

PREDLOGI ZA USTVARJALNO PREŽIVLJANJE PROSTEGA ČASA

Ahoj!

En piratski pozdrav zate. 😊 Kako si? Upamo, da dobro!

V 8. tednu dela na daljavo ti pošiljamo nov paket dejavnosti, s katerimi si lahko popestriš svoj prosti čas na zanimiv in ustvarjalen način.

Dejavnosti smo tudi tokrat razdelili v tokrat malce piratska poglavja. Za ustvarjalne pirate bo pravo poglavje **USTVARJALNA LADJICA**, zate, ki si želiš velikih, močnih mišic, da z njimi premagaš vse ostale gusarje na morju, bo pravo poglavje **GUSARSKI GIB**, če moraš ti in vsi ostali pirati tvoje družine načrtovati svoje piratske podvige, lahko vadite tako, da se najprej odpravite v **MISELNI ZALIV**, kjer lahko rešujete miselne izzive, če pa si želiš najprej dobro jesti, pa skoči na poglavje **PIRATSKA PREHRANA**.

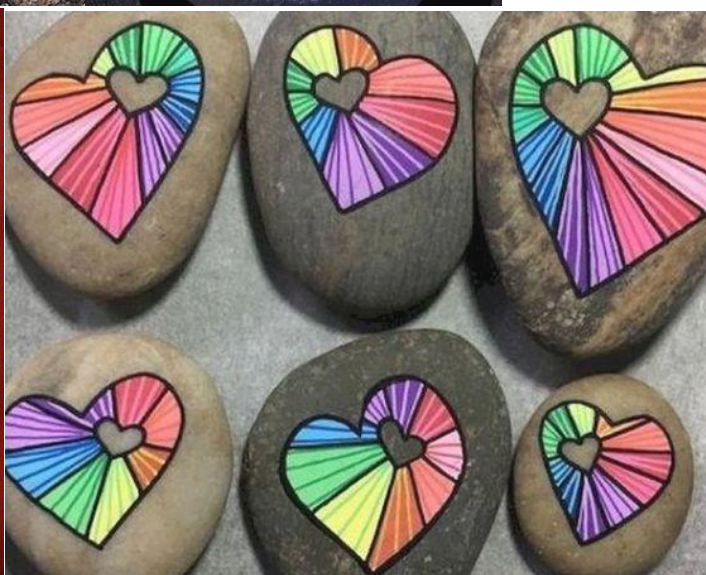
Uživaj!

Tvoji učitelji in učiteljice OPB Osnovne šole Brinje Grosuplje ter podružnične šole Polica

USTVARJALNA LADJICA

1. POSLIKAVA KAMNOV

Kamne hitro najdeš v naravi. Če želiš, da so bolj okrogli, jih poišči ob vodi. Poslikaš jih lahko s tempera barvo, akrilno ali flomastri. Izberi si najljubše porisan kamen iz spodnjih fotografij in se preizkusi tudi sam z risanjem ob opazovanju. Uživaj!



2. VEZENJE BREZ IGLE

Potrebujete: karton ali debelejši papir, žebelj ali iglo za luknjanje papirja in debelejšo nit ali volno različnih barv in debeline.

Na karton ali papir narišite različne oblike. Z iglo ali žebljem (glej sliko) naredite luknjice, skozi katere je možno pretakniti nit ali volno.



(Vir: www.zastarše.si)

3. MAVRICA PRESENEČENJA

So ti všeč mavrice, ki so pogoste spremljevalke aprilskega in majskega vremena? Če so ti, lahko iz pripomočkov, ki jih najdeš doma, pripraviš mavrico presenečenja.



Potrebuješ:

- kuhinjska papirnata brisačka
- flomastri
- črn alkoholni flomaster
- voda

Postopek:

Vzameš en list papirnate brisačke in nanj s flomastri narišeš mavrico. Barve razvrsti v takem vrstnem redu, kot je značilno za mavrico (rdeča, oranžna, rumena, zelena, modra, vijolična). Čez barvne črte potegneš še črte s črnim alkoholnim flomastrom. V mamin pekač naliješ malo vode in pazljivo položiš porisano brisačko noter. Čaka te presenečenje. 😊

Lahko uporabiš še en malo drugačen postopek, oba pa te čakata na povezavi

<https://pin.it/fKJxnJM>.

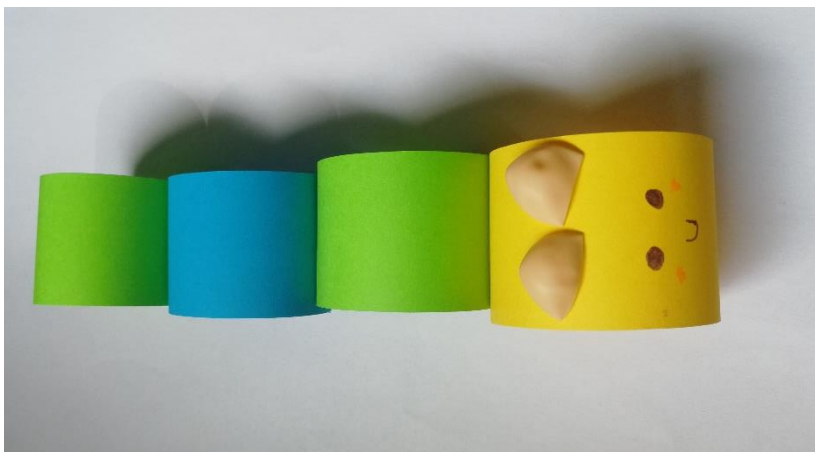
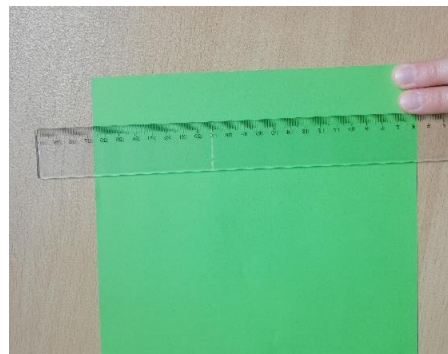
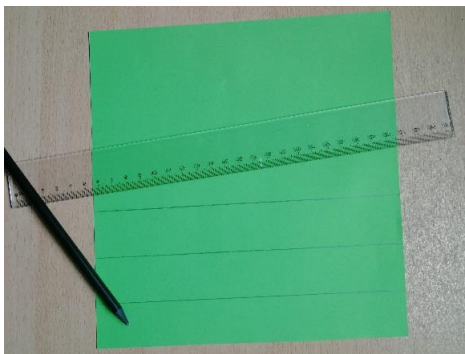
4. GOSENICA

Pomladi lahko na travniku ali drevesnih listih opaziš različne gosenice. Svojo lahko iz papirja izdeláš tudi ti.

Za izdelavo gosenice potrebuješ:

- papir (pisan ali bel),
- škarje,
- ravnilo,
- svinčnik,
- lepilo,
- nekaj za tipalke gosenice (gumbki, puhaste kroglice ali kosmate upogljive žičke ...),
- flomastri za oči in usta.

Najprej izdeláš trup gosenice. Na list papirja z ravnilom nariši vodoravne črte od levega roba lista do desnega roba lista. Med vsako črto pusti za 2 prsta prostora. Nato trakove izrežeš. Paziš, da režeš po črti. Trakove nato zviješ v okroglo obliko in zalepiš, tako kot bi lepil trakove za pustno verigo. Sam se odločiš, kako dolga bo gosenica. Nato na en trak, ki bo predstavljal glavo gosenice, narišeš obraz svoje gosenice. Dele telesa in glavo nato prilepiš drug ob drugega na list. Na glavo prilepiš še tipalke in gosenica je končana. 😊



5. VENČEK IZ MARJETIC



Vem, prastara ideja in vsi smo to delali, nič posebnega itd. Ampak vsi smo se enkrat morali naučit... In **včasih pozabimo na najbolj enostavne malenkosti**, ki pa naredijo veliko veselja tistim, ki jih še ne poznajo.

Če se slučajno najde kakšna mami, ki je že pozabila, kako se dela tele venčke, naj vam malo osvežim spomin: **najprej z nohtom** (ali nožkom, če ga imate pri roki) **naredite vzdolžno luknjico skozi steblo marjetice** (pazite, da ostane del za luknjico dovolj velik, da se ne bo steblo razklalo do konca).

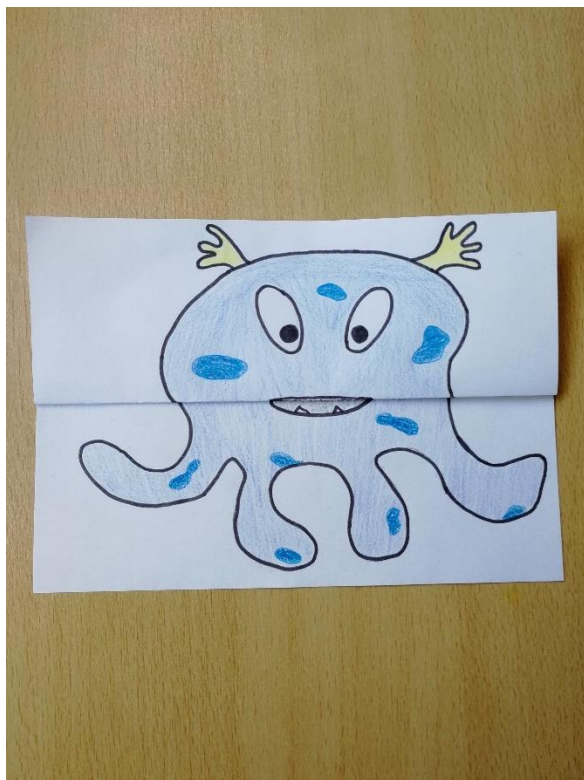
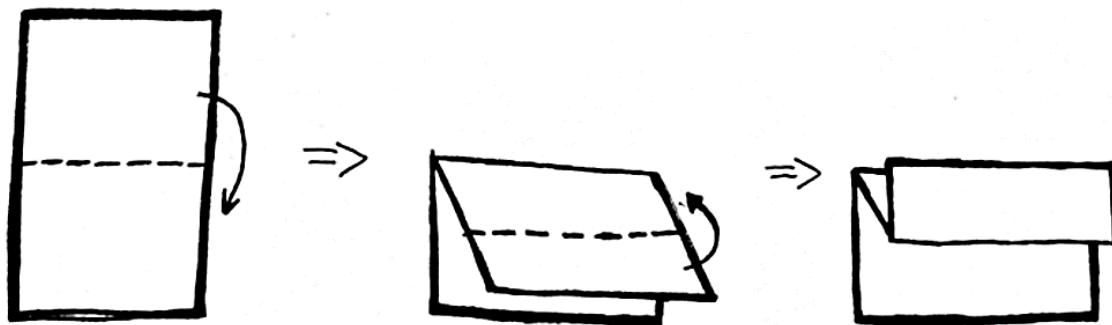


Potem **skozi luknjico potegneš drugo marjetico in nadaljuješ**, pri tem pa pridno pomerjaš, kako dolgo verižico/venček potrebuješ. Na koncu skozi zadnjo luknjico potegneš cvetek prve marjetke in imaš sklenjen venček →



6. MALA POŠAST POSTANE VELIKA POŠAST

Za izdelavo pošasti potrebuješ list papirja in barvice. List prepogneš na polovico, nato pa vrhno polovico prepogni še čez polovico navzgor. Pomagaš so lahko s spodnjo sliko. Ko je list zložen, narišeš prijazno pošast. Nato list razpreš in pošasti dorišeš grozna usta.



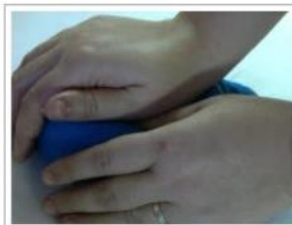
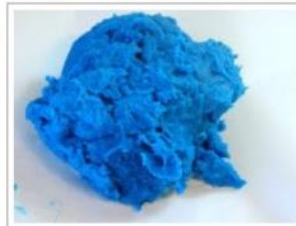
7. DOMAČI PLASTELIN

Za izdelavo domačega plastelina potrebuješ naslednje **sestavine**:

- 125 gramov moke,
- 240 ml vode,
- 4 jedilne žlice soli,
- 1 vrečka pecilnega praška,
- 1 jedilna žlica poljubnega olja,
- nekaj kapljic tekoče jedilne barve ali ščepec barve v prahu (poljubno).

Postopek: Pri izdelavi naj ti pomaga odrasla oseba.

V večjo posodo daš vse suhe sestavine. Sestavine zmešaš in jim priliješ vodo. Maso kuhaš na srednjem ognju in jo nenehno mešaš. Masa se bo počasi začela strjevati. Takrat ogenj malo zmanjšaš in nadaljuješ z mešanjem dokler se masa ne sprime v kepo. Barvo dodaš proti koncu kuhanja. Kepo nato prestaviš na peki papir in počakaš približno 10 minut, da se nekoliko ohladi. Ohlajeno testo dobro pregneteš, da postane gladko in mehko. Nato se lahko igra s



plastelinom začne. Oblikuješ lahko različne živali, domišljijske like in še mnogo drugih podob. Uživaj v igri! Plastelin lahko shraniš v plastično vrečko ali v zaprto posodo in ga postaviš v hladilnik.

8. GREMO SE GLEDALIŠČE

Doma lahko za starše prirediš pravo gledališko predstavo, ki si jo izmisliš ali pa zgodbo izbereš iz kakega romana, knjige. Z malo domišljije si lahko izmisliš nešteto zgodb recimo, da se znajdeš na potovanju v vesolju, ali pa na skrivnem otoku iščeš zaklad. Besedilo si zapiši in določi vloge sebi, bratu, sestrici. Vsak naj se svoje vloge nauči in si pripravi, obleče.

Za pomoč pa ti napišemo še nekaj idej! V predstavi lahko imaš kočijo, ki jo sestaviš iz stolov in dežnikov. Za vesoljsko ladjo uporabi svetilke, stole in namesto motorja vklopi sesalec za prah!



Iz papirnate vrečke si lahko izdeláš masko!



Miza se lahko spremeni v ladjo, metla pa v veslo!



Za predstavo pa so zelo pomembni tudi zvoki. Gozdne glasove ponazorimo z bobnanjem in stresanjem pločevinke, ki je napolnjena s kamenčki. Za prihod kočije lahko nekdo topota z nogami in oponaša konjski rezget, vesoljske zvoke pa ponazarjamo z zvončkljanjem steklenic in kozarcev.

Če hočemo, da bo predstava popolna, potrebujemo lepo scenografijo. Kulise naredimo iz starih rjuh, ki jih poslikamo z barvami in čopiči in jih nato z vrvicami pripnemo na steno. Pomembne so tudi luči. Ena sama svetilka bo dovolj za nenavadne senčne učinke!



9. INDIJANSKI ŠOTOR

INDIJANSKI ŠOTOR

Severnoameriški Indijanci so si za pohode izdelovali šotore, prilagojene vsaki podlagi, da so jih brez težav postavljali in spet zlagali.



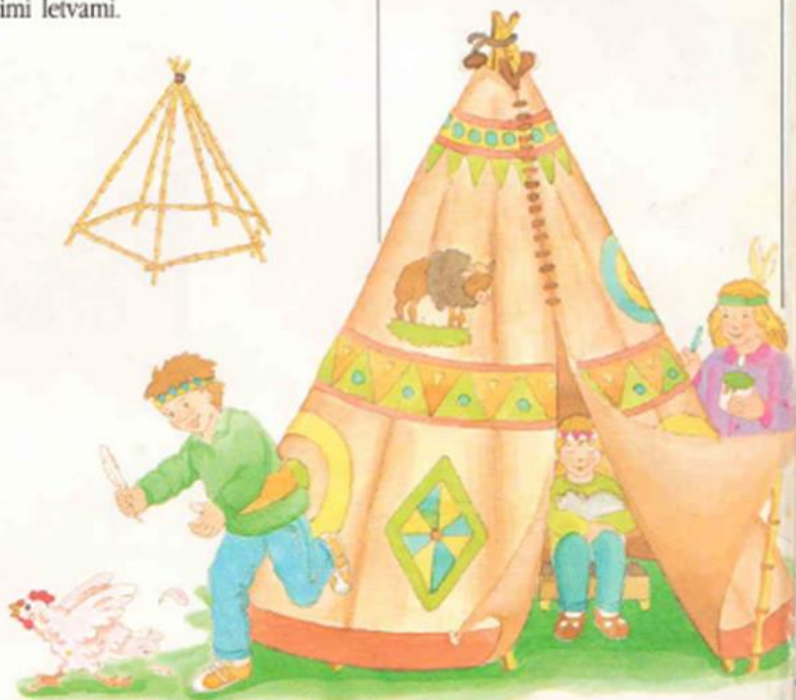
Šotor izdelamo takole.

Priskrbimo si šest dva metra dolgih bambusovih palic ali ozkih letev; potrebovali bomo še šest metrskih ozkih letev. Šotor bomo prekrili s starimi rjuhami ali nepremočljivim blagom. Letve povežemo z vrvjo, da nastanejo trije trikotniki.

Zvežemo vrhove vseh treh trikotnikov, spodaj pa jih pritrdimo s krajšimi letvami.



Čez okvir razpneмо blago in ga spnemo z iglo in nitjo. Vaše indijanske barve bodo poskrbele, da bo šotor pisan.



Nekatera ljudstva na Daljnem vzhodu stanujejo v ladjicah.

Tudi navadna kartonska škatla lahko postane hišica.



GUSARSKI GIB

1. POLIGON

Nariši si podoben poligon tudi doma. Lahko uporabiš krede ali tempera barve. Pravila si lahko prilagodiš (po levi, desni nogi, teci, sonožno skači, ipd.). Nauči še svojega bratca/sestrico in tekmujeta, kdo bo porabil manj časa do cilja. Srečno! ☺



2. ČUJEČNOST

Ste že slišali za to »čuječnost«? Čuječnost je nasploh dobra za vse vas – pomaga pri izboljšanju pozornosti, spomina, postajamo bolj umirjeni in lažje razumemo svoja čustva.

Sliši se učeno, ampak je res zelo enostavno za izvedbo.

V zvezi s čuječnostjo obstaja kup vaj, mi se bomo preizkusili v takih, ki jih lahko izvajamo sami.

- **Plesna zabava**

Na radiu si nastavite poljubno glasbo. Lahko je umirjena, malo bolj živahna,... po želji.

Zaprte oči in zaplešite ob glasbi. Prepustite se ritmu, naj sodelujejo vsi deli telesa.

- **Krepimo pozornost**

- Izberite si barvo. V stanovanju / hiši poišči vse predmete v tej barvi.
- Prosite nekoga, naj vam določi barvo. Poglejte skozi okno ali pojdite na balkon. Opazujte in štejte avtomobile v tej barvi. Če ne živite ob cesti, opazujte predmete v okolici, ki jih lahko vidite v tej barvi,...



- **Opazujemo zaznave iz okolja...**

Vseh 5 čutov...

1. Bosi se sprehodite po stanovanju.

Če se vam zdi dovolj toplo, se bosi sprehodite po domačem vrtu



2. Zaprite oči in povohajte cvetlico, jabolko, današnje kosilo.
3. V času malice ali kosila za trenutek zaprite oči okušajte hrano, ki jo imate v ustih. Jete počasi.
4. Najdite nekaj različnih predmetov in jih dajte v vrečko. Zaprite oči in iz vrečke povlecite naključen predmet. S še vedno zaprtimi očmi pretipajte.



in

ga

V igro lahko povabite še koga. Pripravite predmete tako, da jih vaš soigralec pred tem ne bo videl. Tako bo igra še bolj zabavna.

5. Odprite okno ali pojdite na balkon. Prisluhnite zvokom. Kaj slišite?



3. GIBALNA ABECEDA

GIBALNA ABECEDA

A – lestovka (razovka 10 sekund)

B – dvig bokov leže 15x (mali most)

C – cikcak sonožni poskoki (20 sekund)

Č – cikcak poskoki iz leve na desno nogo (20 sekund)

D – deska (plank 30 sekund)

E – poskoki narazen in skupaj 20x

F – leža na hrbtu z dvignjenimi nogami in lopaticami (30 sekund)

G – leža na trebuhu z dvignjenimi nogami in rokami (30 sekund)

H – hopsanje (20 sekund)

I – izpadni koraki v stran 5x z vsako nogo

J – vojaški poskoki 5x

K – zapiranje knjige 5x

L – sveča (stoja na lopaticah 30 sekund)

M – medvedja hoja po vseh štirih (20 sekund)

N – nizki skipinig (hitri tek na mestu 20 sekund)

O – hoja po vseh štirih nazaj (20 sekund)

P – počepi 10x

R – sonožni poskoki po stopnicah

S – skleca 5x

Š – visoki skiping na mestu 30x

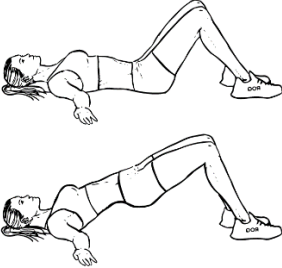
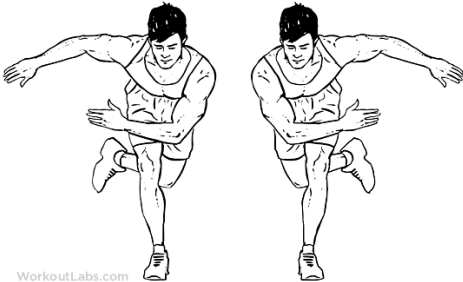
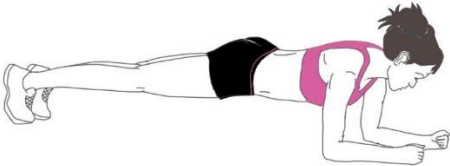
T – trebušnjaki 10x

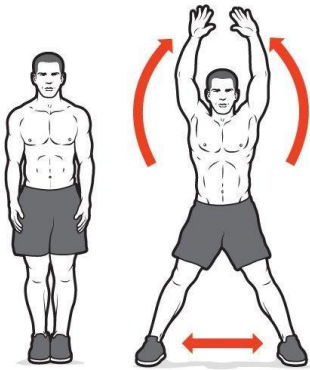
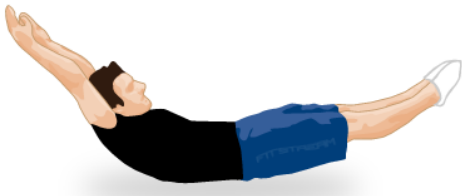
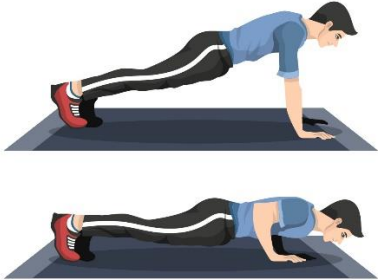
U – stranska deska (20 sekund)

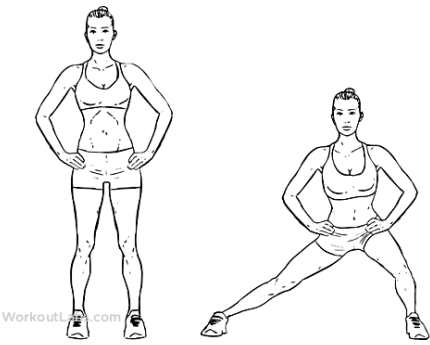
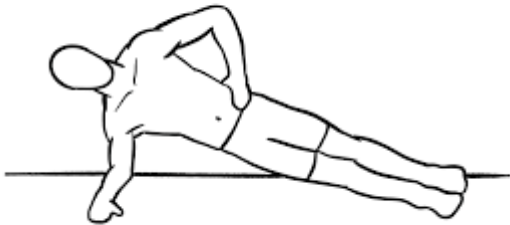
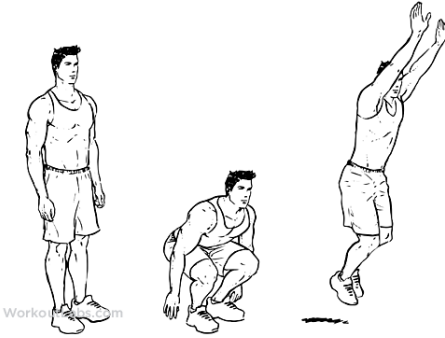
V – visoki sonožni poskoki 10x

Z – zajčji poskoki 10x

Ž – žabji poskoki 10x

A 	J 
B 	K 
C 	L 
Č 	M 
D 	N 

E 	O 
F 	P 
G 	R 
H 	S 

I	Š
	
T	U
	
V	Z
	
Ž	
	

4. GIBALNE IGRE Z NAMIZNO-TENIŠKO ŽOGICO

Igre z žogico si lahko pripraviš posamezno, lahko pa si narediš kar poligon z več nalogami in tekmuješ z bratom, sestro ali starši.

1. **VODENJE ŽOGICE PO LABIRINTU** (<https://www.varuska-ziva.si/gibalna-igrice-prenesi-jajcek-2/>). V navodilih za delo od doma 3. teden – podaljšano bivanje – predlogi za prosti čas imaš navodila kako izdelati domači plastelin, zdaj pa ti predlagamo še zabavno aktivnost. Iz plastelina najprej razvij več kač, ki jih na ravni površini razporediš v spiralo ali labirint. Ko je spirala ali labirint postavljen potrebuješ lahko žogico (namizno-teniško ali skokico) in slamico. Tvoja naloga je, da s pihanjem v slamico vodiš žogico do cilja. Če imaš doma kakšen balon, lahko namesto slamice balon napihneš in žogico vodiš, tako da spuščaš zrak iz balona.



2. **PRENESI ŽOGICO** (<https://www.varuska-ziva.si/gibalna-igrice-prenesi-jajcek-2/>)
Za igro potrebujete posodico z žogicami, lahko so tudi umetni jajčki, saj so za nami velikonočni prazniki. Važno je da so žogice, jajčki lahki. Tvoja naloga je, da preneseš vse žogice in jajčke enega po enega z žlico v posodo na drugi strani prostora, čim hitreje ter brez da padejo na tla.



3. PIHANJE IZ KOZARCA V KOZAREC

Potrebuješ 4 kozarce ali več, ki jih napolniš do vrha z vodo. Kozarce postaviš na mizo enega za drugim, tako da se med seboj dotikajo. V prvega postaviš žogico in jo s pihanjem poskušaš prenesti v zadnjega.



4. TRI V VRSTO

Na mizo postaviš 9 kozarcev napolnjenih z vodo. Nato določiš razdaljo iz katere boš poskušal zadeti kozarčke z žogicami. Poskušaš lahko postaviti tri žogice v vrsto, tako kot pri igri tri v vrsto. Če imaš dovolj žogic dveh različnih barv, lahko igraš tri v vrsto z bratcem ali sestrico.



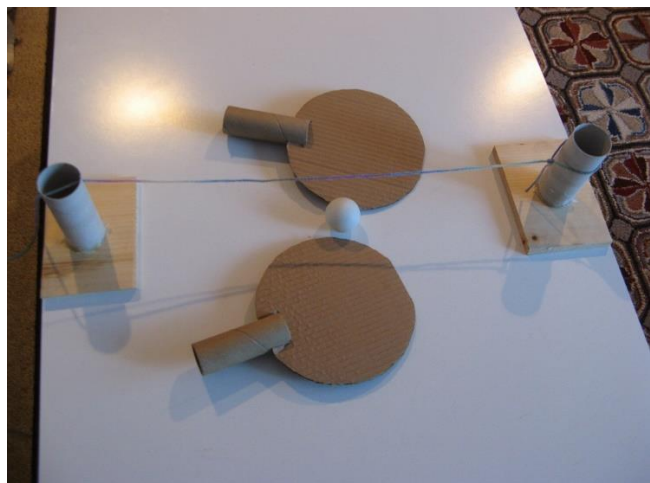
5. ZADENI KOZAREC

Za igro potrebuješ dva prazna kozarca, žogico in stol. Enega napolniš z žogicami drugega pa postaviš na tla pred stol. Tvoja naloga je, da stopiš na stol in poskušaš žogico zadeti v prazen kozarec pred stolom.

6. IZDELAJ VSE ZA NAMIZNI TENIS

Če doma nimaš mize za namizni tenis, ne skrbi, lahko jo narediš kar sam. Vse kar potrebuješ je tulce od papirnatih brisačk ali toaletnega papirja, trši karton, vrvico, škarje in lepilo. →

Za loparje potrebuješ dva enako visoka tulca. V tulec z nožem



zarežeš, tako da sta reza en nasproti drugega, tako kot je prikazano na spodnji sliki (bodi previden). Za mrežo prav tako potrebuješ dve enaka tulca, ki jih zarežeš in v reže postaviš vrstico. Tulca nato prilepiš na mizo, ali neko težjo podlago, ki jo postaviš na mizo (glej zgornjo sliko).

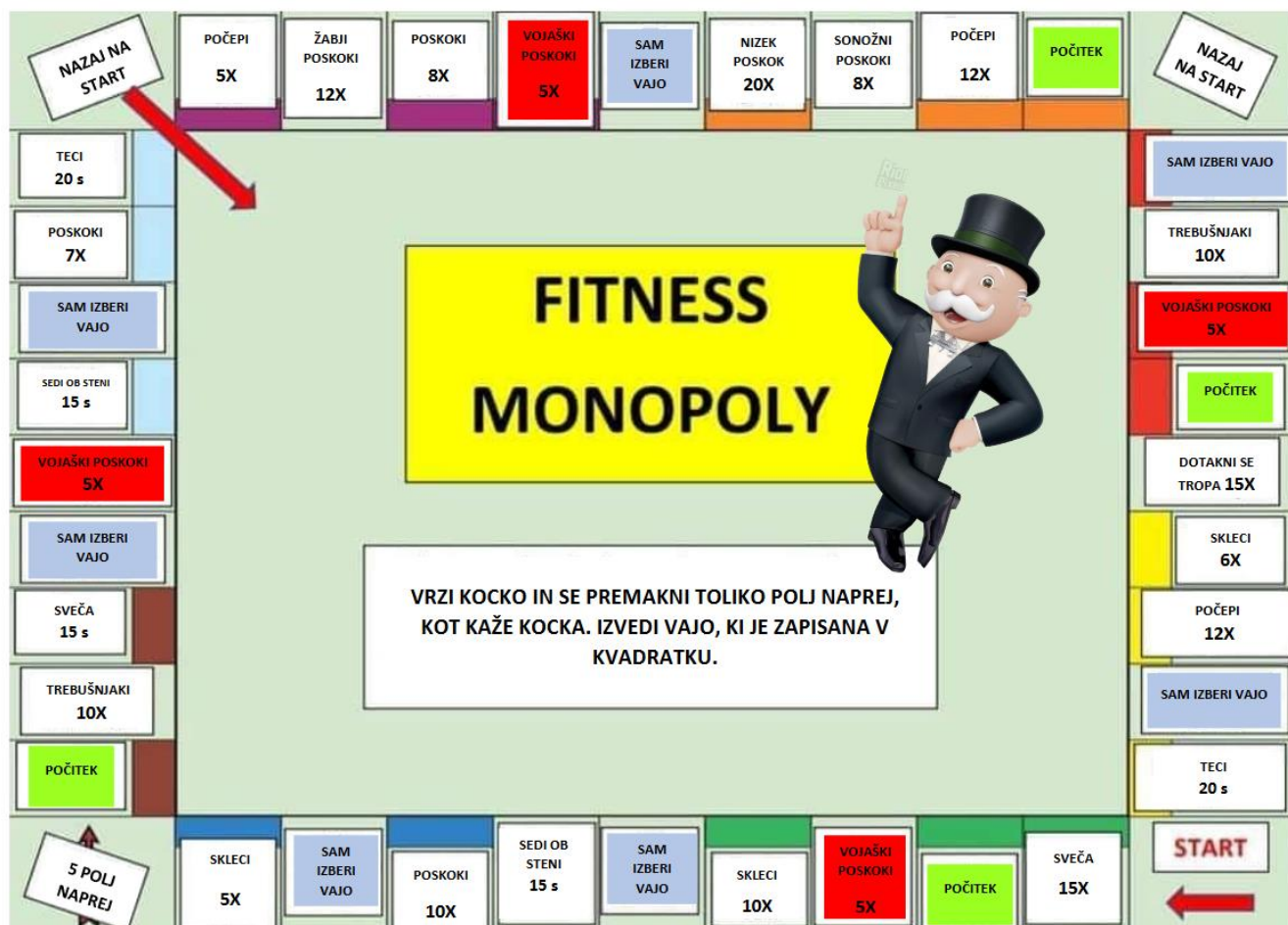


Na karton nariši dva enako velika kroga. Pomagaš si lahko s posodo tako, da jo obrneš okrog in obrišeš. Nato izrežeš kroge in jih postaviš v zareze na tulcih.



5. FITNES MONOPOLY

Z družino se lahko skupaj igrate aktivno družabno igro.



6. GBALNE NALOGE

POTREBŠČINE:

- 2 KRATKI VRVICI
- BALON

PREDPRIPRAVA:

- VRVICI POSTAVI ENO NA SPROTI DRUGE, MED NJIMA NAJ BO TRI DOLGE KORAKE PROSTORA.

ENA VRVICA BO ZAČETEK POTI, DRUGA PA KONEC.

NALOGE:

- **POSTAVI SE NA ZAČETEK POTI Z BALONOM V ROKI. SLEDIJO VAJE ZA BALONOM, KI JIH IZVEDEŠ OD ZAČETKA DO KONCA POTI IN NAZAJ.**
 - o TEK NAPREJ Z BALONOM MED NOGAMA, NAZAJ TEK VZVRATNO
 - o V TEKU VODI BALON Z LEVO NOGO, NAZAJ Z DESNO
 - o BALON KOTALI PO TLEH TAKO, DA GA ODBIJAŠ Z LEVO ROKO, NAZAJ Z DESNO
 - o MIZICA (PO STOPALIH IN DLANEH, POPEK GLEDA GOR), BALON NALOŽI NA TREBUH
 - o PO VSEH ŠTIRIH, BALON LAHKO USMERJAŠ LE Z GLAVO
 - o SONOŽNI POSKOKI Z BALONOM MED NOGAMA
- **STOJIŠ MED OBEMA ČRTAMA NA SREDINI IN DELAŠ RAZLIČNE ODBOJE Z BALONOM.**
 - o 20 ODBOJEV Z DESNO ROKO
 - o 20 ODBOJEV Z LEVO ROKO
 - o STOJIŠ NA DESNI NOGI IN 15 ODBOJEV
 - o STOJIŠ NA LEVI NOGI IN 15 ODBOJEV
- **IGRICA** – NA VOLJO IMAŠ 1 MINUTO, V TEM ČASU SE LAHKO BALON LAHKO DOTIKA LE TVOJEGA TELESA, VENDAR SAMO ZA SEKUNDO – TOLIKO, DA GA LAHKO ZOPET ODBIJEŠ V ZRAK, KI IGRI LAHKO POVABIŠ ŠE DRUGE ČLANE DRUŽINE.
- **POSEBEN IZZIV – KAKO RAVNA JE LAHKO TVOJA STOJA NA LOPATICAH – »SVEČA"**
VELIKO ZABAVE IN SMEHA.

ŽIVALSKA TELOVADBA

GIBANJE VSAKE ŽIVALI PONAVLJAJ 45 SEKUND, NATO 15 SEKUND POČIVAJ.

PONOVI VEČKRAT!



HOP, HOP, HOP,
ŽABJI POSKOKI



PREMIKAJ SE KOT MEDVED,
PO VSEH ŠTIRIH



OPONAŠAJ GORILO IN
PO VSEH ŠTIRIH SKAČI
NAOKROG



SKAČI KOT "ZVEZDA":
ROKE IN NOGE GREJO
NARAZEN IN SKUPAJ



ČIM HITREJE TECI
NA MESTU



POSTAVI SE NA VSE ŠTIRI
S HRBTOM NAVZDOL IN
SE PREMIKAJ KOT RAK



PREMIKAJ SE KOT SLON, Z
ZELO TEŽKIMI KORAKI

MISELNI ZALIV

1. MATEMATIČNI IZZIV

Uporabi svoje matematične sposobnosti in reši spodnji izziv.

$$\text{monkey} + \text{monkey} + \text{monkey} = 21$$

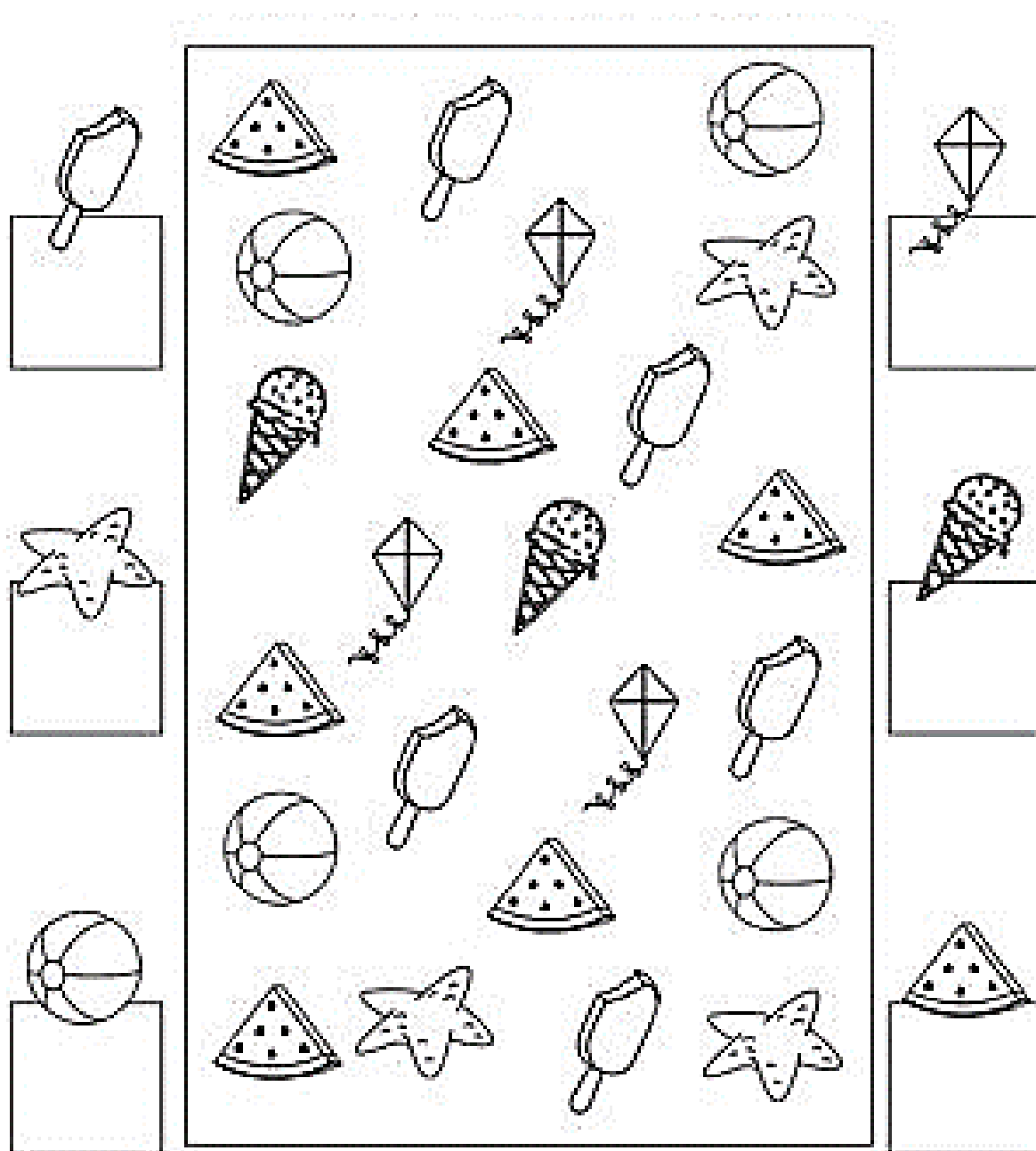
$$\text{banana} + \text{monkey} = \text{palm tree}$$

$$\text{monkey} + \text{banana} = 11$$

$$\text{banana} + \text{palm tree} + \text{monkey} = ?$$

2. POIŠČI, PREŠTEJ, ZAPIŠI

Preštej in zapiši koliko je posameznih predmetov.



3. ZNAŠ PRERBATI?

ZANŠ PRERTBAI? :)

Iz šutdije, ki jo je nraedil nkei porfesor iz Cambirdiga izahja, da pavrazparv ni vžano v kaškenm vsrtnem rdeu so čkre v nkei bsedi, vžano je smao, da sta pvra in zdanja čkra na praevm msetu. Na pvri pgoled igzleda zleo knofuzno, vdnear je mžono kjlub tmeu barti. Rzalog je v tem, da mžogani ne brejejo vaske čkre psobebej, apmak bsedo kot cleoto.

Znaimivo :)

4. OPAZUJEMO PTICE

Pojdi na sprehod v bližnjo okolico tvojega domačega kraja. Če želiš, lahko s seboj vzameš pripravljen delovni list- Opazujemo ptice, ki ti bo v pomoč pri opazovanju. Opazuj naravo, ptice in prisluhni zvokom narave. Želim ti, da bi se na sprehodu sprostil, naužil svežega zraka in videl čim več ptic, ki so na slikah učnega lista, tudi tiste, ki jih na učnem listu ni.

VRABEC



TAŠČICA



SINICA



KOS



ŠOJA



BRGLEZ



SRAKA



GOLOB



ČOPASTI ŠKOREC



LIŠČEK



VODOMEC



PASTIRICA



5. POIŠČI RAZLIKE

a) Poišči 6 razlik



b) Poišči 12 razlik



PIRATSKA PREHRANA

1. ČOKOLADNE LIZIKE

Čokoladne lizike predstavljajo dvojno veselje: prvič uživamo, ko jih izdelujemo, in drugič, ko jih jemo. Če jim vmes še komu podarimo, pa je zadovoljstvo kar trojno! 😊



Pripomočki za čokoladne lizike:

- 1 večja in 1 manjša posoda za vodno kopel
- žlica
- večja pola papirja za peko
- odlagalna površina (pult, miza ali velik pekač)
- palčke za ražnjiče ali cakepopse
- skledice za dodatke
- svinčnik

Sestavine za čokoladne lizike:

- poljubna čokolada (bela, mlečna, temna, z okusom ... ne pa take, ki imajo nadev) – iz 100 g čokolade dobimo 4 do 5 lizik
- dodatki (orehi, lešniki, mandlji, kokos, bučna semena, arašidi, mrvice, rozine in drugo suho sadje...)
- dodatki za okus (eterična olja sivke, limone, pomaranče, mete, cimeta ali lupinica limone ali pomaranče, cimet v prahu ali kaj drugega po želji)

Postopek za čokoladne lizike:

Najprej si pripravimo površino, kjer bomo delali čokoladne lizike. To naj bo večja ravna površina, npr. pult, miza ali velik pekač, na katero položimo večji kos papirja za peko. Pripravimo si vse dodatke, da jih bomo imeli med delom pri roki. Damo jih v skledice, da jih bomo lahko takoj dosegli. Pripravimo si tudi palčke za ražnjiče ali cakepopse. V bližini imejmo tudi svinčnik, s katerim bomo kar na papir za peko tik ob lizike napisali, kakšnega okusa so.

Nato se lotimo topljenja čokolade. Na štedilnik pristavimo večjo posodo, v katero vlijemo malo vode. V prvo posodo postavimo drugo, manjšo. Pri tem je pomembno, da se voda ne dotika zgornje posode. Zelo pomembno je tudi, da voda ne zavre, ampak le zelo nežno brbota. V zgornjo posodo nalomimo čokolado. Zdaj se mora lepo počasi stopiti. Za to je dovolj, če je posoda topla, nikakor pa ne sme biti vroča.



Ko se čokolada stopi, lahko dodamo kaj za okus, npr. eterično olje ali cimet v prahu.



Stopljeno čokolado zajamemo z žlico in na papirju za peko iz nje oblikujemo krog (ali drugo poljubno obliko). Vanj pomočimo palčko za različne ali cakepopse tako, da je ves zgornji del potopljen v čokolado. Če bo palčka še vidna, lahko kasneje čokoladna lizika pade z nje.



Nato izberemo enega izmed dodatkov in ga posujemo po čokoladnem krogu. Če želimo, da bo izbran dodatek tudi na zadnji strani lizike, ga nekaj posujemo po papirju za peko in nanj nanesemo čokolado ter oblikujemo krog. Nato vanj potopimo palčko.

Postopek nadaljujemo, dokler ne izdelamo toliko čokoladnih lizik, kot želimo. Predlagam, da vmes, ko boste topili različne vrste čokolade, posode ne pomivate, pazite pa, da najprej stopite svetlejšo čokolado ali tisto z nežnejšim okusom, nato pa nadaljujete s temnejšo in z intenzivnejšo aromo. Ko smo končali z izdelovanjem čokoladnih lizik, jih pustimo, da se strdijo na sobni temperaturi. Šele nato jih previdno odlepimo s papirja za peko. Če prostor, v katerem imamo lizike, ni pretopen, se bodo lizike zelo enostavno odstranile s papirja, če jih bomo rahlo privzdignili za palčko.

Poleg lizik s svinčnikom napišimo, katere sestavine smo uporabili, sicer bomo pozabili ali vse zamešali. 😊



2. HRUSTLJAVE CIMETOVE ŽEMLJICE

Hrustljave cimetove žemljice so slasten obrok, ki ga pripravimo na hitro. Hkrati je to dobra rešitev, kako porabimo žemljice, ko le-te niso več povsem sveže. Hrustljava skorjica in mehka sredica očarata, cimet pa poskrbi za omamno aromo.



Hrustljave cimetove žemljice – pripomočki:

- globok krožnik ali skodelica
- vilica
- deska za rezanje
- nož
- ponev
- lopatka
- majhna skodelica
- čajna žlička
- cedilo z gosto mrežo

Hrustljave cimetove žemljice – sestavine:

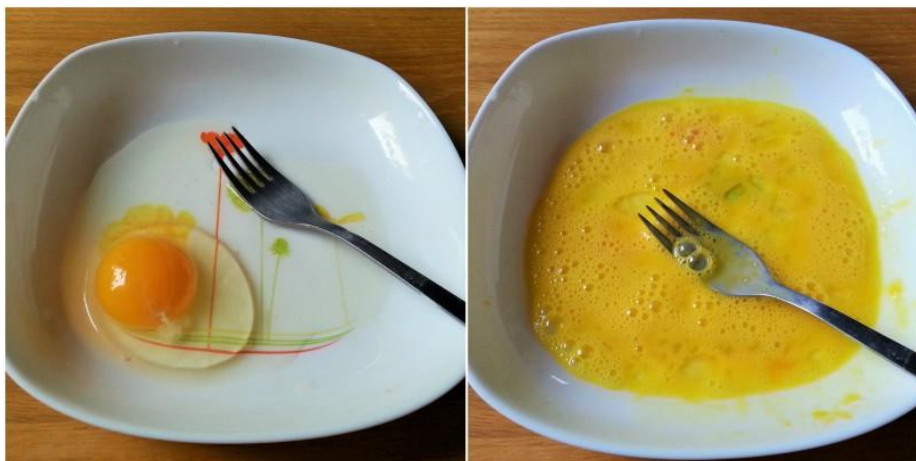
- 4 žemljice
- 2 jajci
- 3-4 dl mleka
- 1 čajna žlička mletega cimeta
- sladkor (po želji, ni potrebno)
- maščoba za peko (po želji)

Posip:

- 3 čajne žličke sladkorja v prahu
- 1 čajna žlička mletega cimeta

Postopek:

V globok krožnik ubijemo 2 jajčki in ju stepemo z vilico.



Dodamo mleko in cimet v prahu. Če ste ljubitelji cimeta, lahko pretiravate s količino – vsaj 1 čajno žličko. Vse skupaj dobro premešamo.



Žemljice razpolovimo in jih prerežemo čez polovico kot prikazuje slika.



V ponvi stopimo žličko maščobe (olje, kokosovo maščobo oz. kar pač uporabljate).



Žemljice potopimo v pripravljeno jajčno – mlečno tekočino z obeh strani, da se lepo napijejo.



Popečemo jih na dobro segreti ponvi.



Ko je skorjica zlato rjave barve, jih z lopatko obrnemo in popečemo še na drugi strani.

V manjši skodelici zmešamo 3 čajne žličke sladkorja v prahu in 1 čajno žličko mletega cimeta.

Hrustljave žemljice s pomočjo sita potrosimo s sladkim cimetovim posipom in postrežemo takoj. Zraven lahko ponudimo kompot, energijski napitek ali gosti korenčkov sok.

Dober tek! ☺

ZA KONEC: lahko se igraš pirate in gusarje, vendar pa ne bodi pravi, grozni pirat, ampak se danes raje VPRAŠAJ:

- Kaj je nekdo lepega storil zame?
- Kaj sem jaz storil lepega za nekoga?

Za vse lepo, kar ste doživeli, lahko izrazite **HVALEŽNOST**.

Poiščite steklen kozarec. Lahko očistite kozarec od kumaric in ga lepo okrasite. Na list papirja napišite, **za kaj (za katero osebo, stvar ali lepo dejanje) ste danes hvaležni.**

To lahko ponavljate vsak dan in s »hvaležnostjo« polnite kozarec.



POVEJ NEKOMU, DA GA IMAŠ RAD

Povejte mami, očeti, bratu sestri,, da ga / jo imate radi.

Lahko pokličete prijatelja ali sošolca, ki ga že dolgo niste videli in mu povejte kaj lepega.

Če želite oz. imate možnost, mu napišite pismo in sporočite, zakaj ga imate radi, ga cenite,...

