

Zdravo!





Danes imam zate super-junaški izziv.





Najprej poglej sliko in odgovori na vprašanja in ugotovi kateremu superjunaku si najbolj podoben.

Vabim te tudi, da postaneš junak za en teden. Vse kar potrebuješ je igralna kocka. Igro lahko igraš sam ali pa k igri povabiš še koga. Kocka ti bo pomagala odločiti, v katerega junaka se boš prelevil ta teden. Vrzi kocko in si preberi spodnji opis, ki pripada številki na kocki. Pri opisu najdeš tudi koristne nasvete, ki ti bodo v pomoč, da se boš lažje vživel v svojega junaka. Včasih je lažje prevzeti neke lastnosti, ko to počnemo v igri 😊

Lahko si pa preprosto izbereš enega junaka, katerega lastnosti bi ti v tem tednu najbolj koristile in se pretvarjaj, da imaš njegove super moči!



 	<p>POGUM</p> <p>JUNAK: <u>BRAVO</u></p> <p>TALISMAN: <u>PLAŠČ</u></p> <p>Jaz sem Bravo. Ko se zgodi kaj strašljivega, se pogumno in odločno lotim izziva, pa čeprav me je strah. Če potrebujem dodaten pogum, uporabim svoj Plašč, ki me odene v prožen in neviden oklep. Z njim zmorem premagati še tako strašno preizkušnjo!</p>	<p>Nasveti:</p> <ul style="list-style-type: none">• v zate težki situaciji si predstavljalj, kako s pogumnim dejanjem dosežeš uspešen izid• čim bolj živo si predstavljalj sam sebe na koncu preizkušnje, ko si uspel• bodi pozoren na prijetna čustva, ki se ti ob teh predstavah pojavljajo• če te postane preveč strah, razmisli, ali ti grozi resna življenjska nevarnost. Če temu ni tako, se opogumi, uporabi zgornje namige in si upaj poskusiti!
 	<p>RADOVEDNOST</p> <p>JUNAK: <u>RADKO</u></p> <p>TALISMAN: <u>INKVIZIJO</u></p> <p>Jaz sem Radko. Ali ni vesolje tako zanimivo? Zelo rad raziskujem stvari, ki so nove in drugačne. Ko pogledam skozi Inkvizijo – posebno lupo, ki prebudi radovednost – se v meni sproži tisoč in eno vprašanje. Ko sprašujem, se tudi največ naučim!</p>	<p>Nasveti:</p> <ul style="list-style-type: none">• bodi pozoren na vsakodnevno dogajanje in na svoje okolje• še posebej pozorno poslušaj, poglej, otipaj, okusi, povohaj...• na drugih osebah pozorno odkrij kaj novega (opazi kakšno podrobnost na prijatelju ali sošolcu, poslušaj zven njegovega glasu...)• med pogovorom in razlago razmišljalj in sprašuj po podrobnostih, postavljalj vprašanja, ki ti bodo pomagala razjasniti zadeve• išči prijetnosti (naštej 3 dobre plati), neprijetnosti (3 pomanjkljivosti) in nenavadnosti (3 zanimivosti, novosti) v vsakem novem dogodku, učni snovi, izkušnji...

 	<h2>ODPUŠČANJE</h2> <p>JUNAK: <u>FRIDA</u></p> <p>TALISMAN: <u>FENIKS</u></p> <p>Jaz sem Frida. Ko se počutim prizadeto, dovolim tem čustvom, da minejo. Ne dovolim, da bi zamera ostala ujeta v meni. Ljudem odpustim in grem naprej. Ko mi je zares hudo, mi Feniks pristane na ramenu, me potolaži in razvedri.</p>	<p>Nasveti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ko te kdo prizadene ali razjezi, mu mirno povej, kaj je storil in kako si se ti ob tem počutil • vprašaj ga, kako je on doživel to dogajanje in kaj je s tem mislil/ želel doseči • poskusi se vživeti v njegovo kožo, razmisli, kako bi se ti počutil, razmišljal, obnašal na njegovem mestu • s hvaležnostjo se spomni dogodka, ko si ti naredil nekaj slabega in ti je nekdo drug oprostil • zavestno spusti zamere in se vsakič znova potrudi, da nekemu oprostiš
 	<h2>UPANJE</h2> <p>JUNAK: <u>VERA</u></p> <p>TALISMAN: <u>SONCE</u></p> <p>Jaz sem Vera. Ne glede na to, kaj se dogaja, vedno ohranim svoj optimizem. Na stvari gledam s pozitivne plati in v vsakem trenutku najdem nekaj dobrega. Če se mi zdi, da mi gre slabo, vzamem svoje Sonce in z njim posvetim na dogajanje. Takrat lahko vidim preko ovir in znova najdem upanje.</p>	<p>Nasveti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • vsak dan izvedi vajo 'najboljši možni jaz': za trenutek zapri oči in si predstavlja samega sebe v bližnji prihodnosti. Živo si predstavlja, kako ti uspe doseči cilje, kako si zadovoljen, uspešen, sprejet, pomirjen... • razmisli, kaj moraš narediti danes (pa tudi jutri...), da bi te cilje uresničil • spomni se, na koga vse se lahko obrneš za podporo, ko ti je težko in ga prosi za par spodbudnih besed
 	<h2>IGRIVOST</h2> <p>JUNAK: <u>HILARIJ</u></p> <p>TALISMAN: <u>KOMIKA</u></p> <p>Jaz sem Hilarij. Rad se smejim. Če postane dogajanje pretirano resno, na spoštljiv in humoren način sprostim ozračje. Na glavo si nadenem Komiko (ali pa jo posodim komu drugemu) in vsi se že valjamo od smeha!</p>	<p>Nasveti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zapiši si smešne in zabavne peripetije, ki so se ti zgodile čez dan • zapomni si šalo in jo povej prijatelju ali domačim • pohecaj se sam na svoj račun
 	<h2>PRIJAZNOST</h2> <p>JUNAK: <u>KARMA</u></p> <p>TALISMAN: <u>COFEK</u></p> <p>Jaz sem Karma. Najbolj uživam, ko lahko pomagam drugim. Ja, celo takrat, ko to ni preprosto in enostavno. Všeč mi je, če sem prijazen in radodaren. Ko pobožam druge s tem Cofkom, doživijo občutke toplote in veselja.</p>	<p>Nasveti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • danes naredi uslugo ali izvedi neko naključno prijazno dejanje za sošolca (npr. pošlji mu sporočilo in ga pohvali, ...) • doma naredi nekaj lepega za različne družinske člane (pospravi posodo, prinesi kozarec vode, sam odnesi smeti namesto nekoga, ...)

Kateri junak ti je najbolj všeč? Kateremu si najbolj podoben? 😊 Katere lastnosti bi ti pa v tem trenutku prišle najbolj prav?

Lepo se imej. Učiteljica Nataša