

2.5.1 Klapka den 5

Metody

Aktivizace.

[Metody a formy](#)

Forma a popis realizace

Vnější aktivita (v případě špatného počasí lze udělat jako vnitřní aktivitu). Žáci následují realizátora. Jde o to se rozhýbat, aktivizovat, probudit a naladit na celý den. V závěru aktivity je žákům představen plán na celý den.

Obsah

Jeden z realizátorů opět hraje na hudební nástroj - buben, kytara, lze pouštět i hudbu z přehrávače. Druhý realizátor komunikuje se žáky.

Právě jste dorazili na taneční party matematiků. Poslouchejte rytmus a tančíme! Matematici tančí každou částí těla zvlášť. Třepou s ní do rytmu a počítají si. Nejdřív hlava 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9. A teď ruce a zase 1-9. Pravá noha 1-9, levá noha 1-9, pas vpravo a vlevo 1-9. A zase hlava, ale jen do osmi, a jedeme 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8. A ruce 1 - 8, pravá noha, levá noha, pas. A hlava - do sedmi.

Takto se protřepávají jednotlivé končetiny, druhý realizátor k tomu hraje rytmus, který mění, aby žáci vnímali změnu a přizpůsobili změně i klepání těla.

A poslední kolečko. Jedna hlava, ruce, pravá noha, levá noha, pas. A nula leží na zemi. *Všichni si lehnou na zem.*

Pomalou dýchejte do hrudníku, do žeber, do břicha. A zase postupně vydechujte hrudník, žebra, břicho. A to každý opakujte tak 3x.

A teď každý zůstaňte ležet a dejte si svou dlaň nad pupík a zkuste zaštekát, jako pes. Několikrát za sebou. Měli byste cítit, že vám dlaň nad pupíkem poskakuje. Dlaň totiž leží na bránici. A teď si sedněte, nechte nohy natažené a opět přiložte ruku na bránici a zaštekajte. Jde vám to lépe než vleže nebo naopak?

Ano, je to náročnější. A jak to bude ve stoje? Zkuste to. Ano, to je nejtěžší, a proto je zapotřebí bránici posilovat, abychom při mluveném projevu mohli hlas do bránice pěkně opřít, jako bychom na někoho štekali.

A je čas projít AKCE dnešního dne. Je toho pár, pokud je vše jasné, štekněte, ať vím, že mohu na další aktivitu. *Realizátor projde plán dne.*

Poslední den na VIRUScience. Klapka den pátý. *Všichni společně Akce.*


Pomůcky a materiál

Položka	Počet
Cajón, buben, kytara	1
Přehrávač	1
Klapka	1
Prezentace / seznam aktivit	1

Obsahové přílohy

#	Soubor	Popis
014.45.01	Klapka_den_5.pptx	Klapka den 5

Zdroje

# Přílohy	Zdroj	Popis	Autor	Původ	Licence	Datum
014.45.01 01		Klapka - 5. den	Jana Prokešová	Vlastní tvorba	CC BY-SA	2020-11-27

From:
<https://mscb.vida.cz/> - **MSCB**

Permanent link:
<https://mscb.vida.cz/skolam/virus/aktivity/45/2>



Last update: **2020/11/23 12:13**