

Lesní školky fungují v republice bez lesa o samostatně

JAK SE DAŘÍ V LESNÍČKU

Lesníček je lesní třída mateřské školy Semínko. Škola sídlí v areálu Střediska ekologické výchovy hlavního města Prahy v Praze 10 - Hostivaři. Děti jsou po celý dopolední program venku – na louce, zoraném poli, v lese, u rybníku, v třešňovém sadu nebo na paloučku u meandrů potoka Botiče. Při výletech chodí i do vzdálenějšího okolí, Hostivařského lesoparku, Trojmezí nebo do Milíčovského lesa.

Zimní setkávání v Lesníčku bylo letos teplejší než vloni, ale i tak si děti mrazivé dny užily. Lednové téma bylo věnováno ptákům. Pro začátek se děti staraly o krmítka, rozvěšovaly jablka a dopiňovaly semínka do krmítek. Na zasněženém ohništi rozdělávaly s učitelkami oheň (se zájmem pozorovaly tající sněh). Jedno studené ráno děti zase zatopily pod kotlem. Na ohni rozehrály sádlo, smíchaly se slunečnici a ptačí zobací směsi a to vše nechaly trochu vychladnout. Hotový ptačí m náilly do kelímků od jogurtů. Směs nechaly přes oběd ztuhnout před marinogotkou, a když se po obědě vrátily, byla už trošku oklovaná od ptáčků.

Další dopoledne vyklopily lojové bábovky a udělaly z nich koule zavěšené na provázku.

Citace z Lesního deníku:

Před odchodem na oběd lojovou kouli zavěsily do krmítka a bylo to naposledy, co byla spatřena. Zmizení ovšem dětem nepřišlo podezřelé, a tak případ příliš neřešily. Před odchodem na spaní do marinogotky zavěsily kouli novou a vícekrát jí nikdo neviděl ☺. Velmi podivná situace. Řešení záhady se ujal Martin (vrchní vyšetřovací inspektor). Rozhodl se informovat veřejnost (příchozí rodiče) a každému říkal: „zase ji něco sežralo.“ Tyto podezřelé krádeže trvaly několik dní, všichni dětští vyšetřovatelé (skoro ornitologové) krmítka pozorovali z dálky i z blízka, kladli pasti, pozorovali otisky prstů, ale s případem nepohnuli. Zloděj se stával drzejším a drzejším a lojová koule mizela i během krátkých procházek. Až jednoho dne se zlodějším jejich neohroženost stala osudnou. Když se vyšetřovatelé vraceli z oběda, uviděli okolo nastražené lojové koule asi dvacetičlennou organizovanou skupinu zlodějek v černobílých stejnokrojích. Byly to straky zlodějky. A ačkoli se děti snažily, nepodařilo se žádnou zadržet a předvést před spravedlnost.

Myšlenko „s dětmi venku za každého počasí“ má dlouhodobou tradici ve skandinávských zemích. Pojem lesní mateřská škola se objevil v roce 1954 v Dánsku. V Německu se lesní MŠ zřídil od roku 1993. Lesní MŠ existují také ve Švýcarsku, Rakousku, Velké Británii, USA nebo v Japonsku. U nás zatím tyto mateřské školy fungují jen zčásti jako kluby, protože nejsou zahrnuty do školního systému.

Farmář Honza dětem prozradil, kde se schovávají bažanti, protože jim tam nosí pšenici, aby v zimě nehladověli a dovolil nám, abychom taky mohli občas bažantům donést krmení. A tak jsme se naučili, proč patří do řádu hrabavých a jaký mají hlas. Zjistili jsme, že ho často slyšíme. Když jsme hodně tiší, tak ba-



žanty i vidíme. Dokážeme rozeznat jejich stopy. Naučili jsme se poznat káně, sýkor-ky, strakapouda, brhlíka, vlaštovku, jiřičku, žlunu, kalouse, poštolku, kukačku, ledňáčka, datla aj. Hodně jsme si o ptáčích povídali: o vajíčkách a hnízdění vůbec (děti zaujalo chování kukačky), o krmení (na co jaký pták svůj zobák používá), o lovení potraviny (tvary nohou a drápů).

Měli jsme možnost pozorovat vyklované díry do stromů od strakapoudů a žluny.

Také jsme pozorovali včelí úly, které byly zakryté pletivem, aby neměla žluna možnost sníst spící včely. Hráli jsme různé poznávací hry a hádanky, a také jsme si nechali ujit zimní radovánky, jako je bobování, koulování (i různé trefování do stromů a přehazování plotů), klouzání po zamrzlém mokřadu a pozorování zmrzlé vody a všeho, co bylo pod hladinou vidět.

V únoru jsme se v Lesníčku věnovali převážně zvířátkům na statku. Jeden den jsme si vypůjčili našeho kamaráda, místního hlídače, vičáka Hajdara. Hráli jsme si s ním celé dopoledne: běhali jsme psi závody, házeli aporty a nechali jsme se vozit po ledě. Také jsme se naučili, jak se pes vodi a na jaké povely umí reagovat. Povídali jsme si o tom, jak se chovat k pejskům, a vyprávěli si různé psi zážitky.

Slaňovali jsme se k Botiči, kopali jsme poklady na paloučku a stavěli bunkr. Měli jsme možnost pozorovat kováře při práci, když okovává koniky. Děti měly spoustu otázek, na které pan kovář ochotně odpovídal. Nakonec nás obdaroval podkovami. Povídali jsme si, k čemu všemu jsou hospodářská zvířata užitečná. V únoru se narodila první jehňata. Tak je chodíme pozorovat, jak den ode dne rostou a jsou samostatnější. Brzy na to se narodila kuzliata, tak už má náš statek jarní atmosféru.



JAK SE DAŘÍ V LESNÍČKU

Břežnové téma jsme věnovali našemu zdraví. Povíдали jsme si o tom, jak je zdraví důležité, a co se musí udělat, abychom zdraví zůstali. Např. pravidelný pohyb, pohyb v přírodě a hlavně vyvážená strava. Povíдали jsme si o našich svačinkách, které nám maminky každý den připravují. Každý řekl, co má rád, a pak jsme si povíдали o tom, co je zdravé a naopak, co by se nemělo tak často jíst. Povíдали jsme si o původu různého ovoce a zeleniny, o času setby a jejich zrání a také, kdy se sklízí. Hádali jsme, které ovoce a zelenina je exotické, které naše domácí a poslepu jsme si svačinky ochutnávali. Sestavovali jsme pyramidu potravin a říkali jsme si, proč je důležité tyto potraviny jíst a v jakém množství. Hráli jsme hry na poznávání zeleniny a ovoce hmatem a čichem. Čichem jsme také



určovali druhy koření. Sbírali jsme bylinky a vařili z nich čaj. Dávali jsme je do pečených brambor, pekli jsme pizzu. Také jsme seli fejičku, klíčili mungo a chystáme se na seti rostlinek do záhonů.

Skupinu 15 dětí mají na starosti dvě paní učitelky. Je to malá skupinka, a tak mohou děti jezdit autobusem, metrem nebo tramvají i dál, kam bychom si s běžnou třídou v počtu 24 až 28 dětí netroufli. V zimě děti chodí hodně za kulturou – každý týden jinam. Děti byly v Národním muzeu, v Národní galerii, v divadle Minor, v knihovně, v Národním divadle, v knihovně.

v Zoo, a v keramické dílně. Na jaře a v létě jim už bude líto trávit dopoledne v uzavřených prostorách bez oken a v dopravních prostředcích.

Díky podpoře Německé nadace pro životní prostředí a Magistrátu hlavního města Prahy mohla být postavena dřevěná maningotka. Ta slouží dětem jako přístřešek v době, kdy je venku příliš nevlídnou. Během dopoledního programu byla maningotka po celou zimu prázdná. Využívá-



co dělá na výletech v přírodě, co jí obklopuje, naučila se, jak se v lese chovat. Moje dcera nebyla za celý rok v podstatě nemocná, a to byl její první školkový rok, kdy děti zpravidla často stonají. Když měla dcera narozeniny, každé z dětí ji nakreslilo krásný obrázek doplněný nějakou přírodninou, má je vystavené dodnes. Domnívám se, že kontakt ve skupině lunguje dobře jednak díky skvělému vedení, jednak díky menšímu počtu dětí ve skupině. Když si dcera vyzvedávám, je nabitá energií, má zrůžovělé tváře a všichni se tváří spokojeně a mile. Ze začátku jsem měla pocit, že bych více než na dva dny dítě do lesní školky nedala, že potřebuje být vevnitř a hrát si s panenkami, teď si to již nemyslím. Lesní školka je nejen přínosnější varianta ke klasické školce, je prostě lepší."

Mgr. Magdaléna Kapuciánová
FOTO – archiv Lesníčku

Patří děti do kuchyně?

My si myslíme, že ano. Možná budete překvapeni, jak šikovný dokáže být mladý pan Pohroma, když ví přesně, co má dělat. A malá slečna Mlsná, která chce jen sladkosti a nad jablíčky ohრnuje nos, vás možná také překvapí. Vždyť vlastnoručně připravený jablčný kompot chutná přeci daleko lépe než ten, který maminka přinese až na stůl. A třeba na té rybi pomazánce něco je, když ta její tatínkovi tolik chutná!

Tato knížka obsahuje 18 jednoduchých receptů psaných tak, aby podle nich mohly s pomocí svého dospěláka vařit přímo děti. Recepty vycházejí z jednoduchých surovin, nevnučují dětem alternativní stravovací návyky, ale zároveň k nim poskytují prostor. Knižka však nemá za cíl naučit děti vařit. Hlavně chce děti zábavnou formou seznámit se základními čerstvými surovinami a ukázat jim, že do kuchyně patří. Myslíme si, že v době, kdy se fastfoodové řetězce těší rostoucí oblibě, je to důležitější, než kdy jindy. Autorka receptů Tereza Vrbová se věnuje zdravé výživě a biopotravinám přes 15 let, je autorkou knihy o přídatných látkách v potravinách a spoluzakladatelkou společnosti bio[™]nebio, s. r. o. Má dvě malé děti, které se na tvorbě knížky podílely jako pokusní králíci či kaskadéři. Knižka je kromě receptů plná básniček, hádanek, ornalovánek, zajímavých informací a krásných ilustrací. Na konec malé varování. Tato knížka je sice určena dětem, ale nože jsou ostré a sporák horký bez ohledu na velikost kuchaře! Většina receptů se proto bez dohledu dospěláka neobejde. Přímou v receptech je zdůrazněno, kdy má s krájením či vařením pomoci někdo dospělý, ale i tam, kde to zdůrazněno není, je dohled nad dítětem více než vhodný. Nenechávejte prosím děti v kuchyni samotné! Přejeme Vám veselé vaření bez připálených hrnců! (tv)

MALINOVÝ KOKTEJL

MAKROBIO



MALINOVÝ KOKTEJL



Malinový koktejl

- 2 lisky želé
- 1 hrnek malin (čerstvých nebo zmražených)
- 1 litr mléka

Do vysoké nádoby dej maliny (smáčkni šupku), kafe a med a rozmixuj pomocí ručičky. Kafe kafe a jana vydej, pokud je ten tvrdší, přidávej med. Mléko malin může být i s medem, pokud máš rádi sladší nápoje a děti ti to více.