

## Užívejte si podzimní přírody s dětmi

---



### Co dělat s dětmi v přírodě na podzim?

Skutečnost, že se děti i dospělí v dnešní době vzdalují přírodě, nikoho nepřekvapí. Děti mají „lepší věci na zábavu“, dospělí mnohdy nemají čas. Dobu strávenou venku tráví jen na cestě do práce a z práce, po nákupech, úřadech atd.

Na druhou stranu mnoho z nás si uvědomuje, že příroda má „něco do sebe“. **I menší procházka nás dokáže uvolnit, zbavit napětí a stresu. A děti? Ty si venku zábavu najdou.**

Rádi byste vzali děti do podzimní přírody, ale nevíte, jak je venku zabavit? Pojdme si dát několik tipů:

#### 1. Pojedme na výlet!

O víkendech či dnech pracovního volna je více času, a proto se můžete vydat s dětmi na výlet. Kam? Možností je hodně. **Oblíbené jsou různé naučné stezky, rozhledny a cíl procházky v přírodě může být i uvnitř - třeba na nějaké pěkné expozici věnované dětem.**

#### 2. Hurá do lesa!

Les má své kouzlo. Vy načerpáte novou energii a vaše dítě ji trochu popustí. **V lese se totiž dá dělat spoustu věcí. Děti si mohou stavět různá obydlí z mechu, opadaného jehličí, kůry, větviček atd.**

co takhle si zahrát na schovávanou či jinou hru vhodnou do přírody? Pokuste se v potomkovi probudit zájem o přírodu. Vyprávějte mu o ní a možná své dítě nějakou zábavnou formou nalákáte i na sběr hub.

### 3. K vodě

**Naučte děti házet „žabky“, nebo společně vyrobte lodku z kůry a dalších přírodních materiálů a pouštějte ji po vodě. Kam až dopluje?**

### 4. Pouštíme draka

Snad každý si pamatuje pouštění draka ze svého dětství. **Vytipujte alespoň trochu větrný den a dopřejte tuto zábavu i svým ratolestem.**

Příroda se dá poznávat, ať už je venku jakékoliv počasí. Oblečte sebe i děti přiměřeně venkovní teplotě a aktivitě, na kterou se chystáte, a hurá do přírody.

### Poznávání přírody i po příchodu domů

Vezměte si „kousek přírody“ i domů, kde ji dítě může využít pro svou kreativní tvorbu. Oblíbenou činností je především **tvoreň zvířátek a dalších figurek z kaštanů a špejlí. A co takhle nasbírat venku listí a nechat dítě (třeba i s vaší pomocí) vytvořit nějakou pěknou barevnou koláž?**