БАВЉЕЊЕ ХОБИЈЕМ

Шта је хоби – разонода или нешто више од тога?

- Било која креативна активност коју обављамо у своје слободно време, а која нас чини испуњеним и срећним и која чини да нам време напросто „пролети“.
- Аматерска активност, те као таква увек проистиче из задовољства.
- Активност коју ми бирамо, а не она коју морамо да обављамо.
- Сјајан начин учења, стварања нечег новог и забаве у исто време.

Различити људи се баве различитим хобијима, у складу са тим шта воле, а шта не.

ЗНАЧАЈ ХОБИЈА

❖ Креативност, вештине и таленат

- Хоби нуди различите прилике да се буде креативан, да се развију нове вештине или да се открије скривени таленат.

- То доприноси томе да се појединац осећа задовољно, да буде поносан на своја достигнућа и даје му осећај вредности.

❖ Стицање знања и дружење

- Када се посветимо некој активности као свом омиљеном хобију, склони смо томе да прикупљамо више знања о њој.

- Хоби нам омогућава да ступимо у контакт са особама истих интересовања, а оно што смо направили или научили кроз свој хоби, даје нам нешто што можемо поделити са другима.

❖ Уништитељ стреса

- Хоби има улогу да скрене пажњу са свакодневних фактора због којих смо тужни.

- Пружа унутрашњи мир особи и испуњава њен ум позитивним мислима.

❖ Контрола над самим собом и начин да се спојимо са својим унутрашњим бићем

- Ако особа има хоби, она може да преузме контролу над самим собом и над својим временом у потпуности и да га потроши онако како она то жели.

- Време које посветимо бављењу хобијем је само наше време, као да имамо састанак са самим собом, без икаквих спољних ометања.

❖ Извор прихода

- Већина, која је захваљујући свом хобију, стекла довољно вештине у одређеном пољу, није оклевала да претвори свој хоби у потпуно развијену професију.

- Ништа није забавније и корисније од посвећивања каријери у пољу које волимо.

❖ Корист по ментално здравље

- Одржавање мозга активним доприноси очувању можданих ћелија.
- Хоби ђацима омогућава да преброде свој неуспех тако што ће поставити себи циљеве чије остваривање истовремено пружа личну мотивацију и подстрек за веће успехе.
- Неке од ствари које школарцима могу покренути мождане активности су:

- прихватање концепта целоживотног учења – бити знатижељан и укључен;
- читање, писање, решавање укрштеница или различитих слагалица;
- играње игрица;
- баштованство;
- игре меморије.

❖ Корист по ментално здравље

Читање као хоби помаже деци да прошире свој вокабулар учећи нове речи, али и развија ум и машту.

Играњем игрица развијају се радне меморије, стратешко планирање, моторне способности и сналажљивост, али је важно поставити границе.

Зашто је хоби битан за децу?

- Неговање хобија побољшава њихове менталне способности, подстиче њихову креативност и машту која је више него потребна током периода одрастања.
- Деца која се баве хобијем у своје слободно време су касније успешнија , продуктивнија и испуњенија од деце која се њиме не баве.
- Хоби учи децу стрпљењу и развија код њих посвећеност, концентрацију и истрајност.
- Најважније јесте да бављење хобијем почиње из љубави према некој активности, што само по себи представља велику унутрашњу мотивацију.

ПОБЕДИТЕ ДОСАДУ – БАВИТЕ СЕ ХОБИЈЕМ!

ПРОГРАМИРАЊЕ

ПЛЕС

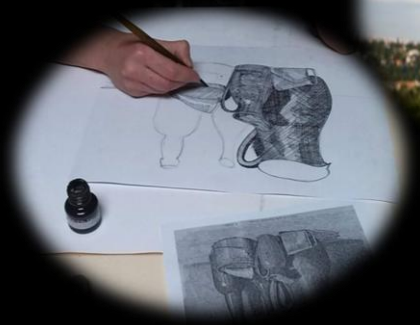
ИЗРАДА НАКИТА

СВИРАЊЕ

ФОТОГРАФИЈА

ПОБЕДИТЕ ДОСАДУ – БАВИТЕ СЕ ХОБИЈЕМ!!!

ОРИГАМИ



ЦРТАЊЕ И СЛИКАЊЕ

ПРОШИВАЊЕ,

ВЕЗЕЊЕ И ПЛЕТЕЊЕ

КОЛЕКЦИОНАРСТВО

ПОСМАТРАЊЕ

ПТИЦА

ФИЗИЧКА АКТИВНОСТ ИЛИ СПОРТ КАО ОБАВЕЗАН ХОБИ ЗА СВУ ДЕЦУ

- Веома позитивно утиче на развој интелекта, а несумњиво доприноси и јачању имунитета и побољшању здравља.
- Током тренинга, мозак испушта протеин који је одговоран за когнитивне моћи чиме се побољшава дугорочно памћење.

Ових дана, у јеку борбе са епидемијом корона вируса, који је у изолацију ставио читав свет, покушајте да пронађете неку креативну активност која ће вам испунити слободно време док сте код куће и учинити вас срећним и задовољним и у овим нимало лаким тренуцима!

И НЕ ЗАБОРАВИТЕ ДА ХОБИ НИЈЕ ГУБЉЕЊЕ ВРЕМЕНА, ВЕЋ УЛАГАЊЕ У СЕБЕ!!!