



LÝÐHEILSA

Leikir og náttúra

6-12 ára

Bókin Leikgleði – 50 leikir er frábært verkfæri fyrir kennara, foreldra og alla sem vinna með börnum. Í bókinni eru 50 leikja hugmyndir sem henta vel í útiveru.

Leikirnir eru einfaldir í framkvæmd, krefjast lítillar fyrirhafnar og náttúran er nýtt sem námsumhverfi. Höfundur bókarinnar er Sabína Steinunn Halldórsdóttir. Sabína er einnig þekkt fyrir að deila hugmyndum og ráðum um hvernig megi efla lykilfærni barna í nútímasamfélagi. Hugmyndirnar má finna á samfélagsmiðlum undir “Færni til framtíðar”

Hennar nálgun leggur áherslu á að nýta leik og útiveru sem leið til náms og þroska.



Markmið

- Aukin hreyfing: Leikir í náttúrunni hvetja til líkamlegrar hreyfingar sem styrkir líkama og eykur úthald.
- Bætt andleg heilsa: Útivist dregur úr streitu og kvíða, eykur vellíðan og bætir einbeitingu.
- Tengsl við náttúruna: Börn læra að virða og skilja náttúruna, sem stuðlar að sjálfbærni og ábyrgð.
- Félagsleg færni: Leikir sem krefjast samvinnu og samskipta styrkja félagslega færni og tilfinninga þroska.



Framkvæmd

Bókin Leikgleði - 50 leikir inniheldur fjölbreytta leiki sem nýta má til þess að efla lýðheilsu, hér er búið að lista upp þá leiki sem hafa sterka tengingu náttúruna og tilvalið að nota í Grænfánavinnu

Náttúrudomino

Umhverfið okkar

Reitaboðhlaup

Köngulóavefurinn

Steinaldarmenn

Fótspor dýranna

Náttúrubingó

Stafrófið á hlaupum