

## 17.3(streda)PEOV

### Pozorovanie prírody

# Ako si s deťmi užiť jar v prírode

**Jar je konečne tu, príroda sa prebúdzá, slniečko láka von... Je to skutočne krásny čas, ktorý by bola škoda nevyužiť. Tak sa teda nechajme nakaziť detskou radosťou a poďme objavovať prírodu spoločne!**

**1 | Zasad'te si niečo** – jar je tradične sezónou záhradkárov, ale ak aj vlastnú záhradu nemáte, pestovať sa dá v kvetináčoch. Skúsiť môžete rukolu, rôzne kuchynské bylinky, či cherry paradajky. Pre deti je to tiež výborná skúsenosť – môžu sledovať ako to vo svete rastlín chodí, ukladať malé semienko do zeme, starať sa oň, zalievať a postupne sledovať vznikajúcu rastlinku. A tá radosť, keď sa práca vydarí a môžeme si pochutnať na vlastnej zeleninke – na nezaplatenie!

**2 | Zbierajte bylinky** – že tie najlepšie veci v živote bývajú zadarmo potvrdzuje aj naša príroda. Celkom zadarmo v nej môžeme nájsť užitočné rastlinky, ktoré sú navyše chutné aj zdravé. V tomto období po zime, keď čerstvých vitamínov bolo k dispozícii pomenej sú jarné bylinky ako stvorené na doplnenie energie. Naučte svoje deti rozoznávať medvedí cesnak a urobte si domáce pesto, zbierajte mladé púpavové listy a prihod'te ich do šalátu, nasušte si bazové kvety na chutný čaj... A nezabudnite deťom ukázať vd'ačnosť za všetky tieto poklady prírody.

**3 | Pozorujte** – cestou za bylinkami si určite pozorne všímajte aj svoje okolie. Objavíte púčiky stromov, larvy motýľov, prebúdzajúcich sa slimáčikov... Do batoha si prípadne môžete pribaliť aj lupu a detailnejšie pozorovať lesné mravce či rozličné chrobáčky. Hlavne nechajte prírodu prúdiť svojim vlastným spôsobom, nezasahujte, buďte len pozorovateľmi. Určite sa mnohému dozviete.

**4 | Ovonievajte** – trénujte svoje zmysly a privoňajte prírode. Skúste zistiť, ako vonia kôra stromov či čerstvá tráva, rozlišujte kvety so zatvorenými očami, iba podľa vône

**5 | Založte si herbár** – nazbierajte niekoľko rastliniek a doma ich dajte vysušiť. Po usušení ich prilepte do čistého zošita, rastlinu označte názvom a mesiacom alebo ročným obdobím zberu. Opakujte pravidelne počas celého roka. Na konci budú mať decká krásny herbár, v ktorom pekne uvidia aké rastliny sa vyskytujú v akom ročnom období.

**6 | Skáčte do mlák** – prvé jarné dažde majú svoje nezameniteľné čaro. Užite si aj daždivé počasie, dovoľte deťom skákať do mlák alebo si rovno sami zaobstarajte gumáky a zaskáčte si spoločne.

**7 | Prejdite sa zakvitnutým sdom** – ak máte vo svojom okolí ovocný sad, rozhodne si nenechajte ujsť čas, keď bude krásne zakvitnutý. Alebo navštívte botanickú záhradu, v jarnom období je to obzvlášť krásny zážitok.

**8 | Urobte si piknik** – využite slnečné dni, zoberte si deku a nejaké dobroty do košíka a dajte si spoločný obed na tráve. Na čerstvom vzduchu všetko chutí inak, vyskúšajte!

**9 | Počúvajte** – skúste si len tak sadnúť v lese na starý pník a bez slovíčka počúvať. Rozlišujte vtáky podľa ich spevu, počúvajte šuchot lístia... Pre deti je to tiež výborná aktivita na upokojenie mysle a cibrenie sluchu, na ktoré v dnešnom hlučnom svete často nie je priestor.



Rozkvitnuté sady a spievajúce vtáky môžete spoločne pozorovať celé hodiny.

**10 | Kreslite kriedami na chodník** – zoberte pred dom kriedy a kreslite! Nechajte deti vytvoriť farebné kreácie všetkých druhov. Zapojte sa do diela viacerí a vytvorte spoločný obraz na celý chodník. Fantázii sa predsa medze nekladú!

**11 | Skáčte „škôlku“** – keď už máte v rukách tie kriedy, podme si aj trochu zacvičiť. Nakreslite na zem škôlku a naučte svoje deti hru, ktorá neodmysliteľne patrila k tomu vášmu detstvu.

**12 | Upratujte** – urobte pre svoje okolie čosi užitočné! Pozbierajte vo svojom okolí odpadky. Skrášlite svoje životné prostredie a deti naučíte väčšej vnímavosti.

**13 | Pozorujte západ slnka** – ukončite deň spomalením, stíšením a pokojným pozorovaním. Sledujte západ slnka, príchod Mesiaca, či prvé hviezdy na obzore...

Vo všetkých aktivitách nezabúdajte rešpektovať prírodu, učte svoje deti ako ju chrániť, pretože to je to najdôležitejšie, čo ich môžete naučiť – byť vnímavým voči svojmu okoliu. A nie len na jar, ale vo všetkých ročných obdobiach.