

Rovaniemen 4H- yhdistyksen etäkerho 2020

Tervetuloa etäkerhoon. Tästä löydät etätehtäviä, mitä voit suorittaa yksin tai yhdessä perheenjäsenesi kanssa! Materiaalista löydät niin kokkailuun, kuin askarteluun ja kädentaitoihin liittyviä tehtäviä. Mukana tulee ohjeistus, miten kerhotehtävät tehdään.

Muistathan käydä täyttämässä palautelomakkeen Rovaniemen 4H-yhdistyksen sivulla etäkerhotehtävistä.

Mukavaa etäkerhoilua toivottaa Rovaniemen 4H-yhdistyksen väki!

1. Taikataikina muovailua

Tee taikataikinaa ja muovaile siitä haluamasi hahmo, pääsiäismuna, esine tai mitä mieleen tulee. Kun taikina on kuivunut voi vaikka maalata ne.

Tarvikkeet:

- 3dl jauhoa tai perunajauhoja
- 1,5dl suolaa
- 1,5dl vettä
- 1,5 rkl ruokaöljyä
- kulho
- lusikka/kauha
- apuvälineenä voi käyttää veitsiä, hammastikkua, piparkakkumuotteja
- Uunipelti ja leivinpaperi
- maalaamiseen vesivärejä tai muuta maalia



Tee näin

Sekoita keskenään jauhot ja suola.

Lisää vesi sekä ruokaöljy.

Vaivaa ainekset kiinteäksi massaksi. Jos taikina on tahmeaa, lisää hieman jauhoja. Jos taikina murenee liian helposti, voit lisätä hieman vettä.

Nyt taikina on valmis ja pääset muovailemaan siitä kaikkea kivaa!

Laita valmiit teokset leivinpaperilla vuoratulle uunipellille. Teokset voi kuivattaa uunissa 125 asteessa tunnin ajan tai huoneen lämmössä muutaman päivän ajan.

Halutessasi voit maalata kuivat teokset vesiväreillä tai akryylimaaleilla.



Vinkki! muovailuideoita: nimikirjaimet, hahmoja, eläimiä, ruokia ja herkkuja esimerkiksi nukkekoteihin tai keppareilla, joulukuusenkoristeita, ikkunakoristeita, jääkaappimagneetteja

2. Illuusiokuva

Nyt pääset piirtämään illuusio kuvia! Voit käyttää valmiita malleja tai kehittää oman illuusion.

Tarvikkeet:

- Piirustuspaperia,
- lyijykynän,
- kumin
- viivoittimen
- puuvärejä tai tusseja
- maalarinteippirulla tai muuta vastaava jolla saa piirrettyä ympyrän

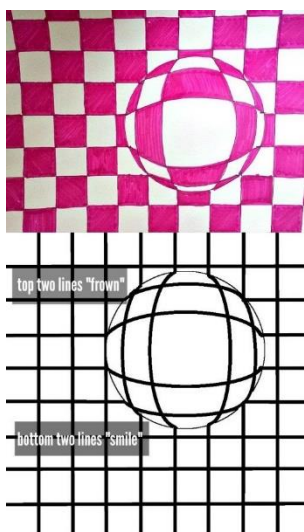
Tee näin:

Piirrä lyijykynällä paperiin ympyrä.

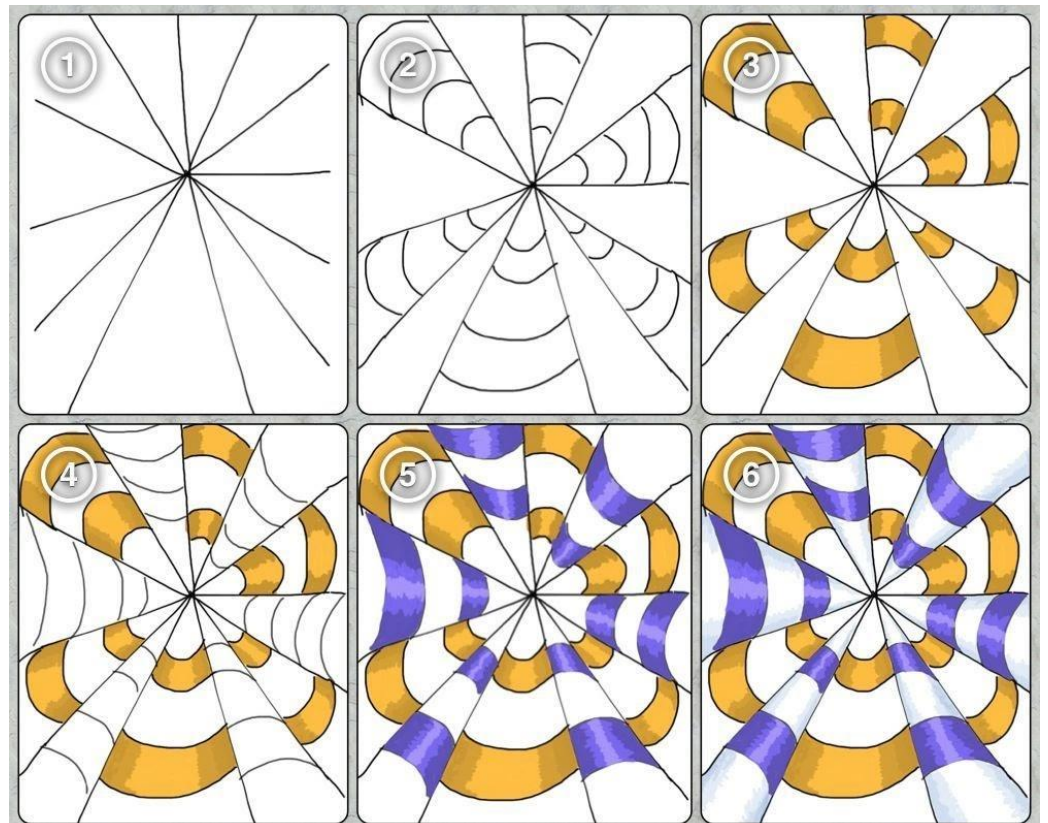
Piirrä viivoittimen avulla ruudukko ympyrän ympärille.

Piirrä ympyrään viivat, jotka myötäilevät ympyrän muotoja. Katso mallia kuvasta Malli 1.

Vahvista kaikki viivat tussilla tai puuvärillä ja väritä kuva mallin mukaisesti.



Malli 1



Malli 2

3. Siementen istutus

Kohta on pääsiäinen, joten on aika alkaa istuttaa rairuohoa tai muita kasveja kasvamaan tuomaan iloa ja väriä! Voit istuttaa niitä siemeniä mitä kotoa löytyy. Oletko koskaan kokeillut kasvattaa popcornin siemeniä? Jos et, niin nyt olisi hyvä hetki kokeilla.

Tarvitset:

- tyhjän purkin, esim. jogurtti- tai viilipurkin
- tusseja
- paperia/pahvia tai tarroja, narua yms.
- siemeniä
- multaa
- vettä

Vaiheet:

1. Pese tyhjä jogurtti tai viilipurkki
2. Koristele purkkisi haluamallasi tavalla
3. Täytä purkki mullalla mutta muista jättää noin 5cm kasteluvara jonka jälkeen kastele multa.
4. Ripottele mullan päälle tasainen kerros siemeniä. Peitä siemenet ohuella multakerroksella ja kastele kevyesti



Vinkki! Jos haluat nopeuttaa itämistä voit peittää purkin muovikelmulla itämiseen asti, tee muovikelmuun reikiä. Samalla ohjeella voit kylvää siemenet myös lasiin

Jos sinulla ei ole siemeniä kotona, voit käydä hakemassa Rovaniemen 4H-yhdistyksen toimiston parvekkeelta, katutasosta talon päädystä, olevasta korista pussillisen siemeniä. Osoite Urheilukatu 4 a 1.



4. Kuntopiiri

Onko lihakset jumissa? Kaipaako koulun liikuntatunneille? Tässä pieni kuntopiiri kotiin, jota voi tehdä vaikka läksyjen teon lomassa. Voit myös haastaa perheen muut jäsenet mukaan kuntopiiriin!

5 kyykkyä

5 punnerrusta

5 vuorikiipeilijää

5 punnerrus hyppyä

Tee liikkeitä 4 kierrosta eli teet kaikki liikkeet järjestyksessä neljä kertaa.

Ohjeet/huomautukset liikkeisiin:

- Kyykyt: tee liike selkä suorana!

- Punnerrukset: tee liike jännittämällä vatsalihaksia jotta selkä pysyy suorana. Jos liike tuntuu raskaalta voit tehdä sen polvet maassa.

- Vuorikiipeilijä: mene maahan punnerrus asentoon ja tuo polvet vuorotellen rintaa päin. Muista taas jännittää vatsalihaksia!

- Lähde tekemään liikettä seisoalteen. sitten mene maahan punnerrus asentoon ja nouse ylös ja hyppää

5. Helpot sämpylät ilman hiivaa

Tässä olisi ohje helppoihin sämpylöihin. Tee sämpylöitä vaikka välipalaksi tai iltapalaksi.

Tarvikkeet:

- 4dl jauhoja
- 1dl kaurahiutaleita
- 2tl leivinjauhe
- 1tl suola
- 2rkl hunajaa tai siirappia. Myös ripaus sokeria korvaa tämän
- 2.5dl vettä
- Kulho
- kauha/lasta sekoittamiseen
- Uunipelti ja leivinpaperi



Tee näin:

Laita uuni lämpenemään 200 asteeseen.

Sekoita keskenään kaikki aineet. Käytä muotoilussa jauhoja apuna.

Tee taikinasta n.10 kpl sämpylöitä. Voit jakaa taikinan käsin tai käyttää apuna lusikkaa. Taikina on löysempi, kuin normaali sämpylätaikina.

Paista sämpylät 200 asteessa n10-15 minuuttia, kunnes ne ovat saaneet kauniin kullanruskean värin.

Kun sämpylät ovat uunissa siivoa jäljet

Muista käyttää patalappuja sämpylöiden uunista ottamiseen tai pyydä aikuiselta apua.

psst. keskiviikkona 1.4. on aprillipäivä. Aprillipäivänä on tapana puijata muita ihmisiä leikkimielisesti. Tee keskiviikkona jokin hauska pila tai jäynä jollekin perheenjäsenellesi 😊

