



Eskarín alkulaulu: Laula ja leiki Kaupunkisillan päiväkodin lasten mukana "Jaakko-kulta" https://youtu.be/C0Sd8_3EQuc

Aamulaulun ja jumpan jälkeen lähdemme ulos. Millainen sää ulkona tänään on, onko lämpömittari nollan alapuolella vai yläpuolella? Mitä puuet päällesi? Ota mukaan metsään mielellään yksivärinen kankaan pala tai paperi.

Menkää teille sopivaan luontopaikkaan, sen ei tarvitse olla välttämättä kaukana. Kun olette perillä, jatkamme eskarihetkeä hengitysharjoituksella. "Hengitä ensin syvään. Miltä ilma tuntuu nenässä? Onko se viileää, lämmintä, kosteaa tai jotakin ihan muuta? Tuntuuko se erilaiselta sisään- ja uloshengityksellä?" lähde: HS 18.4.20 A. Alatalo

Luontosokko-leikki: Kuljetaan pareittain metsässä. Toisella on silmät kiinni ja pari kuljettaa toista hitaasti ja turvallisesti. Anna maasta kuljetettavalle kaverillesi käteen jotain tunnusteltavaa. Kaverin tulee kuvailla tunnusteltavan esineen ominaisuuksia eli onko se sileä, karhea, kova, painava, kylmä, märkä jne. Lopuksi kaveri voi yrittää arvata, mikä esine on kyseessä ja tarkistaa asian avaamalla silmät.

Etsi luonnosta ja rakenna perässä-leikki:

- parillinen määrä käpyjä sekä oravan syömiä, että kokonaisia käpyjä jos mahdollista
- neljä ohutta ja neljä paksua tikkua
- parillinen määräkiviä, enemmän kuin neljä
- neljä eri painosta kiveä
- jotain, joka näyttää huomenna samalta kuin tänään

Kun olette löytäneet edellä mainitut välineet, jakakaa ne kahteen, yhtä suureen ryhmään. Tämän jälkeen toinen laittaa omat kappaleensa mukananne tuomalle kankaalle tai paperille riviin ja toinen tekee omalle puolta kangasta omilla luonnonkappaleilla samanlaisen rivin. Tämän jälkeen esineet kerätään pois ja vuorot vaihtuvat.

lähde: Kajetski & Salminen "Matikasta moneksi"

Askartelutehtävä: Tehkää lopuksi keräämistänne esineistä yhteinen taulu ja ottakaa siitä kuva puhelimella. Keksikää yhdessä taulusta satu, runo tai vaikka uutinen. Syntyisikö taulusta laulu? Kirjoittakaa syntynyt teoksenne muistiin tai sanelkaa se vaikka puhelimeen, jotta muistatte sen vielä kotona. Liittäkää kuva ja tarina yhteen. Näyttäkää hieno työnne kaikille kotona, voit ehkä lähettää sen sähköpostilla kauemmaskin tai vaikka päiväkotiin tervehdyksenä omille ryhmäkavereille ja aikuisille.

Loppurentoutus: Voitte tehdä tämän harjoituksen vielä metsässä ollessanne tai myöhemmin kotona. Mikä on sinun lempivärisi? Mihin haluaisit, että se silitetään kehossasi? Mitä muita värejä toivoisit, että sinuun silitetään tai taputellaan? Miten toivot, että väri taputellaan tai silitetään? Kevyesti? Rauhallisesti? Nopeasti? Painen koko kämmenellä vai sormenpäillä?

Halutessasi voit myös kuunnella laulun perhosesta <https://youtu.be/ABJ6YzYloXY>