**Distanční činnost pro třeťáky od 1. do 5.3.**

Těším se na výsledky vašeho snažení.

                                                                                      paní vychovatelka Lenka [tomanova@3zs.cz](mailto:tomanova@3zs.cz)

* Opět je tu **Bingo dobrých skutků**. Je to úkol na delší časový úsek a plnit ho můžete podle vaší nálady, kdy budete chtít. (příloha č.1)
* Kdo si poradí s logickou hádankou? (příloha č.2)
* Osmisměrku z přílohy č. 3 určitě zvládnete.
* Ruličku od toaletního papíru doma asi najdete. Vytvořte zvířátko podle přiloženého odkazu: <https://mitkamjit.cz/?clanek=598>

**Příloha č.1**

**BINGO** dobrých skutků

Myslíme na ostatní, ale nezapomínejme také na svoje potřeby, svůj kvalitní život. Udělejme i něco pro sebe.

Jak dlouho ti potrvá, než vyplníš všechna políčka? Zaznamenávej si do tabulky datum. Podle posledního data společně v družince nebo v klubu zjistíme, kdo byl nejzodpovědnější.

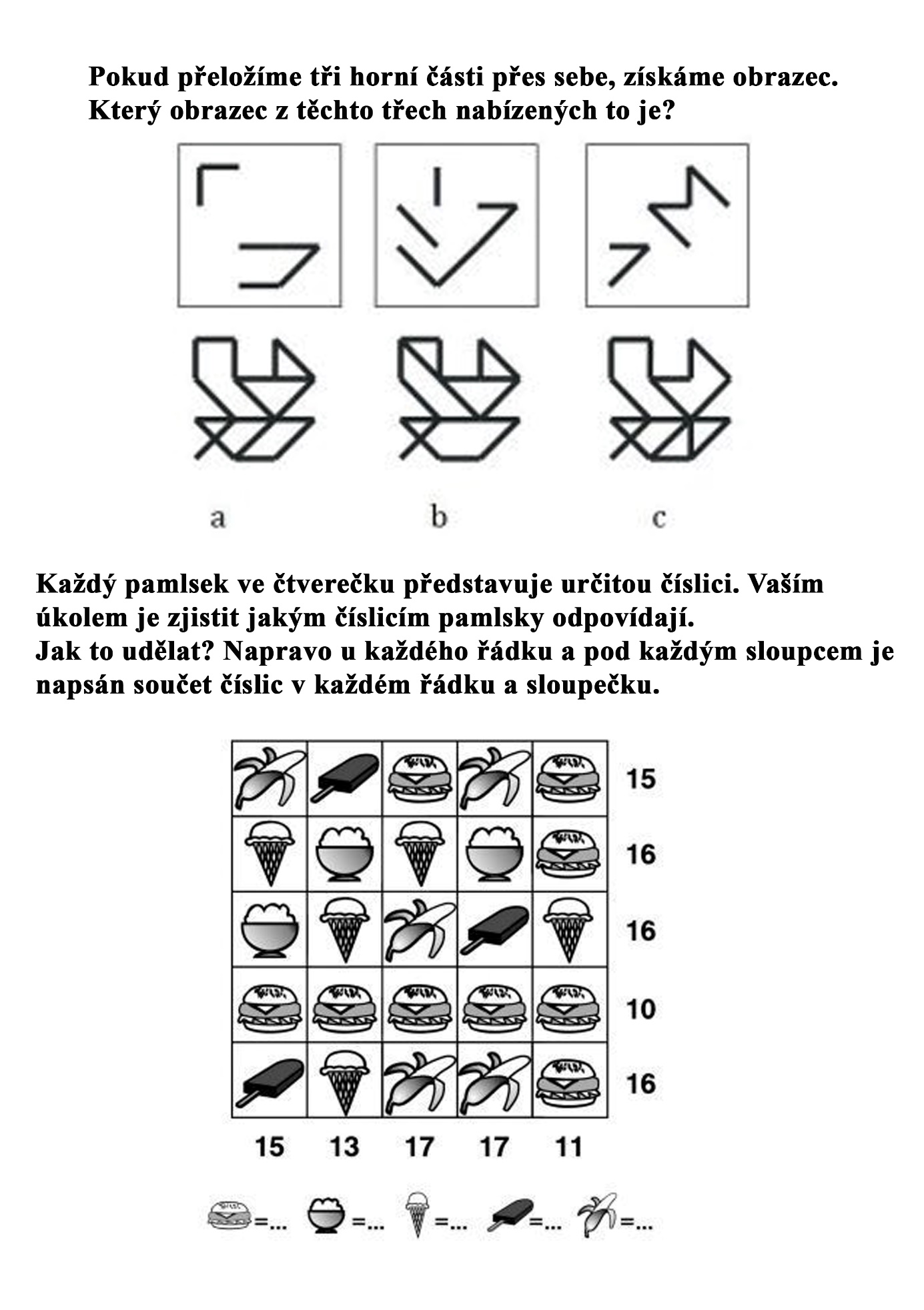
Záleží na tobě, jaká políčka si budeš postupně plnit. Všichni bychom to měli stihnout do příchodu do školy, včetně mě.

Prázdná políčka si vyplň podle sebe. *Pomůžeš pouze sobě nebo i druhým? Jak si s tím poradíš ?*

**Bingo dobrých skutků - tabulka**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Zeptej se maminky, s čím by chtěla pomoci.  *Mamince jsem pomohl/a s …………………..............*  *……………….…………* |  | Usměj se na sebe po ránu do zrcadla. | O víkendu nachystej skromnou večeři. Co nesmí chybět? ZELENINA.  *Koho tvoje snaha potěšila?*  *……………………..* |
|  | Zavolej někomu blízkému (třeba babičce nebo dědovi) a potěš ho milým slovem. Zajímej se o to, jak se cítí. | Papíry, nůžky, pastelky, lepidlo, izolepa atd. Buď kreativní, vytvoř něco pěkného pro člena rodiny.  *Pro ………………*  *jsem vytvořil/a ………………..……….….* | Dodej tělu vitamíny. Vypij na lačný žaludek teplou (ne vařící) vodu s ½ citrónu. |
| Napiš někomu z kamarádů vzkaz a pověz mu, čeho si na něm vážíš, co se ti na něm líbí.  Napsal/a jsem  ………………………… | Chtělo by to úklid vlastního pokoje.  Čí rodiče si vaší pořádnosti všimli a pochválili vás? |  | Nakrmte zvířecí duši. Dones do lesa mrkev nebo nasypej ptáčkům semínka. |
| Jakým způsobem si po dobu alespoň 15 min zasportuješ? Jóga, posilování vlastním tělem, taneční sestava, procházka? |  | Pochval za něco maminku, tátu. Co pro tebe dělají, co jim tak skvěle jde?  *Pochválil/a jsem ………………..…. za to,…………………..…*  *……………* |  |

**Příloha č.2**



**Příloha č.3**

