



CYKLUS INSPIRACÍ  
PRO MATEŘSKÉ ŠKOLY

# ČLOVÍČEK A JEHO MAMINKA PLANETA ZEMĚ



*Jsem malinkým Človíčkem, v očích mám dva plamínky,  
 kdopak asi vytvořil v potoce všechny kamínky?  
 Jsem zvědavým Človíčkem, mám tisíce otázek,  
 toužím všechno pochopit, složit si světa obrázek.  
 Tohle mě zajímá, prozrad' mi, kdo to ví?  
 Třeba tento kamínek, možná ten mi odpoví?  
 Pozorně naslouchám stromům, květům na stráni,  
 vodě, včelkám a ptáčkům děkuji za poznání.  
 Stojím tady na Zemi, mám nejednu otázku,  
 cestičkou z oblázků, jdu si tiše pro lásku.  
 Mé srdce dovede, cítit lásku ve mně  
 a k tomu mě povede, má maminka Země.*

## KDO JE ČLOVÍČEK

Človíček žije v lese a jeho maminka je planeta Země – Příroda a tatínkem Slunce. Znázorňuje princip štěstí a pohody. Všechno kolem něj je jeho milující, dávající, pečující maminka, proto se cítí chtěný, přijímaný a milovaný a žije s pocitem bezpečí. Ví, že ať se děje cokoli, i když to bude něco nepříjemného, maminka Příroda se o něj postará. Dá mu vždycky všechno, co potřebuje a najde u ní oporu i milující náruč. Tatínek svítí na nebi, chrání ho, ukazuje mu cestu a je tady vždycky pro něj, aby ho vyslechl, poradil mu, dodal odvalu. Dává mu pocit sounáležitosti a domova, a on tak může s radostí a nadšením poznávat svět kolem sebe. Poznává svoji maminku, objevuje její zákonitosti, učí se, jak vše v přírodě funguje, zapojuje své tělo, pozoruje, naslouchá, když něco neví nebo ho zajímá, zeptá se přímo stromu, květiny, zvířete. To všechno je jeho maminka Země, která se projevuje v jednotlivých podobách a on je její součástí. Žije s ní v harmonii, s úctou a respektem ke všem živým bytostem, v souladu s jejími cykly a pomáhá udržovat její přirozenou rovnováhu.

## STRUKTURA PROGRAMU

Program má podobu spirály, na které je umístěno 10 tematických kamínků.

Prvním kamínkem programu je ČLOVÍČKŮV kamínek, ve kterém se děti s Človíčkem setkají a stane se součástí jejich života ve školce i mimo ni. Posledním kamínkem je kamínek MÉ PLANETY ZEMĚ, který zakončuje roční putování s Človíčkem. V kamínku PŘÁTELSTVÍ Človíček potká v lese nové kamarády Vítka a Aničku. Společně potom prožívají nejrůznější dobrodružství, poznávají les a jeho obyvatele, seznamují se s obdivuhodnou krásou a moudrostí přírody, zkoumají možnosti svého těla při pobytu venku a poznávají, že příroda pro nás vytváří prostor k hraní, pozorování, objevování a poznávání dějů nejen kolem nás, ale i v nás samotných.



# JAK S KAMÍNKY PRACOVAT

Hlavní linku každého kamínku tvoří motivační příběhy. Ukazují dětem, jak Človíček žije, myslí, vnímá, cítí a umožňuje jim, prožívat s ním jeho dobrodružství, poznávat les, přírodu, jeho maminku.





Kde je to možné a vhodné, je příběh doplněn obrázkovou prezentací, aby se prohloubil prožitek dětí a to, co slyší a představují si, bylo podpořeno i vizuální stránkou.

Na příběh potom navazují tvořivé, výtvarné a pohybové aktivity, omalovánky, hry a další činnosti, popřípadě i písnička nebo aktivity do přírody. Umožňují dětem prožít všemi smysly poselství jednotlivých příběhů a konkrétní témata, jak obsahově, tak pocitově a emočně.



## TEMATICKÉ ČÁSTI A OBSAH JEDNOTLIVÝCH KAMÍNKŮ

### ČLOVÍČKŮV KAMÍNEK



#### **Človíček přichází a představuje svoji maminku**

-  Setkání s Človíčkem a přivítání ve školce
-  Jak vypadá Človíčková maminka
-  Společná planeta Země
-  Barvy kolem nás


#### **Človíček a jeho tatínek Slunce**

-  Proč je pro nás Slunce důležité
-  Výroba sluníčka




#### **Človíček poznává les a jeho obyvatele**

-  Jaká zvířata žijí v lese
-  Človíčkoví lesní kamarádi



#### **Výroba Človíčkovy domečku**

-  Výroba domečku z přírodních materiálů

#### **Jak se maminka Země stará o svého Človíčka?**

-  Co dává příroda Človíčkovy
-  Léčivé bylinky
-  Květiny pro radost

#### **Jak se stará maminka Země o nás?**

-  Co nám dává příroda
-  Přírodní zdroje

## I já jsem malý Človíček a mám maminku planetu Zemi


 Jsem součástí planety Země


### KAMÍNEK PŘÁTELSTVÍ

#### 1. kapitola: Lesní přátelství

1. část

##### Človíčkoví lesní kamarádi

 Lesní zvířata

 Chování k divokým zvířatům

2. část

##### Přátelství lidí a divokých zvířat

 Jak můžeme pomáhat divokým zvířatům

 Záchrané stanice

3. část

##### Neobvyklá přátelství divokých zvířat

#### 2. kapitola: Človíček poznává nové kamarády

 Příběh, ve kterém potkává Človíček v lese nové kamarády Vítka a Aničku.

#### 3. kapitola: My jsme všichni kamarádi

 Aktivity zaměřující se na posílení přátelské atmosféry ve třídě a vztahů mezi dětmi

#### 4. kapitola: Společné poznávání maminky přírody

 Dobrodružství s kamarády

### PODZIMNÍ KAMÍNEK

#### 1. kapitola: Podzim kouzlí barvami


1. část

##### Jak vypadá podzim


 Změny v podzimní přírodě


2. část

##### Barevný podzim

 Podzim a barvy listí


 Proč se listí barví a opadáva ze stromů

 Tvoření z barevného listí

 Význam spadaneho listí pro ekosystém lesa



3. část

##### Kdo uklidí listí v lese

 Půdní živočichové

#### 4. část




##### Kouzelník podzimu

-  Opakování podzimních změn v přírodě
-  Podzimní nálada

### 2. kapitola: Podzimní přípravy na zimu



#### 1. část

##### Zvířata se připravují na zimu

-  Jak se zvířata připravují na zimu
-  Kdo v zimě spí a kdo je aktivní
-  Jak můžeme pomoci ježkovi na naší zahradě?




#### 2. část

##### Plody lesa

-  Jaké známe plody lesa
-  Houby

#### 3. část




##### Stěhovaví ptáci

-  Jak se ptáci připravují na zimu
-  Druhy domácích a stěhovavých ptáků
-  Proč někteří ptáci odlétají

### 3. kapitola: Dary podzimu



#### 1. část

##### Podzimní úroda

-  Druhy ovoce, které sbíráme na podzim
-  Ovoce je zdravé
-  Jablka a způsoby jejich zpracování a uchování na zimu

#### 2. část

##### Podzimní sklizeň

-  Zelenina, kterou sklízíme na podzim
-  Podobnost zeleniny a ovoce a orgánů v našem těle

### 4. kapitola: Podzimní radovánky

#### 1. část

##### Tvoření z přírodnin a plodů lesa

#### 2. část

##### Pouštění draka

#### 3. část

##### Co umí vítr – roznášení semen po kraji



### 5. kapitola: Aktivity do přírody /str.60/

Kouzelnická vernisáž




Kouzelnická stezka

# LESNÍ KAMÍNEK


## 1.kapitola: Les a jeho obyvatelé

-  Jak vypadá les a co jej tvoří
-  Zvířata v lese

## 2.kapitola: Lesní kouzla

-  Život v lese
-  Život zvířat
-  Radost z poznávání přírody


## 3.kapitola: Les plný broučků

-  Život broučků

## 4.kapitola: Tajuplný život stromů




### 1. část

#### Co víme o stromech

-  Strom jako živý organismus

### 2. část



#### V čem jsou nám stromy podobné

-  Podobnost stromu a nás
-  Ze života stromů
-  Lesní ekosystém



## 5.kapitola: Aktivity do přírody

# KAMÍNEK RODINY


## 1.kapitola: Moje rodina, tvoje rodina

-  Co je rodina
-  Členové rodiny

## 2.kapitola: Naše rodinné kořeny

-  Rodokmen rodiny
-  Prarodiče

## 3.kapitola: Naší společnou řečí je láska

-  Vztahy v rodině

## 4.kapitola: Človíčková rodina

-  Planeta Země náš domov

## ZIMNÍ KAMÍNEK

### 1.kapitola: Zima už je tady

- ❄ Jak vypadá zima
- ❄ Význam zimy pro přírodu
- ❄ Roční období

### 2.kapitola: Zvířata v zimě

- 🦊 Přezimování zvířat – kdo v zimě spí a kdo je aktivní, zimní spánek a život lesních zvířat
- 🦊 Jak můžeme divokým zvířatům v zimě pomoci – příkrmování, co pro koho

### 3.kapitola: Ptačí zimování

- 🐦 Co dělají ptáci v zimě a jak si shání potravu
- 🐦 Ptáci, které můžeme vidět na krmítku
- 🏠 Co dávat do krmítka

### 4.kapitola: Počasí v zimě

- ❄ Jak vznikají sněhové vločky
- ❄ Počasí v zimě

### 5.kapitola: Zimní radovánky

- 🧑‍🎄 Stavění sněhuláka, sáňkování a další zimní aktivity

### 6.kapitola: Zimní odpočinek

- 🍞 Pečení chleba

## VODNÍ KAMÍNEK

### 1.kapitola: Voda (ne)obyčejná

- Voda a její význam pro náš život
- Jak vnímám vodu já

### 2.kapitola: Co všechno voda umí

- ☁ Skupenství vody
- \* Poznávání vody všemi smysly




### 3.kapitola: Koloběh vody

- 🌊 Koloběh vody



### 4.kapitola: Výlet do vodního světa

- 🐟 Život v řece
- 🐟 Život v rybníce
- 🐟 Potravní řetězec

## 5.kapitola: Když přijde déšť




-  Jak vzniká déšť
-  Výroba hudebních nástrojů z přírodnin
-  Dynamika v těle

## 6.kapitola: Tajuplná řeč vody

-  Voda v našem těle
-  Paměť vody

# JARNÍ KAMÍNEK



## 1.kapitola: Příroda se probouzí

-  Zima končí a přichází jaro
-  První známky jara v přírodě
-  Kam se poděl sníh

## 2.kapitola: Jaro už je tady

### 1. část






#### Barevné jaro

-  Jak vypadá jaro v přírodě
-  Jarní květiny

### 2. část

#### Jedlé divoké rostliny

## 3.kapitola: Život ze semínka

-  Co potřebuje semínko k životu
-  Setí a klíčení semínek
-  Od semínka po strom
-  Půdní živáčky a kompost
-  Vysazujeme semínka

## 4.kapitola: Na louce



### 1. část

#### Louka plná barev

-  Barvy v přírodě

### 2. část

#### Louka plná života



-  O motýlech
-  O včelkách

### 3. část

#### Co se děje na louce






## 5.kapitola: Nový život



-  Mláďata v lese
-  Ptačí hnízdění

## MOŘSKÝ KAMÍNEK

### 1.kapitola: Ze života delfínů




-  Schopnosti delfínů
-  Život delfínů
-  Delfíní poselství

### 2.kapitola: Podmořský svět a jeho obyvatelé



-  Život pod mořskou hladinou
-  Mořští živočichové

## KAMÍNEK MÉ PLANETY ZEMĚ

### Planeta Země náš domov

-  Planeta Země a sedm světadílů
-  Světadíly a jejich charakteristika
-  Planeta Země náš společný domov

### Jak můžeme chránit přírodu

-  Způsoby vědomého chování k přírodě
-  Přání pro maminku Zemi

# VZDĚLÁVACÍ CÍLE PROGRAMU

Vzdělávací záměry programu jsou zaměřeny na:

## Dítě a jeho tělo

- Uvědomění si vlastního těla
- Probouzení a upevnění lásky a úcty ke svému tělu
- Aktivní zapojení těla do procesu poznávání
- Podporu radosti z pohybových aktivit
- Rozvíjení smyslového vnímání
- Tvoření s přírodninami a zvyšování manuálních dovedností
- Zdokonalování jemné motoriky
- Vytváření zdravých životních návyků
- Zdravé stravování a pohyb jako základ zdravého životního stylu

## Dítě a jeho psychika

- Poznávání sebe sama a rozvoj pozitivních citů ve vztahu k sobě
- Rozvoj vnímání vlastních pocitů a emocí a upevnění schopnosti s nimi pracovat a měnit je
- Rozvoj citlivosti a vnímavosti
- Rozvoj tvůrčího způsobu vyjádření pocitů a emocí
- Rozvoj kreativity a tvořivosti
- Prožívání radosti z vlastní tvořivosti
- Rozvoj sebevyjádření skrze tvoření a výtvarné aktivity
- Rozvoj představivosti a fantazie
- Prožívání radosti z učení objevování a poznávání nových věcí
- Prožívání pocitu bezpečí a propojení s přírodou
- Rozvoj komunikativních dovedností verbálních i neverbálních
- Rozvíjení schopnosti plně vnímat čtený text a představovat si děj
- Probouzení citu pro krásu, soulad, harmonii a rovnováhu

## Dítě a ten druhý

- Podporování přátelské a vlídné atmosféry ve třídě
- Radostnou komunikaci a spolupráci ve skupině
- Podporu láskyplného chování ke svým kamarádům a s tím související vznik našich dobrých pocitů

## Dítě a společnost

- Probouzení zvědavosti a zájmu o svět kolem nás
- Rozvoj schopnosti žít ve společenství ostatních lidí
- Vytvoření základů aktivních postojů ke světu

## Dítě a svět

- Vytváření a prožívání láskyplného vztahu k přírodě
- Prohlubování vědomí sounáležitosti s přírodou, naším životním prostředím, lidmi, planetou Zemí
- Prožívání úžasu a vzrušení při objevování a zkoumání přírody a světa kolem nás
- Upevnění vědomého způsobu chování k přírodě
- Prohloubení vztahu k přírodě jako k mamince, která o nás pečuje
- Respekt k životnímu prostředí jiných tvorů

## CO SI MAJÍ DĚTI UVĚDOMIT

- Vše v přírodě je živé a podle toho bychom se měli ke všemu stvořenému chovat s láskou, úctou a respektem.
- Příroda je krásná a spojení s ní je podporující a radostné.
- Příroda je prostor pro hraní, objevování, vědomé pozorování a poznávání.
- Prožívat úžas nad krásou a dokonalostí přírody je přirozené.
- I já mohu pomáhat přírodě, chovat se zodpovědně a rozlišovat co je vhodné a nevhodné chování.
- Příroda se o nás stará, vyživuje nás a dává nám všechno, co potřebujeme k životu.
- Je přirozené, cítit se milovaný, protože maminka Země je tady pro nás a jsme s ní propojení.
- Cítím se v bezpečí, protože maminka Země je všude kolem mě a stále se mnou.
- Jsem šťastný, protože můžu žít a poznávat sám sebe i přírodu.
- Lásky a radost jsou přirozená součást života.
- Můžeme se radovat z přátelství a společného sdílení a tvoření.
- Planeta Země je naším domovem.
- Můžeme využívat sílu léčivých bylin k léčení nemocí nebo jejich předcházení.
- Příroda je ucelený a propojený celek a člověk by do ní měl zasahovat šetrně a s pokorou.
- Přírodní zdroje nám umožňují uspokojovat všechny naše potřeby.
- Příroda nám dává vše pro uspokojení našich potřeb. Stará se o nás stejně jako o Človíčka.
- Příroda je prostor pro hraní, objevování, vědomé pozorování a poznávání.
- Planeta Země je místo, kde je všeho dostatek, pokud s přírodními zdroji zacházíme šetrně a vědomi si své sounáležitosti s přírodou a přírodními zákony.
- Můžeme cítit úžas ke světu kolem nás a vyjadřovat to svými pocity.
- Příroda nás podněcuje ke zvědavosti a umožňuje nám zažít klid, radost, pocit naplnění i souznění.

ČLOVÍČKŮV  
KAMÍNEK





# ČLOVÍČEK PŘICHÁZÍ A PŘEDSTAVUJE SVOJI MAMINKU



V této části se děti seznámí s Človíčkem, zjistí, že se narodil v lese a jeho maminka je planeta Země a tatínek Slunce, a také že s nimi bude celý rok ve školce a společně si budou hrát, poznávat přírodu a učit se.

## VZDĚLÁVACÍ CÍLE

- Dítě se seznámí s Človíčkem a přijme jej jako svého kamaráda.
- Ví, že Človíčková maminka je planeta Země a tatínek Slunce.
- Ví, jak Človíčková maminka Země vypadá a co všechno ji tvoří.
- Uvědomí si, že naše planeta je plná života a je domovem velkého množství živočišných i rostlinných druhů.
- Umí poznávat barvy a raduje se z barevnosti a pestrosti přírody.

## SETKÁNÍ S ČLOVÍČKEM V LESE

***Nejlepší způsob, jak dětem Človíčka představit je, když jej samy objeví v lese.***



***Nebo můžeme použít následující postup, kdy za dětmi přijde Človíček do třídy.***

**Pomůcky:** Človíček, domeček z kartonové krabice /bude sloužit Človíčkovi jen do doby, než mu ho vyrobí děti/, lihová fixa černá a červená nebo kvalitní textilní fixy, nahrávka zvuků lesa **Příloha 1**

**Úvod:** "Já jsem děti byla včera v lese a stalo se mi tam něco velmi zajímavého. Chci vám o tom dnes povědět. Proto se teď spolu vydáme do lesa a já vám prozradím, že nás tam čeká velké překvapení.

- 🌳 Co je, děti, vlastně les? Co všechno můžeme v lese vidět?
- 🌳 Kdo už byl v lese? Komu se tam líbilo? A co jste tam dělaly?
- 🌳 A my si tady teď les společně vykouzlíme.

Hlavičkou teď zakroučíme, zvedneme se, postavíme,  
poskočíme, otočíme, dřepneme si, vyskočíme,  
na sluníčko zamáváme a do lesa se podíváme.

*Pustíme nahrávku zvuků lesa a provedeme děti vizualizací.*

- ☀️ Představte si, že svítí sluníčko, je příjemně teplo a kolem nás jsou vysoké stromy. Lehneme si na záda na měkkou lesní půdu, pod námi je mech i travička, zavřeme oči a zaposloucháme se do zvuků lesa.
- 🐦 Slyšíte zpívat ptáky? Copak si asi mezi sebou povídají?
- 💧 Můžeme se zaposlouchat i do zvuku bublajícího potůčku. Copak nám asi voda v potůčku vypráví? Kde všude byla a co tam viděla?
- 🌲 Přivoňte si, jak to v lese voní! Cítíte vůni mechu, hlíny a jehličí? V lese je čistý vzduch, a proto zhluboka dýcháme.

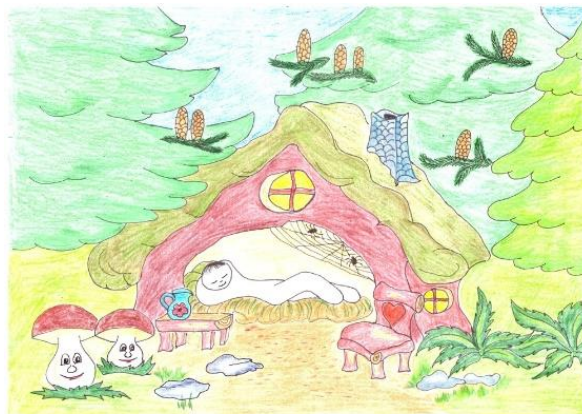
Lodička /břišní jógové dýchání/

- 💨 Děti leží na zádech, položí si ruce na břicho a nadechnou se do něj, až se jim zvedne. Při výdechu zase klesne. Jejich ruce se budou pohupovat jako lodička na moři.
- 👥 Společně s básničkou se děti nadechují a vydechují.  
Na zádech teď ležíme, vlnky spolu cvičíme.  
Ruce na břicho si dáme a chvíli je pohoupáme.  
Nádech vzhůru, výdech dolů, houpají se vlnky spolu.  
Vlnky dechu jdou, jedna za druhou.

*Nachystáme si domeček s Človíčkem nebo ho odkryjeme, pokud jsme ho měli doposud schovaný. Básničku můžeme dětem pustit jako nahrávku v Příloze 1 a předvádět její děj.*

- 🌳 Když jsme v lese, můžeme si tam odpočinout a nabrat síly na všechna dobrodružství, která nás čekají, protože...

V malém lese nad strání, vítr se ve větvích prohání,  
ale v křoví pod jedličkou, zakrytý listím a větvičkou,  
krčí se domeček maličký, mechem je pokrytý celičký.  
V tom domečku, v tom pelišku,  
spinká na zádech i na břichu malý, milý Človíček.  
Je stejný jako vy, děti.  
Má dvě ruce, nohy, hlavičku, taky vlásků trošičku.  
Spinká tiše, odpočívá, za víčky své sny ukrývá.



Najednou se ale Človíček probudí, očičkama zakrouží,  
zvedne se a posadí, písničkou tě pozdraví:  
Hopla, hej, se mnou se směj, tancuj, zpívej, dováděj!  
V srdci svém radost měj, starosti si nedělej.  
Přišel jsem si s tebou hrát, náš krásný svět poznávat.  
Budu teď tvůj kamarád, ze srdce lásku chci Ti dát.



## PŘIVÍTÁNÍ ČLOVÍČKA VE ŠKOLCE

Děti se přivítají s Človíčkem a vytvoří si k němu pozitivní vztah.

- ♥ Sedneme si do kroužku a necháme děti, aby se každý s Človíčkem přivítal a pozdravil ho.
- ♥ Co Človíčkovi chybí? - oči, uši, pusa, vlásky /On je má, ale my je zatím nevidíme/
- ♥ Na co bude mít oči? A k čemu potřebuje pusu? A musí mít i uši?  
Oči máme na koukání, uši máme k naslouchání.  
Ústa máme k usmívání, ruce máme k objímání.  
Dlaně máme pro hlazení, srdce máme ke vnímání.  
A proto:  
Dívám se očima a chci vidět svět, naslouchám ušima, ať slyším ptačí zpěv.  
Úsměv daruji všem, koho potkávám, objímám každého, kdo se cítí sám.  
Hladím dlaní každou tvář a srdcem vnímám lásky zář.
- ♥ Namalujeme Človíčkovi oči, pusu, uši, vlásky /ty můžeme i našít/, popřípadě jej oblečeme.



## JÁ JSEM MALÝ ČLOVÍČEK /nahrávka, notový zápis/

Děti se naučí Človíčkovu písničku a zatančí si.

- ✿ Písničku doprovázíme pohyby, které po nás děti opakují.
- ✿ Následně necháme děti tančit ve dvojicích. My chodíme mezi nimi s Človíčkem, panenkou je hladíme a zdravíme se s nimi.



## OMALOVÁNKA

Děti si prohloubí vztah s novým kamarádem Človíčkem.

**Pomůcky:** omalovánka Příloha 1

- ☀ Děti si vymalují omalovánku Človíčka v jeho domečku.
- ☀ Můžeme jim dát i verzi s úvodní básničkou a vezmou si ji domů.

**TIP:** Plakátek s obrázkem a básničkou je vhodné dát i na nástěнку.

V malém lese rad strán', víc se ve větvích prohádá,  
ale v křoví pos jed líkou, za nový špín a větvíčkou,  
hříst v závěsech malých, modrém j. jakýs česlík.  
V tom domečku, v tom pelli-ou,  
spí-ka na zádech i na břáku malý, milý Človíček.  
In-nejší jako vy, děť.  
Má dvě nosy, malý, hladí, taký-kláská tróblou.  
Spíná kříd, odhodá, za vláky své stry - křov.  
Najednou se ale Človíček probudí, očičkama zakrouží,  
zvedne se a posadí, písničkou tě pozdraví:  
Hopla, hej, se mnou se směj, tancuj, zpívej, dováděj!  
V srdci svém radost měj, starosti si nedělej.  
Přišel jsem si s tebou hrát, náš krásný svět poznávat.  
Budu teď tvůj kamarád, ze srdce lásku chci Ti dát.





# JAK SE ČLOVÍČEK NARODIL

Děti se naladí na prostředí lesa a prožijí narození Človíčka, kterého s láskou přivítá jeho maminka Země a tatínek Slunce.

**Pomůcky:** prezentace k příběhu Příloha 1

Pojďte, děti, vydáme se společně do jednoho hlubokého lesa. Jako v každém lese v něm roste spousta stromů. Některé jsou velké a mohutné, jiné naopak malé a tenké. Některé mají lístečky a jiné zas jehličky. /obr.1/ Všechny ale rostou přímo do nebe, aby byly co nejbliž sluníčku. Žije tady také mnoho zvířátek – velkých, malých i těch nejmenších /obr.2/ a všude se to hemží životem. Někdo běhá, jiný skáče a další se plazí. Někdo je pomalý a někdo naopak rychlý. Jeden žije nad zemí, druhý zas pod zemí a další v korunách stromů. Některý je aktivní přes den a v noci spí, a jiný v noci nezamhouří oka a přes den odpočívá. Lesem protéká i malý potůček, kam chodí zvířátka pít, /obr.3/ a v hustém kapradí je ukrytá studánka s čistou průzračnou vodou. /obr.4/ Zem je pokrytá měkkým mechem a zelenou trávou, /obr.5/ kterou tu a tam rozveselují barevné kytičky. /obr.6/ Ve dne tady ptáček zpívá své veselé písničky /obr.7/ a v noci se ozývá soví houkání. /obr.8/

Je to les jako každý jiný, a přece něčím zvláštní. Narodil se v něm totiž náš malý milý Človíček. /obr.9/ Stalo se to jednoho krásného letního dne za svítání. Sluníčko zrovna vycházelo nad lesem a svými teplými paprsky ho probouzelo k životu. /obr.10/ Na listech trávy se třpytily kapky ranní rosy, které vypadaly jako zářivé hvězdičky. /obr.11/ Ptáček vylétl ze svých hnízd a veselým švitořením vítali nový den. /obr.12/ Srnka vyšla na paseku, aby se napásla čerstvé trávy, /obr.13/ a myška vyběhla ze své podzemní nory, aby našla několik lahodných semen do zásoby. /obr.14/ Šikovný pavouk se pustil do výroby své nové sítě /obr.15/ a datel si sedl na kmen stromu, kde s hlasitým klováním hledal larvy hmyzu pod kůrou. /obr.16/ Mravenci vylezli z velkého mraveniště a vydali se po svých cestičkách hledat něco dobrého k snědku. /obr.17/ Barevný motýlek, který spal celou noc schovaný na listu břízy, se probudil a vylétl si pochutnat na nektaru malých žlutých kvítků. /obr.18/

Najednou se ale všechno v lese zastavilo. I větřík přestal foukat a na stromech se nepohnul ani lísteček. Všude bylo ticho a klid. Jen z malého mráčku na obloze spadlo na zem několik dešťových kapek. Sluníčko se na ně usmálo a na nebi se během chvíle objevila nádherná barevná duha. Svým duhovým prstem se dotkla fialového zvonku v trávě pod vysokým dubem. Zvoneček radostně zacinkal svým něžným kvítkem a na kapce deště z něj vyskočil malý bílý panáček. /obr.19/ Zhluboka se nadechl, promnul si očka, zvědavě se rozhlédl kolem dokola, a než se nadál, už ho na nose šimralo sluníčko svým teplým paprskem. „Človíčku, vítám tě, já jsem tvůj tatínek. Mám tě moc rád a vždycky tě budu chránit a svými paprsky hřát.“ /obr.20/

Človíček se schouil do tatínkovy laskavé náruče a vnímal jeho láskyplnou přítomnost. Cítil se příjemně a jeho tělo bylo najednou svěží a plné energie. Chtělo se mu hýbat a skotačit. Pozorně si své tělo prohlédl. Dvě ruce, dvě nohy, trup, hlava a na ní uši, ústa, nos. Copak asi všechno umí? napadlo ho a nadšeně to hned vyzkoušel.

*„Můžu chodit, běhat, tleskat rukama, můžu se otočit a taky si poskočit.*

*Můžu se pohládit i obejmout a můžu si všechno kolem prohlédnout. /předvádíme s dětmi/*

*Jaké barvy, jaké tvary, co to všechno vidím tady?*



*Stromy, ptáci, broučci, les... kde jsem se to vzbudil dnes?*

*A co to slyším? Co to je? To se mé srdce raduje. /předvádíme s dětmi/*

*To je ale krásný svět. Chci ho poznávat a objevovat. A víte co? Vyrázím hned teď!“*

Už už se chtěl rozběhnout do lesního světa, když najednou uslyšel ten nejkrásnější a nejmilejší hlas: „Človíčku, vítám tě, já jsem tvoje maminka.“ Človíček se rozhlédl kolem sebe, ale nikoho neviděl. „Kdo to tady mluví?“ zeptal se zvědavě. „Kdo to tady je?“

*„No přece já, tvoje maminka. Jsem tráva, mech i barevná květinka. /obr.21-23/*

*Dám ti všechno, co máš rád, a ty se na svět můžeš smát. /obr.24/*

*Jsem pořád s tebou. Jsem všude, kam se podíváš.*

*Jsem příroda, jsem všechno, co na tomto světě máš. /obr.25/*

*Jsem každé zvířátko v lese, pták i strom, /obr.26-28/*

*jsem bouřka, déšť i hlučný hrom. /obr.29,30/*

*Jsem potok, skála i brouček v trávě, /obr.31-33/*

*sladká malina, která na slunci dozrála právě. /obr.34/*


*Jsem tady, můj chlapče, pro tebe,  
se mnou můžeš jako strom růst až do nebe.“*


Človíček byl šťastný. Cítil, jak ho maminka Země hladí a objímá. Vnímá, že je všude kolem něj a naplňuje svět svojí nekonečnou láskou. Věděl, že je v bezpečí a milovaný a že jeho maminka bude pořád s ním. Tady na Zemi je teď jeho domov a čeká na něho spousta nových dobrodružství.



## OMALOVÁNKA

**Pomůcky:** omalovánka Příloha 1

 Děti si vymalují obrázek lesa, ve kterém se Človíček narodil.

 Sedneme si s dětmi do kroužku a povídáme si o tom, co vidíme na obrázku.

Jak vypadá les na obrázku? Co všechno tam je?

Kdo v lese žije? Co zvířátka dělají?

Je tam Človíček? A co dělá? Jak se asi cítí?



## ČLOVÍČEK PŘEDSTAVUJE MAMINKU A TATÍNEK

Děti si uvědomí, že příroda může být něčí maminka a slunce tatínek.

**Pomůcky:** prezentace Příloha 1

Človíček má krásnou milou maminku, nádhernou velkou modrou planetu. /obr.1/

Dává mu vše, co potřebuje, co má rád a každé zvířátko, květinka i strom je jeho kamarád. /2/  
A kdo je Človíčkův tatínek? Svítí na nebi jako zlaté Slunce, které dává na všechno své  
teplé životadárné ruce. /3/

- ♥ Maminka i tatínek mají Človíčka rádi a starají se o něj. Jakým způsobem?  
Maminka mu dává vzduch k dýchání, jídlo, aby se najedl a vodu, aby se napil.  
Tatínek ho hřeje svými paprsky, dává mu sílu a svítí na nebi při jeho dobrodružstvích.

*My se nyní společně podíváme, jak Človíčková maminka vypadá a jaká je.*



## JAK VYPADÁ ČLOVÍČKOVA MAMINKA PLANETA ZEMĚ

Děti se naladí na přírodu a uvědomí si, že k ní přirozeně cítí lásku a ve spojení s ní zažívají radost.

Pomůcky: video Příloha 3

- 🌍 Nejprve se děti zeptáme, jak vypadá jejich maminka. Jakou má postavu, vlasy a oči?  
Usmívá se nebo mračí?
- 🌍 A jak asi vypadá Človíčková maminka? Víme, jaká je? – děti říkají své návrhy.
- 🌍 Teď se na Človíčkovu maminku podíváme a zjistíme, jak tedy vypadá.  
Upozorníme děti, aby si všimaly, jak se cítí, když se na Človíčkovu maminku přírodu dívají.  
Úvod k videu: Jsme ve vesmíru a pomaličku se přibližujeme k naší milované planetě Zemi.  
Sneseme se přes mráčky dolů a všechno, co teď uvidíme, je Človíčková maminka.
- 🌍 Následně děti říkají, co ve videu viděly.
- 🌍 Znovu dětem připomeneme, že všechno, co viděly a vyjmenovaly (tráva, hory, stromy, kopce, květiny, zvířata, voda, led, sníh, písek), je Človíčková maminka.

*Uděláme si společně obraz maminky Země u nás ve třídě.*



## SPOLEČNÁ PLANETA ZEMĚ

Děti si uvědomí, že planetu Zemi tvoří nespočet živočišných i rostlinných druhů a společně vytváří životní prostředí, které nás obklopuje a jehož jsme součástí.

Pomůcky: planeta Země /dopředu si na velkou roli papíru nakreslíme jednoduchým způsobem planetu Zemi/, 4 obrázky na stanoviště a omalovánky Příloha 4, pastelky, fixy, voskovky, lepidlo

- 🌍 Vytvoříme čtyři stanoviště pomocí velkých obrázků. /květiny, stromy, zvířata v moři a zvířata v lese/
- 🌍 Děti si jedno stanoviště vyberou podle toho, jaký by chtěly obrázek a stoupnou si k němu.
- 🌍 Rozdáme na jednotlivá stanoviště příslušné omalovánky.
- 🌍 Děti si vyberou omalovánku a vymalují si ji.
- 🌍 Hotové omalovánky lepíme na planetu Zemi.

- 🌈 Zopakujeme si, že všechno, co máme na našich obrázcích, tvoří planetu Zemi. Je plná květin, stromů a zvířátek, která žijí v lese, na louce, v rybníce, ale také třeba v mořích a oceánech.
- 🌈 Obraz planety si někde vystavíme, bude nás provázet celým tímto kamínkem.



## PŘÍRODA JE BAREVNÁ

Děti si opakují barvy a současně prožívají radost z krásy kolem nás.

**Pomůcky:** obraz planety Země, který jsme právě vytvořili, hudební nástroj

Všechno svoje barvy má a na svět se usmívá,  
Ať brouček, ptáček, kytička, hladí svojí krásou naše srdíčka.

- 🌸 Buď jen zpíváme nebo hrajeme na hudební nástroj jednoduchou melodii, ukazujeme na omalovánky umístěné na obrazu planety Země a ptáme se dětí na barvy. Jaké jsi sluníčko? Jaká jsi travičko? Jaké jsi kuřátko? Jaká jsi myšičko? Jaká jsi květinko? atd.

## BAREVNÁ PÍSNÍČKA /nahrávka, text/

Děti si opakují barvy a současně prožívají radost z krásy kolem nás.

- 🟡 Tančíme s zpíváme společně písničku.
- 🟢 Barvy si ukazujeme na svém oblečení nebo v prostoru třídy.
- 🟠 Následně si všímáme a pojmenováváme barvy maminky Přírody na společné procházce.



## BARVY KOLEM NÁS

Děti poznají základní barvy.

**Pomůcky:** barevné papíry

- 🟡 Položíme na zem vedle sebe barevné papíry.
- 🟢 Zadáme dětem jednu barvu a ony přinesou k papíru jednu věc v dané barvě.
- 🟠 Děti můžeme rozdělit i do skupinek.
- 🌸 Pokud jsme venku v přírodě, ukážeme jen barevný papír a pak děti kolem sebe hledají přírodniny v dané barvě.



## POZNÁVÁME BARVY

Děti poznají základní barvy.

**Pomůcky:** krepový papír různých barev

- Každé dítě dostane pruh krepového papíru. Počet barev si zvolíme podle toho, kolik budeme chtít vytvářet skupin.
- Pustíme dětem Barevnou písničku a ony tančí s krepovým papírem v ruce.
- Jakmile hudbu zastavíme, děti utvoří skupiny stejné barvy.
- Obměna: Zavoláme jednu barvu a děti, které ji mají, přiběhnou k nám. Ostatní si sednou na koberec.

*Tip ze školky:*



## ČLOVÍČEK V BAREVNÉM SVĚTĚ

**Pomůcky:** temperové nebo prstové barvy, tvrdý papír, šablona Človíčka

- Děti nanesou na tvrdý papír temperové nebo prstové barvy v libovolné kombinaci a rozetrou je. Vytvoří tak barevné pozadí, které nám připomíná, jak je náš svět pestrý a barevný.
- Až pozadí zaschne, vezmou si děti šablonu Človíčka a natrou si ji v silnější vrstvě bílou temperovou barvou.
- Následně si Človíčka obtisknou na svůj papír s barevným pozadím.



**Poznámka:** Šablonu dostanou děti již připravenou nebo si Človíčka namalují samy a vystříhnou. Bude to jejich originální Človíček tak, jak jej vidí a jak jej dokáží vytvořit.



V tomto případě si děti Človíčka neobtiskly, ale vymalovaly jej jako svého kamaráda ze školky a nalepily na barevné pozadí.

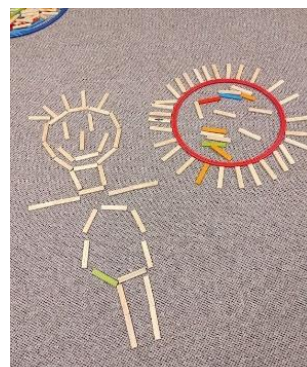


## SKLÁDÁNÍ OBRÁZKŮ

Děti trénují představivost a hrou se seznamují s konceptem Človíčka a jeho rodičů.

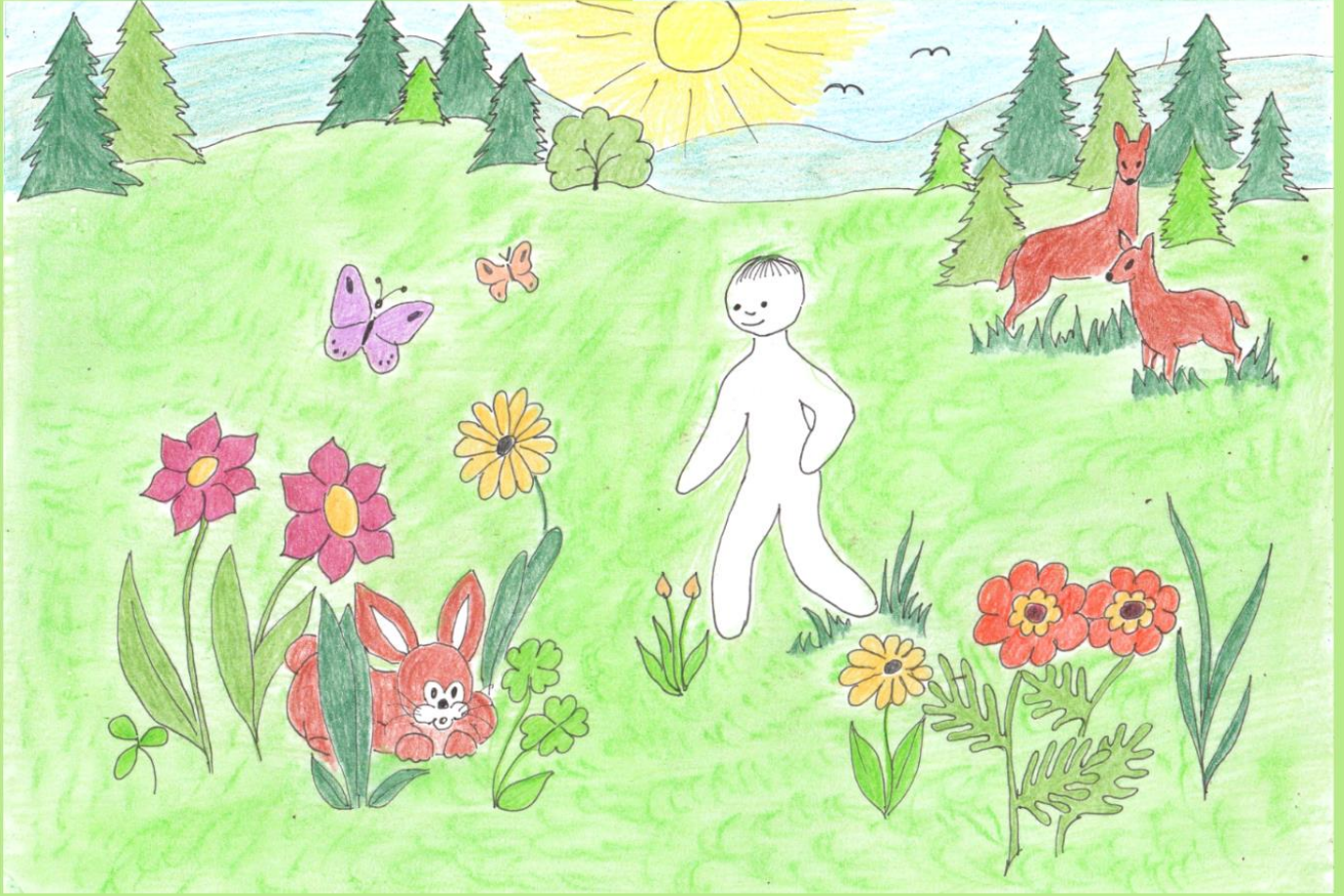
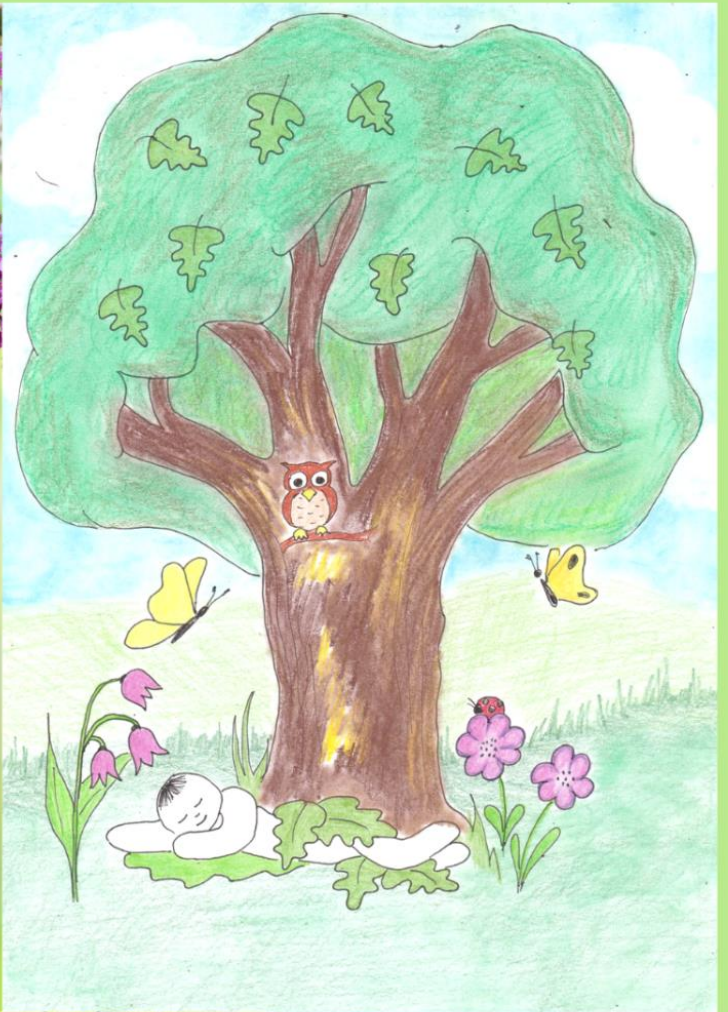
**Pomůcky:** stavebnice, kamínky nebo lego

- 🌍 Děti si vezmou stavebnici nebo kamínky, popřípadě kousky lega a skládají si obrázky Človíčka, maminky Země, tatínka Slunce.



- 🌲 Využijeme i prostředí lesa, parku nebo zahrady a skládáme obrázky z přírodnin.







Spolu s Človíčkem, Vítkem a Aničkou se vydáme na louku a budeme obdivovat pestré barvy květů rostlin, které zde rostou. Proměníme se na motýlky a včelky a poznáme, jak žijí. Děti si uvědomí význam a důležitost motýlů a včel pro opylování rostlin, a také poznají, kolik práce malých včelek se skrývá za jednou lžící sladkého medu.

## I. ČÁST

# LOUKA PLNÁ BAREV

### VZDĚLÁVACÍ CÍLE

- Dítě prožívá radost z pestrobarevné a svěží přírody.
- Poznává barvy typické pro jarní přírodu.
- Hraje si s barvami a tvoří s nimi.
- Ví, jaké jsou základní barvy a že ostatní vznikají mícháním mezi sebou.
- Rozvíjí cit pro estetické vnímání v souvislosti s barvami.
- Zjišťuje, jak barvy působí na jeho náladu a ovlivňují jeho emoce.
- Umí připravit chutnou barevnou svačinku.
- Ví, že některá zelenina, ovoce nebo pochutiny obsahují barevné pigmenty, které můžeme použít například k obarvení pokrmů.

### MOTIVAČNÍ PŘÍBĚHY

- ☀ JAK ČLOVÍČEK A DĚTI OBDIVOVALI BARVY JARA
  - radost z jarní barevné přírody
  - obdivování barevných jarních květů na louce
  - míchání barev
  - poznávání barev



## JAK ČLOVÍČEK A DĚTI OBDIVOVALI BARVY JARA

Pomůcky: Prezentace Příloha 5

Bylo po dešti a Človíček seděl před svým domečkem. Zhluboka nadechoval ještě chladný vzduch, který voněl mokrou hlínou, mechem a jarními květinami. Vůni lesa měl moc rád. Už dávno zjistil, že les voní každý den jinak. Záleží na tom, jestli svítí slunce nebo prší, a také na tom, které rostlinky zrovna kvetou. Kapky deště se ještě třpytily na listech jako malé krystalky, sluníčko je ale svými teplými paprsky pomalu měnilo v páru, která stoupala nad vrcholky stromů. Všude kolem zpívali ptáci, v dálce bublal potůček a Človíček se těšil na nový den v náruči jeho milované maminky.

Domluvil se s Aničkou a Vítkem, že se dnes odpoledne potkají na louce za lesem. Chtěli se podívat, jak je teď na jaře louka krásně barevná, a zjistit, co všechno už na ní kvete. Človíček se nemohl dočkat, a tak si řekl, že vyrazí hned a po cestě se ještě podívá po lese a pozdraví zvířátka. Procházel se mezi stromy a hledal v jejich větvích ptačí hnízda, se srnkami ochutnal několik šťavnatých lístků jitrocele, popovídal si s myškami a potkal veverku, která mu ukázala svá čerstvě narozená mláďata. Uteklo mu to tak rychle, že najednou bylo odpoledne a slunce stálo vysoko na obloze. Když dorazil na louku, Anička s Vítkem už na něj čekali.

„Človíčku!“ volali na něj už z dálky a běželi jej přivítat. Skočili mu kolem krku a měli radost, že jsou zase spolu.

„Podívejte, co mám,“ řekla trochu tajemně Anička a už vytahovala něco z batůžku. „Přinesla jsem z domova bábovku. Pekly jsme ji včera s maminkou.“ /obr.1/

„Teda, Aničko, to je skvělé! Ani nevíš, jaký mám hlad,“ smál se Človíček a hladil si své břicho, ve kterém zrovna hlasitě zakručelo.

„Taky rád ochutnám,“ přidal se Vítek a těšil se na sladkou svačinku. Všichni tři se pak posadili na kmen stromu ležící na zemi a Anička dala každému kousek bábovky. /obr.2/ Byla to taková dobrota, že ji měli za chvíli sněženou a spokojeně se dívali na barevnou louku před sebou.

„Podívejte, kolik tady kvete kytiček,“ zajásala Anička. „Maminka Příroda umí být tak nádherná...“ povzdechla si. To už se ale její tělo netrpělivě postavilo a Anička se se smíchem rozběhla na louku. /obr.3/ Človíček s Vítkem se k ní hned přidali a za chvíli už všichni stáli uprostřed té voňavé louky.

Anička se točila radostí a nadšeně volala: „Koukněte na všechny ty barvy! Tady kvete červený vlčí mák a žluté pampelišky, mezi nimi bílé kopretiny a růžový jetel. /obr.4-7/ Tam je fialový zvonek /obr.8/ a modře kvete zase čekanka nebo chrpa.“ /obr.9-10/

„Louka je jak barevný koberec,“ smál se Človíček a lehl si doprostřed té zářivé krásy. /obr.11/ Cítil, jak ho maminka Země objala a jemným vánkem ho pohladila po tváři.

„Příroda je prostě barevný kouzelník!“ zavolal Vítek. Vzpomněl si, jak jim paní učitelka říkala, že existují tři základní barvy – žlutá, červená a modrá. Všechny ostatní barvy vznikají jejich vzájemným mícháním. Vítek si představil maminku Zemi, jak drží velký štětec a paletu s těmito barvami. /obr.12/ Míchá je mezi sebou, až vzniknou další barvy jako zelená, fialová, oranžová nebo růžová. Maluje jaro, aby bylo tak krásně barevné a veselé, jak ho máme rádi.



*Na jaře je všechno v přírodě pestré a barevné. Jaro je jako malíř, který rozprostře svoji paletu a maluje svět všemi barvami.*

*My si takovou paletu také vyrobíme a půjdeme hledat barvy do přírody, abychom zjistili, které barvy jaro použilo.*



## MÍCHÁME BARVY

Děti zjistí, jak se míchají barvy a jak vznikají základní odstíny.

**Pomůcky:** návod na míchání barev **Příloha 5**, temperové barvy, nádoby na míchání barev 10 kusů

- Vezmeme si temperové barvy a ukážeme dětem, že máme tři základní barvy – **červenou**, **žlutou** a **modrou**. Z nich si můžeme namíchat další barvy.
- Podle návodu na míchání barev smícháme mezi sebou tyto tři základní barvy a vytvoříme **fialovou**, **zelenou** a **oranžovou**.
- Pokračujeme mícháním modré a oranžové a vytvoříme si **hnědou**.
- Pak ještě kombinací s bílou vytvoříme **růžovou**, **světle modrou** a **světle zelenou**.



## BAREVNÁ PALETA

Děti si hrají s barvami a vytvoří si svoji barevnou paletu.

**Pomůcky:** kulaté papírové tácky, namíchané barvy z předchozí aktivity

- Každé dítě dostane papírový tácek, který si tužkou rozdělí na několik částí.
- Dle vlastního výběru si každou část vymaluje konkrétní barvou.
- Vznikne nám barevná paleta.



## HLEDÁNÍ BAREV V PŘÍRODĚ

Děti si všímají barev v přírodě a radují se z její barevné krásy.

**Pomůcky:** vyrobené barevné palety

- Děti si vezmou svoje barevné palety a vyrazíme ven do přírody.
- Vyhradíme dětem konkrétní prostor a necháme jim určený čas, během kterého každý hledá venku kolem sebe barvy, které má na paletě namalované.
- Po ukončení aktivity uděláme s dětmi kruh a společně si sdělíme, zda děti našly všechny barvy na paletě nebo každé dítě ukáže jednu barvu a to, co objevilo.
- Následně můžeme udělat společnou procházku a ukazovat si, jaké barvy kolem sebe nacházíme a hledat je naopak na naší barevné paletě. Děti si tak uvědomí, jestli mají na paletě všechny barvy, které můžeme vidět v přírodě a nebo objeví nějakou další, kterou na paletě nemají.

Nejvíc barev mají v přírodě květy. Můžeme najít bílé, žluté, růžové, fialové, modré i červené.



Děti procvičují jemnou motoriku a fantazii pomocí barev.

**Pomůcky:** barevné papíry, nůžky, lepidlo, šablona kruhu nebo sklenička

- Děti si vyberou jeden barevný papír a nastříhají si 8 stejně dlouhých proužků.
- Z jiné barvy si vystříhnou 2 stejně velké kolečka, které budou tvořit střed květiny.
- Jedno kolečko natřeme lepidlem a do kruhu přilepíme 8 proužků.
- Pak natřeme lepidlem konce proužků a spojíme je s jejich středem.
- Přilepíme druhé kolečko.
- Hotové květiny spojíme k sobě zelenými proužky a vytvoříme závěs, kterým si můžeme ozdobit třídu.



Poznámka: Osvědčila se délka proužků 14 cm (což je půlkastránky A4) a šířka 1,5 cm, kruh s průměrem 6 cm.

*Podíváme se nyní na louku, jaké květy tady Človíček s dětmi objevili.*



## CO VYKVELLO NA LOUCE

Děti poznávají barvy, které mají květy na louce.

**Pomůcky:** kola z barevného papíru – jedno pro každé dítě /bílé, žluté, červené, růžové, fialové, modré, oranžové/, panenka Človíčka

- ☀ Všechny děti jsou květiny na louce. My představujeme Človíčka, který přijde na louku a obdivuje krásné barevné květy.
- Každé dítě dostane kolo z barevného papíru. Řekneme si, kdo má jakou barvu a děti si dřepnou na louku. Barevné kolo si drží nad hlavou jako květ.
- ☀ My jako Človíček přijdeme k louce a říkáme, co vidíme. Vyjmenováváme jednotlivé květiny, které tam rostou. /Na louce vykvetly bílé kopretiny, červené vlčí máky, fialové zvonky, žluté pampelišky, modré pomněnky, růžové chrpy, oranžový hlaváček/
- Dítě, které má kolo /květ/ v barvě květiny, kterou zrovna jmenujeme, se zvedne, zatočí se dokola a zůstane stát.
- ☀ Až Človíček vyjmenuje květiny všech barev a všechny děti budou stát, tak jim zamává a ony jemu. Človíček má radost z krásné barevné louky a květiny jsou zase rády, že ho potěšily.
- ☀ Pak přijde večer a všechny květy se schovají. Děti si opět dřepnou a „kola květy“ si schovají pod nohy.
- ☀ Ráno zase vyjde sluníčko, květiny mu nastaví své květy. Děti si vymění barevná kola, rozestaví se na louce a hra může znovu začít.



## MALUJEME SPOLEČNĚ LOUKU

Děti tvoří s barvami a spolupracují.

**Pomůcky:** temperové barvy, tiskátka z houbičky na nádobí, role papíru

- Přichystáme si velký kus papíru z role.
- Děti dostanou tiskátka z hubky a budeme pomocí temperových barev tvořit louku.
- Děti se mohou střídat po skupinkách.
- Nejdříve začneme zelenou barvou, protože to je základní barva v přírodě. Zelené jsou listy stromů, tráva, stonky rostlin, mech.
- Pak pokračujeme dalšími barvami a tvoříme barevné květy na louce.
- Výsledkem bude pestrobarevná louka stejně jako v našem příběhu.



## BAREVNÁ LOUKA

Děti tvoří s barvami a radují se z pestrosti přírody.

### Varianta 1

**Pomůcky:** tvrdý papír, bublifuk, potravinářské barvy, pracovní zástěry, fixy nebo voskovky

- Náplň bublifuku rozlijeme do více mističek a obarvíme ji různými barvami.
- Následně foukáme bubliny na papír.
- Jak bubliny na papíře praskají, vytváří dojem barevných květů na louce.
- Pomocí fixů nebo voskovek mohou děti domalovat lístky, květy, včelky, motýlka.

Poznámka: Můžeme si vyrobit i vlastní domácí bublifuk.

Suroviny: 10 dílů destilované vody, 3 díly přípravku na nádobí, 1 díl glycerinu /k dostání v lékárně/

- Vše smícháme ve šroubovací sklenici.
- Očko na vytvoření bublin je ale ideální mít schované z kupovaného bublifuku.

### Varianta 2

**Pomůcky:** tvrdý papír, potravinářské barvy, rozprašovač s vodou, popřípadě přírodniny, květiny

- Na tvrdý papír si děti nasypou barvy dle svého výběru.
- Papír následně postříkají vodou z rozprašovače.
- Překvapením bude, jaké vzory barvy na papíře vytvoří.
- Následně můžeme obrázek ještě domalovat nebo dozdobit květy a přírodninami.



*Barevnou louku si můžeme i upéct a společně si na ní smlsnout.*



## JARNÍ BAREVNÁ BÁBOVKA

**Suroviny:** 1 a ½ hrnku polohrubé špaldové mouky, 1 hrnek mléka, 1 hrnek mletých mandlí, 1 kypřicí prášek, 1 hrnek třtinového moučkového cukru, 1 vanilkový cukr, ½ hrnku řepkového oleje, 3 vejce, olej a strouhaný kokos na vymazání formy

**Na obarvení:**

**Zelená:** hrst rozmixovaného špenátu s troškou vody (chuť špenátu nejde v bábovce vůbec cítit)

**Růžová:** hrst rozmixovaných lyofilizovaných jahod nebo malin

**Hnědá:** 1 lžice nepraženého kakaa

- \* Formu na bábovku vymažeme olejem a vysypeme kokosem.
- \* Všechny ingredience dáme do mísy a vyšleháme hladké těsto.
- \* Část těsta nalijeme do formy a zbytek obarvíme dle chuti. Odebereme vždy část těsta do jiné mísy a přidáme barvičku (špenát, jahody, kakao)
- \* Jednotlivá barevná těsta postupně nalijeme do formy a bábovku pečeme při 175 stupních cca 50 minut.
- \* Můžeme podávat se zakysanou smetanou a čerstvým ovocem.



**Tip:**

- \* Na obarvení těst můžeme použít i potravinářské barvivo.
- \* Děti si samy namíchají odstíny, jaké chtějí.
- \* Těsto můžeme využít i na litou buchtu na plech.
- \* Místo bábovky si může každé dítě připravit z barevného těsta svůj **muffinek**. Postup je stejný, jen si každé dítě může vytvořit svoji barevnou kombinaci.



## 2. ČÁST

# LOUKA PLNÁ ŽIVOTA

Každá louka je ekosystém plný života a jeho nedílnou součástí jsou i včelky a motýli. V této části se Človíček a děti promění nejdříve v motýli, jejichž barevná křídélka plní naše srdce láskou a údivem a jejichž ladný let z kvítku na květ nám připomíná, jakým zázrakem náš život je. Vyzkouší si motýlí život a my se o nich díky tomu dozvíme spoustu zajímavých informací. Jako včelky se zas Človíček s dětmi podívají do úlu a prožijí jeden včelí den. Naučí se sát sosákem sladký nektar a zjistí, že jsou jako včely důležité pro opylování rostlin.

### VZDĚLÁVACÍ CÍLE

- Dítě ví, jak probíhá vývojový cyklus motýla.
- Zná základní informace ze života motýla.
- Raduje se z krásy barevných květin a motýlích křídel.
- Obdivuje rozmanitost života na louce.
- Zná základní informace o včelách. Ví, jak žijí, co dělají, jak vypadá jejich společenství.
- Uvědomuje si důležitost včel pro rostliny a veškerý život.

### MOTIVAČNÍ PŘÍBĚHY

#### JAK SE ČLOVÍČEK A DĚTI PROMĚNILI V MOTÝLKY

- život motýlů a jejich vývojový cyklus
- obdiv k jejich kráse a ladnosti
- důležitost motýlů pro ekosystém louky

#### JAK SE ČLOVÍČEK A DĚTI STALI VČELKAMI

- život včel
- opylování a sběr nektaru
- fungování úlu
- obdiv ke včelám
- důležitost včel pro ekosystém louky



# JAK SE ČLOVÍČEK A DĚTI PROMĚNILI V MOTÝLKY

**Pomůcky:** prezentace s obrázky Příloha 6

Je krásný den, sluníčko svítí, usmívá se na obloze a Človíček si vykračuje po lesní pěšině směrem k nedaleké louce. Domluvili se totiž s Aničkou, že mu dnes ukáže, jak se plete věneček ze žlutých pampeliškových květů. Nemůže se dočkat, a tak rychle střídá nožky, aby byl co nejdřív na místě. Za chvíli už vychází z lesa na prosluněnou louku a vidí Aničku s Vítkem.

„Človíčku, já jsem se na tebe tak těšila,“ raduje se Anička a skočí mu kolem krku. Všichni se spolu přivítají, Človíček vezme děti za ruku a rozběhnou se na barevnou voňavou louku, aby posbírali několik květů pampelišek. Anička je k sobě sváže rozpúlenými zelenými stonky a věneček je hotový.

**/obr.1/** „Ten je ale krásný,“ obdivuje Človíček, „určitě jeden upletu pro moji milou studánku.“

„Podívej, jsem jako princezna,“ směje se Anička a nasadí si věneček na hlavu. A opravdu. Věneček na jejích zlatých vlasech září jako sluníčko a Aničce to moc sluší.

„Koukněte!“ volá najednou Vítek a ukazuje prstem na malou fialovou květinu v trávě. Sedí na ní nádherný oranžový motýlek. **/obr.2/**

„Taky bych chtěla být motýlkem,“ zasní se Anička a než se naděje, vznáší se ve vzduchu a mává křídélky. Překvapeně se rozhlédne kolem sebe a vidí i motýla Človíčka a motýla Vítku.

„Páni, jsou z nás motýli!“ volá nadšeně Vítek, „jakpak jsi to, Aničko, udělala?“

„To vůbec netuším, Vítku,“ chichotá se Anička a s radostí se proletí dokola v tom malém motýlím tělíčku.

„Podívej, Človíček je babočka paví oko!“ vykřikne Vítek s úžasem. Toho motýlka znám. Je jeden z nejhezčích. Má červená křídla s barevnými oky na okrajích.“ **/obr.3/**

„Ty jsi, Vítku, zase žluťásek,“ usmívá se Človíček a ukazuje rukou na jeho jasně žlutá křídélka. **/obr.4/**

„A Anička je světle modrá jako modrásek.“ **/obr.5/**

Pak naši kamarádi zamávali křídly a rozletěli se nad loukou. **/obr.6/** Jejich tělíčka byla tak malá a lehká, že mohli jen plachtit ve vzduchu a nechat se unášet lehkým vánkem. Moc se jim to líbilo a užívali si ten krásný pocit. Najednou ale Anička dostala hlad. Hned věděla, co má jako motýl udělat. Lehce se snesla na bílý květ jetele a sosáčkem se napila jeho sladkého nektaru. **/obr.7/** To byla ale dobrůtka. Za chvíli se k ní připojil i Vítek s Človíčkem a společně obletěli několik dalších sladkých květů. **/obr.8/** Anička si všimla, že jí na nožkách zůstává žlutý pyl, který přenáší z jednoho květu na druhý. Věděla, že tím kytičkám pomáhá. Motýlci jsou totiž moc užiteční a každá louka je s nimi veselejší. Když se všichni dosyta najedli, letěli naši kamarádi motýlci dál, aby prozkoumali celou louku.

„Podívejte!“ volá za chvíli Človíček, „tady v trávě je velká zelená housenka. Sedí na listu a s chutí si kousek po kousku ukusuje.“ **/obr.9/**

„Jednou z ní bude taky krásný motýl,“ ozve se najednou jemným hlasem maminka Příroda. „Až se pořádně vykrmí, najde si místo, kde se zakuklí a promění v motýla.“ **/obr.10/**

„To je úžasné,“ vyhrkne Vítek. „Jak je možné, že z housenky, která leze po zemi, se stane krásný motýl s barevnými křídélky?“

„To je zázrak přírody,“ usměje se Človíček. Jeho srdíčko poskočí láskou a obejmě svoji milovanou maminku. V tom okamžiku se motýlci promění zpět a na louce stojí opět Človíček, Anička a Vítek.

Všichni tři se radostně obejmou a utíkají rovnou domů. Mají za sebou krásný den plný motýlkového dobrodružství a těší se, co všechno spolu ještě zažijí.



## BAREVNÍ MOTÝLCI

*Motýlek se protahuje, nad loukou si poletuje,  
když si křídla unavil, na krásný květ se posadil.*

Děti si hrají s pestrou barvou motýlích křídel.

**Pomůcky:** temperové barvy, tužka, bílý papír, kolíčky a provaz na zavěšení

- 🦋 Každé dítě dostane bílý papír a přeloží jej napůl.
- 🦋 Na pravou polovinu si tužkou nakreslí obrys motýlích křídel.
- 🦋 Temperovými barvami přímo z tuby potom děti ťupají podle obrysu křídel a v místě přepůlení, kde má motýl tělíčko a dodělají tykadla.
- 🦋 Vnitřek křídel si vybarví opět ťupkami nebo i tahem.
- 🦋 Až mají motýla nachystaného, přeloží papír na půl, důkladně zatlačí a papír převedou několikrát dlaní.
- 🦋 Pak nastane překvapení. Barva se obtiskla i na druhou stranu. Jaký motýl na děti vykoukne, když papír otevrou?
- 🦋 Motýlky vystřihneme a zavěšíme je pomocí kolíčků na provaz.



*Každý motýl je předtím, než ukáže světu svá barevná křídla, housenkou. Pochutnává si na listech a když se pořádně vykrmí, zakuklí se a asi po týdnu z kukly vyletí krásný motýl.*



## HOUSENKA

Děti si protáhnou tělo a opakují si vývojový cyklus motýla.

Teď si, děti, klekneme a během krátké chvíličky  
sedneme si na patičky.

Obě ruce leží na kolenou  
s dlaní na nich položenou.

Dopředu se suneme,  
při zemi se držíme.

Už je z nás malá housenka,  
co si v trávě pěkně pospinká.

Jenom ruce, brada k zemi,  
taky hrudník, ruce pod rameny.

Na konci si leheme,  
na lístečku usneme.

Opřeme se o ruce, zatlačíme zpět,  
sedneme si zase na patičky, tiše, žádný spěch.



*Pozice housenky: leh na břicho, podložky se  
dotýkáme špičkami, kolena, hrudníkem,  
rukama v úrovni ramen a bradou.*



Obrázek: <http://www.yoga-pohoda.com/>

K dispozici i nahrávka básničky ke cvičení **Příloha 6**

- 🐛 Cvik dvakrát zopakujeme a na konci druhého cviku se zakulíme.
- 🍌 Lehneme si do polohy embrya a chvíli tiše čekáme. Probíhá velká proměna. Cítíme, jak se naše tělo mění a pomaličku nám rostou křídla. Kukla začne pukat a my se uvolňujeme.
- 🦋 Nejdříve protáhneme ruce, potom nohy, natáhneme celé tělo, stoupneme si, uvolníme svá křídla /zakroužíme rukama/ a proletíme se jako čerstvě narozený motýlek.
- ☀️ Jestlipak objevíme nějakou kytičku, abychom si dali její sladký nektar?

**Varianta:** Zatímco děti leží, nachystáme do prostoru herny barevné papíry /květiny/ a jak děti vstanou, běhají jako motýlci od jedné květině ke druhé.



## HOUSENKA Z PAPIRU

Děti trénují jemnou motoriku.

**Pomůcky:** barevný papír světle a tmavě zelený, světle hnědý, nůžky, lepidlo, děrovačka

- 🐛 Děti si vystříhnou 4 stejné proužky ze světle zeleného papíru /tělo/ a jeden z hnědého /hlava/.
- 🐛 Každý proužek slepí konci k sobě a udělají kroužek.
- 🐛 Všechny kroužky slepíme k sobě.
- 🐛 Na hlavu ještě vystříhneme a přilepíme dvě tykadla a namalujeme oči.
- 🐛 Z tmavě zeleného papíru vystříhneme list trošku větší, než je housenka.
- 🐛 Jeho okraje proděravíme děrovačkou, jak si na něm housenka pochutnala.
- 🐛 Nakonec housenku na papír přilepíme.



*Pohled na křídla motýlů nám vnáší radost do srdce a také jsou to důležití opilovači. Můžeme je přilákat i na naši zahradu a nabídnout jim sladké občerstvení, obzvláště v období sucha.*



## PÍTKO PRO MOTÝLKY

Děti ví, jak můžeme v létě pomáhat motýlům.

**Pomůcky:** keramická podmiska na květináč, houbička na nádobí, voda a cukr na roztok, popřípadě ovocná šťáva, sladké přezrálé ovoce /hrozny, banán, pomeranč, jablko/

- 🦋 Připravíme si cukrovou sladkou vodu, která bude motýlům sloužit jako potrava. Smícháme vodu s cukrem v poměru 20:1, mírně zahřejeme, aby se cukr rozpustil a necháme vychladnout.
- 🦋 Do podmisky dáme kousek houby na nádobí a dostatečně ji napustíme sladkou vodou. Můžeme ji nalít i na dno misky.
- 🦋 Misku doplníme kousky nakrájeného ovoce.
- 🦋 Pravidelně vodu doléváme a dáváme čerstvé ovoce.







## JAK SE ČLOVÍČEK A DĚTI STALI VČELKAMI

**Pomůcky:** prezentace s obrázky Příloha 6

Je opět krásný jarní den, sluníčko se směje na obloze a Človíček si vykračuje lesem směrem k nedaleké louce. Domluvil se s Aničkou a Vítkem, že se tady dnes sejdou. Je to jejich oblíbené místo. Na louce je čeká vždy spousta zábavy a nových dobrodružství. Mohou poznávat a obdivovat luční rostliny, pozorovat broučky, motýly, včelky a další hmyz, honit se, hrát si a dovádět uprostřed trávy a barevných květů. /obr.1/ Vždy objeví i něco nového. Maminka Příroda má pro ně totiž pokaždé nachystáno nějaké překvapení. A ani dnes to nebude jinak.

Človíček právě vychází z lesa na sluncem zalitou louku a už vidí své kamarády. Anička s Vítkem se k němu hned rozběhnou, skočí mu kolem krku a radostně ho vítají. Pak se chytanou za ruce a s hlasitým smíchem běží doprostřed té voňavé a živoucí louky. Anička uvidí na jednom květu krásného motýla, dřepne si tiše vedle něj a obdivuje jeho pestrobarevná křídla. Vítek si sedne do trávy a pozoruje hbité a čilé broučky a mravence. A podívejte, děti, co dělá Človíček. Leží uprostřed barevných květin a sleduje včelku, která si zrovna sedla na jeden velký květ pampelišky. /obr.2/ Během chvilky je celá žlutá od pylu. Človíček si vzpomene, jak mu jedna sedmikráska vyprávěla, že včelky jsou pro všechny rostliny moc důležité. Když sají nektar z jejich květů, přichytí se jim k chloupkům na těle i žlutý pyl. /obr.3/ Jak potom létají z kytky na kytku, přenáší ho i na další sedmikrásky, a tak je opylují. To rostlinky potřebují, aby mohly mít semena.

A víte, děti, k čemu semena slouží? Ano, správně, vyrostou z nich přece nové rostlinky. Z jedné sedmikrásky jich tak může být třeba dalších deset. /obr.4/

„Človíčku,“ promluví najednou včelka, „chtěl bys poznat, co všechno my včelky děláme a jak vypadá náš den?“

„Ano, ano, určitě,“ zajásá Človíček a hned zavolá i Aničku a Vítku.

„Přivoňte si všichni tři k této žluté pampelišce,“ řekne malá včelka. „Pak se z vás stanou včely, jako jsem já.“

Naši kamarádi si bez váhání přivoní a najednou mají křídýlka a jsou z nich černo-žluté včelky.

„Jupííí!“ zavolá Vítek nadšeně a radostí si zabzučí, „je ze mě včela a můžu létat!“

„Tak včelky, honem do práce,“ řekne s úsměvem včelička z pampelišky. „Musíme obletět hodně květů, posbírat pyl a naplnit svá břítka.“

Človíček a děti včelky se rozhlédnou kolem sebe a přivábí je voňavé fialové květy. Hned se k nim všichni rozletí. /obr.5/ Človíček se přichytí nožkami ke květu a nasaje sosákem jeho sladkou šťávu. To je ale dobrota! Za chvilku ochutnává i Vítek s Aničkou a spokojeně si u toho bzučí. /obr.6/

„Aničko, podívej!“ volá po chvilce Človíček. „Máš na zadních nožkách velkou kuličku pylu.“ „Ty také, Človíčku,“ směje se Anička.

„Chytá se na vaše sametové chloupky,“ ozve se včelka z pampelišky. „Pyl je pro nás důležitý. Dáváme ho našim malým larvám, aby dobře rostly.“ /obr.7/

„Včelko,“ ozve se najednou Vítek, „mám už plné břítka a moje pylové kuličky jsou trochu těžké.“ „To je dobře,“ odpoví včelka, „je tedy čas letět do úlu.“

Naši kamarádi následují včelku a za chvíli přiletí k velkému žlutočervenému úlu ze dřeva. /obr.8/ Stojí na druhém konci louky kousek od lesa, schovaný ve stínu vysokých stromů. U vchodu je hodně rušno. Je tady spousta včelek. Některé létají dovnitř a jiné zase ven. /obr.9/ Človíček s Vítkem i Aničkou přistanou na malé plošině před vchodem a vejdou dovnitř do úlu. Hemží se to tam včelkami a všechny mají spoustu práce. Včelka z pampelišky vede naše kamarády chodbami úlu dál, až se před nimi objeví velká plástev. /obr.10/ Včelky si ji postavily z včelího vosku a je v ní spousta malých komůrek. Některé jsou plné medu, jiné jsou ještě prázdné. „Tady do té plástve musíte dát svůj nasbíraný nektar,“ poradí kamarádům včelka. „Máte ho schovaný ve svém medovém váčku. Nektar se v teple úlu zahustí a po nějaké době se z něj stane sladký med. Ten si schováme na zimu, abychom měly co jíst.“

Človíček s Aničkou a Vítkem naplní plástev sladkým nektarem z květů, které na louce navštívili, a jsou moc rádi, že pomůžou včelkám s jejich zásobami na zimu. /obr.11/ Na nožkách je ale pořád tíží velké pylové kuličky. Co teď s nimi? Včelka z pampelišky ukáže našim kamarádům, aby pyl z jejich malého tělíčka otřepali na zem. A už přilétají další včelky z úlu, aby si pyl odnesly. Vyrobí z něj mateří kašičku, kterou dají svým malým larvám – včelím miminkům.

„Vše je hotovo a teď zase zpátky na louku,“ řekne s úsměvem včelka z pampelišky. „My včely pracujeme každý den od svítání do večera. Je potřeba přinést ještě hodně nektaru a dalšího pylu.“

Tak včelka Človíček a včelky děti ještě dlouho létali po celé louce od květu ke květu. Pili z nich sladký nektar a schovávali si jej ve svém medovém váčku, sbírali pyl a vše nosili do úlu. Když potom nastal večer a sluníčko už se schovávalo za obzor, poděkovala včelka kamarádům za pomoc a rozloučila se s nimi. Jako mávnutím kouzelného proutku se proměnili z malých včelek zase zpátky na Človíčka, Vítku a Aničku. Byli z té celodenní práce tak unavení, že všichni tři běželi rychle domů do svých měkkých postýlek.

A my už teď, děti, víme, že včelky jsou opravdu pilné. Celý den létají neúnavně z květu na květ, aby posbíraly sladký nektar, z něhož vznikne v teple úlu med, a také žlutý pyl, který dávají svým larvám. Pyl na svém těle přenáší z jedné rostliny na druhou a opylují je, aby mohla vzniknout semena.

Včely jsou, děti, pro život maminky Přírody moc důležité a je potřeba se k nim hezky chovat a chránit je. Vzpomeňte si na to, až vám vaše maminka namaže medem chleba nebo osladí čaj. /obr.12/



*Rostliny potřebují včelky, aby je opylovaly. Aby včelky k sobě přilákaly, používají vůně a také k tomu slouží barva jejich květů.*



## JAK ROSTLINKY LÁKAJÍ VČELKY NA SVÉ KVĚTY

Děti si uvědomí, že rostliny včely potřebují.

**Pomůcky:** proužky krepového papíru /možno i ve více barvách/

-  Rozdělíme děti na dvě poloviny. Jedna půlka jsou včelky, druhá květiny. Ty označíme krepovým papírem, který dětem uvážeme kolem ruky.
-  Květiny se rozestaví po třídě. Včelky stojí v řadě tak, aby na květiny všichni dobře viděli.

- ✿ Úkolem květin je lákat k sobě jakýmkoli způsobem včelky. Děti se mohou hýbat, dělat různé zvuky, smát se, tančit, ale nemluví.
- 🐝 Vypustíme jednu včelku a ta létá po louce a vybere si květinu, která se jí nejvíc líbí a zaujme ji. K té si sedne.
- 🐝 Takto vypustíme postupně všechny včelky. I více včelek si může vybrat jednu květinu.
- ☀️ Může se stát, že nějaká květina nebude mít u sebe žádnou včelku. Aby to nebylo danému dítěti líto, dáme mu všichni pozornost, předvede nějaký pohyb nebo cokoli si vybere /zavoní/ a všechny včelky se k němu rozletí.

## VČELKY NA LOUCE

*Nejdříve si vyrobíme včelku. Pak pro ni nachystáme úl, kde je její domov a tvoří společenství s ostatními včelkami, a nakonec si zahrajeme hru na včelky a poznáme, jakou práci každý den vykonávají.*



Děti trénují jemnou motoriku.

**Pomůcky:** žlutý, černý a bílý papír, nůžky, lepidlo, černá fixa

- 🐝 Ze žlutého papíru uděláme větší kolečko - tělo, z bílého křídla a oči, z černého proužky na tělo, tykadla a menší kolečko jako hlavu.
- 🐝 Dětem dáme šablony jednotlivých částí nebo jim je dopředu nachystáme ke slepení.
- 🐝 Děti si slepí tělo a hlavu. Na tělo nalepí 3 černé proužky a křídla a na hlavičku přilepí tykadla a dva malé bílé puntíky jako oči. Domalují je černou fixou.



*Když máme hotové včelky, musíme jim vyrobit jejich domov, tedy úl.*



Děti vědí, že včely žijí v úlu.

**Pomůcky:** papír v roli, žlutá barva /prstová nebo temperová/, popřípadě korkový uzávěr, vyrobené včelky z předchozí aktivity

- ☀️ Z velké role papíru vystříháme šestiúhelníkový tvar plástve.
- ☀️ Vyplníme ji žlutými puntíky, abychom vytvořily dojem úlu, ve kterém se plástve nacházejí.
- ☀️ Puntíky dělají děti prstama pomocí prstové barvy, temperovou barvou pomocí korkového špuntu nebo jen ťupou štětcem.
- 🏠 Nakonec si každý svoji včelku položí nebo nalepí do úlu.

Obměna: Na roli papíru si namalujeme louku, každé dítě si vyrobí pro včelku svůj úl a pak je všechny umístíme na louku, kde včelky žijí a sbírají nektar a pyl z květů.



## HRA NA VČELKY



Děti vědí, jak včely získávají nektar, ze kterého vyrábí med.

**Pomůcky:** vyrobený úl s včelkami z předchozí aktivity, připravené větší květy z barevného papíru

+ Varianta 1: sklenice s vodou, malé plastové kelímky, brčka, větší nádoba na vodu

+ Varianta 2: kapky z modrého papíru, pytlík nebo sáček na uložení kapek, větší nádoba /košík/ na všechny kapky

**Pointa hry:** Do prostoru herny rozložíme květy. Děti jsou včelky a jejich úkolem je létat od květu ke květu a sbírat nektar, který přenášejí do úlu, kde si z něj potom vyrobí životadárny med.

Včela sbírá nektar do tzv.medového váčku, který má uložený vedle žaludku. Proto i děti budou mít u sebe kelímek nebo nádobku, do které si budou ukládat buď vodu nebo kapky podle zvolené varianty hry.

*Na kytičky včelky letí,  
ty jsou krásné, milé děti.  
Křidélky máváme,  
na kytičky sedáme.*

**Varianta 1** – s vodou a brčkem

- ☀ Do prostoru herny položíme barevné květy a ke každému dáme sklenici s vodou. Ta bude představovat nektar.
- ☀ Každé dítě dostane brčko a malý plastový kelímek.
- 🌸 Děti obíhají květy a z jednotlivých květů /skleničky s vodou/ nasají brčkem vodu a vypustí ji do kelímku, který nosí s sebou.
- 🏠 Po zaznění signálu odnesou vodu do úlu, kde ji vylijí do připravené větší nádoby.

**Varianta 2** – s papírovými kapkami vody

- ☀ Do prostoru herny položíme barevné květy a ke každému dáme několik modrých kapek vody.
- 💧 Každé dítě dostane pytlíček (nádobku), do kterého bude sbírat kapky.
- ☀ Děti obíhají květy a z každého si vezmou vždy jednu kapičku, která představuje sladký nektar.
- 🏠 Po zaznění signálu běží odevzdat kapky do úlu do společné nádoby a vylétají znovu na sběr.

**Zakončení**

- 🍯 Po ukončení sběru si sedneme kolem úlu a vodu v nádobě nebo papírové kapky vyměníme za med, který si včelky vyrobily.
- 🍯 Můžeme jej ochutnat, dát si ho do čaje apod. nebo si z něj vyrobit medové bonbony nebo upéct medový koláč.



## MEDOVÉ ŽELATINOVÉ BONBONY

**Suroviny a pomůcky:** 7 g agaru na 1 l tekutiny, 4 plné lžice medu dle vašeho výběru, kastrol, silikonové formičky nebo tvořítka na led /pokud nemáme, tak menší vykrajovátka, menší plech + tuk na vymazání/, lžice

- ☀ Do kastrolu dáme vodu s agarem a necháme přejít varem.
- ☀ Směs necháme zchladnout asi na 40 stupňů, trošku jí dáme bokem a rozmícháme v ní pečlivě med tak, aby se rozpustil.
- ☀ Rozmíchaný med přilijeme do kastrolu a dobře rozmícháme.
- ☀ Směs plníme do formiček nebo vylijeme na plech vymazaný např. kokosovým tukem.
- ☀ Po ztuhnutí bonbony vyloupneme z formiček nebo vykrajíme z plátu na plechu.



**Poznámka:** Recepty na další medové dobroty najdeme v **JARNÍM kamínku ZDRAVÝCH SVAČINEK**.

*Včelkám můžeme pomáhat i my, především v době, kdy je sucho.*



## PÍTKA PRO VČELKY A JINÝ HMYZ

Děti vědí, jak můžeme v létě pomáhat včelkám.

**Pomůcky:** menší nebo větší ploché nádoby /talíř/, voda, kamínky, mech, klacíky  
Pítka pro hmyz by měla obsahovat předměty, na kterých může hmyz přistát a případný topící se brouček i vylézt a osušit se.

- 🐝 Do nádoby dáme kamínky, mech nebo několik klacíků a dolijeme vodou.
- 🐝 Dáme na nějaké vyvýšené místo v naší zahradě.



[Jak vyrobit pítka pro včely a hmyz](#)



## TÍPY NA VEN

Děti se radují z pobytu v přírodě.

### 1. Jak včelky sají nektar? Vyzkoušejme si to!

- 🐝 Najdeme si venku hluchavku a ochutnáme její sladký nektar.
- 🐝 Děti si opatrně utrhnou jeden kvítek a vloží si jej do úst jako slámku.
- 🐝 Pak potáhnou a vysají z květu nektar stejně jako včelka.

### 2. Louka na živo

- ☀ Vyběhneme na louku a budeme stejně jako Anička s Vítkem a Človíčkem obdivovat všechny květy, které objevíme a pozorovat včelky, čmeláky, motýlky a v trávě brouky a mravence.
- ☀ Den předtím si s dětmi upečeme medový koláč nebo sušenky, vezmeme si je s sebou a můžeme si na louce udělat piknik a sníst si venku chutnou sladkou svačinku.



ZIMNÍ  
KAMÍNEK





V této části se vydáme společně s Človíčkem do lesa a budeme ve sněhu hledat stopy zvířat. Zjistíme, která zvířata jsou v zimě aktivní a jak si shání potravu. Také nahlédneme do teplých pelíšků zimních spáčů v listí, dutinách stromů, kůře a půdě a objevíme, jak tráví zimu motýli, brouci, žáby, hadi nebo třeba ryby. Společně s Aničkou a Vítkem nachystáme dětem hostinu a dozvíme se, jak můžeme zvířátkům v lese v zimních měsících pomoci.

### VZDĚLÁVACÍ CÍLE

- Dítě ví, která zvířátka jsou v zimě aktivní a jak tráví toto chladné období roku.
- Poznává stopy některých zvířat žijících v lese.
- Ví, která zvířata spí zimním spánkem.
- Ví, kam se na zimu schová hmyz, plazi a další lesní tvorové.
- Ví, čím můžeme v zimě přikrmit lesní býložravá zvířata.
- Rozvíjí v sobě empatii vůči přírodě a zvířatům.

### MOTIVAČNÍ PŘÍBĚHY

#### JAK ČLOVÍČEK STOPOVAL ZVÍŘÁTKA V ZIMNÍM LESE

1. DÍL – SRNKY, VEVERKA, DIVOKÉ PRASE
2. DÍL – LIŠKA, MYŠ, VRABCI, KUNA
3. DÍL – JELEN, ZAJÍČ, VRÁNA

- život v zimním lese
- zvířata aktivní v zimě – jak tráví zimu, kde shání potravu, čím se živí

#### JAK ČLOVÍČEK HLEDAL ZIMNÍ SPÁČE

- kdo v zimě spí
- zimování hmyzu
- zimní úkryty zvířat

#### JAK DĚTI DONESLY DOBROTY LESNÍM ZVÍŘÁTKŮM

- zájem o přírodu v zimním období
- pomoc přírodě a zvířatům
- přikrmování lesní zvěře
- čím se živí jednotlivá zvířata

# JAK ČLOVÍČEK STOPOVAL ZVÍŘÁTKA V ZIMNÍM LESE

*Tuto část tvoří 3 příběhy. V každém z nich se děti setkají se třemi zvířaty, která jsou v zimě aktivní. Ke každému si ukážeme stopu a děti se dozví základní informace o tom, jak tráví chladné zimní období.*

Děti vědí, která zvířata jsou v zimě aktivní a jak přežívají toto roční období.

**Postup:** Při čtení každého příběhu dáme na koberec vždy nejprve stopu zvířete, na kterou Človíček v lese narazil. Děti mohou hádat, jaké to bude asi zvířátko. Pak ukážeme v prezentaci fotku zvířete a jeho obrázek položíme na zem vedle dané stopy.

Po přečtení příběhu si zopakujeme, co jsme se o jednotlivých zvířatech dozvěděli a děti si jedno z nich vymalují. Obrázky vždy dáme na velký papír, který si ještě zimně domalujeme, až po přečtení třetího příběhu na něm budeme mít obrázky všech 10 zvířat, která v zimě můžeme potkat v lese.

**Pomůcky:** stopy + vytištěné obrázky zvířat černobílé nebo barevné, prezentace k příběhům, omalovánky zvířat pro děti [Příloha 2](#), role papíru, popřípadě bílá a modrá temperová barva a houbičky na nádobí nastříhané na menší kousky



## 1. DÍL – SRNKY, VEVERKA, DIVOKÉ PRASE

Když se Človíček ráno probudil a otevřel svá očka, vzpomněl si hned na své lesní kamarády. Zajímalo ho, co asi dělá liška Zrzička. A jak tráví zimu veverka Čiperka? Co srnka, zajíc a jezevec, jestlipak mají plná bříska a není jim chladno? [/obr.1/](#) Rozhodl se, že je půjde dnes navštívit a porozhlédne se i po ostatních lesních zvířátkách, která už dlouho neviděl. Nadšeně vyskočil ze své mechové postýlky, protáhl se, pozdravil maminku Zemi i tatínka Slunce, oblékl si teplý vlněný svetr, který dostal od Vítka a Aničky k Vánocům, a vyběhl ze svého domečku do bílého zasněženého lesa.

Les byl tichý a nebylo slyšet ani hlásek, jen sníh hlasitě křupal pod Človíčkovými nohama. Kdepak všichni jsou? podivil se. Že by se mi někde schovali? Pozorně se rozhlížel kolem dokola, ale pořád nikoho neviděl. Udělal ještě pár kroků po cestě a najednou si ve sněhu před sebou všiml několika čerstvých stop. Přikrčil se a zkoumavě si je prohlížel. Připomínaly rozpůlený lískový oříšek a byly dlouhé asi jako jeho ukazovák. Bylo jich kolem tolik, že musely určitě patřit více zvířatům. Človíček neváhal ani chvíli a vydal se nedočkavě za nimi. Nejdříve stopy směřovaly rovně, pak se několikrát stočily kolem stromů a dál vedly až k nedalekému palouku. Človíček byl tak zvědavý, jaká zvířata objeví, že přidal do kroku a za chvíli už stál na okraji lesa. Před sebou uviděl stádo hnědých **srnek**. [/obr.2/](#)

„Krásný den, milé srnečky!“ zavolal radostně Človíček a z dálky na ně zamával. Srnky zvedly hlavu od země, pokývaly mu na pozdrav a pak ji opět pomalu sklonily. „Pročpak máte hlavy ve sněhu?“ zeptal se hned zvědavě. „Vy tam něco hledáte?“



„Ano, Človíčku,“ odpověděly srnky, „hledáme pod sněhem zbytky trávy. Teď v zimě je to pro nás hlavní potrava spolu s větvemi mladých stromků.“

„A není vám chladno?“ ptal se dál starostlivě Človíček.

„Kdepak, na zimu nám naroste hustá srst a hřeje jako teplý kožíšek,“ vysvětlily srnky.

„Tak to je o vás dobře postaráno,“ oddechl si Človíček, zamával jim na rozloučenou a pokračoval dál po zasněžené lesní cestě.

Poskakoval v čerstvě napadlém sněhu a dělal si z něj malé kuličky, které se smíchem rozhazoval kolem sebe. Byl tak zaujatý tou sněhovou hrou, že si skoro nevšiml několika stop kousek od cesty. Nejdříve kličkovaly mezi stromy, sem tam uhýbaly doprava nebo doleva, někdy dokonce zmizely a pak se zase objevily. Ve srovnání se srnčími stopami byly maličké a vypadaly jako dlouhé ruce s prsty. Človíček je zvědavě sledoval a než se nadál, uviděl milou **veverka** Čiperku v zrzavém kožíšku. /obr.3/

„Jak to, že nespíš ve svém teplém pelíšku?“ zeptal se udiveně.

„Jen jsem si běžela vybrat jednu ze svých skrýší s jídlem, protože jsem dostala velký hlad,“ odpověděla veverka. „Až se dosyta najím, tak si zase na chvíli zdřímnu,“ ospale si zívla a s oříškem v puse běžela do svého hnízda na nedalekém stromě.

Človíček se na ni s láskou usmál, popřál jí příjemný odpočinek a vydal se hledat stopy dalších zvířátek. Šel pomalým krokem dál po lesní pěšině, díval se pozorně do všech stran, až najednou mezi stromy kousek od cesty uviděl další stopy. Komu asi patří? pomyslel si a bez váhání se za nimi hned rozběhl. Jaké bylo jeho překvapení, když ho po chvílce dovedly až na mýtinu k velkému pařezu. Všude kolem něj byla čerstvě rozrytá půda, ze které vyčnívaly kořeny kdysi starého stromu. Kdo to mohl udělat? divil se Človíček a zkoumavě při tom koulel očima. Rozhlížel se kolem sebe, jestli někoho uvidí, když najednou nedaleko v houští zahlédl **divoké prase**. /obr.4/ Rylo čumákem do země a něco hledalo.




„Krásný den, divočáku!“ zavolal Človíček. „To jsi všechno rozryl ty?“ zeptal se zvědavě.

„Ano, to jsem byl já,“ odpověděl divočák a pokýval svou mohutnou hlavou. Hledám v zimě pod sněhem žaludy, kaštiny nebo bukvice, a když mám hlad, vykopávám ze země kořeny stromů a keřů. Někdy si ale zajdu i na pole za lesem a hledám tam zbytky řepy nebo kukuřice.“ /obr.5/

„Tak ať se dnes dobře najíš,“ popřál divočákovi Človíček a zamával mu na rozloučenou. Pak už se vydal na cestu ke svému domečku a těšil se, že zítra opět vyrazí hledat další lesní kamarády.



## OMALOVÁNKY ZVÍŘAT

-  Po přečtení příběhu si každé dítě vezme jeden obrázek zvířátka, které Človíček potkal v lese a vymaluje si ho.
-  Zvířátka dáme na větší papír a zopakujeme si, co si o každém z příběhu pamatujeme.
-  Papír můžeme dozdobit sněhem pomocí temperové barvy a houbičky na nádobí.



## 2. DÍL – LIŠKA, MYŠ, VRABCI, KUNA

Človíčka dnes probudil tatínek Slunce, když zasvítíl do domečku a svým paprskem ho pošimral na nose. Človíček vyskočil nadšeně z postýlky a vyběhl ven. Les byl zalitý slunečním světlem a na bílém sněhu se třpytily tisíce krystalků. Dneska bude krásný den, zaradoval se a spokojeně se protáhl. Už vím, co udělám. Půjdu najít další lesní zvířátka. Včera jsem viděl srnky, veverku i divoké prase a kdo ví, koho potkám dnes. Oblékl si svůj teplý vlněný svetr a nadšeně se rozběhl k cestě mezi stromy. Sníh ho chladil na nožkách, ale to mu vůbec nevadilo. Pískal si svoji oblíbenou písničku a těšil se na dobrodružství, která ho dnes čekají.

Když po chvílce procházel kolem velké skály, uviděl ve sněhu neznámé stopy. Každá z nich měla pět polštářků a byly vidět i čtyři drápy. Kdopak tady asi běžel? zajímalo Človíčka. Pozorně stopy sledoval a napětím ani nedýchal. A po pár metrech najednou narazil na **lišku** Zrzičku. /obr.1/ Seděla pod stromem a šibalsky se na něj smála.

„Ahoj Človíčku,“ pozdravila hned vesele, „copak tady děláš?“

„Sledoval jsem stopy ve sněhu. Zajímalo mě, jaká zvířata v zimním lese potkám. A našel jsem tebe,“ odpověděl Človíček a s láskou pohladil lišku po čumáku. „Jak trávíš zimu, Zrzičko?“ zeptal se zvědavě. „Není ti chladno?“

„Vůbec ne, Človíčku. Mám hustý a teplý kožich a taky útulnou noru, kde se můžu schovat,“ vysvětlila liška. „V lese mám spoustu skrýší se zásobami jídla a někdy si pod sněhem ulovím i **myšku**. /obr.2/ Vidíš, zrovna před chvílí tady jedna běžela,“ usmála se a ukázala na maličké stopy ve sněhu.

Kampak asi vedou? zajímalo Človíčka. Očka mu zajiskřila zvědavostí a rychlým krokem se vydal za těmi malinkými stopami. Nejdříve kličkovaly mezi smrky, pak ho vedly pod několika keři, až najednou zmizely v kořenech velkého stromu. „Tak tady bydlíš!“ zvolal radostně a sehnul se v naději, že myšku třeba uvidí. Ale kdepak. Ta už byla dávno schovaná někde pod kořeny ve své teplé noře.

„I v zimě je v lese pěkně živo,“ zasmál se, a protože už se pomaličku stmívalo, vyrazil zpátky ke svému domečku. Jestlipak potká ještě nějaká další lesní zvířata, co myslíte, děti?

Netrvalo to dlouho a uviděl na sněhu zvláštní malé stopy. Vypadaly jako otisk dvou větviček a byly vždy dvě vedle sebe. Které zvíře má ale v lese dvě nohy? přemýšlel Človíček. Pořád si nevěděl rady a na žádné lesní zvířátko nemohl přijít, když vtom se ozvalo z keře vedle něj vesele: „Čimčará, čimčará, to jsou naše stopy, to jsou naše stopy.“ /obr.3/ Než se Človíček stačil otočit, sneslo se na zem hejno malých hnědých **vrabčáků**. /obr.4/ Poskakovali kolem něj a jeden přes druhého švitořili: „Podívej, podívej.“ A opravdu. Všude ve sněhu teď byly stopy stejné jako ty, které předtím našel.

„No ano,“ smál se pobaveně Človíček, „dvě nohy mají přece všichni ptáci.“

Vrabčáci přeletěli po chvíli se štěbetáním zase na keř a přitulili se k sobě, aby jim bylo teplo. Jak přicházel večer a sluníčko zapadalo za obzor, bylo už totiž v lese hodně chladno. I Človíček přidal do kroku, aby byl co nejdříve ve svém teplém domečku.

Zatímco si vykračoval po klikaté úzké cestě k domovu, ponořil se celý les do tmy a na nebi se objevili hvězdy a zářivý měsíc. V jeho světle objevil Človíček ve sněhu ještě jedny stopy. Chvilku je s napětím sledoval, když se najednou mezi stromy mihlo nějaké zvíře. Podle tvaru těla, hnědé barvy a bílé náprsenky Človíček hned poznal **kunu**. /obr.5/ Tu není možné zahlédnout přes den. Odpočívá

totiž ve svém úkrytu a vylézá ven až za tmy, protože je noční tvor. To byl ale v této chvíli i Človíček, který se za tmy pomaličku blížil ke svému domečku. Byla mu trochu zima a mráz ho štípal do tváří, ale byl šťastný, že dnes prožil tak krásný den a potkal tolik zvířátek. Těšil se do své měkké mechové postýlky a také na všechna další dobrodružství, která ještě zažije v zimní náruči své maminky Přírody.



## OMALOVÁNKY ZVÍŘAT



Opět si vymalujeme omalovánky zvířat a přidáme je na náš velký papír, kde už máme zvířata z 1.dílu.



## 3. DÍL – JELEN, ZAJÍČ, VRÁNA

Človíček si dnes pospal trochu déle než obvykle. Včera totiž přišel ze své lesní výpravy až pozdě večer a byl hodně unavený. Teď už byl ale zase na nožkách, plný energie a s radostí vítal nový den. Dnes se chtěl poohlédnout po dalších lesních kamarádech, které v minulých dnech nepotkal. Už už se chystal vyrazit, když si najednou uvědomil, že je mu po těle nějak chladno. Ruce ho zábly, nos měl červený jak zralou malinu, a dokonce mu začaly zničehonic drkotat zuby. No jooo, v zimě je prostě zima, pomyslel si Človíček. Ale já vím, co udělám, abych se zahřál, usmál se šibalsky. Představil si, jak mu z nohou vyrůstají silné a dlouhé kořeny jako stromu. Rostly hluboko do země, až se dotkly srdce jeho maminky Země. Objala ho a do jeho těla poslala teplý proud lásky. Hned mu bylo lépe. Jeho ruce i nohy hřály a po těle mu bylo opět příjemně teplo. Teď už mu zima vůbec nevadila a mohl se vydat za dalším dobrodružstvím.

Šel chvíli lesní pěšinou a už kousek od cesty uviděl ve sněhu čerstvé stopy. Byly podobné těm od srnek, ale trochu větší. Kdopak to asi je? pomyslel si a srdíčko mu bušilo vzrušením. Hned se po těch stopách vydal. Vedly ho k palouku na kraji lesa, kde rostly smrky a vysoké borovice. A tam mezi stromy ho uviděl – nádherného statného **jelena**. /obr.1/ Bylo s ním i několik laní, které si Človíčka hned všimly a zkoumavě si ho prohlížely.

„Krásný den vám přeji,“ pozdravil mile Človíček. „Našel jsem ve sněhu vaše stopy a byl jsem zvědavý, komu patří. Také jsem chtěl vědět, jak se vám teď v zimě daří.“

„To je od tebe milé, Človíčku,“ odpověděl jelen. „Máme zimní kožíšky, takže je nám příjemně teplo. Potravu máme ale méně. Hledáme pod sněhem zbytky trávy a bylin a taky okusujeme kůru mladých stromků. Někdy najdeme i žaludy, kaštiny nebo jablka.“

„Já mám v domečku schovaných několik jablíček,“ zajásal Človíček, „tak vám je zítra přinesu.“ Zamával jelenovi i laním a pokračoval ve své zimní výpravě.

Nožky ho vedly až na kraj lesa, kde objevil ve sněhu další stopy. Vypadaly jako dva knoflíčky s velkýma ušima. Co když to jsou stopy zajíčka Ušáčka? přemýšlel Človíček. A opravdu. V dálce na poli uviděl svého kamaráda **zajíčka** a hned se k němu rozběhl. /obr.2/

„Ušáčku můj milý, jak se máš?“ pozdravil ho a pohladil po jeho dlouhých uších.

„Zrovna tady na poli hledám něco k snědku – mrkev, řepu nebo zbytky obilí,“ odpověděl zajíc.

„Pak si půjdu odpočinout do svého teplého pelechu támhle pod keřem,“ a ukázal packou k velkému hlohu.

„Nejdřív si se mnou ale zahraješ na honěnou!“ vykřikl radostně Človíček a dal zajíčkovi babu. Běhali spolu po zasněženém poli a jejich smích se rozléhal široko daleko. Když se dost vydováděli, rozloučili se a Človíček pokračoval ve své cestě.

Šel ještě chvíli po poli a obdivoval výhled na kopce v dáli, když si všiml na zemi dalších stop. Vypadaly jako stopy vrabců, které viděl včera, ale byly větší. Chvilku je sledoval, až kousek dál na poli spatřil černého ptáka. Byl velký, měl zahnutý zobák a vypadal trochu strašidelně.

„Přeji hezký den!“ zavolal, „kdopak jsi? Ještě jsem tě u nás v lese neviděl.“




„Jsem **vrána**,“ odpověděl pták, „přilétám k vám na zimu. Mám ráda chlad a sníh.“ /obr.3/

„A to jsi tady sama?“ ptal se zvědavě Človíček.

„Ale kdepak, je nás tady víc,“ smála se vrána a několikrát zakrákala. /obr.4/ V tu chvíli se z okolních stromů ozvalo hlasité „krá, krá“ a na poli přistálo několik dalších černých vran. Človíček je všechny pozdravil, popřál jim hezkou zimu a pokračoval dál. V lese potom pozdravil ještě veverka a lišku, a když se začalo stmívat, vydal se ke svému domečku. Byl šťastný, že potkal tolik zvířátek a věděl, že všechna mají na zimu teplé kožíšky a daří se jim dobře.



## OMALOVÁNKY ZVÍŘAT





-  Vymalujeme si zvířátka z tohoto příběhu a přidáme na náš papír.
-  Teď máme všech 10 lesních zvířat, která tráví zimu aktivně a můžeme je potkat v lese, stejně jako Človíček.
-  Zopakujeme si, co jsme si o nich zapamatovaly.



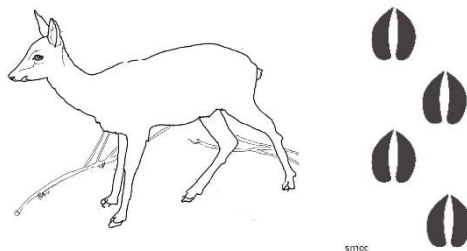
## POZNÁVÁME STOPY

### Děti poznají stopy některých lesních zvířat.

**Pomůcky:** stopy na A4 a barevné nebo černobílé obrázky zvířat Příloha 7

-  Po přečtení všech tří příběhů si s dětmi zopakujeme, jaká zvířata Človíček potkal v zimním lese a ukážeme si je na obrázcích. Je jich 10.
-  Povídáme si o tom, co si děti z příběhů o zvířatech pamatují. Jak tráví zimu? Jak a kde si shání potravu? Co dělají v zimě? Jak jsou na zimu vybaveni? - Pokud si děti informace nepamatují, přečteme si pasáže se zvířaty znovu.
-  Následně si vezmeme několik kopií 3 stop a připravíme z nich 3 cestičky přes třídu. Na konec každé z nich dáme obrázek daného zvířete.
-  Děti rozdělíme do dvojic a představíme si, že jsme se ocitli v lese a hledáme zimní kamarády stejně jako Človíček. Všude kolem leží sníh a my v něm vidíme stopy.

- 👥 Určíme první dvojici, která se vydá po stopách, které si vybere. Sleduje je, až na konci objeví zvíře, kterému patří.
- 🦌 Stopu i zvíře dáme na vedle na koberec a všichni si prohlédneme, jak stopa vypadá a komu patří. Pak vyráží stopovat další dvojice.
- 🐾 Takto postupně použijeme stopy všech 10 obyvatel lesa a při stopování se ve dvojicích prostřídají všechny děti.
- 🦊 Na konci hry máme na koberci 10 stop a vedle nich 10 zvířat, kterým patří. Znovu si můžeme zopakovat, co o zvířatech víme z příběhů a povídáme si o tom, jestli děti už některé z těchto stop viděly a kde.



## HLEDÁME STEJNÉ STOPY

### Děti poznají stopy některých lesních zvířat.

**Pomůcky:** stopy zvířat Příloha 7, lano na startovní čáru

- 🌸 Děti rozdělíme do dvou skupin.
- 🐾 Po třídě rozmístíme ve větším počtu stopy všech 10 zvířat, která už známe a víme, že jsou v zimě aktivní v takovém počtu, aby každé dítě mohlo najít dvojici stejných stop.
- 🐾 Děti si stoupnou do dvou řad a postupně vyráží vždy jedno z každé skupiny a jejich úkolem je najít dvě stejné stopy a přinést je na startovní čáru.
- 🐾 Až se děti prostřídají, sednou si ve skupinkách na zem a podívají se, jaké stopy v lese objevily.



## STOPA-ZVÍŘE

### Děti poznají stopy některých lesních zvířat.

**Pomůcky:** stopy a obrázky zvířat Příloha 7, děrovačka, provázek

- 🦌 Každé dítě dostane na krk obrázek zvířete, které se objevilo v příbězích.
- ❄️ Představíme si, že jsme v zasněženém lese a děti se pohybují po třídě a předvádí pohyby zvířat, kterými se staly.  
*Zajáci skáčou, prasata ryjí do země čumáky, ptáčekové poskakují, vrány krákají, myška běhá ve sněhu, veverka skáče po stromech, srnky dělají dlouhé skoky atd.*
- 🐾 Následně rozmístíme po zemi stopy všech zvířat v počtu dětí. Jak totiž "děti zvířata" běhaly po třídě, tak všude na sněhu zanechaly svoje stopy.

- 🐾 Pak děti jedno po druhém vybíhají a musí najít svoji stopu, kterou si přinesou na určené místo.
- 🦦 Na konci hry si sedneme na koberec do kroužku a děti jedno po druhém ukazují, jakou stopu si jako dané zvíře vybraly.
- 🐾 Zkontrolujeme si, zda děti našly svoje správné stopy a pokud se dětem líbilo běhání po lese, vymění si cedulky se zvířaty a hru si zopakují.



## VYRÁŽÍME STOPOVAT JAKO ČLOVÍČEK



Děti dokáží najít v terénu stopy zvířat a poznat, kterému patří.

**Pomůcky:** přehled zvířat a jejich stop k vytištění **Příloha 2**



- 🐾 Vezmeme si přehled stop a vyrazíme s dětmi na procházku.
- 🐾 Hledáme stopy a určíme, kterému zvířátku by mohly patřit.





# JAK ČLOVÍČEK HLEDAL ZIMNÍ SPÁČE

**Pomůcky:** prezentace k příběhu Příloha 3

Dnes se Človíček celý den toulal po zasněženém lese. V keři zahlédl několik vrabčáků /obr.1/, na pasece pozdravil srnky /obr.2/ a navštívil i lišku Zrzičku v její útulné noře. /obr.3/ Ve sněhu našel stopy divokých prasat, jelena, veverky i malé myšky. /obr.4-7/ Spoustu zvířat ale nikde neviděl, a to mu vrtalo hlavou.

„Maminko, maminečko,“ oslovil milou Přírodu, „potkal jsem v lese spoustu zvířátek, ale nikde jsem neviděl medvěda, jezevce nebo ježka Bodlinku. Copak dělají? A kde jsou všichni brouci, mravenci, hadi, žáby nebo motýli?“

„Můj malý Človíčku,“ odpověděla laskavě maminka, „vždyť víš, že příroda v zimě spí a odpočívá. Zima je chladná, nevlídná a je málo potravy. Proto se většina zvířat schovává do teplých pelíšků nebo úkrytů, kde zimu přečkají. Některá ji dokonce prospí. Až se večer uložíš ke spánku, ve snu ti ukážu, co dělají všechna zvířátka, která jsi v lese ještě nepotkal.“

„Děkuji, maminko!“ zajásal Človíček a nemohl se dočkat, až bude večer.

Den rychle utekl a tatínek Slunce se schoval za obzor. Les se ponořil do tmy a byl čas jít spát. Človíček se schoulil do své mechové postýlky a rychle zavřel očka. Spánek ho vzal do své náruče a za chvíli se houpal na jeho klidných vlnkách. Za malou chvíli už slyšel maminku, jak promluvila: „Človíčku, otevři oči a dobře se dívej.“

Najednou viděl **ježka** Bodlinku, jak leží schoulený do klubíčka v hromadě listů a klacíků. /obr.8/ Byla pokrytá sněhovou peřinou a uvnitř bylo určitě příjemně teplo. Bodlinka spokojeně oddychoval a jemně pohyboval čumákem. Možná se mu zdál nějaký hezký sen o jaru, sluníčku a zelené louce plné hmyzu, na kterém si tak rád pochutnává.

Človíček ježkovi zamával a už ho maminka vedla hluboko pod zem, kde ve svém velkém podzemním království odpočíval **jezevec**. /obr.9/ Ležel na boku, huňatý ocas měl položený na těle, přední tlapku pod hlavou místo polštářku a vypadal spokojeně. Maminka Človíčkovi vysvětlila, že jezevec prospí větší část zimy ve své noře vystlané listím a trávou. Když se během zimy venku trochu oteplí, jezevec se probudí, dojde se napít a vyprázdnit, a jakmile se ochladí, vrátí se zpět do nory. Vchod ucpe hlínou a spí dál. Človíček byl moc rád, že kamaráda jezevce viděl, a těšil se na jaro, až se opět potkají.

„Která další zvířátka jsou ještě schovaná pod zemí?“ zeptal se zvědavě maminky a nemohl se dočkat, až uvidí další lesní kamarády.

„Podívej,“ zasmála se a ukázala mu malého **křečka**. /obr.10/ „I on na začátku zimy zalezl do svého podzemního hnízda vystlaného trávou a v něm spí až do března. Někdy se během zimy probudí s prázdným bříškem, a tak si dá něco na zub. Má totiž ve své noře velkou spižírnu, kam si během léta a podzimu nanosil spoustu zrní a malých plodů. „

O kousek dál pak mohl Človíček nahlédnout k **syslí** rodince. /obr.11/ Syslové totiž odpočívají společně v malých podzemních komůrkách vystlaných trávou, kterou si nakoušou na krátké kousky. Do svého úkrytu zalezou už koncem léta a spí tam až do dubna, kdy je venku zase hezky teploučko.

Človíček popřál syslům klidné spaní, a než se nadál, ocitl se v prostorném doupěti pod kořeny velkého stromu. A víte, děti, koho tam uviděl? No přece dalšího zimního spáče. Na mechu a suché

trávě tam klidně spal velký hnědý **medvěd**. /obr.12/

„Jen tiše, Človíčku,“ zašeptala maminka, „medvěd sice spí, ale slyší všechno, co se kolem něj šustne, a může se snadno probudit. Tak pojď, ať ho nevyrušíme,“ usmála se a pohladila svého synka jemně po tváři.

„A kde jsou, maminko, ještě další lesní zvířátka a také hmyz?“ zeptal se Človíček zamyšleně. Maminka Příroda ho objala a najednou stál uprostřed lesa. Všude bylo ticho a klid.

„Teď se, Človíčku, dobře dívej,“ řekla maminka a mávla rukou jako kouzelník. Sníh zmizel a Človíček viděl, že les je plný zvířat a hmyzu. V hromadě kamení ležela stočená **užovka** /obr.13/ a kousek vedle ní **ještěrka** /obr.14/, pod kůrou stromů byli schovaní **brouci** /obr.15/, ve starém dřevě zas **berušky**. /obr.16/ V hlíně odpočívaly **housenky motýlů a larvy brouků**, kteří se na jaře vylíhnou. /obr.17,18/ V každé škvírce, pod každým kamenem, v kůře, hluboko v půdě... všude byl někdo zalezlý a schovaný před zimou. /obr.19/ Teď už Človíček věděl, že v zimě opravdu skoro celá příroda spí. A bude muset počkat do jara, až bude les opět plný života.






**Tip:** Můžeme dětem ukázat i stopy medvěda, ježka a jezevce / Příloha 3/ a uvést, že stopy ježka v lese v zimě neuvidíme, protože spí v kuse až do jara, zatímco stopy medvěda a jezevce můžeme výjimečně spatřit, protože při mírné zimě se mohou probudit, vyjít ven a pak se zase uloží ke spánku. Medvědice dokonce v lednu rodí mláďata a v doupěti se o ně starají.



## KDO JE ZIMNÍ SPÁČ?

Děti vědí, která zvířata přežívají zimu ve spánku.

**Pomůcky:** obrázky zvířat + obrázek s pelíškem Příloha 3



-  Na zem nachystáme obrázek s pelíškem, do kterého budeme dávat zimní spáče.
-  Ukážeme dětem obrázek, řekneme si, co je to za zvíře a zeptáme se, zda se jedná o zimního spáče.
-  Pokud ano, děti pohybem rukou k hlavě naznačí spaní a pokud ne, vyskočí, zatočí se a znovu se posadí.
-  Takto roztřídíme všechny obrázky.
-  Zkontrolujeme, jestli jsme obrázky dobře roztřídili a shrneme dětem základní informace.



## ZIMNÍ SPÁČI V PELÍŠKU

Děti vědí, která zvířata v zimě spí a kde.

**Pomůcky:** tvrdé papíry, temperové barvy, pastelky nebo voskovky, obrázky zimních spáčů Příloha 3

-  Děti si vyberou jednoho zimního spáče a obrázek si vybarví.
-  Na tvrdý papír namalují pozadí, které bude znázorňovat teplý, pohodlný pelíšek, který zimního spáče ochrání před zimou.



- 🐿 Děti použijí barvy, které si samy vyberou. Můžeme je navést tím, že se zeptáme, jaký takový pelíšek může být:
  - je v něm teplo /červená, oranžová/
  - je v zemi nebo pod listím /hnědá/
  - je bezpečný /červená/
- 🐿 Nakonec děti uloží (nalepí) svého zimního spáče do pelíšku a domalují les.



Následně si děti vezmou své výtvary a zahrajeme si hru.



KDO SPÍ V LESE

Děti vědí, která zvířata spí v lese zimním spánkem.

**Pomůcky:** obrázky zimních spáčů z předchozí aktivity

- 🐿 Rozdělíme děti na dvě skupiny.
- 🐿 Jedna skupinka schová své spáče v prostoru herny, zatímco se druhá ne dívá.
- 🐿 Pak se děti z druhé skupiny vydají do zasněženého lesa a hledají zvířátka, která spí zimním spánkem.
- 🐿 Až najdou všechny obrázky, dáme je na jedno místo, společně si je prohlédneme a řekneme si, jaká zvířátka jsme objevili.
- 🐿 Pak se skupiny vymění. Druhá schovává a první hledá.
- 🐿 Nakonec si všechny obrázky rozložíme na jedno místo a popřejeme zvířátkům klidný spánek.

*Jedním ze zimních spáčů je i křeček polní. V říjnu zaleze do podzemního hnízda vystlaného trávou, ve kterém spí většinou až do března. I když jeho tělesná teplota klesne na pouhé 3 °C, několikrát za zimu se vzbudí, což je náročné na energii. Proto si přes léto nashromáždí zásoby plodů a zrní. Skladuje je v podzemních spižírnicích, které jsou součástí chodeb vedoucích až dva a půl metru pod zemí. **Jediný křeček si dovede přes léto do spižírny nanosít až 15 kg zrní.** Když se potom ve svém podzemním příbytku probudí, ihned si zajde do spiže pro něco dobrého.*







*My si teď zahrajeme na křečka, který spí hluboko pod zemí ve své noře, kde má i své zásoby a zkusíme mu je vzít.*



## KDO VEZME KŘEČKOVÍ ZÁSoby

Děti trénují sluch a postřeh, a také si uvědomí, jak jsou pro křečka důležité zimní zásoby jídla.

**Pomůcky:** jablko, šátek na oči

-  Děti si sednou do kroužku.
-  Vybereme dítě – křečka. To si sedne doprostřed kruhu, položí si vedle sebe jablko, které bude představovat jeho zásoby jídla, zavážeme mu oči a křeček jde spát.
-  Pak ukážeme na jedno dítě, jehož úkolem bude se tiše přiblížit ke křečkovi a jablko mu vzít.
-  Křeček sice spí, ale pohyb zloděje nebo jakýkoli zvuk ho může probudit a pak nezvaného hosta chytí. (křeček se ale nehýbe, jen sedí)
-  Pokud křeček zloděje chytí, když mu chce vzít jablko, může se rozhodnout, jestli zůstane ještě křečkem nebo se vrátí do kruhu a vybere další dítě.
-  Pokud se zloději podaří jablko vzít, vystřídá křečka.

**Důležité:** Po hře dětem řekneme, že jsme si sice užili spoustu legrace, když jsme chtěli vzít křečkovi jeho zásoby a trénovali jsme jak naši bdělost a postřeh, tak schopnost se pohybovat tiše a nenápadně. Ve skutečnosti bychom to ale nikdy neudělali, abychom zvířátkům brali jídlo, které si shromáždili a schovali na zimu. Ba naopak můžeme zvířátkům v lese přes nepříznivé zimní období pomáhat a o tom si budeme povídat příště.



# JAK DĚTI DONESLY DOBROTY LESNÍM ZVÍŘÁTKŮM

**Pomůcky:** prezentace s obrázky Příloha 4

Dneska si Človíček trochu déle pospal, a když vyšel z domečku, čekalo ho venku milé překvapení. Po několika zamračených a mrazivých dnech na něj z modré oblohy koukalo sluníčko. Človíček mu hned radostně zamával a volal: „Tatínku, moc rád tě vidím. Tvoje paprsky dělají svět ještě krásnější a veselejší. A hlavně teplejší!“ Tatínek se zasmál a jedním paprskem pohladil Človíčka jemně po tváři. „To bude krásný den,“ zaradoval se Človíček, posadil se na pařez vedle domečku a vyhříval se na sluníčku. Když vtom se z dálky ozvalo hlasité volání: „Človíčku, podívej, co vezeme.“ Byla to Anička s Vítkem. Táhli za sebou velké sáně a smáli se od ucha k uchu. Človíček nadšeně vyskočil a běžel jim naproti.

„Co to, děti, máte?“ ptal se hned zvědavě.

„Minule jsi nám vyprávěl, co mají ráda zvířátka v lese,“ odpověděla s úsměvem Anička.

„Taky jsi říkal, že v zimě mají málo potravy,“ vyhrkl Vítek. „Tak nás napadlo, že jim nějaké dobroty přivezeme.“

„Podívej, co všechno máme,“ radovala se Anička a ukazovala na vrchovatě naložené sáně. /obr.1/ Seno nám dal pan soused, který ho suší na zimu pro své ovečky. Obilí máme od mojí babičky. Doma si z něj mele mouku, ze které potom peče výborný chléb. Pak jsou tady jablka, hrušky, brambory, řepa a kukuřice – to nám přinesla paní učitelka a kamarádi ze školky.

„To je úžasné,“ řekl nadšeně Človíček.

„Ale co je toto?“ podivil se a vzal do ruky zvláštní dřevěnou krabici. /obr.2/

„To je přece krmítko pro veverku,“ vysvětlila mu s úsměvem Anička. „Vyrobil ho můj tatínek ve své stolařské dílně. Tady má veverka otvor, aby si mohla vzít, co chce, a má i stříšku, aby do něj nenapršelo nebo nenasněžilo.“ „Tvůj tatínek je moc šikovný, Aničko,“ pochválil krmítko Človíček.

„Je opravdu krásné. Veverka Zrzička z něj bude mít určitě radost.“

„A co jí do toho krmítka dáme?“ zeptal se starostlivě Vítek.

„Veverka má ráda lískové a vlašské ořechy, slunečnicová a dýňová semínka,“ řekla Anička a hned jimi krmítko naplnila. /obr.3/

„Přidáme ještě kousek jablka a hrušky,“ dodal Vítek. /obr.4/

„A já přinesu pár jablek sušených,“ navrhl Človíček a běžel pro ně do domečku.

Když bylo krmítko plné, zavěsily ho děti na strom a zavolaly na veverku. /obr.5/

Pak vzaly ze saní hromádku sena a rozdělily ji na malé kupičky. /obr.6/

„Na seně si pochutnají srnky, jeleni a daňci,“ řekl spokojeně Vítek a položil jednu kupku sena mezi větvičky keře.

„Ještě přidáme obilí,“ navrhl Anička a vysypala pytlík pšenice do velké mísy. /obr.7/

„Všechna zvířátka si pochutnají i na ovoci a zelenině,“ doplnil Človíček a dal na zem jablka, hrušky, řepu a brambory. /obr.8/

„A divokým prasatům k tomu přidáme kukuřici,“ dodala potěšeně Anička.

Nakonec kamarádi nasypali do krmítka pro ptáky ještě semínka, ořechy a ovesné vločky. /obr.9/

Pak zavolali na lesní zvířátka a ta už za chvíli hodovala na dobrotách, které pro ně nachystali. Ten den měli srnky, jeleni a laně, divoká prasata, veverka, zajíc, malá myška i veselí vrabčáci plná bříška a děti s Človíčkem se z toho společně radovali. /obr.10/



## NA ČEM SI POCHUTNAJÍ LESNÍ ZVÍŘATA

Děti vědí, jak a čím můžeme přikrmit lesní zvířata.

**Pomůcky:** obrázky zvířat a plodin na přikrmování Příloha 4

- 🍎 Sedneme si s dětmi do kroužku a vyskládáme obrázky plodin, kterými můžeme v zimě přikrmit zvířata.
- 🥕 Společně si všechny ukážeme a vyjmenujeme.
- 🍏 Pak položíme na zem obrázek jednoho zvířete a děti hádají, co mu z těchto dobrot bude asi chutnat. Po vyvolání vždy jedno dítě vezme daný obrázek plodiny a položí ji ke zvířeti.
- 🍇 Takto zopakujeme postup se všemi zvířaty.



## HOSTINA PRO VŠECHNA ZVÍŘÁTKA

Děti se učí pomáhat zvířatům v zimním období.

**Pomůcky:** jablka, hrušky, mrkev, brambory, řepa, kukuřice, obilí, semena, seno

Vypravíme se s dětmi do lesa nebo do blízkosti pole a zaneseme zvířatům dobroty do krmelce nebo jim připravíme lákavou mandalu z ovoce a zeleniny.

**Poznámka:** Zvířatům můžeme do lesa vzít seno, oves nebo ječmen, žaludy, kaštiny, mrkev, jablka, hrušky, brambory, řepu nebo kukuřici. Nikdy ale pečivo!!! Je v něm příliš mnoho sacharidů, které zvířatům v žaludku kvasí. To vede k překyselení a k následnému úhynu bakterií, potřebných k trávení. Přemnoží se bakterie škodlivé a zvíře umře. Pečivo je nebezpečné především pro všechny srny, jeleny, daňky i muflony. Pak také pečivo ve vlhkém počasí rychle zplesniví, což přináší zvířatům také značná zdravotní rizika. Ideální je, spojit se s místními myslivci a domluvit se s nimi, co přesně můžeme do krmelce přinést.



# ÚVODNÍ INFORMACE K JEDNOTLIVÝM DOPLŇKOVÝM KAMÍNKŮM



Provází nás celým rokem a seznamuje děti postupně s bylinkami, které zrovna rostou a kvetou a můžeme je použít ať už jako krásné obohacení našich pokrmů anebo využít jejich léčivou moc pro podporu našeho celkového zdraví a pohody.

S dětmi si budeme bylinky sušit, připravovat čajové směsi, připravovat maceráty a vyrábět si z nich krémy, masti, vonné oleje a další kosmetické přípravky.

Od září do jara nás čeká každý měsíc jedna bylina, v jarních měsících potom využijeme sílu mnoha jarních bylin.

## Obsah

Září	řebříček
Říjen	šípková růže
Listopad	netřesk
Prosinec	využití sušených bylin na dárečky
Leden + únor	využití sušených bylinek, Jidášovo ucho
Březen	petrklíč
Duben	ptačinec žabinec, kopřiva, pampeliška
Květen	jetel, černý bez, vlašovičnick
Červen	máta peprná, šalvej, bylinky ze zahrádky



## Sezónnost

Všechny recepty v kamíncích jsou zařazeny tematicky tak, aby sledovaly téma kamínku, některé z nich jsou přímo doplňujícími aktivitami k příběhům z metodických materiálů.

Současně jsou recepty sestaveny tak, aby naplnily požadavek na sezónnost jednotlivých surovin a byly tak v souladu s ročními obdobími a tím, co nám příroda v dané době nabízí.

## Kvalita surovin

Při přípravě svačinek je dobré věnovat pozornost i kvalitě surovin, tzn. ovoce a zelenina by měla být nejlépe ze zahrádky nebo od farmáře, u mléčných výrobků (zakysaná smetana, tvaroh, jogurt, sýr) je dobré preferovat bio kvalitu nebo farmářské produkty (pokud máme tu možnost).

V receptech uvádíme i vejce od šťastných slepiček, které častěji koupíme od farmářů nebo menších chovatelů.

## Rostlinné varianty mléčných produktů

Většinu mléčných produktů v receptech můžeme podle libosti nahradit rostlinnou, veganskou alternativou. Dnes najdeme v obchodech naštěstí už velmi širokou nabídku těchto produktů a směle je můžeme vyzkoušet i při přípravě svačinek s dětmi.

Dětem tím můžeme současně ukázat, že existují i tyto možnosti a seznámit je s nimi.

## Poznámka

K přípravě některých svačinek budeme potřebovat troubu a sporák. Máme zkušenost ze školek, že si děti vše samy připraví na pečící plech a paní kuchařka pak výrobek následně upeče. Velmi doporučujeme pořídit do třídy i plotýnkový vaříč, aby si děti pod dozorem paní učitelek mohly některé suroviny i tepelně upravit. Máme s tím ze školek velmi dobrou zkušenost.

## Vzhled

Důležitou součástí je i vzhled každé svačinky. Jíme přece také očima a čím více barev, tím více krásy, ale i živin. Barvy v ovoci a zelenině jsou tvořeny fytochemickými látkami, které mají rozsáhlé příznivé účinky na naše zdraví. Kombinováním více barev (různých druhů ovoce a zeleniny) se tento účinek zvyšuje.

## Poděkování Matce Zemi a Slunci

Je velmi vhodné, naučit děti před jídlem poděkovat. Učí se tak více vnímat hodnotu jídla a uvědomují si, že vše, co jíme, nám dává maminka Země a její živly (půda, vítr, voda, oheň). Plody Země jsou výrazem hojnosti, kterou tady můžeme každý den zažívat a také naším základním spojením se Zemí.



**Kolo roku je stále se opakující cyklus, ve kterém se střídají roční období, světlo a tma.**

Dělí se na osm částí neboli osm svátků, které nám pomáhají vědomě přejít z jednoho období do toho následujícího a uvědomit si tak jeho význam a kvalitu a tu také využít.

Svátky kola roku jsou taková zastavení se během roku v běhu času, kdy se můžete naladit na přírodu a v jaké je fázi, zvědomit si, co nás v tu chvíli ovlivňuje a co je pro nás přirozené v to období prožívat.

Čtyři takzvané „velké“ svátky, nebo také svátky ohně: Imbolc, Beltain, Samhain a Lughnasadh. Jsou to oslavy zmiňované v historické literatuře o Keltech a často se vyskytují v keltských mýtech. Tradičně odpovídají tomu, co lidé v dané části roku prožívají a jaké vykonávají (zemědělské) činnosti.

Čtyři svátky slunce: Zimní a letní slunovraty a jarní a podzimní rovnodennosti. Jsou to okamžiky důležité především pro přírodu a zemi jako takovou.



Kolo roku začínáme s dětmi v září, a to podzimní rovnodenností.

- Podzimní rovnodennost (Mabon) 23.9.
- Samhain (Dušičky) 31.10.- 2.12.
- Zimní slunovrat (Vánoce) 22.12.
- Imbolc (Hromnice) 2.2.
- Jarní rovnodennost (spojená s Velikonocemi) 20.3.
- Beltain (Čarodějnice) 30.4.
- Letní slunovrat (Svatojánská noc) 20.6.
- Lughnasadh (Dožínky) 1.8.



Kamínek PÍSNÍČEK obsahuje 32 písní.  
24 z nich je nahraných ve studiu v MP3 podobě.  
10 z nich má i notový zápis, k ostatním je dodaný jen text.  
8 písniček není nahraných, jsou k dispozici pouze v notovém zápisu.



Obsahuje tipy na každodenní pohybové aktivity.  
Některé z nich jsou i součástí jednotlivých tematických kamíneků, některé jsou uvedeny jen zde a slouží především k tomu, abyste tyto aktivity měli vždy po ruce.

Jeho součástí jsou všechny příběhy z tematických kamíneků plus několik nezařazených příběhů, se kterými můžeme pracovat samostatně.

