



Ime dejavnosti

ČAS ZA NAS

<i>Ciljna skupina</i>	<i>Način izvajanja</i>	<i>Število ur</i>	<i>Sklop</i>
4. in 5. razred	tedensko	38	A.3.2.2.2

Opis dejavnosti

Učenci spoznajo različne tehnike sproščanja, umirjanja in sprostitev, kako si umiriti telo in misli po šolskih obveznostih. Preko igre, barvanja mandal, likovnega izražanja in različnih gibalnih dejavnosti se bodo učili sproščanja in umirjanja. Spoznali bodo, pomembnost sproščanja za zdravje.