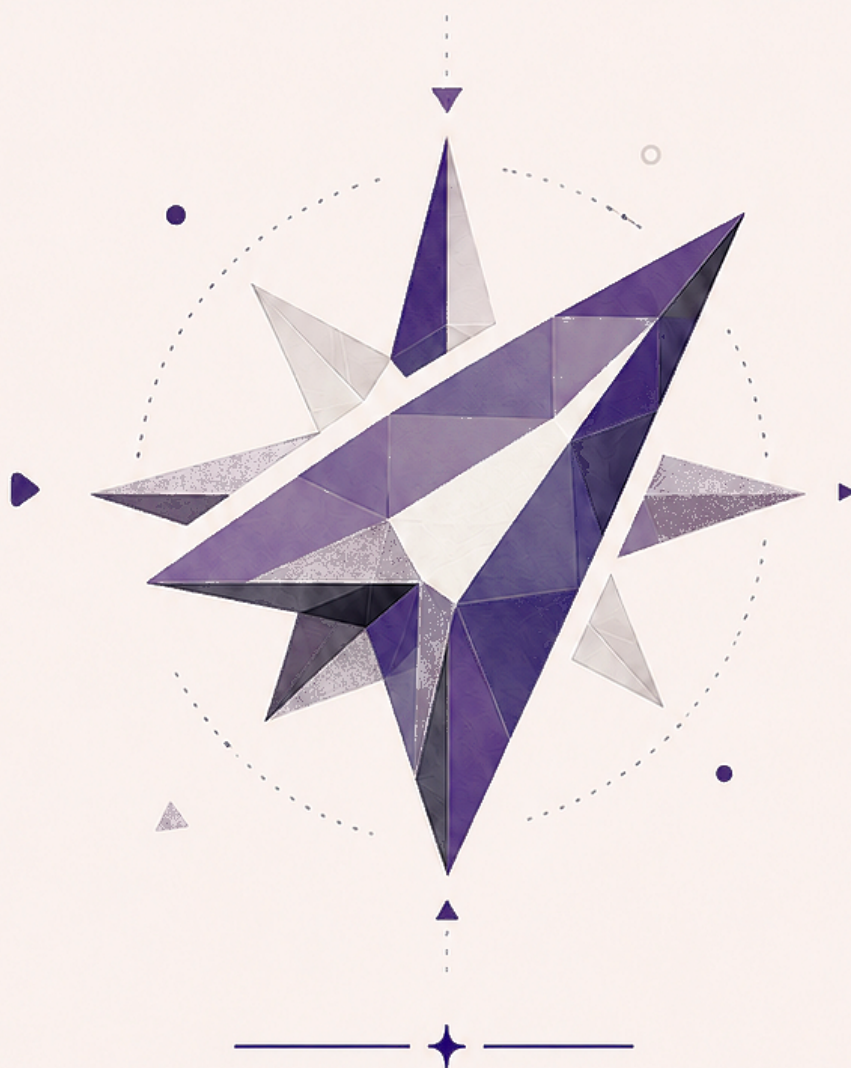


MOJE NOVÁ KAPITOLA



Průvodce pro deváťáky
kteří otvírají novou kapitolu svého příběhu

*Jedny dveře se dnes zavírají.
Další už čekají, až je otevřeš.*

VÍTEJ



Co máš před sebou?

Tento pracovní sešit ti pomůže zastavit se mezi dvěma důležitými etapami. Ohlédneš se za základní školou, uvědomíš si, co sis z ní odnesl/a, a připravíš se na přechod na střední školu s větším klidem a jistotou.

Jak s tímto sešitem pracovat?



Najdi si klidné místo a čas jen pro sebe.



Piš upřímně, nejsou tu správné ani špatné odpovědi.



Přemýšlej, piš, kresli, škrtaj a plánuj.



Pokud chceš, můžeš se o některé odpovědi podělit s kamarádem, rodičem nebo učitelem.



Vrať se sem kdykoli budeš potřebovat připomenout, kam směřuješ.

Na začátku nové cesty

Nemusíš mít všechno vyřešené hned. Stačí udělat první krok, všimnout si sebe a dát prostor svým myšlenkám. Tvoje nová kapitola může začít právě tady.

Zastav se. Nadechni se. Až budeš připravený/á, začni.

OHLÉDNUTÍ ZA ZÁKLADNÍ ŠKOLOU



MOJE ZÁKLADNÍ ŠKOLA



1. Na co budu ze základní školy nejraději vzpomínat?



2. Které chvíle nebo zážitky mě nejvíc formovaly?



3. Na co jsem za celé období základní školy nejvíc pyšný/á?



4. Co mi ve škole šlo a v čem jsem během let nejvíc vyrostl/a?

MŮJ SVĚT NA ZÁKLADNÍ ŠKOLE

✦ PŘEDMĚTY ✦

Které předměty mě bavily, které mi šly
a co jsem se v nich naučil/a?

✦ KAMARÁDI ✦

Kdo patřil do mého školního světa
a proč pro mě byli důležití?

✦ KONÍČKY A VOLNÝ ČAS ✦

Čemu jsem se věnoval/a
po škole a co mi dělalo radost?

✦ MOJE RUTINA ✦

Jak vypadal můj běžný
školní den? Co mi fungovalo?

✦ KONDICE A POHODA ✦

Co mi dodávalo energii,
co mi pomáhalo cítit se dobře
a v rovnováze?

✦ CO SI Z TOHO VŠEHO CHCI PŘENÉST I NA STŘEDNÍ? ✦

CO SI O SOBĚ ODNÁŠÍM



MOJE 3 NEJVĚTŠÍ ÚSPĚCHY

1

Můj úspěch

Jak se mi ho podařilo dosáhnout?

Co mi pomohlo:

*silné stránky**znalosti**dovednosti**hodnoty*

2

Můj úspěch

Jak se mi ho podařilo dosáhnout?

Co mi pomohlo:

*silné stránky**znalosti**dovednosti**hodnoty*

3

Můj úspěch

Jak se mi ho podařilo dosáhnout?

Co mi pomohlo:

*silné stránky**znalosti**dovednosti**hodnoty*

OTÁZKY, KTERÉ MI POMOHOU OHLÉDNOUT SE

ŠEST OTÁZEK NA MOJI ZÁKLADNÍ ŠKOLU

1

Na co jsi ze základní školy nejvíc hrdý/á?

2

Které tři osoby tě během základní školy nejvíc ovlivnily?

3

U koho máš pocit, že jsi i ty zanechal/a stopu?

4

Co bys býval/a ještě rád/a dotáhl/a do konce?

5

Jakou svou novou stránku jsi během základní školy objevil/a?

6

Za co jsi své základní škole a lidem kolem sebe nejvíc vděčný/á?

UZAVÍRÁM JEDNU ETAPU

MOJE ZÁKLADNÍ ŠKOLA
VE TŘECH SLOVECH

..... ✦

1	2	3
.....		

✦

Co mi základní škola dala do další cesty?

.....

.....

.....

.....

✦

Rozloučení se základní školou

Je něco, co si chci ještě napsat, poděkovat za to, nebo symbolicky uzavřít?

.....

.....

.....

.....

Tvůj příběh pokračuje. Další kapitola už čeká, až ji začneš psát.

POHLED VPŘED



PŘEDSTAVUJI SI SVŮJ ŽIVOT NA STŘEDNÍ

Zavři na chvíli oči a představ si, že už jsi na své nové škole.
Jak vypadá tvůj den? Jak se cítíš? Co ti dává jistotu?

———— • *Moje nová kapitola* • ————

▲ Na co se těším nejvíc?

▲ Co ve mně budí obavy?

▲ Jak chci, aby vypadal můj první den?

▲ Co mi pomůže, když budu nervózní?

— ✦ —
NOVÁ KAPITOLA

MOJE VÝZVY, CÍLE A PRVNÍ KROKY



1. Jaké tři výzvy chci na střední škole zvládnout?

- ①
- ②
- ③

2. Čeho bych chtěl/a dosáhnout do konce prvního roku?

.....
.....
.....

3. Kdo nebo co mě může podpořit, když si nebudu jistý/á?

.....
.....
.....

4. Jaký první krok udělám ještě před začátkem školy?

.....
.....
.....

5. Moje věta pro odvahu

.....

Budoucnost nezačíná až jednou. Začíná prvním krokem.



UZAVÍRÁM. OTVÍRÁM. JDU DÁL.



Příběh, který píšeš, je jedinečný.

Základní škola byla důležitá kapitola.

Teď tě čeká další kapitola.

Bude plná nových možností,
nových lidí a výzev, které tě posunou dál.

Jedny dveře se dnes zavírají.

Další už čekají, až je otevřeš.

