

#BEACTIVE-لعبة النقاط في البيت

قم بإجراء أكبر قدر ممكن من المهام أدناه خلال فترة أسبوع #BeActive ضع إشارة "x" إذا تم إنجازها
الجمعة حساب قدر النقاط لكل المجموعة.

كم عدد النقاط التي جمعتها مع صفك خلال فترة أسبوع؟

المهمة	توضيح بالصورة	ضع إشارة "x" إذا تم إنجازها
أمشي كثيراً على الأقل يوم واحد في الأسبوع		
أشارك في التسوق من المحل التجاري		
أذهب للتجول في الهواء الطلق على الأقل لمدة 30 دقيقة في 3 أيام		
أجري لأصعد تلة		
أساعد في وضع الطعام على المائدة		
أقوم بأخذ القمامة للتخلص منها		
اذهب لأنام في الوقت المحدد		
أشرب ماء عند الإفطار		
أكل أثناء طعام الإفطار الخبز أو العصيدة		
أكل دائماً أثناء طعام الغداء النباتات على سبيل المثال السلطة		
لا أجلس على الأريكة لمدة تزيد عن ساعتين (2) خلال المرة الواحدة طوال الأسبوع		
تناول الطعام بشكل صحي		

#BEACTIVE: تجول والتقط صورة

توجد أدناه 10 مهام تصوير تحتاج للقيام بكل مهمة إلى أي كاميرا مهما كانت. بإمكانك القيام بذلك مع شخص آخر معًا.

1. أخرج والتقط صورة لطائر. حاول أن تكون صورة الطائفة عن قُرب بأكبر قدر ممكن ولكن لا تُخف الطائر على كل حال ليغادر المكان.



Ota valokuva linnusta mahdollisimman läheltä

2. أخرج عندما يكون الجو مشمسًا وابحث عن شجرة بيتولا. خذ صورة للشمس بحيث تكون شجرة البيتولا فيما بين الكاميرا والشمس.



Ota kuva auringosta niin, että koivu on välissä

3. أخرج وابحث عن أزهار/نباتات من الطبيعة من ثلاث ألوان مختلفة واجعل من الزهور باقة للزينة. لا تأخذ الزهور من فناء أو حديقة أي شخص آخر.



Etsi 3 eri väristä kukkaa

4. أخرج عندما يكون الجو مشمسًا. التقط صورة عندما تكون الشمس فوق سقف البيت.



Ota kuva auringosta katon päällä

5. اخرج مع شخص آخر وتحدي هذا الشخص برمي "حجر مسطح" على الماء. الهدف هو إلقاء على الماء حجر مسطح كثيراً بحيث أنه يرتد فوق الماء. تأكد من أنه لا يوجد أي شخص آخر أمامك عندما تُلقى "الحجر المسطح". التقط صورة "للحجر وهو طائراً".



6. اخرج مع شخص آخر وابحث عن شاطئ رملي. ارسم صورة كبيرة على الرمل بيدك أو بعضاً. التقط صورة لما رسمته.

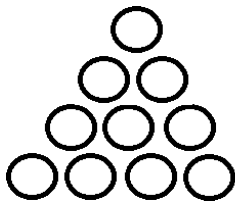


7. اختر أحد الأعمال اليومية (كتحضير الطعام مثلاً) واطلب من شخص آخر أن يلتقط صورة لك وأنت تقوم بالعمل



Joku kuvaa sinut arkiaskareita tekemässä

8. اجمع 10 مخاريط صنوبرية متساوية في الحجم واصنع منها عمل فني. كدّس في الطبقة السفلية 4 مخاريط صنوبرية، وفي الطبقة الثانية 3 مخاريط صنوبرية وفي الطبقة الثالثة 2 مخاريط صنوبرية وفي الطبقة الأخيرة مخروط واحد صنوبري. استخدم مخيلتك بشأن كيفية جعل المخاريط الصنوبرية تبقى مكدسة معاً (على سبيل المثال بوضع الطبقة الأولى في حفرة صغيرة). يوجد في الجهة اليسرى صورة عن العمل الفني (تم التقاطها من الأمام). اجعل شكل العمل الفني نفس شكل عش النمل.



عملت ___ / 10 مهام

#BEACTIVE-المهمة الفنية



Katso



taideteosta



ja



ota



samanlainen



kuva



luonnosta

اختر عملاً فنياً شهيراً (لوحة مرسومة) وأعد إنشاء تركيبية مماثلة قدر الإمكان من جديد. التقط صورة للتركيبية. بإمكانك إذا أردت أيضاً استخدام كنموذج للصورة الرسوم المتسلسلة أو المتحركة أو أي شيء آخر يُثير اهتمامك بقدر أكثر. بإمكانك إصدار القرار بشأن العمل بنفسك أو البحث على سبيل المثال من هنا:

[https://fi.wikipedia.org/wiki/Luokka:Suomalaiset maalaukset](https://fi.wikipedia.org/wiki/Luokka:Suomalaiset_maalaukset)