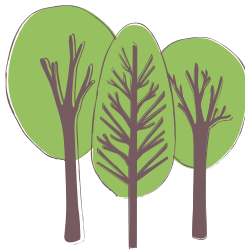
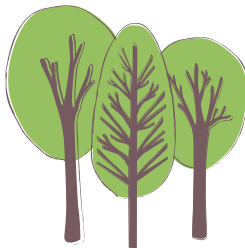


50 AKTIVIT A HER PRO DĚTI V LESE

www.rodinacestuje.cz

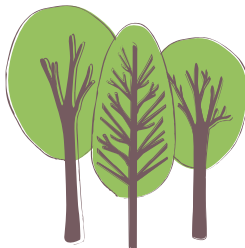


AKTIVNÍ



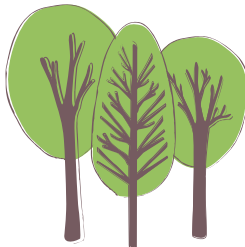
HOD ŠIŠKOU

Nasbírejte s dětmi větší množství šišek a
trénujte hod šíškami na cíl nebo hod šíškou do
dálky.



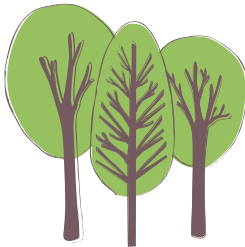
HÁZENÍ KAMÍNKŮ DO POTOKA

Znáte dítě, které by nerado házelo kamínky do potoka nebo rybníka? Starší děti mohou trénovat žabky, menší se budou trefovat do vody. Na nějakou chvíli bude o zábavu postaráno.



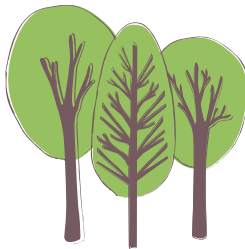
OPIČÍ DRÁHA V LESE

Připravte pro děti v lese překážkovou dráhu.
Přelézt spadlý strom, seskočit z pařezu nebo
oběhnout stromy.



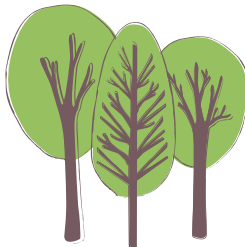
ŠKATULATA, HEJBEJTE SE

Hra pro skupinu dětí, které potřebujete vyběhat. Podle počtu dětí vyberte počet stromů, které můžete pro lepší orientaci označit. Vyberte vždy o jeden strom méně, než je počet vašich dětí. Děti se musí přemísťovat mezi stromy a nesmí je chytit ten, který zrovna nestojí u stromu. Pokud ho chytí, vystřídají se.



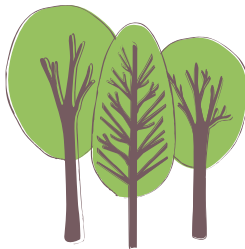
NA STONOŽKU

Skupinka 5-6 dětí stojí za sebou
a drží se v pase - představují stonožku. Ta má
za úkol oběhnout strom, přeskočit pařez,
zdolat překážkovou dráhu,



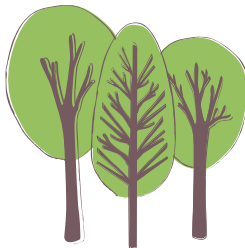
BOSÁ STEZKA

Ohraničte v lese trasu bosé stezky, na které budou děti bez bot poznávat různé struktury povrchů.



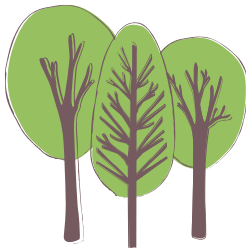
HRA NA MEDVĚDY

Každé dítě si vybere strom a vyskočí na něj tak, aby ho objalo rukama i nohama. Nesmí se dotýkat země. Kdo vydrží na stromě nejdéle, vyhrává.



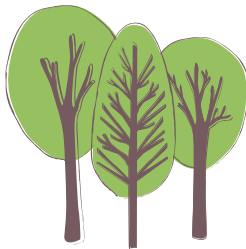
BOJOVKA V LESE

Připravte pro děti bojovku s úkoly. Vyznačte trasu a plňte úkoly.

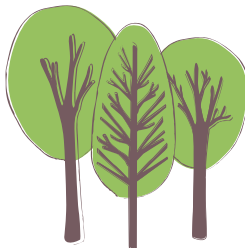


VŠIMNEŠ SI

Najděte šišku, větvičku nebo kámen a dejte ho dítěti, které ho ponese. Jeho úkolem je během cesty předmět nenápadně odhodit tak, abyste si toho nevšimli. Když si toho všimnete, role se vystřídají.

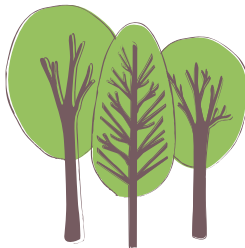


TVOŘIVÉ



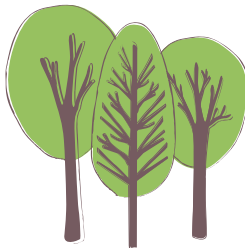
DOMEČKY PRO VÍLY A SKŘÍTKY

Jednoduchá aktivita, kterou milují batolata i puberťáci. Vyberte ten nejvhodnější strom a u jeho kořenů postavte domeček pro skřítky nebo víly s použitím přírodnin. Domečky můžete osídlit donesenými figurkami.



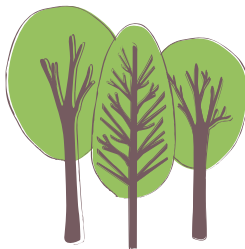
ROK SE STROMEM

V lese, kam se pravidelně vracíte, si vyberte strom, který se dětem bude líbit a pozorujte ho v průběhu celého roku. Můžete ho vyfotit a fotky porovnávat.



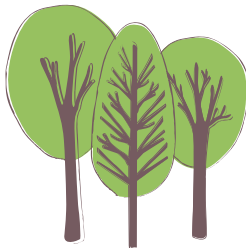
VĚNEC PRO VÍLU NEBO LESNÍHO SKŘÍTKA

V lese nasbírejte různé lístky, klacíky,
přírodniny a doma si vytvořte z papíru pomocí
lepicí pásky čelenku pro vílu nebo lesního
skřítku.



LESNÍ BUNKR

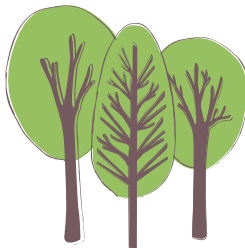
Sesbírejte dostatečně velké klacky a postavte si v lese bunkr.



FROTÁŽ LISTŮ A STROMŮ

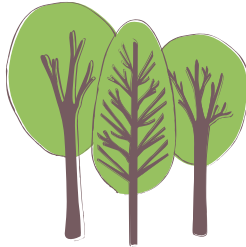
Do lesa si s sebou vezměte papír a voskovky.
Papír položte na kmen stromu a plochou
voskovky překreslujte texturu stromu a
zkoumejte, jak vypadá kůra a povrch
jednotlivých stromů.

Totéž můžete doma udělat s listy stromů, které
si přinesete z procházky domů.



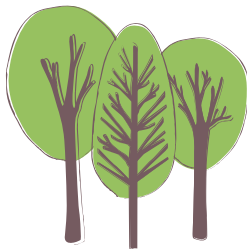
VĚŽ Z PŘÍRODNIN

Kdo postaví nejvyšší věž z přírodnin, které v lese najde?



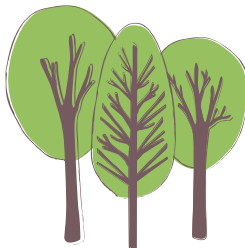
BAREVNÝ LES

Na výletě si zahrajte hru na procvičování barev. Jděte po cestě a vyberte si barvu. Dítě má za úkol najít 5 různých předmětů z lesa, které mají danou barvu. Až je najde, můžete zvolit jinou barvu a hledat dále.



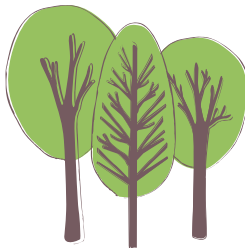
DOKRESLOVÁNÍ LISTŮ

Z procházky po lese si domů doneste různé listy. Ty rozstříhnete na polovinu, nalepte na papír a nechte děti dokreslit druhou půlku listů.



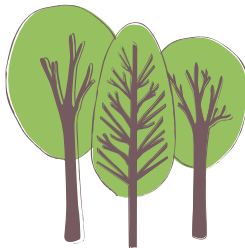
KLÍČENÍ PLODŮ

Vyzkoušejte doma klíčení různých lesních plodů. Za jak dlouho vyklíčí kaštan? Jak dlouho to bude trvat bukvici nebo dubu?



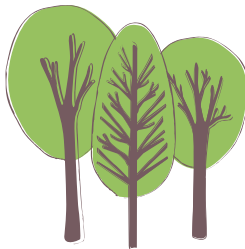
TVOŘENÍ Z PŘÍRODNIN

Doneste si domů různé druhy přírodnin a zkuste z nich vyrobit panáčka, zvířata, apod.



HRÁZ NA POTOCE

Pokud se vydáte do lesa, ve kterém teče potok, zkuste společnými silami postavit hráz.

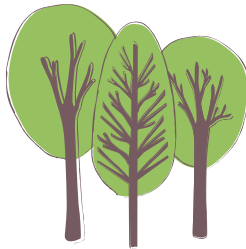


LOŽKA Z KŮRY

Najděte na zemi kus kůry z borovice a vytvořte společně s dítětem pomocí nožíku loďku.

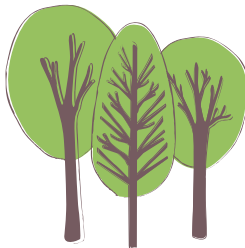
Ozdobit ji můžete dalšími přírodninami.

Povídejte si o bezpečnosti práce s nožem.



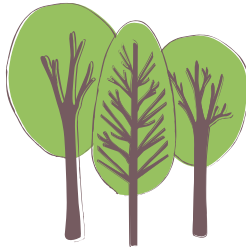
TVOŘENÍ Z JEHLIČÍ

Na papír naneseeme tekuté lepidlo a tvoříme z
jehličí. Obrázky mohou být vytvořené z
jednotlivých jehlic nebo jehličí náhodně
nasypeme na papír.



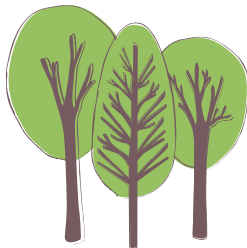
PŘÍRODNÍ PARÁDNICE

Sesbírejte v lese různé plody a doma z nich
vyrobte korále nebo jinou parádu.



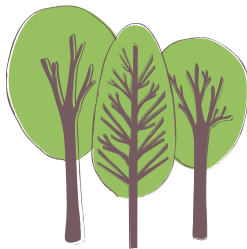
MALOVÁNÍ PŘÍRODOU

Na procházku po lese si s sebou vezměte bílé čtvrtky a nechte děti objevovat různé barevné materiály. Zkuste nakreslit obraz ze šťávy z borůvek nebo testujte sytost a kvalitu barev z bláta.



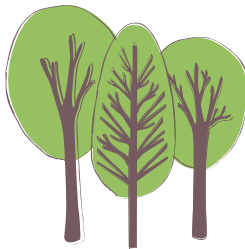
LESNÍ HERBÁŘ

Nasbírejte v lese rostliny, květy, které vás zaujmou. Zjistěte, jak se jmenují a vyhledejte o nich základní informace. Doma je vylisujte a připravte si s dětmi vlastní herbář.

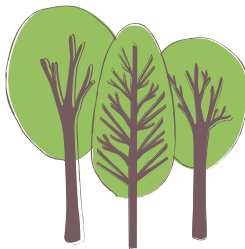


LESNÍ MANDALA

Vytvořte z přírodních materiálů v lese mandalu. Nejbarevnější se vám asi povede na podzim, ale dětské fantazii se meze nekladou.

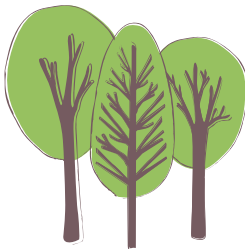


PŘEDSTAVIVOST



LESNÍ MUZIKANT

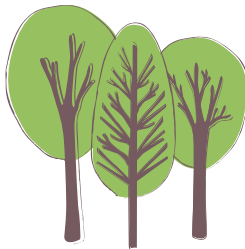
Najděte v přírodě předměty, které mohou znít
– přírodní hudební nástroje. Nechte děti
objevovat, jak jednotlivé „hudební nástroje“
zní. Zkoušejte různou intenzitu nebo si zahrajte
doprovod k vaší oblíbené písničce.



PANTOMIMA - ZVÍŘATA

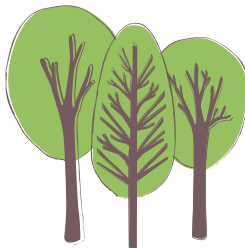
Jeden z hráčů pantomimicky předvádí určité zvíře nebo činnost a ostatní hádají, co předvádí.

Hráč, který uhodne, předvádí další hádanku.
Pro menší děti můžete připravit obrázky zvířat, aby si je mohly lépe představit.



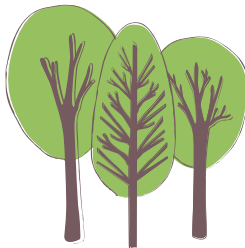
JEHLIČÍ PO HMATU

Ukážeme dětem větvičky z různých
jehličnatých stromů a pojmenujeme je. Potom
necháme děti poznávat jednotlivé druhy po
hmatu a zkoumat jejich vlastnosti, třeba i vůni.



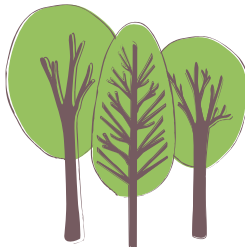
ZVUKY LESA

Až budete v lese, nezapomeňte si s dětmi jen tak sednout a poslouchat zpěv ptáků a šumění lesa. Neznám lepší balzám na nervy.



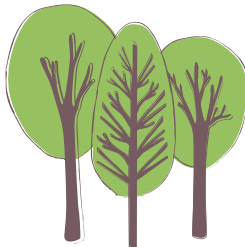
CO TO JE?

Přineste z lesa přírodniny, doma je dejte do krabice nebo misky, zakryjete utěrkou, aby nebylo vidět, co je uvnitř. Dítě musí podle hmatu poznávat o jakou přírodninu se jedná.



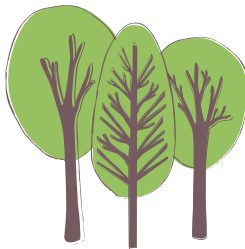
OCHUTNÁVKA LESA

Přineste si z procházky lesní plody. Doma dítěti
zavázejte oči a plody ochutnávejte a hádejte,
co jíte.

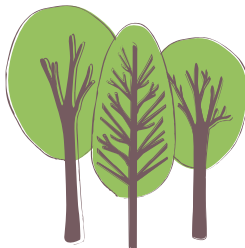


LETOKRUHY

Najděte v lese čerstvý pařez a zkoumejte jeho letokruhy. Zjistěte stáří stromu a porovnejte s věkem dědečka, tatínka...

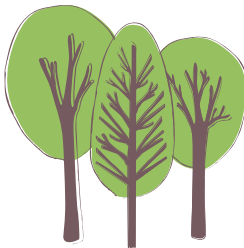


TŘÍDĚNÍ



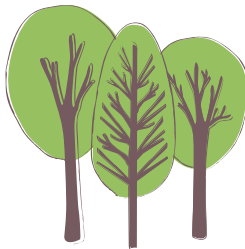
LESNÍ HLEDAČKA

Děti dostanou za úkol přinést z lesa něco, co je
hladké, drsné, pichlavé, jemné, kulaté, těžké,
lehké a duté.



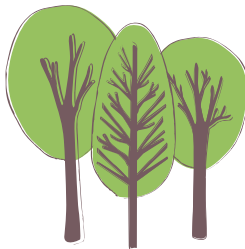
SBĚR PŘÍRODNIN A TŘÍDĚNÍ

V lese sbírejte různé přírodniny, které můžete v lese nebo doma třídit podle různých kritérií, např. podle barvy, velikosti, druhu. Hledejte různé společné znaky (živá, neživá příroda, plody, listy apod.) Nechte potom dítě povídat o tom, proč roztřídilo přírodniny právě takto.



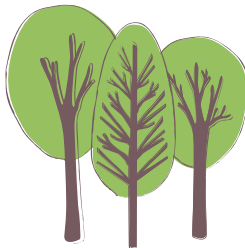
DRUHY STROMŮ

Najděte v lese větvičky různých stromů a keřů.
Společně s dětmi je pojmenujte a zkuste podle
listů nebo jehlic přiřadit ke správnému stromu
nebo keři přímo v lese.



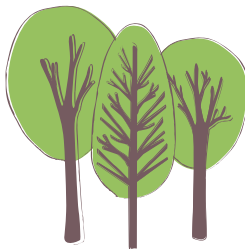
DRUHY STROMŮ - PLODY A ŠIŠKY

Najděte v lese plody a šišky různých stromů a keřů. Společně s dětmi je pojmenujte a zkuste přiřadit ke správnému stromu nebo keři.



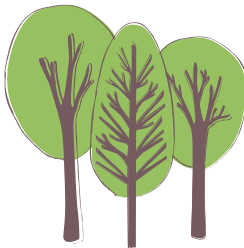
DRUHY STROMŮ - LISTY A JEHLIČÍ

Najděte v lese větvičky různých stromů a keřů.
Společně s dětmi je pojmenujte a zkuste podle
listů nebo jehlic přiřadit ke správnému stromu
nebo keři přímo v lese.



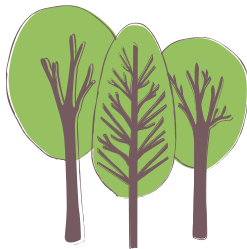
LISTY STROMŮ

Najděte v lese různé druhy listů a zkoumejte
jejich tvar.



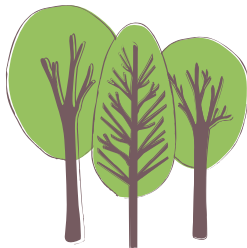
CO DO LESA NEPATŘÍ

Na vymezeném místě dejte do přírody 10 předmětů, které do lesa nepatří a nechte je dětmi vyjmenovat. Starší děti si mohou potrénovat paměť a tyto věci si zapamatují a zapíší na papír.



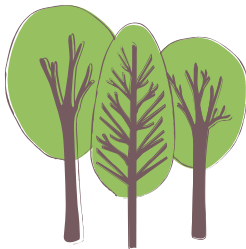
HLEDAČKA

Děti dostanou za úkol hledat v lese různé předměty dle zadání. Ukážete jim kámen a dostanou za úkol přinést kámen těžší, delší větvičku, vyšší strom.



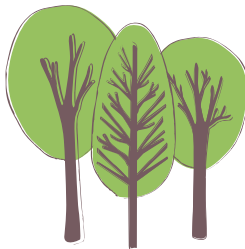
POZNÁVAČKA

Dospělý dává pokyny - děti mají hledat jednotlivé druhy stromů. Kdo v časovém limitu najde správný strom, získává bod. Vyhrává ten, kdo má nejvíc bodů.

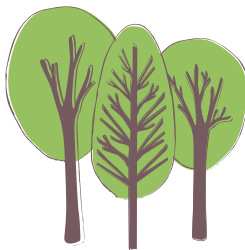


SEMENA ROSTLIN

Zkuste zapátrat po semenech v lese. Kolik různých druhů dokážete najít? Zvládnete přiřadit ke správnému stromu nebo rostlině? Doma můžete některá semena nechat naklíčit.

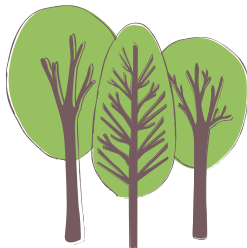


PAMĚŤ



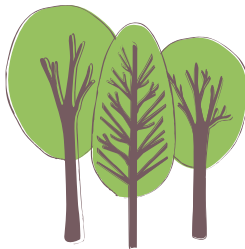
KIMOVA HRA S PŘÍRODNINAMI

Přineste si z lesa přírodniny, dejte je doma na
tác, aby si dítě mohlo přírodniny prohlédnout a
zapamatovat. Po chvílce tác přikryjte utěrkou.
Úkolem je zapamatovat si co nejvíce přírodnin,
které dítě vidělo.



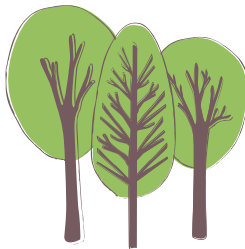
LESNÍ DVOJICE

Nasbírejte v lese 10 přírodních předmětů, vyskládejte je na zem a přikryjte šátkem. Odkryjte na pár desítek vteřin šátek a dejte dětem prostor, aby si co nejvíce předmětů zapamatovaly. Poté předměty opět zakryjte a vyšlete děti na lov stejných přírodnin. Vyhrává ten, kdo našel nejvíce dvojic.

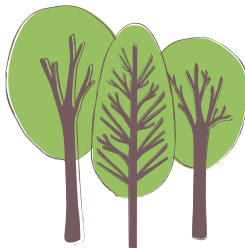


LESNÍ FOTOGRAF

Vezměte si s sebou do lesa foťák a nechte dítě fotit vše, co ho zaujme. Doma si fotky prohlídněte a nechte dítě mluvit o tom, co na snímcích zachytilo.

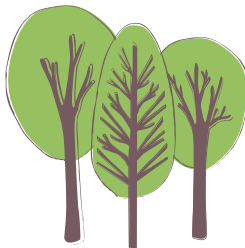


OSTATNÍ



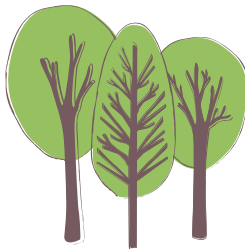
ZVÍŘECÍ DETEKTIV

Hledejte v lese činnost zvířat. Okousanou šišku od veverky, rozrytou půdu od divočáků nebo stopy vysoké zvěře.



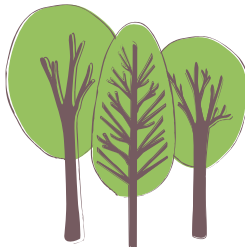
HMYZÍ DETEKTIV

Vezměte si do lesa lupu a hledejte nejmenší
obyvatele. Zkuste společně určit druh brouka
nebo jiného hmyzu.



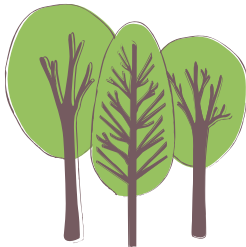
VÁNOČNÍ STROMEK PRO ZVÍŘATA

O Vánocích ozdobte nějaký strom v lese jablky
nebo mrkví, aby si na nich mohla pochutnat
lesní zvířata.



SÍLA STROMU

Při procházce lesem si najděte s dětmi strom, který se vám bude nejvíce líbit. Obejměte ho a zkuste načerpat jeho sílu.



NOČNÍ LES

Vydej se s dospělým na průzkum lesa v noci. Co při své cestě můžeš vidět a slyšet?