

Hozená rukavice, aneb výzva pro tebe

Připravili jsme pro vás aktivity na doma, které můžete plnit spolu se svými blízkými. Odměnou ti bude čas strávený s rodinou, zábava a třeba se i dozvíš něco zajímavého.

**Hod' na kostce
3x po sobě
stejně číslo.**

**Udělej si
papírovou
čepici.**

**Vydrž 2 dny bez
sladkostí.**

Zacvič si.

**Uvař teplé jídlo
pro více osob.
Nepoužívej
polotovary, ale
jen základní a
čerstvé suroviny.**

**Máš v mobilním
telefonu všechna
důležitá čísla?
[mamka, taťka,
hasiči, policie
atd.].**

**Pomáhej 1 den v
kuchyni -
zametání, mytí
nádobí apod.**

**Vydrž alespoň 6
hodin nemluvit,
zkusíš si bobříka
mlčení.**

**Vyber si jeden
jazykolam a 5x
za sebou ho
řekni
srozumitelně a
správně.**

**Zahraj si
KIMOVKU - hra
na procvičení
paměti.**

**Udělej každou
celou hodinu
5 dřepů.**

**Uklid' si
pokojíček.**

**Zahraj si stolní
hru s rodinou.**

**Přečti večer
před spaním
rodičům nebo
sourozencům
pohádku.**

**Otužuj se! Vydrž
se sprchovat
studenou vodou
alespoň 10
sekund pět dní
po sobě.**

Dům dětí a mládeže Příbram

Další zajímavé informace najdeš na www.ddmpribram.cz

Příklady jazykolamů

Strč prst
skrz krk.

Královna Klára
na klavír hrála.

Zvíře zavře,
zvíře zavře.

Náš pan kaplan
v kapli plakal.

Řízni dřív dřevo
z bříz.

Pštros s pštrosicí
a pštrosáčaty šli
do pštrosáčárny.

Pudl prdl
pudl.

Kotě v bytě hbitě
motá nitě.

Petr Fletr pletl
svetr. Pletl Petr
Fletr svetr?
Svetr pletl Petr
Fletr.

Čistý s Čistou
čistili činčilový
čepec.

Instituce
institucionalizovaly
institucionalismus.

Kotě v bytě hbitě
motá nitě.

Zebrou zebou
zuby, zubr se zas
zubí.

Máma má
málo máku.



KIMOVKA

Co je KIMOVKA ? Hra na procvičení paměti.
Někdo připraví 10 různých věcí [tužka,mobil,hrnek...]
a zakryje je šátkem. Po odkrytí je 1 minuta na
zapamatování, a 5 minut na vyjmenování předmětů.



Dům dětí a mládeže Příbram

Další zajímavé informace najdeš na www.ddmpribram.cz