

MĚSTO NA HRANÍ

Štěpánka Vontrová

Přes
77 skvělých
aktivit a her



**Zažijte město s dětmi jinak.
S tím, co máte vždy po ruce.
Tam, kde žijete.**

ÚVOD

Město vplouvá do teplých dnů. Oči mhouříte nad nezvyklým přívalem slunečního světla a vše okolo dostává nové svěží barvy. Do krve se vlévá nová energie a dítka po dlouhé zimě rychle přivyknou venkovnímu prostředí a jsou k neudržení. No, správněji řečeno, je to jako byste vypustili divou zvěř z klece. Nádhera...

Jenže ani tahle euforie netrvá věčně, stejně jako nadšení z prvního sněhu. Chodíte s dětmi 2x denně ven, mezitím vaříte, uklízíte, nakupujete a jste s nimi většinu dne sama. Možná unavená, uchozená (no dobře, ulítaná nebo uštvaná) a bez nápadů, co venku pořád dělat. Stereotyp korunovaný dětmi v období vzdoru či předškolní puberty Vám dává zabrat.

Vyjíždět každý den na výlety není reálné. Žijete třeba na sídlišti nebo někde v okrajové části města. Během dne zařizujete takové ty běžné věci jako nákup, pošta, školka apod.

Znám to i já. S jedním dítkem to šlo, synchronizovat děti dvě (či více) už je náročnější. O to více, když každé má jiné potřeby (od forem hry, přes tempo chůze po potřebu spát).

Jenže už před lety jsem si začala nějak více všímat těch všedních věcí ve městě a toho, že děti baví hrát si právě tam. Že rozhodně nepotřebují jen ohrádku s atrakcemi nebo organizované akce ve stylu Den dětí. Že stačí most, zábradlí, kamínky a také lidé, které denně potkáváme.

Že **město může být na hraní**, když my, rodiče, ukážeme, že umíme i svůj čas trávit venku, tam, kde žijeme, s ostatními lidmi.

Když jsme tuto knihu začala psát, bylo jaro 2018. Najdete v ní především různé nápady a aktivity vhodné do měst, ale také jsem do ní zahrnula širší pohled na tvoření a „pěstování“ veřejných prostor, komunitní život v nich a jako bonus i pohledy a inspiraci od lidí, jejichž životy jsou s městy a dětmi úzce propojeny.

Chtěla bych jim všem poděkovat za to, co dělají a také za to, že svým způsobem inspirovali i můj život, můj směr a že se mi do života v různých podobách opakovaně vrací.

A malá prosbička na závěr úvodu. Na knize jsem pracovala delší dobu, investovala jsem do ní čas, který jsem většinou ukrojila ze svého spánku či času s dětmi. Je v ní spousta fotek našich dětí či dětí našich přátel. Proto Vás chci požádat o nešíření publikace volnou cestou. Nejvíce mne potěší, pomůže-li Vám a budete-li v ní nacházet inspiraci. Budu ráda, pokud ji doporučíte a budete sdílet. Přeposílání a kopírování je však chráněno autorským právem a zákonem o ochraně osobních údajů. Děkuji za respektování.

OBSAH

ČÁST I Dětská hra a život ve městě	
Proč vznikají dětská hřiště	5
ČÁST II Průvodce MĚSTO NA HRANÍ	
MŮŽE BÝT, KDYŽ NA TO JDEME OD LESA	16
Město ve své podstatě	17
Voda	27
Park, Hřiště, Zahrada	42
Písek	52
Výtvarné zásahy	56
Co ve městě najdete, i když byste to tam nečekali	62
Cvičení a pohyb ve městě	65
MHD	68
Zima	70
ČÁST III MĚSTO NA HRANÍ	
POHLEDEM RODIČŮ A LIDÍ	
TVOŘÍCÍCH VEŘEJNÁ PROSTRANSTVÍ	74

I.ČÁST

DĚTSKÁ HRA A ŽIVOT VE MĚSTĚ. PROČ VZNIKAJÍ DĚTSKÁ HŘIŠTĚ?

„Dětská hra byla vždy součástí městského života. V minulosti si děti hrály tam, kde pracovali a trávili volný čas dospělí. V Benátkách v podstatě neexistují dětská hřiště – hřištěm je město samo. Děti lezou na pomníky, schodiště, hrají si kolem kanálů a fotbal kopou přímo mezi chodci na ulici.“ (Jan Gehl, Město pro lidi, s 158).

Hrou se rozvíjí všechny stránky lidské osobnosti. Hra je současně prostředkem učení a tvoření. Díky hře dítě může svůj vlastní život tvořit, obměňovat. Upevňuje vlastní sebevědomí. Prostřednictvím hry poznává různé materiály, prožívá emoce, rozvíjí svůj pohyb, motoriku, komunikační dovednosti a sociální interakci. Hra je vlastně život. Ten opravdový život.

Než nalistujete průvodce, projděte i tuto část.

Pátrám tedy po tom, **proč a kdy vznikla dětská hřiště?**

Odpověď nacházím v sociologických průzkumech *„Lidé potřebovali z různých důvodů (bezpečnostních, sociálních apod) segregovat děti na uzavřená místa.“* (Roger Hart, Containing children: some lessons on planning for play from New York City).

To je krásné zrcadlo novodobých tendencí vše specializovat a zformalizovat, dát věcem účel, přiřadit je k instituci (učení probíhá výhradně ve školách, pracuje se výhradně v kanceláři či továrně) Přitom děti by se měly učit žít v přirozeném prostředí. Jejich život je zatím hra.

3 důvody vzniku umělých dětských hřišť

Co Vás napadne, když se řekne dětské hřiště?

Plot a za ním vřískající děti a zrudlé matky v jednom kuse v patách svým ratolestem. (zdroj:Děti a město, prostor pro hru Konference 2018)

Přitom zábava může být i u vykotlaného kmenu v parku nebo na chodníku s kamínky. Nejen v místech určených pro takzvanou dětskou hru (barevné hřiště plné atrakcí). Když jsme byli malí my, hráli jsme si za (před) barákem. Stačil nám klepáč, kus trávy, hromádka písku. Později i balon. Stačily nám lavičky u vchodu. V našich očích to byly obchody, autobusy, domečky. Pamatujete?

1. Hlavní problém je **bezpečnost měst**, a to především vlivem husté dopravy a také vlivem pochybných existencí. Dále pak nedostatek volných ploch pro nespoutanou dětskou hru, hrozící nebezpečí (jehly) v zarostlých parcích. Proto tu dnes máme fenomén oploceného hřiště. Plot sice zajistí bezpečí, ale je i pomyslnou bariérou při pohledu na město jako ucelený živý organismus.

2. Dalším strašákem a důvodem pro vznik umělých hřišť je větší **strach rodičů**. Zatímco ještě před 40ti lety se lidé stávali rodiči kolem věku dvaceti let, dnes je to o více než deset až patnáct let později (především pak ve městech). V pozdějším věku rodiče obvykle ztrácejí lehkovážnost, jsou moc uvědomělí, ambicióznější a pod vlivem „how to“ literatury se chtějí stát ideálními rodiči. To vede k větší úzkosti, potažmo ke kontrole dětí. ([Lenka Šulová, psycholog](#))

3. Pro některé děti může být **hra venku** **strašák, nuda, zbytečnost**. Tato kdysi zcela přirozená dětská činnost, dnes pro mnohé děti (rodiče) znamená vystoupit ze své komfortní zóny. Proč? **Rodiče i učitelé často volí pro své děti hromadu kroužků. Zbytečně. Institucionalizovaná a řízená forma je smrtí dětské fantazie, kreativity a samostatnosti. Dětem chybí důvěra, ničím nezatížený čas strávený s rodiči, kamarády a svobodná hra. Proč si děti nehrají před domem? Není to jen počítačem. Kamarádi jsou v kroužcích. Venku není nikdo, s kým by si hrály. (třeba i pod dozorem rodičů, chceme-li). Mluvím i z vlastní zkušenosti. V pracovní dny se nedaří sladit programy dětí tak, aby se mohly setkat.**

Poznámka: Kroužky mají význam, zejména u starších dětí a jsou součástí rozvíjení talentu. Ale nátlak na to, aby dítě mělo tančák, výtvarku, atletiku, angličtinu – to už je trochu moc i na dospěláka, ne?

Možná právě kroutíte hlavou a říkáte si, že děti to přeci baví. Ale ony nedostaly jinou možnost 😊 Někdo je to naučil, u někoho to viděly.

Podívejme se na sebe.

- Jak svůj volný čas venku trávíme my?
- Zůstáváme a formujeme naše životy, vztahy a vlastní rozvoj ve svém přirozeném prostředí?
- Známe své sousedy?
- Procházíme svými městy, městečky a vesničkami s vědomím, že je to místo pro život (v dětských očích právě místo pro hru)? Nebo se přesunujeme z krabice do krabice v pojízdné krabici?

V zimě téměř nevystřekujeme paty z domu. V létě je to mnohem snazší (pokud tedy není zase moc vedro, že). Přesto bývá obvyklé, že s dětmi v létě vyrazíme maximálně na již zmíněné hřiště za plotem a necháme je dovádět na malé hromádce písku a pořád dokola slézat tu jedinou skluzavku. Samozřejmě pod naším odborným dohledem. Nebo se na celý den vyvalíme na koupališti.

Milá mámo, milý táto.

- **Jak jsi to měl(a) ty?**
- **Baví tě to s dětmi na hřišti nebo se díváš na hodinky?**
- **Proč třeba cestou na dětské hřiště taháš děti městem za sebou a volný rozlet jim necháš až na tom umělém plácku?**
- **Co tím dítě naučíme? Že se hraje jenom na hřišti a to jen tak, jak nám to hřiště naplánuje svými herními prvky? Že ten ostatní svět je jiný a neslučuje se s hrou? S životem?**

To je trochu škoda, nemyslíš?

Pokud uděláte město přátelské pro děti, bude přátelské pro všechny,“

Tim Gill, odborník na dětskou hru z organizace Rethinking Childhood.

POJĎME TEDY SPOLU OBJEVOVAT MĚSTO JAKO PŘÍLEŽITOST A MÍSTO PRO HRU.

A co děti? Mají si kde hrát? (text skladby KATAPULT)

Férový big beat, který naší generaci už mnoho neříká, ale pusťte si text. Z toho mrazí. Alespoň mě, zejména v tuto chvíli.

*Až se bude psát rok dva tisíce šest
Až se všichni přestěhujem do obrovských měst
Až dálnicí zeměkouli opředem
Až budem pyšni na všechno, co dovedem*

*Pak bude možná pozdě na to chtít se ptát:
Co děti, mají si kde hrát?*

*Až suroviny budem vozit z Měsíce
Až počasí bude řídit družice
Až budem létat na Venuši na výlet
Až za nás budou počítače přemýšlet*

*Pak bude možná pozdě na to chtít se ptát:
Co děti, mají si kde hrát?*

*Až budeme mít továrny i na stromy
Až umělá tráva bude před domy
Až zavládne v celém světě blahobyt
Až budem umět skoro všechno vyrobit*

*Pak bude možná pozdě na to chtít se ptát:
Co děti, mají si kde hrát?*

MĚSTO JAKO PŘÍLEŽITOST A MÍSTO PRO HRU

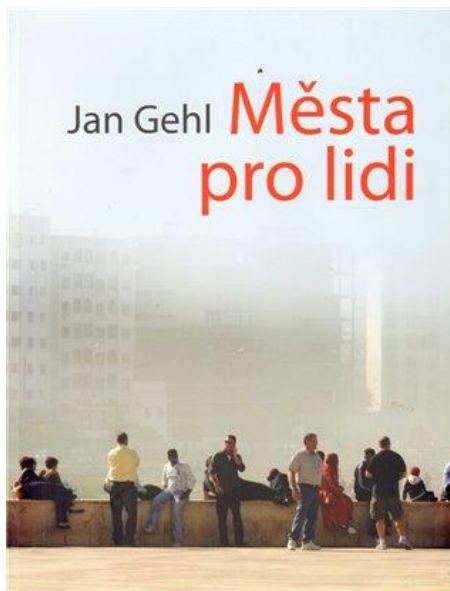
Této kapitole chci věnovat zvláštní pozornost. Je to moje srdcovka. Než se tedy dostanu k vlastním tipům, ráda Vám o městech na hraní něco řeknu. Samotná **veřejná prostranství (veřejné prostory)** města totiž mohou zásadně ovlivňovat to, jakým způsobem v něm trávíme volný čas. Zda jimi jen procházíme nebo v nich „žijeme“. Jestli reflektují potřeby obyvatel a jsou dokonale promyšlené, pro všechny obyvatele. Zažít Vídeň, Paříž či Brno bez dětí je něco úplně jiného než se do těchto měst dostat i s dětmi. V dobách, kdy mi bylo 20 plus, milovala jsem velkoměsta. S těhotenstvím jsme se vraceli blíže k rodině a přátelům na maloměsto. První dny jsem toho litovala.

Teď vítám propojenost, krátkou vzdálenost všeho (s kočárkem dojdu pěšky) a komunitní rozměr (že se na hřišti potkáte se stejnými lidmi jako v obchodě).

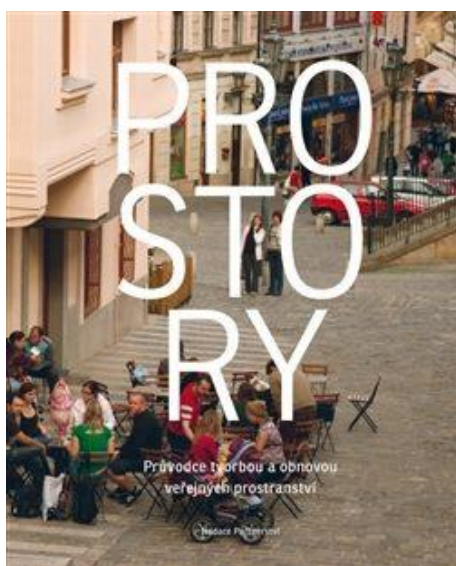
Před lety mě začalo velmi zajímat, jak města rostou, vyvíjí se, jak se plánují a co v nich chybí. S manželem jsme si po nocích lámali hlavu, jak komunikovat vedení města fakt, že zaspali dobu a že by bylo fajn začít přemýšlet nad skutečným rozvojem města. Efektivně, moderně, udržitelně, ekologicky a hlavně, hlavně pro jeho obyvatele, mezi kterými jsou i děti, senioři, handicapovaní. Sdílet jim, že je potřeba se dívat hodně dopředu a inspirovat se v zahraničí.



Sdílečko Ostrava Poruba



I naše (Vaše) město
se může stát tím
krásným MĚSTEM
NA HRANÍ



Města pro lidi je název knihy od **Jana Gehla**, uznávaného dánského architekta, který se velmi zasloužil o rozvoj Kodaně i jiných světových měst či městských částí.

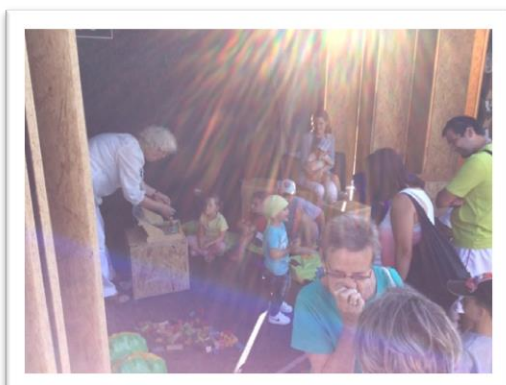
V jeho městech hrají prim právě lidé a prostor pro volný čas.

Dalším zdrojem, který může být velmi inspirativní i pro obyvatele měst nese název **Prostory**, kterou vydala přímo [Nadace Partnerství](#)

Dovolím si použít anotaci ke knize Prostory z eshopu: Základním předpokladem pro skutečně kvalitní proměnu nebo vytvoření nového veřejného prostranství (ať už jde o náměstí, park nebo vnitroblok) je zapojení uživatelů do jeho plánování i samotného vytváření. V této publikaci najdete přehledně popsány zásady a postupy, jak vytvářet veřejná prostranství, s přihlédnutím ke specificky českým podmínkám. Jsou v ní shrnuty zkušenosti Nadace Partnerství, která dlouhodobě pomáhá zlepšovat veřejná prostranství – tak, aby byla funkční, esteticky přitažlivá a stala se centrem společenského, kulturního i obchodního života v obci.

V posledních letech se v ČR uskutečnila i úzce specializovaná konference **Děti a město/Prostor pro hru.**

V roce 2015 jsem přemýšlela, jak lidem ve městě ukázat styl živých a atraktivních měst. Otestovat v našem městě to, na co jsem byla zvyklá právě ve větších městech či v zahraničí. Vzniklo **Sdíлко** (www.sdilko.cz pop-up expoziční, obchod, kancelář, herna v jednom). Byl to skvělý měsíční event s programem a výstavami, a to přímo na pěší zóně. Koncept sdílených modulů (každý den v nich bylo něco jiného) pak převzal a dvakrát úspěšně uskutečnil Městský obvod Ostrava Poruba.



ZAŽIJTE MĚSTO JINAK DÍKY KOMUNITNÍM AKCÍM

Nejlepší akce bývají ty, které si vytvoří sami obyvatelé města. V každém městě existují různé komunity (komunity maminek, komunity seniorů, komunity okolo divadelních výletů, komunity turistů, církevní komunity atp.)

Hodně z nich se velmi angažuje (nevědomky) ve veřejném prostoru. Městské prostory pak dostávají zcela jiné dimenze. V našem parku chátala historická vila s krásnou terasou. Uspořádali jsme s několika lidmi (maminkami) přesně na tomto místě Restaurant Day. Festival se stal oblíbenou příležitostí pro setkávání lidí a pobyt v parku. Takové akce obyvatelům měst vrací zpátky to, co jim sebrala nákupní střediska – **intimitu malých společenských událostí ve stylu vesnických ryнкů a tržišť. Pro děti jsou skvělým příkladem skutečného tepajícího srdce města.**



Komunita není sprosté slovo. Je to přirozená potřeba člověka někam patřit.

Možná se taky účastníte s dětmi komunitních akcí (a třeba o tom ani nevíte). Pokud chcete nějakou takovou akci objevit nebo uspořádat i u Vás, můžete vybírat:

- ❖ sousedské (dvorkové, uliční slavnosti)
- ❖ bleší trhy
- ❖ street festivaly
- ❖ food festivaly
- ❖ komunitní zahrady
- ❖ pikniky a komunitní snídaně v parcích
- ❖ cvičení a jogové akce pod širým nebem



Podobných počinů vzniká v ČR i zahraničí poměrně velké množství. Některé akce mají spíše „punkový“ rozměr. Jsou prostě improvizované, low cost a organizují si je lidé či jednotlivci. Z jiných se stanou třeba tradiční a opakující se **akce a festivaly**. (Zažít Ostravu jinak, Zlín Design Week, Náplavka k světu, Kontejnery k světu) Někdo se zasadí o umístění různých zábavných prvků ve veřejném prostranství (Piána na ulici, Poesiomat (Ondřej Kobza) či veřejné Knihobudky či dokonce lednice. Tohle inspirovalo Michaelu Hečkovou, které v roce 2016 vydala celou knihu akcí, které vymysleli a zrealizovali právě obyvatelé měst – O městech a lidech.

Tímto Vás chci povzbudit. Možná také sníte o kavárně, květinářství o malé dílničce, kterou byste sdílel(a) s dalšími lidmi, o dětské herničce či letních slavnostech. Jděte do toho. Sny se plní a díky Vám ožije Vaše čtvrt', město, Vaše sídliště apod.

TIP: SOUSEDSKÁ SLAVNOST

Pojďte do toho taky: Pozvěte a zapojte obyvatele okolních domů. Sejděte se plácku před domy, napečte buchty, udělejte bezovou šťávu a nechejte věcem volný průběh,. Hřiště nám tu mezi paneláky chátá, za domy nám teče potok a kolem rostou břízky. Vede tudy i cyklostezka, ale není tu kde zastavit, posedět. Je to prostě sídliště (ač jedno z těch hezčích).

- Díky takové slavnosti poznáme sousedy, možná se začneme i zdravit
- Zjistíme, jak nahlízejí na okolí svého bydliště a co by chtěli/mohli sami udělat
- Poznají se naše děti (děti tu už neběhají okolo domů jako jsme běhávali my)
- Poklábosíme s maminkami (je nás tu docela dost, ale vůbec spolu nefungujeme)

A pamatujte: Někdo musí být první, buďte to právě vy 😊 Ostatní se rádi přidají.

II. ČÁST

PRŮVODCE

MĚSTO NA HRANÍ

MŮŽE BÝT, KDYŽ NA TO JDEME OD LESA

Na následujících stránkách přejdeme přímo k průvodci.

Co vše vlastně můžeme ve městě zažít, poznat, kde všude a s čím si můžeme hrát.

V průvodci najdete tipy na aktivity a zábavu ve městech podle míst, na kterých se odehrávají nebo podle předmětů, které hrají hlavní roli.

Než vyrazíme s dětmi ven, často se balíme (někdy jako kdybychom vyráželi na výlet, přitom jdeme jen na procházku). Co je fajn mít vždy po ruce a sbaleno?

Do tašky a batohu

- 2x láhev s vodou (1 lahev na pití, 1 lahev s čistou vodou – na omývání odřenin, vyplachování písku z očí, omývání rukou či na hraní)
- Balíček první pomoci (desinfekce, náplast, popř. repelent na klíšťata, kapesníky)
- Ovoce (v létě čerstvé jindy sušené), oříšky, popř. větší svačinku
- Lžičky (na jogurty, přesnídávky)
- Sadu věcí na pískoviště (lopatka, kyblík jako základ)
- Křídly na chodník, sada pastelek, blog
- Sadu pro malé objevitele: lupa, nožik (rybička nebo nožik se zakulacenou špičkou pro nejmenší), kompas
- Švihadlo, malý míč (popř. nafukovací), autíčka nebo miniatúrky zvířátek
- Knížku nebo časopis (na čtení venku, viz kapitoly průvodce)
- Náhradní oblečení (v létě, když tušíte, že se zamáčíte)



Nepotřebujete mít vždy všechno. Pomůcky neslouží jako hlavní náplň hry, jsou to věci, které dětem jen pomáhají objevovat a zkoumat svět.

Pokud trávíte čas ve městě, dbejte i na **hygienu rukou**. V přírodě nechejme děti olizovat chodníky, ve městě však tomuto raději předejdeme (bohužel stále je tu riziko nákazy nemocemi z výkalů, plivanců, blinkanců apod).

Batůžek pro děti

Vem si, co chceš, ale staráš se o to sám/a

Dětem pořídte **malé batůžky**. Jejich obsah pak Vaše ratolesti mohou obměňovat dle potřeby. Důležité však je, aby se o věci v dětských batůžcích staraly děti samy. Učí se tak převzít zodpovědnost a samostatně se rozhodovat. (Obdobně jako [dětský denní plánovač Kidedu Můj den](#))

Co to znamená? Ať už jede dítě na noc k babičce, na výlet se školkou, na cvičení do tělocvičny nebo jen na hřiště s kamarády, učí se, mít s sebou vždy věci, které bude potřebovat. Na tyto věci pak dává pozor, hlídá si batůžek a po návratu domů je z batohu zase vybalí.

Děti si batůžky většinou velmi oblíbí (již ve dvou letech) a budou v nich klidně nosit jen balení papírových kapesníků nebo jedno autíčko. Později malou láhev na pití, pláštěnku, náhradní ponožky. Předškoláci a malí školáci už dají pozor i na drobné peníze.

Chce si Vaše dítě vzít ven míč, auto na dálkové ovládání či panenku?

Vám se s tím nechce tahat? (Nejste přeci šerpa, ale máma a ta má zůstat dámou).

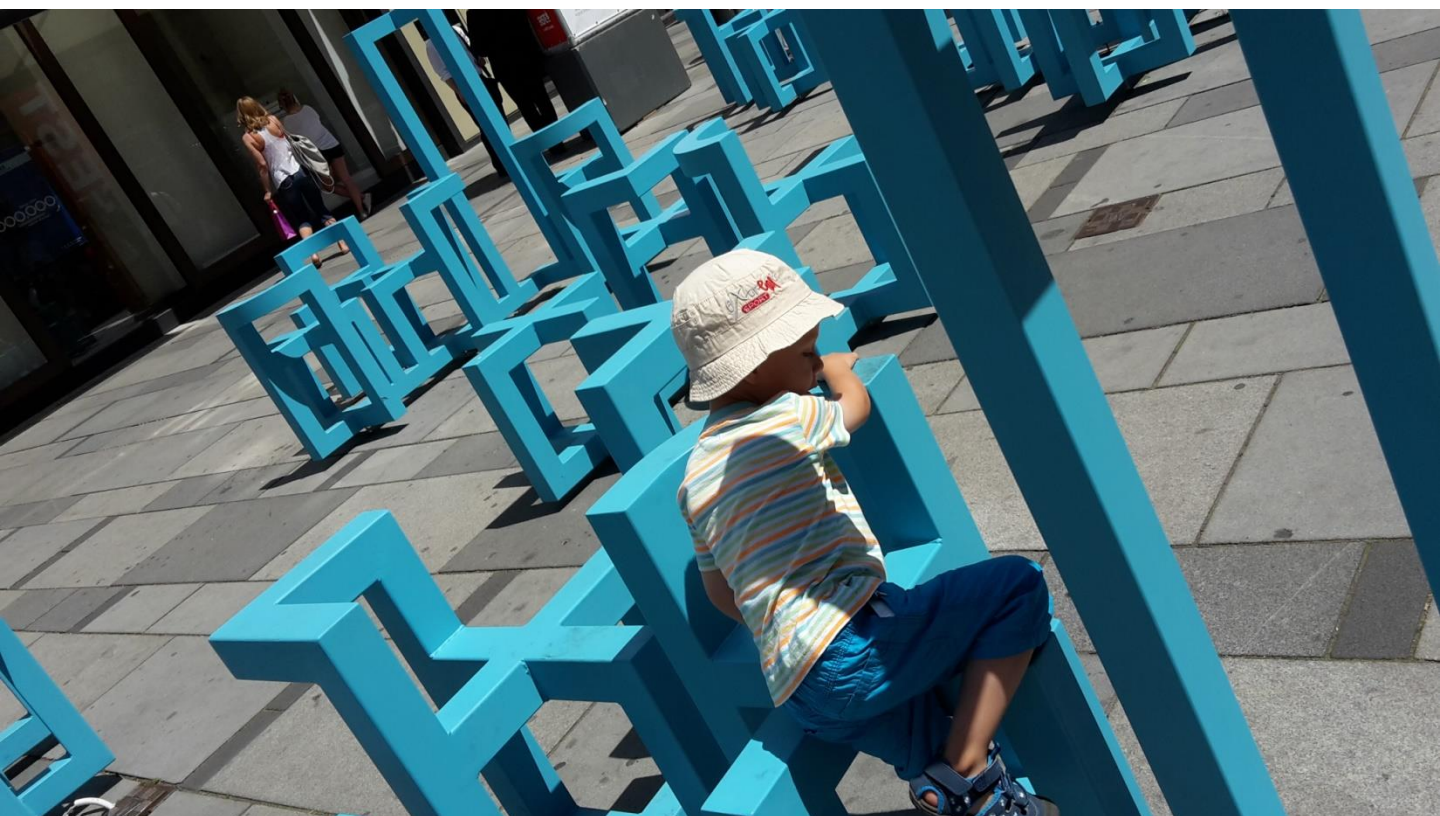
S klidem nápad dítěte podpořte, stačí totiž říci:

„Vem si, co budeš chtít, ale poneseš si to sám/a.“

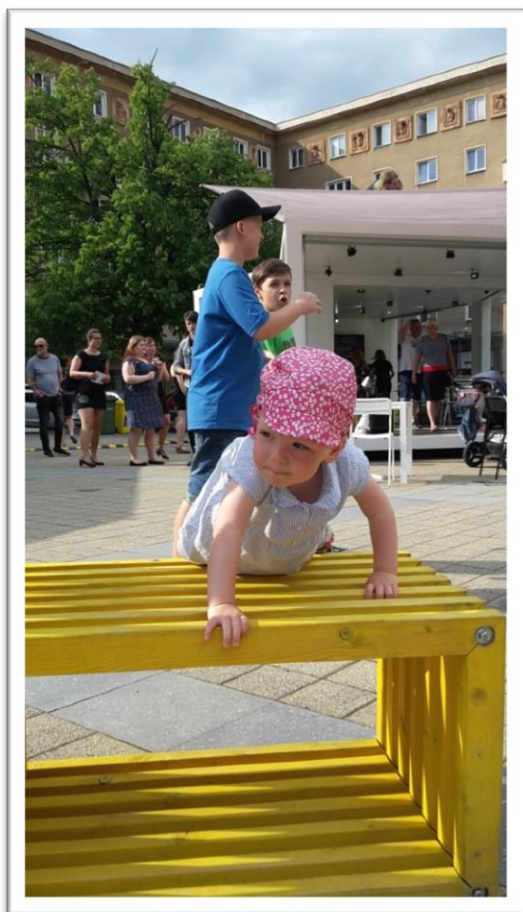
MĚSTO NA HRANÍ
77 aktivit a her

MĚSTO NA HRANÍ

...město ve své podstatě



1. **Městské prvky a mobiliář.** O co jde? Zpravidla vše, co děti ve městech zaujme a zve k **pohybu, objevování, překonávání překážek**. Nejčastěji to bývají **schody, nájezdové rampy, zídky, kašny, dokonce umělecké prvky jako sochy, sloupy nebo i městský mobiliář**. Mnohá města, které už pochopila význam svých prostranství, zakomponovávají tyto prvky s cílem je i aktivně používat. Možná si pamatujete, když Vám jako dětem pořád zakazovali lézt na tu kašnu, prolézat sochami nebo se drncat po schodech dolů po zadečku.



Tohle je totiž přesně to, co děti chtějí a v mnohých městech i můžou.

Najděte si taková místa i ve vašem městě, ubezpečte se, že se nejedná o prvky kulturního dědictví a vzácné památky a při nutných lítačkách po městě se s dětmi zastavte. Jsou to maličkosti, avšak dokonalé.

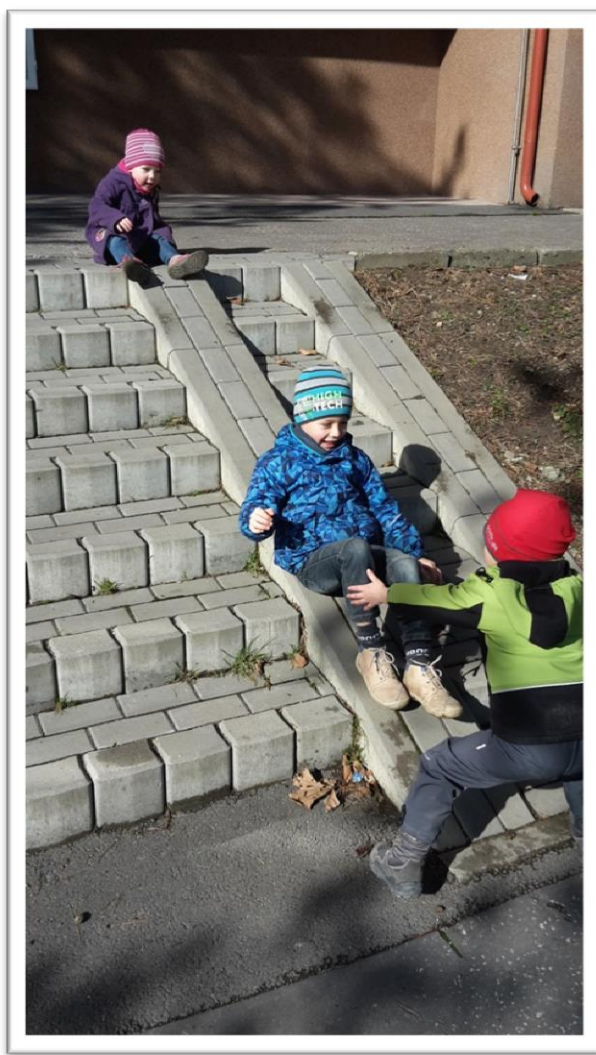
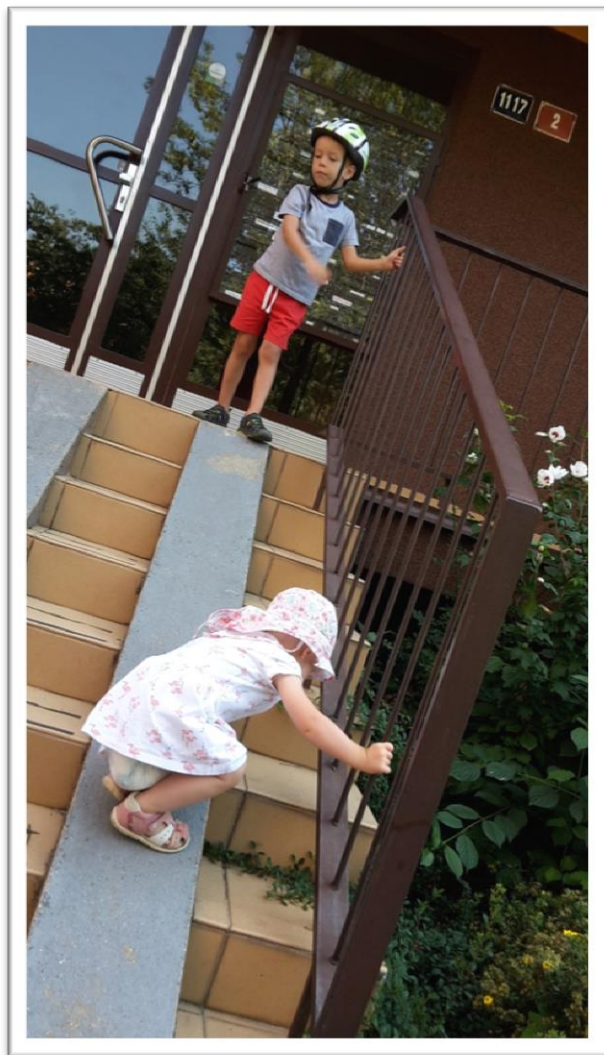




- schody
 - nájezdové rampy
 - zídky
 - kašny
 - umělecké prvky jako sochy, sloupy
 - městský mobiliář
- slouží ke hře nejen dětem.**

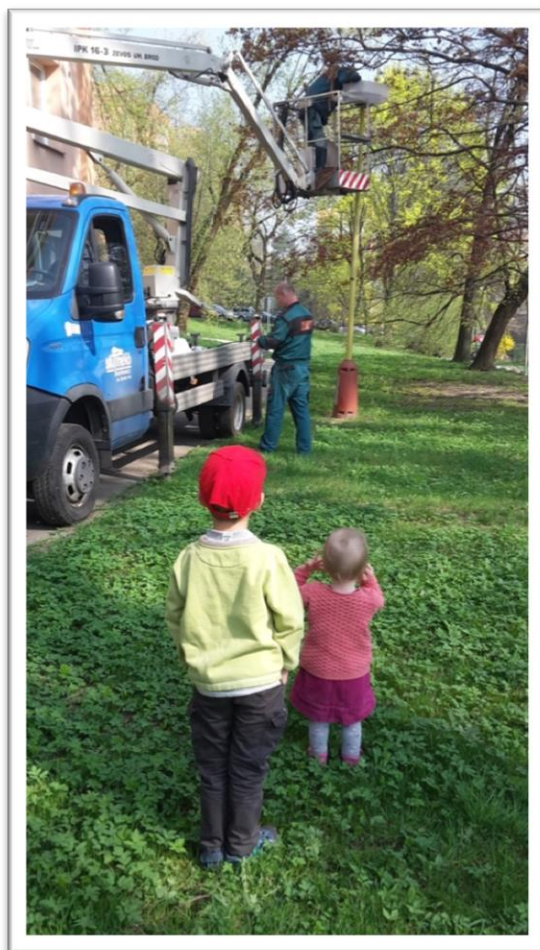


2. **Schody** – schody jsou boží překážka ke zdolávání. Malé děti se na nich učí střídat nožky, větší testují, jestli už zvládnou jít přes dva. Nájezdové plošiny na kočárky slouží k seběhnutí i vybíhání. **Upgrade:** Skákání ze schodů (pro starší děti) – z kterého schodu seskočíš, dokážeš skočit i pozadu, skok s otočkou. Klouzání po nájezdech pro kočárky. (funguje v softshellu).



3. **Schovám se mámě** – Pusťte děti napřed, ať se vám schovávají (do výklenků, za lavičky, na schody, za rohy) - jen pozor na velká města a hustou dopravu. Je to spíše pro centra bez provozu či malá města. Pokaždé, když na vás bafnou se nezapomeňte pořádně leknout 😊
4. **Nerovnosti terénu? Nevadí** - Chodte po čárách, přeskakujte praskliny v asfaltu nebo čáry dlaždic.
5. **Mokré stopy**. Po dešti projíždět na kole v kalužích a dělat čáry na již suchém chodníku. Máma s kočárkem se může také přidat.

6. Sledujte dění ve městě – úpravy záhonů, opravu veřejného osvětlení, výkopové práce, revitalizace a rekonstrukce domů. My například sledujeme auta logistických firem (PPL, DPD, Pošta apod) a počítáme je nebo si říkáme, co asi komu vezou. Povídáme si se zahradníky v parku nebo řemeslníky na lešeních či zvedacích plošinách.



6. **Měnil až vyměnil.** Dejte dětem např jedno jablko, lízátko, propisku a vyzkoušejte si společně (nebo je nechejte samotné) obchodovat. Ptejte se kolemjdoucích, co Vám za věc nabídnou nebo navštivte nějaké obchody a pokoušejte si vyměnit získaný předmět za nějaký další. Nabízený předmět však nemusíte přijímat, když se Vám nebude líbit nebo bude mít, podle Vás, menší hodnotu (hodnota neznamena cenu, ale význam pro Vás, resp význam pro dítě).

ZÍSKÁTE:

odvahu, svobodu, komunikační a vyjednávací dovednosti.

ZBAVÍTE SE :

studu a strachu.

Doporučuji nejen dětem.

7. **Kamarádi ze hřiště.** Máme tu takové hřiště (hodně drahé a celkem k ničemu). Říkáme mu, že jdeme na Potvory (na hřišti jsou takové mutantní postavičky zvířátek ve stylu pavouka, zajíce, krokodýla).

Dá se na ně pouze vylézt a seskočit. Jednou jsem začala změněným hlasem mluvit za zvířátka. Od té doby je chodíme navštěvovat a povídat si s nimi, krmit je atp.



8. **Městská hromadná doprava a matematika.** Počítání autobusů, trolejbusů, tramvají, učení čísel. Orientace v jízdních řádech (větší děti). Učení hodin (v kolik hodin pojede autobus, za kolik minut pojede tramvaj, jak dlouho pojede ze zastávky X do zastávky Y apod). Stačí projít okolo zastávek, mrknout na tabuli s odjezdy, tipovat si, který autobus je ten správný apod). Při svezení sledovat hodiny a porovnat čas příjezdu s jízdním řádem.

9. **Exkurze** Domluvte si prohlídku (exkurzi) u řemeslníků ve městě. Jednou jsme v sousedním městečku šli z vlakového nádraží směrem na hřiště a po cestě jsme natrefili na dílnu, normální garáž, ve které se opravovaly motorky. Maxík jásal a prosil, abychom se tam šli podívat. Uvnitř byl slyšet ruch, a tak jsme zakleпали. S úsměvem jsem pánovi vylíčila, co by nám udělalo radost a pán nám dveře doširoka otevřel a synovi ukázal vytuněné motorky uvnitř. Dovedete si představit největší zážitek dne (a nebyla to jízda vlakem ani návštěva jiného hřiště). Jindy jsme takto zase nakoukli na plotry v tiskárně, zrovna se tiskly plakáty na předvolební kampaň 😊 Podobně to může fungovat kdekoliv na světě s jakoukoliv malou dílničkou, firmičkou, obchůdkem, tiskárnou, pekárnou, rybárnou, včelařem apod.

10. **Orientace v plánu.** Sežeňte plánek vašeho města (části) a ukazujte si s dětmi na mapě různé budovy, cesty, ulice. Zahrejte si na turistu a ptejte se na cestu. Vaše dítě (5 let a více) ať vám podle mapy zkusí cestu vysvětlit a navigovat vás. Stejně tak to může zkusit i bez mapy. Učí se používat správně rovně, doprava, doleva, první odbočka, křižovatka.

Městské zahradničení (Urban Gardening) a Komunitní zahrady.

Slyšeli jste o nich? V zahraničí je **urban gardening** hodně populární. Lidé si na malé sdílené zahradě či pozemku pěstují zeleninu a ovoce. **Děti se zahradničením učí, že jídlo neroste v supermarketu**, učí se o zeleninu starat, sledují, jak roste a pak mají radost, když ji mohou sklízet. Mnohé školky s dětmi na svých zahradách zahradničí, většinou pěstují bylinky, koření, nebo se starají o ovocné keře. Kromě zahradničení učíme sami sebe a děti **komunikovat s ostatními lidmi** (zahradníky) a **sdílet** zahradu, náčiní, zkušenosti.

V některých městech jednoduchým požadavkem obyvatelé (rodiny s dětmi) dosáhli toho, že si ve svých čtvrtích zasadili vlastní stromy, keře i jahody. Proč? Stromy produkují kyslík, poskytují stín a dávají nám užitek (plody, květy na čaj). Další rostliny jsou opět užitek. **Jdete po ulici a můžete si utrhnout jahodu, nikdo neřeší, čím ta jahoda je.**



Rotterdam, zahradničení
obyvatel v městské čtvrti

VODA

... je živel a děti živly milují



TIP:

**Mějte u sebe v teplých dnech vždy láhev vody:
Nejen na omytí rukou či odřenin,
ale na vodní hrátky kdekoliv a kdykoliv.
Pozn: vodou bychom neměli plýtvat, ale voda je
jeden z živlů, který je součástí života i dětské hry.**



1. **Pískové bahýnko** - zvlhčete vyprahlou saharu pískoviště na tvárnou hmotu. Nechejte děti na bahýnko sáhnout, stoupnout, ponořit celé chodidlo.
2. **Jezírko** - V pískovišti nebo v kamínkovém hřišti udělejte jezírko s pomocí igelitového sáčku, zatížíte kameny a nalijete vodu. **Upgrade:** V jezírku pouštějte lodičky, postavte útesy, bagrujte bagrem, hrejte hru na vodní příšeru (můžete tam ubytovat třeba figurku dinosaura) nebo projíždějte autíčky.



3. **Pískové tunely a cestičky na vodu.** V pískové hromadě vyhrabejte tunel či příkop a nalijte vodu. Děti rády sledují, jak voda teče. Tuto aktivitu jsme zkoušeli několikrát s dětmi na různých hřištích. Celé hřiště dětí se vždy seběhlo k našemu tunelu a hradnímu příkopu a předháněli se, kdo donese více vody v kyblíčku, abychom naplnili celý příkop. Stavěli jsme i kopce s kráterem a lili vodu do něj. Zkuste různé varianty.

4. **Stříkání.** Napusťte vodou vodní pistole či pet láhev s dírkami a na hřišti či v parku stříkejte na stromy, na mámu, na sebe. **Upgrade** – zalévejte vodu z pistolí kytičky na náměstí.



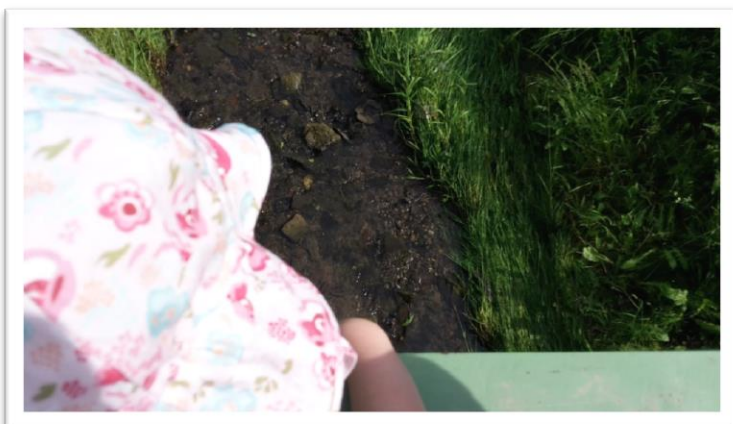
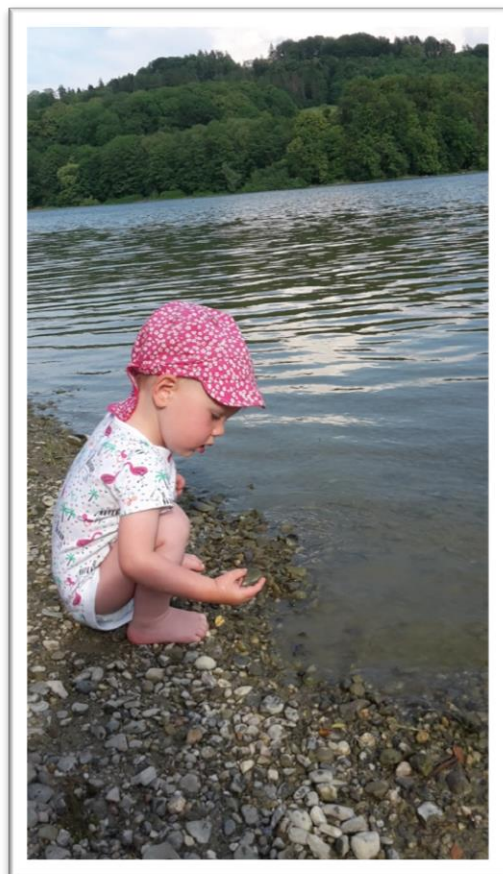
Kluci začali cestu pro vodu prodlužovat. Úsměvy na rtech. Tatínkové začali klukům pomáhat a maminky iniciativně a bez odporu zouvaly dětem boty.

5. **Brouzdaliště**. Domluvte se s maminkami, aby každá vzala na hřiště, **před dům** nebo do parku vodu (láhev, termosku, naplněný kýbel) a jedna z vás třeba **malý nafukovací bazének**. Můžete dětem venku pod stromem utvořit brouzdaliště. Místo bazénku budou stačit i kuchyňské mísy na těsto **nebo malý lavor**. Dětem opravdu stačí kaluž vody. Hlavní je, že mohou vylívat, stříkat, házet dovnitř kamínky, zkoušet vodu nohou, rukou. Doneste si ještě kyblíčky, lopatky, lodičky, mlýnky a užívejte si vodní hrátky přímo na Vašem sídlišti. Ty nejmenší budou objevovat postupně. Počítejte s tím, že ve vodě nakonec ale skončí. Tak možná mějte v záloze i oblečení nebo alespoň plenu na vysušení mokrých partií☺



6. Házení kamínků, klacíků, lístečků do potoka, do řeky nebo přehrady ze břehu.

7. „Mosty, já házím“. Házení kamínků, lodiček z lístečků do vody z mostu. Hodíte po proudu na jedné straně mostu a sledujte, jestli vyplave.



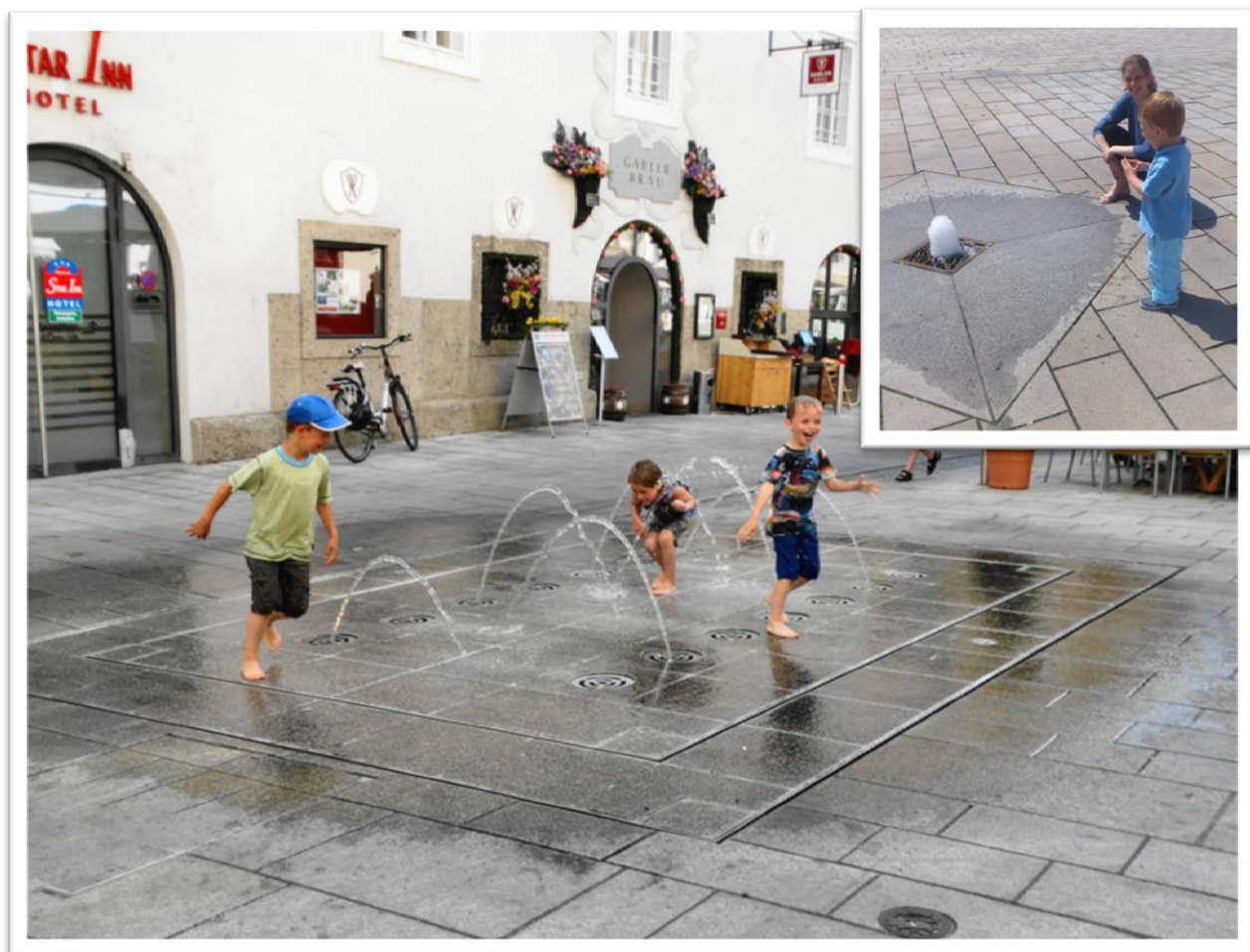
8. **Potůčky na chodníku.** **Nalijte vodu** na chodník, optimálně mírně z kopce a sledujte, jak voda teče. Děti ji budou **chytat, šlapat v ní, dávat potůčku do cesty kamínky, lístečky, klacky.**

9. **Skákání v blátivých kalužích.** Tolik oblíbená činnost nejen u Prasátka Peppy. Na boso nebo v gumákách – **vyrážte po dešti ven.** Na chodnících sledujte **žížaly** a můžete je i **zachraňovat** (když jsou na suchu).

10. **Pouštění lodiček v kalužích.** Vytvořte doma papírové **lodičky** nebo využijte **lístky** rostoucí okolo kaluže. Pohánějte loďky **foukáním** nebo posouvejte **klacíkem.**



9. **Vodní hrátky ve městě.** Využijte kašny a vodotrysky ve městě k zábavě. Nejlepší jsou **vodotrysky ze země**. Děti u nich vydrží klidně hodinu. **Který vodotrysk vyprskne dříve? Co se stane, když na něj dám prstík a ucpu ho? Co cítím? Jaké to je proběhnout se mezi nimi.** Nebojte se, že byste vypadali nějak nevhodně. Takové vodotrysky mají vznikat právě proto. Chytrá města počítají s aktivním využíváním všeho, co ve městě vzniká.



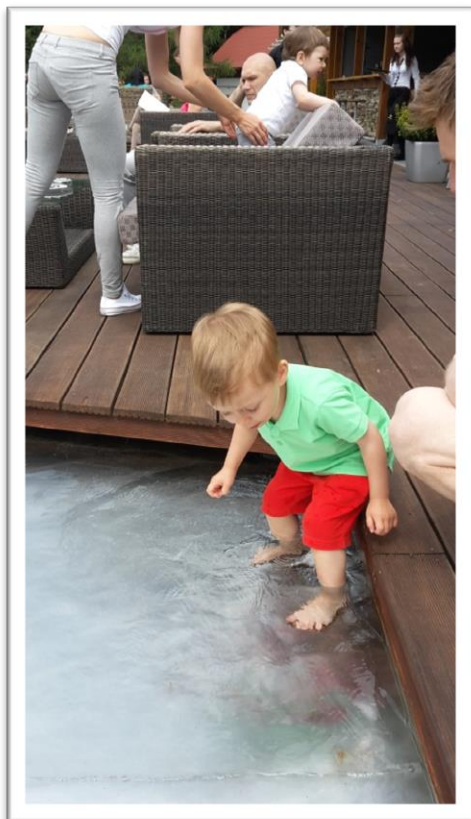
Nejhravější kašny, které jsme kde potkali.



Zleva: Krems, Graz,
Radstadt, Graz



Nejhravější kašny, které jsme kde potkali.



*Zleva: Wellnes
Hotel Horal,
Šumperk,
Příbor
Piaristické
zahrady*



10. **Potůčky** - Dodnes vzpomínáme na **umělý potůček**, který vytvořili v jedné uličce v **Salzburgu**. Ulice byla z kopce a byla lemovaná malými kavárničkami a obchůdky. Uprostřed malý kanál ve kterém z kopce dolů svištěla voda. Oáza pro děti . Rodiče v klidu pili kávu – tedy pokud se zrovna neráchali v potůčku s dětmi.



Salzburg

V německém Freiburgu si děti mohou půjčit loďku a tu tahat v malém kanálku, který se táhne centrem města. Úžasné.

V našich městech takových atrakcí zatím mnoho nebývá, ale vytvoříme si je sami.

Potůčky ve vlastní režii - (potřebujete alespoň 1,5 l láhev naplněnou vodou) – vylévejte vodu vy z mírného kopce (chodník) a sledujte její tok. Děti ji zkouší chytat, šlapou v ní, sledují, jak si tvoří cestičky a staví jí překážky (kamínek, klacík, mravenec).

Poznámka: Zkuste vaším zastupitelům a vedení města takové příklady ukazovat a posílat. Když se do toho obyvatelé obují, mohou ve svých městech mnohé změnit. Stojí to za to.





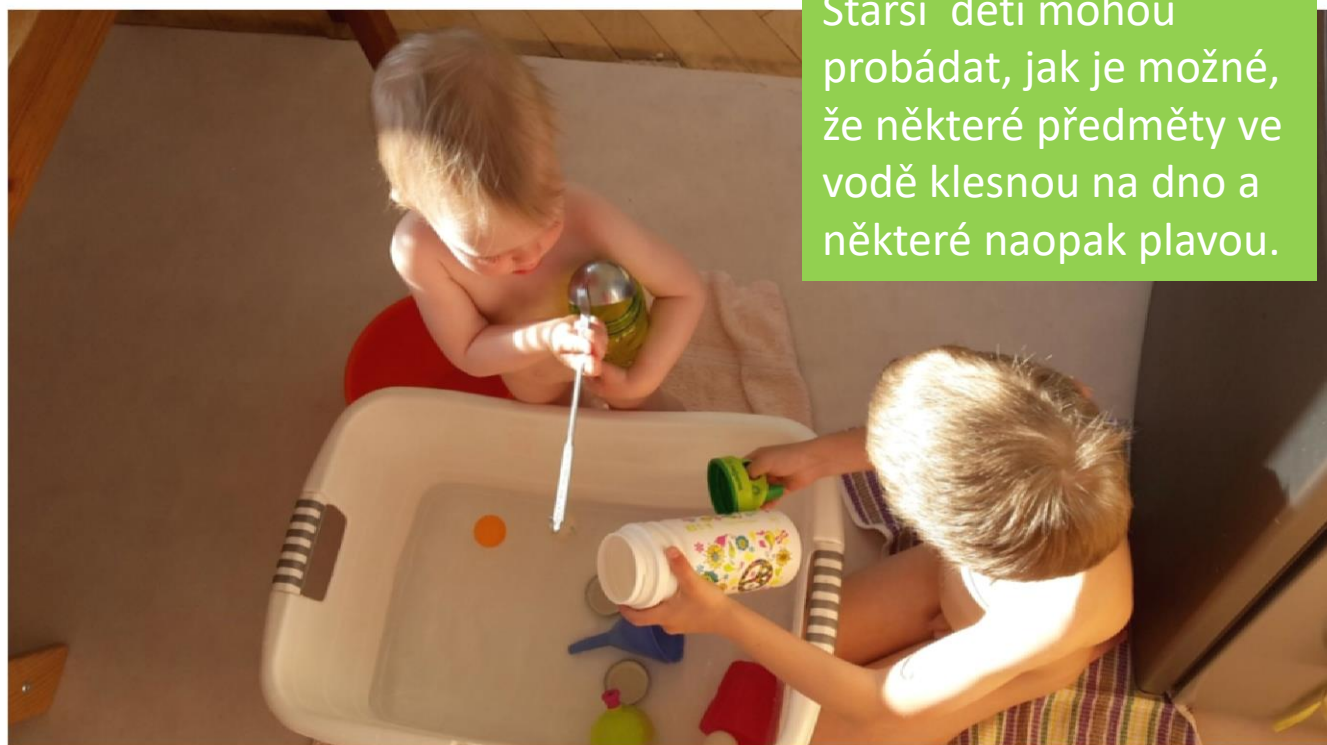
11. **Vodní koulovačka**. Napusťte vodou nafukovací balonky a házejte je po sobě. (V létě to mokré oblečení uschne 😊)

12. **Vodní pistole** - Napusťte vodou vodní pistole a na hřišti či v parku stříkejte na stromy, na mámu, na sebe. (zvířátka raději vynechejte 😊)

Upgrade – zalévejte vodou z pistolí kytičky na náměstí.

13. **Zachraňte Willyho.** Ač se to na první pohled nezdá, je to opět činnost, kterou můžete dělat kdekoli ve městě (doma i v přírodě). **Přenášíme „rybky“** z rybníka. Naplňte vodou dvě misky (krabičky od svačinek). To jsou dva rybníčky. Ponořte do jedné z nich předměty (můžete malé rybky nebo cokoli, co najdete – **kamínky, křupku, šišku, kytičku, desetikorunu, gumičku do vlasů**). Úkolem je přenést rybky z jednoho rybníka do druhého (vzdálenější miska) A čím lovit a přenášet? Lžičkou 😊 (máte u sebe na jogurty či přesnídávky) nebo lopatkou na písek. Vzdálenost můžete upravovat, doplnit o překážky (slalom, průlízku na hřišti apod)

Upgrade: Lovení můžou starší děti zkusit pusou – je potřeba ale větší misky.

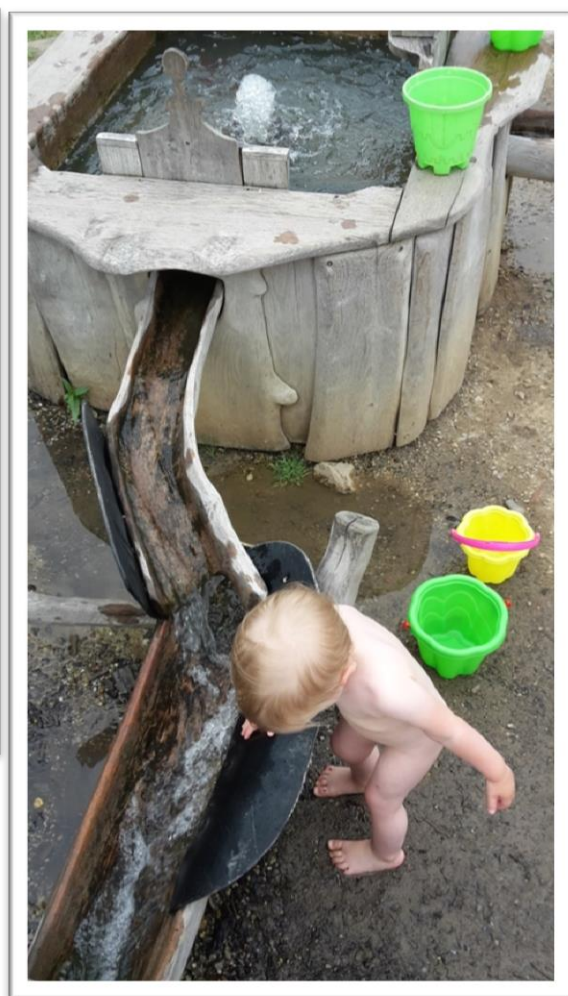


Starší děti mohou probádat, jak je možné, že některé předměty ve vodě klesnou na dno a některé naopak plavou.

14. **Vodní hřiště nebo vodní prvky na hřištích.** V některých městech jsou již samozřejmostí, jinde na ně nikdo ve vedení neslyší (z různých důvodů, třeba, že by si v té vodě snad někdo myl vlasy apod). Domnívám se, že by městům odpadly investice do drahých herních prvků, které jsou mnohdy neúčelné, kdyby se při plánování takových hřišť pídili po přirozeném dětském prostředí. Vodní prvky, které děti milují: **pumpy, vodní kaskády a stavidla, vodotrysky, vodní pistole či drobné strouhy s tekoucí vodou (cirkulační princip).** **A maminky, opravdu se vody nebojte. Uschne☺** Zažila jsem i paní učitelku na hřišti v dětské školce, která dětem nedovolila odebírat vodu ze zahradního kohoutku a lít ji na pískoviště.



*Nahoře: hřiště centrum Vídně
Vpravo: venkovní část hřiště Pradědovo
muzeum, Bludov*



PARK, HŘIŠTĚ NEBO ZAHRADA

Prostor, který zve k rozletu



Zahrady Piaristického kláštera, Příbor

1. **Klacíkové domečky pro zahradní tvorečky.** Domečky stavte z klacíků, větviček, lístečků, kamínků. Klacíky lze spojovat stébly trávy. I když jste v centru Vídně na hřišti, klacíky tam najdete. Bydlet tam mohou skřítki, víly, autíčka, panenky.

2. **Vaření z přírodnin. Najdete je v parku i na hřištích**

Zahrejte si na restauraci a uvařte spolu třeba:

- Klacíkové špízy (napichujte na klacek lístečky, omotávejte je sedmikráskami)
- Roládky nebo šátečky - do lístečků motejte drobné větvičky, kamínky, kytky.
- Zahradní salát z listů a květin, přelijte jej vodou (místo zálivky)

3. **Malování klacíkem** do hlíny, do písku nebo mokrým klacíkem na chodník (kaluž jako barva).

4. **Střevání šiškou do stromu** - klasicky, pozadu, z boku apod. šišky najdete v parcích i na hřištích (netřeba do lesa)



5. **Hra na zvuky** – co jak zní? Děti si zajistí klacek a společně zkusíte klacíkem ťukat do všeho kolem sebe (plot, popelnice, dřevěná tabule, kanál)

6. Lístečková schovka (někdo zná jako hru Lízátka). To je hra, kterou můžete hrát s dětmi asi od 3 let kdekoliv (hřiště, park, doma, zahrada, les). Připravíte si 5-10 karet z tvrdého papíru. Na každou kartu pak připevníte nastříhané lepítkové papírky (každá karta jedna barva nebo číslo), můžete ozdobit razítkama. Lístečků musí být tolik, kolik dětí je bude hledat (raději více) Děti nafasují prázdné kartičky (také z tvrdého papíru) a čekají. Vy schováte karty s lepítkama (na stromy, pod kameny, na lavičky, na kočárek apod. Pak odstartujete hru. Dítka běhají po parku a hledají. Cílem je mít na kartičce vždy jedno lepítko z každé barvy.

Upgrade Starší děti mají na lepítkách třeba čísla a mají je seřadit tak, jak jdou za sebou.

7. Hledej poklad. Schovejte předměty, které máte u sebe (kyblíček, deštník, pytlík křupek, auto, panenka) v malém okruhu a nechejte děti, ať je hledají. Na začátku – než je schováte, jim je ukažte, aby věděli, co hledají. U větších dětí tento krok klidně vynechejte.



8. **Obchodní stezka.** Různé předměty (hračky, šišky, deštník, pytlík křupek, lentilky, plínku..) rozmístěte v malém okruhu v parku (hřišti, zahradě) na zajímavá místa (lavička, strom, křoví, fontána...) jděte i s dítětem, ať je pokládá na různá místa (obchodník). Skvělé je, že se může rozmístění účastnit i mladší sourozenec. Pak se zastavte a nechejte dítě, aby vyjmenovávalo předměty v pořadí, v jakém je rozmístilo. Díky vizualizaci trasy by si mělo vzpomenout, co je kde schováno a tak vyjmenovat celý seznam. Je to fakt sranda. Děti pak budou chtít, abyste si to taky zkusila, takže zapojíte a potrénujete paměť i vy.

9. **Co se ztratilo? Paměťovky.** Různé předměty (od klíčů po šišky) vyskládejte na zem, lavičku, stůl... a nechejte dítě prohlédnou. Po chvíli předměty zakryjte plenou/šátkem/ubrouskem a nechejte dítě, aby vyjmenovalo co nejvíce věcí. **Upgrade** Vytáhněte 1-3 věci pryč tak, aby je děti neviděly a nechejte je hádat, co zmizelo.

10. **Paměťovky variace** – můžete skládat věci i do řady a měnit pořadí nebo nechat dítě, aby věci poskládalo ve stejném pořadí (vy je předtím promícháte). Role si nezapomeňte otočit a nechejte i na Vašem prckovi, aby pro Vás hru nachystal a nechal Vás hádat 😊

Paměťové hry jsou skvělé pro krácení čekání např. u lékaře nebo úřadech.

11. Klasické hry:

- Tři čtyři gong (Voda oheň vzduch) – hrávali jsme na klepačích nebo na zídkách, na průlezkách.
- Vyvolávka s balonem (házení balonem do výšky a chytnout má ten, jehož jméno vyvolal házeč)
- Sochy (Cukr káva limonáda čaj rum bum) – při bum dítě ztuhne jako socha a nesmí se pohnout, vy můžete dítě rozesmávat.

12. **Jdu na Sever a jdu na jih** – sežeňte dětem kompas, lupou, dalekohled. My v létě nosíme všude s sebou takový malý multifunkční suvenýr (kompas s lupou a teploměrem – koupila jsem za 7 EUR v jednom obchůdku v Grazu) a o zábavu máme postaráno. Jdu na sever? Jdu na jih? Lupou zkoumáme broučky, kytičky, pyl (jo i ve městě), ale třeba i strukturu chodníku 😊

13. **Vytuněná hra na obchod**. Na hřišti stanovte místo pro obchod a nejdříve naskladněte zboží, tzn. nechejte děti, ať vymyslí např potraviny (saláty – pampelišky, rohlíky – klacky, brambory – kamínky, sušenky – klacíky apod). Naskladňovat můžete i pomocí auta, které doveze zboží na místo obchodu. Je fajn mít obchod s okýnkem /domeček. Využijte tak různé stěny s otvory či lavičku v parku apod. A pak už nakupujete, balíte, vystavujete účtenky a platíte penízky nebo kartou.

14. **Semafor a dej přednost v jízdě.** Využijte dopravní hřiště ve vašem městě a uče děti bezpečnému provozu nebo jen tak blbněte. Starší může jezdit na kolech či odrážedlech, s menšími můžete být účastník provozu s kočárkem. Děti milují, když Vás mohou pouštět na přechodu nebo vás předjíždět na cestičkách.

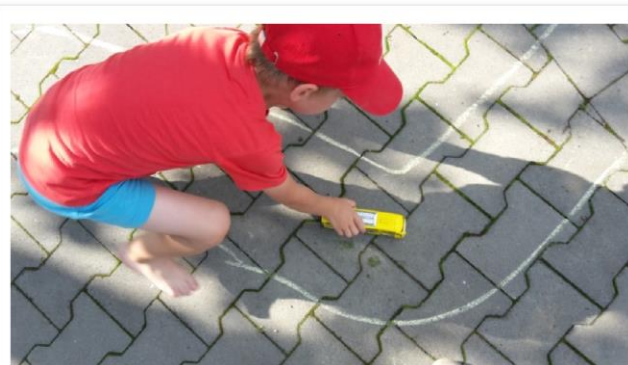
15. **Vyvenčete monster trucka.** Jezdit s autem na dálkové ovládání je snem každého kluka. Obzvláště super na dopravní hřiště.



16. **Bubliny** – Bublifuk. Stálice už několik po generací. Chytání a foukání bublinek potěší malé i velké, takže ho mějte vždy po ruce. Jeden bublifuk zabaví celé hřiště dětí 😊

17. **Lezení po stromech** – v parku můžete najít stromy, které budou zvát k jejich zdolání. Já vím, kdyby to udělali všichni, tak může dojít k jejich poničení. Ale zkuste to alespoň jednou. Je to ta nejpřírodnější průlezka, jakou ve městě najdete.

18. **Cesty cestičky** – Děti kreslí cesty pomocí **kříd**. Pak mohou **běhat** po čárách nebo cestičkách (vlastní dopravní hřiště). **Projíždět** trasy autíčky či na odrážedlech. Kdekoliv, kde lze něco nakreslit. K cestičkám mohou dotvořit **parkoviště**, **parky**, **zoo** apod. Důležité je spolu komunikovat a nad tvořením dopravních cest přemýšlet. Rozvíjíte tak **týmovou spolupráci a strategické myšlení**.



19. **Co ti ten mrak připomíná?** – Jen tak ležet na dece a koukat na nebe. Pamatujete si ještě na to, jak jste si z mraků tvořil/a **zvířátka**? **Princezny a draky**? Dopřejte to i dětem.

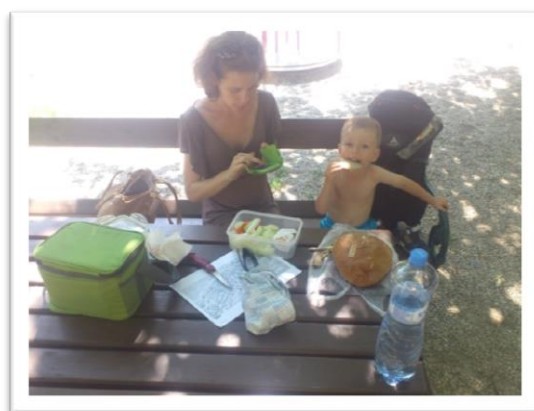
20. **Číst si venku.** Ještě nikdy jsem na hřišti či v parku neviděla mámu, která by dětem četla. Knížku, Sluníčko nebo Pusíka. Jsou to krásné chvíle, které baví obě děti i mámu. **Sedět na trávě, lavičce nebo schodech a listovat.**

21. **Piknik.** Vezměte z domu deku, najděte fajn lavičku v zahradách, parcích, na hřištích nebo usedněte na schody (Itálie se dá zažít i v Česku☺).

Rychlé tipy na svačinky venku:

Ovoce, zelenina, vejce na tvrdo, jogurty, smoothie, kousek sýra či pomazánka z domu a pečivo.

PIKNIK: Nakrájejte ovoce nebo udělejte sendviče, kupte velký kus sýra, okurku a housku a posvačte nebo posnídejte venku. Starší děti si zvládnou sváču připravit samy (včetně krájení).



22. **Vijte věnce** – pampeliškové nebo kopretinové víly. Děti rády natrhají kytičky a pak už budou sledovat vaše ruce a zkusit samy plést.

23. **Sbírání a aranžování kytiček** - Nasbírejte s dětmi kytičku domů do vázičky. Nebo aranžujte kytičky rovnou venku. Pokud najdete nějaký plot nebo kanálovou mřížku, můžete kytičky aranžovat třeba tam. Kde ve městě sehnat luční kvítí? Tato aktivita je možná samozřejmě jen tam, kde rostou, parky bývají sesečené. Nicméně průměrná česká města a obzvláště sídliště mají zelené louky mezi domy (správa měst naštěstí nestíhá vždy posekat).

24. **Zahradničení** - Vezměte z domu konvičku a zalévejte městskou zeleň (vodu čerpejte v pítku nebo opět využijte láhev vody z domu). Pokud zrovna nemáte konvičku, ale plnou lahev vody, klidně použijte místo konvičky.

Komunitní zahrady.

Slyšeli jste o nich? V zahraničí je **urban gardening** hodně populární. Přečtěte si, jak mohou obohatit Váš život v kapitole Město na hraní



25. **Tancujte a zpívejte si.** Přiberte další děti i maminky okolo Vás a udělejte Kolo mlýnský, Pásla ovečky, Travička zelená nebo Já mám koně vraný koně. Tanec a zpěv jsou terapií i pro Vás. Dobrá zpráva, zpívat nemusíte vždy jen „lidovky.“ Skvělý je i Nohavica, Míša Růžičková, písničky z pohádek a klidně i rock ´n´roll. Naše dcerka si ve dvou letech se starším bráchou zpívala **Na kolena Na kolena, jéjéjé.** Jde hlavně o to, že si třeba zujete boty a budete tancovat na trávě (jako to děti vídávají v dětských knížkách nebo Večerníčcích). Děti ale nenuťte, většinou se nejdříve potřebují do sytosti samy uběhat. A my mamky si můžeme zazpívat spolu třeba ☺ Velký ořech pro komfortní zónu dospěláka, že jo.



26. **Válejte sudy, dělejte dřepy, skoky, čápy, kraby, trakaře, točte se dokola se zavřenýma očima** Kdekoliv a kdykoliv☺

27. **Učte se počítat** - kamínky, klacíky, kytičky, broučky.

28. **Panáčci z přírodnin** - Poskládejte na zemi skřítky a panáčky z toho, co najdete okolo sebe – kamínky, klacíky, kytičky, lístečky. (Pozor na vajgly, i já jsem z nich jako dítě ráda tahala tu vatičku☺)

PÍSEK

Je vděčný a nesmrtelný



1. **Pískové hrady, tunely a cesty pro auta.** Jako malá jsem měla u obou babiček hromadu písku a se ségrou a mámou jsme hloubily tunely a stavěly hrady pro princezny a sluje pro draky, tunely pro vlaky a jezera na koupání princezen (princeznami byly sedmikrásky). Dnes na hřišti tyhle úkazy nevidávám. Je tam hromada plastových bábovek, ale žádné dílo z písku. Přitom, to je přesně akce, která bude bavit i Vás, děti Vás budou sledovat a pak se rády připojí a příště samy zvládnou. U mé tety v Havířově jsme navštívili pískoviště na velkém hřišti v centru města. Představte si, měli tam i pumpu na vodu. Pustily jsme se obě do tvoření, netrvalo dlouho a děti z celého hřiště nás obklopily a předháněly se v hrabání a nošení kyblíčků s vodou do našeho velkého hradního příkopu, zatímco jejich mámy se s utajeným úsměvem koukaly z bezpečných vzdáleností okrajů pískového království.



2. **Zahrabávání.** Zahrabejte svému dítěti i sobě do teplého písku chodidla nebo ruce a budujte velký kopec, potom jako příšerka pomalu rozhýbejte palečky a vylézejte ven. Děti se budou smát a najdou si další obměny.

3. **Schovka.** Zahrabejte do písku různé předměty (klíče raději ne) a nechejte děti hledat a vyhrabávat. Stejnou aktivitu dělají rodiče s dětmi v domácích podmínkách i v zimě.

Vytváří umělá pískoviště (mouku), zahrabávají fazole, autíčka apod. V létě na písku je to ještě lepší. (Když budete chtít, z hry se může stát celá bojovka a hledání pokladu – máte celé odpoledne o zábavu postaráno).

4. **Písková pekárna** – pečeme různé bábovky, děláme zmrzlinky, cukrujeme, zdobíme kamínky a sedmikráskami. Děti mnohdy nebaví umělohmotné nádobíčko na písek. Proměna však nastane, vezmete-li ven opravdické nádobí. V mnoha školkách mají děti takto improvizovaně vytvořené kuchyňky – vyřazené nádobí. Dělají barevné saláty se zálivkami, pečou chleby, prodávají, co si napekli.



5. **Jezero v písku** – vyhloubíte s dětmi do písku jámu, vyložíte ji igelitovým pytlíkem, zatížíte kameny a pak už jen nosíte a naléváte vodu. (Obdobně jako jezírko v kamínkovém hřišti). U písku je to o to lepší, že jezírko nebo dokonce řeka může být součástí hradu, tunelu, hory. Osvědčilo se nám udělat velký kopec, v kopci tunel (jako sopku) s vývodem do strany a nalévat vodu do jícnu sopky. (Že to znáte? Tak hurá na písek dlabat).

6. **Bahýnko v písku – voda s pískem**, to je nejlíp. Nechme děti vytvořit kaluž s pískem do kterého si můžou sáhnout, šlápnout, hňácat, míchat. Rodiče taky 😊



VÝTVARNÉ ZÁSAHY VE MĚSTECH

Nakreslíme si město, jo?



Nápady pro výtvarné zásahy budou oproti těm předchozím tipům vyžadovat trochu materiálu a malou (minimální) přípravu. Např. Než půjdete ven, vezmete si rychle ze šuplíku pastelky a papír nebo křídly apod.

1. **Městokresba.** Malujte s dětmi, co venku vidí – budovy, stromy, auta, kostelní věž, skupiny objektů a celé kompozice. Vezměte papír, pastelky, voskovky, můžete vyzkoušet i rozmazávací křídly nebo uhel. Děti se naučí na věci koukat jinak a osvojí si tak matematické a geometrické vidění. Aby nakreslili panelák s 8 patry nebo kostelní věž, musí se už trochu snažit vše si okem změřit a rozvrhnout si celý náčrt na papíře tak, aby se tam například vešla všechna okna apod.
2. **Křídování.** Vezměte si ven křídly a pusťte se do kreslení obrázků, panáků na skákání, bludišť a zkrášlování obrubníků či dlaždiček.



3. **Designujte s dětmi vlastní malé město.** Budete potřebovat křídu a chodník nebo velký papír a voskovky/fixy/pastelky.

A teď to hlavní: Zkuste s dětmi pomocí psacího náčiní třeba i s doplněním kamínků, klacků, vytvořit město, jak ho vidí ony. Povídejte si o tom, co by v něm mělo být, kde a proč, rozmístěte figurky lidí (šišky, kytky), auta (auta nebo kameny) a zjistěte tak, co je pro děti opravdu důležité. Aktivita může být perfektním projektem třeba pro školky i školy. Rozvíjí se týmová spolupráce a zároveň obhajování vlastních názorů, vytváření argumentů. Děti si zároveň takto hrají na tvůrce a mohou vlastně vše.

Obdobné mapy si vytváří i lidé v mnoha městech, většinou na výzvu vedení města samotného nebo nějaké iniciativy s cílem, vylepšit stávající veřejná prostranství města. Nebo vyřešit aktuální otázky dopravy, dnů bez aut, parkování, bezpečnosti atp. Někdy se ke slovu dostávají i děti, rodiče či senioři. U nás se na obdobných projektech podílí často [Nadace Partnerství](#) (již zmíněná kniha Prostory)



3. Malování ve stylu gun painting.

Do vodních pistolí dejte místo vody barvičky a stříkejte je na papír. Papír by měl viset nebo být opřený o nějakou zeď. Barevná voda se krásně rozpije po papíře vytvoří obrazce. Můžete zkusit i doma, ale ve vaně.



4. **Natěrač.** Vezměte ven velké štětce nebo malířský váleček a naši lahev s vodou a nechejte děti natírat vodou cokoliv se jim zachce. Od chodníku, přes lavičky, zídky či zábradlí. **Příběh:** Když jsem byla na základce, měli jsme na výtvarku nadšeného výtvarníka Zdeňka Babince. Vždy bazíroval na tom, aby z barvy nebyla špína a aby ten obrázek byla malba a ne výsledek činnosti „natěrače“. Často jsme slýchávali – tohle není vybarvené, to je natřené. Jenže dítě natírá rádo. Dopřejme mu to (voda bohatě stačí, nic se nezašpiní a vše uschne).

Tip: Barvy do pistole doma namíchejte předem. Použijte raději prstové a uzavřete do malých skleniček od jogurtu. Venku díďte čepuje. Místo pistole použijte rozstřikovač na květiny. Veškeré potřeby nakoupíte buď v domácích potřebách, papírnictvích, drogeriích, železářstvích nebo výtvarných potřebách.



5. **Tání barevných ledovců.** Obarvěte vodu potrav. barvou, zmrazte ve formičkách (na led nebo na muffiny) a vezměte zmrzlé ven před dům. Na chodníku nechejte pomalu tát a děti nechejte tvořit.:-) Čím? Rukama, nohama, štětci, klacky, trávou. Sledujte i to, jak se barvy promíchávají a jaké nové barvy vám vznikají.

6. **Barvení rozpuštěnou křídou.**

Zajímavý pokus, ale příprava je trochu náročnější. Nastrouháte doma křídly, rozmícháte je ve vodě (to trvá), uzavřete do krabiček (třeba od Play Doh) a venku necháte děti štětci opět malovat na chodník.

Výhoda: nepráší to jako křídly. Nevýhoda: Je toho málo a moc nebarví. Nicméně naše děti to překvapivě bavilo. Stačilo se otočit a natřený byl kelímek a nehty na nohou 😊 (A to mě nikdy neviděli, že bych si lakovala nehty, takže nechápu). Alternativa: použijte třeba prstové barvy nebo potravinářské.



7. **Kopírka.** Obkreslujeme na velký balicí papír (nebo pečící papír). Velký kus papíru jednoduše přiložte na dlaždičkový chodník nebo kůru stromu a nechejte děti, aby plochou stranou voskovky jezdili shora dolů. Za chvíli se jako kouzlem objeví podklad. Ten si pak mohou případně dle fantazie dokreslit. (tip od Radky Rubešové, Tvoříme s prožitkem)



CO VE MĚSTĚ NAJDETE?

I když byste to čekali spíše za jeho
hranicemi...



1. **Poklady za ploty a ohradami.** Žijete-li ve městě, možná netušíte, že v jeho okrajových částech jsou za ploty ukryté poklady. Kvokající slepice, kozy, frkající kůň. Děti kulí očka. Takhle velký je ten kůň a kráva bučí úplně jinak než ta z písničky. Vydejte se k plotům.
2. **Farmy a statky.** Najděte si poblíž ve městě nebo za městem statek, farmu a navštivte ho s dětmi. Agroturistika u nás ještě není tak běžná jako v zahraničí, ale stále nabírá na intenzitě. Krásný přehled farem najdete třeba [ZDE](https://www.modrykonik.cz/volny-cas/farmy-v-cr/) (<https://www.modrykonik.cz/volny-cas/farmy-v-cr/>)

3. **Kachny v parku.**

Ve větších městech najdete téměř vždy park s jezírkem a v jezírku kachny. Skvělý tip na odpočinek při návštěvách velkoměst. Oáza venkova. Možná se jen přikláním k tomu, nekrmit kachny a už vůbec ne rohlíkem (kachna je býložravec, konzumuje tedy rostliny).



4. **Pouštění (tahání) draka.** My draky od letošního podzimu nepouštíme. My je totiž taháme. Maxík totiž správně poznamenal, že kdybychom ho pouštěli, tak nám nejspíš uletí. Vždyť toho draka přeci taháme za provázek, ne? Taky mi došlo, že draka lze pouštět (tahat) kdykoliv, když je vítr a nemusí to být jen na podzim. Vyrazte na louku, kopec nebo fotbalové hřiště a provětrejte si s dětmi hlavy.



CVIČENÍ A POHYB VE MĚSTĚ

Děti už nejsou výmluva pro nedostatek pohybu maminek



1. Strollering. Už jste někdy slyšeli o cvičení maminek s kočárky? Tento nápad přinesla někdy v roce 2010 Edita Berková. Od té doby už s maminkami ve městech cvičí desítky nebo stovky lektorek. Jde totiž o to, že cvičíte a nemusíte si shánět hlídání pro děti. Děti (v kočárcích, na odrážedlech i na kolech) se stávají součástí Vaší aktivity.



Jak to funguje? Moje zkušenost byla skvělá. S lektorkou Helou a maminkami jsme se sešly vždy na sjednaném místě, odkud jsme rychlochůzí a sérií protahovacích zahřívacích a poskakovacích cviků dotlačily kočárky třeba do parku, na hřiště nebo na jiné místo ve městě. Tam jsme pokračovaly. K dalšímu cvičení se využívají různé zídky, lavičky, zábradlí, okraje pískovišť, průlizky a kočárky a také karimatky. Zapojují se děti, říkanky a písničky. Po cvičení jsem si vždy musela dát sprchu, bylo opravdu výživné. A co nás taky bavilo? Když jsme se jako kočárkový průvod valily městem, všichni nás s úsměvem pozorovali (jojo, pánové si dokonce pohvizdovali, tolik krásy s malými dětmi nevidí každý den). Najděte si strollering i ve Vašem městě na www.strollering.cz. Venku probíhá od jara do podzimu, někdy i v zimě (paráda).

2. Jóga pro děti a jóga v parku. V teplých dnech se stává, že se v městských parcích prostě cvičí (v zahraničí zcela běžné, u nás zatím spíše neobvyklé, podezřelé či jinak nedůvěryhodné). Mnohá jóga centra však na jarní a letní měsíce přesouvají své lekce právě do městských parků či zahrad. Pořádají také kurzy jógy pro děti nebo hormonální jógy pro maminky. U dětského cvičení se krásně protáhnete i vy. Pokud chcete navštěvovat klasickou jógu, vezměte dětem deku a nechejte je koexistovat na trávníku v parku. Za zkoušku to stojí.



MHD

Kdy už budeme vystupovat



1. **Počítání zastávek** – Tady je hned několik variant. U obou děti bedlivě hlídají každé hlášení a zastavení dopravního prostředku. Pojedeme na zastávku Pionýrská. Počítejte, kolik zastávek mezitím bude a zkuste si je zapamatovat. Nebo oznamte, že vystupovat se bude za čtyři zastávky. Požádejte děti, aby Vám to pomohly uhlídat, ať to nepřejedete.
2. **Malování na okno** (v chladném počasí). Když je teplota venku nižší než vydýchaný vzduch v tramvaji, dýchejte na sklo a malujte prstíky nekonečné obrázky, vzkazy a písmenka.
3. **Prstíkové divadlo** – nejen do MHD, ale i k jídlu, do čekáren apod. Vaše prsty se v mžiku promění ve zvědavé panáčky nebo zvířátko (žirafa či kůň se dobře dělá s nataženým prostředníkem, zatímco ostatní prsty jsou nožičky). Takové zvířátko se může třeba v MHD zatoulat a ptát se dětí na cestu, mohou ho bolet nožičky, může se chtít dívat z okna a nechat si vyprávět, co je za okny autobusu.
4. **Kdo nejdříve uvidí** – hra na koukání z oken a „lovení“ barevných aut, značek aut nebo třeba žlutých čepic, věží, komínů.
5. **Hádej, kdo to je** – s většími dětmi můžete sledovat spolucestující a tipovat, kolik mají let, čím jsou, kam jedou apod.
6. **Jízdní řády** - Orientace v jízdních řádech (větší děti). Učení hodin (v kolik hodin pojede autobus, za kolik minut pojede tramvaj, jak dlouho pojede ze zastávky X do zastávky Y apod). Při svezení sledovat hodiny a porovnat čas příjezdu s jízdním řádem.

VENKU ZIMA

Když na město spadne bílá peřina



1. **Bábovičky ze sněhu.** Napadl sníh. Sněhulák už stojí a co teď? Vyjděte si s dětmi na chvíli jen tak před dům. Není potřeba chodit světa kraj. Vyhrabejte ze skříně kyblíčky, lopatičky a bábovičky a pusťte se do bábovičkování. Se sněhem se pracuje jinak než s pískem, ale nechte děti, ať si na to přijdou. Stavět lze bábovičky, hrady a pevnosti, udělat si ledové království nebo ledovou cukrárnu.

2. **Sněhový bunkr (iglů).** Postavte si ho s pomocí kyblíčků. Stačí malý hrad, bunkr nebo se pusťte klidně do celého iglů.



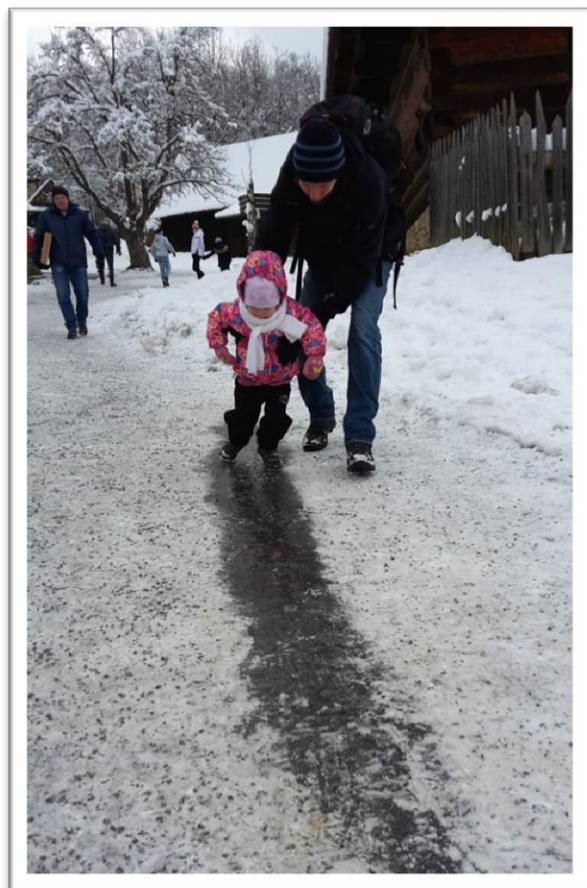
3. **Sněhové sochy.** S většími dětmi můžete zkusit i sněhové sochy. Před mnoha lety jsme s mým tehdejším přítelem stavěli před domem Eiffelovku a pro mou mladší sestru malý vláček.



4. Obrázky na sněhu. Malujte do sněhu klacíkem nebo vyšlapejte do sněhu obrázky nohama. Nejlépe v mírném svahu a do prašanu. PS: Takto vytvoříte i vzkaz, šifru nebo dokonce narozeninové přání pro babičku přímo pod okny jejího bytu 😊



5. Klouzačka na chodníku. Už dlouho jsem neviděla akční tatínky stříkat vodou plácek u domu, aby kluci mohli hrát hokej. Možná už nejsou tak tuhé zimy? Nebo došli akční tatínci? Nicméně udělat si malou klouzačku u domu zvládne každý. Stačí opět trochu vody, teploty pod nulou a na klouzačce budou fronty. A nejlépe, když to bude na chodníku mírně z kopce.



6. Zimní hřiště. Hodně hřišť je v zimě uzavřeno (ploty, branky, zámky), ale jsou i místa s dětskými průlezkami, která jako hřiště nejsou vedená a kam lze zajít i v zimě. S čerstvě napadaným sněhem dostane skluzavka nebo houpačka zcela jiné rozměry.



7. Házení sněhových koulí z mostu do vody. Tak jako po celý rok, můžete i v zimě házet z mostů do vody kousky ledu nebo sněhové koule a sledovat jak plavou a roztápí se.

8. Andělíčci – hodně oblíbená stopa v krajině. Přidejte se.

III. ČÁST

MĚSTO NA HRANÍ POHLEDEM RODIČŮ A LIDÍ TVOŘÍCÍCH VEŘEJNÁ PROSTRANSTVÍ

Přečtěte si, jak vidí a vnímají město jako prostor pro hru a pro život s dětmi lidé, kterých si osobně velmi vážím, kteří inspirují a dělají prostě dobré věci.

EDITA BERKOVÁ

www.editaberkova.cz

Máma 2 malých dětí a zakladatelka projektu Strolling v ČR, audio blogerka a "přísná" trenérka spokojenosti, zakladatelka projektu Úžasný stav.



Pro mě je město o akci, o energii, která dokáže nakopnout, jen se to nesmí přehnat :) Žiji v Praze a jsem vděčná, že je to město plné dětských hřišť. Máme to s dětmi jako hru: „Tak na jaké jdeme dnes?“ A v poslední době dokonce na dětská hřiště začínají přibývat i veřejné toalety, a to je zkrátka bájo :)

Zároveň miluju i místa, kde se setkávají dospělí s dětmi a všechny to baví: Miluji venkovní kavárny a místa, kde si mé děti mohou hrát a já si pochutnat na výborném kafičku. Například u nás v Dejvicích vznikl před lety projekt Šesták, což je minibus s kávou, pivečkem a pod širým nebem se tu pravidelně, v létě, konají koncerty, tančírny a přednášky. Je zde k zapůjčení šachovnice, pink-ponk, pro děti hračky a je to místo s veřejným klavírem. A to je zkrátka NÁDHERA.

ZUZANA KOTYZOVÁ

Máma malé školačky,
vedoucí oddělení
kultury a agendy MA21
na Úřadě městského
obvodu Ostrava Poruba,



Sama jsem často lákala dceru na nějaké atrakce do města, ale pak jsem pochopila, že nejšťastnější je, když může celé hodiny se svými kamarádkami vyrábět malé mističky z hlíny, plnit je různými věcmi, které venku najdou a hrát si na obchod.

Ve městech je dnes nepřeberná řada možností, jak s dětmi trávit volný čas - komunitní a mateřská centra, školy, kulturní instituce, spolky a zájmové kluby, komerční subjekty - ti všichni vytvářejí velmi pestrou nabídku aktivit pro děti a celé rodiny. A je to rozhodně dobře.

Rodiče však díky tomu můžou získat pocit, že by měli svým dětem neustále připravovat nějaký zajímavý program a zapomínají, že to největší zaujetí a radost ze hry přichází právě bez organizované zábavy, originálních zážitků nebo nejnovějších hraček.

...

Na druhou stranu také vnímám, že rodiny hledají způsoby, jak trávit čas s dětmi venku a přitom nevyjíždět mimo město. Myslím ale, že málo rodičů je ochotno se aktivně her dětí účastnit, nebo je vymýšlet, spíše se spoléhají, že přivedou děti na hřiště, kde se na prolézačkách samy zabaví. Vyhledávané jsou také herní prvky u restauračních předzahrádek, jejichž umístování je v poslední době trendem. Zároveň chtějí mít rodiče možnost kontroly starších dětí, které už mohou být venku bez dozoru. Z pochopitelných důvodů si je ale přejí mít nablízku. **To je důvodem, proč se nám na odboru rozvoje v Porubě množí požadavky na umístění herních prvků takřka v každém dvoře.**

Města však často neposkytují příjemná veřejná prostranství, která by vyzývala k tomu, aby v nich člověk setrval, nebo dokonce plánovaně nabízela prostor pro spontánní dětskou hru. U velké části veřejnosti navíc přežívá stále představa, že děti patří na místa jim speciálně určená.

Hrající si děti na náměstí nebo v ulici? Lezení po uměleckém prvku nebo běhání v parku po trávě? Řadě lidí to může připadat rušivé nebo prostě nevhodné.

Změna pohledu na veřejný prostor (jak u veřejnosti, tak u vedení měst), na jeho promyšlené řešení, kvalitu, estetiku a funkce, které nabízí, se u nás bude dít pozvolna. Jak ale můžeme vidět na příkladech ze zahraničí, přináší mnoho pozitivního do života místních lidí.

MARTIN NAWRATH

www.martin-nawrath.cz

Facilitátor (úpravy veřejných prostranství, úprava zeleně apod), lektor, ředitel Nadace Partnerství o.p.s., organizuje školení, pracuje mimo jiné i pro kancelář Architekta města Brna



Města, tedy zejména ta větší, se stala v některých aspektech špatně obyvatelná. Jedním z aspektů je hra dětí. A spíše než hra, už samotný pohyb dětí, pobyt, prožívání.

Máme několik možností, jak se k tomu postavit. Štěpánka zvolila tu kreativní. Města tu prostě máme. **Přináší nám mnoho trablů, ale také mnoho jistot, výhod a zážitků.** Pojdme města znovu zabydlovat a tím proměňovat. Pojdme v nich normálně žít a možná touhou po skutečném životě budeme města znovu tvořit k obrazu svému.

A k tomu patří živly. To jsou naše děti, ale pozor, to jsme i my.

Taky si chceme užívat, divočít. Než tedy zešílet v divočině, **pojdme raději vymýšlet šílené nápady, jak naše města skutečně zabydlovat jako prostor pro hru.**

KAMILA SMUTNÁ
www.kamilasmutna.cz
máma 2 malých dětí,
bojovnice za čistý vzduch v
neziskovce Čisté nebe a
propagátor startupů v
univerzitním Centru podpory
inovací při VŠB TU Ostrava



Mám dvě malé děti a prozatím u nás vítězí hřiště, které máme u domu. Je to dané i tím, že se tam scházejí děti, které už známe. Bydlíme sice ve městě, ale poblíž zámeckého parku s rybníkem, takže tam se spousta aktivit nabízí tak nějak sama.

Co vnímám jako velký zádrhel je, že **přes zimu jsou všechny děti snad schované někde v bunkru?** Aspoň u nás nikde nikdo. Tak nevím. Část hřiště většinou funguje. Jak se říká, **není špatné počasí, ale špatně oblečený člověk.**

K vodním prvkům - souhlasím, že se to dá hodně podpořit městským plánováním. Byli jsme v létě v Piešťanech, měli tam super část s vodními prvky (chápu, že v případě lázeňského města je to začlenění vodních prvků přirozenější). Každý večer tam bylo plno, kolem restaurace a zahrádky a lidé sledovali hemžení lidí u vodní části.

EVA SVOBODOVÁ
vysokoškolská pedagožka (PF
JU), autorka mnoha publikací
s tematikou dětské hry,
emočního vývoje a
respektující komunikace
s dětmi, předškolního
vzdělávání a metodiky pro
pedagogy. České Budějovice



Vzpomněla jsem si na doby, kdy byly mé tři dcery malé, nastěhovali jsme se do paneláku v Třeboni a zoufale hledali, s čím si venku hrát.

Snažila jsem se svým dětem udělat zahradu z města a to v době totality, kdy se na děti moc nemyslelo a písek v pískovišti byl směsí popela a kočičích výkalů.

Líbí se mi, že ponoukáte maminky k **nastartování komunitního života ve městech.**

Maminky jsou totiž obrovskou silou, která má potenciál proměňovat svět.

Je skvělé, když se děti naučí si hrát venku v okolí svého bydliště a starat se o okolí. Až budou trochu větší, nebudou mít potřebu ničit, ale budou schopné si samy najít smysluplnou a třeba i prospěšnou zábavu.

PETRA ŽALLMANNOVÁ
www.opicimatka.blogspot.com
Máma malých dvojčátek,
bloguje a píše recenze o
dětské literatuře. „Dítě je jako
opička," a já pevně doufám,
že když opička vidí starou
opici si hrát, tak ji to taky
nadchne. Kopřivnice



Města miluji, vnímám je jako prostor pro kulturu a umění. Všechno, co do veřejného prostoru přinášejí lidé, kteří něco umí a nebojí se to ukázat: jakýkoliv street performance, veřejná čtení, koncerty atd.

Zároveň ale narážím na to, že prostor města je vnímán jako prostor dospělých. Prostor dětí je podle obecného mínění na hřištích nebo v lese. Je to škoda. **Bylo by prima vnímat město jako společný prostor,** kde se děti někdy musejí přizpůsobit dospělým a jejich aktivitám a jindy by se dospělí měli být ochotni přizpůsobit dětem a jejich nárokům.

Radní měst by měli více mluvit se svými občany (prostřednictvím setkávání a prezentací přímo v prostoru, prostřednictvím sociálních sítí, anket). Současně je fajn, aby se inspirovali v zahraničních a velkých městech, kde je tlak na ožívování veřejných prostor.

...

Naprosto zásadní je, podle mě, komunita a život s komunitou. Pro děti i pro dospělé. Naše společnost trpí pocitem odloučení a vykořeněnosti. Právě setkávání s lidmi, kteří žijí v naší blízkosti (sousedí, přátelé, rodina, lidé stejných zájmů), pomáhá vystavět pro člověka, tvora společenského a smečkového, pocit sounáležitosti, pocit, že někam patřím, že mám s kým sdílet.

Život s dětmi ve městě nedělím. Snažím se kombinovat dětské zájmy se svými.

Když potřebuji něco vyřídit, jedou děti na odrážedlech se mnou. Do časové rozvahy vždy zakalkuluji i objížďení obvyklých míst, hraní si na sochách, nájezdech, atd. Sami mi řeknou, co je zajímavá - popeláři vyklápějící kontejnery, pán malující fasádu, paní pobryndaná zmrzlinou, projíždějící vlak (někdy nasedneme na jedné městské zastávce a jedeme na druhou, zpět na odrážedlech přes město).

Beru děti do obchodů s knihami, šroubky, potravinami - mluvíme o tom, co se tam dá koupit a na co to je, proč něco (ne)kupujeme, na co jsou peníze, atd.

Štve mě nebezpečný nepořádek - rozbité lahve od alkoholu, injekční stříkačky, špinavé hadry, zvratky, bohužel i bezdomovci a feťáci a jejich angažmá ve veřejném prostoru.

ŠTĚPÁNKA VONTROBOVÁ

www.kidedu.cz

www.foodrestart.cz

www.sdilko.cz

Máma dvou malých dětí,
autorka této knihy, autorka
didaktické hry Kidedu Můj
den, iniciátorka Foodrestart a
Sdítko.



Mateřská změnila hodně věcí, včetně způsobu trávení času kdekoliv – v přírodě, na cestách, na sídlišti a ve městech. Jasně, že příroda je nádherná, čistá, svobodná. Jenže pro spoustu z nás jen na týdenní pobyt či občasně dobití baterek a pak **hurá zpátky do města za jeho vymoženostmi, energií, životem. Za lidmi, přáteli, kulturou.**

V úvodu jsem psala, že jsem se s břichem vracela z Brna do mého rodného malého města. Pár dní jsem nechápala, co jsem to učinila. Teď však nelituji. **Nepotřebujeme velké zábavní dětské parky, dětské kavárny, dětské herny.** Nejraději mám, když si všude dojdeme pěšky, když jdu s dětmi ven a potkám spoustu známých, když se zakecáme a když vím, že na naší trase bude něco, co děti zaujme. A taky, že **stačí vyjít před dům a hrát si ve sněhu u domu nebo objevovat zákoutí naší čtvrti** (vždy najdeme tajemné neprobádané místo) Že jako pomůcky můžete využít běžné věci, že číst a malovat můžeme i venku. Jsem také vděčná za to, že jsme se s rodinou stali součástí komunitního života a organizujeme komunitní akce právě v městském prostoru.

© 2019 Kidedu

Napsala Štěpánka Vontrobová

Ilustrace na titulní straně: Barbora Křístková

www.kidedu.cz