

Bubnování

V úterý 1. září jsme se sešli všichni ve škole. Začal nový školní rok, ale něco je letos trochu jinak než v jiných letech. S některými dětmi jsme se potkali krátce v červnu, ale mnozí z nás se do školy vrátí po půl roce domácího vzdělávání. Všichni před sebou vidíme velké množství práce, které nás čeká. Zopakujeme vše, co si žáci osvojili během distanční výuky, upevníme získané vědomosti. Co se nedotáhlo, naučíme se společně. Zkusíme se sladit. A to nejen v učivu, ale i jako kolektiv.

Nebyli jsme spolu dlouho, nesdíleli společné zážitky, nekamarádili se, nepohádali a zase usmířovali, nezlobili jsme, neházeli křídou, nevyváděli lumpárny, nesmáli se prožitým příhodám. Asi mi dáte za pravdu, že nemůžeme rovnýma nohama skočit do češtiny či matematiky, musíme prožít něco společného, co nás dá dohromady.

Během prvního týdne, ve čtvrtek a v pátek, nás čeká první společná výzva. Budeme bubnovat. Každý má rytmus v sobě, jen má někdy problém ho sladit s rytmem ostatních. Skupinové bubnování nám pomůže najít společnou řeč. O pozitivním vlivu této aktivity jste jistě slyšeli. Bubnování má velmi pozitivní vliv na zdraví fyzické i psychické. Uvolňuje stres a napětí, snižuje krevní tlak. Navodí pocit pohody. Propojuje pravou a levou hemisféru. Užijeme si to!