

Připravit se, pozor, start!







Sada her do třídy

LER 1883

Sada her do třídy Připravit se, pozor, start! vyzývá žáky vstát a pohybovat se zábavnými cvičeními prostřednictvím barev, čísel a pohybů. Použijte podložky a kostky dohromady nebo odděleně k vytvoření co největšího počtu různých her.



Kostky s cviky

-  **Skákej s rozpaženýma rukama:** Dej ruce nahoru a rozkroč se, připaž, spoj nohy. Cvik opakuj.
-  **Udělej podřep:** Předpaž a pokrč kolena, jako kdybys seděl na židli. Potom se postav.
-  **Dotkni se prstů na nohou:** Spoj nohy, předkloň se a zkus se dotknout prstů na nohou. Na začátku můžeš mít nohy i ruce mírně od sebe. Dotkni se levé nohy pravou rukou a opačně.
-  **Běhej na místě:** Pohybuj rukama a nohama a běhej na místě.
-  **Kruž pažemi:** Upaž a pohybuj rukama v malých kruzích, raději dopředu než dozadu.
-  **Skákej:** Spoj chodidla a skákej malými skoky dopředu, nebo poskakuj na jedné noze.

Součásti:

- 25 barevných kruhových podložek
- jedna kostka s barvami
- jedna kostka s cviky
- jedna kostka s čísly

Poznámka: Abyste zabránili zranění, prosím, procvičte si tyto cviky se žáky ještě před tím, než začnete hrát nějakou hru, abyste se ujistili, že cviky dělají správně. Přizpůsobte, resp. eliminujte cviky podle individuálních potřeb žáků.



Připravit se, pozor, start! > celá třída nebo malá skupina

Najděte si čas na některá cvičení!

1. Rozložte podložky po třídě a každý žák si vybere, na kterou se postaví. Ujistěte se, že jste použili minimálně jednu podložku od každé barvy.
2. Hodte třemi kostkami a vykřikněte, co padlo. Nechte žáky cvičit cviky, které padly. Např. jestliže padne „skákej s rozpaženýma rukama“, 3x červená, tak každý, kdo stojí na červené podložce, musí třikrát udělat cvik „skákej s rozpaženýma rukama“.
3. Když padne na kostce s barvami políčko se všemi barvami, hrají VŠICHNI! Každý žák musí zacvičit toto cvičení.

Alternativní verze hry:

- Použijte jen kostky s cviky a čísly, nechte provádět cvičení celou třídu nebo malou skupinu.
- Použijte jen kostky s cviky a barvami a zvolte jakékoli číslo. Většina cviků se opakuje maximálně 10 – 15x.

Připravit se, pozor, start! > *celá třída nebo malá skupina*

Použijte podložky k vytvoření flexibilních skupin zábavným způsobem!

1. Ať každý žák hodí kostkou s barvami a vezme si podložku té barvy, která padla.
2. Vyzvěte žáky se stejnou barvou podložky, aby vytvořili skupinu a začali hru podle vašeho výběru.

Připravit se, pozor, start! > *malá skupina*

Procvičujte jednoduché sčítání! Při této hře využijte jen kostku s barvami a čísly.

1. Rozložte z každé barvy jednu podložku po místnosti a nechte žáky, ať si vyberou, na kterou podložku se postaví.
2. Jeden žák vykřikne nějaké číslo.
3. Hod'te kostkou s čísly. Připočtete číslo, které padne, k číslu, které vykřikl žák. Učitel může nahlas vyslovit příklad, který byl takto vytvořen.
4. Všichni žáci si v mysli vypočítají příklad.
5. Hod'te kostkou s barvami. Žák stojící na barvě, která padla, řekne řešení příkladu.

Alternativní forma hry:

Hrajte podobné hry s tím, že vytvoříte příklady na odčítání, násobení a dělení.

