

CO VÍ MALÝ INDIÁN? – metodický námětník

„Každý malý indiánský kluk i holka ví, z čeho jsou vyrobeny všechny věci, které ve svém životě potřebuje. Víte to i vy?“

Nabízíme pár námětů, které byste mohli použít i ve školce či škole...

1. Co to vlastně jíme?

Dětem každý den servírujeme na talíř porci jídla, ale ví, z čeho oběd je a co všechno se za ním schovává?

Probuďme v dětech zvědavost a každý den se s nimi zamysleme nad tím, jak se to jídlo dostalo na náš talíř. Aby věděli, že knedlík nevyrostl na stromě, že řízek se nesklízí na poli, že jogurt nevyrobí v hypermarketu apod. Neefektivnější však bude, když si s dětmi sami společně něco přímo vypěstujete nebo ukuchtíte. Děti samy pochopí, kolik práce se v každém soustu skrývá a kdo ví – třeba si budou jídla i více vážit. Nejvíce však dětem chutná to, na čem se mohou samy podílet. Společnou hostinu si určitě všichni užijete!

Ovocný salát

Děti se rozdělí do skupinek a jejich úkolem bude připravit co nejchutnější salát. K dispozici budou mít jablka, mrkev, citrón, cukr nebo med, koření (skořice, hřebíček, anýz) a další potravinové doplňky (kokos, hrozinky, ořechy aj.) Nemělo by chybět struhadlo, miska, nůž a lžičky. Každá skupinka salát připraví a pojmenuje. Následuje hromadná ochutnávka.

Medové perníčky (vhodné na Vánoce nebo Velikonoce)



650 g hladké mouky, 240 g moučkového cukru, ½ balíčku perníkového koření, 2 lžičky jedlé sody, 1 lžíce kakaa, 4 vejce, 100 g tekutého medu, 50 g rozehrátého tuku Omega.

- Vypracujte hladké těsto, s dětmi vyválejte, půjčte dětem vykrajovačky a nechte je vykrajovat. Před pečením si děti své výkrojky potrou rozšlehaným vajíčkem. Po upečení můžete s dětmi zdobit sněhovou polevou (sníh z 1 bílku, lžičky solamylu a 20 dkg moučkového cukru, pár kapek citrón. šťávy). Pro malé děti je dobré polevu trochu zředit vlažnou vodou, takže stačí polevu natírat štětečkem na perníčky.

- Perníčky můžete buď zbaštit ihned a nebo si s nimi ozdobit stůl, vánoční stromeček, věnec, apod.

Martinské rohlíčky (můžete využít v listopadu na svátek sv. Martina)

Těsto: 1 kg polohrubé mouky, 100g tuku, 80g moučkového cukru, 1-2 žloutky, 40g droždí, necelé ¾ l mléka, citrónová kůra, lžička soli, vanilkový cukr, rozinky

Postup: Připravte si kvásek a zadělejte kynuté těsto. Vyklopte na vál a rozválejte na sílu asi 1cm. Krájejte na cca 12 cm široké pruhy, ty dále na trojúhelníky. K delším stranám pokládejte nádivku. Rohlíčky svinujte tak, že řízek zůstane nahoře. Přesuňte na plech pokrytý pečícím papírem a nechte chvíli vykynout. Než vložíte do trouby, potřete vajíčkem. Pečte podle velikosti 30-40 minut. Kromě zadělávání těsta vám se vším mohou vydatně pomáhat děti.

Náplň maková: 250g mletého máku, ½ l mléka, 100 g cukru, strouhaný perník, citrón. kůra, kakao, skořice, hřebíček

Mák vsypte do vřelého mléka a vařte (pozor, pracujte bez dětí, může vyprsknout a popálit). Jakmile začne houstnout, musíte stále míchat, aby se nepřipálil. Ještě teplý jej oslaďte cukrem a můžete přidat strouhaný perník, okořenit citr. kůrou nebo mletým kořením.

Náplň tvarohová: 500 g tvarohu, 100-150 g cukru, 2 vejce - Tvaroh jemně utřete, přidejte cukr, vejce, podle chuti rozinky, citr. kůru, vanilku.

(Martinské rohlíčky se mohou péct i bez náplně.)

Ochutnávka různých forem zpracování ovoce

Připravíme s dětmi ochutnávku toho, co lze vyrobit z jableček. Předtím s dětmi vymyslíme, kde všude se mohou jablka využít a jak je lze zpracovat. Kromě toho, co nabídneme na ochutnávku, mohou děti ještě vymyslet například: sušené ovoce na vánočním stromečku, jablka v županu, müsli, ovocný salát, marmeláda, ovocný čaj (využívají se slupky a dužnina) aj. Pozor v případě žvýkaček, bonbónů aj. – ty neobsahují ovoce, ale pouze uměle vytvořené a dodané příchutě a barviva.

Na ochutnávku připravíme:

- jablka sušená (příp. i hrušky a hrozinky)
- jablka čerstvá (příp. i hrušky či jiné ovoce)
- jablečný mošt
- jablečnou přesnídávku
- jablečný štrúdl
- jablečný kompot

V různé roční doby se můžete zaměřit na jiné ovoce – červen – jahody, třešně; září – švestky, ořechy, říjen – jablka, hrušky, atd.

Kysané zelí

Nakrouháme zelí, přidáme sůl a kmín, napěchujeme do velkého speciálního keramického hrnce a necháme při pokojové teplotě, aby nastartoval proces kysání. 10-14 dní necháme zelí kysat při pokojové teplotě, poté jej přeneseme do chladné místnosti a můžeme začít konzumovat. Zelí musí být neustále potopené (možno dolévat převařenou vodou).

Jogurt

Čerstvé mléko (netrvanlivé), bílý jogurt, dobře vymyté skleničky od výživy s víčky.

Postup: Skleničku naplníte z 1/3 mlékem, přidáte 1-2 lžičky bílého jogurtu se živými kvasinkami, promícháte a dolijete mlékem po okraj. Skleničky necháte přes noc v teple a druhý den na nás bude čekat hustý jogurt. Můžete s dětmi ochutnat čistý bílý jogurt a popovídat si o kravičkách a o tom, že mléko se musí nadojit z vemínka, potom se (po pár úpravách) nalévá do sklenic či tetrapakových krabic či se z něj vyrábí další produkty – sýry, tvaroh, máslo apod.

Jogurt je možno dochutit ovocnou marmeládou.

Chléb

Kvásek z droždí, hladká mouka, žitná mouka, sůl, kmín, voda. Uhněteme hutné těsto, necháme alespoň 1 hodinu kynout a poté pečeme v troubě. Během pečení 2-3x potřeme slanou vodou.

Aby všechno nemusela dělat paní učitelka, můžete dětem rozdělit těsto na malé kousky a každý si utvoří svůj malý bochánek, který si před upečením potřeme slanou vodou a podle chuti posype kmínem, sezamem, mákem apod.

Na internetu naleznete mnoho receptů na různé druhy chlebů, podle fantazie a chuti tam můžete přidávat všelijaké suroviny navíc – různá semínka, ovesné vločky, ořechy, apod.

Pokud chcete, můžete si s dětmi utvořit vlastní kvásek z žitné mouky a vody, o který se budete každý den starat – je to trochu jako starání se o zvířátko, jelikož každý den musíte nakrmit kvasinky 1 lžičkou žitné mouky, aby nezahynuly. Přesný postup na domácí žitný kvásek naleznete např. na <http://kvaskovychleeb.cz>.

Preclíky

300 g hladké mouky, 60 g tuku, 1/2 žloutku, 20 g droždí, špetka cukru na kvásek, asi 1/8 l mléka, mák, sůl

- Droždí rozmícháme se špetkou cukru, lžičkou vlažného mléka a s troškou mléka na kašičku. Do mísy dáme zahřátou mouku, rozpuštěný tuk, žloutek, kvásek, sůl a vlažným mlékem zaděláme tužší těsto. Necháme vykynout. Pak je vyválíme, nakrájíme na kousky, z nichž děti utvoří váleček, který spojí v preclík (mohou tvořit i jiné tvary, než jsou klasické preclíky – nechte zapojit dětskou fantazii). Znovu necháme kynout. Mezitím v širokém kastrolu přivedeme vodu k varu. Do vařící vody vhadzujeme vždy několik preclíků najednou, vařečkou jimi pohneme, a když plavou, vybereme je vařečkou a vložíme na pomaštěný plech, posypeme mákem a v horké troubě hned upečeme.



Cesta ke chlebu

Doporučujeme opatřit si obrázky postupných kroků od obdělávání pole, setby obilí až po hotovou mouku a pečení chleba a společně si s dětmi tento proces osvětlit, případně si některé činnosti vyzkoušet (sekání, mlácení obilí, mletí mouky apod.). S většími dětmi se můžete vydat na exkurzi do mlýna, např. do starého mlýna v Bakově nad Jizerou.

Cesta k oleji, cukru, máslu, k salámu...

Stejně jako u chleba si můžete sehnat i obrázky procesů výroby dalších potravin: slunečnicový olej, cukr...

Vypěstujte si sami několik surovin

Povídání o procesech výroby zpestříte tím, že si zasejete např. pšenici či žito (povídání o mouce, chlebu), slunečnici (semínka, olej), pukancovou kukuřici (popcorn), len (semínka, olej, textil), brambory a další plodiny, ze kterých můžete s dětmi vařit.

2. Příběhy věcí

Přiřazování věcí k surovinám

Jednoduchá hra, kterou mají rádi snad všechny děti, a dá se často opakovat.

Sežeňte vzorky surovin pro výrobu věcí (sklářský písek, hrnčířská hlína, vápenec, železná ruda, len, bavlna, ..), nebo alespoň jejich obrázky či obrázky z jejich těžby či zpracování (internet je všemocný). Shromážděte dostatečný počet věcí, které jsou vyrobeny převážně z jednoho materiálu (kožené boty, bavlněné tričko, sklenici, květináč, klíče apod., při příští hře by se měly obměnit). Děti buď jednotlivě přiřazují výrobky k jejich surovinám (třeba v řadě, na koho co vyjde, když neví či chybuje, dostane šanci následující), nebo v početnější skupině odhaluje paní učitelka jednotlivé předměty a všichni běží stoupnout si k surovině.

„Indiánské“ šperky

„Indiánské“ tu znamená „přírodní“, tzn. získané z přírody, průmyslově nezpracované, výrobně pochopitelné. Neznamená, že to právě takhle dělali Indiáni...

Začněte úvodní motivací: čím se zdobí naši rodiče (řetízky, prstýnky, skleněné, keramické, kovové, textilní, kožené a jiné šperky, které se v přírodě nenajdou)? A kdybychom žili jako Indiáni a chtěli se taky ozdobit, co bychom k tomu mohli použít? Smršť nápadů usměrněte do pouze přírodních materiálů, které se u nás dají najít. Následuje „lovecká výprava“ na materiál na ozdoby + jejich výroba (šnečí ulity a ptačí pera byly rozhodně materiály oblíbené i u opravdových Indiánů). Ta může být buď jen situační (každý se na místě v přírodě ozdobí pro malou improvizovanou slavnost, třeba barev podzimu), nebo lze z nasbíraného materiálu tvořit až ve škol(c)e, třeba šperky pro maminky.

Rukodělné „výrobní“ náměty

Jak krteček ke kalhotkám přišel

Kromě popisu technologie zpracování lnu na základě oblíbeného filmu (z vygooglovaných obrázků mohou děti následně poskládat celý příběh) existuje několik jednoduchých textilních technik, vhodných i pro předškoláky:

- Filcování z ovčí vlny (vznikne kulička, míček, drobná postavička) – konkrétních postupů je plný internet, např. <http://www.ignis.cz>. A dnešní chovatelé ostříhanou vlnu vyhazují.
- Tkaní na jednoduchém stavu. Malé děti ještě nedokážou a ani nemají potřebu funkčního výrobku, ale fascinuje je samotný proces tkaní. Doporučujeme proto spíš jeden rámový tkalcovský stav do třídy, kde si každý může zkusit utkat pár řad. Ať žije trénink rozvíjení jemné motoriky!
- Pletení na hrábích. Jednoduchá a vtipná technika, kterou pochopí i malé děti. Vy pochopíte nejnáz z You-Tube, jen možná lépe uspějete se zadáním výrazu „tkaní na hrábích“ do vyhledávače.
- Tkaní proužky papíru (či látky). Tkalcovský minitav vytvoříte z papírového táčku, osnovu ze slabého provázku, útek z proužků papíru stejné šířky (ze skartovačky je úzký, ideálně cca 1cm). Námětů na nejrůznější podložky či ozdůbky najdete na internetu plno. Pokročilejší mohou vyzkoušet i pletení papírových „ošatek“ či kulatých podložek košíkářským způsobem.

Vyrob si svůj hrneček

S keramickou hlinou a výrobky z ní má dnes zkušenost snad každé dítě. Aby tento fantasticky tvárný materiál ale přijalo jako přírodní, bylo by dobré podniknout vycházku na místo za tou správnou mazlavkou (v nivách a zoraných polích v údolí Klenice, na Chlumu či Bradleci to nebude problém). První seznámení děti absolvují jistě hned v terénu, paní učitelky vyzbrojené batůžky a igelitkami (nebo vozičkem?) dopraví úlovek do škol(ky) a může se tvořit! Nedokonalost materiálu (ve srovnání s průmyslově zpracovanou keramickou hlinou) dětem příliš nevadí (případně paní učitelka pomůže připravit správnou vlhkost hlíny). Ideální výrobek by měl mít nějaké praktické využití: miska, hrneček, či jednoduchý, ale funkční (!) fascinující *keramický kahánek* (vygooglujte si obrázky)...

Ze starého nový

I když se nejedná o přímý řetězec „přírodní surovina – funkční výrobek“, doporučujeme výrobu recyklovaného papíru vyzkoušet. Potřebujete hromádku starých novin (na výrobu papíru + na jeho sušení), mixér, sítko a know-how. Ty poslední tři si můžete zdarma (proti vratné záloze 1000Kč) půjčit v ekocentru Zahrada.

Zubní pasta – jednoduše a levně

2,5 polévkové lžíce škrobu, 1 pol. lžíce sody, větší špetka soli – smícháme a přidáme 2 pol. lžíce glycerinu a 10 kapek mátové silice (lze přidat i rozmarýnovou silici – dezinfekční účinky), vše důkladně promícháme a uzavřeme do uzavíratelné nádoby (doporučujeme koupit v lékárně nádoby na mastičky).

Bylinková mastička či balzám na rtvy

Rozeřijeme olej, přidáme okvětní lístky měsíčku lékařského (pozor! – nesmažíme), přidáme včelí vosk rozdrobený na kousky (mohou rozkouskovat děti) – poměr olej:vosk=3:2. Můžeme přidat silici pro ovonění. Nalijeme do kelímku a necháme ztuhnout.

3. Indiánské a jiné přírodní hry a hračky

INDIÁNI si rádi hráli. Hry se samozřejmě často dotýkaly činností z jejich běžného života a tříbily vlastnosti nutné k přežití v přírodě (vytrvalost, přesnost, trpělivost, hbitost aj.), ale vnášely mezi indiány i radost a smích.

Některé z indiánských her si můžeme zahrát i dnes. Vyberte si z nabídky a zkuste si některou hru s dětmi zahrát.

PIKARIA (hra kmene Keresů z jihu Spojených států)

Hrají dva hráči na desce s 13 poli. Každý má 3 kameny – jeden bílé, druhý černé. Hráči kladou střídavě po jednom kamenu na body, kde se sbíhají nebo protínají linie (mimo bod uprostřed herního plánu), a jsou zatím volné. Jakmile všech 6 kamenů leží na desce, začíná druhá fáze hry. Soupeři pak střídavě posouvají vždy jeden ze svých kamenů na sousední volný bod kterýmkoli směrem. Vítězí ten, komu se podaří umístit své 3 kameny do řady v jedné linii vodorovně, svisle nebo úhlopříčně těsně vedle sebe. Viz příloha č. 1

HÁZECÍ DŘÍVKA (hra kmene Zuňi)

Ze silnějšího prutu zhotovíme asi 10 cm dlouhá dřívka. Do jednoho z konců vetkneme do dužiny prírko jako ozdabu i kormidlo, druhý konec seřízneme do špičky (nemusí být). Dřívko můžeme i ozdobit provázkem, korálky, šikovni kluci i různými vrypky nožíkem. Každý hráč si pořídí takových házecích dřívek několik.

Hráči se postaví za čáru a postupně jeden po druhém házejí. Nejprve hází první hráč, potom druhý hází tak, aby se jeho dřívko po dopadu dotýkalo svým prírkem prírka soupeřova dřívka. Jestliže se mu to podaří, získá obě dřívka, pokud ne, zůstanou obě dřívka ležet tam, co dopadla. Pak hází další hráč a míří na kterékoli ležící prírko.

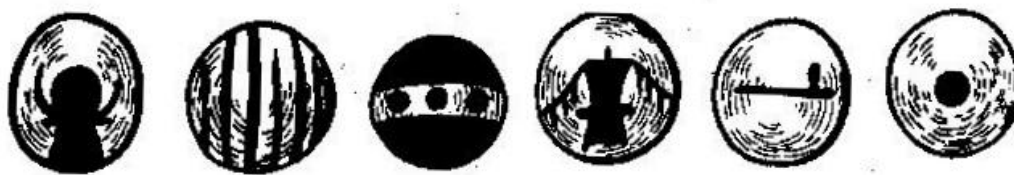
INDIÁNSKÁ HRA S KOSTKAMI Z PECEK (hra kmene Seneka z Ontaria)

Na tuto hru je potřeba 6 pecek (broskvových, švestkových apod.), ošatka a nádobka se stovkou fazolí, kamínků či kuliček. Pecky je dobré pečlivě obrousit a z jedné strany natřít černou barvou.

Hráči se sesednou do kruhu na koberec. Kdo hru otvírá, udeří zdola plochou dlaní do ošatky tak, aby pecky nadskočily do vzduchu a spadly zpátky na dno. Když zůstane všech 6 pecek ležet vzhůru stejnou stranou (tmavou nebo světlou), hráč si vezme

z nádoby 5 fazolí. Zůstane-li 5 pecek ležet vzhůru stejnou stranou a jedna pecka opačnou, vezme si hráč 1 fazoli. Všechny ostatní kombinace jsou „prázdné“, nezískáváme za ně žádnou fazoli.

Ošatka s peckami putuje stále dokola tak dlouho, až je nádobka prázdná. Kdo má nejvíc fazolových trofejí, vítězí.



Indiánské hrací kostky z pecek

INDIÁNSKÁ HRA NA PAMĚŤ

K této hře pro dva hráče potřebujeme dva hrací čtverce rozdělené na 25 malých čtverců, 10 kamínků a 10 ořechů. První hráč si vezme 5 kamínků a 5 ořechů a umístí je do čtvercové sítě libovolně tak, aby to protihráč neviděl. Pak se druhý hráč otočí a pozorně si prohlédne položené kameny a ořechy, zatímco první hráč zpívá krátkou písničku:

Ki ji já – ki ji jí,
myslím, že vnímáš rychleji,
myslím, že vidíš bystřeji,
proti mně nemáš naději,
ki ji já – ki ji jí.

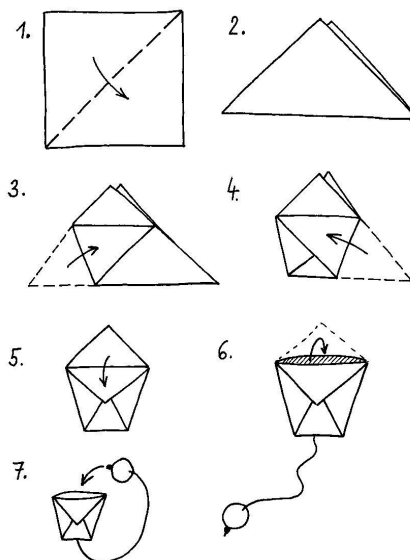
Pak se první čtverec přikryje a druhý hráč musí z paměti umístit hrací známky do druhé čtvercové sítě přesně na stejná místa. Za každou známku, kterou dá správně, dostane bod. Hráči si pak role vymění.

Viz příloha č. 2

BILBOQUET

Toto francouzské slovo znamená doslova lapačka. Tuto velmi starou hru používali i indiáni k procvičování zručnosti. Nejstarší bilboquety měly podobu kalíšku a koule, přivázané k němu šňůrkou. Hráč vzal nádobu do ruky, trhl s ní a měl do kalíšku chytit kouli, která zatím vyletěla do výšky. Jednoduchá zábava, ale výborné cvičení postřehu. Indiáni kmene Čipevajů vyhazovali snopeček trávy, svázaný do tvaru podkovy a chytali jej na špičatou hůlku. Jiný kmen, kmen Zuňi, používal rovný prut, k němuž byly připevněné koženým řemínkem tři kroužky. Hráč získal body podle toho, který kroužek na špičku prutu zachytil.

Zkuste si s dětmi vyrobit jednoduchou nádobu z papíru a k ní připevněte dostatečně dlouhým provázkem dřevěný korálek – a jednoduchý bilboquet je hotov.



Indiánská inspirace na závěr...

Pokud byste chtěli trochu té přírodní indiánské atmosféry přenést i do Vaší školní zahrady, velkou pomocí bude pořízení indiánského týpí. Doporučujeme velikost 6 – 7m (to je průměr dole u země, do 6 m týpí si s ohněm uprostřed sedne kolem 20 dětí, sedmimetrové nabídně i dostatek volného prostoru pro hry za deště či divadelní vystoupení...

Sehnat celtu není problém, 7m se dá pořídit od 16.500Kč, dobrou zkušenost máme např. s firmou Beneš (<http://www.stanytypi.cz/>). Trochu náročnější je pořízení týpiových tyčí, které by měly být tenké, rovné, pevné a cca o 1-2m delší, než průměr vašeho týpí, 14 – 17 ks na jedno týpí. Dají se koupit, ale výrazně levnější (a indiánštější) je vyrobit je sami. Určitě někdo z rodičů zná hajného, opatří nákladník na převoz a půjčí pořízy pro společnou rodičovskou brigádu na zbavení kůry...

Snad všechny základní informace o táboření v týpí (včetně podrobného návodu k jeho vztyčení) najdete v útlé knížce J.Macka a kol. Táboříme v týpí (v prodeji kolem 150Kč, např.: <http://knihy.abz.cz/prodej/taborime-v-typi-1>).

Doporučení:

- Hra LOGICO PICCOLO –soubor pracovních karet Jak se co dělá, více na www.mutabene.cz (sekce Prvouka)
- Exkurze do výroby svíček a voskovek: Svíčkárna RODAS (svíčky, mýdlo, voskové pastelky) Šestajovice u Prahy – programy a dílničky pro MŠ a ZŠ (např. výroba voskové pastelky a svíčky). www.rodas.cz
- Výroba hračky ze dřeva – výtvarník Marek Pilnáček – „dřevíčková dílnička“ pro MŠ i ZŠ. www.balicekdrevickek.cz

Zdroje:

Centrum Veronica Hostětín, *Nápadníček ovocných aktivit a her*, časopis Mrkvička, č. 3, srpen 2013

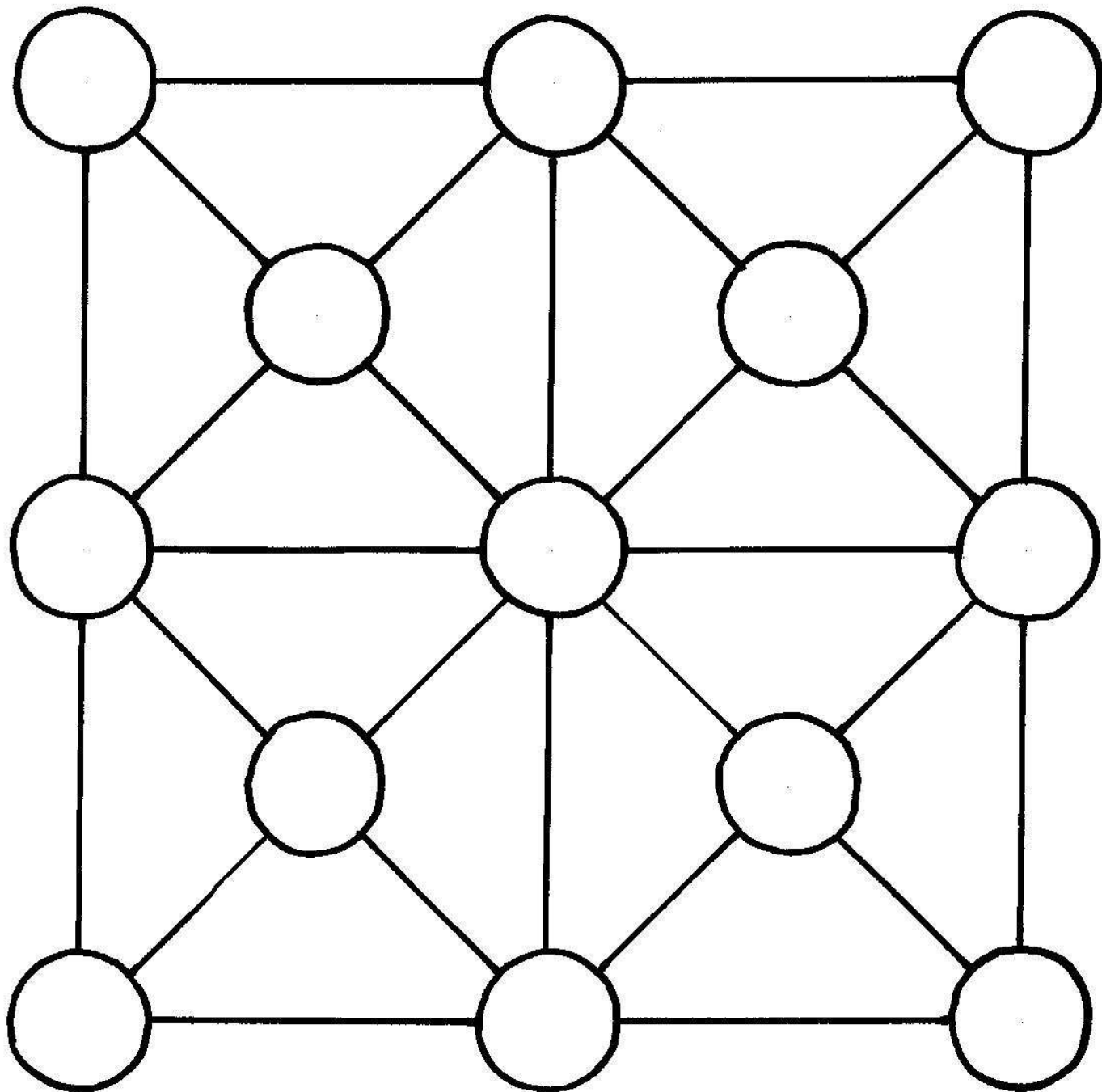
Vrtišková K., *Co vyprávěl starý dub*. ZO ČSOP Zvoneček, Vrané nad Vltavou, 2008.

Zapletal Miloš: *Špalíček her*. Albatros, Praha 1988.

Zapletal Miloš: *Hry v přírodě*. Olympia, Praha 1985.

Seton Ernest Thomson: *Dva divoši*. Albatros, Praha 1976.

Příloha č. 1 – hra Pikaria



Příloha č. 2 – Indiánská hra na paměť

