

Velikonoční výzvy

Cíl

Cílem je si trochu odpočinout od obrazovky. Zkusit jiné činnosti, než jen opakování češtiny a matematiky.

Co splnit?

Úkoly jsou obodované. Vyber si, co tě zajímá a co tě bude bavit. Za jeden den musíš nasbírat minimálně 5 bodů. Škola je tento týden od pondělí do středy. To znamená, že ve čtvrtek a v pátek už je plnění dobrovolné.

Videohovor

Nastav si budík, napiš si to na čelo nebo si to nechej vytetovat do dlaně. Jakkoli, jen si nějak zapamatuj, kdy máme společný videohovor, tentokrát tam bude dost průvodců a mohla by být větší sranda. Rozpis je v Classroom!

Obrazovka, pravidla!

Abys naplnil cíl, že omezíme čas u obrazovky, pracuj s ní minimálně. U textů písniček jen k tisku na papír, videa nesleduj, máš poslouchat jenom zvuk nebo recept jen rychle opiš...

Pozor taky na pravidla nouzového stavu. Pamatuj na to, že někteří jste na samotě a můžete v pohodě ven, někteří v bytě. Vždycky se porad' s rodiči nebo s průvodci na telefonu.

Tak ať se daří! K&K

Jo! A každou výzvu můžeš zopakovat několikrát. Opakování ale není možné v jednom dni.

Tvoření

Modely z papíru

Popis: Vystříhni, vybarvi a slep si model z papíru. Můžeš použít model nalezený námi, můžeš zkusit najít něco vlastního nebo vytvořit úplný svůj unikát.

Výstup: Fotka hotového modelu

Pomůcky: bit.ly/vystrihniNSP

Body: 1b.

Martinovy výzvy

Popis: Vytvoř jeden tradiční velikonoční předmět (např.: vyfouklé vajíčko, malované vajíčko, vlastnoručně upletená pomlázka). Nepoužívej návody z internetu. Pro radu se obrať na babičku, dědečka nebo rodiče.

Výstup: Pomlázka, vajíčko, velikonoční ozdoba

Pomůcky: Vejce, proutí, barvy na vajíčka, špendlík

Body: 2b.

Stavba ze stavebnice

Popis: Postav promyšlenou stavbu ze stavebnice, kterou máš doma. Pokud chceš, můžeš ke stavbě vytvořit i kreslený plánec nebo návod.

Výstup: Stavba ze stavebnice, návod nebo její fotografie zaslaná KaK

Pomůcky: Stavebnice, papír, tužky či pastelky

Body: 2b.

Upéct bábovku

Popis: Popros rodiče, babičku, dědu, tetu o recept na dobrou bábovku a upeč ji.

Výstup: Dobrá bábovka, fotka zaslaná KaK

Pomůcky: Recept a suroviny, forma na bábovku

Body: 2b.

Vyřezávání ze dřeva

Popis: Vyřež si meč, lžíci, nějakou hračku, luk s šípy, ozdobnou hůl nebo cokoli ze dřeva.

Výstup: Vyřezaná věc, kterou můžeš s sebou vzít k hraní si na výjezd.

Pomůcky: Dobře naostřený nůž

Body: 2b.

Tvoření a hudba

Poslech hudby

Popis: Pusť si svojí oblíbenou hudbu a nedělej nic jiného, než že ji budeš poslouchat. Je možné zkusit poslouchat i něco, co tu máte připravené. Je to ta největší česká klasika. Pouze poslouchej, nesleduj video.

Pomůcky: bit.ly/mavlastNSP a bit.ly/znovehosvetaNSP

Body: 1b. (za každých 30 minut)

Naučit se zpívat písničky

Popis: Kapík se je naučí na kytaru a budeme si konečně u táboráku zpívat! Jestli umíš na nějaký nástroj, nauč se to nejlíp i hrát!

Výstup: Umíš dvě písničky s minimálním koukáním do textu.

Pomůcky: bit.ly/rytirhudbaNSP, bit.ly/sarasongNSP, bit.ly/rytirtextNSP, bit.ly/saratextNSP a bit.ly/namoriNSP (je tam i audio)

Body: 6b. pokud tohle za tři dny zvládneš, máš za každý den plnění 2b.

Origami žabička

Popis: Vytvoř podle návodu žabičku z papíru, která umí skákat. Návod můžeš vidět například na bit.ly/zabickaNSP

Výstup: Krátké video, jak žába skáče.

Pomůcky: Čtvercový papír, lze i vyrobit z obyčejného:), bit.ly/zabickaNSP

Body: 2b.

Vyšívání, šití

Popis: Nauč se šít, pokud to ještě neumíš. Ušij si věc, pokud to už zvládáš. Zvládneš si udělat polštář na výjezdy, pytlík na věci k tělocviku nebo si jen zašít díru na kalhotách, které chceš ještě nosit? Nejspíš ti s úkolem musí pomoci někdo, kdo už šít umí.

Body: 2b.

Výroba hudebního nástroje

Popis: Vytvoř si hudební nástroj, který si pak vezmeš do školy na hudebku nebo k táboráku. Fantazii se meze nekladou. A když už budete venku, ztište se a zkuste poslouchat zvuky přírody. Zamyslete se v jakých skladbách, které znáte, jsou použity náměty z přírody (například Vivaldiho Jaro - poslech v poslední hodině hudebky - napodobení ptačího zpěvu).

Pomůcky: Z domu použij jen provázek, nožičku a ruční vrták. Tipy na bit.ly/hudebkaNSP

Body: 2b.

Sport

Cvičení

Popis: Vyhláskuj své jméno a sestav si trénink podle bit.ly/velikonoceNSP. Pokud něco kvůli karanténě nejde, nahraď to jiným písmenem. Zvládneš odcvičit i svoje příjmení? :)

Pomůcky: bit.ly/velikonoceNSP

Body: 2b.

Libovolný sport

Popis: Věnuj se minimálně 1 hodinu libovolnému sportu. Například běh, jízda na kole, hra na babu se sourozencem, ...

Body: 1b.

Procházka

Popis: Projdi alespoň 5 km v kuse, na cestu si nezapomeň připravit malou svačinu a pití. Vyhýbej se frekventovaným místům a kontaktu s cizími lidmi.

Body: 2b.

Běhací abeceda

Popis: Nastříhej čistý papír na čtverce a napiš na každý čtverec jedno písmeno od A do Ž. Rozlož písmena po zemi. Úkolem je položit ke každému písmenu jednu věc, která na toto písmeno začíná (např. P polštář). Pokud hraješ sám/a, zapni si stopky a měř, jak dlouho ti trvá věci sehnat ke všem písmenům. Pokud je vás víc, stačí odstartovat. Vyhrává ten, co má první věci ke každému písmenu.

Výstup: Abecední seznam věcí

Body: 2b.

Kruhový trénink

(před tím se zahřej třeba honičkou se sourozencem)

Popis: Vytvoř si 5 stanovišť (místo na kliky, na házení obouruč míčem o zeď, na dřepy, na přeskoky přes švihadlo a na skákání panáků). Zapni stopky a po dobu 20 sekund makej na jednom stanovišti. Potom si dej 20 sekund pauzu. Takto dokonči zbývající stanoviště.

Pomůcky: míč, švihadlo, stopky/hodinky

Body: 3b.

Příběhy

Četba

Popis: Najdeš si klidné místo a po dobu 1 hodiny si čteš. Je možné 1 hodinu rozdělit na dvě půl hodiny v rámci jednoho dne.

Pomůcky: Kniha

Body: 2b.

Poslech audioknihy

Popis: Uvař si čaj a pust' si nějakou z audioknih. Odkaz tu máš na Malého prince, Hobita a archiv Českého rozhlasu. Co budeš poslouchat, je na tobě, stejně tak je na tobě, jestli si k tomu upečeš sušenky. Spousta audioknih je teď zpřístupněných zdarma.

Pomůcky: bit.ly/malyprincNSP, bit.ly/hobitNSP a bit.ly/ceskyrozhlasNSP

Body: 1b. za 30 minut poslechu

Napsat dopis

Popis: Napiš dopis kamarádovi, prarodičům nebo komukoliv jinému. Dopis bude obsahovat minimálně 10 vět. Dalo by se psát o tom, jak je teď v karanténě. Přilož i jeden obrázek - klidně ale i více obrázků, které už máš vytvořené k Martinovi do studia.

Výstup: Odeslaný dopis s obrázky

Body: 1b.

Piknik venku s povídáním si

Popis: Připrav piknik, který uspořádej na zahradě nebo venku (pozor na vyhlášená pravidla) pro svoje rodiče nebo sourozence. Během piknikování zkus zjistit, jak to probíhalo ve škole u rodičů, na co vzpomínají, co provedly za největší neplechy a na jaké učitele teď vzpomínají (a proč).

Body: 2b.

Domeček pro zvířata

Popis: Vytvoř v lese domeček pro zvířata. Můžeš založit hnízdo pro ptáčky na zahradě, v lese vytvořit domeček z kůry a mechu. Kreativitě se meze nekladou.

Výstup: Fotografie domečku

Body: 2b.

Deskovky, hry a další

Domácí práce

Popis: Pomož doma s úklidem, staráním se o květiny, prací na zahradě, ... Domluv se na tom s rodiči. Takto pomáhej minimálně 30 minut.

Body: 1b. za každých 30 minut

Jeden svět

Popis: Vyber si společně s rodičem(!) nějaký z dokumentů a zkuste se inspirovat při povídání o něm podle osnovy výukových hodin.

Pomůcky: <https://www.jsns.cz>

Body: 2b.

Deskovky

(piškvorky; lodě; jméno, město...) - turnaj mezi kamarády, rodinou

Popis: Uspořádej doma nebo s kamarádem přes telefon hru. Například lodě nebo jméno, město jdou hrát po telefonu, piškvorkový turnaj lze udělat doma. Domácí deskovky znáte lépe vy, nějakou vyberte.

Body: 1b.

Den bez obrazovky

Popis: Celý den zvládneš bez jediného kouknutí na mobil, televizi, tablet apod. (Videohovor s průvodci se do toho nepočítá.)

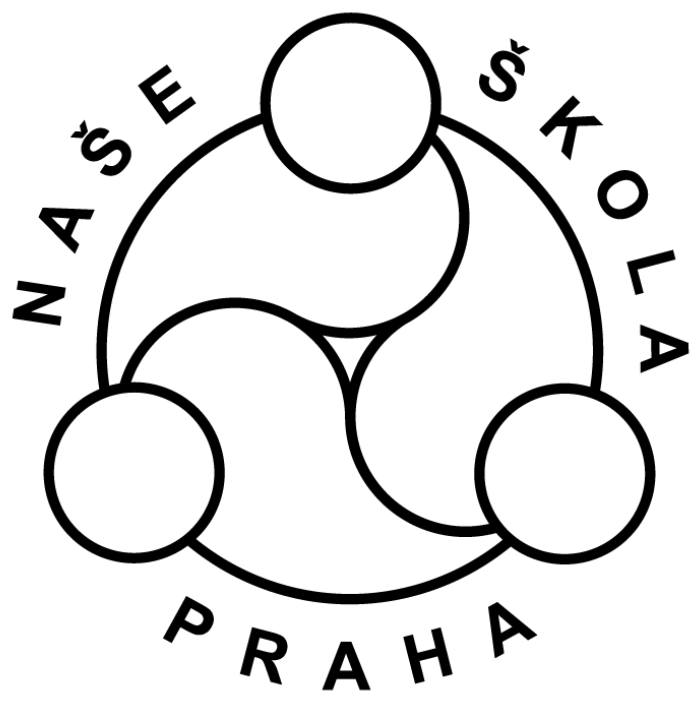
Výstup: Na papír sepiš, co jsi během dne všechno dělal(a).

Body: 5b.

Navař pro rodinu

Popis: Připrav pro celou rodinu snídani, oběd nebo večeři ze surovin, které máte doma. Je možné, aby ti rodiče nebo sourozenci pomáhali.

Výstup: Spokojená rodina s plným břichem
Body: 2b.



www.naseskolapraha.cz