



**Pod'me sa spolu rozprávať/
Pojd'me si spolu povídať**

Obsah

Remitéma: Ako sme kedysi komunikovali.....	3	Rodokmen	37
Dopisy.....	6	Křeček pro babičku/dědečka.....	39
Obálky s adresami	7	Usporiadajte podľa abecedy	42
Dopis vojákovi – zadání.....	13	Koľkokrát sa nachádzajú?	43
Postcrossing	15	Zakroužkujte a spočítajte všetky usmívající se obličej.....	44
Hra: Jak dobře se znáte?	16	Nové slovo	45
Jablko.....	19	Dvojice písmen.....	46
Rozumiete starým rodičom?	20	Vlajky štátov	47
Rozumiete svojim vnukom?	21	Rozvoj pamäte	49
Asociačné cvičenie	22	Najdete 20 ptáků s trojslabičnými názvy?	50
Rozumejú si dnešní Česi a Slováci?	23	Rozvoj pamäte	51
Morseova abeceda – spojte pomocná slova se znaky.....	24	Doplňte následující symboly podle vzoru, pracujte co nejrychleji	52
Hledání rozdílů	25	Cvičenie na koncentráciu	53
Spojovačka – komunikační nosiče.....	26	Doplňte ovocie/zeleninu podľa písmenka abecedy	54
Čas pre druhého... ..	28	Niekoľko drobných rád na záver.....	55
Omalovánka	29	Milan Rúfus: Modlitba za rodičov	56
Psychomotorické cvičení	30	Zdroje	58

Úvodné slovo

Asi nám dáte za pravdu, že rok 2020 bol iný ako tie doterajšie. Minimálne mladá a stredná generácia si nepamätá na nič podobné. A možno tí starší z nás, takýchto situácií a období strachu a neistoty zažili viac.

Najnáročnejší tento čas bol z nášho pohľadu kvôli obmedzeniu sociálnych kontaktov a kvôli neistej budúcnosti. To, čo sme doteraz brali ako samozrejmosť (sloboda, zdravie, nádej v dobrú budúcnosť) sme si začali vážiť akosi viac.

Veľmi náročný bol rok 2020 pre našich rodičov a starých rodičov. Samota, nemožnosť stretnúť sa s deťmi a vnúčatami, bola nimi pociťovaná horšie ako samotná obava o zdravie.

V čase, keď pre vás pripravujeme túto brožúrku, veríme, že Vianoce už budú iné. Pokojnejšie, bezpečnejšie. Prajeme si, aby všetky rodiny ich mohli prežiť spolu. Babka, dedko, mama, otec, dcéra, syn. Všetci pekne spolu. Prajeme si, aby všetkým rodinám bol dopriaty čas na rozhovory a objatia.

A táto brožúrka môže byť návodom ako kvalitne, spolu stráviť čas naprieč všetkými generáciami rodiny. Témou brožúrky je: Podme sa spolu rozprávať! Jej ambíciou je spojiť pri spoločných aktivitách od tých najmladších členov rodiny až po tých najstarších. V brožúrke nájdete príbehy (veselé i na zamyslenie), pracovné listy, kde si mladší vyskúšajú ako ovládajú slovník starších a starší zas si otestujú, ako rozumejú komunikácii svojich vnukov. Nakoľko ide o projekt česko-slovenskej spolupráce, zistíme ako dnešné deti a mládež rozumejú českým a slovenským výrazom (a práve tu bude pomoc starých rodičov pravdepodobne nevyhnutná). Starí rodičia nám porozprávajú akými prostriedkami komunikovali kedysi a vnúčatá im ukážu ako je to dnes. V brožúrke nájdete množstvo aktivít, ako spoločne a kvalitne stráviť možno i ten nadchádzajúci vianočný čas.

Prajeme Vám veľa spoločného času!

Katarína Chmurčiaková
Zdeněk Gloz

Remitéma: Ako sme kedysi komunikovali

1. Porozprávajte vnukom, že kedysi nie všetci mali telefón. Bolo zvykom, že bol jeden telefón na celej ulici a chodilo sa volať k susedovi, alebo sused preberal telefonáty a správy z nich ostatným z ulice 😊. Vedia oni vôbec čo bola „pevná linka“?

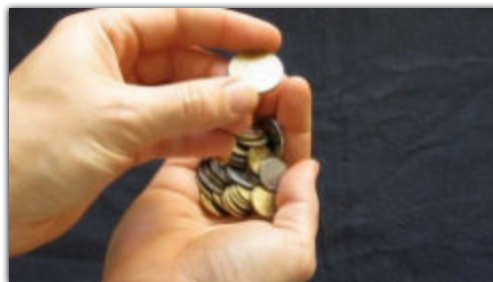


2. Neskôr sme už neboli odkázaní len na pevné linky u suseda, ale pribudli „**telefónne búdky**“. Ak sme chceli telefonovať potrebovali sme drobné mince, ktoré sa vhadzovali do automatu. Neskôr

mince nahradili telefónne karty. Tie sme si kupovali v novinovom stánku a boli v rôznej hodnote. Boli však jednorazové, teda nedobyateľné.



3. Bez takejto hrste mincí, sa nám do telefónnej búdky ani neoplatilo ísť.



4. Ak sme potrebovali nájsť telefónne číslo, vyhľadávali sme ho v takomto telefónnom zozname.

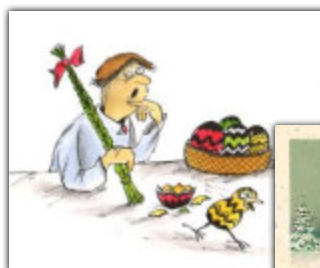


5. Návšteva poštára bola vždy udalosťou. Kým dnes poštár väčšinou nosí len úradné listy, v minulosti to boli...

... zalúbené listy



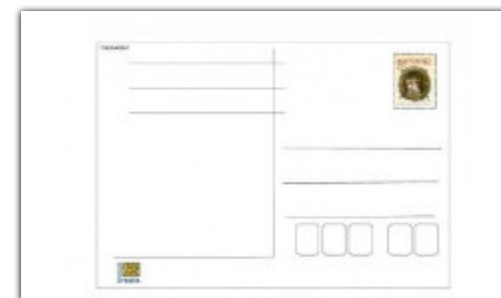
... pohľadnice k rôznym sviatkom



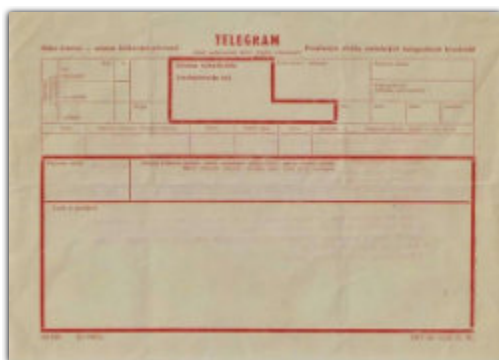
6. Ak sme písali list, dali sme si záležať. V papiernictve sme kupovali krásne **ozdobné listové papiere a obálky**. Niektoré boli aj s vôňou.



7. Často sme sa zapájali do súťaží z časopisov alebo televízie a správne odpovede sme posielali do redakcie na **tzv. korešpondenčnom lístku**.



8. Ak sa udialo niečo dôležité, často sme to rodine a známym oznamovali cez **telegramy**. Platilo sa za každé jedno slovo, tak to musel byť oznam naozaj veľmi krátky. Napríklad na vojenčinu muž často dostal telegram : „máme dievčatko“.



alebo

„Veľa šťastia v živote, veľa plienok na plote, sedem synov, sedem dcér aby váš rod nevymrel.“



9. Aj na svadbe, po polnoci, sa mladomanželom čítali telegramy, napríklad aj v takomto znení:

„Na cestách života kráčajte spolu, či vedú do kopca alebo dolu, o seba opretí v každučký čas, v láske a svornosti až zbledne vlas.“

Dopisy

Teď vás bude čekat cvičení na potrérování vaší pozornosti. Pošťák chtěl naložit plný pytel dopisů do pošťáckého auta, ale bohužel se mu pytel roztrhl a obálky se vysypaly. Zkuste si nejprve tipnout, kolik kterých listů jen a až pak je zkuste spočítat. Kdo bude úspěšnější? Vy nebo vaše vnouče?



Obálky s adresami

V tomto cvičení si vyzkoušíte vaši paměť. Na další straně máme tři dopisní obálky s adresou. Vaším úkolem bude si tyto tři adresy zapamatovat. Až si budete jistí, že jste si adresy zapamatovali. Doplňte na další straně chybějící údaje.





Alžběta Kloudová
Tržní 842/13
702 00 Moravská Ostrava



Miroslav Blaha
Za Stadionem 603
430 01 Chomutov



Jiřina Švábenská
Kolmá 78
530 02
Pardubice

Azběta
Tržní/13
702 00 Moravská



..... Blaha
Za 603
.....01 Chomutov



..... Švábenská
Kolmá
530 02
.....



Podařilo se?

Pokud ano – **gratulujeme!**

Pokud ne – **zkuste to trochu jinak...**

Zkuste si údaje z obálek zapamatovat pomocí příběhu...

Můžete zapojit vlastní fantazii, nebo se inspirovat našimi příběhy. Základem je, si pojmy přiřadit k něčemu, co už znám, co je mi povědomé, co si dovedu představit. Co si dovedu představit, to si dovedu zapamatovat. Nebojte se používat představivost.

Pokud neznám žádnou Alžbětu Kloudovou, tak si mohu zkusit představit např. královnu Alžbětu, nebo Alžbětu Čenkovou z Nemocnice na kraji města... záleží na Vás, která je Vám bližší...

Jméno Alžběta bychom již měli obsazeno, teď nás čeká příjmení Kloudová – zkusme si vymyslet nějaké konkrétní slovo, to které si dovedeme představit. Nabízí se, že mohla být kloudná... to si ale těžko člověk dovede ve své fantazii vybavit... proto zkusíme nějaký konkrétní pojem, použijeme počáteční písmenka z příjmení a můžeme si vybavit například klobouk, nebo kloub...

Tím získáme první spojitost, začátek našeho příběhu – královna Alžběta v klobouku, nebo doktorka Alžběta Čenková, která operuje klouby... Záleží, co se komu líbí...

My zůstaneme u královny Alžběty...

Královna **Alžběta** nosí ráda **klobouky**, které nakupuje na **trhu** (Tržní ulice), celkem za ně utratila už **842** liber a má jich doma už **13** kusů, kromě klobouků si koupila na trhu také **702** pytlů mouky dvounulky (**00**) – asi nějaký královský rozmary a tento podivný nákup se uskutečnil v **Moravské Ostravě**...

Čím atraktivnější, bláznivější souvislosti, tím lépe pro naši paměť.

Příběh ke druhé obálce:

Král Miroslav (z pohádky Pyšná princezna) měl dlahu, spadl totiž za stadionem přesně v 6:03 ráno, 4 lidé ten pán viděli, zavolali sanitku, která přijela za 30 min, v ní nebyl žádný (0) lékař, jen dva záchranáři, kteří měli na krku chomouty.

A třetí příběh už si zkuste vymyslet sami... ☺



Moravská Ostrava

£ 842





Dopis vojákovi – zadání

Jediným komunikačním prostředkem vojáků v dřívějších dobách bylo pouze psaní dopisů. Jak to někdy mohlo vypadat si přečtete v následujícím textu. Ve slovech v závorkách se nám pomíchala písmenka, vaším úkolem bude dát je do správného pořadí, aby věty dávaly smysl.

Můj drahý synu,

píši pomalu, neboť vím, že neumíš rychle číst. Už nebydlíme tam kde předtím. Tvůj otec si přečetl, že nejvíc dopravních nehod se stane ve 20 kilometrovém okruhu od domova a proto jsme se přestěhovali. Nemůžu ti napsat číslo domu, protože ho předchozí obyvatelé odmontovali a vzali s sebou, aby si _____ (**USIMENEL TINĚM USADER**).

Všechno je v novém domě velmi pěkné. I pračku máme, i když nějak _____ (**JUNGEFENU**).
Dala jsem do ní šaty, zatáhla za provázek a od té doby _____
(**MESJ TAŠY ANELIDVĚ**).

Ale není tady špatně. Minulý týden pršelo jen dvakrát. Poprvé tři dny a _____
_____ (**PURDOHÉ ŘTYČI YDN**).

Poslala jsem ti _____ (**BAKÁT**), který jsi chtěl, ale podle tvého otce by byl balík kvůli knoflíkům příliš těžký tak jsem je uřezala. Najdeš je v levé kapse.

Tvoje sestra dnes ráno porodila, ale ještě nevíme co. Takže ti zatím nedovedu říct, zda jsi _____ (**SCRÝT BNEO ETAT**).

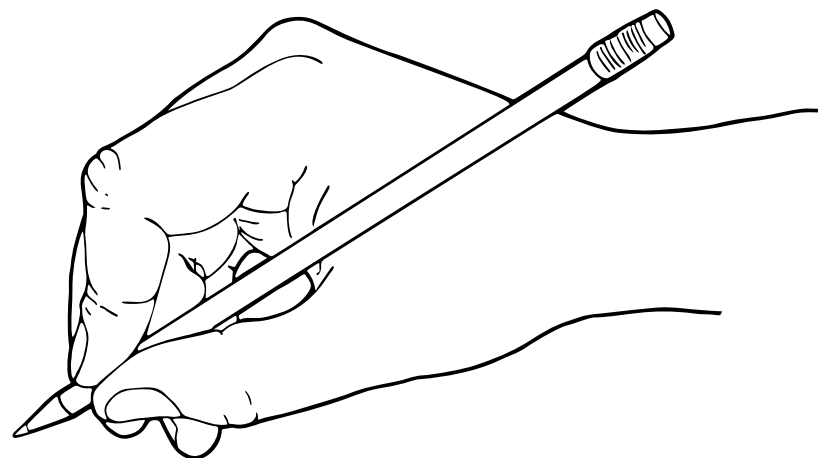
Tvůj bratr některý den zavřel klíče do auta, měli jsme docela strach, neboť to trvalo skoro dvě hodiny, než mě s _____ (**MOTEC**) z _____ (**ATAU ILOVYDVOSIB**).

Soused minulý týden spadl do sudu s _____ (**CODÁMÍ CUKIHVÍRŠO**). Zkoušeli ho vytáhnout, ale hrdinsky je přemohl a utopil se. Tři dny _____ (**LEŘHO**) v _____ (**KOTIREMARU**).

Ale jinak se nic zvláštního neděje, všechno je ve _____ (**SARTÝCH JOLKEÍCH**).

Tvoje milující matka

PS: Chtěla jsem ti vložit nějaké peníze do obálky, ale _____ (**LABY ŽU NEZAPÁLE**).



Postcrossing

Dříve bylo běžné, že se v dopisních schránkách objevovaly kromě jiného také pohlednice z dovolených, blahopřání k svátku, velikonoční nebo vánoční pozdravy. V dnešní době tyto papírové kartičky nahradila převážně elektronická komunikace – SMS, e-maily,...

Vzpomínáte, jaké to bylo fajn najít ve schránce obrázek s textem?

Jaká byla naše radost?

Kam jsme si pohlednice vystavovali?

Dříve bylo běžné i sběratelství pohlednic.
Sbírali jste je také?

V současné době existuje způsob, jak mít opět ve vaší poštovní schránce pohlednice – a to z celého světa. Před několika lety vznikl projekt, který se nazývá **Postcrossing**.

Tento projekt spočívá v tom, že si náhodně vylosujete adresu zaregistrovaného účastníka a tomu pošlete pohlednici, někdy má účastník na svém profilu uvedeno,

jaká pohlednice by mu udělala radost, co by ho potěšilo. Není třeba ani nějaká velká jazyková vybavenost. S registrací Vám mohou pomoci mladší členové rodiny, kteří umí anglicky. Pohlednici můžete i společně vyzdobit – kresbičkami nebo nějakou nálepkou, také je fajn, pokud je pohled opatřen nějakou zajímavou známkou. Po odeslání a potvrzení pohlednice příjemcem si někdo může vylosovat Vás a Vy se můžete zanedlouho těšit a pohlednice z různých koutů celého světa.



POSTCROSSING

Více informací naleznete na internetu,
na stránkách:

<https://www.postcrossing.com/>
(stránky v angličtině, nachází se zde registrace)

<http://postcrossing.cz/>
(stránky v češtině)

VYZKOUŠEJTE 😊

Hra: Jak dobře se znáte?

Jak dobře se znáte?

Vyzkoušejte si naši hru, u které zjistíte, kolik toho jeden o druhém víte.

Pomůcky:

3 figurky a hrací kostka např. ze hry Člověče, nezlob se!

Pravidla:

Můžete hrát buď v týmech (vnoučata, rodiče, prarodiče), nebo za jednotlivce (vnouče, rodič, prarodič).

Cílem hry je společně příjemně prožít čas a zároveň se dozvědět o sobě co nejvíc informací, některé už třeba znáte, některé pro vás budou naopak novinkou.

Figurku můžete nasadit na herní plán, až vám padne na kostce šestka, máte vždy tři pokusy.

Jako první hází prarodič, pak rodič a jako poslední vnouče. Pokud vám během hry padne šestka, nehází se dvakrát.

Pokud se na jednom políčku potká více figurek, nevyhazují se. Pokud šlápnete na políčko s číslem, čtete příslušnou otázku, záleží, kdo na políčko stoup! - vnouče - otázky pro vnouče, apod. Pokud neznáte odpověď, jedno kolo nehrajete. Na políčku se symbolem not si společně zazpívejte nějakou písničku.

Přejeme hodně zábavy při společně prožitém čase a při objevování nových informací!



OTÁZKY STARÝ RODIČ

1. Ako sa volá tvoje prvorodené vnúča?
2. Kde mal tvoj syn/dcéra sobáš?
3. Do ktorej triedy chodí tvoje druhorodené vnúča?
4. Vymenuj svoje vnúčatá od najmladšieho po najstaršie?
5. Aké sú najobľúbenejšie jedlá tvojich vnúčať?
6. Upečením, ktorého koláča by si urobila najväčšiu radosť svojmu synovi/dcére?
7. Aký šport robia tvoje vnúčatá?
8. Keď boli tvoje deti malé čo zbierali?
9. Aká je obľúbená farba tvojich detí?
10. Ako sa najradšej obliekajú tvoje vnučky?
11. Vieš ktorý spevák je obľúbený u tvojho vnúčaťa?
12. Aké knihy si čítaval svojim deťom, keď boli malé?
13. Čím chcú byť tvoje vnúčatá keď vyrastú?
14. Ktoré sny ešte nemáš splnené?
15. Povedz nám najveselší príbeh so svojimi vnúčatami!

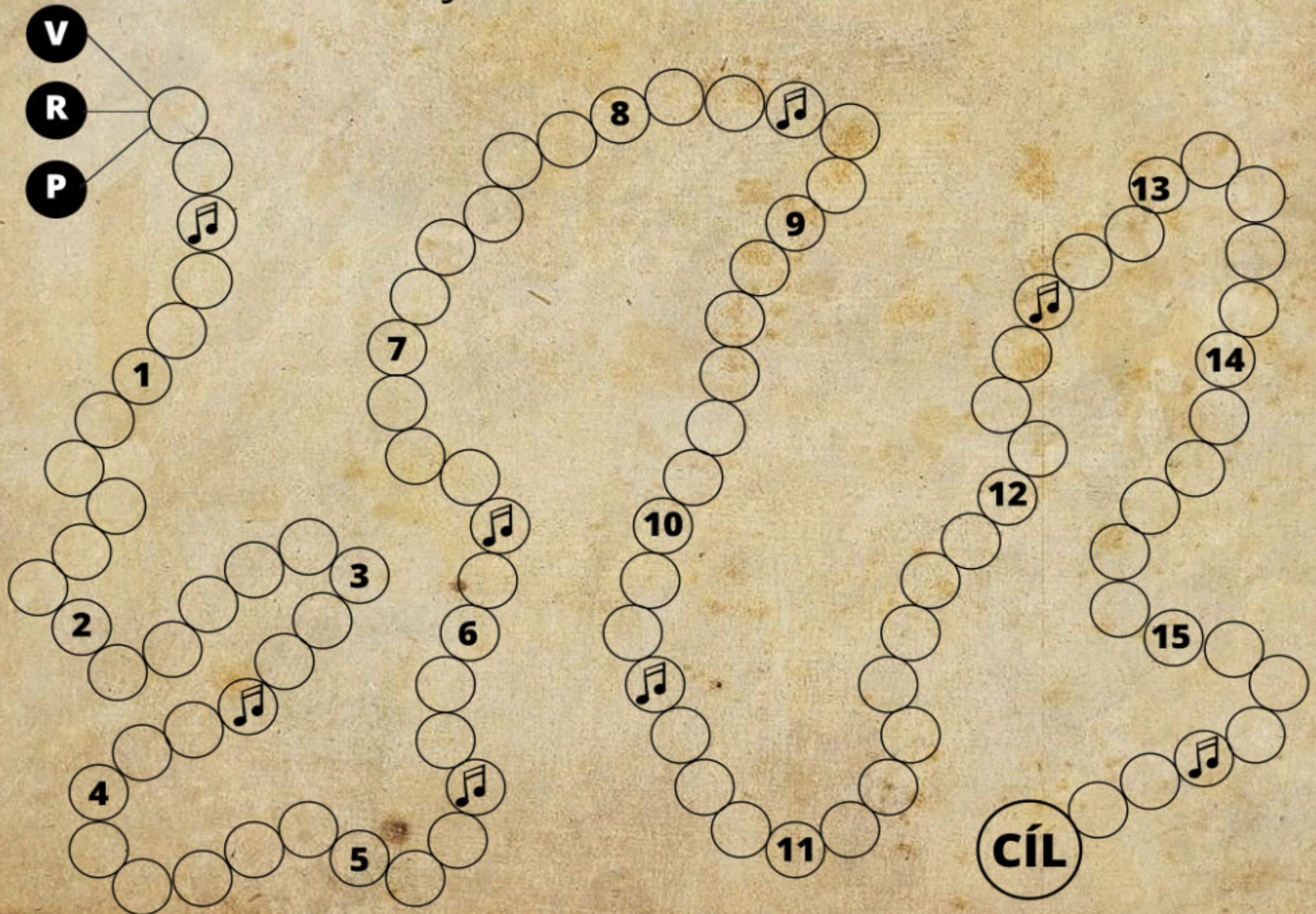
OTÁZKY RODIČ

1. V ktorom roku sa sobášili tvoji rodičia?
2. Kde mali tvoji rodičia sobáš?
3. Ako sa volali tvoji starí rodičia po otcovej strane?
4. Kde bol tvoj otec na vojne?
5. Aké je najobľúbenejšie jedlo tvojej mamy?
6. Čo v žiadnom prípade nezje tvoj otec?
7. Ktorý seriál najradšej sleduje tvoja mama dnes?
8. Aké seriály a filmy ste sledovali ako rodina kedysi?
9. Kde chodili na základnú školu tvoji rodičia?
10. Ako sa volajú súrodenci od tvojej matky?
11. Ako sa volajú súrodenci tvojho otca?
12. Kedy sa narodili tvoji rodičia?
13. Aké športy robili tvoji rodičia?
14. Poznáš mená najlepších priateľov tvojich rodičov?
15. Na ktorý výlet si najradšej spomínaš zo svojho detstva s rodičmi?

OTÁZKY VNUCI

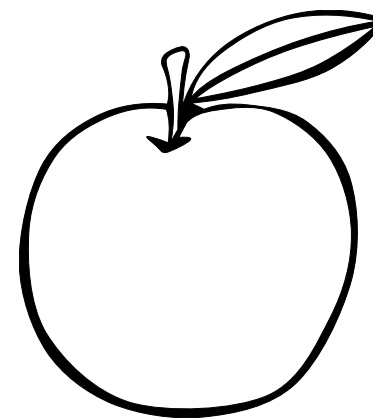
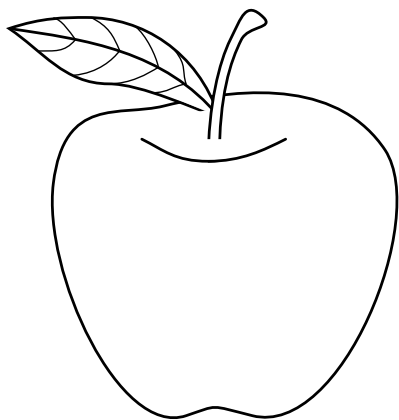
1. Ako sa volala babka za slobodna?
2. Vieš povedať adresu, na ktorej bývajú starí rodičia?
3. Aký seriál radi pozerajú starí rodičia?
4. Ktorý TV kanál je u starých rodičov najčastejšie sledovaný?
5. Aké jedlo vie najlepšie uvariť tvoja babka?
6. Ktoré ručné práce vedia robiť tvoji starí rodičia?
7. Fanúšikom akého športu je tvoj starý otec?
8. Akú herečku herca má rada tvoja babka?
9. Čítajú tvoji starí rodičia nejaké noviny alebo časopisy? Aké?
10. Kde najradšej nakupujú starí rodičia?
11. Aké sú obľúbené pesničky tvojich starých rodičov.
12. Na ktorý výlet si najradšej spomínaš zo svojho detstva so starými rodičmi?
13. Aké povolania vykonávali tvoji starí rodičia?
14. Kde najďalej v krajine boli tvoji starí rodičia?
15. Prečo máš rád svojich starých rodičov?

Jak se dobře znáte?



Jablko

Veľmi bohatý a mocný kráľ v Bengodi každé ráno prijímal hold svojich poddaných. Podmanil si všetko, čo sa podmaniť dalo, a predsa sa nudil. Spolu s ostatnými prichádzal každé ráno aj mlčanlivý žobrák. Priniesol kráľovi jablko a potom bez slova odišiel. Kráľ navyknutý prijímať iné dary prijal žobrákov dar trochu znechuteným gestom, ale len čo sa žobrák obrátil, začal sa mu posmievať a celý dvor s ním. Žobráka to neodradilo. Prichádzal každé ráno odovzdať kráľovi svoj dar. Kráľ jablká prijímal a odkladal ich do koša pri tróne. Dával doňho všetky jablká, ktoré mu žobrák s úctou trpezlivo prinášal, až začali z koša vypadávať. Jedného dňa do vypadnutého jablka zahryzla kráľova obľúbená opica, prudko odpľula a hodila ho ku kráľovým nohám. Prekvapený kráľ zbadal v jablku žiarivú perlu. Hneď dal porozkrajovať všetky jablká a v každom z nich našiel perlu. Celý udivený si dal čudného žobráka zavolať. „Prinášal som ti, pane, tieto dary,“ povedal žobrák, „aby som ti ukázal, že život ti každé ráno ponúka mimoriadny dar, na ktorý zabúdaš a zahadzuješ ho, lebo si ponorený do veľkého bohatstva. Tým darom je každý deň, ktorý sa začína.“



Rozumiete starým rodičom?

Doba sa mení, niektoré slovenské slová sa z našej komunikácie vytrácajú. Staršia generácia ich však ešte zvykne používať. Vyskúšajte vašich vnukom, či rozumejú týmto slovám!

Šuster –

Počty –

Bukréta –

Štrinfle –

Plánka –

Pionier –

Žandár –

Okázalý –

Šenk –

Mravy –

Gánok –

Penzia –

Apatieka –

Regula –

Špacírovať sa –

Sklep –

Árešt –

Koruna –

Funus –

Vakácie –

Choseň –

Inkúst –

Regiment –

Pomôcky: chodba, pravidlo, pohreb, atrament, prechádzať sa, krčma, prázdniny, úžitok, vojsko, matematika, policajt, pančuchy, väzenie, dieťa v uniforme s červenou šatkou na krku, obuvník, platidlo, veľkolepý, kytica, správanie, lekárň, nezaštiepený strom, obchod, dôchodok

<https://oskole.detiamey.sk/clanok/clenenie-stylisticky-priznakovych-slov-podla-doby-pouzivania>

Rozumiete svojim vnukom?

Možno ste už počuli z úst vašich vnukov slová, obsahu, ktorým ste nerozumeli. Alebo sa len domnievate, že by ste im mohli rozumieť. Alebo ste si ich dali vnukom vysvetliť. Poďme sa teda pozrieť ako to vlastne je!

Viete, čo to znamená, ak vám vnuk povie:

Lajkujem –
Čekni to –
Je to kúlové –
Helfnem ti –
Idem na net –
LOL! –
To je moje know – how –
SMS –
Šérovať –
Čo povieš na môj outfit? –
Kouč –
Mám míting –
Sorry! –
To je taký lúzer –
Ty si tu boss! –

To je len pre VIP! –
Nemám taký badžet –
Mesendžer –
Idem čilovať –
Darling –
Selebrita –
Dám si brejk –
To znie sofistikovane! –
Má dobrý swag –
Nerofli sa –
Disujem niekoho –
Líder –
Šortky –
Flexí sa tu jak ... –
WTF ?–

Chatujem –
MMS –
Hešteg –

Pomôcky: smejem sa do popuku, dám si prestávku, pomôžem ti, píšem si s niekým cez mobil, nesmej sa, kritizujem, páči sa mi to, nemám toľko peňazí, prepáč, je to super, obrázková správa, má dobrý štýl, známa osobnosť, idem oddychovať, čo to je?, odkontroluj to, na to som prišiel ja, predvádza sa, podeliť sa, miláčik, spôsob posielania si správ, idem na internet, ty si tu šéf, textová správa, mám stretnutie, je to človek ktorému sa nedarí, kritizujem, znak, ktorý uľahčuje vyhľadávanie na nete, krátke nohavice, to je len pre veľmi dôležité osoby, tréner, čo povieš na moje oblečko? to znie múdro, vedúci

Asociačné cvičenie

Úloha, ktorú môžete robiť všetci spolu 😊. Doplňte každý za seba vetu tak, ako to cítite, vnímate, ako si myslíte. Na záver si prečítajte, čo kto z vás doplnil. Rozprávajte sa a spomínajte 😊!

Najkrajší deň v roku je

Náš dom najkrajšie vonia keď

Na návšteve u svojich starkých/rodičov/detí mám najradšej

Dom starých rodičov je miestom, kde

Ráno je pre mňa

Spoločný obed je časom

Som smutná/smutný keď

Najkrajšia spomienka z môjho detstva je

Na svojej mame/na svojom dieťati najviac obdivujem

Moja najväčšia nočná mora je

Mám rada keď

Neznášam keď

Najviac ma rozosmeje keď.....



Rozumejú si dnešní Česi a Slováci?

Často sme prekvapení z toho, že dnešné deti a mladí nerozumejú českým či slovenským slovám! Zmerajte si sily so svojimi vnukmi... Kto bude viac vedieť?

Rampouch –

Angrešt –

Candát –

Strup –

Mlha –

Neštovice –

Pařez –

Hlemýžď –

Bečťák –

Oddat –

Sklenka –

Lák –

Vous –

Děloha –

Cavyky –

Průrva –

Játra –

Červen –

Kolíček –

Kvěťák –

Kedlubna –

Čáp –

Přesnídávka –

Penál –

Pomôcky: slimák, chrasta, peračník, karfiol, drahota, bocian, desiata, cencúľ, kaleráb, zubáč, hmla, otvor, pohár, zosobášič, egreš, plakať, jún, maternica, pečeň, nálev, kiahne, peň, štipec, fúzy

Morseova abeceda – spojte pomocná slova se znaky



Asi naprostá většina z nás byla někdy na táboře, ať už pionýrském, pořádaném ze zaměstnání rodičů nebo třeba už skautském.

Kromě táborových her se zde často osvojovaly různé dovednosti, některé z nich (např. první pomoc) jsou používány do dnešních dnů. Jednou z věcí, která se na táborech učila, byla Morseova abeceda.

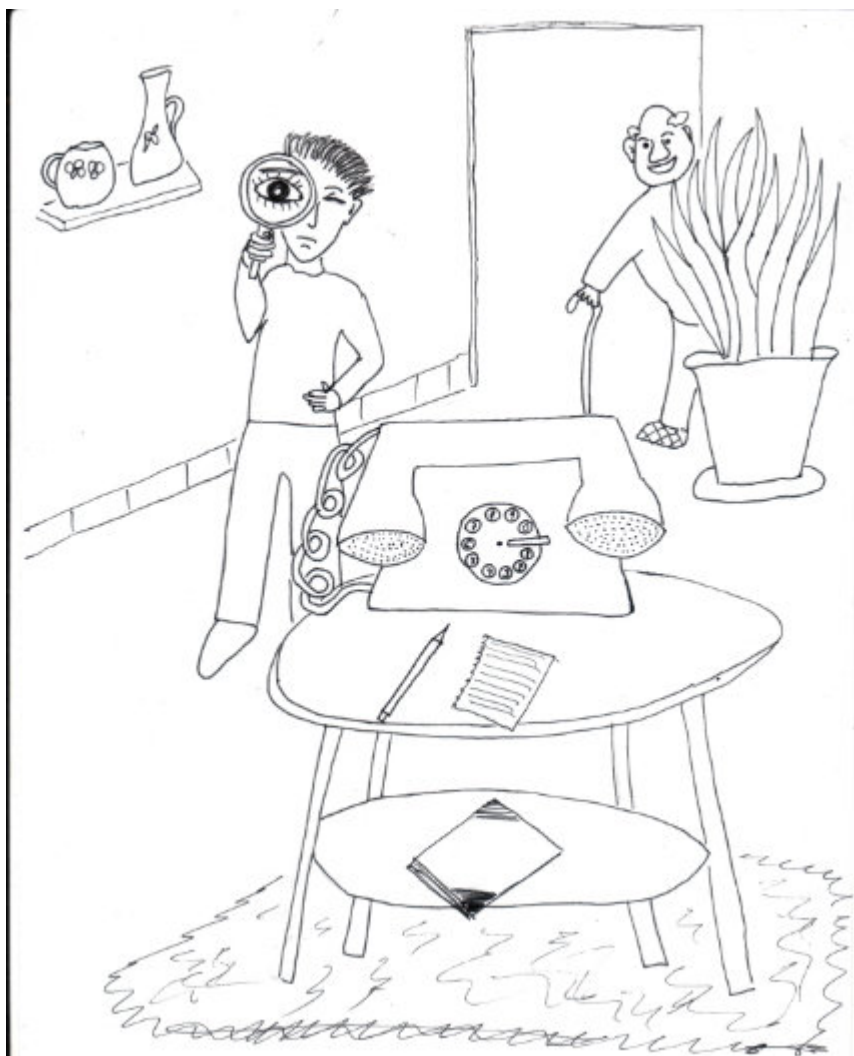
Touto metodou se dalo komunikovat buď prostřednictvím signálu, blikáním baterky nebo střídáním čárek a teček v grafické podobě.

akát
blýskavice
cílovníci
dálava
erb
Filipíny
Grónská zem
hrachovina
chléb nám schází
Ivan
junácká hůl
krákorá
lupíneček
mává
nástup
ó náš pán
papírníci
kvílí orkán
rarášek
sekera
tón
učený
vyvolený
wagon klád
Xénokratés
ý se ztrácí
známá žena

- V Čechách, na Moravě a ve Slezsku se
 využívala k zapamatování symbolů
 pomocná slova založená právě na délce
 obsažených samohlásek. Vzpomněli byste
 si, které znaky patří ke kterému
 pomocnému slovu?



Hledání rozdílů



U dědečka zvoní nějaký zvláštní přístroj... Najdete **10 rozdílů**?

Spojovačka – komunikační nosiče

Spojte jednotlivé komunikační nosiče od nejstaršího po nejnovější.





On do toho mluví? Co to má být? Telefon? ... Najdete **10 rozdílů**?

Čas pre druhého...

„Mať čas pre druhého
je ako položiť
za neho kúsok zo života.“

Pau del Rosso



Omalovánka



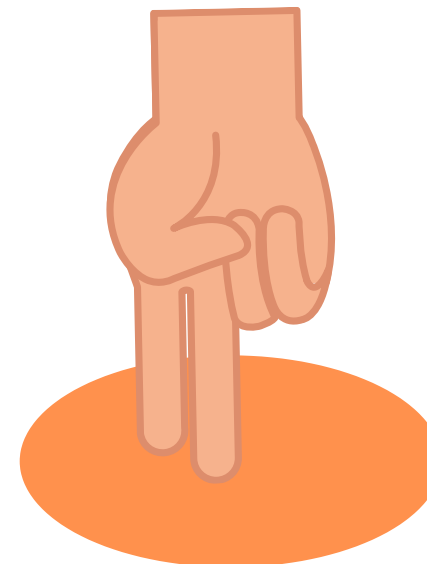
Psychomotorické cvičení

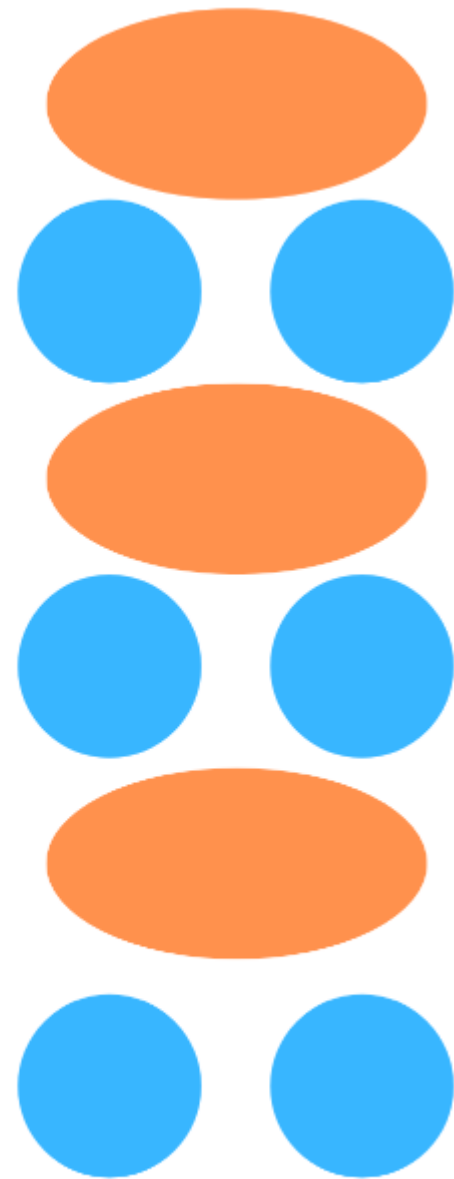
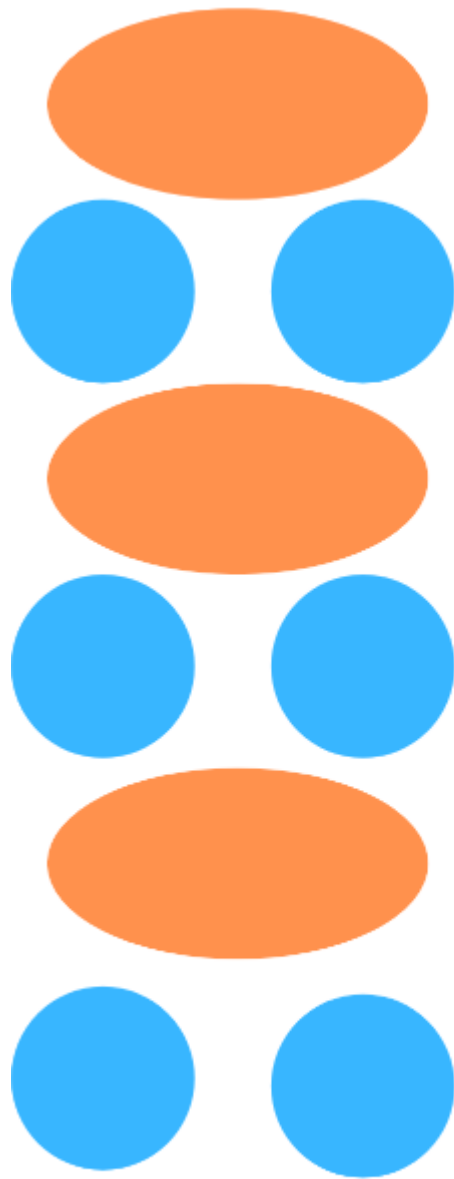
Když obrátíte list, uvidíte dvě stránky zaplněné puntíky a elipsami. Toto cvičení má za úkol procvičit propojování mozkových hemisfér. Jedná se o malý závod vždy mezi dvěma členy rodiny, třetí člen bude kontrolovat, kdo bude rychlejší.

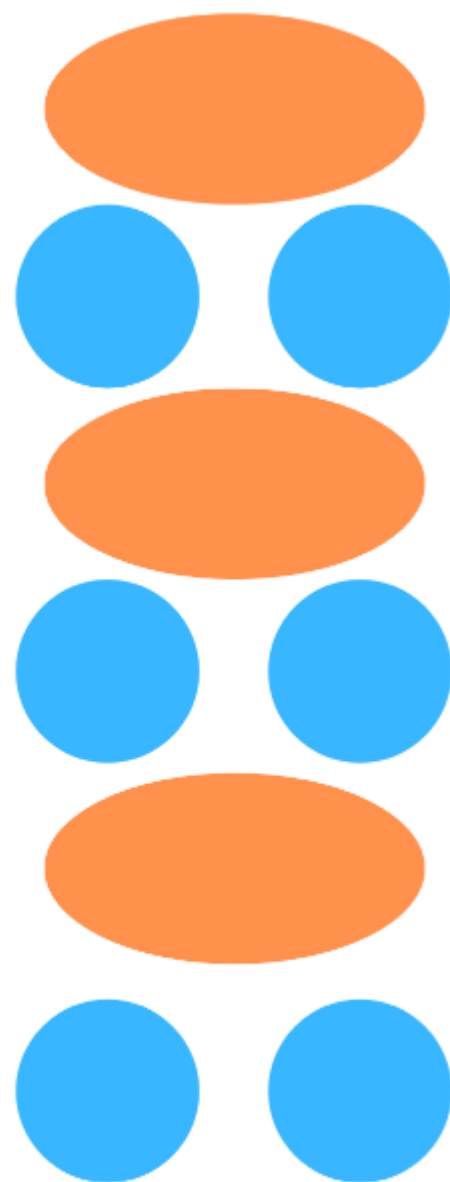
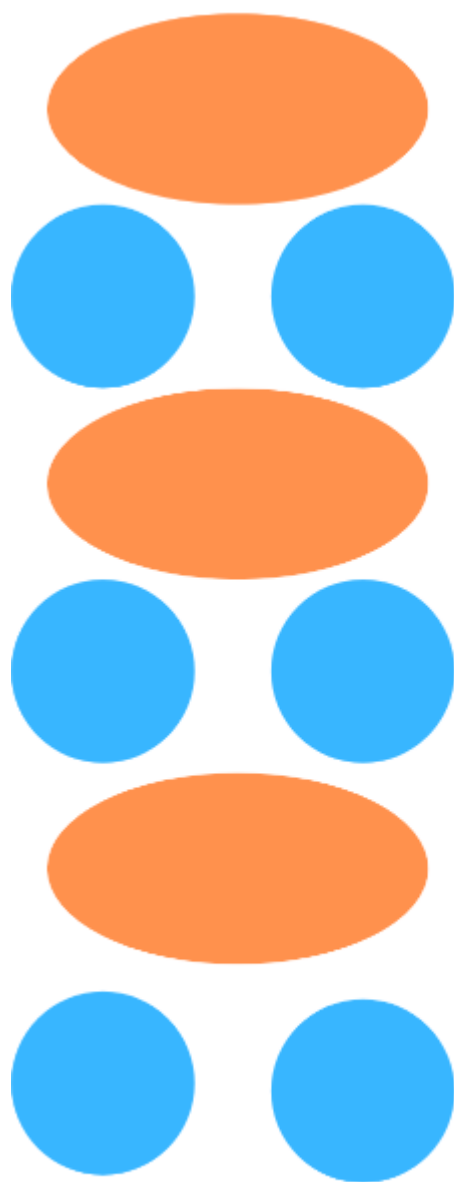
Budeme potřebovat obě naše ruce. Pro každého soutěžícího je jedna stránka. Na symboly koleček dáme náš ukazováček a prostředníček (od sebe – každý prst na jednom puntíku), na symbolu elipsy budeme mít oba prsty těsně u sebe.

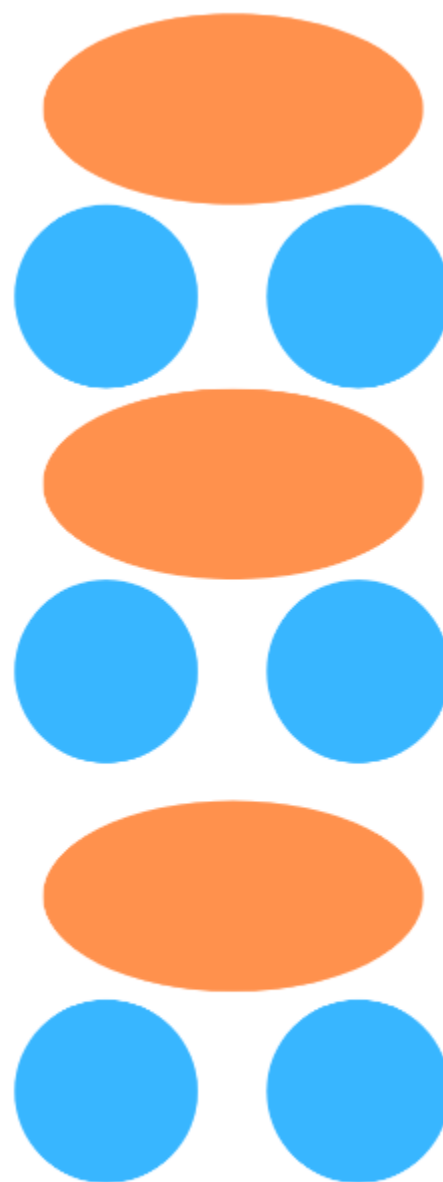
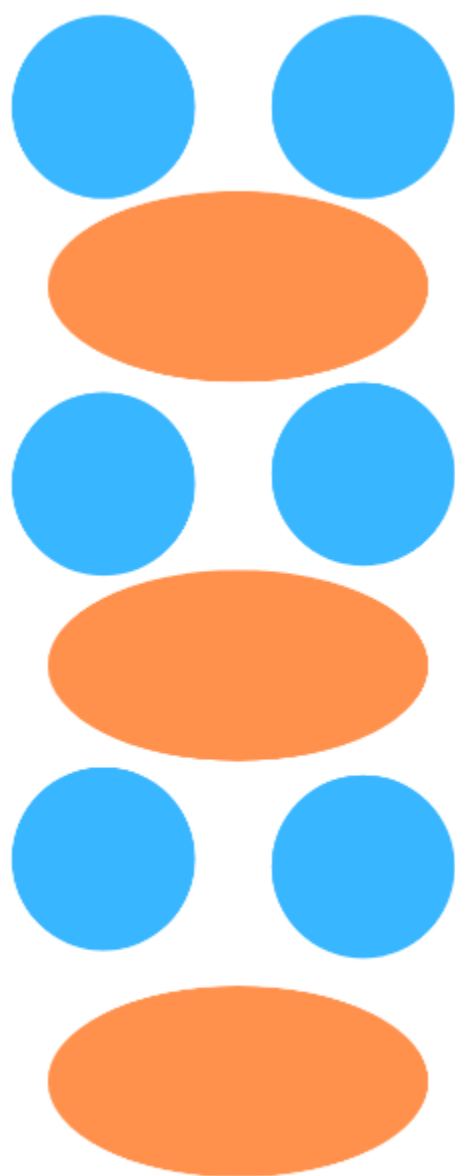
Úkolem je **co nejrychleji překonat krátkou trasu**.

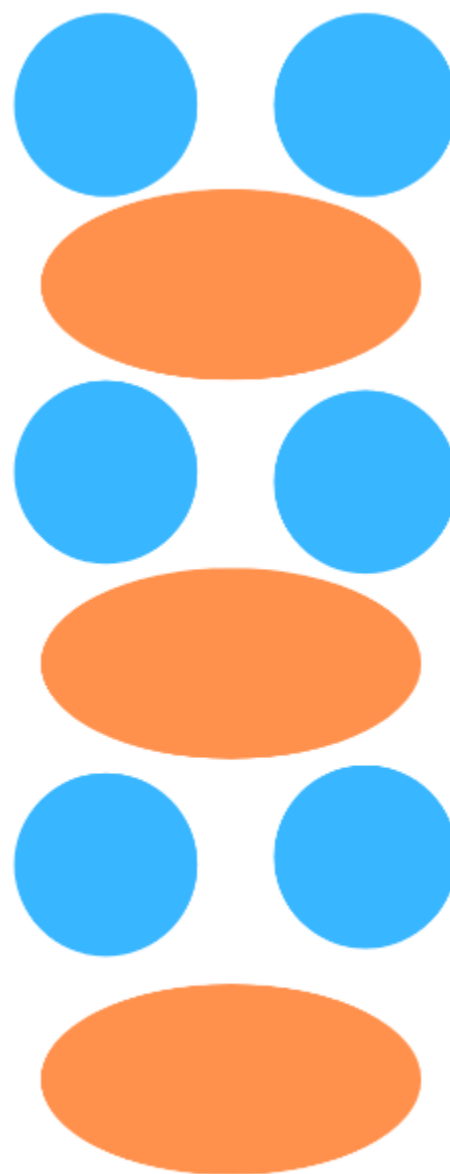
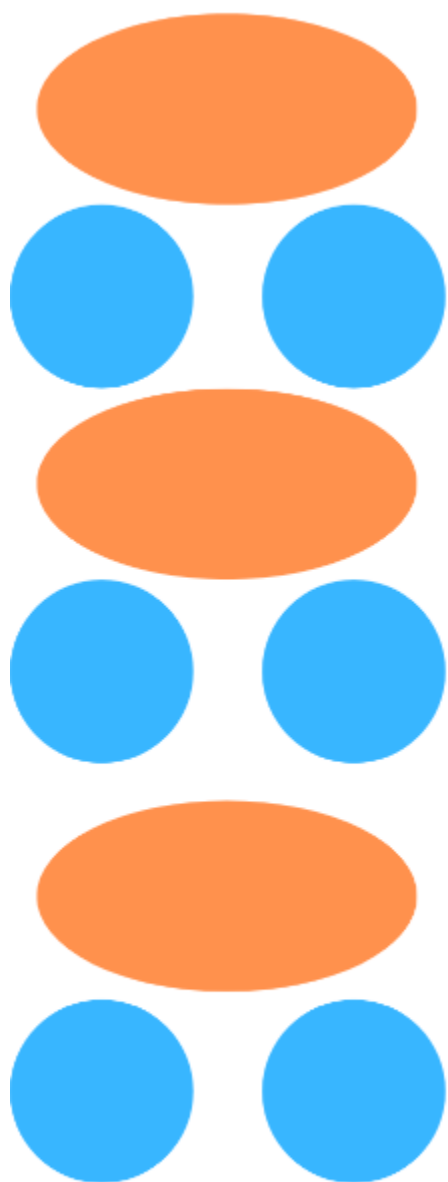
Obtížnost se stupňuje na další stránce, kdy se symboly střídají. Až projdete všechny obtížnosti, vraťte se na první list a zkuste závody absolvovat se zkříženými rukama (pravé prsty v levém sloupečku, levé v pravém) a zkuste své síly poměřit nyní...

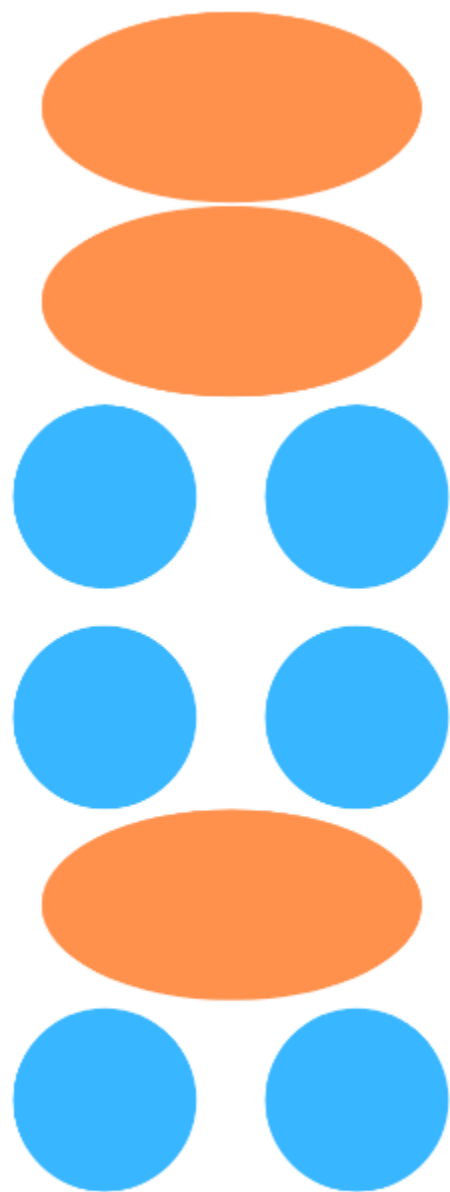
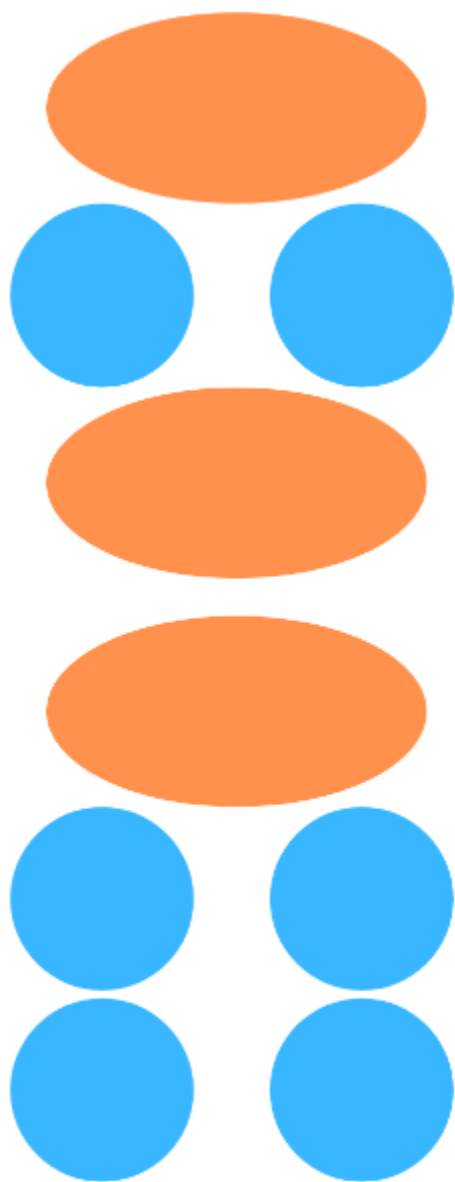


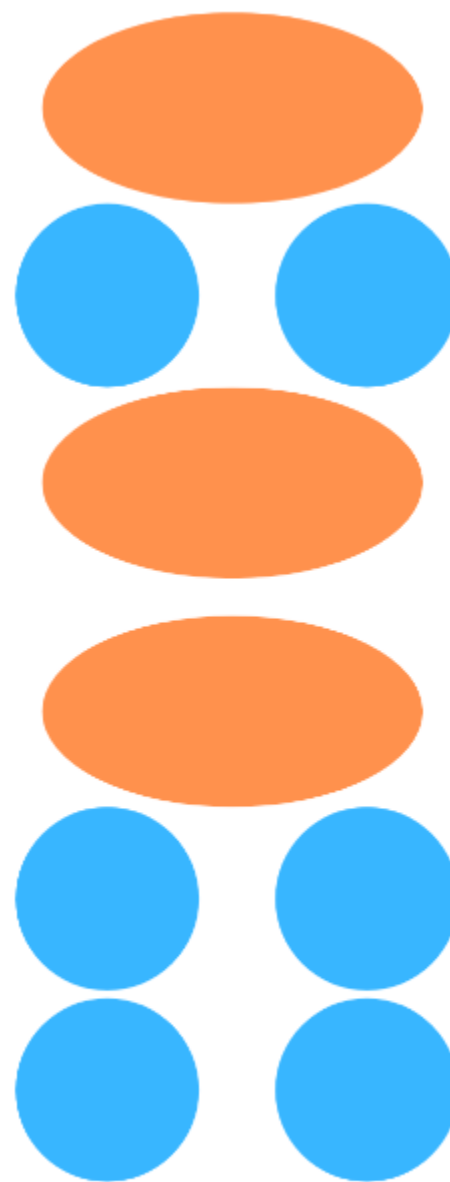
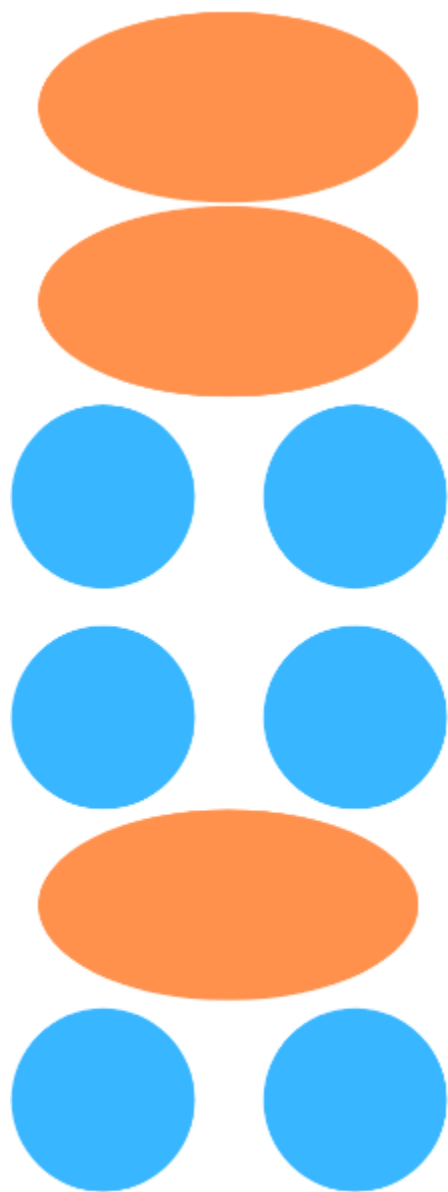












Rodokmen

Je dobré vědět, kdo byli naši předkové, odkud byli, čím se živili... Při vzpomínání mohou vyplynout na povrch různé zajímavé příběhy...

Na následující straně najdete šablonu pro rodokmen, do které si můžete zaznačit předky vašeho rodu, záleží už jen na Vás, zda začnete od nejstaršího člena rodiny nebo od toho nejmladšího.





Křeček pro babičku/dědečka

Vzpomínáte si z vašich dětských let na to, jak se posílal babičce, dědečkovi, tetičce nebo strýčkovi křeček? Zkuste zavzpomínat s vašimi menšími vnoučaty, nejvíce to asi ocení ta nejmenší (maximálně třetí). Třeba si na říkanku vzpomenete sami, pokud ne, můžete se inspirovat textem i s návodem.

(vnouče máme otočené k sobě zády a prstem píšeme na jeho záda)

Milá babičko/dědečku, tečka. (prstem naznačujeme psaní na záda, na konci věty zdůrazníme prstem nebo zlehounka pěstí tečku)

Posílám Ti křečka, dvojtečka. (pokračujeme v naznačování psaní prstem na záda, na konci věty zdůrazníme dvojtečku)

Křeček škrábe, (napíšeme a vnoučeti jemně poškrábeme záda)

kouše, (napíšeme a vnoučeti na zádech prsty naznačíme kousání zad)

tahá za vlasy, (napíšeme a jemně zataháme vnouče za vlasy),

lechtá, (napíšeme, vnouče polechtáme),

pozor ať tě neulechtá! (napíšeme a vnouče ještě polechtáme),

Je to milé zvíře! (napíšeme na záda)

Dopis dáme do obálky, (na zádech vnoučete naznačíme do rytmu obdélník),

nalepíme čtyři známky (do každého rohu do rytmu pěstí zlehka naznačíme orazítkování známek),

Dopis letí, letí, letííí (vnouče držíme za ramena a kýváme s ním dopředu a dozadu)

Babička/dědeček dopis roztrhne (na zádech vnoučete naznačíme roztrhnutí obálky)

a čte:

Milá babičko/dědečku, tečka. (prstem zase naznačujeme psaní na záda, na konci věty zdůrazníme prstem nebo zlehounka pěstí tečku)

Posílám ti křečka, dvojtečka. (pokračujeme v naznačování psaní prstem na záda, na konci věty zdůrazníme dvojtečku)

Křeček škrábe, (napíšeme a vnoučeti jemně poškrábeme záda)

kouše, (napíšeme a vnoučeti prsty naznačíme kousání zad)

tahá za vlasy, (napíšeme a jemně zataháme vnouče za vlasy),

lechtá, (napíšeme, vnouče polechtáme),

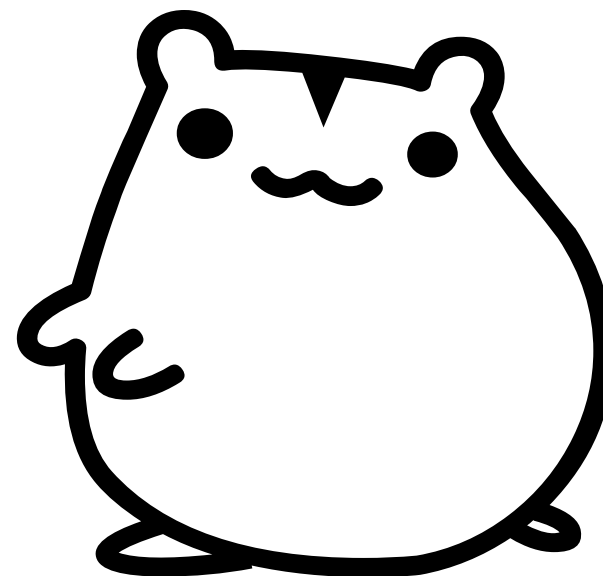
pozor ať tě neulechtá! (napíšeme a vnouče ještě polechtáme),

Je to milé zvíře! (napíšeme na záda)

Babička/dědeček dopis pokrčí, (na zádech naznačíme pokrčení dopisu)

hodí do záchodu (chytíme vnouče za ramena a jednou s ním kývneme)

a spláchne! (zataháme vnouče zezadu za vlasy – jako splachovadlo)





**Pracovní listy pro zkrácení
dlouhé chvíle a pro posilování
rozumových schopností...**

Usporiadajte podľa abecedy

Zvolen, Bytča, Žarnovica, Beluša, Žilina, Bardejov, Kremnica, Malacky, Trebišov, Rožňava, Košice, Bratislava, Zacharovce, Poprad, Gelnica, Námestovo, Nálepkovo, Snina, Skalica, Senica, Stropkov, Gočovo, Vlachovo, Rohov, Radošovce, Adamov

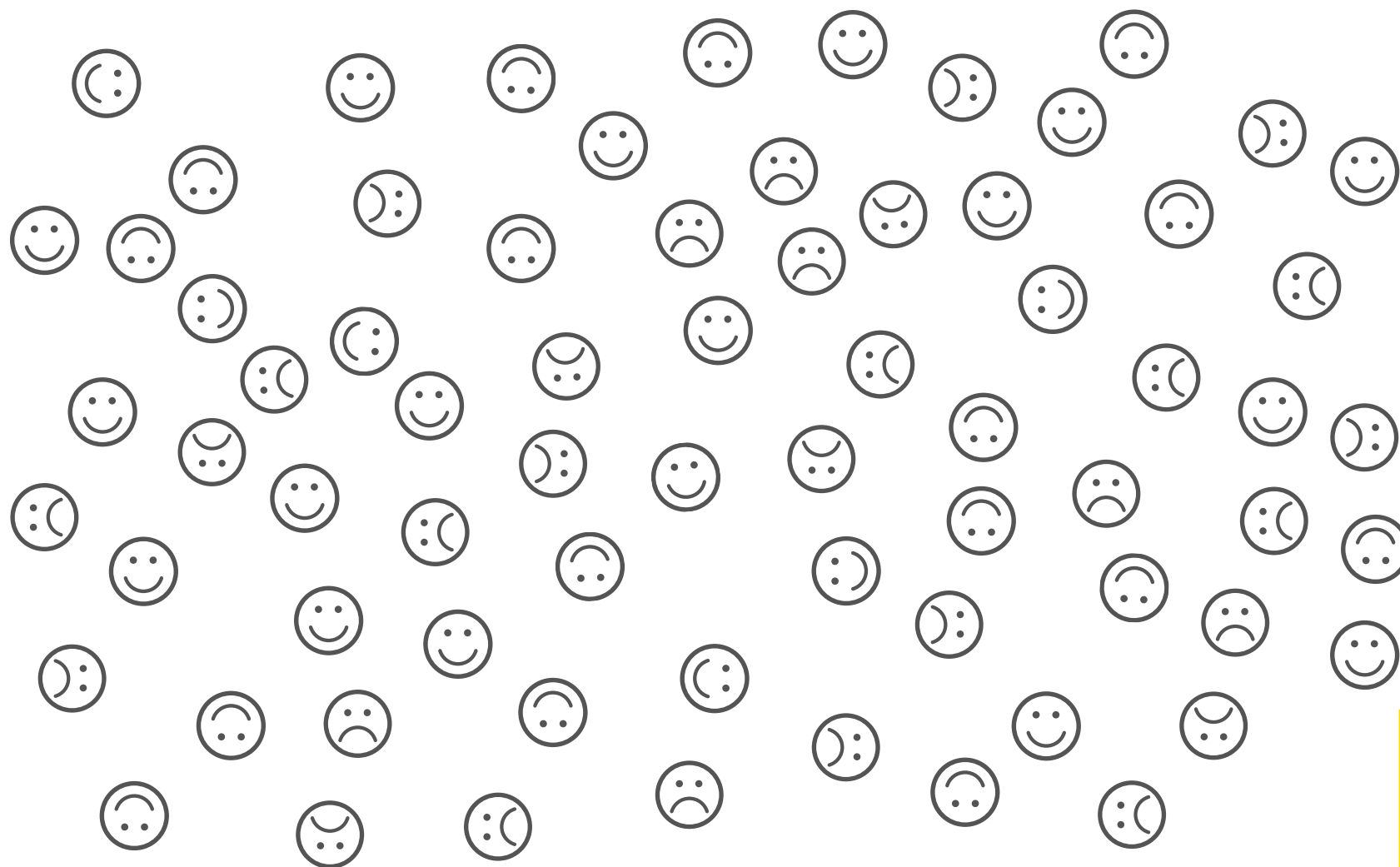
Koľkokrát sa nachádzajú?

25 78 14 12 36 21 54 87 19 45 14 31 9 51 5 12 14 22 57 91 12 41 14
5 11 2 54 32 21 6 17 25 29 12 32 54 87 4 3 8 44 54 87 19 45 14 31
9 51 5 12 14 22 57 91 12 41 14 5 11 2 54 32 21 6 17 25 11 2 54 32
21 6 17 14 12 36 21 54 87 14 31 9 51 5 12 14 22 25 78 14 12 36 21
54 87 19 45 14 31 9 51 5 12 14 22 57 91 12 41 14 5 11 2 54 32 21
6 17 25 29 12 32 54 87 4 3 8 44 54 87 19 45 14 31 9 51 5 12 14 22
57 91 12 41 14 5 11 2 54 32 21 6 17 25 11 2 54 32 21 6 17 1

číslo **54**..... číslo **17**..... číslo **25**.....

číslo **12**..... číslo **32**..... číslo **87**.....

Zakroužkujte a spočítejte všechny usmívající se obličeje



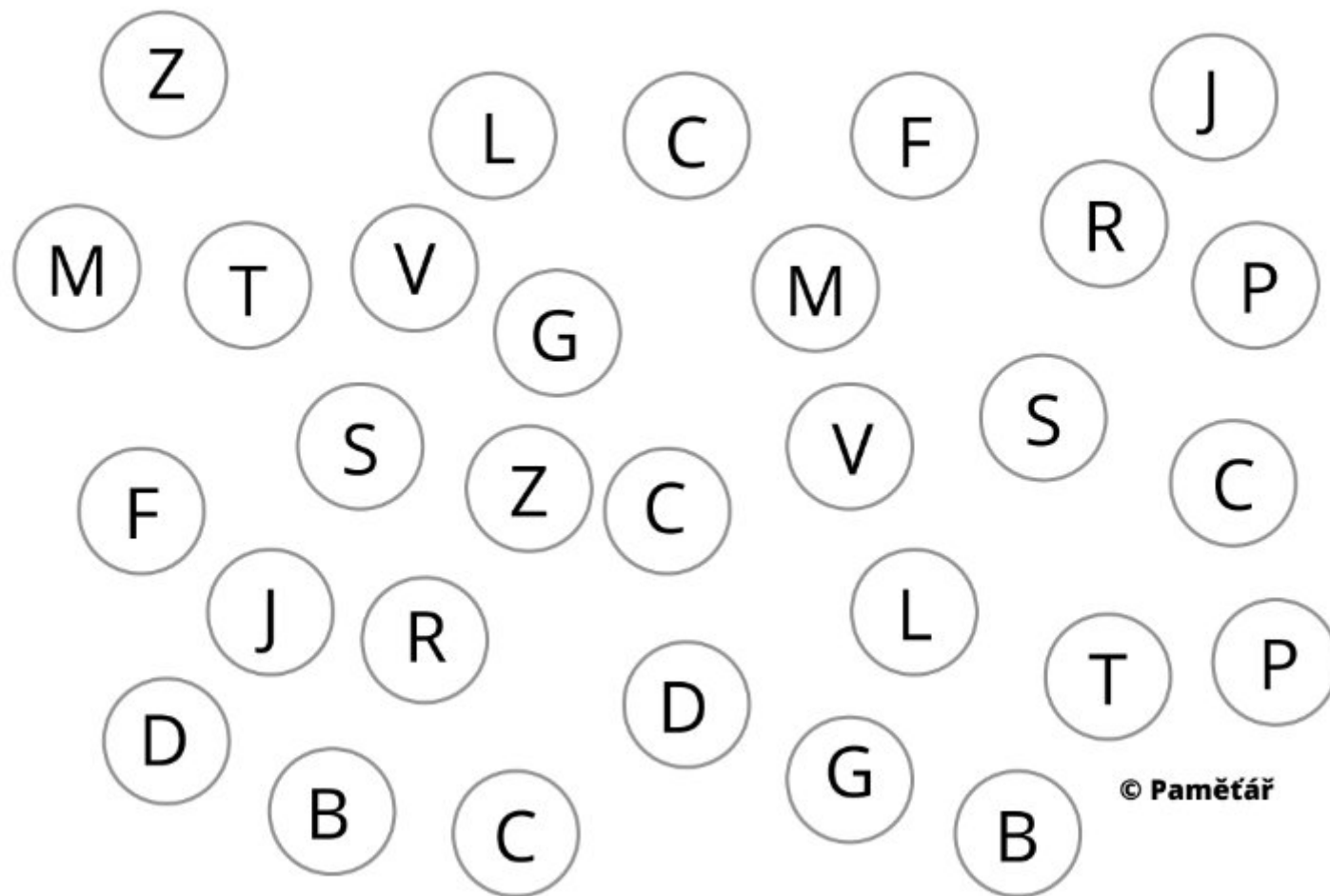
Nové slovo

V každom zo slov zmeňte jediné písmeno, aby ste dostali nové slovo.

Prasa	Káva	Moc
Para	Reč	Pult
Pasáž	Kov	Smeť
Sorta	Ruka	Strava
Žiaľ	Pasta	Šiť
Pasca	Sekáč	Prak
Pasívny	Kosiť	Strana
Paša	Rydlo	Kat
Strom	Slanina	Hrom
Cena	Slama	
Pluh	Slovo	

Dvojice písmen

Spojte dvojice stejných písmen a seřadte je podle abecedy.



Vlajky štátov

Skúste (možno aj spoločne s vnukmi 😊) zakresliť vlajky daných štátov:

Česko

Maďarsko

Rakúsko

Slovensko

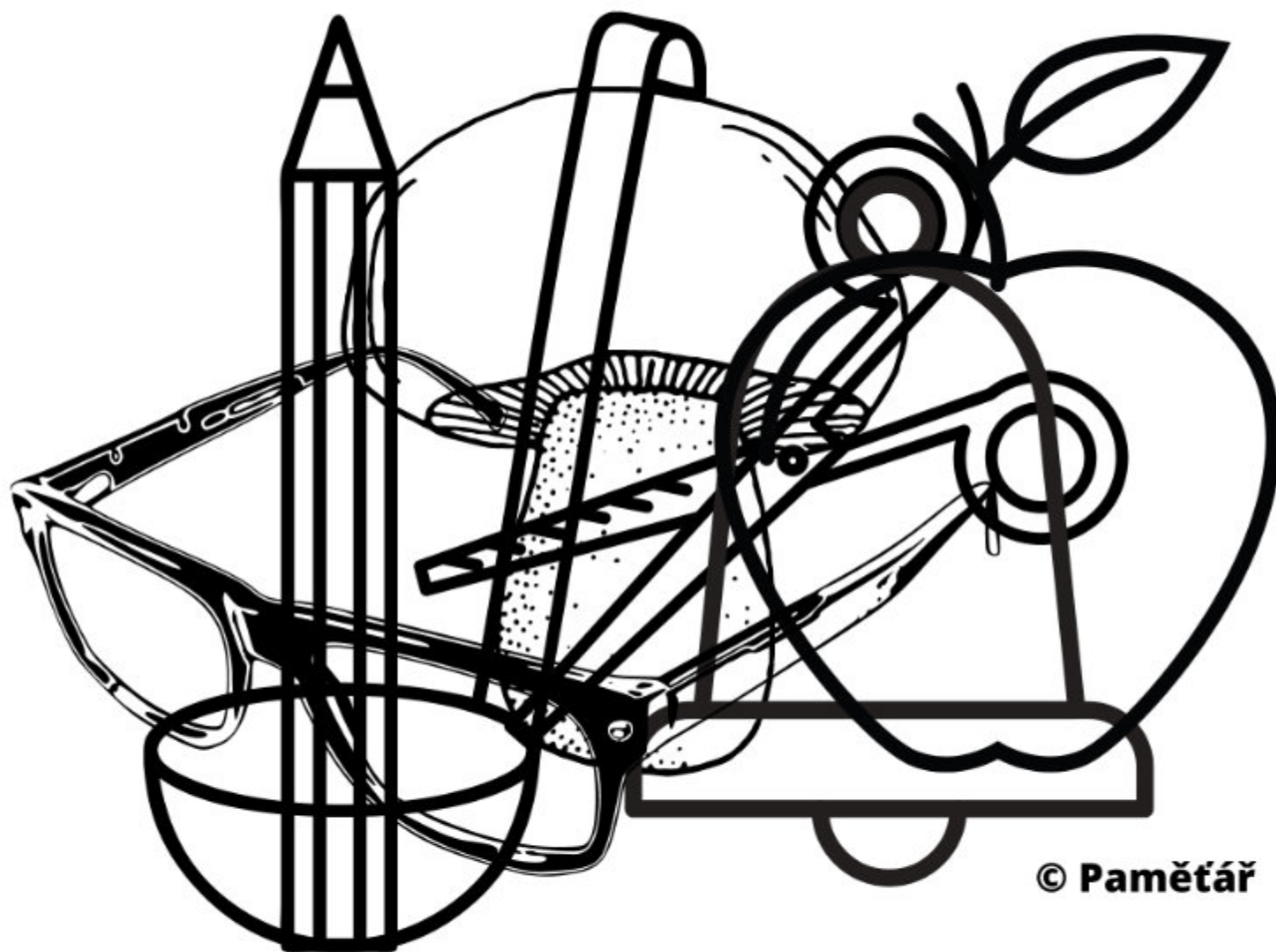
Poľsko

Nemecko

Bývalé Československo 😊

Ukrajina

Japonsko



© Paměťář

Co všechno vidíte?

Rozvoj pamäte

Zo slabík zostavte viacero slov. Slová napíšte na riadok.

ho ky ny di mra

.....

ňa za vá suk

.....

va pa lec nák

.....

ha lón ba no

.....

Najdete 20 ptáků s trojslabičnými názvy?

LED CHO PEL PA KA PE STRA HRD PLA
KŘE LI RA ROP CE POU SÝ ŠEK
KA ME HU KU KA ČEK SLE ŇÁK
KA POŠ KA JEC KO KR KA
TÁP PI POUD KA VO KO ŇÁ KA CHO KA
TEV MO VEC RÁN PO KÁN KA
JI VA KRA PĚN LOUŠ TOL KOR

©Paměťář

.....

.....

.....

Rozvoj pamäte

Skúste zoradiť ako nasledujú sviatky v roku, začínúc januárom, končiac decembrom.

Traja králi, Pamiatka zosnulých, Medzinárodný deň žien, Slovenské národné povstanie, Veľká Noc, Silvester, Vianoce, Sedembolestná Panna Mária

1.

2.

3.

4.

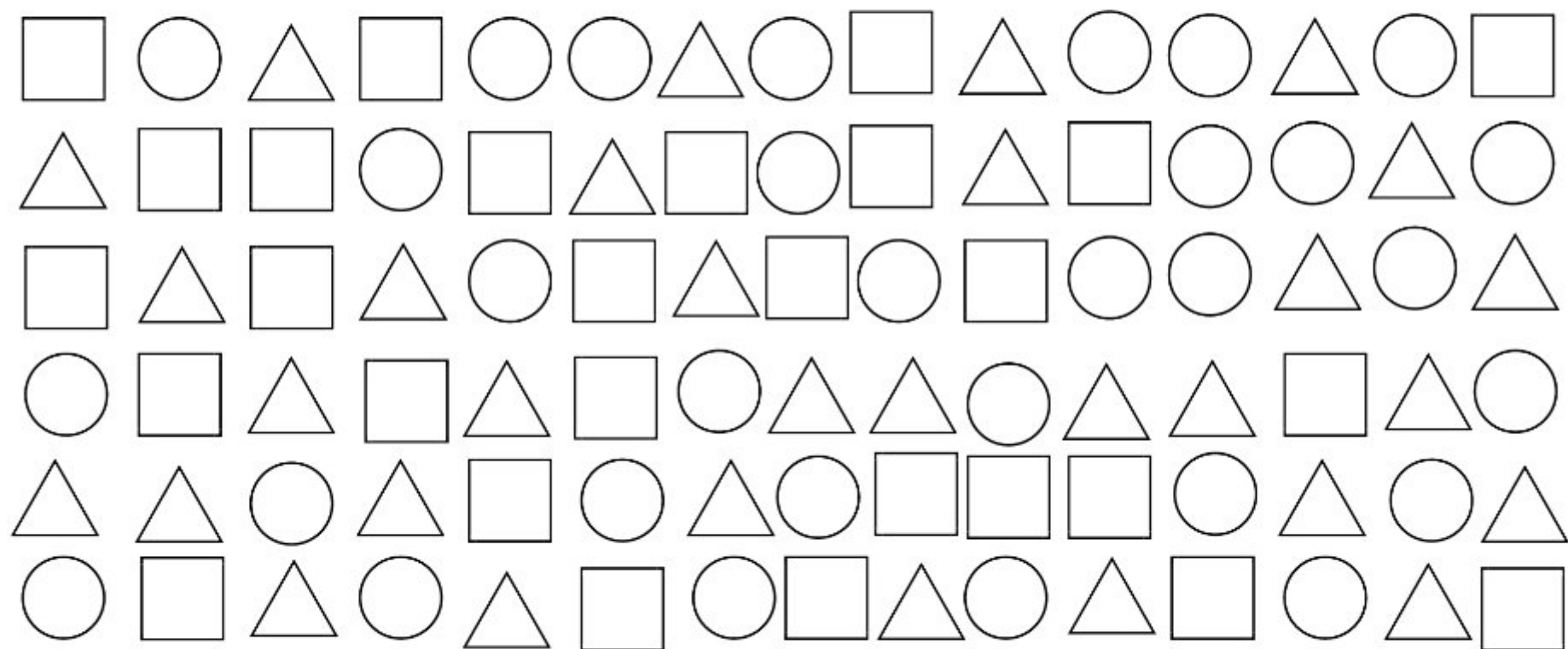
5.

6.

7.

8.

**Doplňte následující symboly podle vzoru,
pracujte co nejrychleji**



Cvičenie na koncentráciu

Vyškrtajte písmeno „e“.

Čachtický hrad

Čachtický hrad je hrad, do ktorého dejín sa svojou krutosťou zapísala Alžbeta Bátoryiová, známa ako čachtická pani. Podľa legendy sa kúpavala v krvi mladých dievčat, aby si zachovala krásu a mladosť. Považuje sa za najmasovejšiu vrahyňu na svete, údajne usmrtila až 600 mladých panien. Hrad postavili v polovici 13. storočia ako vojenskú pevnosť, ktorá mala zabrániť príchodu vojsk z Moravy. V časech rozmachu feudálnej anarchie hrad obsadil Matúš Čák Trenčiansky. V roku 1467 tu uväznili husitského veliteľa Jána Švehlu. V 18. Storočí pevnosť dobyli a vypálili kurucké vojská. Z tejto skazy sa hrad už nespamätal a odvtedy pustne. Dodnes sa zachovali múry paláca, opevnenie pochádzajúce z pôvodného hradu a detaily gotickej a renesančnej prestavby.

Doplňte ovocie/zeleninu podľa písmenka abecedy

A	B	c/č	D	F	G
H	J	K	L	M	N
O	P	R	S	T	V

Niekoľko drobných rád na záver

1. **Staňte sa zástancom pravidelnosti života** (pravidelná strava, pravidelný pohyb, pravidelný spánok)
2. **Pravidlo „SMR“, teda systém malých radostí** (ak je to možné, každý deň si urobte malú radosť, napr. si uvarte kávu do krásnej šálky, kúpte si obľúbený časopis, doprajte si maškrtu)
3. **Vyhľadávajte spoločnosť** (chodte s kamarátmi na prechádzku, vyberte sa do galérie, zúčastnite sa výletu, pozvite deti na obed)
4. **Starajte sa o seba, rozmaznávajte sa** (i vo vašom veku ste krásna/krásny)!
5. **Trénujte pamäť** (prihláste sa na tréning pamäte napríklad)!
6. **Smejte sa, neberte svet príliš vážne!**
7. **Čo najviac času trávte vonku na čerstvom vzduchu** (ak je to možné, všetky aktivity sa snažte robiť vonku)!
8. **Robte veci, ktoré vás bavia** (je dobré sa zamestnať ručnými prácami, čítaním)!
9. **Napriek všetkým starostiam a často bolestiam, buďte vdáční!**

Milan Rúfus: Modlitba za rodičov

Pane, ktorý si na nebi,
zachovaj všetkým deťom mamy.
Nech ako cesto na chlebík
im rastú v teple pod rukami.

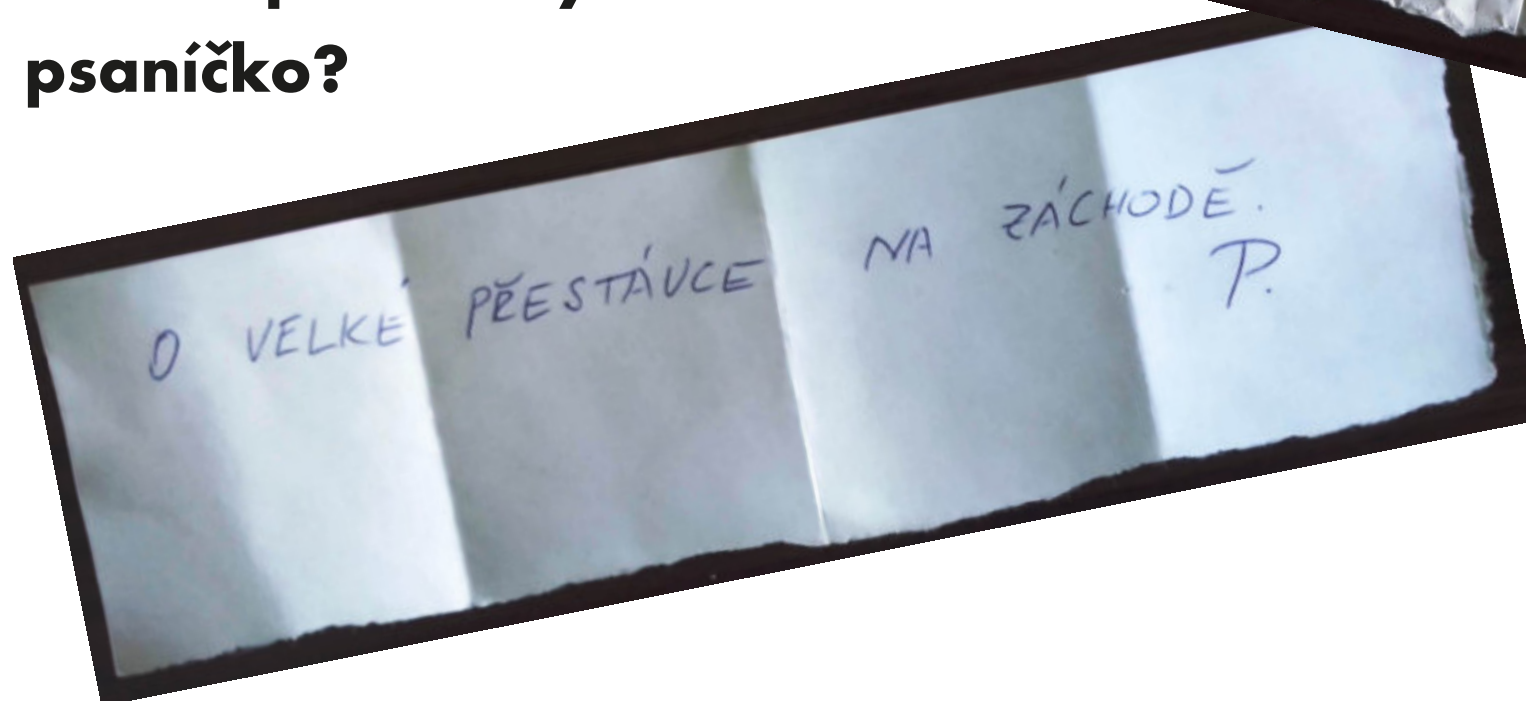
Podaruj deťom otecka
na každý deň,
nie iba včera.

Bez otecka je ovečka
zatúlaná a bez pastiera.

Zachovaj nám ich obidvoch,
veď dve ruky od Teba máme.
Dve rúčky deťom stvoril Boh:
pre ocka jednu,
druhú mame.



**Dostali jste někdy takové
psaníčko?**



*Naslouchejte lidem a oni vám řeknou, kdo jsou.
(John King)*

www.myslienky.estranky.sk

Pinterest

Canva

png.egg.com

png.guru.com

Postcrossing

<https://www.vtip.cz/vtipne-texty/vtipy-detail-kategorie.php?id=79&vid=4612>

Osobní archiv – Zdeněk Gloz

Tato publikace neprošla jazykovou úpravou.

Náměty a připomínky můžete posílat e-mailem: chmurciakkaty@gmail.com, pametar@seznam.cz



chmurciakkaty@gmail.com

GRAFICKÉ ZPRACOVÁNÍ

Spokojený senior – KLAS z.s.

Biskupská 7, 602 00 Brno

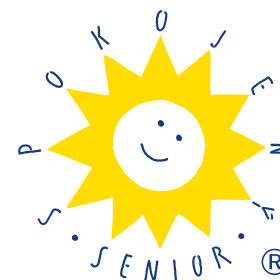
730 805 857 • 730 194 865

info@spokojenysenior-klas.cz



PAMĚŤÁŘ

facebook.com/pametar



www.spokojenysenior-klas.cz

f @spokojenyseniorklas