

ЕМО

ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА

Хей, топло е, нали?

Вече цял месец с Ема сме в лятна ваканция и да си призная – малко ми доскучава понякога. Реших, че трябва да направя нещо по въпроса и помолих Ема за помощ.

Ето какво направихме! Подбрахме интересни занимания и ги разпределихме през целия август. Всеки ден ще правим по едно конкретно нещо и ще го отбелязваме като изпълнено. Стана толкова добре, че вече нямам търпение да започваме.

Сигурен съм, че и на теб ще ти хареса!

#19

ЛЕТНИ ПРИКЛЮЧЕНИЯ

АВГУСТ 2025

Име _____

ПОНЕДЕЛНИК	ВТОРНИК	СРЯДА	ЧЕТВЪРТЪК	ПЕТЪК	СЪБОТА	НЕДЕЛЯ																						
 Направи лятото си забавно и изпълнено с нови приключения. Изпълнявай задачите си ден след ден и се наслади на всеки момент!	4 Попълни Емо предизвикателство по избор.	5 Направи малка изненада за някого.	6 Поговори с някого, с когото не си говорил отдавна.	7 Направи медитация или дълбоко дишане.	8 Запиши нещо в дневника си за благодарност. /Емо предизвикателство/	9 Разгледай ново място или посети музей.	10 Прекарай време със семейството си.	11 Направи списък с цели за следващата седмица.	12 Прекарай поне 1 час без никакви екрани у дома.	13 Прочети едно стихотворение.	14 Отдели време за хоби, което обичаш.	15 Организирай киновечер и покани приятели.	16 Направи комплимент на някого.	17 Подреди си стаята.	18 Помоли родителите си да те научат на нещо ново.	19 Направи ръчно изработена картичка и я подари на някого.	20 Измисли меню за вечеря и го сготви с родителите си.	21 Направи пясъчен замък.	22 Научи нов танц и го изтанцувай на някого.	23 Гледай документален филм на интересна за теб тема.	24 Изгради крепост от възглавници.	25 Играй настолни игри с приятелите или семейството си.	26 Направи колаж от изрезки от списания.	27 Изготви списък със забавни факти и ги сподели с някого.	28 Направи научен експеримент у дома.	29 Напиши своя собствена приказка и я разкажи на някого.	30 Направи родословно дърво на семейството си.	31 Направи албум със снимки от лятото.





БЛАГОДАРИМ ВИ!



ОЩЕ...

Благодарим ви, че изтеглихте и използвате този ресурс.

Убедени сме, че развитието на емоционална интелигентност е от съществено значение за личностното и социалното израстване на децата. Това е инвестиция, която има въздействие върху щастието и успеха в живота.

Още ресурси може да намерите в нашите социални канали, на нашия уебсайт или като сканирате QR кода в инструкциите в комплекта „Емо карти“ или „Емо таблица“.

За повече информация, посетете нашия сайт!



КОНТАКТИ

🌐 www.stalev.bg

✉ info@stalev.bg

СОЦИАЛНИ МРЕЖИ

📘 Кабинетът на Сталев

📷 [psychology.stalev](https://www.instagram.com/psychology.stalev)



ЗА НАС



Илия Сталев е психолог с бакалавърска и магистърска степен. Има десетгодишен професионален опит в работата с деца и семейства. Неговата експертиза включва терапевтична и консултативна работа, както и работа в училищна среда.



Антония Стойкова е учител с българска и английска филология, магистър по предучилищна и начална училищна педагогика и магистър логопед. Има опит като педагог с деца от различни възрастови групи.

Повече за нас на www.stalev.bg или в социалните мрежи.



АВТОРСКО ПРАВО

Разрешение за безплатна употреба:

Предоставяме ви право да използвате безплатно този материал, както за лична употреба, така и в училищен клас или група. Можете да го разпространявате и споделяте с други, при условие че не променяте инициалите на автора и не нарушавате неговата цялост.

Забрани:

Не можете да модифицирате този материал, да премахвате инициалите на автора или да го използвате с комерсиална цел.

Ако имате въпроси или се нуждате от специфични разрешения, се свържете с нас.