**PETAK 18. 12.**

**SAT RAZREDNIKA**

**Ostvari ono što želiš**

Branko je nastupao za školsku atletsku ligu. Uvijek je bio zadovoljan svojim rezultatima, ali je trener htio da pokuša trčati na 400 metara jer dugo nije vidio dobar rezultat u toj disciplini. Kazao mu je:

Ako budeš marljivo radio, možeš oboriti školski rekord na 400 metara.

Branko je trenirao svaki dan. Trčao je oko kuće, u parku. Stalno je pobjeđivao na svim školskim natjecanjima, ali ga je mučio taj školski rekord. Stalno je razmišljao o njemu. U svojim snovima znao bi čuti gromoglasni pljesak u trenutku obaranja rekorda. Kakav osjećaj!

Jednog dana Branko je kasno popodne otišao na školsku stazu. Bio je potpuno sam. Ponio je štopericu. Duboko udahnuo i polako ispustio zrak.

Nešto mu je govorilo:“ Ovo je taj dan!“ Pripremio se, pritisnuo štopericu i pojurio. Na cilju je ponovo pritisnuo dugme na štoperici.

Hoće li se usuditi pogledati na vrijeme? Na kraju je to učinio. Oborio je školski rekord za 7 sekundi! 7 sekundi! „

Kada pročitaš priču, usmeno odgovori na sljedeća pitanja:

Što je trener želio od Branka? Što mislite, zašto je trener želio da se Branko okuša u trčanju na 400 metara? Je li to bio izazov za Branka?

Koji su ga osjećaji obuzimali? Kamo je otišao jedno popodne? Zašto?

Je li oborio školski rekord? Je li ostvario svoj cilj? Kako se tada osjećao? Kako biste se vi osjećali? Jesu li nam ciljevi važni u životu? Imate li vi ciljeve?

**Važno je određivati ciljeve u životu jer se osjećamo bolje. Oni nas potiču na ostvarenje naših snova. Kada odredimo cilj, krenimo u njegovo ostvarenje.**

**KOJI JE TVOJ CILJ?**

Usporedi svoje sadašnje ponašanje, postupke, učenje sa željenim ponašanjima, postupcima, učenjem. Nakon toga postavi si nekoliko kratkoročnih i dugoročnih ciljeva za navedeno razdoblje. Napiši na papir koji je tvoj tjedni, mjesečni i godišnji cilj.

Primjer 1. Ne idem rano u krevet pa mi se spava u razredu.

 Cilj: Ići ću ranije spavati i u školi ću biti odmoran i spreman za rad.

Primjer 2. Spor sam u pisanom množenju, jer nisam naučio tablicu množenja.

 Cilj: Naučit ću tablicu množenja pa ću biti brži.

Tjedni cilj: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Mjesečni cilj: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Godišnji cilj: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_