



## VSAKDANJE TEŽAVE - KAKO JIH PREMAGATI

Vsakdo ima kdaj pa kdaj slab dan ali naleti na problem, ki se mu zdi prav tisti trenutek nerešljiv. Najpomembnejše je, da se zavedamo, da se to dogaja vsem in da se da vsako težavo rešiti. Večina problemov se razreši najhitreje tako, da se pogovorimo z osebo, zaradi katere menimo, da je problem nastal ali pa poiščemo razrednika ali osebo, ki ji lahko zaupamo.



**Kako rešim problem, če....**



**....nimam copat?**

Kadar se ti zgodi, da si copate pozabil ali jih ne najdeš, si jih lahko sposodiš, saj imamo prostor, kjer so spravljene izgubljeni copati. Pridi k receptorju, ki ti bo pokazal kje je ta prostor. Če pa pogosto pozabljaš copate, se bo potrebno pogovoriti tudi s tvojimi starši.



**....zamudim začetek pouka?**

Sezuj čevlje in jih odnesi v garderobo, nato pa se takoj napoti v učilnico. Potrkaj, pozdravi in se opraviči za zamudo.



**...nimam s seboj potrebnih pripomočkov za delo?**

To pomeni, da ne boš mogel delati tako kot tvoji sošolci. Na začetku ure obvesti učitelja. Če se ti to zgodi enkrat ne bo težav, če pa se ti to pogosto dogaja, pa nekaj ni v redu in se bo potrebno pogovoriti s svetovalnimi delavci in starši. Če namenoma pozabljaš na svoje obveznosti, boš imel težave, saj ti nevestno delo in pozabljanje obveznih pripomočkov onemogoča šolsko delo, kar pa seveda vpliva tudi na zaključno oceno pri predmetu. Poskusi se organizirati in pred spanjem preveri, ali si vse pripravil v torbo za naslednji dan.



**....nisem naredil domače naloge?**

Redno izpolnjevanje domačih nalog spada med obveznosti vsakega učenca. Če se ti to zgodi le izjemoma, se na začetku ure opraviči učitelju, če pa se to večkrat ponavlja, je nekaj narobe s tvojim domačim delom, zato bolj pozorno načrtuj delo, lahko pa prosiš učitelja ali svetovalno službo, naj ti pokaže koristne tehnike, kako se lotiti domačih nalog. Zavedaj se, da izpolnjevanje domačih nalog pripomore k boljšemu razumevanju snovi, utrjevanju in pridobivanju znanja. Ne prepisuj domačih nalog – to je le zapravljanje časa.



**....ne morem telovaditi?**

Opravičilo pri športni vzgoji je možno samo iz zdravstvenih razlogov. Opravičilo napišejo starši oziroma zdravnik. Pomembno je vedeti, da je telovadba pomembna tudi za naš miselni in ne samo telesni razvoj



### ... me je strah ocenjevanja?

Preverjanje in ocenjevanje je za nekatere huda obremenitev. Če boš redno delal domače naloge, sledil razlagi in aktivno sodeloval pri pouku, bo pripravljenost na preverjanje znanja boljša in zato tudi strah manjši. Sicer pa se včasih vseeno zgodi, da nisi pripravljen. Najbolje bo, da to poveš učitelju na začetku ure in se z njim vljudno dogovoriš za naslednji termin.



### ....dobim slabo oceno?

Premisli, ali je ocena slaba zato, ker se nisi učil ali zato, ker snovi ne razumeš. V slednjem primeru takoj prosi učitelja ali sošolca za dodatno razlago, se snov nauči in se dogovori z učiteljem za popravljanje ocene.



### .....ne razumem razlage?

Z dvigom roke opozori učitelja in ga prosi za podrobnejšo razlago. Učitelj bo po potrebi razlago ponovil ali pa ti svetoval, da prideš k dopolnilnemu pouku. Če učitelj nima dopolnilnega poka, **se z njim dogovori**, da ti bo pomagal morda pri dodatnem pouku.



### ....se ne počutim dobro?

Če se slabo počutiš povej učitelju, če pa se ti to zgodi med odmorom poišči razrednika ali povej dežurnemu učitelju. Učitelj bo odločil, kaj narediti. Nikoli ne odhajaj domov sam, ne da bi prej o tem koga obvestil.



### ...imam osebne težave?

Takoj se bo treba s kom pogovoriti. Doma so tvoji starši, v šoli pa se lahko pogovoriš z razrednikom ali učiteljem, ki mu zaupaš. Vsi ti bomo radi pomagali. Ne pozabi: vsak problem je rešljiv.



### ....se ne razumem s sošolci?

Vsi se moramo potruditi za dobre medsebojne odnose. Včasih pride do nesporazumov, ki pa jih ne moremo rešiti z nasiljem, pač pa le s pogovorom in dobro voljo. Ne pusti se izzivati in ne bodi nasilen. Pri odpravljanju nesporazumov lahko pomagajo sošolci, s katerimi se dobro razumeš. Če pa je nesporazum prehud, pojdi po nasvet k učitelju ali svetovalnemu delavcu.



### ....sem užalil sošolca, učitelja ali drugega delavca šole?

Razmisli, kako se počutiš, ko drugi užalijo tebe in se mu opraviči.