

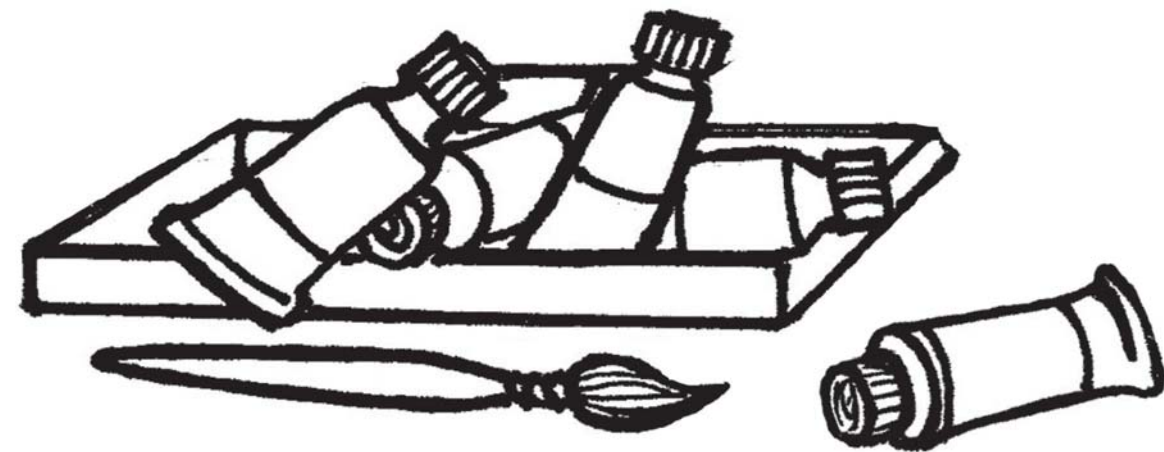
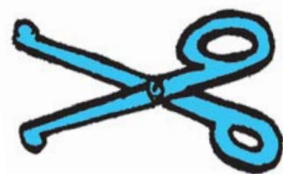
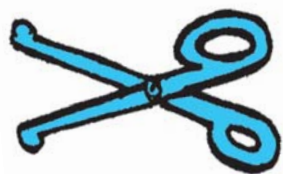
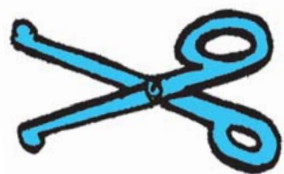
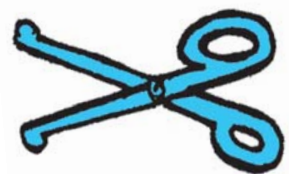
autorka ilustrací a básniček: Svatava Králová / grafická úprava: Jerewan s.r.o., Brno  
vydal Zdravotní ústav se sídlem v Brně za finanční podpory Ministerstva zdravotnictví v rámci PPZ 9276/2005



# VÝTVARNÉ ČINNOSTI S PYRAMIDÁČKEM



# VÝTVARNÉ ČINNOSTI



...jako hry pro učitele základních škol a jejich žáčky...

# NÄRAMEK

Motivace: Náramek mám nejen pro parádu, ale zároveň mi připomeneme, jak jíst...

**Potřebujeme:** červené, zelené, oranžové, modré, bílé papíry, provázek, lepidlo, špejli, nůžky, bezbarvý lak. Děti jsme seznámili s potravinovou pyramidou, rozdělili jsme potraviny do skupin. Děti si vyrobí barevné korálky z papíru, které navlékají na šňůrku. Vznikne náramek, který si můžou ovázat nebo věnovat jako dárek. Děti už znají, kolikrát denně mají jíst obilniny, zeleninu, mléčné výrobky apod. Proto by měli navléknout 5x žlutý korálek, 4x zelený atd. Žlutý korálek značí obilniny, zelený – zeleninu, oranžový – ovoce, červený – maso a masné výrobky, modrý – mléko a mléčné výrobky, bílý papír – nezdravé potraviny.

**Variace úkolu:** Paní učitelka nechá děti zamyslet se, co jedly během dne, víkendu apod. Na základě toho si každý navlékne svůj vlastní náramek.

**Postup:** Z barevného papíru vystříháme trojúhelník. Ten můžeme pomalovat fixami, pastelkami. Trojúhelník stočíme na špejli a slepíme základnu s vrcholem k sobě. Dospělý přetře vzniklý korálek bezbarvým lakem. Děti navléknou korálky na šňůrku, popř. kloboukovou gumu.





# KRAJÍC CHLEBA

Motivace: Svůj chleba ke svačině si umím připravit sám...

**Potřebujeme:** Lepenkový karton z krabice, lepidlo (Herkules), nůžky, zbytky látek, molitan, krepový papír, lýko, odstřížky textilu, vše, co najdeme v šuplíku apod.

**Postup:** Dospělý vystřihne z lepenkových krabic tvar připomínající půlku krajíce chleba. Je lepší rozměr několikrát zvětšit než ve skutečnosti. Děti lepí na kartón materiály – obkládají si svůj krajíc (zelený kus krepového papíru jako list zelí, nabarvená vložka do bot – šunka).

Věci, ze kterých bude koláž poskládána však zdaleka potraviny nemusí připomínat. Jde o hru s materiálem, o kompozici.

**Variace:** Lepenkový podklad nechte děti pomalovat temperovými barvami.



# ACH TEN BONBON

Motivace: Zoubkům se bonbony tuze nelíbí...

**Potřebujeme:** Korkovou zátku, tvrdý papír, pastelky nebo fixy, provázek dlouhý asi 70 cm, kelímek od jogurtu nabarvený načerno.

Úkol lze pojmout jako hru pro minimálně dva hráče. Hráči sedí naproti sobě u stolu. Jeden hráč natáhne provázek s bonbonem na stůl, druhý konec provázku svírá pevně v ruce. Druhý hráč se kelímkem od jogurtu snaží přiklopit bonbon. (kelímek představuje zubní kaz). Hráči se prostřídají. Vyhrává ten, kterému se podaří na určitý počet pokusů „ulovit“ nejvíc bonbonů.

**Postup:** Z tvrdého papíru si nakreslíme tvar bonbonu, vybarvíme pastelkami nebo fixami a vystříhneme. Korkovou zátku rozřízneme napůl a papírový bonbon vlepíme mezi obě poloviny. Jeden konec provázku pevně omotáme okolo zátky.



# CO MÁM V BŘÍŠKU?

Motivace: Ovlivňuje všechno co sním moji náladu?

**Potřebujeme:** Balicí papíry, křidy (tempery, voskovky)

**Postup:** Dítě si lehne na balicí papír, druhé ho obkreslí. Umějí-li se děti již samy podepsat, napíší ke svému obrysu postavy jméno nebo počáteční písmenko. Jakmile se děti navzájem všechny zakreslí, vyzveme je, aby do svých figur namalovaly, co všechno za ten den snědly, co mají v bříšku. Poté je vyzveme, aby do své figury nakreslily obličej. Bude to obličej usměvavý? zlobící se obličej?

**Variace:** Děti mohou ke svým figurám přikládat vystříhanuté obličejy z papíru, které již před tím někdy namalovaly. Nebo může mít dospělý připraveny šablony obličejů vyjadřující různé nálady.





# V ZELENINĚ JSOU SCHOVANÉ I BARVIČKY

Motivace: Šátek pro parádu, ale i pro zahřátí...

**Potřebujeme:** Bílý bavlněný kapesník nebo pruh gázy, mísa, hrnec, cibulové slupky nebo červené pláty řepy, provázek

**Postup:** Slupky z cibule vložíme do hrnce, zalijeme vodou a vaříme cca 15 minut. Vývar necháme mírně vychladnout. Kapesník ovážeme libovolně provázkem (na pruhu gázy můžeme udělat suky) a vložíme do vývaru, kde tkaninu necháme obarvit. Vývar fialové barvy získáme z plátku červené řepy.



# TAJNÁ ZPRÁVA

Motivace: Mléko mi poslouží jako neviditelný inkoust...

**Potřebujeme:** Měkký bílý papír formátu A5, štětec, kelímek s mlékem, svíčku a zápalky.

**Postup:** Dospělý dětem sdělí, že se např. z kuchyně ztratila sklenice mléka. Děti vzpomínají, kdo rád pije mléko? (mláďata, paní učitelka, děti apod.). Děti si zahrají na detektivy a na čtvrtku papíru nakreslí štětcem namočeným v mléce osobu nebo zvíře, která mléko vypila. Jakmile mléko zaschne, dospělý zapálí svíčku a nad plamenem nahřívá obrázky. Kresba vystoupí.



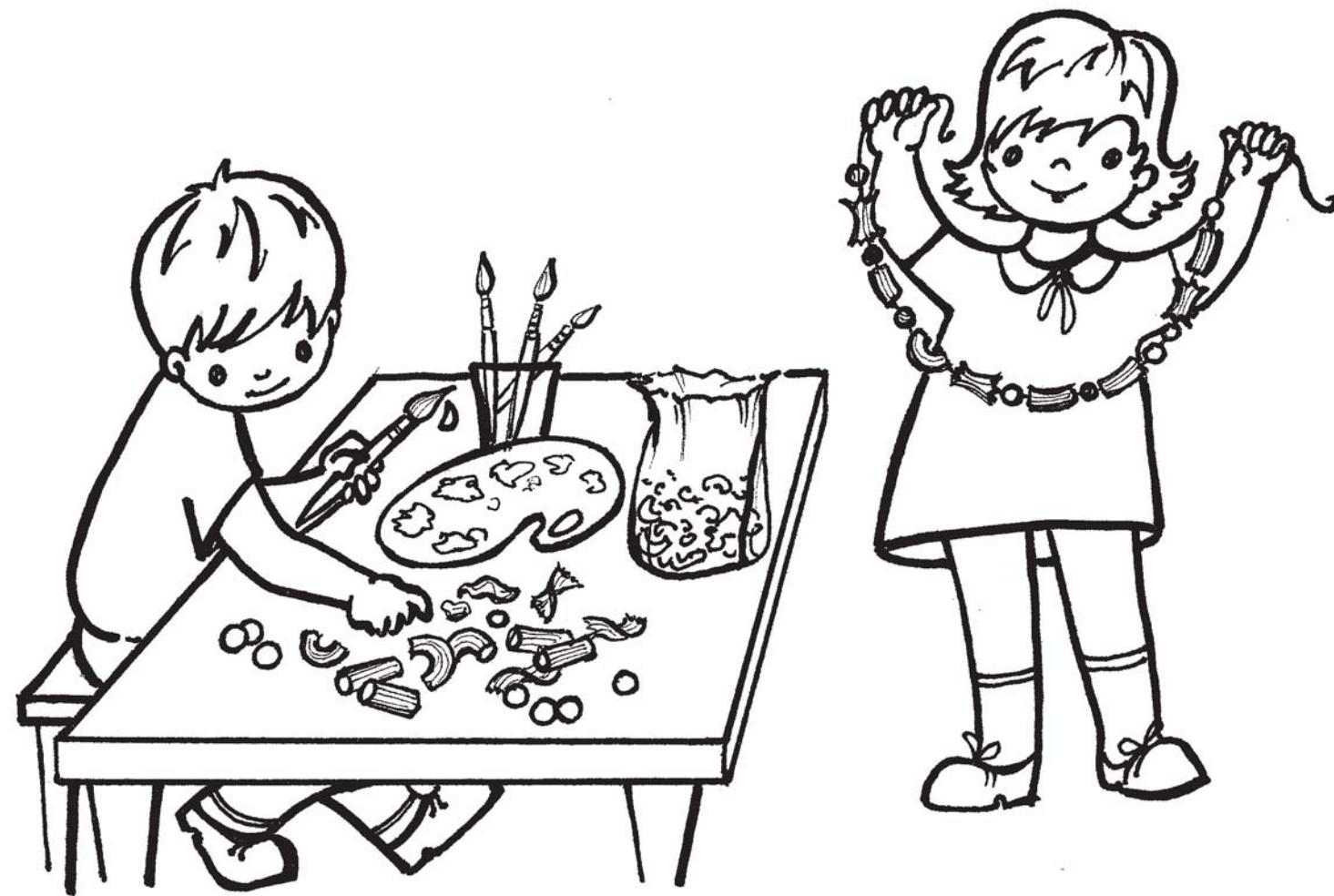


# ŠPERKY Z TĚSTOVIN

Motivace: Těstoviny nejsou jenom k jídlu...

**Potřebujeme:** Kloboukovou gumu, plakátové barvy (tempery), dřevěné korálky, štětec, různé tvary těstovin (kolínka, mušličky, potrubí...)

**Postup:** Nabarví těstoviny neředěnou barvou. Nejdřív nabarvíme jednu polovinu, po zaschnutí druhou. Rovněž je možné po zaschnutí barvy natřít těstoviny bezbarvým lakem. Těstoviny navlékáme na provázek nebo na kloboukovou gumu střídavě s barevnými korálkami.



# LOUTKY Z OBÁLKY

Motivace: Pohádku o Pyramidáčkovi si můžu teď zahrát...

**Potřebujeme:** Obálku, do které se vejde dětská ruka, kousky papíru, textilu, novin aj. odpadní materiál, nůžky, lepidlo, pastelky...

**Postup:** Děti si vyrobí papírového maňáska polepením papírové obálky. K dispozici mají co nejvíc druhů materiálu. Necháme na dětech jaký materiál použijí na obličej, tělo atd... Dospělý může dětem pomoci zdramatizovat některou z pohádek o Pyramidáčkovi.

**Varianta:** Děti si vyrobí prstové maňásky z papíru. Pojednání loutky je obdobné jako u předchozího úkolu (koláž, kresba...)



# PRAVĚCI LOVCI

Motivace: Ruka nejenom pohladí, ale dokáže se i proměnit...

**Potřebuješ:** Temperové barvy, štětec, papír, tužka

**Postup:** Tak jako pravěcí lovci malovali zvířata na jeskynní zdi, necháme děti obtiskovat svoje dlaně na papír. Malbu (ne nátěr) provádíme již na dlaň. Znamená to, že prsty necháme děti pomalovat jinou barvou, na dlaň lze namalovat ornament. Důležité je soustředit se již na pomalování dlaně. Tu v různých polohách obtiskujeme na papír. Různě ji tvarujeme. Ruku můžeme obtiskovat i několikrát na jedno místo. Připomíná nám výsledek zvíře? Výsledný efekt lze dokreslit jemně tužkou.





# OVOCE

Motivace: Díky tkaní mám ovoce celý rok...

**Potřebuješ:** Lepenku, nůžky, provázky dlouhé minimálně 80 cm, šatové ramínko, popř. korálky na ozdobení, silon

**Postup:** Děti nakreslí na lepenku svoje oblíbené ovoce. Dbáme, aby velikost obrázku byla dostatečně velká. Tvar ovoce vystříhnou a po obvodech navíc vystříhnou malé „zářezy“. Provázek, na který děti mohly předtím navléci korálky, omotávají okolo zvoleného ovoce z papíru, zářezy umožňují, že provázek nespadne. Takto připravené ovoce zavěsíme na silonovou šňůrku a připevníme k ramínku. Vznikne třídy ve školce.



# KAM ZA OVOCEM

Motivace: Jablíčka a hrušky se nevyrábí v obchodě...

**Potřebuješ:** Měkký papír, tužku, tempery, štětec, tvrdý papír, arch papíru, lepidlo

**Postup:** Dospělý vezme děti na vycházku. Děti si prohlížejí ovocné stromy, zavírají oči, dotýkají se kmene.... Na kůru kmene přiloží papír a tužkou přejíždějí po kůře. List z téhož stromu ve školce nabarví a obtisknou na papír. Vzpomeneme si, co na stromech rostlo? Frotáže kůry, otisk listu přilepíme na arch, kam děti domalovávají plody.



# UBROUSKU PROSTŘÍ: NĀM

Motivace: Nejsem Otesánek, vím, jaké porce jídla mi udělají dobře...

**Potřebuješ:** Voskové pastely na látku (výtvarné potřeby, Řempe), bílá látka (staré prostěradlo), papír, žehlička.

Děti si připomínají, kolik porcí denně by měly sníst, z jakých potravin by se jejich jídelníček měl skládat. Děti rozdělíme do skupin. (Představa, že budou vařit pro panenku.)

**Postup:** Děti necháme voskovými pastely kreslit nápoje a potraviny (v zásadě se zdravým životním stylem). Dospělý přiloží papír kresbou na látku. Papír pokryje novinami a přikládá horkou žehličku, místo vedle místa. Vosk z obrázku se vpije do látky. Jednotlivé kousky použijeme jako prostírání nebo ubrus.





# SLOVANĚ A ŠTĚDROVNÍČEK

Motivace: Už naše praprababičky věděly co dobře chutná a navíc měly prima nápad...

**Potřebuješ:** Brambor nebo řepu, větvíčku, kousky látek, pytlovinu, nůžky, provázek, mašle, luštěniny.

Děti nejprve seznámíme s životním stylem našich předků. Vysvětlíme, že každá doba obnáší pozitiva i negativa. Vrátime se ke stravování, poukážeme na to, že základem stravy dříve byly především luštěniny, méně masa a sladkostí. Dospělý připraví pytlíčky s luštěninami, děti do nich sahají se zavřenýma očima, čichají si k pytlíčkům. Jsou seznámeni s názvy fazole, čočky, hrášku, pohanky... Na závěr si vyrobí štedrovníček. (Předkové vyráběli štedrovník na Vánoce.)

**Postup:** Do pytloviny zabalíme brambor nebo řepu. Vznikne nám pevný základ, kam zapíchneme větvíčku. Připravíme si zbytky látek, na které pokládáme luštěniny. Pevně ovážeme provázkem. Vzniklý raneček zavěšíme na větvíčku. Tu zdobíme dále jinými provázky, mašlemi apod.



# TRIČKA

Motivace: Na sport si dres navrhnu sám...

**Potřebuješ:** Samolepící tapetu, tužku, tričko, barvy kresba, kousky obvazu naplněného vatou, noviny

**Postup:** Na samolepící tapetu si nakreslím obrázek. Obrázek opatrně vystříhneme a dáme stranou.

Do trička vložím noviny. Obdélník tapety nalepím na tričko. Obvazové tampónky namáčím v barvě a opatrně přikládám na místo vystřižnutého obrázku v tapetě.

Chceme-li mít kresbu vícebarevnou, motiv, který jsme dali stranou rozstříháme a postupně vlepujeme zpátky na tričko. Znovu tupujeme tampónkem namočeným v barvě.





# HOSTINA

Motivace: Spolu navaříme, spolu se taky najíme...

**Potřebujeme:** barevné pastely nebo křídly, balicí papír

**Postup:** Úkolem je namalovat hostinu. Děti pracují na jednom papíru dohromady tak dlouho, dokud není celý zaplněn. Pro větší zábavu a sounáležitost můžeme vždy dvojicím svázat ruce k sobě. Chvilku vede dvojici jeden, chvíli druhý.

**Variace:** Po namalování obrazu si můžeme zahrát stínové divadlo. Za osvětlené bílé stěně děti předvádějí pohyby užívané při vaření (míchání, vyhazování palačinek, ochutnávání apod.)



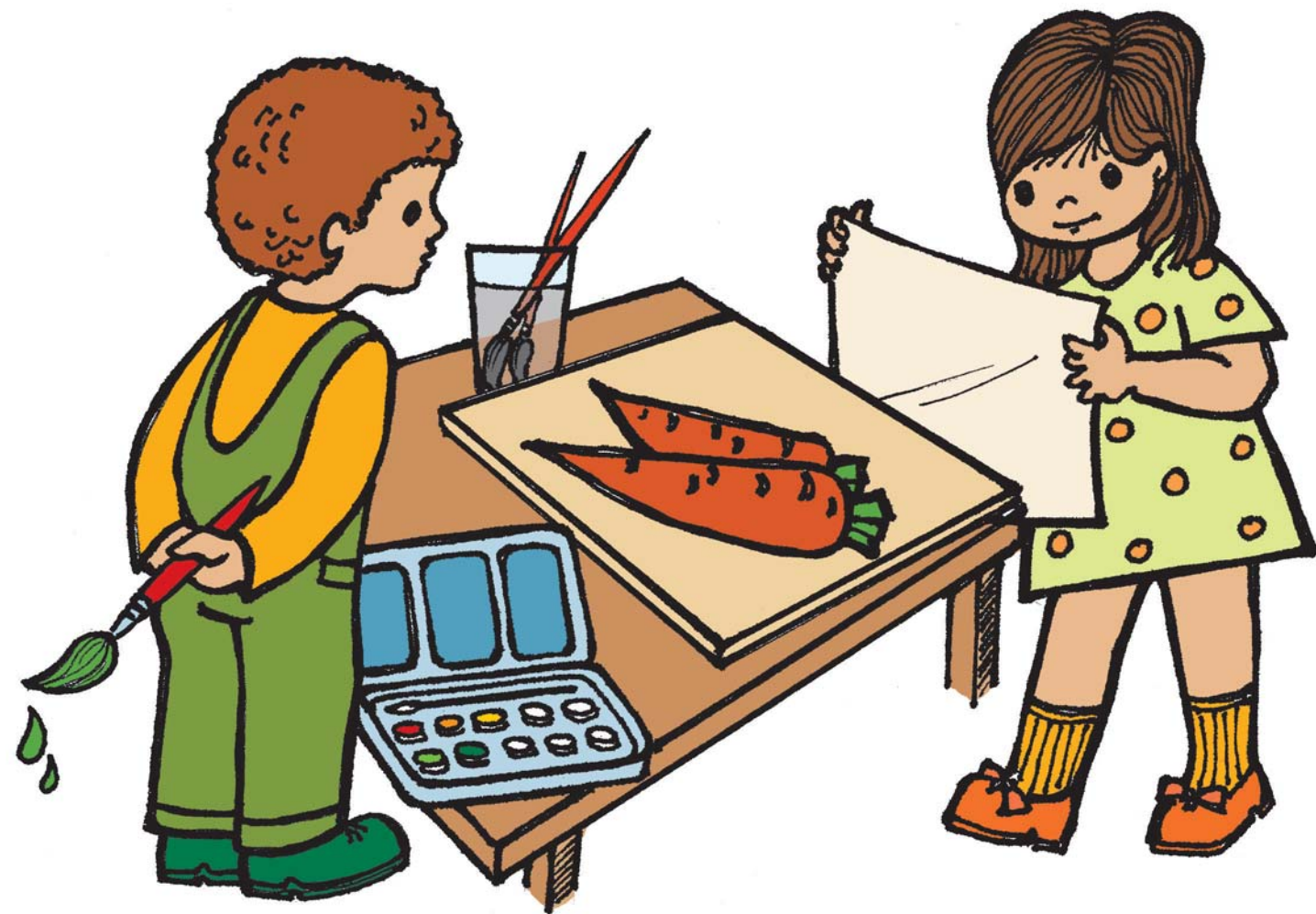


# ANI RYBA ANI RAK

Motivace: Ohánět se štětcem bývá snazší než ohánět se vařečkou...

**Potřebujeme:** Skleněnou desku nebo plastovou podložku, vodové nebo temperové barvy, bílý papír, tužku

**Postup:** Vyzveme děti aby na skleněnou nebo plastovou podložku namalovaly nějaký pokrm. Dospělý může přinést pro inspiraci kuchařku... Dokud je malba na skle ještě mokrá, položíme na ni papír a několikrát dlaní přetřeme. Diskutujeme, co nám vzniklý monotyp připomíná. Že se obraz proměnil? Nevadí, dotvoříme ho tužkou.



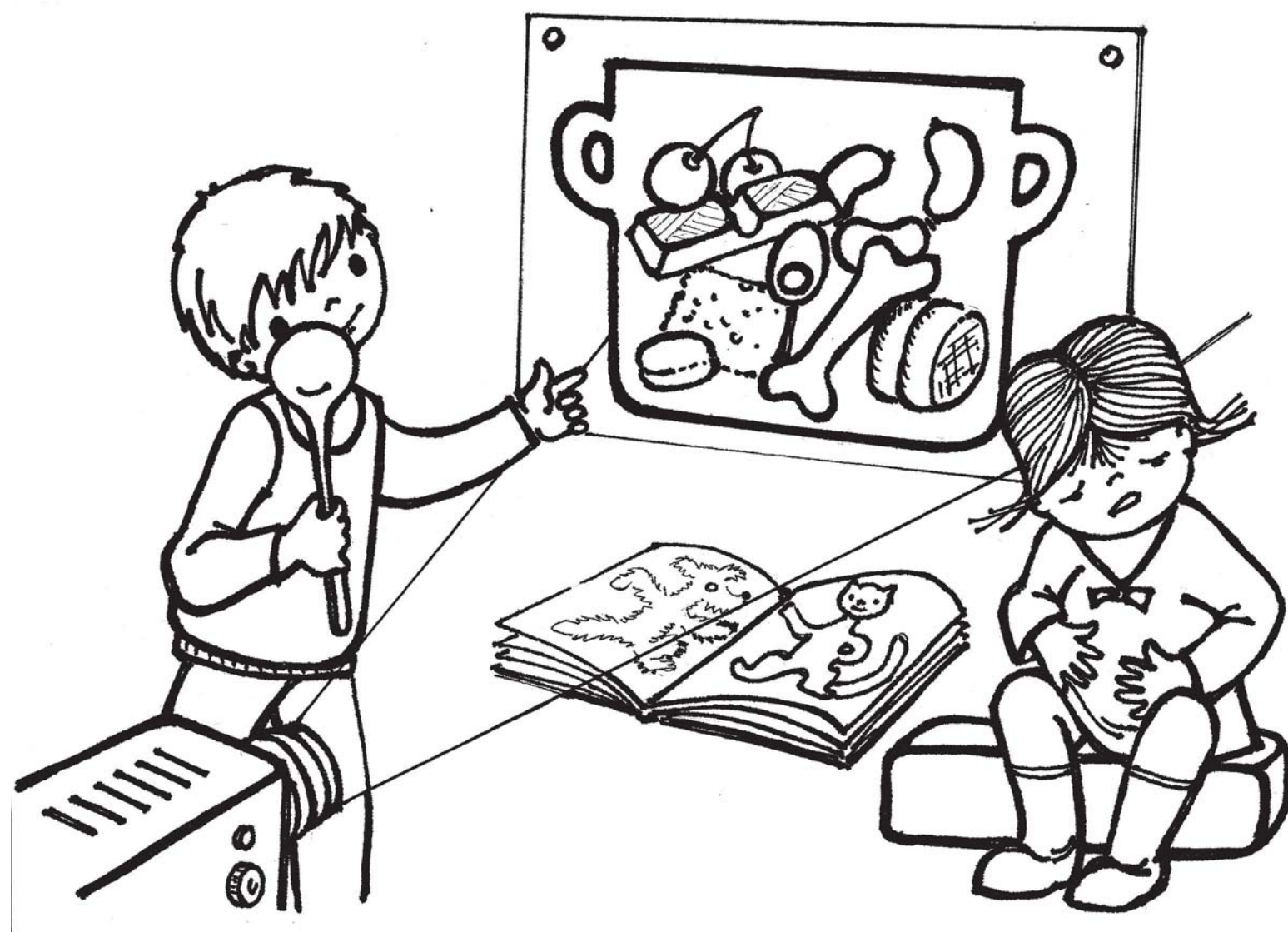
# KDYŽ VAŘÍ PEJSEK A KOČIČKA

Motivace: Jak velkého psa rozbolelo břicho, když snědl dort Pejska a Kočičky...

**Potřebujeme:** meotar, fólii (rozstříhaný obal na sešit), nesmývatelnou fixu, papír, nůžky

**Postup:** Dospělý namaluje fixou hmec na formát papíru cca A4 a vystřihne. Připomene (nebo přečte) dětem pohádku od Josefa Čapka – Jak Pejsek s Kočičkou vařili dort.

Děti na připravené fólii formátu cca A6 kreslí, co všechno Pejsek a Kočka použili, ale zapojují i vlastní fantazii (autor přece do pohádky nenapsal všechno). Dospělý zapne meotar, do záběru vloží hmec. Děti pokládají na hmec fólie. Vše sledují na stěně a můžou vymýšlet nový příběh. Na závěr si připomeneme, jak moc psa bolelo břicho – děti předvádí (drží se za břicha apod.)





# TALÍŘ

Motivace: Talíř nebo misku si zhotovím sám...

**Potřebujeme:** nůžky, misku, štětec, talíř, lepidlo na tapety, vazelína, noviny

**Postup:** noviny natrháme na proužky asi 2 cm široké a 10 cm dlouhé). Z kuchyně vezmeme jeden talíř, který potřeme vazelínou, novinové proužky klademe na talíř dokud ho zcela nezakryjeme. Připravíme si lepidlo na tapety podle návodu a povrch talíře přetřeme. Necháme lepidlo zaschnout. Je nutné vytvořit několik vrstev. Jakmile papír zaschne, oddělíme novinový talíř od talíře keramického. Nůžkami zastříhneme okraje a ještě jednou povrch důkladně potřeme lepidlem. Talíř můžeme pomalovat hustými temperami a přetřít bezbarvým lakem.





# TAJEMSTVÍ: JABLÍČKA

Motivace: Co se skrývá pod slupkou rychle objevím...

**Potřebujeme:** nůžky, tvrdý papír, tuš, štětec, voskovky

**Postup:** Dospělý připraví dětem šablony ovoce a zeleniny formátu cca A4. Děti si vyberou tvar, který se jim zamlouvá, vybarví ho voskovkami a obrázek přetáhnou tuší nebo zředěnou temperou. Učitel přinese reálné ovoce (popř. reprodukce barevných fotografií) a plody rozkrojí. Děti vyškrabávají do tuše na svém obrázku semínka, zajímavou strukturu dužniny apod.



# S VODOU KOUZLÍM

Motivace: Voda nemusí být jenom k pití...

**Potřebujeme:** tác naplněný vodou, olejové barvy, benzín, dřívko, papíry, kelímky

**Postup:** Vezmeme kelímek, vymáčkne do něho trochu olejové barvy a zředíme ji benzínem. Barvy v kelímcích by měly být barevně rozlišený. Do tácu naplněného vodou lijeme barvy z kelímku. Na povrchu hladiny se vytvoří barevný film, který rozmícháváme dřívkem. Na hladinu opatrně přikládáme papíry, na něž se otiskne barva. Takto obarvené papíry následně můžeme dokreslit pastelkami, fixami.



# LUŠTĚNINY

Motivace: Popelka dostala těžký úkol...

**Potřebujeme:** plastelínu, luštěniny, váleček na nudle

**Postup:** Z plastelíny vyválíme placku. Dětem ukážeme mandaly. Připravíme misku s luštěninami a děti necháme do plastelíny vtlačovat luštěniny podle jejich fantazie. Samozřejmě předpokládáme, že je už dobře znají. V závěru lze provést frotáž.





# POLICE VE SPÍŽCE

Motivace: To, co mi chutná, chci mít po ruce...

**Potřebujeme:** kartón z krabice, temperové barvy, lepidlo, fixy, obaly od potravin

**Postup:** Dospělý namaluje temperami na kartón police. Pro větší realističnost může např. namalované police ozdobit našitými záclonami, tak jak to měly naše prababičky. Děti necháme přinést z domu krabičky a obaly od potravin. Znovu si připomeneme potravinovou pyramidu. V jejích zásadách lepíme na police např. krabičku od čaje (samozřejmě nůžkami upravíme její rozměr), víčko od tuku apod., což doplňujeme kresbou fixami.

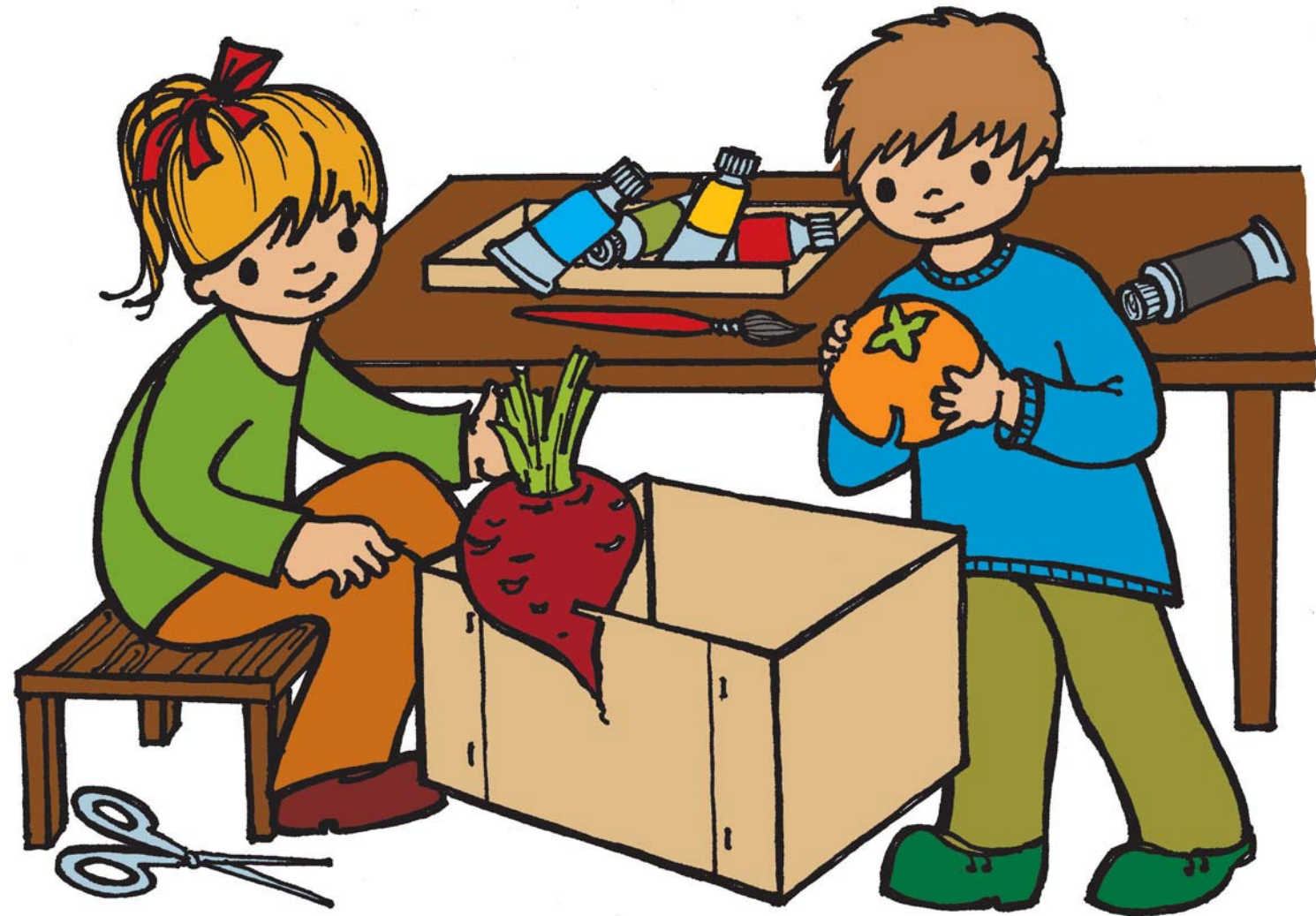


# NA NAŠI ZAHŘADĚ

Motivace: Co si zaseju, to si i sklídím...

**Potřebujeme:** větší krabici, nůž, tempery, štětec.

**Postup:** Od krabice odřízneme dno a víko. Zbyde nám tak hranol bez dvou podstav. Na odstříhnuté části necháme děti kreslit (malovat) všechno, co se pěstuje v zahradě v záhoncích, popřípadě je necháme nakreslit i zvířata, která tam můžeme objevit. Dospělý vyřízne, co děti vytvořily, musí však zachovat tvar věcí. Do spodní části (např. řepy) udělá kolmo zářez, tak, abychom všechny vyřezané objekty mohli umístit do stěn původní krabice (hranolu bez dvou podstav). Vytvořený objekt můžeme použít k dramatizaci pohádky O velké řepě, nebo jako výukový předmět.



# POD LUPOU

Motivace: Pod lupou jsou věci nejenom větší...

**Potřebujeme:** papír, nůžky, vodové barvy, štětec

**Postup:** Děti malují na papír vše, na co mají chuť. Po dokončení kresby uchopíme čistý papír a doprostřed vystříhneme malé okénko. Okénko přiložíme na malbu a hledáme zajímavé části, barevně či kompozičně. Na jiný papír zkusíme vybranou část přemalovat.





# PŘIJĎTE NA PÁRTY

Motivace: Pozvánku na oslavu nemusím kupovat....

**Potřebujeme:** barevné papíry, pravítko, nůžky, tužka, milimetrový papír, špendlík, řezák

**Postup:** Děti nakreslí na papír A5 libovolný motiv. Chtějí-li udělat pozvánku ke stolu, zvolí si motiv jídla. Motiv nemusí vybarvovat, vystříhnout ano. Dospělý vezme vystřiženou část, přiloží na ni milimetrový papír a špendlíkem si vyznačuje osnovu po centimetrech. Pak svisle prořeže vystřižený obrázek, vždy po jednom centimetru. Nařežeme barevné proužky papíru o šířce cca 9 mm. Děti svůj obrázek vyplétají papírem. Po dokončení obrázek nalepíme na kartičku, kterou ještě můžeme barevně ozdobit.



# MOTÝL NA UBROUSEK

Motivace: Ubrousek na špinavou pusu mi chrání motýl

**Potřebujeme:** tvrdý papír, samolepicí barevné papíry, nůžky

**Postup:** Dospělý vytvoří šablonu, kterou si děti obkreslí na papír a vystřihnou. Pravou a levou část spojí k sobě. Tak budou mít představu o tvaru motýlích křídel. Papír znovu rozpojíme a pojednáme samolepicím papírem. V zvěru vysvětlíme dětem zásady správného stolování.



# SLADKĚ, TRPKĚ, KYSELĚ

Motivace: Se zavřenýma očima poznám chutě světa

**Potřebujeme:** barevné papíry, nůžky, tužka, jídlo – citron, med, čokoládu apod.

**Postup:** Dítěti zavážeme oči. Do úst mu vkládáme různé druhy „chutí“. Sladkou suplovanou medem, kyselou zastoupenou citronem apod. Dítě zaznamenává na papír tužkou pocit. Např. : Při citronu je schopno udělat ostrou čmáranici, při čokoládě lehkou linku. Poreslené papíry schováváme na hromádky. Po vystřídání skupiny společně zhodnotíme výsledek „pokusu“.





# SNÍDANĚ, OBĚD, VEČEŘE...

Motivace: Uvědomme si, co, jak a kdy jíme...

**Potřebujeme:** tvrdé papíry, nůžky, tužka, tiskařský váleček, lžíce, tiskařská barva nebo hustá tempera.

**Postup:** Tvrdý papír rozdělíme na čtyři pole. Do každého dítě nakreslí, co jí, nebo jak jí, s kým se stravuje atd. Může zobrazit snídani, svačinu, oběd, večeři apod. Pak diskutujeme nad kresbou.

Vybereme jeden ze čtyř obrázků. Ten překreslíme ve větším na formát A4. Nůžkami vystříhneme jednotlivé motivy a nalepíme na tvrdý papír. Pro výsledek bývá lepší polepit více vrstev, až vznikne reliéf. tiskařským válečkem namočeným do barvy naválíme reliéf. Na reliéf přiložíme papír. Máme-li lis, vložíme papíry do lisu. Pokud lis nemáme, vše přejíždíme jídelní lžící.

