

Драги ученици,

Прошла је прва седмица како не идемо у школу него одржавамо наставу и сусрете (електронске) на даљину.

Како сте се осећали током претходне седмице? Многи су сигурно били изненађени шта се то дешава.

Уколико сте осећали стрепњу, забринутост или страх због сталних прича међу одраслима и на ТВ-у и интернету, о корона вирусу, то је сасвим нормално. Сви причају о болести која нас угрожава и може од ње и да се умре, а тог невидљивог узрочника нико не види.

Да бисте савладали негативна осећања, треба са нама одраслима, да причате о корона вирусу кад год пожелите, да нас питате све што вас занима о томе. Треба да се упознате са правим, научним чињеницама и да се одговорно понашате у овој ситуацији. Са родитељима разговарајте о својим осећањима или се јавите психологу или педагогу за подршку.

Открите поново играње друштвених игара, научите да кувате нешто, направите нешто путем креативне радионице, напишите причу или песму, расадите цвеће на балкону.

Свакако да осим наставе трба да искористите и могућност да пратите и многе забавне и образовне садржаје који се могу пронаћи на интернету као што су позоришне представе, виртуелне посете музејима, галеријама и концертима..

Путујте у друге земље, обилазите континенте, упознајте разне уметнике ...

Свакако прочитајте и неку књигу.

На интернету имате разне садржаје, на јутјубу нарочито, који представљају разне телесне вежбе и видове рекреације које можете да практикујете и у затвореном простору, као да сте у теретани .

И на крају чувајте своје и здравље своје породице одговорним понашањем, избегавајте изласке из куће!