

TÝŽDEŇ MOZGU

12. – 18. marca

2018

AKTIVITY VHODNÉ PRE DETI

Pripravila: Mgr. Alexandra Palkovič

Mozog je jedna z najdôležitejších častí nášho tela. Predstavujeme vám niekoľko typov aktivít, ako mozog trénovať a lepšie s ním pracovať.

Náš mozog je ako sval. Keď chceš mať pekné svaly, musíš cvičiť (to vie asi každý). Keď chceš, aby tvoj mozog dobre fungoval, treba ho tiež trénovať.

Samozrejme, v škole sa učíš a aj tým vlastne trénuješ mozog. Tu je niekoľko úloh, ktoré potešia tvoj mozog a môžu byť zaujímavé aj pre teba.

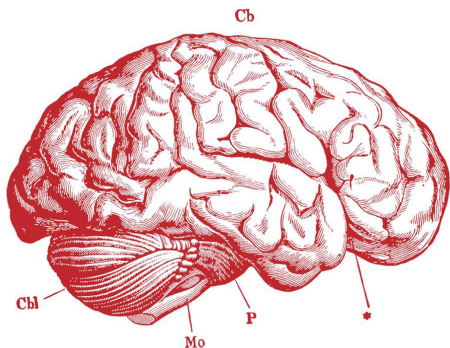
KVIČÍME KREATIVITU, VYJADROVANIE A EMPATIU

Prvá úloha: *Vymysli vetu, kde sa každé slovo začína na písmeno K. (príklad na S: Stano spal a sneh sa sypal.)*

Druhá úloha: *Premysli si odpoveď na otázku – Chcel by si byť nesmrteľný alebo radšej neviditeľný? Nájdi dôvody prečo áno a prečo nie.*

Tretia úloha: *Napíš krátky príbeh o živote z pohľadu 6-mesačného dieťaťa alebo 85-ročného človeka.*





TÝŽDEŇ MOZGU

12. – 18. marca

2018

CVIČÍME KONCENTRÁCIU A LEPŠIE SÚSTREDENIE

Štvrtá úloha: *nájdí medzi písmenami zmysluplné slová:*

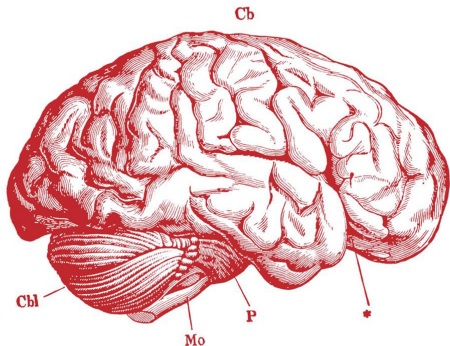
IOUGHFKJABMBVIUYJMSKBŠŤTRNAVAOLKHSFLUČENECKJGTMB
HLKHATRENČÍNLKASFHŠZMDBÍÁÔHFBYTČABMBUHMALACKYLK
UASJKGZIUGJKFYŠYUHLČSKALICALIGKJFSMARTINLKHFLKHGST
ŽKMBNRASŽILINAKJGFSZVOLENJKGASOÔJGKSÔODGBMGJDKS
AJHGZÝŽĽČŠJNVMICHALOVCEUITKEGWMFNSBARDEJOVKJGFB
UIGKJASFMZÁŽĽUČRUŽOMBEROKLKJABFMPRIEVIDZAKJGEFB
KJHIKUYSMBNKZFHPOPRADLKHMBRATISLAVALKGHMSFBZXXAJ

Piata úloha: *pozorne si prečítaj text a potom odpovedz na otázky pod textom (Po prečítaní si článok zakry a spamäti odpovedz na uvedené otázky. Odpovede si potom skontroluj v článku):*

Fedor pochádzal zo stredného Slovenska. V Bratislave žil už 5 rokov a veľmi sa mu tam páčilo. Iste to bolo aj preto, že si hneď našiel skvelých kamarátov – Janka, Zuzku a Nora. Najviac si rozumel s Jankom, chodievali spolu do kina, lebo sa im páčili komiksové príbehy. Najviac fičali na sérii Avengers. Zuzka zase skvelo varila, často k nej chodievali na vynikajúce nedeľné mäsové vývary a kapustu s knedľou a pečeným mäsom. A Noro? Ten bol športovec telom a dušou! Hrával tenis, hádzanú a volejbal. Najviac ho však bavil beh a v zime lyžovanie. Boli skvelá partia!

otázky:

1. Odkiaľ pochádzal Fedor?
2. Ako dlho žil v Bratislave?
3. Čo im najviac chutilo u Zuzky?
4. V čom si rozumel s Jankom?
5. Aké športy mal rád Noro?



TÝŽDEŇ MOZGU

12. – 18. marca

2018

Šiesta úloha: *napiš, čo najviac predmetov, vyrobených z uvedených materiálov. Z kože, z dreva, zo skla, z papiera, z kovu.*

TIPY NA POHYBOVÉ AKTIVITY AKO LEPŠIE ZAPÁJAŤ MOZOG (HRUBÁ A JEMNÁ MOTORIKA)

1. Skús si dnes večer umývať zuby ľavou rukou (ak si ľavák, tak pravou rukou – čiže rukou, ktorú nepoužívaš často, bežne).
2. Nakresli na veľký papier znak nekonečna, teda ležatej osmičky. Niekoľkokrát ho obťahni ľavou a aj pravou rukou. Ak je dosť veľký, pokús sa po papieri aj kráčať.
3. Pusti si svoju obľúbenú hudbu a tancuj tak, akoby ťa nikto nevidel. Tanec veľmi prospieva mozgu a celému telu.
4. Urob pohyb naprieč telom- pravý lakeť k ľavému kolenu a opačne. Zopakuj niekoľkokrát po sebe.
5. Skákanie na jednej nohe z jednej časti miestnosti do druhej. Nohy vymeň a skáč naspäť.
6. Pokús sa stáť na jednej nohe ako strom. Vydrž jednu minútu a vymeň nohy. Opäť chvíľu vydrž.
7. Pokús sa vyhadzovať a žonglovať s tenisovými alebo s inými menšími loptičkami.
8. Vieš krútiť s bokmi tak, aby si udržal veľkú obruč hula hop? Aj toto cvičenie poteší tvoj mozog a tvoje celé telo!