

# V KŮŘE STROMU

Prožijte příběh stromu na vlastní kůži/kůru



**Cíl: Děti prožijí krátký příběh života stromu. Pomocí dramatizace zakusí příběh na vlastní kůži. Sdílí své zážitky v roli stromu.**

Čas: 20–40 minut

Věk: 8 až 99

Prostor: příjemné místo se stromy či keři

Období: teplá část roku

## 1. KOUZLO

Na známém příjemném přírodním místě si děti vloží obličej do dlaní a na krátký okamžik zavřou oči. Průvodce hrou vypráví (příjemným prožitkovým hlasem) příběh.

„Cítíte, jak se zvedá příjemný teplý vítr. Fouká vám do vlasů. Vnímáte, jak kolem vás proudí v kruhu. Zrychluje se. Najednou se točíte ve spirále a vylétáte vzhůru. Chvilku poletujete vzduchem. Je vám příjemně. Díváte se do krajiny. Je to krásný výhled. Ale najednou se vítr zklidňuje a ztrácí unášecí schopnost. Pomalu a příjemně se snášíte k zemi. Když se dotýkáte země, cítíte ji jinak. Nedotýkáte se jí svýma nohama. Necítíte své nohy, ruce, hlavu. Najednou je jakoby zmenšujete, zakulacujete, ale cítíte velkou sílu. Stalo se z vás semínko. Semínko stromu. Dolétli jste daleko od mateřského stromu a měli jste štěstí. Dostali jste se na úrodné místo. Do úrodné hlíny. Cítíte kolem sebe příjemnou hlínu. Teplou zemi. Vlhkost vláhy.“

## 2. KLÍČENÍ

Požádejte děti, aby stále ještě s hlavou v dlaních se schoulily na zem či si sedly na bok a představovaly semínko, které právě přistálo v hlíně. Je vám hezky měkce, teple. Průvodce dál vypráví příběh, ale zároveň požádá děti, zda (pokud chtějí) mohou samy dramatizaci představovat, co se s nimi v roli semínka děje. Až budou postupně klíčit v roli semínka, mohou zvednout hlavu z dlaní a postupně jakoby růst.

„Jste semínko stromu. Sedíte či ležíte si v hlíně. Cítíte klid, jistotu, pohodu i narůstající energii. Najednou se vám chce ven. Cítíte nejprve kořínek, jak se zvětšuje, roste a prodlužuje se směrem do středu Země.“

## 3. SEMENÁČEK

„Když je kořínek pevně uchycený, začínáte růst na druhém konci semínka. Prodlužujete se i nahoru. Prorůstáte ven z hlíny. Cítíte světlo a teplo. Když ucítíte paprsky slunce, vytahujete se přímo za ním. Postupně vám rostou první dva lístečky. Ty se napínají a zvětšují směrem ke světlu a mění energii slunce na pohon pro váš růst. Měli jste štěstí. Jako semenáček vás nikdo nesnědl, nezašlápl, měli jste dost vody, živin v půdě i slunka.“

1/2

#### 4. STROM

„Po několik krásných let jste rostli na tomto místě, až z vás vyrostl silný a pevný strom. Máte bohatou korunu, která je plná větví a větviček, které nesou spousty listů. Kolem vás je živo. V koruně vám hnízdí ptáci, často přilétají a zpívají své písně. Máte silnou kůru, která vás chrání a dává i domov pro mnoho hmyzáků. V zemi máte silné kořeny, které dosahují do země tak hluboko, jak velká je vaše koruna nad zemí. Mezi kořeny si zvířata udělala mnoho chodbiček a doupatěk. Skrze kořeny jste propojeni sítí s ostatními stromy, keři, rostlinami i houbami. Je to takový přírodní internet, skrze který si posíláte signály. Kolem sebe máte mnoho stromových přátel. Občas k vám přijde i nějaký člověk. Sedne si, přečte knížku. Děti si hrají ve vašich kořenech. Někdy vám lidé s pohledem do vaší velké koruny vypráví svá přání či starosti. Prožíváte krásný život.“

#### 5. NÁVRAT

„A najednou znovu cítíte ten teplý vítr na své kůře. Začíná kolem vás foukat stále rychleji a v kruzích. Cítíte vír na své kůře, větvích i listech. Přichází mlha, která vás zahalí. Najednou se vítr zklidní, také mlha se rozpouští. Vy stojíte na svém místě. Ale teď necítíte jeden kmen, kořeny v půdě, větve vztyčené ke slunko. Cítíte své nohy, tělo, ruce, prsty, hlavu, svou kůži. Je vám hezky, klidně, odpočatě. Prožili jste příjemnou cestu a krásný návrat.“

*TIP: Pokud to děti baví, vyzvěte je, ať při vyprávění využívají svá těla a rostou, košatí, pohybují se ve větru atd. Ztvárňují pohyby stromu během jeho růstu a života.*

*TIP: Než se s dětmi sejdeme v kruhu pro sdílení, můžeme jim dát krátký čas k návštěvě nějakého stromu. Mohou se dotknout kůry, kořenů, větví, listů.*

#### 4. SDÍLENÍ

Na závěr se společně sesedneme do kruhu, třeba někde kolem stromu. Chvilku necháme doznít vše, co jsme prožili. Pokud máme čas a chuť, můžeme si přečíst nějaký stromový příběh, případně rovnou společně sdílet: Co jsem zažil/a? Jak mi bylo? Jak jsem se cítil/a jako semínko? Jak jako semenáček? A jako strom? Kdy mi bylo nejlépe? Co bylo trochu nepříjemné? Cítil/a jsem své kořeny? Listy? Bylo mi v mých představách dobře?

### HODNOCENÍ CÍLE AKTIVITY (DŮKAZY O UČENÍ)

Dítě si zahraje hru, v které hraje část života stromu od semínka.

Pokud chce, dramatizací ztvární pohyby a další okamžiky růstu stromu.

Sdílí své zážitky v roli stromu.

