



Čas za nas
priročnik za otroke od 10 do 13 let

Duško TOOLBOX

Gremo skupaj na potovanje. Udobno se namesti in prisluhni nalogam.

AKTIVNOSTI ZA OTROKE STARE OD 10 DO 12 LET	4
KRATKE ZGODBE O DOGODIVŠČINAH PRIJATELJEV	5
DOVOLJ SMO ŽE STARI.....	5
BREZ STARŠEV NE GRE	7
KAKO DRŽATI BESEDO?	9
RAZGLED NA DREVESU.....	11
PLAŠNA, HITRA SRNA.....	14
SKUPAJ JE NAJLEPŠE	18
NEKAJ NALOG ZA IZZIV IN VESELJE	22
NARIŠI PAJKOVO MREŽO.....	22
ALI ZMOREŠ TUDI TO?	25
OSMICA IN PALICA.....	25
PREPRIJEMANJE PALICE	26
LAHKO POSTANEŠ CIKUSANT.....	27
KAKO PRAVILNO DRŽIMO IN VRTIMO POI	27
VRTENJE POJEV	27
PLES S POIJEM	27
IZDELAJ SVOJ POI	27
AKTIVNOSTI ZA OTROKE STARE OD 12 DO 14 LET	29
NEKAJ NALOG ZA IZZIV IN VESELJE	30
IGRA ŽIVALI	30
NARIŠI ŽIVAL	35
OBLIKOVANJE Z GLINO	36
GREMO SKUPAJ PO SVETU	39
Potujmo na Maldive.....	39
Potujmo skupaj na Havaje.....	42
VIRI IN LITERATURA	45

AKTIVNOSTI ZA OTROKE, STARE OD 10 DO 12 LET

DOVOLJ SMO ŽE STARI



Bine, Jakob, Nastja in Gašper so štirje prijatelji, pravi korenjaki. Včasih so taki navezi rekli kot rit in srajca, a bolj milo povedano – kot štiriperesne deteljice. Le kaj jih je povezovalo, saj so bili tako zelo različni?

Nastja in Bine sta bila petošolca, Gašper in Jakob pa sta obiskovala šesti razred. Nastja je bila Jakobova sestra, fantovska družba ji ni bila povsem po godu. V šoli se je raje družila s sošolkami, vendar se šolski poti ni mogla izogniti. Tako se je počasi privajala nanjo, da je tudi sama postala nepogrešljiv del peresne deteljice.

Prijatelji so živeli v majhni hribovski vasici. Do šole v dolini je bilo skoraj uro hoje. V vasi se je vsako jutro ustavil šolski kombi, ki je zbral vse otroke in jih peljal v šolo. Ker vsak rad odide od doma čim kasneje, so se vsaj popoldan želeli vožnji s kombijem izogniti. Pot domov je lahko prava dogodivščina, če lahko greš peš skozi gozd.

»Sit sem že tega čakanja na kombi,« reče Bine. »Kaj če bi šli domov peš?«

Gašper vzklikne: »Ja, to bi bilo super! Dobra ideja, Bine, ampak dvakrat na teden imam bobne.«

Bine odgovori: »Tudi jaz imam plezanje, ne skrbi, bomo hitro hodili in po bližnjicah.«

Gašper reče: »Velja.«

»Še za domačo nalogo boš imel čas, Gašper. Peš je samo pol ure več kot s kombijem,« doda Jakob. »Itak moramo čakati na kombi.«

Nastja posluša njun pogovor in nato reče: »Ja, mislite, da nam bodo starši dovolili? Mojo mamo bo težko prepričati.«

Gašper reče: »Nehaj komplicirati, saj smo že dovolj stari.«

Nastja se obrne k bratu in vpraša: »Jakob, kaj pa ti misliš?«

Jakob odgovori: »O čem se pogovarjate? Kaj pa je?«

Nastja opazi, da Jakob spet ni sledil pogovoru, ker zasanjano opazuje kos ogromne veje, ki preklana leži ob robu pločnika. Najbrž je tam bila od zadnje nevihte. Zato zavije z očmi in reče: »Joj, Jakob! Spet ne poslušaj! Pogovarjamo se o tem, da bi hodili domov peš namesto s šolskim kombijem. In to skozi gozd. Kaj meniš? Bi bil za to?«

»Meni je vseeno. Če grem s kombijem, ne rabim pešaćiti. Čez gozd pa mi je tudi v redu,« reče Jakob, malo pomisli in doda: »Če boste šli peš, grem z vami.«

Nastji ta ideja ni bila všeč, hoja skozi gozd ji je bila naporna, raje bi bila čim prej doma, naredila domačo nalogo, potem pa se posvetila svojemu najljubšemu hobiju – slikanju. A svoje misli je raje zadržala zase, želje pa pometla pod preprogo in rekla: »Jakob, če boš šel ti peš, grem z vami. Ampak ne verjamem, da nama bodo starši dovolili.«

Jakob: »Nastja, ti vprašaj starše. Tebi bodo bolj zaupali.«

Nastja je zajela sapo, malo pomislila, nato pa pripomnila: »Ne, kar sam jih vprašaj.«

Nastja je tiho upala, da starša ne bosta dovolila. Sama ni želela pustiti Jakoba samega, ker se je bala, da bi se v gozdu izgubil, tako kot se je že nekajkrat na družinskem potovanju. Enkrat so ga v nakupovalnem centru iskali več kot pol ure, ker je v trgovini z malimi živalmi preučeval družino puščavskih miši. Drugič pa je kar za celo uro izginil v muzeju naravoslovja. Skupaj z muzejskim osebjem so ga komaj našli. Mama ga je vsa solzna objela, on pa niti opazil ni, da bi bilo kaj narobe. Živalska okostja so ga tako prevzela, da je pozabil na čas. Prav zato misel, da bi Jakoba pustila samega, za Nastjo ni prišla v poštev. Čutila se je odgovorno, čeprav je bila leto mlajša.

BREZ STARŠEV NE GRE



Kakor koli, če so prijatelji želeli na pot peš, so morali narediti načrt, kako bodo prepričali starše. Kolikokrat so že poslušali starše, ki so pripovedovali, kaj vse so na takih poteh doživeli. Le zakaj je bilo njim to zdaj odvzeto?

Bine predlaga: »Vsak naj naredi načrt, kako bo prepričal starše, da nam bodo dovolili peš!«

Gašper pripomni: »Po eni strani nam pridigajo, kako smo razvajeni in pomehkuženi, a nič nam ne zaupajo. Vsaj iz šole bi se lahko vračali peš sami! Dovolj smo stari!«

»To bo težko, najina mama vedno iz muhe naredi slona,« zaskrbljeno odvrne Nastja.

»Kaj, zdaj boš pa jokcala? Če si nečesa želiš, moraš preizkusiti. Tudi moja mama je zelo stroga, a ne bom vrgel puške v koruzo,« jo odločno zavrne Gašper. »Mislim, da je najbolje, če jim povemo, kaj si želimo, in bodo že razumeli,« veselo odvrne Bine.

Jakob molči, kot da se ga to sploh ne tiče.

Gašper se razjezi: »Kaj pa ti, boš kar tiho! Starejši si, pa ti prepričaj starše, če je že tvoja sestra taka boječka!«

»Bom, Gašper. Ne skrbi,« umirjeno odvrne Jakob. »Z Nastjo sva itak že naredila plan.«

»Potem pa gremo v akcijo!« jih opogumi Bine.

Prepričati starše ni bilo lahko.

Binetova mama je oklevala, a je na srečo oče pripomnil: »Fant si mora nabirati

izkušnje, naj hodi lepo peš. Dovolj velik je. Mi smo hodili vsak dan peš, v vsakem vremenu in še nekaj let mlajši. Kaj nam zdaj manjka? Danes otroci preveč sedijo v šoli ali pa doma za računalnikom. V gozdu se bo vsaj nadihal svežega zraka.« Mama je prikimala in dodala: »Prav, Bine. Vendar glej, da boš hodil po označeni poti in takoj domov. Veš, da te čaka naloga, preden greš na plezalni krožek, in tudi s kosilom te ne bomo čakali.«

Gašper je moral prepričati le mamo, saj sta živela sama. Čeprav se je pred Nastjo delal junaka, je imel zdaj v grlu velik cmok. Vedel je, da ne bo enostavno, a kljub temu je zbral pogum. Mama je želela izvedeti vse podrobnosti, zato mu je postavila kar nekaj vprašanj, na katere je Gašper bolj ali manj spretno odgovarjal. Nekoliko se je zataknilo pri vprašanju, ali pot skozi gozd sploh pozna.

Zajel je sapo, saj ni mogel reči, da je sploh ne pozna, a se je po trenutku tišine spomnil, da bo imel ob sebi Bineta, ki je pot dobro poznal. Tako je odgovoril: »Poznam jo iz športnih dni, če pa se ne bi česa spomnil, bo z mano Bine, ki jo zelo dobro pozna.« Mama je končno zavzdihnila in rekla: »Dobro, Gašper, pojdi. A dovolim ti le, če boš pravočasno doma in če boste s prijatelji pazili drug na drugega in hodili skupaj. Drugače dogovor prekličeva.«

»Dogovorjeno,« je rekel Gašper in sramežljivo skrival nasmešek. V sebi je čutil zmago, ki pa je ni želel preveč razkrivati pred mamo.

Nastjini in Jakobovi starši so bili zaskrbljeni, čeprav se je Jakob trudil, da bi jih prepričal, niso dovolili, da bi otroka hodila domov peš. Dogodki z izgubljenim Jakobom so bili zanje še preveč boleči. Nastja in Jakob sta se tako še naprej vozila s kombijem, medtem ko sta Bine in Gašper veselo pešačila po gozdnih poteh. Nekaj tednov je Nastja opazovala Jakoba, kako žalostno posluša Gašperjeve in Binetove dogodivščine, ki sta jih doživljala na poti domov. Videla je, kako so se Jakobu svetile oči, ko sta pripovedovala, kako sta v gozdu nabirala suhe veje in si iz njih naredila veliko skrivališče, kako sta hodila ob stari, od strele prelomljeni smreki, ki je bila polna razpok, tekla za zajcem in hodila po nevarnih, strmih bližnjicah, na katerih sta se morala prijemati korenin, da nista zdrsela navzdol. Nastja je začutila, da Jakob sicer ničesar ne reče, pa vendar je v njem kanček zavisti, žalosti in razočaranja. Tudi sama je bila vedno bolj prepričana, da bi takšna pot bila zanimiva tudi njej. Odločila se je, da bo tej skrbi naredila konec in prosila

starše, da si premislijo.

Ne da bi povedala Jakobu, je stopila do staršev, jima povedala svoja opažanja in na koncu pogumno dala svojo besedo, da bo Jakoba ves čas imela na očeh. Starša sta na to pristala, vendar je moral Jakob obljubiti, da se bo držal prijateljev in ne bo zaostajal na poti. Tudi zanju je veljal dogovor le, če bosta doma ob dogovorjeni uri.

In tako so se njihove skupne dogodivščine začele.

KAKO DRŽATI BESEDO?



In tako so prijatelji začeli hoditi iz šole domov sami.

Vedeli so, da se morajo držati označene poti, če želijo biti doma pravočasno, a jih je na poti premagovala želja po raziskovanju.

Nekaj časa so hodili skupaj, kmalu pa sta Jakob in Nastja zaostala. Jakoba je pritegnilo visoko drevo, ki je bilo ovito z vejami drugega, veliko tanjšega drevesa. Pozorno si je ogledal drevo, z rokami izmeril obseg debel in nato ugibal, kateri vrsti drevesa sta tako zrasli skupaj. Ni se mu mudilo nikamor, saj se je že nekaj korakov naprej ustavil pri drugem drevesu, ki je imelo na sredini veliko nenavadno razpoko, v katero je šla cela njegova roka in še pol trupa. Tudi tukaj je premeril drevo od tal do višav in ocenjeval njegov obseg. Ko se je ustavil še pri mogočnem hrastu, katerega višina je presegala vsa ostala drevesa, Nastja ni imela več potrpljenja s čakanjem, zato je zaklicala: »Jakob, daj, ne ustavljaš se pri vsakem drevesu! Naprej morava. Bine in Gašper sta že daleč pred nama.«

Jakob pa se ni preveč zmenil za njene besede, pravzaprav jih je kar preslišal.

Nastjo je kmalu oblila rdečica in ježno je zakričala: »Jakob, staršem sva obljubila, da bova točna in se držala prijateljev. A te naj zatožim ali kaj? Daj, podvizaj se že! Ne bom te več čakala!«

Jakoba so te besede le nekoliko zdramile, zato je rekel: »Ja, Nastja, ne delaj panike, no. Samo ta drevesa sem si hotel ogledati. Tega ne vidiš vsak dan.« Ko sta pot nadaljevala, je Nastja opazila, da je bil njun zaostanek že krepko za Binetom in Gašperjem, zato je začela klicati: »Bine! Gašper! ... Bine ... Gaaaašpeer ... Kje sta?«

Jezna in hkrati prestrašena se je obrnila k Jakobu: »A se nismo dogovorili, da bomo hodili skupaj? Lahko bi naju počakala.«

Ozirala se je na vse strani, a videti ju ni bilo nikjer. V prsih jo je začelo vedno bolj stiskati, po telesu pa jo je oblila vročina. Poti ni poznala, še manj pa se je lahko zanašala na Jakoba.

»Kaj bova zdaj? Izgubila sva se!« je skoraj zajokala.

»Ne paničari spet, Nastja,« je rekel Jakob. »Saj ne moreta biti daleč. Mislim, da sem slišal glasove v tisti smeri. Greva tja, po tisti strmini,« pokaže Jakob na levo stran gozdne poti.

»Biiine! Gašpeer!« zakliče Nastja še enkrat. A spet vse tiho. »Pojdiva potem v tisto smer, mislim, da je Bine omenjal strmino. Mogoče je mislil tole.«

Medtem ko se je Nastja s hitrimi koraki povzpela v hrib, se je Jakob spet ustavil pri mravljišču, podrgnil s palico po njem in povonjal mravljinčno kislino. Nastja se je ozrla za njim in sedaj, čisto brez potrpljenja, zakričala: »Jakob! Pridi takoj za mano. A ti še ni dovolj, da sva se izgubila! Ne grem več s tabo. Nikoli več!«

Jakob zakliče: »Nastja, saj prihajam za tabo!« in se povzpne po razvejanih drevesnih koreninah, ki kot stopnice vodijo navzgor v strmi hrib.

Gašper in Bine sta ju čakala na vrhu klanca.

»Končno!« reče Bine. »Sta le prišla!«

Nastja pa ježno odvrne: »A se nismo dogovorili, da bomo hodili skupaj?«

»Pa saj sva vaju zato počakala tukaj. Če vaju ne bi bilo, bi prišla po vaju,« jima odgovori Gašper.

RAZGLED NA DREVESU



»Pridite, gremo zdaj k tistemu drevesu,« je rekel Bine in izginil z gozdne poti nekam na levo. Nastja, Gašper in Jakob so si izmenjali poglede in mu sledili. Pot je bila zdaj ponekod ravna, globlje v gozdu pa vedno bolj temačna, a prijatelji se tega niso ustrašili. Nastja je med potjo občudovala mah in ga občasno pobožala, Jakob pa je gledal drevesa, a tokrat se ni mogel ustavljati, saj je Nastja hodila za njim in ga priganjala.

Ko so prišli do Binetovega drevesa, je Bine splezal na najvišjo vejo, da so imeli ostali prostor na veji pod njo.

»Poglejte, kaj sem prinesel,« je rekel Bine in začel brskati po šolski torbi.

»Vau! Daljnogled!« je zasanjano rekla Nastja, ko je Binetu končno uspelo najti, kar je iskal.

»Se mi je zdelo, da vam bo všeč. Zdaj lahko opazujemo ptice in srne in vse, kar je v gozdu,« je rekel Bine.

Nastja se je zleknila na deblo in globoko vdihnila svež gozdni zrak, Jakob pa je zgrabil daljnogled in skrbno opazoval okolico.

»Noro! To bi lahko počel ves dan,« je zavzdihnil, potem pa nadaljeval: »Pssst. Utihnite, prosim. Tukaj, čisto blizu nas, je žolna.« Jakobu je zastal dih; v takih trenutkih se mu je čas ustavil.

Visoko nad krošnjami je bilo slišati trkanje po deblu.

»Naj še jaz pogledam?« je rekel Bine in skoraj iztrgal daljnogled iz Jakobovih rok ter pogledal v smeri vedno glasnejšega trkanja. »Tooooo, took, took ... Buuuu,« je začel kričati.

»Bine! Prestrašil boš žolno,« je zaskrbelo Nastjo. »Ne bodi tak otročaj!«

Bine je v eni roki držal daljnogled, z drugo pa se je prijel za bližnjo vejo in z vso močjo zazibal vejo, na kateri je stal, nato pa zaklical: »Žoolna ... Žolna ... Tok ... Tok ... Tok ... TOK!«

Nastja je otrpnila. »Nehaaaj! Vsi bomo zleteli dol!« je zakričala, sključila ramena, se z obema rokama še močnejše prijela za vejo in komaj zadrževala solze. Strah jo je bilo, da se bo veja zlomila in da bodo padli na tla.

Gašper je zavpil: »Bine! Nehaj! Sem gor si nas zvalil, da bi uživali v razgledu, zdaj pa nas strašiš in še uboge živali preganjaš!«

Bine se ni dal motiti. Še bolj je tresel vejo in se na široko smejal.

»Bine! Dovolj!« je še enkrat zakričala Nastja in oči so ji prekrile solze. »Nehaj!«

Bine se je nasmehnil, potem pa le nekoliko umiril tresenje veje.

»Bine, če bi ti stal tako kot žolna na deblu, bi ti dal medaljo,« je pripomnil Jakob.

»Res? Kakšno? Zlato?« je zanimalo Bineta. »No povej, kako stoji ta trkica. Stavim, da lahko enako naredim tudi jaz.«

»Žolna ima tri noge,« reče Nastja.

»Ja, pa še kaj,« je rekel Bine. »Jaz pa jih imam štiri.« In prislonil daljnogled k desnemu očesu, da bi si ponovno ogledal žolno, potem pa reče: »Ena ... dve ... dve nogi ima. Si izmišljuješ, Nastja, a ne?«

»Kakšne neumnosti govoriš, Nastja?« se oglasi Gašper. »Nisem še videl ptice, ki bi imela več kot dve nogi.«

»No, nisem mislila čisto tako,« pripomni Nastja. »Rep ima tako močan kot noge. Kako pa misliš, da lahko stoji navpično na deblu? Rep ji je še ena opora. Če bi se držala samo s sprednjimi krempljci, bi padla ...«

»Aja ... No, rep pa ni noga,« pametuje Bine.

»A ni rep iz perja? Kako je lahko potem trden kot noga?« zanima Gašperja.

»Perje je kot vzmet, zavito v dveh vrstah. Gostota in oblika ji daje moč,« pripomni Jakob in doda: »Bi se ti, Bine, lahko držal navpično na deblu, zraven pa še bobnal s kladivom po njem ali pa celo noč prespal tako navpično viseč?«

»Ne,« se zdaj preda Bine, »razen če bi bil kot alpinisti privezan na skalah in spal v viseči spalki,« se zahihita. »To bi res rad enkrat poskusil,« še zavzdihne.

»Kot netopirji,« blekne Nastja.

Bine in Gašper bruhneta v smeh, Jakob, največji poznavalec živali med njimi, pa modro pripomni: »Ideja za izdelovanje vrvi je prišla od pajkov. Ljudje smo se marsičesa naučili od živali. Mogoče tudi to, kako spati na navpični skali v gorah.«

»Jakob, daj ne pametuj spet. Človek je dovolj pameten, da sam izumlja takšne stvari, ne rabi za to pajkov in netopirjev, žoln, pa še česa,« modruje Bine.

»Čas je, da se odpravimo proti domu, pozni smo že,« reče Gašper in skoči z veje.

Medtem ko se za njim odpravita še Nastja in Bine, Jakob reče: »Ej, Bine, daj mi prosim posodi še malo daljnogled. Nekaj bi rad še pogledal.«

Ko mu Bine izroči daljnogled, Nastja prijazno doda: »Pa pohiti, Jakob. Če bova zamudila domov, bova morala jutri s kombijem.«

Jakob, ne da bi se zmenil za Nastjine besede, pogleda v daljnogled in ga usmeri proti krošnjam.

Gašper ga opomni: »Jakob, ne bomo te čakali. Gremo!«

PLAŠNA, HITRA SRNA



Čez nekaj trenutkov, ko so bili prijatelji že krepko spredaj, je za njimi pritekel Jakob. Bil je zadihan, saj teka ni bil vajen.

»Komaj sem vas dohitel. Ne bi šli raje malo počasneje?« zasopihano reče.

»Jakob, treba bo več gibanja, ne samo gledanja v te tvoje živalske bukve,« pripomni Bine.

»No, Bine, vsak ima svoje interese. Nismo vsi športniki kot ti,« se oglasi Nastja.

Jakob povesi glavo. Ni mu bilo všeč, da so ga zmerjali s počasnejšem, kar se mu je v šoli pogosto dogajalo. Pri srcu ga je zbolelo, ker ga je pravkar zbodel še njegov boljši prijatelj, a ni rekel ničesar.

Gašper je opazil njegovo zadrego in mu rekel: »Jakob, meni si čisto v redu tak, kot si. Zame si legenda, nihče ne pozna živali tako kot ti.«

Jakobu je nekoliko odleglo, vendar ni rekel ničesar. Misli in občutke je zadržal zase.

Nekaj korakov naprej se je Nastja ustavila, sklonila glavo, jo nagnila proti fantom in tiho prišepnila: »Pssst! Fantje! Poslušajte!«

Slišalo se je rahlo prasketanje listja. Vsi so obstali in pogledali v smeri zvoka.

»Tam, na levo, poglejte,« je zašepetala Nastja.

»Srna!« reče tiho Jakob in nadaljuje: »Otrpnila je.«

»Zakaj?« vpraša Bine.

»Ker misli, da smo nevarni zanjo,« mu odgovori Nastja.

»In preverja, če ji bomo prišli preblizu, da bo lahko pravočasno pobegnila,« doda Gašper.

A v naslednjem trenutku, ko so Nastja, Gašper in Jakob negibno in šepetaje opazovali srno, se je Bine pognal proti njej in se zadrhl: »Srnaaaa! Srnaaa ... Pridi ...!«

Nastja se je prijela za glavo in si z roko pokrila obraz, z nogami pa začela mencati sem in tja, kot bi se hotela otresti pritiska, ki ga je čutila v telesu. Končno je skoraj jokaje izustila: »Joooj, joooj, kaj dela ta človek?«

»Čisto se mu je odpeljalo,« doda Gašper, ki mu je prav tako vzelo sapo.

»Upam, da ni srnjak. Lahko ga napade,« pripomni Jakob.

Gašper nato zakriči: »Bine, pridi nazaj! Pusti srno!«

Srne in Bineta ni bilo nikjer več videti.

»Jakob, so srnjaki res nevarni?« previdno vpraša Gašper, živalsko in rastlinsko enciklopedijo, kot so včasih hecali Jakoba, in doda: »Je kakšen že napadel človeka?«

»Srnjakom se ni varno približati, radi so svobodni in neukročeni. Nisem še slišal za napad, sem pa bral, da svoje rogove uporabljajo za boj z drugimi srnjaki. Pa tudi do srn in svojih mladičev niso nič kaj prijazni in nežni,« razloži Jakob.

Nastja pripomni: »Srne zaščitijo srnjaki takrat, ko imajo korist od nje. Sicer pa so srne zelo mile, nežne in plahe živali. Če se čutijo ogrožene, se raje skrijejo. V tem so zelo dobre, pomaga pa jim še njihova barva dlake, ki se zliva z okoljem.«

»Za svoje mladiče bi srne naredile vse,« pripomni Jakob in doda: »Tvegajo celo svoje življenje.«

»A res? Kako pa?« vpraša Gašper.

»Če so mladički ogroženi, se srna pokaže nekje na drugi strani polja ali gozda, da preusmeri sovražnika stran od mladičev.«

»A res? Zanimivo,« doda Gašper.

»Jih je pa skoraj nemogoče udomačiti. Če jo vzgajaš že od mladiča naprej, je lahko kot odrasla kljub temu nepredvidljiva,« še dopolni Jakob.

Gašper povzame: »Torej se srnjaki in srne ne pustijo ukrotiti, kot pač vse divje živali, ki imajo rade svobodo.«

»Mislim, da smo videli srno in ne srnjaka,« upajoče reče Nastja, »in upam, da bo Bine enkrat že nehal s temi otročarijami.«

»Kje je zdaj ta model? Zdaj bi že lahko bil nazaj,« reče Gašper in doda: »Jakob, greva mu naproti, Nastja, ti pa tukaj počakaj, če pride slučajno iz druge strani.«

»Ne, niti slučajno ne bom tukaj sama. Z vama grem!« zaskrbljeno, a odločno pove Nastja.

Jakob se dela, kot da je ne sliši, in reče: »Ja, tudi meni se zdi, da je bila manjša postava in ni imela rogov.«

Gašper se obrne proti Nastji in ji reče: »Pa daj, Nastja, no, saj nisi stara 2 leti. Tukaj počakaj, da se ne bomo zgrešili. Z Jakobom se takoj vrneva.«

Nastja otrpne. Ne reče ničesar, Gašperju noče ugovarjati, ker ne ve, ali je bolj grozno to, da jo je strah biti sama, ali to, da bi se zgrešili. Obstane na mestu.

Po nekaj metrih hoje sta Gašper in Jakob že zaslišala Binetov glas: »Uf, kako je bila hitra.«

Povsem zadihan, a kljub temu vesel in razigran koraka proti njima. Zaradi grmičevja visoko dviguje noge, z glavo pa se izogiba nizkim vejam. Že v naslednjem trenutku začne opletati z rokami, kremžiti obraz in vzklikati: »Fuj ...fuj ..., blek!«

Okoli glave, na obrazu in lasišču so se mu ovijale tanke, a zelo močne niti pajkove mreže. Ker jih je želel z rokami čim prej odstraniti, so se mu lepljive niti razpredle še med prsti na rokah.

»Fuj ... te lepljive niti. Bljek. Fuj. Bolj ko jih vlečem od sebe, daljše se mi zdi, da postajajo. Sploh jim ni konca,« Bine tarna in še bolj opleta z rokami na vse strani.

Gašper mu zakliče: »Čisto prav ti je, kaj pa strašiš živali!«

Jakob se je medtem spomnil, kakšna mojstrovina je pajkova mreža in koliko časa in truda vloži, preden jo splete. Nejevoljno je zaklical: »Prava nadloga si, Bine. Bi bil že čas, da se malo zresniš.«

Bineta njune besede niso preveč ganile. Roke si je začel brisati v hlače, nato pa še po Jakobovem in Gašperjevem hrbtu. Seveda sta se mu skušala izogniti, a jima ni povsem uspelo.

Gašper je komaj zadržal smeh in rekel: »Pajkove niti so lepljive, kako pa misliš, da ujame svoj plen?«

»Lepljive, ja ... in to take, da se jih človek sploh ne more znebiti,« ježno odvrne Bine.

»Ti se niti ne moreš znebiti dve sekundi, pajek pa je cel teden ali še dlje delal to mrežo! In to tako, da je ti še s šestilom ne bi znal narediti. Vse razdalje do milimetra enakomerno razporedi v mreži brez metra,« reče Jakob.

»Pa daj, ne pretiravaj, Jakob, no,« zavzdihne Bine in se požene v hitro hojo. Gašper mu je komaj sledil, Jakob pa je zaostal za njima. Končno so prispeli do Nastje in pohiteli proti domu.

SKUPAJ JE NAJLEPŠE



Bine je zavil na strmino. Čeprav je rekel, da je bližnjica, je bila v resnici to daljša pot. A zanj so bile take poti prava poslastica. Ker je imel veliko kondicije in močne, neutrudne noge, je lahko hodil hitro in brez prestanka tudi po strmini, ob tem pa še razlagal svojo najnovejšo idejo o igri, ki bi se jo lahko igrali pri njem doma. Ves čas poti je govoril, sploh ni opazil, da ga Gašper več ne posluša, saj je hodil precej počasneje za njim. Tudi Nastje in Jakoba ni pogrešal.

Prvi je prilezel na vrh hriba in rekel: »Gašper, pohiti! Poglej, kako se od tukaj vidi naša hiša.«

Gašper se je ves zadihan ustavil na vrhu, a v tistem trenutku ni mogel govoriti. Pogledal je na nasprotni hrib, kjer se je videla njihova vas, in si vzel nekaj časa, da je prišel do sape.

»Joj, tako daleč stran smo še od vasi? Je pa res dober razgled. Se je splačalo iti po tej strmini. Daj mi daljnogled, da pogledam, če je moja mama že doma,« je rekel Gašper in čez nekaj časa dodal: »Kje pa hodita Jakob in Nastja? Spet zaostajata, potem pa bosta na naju jezna, ker ju nisva počakala. To ni fer.«

»Ah, ne sekiraj se, zdaj se bova spustila lepo po strmini navzdol in spodaj na poti ju počakava. Tudi če sta šla po ravnini, ju bova srečala, ker vodi ista pot do tja,« je modroval Bine in Gašperju porinil v roke daljnogled, sam pa se že spustil po strmini navzdol. »Pridi za mano, Gašper, tukaj se spusti kar po petah navzdol, zemlja se ti bo ugrezala, kot če bi hodil po snegu!«

Gašper si je z daljnogledom ogledal svoj dom in videl, da njihovega avta še ni bilo pred hišo, kar je pomenilo, da mame še ni doma. Mislil si je, da ima še kar nekaj časa, preden bo prišla domov. Hitro se je spustil navzdol po hribu, drsenje po petah mu je bilo tako všeč, da je Binetu zaklical: »Oooo, kako

kulsko je to ... Jupi ...» Ko je prišel do dol, se je obrnil proti Binetu in rekel: »A greva še enkrat?«

»Pa dajva,« reče Bine in doda: »Lahko se zdaj drsava še po ta zadnji!«

»Ne, to pa raje ne. Ne bi si rad raztrgal hlač. Bova jutri vzela karton za podlago, pa lahko poizkusiva še tako,« doda Gašper.

Medtem ko se fanta spuščata po strmini, naenkrat zaslišita glasen »Auuu! Auu. Auuu!«

Na sosednjem klancu sta bila Jakob in Nastja. Izgledalo je, da se je Jakob spotaknil, padel in potem obsedel na mestu.

Nastja je prestrašeno zaklicala: »Jakob, si v redu?«

»Ne, roka me boli,« zakliče nazaj.

Bine na sosednjem klancu zagleda Nastjo in ob njem Jakoba, kako se drži za roko in ziba naprej in nazaj. Hitro steče do njega in reče: »A te zelo boli, jo lahko premikaš?«

»Ma daj, vstani Jakob, ne bodi tak mevžek, no. Ne napravljaj se! Veš, kolikokrat sem že padel, se potolkel, pa mi ni bilo nič,« reče Gašper.

»Ne pretiravaj, res me boli roka,« reče Jakob.

»Dobro, Jakob. Jaz ti verjamem,« reče Bine in doda: »Ti jo bom zavezal k telesu, kot smo se učili pri prvi pomoči. Potem bomo videli, če bo roka otekla. Če je bolečina od udarca, bo popustila, če ne, pa bo treba k zdravniku.« Bine si nato sleče pullover in ga skrbno zavije Jakobu okoli roke in preko ramena. »Tako, zdaj se počasi vstani in se me primi z drugo roko okoli ramena. Skupaj bova odšla po poti navzdol.«

»Ne, ne, ne gremo še dol, prosim!« zavzklikne Jakob kljub boleči roki. »Tukaj na vrhu hriba, zelo blizu sva z Nastjo odkrila zapuščeno kočo. Gremo jo, prosim, pogledat.«

Nastja se začudi: »Jakob, roka te boli. A ne bi šli raje domov? Kaj če je zvita? Kočo lahko obiščemo drugič, zdaj vemo, kje je.«

Gašper doda: »Če bi imel zvito roko, bi zdaj kričal od bolečine, ne pa sanjal o koči. Pa še otekla bi ti. Gremo gor, tudi mene zanima ta koč!«

Jakob se je opiral na Bineta in sta počasi prilezla do vrha in potem naprej do koč. Ker je bolečina nekoliko popustila, je Jakob želel naprej sam: »Hvala, Bine! Mislim, da sem že v redu,« je rekel. Ker ni bilo videti otekline, je Bine samo dodal: »Prav, a za vsak slučaj jo pusti še zavezano nekaj časa, da miruje.«

»Prav,« se strinja Jakob.

Koča je bila videti zapuščena, nekoč so jo morda uporabljali pastirji, ki so pasli ovce ali krave. Ker so bila vrata v koč napol odprta, se je Bine prvi opogumil in vstopil vanjo. Znotraj je bila skoraj prazna, le v kotu je stala zaprašena lesena miza in na njo naslonjen polomljen stol. Ob kamniti peči pa je bila iz zemlje zbita klop, vsa porasla z zelenimi algami, ki v vlagi odlično uspevajo. Tla je pokrivala le zbita zemlja in nekaj prodnatega kamenja. Bine se je razgledal po prostoru, nato pa skozi okno zagledal Nastjo, kako se je ustavila ob potoku, ki je tekel tik ob koči. Z rokami je zajela vodo in se odžejala s svežo vodo. Nekoliko nižje od nje je stal Gašper. Ni mogel iz svoje koč, sprva je zajel vodo, si jo pridržal k ustom, srknil nekaj požirkov, nato pa z roko švrcnil proti Nastji in jo poškropil.

»Gašper!« je zakričala Nastja. »Nehaj!«

Gašper se ni dal, njen odpor ga je spodbudil, da jo je poškropil še z večjim pljuskom vode.

»Ušššš,« je zakričala, stresla z rokami, kot bi se lahko otresla hladne vode, nato pa se sunkovito obrnila proti Gašperju in z obema dlanema zajela vodo in jo usmerila proti njemu. Sedaj je pljusk vode dosegel tudi Gašperjev obraz. Ker nobeden ni popustil, se je škropljenje z vodo nadaljevalo. Pridružila sta se jima še Bine in Jakob z zavezano roko. Polivanje je trajalo, dokler ni ostal noben kos obleke suh, vendar ni kazalo, da bi jih to motilo. Razigrano so se pričeli še loviti okoli koč, nato pa se zadihani ulegli na travnik in pogreli na toplem soncu. Zgledalo je, da so pozabili na čas, nikamor se jim ni več mudilo. Prelepo jim je bilo, da bi razmišljali o domu in nalogah, ki so jih čakale.

Čez nekaj časa je Bine dal idejo: »Ej, tam na tisti polomljeni gugalnici pred

kočo je strgana vrv, ki je držala sedež gugalnice. Kaj če bi jo odvezali iz veje in si z njo naredili plezalno vrv, po kateri bi se lahko vzpenjali na tistem klancu, kjer sva se z Gašperjem malo prej spuščala?»

»Ja ... odlična ideja!« veselo doda Gašper. »Gremo, kaj še čakamo. Nastja, Jakob, ne bo vama žal, pridita.«

Jakobova roka je bila veliko bolje, zasilne imobilizacije s puloverjem ni več potreboval, Nastji je postalo njihovo druženje vedno bolj prijetno, zato se ideji ni upirala. Ko so prispeli do strmine, je Bine, ki se je na plezanju naučil izdelovati vozle, da so trdno držali težo človeka in še več, vrv previdno privezal na bližnje drevo in jo nato še spodaj ob vznožju hriba pritrdil na deblo manjšega drevesa. Ko je bila plezalna pot pripravljena, je bil čas za akcijo.

»Tako, plezalna vrv je pritrjena. Nastja, preizkusi, če je dovolj trdna,« je rekel Bine.

»Kako pa se naj držim?« reče Nastja. Bine ji pokaže, kako se prime vrvi in Nastja se je začela vzpenjati, za njo pa Jakob. Bine je hodil po strmini brez vrvi, Gašper pa se je le včasih poslužil. Ker je ostalim pri vzpenjanju navzgor zdaj pomagala vrv, so bili na vrhu hitreje in brez večje moči. V plezanju in spuščanju so uživali še kar nekaj časa, čeprav so imeli hlače že blatne in v čevljih polno zemlje. A vse to jih ni prav nič več skrbelo, takšnega doživetja že dolgo niso izkusili. In lahko se bodo vračali tudi jutri, pojutrišnjem in naslednji teden, dokler bodo hodili v šolo peš in skupaj, kot prijatelji.

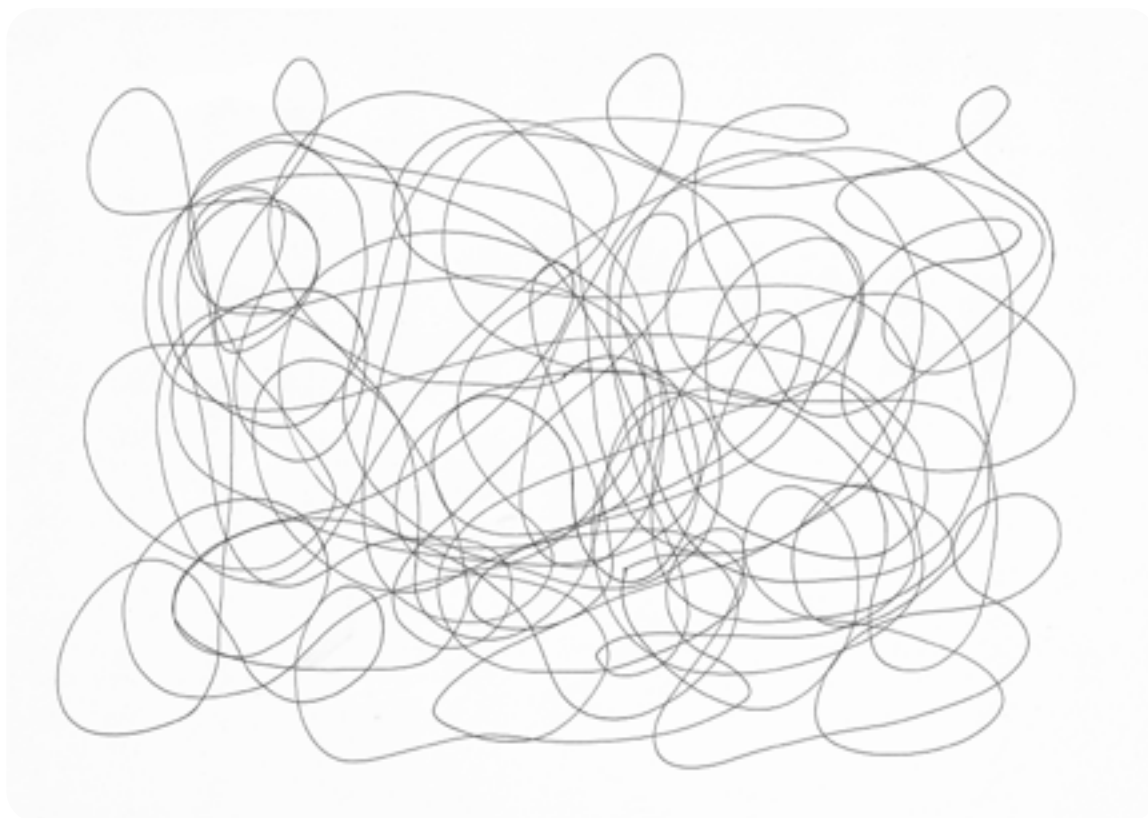
NARIŠI PAJKOVO MREŽO

Kaj potrebujemo:

- Papir: A4 bel list
- Črno barvico ali svinčnik
- Svetlo zeleno barvico
- Šilček, radirka

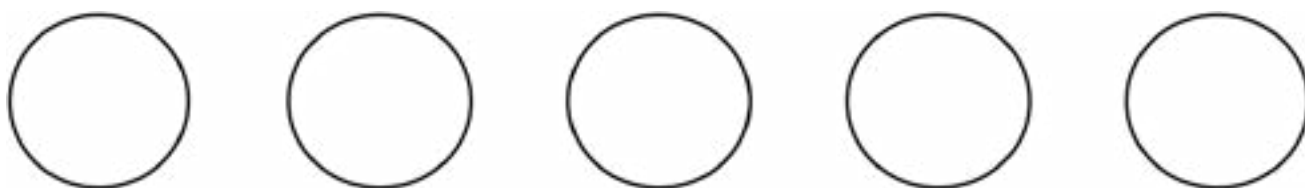
Navodila:

- Mrežo rišemo z zaprtimi očmi. Če ne moremo imeti zaprtih oči, lahko pogled usmerimo navzgor in ne gledamo podlage. Ko zapremo oči, se naša pozornost preusmeri iz zunanjega sveta na notranji svet.
- Pred sabo imaš bel list papirja, ki si ga ob straneh prilepiš na mizo, da med risanjem ne bo drsel.
- Vzemi pisalo in ga nastavi na sredino lista.
- Zapri oči in riši, kot bi plesal po papirju. Naj te roka sama vodi, ne razmišljaj preveč, ker vse, kar boš naredil, bo prav. Tukaj ni pravih ali napačnih risb.
- Podlaga naj zapolni približno 2/3 lista, naj ne bo premajhna in ne prevelika.
- Med risanjem ne dviguj roke, dokler rišeš.
- Riši brez prekinitve 30 sekund do 1 minute (nekdo ti naj pomaga z merjenjem časa).
- Riši s srednjo hitrostjo (ne prehitro in ne prepočasi).
- Z risanjem lepo popolni papir, poskušaj ga narisati na sredino lista.
- Izvajaj različne linije: valovite in ravne, kratke, srednje in dolge.
- Na koncu boš konec in začetek črte priključil k ostalim črtam, da bo zaključena linija. Ko zaključiš, bo nastala mreža.

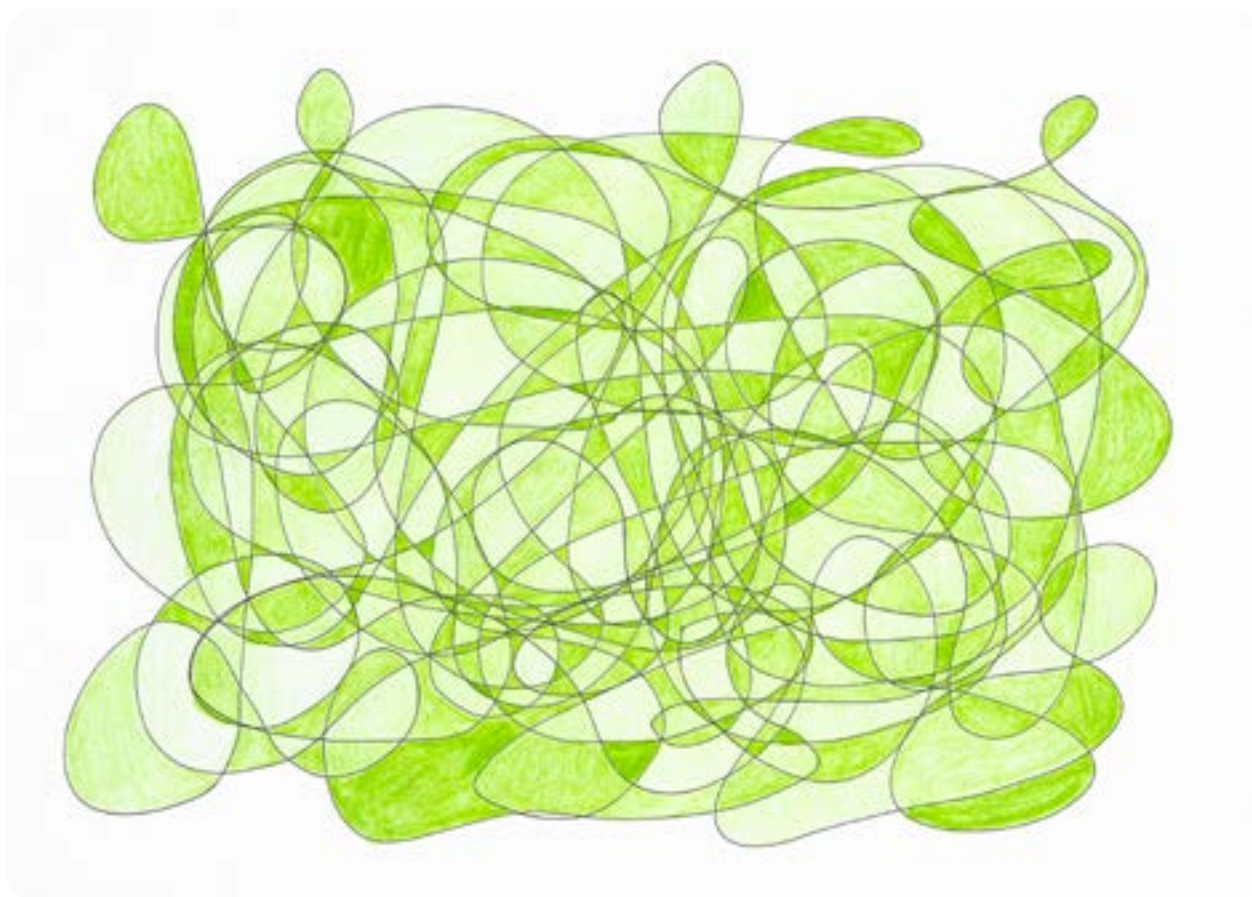


Barvanje

- Vzemi svetlo zeleno barvico in spodnje kroge pobarvaj tako, da boš uporabil različne odtenke barve:
 - Prvi krogec pobarvaj z najmočnejšim pritiskom
 - Drugi krogec za odtenek rahlejšim pritiskom
 - Tretji krogec še nekoliko rahlejši pritisk
 - Četrty krogec naj bo še za stopnjo rahlejši pritisk od tretjega
 - Peti krogec naj bo najrahlejši pritisk.



- Sedaj s svetlo zeleno barvico pobarvaj vsa polja na svoji mreži, vendar z različnimi pritiski, kot si jih ustvaril zgoraj v krogcih.
- Vsako polje pobarvaj z izbranim pritiskom, tako da bodo sosednja polja pobarvana z različnimi pritiski. Glej priloženo fotografijo.
- Barvanje naj bo natančno, enakomerno in do roba.



ALI ZMOREŠ TUDI TO?

Preizkusi se v spodnjih aktivnostih.

OSMICA IN PALICA



Kaj potrebujemo:

- Velik list papirja (A3 risalni list), ki ga pritrdimo na podlago ali ga držiš na robovih)
- Voščenke ali barvice

Navodila:

- Z eno roko povleči črto navzdol, z drugo nariši osmico.
- Riši, ne da bi roko odmikal od podlage, vse v eni potezi.
- Vajo ponovi z zamenjavo rok – sedaj prva roka riše osmico in druga črto.
- Vajo začne vedno roka, ki riše črto.

PREPRIJEMANJE PALICE



Prsti in roki postajajo pri tej vaji med seboj neodvisni in pridobivajo na moči. Prsti uriyo pincetni prijem. Pogled je pri tej vaji močno osredotočen na palico in delo rok/prstov zaradi potrebe po navpičnem položaju palice. Otrok uri koncentracijo, pozornost in krepí voljo.

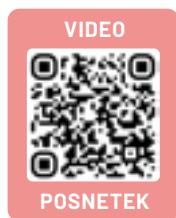
Kaj potrebujemo:

- Bakreno ali leseno palico. Lahko tudi ravno palico, ki jo najdete v gozdu (dolžina od 50-80 cm, obseg do 5 mm)

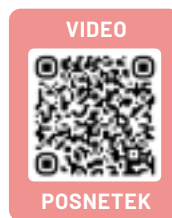
Navodila:

- Otrok prime v roko palico s palcem in kazalcem obeh rok.
- Ena roka je nad drugo. Preostali prsti so iztegnjeni.
- Palico preprijemata najprej navzdol, medtem pa se bo palica premikala navzgor.
- Ko se s preprijevanjem približa spodnjemu koncu palice, ki ostaja ves čas v navpičnem položaju, jo rahlo spusti med prsti navzdol.
- Postopek nato ponovi še z vsemi ostalimi prsti: palec-sredinec, palec-prstanec, palec-mezinec.

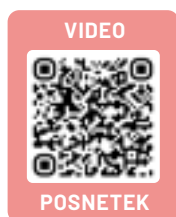
LAHKO POSTANEŠ CIRKUSANT



**KAKO PRAVILNO
DRŽIMO IN
VRTIMO POJ**



**VRTENJE
POJEV**



PLES S POIJEM

IZDELAJ SVOJ POI



Kaj potrebujemo?

- Par debelejših najlonk ali par zelo dolgih nogavic ali par hlačnih nogavic (žab)
- Par tankih najlonk
- Za polnilo potrebujemo 2 jogurtova lončka: najbolje plastičnih granul

Lahko uporabimo tudi riž/proso/čičeriko/zrnja fižola ali nekaj manjših posušenih divjih kostanjev.

- Štiri okrasne trakove (naj ne bodo papirnati oz. takšni, da bi se lahko hitro strgali). Vsak trak naj meri približno za dolžino roke odraslega človeka. Idealna širina traku je za dva odrasla prsta.
- Močan sukanec, šivanko in škarje.
- Čajno svečko in vžigalnik

Navodila za izdelavo:

- Debelejše najlonke (ali hlačne nogavice iz točke 1) odrežemo s škarjami tako, da nastaneta iz njiju „dve zelo dolgi nogavici“. Če imamo dolge nogavice, jih ni treba rezati. Oba dela naj bosta dolga približno za eno dolžino odrasle roke, merjeno od konice prstov do komolca.
- V vsak par tankih najlonk (iz točke 2) vsujemo po en jogurtov lonček polnila. Tik ob polnilu naredimo močan voz in najlonko ponovno prevlečemo prek polnila, da polnilo zdaj prekrivata dve plasti najlonke. Zavežemo še en voz in odrežemo ostanek nogavice s škarjami. Dobili smo nekakšno žogico. Postopek ponovimo na drugi najlonki.
- V vsako debelo najlonko (ali hlačno nogavico ali dolgo nogavico iz točke 1) potisnemo po eno žogico s polnilom. Čisto na vrhu vsako debelo najlonko (ali hlačno nogavico/dolgo nogavico) zavozlamo.
- Vzamemo po dva trakova in ju prepognemo približno na polovici. Tam, kjer sta prepognjena, ju prišijemo na spodnji srednji del debele najlonke (hlačne nogavice/dolge nogavice).
- Konce trakov poševno odrežemo in jih zarobimo ali malo zažgemo na sveči (če je material umeten), da se med vrtenjem ne razcefrajo.

Poi poijsa sta končana. Primemo jih za vozle na koncu dolge nogavice in začnemo vrteti.

AKTIVNOSTI ZA OTROKE, STARE OD 12 DO 14 LET

IGRA ŽIVALI

Si se kdaj spraševal, zakaj lahko orel leti tako visoko, pajek živi povsem sam, mravlje pa samo v skupnosti? Vsaka žival je specializirana na določenem področju in vredna občudovanja. Njeni izostreni čuti ji pomagajo preživeti in ti običajno presegajo tudi naša, človeška čutila.

Mojstrstvo posameznih živali je človeku pomagalo tudi pri ustvarjanju boljšega, ugodnejšega življenja.

Igra se lahko izvaja v skupini. Sledi navodilom učitelja, odraslega ali preberite navodila v skupini.

Kaj potrebujemo?

- Predloge za posamezne živali
- Pisala, papir

Navodila:

Pred tabo je zapisanih šest živali: srna, zajec, sova, krt, mravlja, pajek.

- Premisli, katera od teh živali ti je najbolj zanimiva. Poišči **še druge**, ki so izbrali isto žival kot ti, in skupaj oblikujete skupino. Napišite, katere so značilnosti te živali – kako izgleda, kako se premika, kje živi, kakšna se vam zdi.
- Vaša skupina bo prejela že napisan opis te živali. Preberite ga skupaj.
- Pogovorite se, kako boste vsi člani skupine sodelovali pri pripravi postavitve, v kateri boste s svojimi telesi prikazali vzdušje ali lastnosti te živali – tako, kot jih doživljamo ljudje. To bo vaša živa slika.
- Pri pripravi bodite pozorni na:
 - izraze na obrazu

- napetost ali sproščenost mišic
- občutke v telesu
- razdaljo med člani skupine
- smer vaših pogledov in položaj teles.
- Za pripravo imate vsaj 15 minut.
- Vsaka skupina bo nato predstavila svojo živo sliko drugim. V njej boste mirno in brez besed vztrajali vsaj 2 minuti.
- Po vsaki predstavitvi se pogovorite o tem, kaj vam je bilo pri opazovanju ali nastopanju všeč, kaj ste opazili, občutili, doživeli ...?
- Po ogledu živih slik sam ali v paru napiši pesem na podlagi svojega doživljanja.
- Lahko napišeš tudi haiku.
- Vajo lahko izvedeš tudi samostojno, tako da izbereš žival in jo s svojim telesom imitiraš in si v mislih predstavljaš neko njeno dejavnost. Opazuj, kako si se počutil v »njenem telesu«.

Opisi živali:

PAJEK

Najraje sem sam. Družbe ne maram, tudi za preživetje ne potrebujem nikogar. Znam sam poskrbeti za svoje bivališče, hrano in preživetje. Vzamem si le toliko, kolikor potrebujem, ostalo vrnem ali pustim na miru. Nisem tak, da bi si stvari kopičil. Moje telo se zmore prilagoditi tudi v težkih razmerah. Sem odličen akrobat, dober plezalec, izjemno potrpežljiv in vztrajen. Če si nekaj zaželim, lahko potrpežljivo čakam zelo veliko časa. Imam smisel za estetiko in simetrijo, s čimer v okolje prinašam prijetno harmonijo. Čeprav je moj vid zelo šibek, sem nepremagljiv bojevnik, neizprosni do nasprotnika. Čutili za tip in ravnotežje mi omogočata, da dobro obvladam svoj teritorij.

MRAVLJA

Sem zelo delovno in organizirano bitje, ki odlično sodeluje z drugimi. V ekipi imamo vsak svojo nalogo, ki jo opravljamo najbolje, kolikor zmoremo. Vsak posamezni član opravlja tiste naloge, ki so potrebne za preživetje celotne skupnosti. Resnično se lahko zanesemo drug na drugega. Če naletimo na ovire, skupaj vedno najdemo rešitve. Običajno smo posamezniki dobri v eni nalogi, vendar ko je potrebna pomoč pri drugih nalogah, tudi tiste zelo dobro opravimo, saj imamo sposobnost, da se hitro specializiramo za različna dela. Odlikuje nas vztrajnost in zmožnost prenašanja velikega bremena ter tudi visoka stopnja inteligentnosti in dobrega pomnjenja ter reševanja problemov. Tako kot imamo radi svojo ekipo, pa ne maramo bližine tujcev. Do njih smo neusmiljeni, nikogar ne spustimo kar tako blizu. Zato imamo izurjene posebne člane ekipe, ki nas zmorejo ščititi. Ti so do tujcev še posebej neusmiljeni. Smo pa tudi izredno nežni, ljubeči in skrbni predvsem do najmlajših, nebogljenih članov. Imamo velik čut za družino in vsi skrbimo zanjo z največjo pozornostjo.

KRT

Gradim mojstrovine, ki mi predstavljajo varnost in zaščito – dom, v katerem imam veliko soban in hodnikov, tam kjer se najraje zadržujem, pa mora biti prijetno mehko in toplo. Telo, ki ga hranim predvsem z mesno prehrano, mi omogoča, da kljub slabšemu vidu pridem, kamor želim, tudi če moram plavati ali se znajti v popolni temi. Živim najraje sam, daleč od oči in hrupa drugih. Narava mi je podarila dovolj vzdržljivosti, da se ne zanašam na druge, pač pa lahko preživim sam. Sem hiter, previden in imam spretno telo, ki se lahko premika tudi v najbolj tesnih pogojih. Imam pomembno vlogo, saj skrbim, da se v naravi ohranja ravnovesje. Brez mene bi se lahko razbohotili tisti, ki delajo škodo. A pozor, konkurence ne maram, kar velja tudi za moje rojake (brate, sestre, bratrance itn.). Ščitim svoj teritorij in sem se zanj pripravljen bojevati do zadnjega diha. Vsak obisk je nezaželen. Ker sem neizprosen bojevnik in borec za preživetje, mi tudi agresivno odzivanje ni tuje. Žal vsi ne prepoznajo mojih kvalitet in me preganjajo, ker mislijo, da sem slab, vendar ne poznajo moje prave vrednosti.

SRNA

Največ mi pomenita svoboda in moja neukrotljiva divja narava. Sem zelo pozorna na to, kar se dogaja okoli mene. Že najmanjši šum ali bližina drugega mi poženeta strah v kosti, da se takoj umaknem. Sem previdna in pozorna na morebitno nevarnost v bližini, zato se tudi redko po svetu potikam sama. Varneje in bolj zaščiteno se počutim v skupini. Narava mi je podarila elegantno, mišičasto telo in hitre noge, s katerimi lahko odlično tečem in skačem. Najbolje se zanašam na svoje instinkte, s katerimi zelo dobro razumem okolico in sem sposobna preživeti v različnih pogojih.

ZAJEC

O meni govorijo, da sem živahne narave, ker imam rad veliko gibanja, hitro tečem in znam preskočiti tudi kakšno oviro na poti. Težko sem pri miru, dlje časa na enem mestu, bližje mi je nenehno raziskovanje in opazovanje okolice. Energičnost in gibčnost mi pomagata, da se izogibam tudi neprijetnim ali celo nevarnim izkušnjam in z raziskovanjem odkrivam vedno kaj novega v svojem okolju. A vse to raje počnem sam, neodvisno od drugih. S skupino se povežem le v nujnih primerih. Pri odnosih z drugimi sem raje bolj previden, saj nikoli ne veš, kdaj je kdo zate potencialno nevaren. Raje se skrijem in umaknem, kot da se izpostavljam grožnji. A nisem vedno plah; ko je treba, znam pokazati svoje zobe in tudi koga prestrašiti. V družbi se dobro počutim z veliko mlajšimi od sebe, za katere z veseljem skrbim in jih skrijem v skrivališče, kjer so varni in zaščiteni.

SOVA

Takrat ko je vse tiho in mirno, imam pozornost in koncentracijo na vrhuncu. Ne bojim se noči in teme, pravzaprav šele takrat zares oživim. Ušesa mi omogočajo, da zaznam skoraj vsak šum tudi sredi spanca, zato lahko hitro odreagiram, čeprav je zunaj mrak ali popolna tema. Skoraj vedno sem korak pred drugimi, kar mi omogoča več stvari. Poleg ušes in dobrega vida nosim obleko, ki se kar zlije z okoljem, drugemu se približam, ne da bi me sploh opazil, z lahkotnim gibanjem. Moja bližina marsikoga preseneti tudi zato, ker gledam zviška in pazim, da mi kakšna pomembna stvar ne uide. Čeprav v svet gledam z nekoliko priprtimi očmi, to ne pomeni, da me daje utrujenost. Nasprotno, imam veliko moči in energije in sem pogosto kos tudi večjim in težjim od sebe. Ker sem po naravi potrpežljiva in natančna in modro ocenjujem priložnost, preden se podam v akcijo, skoraj vedno dosežem cilj, ki si ga zadam. S predirljivimi kriki, glasnim vreščanjem ali togotnim puhanjem znam pokazati svoj bes in jezo razpoloženje, kadar mi ni kaj po godu. Druženje mi ni preveč blizu, raje živim sama, neodvisna od drugih, čeprav pogosto gostujem v tujih ali zapuščenih domovanjih.

NARIŠI ŽIVAL

Kaj potrebujem?

- Svinčnik, oglje ali barvice
- List papirja (lahko manjši format)

Navodila:

- Poišči sliko živali, ki bo tvoja predloga za risanje.
- Uporabi krajše ali daljše poteze, pod kotom 45 stopinj od desne proti levi.
- Poteze naj bodo vzporedne in blizu ena drugi.
- S prekrivanjem potez ustvari temnejše barve ali pa učinek prelivanja barv.
- Risba se razvija počasi in jo je mogoče spremeniti, dopolniti.
- Lahko rišeš najprej v eni barvi, nato dodaš druge.



OBLIKOVANJE Z GLINO

Vabimo te k ustvarjanju z glino – mehkim, oblikovnim materialom, ki se lahko gnete, valja in oblikuje. Glina nastaja iz kamnin, ki se skozi tisočletja drobijo in spreminjajo zaradi delovanja vode, vetra in drugih naravnih sil. Ko kamnine razpadajo, nastanejo zelo drobni delci, ki jih voda prenese in odlaga na dnu rek, jezer ali morja. Sčasoma se ti delci združijo v mehko, voljno snov – glino. Glina lahko v sebi zadrži vodo, zato je mehka in jo lahko oblikujemo.

Ko glino segrejemo na visoki temperaturi, postane trda in trajna – tako nastanejo glinene posode, opeke in umetniška dela!

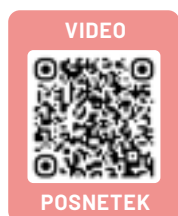
Pripravi svoje roke, nastale bodo čudovite stvaritve!

Kaj potrebujem?

Glino

Posodico z vodo

»Grška skodelica«



Navodila:

- Oblikuj glino v veliko kroglo, približno velikosti pomaranče.
- Z žico jo razreži v razmerju 2 : 1 in nato oba dela oblikuj v skodelici.

- Previdno postavi obe skodelici eno na drugo. Iz statičnih razlogov ju poveži tako, da leži manjša skodelica na večji.
- Površini obeh podnožij skodelic z zunanje strani spraskaj in z lepilom iz gline poveži, da ne gresta narazen.

»Ptica«



- Iz gline oblikuj kroglo in jo spremeni v jajce.
- Zdaj nežno oblikuj vrat in glavo ptice, tako da jih potisneš naprej.
- Dokončaj hrbet ptice z oblikovanjem zloženih kril in repa navzgor ali navzdol.
- Z rahlimi vdolbinami na straneh ptice označi krila in perje.
- Noge ni treba narediti, ptico lahko postaviš na desko in jo nagni, da bo gledala navzgor in rahlo vstran, kot da nekaj posluša.
- S pomočjo vode zgladi površino ptice.
- Z uporabo svinčnika nežno označi oko ptice, ki naj bo postavljeno na sredini strani glave.
- Ta postopek lahko ponoviš tudi za druge živali, kot so hrček, ptič, delfin, veverica, zajec, mačka, medved ...

»Zavetišče«



- Zavetišče oblikuj iz kroglic ali drugih gradnikov gline, lahko pa izdeláš tudi kačice (svaljki gline).
- Pomembno je, da je osnova zavetišča ovalna in ima odprtino na enem delu, nasproti pa zaklon.
- Premer zavetišča naj bo največji pri osnovi, proti vrhu pa naj se počasi oži in zaključuje z zapiranjem.
- Ko je zavetišče oblikovano, lahko vanj položiš medvedko z mladičem.

Vabimo te na potovanje po svetu skozi zgodbe in kuhanje tradicionalnih jedi različnih čudovitih delov sveta.

Potujmo na Maldive

ZGODBA: Najlepši biser oceana

Daleč na modrem oceanu je na enem od maldivskih otokov živel deček po imenu Veeru. Vsako jutro se je prebudil in stekel na plažo.

Imel je eno veliko željo: »Želim najti najlepši biser, ki ga ocean skriva!«

Vsak dan je iskal školjke, jih odpiral in upal, da bo v eni od njih našel sijoči biser oceana. A vsakič znova je našel samo prazen prostor, le gladko školjko brez zaklada. Nekega dne se je Veeru odločil – splaval bo globlje kot kadar koli prej. Plaval je mimo pisanih rib, ki so se igrale v vodi. Plaval je mimo morskih želv, ki so drsele v tokovih. Plaval je mimo čarobnih koral, ki so valovale, kot da bi plesale.

Na dnu je zagledal veliko staro školjko, ki je počivala v pesku: »To mora biti školjka, ki sem jo iskal!« je vzkliknil in jo vzel v roke.

Toda ravno ko jo je hotel odpreti, je zaslišal nežen glas: »Zakaj želiš moj biser?« je vprašala školjka.

Veeru je bil presenečen: »Ker želim imeti nekaj, kar je najlepše.«

Školjka se je nežno stresla v njegovih rokah: »Poglej okrog sebe, Veeru. Ali ne vidiš, da je lepota povsod?«

Deček se je ozrl. »Vidim morje in ribe,« je dejal.

»Poglej s srcem, Veeru,« je nežno prišepnila školjka.

Deček se je ozrl še enkrat. Tokrat je gledal s srcem. Videl je modrino morja, ki je žarela kot dragulj. Videl je zlato svetlobo sonca, ki je pronicala v globino. Videl je življenje, ki je dihlo v vsakem kotičku oceana. Takrat je razumel. Lepota, ki sem jo iskal v biseru, je povsod – v valovih, v toploti sonca, v poplesavanju morskih konjičkov, v igri delfinov ...

»Hvala, školjka,« je rekel in jo položil nazaj v pesek. Splaval je proti površju – ni več iskal bisera. Našel je nekaj dragocenejšega. Našel je spoznanje – da je lepota vse okoli nas. Vidi jo tisti, ki jo gleda s srcem.

SKUHAJMO MALDIVSKO JED MAS HUNI

Mas pomeni riba. Huni pa pomeni kokos.

Mas Huni je maldivski zajtrk, ki ga domačini jedo s ploščatim kruhom, ki se imenuje roshi.

Sestavine (za 3 osebe):

- 1 pločevinka tune v slanici, v olivnem olju ali sveža kuhana tuna
- 1/2 jogurtovega lončka naribanega kokosa (svež, sušen ali rahlo namočen)
- 1 čebula, drobno nasekljana
- sok 1 limone ali limete
- sol po okusu
- 1 žlica kokosovega ali olivnega olja
- svež koriander ali meta za posip (neobvezno)

Navodila za pripravo:

V skledi zmešaj tunino, nariban kokos, čebulo.

Dodaj limonin sok ali limetin, sol in olje. Dobro premešaj.

Pusti stati 5–10 minut, da se okusi prepojijo.

Postrezi s toplim ploščatim kruhom (roshi).

Naredimo še roshi:

Maldivski kruh: roshi (ploščati kruh)

Sestavine (za 4 krukke):

- 2 jogurtova lončka moka. Moka je lahko pšenična, pirina ali polnozrnata.
- 1/2 jogurtovega lončka tople vode
- 1 žlica olja ali stopljenega masla
- 1/2 čajne žličke soli.

Navodila za pripravo:

V skledi zmešaj moko in sol.

Dodaj toplo vodo in olje, nato gneti testo približno 5 minut, dokler ne postane gladko.

Pokrij testo s krpo in pusti počivati 15 minut.

Razdeli testo na 4 enake kroglice.

Vsako kroglico razvaljaj v tanko ploščato okroglo obliko.

Segrej ponev brez olja na srednje močnem ognju.

Peci vsak roshi približno 1–2 minuti na eni strani, nato obrni in peci še 1 minuto na drugi strani.

Ko je pečen, ga lahko rahlo premažeš z maslom za mehkejšo teksturo.

Nasvet: Če želiš, da je roshi hrustljiv, peci malo dlje na višji temperaturi.

Uživaj roshi z mas huni (ribjim kokosom) ali pa kakšno drugo omako oz. namazom.

Potujmo skupaj na Havaje.

ZGODBA: KAPLJICA IN ALOHA

Kapljica je pljusknila v velik ocean.

V oceanu je bilo veliko zanimivega. Igrala se je s pisanimi ribicami, nežno valovala pod toplim soncem. Zabavala se je. Toda nekega dne je zagledala nekaj, kar jo je prestrašilo. Videla je kapljice, ki so se dvigovale v nebo in izginjale.

»Oh, ne! Če se približam gladini, bom izginila!« je vzkliknila.

Zatrepetala je in poskušala pobegniti globoko na dno oceana.

Na poti proti dnu je srečala delfina.

»Zakaj si prestrašena, kapljica?« jo je vprašal.

»Ne želim izginiti v nebo! Potem me ne bo več!« je zajokala.

»Ne skrbi, ti si Aloha,« je rekel delfin in odplaval stran.

Kapljica ni razumela, kaj je delfin želel povedati. Nadaljevala je svojo pot proti dnu oceana. Srečala je jato majhnih ribic.

»Zakaj si tako prestrašena, kapljica?« so jo vprašale v en glas.

»Nočem izginiti v zraku,« je izjavila.

»Ne skrbi, ti si Aloha,« so nežno odgovorile ribice in odplavale.

»Čudno,« si je mislila kapljica in nadaljevala svojo pot.

Prispela je na dno oceana.

»Končno sem na varnem,« si je rekla na glas.

Slišala jo je morska zvezda, ki je ležala na tleh.

»Od kod pa si zbežala?« jo je vprašala.

»Na gladini kapljice izginjajo v nebo. Nočem tudi jaz izginiti, zato sem pobegnila na dno,« je povedala kapljica.

»Oh, ne skrbi, ti si Aloha,« je odgovorila zvezda.

»To je rekel tudi delfin in jata majhnih ribic, ampak jaz sem kapljica, ne Aloha,« je odgovorila.

»Aloha pomeni dih življenja. Ti si Aloha,« ji je nežno razložila zvezda.

»Kaj?« se je začudila kapljica.

»Ko izpuhtiš v nebo, ne izgineš. Tvoja oblika se spremeni. Iz kapljice postaneš oblak. Iz oblaka se spremeniš v dež, ki nato znova pade v ocean. Ampak vedno ostaneš Aloha.«

Kapljica je začela razmišljati. »Jaz sem dih življenja?«

»Točno tako,« je pokimala morska zvezda.

Mala kapljica je postala radovedna.

»Kaj pa druge kapljice? So one tudi Aloha?«

»Seveda. Kapljice, delfini, sonce, vse, kar vidiš, je Aloha. Tudi jaz sem Aloha,« je odgovorila zvezda.

»Jaz sem Aloha, ti si Aloha, nebo je Aloha, vse okoli mene je Aloha!« Je navdušeno ponovila kapljica.

Zazrla se je okoli sebe, ribice so plavale mimo nje, školjke so ležale na peščenem dnu, korale so plesale s tokom. Kamorkoli je pogledala, je videla dih življenja, ki je utripal okoli nje.

Od tega dne je ni bilo nikoli več strah.

Kuhajmo: Kokosov puding – haupia

Haupia je tradicionalna havajska kokosova sladica, ki jo pogosto postrežejo na praznovanjih.

Sestavine:

- 1 pločevinka (400 ml) kokosovega mleka
- 1 jogurtov lonček vode
- 1/2 jogurtovega lončka sladkorja
- 1/4 jogurtovega lončka koruznega škroba (ali tapiokine moke)

Navodila za pripravo:

V manjši skodelici zmešaj koruzni škrob in vodo, da nastane gladka zmes.

V srednje velikem loncu na srednji temperaturi segrej kokosovo mleko in sladkor, dokler se sladkor popolnoma ne raztopi.

Počasi vmešaj zmes koruznega škroba, pri tem pa stalno mešaj, da preprečiš nastanek grudic.

Kuhaj približno 5–7 minut, dokler se zmes ne zgosti v gladek puding.

Prelij v majhen pekač in pusti, da se ohladi na sobni temperaturi.

Postavi v hladilnik za vsaj 2 uri, dokler se popolnoma ne strdi.

Postrezi narezano na kocke.

Kocke lahko pokapljaš z medom.

Viri in literatura:

Brierley, L. D. (2006). *The not yet in the now: Reflections of a teacher and his thirteen-year-olds.* **ASK.**

Edmunds, F. (1992). *Umetnost waldorfske vzgoje: Waldorfske šole.* **Društvo Kortina.**

Galimberti, U. (2010). *Grozljivi gost: Nihilizem in mladi.* **Modrijan.**

Gržan, K. (2022). *95 tez za izhod iz slepe ulice vzgoje in izobraževanja.* **Sanje.**

Haidt, J. (2024). *Tesnobna generacija: Kako je velika preureditev otroštva povzročila epidemijo duševnih motenj (prevod).* **Umco.**

Hari, J. (2023). *Ukradena pozornost.* **Primus.**

Henning, K. (2012). *Motnje vedenja ali vedenjska izvirnost?* **Inštitut Sofijin izvir.**

Honoré, C. (2018). *Hvalnica počasnosti: Svetovno gibanje, ki kljubuje kultu hitrosti.* **Založba Chiara.**

Jenkinson, S. (2001). *The genius of play: Celebrating the spirit of childhood.* **Hawthorn Press.**

Keller, G. (2014). *S srcem v šoli: Učbenik pedagogike za starše.* **Zavod za razvoj waldorfskih šol in vrtcev Slovenije – Zveza.**

Mees Christeller, E. (1992). *Umetnostna terapija v praksi.* **Društvo Kortina.**

Osho News. (2016, August 13). *Poi dancing for fun and centering.* **Osho News.** <https://www.oshonews.com/2016/08/13/poi-dancing-for-fun-and-centering/>

Palmer, S. (2019). *Zastrupljeno otroštvo: Kako sodobni svet vpliva na naše otroke in kaj lahko storimo.* **Zavod za razvoj waldorfskih šol in vrtcev Slovenije – Zveza.**

Perrow, S. (2018). *Zdravilne zgodbe za vedenjske izzive.* **Zavod za razvoj waldorfskih šol in vrtcev Slovenije – Zveza.**

Spitzer, M. (2016). *Digitalna demenca.* **Mohorjeva založba.**

Spitzer, M. (2021). *Epidemija pametnih telefonov.* **Mohorjeva družba.**

Staley, B. (2019). *Med formo in svobodo: Odraščanje mladostnika.* **Zavod za razvoj waldorfskih šol in vrtcev Slovenije – Zveza.**

Streit, J. (2015). *Zakaj otroci potrebujejo pravljice.* **Buča.**

Interreg



Sofinancirano
EVROPSKA UNIJA
Kofinanciert von
der EUROPÄISCHEN UNION

Slovenija – Österreich

CBC4YOUTH

Priročnike Duško smo ustvarili za skupno dobro. Lahko jih brez zadržkov uporabljate, delite, tiskate in vključite v svoje aktivnosti, pri tem pa navedete vir.

Avtorji vsebin:

Waldorfska šola Ljubljana: Anja Bošnjak, Cita Majcen Kovačič, Iztok Kordiš, Jožica Tramte, Katja Kordiš Vrabac, Klemen Lah, Liliana Benić Drobac, Samira Lah, Vera Grobelšek
Center za socialno delo Gorenjska: Tamara Lužar
Waldorfschule Klagenfurt: Carmen Petutschnig, Dana Pack, Katrin Waldner
Gerlinde GuggMag. Liegl & Maric, MSc Psychosoziale Betreuung OG: ekipa za razvoj vsebin

Avtorji ugank:

Barbara Lobe, Vera Grobelšek, ekipa za razvoj vsebin Mag. Liegl & Maric, MSc Psychosoziale Betreuung OG

Ilustracije:

Marijana Kapus Dukarić

Reprodukcije ilustracij:

Branko Čeak

Fotografije:

Waldorfska šola Ljubljana: Anja Jarh, Cita Majcen Kovačič

Prevod v nemščino:

Oranžna nit, Jaka Geltar s.p.

Prevodi ugank v nemščino:

Bojana Bošnjak, Oranžna nit, Jaka Geltar s.p.

Jezikovni pregled:

Slovenski: Oranžna nit, Karin Geršak

Nemški: Waldorfschule Klagenfurt, Katrin Waldner

Snemanje in montaža avdio in video materiala:

Boj Nuvak

Režija video materiala in zvok:

Špela Šafarič

Branje zvočnega gradiva:

Waldorfska šola Ljubljana: Breda Pavlovič, Lilijana Sitar, Petra Dovč

Sodelujoči na video posnetkih:

Anja Bošnjak (poi), učenci in učitelji Waldorfske šole Ljubljana ter Waldorfske šole Dolenjska (ostali posnetki)

Glasba uporabljena v avdio in video posnetkih:

Istranbul – Nikriz Long

Matija Jahn – Mama Africa

PHJ Piano Solos: <https://pixabay.com/music/modern-classical-classical-medley-2-381371/>

ACOOSTIKA-BEAT: <https://pixabay.com/music/acoustic-group-slow-emotion-acoustique-musique-351383/>

freesound_community: <https://pixabay.com/sound-effects/nature-ambience-cyprus-troodos-mountains-mount-olympus-omni-mics-19736/>

Oblikovanje:

Devet design, Ana Berišaj Bertalanič

Leto izdaje: 2025, druga, dopolnjena izdaja

Priročniki in vsebine so nastale v sklopu projekta CBC4YOUTH, financiranega s programom Interreg Slovenija–Avstrija.

Vsebina tega gradiva predstavlja stališča avtorjev in ne odraža nujno stališč programa Interreg Slovenija–Avstrija ali Evropske unije. Financerji ne odgovarjajo za uporabo informacij, navedenih v gradivu.

Priročniki niso namenjeni diagnosticiranju ali nadomeščanju strokovne pomoči. V kriznih primerih se obrnite na usposobljene strokovnjake in klicne centre za pomoč.

