

Žijeme rýchlu dobu a tá neraz prináša do našich životov rôzne stresové situácie. Na zmiernenie napätia a celkové uvoľnenie nám môže pomôcť antistresová loptička. Pomáha zlepšiť náladu počas náročnejších dní. Stláčanie loptičky je zábavné aj keď nie sme v strese, lebo vytvára rôzne bublinky. Je to zároveň dobrá pomôcka na precvičovanie motoriky a svalov rúk. My sme si takéto loptičky zhotovili v školskom klube s pani vychovávateľkou Ingou.

Ako sa vyrába antistresová lopta

Čo na to potrebujete ?

Fľašu, ale bez vody, múku, lievik, balóny. Ak chceš viac loptičiek, použi viac balónov aj múky.

Najprv musíte do prázdnej fľaše dať lievik, do lievika nasypete múku. Keď je vo fľaši dosť múky na loptičku, lievik vyberte. Nafúknite balón a natiahnite spodok na fľašu. Otočte fľašu s balónom dolu hlavou, presype sa vám múka z fľaše do balóna. Odpojte fľašu od balóna. Z balóna vyfučte vzduch, aby nám vznikla malá guľka s múkou. Zaviažte balón a hotovo. Antistresová loptička je na svete.

M. Kotras, 2.B



