Co dělat proti nudě:

1. **Postavit si bunkr.** Vezmi si deky, polštáře, kolíčky na prádlo, židle, stůl, provázek, prostěradla, vše co ti maminka dovolí a postav si bunkr. Vytvoř systém ohlašování návštěv bunkru (zvonek, místo kde se má klepat), vytvoř cedulku na bunkr (kdo v něm bydlí, jaké jsou podmínky pro vstup), udělej si bunkrový piknik, na který někoho pozveš.
2. **Udělej vědecký výzkum – sestav tabulku činností, které budeš sledovat. Zapisuj, kolikrát se vyskytly sledované jevy, vyhodnocuj výsledky.**

Příklad: chceš sledovat, kolikrát denně si myjí členové rodiny ruce. Zapisuješ si čárky do tabulky. Na konci týdne zhodnotíš s rodiči výsledky pozorování.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | máma | táta | já |
| úterý | IIIIIIII | IIIIIIII | III |
| středa | IIIIIIIIIIIIIIIIIIII | IIIIIIIIIIII | IIIIII |
| čtvrtek | IIIIIIIIIIII | IIIIIIIIIIII | II |

1. **Natrénuj souboj – sám nebo společně se sourozencem či rodičem secvič oblíbený filmový souboj s meči.** Najdi si něco místo meče (pravítko, tužku, naběračku) a nauč se podle scény z filmu sehrát scénu se svým protivníkem. Herci ve filmu se spolu také museli naučit scénu zahrát, určitě to také dovedeš. Nejprve zkoušej vše ve zpomaleném záběru. **POZOR na zranění! Herci se nesmí zranit!**

**Doporučení: napiš do youtube vyhledávače „Awesome sword fight in movies“**

1. **Udělej 10 kliků. (snaž se!)**
2. **Uvař něco.** Noční můra všech maminek. Požádej svou maminku o dovolení, zda bys mohl **SÁM** něco zkusit uvařit.

**Pro začátečníky doporučuji:** vajíčková pomazánka, chleba ve vajíčku, obložený chlebíček (zdobení dle fantazie), jednohubky se zdobením.

**Pro pokročilé:** cookies sušenky, kuřecí polévka, rybičková pomazánka, těstovinový salát, zmrzlinový pohár s teplými malinami.

**Recepty najdeš na internetu.** Hledej na googlu (př. cookies recept jednoduchý), poraď se s maminkou, nepracuj sám, buď klidný.

1. **Zasaď něco**. Budeš potřebovat: květináč, hlínu, semínka (řeřicha, hořčice, fazole, hrách, čočka – neloupaná atd.), odstátou vodu (odstátá voda je taková voda, kterou jsi napustil do otevřené lahve předešlý den).
2. **Udělej reprodukci slavného obrazu**! Pomocí věcí, co najdeš doma sestav slavný obraz, který se ti líbí. Pokud žádné slavné obrazy neznáš, požádej rodiče o pomoc s hledáním obrazů na google („slavné obrazy“ nebo „famous paintings“)
3. **Zajdi si do galerie** - <http://www.getty.edu/art/collection/> - online obrazy z muzea v Los Angeles.
4. **Utři prach. – všude tam, kde ti máma řekne a ještě určitě najdeš i další místa.**
5. **Vysaj pokoj**.
6. **Očisti hadříkem a čistícím prostředkem vodovodní kohoutky v koupelně a kuchyni.** (Zeptej se maminky, jaký čistící prostředek máš použít)
7. **Vyčisti klec zvířátkům**, dej jim čistou vodu, dej jim dobrotku.
8. **Zameť podlahu v kuchyni.** (jak je možné, že je tu tolik drobků?)
9. **Vyčisti si zuby nejkrásněji, jak umíš.** (už ses naučil používat mezizubní kartáčky a zubní nit? Máš krásný úsměv!)
10. **Dej si 10 dřepů.**
11. **Pusť si s někým svůj oblíbený film a nauč se z něj zahrát jednu scénu** – komediální číslo, souboj, dramatická přestřelka, vyřešení případu, vysvobození princezny atd.
12. **Vyhraj kreslící soutěž**: <https://www.ig.cas.cz/sopkomanie/?fbclid=IwAR2RDb5-dLqNyakajWKbDZnYKeVQnmvJwIh84O8kWr1EllnwaySVJSJTvEM>
13. **Nauč se něco z encyklopedie** – najdi v encyklopedii nějaký zajímavý fakt, který jsi neznal a nauč ho někoho dalšího. (Víte, že Jupiter má 79 měsíců, které kolem něj obíhají? Jmenují se…)
14. **Dej si 10 dřepů s výskokem.**
15. **Vyber si své vysněné zvířátko a přečti si vše o jeho chovu**. Chtěl bys chovat tygra nebo raději jen žížaly? Napiš do googlu „chov tygra“ nebo „chov žížaly“ a určitě najdeš užitečné informace. Třeba, když se všechny ty informace naučíš, povolí ti máma alespoň malého tygříčka.
16. **Namaluj domeček s jedním tahem.** Dovedeš namalovat jedním tahem i jiné objekty?



1. **Nauč se abecedu pozpátku.** Nejprve si ji napiš na papír a pak se ji nauč pozpátku.
2. **Vymysli si tajné písmo a napiš v něm někomu tajný dopis**.
3. **Napiš dopis svému budoucímu já.** (Milá Adél za deset let, doufám, že se máš lépe než já v karanténě… Dnes jsem pekla koláč a zítra budu vařit špenát…) uschovej dopis na tajném místě a přečti si jej za 10 let. To už třeba bude po karanténě.
4. **Slož puzzle.** Vše nad 500 dílků je pro drsňáky.
5. **Dej si 25 sklapovaček.**
6. **Nauč se karetní hru.** Žolík, mariáš, srdce, bridž?
7. **Vyrob šperk pro svou mámu.** Čelenku do vlasů, prsten, náramek, náhrdelník. Z barevného papíru by jí určitě slušela koruna pro královny. Až jí budou volat z práce na Skype, tak si to může sundat.
8. **Vyrob si veselý klobouk.** To jsme už zkoušeli ve třídě, určitě to zvládneš i doma.
9. **Utři doma desinfekčním prostředkem vypínače na světlo a všechny kliky u dveří.** Požádej maminku o pomoc při výběru prostředku.
10. **Dej si 20 dřepů.**
11. **Uvař mámě nebo tátovi kafe nebo čaj.** Jak ho pijou? Kolik cukru? Mléko? Kolik lžiček kávy? Jaký druh čaje? Spousta otázek.
12. **Podívej se na google mapách do nějakého města.** Vždycky ses chtěl podívat do New Yorku? Nebo do Ria de Janeira? Nebo do Paříže? Cestování z pohodlí domova přes Google Street View!
13. **Nauč se kouzelnický trik.** Spousta kouzelnických triků je založena na tréninku a zase tréninku. Máš času nazbyt? Koukni na youtube – „kouzelnické triky pro začátečníky“ nebo „magic for beginners“ a trénuj.
14. **Pošli kuličku –** postav dráhu pro kuličku nebo balonek. Dráha může vést přes celý pokoj, přes nábytek. Kulička by měla samostatně projet z jednoho konce na druhý.
15. **Dej si 20 kliků.**
16. **Nauč se programovat nebo pracovat s grafickými programy:** <https://www.akademieprogramovani.cz/kodovani-na-doma/?fbclid=IwAR0hFw0_iN2CM_LeAPwT5vpA9cVPlSnX1UmWl8DWgFBlCPMIC-iWrCXQLPg>
17. **Udělej si domácí pokus** – <http://www.avcr.cz/cs/pro-verejnost/veda-na-doma/>
18. **Nauč se otravnou píseň**: <https://www.youtube.com/watch?v=bnu0S-Pk_v0&feature=youtu.be&fbclid=IwAR2rYolKbAlpzPweX18fA1FMH37M2yM11AL7XnCLEBUiRJ2chvBd6StB798>
19. **Udělej si pořádek ve skříni.** – vyzkoušej si oblečení, které jsi dlouho neměl na sobě. Udělej módní přehlídku s nejlepšími a nejbláznivějšími kousky (Proč máš na sobě kombinézu a kravatu?)
20. **Slož báseň.** Může být o tom, jak je škola super. Může být o tom, jak je super být doma. Může být o tom, jak jsou kočky super. A můžeš mi ji poslat do mailu, určitě mi udělá radost.
21. **Země je láva!** Dostaň se do jiné části bytu s pomocí jedné židle.
22. **Nalakuj si nehty.** (Stejně to nikdo neuvidí.)
23. **Namaluj si řasy řasenkou.** (Stejně to nikdo neuvidí.)
24. **Udělej sobě nebo někomu bláznivý účes**. (To by měli vidět všichni!)
25. **Dabuj televizi –** vypni televizi zvuk a vymýšlej, co by bylo mnohem veselejší, kdyby v té reklamě na toaletní papír říkali.
26. **Poškrábej někoho na zádech**. Třeba tě pak taky podrbe.
27. **Zeptej se rodičů/prarodičů, jak se poznali a jak se do sebe zamilovali**. Kde to bylo, kdy to bylo, kolik vám bylo, jaké měla máma vlasy?
28. **Zeptej se rodičů, proč se jmenuješ, tak jak se jmenuješ.**
29. **Slož origami z papíru.**
30. **Zavolej někomu!** Babičce, dědovi, kamarádovi, tetě. Zeptej se jich, jak se mají a připomeň jim veselou věc, kterou jste spolu prožili (Hele, dědo, pamatuješ, jak ten pes snědl mámě dort?)
31. **Namaluj rodičům veselý vzkaz, který jim zvedne náladu.** (milá mami, dnes jsi krásná!)
32. **Dej si 20 dřepů s výskokem**.
33. **Zjisti na internetu, jak se sklízí v Kanadě brusinky**. Zkus to sám, bez pomoci dospělého. Pak vysvětli dospělému, jak se v Kanadě sklízejí brusinky.
34. **Nauč se stojku**. Nutný dohled dospělého.
35. **Napiš paní učitelce milý email**, třeba se jí po tobě moc a moc stýská.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | 36 | 43 | 50 |
| 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | 37 | 44 | 51 |
| 3 | 10 | 17 | 24 | 31 | 38 | 45 | 52 |
| 4 | 11 | 18 | 25 | 32 | 39 | 46 | 53 |
| 5 | 12 | 19 | 26 | 33 | 40 | 47 | 54 |
| 6 | 13 | 20 | 27 | 34 | 41 | 48 | 55 |
| 7 | 14 | 21 | 28 | 35 | 42 | 49 | 56 |