



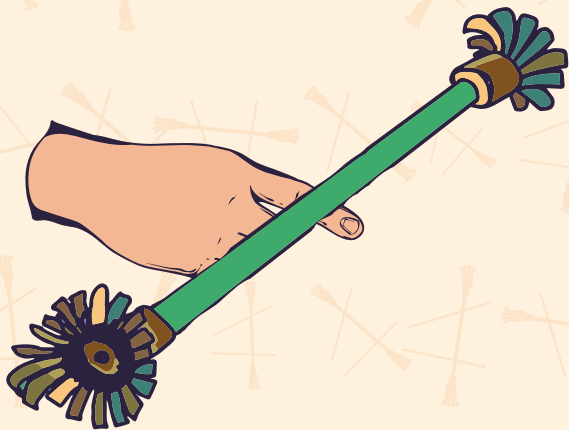
FLOWERSTICK

ACTION
CARDS

FLOWERSTICK



**Palico uravnoteži
na enem ali več
prstih.**





FLOWERSTICK

ACTION **CARDS**

FLOWERSTICK



**Palico uravnoteži
vodoravno
na roki.**





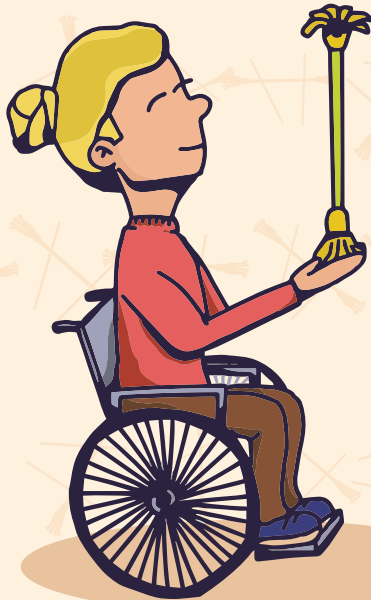
FLOWERSTICK

ACTION **CARDS**

FLOWERSTICK



**Palico uravnoteži
navpično na dlani.**





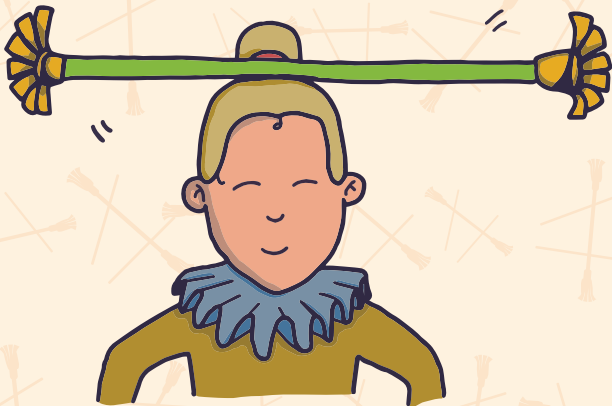
FLOWERSTICK

ACTION **CARDS**

FLOWERSTICK



Palico uravnoteži na glavi.





FLOWERSTICK

ACTION
CARDS

FLOWERSTICK



**Palico uravnoteži na
hrbтни strani roke.**





FLOWERSTICK

ACTION
CARDS

FLOWERSTICK



Palico držita med telesoma brez uporabe rok.





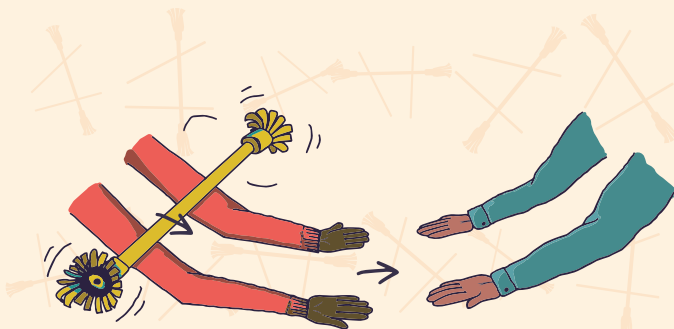
FLOWERSTICK

ACTION
CARDS

FLOWERSTICK



**Palico skotali po
svojih rokah na roke
druge_ga.**





FLOWERSTICK

ACTION
CARDS

FLOWERSTICK



Palico skotali po svojih rokah.





FLOWERSTICK

ACTION **CARDS**

FLOWERSTICK



**Podajta si
flowerstick z
uporabo palic.**





FLOWERSTICK

ACTION
CARDS

FLOWERSTICK



**Palico vrzi in ujemi
na kakršen koli
način želiš.**



KATERIKOLI PREDMET



ACTION **CARDS**

KATERIKOLI PREDMET



KATERIKOLI PREDMET



ACTION **CARDS**

KATERIKOLI PREDMET



Zgradi stolp iz katerihkoli predmetov





KATERIKOLI PREDMET



ACTION
CARDS



KATERIKOLI PREDMET



**Držita en ali več
predmetov
z različnimi deli telesa
(pazduha, kolena...)**



KATERIKOLI PREDMET

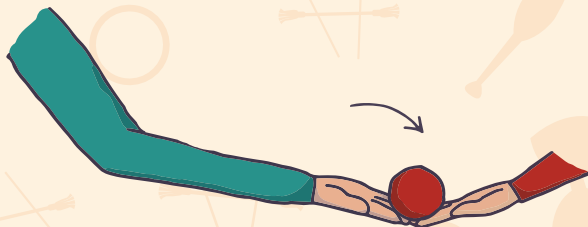


ACTION **CARDS**

KATERIKOLI PREDMET



Predmet nežno podaj partnerju_ici





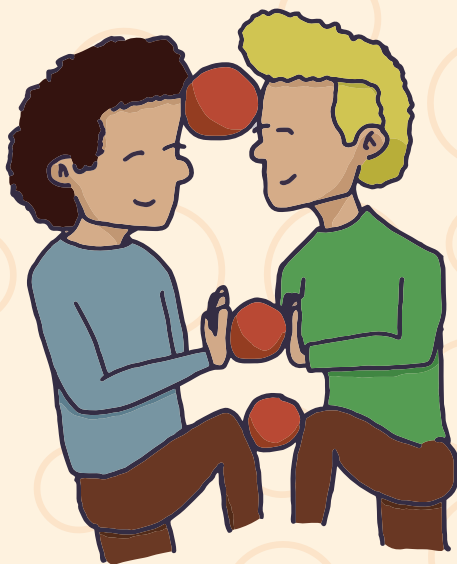
ŽOGICE

ACTION **CARDS**

ŽOGICE



Naredi stik z dvema ali več žogicami





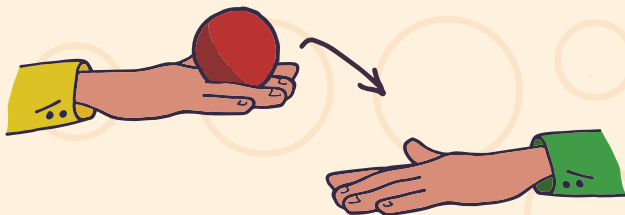
ŽOGICE

ACTION *CARDS*

ŽOGICE



**Žogico uravnoteži
na hrbtni strani
dlani in jo podaj
partnerki_ju**





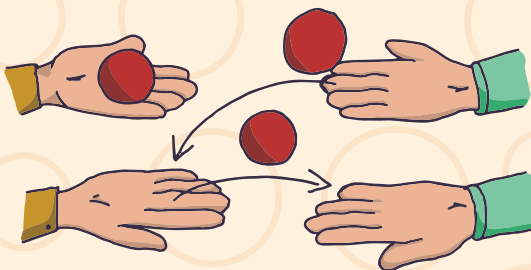
ŽOGICE

ACTION **CARDS**

ŽOGICE



**Tri žogice si podajajta
eno po eno,
vedno v prazno roko**





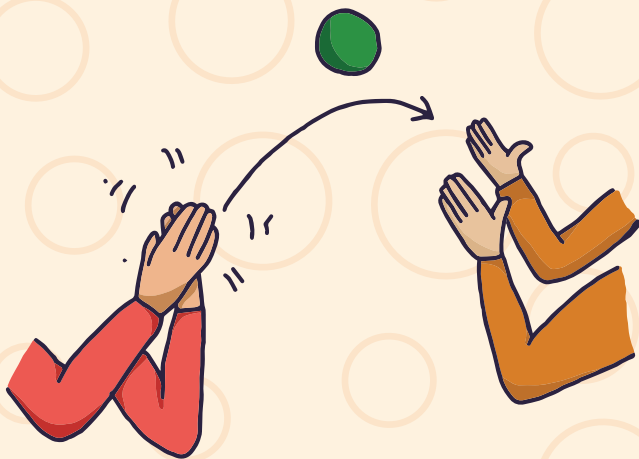
ŽOGICE

ACTION **CARDS**

ŽOGICE



**Partnerju_ki vrzi
(ali predaj) eno žogico
in enkrat ploskni,
preden ti jo poda nazaj**





ŽOGICE

ACTION **CARDS**

ŽOGICE



Skotali eno ali več žogic partnerki_ju





ŽOGICE

ACTION *CARDS*

ŽOGICE



Na svojem telesu uravnoteži tri (ali več) žogic





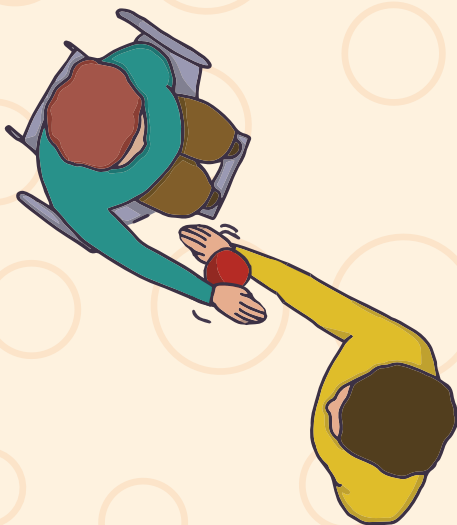
ŽOGICE

ACTION **CARDS**

ŽOGICE



S partnerico_jem skotalita eno žogico med telesoma





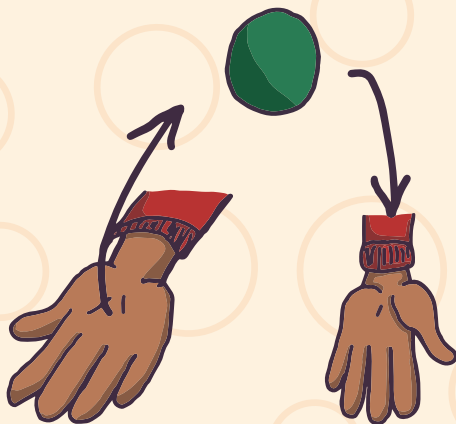
ŽOGICE

ACTION **CARDS**

ŽOGICE



**Vrzi (ali predaj)
žogico iz ene roke v
drugo**





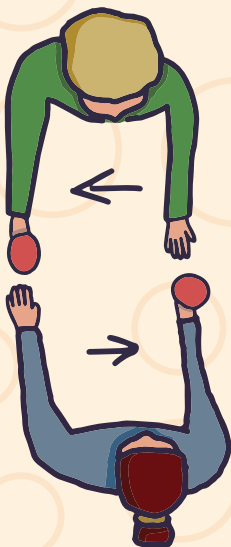
ŽOGICE

ACTION **CARDS**

ŽOGICE



**Izmenjujoče: podaj si
katerikoli predmet,
kakorkoli želiš.
Ostali te posnemajo**





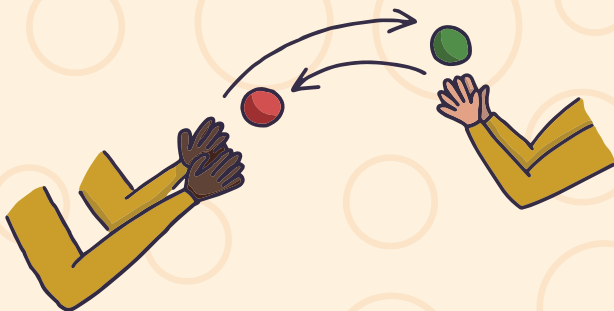
ŽOGICE

ACTION
CARDS

ŽOGICE



**Vrzi (ali predaj) eno
žogico partnerju_ici in
ujemi tisto, ki ti jo
on_a vrže (ali preda)**





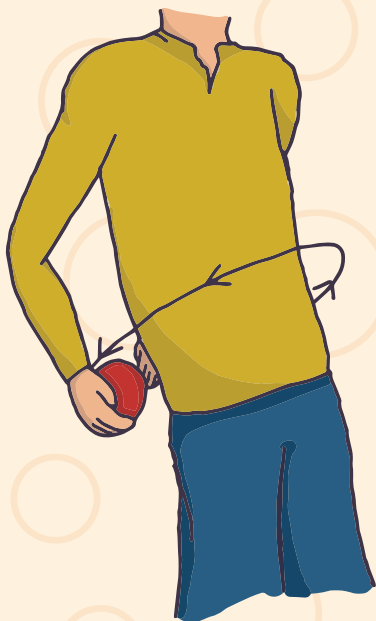
ŽOGICE

ACTION **CARDS**

ŽOGICE



**Podajaj si eno žogo
okoli pasu tako, da
narediš cel krog**





BLAZINA



ACTION **CARDS**



BLAZINA



**Ena oseba je na tleh
na kolenih, druga je
obrnjena proti njej
in stopi na njene
noge, držita se za
zapestja**





BLAZINA



ACTION

CARDS



BLAZINA

Ena oseba je na tleh na kolenih, druga je obrnjena stran od nje in stopi na njene noge. Prva oseba prime drugo za boke





BLAZINA

ACTION

CARDS



BLAZINA

**S telesoma
ustvarita obliko
črke "V"**





BLAZINA



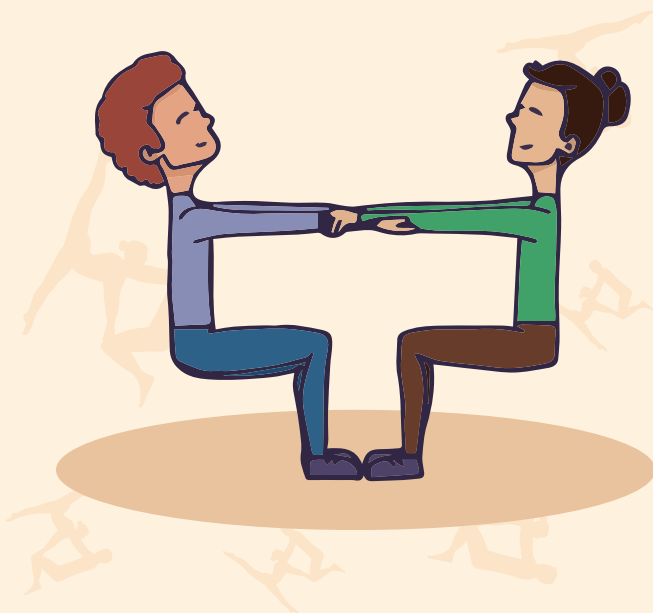
ACTION

CARDS



BLAZINA

**Usedita se na nevidni
stol, obrnjena drug
proti drugemu**





BLAZINA



ACTION

CARDS



BLAZINA

Skupinska vaja. Stoj nad partnerkinimi_jevimi koleni!

Pomočnica_k za varnost je nujna_en!





BLAZINA

ACTION

CARDS



BLAZINA

**Skupinska vaja:
ustvarite to
piramido. Imejte še
pomočnika_co za
varnost**





BLAZINA



ACTION CARDS



BLAZINA



**Nežno se usedi na boke
partnerice_ja. Nato
zamenjajta vlogi**





BLAZINA



ACTION CARDS



BLAZINA



**Položi roke na
partnerjeva_ičina
ramena, kot je
prikazano na sliki.
Nato zamenjajta vlogi**





BLAZINA



ACTION CARDS



BLAZINA



**Stoj nad
partnerko_jem,
kot na sliki**





ACTION CARDS



**Stoj na eni nogi.
Za ravnotežje si
pomagaj
z rokami**





BLAZINA



ACTION CARDS



BLAZINA



**Ustvari most s
svojim telesom.
Partner_ka naj
se splazi spodaj**





BLAZINA



ACTION CARDS



BLAZINA



**Lezi na tla in bodi trd_a
kot deska. Partner_ka
naj ti počasi dvigne
gležnje od tal
(ne previsoko)**



IGRE

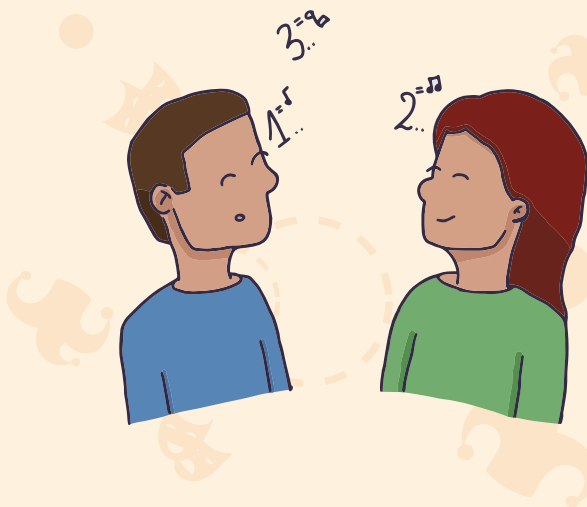


ACTION CARDS

IGRE



S partnerko _jem štejeta do
3, tako da se izmenjujeta
pri izgovarjanju števil. Po
nekaj ponovitvah
zamenjata številko 1 z
zvokom. Nato še številko 3
z drugim zvokom



IGRE



ACTION CARDS

IGRE



**En_a partner_ka hodi po
prostoru, drugi_a določa
hitrost hoje z
izgovarjanjem (ali
kazanjem) števil od 1
(zelo počasi)
do 5 (zelo hitro)**



IGRE



ACTION CARDS

IGRE



**Nežno premikaj
partneričine_jeve roke
in noge kot lutko. Lutke
se lahko dotikaš
ali pa ne**



IGRE



ACTION CARDS

IGRE



**Pantomima: odigraj
situacijo / dejanje /
predmet,
partner_ica mora
ugotoviti, kaj kažeš**



IGRE



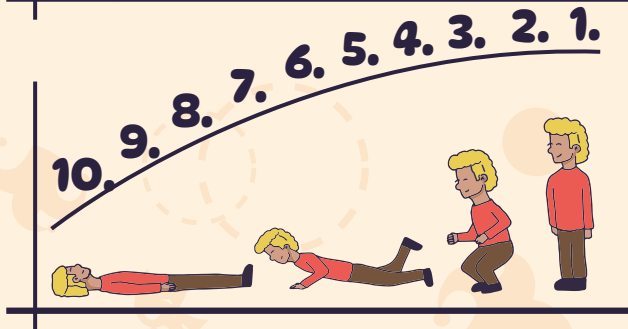
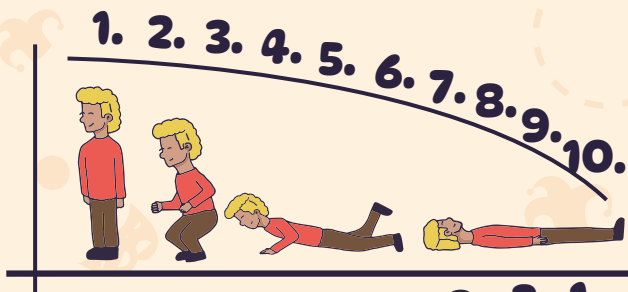
ACTION CARDS

IGRE



Začni stoje. Med tem, ko šteješ od 10 do 1 se počasi ulezi, nato se spet počasi dvigni, medtem ko šteješ od 1 do 10.

Delaj v svojem tempu



IGRE

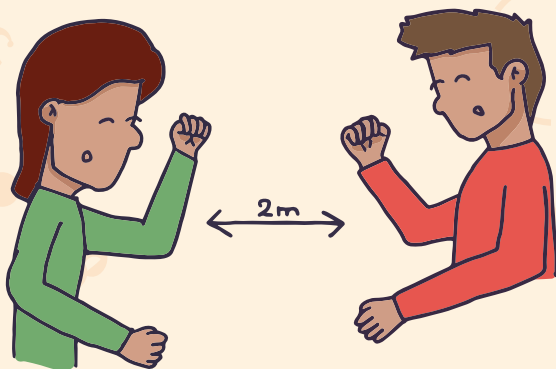


ACTION CARDS

IGRE



**V paru zaplešita ples
v počasnem
posnetku, začnita
dva metra narazen**



IGRE



ACTION CARDS

IGRE



**Oblikuj partnerico_ja
kot kip, postavi ji_mu
roke in noge v položaj**



IGRE



ACTION CARDS

IGRE



**Partner_ica je tvoje
ogledalo. Ko se
premakneš ti, se
enako premakne
on_a**





KROŽNIKI

ACTION CARDS

KROŽNIKI



**Krožnik drži na palici
(in se sprehajaj, če ti je
udobno)**





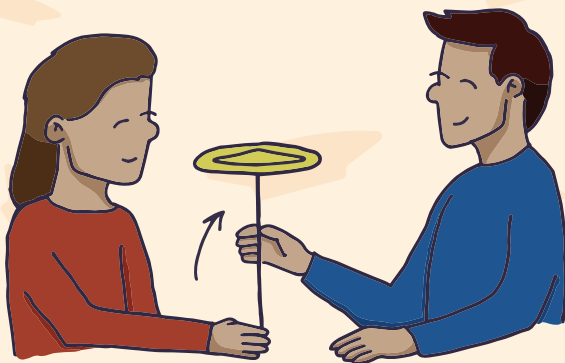
KROŽNIKI

ACTION **CARDS**

KROŽNIKI



**Krožnik, ki je
uravnotežen na
palici, podaj
partnerici_ju**





KROŽNIKI

ACTION CARDS

KROŽNIKI



**Krožnik uravnoteži
na enem prstu (in se
sprehajaj, če ti je
udobno)**





KROŽNIKI

ACTION CARDS

KROŽNIKI



**Krožnik podaj s
svojega prsta na
partneričin_jev
prst**





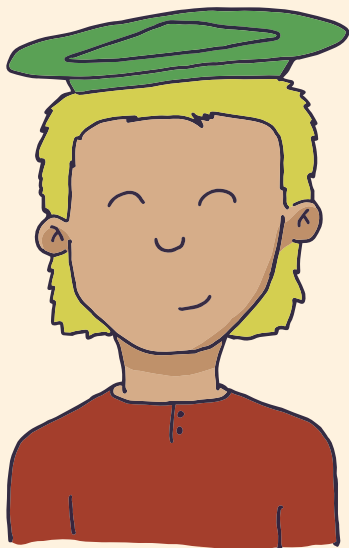
KROŽNIKI

ACTION CARDS

KROŽNIKI



**Krožnik uravnoteži
na glavi (in se
sprehajaj, če ti je
udobno)**





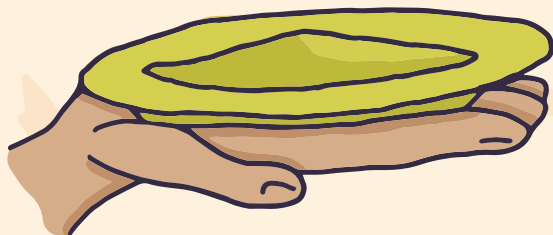
KROŽNIKI

ACTION **CARDS**

KROŽNIKI



**Krožnik drži na
odprti dlani (in se
sprehajaj, če ti je
udobno)**





KROŽNIKI

ACTION CARDS

KROŽNIKI



Krožnik zavrti na enem prstu





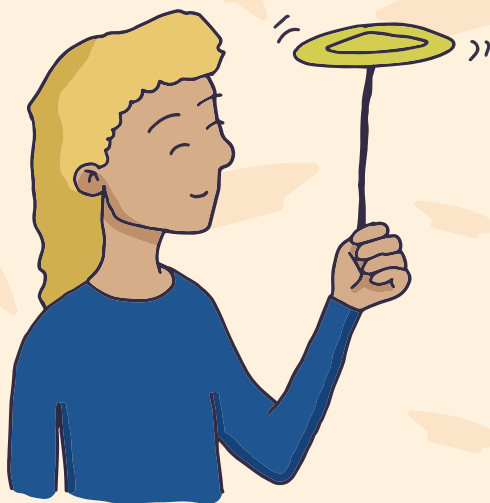
KROŽNIKI

ACTION CARDS

KROŽNIKI



Krožnik zavrti na palici





KROŽNIKI

ACTION **CARDS**

KROŽNIKI



**Krožnik prenesi s
kazalca desne roke
na kazalec leve roke**





KROŽNIKI

ACTION **CARDS**

KROŽNIKI



Krožnik zamenjaj s partnerko_jem





RUTKE

ACTION **CARDS**

RUTKE



Po zraku napiši ime
svoje_ga
partnerice_ja
z rutko





RUTKE

ACTION *CARDS*

RUTKE



**Vrzita rutke v zrak.
Katera ostane dlje
v zraku?**





RUTKE

ACTION *CARDS*

RUTKE



**Rutko vrzi z eno roko
in jo ujemi z drugo,
naj počasi pada**





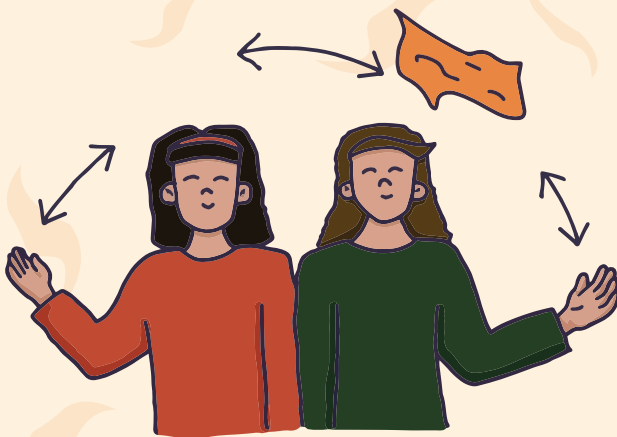
RUTKE

ACTION *CARDS*

RUTKE



Z metanjem rutk ustvarita mavrico





RUTKE

ACTION **CARDS**

RUTKE



Rutko podaj partnerki_ju





YOGA BLOK

ACTION *CARDS*

YOGA BLOK



Z eno nogo stopi na yoga blok





JOGA BLOK / ROLA BOLA

ACTION *CARDS*

JOGA BLOK / ROLA BOLA



Stopi na desko, ki je uravnotežena na joga bloku





BLOC DE OGA / ROLA BOLA

ACTION CARDS

BLOC DE OGA / ROLA BOLA



**Desko položi na dva
navpična bloka ali valja
in stopi nanjo. Prosi
nekoga, naj te varuje**





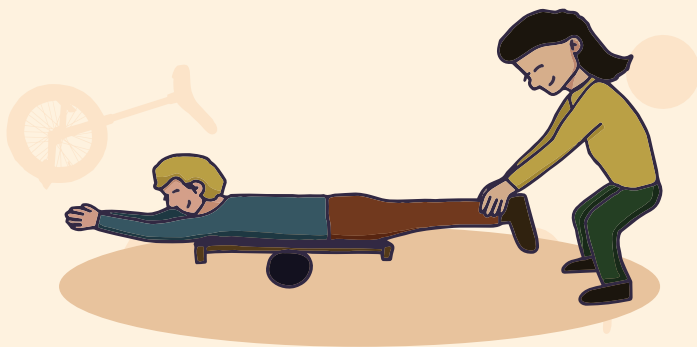
BLOC DE OGA / ROLABOLA

ACTION **CARDS**

BLOC DE OGA / ROLABOLA



**S trebuhom se uleži na
desko rola bole,
medtem ko ti nekdo
drži gležnje**





BLOC DE OGA / ROLA BOLA

ACTION *CARDS*

BLOC DE OGA / ROLA BOLA



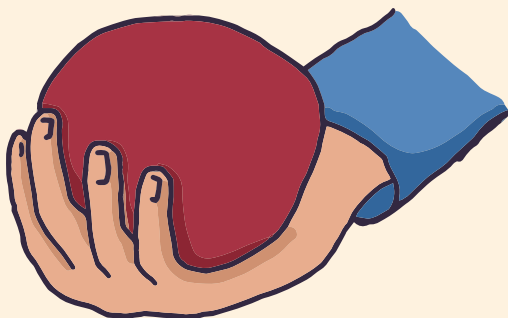
**Stopi na desko,
medtem ko te druga
oseba varuje**



DESCARTE

Nekatere osebe lahko uporabljajo le eno roko.

Izzovi se: med vajami v dominantni roki drži žogico.



BE CARE

**Nekatere osebe se po
svetu premikajo brez
uporabe nog.**

**Izzovi se: med vajami ves
čas sedi na stolu.**



BE CARE

**Nekatere osebe v življenju
potrebujejo podporo.**

**Izzovi se: med vajami bodi
privezan_a na partnerja**



BE CARE

Nekatere osebe se težko premikajo z nogami.

Izzovi se: med vajami si priveži noge skupaj.



W CARE

Nekatere osebe doživljajo svet brez sluha.

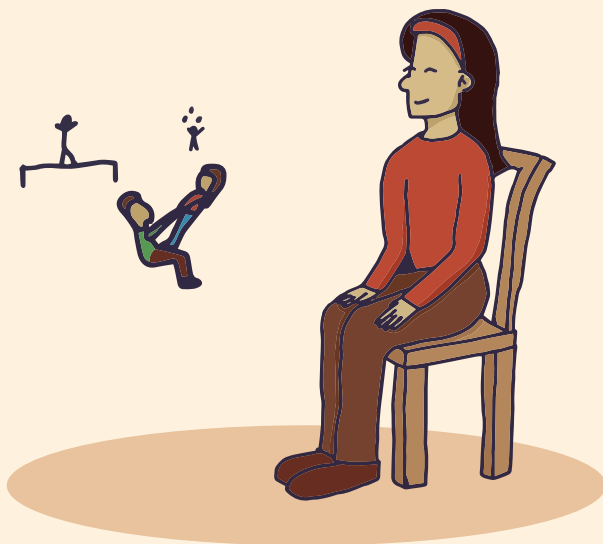
Izzovi se: med vajami si nadeni slušalke in glasno predvajaj glasbo.



BE CARE

**Nekatere osebe morajo
pogosto počivati, da
ohranijo energijo.**

**Izzovi se: usedi se stran v
miren prostor.**



BE CARE

**Nekatere osebe
komunicirajo brez besed.**

**Izzovi se: vajo
partnerki_ju razloži brez
uporabe besed.**



BE CARE

**Nekatere osebe se
premikajo počasneje.**

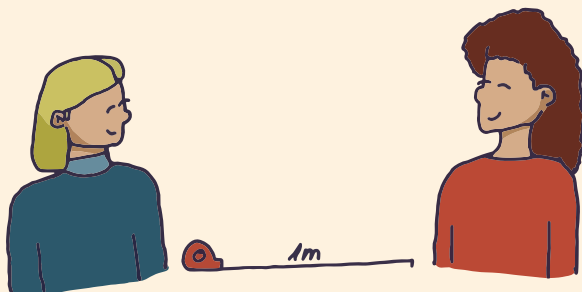
**Izzovi se: gibaj se čim
počasneje.**



BE CARE

**Za nekatere je telesni
stik težak.**

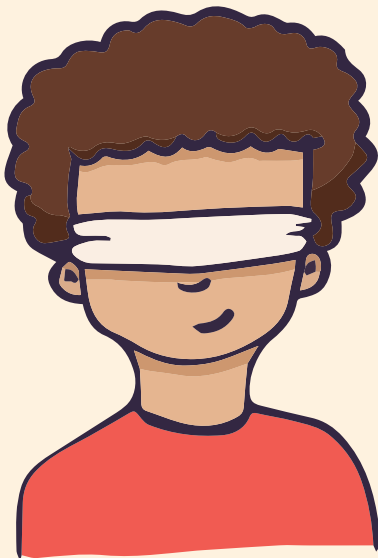
**Izzovi se: vaje izvajaj tako,
da si vedno 1 meter stran
od partnerke_ja.**



BE CARE

**Nekatere osebe svet
doživljajo brez vida.**

**Izzovi se: nadeni si
prevezo za oči.**



BE CARE

**Nekatere osebe spontano
delajo geste in zvoke.**

**Izzovi se: vsako minuto
reci »metulj« in se
pretvarjaj, da letiš.**



BE CARE

**Nekaterim osebam je
težko ostati pri miru.**

**Izzovi se: gibaj se brez
ustavljanja ali počitka.**



WELCOME

Nekatere osebe se težko osredotočijo.

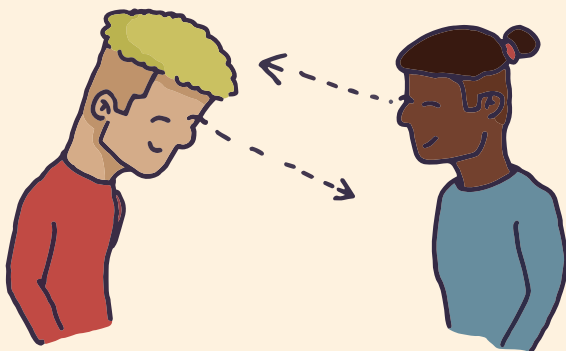
Izzovi se: vaje izvedi brez branja navodil.



BE CARE

**Nekaterim osebam je
neprijetno ob očesnem
stiku.**

**Izzovi se: nikogar ne glej v
obraz.**



BE CARE

**Nekateri se gibljejo na
drugačne načine.**

**Izzovi se: pri vsakem
koraku se dotakni tal z
enim kolenom.**

