

# FEL A CSÚCSIG A KIHÍVÁSOKKAL!

- ▶ Sok a szabadidőd?
- ▶ Szükséged van kihívásokra?
- ▶ Szeretnél kilépni a komfortzónádból, és olyat csinálni, amit még soha?
- ▶ De nem tudod, hogyan vágj bele?

**H**a a feltett kérdésekre IGENNEL válaszoltál, akkor jó helyen jársz. Kihívásokat keresel, nyilván ezért nem lapoztad tovább az újságot. A kihívásokat teljesítve akarod bizonyítani magadnak, hogy bármire képes vagy, kész vagy arra, hogy valamiben komolyabban is fejlődj. Nem lesz könnyű, kitartónak kell lenned. Magasra kell helyezni a léceket, viszont elérhető helyre. Minél több apró lépést teszel meg a láthatatlan létrán a célod felé, annál közelebb kerülsz hozzá. Íme, ezek a kihívások csak rád várnak. Válogass közülük kedvedre.



- ▶ Készítek egy erdei enciklopédiát, amelybe beleírok 10 erdei fát a jellemzőivel együtt, odaragasztom a szárított levelét, kérgét, fotóval is ellátom.
- ▶ Megtanulok minél több mindent olyan állatokról, növényekről, amelyek hazánkban védettek, és a kipusztulás fenyegeti őket. Megtudom azt is, hogy mit tehetünk a védelmük érdekében. Készítek róla plakátot, és bemutatom az őrömnek.



- ▶ Megtanulok egy olyan hangszeren játszani 1-2 dalt, amelyen még sohasem játszottam.
- ▶ Készítek egy falfreskót (családfa, tájkép, cserkészkép...).



- ▶ Utánajárok, milyen okostelefon-alkalmazások léteznek, keresek legalább 5-öt, ami hasznos lehet a cserkészéletben. Bemutatom az alkalmazásokat az őrömnek is.
- ▶ 24 óráig telefonbőjtőt tartok: megvonom magamtól az okostelefonomat.





- ▶ Két napon át mellőzöm a motorizált járművekkel való közlekedést, ahova csak lehet gyalog vagy biciklivel megyek.
- ▶ Megismerem a helyes és hatékony torna alapjait, és erről beszámolok az őrömnek, valamint két alkalommal edzést tartok nekik.



- ▶ Megtanulom biztonságosan használni a vasalót. Tudom, hogy milyen anyagokra kell különösen odafigyelni. Miután begyakoroltam a konyharuhákon, felügyelet alatt kivasalok egy inget.
- ▶ Utánajárok, hogyan kell megmetszeni egy fát, és felügyelet alatt ki is próbálom a tanultakat egy gyümölcsfán.



- ▶ Napirendet készítek, egy hétig tesztelem és finomítom, majd egy hónapra keresztül minél pontosabban betartom.
- ▶ Összeállítok egy logikai fejtörő gyűjteményt az őröm számára, és megbeszélem az őrvezetőmmel, hogy mikor tudjuk azt hasznosítani.

## Megcsináltam, képes voltam rá....

### Készíts emlékfüzetet!

Az emlékfüzet tartalmazzon egy naptárat, ahol be tudod jelölni mikortól meddig, milyen napokon végezted el a kihívást.

Írd fel a hónapokat, amelyekhez írnál le mindent, amit a kihívás során tapasztaltál.

Válaszolj a kérdésekre: Mi okozott nehézséget? Mi volt könnyű? Kivel osztottad meg a kihívás apró részleteit? Miért örülsz, hogy teljesítetted a kihívást? Miben fognak segíteni a kihívás alatt szerzett tapasztalataid?

Készíts értékelő lapot. Jelöld meg különböző színekkel, hogy hogyan értékeled a teljesítményed.

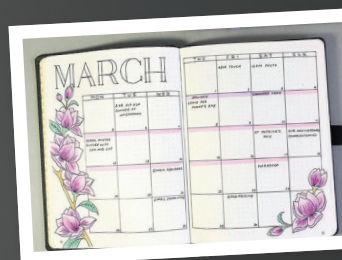
Készíts egy további tevékenységek, kihívások oldalt! Töltsd fel!

Majd folytatd a füzetet, a saját emlékeid, évéd emlékeztetőjeként.

Pár ötlet a füzet díszítéséhez:

Ha a füzetet különleges módon szeretnéd díszíteni, teleírni, rajzolni, látogass el Csorba Anita Inspirációk Csorba Anitától című YouTube csatornájára, aki szuper tanácsokkal lát el téged.

Jó alkotást!



Flóra