

# LESNÍ SLALOM

## CO POTŘEBUJETE:

Les a přírodniny.

## POSTUP:

Zajděte si na procházku do lesa a vyhledejte si ideální místo na lesní slalom či překážkovou dráhu. Použijte cokoliv, co v lese najdete. Stromy využijte jako slalom a proběhněte kolem nich. Můžete pokračovat přeskoky přes položené větve poskládané za sebou. Dále si vezměte například šišky a snažte se je hodit na určený cíl. Jako poslední překážku si zvolte třeba chození po kamenech, které budou umístěné za sebou s menšími mezerami. Záleží pouze na vás, jak bude vypadat překážková dráha, vymyslete si různé zábrany. Jediným omezením je, že můžete využít pouze to, co najdete v lese. Nad úkolem se zamyslete a snažte se dráhu nedělat pouze podle návodu, dejte si dostatek času na přemýšlení a pokuste se vymyslet něco originálního tak, aby vás to co nejvíce bavilo.



## CO PROCVIČUJETE:

Při sestavování dráhy a vymýšlení úkolů si procvičíte svou fantazii a kreativitu. Budete trénovat i hrubou (a někteří z vás také jemnou) motoriku – podle toho, jaké úkoly si zvolíte.

### **NA CO SE ZAMĚŘIT:**

Tato hra není nijak výrazně náročná na provedení, zaměřte se pouze na důslednost při zdolávání překážkové dráhy a na snahu vymyslet originální překážky z přírodnin. Vymýšlejí děti vlastní překážky nebo potřebují návod? Překonají děti veškeré nástrahy, které les anebo vy vytvořili?