

# DIDAKTIČNE IGRE ZA DRUŽINO

## MINUTKA ZA ZDRAVJE - DUŠEVNO ZDRAVJE

*Cilj: razmišljanje o lastnem duševnem zdravju, medsebojno spoznavanje članov družine*

### IZBRANA NASPROTJA

Izžrebamo listke z napisanimi pari nasprotujočih si besed (npr. smeh-jok, gozd-beton, verjeti v prijatelje - verjeti v internet...).

Naloga članov družine je, da se odločijo/**IZBEREJO** eno od dveh besed na listku in **povedo razloge, argumente, zakaj so se odločili za izbrano besedo in zakaj ne za drugo.**

V nadaljnjem **pogovoru** povežemo izbrano besedo z duševnim zdravjem: Kako je npr. smeh povezan z duševnim zdravjem, ga krepi, na kak način?

Razreži...✂

<b>SMEH</b>	<b>JOK</b>	<b>TEK</b>	<b>SPANJE</b>
<b>GOZD</b>	<b>BETON</b>	<b>OPTIMIZEM</b>	<b>PESIMIZEM</b>
<b>VERJETI V PRIJATELJE</b>	<b>VERJETI V INTERNET</b>	<b>VODA</b>	<b>COCA COLA</b>
<b>VEČER PRED TV</b>	<b>POGOVOR</b>	<b>KONTROLNA NALOGA</b>	<b>BREZDELJE</b>
<b>SONČEN DAN</b>	<b>MEGLEN DAN</b>	<b>MOČ</b>	<b>ZABAVA</b>
<b>SOBA</b>	<b>IGRIŠČE</b>	<b>SPROŠČANJE</b>	<b>SKRBI</b>
<b>BRANJE</b>	<b>NAKUPOVANJE</b>	<b>VESELJE</b>	<b>RAZOČARANJE</b>
<b>VRH HRIBA</b>	<b>RAVNINA</b>	<b>VOLJA</b>	<b>JEZA</b>
<b>ŽOGA</b>	<b>RAČUNALNIK</b>	<b>TEK</b>	<b>SPANJE</b>