

# Kruh komplimentů

---

**ÚČEL:** Tuto aktivitu lze využít ke zklidnění na konci lekce nebo jako zahřívací cvičení na začátku. Pomáhá zlepšovat hrubou motoriku, protažení, podporuje dobré chování, rozvíjí praktické dovednosti a učí diplomacii.

**POMŮCKY:** Každý bude potřebovat lahev, tužku, pero nebo jakýkoli předmět, který lze použít jako ukazovátko. Hodí se také hudba na pozadí.

**POPIS:** Se žáky si sedněte do kruhu s nohama roztaženými do písmene V. Každý ze žáků položí své ukazovátko tak daleko ke středu kruhu, jak to dokáže. Všichni se posadí rovně a postupně se pětkrát dotknou svého předmětu, střídavě pravou a levou rukou. Při pátém doteku každý žák svůj předmět roztočí. Potom každý postupně složí kompliment tomu, na koho jeho předmět ukazuje. Pokud se ukazovátko otočí zpátky k žákovi, pochválí sám sebe. Až se vyjádří všichni účastníci, předměty se posunou o dva centimetry blíže středu kruhu a cvičení se zopakuje.

## VARIANTY:

1. Pokud jde o úvodní cvičení na začátku, můžeme místo komplimentů použít pozdravy.
2. Pokud jde o zklidňující cvičení na konci, můžeme použít různé druhy rozloučení.

# Rýmovaný běh

---

**ÚČEL:** Během této aktivity žáci procvičí a zlepší své sluchové vnímání a rozlišování, rýmování, fyzickou zdatnost, vytrvalost a oboustrannou koordinaci.

**POMŮCKY:** Křída.

**POPIS:** Křídou nakreslete na podlahu dráhu, po které žáci poběží. Může být oválná pro snadný běh nebo všelijak klikatá pro náročnější běžeckou výzvu. Trať by měla být tak dlouhá, aby ji žáci bez problémů uběhli, obvykle cca 50 metrů. Každých zhruba deset metrů napište křídou jedno slovo. Cílem hry je, aby běžec u každého slova zastavil a vymyslel dvě slova, která se s napsaným rýmují. Dokud nevysloví dva rýmy, nemůže běžet dál. Stejným způsobem pokračuje až do cíle.

## **VARIANTY:**

1. Sledujte čas, takže žáci buď mohou soutěžit mezi sebou, nebo se mohou snažit překonat sami sebe.
2. Místo rýmů mohou mít žáci za úkol najít synonyma nebo slova protikladná.

# Skákací panák

---

**ÚČEL:** Zlepšit rovnováhu a schopnost skákat, rozvíjet artikulaci konkrétních hlásek, motoriku svalů úst a kategorizaci.

**POMŮCKY:** Otevřený prostor, křída a kartičky.

**POPIS:** Nakreslete na zem panáka na skákání. Pak můžete buď do každého čtverce instrukce nakreslit, nebo do nich vložte kartičku.

- Motorika mluvidel: Obrázky různých poloh úst a jazyka nalepte na kartičky a několik z nich položte na různé části panáka. Když žák skočí na čtverec s kartičkou, napodobí zobrazenou pozici. Pokud máte k dispozici křídu, můžete místo kartiček obrázky nakreslit na zem.
- Artikulace: Do každého čtverce nakreslete písmeno nebo zvuk, na kterém žák pracuje (například L, M). Když žák skočí do daného čtverce, má za úkol zvuk či hlásku vyslovit.
- Kategorizace: Napište na kartičky různé kategorie. Štos kartiček pak položte na podlahu vedle nakresleného panáka. Než žák začne skákat, vezme si kartičku a nahlas přečte, co je na ní napsáno. Pak při skákání jmenuje různé věci z dané kategorie.

## VARIANTY:

1. Pokud nemáte kartičky, můžete použít názorný příklad a předvést, jak má která pozice úst či jazyka vypadat. Například můžete doširoka otevřít ústa nebo vypláznout jazyk. U kategorizace můžete žákovi, který se chystá začít skákat, určit kategorii slovně (např. „kreslené postavičky“, „jídlo“, „pocity“ atd.)

# Pantomima

---

**ÚČEL:** Zlepšení vnímání vlastního těla i ostatních, sledování neverbálních pokynů, procvičování řeči těla, rozvíjení rovnováhy a obratnosti.

**POMŮCKY:** Žádné nejsou potřeba.

**POPIS:** Během této aktivity budete mluvit jen vy. Vysvětlíte žákům, že mimové přehnanými pohyby předvádějí činnosti ostatních, ale nevydávají žádný zvuk. Poté uveďte a započnete nějakou činnost a žákům dejte pokyn, aby tu samou činnost výraznými pohyby předváděli. Každou činnost provádějte po dobu 30 vteřin až dvou minut. Vyzvěte žáky, aby se očima dívali, ušima poslouchali, ale ústa nechali odpočívat.

Pojmenujte a předvedte tyto činnosti:

- Jdete na procházku... zakopnete o kámen.
- Zmrznout a roztát.
- Skákání panáka.
- Hod míčem.
- Balet.
- Skákání přes švihadlo... pozpátku... rychleji... velmi pomalu.
- Lezení na horu.
- Chůze ve vodě... po žhavém uhlí... na ledě (klouzání)... na Měsíci.
- Plavání... v želatině... ve šlehačce.
- Uvězněný v krabici.
- Venčení psa.
- Jízda na dostihovém koni... na vzpínajícím se býkovi... na motorce.
- Odpálení homerunu.

## VARIANTY:

1. Nesmí se vůbec mluvit, lze používat gesta a mluvit svými činy. Po skončení nechte žáky, aby si o aktivitě popovídali.
2. Žáci se mohou střídát ve vedení aktivity s vaší náповědou.
3. Pro větší zábavu můžete činnosti provádět zpomaleně nebo zrychleně.