

30-DŇOVÁ MATEMATICKO-KULINÁRSKA VÝZVA

Pre koho je výzva:

- 🧒 Deti od 6 do 12 rokov
- 👨👩 S pomocou rodičov
- 🏠 V pohodlí domova
- 🕒 Kedykoľvek ti vyhovuje



**Každý deň nová
matematická aktivita
v kuchyni!**

Čo ťa čaká:

- ✦ 30 zábavných denných výziev
- ✦ Matematika + varenie = zábava
- ✦ 5–15 minút denne
- ✦ Motivačný tracker pokroku
- ✦ Diplom po dokončení
- ✦ Miesto na fotky a poznámky



sapiensbridge.sk

OBSAH

Tvoj cieľ a pravidlá výzvy.....	2
Tipy, odmeny, štart.....	2
Výzvy: Deň 1-10.....	3
Týždeň 1: ZÁKLADY POČÍTANIA	
DEŇ 1: Poznaj váhu surovín.....	4
DEŇ 2: Odmerky a mililitre.....	5
DEŇ 3: Lyžice a lyžičky.....	6
DEŇ 4: Sčítanie v praxi.....	7
DEŇ 5: Odčítanie v kuchyni.....	8
DEŇ 6: Násobilka s vajčkami.....	9
DEŇ 7: Týždenné zhodnotenie.....	10
Týždeň 2: ZLOMKY, DELENIE A NÁSOBKY	
DEŇ 8: Zlomky a delenie.....	11
DEŇ 9: Štvrtiny jablka.....	12
DEŇ 10: BRONZOVÝ MÍŤNIK! 🏅.....	13
Výzvy: Deň 11-20.....	14
DEŇ 11: Geometria pizze.....	15
DEŇ 12: Majster časovač.....	16
DEŇ 13: Teplomer v rúre.....	17
DEŇ 14: Dvojnásobný recept.....	18
Týždeň 3: PERCENTÁ, POMERY A CENY	
DEŇ 15: Smoothie percentá.....	19
DEŇ 16: Pomer ingrediencií.....	20
DEŇ 17: Rozdeľ starostlivo.....	21
DEŇ 18: Cenový detektív.....	22
DEŇ 19: Porovnaj ceny.....	23
DEŇ 20: STRIEBORNÝ MÍŤNIK! 🥈.....	24
Výzvy: Deň 21-30.....	25
DEŇ 21: Objemy a tvary.....	26
Týždeň 4: POKROČILÉ VÝZVY	
DEŇ 22: Priemerná hodnota.....	27
DEŇ 23: Časový plán obeda.....	28
DEŇ 24: Kalórie a výživa.....	29
DEŇ 25: Prevod jednotiek.....	30
DEŇ 26: Vlastný recept.....	31
DEŇ 27: Matematický kvíz.....	32
DEŇ 28: PRÍPRAVA NA FINÁLE.....	33
FINÁLE	
DEŇ 29: Generálka.....	34
DEŇ 30: VEĽKÉ FINÁLE!.....	35
Tracker pokroku.....	36
Motivačné citáty.....	37
ZLATÝ DIPLOM.....	38
Čo ďalej?.....	39

VITAJ VO VÝZVE!



Ahoj,
mladý matematik-kuchár!

Pripravil si sa na 30-dňové
dobrodružstvo plné čísel a
chutných jedál?



Každý deň ťa čaká nová mini výzva,
ktorá potrvá len 5-15 minút!

TVOJ CIEĽ:

Dokončiť všetkých 30 výziev
a stať sa certifikovaným
matematickým šéfkuchárom!

TIPY PRE ÚSPECH:

- ✓ Vyber si pravidelný čas
- ✓ Priprav si pomôcky vopred
- ✓ Zdieľaj pokrok s rodinou
- ✓ Nepreskakuj dni
- ✓ Oslavuj malé víťazstvá

ODMENY:

- ★ Po 10 dňoch:
Bronzová nálepka
- ★ Po 20 dňoch:
Strieborná nálepka
- ★ Po 30 dňoch:
ZLATÝ DIPLOM!

PRAVIDLÁ VÝZVY:

- ROB JEDNU VÝZVU DENNE
Neponáhľaj sa, užívaj si to!
- ODŠKRTÁVAJ SI POKROK
Každý deň zaškrtni checkbox
- FOTOGRAF VÝSLEDKY
Zdokumentuj svoje úspechy
- POPROS O POMOC
Keď potrebuješ, pýtaj sa
- BAV SA!
To je to najdôležitejšie!

17 KEDY ZAČÍNAM:

Dátum začiatku: _____

Dátum konca: _____

Môj cieľ: _____

Podpis: _____

Deň 1 - 10



BUDOVANIE ZÁKLADOV

Priprav sa na prvých 10 dní plných objavov!

Naučíš sa vážiť, merať, sčítavať a odčítavať – všetko priamo v kuchyni. Každý deň ťa posunie o krok bližšie k tomu, aby si sa stal/a skutočným matematickým šéfkuchárom. Poďme na to – prvý krok je vždy ten najdôležitejší! 🌟

Tvoje matematické dobrodružstvo začína práve teraz!

www.sapiensbridge.sk

DEŇ 1: POZNAJ VÁHU SUROVÍN

□ Dokončené

Úloha: Odváž 5 rôznych ingrediencií

Čas: 5 minút

Čo potrebuješ:

- Kuchynskú váhu
- 5 misiek
- 5 ingrediencií (múka, cukor, ryža, fazuľa, soľ)
- Zošit na zapisovanie

Postup:

1. Z každej suroviny si odsyp do misky náhodné množstvo
2. Odváž každú ingredienciu
3. Zapíš si výsledky v gramoch
4. Zorad' od najľahšej po najťažšiu

Poznámky:



POROVNAJ:

Najťažšia: _____ g

Najľahšia: _____ g

Rozdiel: _____ g



DEŇ 2: ODMERKY A MILITRE

□ Dokončené

Úloha: Odmeraj 5 rôznych množstiev

Čas: 5 minút

Čo potrebuješ:

- Odmerku
- Vodu
- 5 rôznych pohárov

Postup:

1. Odmerka 50 ml, 100 ml, 150 ml, 200 ml, 250 ml
2. Nalej do rôznych pohárov
3. Porovnaj výšku vody



VYPOČÍTAJ:

$$50 + 100 + 150 + 200 + 250 = \underline{\hspace{2cm}} \text{ ml} = \underline{\hspace{2cm}}$$

Poznámky:

DEŇ 3: LYŽICE A LYŽIČKY



□ Dokončené

Úloha: Zisti, koľko lyžičiek je v lyžici

Čas: 10 minút

Čo potrebuješ:

- Lyžicu
- Lyžičku
- Cukor alebo múku
- Misku

VYPOČÍTAJ:

1 lyžica = _____ lyžičiek
3 lyžice = _____ lyžičiek
5 lyžíc = _____ lyžičiek



Postup:

1. Naplň lyžicu cukrom
2. Presypávaj lyžičkou do misky
3. Počítaj, koľko lyžičiek to je

Tu prilep
fotku.

Poznámky:

DEŇ 4: SČÍTANIE V PRAXI +

□ Dokončené

Úloha: Urob si ovocný pohár

Čas: 10 minút

Čo potrebuješ:

- 3 druhy ovocia
- Váhu
- Pohár

Postup:

1. Zváž 50 g jahôd
2. Zváž 30 g čučoriedok
3. Zváž 70 g banánu
4. Daj všetko do pohára



VYPOČÍTAJ:

50 + 30 + 70 = _____ g celkom _____

Poznámky:

DEŇ 5: ODČÍTANIE V KUCHYNI —

□ Dokončené

Úloha: Koláčikový experiment

Čas: 15 minút

Čo potrebuješ:

- 10 koláčikov (kúpených)
- Tanier

Postup:

1. Daj na tanier 10 koláčikov
2. Zjedz 3 koláčky
3. Koľko zostalo?
4. Z toho daj ešte 2 koláčky súrodencovi
5. Koľko ti zostalo?



VYPOČÍTAJ:

• $10 - 3 = \underline{\hspace{2cm}}$

• $\underline{\hspace{2cm}} - 2 = \underline{\hspace{2cm}}$

Poznámky:

DEŇ 6: NÁSOBILKA S VAJÍČKAMI

□ Dokončené

Úloha: Počítaj vajíčka

Čas: 5 minút

Čo potrebuješ:

- Kartón vajec (10 ks)

Postup:

1. Spočítaj vajíčka v kartóne
2. Koľko je to riadkov?
3. Koľko v každom riadku?
4. Vypočítaj - vynásob



VYPOČÍTAJ:

____ riadkov × ____ vajec = ____ vajec celkom

Bonus: Koľko vajec je v 3 kartónoch?

____ × 3 = ____

Poznámky:

DEŇ 7: TÝŽDENNÉ ZHODNOTENIE 🌟

☐ Dokončené



Úloha: Pozri sa späť na týždeň

Čas: 10 minút

Otázky na zamyslenie:

1. Čo bolo najzábavnejšie?

2. Čo bolo najťažšie?

3. Čo si sa naučil/a?

4. Koľko dní si dokončil/a?

5. Ako sa cítiš? (zakrúžkuj)



Tu prilep
fotku.



ODMENA:

Ak si dokončil/a 5+ dní,
zaslúžiš si odmenu!

Moja odmena: _____

DEŇ 8: ZLOMKY A DELENIE 🍕

□ Dokončené

Úloha: Nauč sa zlomok $\frac{1}{2}$

Čas: 10 minút

Čo potrebuješ:

- 2 plátky chleba
- Nôž
- Pravítko

VYPOČÍTAJ:

Celý chlieb = _____

Polovica = _____

Dve polovice = _____ + _____ = 1



Postup:

1. Rozrež chlieb presne na polovicu
2. Zmeraj obe časti
3. Sú rovnako veľké?
4. Urob sendvič z jednej polovice

Tu prilep
fotku.

Poznámky:

DEŇ 9: ŠTVRTINY JABLKA 🍏

□ Dokončené

Úloha: Rozdeľ jablko na 4 časti

Čas: 10 minút

Čo potrebuješ:

- 1 jablko
- Nôž (s pomocou dospelého)
- Tanier

Postup:

1. Rozrež jablko na polovicu
2. Každú polovicu rozrež ešte raz
3. Máš 4 rovnaké časti
4. Zjedz 1 časť

Tu prilep
fotku.

VYPOČÍTAJ:

Celé jablko = $4/4 =$ _____

Jedna časť = ____/4

Zjedol si = _____

Zostáva = $4/4 -$ _____ = _____



Poznámky:

DEŇ 10: BRONZOVÝ MÍL'NIK!

□ Dokončené

Úloha: Oslávte 10 dní!

Čas: 15 minút

ŠPECIÁLNA ÚLOHA

Upečte si oslávne cookies!

Tu prilep
fotku.

Ingrediencie:

- 100 g múky
- 50 g masla
- 40 g cukru
- 1 vajce

VYPOČÍTAJ:

Urob 10 cookies.

Každé má: _____ ÷ 10 = _____ g

Spočítaj všetky ingrediencie:

100 + 50 + 40 + 60 = _____ g



Ako sa cítiš? (zakrúžkuj)

 BRONZOVÁ NÁLEPKA

3

Deň 11 - 20



STREDNÁ CESTA

Gratulujem, už máš 10 dní za sebou! Teraz ťa čakajú zlomky, geometria, plánovanie času a cenové výpočty. Budeš rozrezávať pizzu na dokonalé diely a premieňať recepty na dvojnásobné porcie. Si pripravený/á ukázať, čo už vieš?

Pokračuj – strieborná medaila je na dosah! 🏅

Budeš už v polovici! Teraz prichádza to najzaujímavejšie!

www.sapiensbridge.sk

DEŇ 11: GEOMETRIA PIZZE 🍕

□ Dokončené

Úloha: Rozrež pizzu na 8 dielov

Čas: 15 minút

Čo potrebuješ:

- Hotovú mini pizzu
- Nôž na pizzu
- Pravítko

Postup:

1. Upečte pizzu
2. Nájdí stred
3. Rozrež na 8 rovnakých dielov
4. Aký zlomok je každý diel?

VYPOČÍTAJ:

$$\text{Celá pizza} = \frac{\quad}{8} = 1$$

$$\text{Jeden diel} = \frac{\quad}{8}$$

$$\text{Dva diely} = \frac{\quad}{8} = \frac{\quad}{4}$$

$$\text{Štyri diely} = \frac{4}{8} = \frac{1}{2}$$



Tu prilep
fotku.

Poznámky:

DEŇ 12: MAJSTER ČASOVAČ 🕒

☐ Dokončené

Úloha: Uvar vajce načas

Čas: 10 minút



Čo potrebuješ:

- 1 vajce
- Hrnec s vodou
- Časovač

VYPOČÍTAJ:

Začal si o: _____

Skončil si o: _____

Trvalo to: _____ minút

Ako dlho trvalo kým voda zovrela?

_____ - 7 min = _____

Postup:

1. Daj vajce do hrnca s vodou
2. Začni variť
3. Keď voda vrie nastav časovač na 7 minút
4. Sleduj čas!

Tu prilep
fotku.

Poznámky:

DEŇ 13: TEPLOMER V RÚRE

□ Dokončené

Úloha: Sleduj teplotu v rúre

Čas: 5 minút

Čo potrebuješ:

- Rúru
- Teplomer (na rúre)
- Stopky, Hodiny
- Zošit

Postup:

1. Zapni rúru na 180°C
2. Sleduj, ako stúpa teplota
3. Každú minútu zapíš teplotu
4. Kedy dosiahla 180°C ?



VYPOČÍTAJ:

Začiatočná teplota: _____ $^{\circ}\text{C}$

Cieľová teplota: 180°C

Rozdiel: _____ $^{\circ}\text{C}$

Trvalo to: _____ minút

Poznámky:

DEŇ 14: DVOJNÁSOBNÝ RECEPT x2

□ Dokončené

Úloha: Zdvojnásob recept na lievance

Čas: 15 minút

Čo potrebuješ – na pôvodný recept (4 lievance):

- 1 vajce
- 100 ml mlieka
- 75 g múky

Tvoj recept (8 lievancov):

_____ vajec (1 × 2)

_____ ml mlieka (100 × 2)

_____ g múky (75 × 2)

Tu prilep
fotku.



VYPOČÍTAJ: Všetko vynásob 2.

1 × 2 = _____ 100 × 2 = _____ 75 × 2 = _____

Poznámky:

DEŇ 15: SMOOTHIE PERCENTÁ

□ Dokončené

Úloha: Urob smoothie podľa %

Čas: 10 minút

Čo potrebuješ:

• Celkové množstvo: 400 ml

- 50% jogurt = _____ ml
- 30% džús = _____ ml
- 20% ovocie = _____ g

Tu prilep
fotku.

Postup:

1. Vypočítaj množstvá
2. Odmeraj ingrediencie
3. Mixuj
4. Dobrú chuť!



VYPOČÍTAJ:

$$\begin{aligned} 50\% \text{ zo } 400 &= 400 \times 0,5 = \text{_____ ml} \\ 30\% \text{ zo } 400 &= 400 \times 0,3 = \text{_____ ml} \\ 20\% \text{ zo } 400 &= 400 \times 0,2 = \text{_____ g} \end{aligned}$$

Poznámky:

WOW! Už si v polovici!

DEŇ 16: POMER INGREDIENCIÍ

□ Dokončené

Úloha: Nauč sa pomer 1:2:3

Čas: 10 minút

Recept na cesto:

- Pomer 1:2:3
- 1 časť vajec
- 2 časti múky
- 3 časti mlieka

Ak 1 časť (vajce) = 50 g:

- Vajcia: $1 \times 50 =$ _____ g
- Múka: $2 \times 50 =$ _____ g
- Mlieko: $3 \times 50 =$ _____ ml

SPOLU _____

Tu prilep
fotku.



VYPOČÍTAJ:

Celkom: $1 + 2 + 3 =$ _____ častí

_____ častí $\times 50\text{g}$ (jedna časť) = _____

Poznámky:

DEŇ 17: ROZDEL' SPRAVODLIVO ÷

□ Dokončené

Úloha: Rozdel' cookies pre 4 ľudí

Čas: 10 minút

Čo potrebuješ:

- 12 cookies
- 4 tanier

Postup:

1. Spočítaj cookies
2. Rozdel' ich rovnomerne
3. Koľko dostane každý?



VYPOČÍTAJ:

$12 \div 4 = \underline{\quad\quad}$ cookies na osobu

Bonus: Ak príde 6 ľudí?

$12 \div 6 = \underline{\quad\quad}$ cookies na osobu

Poznámky:

DEŇ 18: CENOVÝ DETEKTÍV 💰

□ Dokončené

Úloha: Vypočítaj cenu receptu

Čas: 15 minút

Recept na muffiny:

- Múka - 0,60 €
- Cukor - 0,40 €
- Vajcia - 1,20 €
- Mlieko - 0,70 €
- Čokoláda - 1,50 €



Tu prilep
fotku.

VYPOČÍTAJ:

Spolu: $0,60 + 0,40 + 1,20 + 0,70 + 1,50 =$ _____ €

Ak urobíš 12 muffinov.

Cena 1 muffinu: _____ $\div 12 =$ _____ €

Poznámky:

DEŇ 19: POROVNAJ CENY

□ Dokončené

Úloha: Ktorý obchod je lacnejší?

Čas: 10 minút

Porovnaj ceny (vymyslené):

Obchod A:

- Múka: 0,80 €
- Cukor: 0,60 €
- Mlieko: 0,90 €

Spolu: _____ €

Obchod B:

- Múka: 0,75 €
- Cukor: 0,65 €
- Mlieko: 0,85 €

Spolu: _____ €



VYPOČÍTAJ:

Lacnejší je obchod: _____

Ušetríš: _____ €

Tu prilep
fotku.

Poznámky:

DEŇ 20: STRIEBORNÝ MÍL'NIK!

☐ Dokončené

Úloha: Oslávte 20 dní!

Čas: 20 minút

 **ŠPECIÁLNA ÚLOHA**
Upečte si strieborný koláč!

Zhrnutie doteraz:

- Naučil si sa: _____
- Najobľúbenejší deň: _____
- Najťažší deň: _____
- Pocit: _____



Ako sa cítiš? (zakrúžkuj)



Motivácia do ďalších 10 dní:

Deň 21 - 30



FINÁLNA DESIATKA

Dostávaš sa do finále!

Čakajú ťa pokročilé výzvy: objemy, priemery, časové plány a nakoniec... tvoj vlastný matematický koláč! Toto je tvoja šanca dokázať, že si zvládol/la celú cestu. Zlatý diplom je už blízko – daj do toho všetko! 🏆✨

Posledných 10 dní – teraz ukáž, čo v tebe je!

www.sapiensbridge.sk

DEŇ 21: OBJEMY A TVARY

□ Dokončené

Úloha: Porovnaj objemy nádob

Čas: 10 minút

Čo potrebuješ:

- 3 rôzne nádoby
- džbán
- Vodu
- Odmerku

Postup:

1. Naplň každú nádobu vodou
2. Odmeraj, koľko sa zmestí do džbánu
3. Porovnaj objemy

Poznámky:

VYPOČÍTAJ:

Nádoba 1: _____ ml

Nádoba 2: _____ ml

Nádoba 3: _____ ml

Najväčšia: _____

Džbán: _____ ml



DEŇ 22: PRIEMERNÁ HODNOTA

□ Dokončené

Úloha: Vypočítaj priemer

Čas: 10 minút

Zváž 5 jablík:

Jablko 1: _____ g

Jablko 2: _____ g

Jablko 3: _____ g

Jablko 4: _____ g

Jablko 5: _____ g

Tu prilep
fotku.



VYPOČÍTAJ:

Spolu: _____ g

Priemer: _____ $\div$ 5 = _____ g

Poznámky:

DEŇ 23: ČASOVÝ PLÁN OBEDA

□ Dokončené

Úloha: Naplánuj prípravu obeda

Čas: 15 minút

Jedlá a časy prípravy:

- Polievka: 20 min
- Hlavné jedlo: 30 min
- Šalát: 10 min

Obed má byť o 12:00.

Tu prilep
fotku.

VYPOČÍTAJ:

Hlavné jedlo začať o: _____

(12:00 - 30 min)

Polievku začni o: _____

Šalát začni o: _____



Poznámky:

DEŇ 24: KALÓRIE A VÝŽIVA

□ Dokončené

Úloha: Spočítaj kalórie šalátu

Čas: 10 minút

Ingrediencie (kalórie):

- Šalát: 20 kcal
- Rajčina: 30 kcal
- Uhorka: 15 kcal
- Olej: 90 kcal



VYPOČÍTAJ:

Spolu: $20+30+15+90 =$ _____ kcal

Poznámky:

DEŇ 25: PREVOD JEDNOTIEK

□ Dokončené

Úloha: Prevádzaj g na kg

Čas: 10 minút

Jednotky:

$$1 \text{ kg} = 1000 \text{ g}$$

Deliť 1000 = kg

Násobiť 1000 = g

Tu prilep
fotku.



VYPOČÍTAJ:

- 500 g = _____ kg
- 1000 g = _____ kg
- 250 g = _____ kg
- 1500 g = _____ kg

- 1 kg = _____ g
- 0,5 kg = _____ g
- 2 kg = _____ g

Poznámky:

DEŇ 26: VLASTNÝ RECEPT

☐ Dokončené

Úloha: Vytvor vlastný recept

Čas: 20 minút

Tu prilep
fotku.

Názov receptu: _____

Ingrediencie:

1. _____ : _____ g/ml

2. _____ : _____ g/ml

3. _____ : _____ g/ml

4. _____ : _____ g/ml

Postup:

1. _____

2. _____

3. _____



VYPOČÍTAJ:

Celková hmotnosť: _____ g

Čas prípravy: _____ min

Porcie: _____

Poznámky:

DEŇ 27: MATEMATICKÝ KVÍZ 🎯

☐ Dokončené

Úloha: Odpovedz na otázky

Čas: 15 minút

1. Koľko ml je v 1 litri? _____
2. Koľko g je v 1 kg? _____
3. $1/2 + 1/4 =$ _____
4. $200 \times 2 =$ _____
5. $500 \div 5 =$ _____
6. 50% z 200 = _____
7. Pomer 1:2, ak 1=50, 2=_____
8. 3 lyžice = _____ lyžičiek
9. Pizza na 8 častí, zjedol 3 = _____
10. 12 cookies $\div$ 4 ľudia = _____



Skóre: _____/10

Tu prilep
fotku.

Poznámky:

DEŇ 28: PRÍPRAVA NA FINÁLE

☐ Dokončené

Úloha: Naplánuj finálny koláč

Čas: 15 minút

Vyber si recept na koláč.

Napíš nákupný zoznam:

Tu prilep
fotku.

Ingrediencia	Množstvo	Cena
1. _____	_____	_____
2. _____	_____	_____
3. _____	_____	_____
4. _____	_____	_____
5. _____	_____	_____
Celková cena:		_____ €

Časový plán:

Príprava: _____ min

Pečenie: _____ min

Zdobenie: _____ min

Celkom: _____ min

Poznámky:

DEŇ 29: GENERÁLKA 🥰🥳

☐ Dokončené

Úloha: Skúšobné pečenie

Čas: 30 minút

Tu prilep
fotku.

Upečte skúšobný mini koláč.

Čo fungovalo dobre:

Čo treba zlepšiť:



Matematické výpočty:

Poznámky:

DEŇ 30: VEĽKÉ FINÁLE! 🏆

☐ Dokončené

Úloha: FINÁLNY MATEMATICKÝ KOLÁČ

Čas: 60 minút

Použi všetky matematické

zručnosti:

- ✓ Meranie
- ✓ Váženie
- ✓ Násobilka
- ✓ Delenie
- ✓ Zlomky
- ✓ Percentá
- ✓ Čas
- ✓ Teplota

🎉 ŠPECIÁLNA ÚLOHA

Upečte najlepší koláč!

Tu prilep
fotku.



Ako sa cítiš? (zakrúžkuj)

🎉 GRATULUJEME!
🎉 Toto je tvoj posledný
deň!

🏆 ZLATÁ NÁLEPKA

1

Ako sa cítim po dokončení výzvy:

SI ÚŽASNÝ! 🌟

www.sapiensbridge.sk



TRACKER POKROKU



Deň 1 ☐	Deň 2 ☐	Deň 3 ☐	Deň 4 ☐	Deň 5 ☐
Deň 6 ☐	Deň 7 ☐	Deň 8 ☐	Deň 9 ☐	Deň 10 ☐
Deň 11 ☐	Deň 12 ☐	Deň 13 ☐	Deň 14 ☐	Deň 15 ☐
Deň 16 ☐	Deň 17 ☐	Deň 18 ☐	Deň 19 ☐	Deň 20 ☐
Deň 21 ☐	Deň 22 ☐	Deň 23 ☐	Deň 24 ☐	Deň 25 ☐
Deň 26 ☐	Deň 27 ☐	Deň 28 ☐	Deň 29 ☐	Deň 30 ☐



ŠTATISTIKY:

Dokončených dní: ____/30 Úspešnosť: ____%

Najľahší deň: DEŇ ____

Najťažší deň: DEŇ ____

Najzábavnejší deň: DEŇ ____



MÍČNIKY

☐ 10 dní
Bronzová
nálepka



☐ 20 dní
Strieborná
nálepka



☐ 30 dní
Zlatá
nálepka



MOTIVAČNÉ CITÁTY

"Každý deň je nová
príležitosť naučiť sa
niečo nové!"

"Matematika
+ varenie
= zábava!"

"Si na správnej
ceste k úspechu!"

17 MÔJ HARMONOGRAM

Budem robiť výzvu každý deň o: _____ hodine

Moje obľúbené dni na varenie:

- ☐ Pondelok
- ☐ Utorok
- ☐ Streda
- ☐ Štvrtok

- ☐ Piatok
- ☐ Sobota
- ☐ Nedeľa



★ ZÍSKANÉ ZRUČNOSTI:

- ★ Meranie a váženie
- ★ Sčítanie a odčítanie
- ★ Násobilka a delenie
- ★ Zlomky a percentá
- ★ Časové plánovanie
- ★ Rozpočtovanie
- ★ Geometria v praxi
- ★ Kritické myslenie



🎯 DOSIAHNUTÉ VÝSLEDKY:

✓ Dokončených aktivít: ____/30

✓ Naučených konceptov: ____

✓ Uvarených jedál: ____

✓ Matematických úloh: ____

🥉 **Bronzová** 🥈 **Strieborná** 🥇 **Zlatá**



"Si úžasný matematik-kuchár!"

www.sapiensbridge.sk



🚀 ČO ĎALEJ?



🌟 ZDIEĽAJ SVOJ ÚSPECH:

- 📱 Instagram: **#MatematickáVýzva**
- 📘 Facebook: **Označ nás!**
- ✉ Email: **pošli nám fotky**

🎯 TVOJE NOVÉ CIELE:

1. _____
2. _____
3. _____

✉ SPÄTNÁ VÄZBA: Pomôž nám zlepšiť výzvu!

Čo sa ti páčilo:

Čo by si zmenil/a:

Tvoje nápady na nové aktivity:

Gratulujeme!

**Dokončil / -a si výzvu!
Ale to nie je koniec...
Je to len začiatok!**

💡 ĎALŠIE VÝZVY:

- ☐ Opakuj výzvu s ťažšími úlohami
- ☐ Nauč výzvu svojich kamarátov
- ☐ Vytvor vlastnú 30-dňovú výzvu
- ☐ Skús pokročilé recepty
- ☐ Veď matematický denník varenia

🎁 BONUS:

Pošľ nám 3 fotky z výzvy a dostaneš
PERSONALIZOVANÝ CERTIFIKÁT s tvojím
menom!
✉ Email: info@sapiensbridge.sk

❤️ ĎAKUJEME!

Ďakujeme, že si bol/a súčasťou tejto výzvy! Si úžasný/á!

sapiens.bridge@gmail.com
www.sapiensbridge.sk