



Dober dan☺ Danes, 23. aprila, se po celem svetu praznuje dan knjige. IZKORISTITE MOČ KNJIG ZA RAZŠIRJANJE OBZORIJ IN SPODBUJANJE USTVARJALNOSTI☺



USMERJEN PROSTI ČAS

»DOBRA VOLJA« JE ENA IZMED ZVOČNIH PRAVLJIC, KI JIH NAJDEMO NA SPLETNI STRANI www.lahkonocnice.si.

Te pravljice so nekaj posebnega, ker: so jih napisali priznani slovenski avtorji, jih prebirajo stanovalci Doma starejših občanov Fužine v Ljubljani, se lahko otroci svojim najljubšim pripovedovalcem zahvalijo z risbico ali pismom in tako ustvarijo edinstveno medgeneracijsko povezovanje. (<https://kamzmulcem.si/40-brezplacnih-zvocnih-pravljin-za-lahko-noc-nasih-mulcev/>)

PROSI NEKOGA NAJ TI PREDVAJA POSNETEK (<https://www.lahkonocnice.si/pravljin-dobra-volja>), TI SE UDOBNO NAMESTI IN ZBRANO POSLUŠAJ. NA KONCU LAHKO SVOJE MISLI STRNEŠ V OBLIKI ILUSTRACIJE ALI ZAPISA V ZVEZEK PODALJŠANEGA BIVANJA. NE POZABI NA NASLOV IN LEPO PISAVO☺



Na spletni strani se je nabralo že lepo število zvočnih pravljic...morda si lahko kakšno predvajaš tudi za lahko noč.

SAMOSTOJNO UČENJE

PRVI RAZRED STE IMELI DANES TEHNIŠKI DAN. V ZVEZEK PODALJŠANEGA BIVANJA LAHKO NARIŠEŠ ALI NAPIŠEŠ KAJ V ZVEZI S TEM. POTEM PA MALO POGLEJ PO ZVEZKIH ALI KJE ŠE KAKŠNA ČRKA MANJKA, MOGOČE JE KAKŠNA SLIČICA ČRNO-BELA.

Za drugi razred pa velja...če ti je ostalo še kaj za dokončati od dopoldanskega programa z učiteljico Slavi je sedaj pravi čas za to.

SPROSTITVENA DEJAVNOST

Ste sprejeli včerajšnji izziv in sestavili poligon na prostem? Verjamem, da ste se dobro namigali in super zabavali. Ko nas bo spet dež obiskal in igra na prostem ne bo možna (no, razen skakanja po lužah☺), lahko poskusite postaviti poligon v stanovanju. Danes je pa dan za jogo.



Ker je lep sončen dan, vzemi podlogo in poišči miren kotiček na prostem. Sedi po turško, poravnaj hrbet (predstavljaš si, da imaš na glavi knjigo), zapri oči in umiri svoje dihanje. Za nekaj trenutkov prisluhni zvoku narave.

Ko si pripravljen/a naredi vajice, ki so spodaj.



Vsakemu položaju nameni 10 sekund, to pomeni, da narediš položaj in v mislih šteješ počasi do 10, ne pozabi na umirjeno dihanje skozi nos. Nato greš k naslednjemu položaju. Vrstni red ni pomemben. Uživaj v razgibavanju☺

- KJER JE NA SLIČICI DEČEK NA 1 NOGI ALI Z 1 NOGO NAPREJ NAREDI VAJO 2 KRAT – NAJPREJ NA 1 NOGI DO 10, NATO NA DRUGI DO 10 ALI NAJPREJ Z 1 NOGO NAPREJ DO 10, NATO Z DRUGO DO 10
- KO JE DEČEK NAGNEN V STRAN, RAVNO TAKO PONOVI VAJO ŠE V DRUGO



LETEČA PREPROGA – leža na hrbtu, roki in nogi rahlo odmaknjeni od telesa, popolnoma se sprosti. Si tukaj in zdaj, prisluhni zvoku narave in umiri svoj dih. Naj te tvoja leteča preproga ponese v tvoj skriti kotiček. Če te zmoti kakšna misel, jo lepo pozdravi in dovoli, da jo odnese stran. Sproščanje naj traja od 3 do 5 minut.

Zaključimo tako, da telo ponovno nežno prebudimo s premikanjem prstkov na rokah in nogah, pretegovanjem in, ko si pripravljen/a, odpri oči in sproščeno nadaljuj svoj dan.

Imej lep dan☺
učiteljica Jerica