

Autors	Aija Palma
Nosaukums	Aktīvā pauze (ideja ņemta uzvedība.lv)
Vecumposms	neierobežots
Aptuvenais izpildes laiks	10 - 20 min
Nepieciešamie materiāli	Darba lapa
Mērķis	<ul style="list-style-type: none"> • veicināt bērna atpūtu pēc fiziskas vai garīgas slodzes; • lietderīgi pavadīt brīvo laiku.
Darbības apraksts	<p>Pēc fiziskas vai garīgas slodzes nepieciešams atelpas brīdis un tas var būt saturīgs.</p> <p>Izvēlies starp nodarbēm un izpildi vienu uzdevumu no darba lapā dotajiem, atzīmē tukšajā lodziņā, ko jau izpildīji!</p>
Darba lapas nosaukums	Darba lapa „Aktīvā pauze”