

ČOLEK A ŽABKA

ve Středozezemním moři



1. stupeň plavby žabiček, světlušek
a vodních vlčat



SKAUT

CO SE SNAŽÍM DODRŽOVAT

Zákon vlčat, světlušek a žabiček

Zákon je důležitým pomocníkem na cestě každého vlčete, světlušky i žabičky. Pomáhá jim se každý den správně rozhodovat.

Vlče se nikdy nepoddá samo sobě, vlče se vždy poddá starému vlku.

Světluška/žabička

- vždycy mluví pravdu,
- je poslušná,
- pomáhá jiným,
- je statečná a veselá,
- je čistotná.

Denní příkaz

Každé ráno si vzpomeň, že by všechny světlušky, žabičky i vlčata měly konat dobré skutky a zlepšovat se v tom, co dělají. Dobrý skutek je něco, čím chceme někomu pomoci nebo někoho potěšit, a to bez nároku na odměnu.

Každý den alespoň jeden dobrý skutek.

Buď lepší dnes než včera.

Slib vlčat, světlušek a žabiček

Slib vlčat, světlušek a žabiček se skládá jen jednou za život, ale provází nás celým životem, určuje směr, kterým chceme jít. Slibem říkáme, že se podle něj chceme řídit.

**Slibuji, že se vynasnažím být poslušným vlčetem své smečky, se kterou budu hledat nejvyšší Pravdu a Lásku, že každý den vykonám dobrý skutek.
(K tomu mi pomáhej Bůh.)**

**Slibuji, že se budu snažit hledat Pravdu a Lásku, být prospěšná své vlasti a zachovávat zákon světlušek.
(K tomu mi pomáhej Bůh.)**

Heslo vlčat, světlušek a žabiček

Heslo vlčatům říká, aby vše, co dělají – třeba se učí, pracují, pomáhají ostatním nebo si hrají –, dělala, jak nejlépe dovedou.

„Naší snahou nejlepší buď čin!“

Heslo světluškám/žabičkám říká, aby pamatovaly na to, že vše co dělají – třeba se učí, pomáhají ostatním nebo si hrají – dělaly tak, jak nejlépe dovedou.

Pamatuj!

PÁR SLOV O MNĚ

Jméno a příjmení:

Přezdívka:

Moje posádka:

Můj oddíl:

Naše schůzky vede:



znak vodních
skautů a skautek



pozdrav vlčat



pozdrav
světlušek/žabiček



znak Junáka –
českého skauta



SKAUT

logo Junáka –
českého skauta



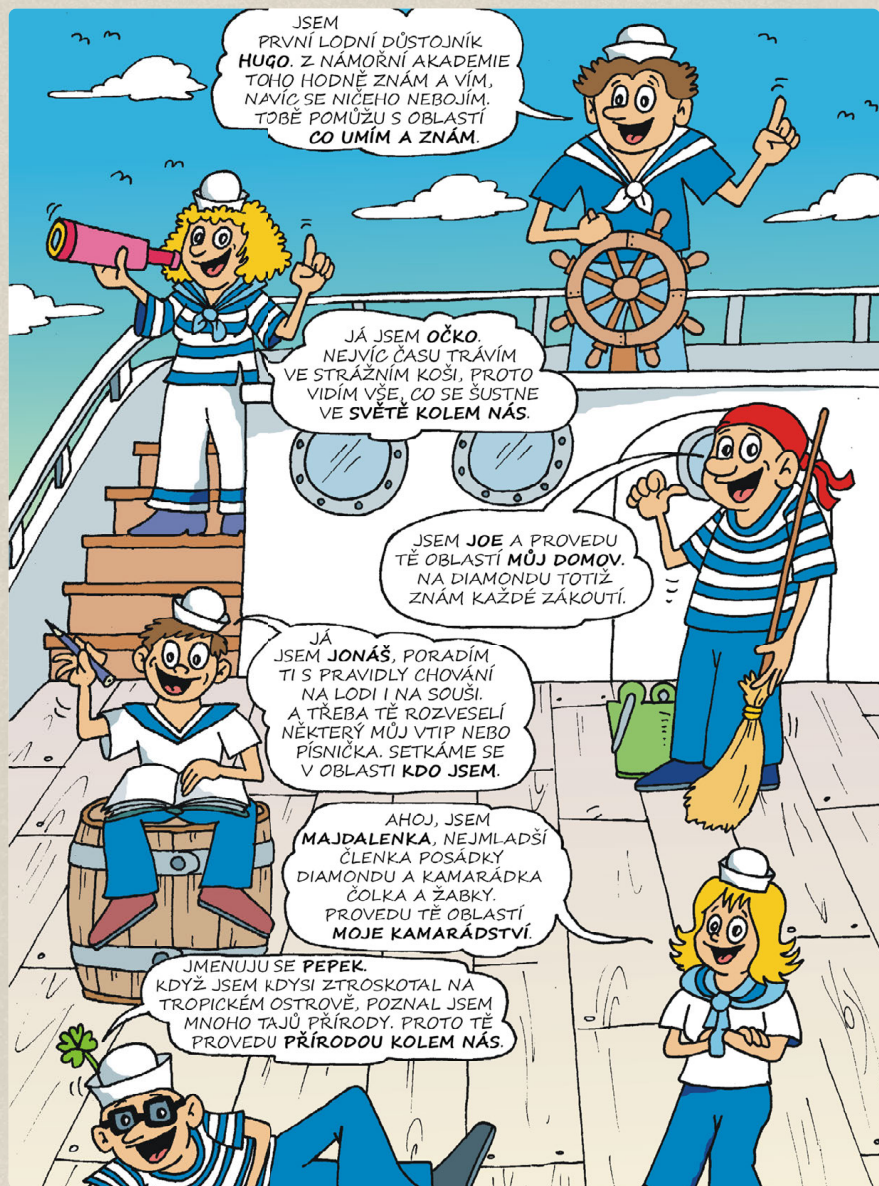
znak světlušek



znak vlčat

TVOJI PRŮVODCI


Milá sestřičko, milý bráško, rozhodl/a ses vydat na plavbu. Nebude to vždy jednoduché. Možná bude plná nástrah, ale nemusíš se ničeho bát, s jejich překonáním ti pomůžeme.




JAK SE PLNÍ PAVBA

Co plavba obsahuje?

V plavbě najdeš úkoly, které jsou rozděleny do barevně odlišených oblastí:




**Co umím
a znám** str. 11



**Můj
domov** str. 35




**Kdo
jsem** str. 25



**Svět
okolo nás** str. 39



**Moje
kamarádství** str. 31



**Příroda
kolem nás** str. 43

Který stupeň si mám plnit?

Plavba se skládá ze tří stupňů. Každý stupeň přibližně odpovídá jednomu skautskému roku. Plavba se začíná plnit stupněm, na který máš věk a zkušenosti. S výběrem správného stupně ti pomůže tvůj kapitán nebo tvoje kapitánka nebo jiný/á vedoucí.

Jak si můžu plavbu splnit?

Tvým cílem je splnit všechny úkoly v plavbě. Někdy máš na výběr z více úkolů, v tom případě stačí splnit jen tolik, kolik je jich napsáno v zadání. Před plněním vybraného úkolu si označ kolečko vedle něj. Vybírej si úkoly, které tě zaujmou a díky kterým si zkusíš něco nového.



Podívej se, jak takový úkol může vypadat:



Pohybové aktivity

Vyzkouším si dvě z těchto aktivit:

- Zaběhnout opičí dráhu nebo překážkový běh.
- Zdolat jednoduchou lanovou překážku.
- Uplavat krátkou vzdálenost.
- Ujet na kole, koloběžce nebo kolečkových bruslích vytyčenou dráhu.
- Skákat přes švihadlo zvoleným způsobem.
- Procvičit si házení a chytání míče, například při hře.

Kdo mi potvrdí splnění?

Pod každým úkolem se nacházejí potvrzovací symboly podle toho, kdo daný úkol může potvrdit. Pokud je u úkolu více potvrzovacích symbolů, můžeš si vybrat, koho požádáš o potvrzení.



úkol potvrzuje vedoucí
(kapitán/ka nebo
jiný/á vedoucí)



úkol potvrzuje někdo z rodiny,
například maminka, tatínek,
sourozenec, babička nebo dědeček

6

úkol potvrzuje posádka
nebo kormidelník/
kormidelnice

Do těchto políček se ti ten, kdo úkol potvrzuje,
podepíše na důkaz splnění úkolu.

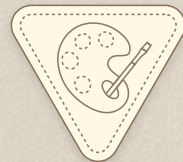


Co mám dělat, když budu mít úkol splněný a potvrzený?

V tom případě si můžeš na důkaz splnění vybarvit kotvu vedle úkolu. Dále si budeš moci vzít jednu samolepku a umístit si ji na jakékoliv místo na speciálních stránkách uprostřed plavby. Takto označené úkoly jsou určené jen vodním vlčatům a žabičkám.

Co znamená obrázek vlčka a světýlka u úkolů?

Když si splníš úkol označený vlčkem/světýlkem, udělal/a jsi první krok v plnění tohoto vlčka/světýlka. Pokud se ti úkol líbil a téma je ti blízké, neváhej a pusť se do plnění vlčka/světýlka. U výběrových úkolů může být vlček/světýlko navázán/o jen na jeden z úkolů, to označuje šipka u tohoto úkolu.



Co znamená Něco navíc?

U některých úkolů najdeš označení Něco navíc. Tyto úkoly jsou dobrovolné, můžeš je splnit, kdykoliv se ti bude chtít. S jejich plněním ti může pomoci vedoucí.

VYLUŠTI
NĚCO NAVÍC

Kdy budu mít splněný celý stupeň?

Celý stupeň budeš mít splněný po dokončení všech úkolů a po souhlasu tvé/ho vedoucí/ho.

A až splním celý stupeň?

Dostaneš nášivku na kroj na důkaz dokončení tohoto stupně stezky. Také můžeš prožít Zážitek na konci plavby.



Co je Zážitek na konci plavby?

Je to nabídka úkolu, který uzavírá tento stupeň. Zážitky Pod hvězdami a Za pokladem najdeš na konci plavby a můžeš je prožít po dokončení tohoto stupně.

Kdy můžu začít plnit další stupeň?

Další stupeň můžeš začít plnit po domluvě s vedoucí/m, až dokončíš tento stupeň plavby.



DĚDO, NEZLOB SE, KDYŽ JÁ JSEM VE VODĚ VIDĚL TAKOVOU KRÁSNOU RYBKU A CHTĚL JSEM VIDĚT, KAM POPLAVE!



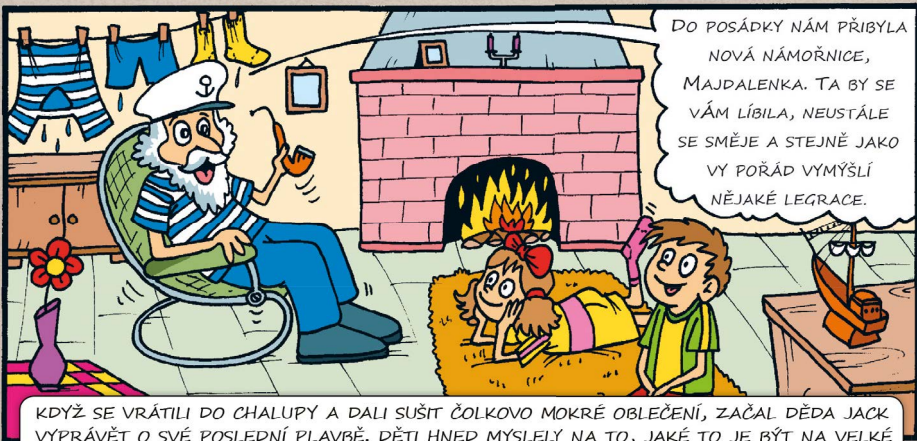
ALE VŽDYŤ SES MOHL UTOPIT!

ASPOŇ OBA VIDÍTE, ŽE I KDYŽ JEDEME JEN NA NÁŠ RYBNÍČEK KAČENÁK, JE DŮLEŽITÉ, ABYSTE NA SOBĚ MĚLI VESTU. NIDKÝ NEVÍTE, CO SE MŮŽE PŘIHDIT.



.....

DĚDA, KTERÉMU VŠICHNI ŘÍKALI JACK, BYL KAPITÁNEM NÁMOŘNÍ LODI ČOLEK I ŽABKA HO MĚLI MOC RÁDI, HLAVNĚ KDYŽ ZAČAL POVÍDAT HISTORKY A PŘÍHODY ZE SVÝCH PLAVEB. DĚDA JACK SE PLAVIL SE SVOU LODÍ DIAMOND SNAD UŽ PO VŠECH MOŘÍCH A OCEÁNECH, CO JICH NA SVĚTĚ JEN MÁME. VŽDY, KDYŽ K NĚMU PŘIJELI NA PRÁZDNINY, ZAČAL VYPRÁVĚT, CO VŠECHNO PROŽIL.

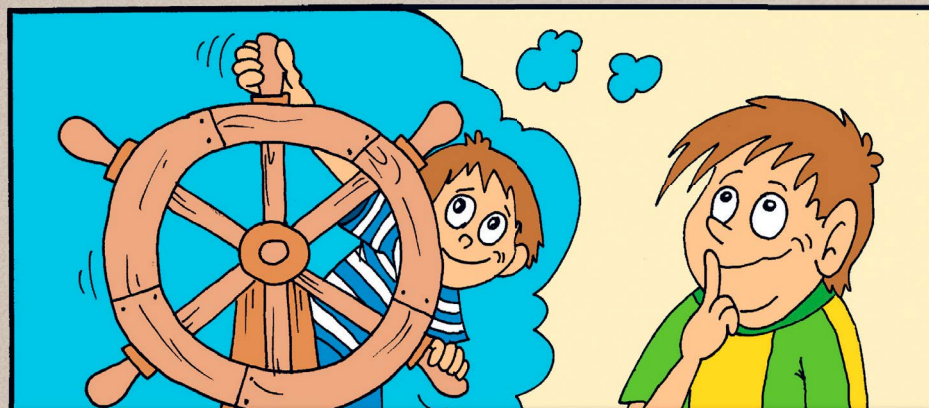


DO POSÁDKY NÁM PŘIBÝLA NOVÁ NÁMOŘNICE, MAJDALENKA. TA BY SE VÁM LÍBILA, NEUSTÁLE SE SMĚJE A STEJNĚ JAKO VY POŘÁD VYMÝSLÍ NĚJAKÉ LEGRACE.

KDYŽ SE VRÁTILI DO CHALUPY A DALI SUŠIT ČOLKOVO MOKRÉ OBLEČENÍ, ZAČAL DĚDA JACK VYPRÁVĚT O SVÉ POSLEDNÍ PLAVBĚ. DĚTI HNED MÝSLELY NA TO, JAKÉ TO JE BÝT NA VELKÉ LODI A PLAVIT SE OCEÁNEM. VELMI SE TĚŠILY, ŽE SE JEDNOU NA MOŘE TAKÉ PODÍVAJÍ.



ŽABKA SI HNED PŘEDSTAVOVALA, JAK SI HRAJE S MAJDALENKOU, ...



... ZATÍMCO ČOLEK SE UŽ VIDĚL U KORMIDLA, JAK ŘÍDÍ PLAVBU DIAMONDU NA ŠÍRÉM OCEÁNU.





Dokážu mnoho věcí –
sportovat, tvořit i přivolat
pomoc. Vím také, koho
vyhledat v obtížné situaci.

OBLAST

CO UMÍM A ZNÁM

S HUGEM



Ošetření

Ukážu, jak bych ošetřil/a drobnou řeznou
ránu, puchýř a bodnutí hmyzem.





Cena jídla

Zjistím, kolik stojí následující potraviny v obchodě.



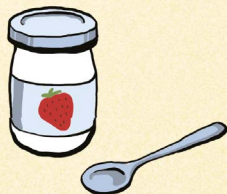
Jablka, 0,5 kg, cena



Chleba, 1 kus, cena



Čokoláda, 100 g, cena



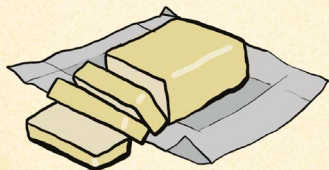
Jogurt, 150 g, cena



Šunka, 100 g, cena



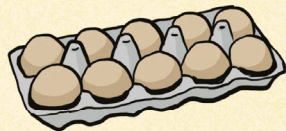
Mléko, 1 litr, cena



Máslo, 250 g, cena



Rohlíky, 5 kusů, cena



Vejce, 10 kusů, cena

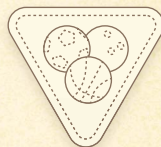




Pohybové aktivity

Vyzkouším si dvě z těchto aktivit:

- Zaběhnout opičí dráhu nebo překážkový běh.
- Zdolat jednoduchou lanovou překážku.
- Uplavat krátkou vzdálenost.
- Ujet na kole, koloběžce nebo kolečkových bruslích vytyčenou dráhu.
- Skákat přes švihadlo zvoleným způsobem.
- Procvičit si házení a chytání míče, například při hře.



*Na lodi musíme
být obratní
a hbití, zejména
pokud máme
vylézt až do
strážního koše.*





Tvoření

Splním jeden z úkolů:

- Najdu v lese pěkné místo a postavím na něm domeček z přírodního materiálu, který je okolo.
- Vytvořím lodičku z kůry či ze dřeva. Pustím ji po vodě a budu sledovat, kam dopluje.
- Vytvořím v lese či na louce obrázek z přírodnin, které najdu kolem.
- Vyberu si a složím papírovou skládačku podle návodu (například loďku, vlašťovku, čepici, pohárek, ...) a vyzdobím ji.
- Vytvořím jiný výrobek dle svého návrhu.



Vyznačení trasy

Půjdu v přírodě po vyznačené trase (např. podle pochodových značek).

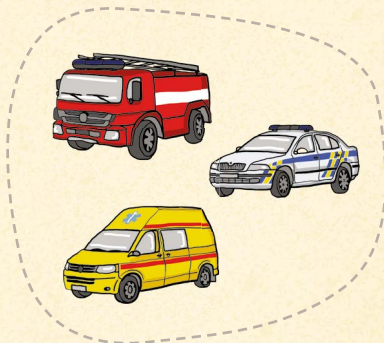
Poté si sám/sama nebo s kamarádem/kamarádkou vyzkouším značení stejným nebo jiným způsobem.





Tísňová čísla

K obrázkům doplním tísňová telefonní čísla
a ostatním v posádce řeknu, kdy se používají.





Kdo mi pomůže

Kdo mi poradí nebo pomůže, když se mně, mému kamarádovi či kamarádce něco stane (zraním se, bude mi špatně apod.)?

Ve škole půjdu za

Na výpravě půjdu za

Na táboře půjdu za

Venku na ulici půjdu za



Potápění

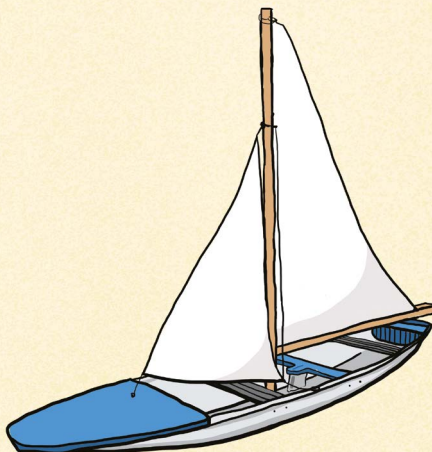
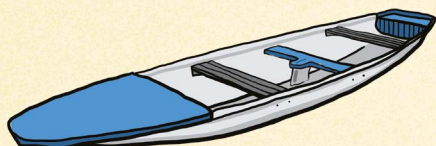
Vylovím rukou předmět z hloubky,
kde mi voda sahá po ramena.





Názvy lodí

K obrázkům lodí napíšu, jak se jmenují.





Pádlování

Během jedné schůzky či jednoho dne výpravy budu postupně pádlovat nalevo i napravo. Kapitán/ka mi potvrdí, že se mi to dařilo správně.



Házecí pytlík

Hodím házecím pytlíkem na určený cíl na suchu nebo ve vodě.





Uzly

Naučím se dva nové uzly a prakticky je využiji.

Uzel:

Praktické použití:

.....

.....

.....

.....

Uzel:

Praktické použití:

.....


.....


.....



.....




Ahoj mami, ahoj tati!

Už jsme dojeli do Itálie. Po cestě jsme viděli .

Když jsme dorazili sem do Bari,  nás hned

zavedl do cukrárny a koupil nám . Ani 



nezůstal o hladu, dostal  taliána.

Pak  koupil  s obrázkem Bari, kterou

dáváme do obálky s tímto dopisem. Chtěli jsme



vám zavolat , ale  řekl, že z dopisu

budete mít větší radost. Je tu moc hezky, mají tu

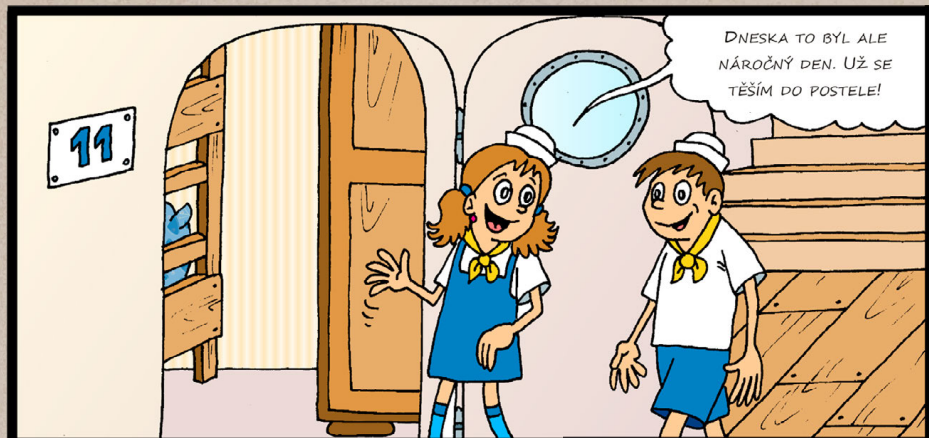
dobrou  a moře je teplé jako .

Čolek a Žabka

Čolek a Žabka jsou hodní, a když vydrželi 24 hodin

ve , vydrží i 24 dní na . Jsou prima.

Jack



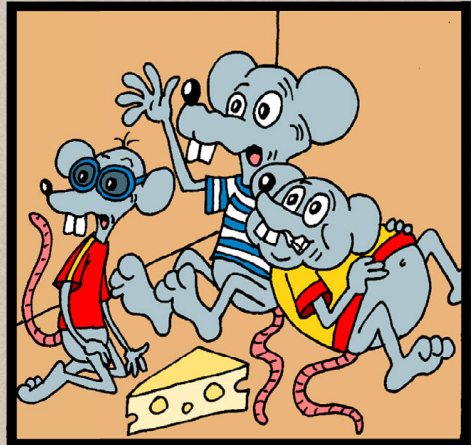
CHRR
CHRRRRR

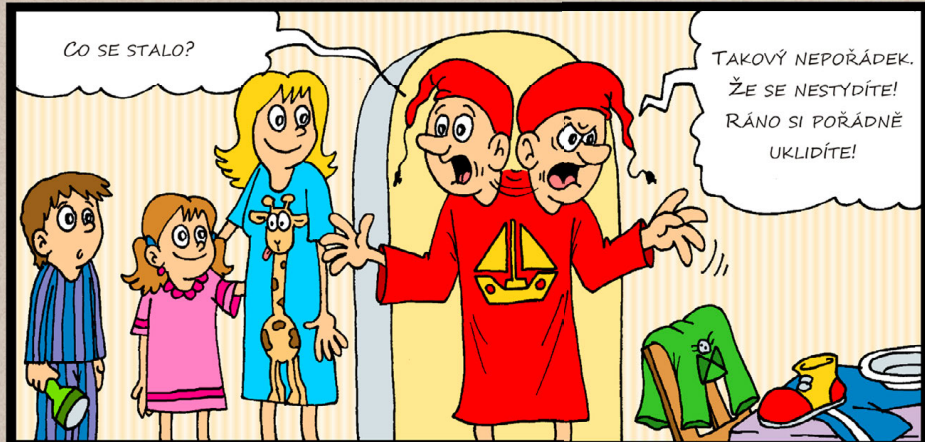
ÍÍÍŠT
ŠKRRRRRR

NÁHLE SE OZVALY TAJEMNÉ ZVUKY.

OO

CO TO JE?
STRAŠIDLO?!







Když znáš sám/samu sebe, víš, v čem se můžeš zlepšit. Zjisti o sobě co nejvíc.

OBLAST

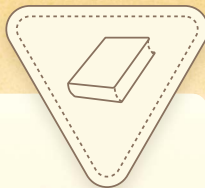
KDO JSEM S JONÁŠEM



Dobrý skutek

Vzpomenu si na dobrý skutek, který jsem v nedávné době vykonal/a, a popíšu ho ostatním.





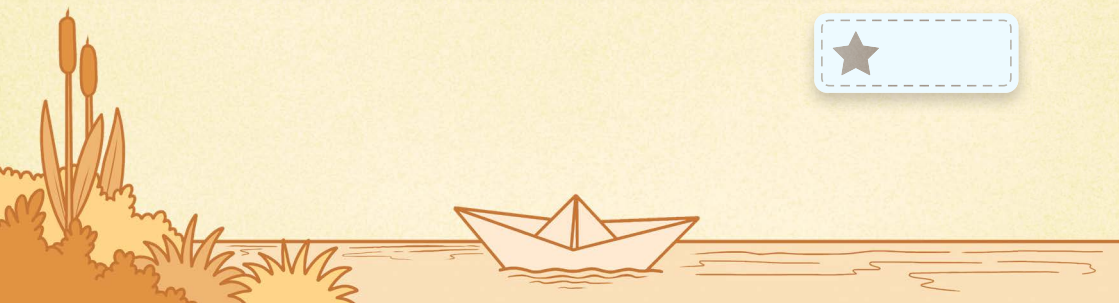
Chování

V příběhu najdu příklad správného a nesprávného chování postav a napíšu je. Řeknu, jak toto chování ovlivnilo pokračování příběhu.

Název příběhu:

Správné chování:

Nesprávné chování:





Každý se něčeho bojí, to je jasné. I Čolek s Žabkou se ze začátku báli na moři. Pak se ale naučili, že se strachu můžou postavit.



Strach

Napišu, z čeho mám trochu strach.

.....

Zamyslím se, proč tento strach mám. S vedoucí/m nebo s někým blízkým zkusíme vymyslet, jak bych se svému strachu mohl/a postavit.

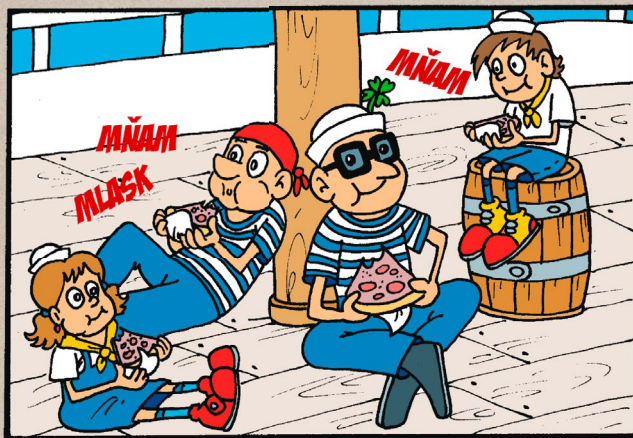
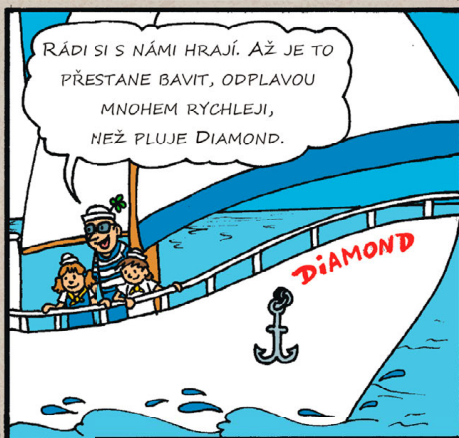
.....

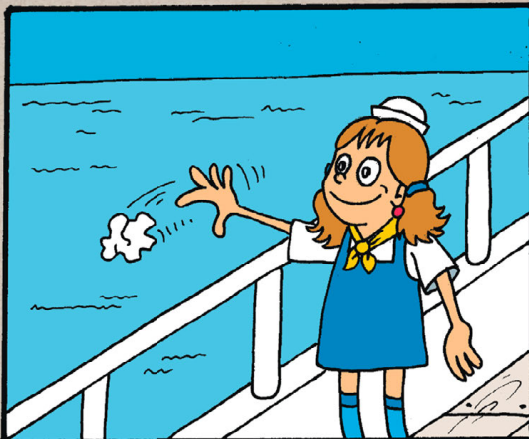
.....

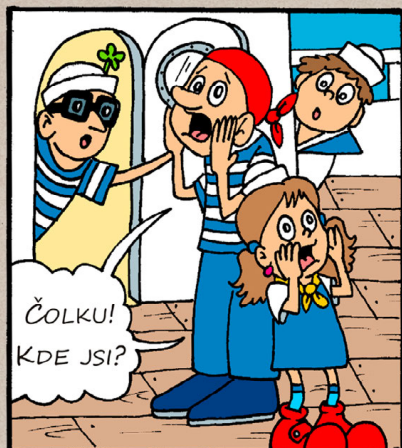
.....

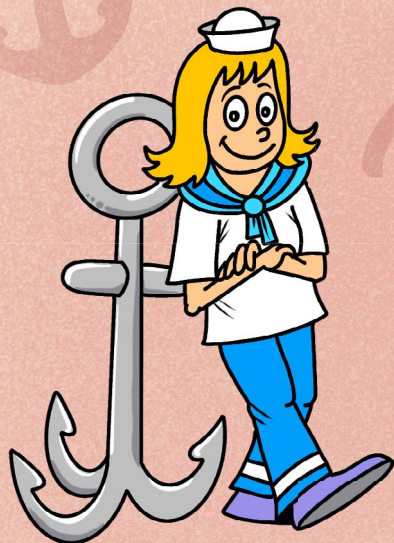
.....











Když máš kolem sebe
kamarády a kamarádky,
všechno jde lépe.
Společně se můžete
učit nové věci a zažívat
mnoho dobrodružství.

OBLAST MOJE KAMARÁDSTVÍ

S MAJDALENKOU



Zážitek

Vzpomenu si na nedávný společný zážitek
s kamarády/kamarádkami, který mě potěšil.





Dobré vlastnosti

Řeknu dvěma kamarádům/kamarádkám z posádky,
jaké jsou jejich dvě dobré vlastnosti.

Jméno kamaráda/kamarádky:

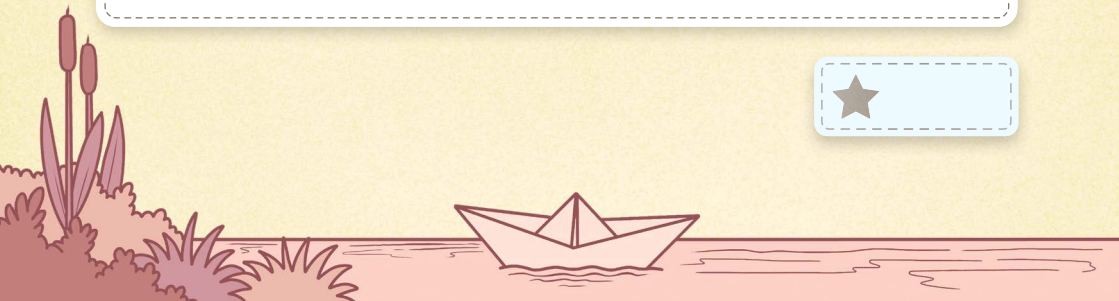
Jeho/její dobré vlastnosti:

Datum, kdy jsem mu/jí to řekl/a:

Jméno kamaráda/kamarádky:

Jeho/její dobré vlastnosti:

Datum, kdy jsem mu/jí to řekl/a:





Od kamarádů se toho můžeš hodně naučit stejně jako Čolek a Žabka od členů posádky.



Co jsem se naučil/a

Napíšu dvě věci, které jsem se naučil/a od svých kamarádů/kamarádek.

Naučil/a jsem se od nich:

A large rectangular area with a dashed border, containing several horizontal dotted lines for writing.





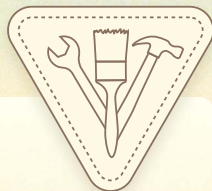


Domov je rodina, ale může
to být i posádka a oddíl.
Zkus se víc dívat kolem sebe
a pomáhat tam, kde je potřeba.

OBLAST
**MŮJ
DOMOV**
S JOEM



Společné vyrábění



Společně vyrobíme předmět pro posádku.

Vyrobili jsme:

★ 6



Čolek a Žabka nám na lodi
pomáhají s veškerou prací,
protože vědí, že když si práci
rozdělíme, bude rychleji hotová.



Pomáhám doma

Napišu, nakreslím, vyfotím či jinak
ztvárním, jak doma pomáhám.





Hodnocení hry

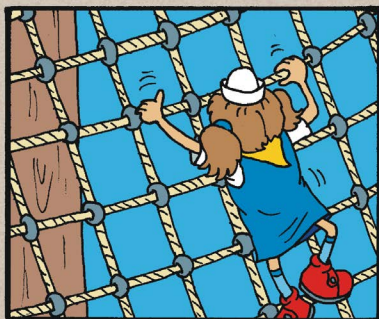
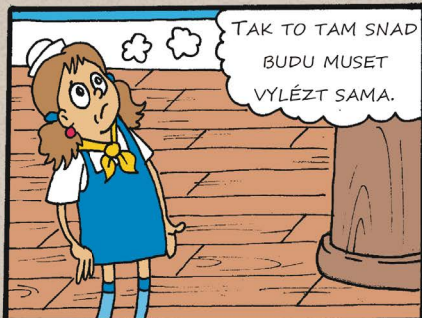
Ohodnotím dvě hry pomocí smajlíka a do rámečku napíšu nebo nakreslím, jak se mi líbily.

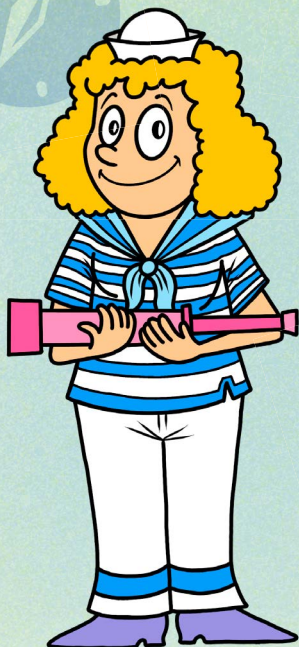
Název hry:



Název hry:







*Ve světě okolo nás poznáš
spoustu zajímavých lidí
a míst. Zjistíš, jak je svět
kolem nás propojený,
a zkusíš se zamyslet,
jak se v něm vyznat.*

OBLAST SVĚT OKOLO NÁS S OČKEM



Skautské symboly

Vyberu si jeden ze skautských symbolů a zjistím, jaký má význam. Sám/sama nebo s ostatními jej vyrobíme, nakreslíme nebo jinak ztvárníme.





Pravidla

Splním jeden z úkolů:

- Zapojím se do vytváření pravidel chování naší posádky. Snažíme se vytvořit taková pravidla, abychom se všichni cítili dobře.
- Zamyslím se, k čemu jsou pravidla, která dodržujeme na schůzkách a výpravách. Společně zahrajeme scénky ukazující, proč bychom měli pravidla dodržovat.

★ 6





Cesta jídla

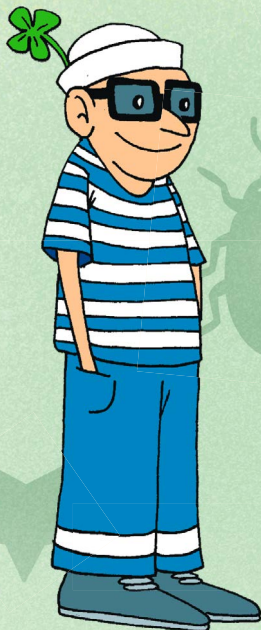
Každý výrobek spojím s místy, kde se během výroby ocitne. Některá místa můžou patřit k více výrobkům.



Tyto výrobky spojím s místy (nahore i dole), kde se během výroby ocitnou.







Příroda je místo, kde se dá zažít mnoho dobrodružství. Tak neváhej a vydej se pozorovat přírodu kolem nás.

OBLAST
**PŘÍRODA
 KOLEM NÁS**
 S PEPKEM



Pozorování přírody

Splním jeden z úkolů:

- Najdu pěkné místo v přírodě. Nakreslím, jak bude vypadat ve čtyřech ročních obdobích.
- V přírodě pojmenuji tři zvuky a zjistím, kdo nebo co je vydává.
- Pozoruji mraky a pojmenuji je podle toho, co mi připomínají.
- S posádkou či rodinou pozoruji hvězdy. Zjistím název a tvar jednoho souhvězdí a vymyslím si jedno vlastní.

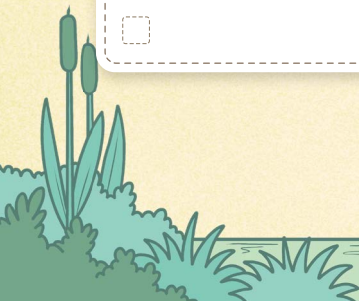




Nástrahy lesa

Pojmenuji plody a houby na obrázcích
a zaškrtnu, jestli jsou jedlé ✓, nebo jedovaté ✗.

Doplním dva další příklady, které znám.





Blank dashed rectangular box for labeling the strawberry plant.



Blank dashed rectangular box for labeling the mushroom.



Blank dashed rectangular box for labeling the pine branch.



Blank dashed rectangular box for labeling the blueberry plant.



Blank dashed rectangular box for labeling the blackberry plant.



Blank dashed rectangular box for labeling the mushroom.



Blank dashed rectangular box for labeling the rose plant.



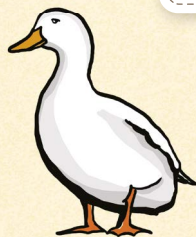
Blank dashed rectangular box for labeling the raspberry plant.





Zvířata

Pojmenuji zvířata na obrázcích a přiřadím je k prostředí, ve kterém bych je mohl/a vidět. Na výpravě do přírody se budu celou cestu pozorně rozhlížet. V plavbě si zakroužkuji všechna zvířata, která jsem viděl/a.



Zapišu alespoň jedno další zvíře, které jsem potkal/a:

.....



louka



rybník



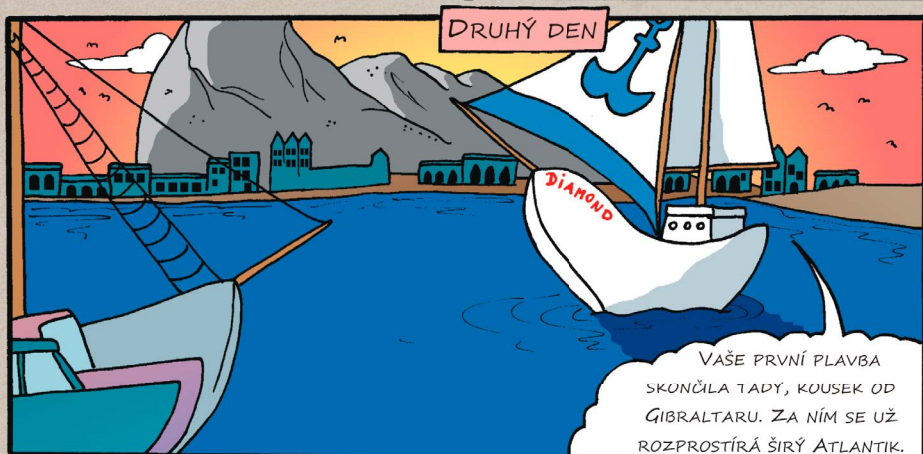


U vody

Na výpravě budu pozorovat přírodu kolem potoka, řeky
či rybníka. Zapišu si nebo nakreslím, co mě zaujalo.





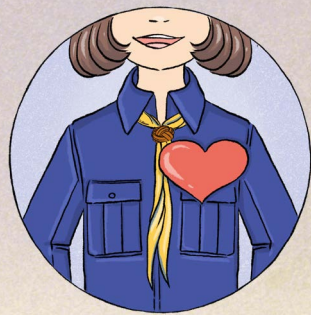


ODDÍLOVÉ DOPLŇKY



NĚCO NAVÍC

K jednotlivým slovům v rámečku zkusím přiřadit obrázky, které se k nim nejlépe hodí. V oddíle se pak společně pobavíme o tom, co jednotlivá slova znamenají a jak jim rozumíme.



Pomáhat druhým



Nejvyšší Pravda
a Láska



Překonávat se



ZÁŽITEK NA KONCI PLAVBY

Ted', když už máš plavbu za sebou, vyzkoušej si jednu z dovedností námořníků – pohybovat se venku i v noci.



Pod hvězdami

Najdu si v lese nebo na louce zajímavé místo mimo dohled našeho tábořiště. Může to být velký pařez, zajímavý velký kámen, mohutný strom, lavička, ... Během dne na toto místo půjdu se svým/svou vedoucí/m a nějak si místo označím (položím tam výrazný kamínek, dopis, ...), abych ho poznal/a. V noci se pak sám/sama nebo s brášky/ sestřičkami z posádky na toto místo vydám znovu. Všímám si, jestli toto místo a cesta k němu vypadají v noci jinak než ve dne.

ZÁŽITEK PRO VODNÍ VLČATA A ŽABIČKY

Za pokladem

Na táboře nebo na výpravě zakopu nebo jinak uložím poklad na zajímavém místě mimo dohled našeho tábořiště. Nakreslím plánek cesty k němu a ukážu ho vedoucí/mu. V noci se pak sám/a nebo s brášky/sestřičkami z posádky na místo vydám zkusit poklad najít. Vnímám a všímám si, jestli toto místo a cesta k němu vypadají v noci jinak než ve dne.

POZVÁNÍ NA DALŠÍ PLAVBU



Plavbu jsem splnil/a dne:

Podpis vedoucí/ho:

Nášivku si přišijí na pravou kapsu.



NENÍ TU JEN PLAVBA ANEB CO MŮŽU JEŠTĚ DĚLAT?

Závod vlčat a světlušek

Jednou za dva roky se koná Závod vlčat a světlušek, při kterém se mnoho kluků a holek z celé republiky setkává ve společném přátelském zápolení v dovednostech, které by všechna vlčata, světlušky a žabičky měly ovládat.

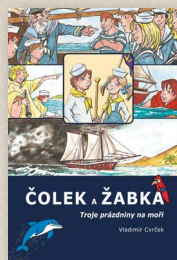


Časopis Světýlko

Světýlko je časopis pro vlčata, světlušky a žabičky. Kromě spousty zajímavého čtení tady můžeš najít i Žabku a Čolka i úkoly, které ti pomůžou s plněním plavby.

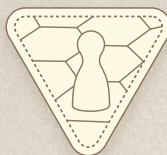
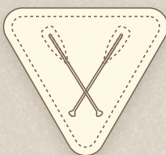
Čolek a Žabka

Chceš se dozvědět více o Čolkovi a Žabce a jejich prázdninách na moři? Můžeš si přečíst knihu Čolek a Žabka – Troje prázdniny na moři, kterou napsal Vladimír Cvrček – Vezír.



Vlčci a světýlka

Každý z nás je dobrý v něčem jiném, někdo umí poznávat rostliny, jiný je zručný kutil, někdo je dobrý sportovec. Pokud si chceš vyzkoušet, v čem jsi dobrý/á právě ty, tak se pusť do plnění vlčků a světýlek.



Čolek a Žabka jsou kluk a holka staří asi jako ty. Jejich děda Jack je kapitánem námořní lodi Diamond a letos je vzal s sebou na první plavbu po moři. Vydej se s nimi i ty na dobrodružnou cestu Středozeimním mořem – získáš nejen nové zážitky, ale taky se toho spoustu naučíš!



1. stupeň plavby žabiček, světlušek a vodních včel

Vydal: Junák – český skaut, Tiskové a distribuční centrum, z. s., Senovážné nám. 24, 110 00 Praha 1 • Jako svou 357. publikaci. Praha, 2022 • 2. vydání • Vytiskla: tiskárna Polygraf • ISBN 978-80-7501-152-7 • Plavbu připravila pracovní skupina ve složení: Monika Zárubová – Máňa, Zuzana Janáčková – Žabka, Martina Šimíková, Jan Schovánek – Gross, Pavla Sýkorová – Gymi a Ludmila Klíčová za velké pomoci testovacích oddílů, konzultantů a dalších spolupracovníků • Vodácké doplňky: Jana Karaová – Kulda, Klára Klinderová – Švrně • Supervize: Odbor včel a světlušek, Hlavní kapitanát vodní skautů, Jan Dočekal • Grafická úprava a DTP: Lucie Horáková • Ilustrace: Miroslav Vostrý, Marie Čizmárová, Katarina Kratochvílová • Jazyková korektura: Miroslava Kachlířová • Symbolický rámec, příběhy: Pavel Bár – Pavlík, Zuzana Pozlovská – Pumpa • Děkujeme všem, kteří se na vzniku plavby podíleli, za jejich pomoc. Jednalo se zejména o členy testovacích oddílů, konzultanty, členy dílčích týmů a další spolupracovníky. Díky.