**21. Pobyt v přírodě, sezónní činnosti – charakteristika, obsah, realizace v MŠ**

sezónní činnost – činnost vázaná na urč. roční období (např. koulovat se sněhem v létě úplně nepůjde) či počasí

zotavovací akce = školka v přírodě: posílit zdraví dětí, zvýšit jejich tělesnou zdatnost, popřípadě i získat specifické znalosti nebo dovednosti, max. 14 dnů

aktivity rozvíjí vytrvalost, samostatnost, kooperaci, vztah k přírodě, obratnost, tělesnou zdatnost

**obsah:**

hry v přírodě, turistika, orientační aktivity, bezpečný pohyb v přírodě, šplhání a balanc na lanech

sezónní činnosti: koulování, bobování v zimě, hry ve vodě v bazénu/mlhoviště v létě

**realizace:**

výlety do okolí MŠ, do lesa, školy v přírodě

s sebou vždy lékárničku, s dětmi projít pravidla a bezpečnost

*Les:*

* např: honicí hry, přírodní překážková dráha, nízké lanové překážky, slackline, lezení po stromech
* dát si pozor na vhodnou (pevnou uzavřenou) obuv, jasně stanovit hranice, příp. svolávací znamení (Indián), repelent na klíšťata (ale zeptat se rodičů, zda můžeme stříkat)

*Cesta:*

* např.: běhací hry, hry na pozornost, skoky, orientační hry (např. geocaching dle GPS)
* na procházce 1 učitel vpředu, 1 vzadu, počítat děti, přizpůsobit tempo průměru, aby nevznikaly velké mezery, dodržovat pitný režim a přestávky na odpočinek, s sebou sušené ovoce a oříšky na dodání energie, vybrat bezpečnou a přiměřenou cestu (bez srázů a ne 50 km dlouhou)

*Sezóna:*

Jaro/Podzim

* vhodné oblečení, s sebou pláštěnky a náhradní ponožky
* pohyb v přírodě – pozor na mokrý terén, nevhodné pro lezení na stromy

Zima:

* vhodné oblečení, včetně doplňků (rukavice, šály, čepice), doporučuje se vrstvit oblečení (styl cibule), teplý sladký čaj s sebou
* koulování – pozor na obličej, lepší koulovat stromy
* základy bezpečnosti s dětmi – např. nelézt na zamrzlý rybník

Léto:

* pokrývka hlavy nebo dostatečný pobyt ve stínu (úpal, úžeh), dostatek pitného režimu (ne ledová voda), opalovací krém (čím vyšší UV faktor, tím lépe)
* pozor na hmyz – klíšťata, bodnutí včelou/vosou (může být alergický šok)
* stanovení pravidel pro pohyb v bazénu, jen malý počet dětí najednou na 1 učitelku, pořád někdo přítomný