ZÁPIS

Název akce	Miniworkshop na téma Příroda všemi smysly
Typ výstupu	Wellbeing pro děti a žáky
Lektor	David Lněníček
Datum a čas konání (od - do)	9.10.2026 7:45 – 12:15
Místo konání	ZŠ Měcholupy

Projektový den „Příroda všemi smysly“ byl zaměřen na podporu wellbeingu žáků prostřednictvím pobytu v přírodě, smyslového poznávání okolního prostředí a následné tvořivé činnosti. Program propojoval přirozený pohyb venku s aktivitami vyžadujícími soustředění, trpělivost a vlastní aktivní zapojení žáků.

Program byl zahájen v 7:45 hodin seznámením žáků s jeho průběhem, představením externího lektora a poučením o bezpečném pohybu venku. Následoval společný přesun do blízkého lesa, kde od 8:30 do 10:00 hodin probíhala první část projektového dne.

Pobyt v přírodním prostředí poskytl žákům příležitost vystoupit z běžného školního režimu, zaměřit pozornost na své okolí a poznávat přírodu prostřednictvím přímé zkušenosti. Pod vedením lektora se seznamovali s životním cyklem stromů, jejich vývojem od semínka až po vzrostlý strom a možnostmi dalšího využití dřeva. Pozornost byla věnována také významu lesa pro krajinu, jeho schopnosti zadržovat vodu, produkovat kyslík a poskytovat životní prostor živočichům. Žáci se dále dozvěděli o péči o les, práci lesníků a zásadách udržitelného lesního hospodaření.

Součástí programu bylo názorné poznávání jednotlivých lesních pater přímo v terénu. Žáci při pozorování okolního prostředí zapojovali své smysly a věnovali pozornost přírodním prvkům, které je obklopovaly. Tato část programu propojovala získávání nových poznatků s pobytem na čerstvém vzduchu, přirozeným pohybem a soustředěným vnímáním přírody. Kontakt s přírodním prostředím současně vytvářel prostor pro podporu psychické pohody a psychohygieny.

Po návratu z lesa se žáci v čase od 10:00 do 10:45 hodin přesunuli do školních dílen. Zde navázala druhá část programu, která nabídla odlišný způsob aktivního zapojení prostřednictvím praktické tvořivé činnosti. Lektor žáky seznámil s používaným nářadím, konkrétně s metrem, tužkou, smirkovým papírem, rašplí, pilkou a kladívkem, a vysvětlil jim zásady bezpečného zacházení s jednotlivými pomůckami.

Od 10:45 hodin následovala samotná výroba dřevěného výrobku. Žáci pod vedením lektora a pedagoga pracovali s připravenými dřevěnými polotovary, které postupně opracovávali a sestavovali do podoby funkční lodičky na gumičkový pohon. Praktická činnost jim umožnila zaměřit pozornost na konkrétní úkol, postupovat vlastním pracovním tempem v rámci zadaného postupu a rozvíjet trpělivost, manuální zručnost i schopnost dokončit započatou práci.

Tvořivá část programu představovala příležitost k pozitivnímu prožitku z vlastní aktivity a dosaženého výsledku. Každý žák si dokončený výrobek odnesl domů. Projektový den byl ve 12:15 hodin zakončen společným zhodnocením uskutečněných činností, závěrečnou reflexí a úklidem pracovních míst.

Projektový den naplnil zaměření KA Wellbeing propojením dvou vzájemně se doplňujících forem činnosti – pobytu v přírodním prostředí a následné praktické tvorby. Program nabídl žákům změnu oproti běžné výuce a vytvořil prostor pro přirozený pohyb, zapojení smyslového vnímání a soustředění na bezprostřední okolí.

Navazující tvořivá činnost rozvíjela soustředění, trpělivost a schopnost postupovat krok za krokem k dosažení konkrétního cíle. Dokončení vlastního funkčního výrobku poskytlo žákům bezprostřední výsledek jejich úsilí a příležitost zažít pocit úspěchu z vlastní práce. Environmentální a tvořivé aktivity zde sloužily jako prostředek k podpoře psychické pohody, soustředění a pozitivního vztahu žáků k vlastní činnosti.

David Lněníček