



Урок 4

# Играй активно

## Моите Любими Занимания

ПО-ЗДРАВИ ДЕЦА

Подходящо за деца от 1-ви до 4-ти клас  
Индивидуална задача

➤ Изброй трите си любими занимания и обясни защо ги харесваш:

### Занимание 1:

Това занимание ми харесва, защото:  
(отбележи квадратчетата)

- Мога да го правя
- Моето семейство го прави
- Видях го по телевизията
- Наслаждавам му се
- Кара ме да се чувствам добре
- Приятелите ми го правят
- Близко е го мястото, където живея
- Това е нещо ново за мен
- Прави ме здрав
- Забавно е
- Правя го в почивните дни
- Правя го след училище
- Искам да стана по-добър в това
- Други причини:
- .....
- .....
- .....
- .....

### Занимание 2:

Това занимание ми харесва, защото:  
(отбележи квадратчетата)

- Мога да го правя
- Моето семейство го прави
- Видях го по телевизията
- Наслаждавам му се
- Кара ме да се чувствам добре
- Приятелите ми го правят
- Близко е го мястото, където живея
- Това е нещо ново за мен
- Прави ме здрав
- Забавно е
- Правя го в почивните дни
- Правя го след училище
- Искам да стана по-добър в това
- Други причини:
- .....
- .....
- .....
- .....

### Занимание 3:

Това занимание ми харесва, защото:  
(отбележи квадратчетата)

- Мога да го правя
- Моето семейство го прави
- Видях го по телевизията
- Наслаждавам му се
- Кара ме да се чувствам добре
- Приятелите ми го правят
- Близко е го мястото, където живея
- Това е нещо ново за мен
- Прави ме здрав
- Забавно е
- Правя го в почивните дни
- Правя го след училище
- Искам да стана по-добър в това
- Други причини:
- .....
- .....
- .....
- .....



Играй активно

## Малки откриватели

Децата трябва да останат активни, особено ако прекарват много време на закрито. Защо не опитате тези забавни игри на търсене на съкровища, които ще накарат децата да се движат, дори когато са на закрито?

ПО-ЗДРАВИ ДЕЦА

Подходящо за деца от 1-ви до 4-ти клас  
Групова игра

**От какво имаш нужда:** Цветна залапяща се хартия

**Как се играе:**

1. Изберете една от игрите на търсене на съкровища.
2. Подгответе играта за децата.

### ЛОВ НА СЪКРОВИЩА

Изберете различна цветна залапяща се хартия за всяко дете, което играе. Поставете хартията на няколко места в стаята.

Печели детето, което първо намери цветните хартии с неговия цвят.



### ЛОВ НА ТОЧКИ

Всяка цветна хартия носи определен брой точки.

Скрийте няколко броя хартия из стаята и дайте на децата една минута, за да намерят колкото се може повече. Най-високият резултат печели.



### ХАРТИЕНА ВОЙНА

Всяко дете избира един цвят като свой собствен и поставя няколко листчета хартия на стената.

След една минута децата трябва да се опитат да намерят колкото се може повече от листчетата на противниковия отбор.

Който има най-много противникови листчета хартия в края на играта, печели.

