

## RAZREDNA URA 4. RAZRED

### TEMA: ČUSTVA

Na človeka vplivajo različna čustva. Kaj pa pravzaprav so čustva? V svoji surovi obliki so **čustva naš odziv na določeno situacijo**. Čustva so **zaznave določenega dogodka**, na katerega se **odzovemo** z lastno reakcijo.

Vsekakor so čustva del nas. Pomembno je, da se naučimo razumeti in pravilno izražati svoja pozitivna in negativna čustva. **Pozitivna** čustva so tista, ki so **prijetna**, **negativna** pa tista, ki so za nas **neprijetna**.



VESELJE

LJUBEZEN

ZADOVOLJSTVO



STRAH

ŽALOST

JEZA

Pri naslednjih dejanjih/stvareh označi smejoči obraz (☺), če pri tebi vzbudijo pozitivna čustva, ki so zapisana zgoraj ter žalostni obraz (☹), če pri tebi vzbudijo negativna čustva. Zraven lahko tudi dopišeš, katero čustvo se vzbudi pri tebi.

**TVOJA NAJLJUBŠA ČOKOLADA**

**TEKANJE PO TRAVNIKU**

**PADEC S KOLESA**

**IGRANJE IGRICE**

**SPREHOD S STARŠI**

**BOLEZEN**

**POGOVOR S PRIJATELJEM**

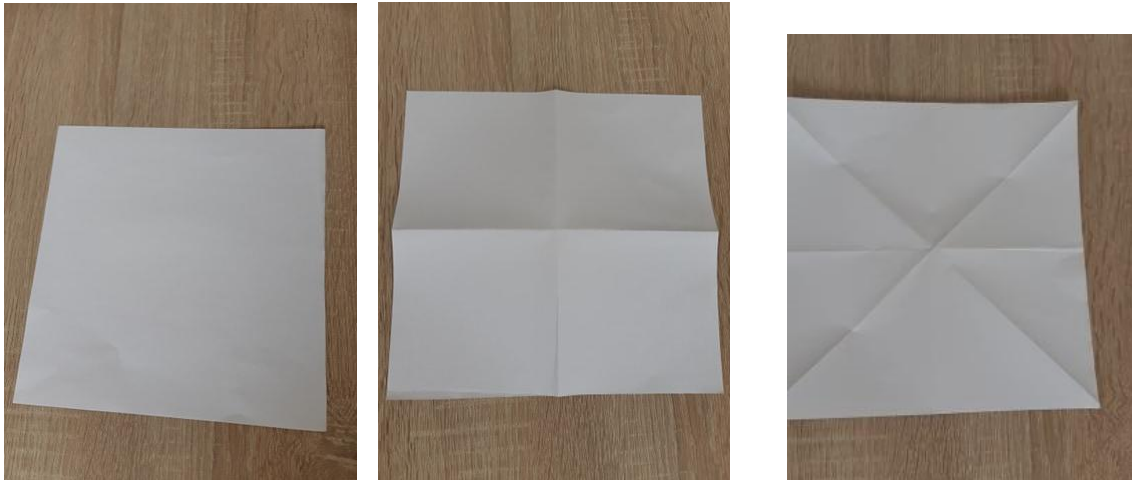
**PREPIR Z BRATOM/SESTRO**

V današnjem dnevu naredi dve dobri dejanji, ki bodo v tebi vzbudila pozitivna čustva: veselje, zadovoljstvo, ljubezen. Eno izmed dejanj, ki si jih naredil, nariši. ☺

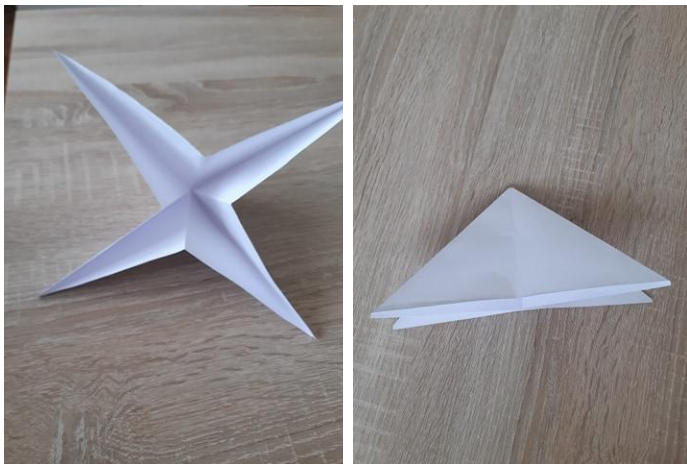
Za sprostitev lahko narediš kocko s čustvi. Kocko lahko narediš z origamijem ali enostavno narišeš načrt kocke, jo izrežeš in zalepiš. Oba načina sta priložena spodaj. Če pa nimaš volje za ustvarjanje, se lahko igraš z navadno kocko, le vsaki številki dodaj po eno čustvo (1=jeza, 2=veselje itd.) in lahko začneš!

## ORIGAMI NAČIN

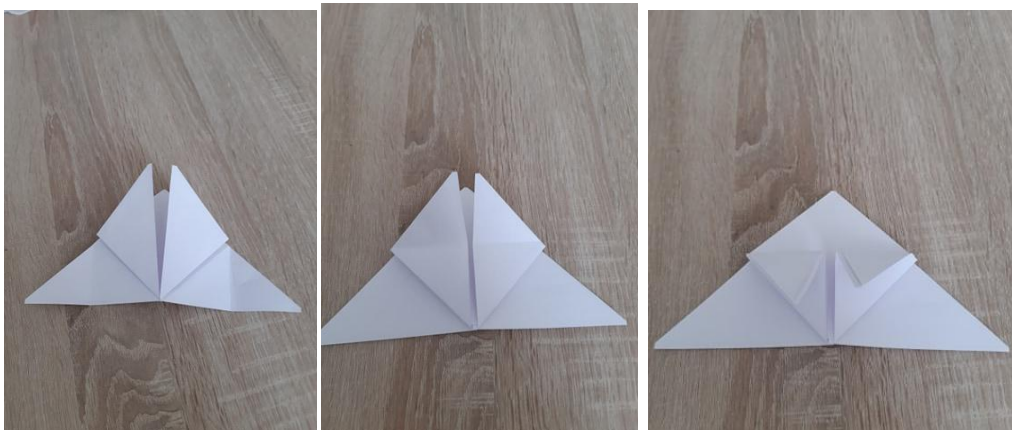
1. Potrebuješ list papirja v obliki kvadrata. Nato kvadrat prepoloviš na obeh straneh in nazaj razgrneš. Sedaj prepogneš še po diagonali.



2. Na konicah nežno stisnemo proti sredini, tako da dobimo zvezdo. Papir poravnamo, tako da sta na vsaki strani dva zaviha.



3. Prvi vogal prepognemo do vrha, kot kaže slika. To naredimo še na drugi strani. Vrh trikotnika zapognemo k spodnjemu delu, naredimo razgib in nazaj razgrnemo. Enako naredimo na drugi strani.



4. Zunanji vogal trikotnika zapognemo do pozicijskega zgiba v sredini papirja. To ponovimo še na ostalih vogalih. Na vrhu lika so odprti vogali, katere prepognemo do sredine v majhen trikotnik na vsaki strani. Nato vse vogale prepognemo do sredine, vzgibe utrdimo in razgrnemo.



5. Z zadnjim vzgibom mali trikotnik potisnemo v žep večjega in to ponovimo na preostalih treh trikotnikih.



6. Na koncu štiri krila razgrnemo v križ, nasprotni krili držimo s prsti in pihnemo v luknjo na vrhu lista. Kocka je narejena. Na vsako ploskev napišeš eno čustvo in lahko se igraš! Za vsako čustvo, ki ga dobiš pri metanju kocke, poveš eno stvar/dejanje, ki v tebi vzbudi napisano čustvo.



Za lažjo izdelavo si pogledaj video:

<https://sl.design2build.com/how-to-make-cube-out-of-paper-4722>

## NAČRT KOCKE

Narišeš po spodnjem zgledu, prepogneš po črtah in jo zalepiš.

