

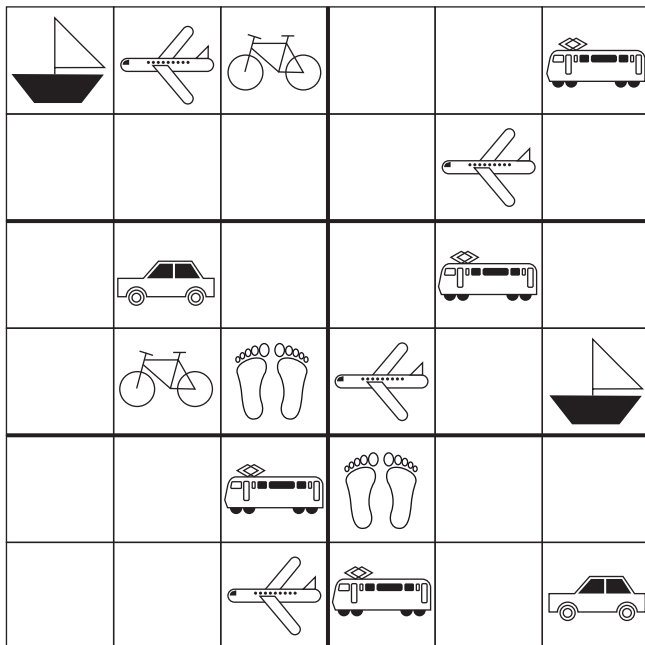
# LATO NA PODWÓRKU

(BEZ)TROSKA  
WYCIEZKA

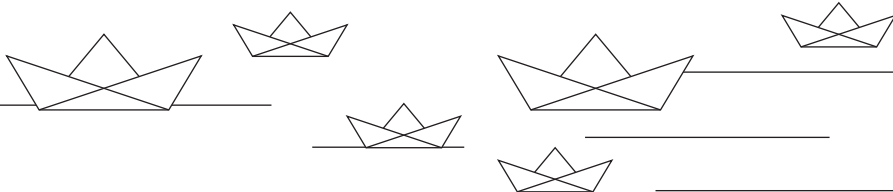
4

Czasem marzymy o wielkich wyprawach, a tymczasem wystarczy mała wycieczka, by poczuć się lepiej. Każdy mniejszy i większy wypad, wyjazd, wyprawa to forma dbania o siebie i regeneracji. Bez troski czas na spacerze to relaks, na który każdy z nas może sobie pozwolić. Nie szukaj wymówek – ruszaj!

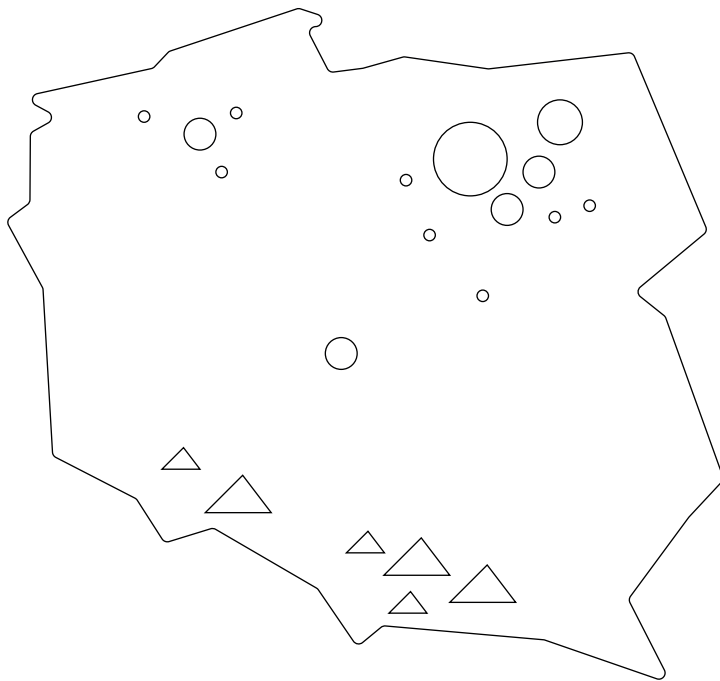
Rozwiąż rysunkowe sudoku z różnymi sposobami przemieszczania się. Z którego z nich korzystasz najczęściej? A który lubisz najbardziej?



Wprawdzie ze Świdnicy daleko nad morze, ale niech to nie zniechęci was do stworzenia podwórkowej Floty. Z papieru złóżcie statki różnej wielkości, ozdóbcie je i pamiętajcie o banderach. Dokąd płyniemy?



Przygotujcie wspólnie Wycieczkową Mapę Polski zaznaczając na niej wypoczynkowe miejsca - rzeki, lasy, góry, morze, jeziora. Każdy z elementów nanieście na kontury kraju ziemniaczanymi pieczętkami, dopasowując ich kształt i kolor do tego, co reprezentują. Na przykład góry mogą być brązowymi trójkątami, a jeziora niebieskimi kółkami.



A gdyby tak ruszyć się gdzieś dalej? Niech każdy pomyśli o wymarzonym kierunku podróży. Ustawcie się w kole, a w środku niech stanie jedna osoba z piłką w rękach, zdradzając wszystkim swoje podróżnicze marzenie na przykład: „Chcę pojechać do Paryża”. Rzuci piłką, ale gdy wypowie zdanie: „Jadę do Paryża”, nie wolno jej złapać.

