

# UČITNIŠKA USTVARJALNICA

## GIBANJE



## RAZISKOVANJE



**KAJ TE ČAKA  
TA TEDEN?**



## NAČRTOVANJE



## UČENJE





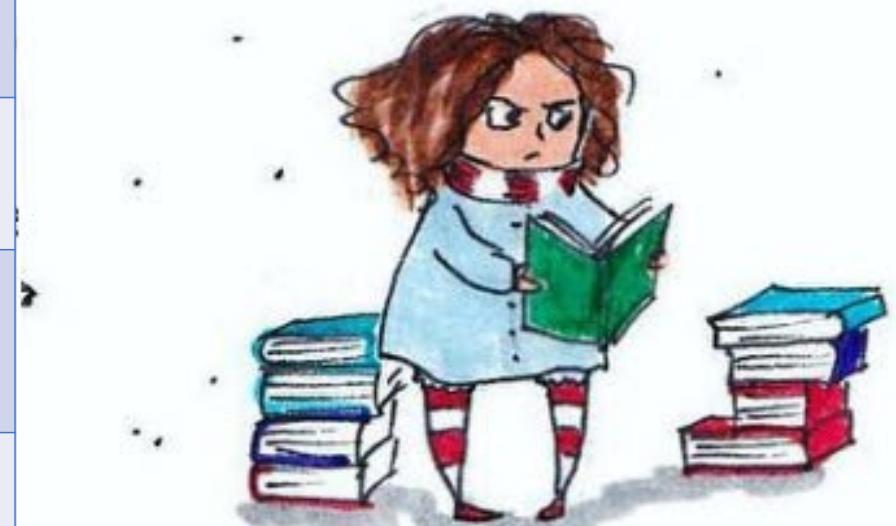
<b>DOBRO JUTRO!</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Vstani.</li><li>Se umij in oblec.</li><li>Prezrači sobo.</li><li>Si pripravi zajtrk in zajtrkuj.</li><li>Preveri dnevni urnik.</li></ul>
<b>JUTRANJE RAZGIBAVANJE</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Pojdi malo na sveži zrak.</li><li>Celo telo stresi (1 min) kot moker kužek.</li><li>Naredim nekaj razteznih vaj.</li></ul>
<b>ŠOLSKE OBVEZNOSTI</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Preglej, kaj vse te čaka danes.</li><li>Naredi vrstni red dejavnosti in nalog. Del šolskih obveznosti lahko opraviš tudi popoldne.</li><li>Beri, piši, poslušaj, rešuj, riši, ...</li><li>Uporabi knjige, zvezke, internet, televizijski program, telefon, ...</li><li>Poišči pomoč, če ne veš kako naprej.</li></ul>
<b>KOSILO</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Pripravi mizo.</li><li>Uživaj pri jedi.</li><li>Pospravi in pobriši mizo.</li><li>Pospravi posodo (umij jo ali jo zloži v pomivalni stroj)</li></ul>
<b>GOSPODINJSKA OPRAVILA</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Oblačila: obesi perilo, zloži posušeno, pospravi svoje v omaro.</li><li>Tla: pometi, posesaj, pospravi igrače, ki so po tleh, zloži čevlje, ...</li><li>Kopalnica: počisti umivalnik, ...</li><li>Povprašaj starše kaj je še potrebno opraviti.</li></ul>
<b>PROSTI ČAS</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Delaj to kar te najbolj veseli.</li><li>Čim več časa prezivi zunaj na svežem zraku.</li><li>Poskrbi za hišnega ljubljenčka, či ga imaš.</li><li>Giblji se.</li><li>Ustvarjam, beri, poslušaj glasbo, pleši, teči, igrat se igre, ...</li></ul>
<b>VEČERJA</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Sam pripravi večerjo. Lahko tudi za druge družinske člane.</li><li>Pojej nekaj lahkega.</li><li>Pospravi za seboj. Lahko tudi za drugimi družinskimi članji.</li></ul>
<b>PRED SPANJEM</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Pospravi sobo in jo pripravi za naslednji dan.</li><li>Beri knjigo, revijo, ...</li><li>Poslušaj mirno glasbo.</li><li>Igraj se z drugimi družinskimi članji.</li><li>Umij se in oblec pižamo.</li><li>Ne glej televizije, tablice ali računalnika. Telefon naj te čaka na mizi.</li></ul>
<b>LAHKO NOĆ!</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Na kratko prezrači sobo.</li><li>Ulezti se v posteljo.</li><li>Pomisli na najlepšo stvar ali dogodek.</li></ul>

# NAČRTOVANJE



**Izdelaj si urnik dnevnih aktivnosti.**

- Ta ti je lahko v pomoč.

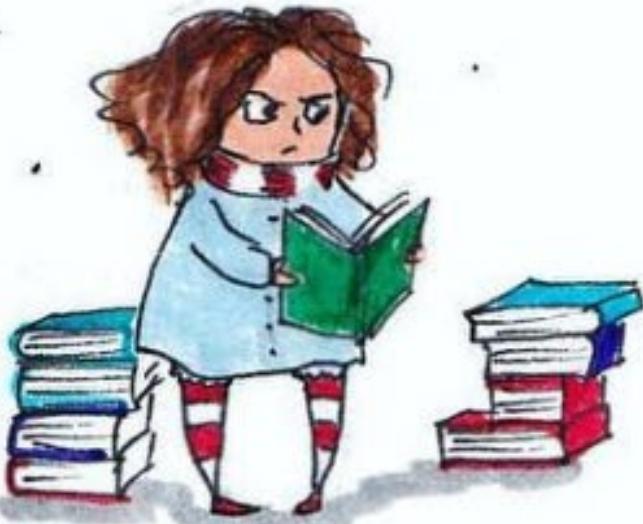


# UČENJE

## Kako preženeš strah, slabo voljo, žalost in še kaj?

- Učenje je najuspešnejše, ko si sproščen in dobre volje.
- Če te je strah, si slabe volje ali jezen, si pomagaj z naslednjim posnetkom.
- Klikni na spodnjo povezavo.
- Zapri oči in prisluhni.

[https://www.youtube.com/watch?v=8HiaButC6J0&feature=youtu.be&fbclid=IwAR3nMplYzp6hQWMpFopdNM9OGcJKIQFc\\_IvOwtBKtmZr4t0VcnG90aGhd-o](https://www.youtube.com/watch?v=8HiaButC6J0&feature=youtu.be&fbclid=IwAR3nMplYzp6hQWMpFopdNM9OGcJKIQFc_IvOwtBKtmZr4t0VcnG90aGhd-o)



Hodi čez deblo:  
- naprej,  
- vzvratno,  
- po vseh štirih,  
- s prevozo na očeh.



Z vso močjo poskušaj podreti drevo!

Skači čez luže!

4

Vrzi storž, kolikor je mogoče daleč!

5



Vsak gozdnih prvak potrebuje medaljo. Zberi liste, cvetje, storže in jih zaveži z volno ali travo. Medaljo prejme vsak, ki opravi vse gozdne izzive.

10

Poišči palico, položi jo na tla in poskakuj iz ene strani palice na drugo stran!



Teči okoli in okoli debelega drevesa!

9



Plazi se pod nizkimi vejami!

Skači čez šture!

7



Iz dveh kamnov in veje naredi utež in jo dviguj!

6

## GIBANJE



### Priprave na olimpijske igre

- Olimpijske igre v Tokyu so odpovedane.
- Niso pa odpovedane priprave. Treniraj, da boš pripravljen, ko se spet vidimo.

# RAZISKOVANJE



## Kraj raziskovanja: TVOJA SOBA

- Ugotovi kaj potrebuješ in česa ne.
- Uredi svojo sobo v najlepši prostor v katerem se odlično počutiš.



## VSAK DAN

- Pospravi igrače na svoje mesto.
- Zloži zvezke in knjige.
- Odnesi umazana oblačila v koš za perilo.
- Zloži in pospravi čista oblačila v omaro.
- Vse smeti vrzi v koš.
- Če je koš poln, ga izprazni v zabojnik za smeti in pazi na ločevanje odpadkov.
- Če imaš v sobi kakšen krožnik ali kozarec, ga odnesi v kuhinjo.
- Počisti nočno omarico.

## ENKRAT NA TEDEN

- Pobriši prah.
- Pometi/posesaj in pomij tla.
- Preobleči posteljo.



- Si kaj preizkusil?
- Kako ti je uspelo?
- Je bilo zabavno?
- Vesela bom, če boš kaj delil tudi z mano.

Pošlji mi kakšno slikico ustvarjanja ali izdelka, ki si ga ustvaril.

[julijana.makovec@osicl.si](mailto:julijana.makovec@osicl.si)

