

# CE FACEM AZI?



## F - Ai fost Folositor?

Fă-ți curat în cameră  
Ajută la o treabă casnică (spală vasele, aspiră, etc.)  
Udă plantele  
Hrănește sau plimbă câinele  
Spală /curăță mașina  
Încercă o nouă rețetă de gustare alături de părinți  
Ajută la prepararea cinei  
Șterge praful  
Strânge jucăriile/ lucrurile personale  
Șterge geamurile  
Bagă la spălat  
Sună o rudă  
Scrie o scrisoare  
Îngrijește (curăță) o plantă/grădină

## E - Ai făcut Exerciții fizice?

Sari pe trambulină  
Joacă priselea  
Învață sau exersează roata  
Joacă fotbal  
Joacă baschet  
Joacă-te cu o minge mare, pentru exerciții  
Folosește bicicleta  
Mergi pe trotinetă  
Încearcă să mergi pe un skateboard  
Joacă-te cu un hackie-sack  
Dă-te în leagăn  
Dă-te în tobogan  
Joacă-te cu câinele tău  
Practicați hula hoop (cercul mare)  
Sări coarda  
Joacă volei cu un balon  
Pune în scenă o piesă de teatru în aer liber  
Fă o plimbare  
Aleargă  
Joacă-te cu un frisbee (discul)

## A - Te-ai jucat Afară?

Construiește un fort afară  
Joacă șotronul  
Desenează cu creta de trotuar  
Sufală baloane de săpun  
Explorați natura și notați ce găsiți (tipuri de copaci, plante, insecte, animale)  
Înalță un zmeu  
Căută pietre frumoase  
Culege flori  
Faceți o cursă cu obstacole  
Faceți un picnic  
Pictează pietre  
Joacă de-a v-ați ascunseala  
Joacă-te în cutia cu nisip  
Luptă cu pistoale cu apă  
Găsiți flori de presat  
Plantează niște semințe  
Luptă cu baloane cu apă  
Construiește un castel de nisip

## M - Ai facut un pic de Magie?

Construiește un fort înăuntru (folosește perne și cearceafuri)  
Rezolvă împreună un puzzle mare  
Joacă un joc de societate  
Faceți o petrecere dansantă sau o coregrafie nouă  
Ceați împreună un salut secret  
Cântați karaoke  
Scrie o poveste  
Desenează ceva nou  
Construiește o capodopera Lego  
Pictează cu degetele  
Joacă-te cu plastelina sau aluatul  
Creați un joc nou  
Desenați o hartă a unei comor secrete  
Faceți o păpușă sau creați o piesă vestimentară nouă pentru una  
Construiește o pistă de mașini de curse  
Joacă domino  
Inventează un joc de cărți  
Construiește un castel din cărți

## C- Ai Citit o Carte sau ai învățat ceva nou?

Citește o carte timp de 20 de minute  
Ascultă o carte audio  
Învață table sau șah  
Faceți o capsulă a timpului și îngropați-o  
Alegeți și gătiți o rețetă dintr-o carte de bucate  
Învață un nou joc de cărți  
Învață un nou joc de societate  
Învață să coși manual (sau să lipești pentru cei mici)  
Învață să coși cu o mașină de cusut (sau desenezi conturul mâinii pentru cei mici)  
Practicați fotografia  
Aflați despre florile și plantele locale  
Aflați despre animalele locale  
Învață să tricotezi / croșetezi (să decupezi)

Joacă un joc cu zaruri  
Faceți un meșteșug din materiale reciclabile  
Construiește o machetă  
Folosii reviste pentru a alcătui un colaj  
Creați o felicitare pentru următorul sărbătorit al familiei  
Creați o piesă de teatru pentru părinții dvs  
Faceți o petrecere cu ceai  
Pictează-ți unghiile  
Organizați o noapte de camping în interior  
Faceți bijuterii