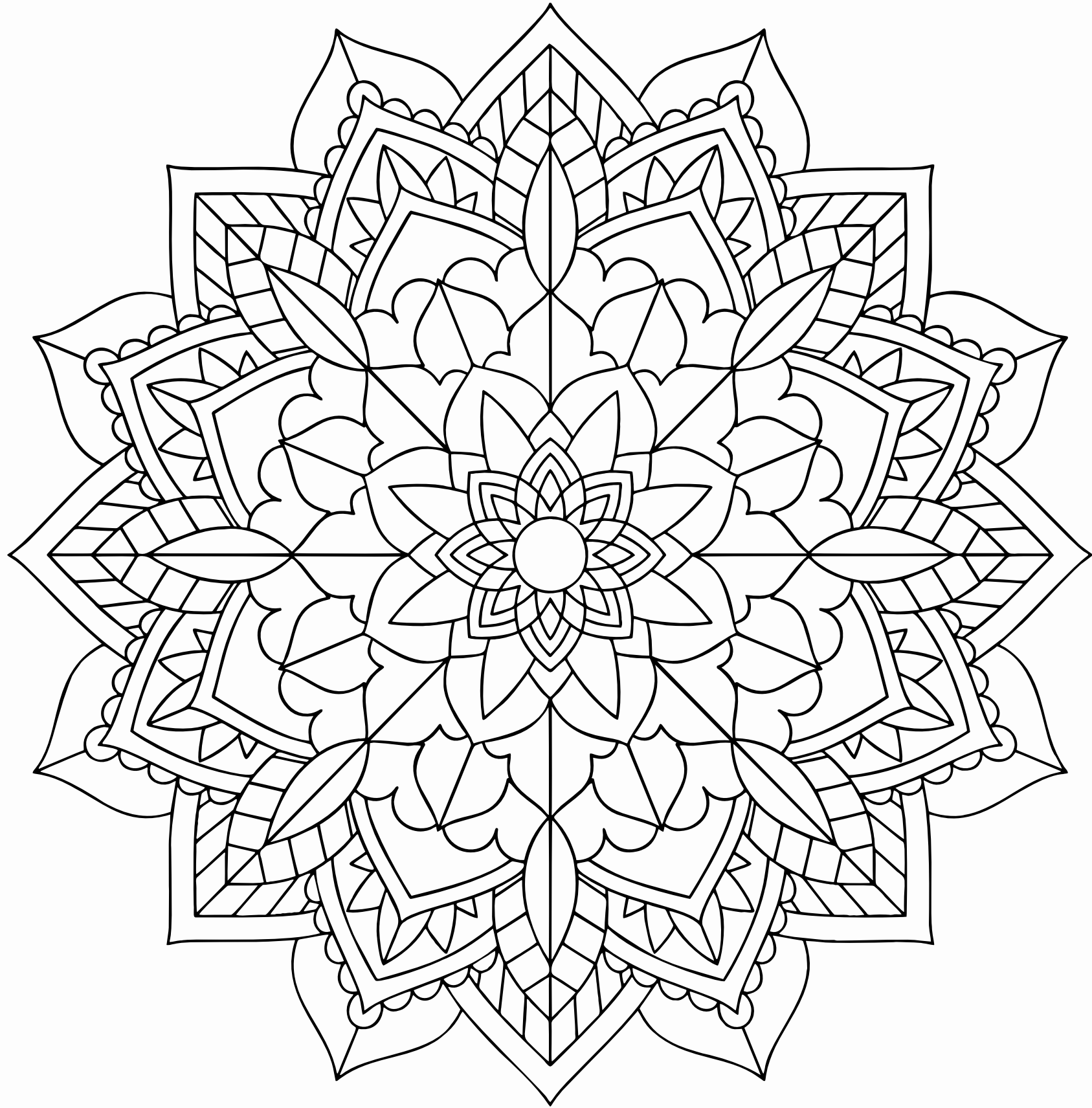
Hoppa hopprep



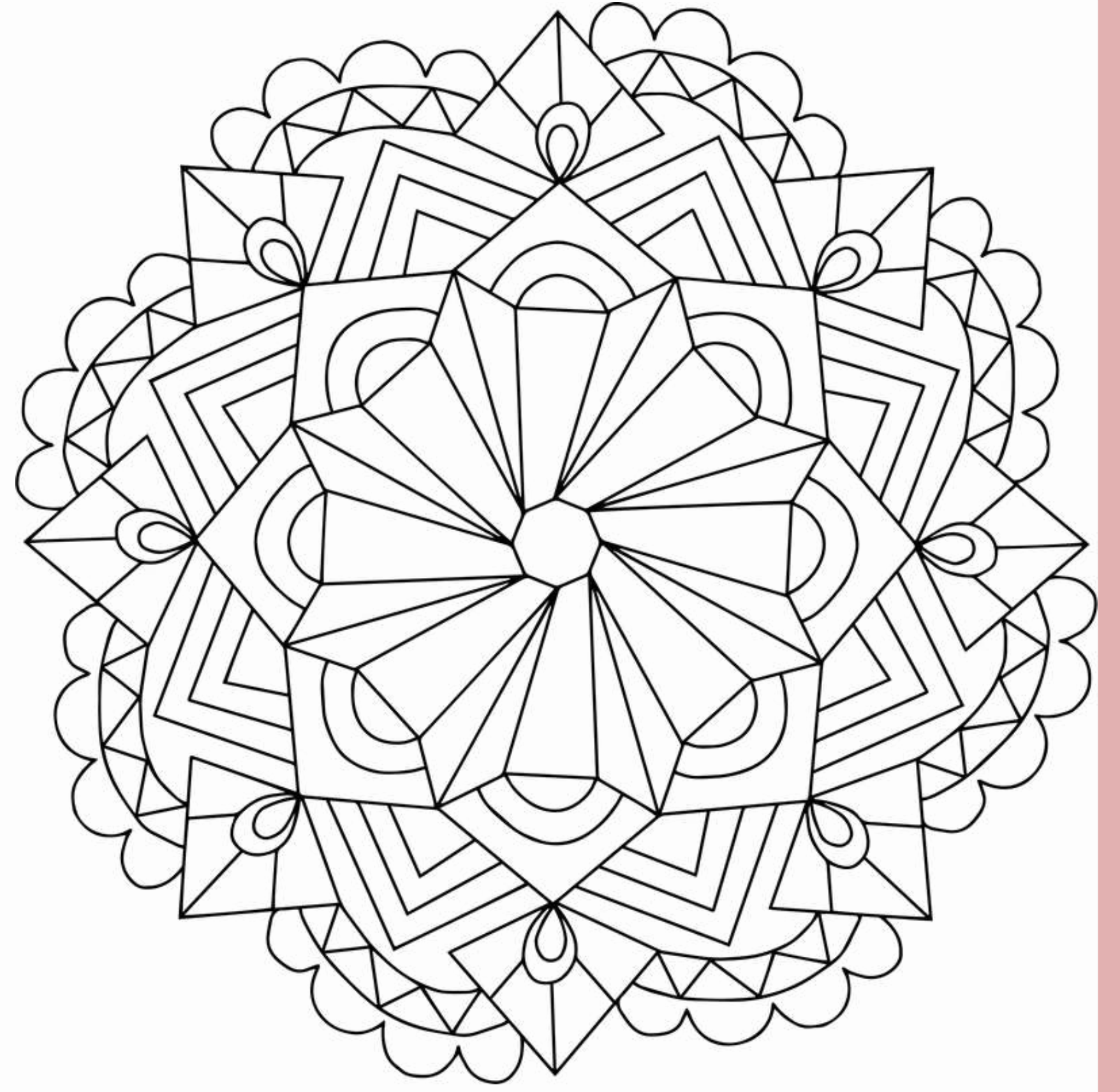
Spela krocket



MÅLA MANDALA



37



38

MÅLA DJUREN



MÅLA DJUREN



41



42

LÄS-BINGO

Läsa på en torsdag	Läsa när det regnar	Läsa i soffan
Läsa i en koja	Läsa på en fredag	Läsa i sängen
Läsa med skor på	Läsa på en måndag	Läsa i bilen
Läsa med en ficklampa	Läsa utomhus	Läsa i skogen

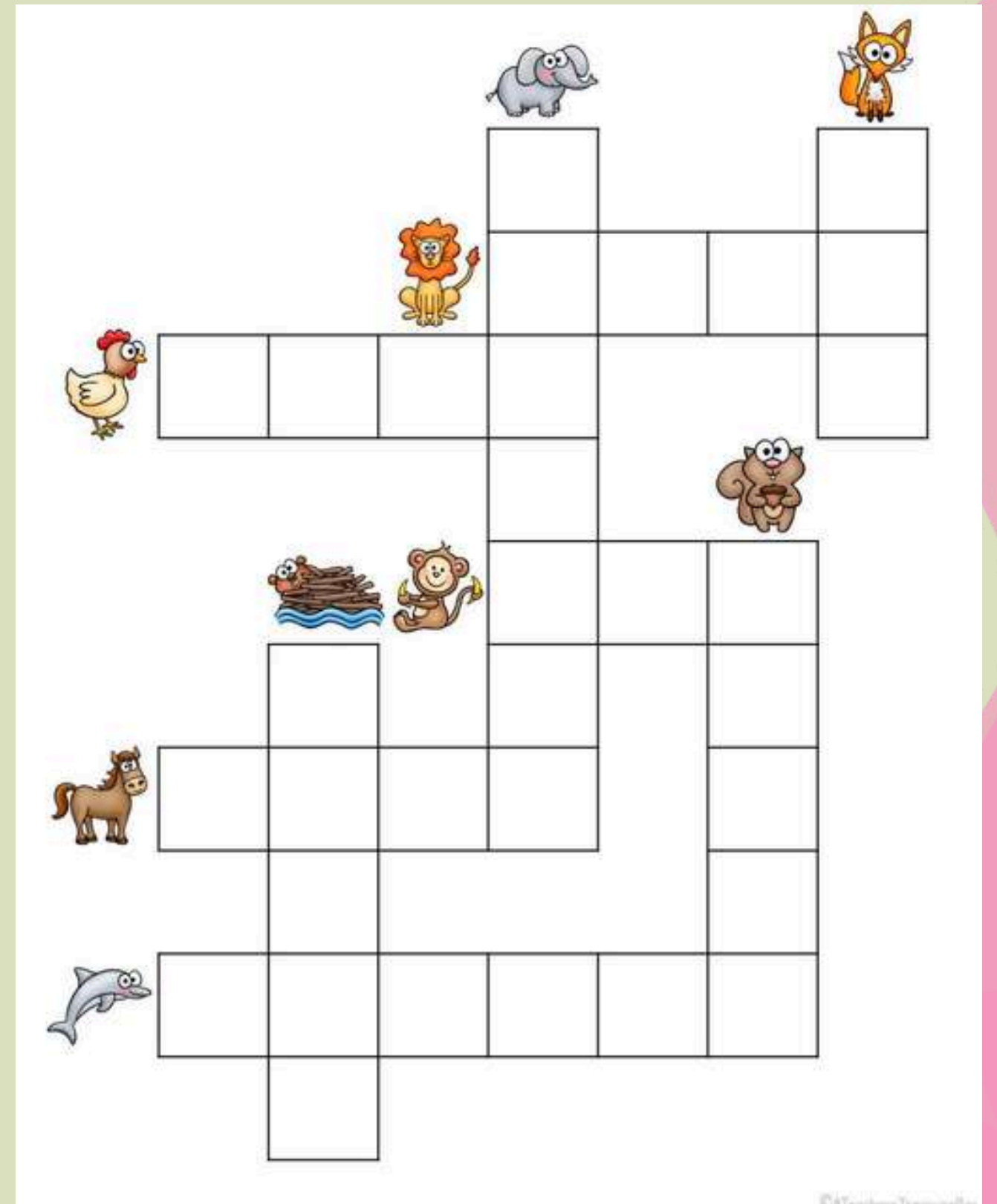
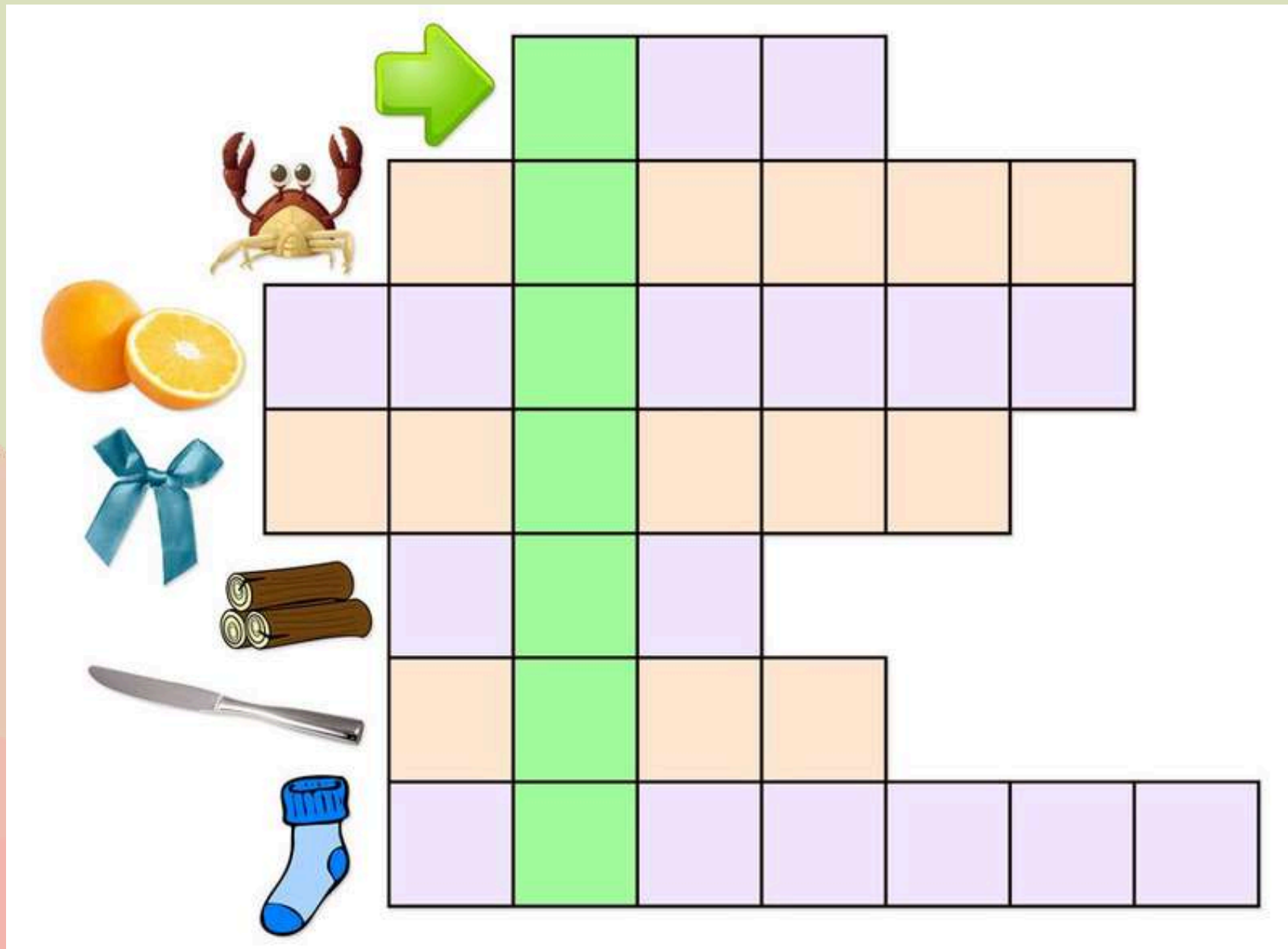
LÄSBINGO

Färglägg!

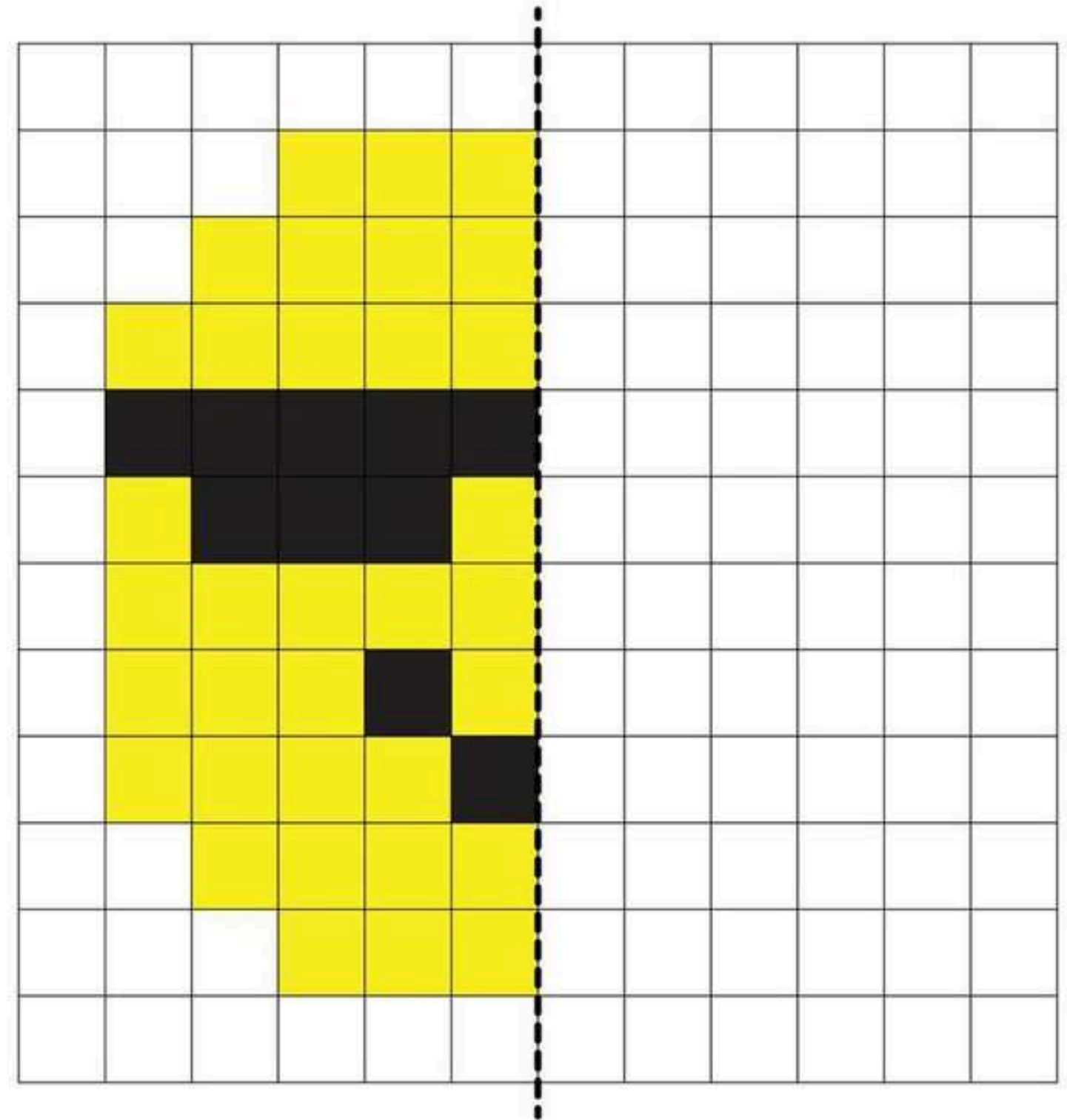
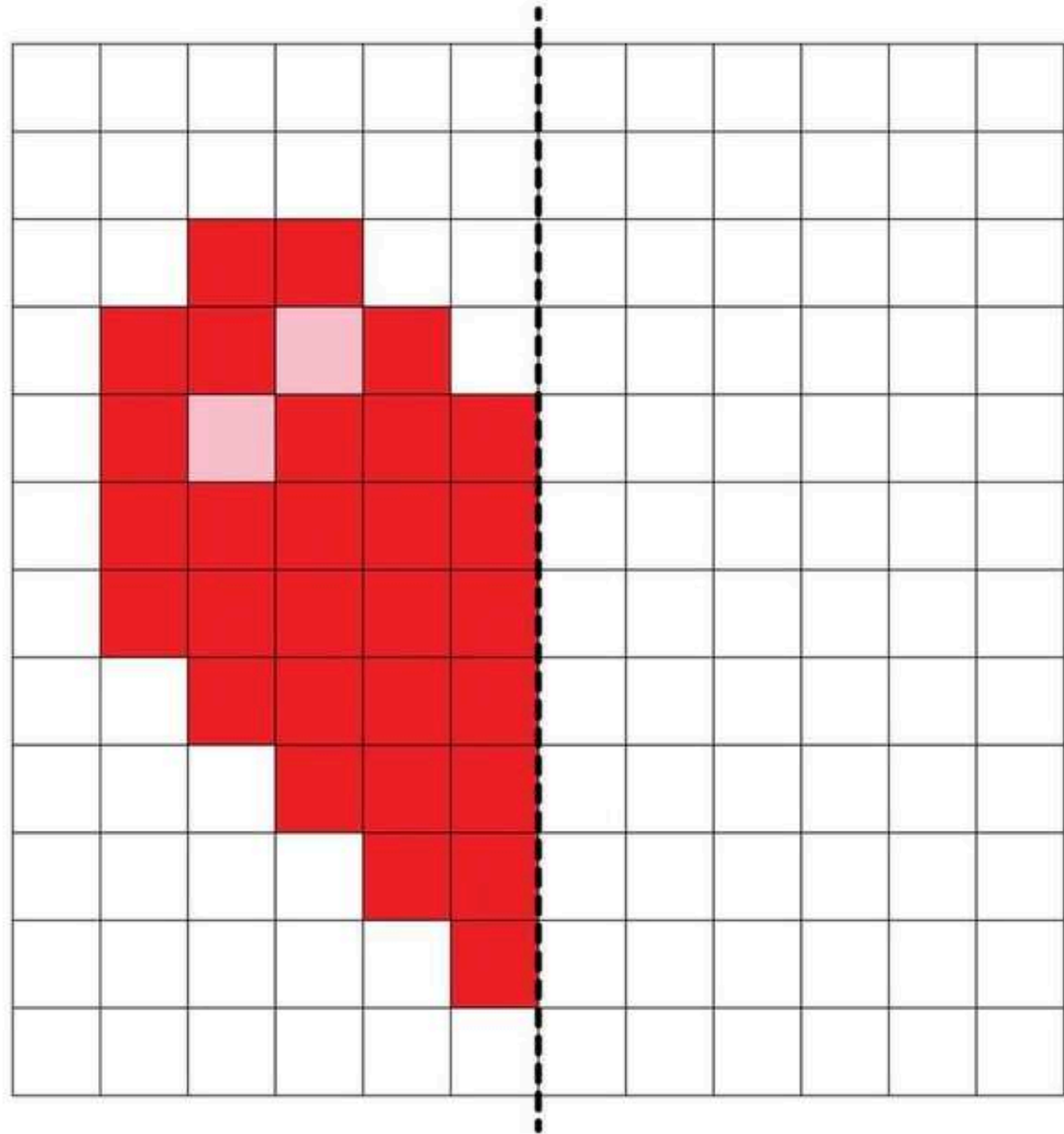
Läs med en ficklampa under täcket	Läs med shortsens på huvudet	Läs under en filt	Läs i kläder som passar boken	Läs i badkläder
Läs för någon som är yngre	Läs under ett bord	Läs högt för en vuxen	Läs med gummistövlar på	Läs på en tisdag
Läs i ditt favoritplagg	Läs i hängmattan	Läs med vantar på	Läs högt för någon du tycker om	Läs när du ligger på mage
Läs när det regnar	Läs i randigt	Läs ur en tidning	Läs en rolig historia	Läs för någon som är äldre
Läs en gåta	Läs högt med en annorlunda röst	Läs på en lördag	Läs under matbordet	Läs högt för ett gosedjur

Fem kryss i rad ger bingo!

Korsord



Fortsätt mönstret



Aktiviteter att göra på resan i bilen, bussen eller på tåget

Titta ut genom fönstret och se vilka
saker du och ditt barn kan se.

EX: 1 gul bil
4 röda bilar
2 fåglar
3 blåa bilar
7 svarta bilar
OSV.



Man kan också sjunga sånger tillsammans med sitt barn.

EX: Hjulen på bussen
Bara bada bastu
Arne alligator
bä bä vita lamm
baby shark

övertaskningspåsar

Små övertaskningar gör resan mer spännande för barnen!

Fyll små påsar med roliga saker som små leksaker och pyssel.

Skriv på påsarna när de får öppnas. Det behöver inte vara nya saker utan spänningen ligger i övertaskningen.



ex på vad du kan lägga i påsarna:

Slickepinnar

bär/frukter

Målarbok

slime

fidget toy

Rita och gissa

Barnet får rita t.ex vad hen ser på utfärden eller bara kommer på att rita. Och så får föräldern gissa vad barnet har ritat.



Innehållsförteckning



Pyssel_ _ _ _ _s. 1 - 18

Bakning_ _ _ _ _s. 19 - 24

Rörelse_ _ _ _ _s. 25 - 28

Utomhus_ _ _ _ _s. 29 - 36

Målarbilder_ _ _ _ _s. 37 - 42

Läs bingo_ _ _ _ _s. 43 - 44

I bilen_ _ _ _ _s. 45 - 54