

Rozlet



Ved' pomáhať sa má

- Rozlet je rozdelený pre tri vekové kategórie: Materské školy, 1.-2. ročník ZŠ a 3.-4. ročník ZŠ
- Rozlet bude vychádzať každý mesiac a vždy sa bude venovať inej téme z našich výchovných programov Fénixovo v kocke
- Rozlet je možné v tlačenej forme založiť do Výchovných programov FÉNIXOVO V KOCKE :)
- Každý mesiac vyberieme najaktívnejší zo zapojených kolektívov a odmeníme ho!
- Výstupy z májového rozletu zasielajte na international@do-fenix.sk najneskôr do: 31.5.2024 (piatok)



**Výzva:
Dobry skutok**

20. – 26. mája 2024 je týždňom dobrovoľníctva. Zorganizujte počas tohto týždňa aj vy nejakú dobrovoľnícku akciu, zbierku alebo brigádu. Môžete si urobiť benefičný trh s vašimi výrobkami, zbierať štuple od pet fliaš, ísť pomôcť do miestneho útulku alebo zorganizovať brigádu a vylepšiť si okolie klubovne. Kreativite sa medze nekladú :)
Nezabudnite zapojiť rodičov a starých rodičov!

**Kreatívna úloha:
Inakosť**

Vyrobte si panáčikovú reťaz. Papier poskladajte na harmoniku a nakreslite na posledný sklad panáčika. Následne panáčika vystrihnite tak, aby reťaz držala za ruky a za nohy panáčikov pohromade. Zamyslite sa, akých ľudí poznáte? Všetci sme iní a predsa nás mnoho spája, tak, ako túto reťaz. Vymaľujte panáčikov tak, aby bol každý niečím výnimočný. Následne si reťazou inakosti vyzdobte klubovňu. Počas tvorenia sa porozprávajte o inklúzii, rovnosti a ľudských právach. Čo panáčikov rozdeľuje a čo ich naopak spája?





**Spoznávanie:
Naše emócie**

V **prílohe číslo 1** nájdete hlavičky. Prečítajte deťom emócie, vysvetlite si, čo znamenajú a následne dokreslite tváričky hlavičkám podľa toho, ako si myslíte, že dané emócie a pocity vyzerajú. Tváričky si následne prezrite a skúste sa porozprávať o tom, prečo sa takto môžu cítiť. Kedy ste sa tak cítili vy? Ako môžete pomôcť niekomu, kto má negatívnu emóciu? Tváričkám s negatívnou emóciou dokreslite alebo dorobte niečo, čo im môže urobiť radosť a pomôcť im cítiť sa lepšie.

Emócie:
Radosť
Smútok
Bolesť
Prekvapenie
Hnev
Strach
Láska
Spokojnosť

priestor na poznámky





**Výzva:
Tajný kamarát**

Na začiatku mesiaca si náhodne vylosujete "tajných kamarátov".

Deťom povedzte, že nikomu nesmú povedať, koho si vylosovali. Následne si z **prílohy 2** vytlačte "kamaráta".

Dokreslite a dopíšte do neho, aký by mal byť dobrý kamarát.

Potom sa pokúste celý mesiac byť takýmto človekom pre svojho tajného kamaráta. Pomôžte mu, choďte za ním, keď je sám, spoznávajte ho. Na konci mesiaca sa pozrite na kamaráta, ktorého ste si nakreslili. Podarilo sa vám byť dobrým kamarátom?

**Kreatívna úloha:
Trochu lásky**

Budete potrebovať:

Veľký zaváraninový pohár, papiere, fixky, pastelky a perá

Vytvorte si spolu pohár plný lásky. Na papieriky nakreslite alebo napíšte veci, ktoré by druhým mohli urobiť radosť, alebo také, ktoré robia radosť vám. Môžu to byť odkazy, obrázky, komplimenty, vtipy alebo slovíčka. Papierikov sa pokúste urobiť čo najviac, poskladajte ich a vhodte do pohára. S pomocou vášho vedúceho/vedúcej na pohár napíšte "AK POTREBUJEŠ LÁSKU, VEZMI SI PAPIERIK!". Nezapodniete naň napísať, kto pohár vyrobil. Ak chcete, pohár môžete pútavo vyzdobiť. Následne ho zanešte na nejaké verejné miesto, dohodnite sa napríklad s tetami na pošte, v lekárni, na miestnom úrade alebo v obchode, kreativite sa medze nekladú.

Takto ste urobili radosť celému mestu!

Spoznávanie:
Deň vďačnosti



Predstavte si bežný deň vo vašich životoch. Vysvetlite si, čo to znamená vďačnosť. Za aké veci z vášho bežného života ste vďační? Nakreslite ich na hárok z prílohy číslo tri a vystavte si ich. Skúste sa jeden deň poďakovať za všetky tieto maličkosti.

Vďaka komu/čomu máte prístup k týmto veciam/momentom? Zamyslite sa nad jednou osobou, ktorej ste vďační a vyrobte im niečo. Môžu to byť náramky z korálok, obrázkov, svietnik zo zaváraninového pohára, lapač snov, jednoduché origami, pohľadnica alebo záložka... je to na vás.



priestor na poznámky





Výzva:
Týždeň dobrých skutkov

20. – 26. mája 2024 je týždňom dobrovoľníctva. V prílohe číslo štyri nájdete tabuľku. Je to tabuľka dobrých skutkov. Urobte si malý týždeň dobrých skutkov. Pokúste sa každý deň urobiť aspoň jeden dobrý skutok a zapísať si ho do tabuľky. Nakoniec si urobte malú oslavu dobrých skutkov, porovnajte si svoje tabuľky a porozprávajte sa o tom, aké to bolo každý deň urobiť dobrý skutok.

Kreatívna úloha:
POKUS: Ako nás ovplyvňuje naše okolie?

Budete potrebovať:
červenú kapustu, veľkú misku, priesvitné poháriky, sóda bikarbóna, savo, ocot, šťava z citóna, mlieko, mydlová voda, bylinný čaj (a iné bezfarebné tekutiny s rôznym pH)

Do priesvitných pohárikov si pripravte vodu so sódou bikarbónou, vodu so savom, ocot, šťavu z citóna, mlieko, mydlovú vodu a bylinný čaj. Červenú kapustu nakrájajte a zalejte vriacou vodou. Nechajte lúhovať aspoň 15 minút (farba kapustného výluhu má byť sýta). Kapustu precedte a roztok nechajte vychladnúť. Následne prilievajte kapustný výluh do pripravených nádob s roztokmi. Sledujte zmenu farby roztokov.

Ako nás ovplyvňuje naše okolie? Tak ako aj farbu kapustného výluhu, aj ľudí dokáže pozitívne aj negatívne ovplyvniť ich okolie. Čo myslíte, ako okolie ovplyvňuje vás? Diskutujte! :)

**Spoznávanie:
Hrdinovia medzi nami**

Pozvite ľudí z vášho okolia, ktorí vás inšpirujú na čajík, posedenie alebo piknik. Môžu to byť vaše maminky, oteckovia, tety či ujovia, starí rodičia alebo susedia. Na flipchartový papier napíšte “som hrdina/hrdinka lebo...” a nechajte ich dopísať, na čo sú vo svojom živote najviac pyšní. Ak nemáte flipchartový papier, dokonalo postačí druhá strana plagátov z kina či baliaceho papiera. Vytvorte dva kruhy, vo vnútri deti a z vonku dospeláci. Postavte sa k sebe čelom. Odpovedajte si na otázky z **prílohy číslo päť**, po každej otázke sa kruh dospelákov posunie v smere hodinových ručičiek o jedného diskutujúceho. Na koniec si môžete zaspievať, zatancovať alebo spoločný čas využiť na tvorenie či zveľaďovanie klubovne a okolia.

priestor na poznámky





Dokončili ste všetky úlohy a stále máte čas?
Máme pre vás námety na aktivity na tému "Veď pomáhať sa má", smelo sa inšpirujte, upravujte, tvorte. Po inšpiráciu sa nemusíte báť "zaletieť" aj do iných vekových kategórií, úlohy si smelo upravte podľa vašich potrieb.

Bonusová úloha číslo 1:
Bezpečný deň

- Prineste si so sebou na stretnutie čokoliek, čo vám dodáva pocit bezpečia. Sadnite si do kruhu a zdieľajte svoje "bezpečné veci". Prečo je to práve táto vec? Ako sa cítite, keď ju máte so sebou? Môže to byť čokoliek.

Bonusová úloha číslo 2:
Spoločné umenie

Namaľujte spolu veľký obraz. Nie pastelkami, ani fixkami, maľujte odtlačkami svojich prstov. Môžete maľovať strom, fénixa, lúku s kvetinami, slnko, kreativite sa medze nekladú.

○ **Bonusová úloha číslo 3:**
Putovný denník

Založte si putovný denník. Striedajte si ho. Môžete do neho písať, kresliť, maľovať aj lepiť. Nezamerajte sa však na zážitky, ale na emócie. Píšte alebo tvorte to, ako sa máte, čo vám urobilo radosť, či ste urobili radosť niekomu inému alebo ako sa cítite :)

Bonusová úloha číslo 4:
Ideálna krajina

Vytvorte si vlastnú Utópiu. Kto v nej bude žiť? Ako bude fungovať? Môžete namaľovať mapu, vytvoriť vlajku, zložiť hymnu a napísať zákony. V akej krajine by ste chceli žiť? Môže v nej pršať zmrzlina, všetci môžu mať farebné vlasy a namiesto kvetov môžu byť lízatka. Veselo snívajte!

Bonusová úloha číslo 5:
Detské práva

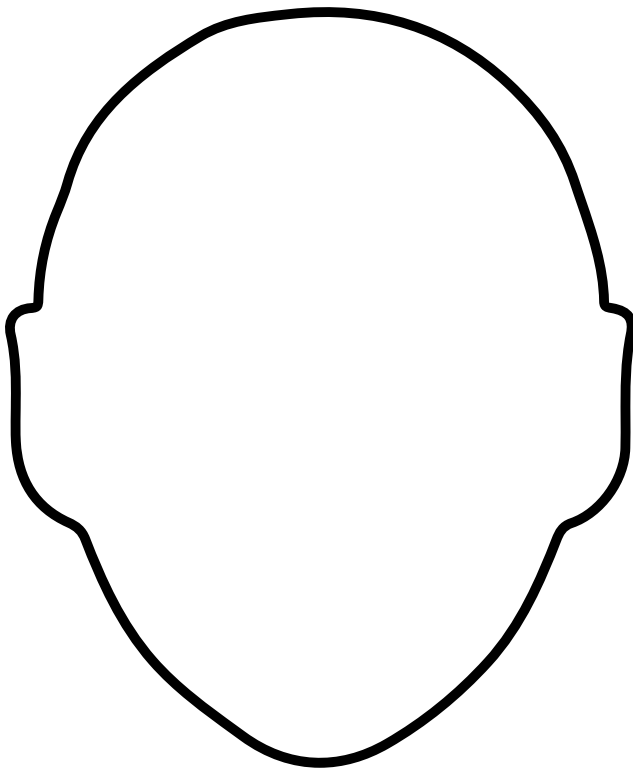
Informujte svoje okolie o detských právach. Vyzdobte spolu nástenku na túto tému alebo urobte rôzne farebné plagátky a rozvešajte ich po škole či klubovni. Prečo je dôležité hovoriť o detských právach?

Bonusová úloha číslo 6:
Pozitívne ohováranie

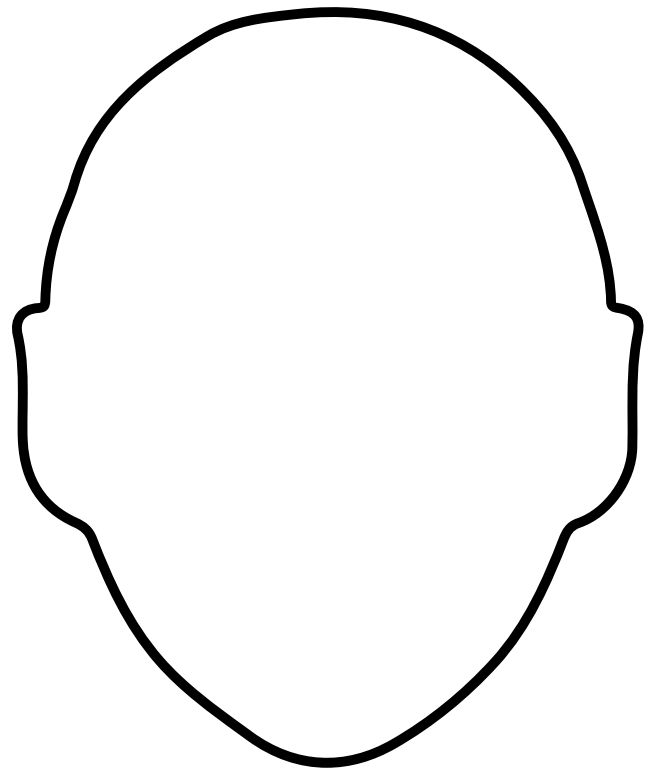
Rozdeľte sa do skupín po troch. Jeden sa vždy otočí chrbtom, zvyšní dvaja o ňom hovoria IBA PEKNÉ VECI. Následne sa v skupinke vymeňte. Ako ste sa cítili počas tejto aktivity a ako sa cítite po nej?

“
Nezabudnite, ak súťažíte o malú odmenu, termín odoslania výstupov z Rozletu na hodnotenie je piatok, 31.5.2024 !
”

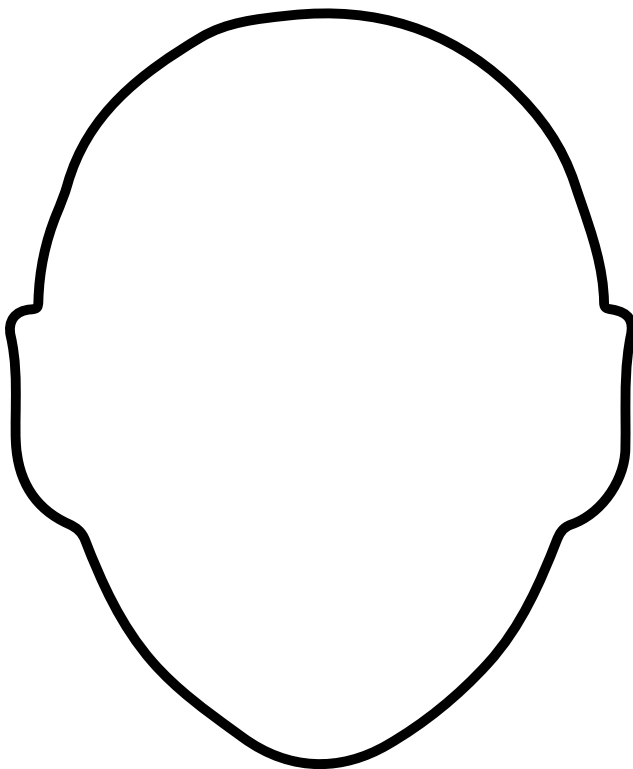
Príloha číslo 1



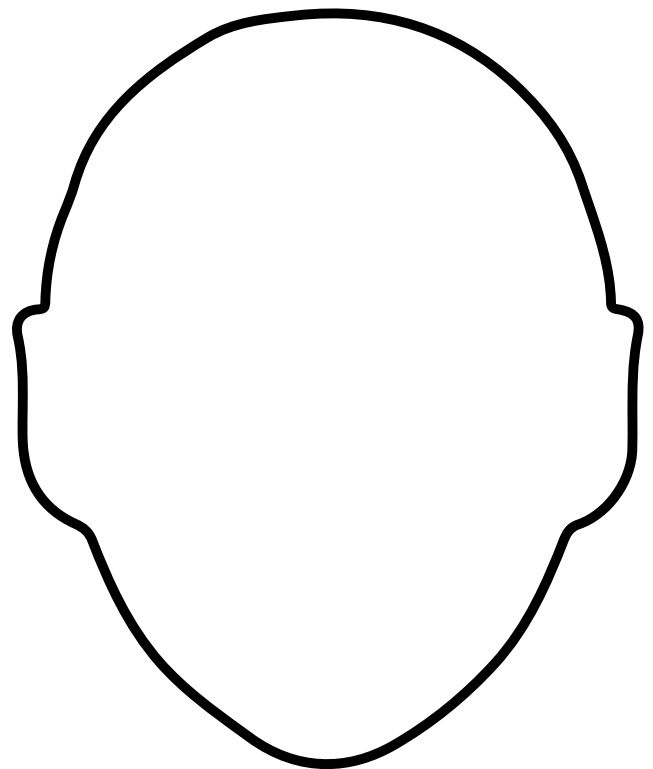
RADOŠŤ



SMÚTOK

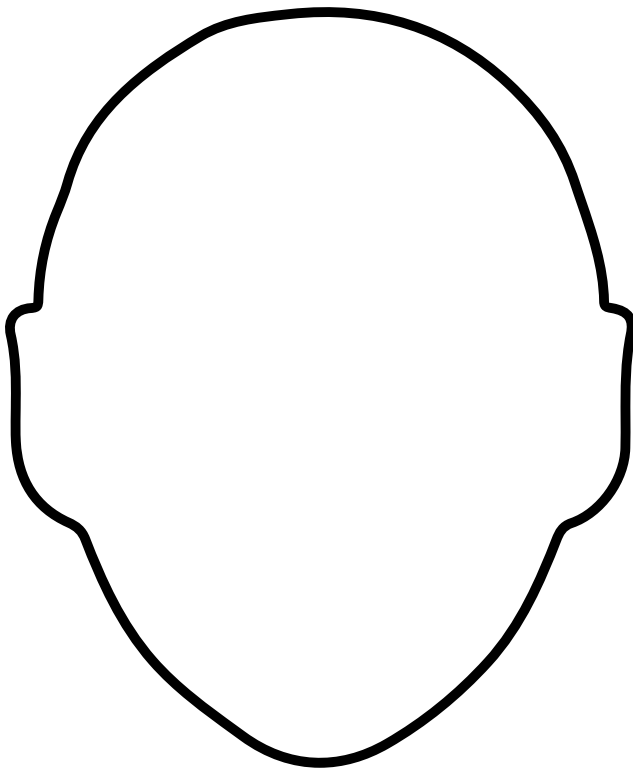


BOLEŠŤ

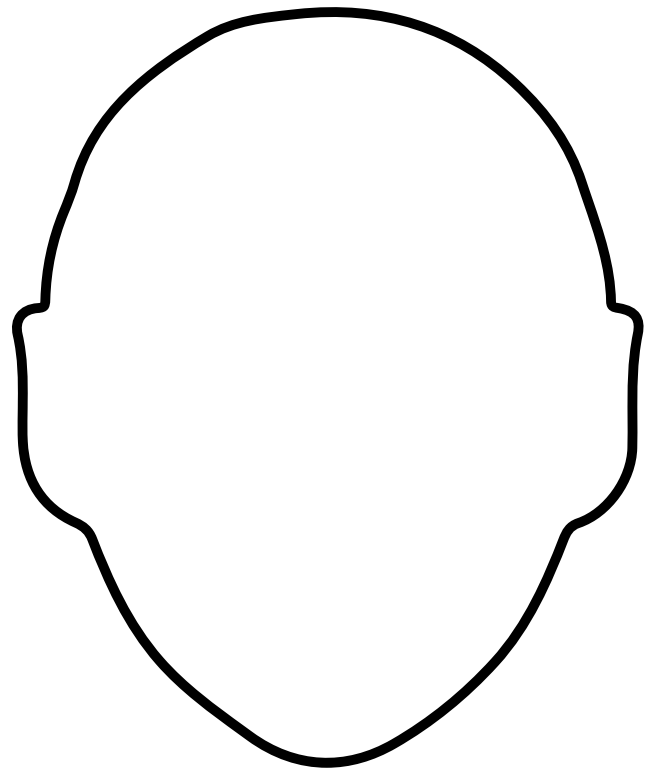


PREKVAPENIE

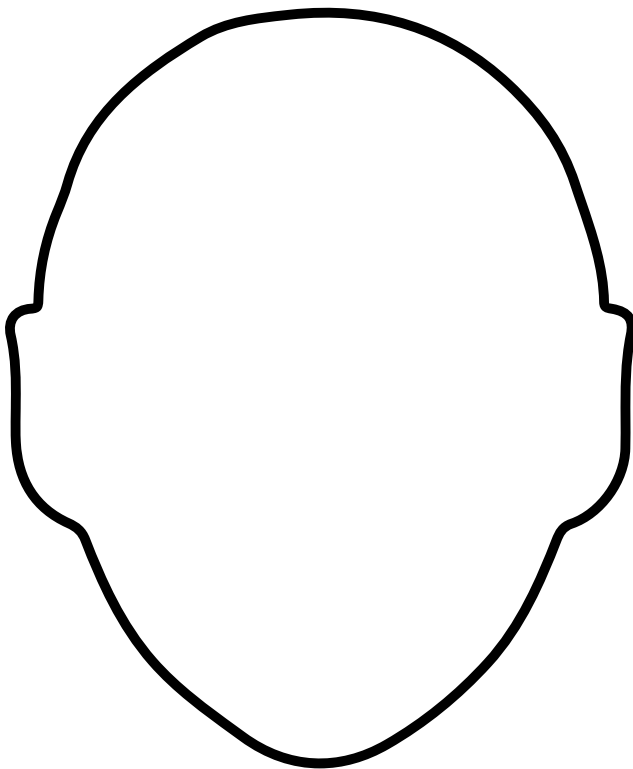
Príloha číslo 1



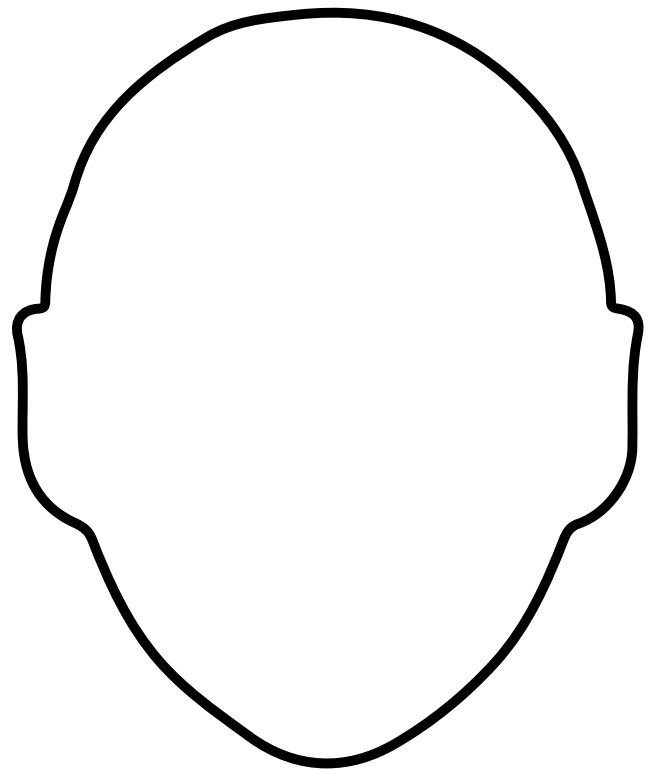
HNEV



STRACH

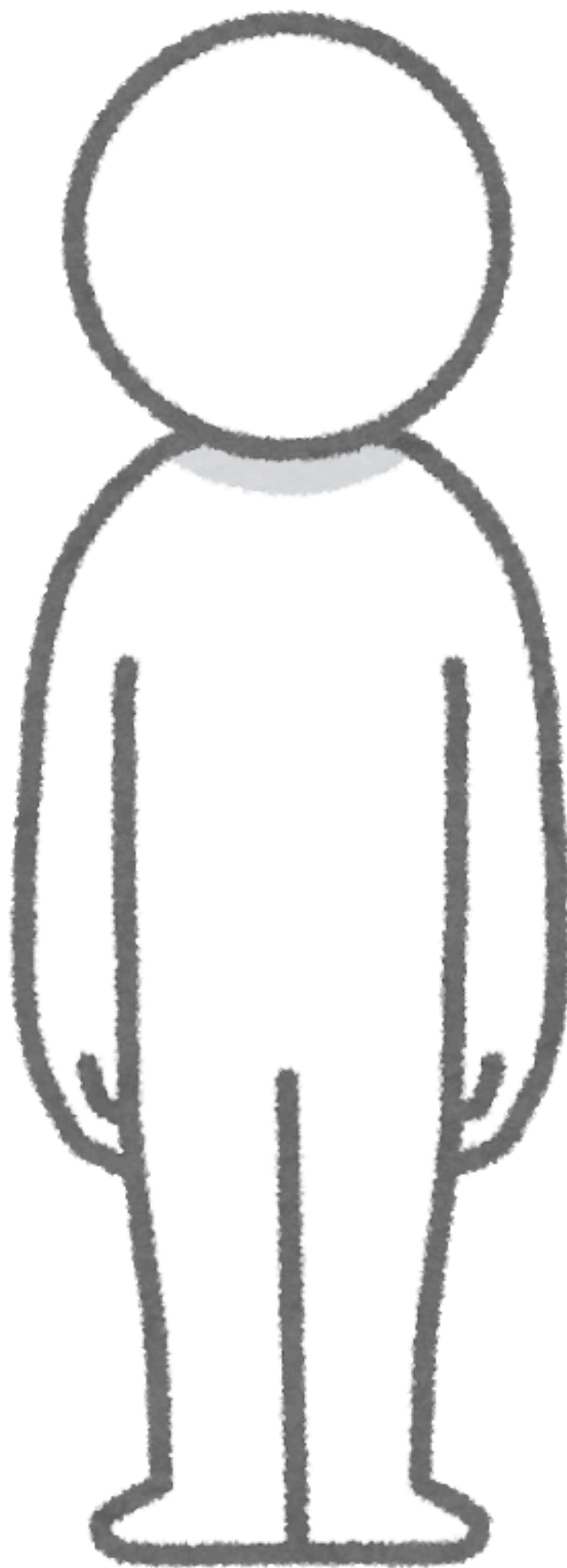


LÁSKA



SPOKOJNOSŤ

Príloha číslo 2



Príloha číslo 3

VOLÁM SA.....

A SOM VĎAČNÝ/VĎAČNÁ ZA TIETO
VECI Z MÔJHO BEŽNÉHO DŇA:



NAJVIAC SOM VĎAČNÝ/VĎAČNÁ
TEJTO OSOBE.....

Príloha číslo 4

TÝŽDEŇ DOBRÝCH SKUTKOV

MENO.....

Deň	Dobry skutok
Pondelok	
Utorok	
Streda	
Štvrtok	
Piatok	
Sobota	
Nedeľa	

Otázky:

1. Kto je tvojim hrdinom?
2. Na čo si vo svojom živote najviac pyšná/pyšný?
3. Za čo si najviac vďačná, vďačný?
4. Čo si sa naučil/naučila od svojej rodiny?
- 5. Čo by si prial/priala človeku oproti tebe?
6. Prečo si aj ty hrdina/hrdinka?
7. Čo ti robí radosť?
8. Na čo sa teraz tešíš?
9. Kde sa cítiš bezpečne?
10. Čo pre teba znamená slovo láska?
- 11. Aký by si chcel/chcela svet o 20 rokov?
12. Čo je tvojim snom?
13. Čo robíš vo voľnom čase?
14. Kedy si naposledy niekomu pomohol/pomohla? Ako?
15. Kedy si sa naposledy cítil/cítla lúbený/lúbená?