

PRVI NASTOP V PLESNI ŠOLI



Ilustrirala Nika Novak





Ta knjiga pripada:

Ime

V tej zgodbi bom z Avo odkril/—a,
da pogum ne pomeni, da nas ni nikoli strah.

Pogum pomeni, da poskusimo,
globoko vdihnemo in verjamemo vase.

Danes je v naši plesni šoli prav poseben dan.
Otroci se pripravljajo na zaključni nastop,
ki so ga težko pričakovali.
Zadnje tedne so se pogovarjali le še o tem.



Koliko obratov je dovolj in koliko preveč?

Koliko bleščic bo v zraku?

Kje na odru stojimo?

Katero barvo kostuma izbrati?

Katera glasba je prava?

Vsi si želijo pokazati, kaj so se naučili. Še posebej Ava. Neskončno se veseli svojega prvega plesnega nastopa.



Zavzeto je vadila celo leto. Tudi doma, na skrivaj, v svoji sobi, ko je drugi ne vidijo.

Odločena je, da bo na nastopu pokazala vse, kar zna, in zablestela. Sploh ne more biti pri miru.

Medtem ko si ostali otroci zavezujejo plesne copatke,

Ava skače naokoli in se guga na lestencu.



Ko v dvorano vstopi učiteljica Karolina, se je otroci razveselijo in ji stečejo v objem.



Ava skoči z lestenca in prevrne dva kozolca, a učiteljica ob njenih podvigih ni videti najbolj zadovoljna.



Skupina se postavi v vrste ob drog, učiteljica vklopi glasbo in trening se prične.

Roka sem, noga tja, špičke, špičke, špičke!



Medtem ko ostali otroci že vadijo, Ava opazi, da nima zavezanih copatkov.

Učiteljica Karolina pristopi do nje in jo okara:

»Ava,
ali si prišla dovolj zgodaj na trening,
da bi si copatke lahko
pravočasno zavezala?«

»Sem,«
tiho
odgovori
Ava.



Ava si močno zaveže copatke in odhiti v vrsto ob plesnem drogu. Ker je zamudila začetek, je zdaj čisto zmedena in pomeša vse gibe. Trudi se in trudi, a vse ji gre narobe. Učiteljica Karolina jo neprestano popravlja.

Ostali otroci opazujejo, kaj se dogaja, in nekateri se ji začnejo glasno posmehovati.



Avi gre na jok. Počuti se grozno. Na ta dan je čakala vse leto. Trudila se je in vadila, zdaj pa je vse pozabila in še soplesalci se ji smeji.

Učiteljica Karolina opazi Avino stisko,
ustavi glasbo in skupino skliče
v krog na pogovor.



»Se še spomnite,
kaj vam govorim na
plesnih urah že od
prvega dne?«

Oglasi se Avin prijatelj
Oto: »Da bo ples uspel le,
če si pomagamo.«

»Tako je, plesni nastop bo uspel, če bomo plesali
dobro vsi skupaj in ne vsak zase.
Bravo, Oto,« ga pohvali učiteljica Karolina.

»Kaj pa naredimo, ko pozabimo korake?«

»Se ustavimo, globoko *vdihnemo* in *izdihnemo*,«

odgovori Oto, globoko vdihne (huuuh) in
izdihne (haaah). Pridruži se mu vsa skupina:



Potem pa vsi v en glas nadaljujejo: »Potem ponovimo korake brez glasbe in začnemo še enkrat!«

Učiteljica Karolina se nasmehne in zaploska. Ponosna je na svojo skupino. Najbolj pa na to, da znajo sodelovati kot ekipa. Otroci se spet postavijo v vrsto ob drog in sledijo učiteljici Karolini. Tokrat uspe tudi Avi. Zelo je vesela, da so ji prijatelji pomagali.

Napoči čas nastopa.
Otroci se pripravljajo,
učiteljica Karolina
pa jim pomaga.



Krilca nežno plapolajo in
vsi copatki so zavezani.
Vedno bolj napeto je, saj do nastopa
manjka le še nekaj minut.
Otroci radovedno kukajo izza odrske zavese.

Ava opazi, kako polna je dvorana. Kar naenkrat jo postane strah. V trebuščku jo stisne, noge se ji tresejo in njene dlani postanejo potne.

»Kaj, če spet vse pozabim in se mi bo smejala vsa dvorana,« pomisli Ava.



Učiteljica Karolina opazi Avino nervozno prestopanje. Vpraša jo, če se boji.

Ava pritrdi.

Učiteljica spet skliče skupino v krog. Iz žepa potegne rdeč, žameten mošnjiček. »Kaj pa je to?« je radoveden Oto. Učiteljica Karolina otrokom pove, da se v njem skriva prav poseben čarobni prah, ki prikliče dobro vilo plesa, ki odžene strah in pomaga plesalcem, da odplešejo najbolje, kot znajo. Otroci se začudijo, oči se jim zaiskrijo. Učiteljica Karolina vsakega plesalca in plesalko posuje s čarobnim prahom.



Ko Ava občuti drobce čarobnega prahu
na konici svojega nosu, se zave, da
strah čudežno izginja. Kot bi ga
odpihnil veter. Ravno pravi čas,
saj se v naslednjem trenutku
že odgrnejo zavese.
Nastop uspe več
kot odlično.





Otroci se z nasmehom do ušes priklanjajo občinstvu. Gledalci stojijo in jim bučno ploskajo. Tudi župan je nasmejan, od ponosa kar skače in ploska. Avi neskončno odleže. Zelo je vesela, da ji je uspelo. Po koncu se skupina tesno objame in od sreče še malo zapleše. Skupaj proslavijo in se zahvalijo čarobnemu prahu in vili plesa, ki sta jim vlila obilico poguma.

Ava pa se zahvali še svojim prijateljem.
Ve, da bi bilo brez njih precej težje.
Hvaležna je, da ima okoli sebe tako dobrosrčne
prijatelje in učiteljico, ki verjame v njih.



MOJ TRENUTEK POGUMA

Tukaj prilepi svojo fotografijo ali nariši svoj spomin.

Datum dogodka: _____

Po dogodku sem se počutil/–a:



Najbolj si bom zapomnil/–a:

MOJ MALI OPOMNIK ZA POGUM

Ko me pred nastopom, tekmovanjem ali posebnim dogodkom malo stisne v trebuščku, se spomnim:

Vdihnem.

Huuuh ...

Izdihnem.

Haaah ...

Pogledam naprej.

Verjamem vase.

Če se zmotim, nič hudega.

Lahko poskusim še enkrat.

Nisem sam/–a.

Zmorem.



Prvi nastop v plesni šoli

Avtorji besedila · Kaja Kramar, Sanja Dimc, Nika Novak, Ana Krstov, Nika Varlamova, Sabina Dolenc, Hana Marija Možina, Barbora Hrubovska in Matej Plevnik

Avtorica ilustracij · Nika Novak

Oblikovanje in prelom · Sanja Dimc in Jure Jošovc

Izdala in založila · Založba Univerze na Primorskem
Titov trg 4, 6000 Koper · hippocampus.si

Koper 2026

 © 2026 Avtorji

Brezplačna elektronska izdaja

<https://www.hippocampus.si/ISBN/978-961-293-589-4.pdf>

<https://www.hippocampus.si/ISBN/978-961-293-590-0/index.html>

<https://doi.org/10.26493/978-961-293-589-4>

Pri pripravi priročnika so sodelovali:

Livia Liberte, kulturno in umetniško društvo

Univerza na Primorskem, Fakulteta za vede o zdravju

Krajevna skupnost Brezovica

Priročnik je bil izdan v okviru projekta Aktivni otrok: ustvarjalne ideje za gibalno aktivno preživljanje prostega časa otrok in mladostnikov, naziv operacije: Problemsko učenje študentov v delovno okolje: gospodarstvo, negospodarstvo in neprofitni sektor v lokalnem/regionalnem okolju 2024–2027 (PUŠ v delovno okolje 2024–2027) – 2. odpiranje 2025/2026.

Vodja projekta je bil Matej Plevnik.

Operacijo sofinancirata Ministrstvo za izobraževanje, znanost in mladino ter Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada plus (ESS+).

Kataložni zapis o publikaciji (CIP) pripravili
v Narodni in univerzitetni knjižnici v Ljubljani
COBISS.SI-ID 283414787
ISBN 978-961-293-589-4 (PDF)
ISBN 978-961-293-590-0 (HTML)



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE, ZNANOST
IN MLADINO



Sofinancira
Evropska unija

I FEEL
SLOVENIA



