

BENJAMÍNCI

*První skautská
dobrodružství*



Jan Kimr, Klára Sotonová,
Pavla Sýkorová, Alena Vobišová



BENJAMÍNCI

První skautská dobrodružství

Benjamínci – První skautská dobrodružství

Vydal: Junák – český skaut, Tiskové a distribuční centrum, z. s.

Senovážné nám. 24, 110 00 Praha 1

Jako svou 382. publikaci

Praha 2025

První vydání

ISBN 978-80-7501-177-0

Autoři: Jan Kimr – Drsnák, Klára Sotonová, Pavla Sýkorová – Gymi,
Alena Vobišová

Grafická úprava a sazba: Zuzana Konečná

Ilustrace: Eliška Slavatová, Anna Čaníková, Katarina Kratochvílová (obálka)

Editorky: Eva Staněk, Martina Hanyková

Odpovědná redaktorka: Martina Hanyková

Produkční: Adéla Konečná

Korektura: Alena Schagen, Michaela Čakrtová

Vytiskla tiskárna: Triangl, a. s.

Autoři fotografií: Štěpán Filip – Světluška (51, 108, 113, 119), Jakub Antonín – Brajgl (30, 77, 151), Zuzana Havlínová – Pipla (67, 117, 127), Lukáš Fuchman – Ježíšek (34, 83), Lucie Horáková – Basa (42), Kateřina Laštůvková – Tina (11), Petr Macek (16), Klára Sotonová (26), Petra Bolardová (38), Jakub Dědeček – Mozart (57), Vojtěch Petr – Ojta (92), Bára Klímová (96), Zuzana Fořtová – Hrabalka (102), Pavel Šajtar – Grizzly (112), Archiv 8. oddílu vodních skautů Mladá Boleslav (19), Tomáš Tkáčik – Rozum (19), Johana Bury – Broskvička (154)

Skautské publikace zakoupíte na junshop.cz.



Jan Kimr, Klára Sotonová,
Pavla Sýkorová, Alena Vobišová

Obsah

Začtete se do metodiky 6

Benjamínci jako součást skautského hnutí 8

Výchovná kategorie benjamínci 9

Skautská výchovná metoda u benjamínců 10

Možnosti organizace benjamínců 14

Vedoucí benjamínců 16

Přestupy do vyšší věkové kategorie 17

Organizace roku 20

Schůzky 21

Výpravy 27

Tábor 34

Náročnost akcí 41

Komunikace s rodiči 42

Program 44

Pohybové aktivity 45

Zvídavé aktivity 47

Tvořivé a rukodělné aktivity 50

Hudebně-dramatické aktivity 53

Seberozvojové aktivity 59

Reálná činnost 61

Svobodná hra 62

Symbolický rámec 64

Zpětná vazba 66

Aktivity u vody 68

Přiměřenost programu 73

Metodické materiály 74

Kompetence skautské výchovy 75

Programové listy 75

Časopis Ben Já Mína a metodika pro práci s ním 78

Karty Ben Já Mína 83

Praktické rady pro vedení benjamínců 90

Organizační doporučení 91

Výpravy 97

Příměstský tábor 103

Nehody při vylučování a hygiena 104

Program 105

Metodické materiály 113

Děti ve věku benjamínců 114

Další doporučení a inspirace 117

Děti ve věku benjamínců 120

Benjamínek a jeho tělo aneb pohybový (senzomotorický) vývoj 121

Psychický vývoj benjamínka 132

Benjamínek a ten druhý 145

Další tipy na inspiraci a zdroje 156

Materiály pro vedoucí 159

Začtete se do metodiky

V této metodice se dozvíte více o věkové kategorii benjamínků, organizaci roku s benjamínky, ponoříte se do typů benjamínkovského programu, zjistíte, jak využít metodické materiály, přečtete si praktické rady od dlouholetých vedoucích a zabrouzdáte do dětské mysli.

Dětská mysl je otevřená a hltá vše nové, co se odehrává v jejím nejbližším okolí. Skautští vedoucí jsou dalšími dospělými, které benjamínci potkávají a mohou mít na ně zásadní vliv. Děti v tomto věku chování dospělých bezvýhradně přijímají. I proto vznikla tato metodika, která je koncipována jako materiál pro začínající vedoucí jak z roverských řad, tak dospělých nováčků nebo i zkušených skautů a skautek, kteří vidí smysl v tom, trávit s benjamínky svůj čas.

Metodická příručka, kterou držíte v ruce, navazuje a doplňuje již dříve vydanou publikaci [☰ POKORNÁ, Michaela; POKORNÝ, Tomáš a SOCHORCOVÁ, Denisa. Benjamínci: metodika pro práci s nejmladší skautskou výchovnou kategorií. Praha: Junák – český skaut, Tiskové a distribuční centrum, 2016. ISBN 978-80-7501-099-5.](#)

Je dostupná i online na [☰ Křižovatce¹](#).

Můžete zde hledat dobrou praxi, aktivity či zajímavé myšlenky.

Najdete tu zajímavé tipy pro práci s vodními benjamínky, zejména v kapitole

[➔ Program – Aktivity u vody](#) a v kapitole [➔ Praktické rady pro vedení benjamínků – Tipy, jak na vodácké aktivity](#).

Informace doplňuje spousta odkazů na další materiály.

Inspiraci hledejte mimo knihu i ve svém okolí.



DOBRÁ PRAXE – věci, které se již někomu osvědčily a kterými se můžete inspirovat pro vlastní benjamínkovskou praxi



AKTIVITY – náměty na konkrétní aktivity

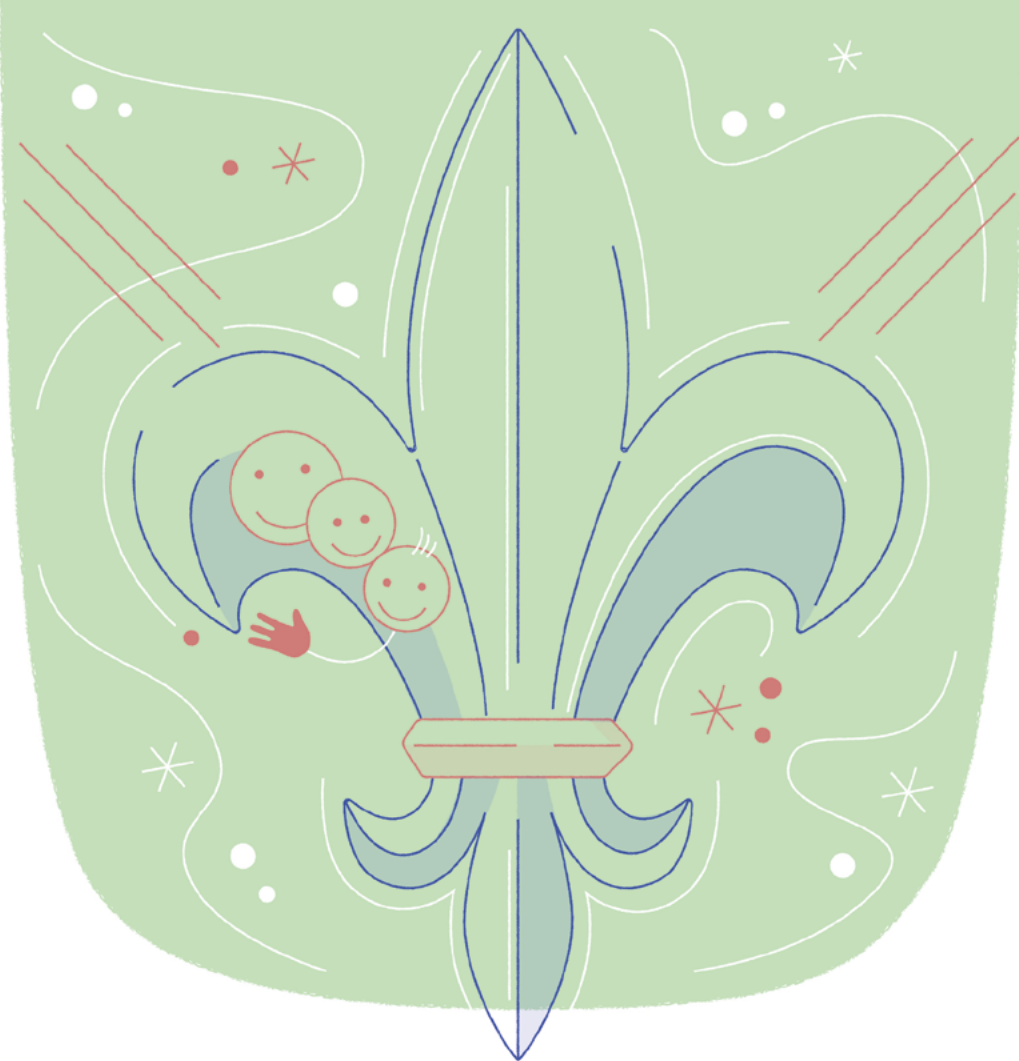


MYŠLENKY

zajímavé citáty a myšlenky, které doplňují hlavní text

Odkazy

- [➔ jiné místo metodiky, které myšlenku dále rozvíjí, třeba v jiném kontextu;](#)
- [☰ online zdroj, který se nám osvědčil](#)
- [☰ kniha nebo článek, ve kterých můžete o tématu, které vás zaujalo, nalézt více](#)



Benjamínci jako součást skautského hnutí

Zjistěte, kdo jsou benjamínci a jakým způsobem jsou začlenění do skautské organizace.

Benjamínci jsou nejmladší věkovou kategorií v rámci Junáka – českého skauta a zároveň kategorií, která je v organizaci podporována nejkratší dobu. V současnosti jsou benjamínci plně začlenění do výchovného systému Junáka – českého skauta. Vše podstatné o této věkové kategorii najdete na [skautské křižovatce](#)². Následující stránky nabízejí hlubší ponor a pomyslné pokračování či zkušenostní doplnění příručky [Benjamínci](#)¹.

Výchovná kategorie benjamínci

Název „benjamínci“, tzn. „ti nejmladší“, nese odkaz na zakladatele našeho hnutí – Antonína Benjamína Svojsíka. Věková kategorie benjamínků zahrnuje děti ve věku přibližně od 5 do 7 let (existují i oddíly, kde mají benjamínky mladší). Důvodů pro přechod z kategorie benjamínků až v 7 letech je několik – především to, že v první třídě má dítě znalosti a dovednosti (hlavně čtení a psaní) mnohem bližší znalostem a dovednostem dětí předškolních. První rok školní docházky je pro dítě také velmi náročný. Přináší zásadní změnu návyků, mění se požadavky rodičů i okolí. Proto je vhodné ponechat děti ve známém prostředí oddílu či skupiny benjamínků, kde jsou naopak v roli starších a zkušenějších členů a členek.

benjamínci	světlušky a vlčata	skauti a skautky	putující roveři a rangers	provázející roveři a rangers
5–7 let	7–11 let	11–15 let	15–19 let	19–24 let
předškoláci – 1. třída ZŠ	2.–5. třída ZŠ	6.–9. třída ZŠ	středoškoláci	



JAKÝ VĚK SE OSVĚDČIL PRO PŘECHOD K VLČATŮM A SVĚTLUŠKÁM

Založením kategorie benjamínků se u spousty oddílů posunul vstup do vlčat a světlušek o jeden rok. Nyní světlušky a vlčata nenabírají děti v první třídě, ale až v druhé. Pomohlo to vedoucím hlavně v přípravě programu. Už mohou počítat s tím, že světlušky a vlčata umí číst a psát. Jednotnost v těchto znalostech a dovednostech je užitečná i pro kluky a holky, vzájemně se nebrzdí a programem mohou procházet srovnatelným tempem.

Krojem benjamínků je tričko veselé barvy doplněné oranžovým šátkem. Šátek nabízí Junák – český skaut v oficiální šátkové řadě (viz [∞ JUNSHOP³](#)), tričko si mohou oddíly zařídit dle svých preferencí (např. společná výroba, výroba firmou dle vlastního návrhu, ...). Tričko může nést znaky oddílu či Junáka – českého skauta. Trička se šátkem mohou využívat i tam, kde starší skauti a skautky nosí kroj. Při nástupu, např. na tábore, benjamínci nezdraví. Snaží se stát v pozoru a očima se dívat na vlajku.

Ukázka triček a šátků benjamínků



Skautská výchovná metoda u benjamínků

Skautská výchova je unikátní tím, že využívá osm základních prvků, které dohromady tvoří vnitřně provázaný, nedělitelný systém. Zároveň má u benjamínků vlastní specifika.

Skautský slib a zákon

Benjamínci **nemají zákon a slib**. Ve skupině **si společně stanovují pravidla**, která se učí chápat a dodržovat. To je předpokladem toho, aby se ve věku vlčat a světlušek začali seznamovat a chápat zákon vlčat a světlušek a skládali svůj první slib. Tipy, jak pracovat s pravidly u benjamínků, jsou v kapitole [➔ Děti ve věku benjamínků – Prosociální chování](#).

U benjamínků klademe důraz hlavně na budování pocitu sounáležitosti se společenstvím, které má své hodnoty a symboly. Kromě programu vztahujícího se k pravidlům (první seznámení s dodržováním pravidel, nastavování hodnot apod.) benjamínky seznamujeme se skautskými symboly (na úrovni poznám a spojím si se skautingem) a také s dalšími členy střediska (společné akce s vlčaty/ světluškami/žabičkami, vhodné střediskové akce apod.).

Učení se zkušeností

Činnost benjamínků se opírá o vlastní aktivitu a činnost. Lidé jakéhokoliv věku se nejlépe učí tím, že něco skutečně dělají. A pro benjamínky to platí dvojnásob. Znalosti, dovednosti i postoje si osvojí nejlépe za pomoci vlastních prožitků a zkušeností a jejich reflexe. Je v pořádku, že některé činnosti nejsou napoprvé, napodruhé ani napodesáté úplně zvládnuté. Důležité je **podporovat radost z objevování** a nebát se věci zkoušet znovu a znovu. Pokud to časové možnosti dovolují, je dobré děti zapojovat do běžných činností v rámci schůzek, výprav i tábora. Děti se mohou podílet na vaření, sbírání dřeva, mytí nádobí atd. Většinou je to baví, jelikož se s tím setkávají méně často (nebo jim ještě nikdo neřekl, že je to otrava).

Družina

Benjamínci jsou často na programy rozděleni do krátkodobých skupin, kde si mohou vyzkoušet různé role. Přestože můžeme větší skupinu benjamínků rozdělit i na stále menší skupinky, termíny družina ani šestka se u benjamínků nepoužívají. **Používá se slovo skupina**. Ve skupině jsou benjamínci podporováni k vytváření nových přátelství. Benjamínci mohou mít, stejně jako družina u starších věkových kategorií, svůj vlastní pokřik. Mohou s ním např. zahajovat a ukončovat schůzku.



POKŘIKY BENJAMÍNKOVSKÝCH SKUPIN

Benjamínek človíček,
sestřička i bratříček.

Benjamínek kamarád,
chcem' si s vámi taky hrát.

Hop, hej.

(Benjamínci, středisko Střelka Kralupy nad Vltavou)

House, house, housenky,
máme rádi sušenky.

Vyrábíme, dovádíme,
my se světa nebojíme.

Po sobě si uklidíme. (– to si tam dodaly děti samy)

(6. oddíl Mrňousci, Středisko Erb Letovice)

S odvahou a pílí prokoušem se k cíli. Písk.

(Myšky, 148. oddíl skautů a skautek RYS, Praha 10)

Symbolický rámec

Symbolický rámec podporuje provázání aktivit, ohraničuje určitý programový úsek (hra, schůzka, celoroční hra), motivuje a **skrze příběhy pomáhá dětem pochopit svět** a orientovat se ve vztazích. Je dobré vybírat témata a příběhy, ze kterých pro děti vytěžíme zážitky a zkušenosti, které jsou pro ně z výchovného hlediska aktuální. Např. jak se chová dobrý kamarád; co se stává, když lidé nehrají fér; je dobře, že jsme každý jiný a jedinečný; proč je potřeba poslouchat rodiče a na co jsou pravidla, jak fungují pravidla ve světě dospělých; proč si rostliny a živí tvorové zasluhují naši ochranu a péči atd. Příběhy pomáhají dětem poznávat vztahy a hodnoty skrz fantazijní svět a postavy, které jsou jim blízké. Je to kromě vlastního příkladu další možnost, jak děti učit vyšším hodnotám, které se jim snažíme v rámci skautingu předat.

Konkrétní tipy k práci se symbolickým rámcem najdete v kapitole [➔ Program – Symbolický rámec](#).

Příroda

Čím mladší/menší je člověk, tím více věcí vnímá svými pocity a smysly. Benjamínci jsou ve věku, kdy je jim přirozená touha pozorovat, zkoumat, testovat. A právě příroda jim k tomu dává nespočet příležitostí. Proto benjamínkům přinášíme **příležitosti k pobytu v přírodě**. Snažíme se, aby jim v ní bylo dobře a byla pro ně bezpečným prostředím ke hrám a zkoumání světa. Zkoumat můžeme jak zvířata a rostliny, tak drobné věci viditelné lupou či mikroskopem. Učíme benjamínky vnímat jako přírodu nejen lesy a louky, ale také park, záhony a trávníky před domem či květináč za oknem. Učíme benjamínky přírodu chránit a snažíme se, aby přiměřeně věku chápali, proč je to důležité.

∞ [Programové listy z oblasti příroda](#)³⁵



PŘÍRODA JAKO TVŮRČÍ DÍLNA A LABORATOŘ

Dříve vydaná metodika Příroda kolem nás přináší další zajímavý pohled na přírodu: „A také jako tělocvična a ateliér a bazén a prolézačka a truhlárna a spousta dalších věcí, které mají v přírodě beztak svůj pravzor. Prostě v přírodě se toho dá tolik vyzkoušet a zahrát a nemusí se za to platit. Navíc příroda na rozdíl od specializovaných pomůcek pomáhá rozvíjet dětskou fantazii. Všecko, co jde, proto dělejte venku. Jen se při tom všem dovádění nezapomeňte chovat ohleduplně.“

▣ [KLÁPŠTĚ, Petr. Příroda kolem nás: metodika ke skautské stezce. Praha: Junák – svaz skautů a skautek ČR, Tiskové a distribuční centrum, 2008, str. 8.](#)

Program osobního růstu

Benjamínkům vytváříme různorodé příležitosti k osobnímu rozvoji. Zahrnujeme zkoumání a objevování světa, tvoření, pobyt v přírodě, pohyb, učíme je zdravým vztahům apod. K programu osobního růstu nám **pomáhají výchovné nástroje pro benjamínky**. Ty jsou postavené na 24 skautských kompetencích. **Kompetence** je souhrnné označení pro znalost, dovednost nebo postoj, kterého chceme ve výchově svěřených holek a kluků dosáhnout, tedy jinými slovy výchovný cíl. Více o kompetencích lze najít na [∞ skautské křížovatce](#)⁴ a v kapitole [➔ Metodické materiály](#).

Dospělí průvodci

Dospělí hrají při výchově benjamínků významnou roli, z pohledu skautských výchovných kategorií tu nejvýznamnější. Neznamená to, že ti nejmladší nemohou mít

vliv na to, jak jejich rané skautování vypadá. Naopak, už zde **se mají učit** v rámci svých možností **přebírat odpovědnost za své konání**, za svá rozhodnutí, aby se to v budoucnosti stalo přirozenou součástí jejich jednání. Je možné zapojit je do vymyšlení jídelníčku na výpravu či tábor, do výběru z nabízených činností na schůzce, do vysvětlení jednoduché hry ostatním benjamínkům, do hledání místa, které navštíví při výpravě, do výběru cíle výpravy atd. Dospělý tu figuruje jako průvodce, který může pomoci s rozhodováním, pohlíká jejich bezpečí, ale zároveň jim pomůže hledat cesty, jak se rozvíjet. Nezapomeňte, že v tomto věku jste pro benjamínky velkým vzorem, ještě více než u vlčat a světlušek. Vzorem mohou být nejen dospělí, ale i starší kluci a holky, třeba na společné výpravě či táboře. Při vhodných příležitostech může být přínosné nechat roli průvodce třeba na vlčatech a světluškách či skautech a skautkách – viz [☞ Benjamínci jako součást skautského hnutí – Společné aktivity pro benjamínky a další věkové kategorie.](#)

Zapojení do společnosti

Všichni jsme součástí společnosti a skauting vede k tomu, aby nám svět okolo nebyl lhostejný. Stejně tak **benjamínci mohou postupně rozvíjet svou zodpovědnost** za něj (např. dodržuje pravidla; udělá, co je potřeba). Mohou si všimát drobných potřeb lidí z okolí a snaží se jim pomoci (podat spadlou věc, podržet dveře apod.). Stejně tak si všímají změn ve svém okolí (místě bydliště) a zajímají se o to, co k nim vedlo. Není hned potřeba s benjamínky změnit svět, ale hledat jim příležitosti v jejich okolí – pomoci s úklidem okolo klubovny, zapojit drobnou činnost do společné střediskové akce, třeba při sázení stromků.

☞ [Učí se chovat v dopravních prostředcích⁵](#)

☞ [Pravidla mezilidského chování⁶](#)

☞ [Všímá si změn v okolí klubovny⁷](#)

Možnosti organizace benjamínků

Benjamínci mohou být samostatným oddílem i součástí oddílu vlčat a světlušek. Každá varianta má své příležitosti, které je dobré využít.

Samostatný oddíl benjamínků

Samostatný oddíl benjamínků musí mít alespoň 12 mladších členů. **Výhodou** mohou být společné programy a zážitky ve skupině stejně starých dětí. Oddíl se může členit na několik skupinek benjamínků. Na druhou stranu je třeba brát

v potaz potřebu dostatečného personálního zázemí. Ta je u výprav předškolních dětí vyšší než u dětí starších. **Je dobré**, pokud benjamínci občas potkávají vlčata a světlušky. Pomůže jim to v přechodu ke starší věkové kategorii, protože nepůjdou mezi neznámé lidi.

☞ *Občas se oddíl benjamínků potkává s dalšími oddíly ve středisku. Benjamínci jsou hrdí na to, že je pozdraví o dost starší člověk a řekne jim ahoj a zeptá se, jak se mají.* (Benjamínci z 34. střediska Ostřích Praha 4)

Začlenění do oddílu vlčat, světlušek či žabiček

Benjamínci mohou tvořit samostatnou skupinu působící v rámci oddílu starších dětí, která se skládá pouze z dětí jejich věku. Pravidelně se schází tak jako starší děti v šestkách a družinách a účastní se akcí oddílu, jehož je součástí.

K benjamínkům je třeba zkušený vedoucí, který zná věkové zvláštnosti dětí, stejně jako jejich psychické a fyzické možnosti. Je důležité **zachovávat programy zvláště pro benjamínky** a zvláště pro světlušky a vlčata. Pozor také na soutěživé programy, které nejsou ve věku benjamínků vhodné. Více o tématu soutěžení v kapitole [☞ Děti ve věku benjamínků – Sebehodnocení a sebepojetí.](#)

Součástí šestek v oddílu vlčat/světlušek/žabiček

Benjamínci mohou být i součástí šestek v oddíle vlčat/světlušek/žabiček. Může se jednat o menší počet členů, který nestačí na fungování samostatné šestky či oddílu. V takovém případě **doporučujeme tento stav brát jako dočasný** – benjamínci zestárnou a stanou se vlčaty/světluškami/žabičkami a do oddílu další benjamínky už nenabíráme. Nebo benjamínků postupně získáme více a oddělíme je do samostatné benjamínkovské skupiny či rovnou vytvoříme oddíl.

Pokud máme benjamínky součástí šestky, je potřeba si uvědomit, že to ovlivňuje přípravu programu pro obě strany. Při jeho přípravě se musíme zamyslet, zda je benjamínek schopen program plnohodnotně prožít (dokáže si to přečíst, zvládne to fyzicky atd.); pokud dojdeme k závěru, že ne, musíme program buď změnit, nebo s ním benjamínkovi pomoci.

Pokud chceme zapojit několik benjamínků do již fungujícího oddílu, musíme na to připravit i jeho stávající členy.

Vedoucí benjamínků

Formální požadavky na vedoucí oddílů benjamínků jsou stejné jako požadavky na vedoucí jiných oddílů v souladu s [☞ Řádem pro vzdělávání činovníků a činovníků⁸](#). Každá skupina benjamínků by měla mít jednoho hlavního vedoucího, který je na většinu akcí skupiny, sleduje její vývoj a dynamiku. Zároveň je osobou, na kterou se mohou jak děti, tak jejich rodiče v případě potřeby obrátit.

Počet vedoucích u benjamínků zvolíme úměrně velikosti skupiny, zkušenostem vedoucích a dynamice skupiny benjamínků. Vhodná je zkušenost s prací s dětmi předškolního věku, protože potřeby dětí ve věku benjamínků jsou odlišné od potřeb vlčat a světlušek. Zkušenosti lze získat od ostatních vedoucích, návštěvou jiného oddílu benjamínků, od mladších sourozenců, výchovou vlastních dětí, studiem škol zaměřených na předškolní a mimoškolní pedagogiku... V rámci skautské organizace je to akce [☞ Sejdeme se na Pěšince⁹](#).



Benjamínčíci jako součást skautského hnutí

Přestupy do vyšší věkové kategorie

Před přestupy je dobré, aby děti oddíl a vedoucí nového oddílu alespoň trochu poznaly. Nabízí se uspořádat společné odpoledne/výpravu nebo vedoucí od vlčat/světlušek/žabiček může přijít na schůzku benjamínků a představit se. Nemusí to být nic velkého, hlavním cílem je, aby benjamínek v září vstupoval do již známého prostředí.

Samotné **přestupy může provázet rituál**. Je vhodné vědět dopředu, kolik dětí bude přestupovat a zda pro ně je v navazujícím oddíle kapacita. Snažíme se, aby se benjamínek na přechod těšil. Pokud má z přechodu strach, hledáme způsoby, jak obavy rozptýlit. Ideální je, pokud přestupuje „skupinka“ benjamínků tak, aby se děti mohly opřít o svou partu. Ve vyšších kategoriích nemusí zůstat ve stejné skupině, ale s pocitem strachu ze změny pomůže vědomí, že s nimi přecházejí i další členové jejich skupiny.



TIP NA PŘESTUPOVÝ RITUÁL

„Naši benjamínčíci mají svoji oddílovou hůl, na které visí jména všech jejich současných členů. Při přestupu si pak svoji stužku odříznou a berou si ji sebou. Samotný přestup probíhá tak, že benjamínek po odříznutí své stuhy jde se svými vedoucími na půli cesty mezi skupinou benjamínků a vlčat/světlušek. Uprostřed této cesty se potkají s novým vedoucím, se kterým se pozdraví. Vedoucí benjamínka novému vedoucímu představí a řekne o něm pár vět (vždy by se mělo jednat hlavně o pozitivní informace). Vedoucí nového oddílu se může zeptat, zda benjamínek chce jít mezi vlčata/světlušky (je dobré to mít dopředu s dítětem vykomunikované, aby nás to při přestupu nepřekvapilo, kdyby nechtělo přejít). Pokud je benjamínek na přestup připraven, tak odpoví ano. Následně odchází do své nové smečky nebo roje. Co se děje dál, je už jejich tajemstvím.“ (Plamínčíci, Přelouč)

Tip na práci se skupinou benjamínků před přestupy najdete v programovém listu [☞ Každý jsme jiný, aktivita Přání do vlčat/světlušek¹²](#).



SPOLEČNÉ AKTIVITY PRO BENJAMÍNKY A DALŠÍ VĚKOVÉ KATEGORIE

Herní odpoledne. Může se hodit jako společná akce pro benjamínky, vlčata a světlušky. Společně si zahrajte různé deskové, ale třeba i pohybové aktivity.

Divadlo. Vytvořte namíchané skupinky tak, aby v každé byl podobný počet benjamíneků. Každá skupinka dostane za úkol divadelně ztvárnit nějaký jednoduchý příběh (příběhy na sebe mohou navazovat). Formu si buď skupinky mohou zvolit, nebo ji určíme my; nabízí se např.: scénka, pantomima, loutkové divadlo. Kromě toho můžete určit další pravidla nebo rozdělení rolí. Cílem je, aby do hraní byli zapojeni i benjamínci.

Během přípravy je potřeba dávat pozor na jednotlivé skupinky, aby benjamínci nebyli necháni stranou nebo naopak přípravu nekazili.

Společné plnění úkolů. Utvořte dvojice tak, že v každé bude jeden benjamínek a jeden starší poradce. Dvojice pak budou procházet stanoviště s úkoly. Úkol na stanovišti bude vždy plnit benjamínek a starší dítě mu bude radit – úkol by tedy měl být pro samotného benjamínka moc těžký, ale naopak pro jeho poradce by měl být lehký.

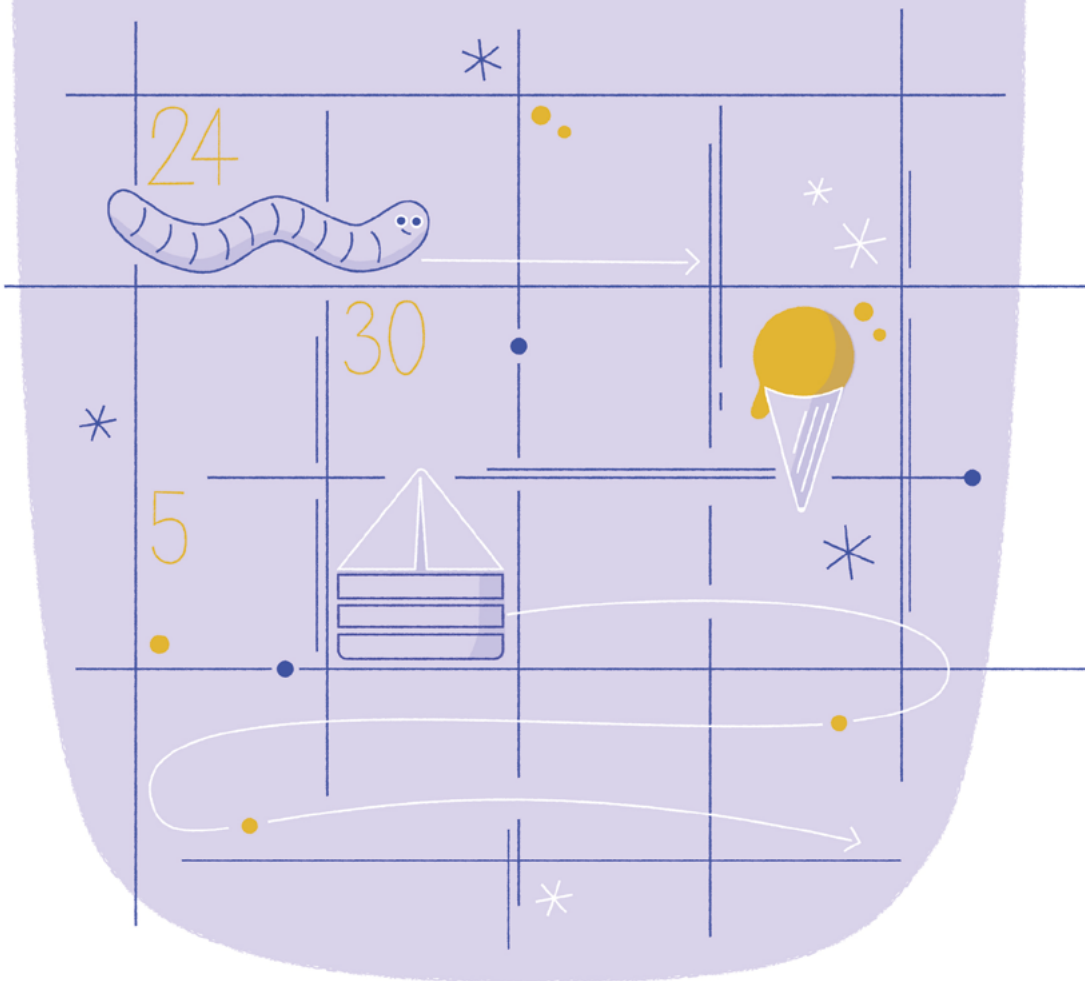
Příklady úkolů: spoj dvě lana libovolným uzlem, najdi čtyři různé stromy nebo rostliny a řekni jejich jméno, přišij knoflík (zde může starší poradce trochu pomoci), hod žabku, projdi slalom se zavázanýma očima. Plnění úkolů nemá být soutěž, cílem je, aby se každý naučil něco nového – benjamínci se něco naučí a jejich poradci si vyzkoušejí předávání svých znalostí.

Další variantou je, že úkoly je nutné plnit ve dvojici. Tato varianta se hodí i pro mladší děti v roli průvodců.

Program pro benjamínky. Pro družinu skautů a skautek může být také zajímavá příležitost připravit společně program pro benjamínky. Může jít např. o speciální schůzku (mikulášská, den zamyšlení, ...) nebo jednodenní výpravu (např. šipkovaná s úkoly). Benjamínci tím vyzkouší nový program a skautská družina si může splnit úkol ze stezky: *Cesta Vzduchu & Ohně – 36. Družina jako tým – Týmový úkol. Se svou družinou uskutečnim větší týmový úkol (např. větší hru po stanovištích pro mladší, oddílovou besídku, projekt na oddílové třídění odpadů).*

Po skončení společně zhodnoťte, co se povedlo a co je třeba vylepšit.





Organizace roku

Naplánujte pro benjamínky rok plný objevů a dobrodružství, který odpovídá jejich věku.

Tato kapitola nastiňuje možnou organizaci roku s benjamínky. Neznamená to, že je to jediný správný přístup. Pokud se na to necítíme nebo je to nad naše časové možnosti, není problém si aktivity upravit podle naší situace nebo je úplně vynechat.

Základ činnosti skupiny benjamínků spočívá podobně jako u dalších věkových kategorií v pravidelných schůzkách a delších akcích (výpravy a případně tábor). Kromě toho se s benjamínky můžeme zapojit i do již pořádaných aktivit – drakiáda, lampionový průvod, mikulášská besídka, Betlémské světlo.

Schůzky

První dvě schůzky v roce jsou úplně jiné než zbylé schůzky. Vedoucí ještě neznají nováčky, děti se mnohdy neznají ani mezi sebou. Nováčci neznají prostředí klubovny ani své vedoucí.

Čas a místo

Schůzky benjamínků jsou většinou každý týden, případně jednou za dva týdny (při delším intervalu je děti vnímají spíše jako samostatné akce než něco pravidelného). Obvyklá délka schůzky je pro tuto věkovou kategorii 1–2 hodiny. Při rozhodování o délce schůzky zvážíme své časové možnosti, program, který chceme stihnout, a čas konce, abychom neskončili moc pozdě. Kratší schůzka vyžaduje méně programu, ale může být náročnější stihnout vše, co chceme. Na delší schůzce je prostor i pro volnou hru a může být vhodné zařadit svačinu. Schůzka benjamínků by neměla být delší než schůzka vlčat a světlušek ze stejného oddílu nebo spřáteleného, kam budou benjamínci přecházet. Schůzky můžeme organizovat na různých místech, není nutné se vázat pouze na klubovnu. Můžeme využít blízký park, komunitní zahradu, nedaleký les či louku, ...

Rodiče

Před začátkem nebo na začátku školního roku je vhodné udělat informační schůzku minimálně pro rodiče nováčků. V případě, že se rozhodnete pro začátek školního roku, doporučujeme ji zařadit buď během schůzky, nebo na ni navazující tak, že zbytek vedoucích připraví program pro děti.

Více v kapitole ➔ [Praktické rady pro vedení benjamínků – Jak na začátek skautského roku.](#)

Program schůzky

Při přípravě programu je dobré naplánovat si o trochu víc aktivit, ale nebýt zklamán, když se vše nestihne, protože vše záleží na aktuálním rozpoložení dětí. Během schůzky je vhodné benjamínkům připomínat, aby se napili. Pokud na místě schůzky nemáme tekoucí pitnou vodu, je dobré mít vodu navíc. Vyhlásit čůrací pauzu je také důležité, protože když jde jeden, většinou chtějí jít všichni. Mějte na paměti, že provozní činnosti, jako je např. úklid nebo oblékání a přezouvání, nám s benjamínky zaberou hodně času.

Jelikož děti neudrží moc dlouho **pozornost**, měly by se činnosti střídat přibližně po 15 minutách. Zejména u tvoření je ale potřeba dávat pozor na to, že každý má své tempo. Je proto dobré dát všem dostatek času, aby mohli svůj výrobek v klidu dodělat. Pro ty, kdo již činnost dokončili, můžeme připravit nějakou aktivitu, aby se nenudili.

Možná podoba schůzky

- **Před schůzkou.** Děti často na schůzky nechodí najednou. Ty, co přijdou dříve, si mohou malovat, prohlížet knížky, hrát nějakou hru.
- **Zahajovací rituál.** Libovolný neměnný způsob zahájení schůzky, aby děti věděly, že schůzka začíná nebo končí, např. pokřik, povídání v kroužku, stejná hra.
- **Pohybová hra.** Jde většinou o kratší hru na vybití energie.
- **Klidnější aktivity.** Může to být vyrábění, dramatika, zpívání, povídání, ...
- **Svačina.** Na delších schůzkách se může hodit zařadit svačinu, aby děti neměly hlad. Můžete ji také připravit společně a děti je možné zapojit do její přípravy.
- **Pohybová hra.**
- **Zpětná vazba.** Na konci je vhodné společné zhodnocení schůzky, při kterém benjamínci mohou říct, co se jim líbilo a co ne. Jak na zpětnou vazbu, najdete v kapitole [👉 Program – Zpětná vazba](#).
- **Závěrečný rituál.** Může probíhat podobně jako na začátku schůzky.



TIPY NA PRVNÍ SCHŮZKU:

- Využijte lepíky se jménem na tričko. Předem se však děti zeptejte, zda je můžete nalepit a kam. Můžou je mít i vedoucí, ale myslete na to, že děti neumí číst a jmenovky jsou hlavně pro vedoucí, aby děti oslovovali jmény.
- Věnujte se na první schůzce dětem, informační schůzku pro rodiče zařadte jinak, viz výše.
- Na schůzku volte spíše kratší hry a aktivity.
- Určitě zařadte seznamovačky.
- Kontaktní hry se na první schůzku nehodí, nováčci bývají spíše nedůvěřiví a starší benjamínci na ně mohou být moc akční.
- V rámci schůzky si projděte klubovnu, ukažte, kde jsou záchody, kam si dáváte bundy a boty, případně další důležitá místa.
- Při příchodu dítěte do klubovny se představte: „Ahoj, já jsem Klára. Jak se jmenuješ ty?“ U této příležitosti můžete dát lepík a pak až dítě poslat do klubovny za ostatními.
- Na začátku děti seznámte i s rituály. Vysvětlíte jim, co na začátku schůzky děláte (např. pokřik), jak přesně to probíhá (např. postavíte se do kruhu) a proč (např. aby všichni věděli, že začínáme). Můžete si tento začátek zkusit na první schůzce i vícekrát.
- Pravidla chování zařadte až na druhou schůzku, kdy se již trochu znáte.
- Některým dětem pomůže, když se po část schůzky rodiče zdržují někde poblíž, např. když hrajete seznamovačky venku, rodiče jsou v dohledu.

Ukázková schůzka

Doba trvání: 1,5 h

Téma: Zvířata. Pro lepší chápání benjamínků je dobré téma trochu zúžit – vybereme si jednu skupinu zvířat (zoo, na dvoře a zahradě, v lese apod.) a na tu aplikujeme níže navrhované aktivity.

Cíl: Benjamínci se seznámí s (novými) zvířátky.

Pomůcky: Mluvicí předmět (např. plyšový maskot oddílu), karty Ben Já Mína 86, 91, 92, 98 (více o kartách v kapitole [👉 Metodické materiály – Karty Ben Já Mína](#),

pro každého papírový tácek (a nějaká rezerva), barevné papíry, fixy, lepidla, nůžky, gumičky na přidělení masek, kartičky s dvojicemi zvířat např. z pexesa (minimálně 1 zvíře pro každého), pro doplňkové aktivity spojovačky mládat, kartičky mládat + rodičů a případně kytara.

HARMONOGRAM:

Zahajovací rituál (10 min) – **cíl aktivity:** úvod do tématu schůzky, zjištění nových informací o dětech – poznávání se v rámci skupiny.

Sedíme v kroužku, zeptáme se dětí, zda mají doma (u babičky) nějaké zvíře. Může se stát, že někdo z dětí zvířátko nemá a moc by ho chtěl, nebo o něj v nedávné době přišel, tak je potřeba na takové situace být připraveni. S dětmi v takovém případě jednáme citlivě, ale určitě to není důvod taková témata vynechávat. Posíláme mluvící předmět; kdo má předmět, mluví, ostatní poslouchají. Na začátku roku není nutné, aby mluvily všechny děti, pokud nechtějí. Je dobré mít i druhý mluvící předmět pro vedoucí, aby bylo možné děti přerušit.

Pohybová hra (15 min) – **cíl aktivity:** tematická pohybová hra pro vybití energie. Vybereme jednu pohybovou hru, která navazuje na téma, např.:

→ **Honička medvědů a tučňáků** (karta Ben Já Mína č. 86).

- všichni/skupiny
- do 30 min
- příprava: žádná
- klubovna/venku



HONIČKA MEDVĚDŮ A TUČŇÁKŮ

Jedno dítě je honič – medvěd. Chodí s rukama nahoře a hrůzostrašně bručí. Ostatní děti jsou tučňáci. Chodí s rukama upaženými a říkají PINGU, PINGU. Děti nesmí běhat (kolena mají neustále u sebe). Když medvěd chytí tučňáka, promění se taky v medvěda a pomáhá mu chytat ostatní tučňáky.

- Po hře se zeptejte děti, kde se lední medvědi a tučňáci vyskytují a jestli se mohou doopravdy potkat. (Ve volné přírodě ne, žijí na opačných koncích zeměkoule.)
- Potkat by se také mohli v zoo. Napadla tato varianta někoho?

- **Housenka, kukla, motýl** (karta Ben Já Mína č. 91). Mírně upravená verze. Pomůcky: hudební nástroj / hudební nahrávka a přehrávač, popř. stopky. Děti se pohybují v prostoru. Může jim k tomu hrát reprodukováná hudba nebo dospělý na hudební nástroj (kytara, tamburína, apod.). Podle povelu dospělého se děti proměňují ve vajíčko – děti se skrčí do klubíčka, v housenky – děti se plazí po zemi a mohou dělat ham, ham ham (housenky jsou žravé), v kukly – děti leží na zemi a objímají samy sebe, v motýly – mávají křídly a ladně plují vzduchem. Vedoucí hry se může střídat. Domluvíme si předem, jak dlouho budete hrát (např. časový limit, počet střídání vedoucího hry).
- **Sochy severských zvířat** (karta Ben Já Mína č. 92). Doporučení k aktivitě najdete v metodice k časopisu Ben Já Mína, [Pozdrav ze severu. 2. ročník, 2. číslo, s. 18¹⁰](#).
- **Kočka honí bernešku havajskou** (karta Ben Já Mína č. 98).

Klidnější aktivita (20 min + čas na úklid cca 10 min) – **Rukodělná činnost – hlava zvířátka z papírových tácků** – **cíl aktivity:** rozvoj jemné motoriky, vnímání krásy (viz projev kompetence Rozvíjí a prohlubuje vlastní sebepoznání a duchovní život – dokáže říct, co mu/jí připadá krásné).

Každý si vyrobí jedno z nabízených zvířat nebo si dle inspirace vymyslí vlastní. K dispozici je pro každého papírový tácek (a nějaká rezerva), barevné papíry, fixy, lepidla, nůžky.

Každý si vyrobí masku zvířete (k tomu potřebujeme gumičky a pomoc s děrováním masky) a následně si může své zvíře pojmenovat (např. Lev Alfons).

Při představení můžeme děti vybídnout, aby ke každému zvířeti řekly, co o něm ví (např. kde žije, co jí, jak je velké, ...).

Pokud využijeme k výrobě temperové barvy, je potřeba přidat čas i na zaschnutí barev. V takovém případě je dobré dát začátek rukodělky co nejdříve na začátek schůzky, při zasychání si zahrát další aktivity a představení zvířátka nechat na závěr schůzky.

Pohybová hra – zvířátkové pexeso (10 min) – **cíl aktivity:** rozvoj spolupráce a hrubé motoriky.

Benjamínci si vylosují obrázek zvířete a následně hledají svou dvojici podle zvuků.

Nebo ve variantě: Dva benjamínci jdou stranou, aby neslyšeli, jak se ostatní domlouvají. Tito dva pak hledají pexesové dvojice podle pantomimického předvádění. Ostatní benjamínci se rozdělí do dvojic, ve dvojici si vyberou zvířátko a jak ho budou předvádět. Vedoucí musí pohlížet, aby každá dvojice měla jiné zvíře a aby je pantomimicky dokázaly děti předvést.

Zpětná vazba (5 min). Můžeme se děti zeptat např.: „Co se vám na schůzce líbilo? Chtěly byste některou hru hrát znovu?“ Můžeme se také ptát ve vztahu k cíli, jestli se dozvěděly o zvířatech něco nového nebo jestli poznaly nějaké nové zvířátko.

Více o zpětné vazbě s benjamínky v kapitole ➔ [Program – Zpětná vazba](#).

Závěrečný rituál (3 min). Informační okénko o tom, co nás čeká (např. o víkendu se uvidíme na výpravě, uvidíme se zase za týden na schůzce), a pokřik.



AKTIVITY NA DOPLNĚNÍ, DO ZÁSOBY

Mládátka a rodiče. Spojování připravených obrázků na papíře, hledání připravených kartiček a skládání dvojic.

Písničky se zvířátky. Ptáme se dětí, jaké znají písničky se zvířátky (Skákal pes, Já mám koně, Kočka leze dírou...), následně si je můžeme zazpívat.

Práce s knížkou. Společné prohlížení různých encyklopedií o zvířátkách. Můžeme zadat i konkrétní úkoly: největší/nejtěžší zvíře... Encyklopedie lze využít i individuálně pro ty, co rychle vyrábějí zvířátka z papírových tácků.

Výpravy

Ve školním roce začínáme jednodenní výpravou bez přespání (popř. s možností přespání). Postupně můžeme zvyšovat náročnost výprav: jednodenní výprava → přespání v klubovně → přespání v cizí klubovně → přespání ve stanu → vícedenní výprava s přespáním.

Náročnost během roku zvyšujeme s ohledem na zkušenosti dětí (jakých výprav se zúčastnily), zkušenosti vedoucích (na co se cítíme) a podle podmínek (vybavení, počasí). Náročnost nemusíme zvyšovat pouze pomocí délky nebo způsobu přespání, ale i typem akce: výprava do lesa za obec, dojet někam prostředky hromadné dopravy, jít na nové místo, zařadit náročnější program, např. vzdělávací či kulturní (návštěva divadla, interaktivní výstavy, zoo atd.).

Důležitá je různorodost, aby každá výprava nebyla stejná a umožňovala další rozvoj benjamínků. Je úplně v pořádku, když budete připravovat jen jednodenní výpravy.

Při plánování výprav je potřeba vzít v potaz, že termíny dáváme rodičům vědět výrazně dříve, než víme, jaké bude počasí. Je proto dobré mít připravenou alternativu do nepříznivého počasí (zejména v zimních měsících). Hry a tvoření v klubovně mohou stačit.

Jednodenní výpravu je možné připravit jak bez přespání, tak s přespáním. Máme-li schůzku v pátek, můžeme začít schůzkou, kterou protáhneme do druhého dne. Děti, které nechtějí přespávat, mohou přijít na schůzku, jít spát domů a přijít na výpravu druhý den ráno.

Je **několik variant, jak časově naplánovat výpravu**. Volíme podle toho, co chceme stihnout, jaké máme časové možnosti a zázemí:

- ➔ **Jen dopoledne/odpoledne** – můžeme vyrazit do okolí s malou svačinou, aniž bychom museli řešit větší jídlo.
- ➔ **Od rána do večera** – v této variantě je potřeba řešit oběd, ale zato můžeme vyrazit dál.
- ➔ **Od odpoledne do rána druhého dne** – zahrnuje přespání a večeři, ale nemusíme řešit oběd. Může jít např. o přespání v klubovně po schůzce v pátek.
- ➔ **Od odpoledne do odpoledne** – když začneme v pátek odpoledne, skončíme v sobotu a neděle zůstane volná.
- ➔ **Od rána do rána** – přespávání v závěru výpravy může být náročnější, jelikož se děti už těší domů.

Jak na jednodenní výpravu

Informace pro rodiče by měly být velmi podrobné (více v kapitole [➔ Organizace roku – Komunikace s rodiči](#)), a měly by být poskytnuty včas, přibližně 14 dní předem. Je důležité počítat s možností, že se děti mohou odhlásit i v den odjezdu z důvodu náhlé nemoci nebo jednoduše proto, že se jim ráno nečekaně změní plány (nebudou chtít vstávat, uvědomí si, že chtějí být doma s rodiči atp.).

TRASA A CHŮZE

Při plánování jednodenní výpravy je důležité zvolit délku trasy podle fyzické zdatnosti dětí ve skupině. Začínáte s kratšími trasami a pokud je děti zvládají, můžete postupně plánovat delší výpravy. **Děti ve věku benjamínků by měly ujít pomalou chůzi s častými přestávkami 6–7 km.** K délce výletu je potřeba přistupovat individuálně. Obecně plánujte spíše kratší trasu s častějšími přestávkami.

Děti v tomto věku nejsou schopné jen tak jít celou trasu, proto je potřeba mít připravený program na cestu. V případě běžné cesty to zahrnuje hry na cestu i na přestávky, jdete-li však podnětným prostředím (průzkumná výprava lesem, proti proudu malého potůčku...), doplňující aktivity nejsou nezbytné. Stačí, když cestou upozorňujete na velká mraveniště, jedlé nebo vonné rostliny, zajímavé útvary v krajině, padlé stromy, na které mohou děti lézt... Může být užitečné výpravu zabalit do symbolického rámce, ale není nutné benjamínky aktivitami přehltit.

Během dne se začne u dětí projevovat únava. Na začátku výpravy mohou jít rychle, ale na konci bude jejich tempo spíše pomalé a může se stát, že při zpáteční cestě v dopravě usnou. Navíc děti v tomto věku chodí obecně pomaleji, takže je potřeba tomu přizpůsobit plánování trasy a časových úseků.

ORGANIZAČNÍ POZNÁMKY

Děti se scházejí na určeném místě zpravidla postupně. Když jsou na místě všichni účastníci výpravy, rozlučte se s rodiči a vyrazte na cestu. Během cesty je vhodné zařadit různé hry podle prostředí a nálady dětí; např. po půl hodině cesty si zahrajte kratší hru. Důležité je také zařadit čas na svačiny a delší přestávku na oběd. Pokud se oběd vaří, je dobré mít pro děti připravené aktivity, než se oběd dovaří. Do výpravy je také možné zařadit klidnější aktivity. Delší akce je také ideální příležitostí pro svobodnou hru (viz kapitola [➔ Program – Svobodná hra](#)). Po návratu probíhá vrácení dětí rodičům. Budte však připraveni na to, že rodiče nemusí vždy stihnout děti vyzvednout včas nebo se můžete vrátit dříve. Nejen pro tento případ je potřeba mít seznam telefonních čísel, abyste mohli rodičům dát vědět. Po výpravě počítejte s časem na úklid věcí, s benjamínky nemusíte stihnout uklidit vše.



[∞ Tipy na jednodenní výpravy vhodné pro benjamínky¹¹.](#)

Seznam byl vytvořen na metodickém semináři [∞ Sejdeme se na Pěšince 2023⁹.](#)

Ukázka informací o výpravě pro rodiče:

PLAMÍNCI

Poznáváme okolí 13. 11. 2021

sraz: 8:45 na autobusovém nádraží v Přelouči

návrat: 13:35 na autobusové nádraží v Přelouči

s sebou: baťůžek, pití (min. 1l), svačinu, pláštěnku, oddílový šátek, oblečení na ven, proslápnutou obuv

cena: 10 Kč

přihlaste se: nejpozději na páteční schůzce nebo na e-mail

Návrh obsahu výpravy na jeden den

Níže najdete aktivity, které jsou dostatečné pro program výpravy na celý den. Oproti schůzce nepopisujeme časové rozložení, protože to velmi závisí na terénu, délce trasy, velikosti a složení skupiny, počasí apod. Příklad ilustruje hlavně možné aktivity, cíl a symbolický rámec.

Kde: V přírodě, možný je i park. Trasu zvolíme podle zdatnosti dětí a možností ve svém okolí.

Cíl: Benjamínci budou pozorovat přírodu. Benjamínci využijí přírodu ke své fantazijní hře.

Symbolický rámec: „Výprava s lesním skřítkem“ – skřítek benjamínky pozve na návštěvu do svého „království“.

Pomůcky: loutka (maňásek) lesního skřítky, létající talíř, provázek, barevné lístečky

Aktivity:

Hledání přírodnin po cestě: Lesní skřítek zadá dětem, co mají po cestě v okolí hledat, např. žlutou kytku. Děti jak jdou, tak hledají. Ten, kdo ji najde, ji ukáže ostatním, a následně jim skřítek zadá k hledání něco jiného, např. houbu. Děti

na začátku upozorníme, co mohou a co nemohou donést, např. klacek ano, ale kytky a houby netrháme, jen zavoláme ostatní a ukážeme jim to.

Lesní poklady: Na tuto hru je potřeba létající talíř. Talíř se hodí někam do přírody. Děti k němu přijdou, v tu chvíli je talíř poklopem od lesního pokladu. Společně ho odklopíme a zkoumáme, jaké přírodní poklady se pod ním ukrývají. Když máme více dětí, je vhodné mít více talířů – jeden talíř max. na 5 dětí.

Skřítčí království: Na tuto aktivitu je potřeba vzít s sebou provázek/uzlovačky. Děti rozdělíme do skupin (např. po 3). Dětem dáme kousek provázku, kterým ohraničí své království. Mohou v něm i něco postavit nebo mohou využít jen to, co tam je. Následně si navzájem představí, kdo v jejich království žije, co tam je za stavby... Fantazii se meze nekladou.

Chytání motýlů: Budeme potřebovat barevné papíry nastříhané na malé kousky (cca 5×5 cm). Lístičky rozházíme po louce a představují nám motýly. Děti mají za úkol motýly posbírat – buď každé dítě od každé barvy jednoho, nebo ve skupině mají za úkol posbírat jen jednu barvu. Můžeme hru ztížit tím, že mohou vždy sebrat jen jednoho motýla a odnést ho na svoji hromádku a pak běžet pro dalšího. Na aktivitu můžeme navázat tvořením motýlů z chlupatého drátku a krepového papíru. Další aktivity lze přidávat podle vlastního uvážení – délka trasy, časového rozvržení výpravy.



Jak na výpravu s přespáním

Ze začátku přespávejte ve známém prostředí – nejlépe ve vlastní klubovně. Při výběru jiného místa volte zpočátku komfort, minimálně takový, na jaký jsou děti zvyklé z klubovny, optimálně podobný jako doma – mělo by být teplo, světlo (elektrina), dostupný záchod. Přespání ve stanu s kadibudkou je pro první akci benjamínků nevhodné.

Jak už jsme zmínili, pokud to lze (schůzka v pátek), je možné začít schůzkou a protáhnout ji do druhého dne. Děti, které nechtějí spát mimo domov, mohou přijít na schůzku a jít spát domů. Zároveň mohou ráno přijít a zapojit se do programu.

Vedoucí si kromě běžného vybavení na výpravu vždy přibalí i něco navíc. Tipy na vybavení pro vedoucí na výpravu najdete v kapitole [➔ Praktické rady pro vedení benjamínků – Výpravy.](#)

Jídlo

Na první přespání připravujeme **jídlo, které děti rádi jedí**. Můžeme na některé předchozí schůzce zjistit jejich nejoblíbenější jídlo, a to uvařit. Dopředu zjišťujeme u dětí potravinové alergie a nechutenství, tedy co dítě prokazatelně nemůže sníst. Děti nemusí být zvyklé na stravu, kterou jim na akci nabídneme, a proto je do jídla nenutíme. Domluvíme se s nimi, že nové jídlo ochutnají, a pokud jim opravdu nechutná, tak ho jíst nemusí. V záloze máme třeba rohlík jako alternativu. Může se stát, že jedno z dětí prohlásí, že mu jídlo nechutná, a strhne ostatní. V takovém případě postupujeme stejně a všichni ochutnají. Snažíme se dětem vysvětlit, že každému chutná něco jiného a je v pořádku, když to kamarádovi nechutná a jim ano. Přespání můžeme využít jako příležitost k reálné činnosti – společné chystání jídla, stolování a následný úklid po jídle. Nemusíme s benjamínky nutně vařit, stačí mazat pečivo. Tipy na osvědčená jídla naleznete v kapitole [➔ Praktické rady pro vedení benjamínků – Výpravy.](#)



JAK ZJISTIT, CO DĚTI RÁDI JEDÍ?

Můžete si na schůzce před společným stolováním „připravit“ oblíbené jídlo. Dětem rozdáte papírové talířky, na které si nakreslí nebo nalepí oblíbené jídlo. Tyto výtvary vám mohou být inspirací při sestavování jídelníčku.

Program

Program se odvíjí od časového rozložení přespání. **Střídáme klidné a náročnější aktivity**, přičemž k večeru se snažíme dětem nabídnout ty klidnější, abychom je připravili na spaní. Do programu můžeme zařadit aktivity ve tmě, ale je potřeba dát pozor na strach ze tmy. Můžeme využít také větší projekty, např. vyrábění na fáze, které je složitější a vyžaduje čas na zaschnutí. Program je dobré zasadit do nějakého symbolického rámce; nemusí to být nic složitého, stačí jednoduché téma. Do programu zařadíme také úklid, balení a hygienu, protože např. česání dlouhých vlasů zabere spoustu času. Mějte na paměti, že program pro benjamínky probíhá v mnohem pomalejším tempu než u starších dětí. Benjamínkům vše trvá déle, takže je potřeba myslet na to, aby bylo na vše dost času. Pokud přece jenom něco stihneme rychleji, můžeme zařadit krátké hříčky na vyplnění času.

Spaní/usínání

Spaní na výpravě představuje pro děti novou zkušenost. Připravíme se tedy na situace, kdy většina dětí nebude umět najít své věci na spaní, nafouknout si karimatku, zapnout si spacák nebo do něj vlézt, možná v něm budou spát poprvé. Před spaním je dobré dětem přečíst nebo pustit pohádku, aby se uklidnily a některé při ní i usnuly. Stejně tak může děti uklidnit písnička.

S dětmi v místnosti spí alespoň jeden vedoucí. Je důležité se s dětmi domluvit, že v noci mohou vedoucího vzbudit, pokud budou potřebovat na záchod, budou mít zlé sny nebo se jim bude stýskat. I z toho důvodu je dobré, aby vedoucí mysleli na to, že se budou v noci často budít, a např. šli spát o něco dříve, než jsou zvyklí. Do místnosti doporučujeme světelné „bludičky“ (např. rozsvícená čelovka s červeným světlem, bílé světlo s přehozeným šátkem nebo jinak tlumené světlo), které pomohou dětem v orientaci ve tmě, např. když jdou na záchod. Dopředu od rodičů zjistíme, jestli se některé dítě v noci nepomočuje a nepotřebuje budít na záchod.

Balení

Rodičům v informacích o výpravě doporučujeme, aby doma balili s dětmi, aby děti věděly, co mají s sebou. Snažíme se je varovat, že není dobrý nápad dávat dětem na výpravu nové věci, které neznají. Je dobré, aby děti měly všechny věci podepsané. Počítáme s tím, že většina dětí si sama nezabalí, a balení se tak stává samostatným programem, na který je potřeba myslet v časovém rozvrhu akce. Pokud máme více dětí, doporučujeme balit s nimi v menších skupinkách, aby si nepomíchaly věci a vy se dětem mohli lépe věnovat. Na to je dobré myslet už při vybalování – jasně dětem vymezit místo, kam si mají dávat své věci, např. židle

pro každého. Děti si pak udrží větší pořádek a usnadní to balení na konci akce. Nejprve dětem ukážeme, jak se balí spacák a karimatka. Poté je necháme, aby to vyzkoušely samy, a až když to zkusí, tak jim pomůžeme. Jakmile mají sbalený spacák a karimatku, vyndáme veškerý obsah batohu, posbíráme věci z jejich židle a vše srovnáme. Nezapomeneme zkontrolovat, jestli nemají další věci v jiné místnosti. Pak společně s každým dítětem vše naskládáme zpět do batohu.

Jak na vícedenní výpravu

Na vícedenní výpravu je potřeba se připravit velmi podobně jako na akci s přespáním a jednodenní výpravu. Navíc je potřeba zvážit/připravit:

Místo

Využijeme známé prostředí klubovny, nebo vyrazíme někam jinam? Pokud někam jinam, je potřeba myslet na vzdálenost ubytování od hromadné dopravy, jelikož děti nedojdou daleko. Je dobré myslet také na vzdálenost – není potřeba jet vlakem někam tři hodiny, najdeme jistě i pěkná místa někde blíž. Zvažte také, zda si děti povezuou věci samy, nebo jim je tam dovezete. Obecně není vhodné, aby děti ve věku benjamínků nosily batohy s vybavením na přespání. Pokud chcete, aby si nesly nějaké věci, nechte je odnést jen část a spacáky s karimatkami pošlete autem. Pokud sami nemůžete zajistit dopravu věcí autem, tak se nebojte zeptat rodičů. Dost záleží na výbavě dětí – velikost a váha spacáků, vhodnost batohů apod.

Vybavení základny

Ujistěte se, jak je základna zařízená, a připravte se na to: Je k dispozici elektřina? Jsou na místě běžné toalety, nebo suchý záchod? Jak je vybavená kuchyně? Jak je zajištěn tepelný komfort? Jsou na místě kamna na dřevo nebo přímotopy? atd.

Personální zajištění

Záleží samozřejmě na počtu dětí. Vždy však zvažte, kolik vedoucích pojedě s dětmi hromadnou dopravou – min. 2, při nastupování a vystupování je dobré, když jde jeden vpředu a druhý vzadu. Přemýšlejte také, kdo z vedoucích se bude věnovat té které činnosti a jak je na sebe navázat nebo zorganizovat souběh – někdo doprovází děti v hromadné dopravě, jiný samostatně převezme základnu a zajistí zásobování jídlem, někdo pomáhá s balením dětí, jiný připravuje program nebo oběd... Doporučujeme jet na víkendovou výpravu min. ve 3; nemusí se jednat nutně o 3 dospělé vedoucí, ale je možné využít i rovery a rangers nebo starší skauty a skautky.

Program

Stále je potřeba aktivity střídat, protože děti nevydrží udržet pozornost u dlouhých aktivit. Dlouhé programy lze rozfázovat nebo rozdělit do celého dne. Pokud jedete od pátku do neděle, musíte počítat s tím, že děti budou mít v pátek večer hodně energie, ale v sobotu večer už budou unavené. Konec programu volte podle vzdálenosti základny, přičemž je vhodné přijet spíše dříve než později, např. v 15 hodin. Víkend je sám o sobě náročný a doma mohou na děti čekat další povinnosti.

Tábor

Školní rok můžeme zakončit táborem. Nabízí se několik možností, vyberte si tu, která nejvíce vyhovuje vaší situaci (počet vedoucích, benjamínků, zkušenosti, ...):

Příměstský tábor je nejjednodušší možnost. Ideální varianta, např. když s benjamínky začínáme nebo máme více mladších dětí. Avšak ne každá klubovna má dobré podmínky na příměstský tábor. Takový tábor je možné zorganizovat např. jako několik jednodenních výprav za sebou.

Vlastní pobytový tábor je organizačně náročnější jak na přípravu, tak na počet vedoucích. S benjamínky je jednodušší přespávat v budově, nicméně i přespávání ve stanu je možnost. Delší pobyt v přírodě přes noc nabízí zajímavé programové možnosti.

Účast na střediskovém táboře či táboře jiného oddílu patří také mezi náročnější možnosti. Starost o zázemí tábora však rozložíme mezi vedoucí všech zúčastněných oddílů. Je potřeba se dobře domluvit na (ne)účasti na společném programu oddílů. Benjamínkům vše trvá déle než starším dětem a je dobré s tím především při společných programech počítat. Jelikož benjamínci chodí spát výrazně dříve než ostatní, je potřeba zařídit, aby je večerní program pro starší nerušil.



Příměstský tábor

Příměstský tábor je organizačně jednodušší a méně náročnější než pobytový tábor. Je to několik jednodenních výprav za sebou. Podle možností můžeme (podobně jako na výpravách během roku) jezdit do okolní přírody, nebo zůstat v klubovně.

Proč může být příměstský vhodná varianta pro vaše benjamínky:

- Máte převážně mladší děti, které by na stanový tábor nejdely.
- Máte více dětí se specifickými potřebami, které je náročné zajistit na stanovém táboře (např. diety – rodiče dítěti na příměstském táboře dají jídlo s sebou).
- Máte tábořiště daleko a cesta s benjamínky by byla moc náročná.
- Hledáte organizačně méně náročnou variantu, ale letní aktivitu chcete ponechat.
- Je snazší umožnit účast dětem, které nejsou členy oddílu anebo do oddílu chodí krátce.
- Je méně náročný pro vedoucí – vedoucí zatím nemusí mít zkušenosti s řešením přespávání malých dětí, je více času na odpočinek v noci.

Oproti výpravám během roku, kdy nás může překvapit déšť, může být na příměstském táboře problematické velké teplo. V případě velkého tepla je potřeba zvážit vhodnost naplánovaného programu (budeme ve stínu, budeme mít dost vody, jak dlouho pojedeme dopravou) a případně program upravit. Benjamínci jsou na velké teplo citlivější než starší děti a dospělí.

Jednotlivé dny příměstského tábora můžeme spojit symbolickým rámcem a aktivitami, které se prolínají více dny. Benjamínci jsou na táboře většinou klidnější než na schůzkách – na všechno mají více času a nemusí spěchat. I živější benjamínky zaujmeme klidnějším tvořením. Je také více času pro svobodnou hru – benjamínky, kteří si našli vlastní aktivity, můžeme nechat si „hrát“ a nabízíme aktivity těm, kteří se nudí.

Program

Z časově náročnějších aktivit můžeme zkusit tkaní na kusu kartonu (viz programový list [Tvořivost a zručnost⁹¹](#)), bambulky z vlny, vyšívání do kartonu nebo cokoli jiného. Tyto klidnější aktivity se hodí do času po obědě nebo když je horší počasí. **Do aktivit benjamínky nenutíme**; aktivitu nabídneme, a kdo chce, ten se přidá. Postupem času se přidají i ti, kdo na začátku neměli o aktivitu zájem.

Je také možné zařadit aktivity, které mají více kroků a hodí se je rozložit do více dnů (např. kvůli zaschnutí barvy). Může jít např. o výrobu sádrového odlitku a jeho následné pomalování další den.

Jídlo

Na příměstském táboře potřebujeme **tři jídla denně** – oběd a dvě svačiny. Způsobů, jak to řešit, je několik a je možné je kombinovat. Zvolenou možnost je potřeba zohlednit v účastnickém poplatku.

Pro nás vedoucí nejsnazší možností je, že jídlo (nebo alespoň část) dostanou benjamínci **od rodičů**. To se může hodit, pokud nějaký den nemáme čas řešit jeho přípravu. Tato možnost se nehodí pro všechna jídla na táboře, ale občas nám to může zjednodušit organizaci výpravy.

Jídlo si můžeme **připravovat na táboře sami**. Ke svačinám stačí ovoce, pečivo nebo třeba buchta a k obědu můžeme vařit jednodušší jídla. Vařit můžeme na výpravách v přírodě, ale i v klubovně, kde do přípravy můžeme zapojit benjamínky.

Pokud zůstáváme v klubovně, můžeme na obědy **využít školní jídelnu (nebo jinou gastro firmu)**, která během prázdnin vaří i pro ostatní tábory. Obědy pak skoro nemusíme řešit, je to ale nejdražší možnost.

Plánování

Co jde, si připravíme před začátkem tábora. Během tábora jsou jednotlivé dny náročné samy o sobě a je dobré se mezi nimi alespoň pořádně vyspat. Zvažte, jestli pro vaši situaci je výhodné přespávat v místě tábora (např. klubovna), nebo je výhodnější, když spí vedoucí doma. Při rozhodování bude nejspíše záležet na vybavení klubovny (sprcha, tiskárna, ...), vzdálenosti domova vedoucích a klubovny atd.

Vše k praktické organizaci příměstských táborů (např. administrativa, zázemí, ...) naleznete na skautské křižovatce v [☞ metodice k příměstským táborům¹³](#).

Pobytový tábor

Proč může být pobytový tábor vhodná varianta pro vaše benjamínky?

- Více společně stráveného času.
- Možnost realizovat aktivity vyžadující více času (sledování počasí) a aktivity za šera nebo po setmění.
- Vyrcholení skautského roku a příprava pro přechod do navazující výchovné kategorie.
- Když chcete důkladněji objevovat a prozkoumávat nové prostředí.

Vše k praktické organizaci pobytových táborů (např. administrativa, zázemí, ...) naleznete na [☞ skautské křižovatce¹⁴](#).

Před rozhodnutím o pobytovém táboře je nutné zvážit: kolik pojedou děti, kolik máte vedoucích a lidí do zázemí, kteří s vámi pojedou, jaké budete mít zázemí (budova, stany, hygienické, ...), na jak dlouho chcete jet, zda s vámi děti už byly na nějakém přespání. Doporučujeme brát na tábor děti, které se již zúčastnily výpravy s přespáním a víte o nich, jak usínají a jak se chovají v noci.

Jak připravit tábor, abychom ho jako vedoucí zvládli?

Program připravujte podle toho, jaké máte podmínky. Je potřeba zvážit: prostředí, počet vedoucích, počet dětí na táboře, věk dětí, jejich zkušenosti s tábořením a samozřejmě vaše zkušenosti.

Nechte dětem prostor pro svobodnou hru. Děti při ní načerpají důležité zkušenosti (viz kapitola [☞ Program – Svobodná hra](#)) a část vedoucích si může odpočinout.

U dětí se střídajte. Benjamínci potřebují víceméně nepřetržitý dozor, střídání je proto nutné. Při plánování tábora si vyčleňte čas i na vlastní regeneraci – pokud je vás vedoucích dostatek, můžete zařadit půl den/den „volna pro vedoucí“.

Jak předejít stresu pro rodiče?

Hlavní je komunikace. Řekněte rodičům, kdo na tábor pojedou, co tam budete dělat, jak budou děti spát, jak náročný program chystáte atd. Dejte rodičům možnost vědět, co se na táboře děje. Způsob komunikace si s rodiči domluvte před tábořem, např.: nepravidelné posílání fotek na společnou skupinu, možnost zavolat v určitých hodinách vedoucímu, posílání dopisů od dětí.

Buďte poradcem. U benjamínků se často setkáte s rodiči, kteří poprvé posílají dítě mimo domov na tak dlouhou dobu, a kvůli tomu mohou mít různé otázky. Buďte vstřícní a dle svých možností na ně odpovídejte. Naslouchejte jim. Rodiče mohou mít obavy z různých situací, které s dětmi již zažili (noční pomočování, stýskání, nechut jíst určitá jídla ...), a mají potřebu vám je sdělit. Určitě je vyslechněte. Pokud s danými situacemi již máte zkušenosti, tak je ujistěte, že jste na to připraveni. Pokud ne, tak se zeptejte, jak to v minulosti řešili.

Možné podoby pobytového tábora

Délka pobytového tábora se odvíjí hlavně od připravenosti dětí ve skupině, obvykle se pohybuje od 3 do 10 dnů. Můžete jet na návštěvu střediskového tábora, kde budete mít vlastní program, na celý střediskový tábor, na tábor s jiným oddílem nebo uspořádat vlastní tábor.

Ubytování

Jsou také různé možnosti ubytování – v různých typech stanů (turistické kopulové, tee-pee, stan typu „sahara“, podsadové stany), nebo v budově. Každá z těchto možností má své výhody i nevýhody. Uvažujte nad prostorem i z hlediska udržování pořádku. Je výhodou, pokud mají vedoucí konkrétní představu, jak si ukládat oblečení, osobní věci a další tak, aby se předešlo nepořádku a chaosu.

POSTŘEHY K UBYTOVÁNÍ

Podsadový stan. Využívá pouze dvojice dětí na oddělených postelích. Je možné snáz udržovat pořádek, zároveň mohou mít děti tendenci zažívat v noci strach.

Kopulové stany. Vejde se do něj menší skupina dětí. Může způsobovat obtížnější usínání. Osobní vybavení doporučujeme uložit v jiném stanu/místě. Umožní to udržet lépe pořádek, ale zároveň to přináší nevýhodu věcí na dvou místech.

Tee-pee a „sahara“. Vhodné pro větší skupinu dětí. Některé oddíly oceňují, že se ve větším prostoru lépe udržuje pořádek než v menším stanu. Děti mají komplexní zážitek ze života ve společenství/skupině.

Ubytování v budově. Může být finančně náročnější a nemusí být jednoduché najít budovu podle našich představ, např. v přírodě nebo na louce se sezením venku. Výhodou je, že děti jsou zvyklé v budovách spát, a není to pro ně takový skok.



Organizace pobytového tábora

Na rozdíl od víkendovky vás čeká více nocí, doporučujeme proto se u dětí na noc střídát – pokud budete všichni unavení, bude pro vás zbytek tábora náročný.

Jak tábor bude vypadat, záleží také na tom, jaké budete mít zázemí. Pokud pojedete na tábor s kadibudkou/latrínou, je potřeba počítat s tím, že na to děti nejsou zvyklé a mohou mít častější nehody.

Je potřeba počítat s tím, že benjamínci nezvládnou vařit pro celý tábor, ale mohou vám pomoci namazat snídani nebo něco nakrájet.

Na pobytový tábor je potřeba počítat s větším personálním zázemím. Jsou potřeba vedoucí k dětem, a to nejlépe v takovém počtu, aby se u dětí dokázali vystřídat. Také je potřeba mít plnohodnotně zajištěnou kuchyň a pokryté další provozní potřeby (nákupy, starost o dřevo atp.) Např. pro zajištění samostatného tábora v budově s elektřinou na louce na týden pro 15 benjamínků jezdí 4 vedoucí, kteří pracují přes rok s dětmi, a k tomu 3 lidé do zázemí.

Program

Program tábora záleží na jeho délce. Zkušenosti ukazují, že v rámci tábora je přiměřené zařadit jednu celodenní výpravu, jeden slavnostní oheň a jednu večerní hru za tmy. Co se týče symbolického rámce, je vhodné zvolit jednoduchý rámec, který je této věkové kategorii blízký, např. Z Pohádky do pohádky, Šmoulové, Cesta kolem světa, Planety (fantazie) nebo Indiáni. Symbolický rámec, který není navázaný na příběh, má výhodu v tom, že můžeme jednotlivé aktivity přehazovat podle situace. Program by měl být různorodý, aby děti všestranně rozvíjeli (pohybové aktivity, rukodělny, poznávání světa, učení se atd.). Hlavním cílem tábora by mělo být si užít společný čas ve volné přírodě.

Poznámky k režimu táborového dne

Budíček. Je pravděpodobné, že na začátku tábora se budou děti budit ještě před budíčkem. Způsobují to očekávání, zvyk se vstáváním ve školním roce atd. Postupem času budou děti unavenější a je dobré dle toho upravovat čas buzení či večerky. Pokud se děti vzbudí před budíčkem, je dobré mít pro ně vymyšlenou aktivitu, kterou mohou jít dělat, aby nebudily ostatní, např. máme daný prostor mimo spací místo, kde si mohou hrát s autíčky, vymalovávat, hrát deskovky atd. Společné buzení můžete zpříjemnit hudbou (kytara, reproduktor). Počítejte také s tím, že ne všechny děti se hned probudí. Ty, kterým jde vstávání pomalu, budíme v klidu, v žádném případě je nevyklepáváme ze spacáku.

Rozcvička. Před rozcvičkou je potřeba nechat děti vyčůrat, zároveň počítejte s tím, že jim dlouho trvá se převléknout. Není potřeba dělat dlouhé a náročné rozcvičky. Cílem je dostat všechny děti ven a probudit je. Doporučujeme využít např. krátké hybky – honičky – tak, aby se děti proběhly a rozhýbaly celé tělo.

Nástup. Viz kapitola [Benjamínci jako součást skautského hnutí](#).

První dopolední program. Ten není potřeba plánovat, nechte si prostor na ranní hygienu, úklid atd., v zásobě mějte drobné aktivity, které využijete, když je čas, ale nemusí nutně proběhnout.

Etapovka. V rámci etapové hry stačí jednoduché aktivity propojené symbolickým rámcem, nemusí jich být mnoho. Měly by být poskládány tak, aby nevadilo, když některá etapa neproběhne nebo se např. kvůli počasí prohodí. Máte-li možnost, využívejte kostýmy, které benjamínky více vtáhnou do příběhu.

Polední klid. Využijte toho, že jste v přírodě, a planujte polední klid trávit mimo stany a stavby. Ať děti odpočívají např. na dece pod stromem – povídají si, něco vybarvují, kreslí, luští atd. Doporučujeme k tomu vzít s sebou zásobu omalovánek, luštovek apod. navíc. Můžete také nabídnout k prohlížení různé knížky, dětské encyklopedie, časopisy. Pokud je ošklivé počasí a musí probíhat polední klid uvnitř, tak je potřeba dětem nabídnout odpočinkovou aktivitu, např. společné čtení, poslouchání příběhu, deskovky nebo také využít omalovánky apod. Je dobré polední klid trávit společně s dětmi, dát si také deku k nim ven a třeba si číst. Jdeme jim tak vzorem.

Služby. Nepočítejte s tím, že benjamínci budou plnohodnotnou službou jako starší děti, přesto jim můžete svěřit nějaké úkoly a učit je zodpovědnosti. Vhodnými úkoly jsou např. doplnění toaletního papíru na záchodech, utření stolu po jídle, oplachování a utírání nádobí, mazání pečiva, míchání pomazánek dle pokynů, ...

Večerní klid/program. Může být volitelný. Děti si mohou vybrat, co by chtěly dělat. Můžete dát na výběr z několika variant: volná hra, deskovky, sport, psaní dopisu atd. Lze využít i na jakýkoliv společný program.

Večerní čtení. Může mít několik variant v závislosti na typu příběhu. Může se jednat o samostatné, na sebe nenavazující příběhy, nebo o ucelený příběh. Čas čtení může být v rámci večerního programu, např. po večeři, a může být propojen s další aktivitou, jako je rukodělka. Čtení může také probíhat těsně před spaním, kdy jsou

děti již uložené ve spacácích a může se stát, že během čtení usnou. Příběhy mohou být propojené se symbolickým rámcem tábora. Mohou být součástí symbolického rámce, kdy se děti dozvídají něco důležitého pro daný rámeček, nebo mohou být pouze inspirované symbolickým rámcem a dokreslovat atmosféru, aniž by nutně korespondovaly s hlavním příběhem tábora. Alternativně příběhy vůbec nemusí souviset se symbolickým rámcem.

Večerní hra. Můžete ji plánovat po ohni – děti zůstávají u ohně vzhůru a po západu slunce s nimi vyrazíte na hru, po které jdou už spát. Oheň také může sloužit jako místo začátku či konce večerní hry. Po ohni neplánujte výpravu. Pokud kvůli ohni (nebo jiné večerní aktivitě) posouváte večerku, tak je potřeba druhý den posunout i budíček, tak aby děti spaly dostatečnou dobu.

Hlídky není nutné s benjamínky dělat, ale můžete je nechat „hlídat“ tábořiště na zkoušku – po večerce nechte děti ve dvojici obcházet tábořiště. Hlídky může trvat jen 30 min a pak jdou spát jako ostatní. Nikoho do hlídání nenuťte – pokud si to nechtějí vyzkoušet, tak nemusí.

Náročnost akcí

Postupně učíme děti být bez rodičů a zvykáme je na delší programy. Začínáme schůzkami, pokračujeme jednodenní výpravou, následně přespáním, vícedenní výpravou a závěrem je tábor. Postupně posouváme hranice a obtížnost, současně zjišťujeme, co děti zvládnou.

Pokud dítě některý stupeň neabsolvuje, např. nemůže být na přespání, je třeba zvážit, zda ho vzít na vícedenní výpravu. Ptáme se rodičů, zda děti spí někde jinde než doma, zda někdy spaly bez rodičů a zda byly někdy pryč od rodičů na delší dobu (přes noc). Vedoucí by měl zvážit, které kroky lze vynechat a které ne. Např. když dítě nebude na jednodenní výpravě, můžeme ho vzít na přespání, ale vzít dítě na tábor bez předchozí zkušenosti se společným spaním může vést k situacím, o kterých bychom jinak věděli předem a případně se jim mohli vyhnout nebo se na ně alespoň připravit (pomočování, velké stýskání, špatné/nedostatečné oblečení).

Okolnosti hrají roli; pokud děti bereme na vícedenní akce do vedlejšího města, není nutné mít předtím přespání. Není selháním vedoucího, pokud zavoláme rodiče, aby si pro dítě přijeli. Je to známka pouze toho, že dítě na takovou zkoušku nebylo připraveno. Možnost volání rodičům, aby si pro děti přijeli, je potřeba komunikovat dopředu.

Komunikace s rodiči

Nábor a první kontakt se zájemci o členství v oddíle zahrnuje několik kroků. Prezentace oddílu na veřejnosti je klíčová. Je dobré mít na webových stránkách aktuální informace o tom, zda jsou volná místa v oddíle. Také je vhodné mít zveřejněný kontakt na vedoucího, který má na starosti komunikaci s rodiči a nováčky. Dále je nutné veřejně uvést věkovou hranici, jak staré děti do oddílu bereme. Proto doporučujeme již při prvním kontaktu se zájemci o členství v oddíle zjistit měsíc a rok narození dítěte, jeho jméno, jméno zákonného zástupce a kontakty na něj, včetně e-mailu a telefonu pro budoucí spojení. Obzvlášť, pokud je v oddíle pro benjamínky plná kapacita.



Komunikace s rodiči členů je klíčová pro hladký průběh činnosti oddílu. Na konci srpna nebo začátkem září je vhodné poslat e-mailem základní informace o čase a dni v týdnu, kdy se schůzky konají, a seznam základních věcí potřebných na schůzku, jako je oblečení, které se může zašpinit nebo poškodit, pití, bačkory, šátek apod. Nezapomeňte také včas vhodným prostředkem komunikovat případné zrušení schůzky nebo změnu místa (např. schůzka v parku) či času (např. pozdější začátek).

Informační schůzku na začátku roku je dobré plánovat např. až po druhé schůzce dětí, protože začátek roku je pro rodiny hektický a je šance na větší účast rodičů. Dále je nutné předat informace k přihláškám, včetně dotazů na alergie, nechutenství a pomočování, a seznámit rodiče s obsahem souhlasů se zpracováním osobních údajů v přihlášce.

Samostatné příchody a odchody dětí ze schůzek budou u benjamínku spíše raritou. Některé klubovny však umožňují svým prostorem např. to, aby z blízkého parkoviště u klubovny došlo dítě do klubovny samo. V takovém případě pak za

dítě až do příchodu do klubovny zodpovídá stále rodič či jiná osoba, která dítě přivedla (rozhodla, že dítě zvládne tuto cestu samo). Ve výjimečných případech se může stát, že je potřeba, aby starší děti podobnou cestu samy absolvovaly zpět. V tomto případě je však nutné, aby s tím zákonní zástupci souhlasili předem (např. napíší smsku před každou schůzkou, máte souhlas na lístečku atd.). I v takovém případě pak za dítě již neodpovídá vedoucí, ale ten, kdo jej vyzvedl. S předchozím souhlasem je také v pořádku, pokud dítě vyzvedne např. starší sourozenec. I zde po vyzvednutí již nemá odpovědnost vedoucí.

Informace k výpravám je důležité poskytovat včas, ideálně s termíny na rok nebo půl roku předem. Podrobné informace by měly být k dispozici alespoň 14 dní předem, včetně termínu přihlášení, cíle a orientačního programu. Seznamy věcí tvořte podrobně, včetně vysvětlení vhodného oblečení podle počasí a upozornění, že půl litr vody na celý den nestačí. Je potřeba psát i to, co nám přijde samozřejmé – rodiče benjamínků nemusí mít s výpravami žádné zkušenosti.

Před pobytovým táborem je vhodné uspořádat informační schůzku, kam můžete přinést ukázkové sbalené zavazadlo.

Průběžné informace je dobré sdílet přes komunikační kanál, který bude vyhovovat oběma stranám, např. e-mail, WhatsApp, Levitio atd.

Fotky z akcí bychom neměli všechny veřejně vystavovat. Doporučujeme mít na webu či sociálních sítích výběr fotek, ale další fotky uložit na uzavřené úložiště, které může být dostupné rodičům.

Pro navázání vztahu s rodiči a vybudování důvěry může být přínosné uspořádat schůzku nebo výpravu s rodiči. Při takové akci můžete zapojit rodiče do programu a ukázat jim, jaký program pro děti chystáte. Např. při vánoční schůzce si děti dopředu připraví program a rodiče mohou být zapojeni do přípravy scénky pro děti. Pokud máte nějakou oblíbenou hru, kterou děti dobře zvládají, můžete si ji zahrát proti rodičům nebo s nimi, což dětem umožní zažít pocit, že umí něco lépe než rodiče.

Inspirace pro komunikace s rodiči



[Informace pro rodiče¹⁵](#)

[Prezentace pro rodiče – Plamínci, Přelouč¹⁶](#)

[Informační schůzka před pobytovým táborem¹⁷](#)



Program

Vytvářejte pestrý program, který benjamínky baví a přirozeně je rozvíjí.

Program pro benjamínky nabízí širokou paletu možností. V kapitole najdete aktivity pohybové, zvědavé, tvořivé a rukodělné, hudebně-dramatické, sebezvojevové, reálné činnosti, svobodnou hru či aktivity u vody. Také zde najdete pár řádek o symbolickém rámci a zpětné vazbě v programu benjamínek. Cílem kapitoly je nabídnout základní představu o možnostech práce s benjamínky, výčet popisovaných aktivit určitě není a nemůže být úplný.

K jednotlivým kategoriím najdete popis, co si pod činností představit, konkrétní nápady a příklady a také na co si dát pozor.

Při výběru činnosti je důležité podívat se na to, jakých cílů byste chtěli aktivitami dosáhnout.

Při všech aktivitách je třeba dbát na bezpečnost, u pohybových to platí dvojnásob. Hry hrajte na území, kde nehrozí, že by benjamínci někam spadli nebo se jinak zranili. U nových aktivit důkladně (klidně několikrát) vysvětlete, jak se mají benjamínci chovat, a během aktivit dávejte pozor, aby se nic nestalo. Pro ověření, že děti dávaly pozor a pravidlům/pokynům rozumí, je vhodné na konci vysvětlování položit několik kontrolních otázek, např. Kde je hranice herního pole?, Kam odkládáme nářadí?, Co uděláme jako první?...

Pohybové aktivity

Pohybové aktivity tvoří výraznou část programu pro benjamínky. **Benjamínci jsou živí a pohyb mají rádi.** Pohybové aktivity ale nejsou jen hry – kromě různých honiček, opičích drah a dalších běhacích her mezi ně patří i výpravy, pochodové hry nebo třeba zkoušení nových sportovních aktivit.

S pohybovými aktivitami se budeme nejčastěji setkávat ve formě her na schůzkách. Benjamínci většinou mají své oblíbené hry, které chtějí hrát pořád dokola. Je dobré využívat této vnitřní motivace a toho, že mají osvojená pravidla těchto her. Měli bychom ale zkoušet i nové hry nebo ty staré modifikovat nebo jim třeba přidat nový symbolický rámec. Např. ze hry na rybičky a rybáře se může stát hra na chobotnice. U této modifikace benjamínky chytá velká chobotnice, po dotyku musí zůstat stát na místě a chapadly (rukama) chytat další děti, které kolem ní probíhají.

Fyzicky náročnější aktivity zařazujeme zřídka, jelikož **se benjamínci rychle unaví**. Pokud se rozhodneme nějakou takovou aktivitu zařadit, je potřeba počítat s časem na odpočinek. S benjamínky není dobré hrát násilně kontaktní hry – benjamínci nemusí odhadnout svoji sílu a tyto hry je lepší nechat, až budou starší. Dále také nezařazujeme aktivity, jejichž podstatou je soutěž nebo vzájemné poměrování, jelikož to v tomto věku není vhodné, více v kapitole [➔ Děti ve věku benjamínek – Sebehodnocení a sebepojetí](#). Na druhou stranu není nutné vyhýbat se hrám, kde

hrají týmy proti sobě; jen moc neřešíme, jak hra dopadla. Po takové aktivitě není potřeba zdůrazňovat, kdo vyhrál a kdo prohrál, spíš se soustředit na celkový průběh hry a jak si to děti užily.

Při výběru her se snažíme vyhnout složitějším pravidlům, avšak na rozdíl od starších věkových kategorií není třeba připravovat „neprůstředná“ pravidla. Vysvětlování pravidel můžeme rozdělit na části, kdy si pokaždé prakticky ukážeme, co vysvětlované pravidlo znamená, nebo můžeme pravidla přidávat postupně během hry. Kromě náročnosti pravidel je potřeba pamatovat i na složitost hry samotné. Benjamínci jsou ve věku, kdy se hrubá motorika teprve vyvíjí, a schopnosti jednotlivých benjamínků se mohou výrazně lišit. Více o hrubé motorice si najdete v kapitole [Děti ve věku benjamínků](#).

Pohybové aktivity nejsou jen hry.

Patří mezi ně i **chůze** po cestách, stejně jako **pohyb** v terénu. Putování je možné zpříjemnit pochodovými aktivitami:

- Měsíční chůze (*karta Ben Já Mína č. 85*)
- Zkoumáme květiny (*karta Ben Já Mína č. 43*) – náramek lze vytvářet i po cestě přírodou

Herbář

- všichni
- do 30 min
- příprava: žádná
- venku

Náramek s herbářem

- více než 30 min
- příprava: snadná



HERBÁŘ

Děti venku hledají 3 květiny, které umí pojmenovat nebo se jim líbí.

Herbář: můžete si vyrobit klasický herbář z usušených rostlin nebo jejich barevných obtisků.

NÁRAMEK S HERBÁŘEM

Pomůcky: papírová čtvrtka, nůžky, oboustranná lepicí páska, A5 karton na herbář, tužka, přírodniny

Ze čtvrtky nastříhejte pásy na náramky a nalepte na ně oboustrannou lepicí pásku. Děti lepí nasbírané rostliny na připravený náramek. Přidejte voňavé bylinky (máta, meduňka, levandule) a máte šperk a parfém v jednom! Z náramku vytvoříte herbář, když jej rozstříhnete a nalepíte na karton. Povídejte si o svých květinách. Vyhledejte je v encyklopedii.

- Zachraň se kdo můžeš (*karta Ben Já Mína č. 8*) – úkryty mohou být obecnější, např. pod stromem a hru můžeme hrát během pochodu
- Pozor, blíží se (*karta Ben Já Mína č. 17*)
- Jako šerповé (*karta Ben Já Mína č. 25*) – lze hrát na části cesty



PŘÍKLAD HRY NA OPICE:

Pomůcky: papírové koule, lano

Benjamínky rozdělte do dvou týmů, každý tým dostane svůj ostrov (lanem rozdělte hřiště na dvě části) a určitý počet kokosových ořechů (papírové koule). Jejich úkolem je házet ořechy na druhý ostrov. Po minutě hru ukončete a společně spočítejte, kolik je na každém ostrově ořechů. Můžete hrát více kol.

Máte-li možnost, můžete benjamínkům ukázat nějaký méně běžný sport nebo pohybovou aktivitu, např. jízdu na koni, ringo, lezení na stěně, jógu, lukostřelbu, petanque. Benjamínci si tak mohou vyzkoušet nové, netradiční nebo i obtížnější dostupné aktivity a třeba najít svou novou zálibu, koníčka nebo vášeň.

Zvídavé aktivity

Mezi zvídavé aktivity patří všechny aktivity, které **rozvíjejí logické myšlení a zájem dětí o svět kolem nás**. V programu se s nimi můžeme setkat buď ve formě pokusů a průzkumu našeho okolí nebo ve formě různých bludišť, logických hříček, deskových her.

Do programu můžeme zařadit jednoduché pokusy, při kterých rozvíjíme porozumění fungování našeho světa. Inspiraci na pokusy můžeme čerpat z [časopisu Ben Já Mína¹⁸](#), kde je pokusům věnována jedna dvojstrana. Výběr pokusů můžeme také ladit tematicky, např. kolem Velikonoc zařadíme pokusy s vajíčky, v zimě využijeme mráz, na podzim spadané listy. Při přípravě pokusů bychom se měli zamyslet nad bezpečností a nejlépe si pokus předem vyzkoušet – ne vždy se to povede napoprvé, nebo na místě nemusíme najít vše, co bychom k pokusu potřebovali. Před samotným pokusem si můžeme s benjamínky povídat o tom, co si myslí, že se stane a proč. Po pokusu si společně zhodnotíme, co se stalo doopravdy.

Jak vybrat vhodný pokus?

Pokud nevíme, mrkneme do časopisu Ben Já Mína. Obecně jsou vhodné pokusy s potravinami, jako jsou ocet, jedlá soda, citron, sůl, a to jak kvůli bezpečnosti

nebo i díky snadné dostupnosti surovin. Podobně různé fyzikální pokusy s vodou, nádobami, vzduchem, papíry. Při drobných bezpečnostních opatřeních je možné nechat děti provádět i pokusy s plamenem (nejčastěji svíčky). Naopak zvažte pokusy, při kterých jsou v pomůckách pro vás neznámé chemikálie či velký žár. Takové pokusy mohou být jak zbytečně riskantní, tak i zbytečně „vystřílenou“ zábavou, která by zaujala děti ve starším věku. Vybírejte takové pokusy, které mohou provádět a zkusit benjamínci sami a my jen dohlížíme. Pokusy, na které se mohou děti jen dívat, kvůli jejich náročnosti nebo rizikům, nejen že nezaujmou, ale také nepřinesou benjamínkům tolik příležitostí pro jejich rozvoj (znalosti, dovednosti).

Kromě pokusů můžeme prozkoumávat prostředí, kde se běžně pohybujeme; využijte k tomu všechny smysly. Můžeme s lupami prozkoumávat, co nám roste a leze na zahradě u klubovny, nebo dalekohledem pozorovat ptáky nebo okolní stromy a kopce. Dále můžeme zkoumat, jak se liší různá prostředí (les, louka, rybník, potok, město) – jak voní, jak vydávají zvuky, jak chutnají (tady pozor na jedovaté rostliny). Když narazíme na něco zajímavého, nebojme se se zkoumáním improvizovat (např. procházka vypuštěným rybníkem). Během zkoumání si s benjamínky můžeme povídat, co je zaujalo. Při povídání můžeme dávat dětem cílené otázky (k čemu se to používá, jak se s tím dá hrát, z čeho je to vyrobené), nebo je naopak nechat, s čím sami přijdou. Aktivitu zaměřenou na prozkoumávání okolí najdete v [programových listech¹⁹](#) z oblasti příroda – Pobyt v přírodě, Vnímání přírody, Pozoruje přírodu a život v ní, Poznávání přírody, Vnímá rozdílnost přírody v různých ročních obdobích. Před prací s lupou je potřeba benjamínku upozornit, že se nesmí dívat do sluníčka. Zároveň je třeba dát pozor na to, abychom něco nezapálili.

Mezi zvědavé hry patří i **logické hříčky a bludiště**. Ty můžeme využít jako alternativu k omalovánkám v situaci, kdy potřebujeme zabavit část benjamínků (např. před začátkem schůzky, kdy čekáme, než všichni dorazí). Nebo se může jednat přímo o část programu, kde je cílem vybranou hříčku vyřešit. Jelikož tyto aktivity jsou většinou sedavé, je potřeba dát pozor, aby aktivita nebyla moc dlouhá, popřípadě ji střídat s pohybovým programem. Logické hříčky, doplňovačky a omalovánky se zamyslením můžeme najít v časopise Ben Já Mína, nebo v pracovním listu v časopise.

Další aktivitou rozvíjející logické myšlení je **hraní deskových her**. Deskové hry jsou většinou také sedavé, ale mohou být pro některé děti zajímavější než samotné logické hříčky. Při výběru deskových her je dobré vybírat hry určené pro předškolní děti. Pravidla her tak nebudou příliš těžká a děti jimi spíše zaujmeme. Jednoduchou hru vždy najdeme i na zadní straně některých čísel časopisu Ben Já Mína.



Deskohraní. Uspořádejte odpoledne plné deskových her. Kromě těch, které máte v klubovně, si děti mohou přinést svoji oblíbenou deskovku z domova a naučit ji hrát ostatní členy skupiny.



Pokus²⁰

Jednoduché pokusy s octem a sodou probouzejí zvědavost, podporují přemýšlení o příčinách a důsledcích a první objevování přírodních jevů.



4. ročník
3. číslo
3. dvoustrana

Zkoumání – sbírání barev. Každý benjamínek dostane kousek látky (10×10 cm) a sbírá barvy třením rostlin nebo jiných věcí o tuto látku. Poté si povězte, jaké barvy každý našel a jestli vás nějaká barva překvapila.

V programovém listu [Moderní technologie²¹](#): **Logická hra – Živé pexeso.** Děti rozdělte do dvojic. Jedna dvojice jde za dveře a ostatním rozdejte zvuky (můžeme použít např. zvuky zvířat). Děti rozstavte do čtverce jako kartičky pexesa. Místa ve čtverci je vhodné nějak označit, tak aby se nám děti během hry nerozprchly. Můžete k tomu využít papíry položené na zemi, kousky izolopy nalepené na zem, kusy velkého pěnového pexesa, podsedačky atd. Dvojice, která byla za dveřmi, začíná hrát pexeso. Vyslovením jména dítěte hráč „otočí kartičku“ a uslyší zvuk zvířátka. Pokud se mu nepodaří najít dva stejné zvuky, pokračuje ve hře jeho protihráč.

Logická hra – Skřítek Nepořádník a puzzle. Na aktivitu potřebujete vyrobit puzzle. Dle počtu dílků a tvarů můžete ovlivňovat obtížnost skládání. Nejlepší je vytisknout či nakreslit obrázek na velký papír, který nalepíte na kartonovou krabici a následně rozstříháte dle vašich potřeb. Děti se dozvědí, že u vás v klubovně řádí skřítek Nepořádník a poschovával vám kousky obrázku, které jste pro ně měli nachystané. Poté, co děti obrázek najdou, mají za úkol ho složit.

Tvořivé a rukodělné aktivity

U **tvořivých aktivit** klademe důraz na rozvoj fantazie dětí, podporujeme jejich originální nápady, necháváme je tvořit vlastní svět. Cílem je **proces tvorby** spíše než hotový výrobek. U tvořivých aktivit také neřešíme, jestli je výsledek podobný reálnému světu (např. zelené slunce). Na realitu vhodně poukážeme při jiné příležitosti. U **rukodělných činností** je cílem **výrobek** (náramek, postavička, svíčky, ...). Fantazie dětí je omezena na výběr barvy či materiálu. Např.: Pro výrobu bambulek i sněhuláka z papíru je důležitým prvkem vystřižené kolečko. Ale zatímco u bambulek je vhodné použít šablonu či kolečko k omotávání předem připravit, u sněhuláka můžeme děti nechat stříhat takové kolečko, které si samy nakreslí, a nevadí, že je šišaté.

Tvořivé aktivity a rukodělné aktivity vedou k trochu jinému cíli, proto když chceme děti rozvíjet všestranně, je dobré aktivity střídat a doplňovat. U všech činnostech **rozvíjíme jemnou motoriku dětí, dovednost práce s nástrojem nebo dáváme příležitost tvořit se zajímavým materiálem.**

U předškolních dětí se často vyskytuje velký rozdíl v dovednostech jemné motoriky. Některé dítě si už zaváže tkaničku, jiné neumí držet v ruce nůžky, další už napíše své jméno. Je třeba to brát v potaz a aktivity vymýšlet tak, aby je zvládly všechny děti. Pomalejším můžeme pomoci a zkušenějším můžeme zadat nějaký „zlepšovák“ nebo je nechat udělat si výtvary dva. Pro tvořivé a výtvarné aktivity si vždy vyhradíme dostatek času.

Lze také dělat **aktivity, které vyžadují práci na etapy**, např. na více schůzkách. Benjamínci se tak učí trpělivosti, že výsledek vždy nemusí přijít hned. Příkladem mohou být výrobky ze sádry, které na další schůzce nabarvíme, výrobky z keramiky či různé lepené výrobky.

U některých rukodělných výrobků, kde je nutný nějaký postup, bez kterého by výsledek nebyl, můžeme využít ukázkou výrobku, případně jeho mezifáze. Pokud toto není nutné, dáváme co nejvíce prostoru pro samostatnou tvořivost. **Není cílem mít 20 stejných výrobků.** Necháme dětem tvořivý prostor, ať vše zvládnou a udělají samy – nakreslí slona, vystříhnou ho, vymodelují, svážou z větviček atp. Výsledek sice nebude encyklopedický, ale bude jejich. Často slyšíme od dětí, že to neumí a neví jak. Poskytneme jim v takových případech podporu, ale přitom je nechme výrobek udělat samotné. Jen tak se mohou postupně vyvíjet ve svém výtvarném projevu a získávat zdravé sebevědomí. Na rozdíl od tvoření ve školce máme možnost tvořit s menším počtem dětí. Můžeme se zaměřit na jednotlivce a podpořit je nebo jim pomoci, když vidíme, že je úkol pro ně doopravdy náročný.

Používáme různé výtvarné techniky a materiály, od barevných pastelů, kříd, přes tuš, tempery, různé typy papírů, provázků a nebojte se využívat přírodniny a prostředí přírody či okolí klubovny. Zkuste se zeptat rodičů, jestli v práci nemají nějaký zajímavý odpadový materiál jako papíry, kousky látek, papírové trubky, atp. Ulevíte rozpočtu a tvorba může být různorodější a bohatší.

Před každým tvořením promyslete bezpečnost – nůžky se zakulaceným hrotem, obezřetnost např. při pečení výrobků v troubě a jiné. Další tipy k tvoření najdete v kapitole [➡ **Praktické rady pro vedení benjamínků – Program.**](#)



Náměty pro tvorbu hledáme ve své fantazii i ve světě kolem nás. V příbězích a pohádkách, v přírodě (přírodní materiály, roční období, zvířata, ...), v tradicích (Vánoce, masopust, Velikonoce, ...), ve skautských dovednostech (práce s různými přírodními materiály, uzly, poznávání přírody, ...).

Předškolní děti si často trvají na **vlastnictví svých výtvorů** a chtějí mít každý svůj. Je proto dobré vytvořit čas od času společné dílo. Skupinové tvoření nám může pomoci učit se vzájemně respektovat a tolerovat nápady ostatních.

Inspirace a návody na rukodělné aktivity jsou snáze dostupné. Níže tedy přinášíme náměty na **činnost, která je zacílena na rozvoj fantazie a podporu**

tvorivosti každého dítěte. Děti se učí umělecké citlivosti. Tedy např. že slon každého z dětí vypadá jinak a není to špatně. Naopak, je zábavné pozorovat svět očima někoho jiného. Proto nesrovnáváme a nehodnotíme. Vzájemně si ukazujeme výtvary a pojmenováváme, co se nám líbí na díle druhého. Učíme se rozeznávat barvy, pojmenovávat, co v nás vyvolávají. Zkoušíme pracovat s novými materiály a občas se jdeme podívat na výstavu, abychom poznali, jak tvoří umělci. Také jako vedoucí můžeme vést děti k sebereflexi svého díla a učit je ocenit svou vlastní práci. V takovém případě se děti ptáme: „*Líbí se ti to? Na co bys chtěl(a) na svém obrázku ostatní upozornit?*“

Návštěva galerie či muzea s benjamínky se může zdát na první pohled neobvyklá nebo dokonce nesmyslná. Jde však o další poznávání světa, podobně jako je tomu u koncertu či divadla. Ve všestranném rozvoji osobnosti dítěte má velký význam. Je třeba zvolit takovou výstavu, která bude benjamínkům přístupná např. i díky doprovodným aktivitám, které pomohou porozumění zhlédnutého. Velká část muzeí a galerií pořádá dílny a animační programy pro děti. Lektor při nich provází výstavou v rámci hry nebo jiné tvořivé činnosti.

V každém programovém listu pro práci s benjamínky najdete aktivitu zaměřenou na tvořivost a rukodělky. Tvořivé a rukodělné aktivity lze do programu zařadit i jen tak bez symbolického rámce.



ZVÍŘÁTKA Z PAPIRU

Zdroj: *Kdo netvoří, ten boří, časopis Skauting, duben 2015*

casopisy.skaut.cz/skauting/689

Povídejte si s dětmi o různých prostředích v přírodě (bažiny, skály, louky, pole, jehličnatý les). Můžete použít obrázky nebo na táboře přímo procházet přírodou. Vymyslete, jaká skutečná i neskutečná zvířátka by mohla v tom daném prostředí žít. Vyzvěte děti, aby si to svoje zvířátko vyrobily pomocí skládání papíru, a pak najdete nejlepší místo v přírodě a umístěte je do jeho pelíšku. Důležité je, že zvíře ve skládačce vidí samo dítě, a rozvíjí tak svou fantazii a právě tvořivost. Pro obměnu můžete vzít i prostředí z města (popelnice, okap, ...) a uvidíte, jaké neuvěřitelné bytosti děti vytvoří. Zvířátko můžete umístit přímo v přírodě nebo mu pelíšek namalovat či vyrobit z různých materiálů.

Pomůcky: papír (A4–A2), křídly nebo jiné barvy, různé materiály



JESKYNNÍ MALBY

Zdroj: kinderart.com

Nejprve si s dětmi připravte barvy po vzoru jeskynních lidí. Můžete si říci, kdo to byli jeskynní lidé – kde žili, čím se živili a jakou měli doma na stěnách výzdobu. Nasbírejte různé odstíny hlíny a zbavte ji kamínků a trávy. Poté ji smíchejte s margarínem a vytvořte tak barvicí hmoty. Každý odstín hlíny vytvoří jinou barvu. Poté nalepte na stěnu velký papír a pomocí starých štětců či kartáčků děti kreslí. Pokud chcete dělat aktivitu na táboře, nalepte papír na jiné vhodné místo nebo můžete zkusit malovat ve skutečné jeskyni.

Pomůcky: hlína, margarín, staré štětce či kartáčky na zuby

Hudebně-dramatické aktivity

Kapitola spojuje hudební a dramatické aktivity dohromady. Budeme se věnovat každé skupině zvlášť, ale velmi často se prolínají a nelze je od sebe odlišit.

Hudební aktivity

Hudba je běžnou součástí lidského života a děti se skrze ní mohou hodně naučit. Díky hudbě si děti rozvíjejí sluch a ruku v ruce s tím i řeč. **Zařazením hudebních aktivit podporujeme mimo jiné běžnou komunikaci dětí.**

Na úvod chceme zdůraznit, že hudební aktivity s dětmi můžete dělat i přesto, že neumíte zpívat anebo nikdo z vašeho oddílu nehraje na kytaru či jiný hudební nástroj. Pokud chcete zpívat a necítíte se na to, můžete písničku pustit reprodukovat, ať děti zpívají s nahrávkou. **Hudební aktivity ale nejsou jen o zpěvu.**

Do hudebních aktivit patří: hry s rytmem, hry s nástroji, hudebně-pohybové aktivity, hry se zpěvem, poslech, hudebně-dramatické aktivity.

Hry s rytmem

Přirozeným rytmem našeho těla je tlukot srdce nebo chůze. Zkuste se s dětmi pouze projít nebo tleskat do rytmu do zvuku hudby – to jsou úplně začátky rytmizace. Poté můžete vyzkoušet hru na ozvěnu – zatleskat nebo zahrát na tělo (pleskat, dupat, plácnout se do ramen, ...) nějaký rytmický kousek a děti mají za úkol ho po vás zopakovat.



ZNÁMOU RYTMICKOU HROU JSOU „DOSTIHY“ NEBO „RAMSESE“.

Dostihy

Sedíte obkročmo na židlích. Jste jezdci v sedlech, na startu Velké pardubické.

Vedoucí tleskne, je odstartováno a všichni se začnou rytmicky pleskat do stehen a skandovat: „*Tarap - tarap - tarap...*“ Vedoucí po chvíli: „... *A doprava: Tarap - tarap - tarap...*“ A současně se všichni nakloní doprava. „*A pozor, před námi je Taxisův příkop! Připravíme se a elá hop!*“ A všichni udělají pohyb, jako když skáčou i s koněm přes příkop. Tak pokračujete, následuje ještě několik překážek, zatáček a potom už se blíží cílová rovinka: „*Tarap - tarap - tarap...*“ Zvyšujete tempo a je tady cíl! Davy šílí a vy si jdete pro pohár.

Ramsese

Hraje se v kruhu a po každém opakování se tempo řeči a pohybů zrychluje. Kdo se splete, odejde stranou a kruh se zmenšuje. Říkačka prý pochází z laponštiny.

Pohyby a slova:

Ram se se - ram se se - duli - duli - duli - duli - ram se se
1 2 3 1 2 3 4 4 4 4 1 2 3
Ararak ju - ararak ju - duli - duli - duli - duli - ram se se
5 6 5 6 4 4 4 4 1 2 3

Legenda – pohyby v rytmu jednotlivých slov (slabik):

- na 1 klepnete prsty obou rukou na rameno souseda vlevo
- na 2 si klepnete prsty na svou hrud'
- na 3 klepnete prsty obou rukou na rameno souseda vpravo
- na 4 děláte před sebou oběma rukama pohyb, jako kdyby kočka škrábala na vrata
- na 5 zvednete obě dlaně k nebi
- na 6 je dáte na stehna

▣ **ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk.** *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi.* Vyd. 4. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-928-6.

Hry s nástroji

K těmto hrám můžeme využít buď **hudební nástroje**, **Orffovy nástroje** (ozvučná dřívka, triangel, rumbakoule...) nebo jakékoliv nástroje, které vydávají nějaký zvuk (vhodné je např. kuchyňské vybavení). Nástroje je možné si také vyrobit nebo pořídit levnější alternativu (např. místo ozvučných dřivek nařezat bambusové tyče nebo jablonoňové pruty). Při hře s nástroji můžeme využít hru na ozvěnu (viz výše).



NA ORCHESTR

Každé dítě si vybere svůj hrací nástroj (je jedno, zda je to z Orffova instrumentáře nebo např. hrnec a vařečka). Vedoucí je dirigent, který určuje, jak se má hrát. Nejprve si domluví s dětmi signál – např. pokud zvedne ruce nad hlavu, mohou děti hrát, pokud má ruce dole, děti nehrají. Je dobré udělat několik kol a nechat děti si vyzkoušet více nástrojů. Poté můžete přidat hru se silou zvuku. Čím více dá dirigent (vedoucí) ruce od sebe, tím hrají děti hlasitěji, čím více se ruce přibližují, tím hrají děti tišeji. Při sepnutí rukou by všechny děti měly přestat hrát.

Hudebně-pohybové aktivity

Sem můžeme zařadit **aktivity zaměřené na improvizaci**. Děti např. svým tancem na danou hudbu vyjadřují tanec sněhové vločky (Claude Debussy: Tanec sněhových vloček) nebo pohyb různých zvířat (Camille Saint-Saëns: Karneval zvířat). Patří sem také známé pohybové aktivity na hudbu jako např. mazurka či jiné jednoduché tance (středověké, country, ...).

Hry se zpěvem

Sem řadíme všechny **aktivity, u kterých využíváme zpěvu**. Mohou to být písničky již známé nebo i zpívací improvizace. U jakýchkoliv známých písniček (vhodné jsou krátké lidové písničky jako např. Prší prší) si můžeme hrát se silou zvuku (zpívá nahlas, potichu), s výškou zvuku (zpíváme jako medvědi – hlubokým hlasem, nebo jako myšky – vysokým hlasem), s tempem (zpíváme pomalu, rychle), podle nálady (smutně, vesele, ...) Dále se nabízí zpívání písniček na části. Část zpívá jedna skupina, část druhá skupina. Zpívací improvizací se myslí, že si dítě na libovolnou melodii vymyslí vlastní text.



NA OTÁZKU A ODPOVĚĎ

Vedoucí jakkoli zazpívá svoji otázku, vybrané dítě jakkoliv zazpívá odpověď. Melodii není potřeba dodržet. Příklad: „*Jak se jmenuješ?*“ ... „*Jmenuji se Péta.*“ / „*Co jsi měl dnes ke svačině?*“ ... „*Chleba se šunkou.*“

Hudebně-dramatické aktivity

Hudebně-dramatické aktivity propojují oba tyto světy v jeden. **Hudbou můžeme vyjádřit nějaký děj, nebo naopak.** Můžeme si s dětmi přečíst krátký příběh/pohádku/básničku a nechat jejich děj následně vyjádřit hudbou. Nečekejme žádné zázraky, zpočátku bude potřeba děti navést, ale podporuje to dětskou kreativitu. Jednodušším způsobem je využít nějakou píseň a u jejího zpívání si vypomoci dramatizací. Známostou písničkou může být *Hlava, ramena, kolena, palce*.



INDIÁNI JDOU

Indi, indi, indi, indi, indiáni jdou,
halí haló a indiáni jdou.

My se, my se, my se, my se nebojíme se,
halí haló a nebojíme se.

Šel první, šel druhý, šel třetí indián,
šel čtvrtý, šel pátý, šel šestý indián,
šel sedmý, šel osmý, šel devátý indián
a ten poslední, nejmladší ho ho ho ...

Indi, ... – tleskáte
halí, haló ... – ruce postupně k ústům, voláte do stran
a indiáni jdou ... – tleskáte
my se, ... – zařátou pěstí boucháte do prsou
nebojíme se ... – otáčíte rukou „ne, ne“
šel ... – ukazujete na prstech číslovku
indián ... – levá ruka je u čela, jako když se rozhlížíte,
pravá ruka za hlavou jako indiánská péra
ho ho ho ... – napodobujete indiánský pokřik

Zpíváte písničku a doprovázíte ji pohybem.

Dramatické aktivity

Dramatické aktivity nám umožňují vstoupit na chvíli do jiného světa nebo do jiné postavy a zažít něco nanečisto. Učíme se poznávat svět v bezpečném prostředí fiktivního světa v rámci hry. Skrz prožitky se můžeme dozvědět něco nového o sobě, o druhých, o světě kolem nás. Z oddílů známe často divadelní scénky, pantomimické hříčky nebo hry se symbolickým rámcem, dramatické aktivity nabízejí k využití mnohem víc. Mohou být prostředkem k naplňování výchovných cílů. **Nejsou jen uměleckým tvořením, ale i výchovným nástrojem.**



Dramatické aktivity mohou rozvíjet dovednosti a schopnosti ve třech oblastech výchovy dítěte. V tomto věku zejména:

- Jeho osobnost: tvorba zdravého sebevědomí, rozvoj vyjadřovacích schopností, osvojování si pozitivních hodnot (např. skrz hru či příběhy), rozvoj obrazotvornosti, tvořivosti a fantazie.
- Prosociální chování: poznávání světa a života, rozvoj spolupráce, rozvoj empatie a tolerance.
- Divadelní dovednosti (motorika, pohyb, řeč, ...): učí se vnímat divadlo jako jeden z druhů umění, zkouší si a osvojuje hru v roli.

Děti si samy od sebe tvoří světy, ve kterých se odehrávají jejich hry. My tyto hry můžeme využít a rozvinout nejen k zábavě, ale i k poučení. Hra nám umožňuje být na chvíli někým jiným a v jiném světě. Hra je jen jako, ale i tak přináší dětem zkušenosti, které si přenášejí do reálného života. Obvykle zvolenými aktivitami naplňujeme cíle, které si předem určujeme. Symbolickými rámci pak přinášíme dětem motivaci se do jiných světů podívat. Jako vedoucí benjamínku však můžeme využít dramatické dovednosti v rámci **spontánní hry dětí**. Můžeme do ní vnést výchovné prvky, které právě potřebujeme.

Např. při hře, kdy děti staví v lese domečky pro skřítky, nastane situace, že je jich několik vedle sebe. Jejich zahrádky si začnou vzájemně zasahovat do prostoru a schyluje se k nedorozumění. Do hry může vstoupit vedoucí v roli „starosty skřítků vesnice“ a „svolat schůzi na radnici“, kde může řešit „sousedské spory“ (jak si mohou sousedé pomoci, co můžeme udělat pro to, aby se v naší vesnici lépe žilo, ...). Hru nemusíme přerušovat. Dáváme dětem možnost zažít situaci jinak, v rámci bezpečné hry, a nabízíme jim další pohled na řešení problémů, na vztahy. **Bez použití metod dramatické výchovy bychom tuto situaci řešili nejspíš nějakým druhem pokynu, možná pokáráním.** Nedopřáli bychom dětem prostor k vlastnímu prožití řešení obtížné situace.

Dramatické aktivity nemusí být složité, stačí drobnosti za využití dětské fantazie. Můžeme si např. hrát na něco. Buď děti aktivitou vedeme, např.: „*Jdeme v zimě stavět sněhuláka – co si musíme obléci a jak se staví sněhulák?*“ Vedoucí popisuje, co se má stát, a děti předvádějí (oblékají si kalhoty, čepici, ..., koulí první kouli, ...). Druhou variantou je dětem aktivitu nastartovat a pak je nechat hrát – na obchod, rodinu atd.

Nezapomínáme ani na **klasické divadelní aktivity**. S dětmi nemusíme hrát pouze pantomimu, ale můžeme využít např. i loutkové nebo stínové divadlo.



HÁDANKY

Děti si posedají do řady a vytvoří prostor pro herce. Dobrovolník jde za dveře, kde mu vedoucí pošeptá zadání (např. domácí práce – zehlení, mytí nádobí). Po návratu pantomimicky předvádí, ostatní hádají. Zvuky nejsou povoleny. Kdo uhodne, jde pro nové zadání. Předvádět může i skupina. Témata lze libovolně měnit dle programového rámce (zvířata, povolání atd.). Aktivita rozvíjí neverbální komunikaci a spolupráci, bez potřeby pomůček. (Zdroj: clanky.rvp.cz)



KOUZELNÉ SLUCHÁTKO

Za dětmi přicházejí Mach a Šebestová, kteří mají kouzelné sluchátko. Postupně ho půjčují jednotlivým dětem, které mohou vyslovit své přání, např.: „*Haló, haló, proč je stromů málo, a tak křičím jako hrom, ať je stromů milión.*“ Ostatní děti se přemění na stromy. Stojí a mávají větvemi. Dítě, kterému se splnilo přání, poté předává sluchátko dalšímu kamarádovi.

Pomůcky: kouzelné sluchátko

Cíl aktivity: rozvoj představivosti, rozvoj pohybových dovedností



U většiny uměleckých aktivit (výtvarné tvoření, dramatické aktivity, hudební, ...) je třeba myslet na to, že pracujeme s vnitřním světem druhého a jeho emocemi. Dítě se snaží ztvárnit své představy na papíře nebo pantomimou. V této chvíli není vhodné místo pro hodnocení dobře/špatně, ale spíše pro přijetí nebo otázky, které nám i ostatním dětem pomohou porozumět. U některých aktivit je vhodná reflexe, která může vést právě k tomu, že dítě může svůj výtvar vysvětlit. Učí se vyjadřovat slovně své představy a ostatní zjišťují, jak jsou ostatní děti jiné. Úkolem dospělého je vytvářet bezpečné prostředí pro přijetí dítěte s jeho vnitřním světem a způsobem zhmotnění jeho představ. Některé aktivity je lepší mít vyzkoušené předem, abychom věděli, jak se pracuje s určitým materiálem, zda to děti zvládnou, jestli divadelní představení není na děti příliš náročné apod. Zkušenost nám také pomůže při formulaci zadání. To by mělo být dostatečně stručné a konkrétní, aby mu děti rozuměly.“

POKORNÁ, Michaela; POKORNÝ, Tomáš a SOCHORCOVÁ, Denisa. Benjamínci: metodika pro práci s nejmladší skautskou výchovnou kategorií. Praha: Junák – český skaut, Tiskové a distribuční centrum, 2016. ISBN 978-80-7501-099-5. (Předchozí verze metodiky pro vedoucí benjamínků)

Seberozvojové aktivity

Seberozvojové aktivity nám pomáhají posouvat se vpřed a dosahovat pokroku v různých oblastech našeho života. Benjamínkům dáváme prostor pro zamyšlení nad nějakou otázkou, pro hledání vlastního názoru, pro rozvoj mezilidských vztahů, vnímání a přijímání odlišností apod.

U těchto aktivit je **důležité** nechat si na ně **dostatek času**. Dále zvolit **vhodné zařazení do programu** s ohledem na psychickou i fyzickou pohodu benjamínků

(mají dostatek energie pro nabízenou aktivitu) a pracovat se schopností zklidnit se nebo jít do akce. **Záleží i na formátu aktivity.** Pro benjamínky není vhodné volit např. diskuzi – učí se teprve utvářet názor a vyjadřovat ho, tato forma by tak pro ně mohla být příliš složitá. Zato se jim jejich názor může lépe vyjádřit výtvarně (kresba, koláž, ...) nebo dramaticky (pantomima). **Neřešte podobu zpracování,** je vhodné, aby každé dítě řeklo, co ztvárnilo a případně proč. My to v jeho pojetí nemusíme vidět, ale to není podstatné, důležité je, že se nad tím zamyslelo.

Jaká vybrat vhodné téma? Hledejte jednoduše uchopitelné a konkrétní podněty, žádné abstraktní pojmy, neřešte globální problémy, nabízejte zamýšlení nad tím, co benjamínky znají, co je jim blízké.

Mezi vhodná témata mohou patřit okruhy:

- Co nechci ztratit – může to být věc, vlastnost, osoba.
- Jaký vynález mi nejvíce pomáhá v běžném životě.
- Co mi přináší radost.
- Co mi pomáhá, když se bojím.
- Jaká je moje nejoblíbenější knížka.
- Kdo jsou moji blízcí.

Dále hledejte inspiraci v časopisu Ben Já Mína. Hned na první dvoustraně vedle úvodního komiksu je prostor, který přináší jak vhodné otázky, tak návrh formy, jak ji s benjamínky zpracovat.

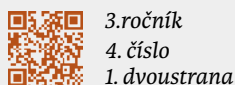


AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA:



Co je mi příjemné a co není²²

Aktivita pomáhá dětem pojmenovávat emoce a všimát si, co je jim příjemné či nepříjemné – klíčový krok k sebepoznání a duševní pohodě.



3.ročník

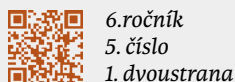
4. číslo

1. dvoustrana



Bez čeho se neobejdu²³

Děti přemýšlejí, co mají rády a co by jim chybělo. Aktivita rozvíjí uvědomování vlastních potřeb, přání a osobního vkusu.



6.ročník

5. číslo

1. dvoustrana

Seberozvojové aktivity vedou ke změně a zlepšení v našich dovednostech, znalostech nebo osobním růstu. Můžou to být rukodělné, pohybové nebo jiné aktivity. **U tohoto typu aktivit je důležitá zpětná vazba** od vedoucího, protože benjamínky nedokážou úplně sami reflektovat svůj posun.

Jak na aktivity se zpětnou vazbou?

- Např. pokud pravidelně zařazujete rukodělné s nutností stříhat a všimáte si, jak se postupně děti zlepšují, je vhodné zacílit pozitivní zpětnou vazbu. Ve chvíli, kdy u dětí zaznamenáte pokrok (např. na začátku školního roku stříhaly zubatě a v polovině roku je jejich stříh o poznání úhlednější), tak na to upozorněte. Např.: „*Žabko, to jsi krásně vystříhla, nemáš po okraji zuby.*“
- Benjamínky se bojí chodit po klubovně sám, postupně se osměluje a poznává prostředí, v druhé polovině školního roku hraje hru, kdy jdou děti do jiné místnosti po svíčkách a on to zvládne. Na tento pokrok můžete upozornit: „*Potápěči, když jsi začal chodit na schůzky, tak ses bál na chodbě za světla a teď jsi to zvládl po svíčkách. To je opravdu velký posun.*“

U těchto aktivit vždy **porovnávejte posun konkrétního dítěte, nikdy nesrovnávejte s ostatními dětmi** a ani nikoho nedávejte na odiv nebo neshazujte před ostatními.

Reálná činnost


V oddílové činnosti je mnoho aktivit, do kterých můžeme benjamínky zapojit a nechat je dělat něco opravdového, např. příprava dřeva na oheň, příprava míst na spaní, příprava jídla nebo mytí nádobí a úklid. Vždy je však potřeba pamatovat na to, že to nejspíš bude trvat alespoň dvakrát déle, než když bychom to dělali sami, a vyhradit si na aktivitu dostatek času.

Kvalitní příležitost zapojení benjamínek nabízí příprava jídla. Benjamínky si mohou mazat vlastní chleba nebo rohlík, škrábat a krájet zeleninu nebo mýt použité nádobí. Před všemi těmito aktivitami je potřeba připravit věci tak, aby byly pro benjamínky snadno použitelné. Během aktivity hlídáme, aby se benjamínky nezranili.

- Může se hodit mít více nožů na mazání, aby mohlo mazat více benjamínek najednou.
- Na škrábání mít škrabky, kterými je možné škrábat jak k sobě, tak od sebe. Na tábor si benjamínky mohou vzít vlastní škrabky. Na krájení se hodí nože s kulatou špičkou.

- To, co by se benjamínkům špatně krájelo, můžeme rozkrojit my.
- Na mytí nádobí připravujeme pouze vlažnou vodu. Benjamínci vnímají teplotu jinak.

Pokud se jedná o činnost nad rámec uklízení si po sobě nebo umytí svého nádobí, zapojení by mělo být dobrovolné, abychom benjamínkům práci nezprotivili. Benjamínci často bývají z práce nadšení. Buď jim ji ještě nikdo nezprotivil, nebo k ní třeba ještě jinde nedostali příležitost. Občas se ale z nudné povinnosti pro vedoucí může stát zábavná aktivita pro benjamínky: „*Od té doby, co v oddíle máme ořezávátka na kličku, už ořezávají pastelky jen benjamínci.*“ (Jan Kimr – Dršňák).

Tipy na reálné činnosti můžete najít v  [programových listech](#)¹⁹.


Svobodná hra

V dnešní době mnoho dětí ztratilo možnost si volně a svobodně hrát. Některé to už ani neumí. Jsou zvyklé na čas organizovaný dospělými. **Děti často znají pouze školu, kroužky a spánek.** Na svobodnou hru nemají ani čas, ani prostor.

” VÝZNAM SVOBODNÉ HRY

Svobodná hra dětí má ale zásadní význam v jejich dětství a dospívání.

Pomáhá jejich fyzickému, duševnímu, společenskému, emočnímu i rozumovému rozvoji. Učí je tvořit, plánovat, rozhodovat se, dávat a brát, naslouchat druhým, vyjednávat, kontrolovat své impulzy, překonávat překážky a přináší spoustu dalších dovedností, které pak jen obtížně získávají jakýmkoliv jiným způsobem. Svobodná hra jim dává radost, smích a pocit uspokojení ze života. A dovoluje jim, aby objevily své silné stránky, našly vlastní sebe-vědomí a staly se samy sebou.“

 DANIŠOVÁ, Justina a DANIŠ, Petr. Svobodná hra: jak nechat vyrůst radostné, odolné a samostatné děti. Praha: Smart Press, 2020. ISBN 978-80-88244-17-2.


Aby mohla být svobodná hra opravdu svobodná, je potřeba, aby děti dostaly volný nestrukturovaný čas, prostor (více či méně vymezený) a volný materiál, který mohou využít, dle své fantazie. Volný prostor vnímejme nejen jako místo, kde se hra odehrává, ale i jako bezpečné prostředí. Bezpečnost není jenom o fyzickém nebezpečí, ale také o tom psychickém. **Při volné hře by děti neměly být hodnoceny** za to, jak si hrají a co dělají. Zároveň je dobré, když je v dosahu dospělák, na kterého se v případě potřeby mohou obrátit. Není dobré přehltnout děti velkým množstvím materiálu. Lepší je spíše méně věcí a obměňovat je.

Vhodným materiálem může být téměř cokoliv. Věci, které najdeme v klubovně: kostky, provázky, krabice, šátky, uzlovačky, pingpongové míčky, kolíčky, papírové ruličky, ... Věci, které můžeme najít venku: cihly, prkna, špalky, klacky, dřevěné odřezky, přírodniny (kameny, klacky, různé plody, sníh, led, hlína, bláto, ...).



TIPY Z KNIHY SVOBODNÁ HRA:

- U nejmenších je důležité dobře vybrat místo a materiál pro hru. Čím je bezpečnější, tím méně musíte zasahovat, být ve střehu.
- Je dobré nabízet různá místa, materiály, prostředí, činnosti, vzory. Nechte děti si vše vyzkoušet, jak je jim příjemné.
- Domluvte si s nimi základní pravidla (co smí trhat, kam mohou samy, co lze ochutnávat, kde je dobré se obout atd.). U nás se hodně lišila pravidla ve městě a v přírodě (ve městě jich bylo mnohem víc).
- Čím menším dětem předáte odpovědnost, tím dříve se s ní naučí pracovat (ale rozhodně záleží také na tom, jaký typ osobnosti právě vaše svěřené děti jsou).
- Pokud vás napadají ohledně reálných činností a svobodné hry různé černé scénáře, snažte se neposlouchat své přehnaně ochranné myšlenky hned. Vybírejte z nich jen ty skutečné. Nejprve se dívejte, pozorujte, co děti zvládají.
- Některé děti si riziko osahají hned, jiné až později. Míru rizika i to, kdy ho budou vyhledávat, nechme na nich.

 DANIŠOVÁ, Justina a DANIŠ, Petr. Svobodná hra: jak nechat vyrůst radostné, odolné a samostatné děti. Praha: Smart Press, 2020. ISBN 978-80-88244-17-2.

Aby mohly děti osobnostně růst, potřebují překonávat překážky. My jim k tomu můžeme vytvořit prostor při hře s bezpečným rizikem. Díky tomu mohou zjišťovat vlastní hranice a posouvat je (pokud chtějí). Každé dítě to má jinak. My jako vedoucí jim můžeme dát podporu, ale do posouvání hranic je nenutíme. V přírodě můžeme vyzkoušet např. překračování potůčku – hledat takovou šířku potůčku, kterou ještě zvládnou suchou nohou překročit, seskakování z pařezů, přecházení klády jako kladiny, sáhnout si na žízalu, ... To vše buď s pomocí vedoucího/kamarádů, nebo sami.

Jak můžeme podpořit svobodnou hru v rámci programu? Na akcích, výpravách, táborech plánujme pro děti volný čas, na který není naplánován žádný program. Neznamená to, že necháme děti napospas a sami někam zalezeme. Naopak je dobré hru dětí alespoň očkem sledovat, jelikož se sami můžeme u hry dětí něco naučit, inspirovat se na nějaký program anebo se dozvědět i cenné informace o dětech. Dalším přínosem může být, že můžeme předcházet konfliktům. Zároveň je dobré zasahovat jen v malé míře. I při konfliktech se děti mohou spoustu věcí naučit.

Řešit **konflikty** můžeme vstupem do hry a buď přesměrováním pozornosti jinam (viz výše – řešení sousedských sporů u stavění domečků v lese) nebo dotazováním se, co se stalo. Pravděpodobně se na nás sesypou informace z obou stran zároveň. Je dobré si vyslechnout každého zvlášť a tím „druhým“ si nechat „potvrdit“, že to tak bylo. Po složení situace je dobré se zeptat, co by každé z dětí potřebovalo, a společně hledat řešení. Dalším tipem pro řešení konfliktů může být **nastavení pravidla, jak konflikty řešit**. Nejprve zkusí děti problém vyřešit mezi sebou, a když to nepůjde, jdou řešit společně s vedoucím. Při řešení se pak ptáme nejen, co se stalo, ale i jak se to pokoušely vyřešit a proč toto řešení nefungovalo. Takovéhle řešení konfliktů bere zpočátku hodně času, ale je to velká investice do budoucna. Sami uvidíte, že děti časem budou zvládat jednoduché konflikty vyřešit samy.

Role vedoucích je tedy jednak role pozorovatele, a pokud je to potřeba, mohou být i v roli rozehrávače. Navodí atmosféru, téma, dají možnosti ke hraní s materiálem, a jakmile se děti chytanou, hru opouští a dále do ní nezasahují. Vůbec nevádí, pokud se hra ubírá jiným směrem, než si vedoucí původně myslel. Rozehrát hru můžeme přineseným materiálem, např. kostkami a plastovými zvířátky. Děti pak mají spoustu možností, co s nimi budou dělat. Mohou stavět ohrady, domečky anebo si hrát jen se zvířátky a pořádat třeba piknik. Někdy je potřeba hru rozehrát. Můžeme např. do hlíny nakreslit klacíkem rybník a malé šišky použít jako rybičky. Můžeme se zeptat dětí, co dalšího by u rybníka a v něm mohlo být. Dále už necháme hru na nich.

Symbolický rámec

Symbolický rámec je jedním z bodů skautské výchovné metody a díky němu dokážeme děti lépe motivovat při různých aktivitách. U benjamínků můžeme ke každé činnosti vymyslet příběh nebo spojovací téma pro jednotlivé aktivity. Pro výběr příběhu využijeme témata, která děti znají a jsou jim blízká. Můžeme vycházet z knížek, filmů, seriálů, ale také z toho, co běžně vidáme (rostliny, zvířata, zámek, ...).

Při výběru symbolického rámce myslíte na to, že:

- Je dobré mít symbolický rámec, ale ne na úkor obsahu programu. Symbolický rámec doplňuje program, ne naopak.
- V jednoduchosti je krása. Stačí jednoduchý příběh a benjamínky to nadchne, není potřeba vymýšlet složité kombinace (pak už je to spíš zábava pro vedoucí, takže pokud máte prostor a možnosti, proč ne, jen se na tom není potřeba odvařit).
- Jednoduché kostýmy udělají hodně.
- Vybíráme příběhy, které děti znají.
- Je důležité ujistit se, že základní pojmy, prostředí příběhu a vlastnosti postav jsou pro děti uchopitelné a snadno představitelné.
- Hodnoty uložené v příběhu symbolického rámce je třeba přibližovat skrze konkrétní jednání postav.
- V příběhu, který tvoří symbolický rámec, by mělo být jednoznačně zřejmé, které postavy jsou dobré a které špatné.
- Je důležité dbát na to, aby kladní hrdinové a kladné hrdinky v příbězích symbolických rámců jednali skutečně eticky.
- Nápad na symbolický rámec můžete převzít od dětí samotných. Pozorujte, na co si benjamínci rádi hrají během volné hry.

Symbolický rámec na schůzkách

Každou schůzku můžeme věnovat nějakému tématu, např. hledání jara, přezimující ptáci, sport, hudba, víly, skřítki. Toto téma pak spojuje jednotlivé aktivity na schůzce. Můžeme využít pohybovou hru k tomu, aby si děti např. nasbíraly materiál na tvoření nebo zjistily, do jakého světa se při tvorbě podívají. Hra Rybičky, rybičky může uvést děti do tématu vody a při tvoření si vyrobíme obrázek podvodního/podmořského světa. Vzorovou schůzku na téma zvířátka najdete v kapitole ➔ [Organizace roku – Ukázková schůzka](#).

Celoroční hra s benjamínky

Benjamínci neudrží propracovaný složitý děj spojující etapy, a tak u nich časem motivace k celoroční hře může klesat. Proto pro ně volíme celoroční hry s jednoduchým symbolickým rámcem, kdy jednotlivé schůzky jsou propojené jedním tématem, např. Kde se co bere, Kdo co vyrábí, Zvířátka, Lesní skřítkové. Ale každá schůzka či etapa může stát sama o sobě.



CELOROČNÍ HRA NA TÉMA MACH A ŠEBESTOVÁ A KOUZELNÉ SLUCHÁTKO

V úvodní hře se setkají benjamínci s Machem a Šebestovou a pomohou jim zachránit Jonatána, kterého unesli Pažout s Horáčkem. Jelikož benjamínci byli pro záchranu nepostradatelní, Mach a Šebestová jim sluchátko půjčí, a benjamínci tak mohou zažívat různá dobrodružství během roku. Další schůzky/etapy mohou být na téma: říše hmyzu, u indiánů, trávicí soustava, pod vodou, v pohádce, v galerii/muzeu, v divadle, v knížce / u knihaře, na olympiádě, za polárním kruhem, na poště, v pravěku, u pirátů, u policistů, u pejska a kočky, jogínci z Indie, ...

Symbolický rámec na táboře

Stejně jako u celoroční hry volíme jednoduchá témata, která děti znají. Na táboře si již můžeme dovolit větší provázanost mezi jednotlivými etapami. Takovou provázanost může být např. sbírání kousků mapy, získávání klíčů, získávání nápověd pro heslo. I tak jednotlivé etapy stavíme jako samostatné téma, tak aby nevadilo, že nějakou část etapy nakonec nerealizujeme.

Tipy na osvědčené symbolické rámce celotáborové hry s benjamínky:

- Šmoulové – každý den s jedním šmoulou (Kutil, Kuchař, Malíř, Silák atd.)
- Cesta kolem světa – každý den navštívíme jednu zemi
- Planety – společně cestujeme vesmírem a navštívíme různá místa (opravdová, ale i smyšlená), jako Mimoní planeta, Dinosauří planeta, Měsíc
- Cestování se strojem času
- Z pohádky do pohádky

Zpětná vazba

U benjamínek často probouzíme zájem o aktivity nebo je učíme úplným základem tak, aby měli na čem v budoucnu stavět. Stejně tak je to u poskytování a přijímání zpětné vazby. Jako vedoucí nemůžeme čekat, že nám benjamínci dají úplně relevantní zpětnou vazbu na připravený program, ale **můžeme jim ukázat, že na jejich názoru nám záleží** a že i oni tvoří program, který na skautských schůzkách a akcích zažívají.

Pokud zpětnou vazbu s dětmi začneme dělat, tak je potřeba k ní i přihlídnout při tvorbě programu. Např. když uvidíme, že nějaká sportovní aktivita neseděla většině skupiny, tak ji buď nezařazujeme vůbec, nebo její frekvenci snížíme.

Při vyhodnocování zpětné vazby od benjamínek je potřeba mít na paměti, že se často nechají strhnout názorem jiných a výsledek zpětné vazby je vlastně názorem jednoho oblíbeného benjamínka. Je třeba si toto uvědomovat a dobře vyhodnocovat relevantnost zpětné vazby.

Pokud budeme dělat zpětnou vazbu pravidelně a budeme ji alespoň částečně reflektovat při tvorbě programu, dojde postupně k prohloubení vztahu mezi benjamínky a námi – jejich vedoucími.

Jak na zpětnou vazbu

Než začneme se zpětnou vazbou, vysvětlíme benjamínkům, co zpětná vazba je a k čemu slouží. Řekneme jim, že nám záleží na tom, aby se v oddíle cítili dobře, a aktivity, které jim přinášíme, je bavily. Je dobré zmínit, že je v pořádku, když všechny nezaujme všechno, a že se na ně nikdo nebude zlobit, když řeknou, že se jim nějaká hra nelíbila nebo je nebavila.



Nečekejme u benjamínků, že nám dají obsáhlou slovní zpětnou vazbu k programu. Děti v tomto věku dokážou vyjádřit svůj názor pomocí příměrů a hmatatelných „důkazů“. Proto volíme formy, při kterých benjamínci fyzicky ukáží, jak jsou s programem spokojeni.

Konkrétní tipy, jak použít zpětnou vazbu:

- Děti, kterým se hra líbila, si stoupnou na jednu stranu lana, těm, co se nelíbila, na druhou, a ti co nevědí, někam doprostřed.
- Každé dítě dostane 3 smajlíky (úsměv, neutrální, mračoun) a ukazují smajlíka podle toho, jaký mají názor na program.
- Zpětnovazební strom/teploměr atd. V klubovně můžete mít umístěný např. strom, na který děti lepí třeba listy, podle toho, jak se jim program líbil, nebo ne. Úplně dole u kořenů – to moc dobré nebylo, čím blíže ke koruně stromu, tím byl program lepší.
- Barevné lístečky/fazolky/kuličky. Děti dávají do společné nádoby lísteček/fazolku/kuličku podle spokojenosti s programem. Můžeme mít odlišné barvy: nelíbil = modrý lísteček / červená fazole / černá kulička, líbil = žlutý lísteček / bílá fazole nebo kulička.
- Velká pavučina z lan (např. i na zdi klubovny). Děti na ni umísťují kolíčky, které jsou dotvořené, aby vypadaly jako mouchy nebo pavouci (děti si je vyráběly samy). Čím blíže středu pavučiny, tím byly spokojenější, apod.

Když děti zvládnou tyto jednoduché formy zpětné vazby, **zkoušíme je posouvat dál ve formování myšlenek a zapojujeme více „povídacích“ zpětnou vazbu.** Ne všechny děti se budou umět hned vyjádřit a je v pořádku, že některé budou zpočátku jen pozorovat anebo opakovat, co řekly děti před nimi. Bud' můžeme nechat děti volně hodnotit aktivitu, nebo jim můžeme napomoci např. začátky vět: „Potřeboval(a) bych...“, „Bavilo mě...“, „Nebavilo mě...“, „Nejtěžší pro mě bylo...“, „Podařilo se mi...“. Můžeme zpočátku použít jen jednu, nebo udělat výběr třeba ze tří. Děti si postupně začátky vět zapamatují a budou je běžně používat.

Aktivity u vody

Vztah k vodě

Většina benjamínků ještě neumí plavat. Prvním, důležitým krokem je, **aby se děti nebály vody a dobře se s ní seznámily.** Zároveň je potřeba si uvědomit, že většina vedoucích benjamínků nejsou instruktoři a trenéři plavání. Plavání tedy nelze

v rámci činnosti oddílu děti naučit, ale lze s dětmi konat takové činnosti, které mohou překonat bariéru strachu z volných vodních ploch – rybníků, jezer, řek.

Důležité je vodní aktivity provádět ve vodě, kde děti dosáhnou tak, aby se nemusely stavět na špičky a dobře se jim dýchalo – tj. neměly ústa a nos ve vodě a bylo eliminováno riziko nechtěného potopení hlavy, kdy by mohly vznikat psychické bloky z potopení pod hladinu. Formou básniček a her děti motivujeme hlavu potápět. Na základě pozitivní motivace děti zjistí, že se nemusí bát mít hlavu pod hladinou a že voda jim neublíží. Využijte programový list [☞ *Nebojí se vody*²⁴](#).

Základní pravidla bezpečnosti z pohledu dětí

Při aktivitách jako je plavání, koupání či jízda na lodích se může snadno stát úraz, ať už lehký či velmi závažný, někdy může hrozit až utonutí. Benjamínky proto neustále seznamujte s pravidly, týkajícími se bezpečnosti kolem vody, a striktně vyžadujte a kontrolujte jejich dodržování.

Mezi bezpečnostní pravidla, která si benjamínci musí bezpodmínečně osvojit, patří:

- Zákaz chodit sami k vodě.
- Do vody vstupovat pouze v přítomnosti vedoucí/ho.
- Při koupání, případně na lodi, mít vždy správně oblečenou vestu, popř. používat jiné pomůcky na plavání.
- Při vodáckých aktivitách mít správně nasazenou vestu při veškerém pohybu kolem vody, nejen přímo na lodi.
- Neskákat do vody, pokud to není vedoucí/m výslovně dovoleno.
- Nevolat o pomoc, nehrozí-li nebezpečí.

Dětem tato pravidla opakujte, vysvětlete jejich význam, často se k nim vracíte, a to klidně před každou akcí poblíž vody či ve vodě. Předškolní děti mohou i na několikrát zopakovaná pravidla snadno zapomenout, a navíc je některé momentální impulsy (letící vážka, skákající žabka, hezké rákosí u vody, ...) občas mohou vést i k neúmyslnému porušení těchto pravidel.

Základní pravidla bezpečnosti z pohledu vedoucích

Bezpečnostní pravidla závazná pro vodáckou činnost v Junáku stanovuje několik předpisů:

- [☞ *Vyhláška Ministerstva zdravotnictví 106/2001 Sb. o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti, v platném znění*²⁵](#)
- [☞ *Směrnice VRJ pro akce na vodě*²⁶](#)

Zatímco platná hygienická vyhláška stanovuje zejména pravidla pro koupání, skautské předpisy se zabývají především tzv. vodáckými akcemi, tj. aktivitami na vodě s použitím malých plavidel. Ačkoliv u věkové kategorie benjamínků je nejčastější vodní aktivitou koupání či obdobné vodní radovánky, v úvahu připadá i plavba na lodích.

Bezpodmínečným předpokladem jakékoliv vodní a vodácké aktivity včetně koupání je vždy **přítomnost plnoletého vedoucího** a zároveň přítomnost zdravotníka, resp. osoby schopné poskytnout záchranu tonoucím. Pravidla pro koupání a další vodní a vodácké aktivity jsou u dětí a mládeže do 18 let dělena pouze podle plaveckých schopností (plavec/neplavec).

Vodních aktivit s benjamínky se týkají především tato pravidla:

- S benjamínky jezdíme pouze na klidnou vodu (stupeň obtížnosti ZW), vyhýbáme se obtížným místům (např. jezům) a rozlehlým vodním plochám.
- Všichni včetně dospělých musejí mít vždy správně oblečené vesty, pro děti používáme vesty určené pro neplavce (jsou trochu jiné konstrukce, mají límec a jinak umístěné nosné vrstvy, aby neplavci vždy udrželi obličej nad vodou).
- Všichni musejí mít boty do vody, které dobře drží na noze za všech okolností (postačí staré tenisky).
- Na klidné vodě a při přiměřené schopnosti záchranu tonoucího ze břehu (do 25 m od břehu) není stanovena povinná kvalifikace. Na vodách obtížnosti ZW bez případné možnosti záchranu tonoucího ze břehu je povinná minimálně vůdcovská zkouška.
- Koupání může probíhat jen za dohledu plavce, který ovládá záchranu tonoucího.

Využijte programový list [☞ Bezpečnost a záchrana²⁷](#). Další informace, jak na akci na vodě nejen s benjamínky, najdete na [☞ skautské křižovatce²⁸](#).

Koupání s benjamínky

Nutná pravidla, která je dle ministerské vyhlášky nutné dodržet při koupání s dětmi (nejen benjamínky): „*Koupání dětí musí být přizpůsobeno počasí, fyzické zdatnosti dětí a jejich plaveckým schopnostem. Děti se mohou koupat jen za dohledu osoby činné při zotavovací akci jako dozor. Dohled může vykonávat jen osoba, která je schopna poskytnout záchranu tonoucím. Koupat se děti smějí nejdříve 1 hodinu po hlavním jídle nebo po intenzivním cvičení.*“ [☞ Vyhláška č. 106/2001 Sb.²⁵](#)

Dále uvádíme několik doporučení, která je vhodné zvážit vzhledem ke zkušenostem a složení skupiny dětí, vedoucích, ale třeba i dle místních podmínek.

Vodní aktivity je s benjamínky nejvhodnější realizovat v bazénu, který je tomu uzpůsoben: mělké dno, vhodná teplota vody, omezený prostor apod. Je možné i koupání v přírodě, ale zde už je třeba myslet i na další faktory – obvykle rostoucí hloubka, chladnější teplota vody, síla proudu, možná nebezpečí na dně (např. kámen, střep apod.).

Místo pro koupání by mělo vyhovovat hygienickým požadavkům a zároveň by nám mělo být známé a ověřené. Vedoucí by měl jít do vody vždy první a prověřit dno, teplotu vody, hloubku apod.

Během vodních aktivit je vhodné **děti rozdělit do malých skupin** a ke každé skupince přiřadit jednoho z vedoucích. Při větším počtu dětí je zároveň vhodné, aby jeden plnoletý vedoucí sledoval vodní aktivity ze břehu.

Děti učíme, aby **do vody vstupovaly postupně a nejprve se smočily a osmělily**. Snažíme se vyhnout rychlému vběhnutí či skoku do vody. Během koupání samotného dáваме pozor na nebezpečné hry (vzájemné potápění, prudké cákání vody proti sobě, běhání ve vodě, vyhazování nad hladinu apod.).

Pokud používáme plavací pomůcky, používáme pěnový pásek, pěnové nadlehčovací kroužky či pěnový plovák. Naopak se vyhneme nafukovacímu kruhu a nejlépe i nafukovacím rukávkům, jejich použití je nebezpečné, protože z nich dítě může vypadnout buď úplně, anebo částečně. Při částečném vypadnutí tak kruh může držet nohy u hladiny. Více v článku [☞ Umějí členové a členky vašeho oddílu plavat?²⁹](#) v časopise Kapitánská pošta.

Při užití všech pomůcek dbejte na dodržení pokynů výrobce, správné zapnutí popruhů, jejich utažení apod.

Děti ve věku benjamínků jsou také **citlivější na teplotní komfort u vody**. Voda v přírodě, ale často ani v bazénu nebývá natolik teplá, aby se děti dostatečně ohřály, obzvláště při hře na místě. Je proto dobré střídat aktivity, popř. z bazénu vzít děti ohřát do páry. Benjamínci v ní vydrží jen malou chvilku, ale mají hned o zážitek navíc. Po koupání je nezbytné dohlédnout na pečlivé osušení a převlečení do suchého, aby děti neprochladly.

Plavba na lodi

Plavba na lodi je možné, nikoliv však nutné, zpestření v oddílech benjamíneků, a to ať jsou vodácké, či nikoliv. **Pokud máte k dispozici vhodné vybavení, je možné plavbu do programu zařadit.** Při zařazení plavby do programu myslíte na to, že většina benjamíneků na lodi nikdy neseděla a může se objevit strach z převržení lodi. Tipy na to, jak s takovou situací pracovat a jak jí předcházet, najdete v kapitole ➔ **Praktické rady pro vedení benjamíneků – Tipy, jak na vodácké aktivity.** Nikdy však na loď nenutíte nikoho, kdo se bojí.

Při plánování plavby je potřeba zvolit **vhodná plavidla**. Na každé lodi musí být někdo, kdo ji dokáže dobře ovládat, nejvhodnějšími plavidly pro benjamínky tedy bude pramice, na kánoích by byl potřeba stejný počet dospělých/roverů jako dětí. Nafukovací lodě pro plavbu benjamíneků nejsou vhodné, pro děti jsou i na klidné vodě obtížně ovladatelné.

Při plánování plavby myslíte na to, abyste vybrali **vhodné úseky** bez náročných přenášení lodí. Benjamínci nevydrží pádlovat moc dlouho, je potřeba jim přizpůsobit délku úseku a vhodný doplňkový program (házení žabek, hry na louce apod.). Před akcí pečlivě zkontrolujte vodní stav. Pokud je v řece vyšší průtok než obvykle (např. po deštích), může se obtížnost zvýšit a z klidné řeky ZW se může stát divoká voda pro plavbu benjamíneků zcela nevhodná. Na vodu vyražte ideálně za teplého počasí, dbejte na **vhodné oblečení** včetně náhradního. Vždy počítejte s tím, že náročnost akce roste s chladnějším počasím a studenější vodou. Za slunných dnů nezapomeňte dostatek pití, pokrývku hlavy a opalovací krém. Kromě výše zmíněných pravidel bezpečnosti u vody je také nutné učit děti poslouchat pokyny kormidelníka lodi.

Jakoukoliv aktivitu s benjamínky na lodích se vyplatí organizovat ve větším počtu dospělých, a to nejen kvůli bezpečnosti, ale i z praktického hlediska (přenesení lodi na vodu, pomoc s převlékáním, kontrola apod.). V praxi se osvědčilo, aby na pramici jeli s benjamínky dva dospělí – jeden jako kormidelník, druhý jako háček. Druhý vedoucí totiž může přidržovat či odstrkovat loď, přirážet, vyskakovat, pomoci kormidelníkovi s pádlováním a „pohonem“ lodi, ale také poradit nebo poskytnout pomoc dětem v přední části lodi, je-li třeba.

” ZÁŽITKY

Plavba na lodi by pro benjamínky měla být spíše hrou, odměnou či zážitkem, skutečný vodácký výcvik je totiž vhodný a u vodních skautů zároveň vyhrazený až pro vyšší věk. Podobné zážitkové aktivity by tak měly být hlavně zábavou (při samostatném respektování a bezděčném osvojování si bezpečnostních zásad) a zároveň lákadlem na budoucí program v oddílech vodních vřát a žabiček.“

➔ **POKORNÁ, Michaela; POKORNÝ, Tomáš a SOCHORCOVÁ, Denisa. Benjamínci: metodika pro práci s nejmladší skautskou výchovnou kategorií. Praha: Junák – český skaut, Tiskové a distribuční centrum, 2016. ISBN 978-80-7501-099-5.**

Přiměřenost programu

U všech aktivit dbejte na jejich **přiměřenost věku benjamíneků**. Častým strašákem u této kategorie je tzv. vykrádání programu, tedy využívání aktivit, které jsou běžné ve věku vřát a světlušek či starších. Při vhodných úpravách se však není potřeba bát inspirace u starších. **Položte si však před úpravou tyto otázky:** Jde aktivita zjednodušit tak, aby ji benjamínci zvládli? Bude mít při zjednodušení aktivita stále smysl? Nevykrádá aktivita nějaký důležitý moment z navazujícího oddílu? Např. moment z rituálu pro světlušky, aktivita zařazená ve stezce pro starší, rukodělnka, která je tradičně „highlight“ na vánoční oslavě vřát, spaní pod širákem, když je to důležitý moment u skautů. Bude složitější varianta aktivity stále atraktivní pro děti v budoucnu?

Příklady vhodně zvolených aktivit:

- ➔ **Stezka odvahy pro benjamínky.** Popsáno v kapitole ➔ **Praktické rady pro vedení benjamíneků – Děti ve věku benjamíneků.**
- ➔ **Frisbee.** Benjamínci si jen přihrávají a učí se chytat „čápem“, starší děti pak přidávají herní pravidla (počty přihrávek, klasická frisbee pravidla).
- ➔ **Vaření.** Benjamínky zapojíme do přípravných činností pod dozorem (krájení, míchání salátu, ochucování, ...), starší děti mají více samostatnosti a postupně složitější recepty či podmínky (ohniště, ...).

Pokud si nejste ani po zodpovězení otázek výše jistí a ani po poradě s vedoucími z jiných oddílů nevíte, můžete si k ruce vzít projevy kompetencí skautské výchovy, o kterých se dozvíte v kapitole ➔ **Metodické materiály.**



Metodické materiály

Poznejte klíčové praktické materiály, které vám pomohou vést benjamínky a vytvářet pro ně program.

Kromě této metodiky existují další metodické materiály, které doporučujeme využít.

Kompetence skautské výchovy

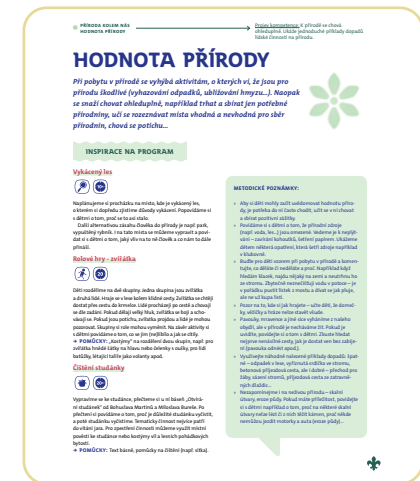
Stejně jako pro každou věkovou kategorii jsou i pro benjamínky vypracované projevy kompetencí skautské výchovy. Jedná se o soubor znalostí, dovedností a postojů, kterých chceme ve výchově benjamínků docílit.

Kompetence jsou členěny do 6 oblastí: Co umím a znám, Kdo jsem, Moje kamarádství, Můj domov, Svět okolo nás, Příroda kolem nás. Více o kompetencích se dozvíte na Křižovatce v sekci [K čemu vychováváme aneb kompetence skautské výchovy](#)⁴.

Projevy pro benjamínky naleznete na [skautské křižovatce](#)³⁰. V přehledné tabulce najdete jednotlivé oblasti rozdělené do podoblastí a u nich kompetence a jejich projevy u benjamínků. Kompetence můžete využít pro plánování celoroční činnosti s benjamínky, jen při tvorbě programu myslíte na to, že projev je náš cíl, a tudíž benjamínky k němu vedeme postupnými kroky.

Programové listy

Na skautské křižovatce najdete programové listy, které jsou koncipované jako soubor aktivit k rozvoji konkrétních kompetencí u benjamínků. Můžete je použít buď jako inspiraci na program, nebo si z nich poskládat celou schůzku. Aktivity z listů najdete také na webu na [Chystám program](#)³¹.



Jak pracovat s programovými listy?

Každý list obsahuje tyto informace:

- Oblast a podoblast – zařazení listu v rámci kompetencí skautské výchovy.
- Projev kompetence – projev kompetence pro věk benjamínků, jak je v kompetencích skautské výchovy.
- Perex pod nadpisem – co si má benjamínek odnést: konkrétní popis projevu, co můžete u dětí pozorovat a k čemu můžete směřovat jejich rozvoj. Zároveň jednotlivé aktivity na listu k tomuto rozvoji směřují.
- Metodické poznámky – doporučení, na co si dát pozor, na co se zaměřit, jak dané téma s dětmi uchopit. Doporučení vycházejí z praxe.
- Inspirace na program – soubor aktivit, které benjamínky v dané kompetenci rozvíjejí.
- Další zdroje – tady najdete odkazy na další materiály, které k danému tématu můžete využít, například odkaz na Ben Já Mína karty, na číslo časopisu Ben Já Mína, na odborné stránky, videa nebo další dostupné materiály.

Aktivity mají různé zaměření:

- Tvoření – tvořící a umělecké aktivity, např. rukodělky, zpěv, tanec, divadlo.
- Pohybová hra – hra, ve které je stěžejní aktivní pohyb.
- Klidná hra – hra, při které se děti mohou pohybovat, ale klidněji, nebo sedí.
- Reálná činnost – aktivita, při které si děti zkusí reálné věci, např. přípravu jídla, nákup potravin.
- Zkoumání – aktivity, při kterých děti zkoumají svět okolo sebe. Patří sem pokusy, ale také pozorování svého okolí, seznamování se s životním prostředím apod.
- Povídání – aktivity, jejichž základem je povídání, a to v různých počtech (dvojice, malé či velké skupiny).

U každé aktivity máte informaci o:

- Zaměření (tvoření, pohybová aktivita ...).
- Časové náročnosti (časy jsou orientační a záleží jak na počtu benjamínků ve skupině, tak na jejich momentálním rozpoložení, na dynamice skupiny nebo na struktuře celé schůzky).
- Průběhu aktivity.
- Pomůckách, které jsou na aktivitu potřeba.
- Materiálech ke stažení. U některých listů naleznete graficky zpracované materiály.

S programovými listy můžete pracovat dvojím způsobem:

1. Vyberete si jen jednu nebo dvě aktivity.

Tento způsob můžete využít třeba v případě, že máte vymyšlené aktivity na schůzku na nějaké konkrétní téma a hledáte další inspiraci. Nebo řešíte nějakou konkrétní situaci ve skupině benjamínků a hledáte aktivitu, která by vám mohla pomoci s řešením nebo rozvojem dětí v dané oblasti.

2. Postavíte schůzku pouze z aktivit v daném programovém listu.

Tato varianta je určitě vhodná v případě, že víte či cítíte, že je potřeba u benjamínků rozvíjet konkrétní kompetenci, ale nevíte jistě, že zvládnete postavit program atraktivně a adekvátně pro věkovou skupinu benjamínků.



Takto naleznete projev kompetence v Seznamu kompetencí pro benjamínky:

Oblast: Moje kamarádství → Podoblast: Vztahy → Kompetence: Navazuje, udržuje a rozvíjí kvalitní vztahy → Projev kompetencí u benjamínků:

1. Vůči vrstevníkům a vrstevnicím se snaží chovat přátelsky.
2. Dokáže někomu udělat radost.
3. Seznamuje se s pravidly chování mezi lidmi (např. pozdrav, nechat ostatní domluvit) a snaží se je dodržovat.
4. Umí říci blízkým lidem, že je má rád.
5. Ví, že existuje i jiné pohlaví, než jeho/její.

Takto je to v  [PL – Pravidla mezilidského chování⁶](#):

MOJE KAMARÁDSTVÍ – VZTAHY

Projev kompetence: Seznamuje se s pravidly chování mezi lidmi (např. pozdrav, nechat ostatní domluvit) a snaží se je dodržovat.

Pravidla mezilidského chování

Benjáminek zná pravidla chování v benjáminovské skupině a snaží se je dodržovat. Zažívá, že pravidla nám pomáhají cítit se spolu dobře a bezpečně. Například: Ostatní mě nechají domluvit, pozdravíme se při příchodu, řeknu si o pomoci, vyzkouším si něco nového.



Časopis Ben Já Mína a metodika pro práci s ním

Časopis Ben Já Mína je skautský časopis pro věkovou kategorii benjáminů. V časopise najdete mnoho aktivit, které můžete dělat s benjáminy jak v klubovně, tak venku. Obsahuje aktivity, ke kterým časopis potřebujete, ale také aktivity, které zvládnete bez něj.


Časopisem provází Ben a Mína, kteří jsou součástí benjáminovské skupiny a společně se svými kamarády a vedoucí Jankou zažívají mnoho dobrodružství.

V každém čísle najdete náměty na aktivity rozdělené do několika rubrik:

- **Příběh a rozvoj.** Uvádí do symbolického rámce čísla a obsahuje aktivity na zamyšlení/rozvoj benjáminů.
- **Příroda.** Nápadů na poznávání a zkoumání přírody.
- **Pokusy.** Aktivity na zkoumání okolí a poznávání světa kolem nás.
- **Tvoření.** Nápadů na rukodělné aktivity k symbolickému rámci čísla.
- **Kuchařka.** Recepty vhodné na přípravu jídla s benjáminy.
- **Hudebně-dramatická rubrika.** Písničky, básničky, pohybové hry a jiné hudebně-dramatické aktivity.
- **Místo, kde žiji.** Nápadů, jak dané téma uchopit při poznávání svého bydliště a nejbližšího okolí.
- **Fotopředstavačka.** Místo pro seznámení se s dalšími benjáminovskými skupinami.
- **Pracovní list.**
- **Vystřihovánka.**
- **Karty.** V každé metodice naleznete další karty Ben Já Mína s krátkými aktivitami.

Časopis Ben Já Mína si můžete objednat přes svoji organizační jednotku ve skautIS nebo na  [Send.cz](#), případně zdarma stáhnout na webu  [skautských časopisů³²](#).

K časopisu Ben Já Mína vychází i **metodika, která je jeho nedílnou součástí.** Metodika slouží k rozšíření aktivit v časopise. Vzhledem k tomu, že časopis je koncipován co nejméně textově a co nejvíce obrazově, nemusí být vedoucím hned jasné, jak lze danou aktivitu uchopit. Proto v metodice najdete informace, jak jsou aktivity v něm myšlené. Současně zde najdete další tipy na aktivity k danému tématu nebo informace o dalších zdrojích.

O tom, jak využít metodiku k přípravě programu, jsme psali v  [časopise Skauting – ročník 62, dubnové číslo, str. 20–21³³](#), text je rovněž na následujících stranách.

Příklad konkrétního využití metodiky k časopisu

Následující text se zabývá dvoustranou Na rybníce jsou velké vlny.

Projděte si časopis a přečtěte metodiku (ukázka z metodiky níže). Pro vás jako vedoucí je metodika důležitější než časopis. Je úplně v pořádku některou z aktivit vyřadit, když se na ni necítíte, případně si ji upravit. V této ukázce upravíme aktivitu Žabí koncert. Nevyužijeme xylofon, protože ho nemáme, nevěříme si v notách. Využijeme hlas – hluboký, střední, vysoký.

Připravte dramaturgii schůzky. Zde představíme dva na sebe návazné programy schůzek. Můžete je využít a pracovat s metodikou bez časopisu, metodiku si přečíst a pracovat přímo s časopisem, najít si aktivitu a schovat si ji na jindy nebo různě všechny způsoby kombinovat. Inspirujte se.



AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA:



 [Na rybníce jsou velké vlny³⁴](#)

Ukázka aktivit z čísla časopisu, na které navazuje text v této sekci.



8. ročník
4. číslo
6. dvoustrana



PRVNÍ VARIANTA SCHŮZKY

Zahájení schůzky. Společný kruh. Benjamínci sedí v kroužku, posílají si mezi sebou plyšovou rybu se šátkem (nebo cokoliv, co souvisí s vodou, např. plastovou žabičku), a kdo drží rybu, odpovídá na otázku: „*Kde v přírodě vidíte vodu?*“

Procházka k rybníku. Pokud rybník nemáte v okolí, připravte si vlastní. Odkaz na Žabí zátiší najdeš v metodice.

Zkoumání hráze rybníka. Vycházejte z vlastních znalostí a toho, co vidíte u rybníka. Můžete si vyprávět o stojaté a tekoucí vodě. Jak se dostane voda do rybníka? Nechte benjamínky klást vlastní otázky.

Honěná dvojčata. Pohybová aktivita z metodiky.

Žabí koncert. Vyprávějte o kvákání žab – říká se tomu žabí koncert, protože jsou hodně slyšet a mají různé výšky zvuků. „Kdo dělá hluboký zvuk? Kdo vysoký? Pojďme si to vyzkoušet na medvědovi a myšce. Poté budeme kvákat v různých výškách.“

Čáp chytá žáby. Využití symbolického rámce a doplnění vlastní aktivity. Variace hry na babu, jeden je čáp a ostatní žáby.

Zrcadlová hra. Aktivita z metodiky.

Závěr. Návrat do klubovny. Rozloučení.



DRUHÁ VARIANTA SCHŮZKY

Zahájení schůzky. Společný kruh. Otázka: „*Co si pamatujete z minulých schůzek?*“ Ostatní říkají, co se dělo, i těm, co na schůzce nebyli.

Na rybníce jsou velké vlny. Využijte písničku Kapr, viz metodika. Rozdělte benjamínky na dvě skupiny, které se v průběhu prohodí:

Skládání žab. Půlka skládá žabičky. Využití pracovního listu z časopisu. Pracovní listy jsou na stránkách Ben Já Míny ke stažení.

Co uvidíš? Druhá půlka s časopisem kreslí odraz ve vodě. Využití stránky časopisu. Doporučujeme lavor s vodou (tmavý lavor, více lavorů). Protože je aktivita rychlejší než skládání, přidáme pohybovou aktivitu. Vedoucí hraje čápa, klape rukama a chytá benjamínky, kteří skáčou jako žáby. Chycené žáby se mohou oživit, když doběhnou na určené místo.

Skákající žabka. Využití aktivity z metodiky k pracovnímu listu.

Schovávání žab. Aktivita z Ben Já Míny.

Závěr. Co jsme se během posledních dvou schůzek dozvěděli a naučili? Vedoucí připraví obrys rybníka na velký papír. Benjamínci nakreslí na papírek cokoliv, co do rybníka patří, co se dozvěděli a co zažili. Každý může mít více papírků, nalepí je na velký papír. Výsledek lze vyvěsit v klubovně.

Ukázka z metodiky Ben Já Mína

Název rubriky je převzat z písně Jaromíra Nohavici Kapr. Poslechněte si s dětmi píseň a najděte všechny vtipy, které v textu uslyšíte.

*Na rybníce jsou velké vlny,
dělají se od přírody,
kapr ten je opatrný,
nevystřelí čumák z vody.
Šplouchy šplouchy,
štika žere mouchy.
Žbluňky žbluňky,
a kapr meruňky.
Šplouchy šplouchy,
štika žere mouchy.
Žbluňky žbluňky
a kapr meruňky.*

*Nevylézej, kapře milý,
je tam velké vlnobítí.
Chlupy vodě se naježily
a mohl by ses utopiti.
Šplouchy šplouchy,
štika žere mouchy.
Žbluňky žbluňky
a kapr meruňky.
Šplouchy šplouchy,
kapr žere mouchy.
Žbluňky žbluňky,
a štika meruňky,
ná ná ná ná...*

Jděte s dětmi nejlépe do přírody k rybníku a ukažte si, jestli se na rybníku dělají velké vlny. Ptejte se, kdy mohou vidět na rybníku

vlny (vítr, po vhození kamínku apod.). Vysvětlete si, které vodě se říká stojatá a které tekoucí. Vymyslí děti samy příklady? Pokud ne, dávejte jim možnosti a děti mohou odpovídat nebo tipovat: rybník, řeka, potok, jezero, přehrada, stružka atp.

Zrcadlová hra

Dramatická hra, kdy děti vytvoří dvojice, jeden vede a druhý opakuje jeho pohyby jako v zrcadle. Pak se hráči vystřídají ve vedení.

Honěná dvojčata

Děti se navzájem honí ve dvojicích. Jedná se o klasickou předávanou babu. Po domluvě je možné nechávat chycené dvojice taky chytat a hra končí, když jsou všechny dvojice chycené. Ve které pohádce se narodila královně dvojčata? (Princ Bajaja.) Přečtěte si nebo poslechněte pohádku, zdramatizujte ji s dětmi.

Hudebně-dramatická – Žabí koncert

Děti hlasově vyjadřují noty: c1 – hluboký tón, jako tatínek, vybarvují hnědě; g1 – střední tón, jako maminka, vybarvují zeleně; c2 – vysoký tón, jako malé děti, vybarvují modře. Rozdělte děti na 3 skupiny a domluvte se na společné písni. Když dirigent (vedoucí) ukáže na danou skupinu, budou děti zpívat daným tónem. Vystřídejte děti ve skupinách. Pokud máte k dispozici klávesy, piáno nebo xylofon, označte dané tóny a nechte je děti zahrát. Přizpůsobte barvy not kamenům xylofonu. Vytiskněte notový zápis a nechte děti hledat noty c1, g1 a c2. Nechte děti zapsat barevně skladbu a zahrajte ji. Na tuto vymyšlenou melodii vymýšlejte vlastní slova. Hrajte si a bavte se!

Metodiku k Ben Já Míne získáte v balíku s časopisy pro skupinu anebo online na jednom z těchto dvou míst: [📄 archiv časopisu Ben Já Mína³²](#) nebo [🌐 web časopisu Ben Já Mína¹⁸](#).

Karty Ben Já Mína

Ukázky z karet najdete napříč celou touto metodikou.

Ben Já Mína karty obsahují náměty na společný čas dětí a dospělých. Jedná se o sadu 100 aktivit dovnitř i na ven. Tyto barevně ilustrované karty navazují na černobílé karty, které pravidelně vycházejí jako součást metodiky časopisu Ben Já Mína. U více známých her karty přinášejí vždy tipy na další využití, obměnu a obohacení.

Karty jsou rozděleny podle typu aktivit do čtyř skupin. Do jaké skupiny karta patří, poznáte podle jejího barevného lemu.

1. Aktivity **dovnitř i na ven** (č. 1–31) jsou fialové.
2. Aktivity k **poznávání přírody** (č. 32–59) jsou zelené.
3. Aktivity k **povídání a zamyšlení** (č. 60–79) jsou modré.
4. **Pohybové** aktivity (č. 80–100) jsou oranžové.

Na **zadní straně karet** najdete informace k přípravě programu: počet hráčů, délku hry, náročnost přípravy a výběr prostředí. **Přední strana** obsahuje barevné ilustrace, které lze využít např. podobně jako dixitové karty, nebo jako karty emocionální. Také lze využít k vyprávění příběhů – každý benjamínek si vylosuje jednu kartu, prohlédne si obrázek a pak na základě obrázku zkusí vyprávět příběh. Pokud byste chtěli aktivitu udělat těžší, tak příběhy jednotlivých dětí na sebe musí navazovat.





JAK SE ZVUK PŘENÁŠÍ



DECIBELOVÁ STUPNICE



ZVUKY JSOU RŮZNĚ HLASITÉ, HLASITOST SE MĚŘÍ V DECIBELECH. ZKUSTE SI SROVNAT HLASITOST ZVUKŮ Z NAŠÍ STUPNICE.

HRÁT MOHOU I OBYČEJNÉ VĚCI



NEJPRVE SI ZKUSTE, JAKÉ ZVUKY DĚLAJÍ JEDNOTLIVÉ PŘEDMĚTY. POTOM JE MŮŽETE ZKUSIT POZNAT POUZE PODLE ZVUKU (TIP, JAK SI ZAHRÁT NAJDETE V METODICE). NEBO TAKÉ MŮŽETE SESTAVIT ORCHESTR, KTERÝ BUDE HRÁT NA OBYČEJNÉ PŘEDMĚTY.

ZKUSTE SI, JAK MOC JSTE HLUČNÍ

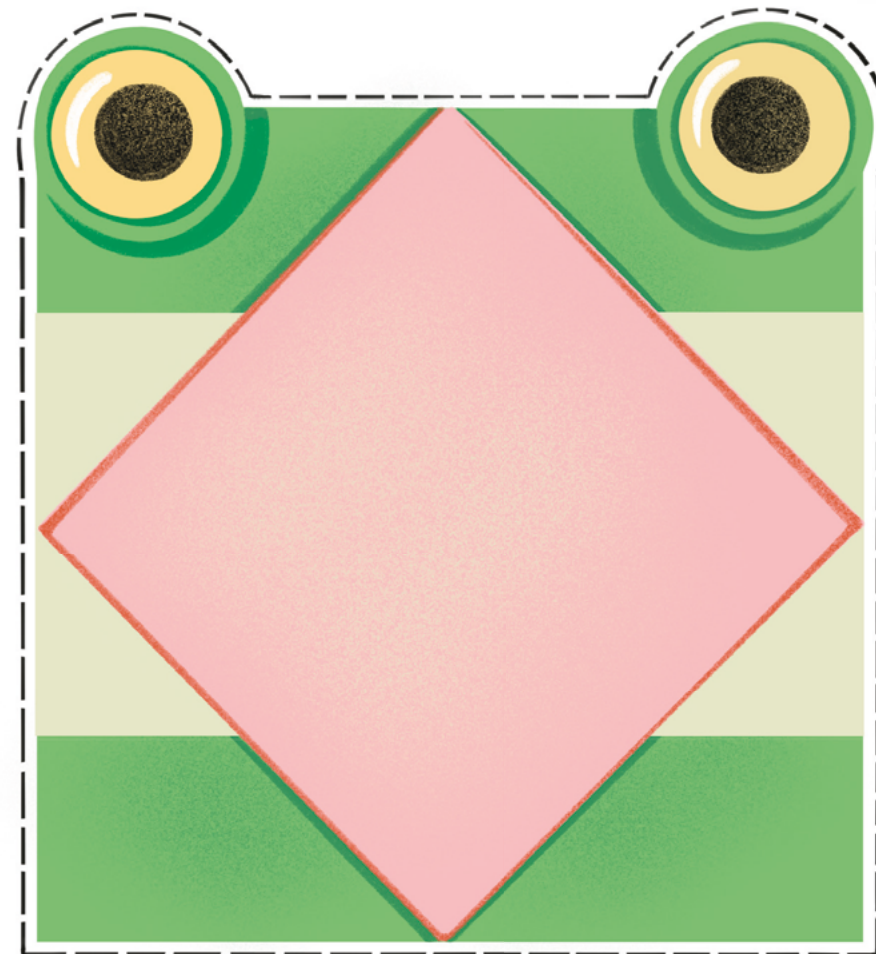
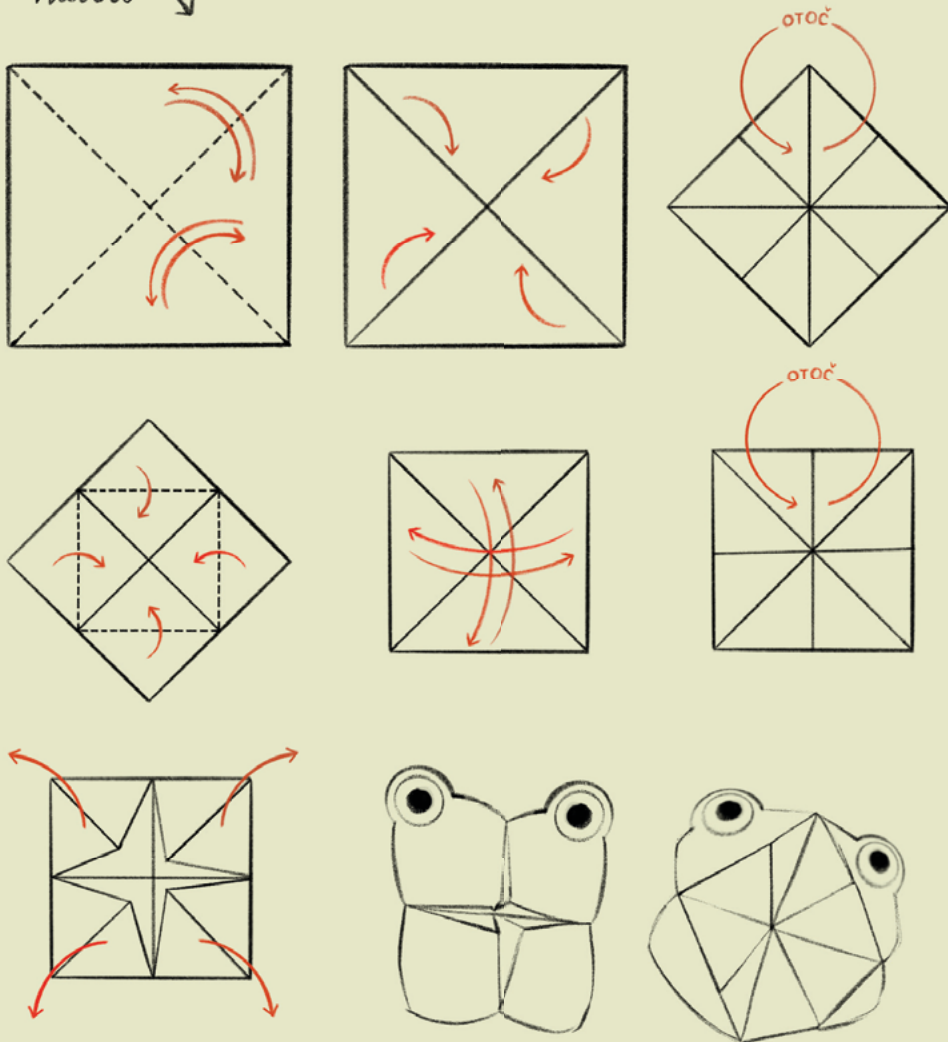


PODLE TOHO JAK VYSOKO MÁ VEDOUČÍ RUCE, TAK MOC DĚTI KŘÍČÍ. ZKUSTE POLOHU RUKOU MĚNIT.

NEBE-PEKLO-ŽÁBA

Z jedné strany skládanky si vyrobte žabku. Druhou stranu můžete popsat čísly a barvami a nakonec úkoly.

Návod →



Za 1 minutu vyjmenujte nejvíce věcí o rybníce...

Shákejte po levé, pravé noze a pak po obou. Všechno 10x.

Zakrákejte známou písničku jako žába. Ostatní hádají, jaká to je píseň.

Vyskočte 5x do výšky.

Popište, jak roste žabka.

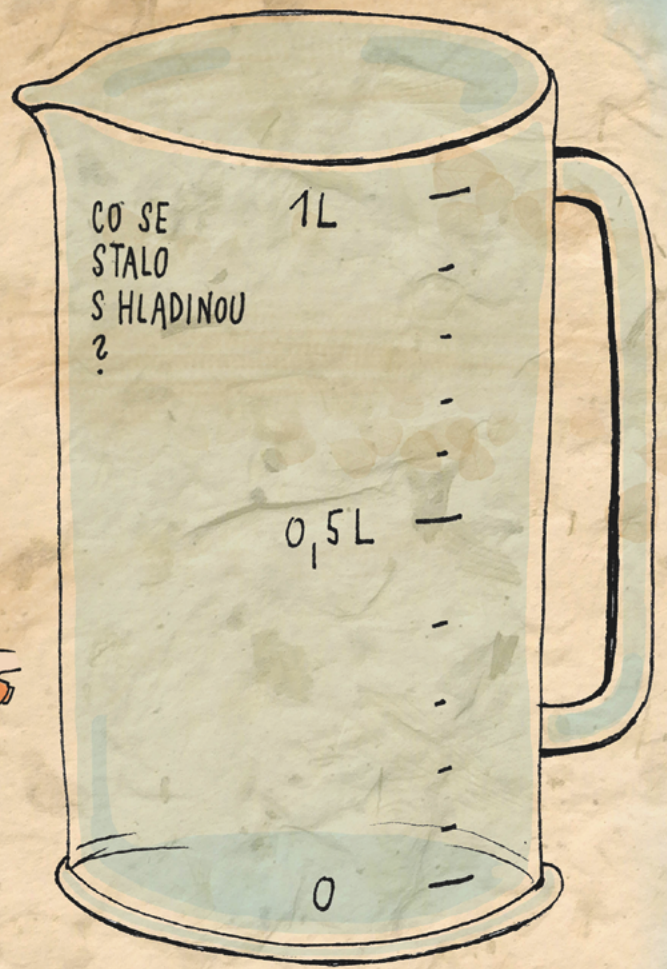
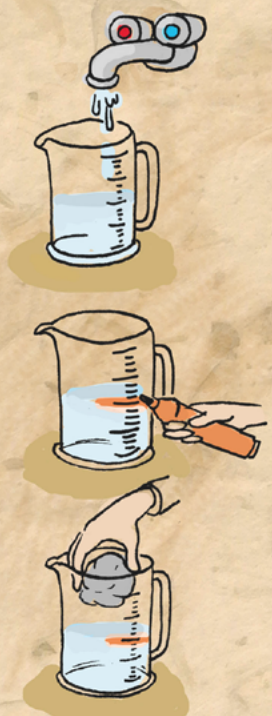
Porovnejte podle věně 3 rostliny.

Porovnejte po hmatu 3 předměty.

Namasírujte si záda.



KÁMEN VE VODĚ



KOLIK VODY SE VEJDE DO...





Praktické rady pro vedení benjamíneků

Získejte užitečné tipy a doporučení pro každodenní vedení benjamíneků.

V této kapitole vám nabízíme konkrétní praktické rady pro vedení benjamíneků. Jsou členěny podle kapitol ve zbytku metodiky. Pokud v některé oblasti tápete nebo hledáte konkrétní rady ke zlepšení, neváhejte tipů a rad využít, jsou prověřeny praxí v benjamínkovských oddílech.

Organizační doporučení

V kapitole najdete tipy, jak na přetlak dětí v oddíle, jak získat nové vedoucí nebo jak si vytvořit postavení na středisku a další.

Co dělat, když máme plno?

Pokud nejsme schopni v letošním roce přijímat nové členky a členy, je **důležité a fér o tom srozumitelně informovat**. Např. na webu či jinými informačními kanály, které oddíl využívá. Přesto je možné nabídnout zápis dětí na čekací listinu a stanovit si pravidla pro zápis do ní a pro následnou práci s ní.

Nábor a první kontakt se zájemci o členství v oddíle zahrnuje několik kroků. Prezentace oddílu na veřejnosti je klíčová. Je dobré mít na webových stránkách aktuální informace o tom, zda jsou volná místa v oddíle. Také je vhodné mít zřejmější kontakt na vedoucího, který má na starosti komunikaci s rodiči a nováčky. Dále je nutné veřejně uvést věkovou hranici, jak staré děti do oddílu bereme. Proto doporučujeme již při prvním kontaktu se zájemci o členství v oddíle zjistit měsíc a rok narození dítěte, jeho jméno, jméno zákonného zástupce a kontakty na něj, včetně e-mailu a telefonu pro budoucí spojení. Obzvláště, pokud je v oddíle pro benjamínky plná kapacita. Je vhodné si vést tabulku nebo seznam se zájemci, kterou lze průběžně aktualizovat.

JAK MŮŽE INFORMACE VYPADAT NA WEBU:

Stav volných míst (aktualizováno 6. 1. 2025)

- Pro kluky máme volná místa až v roce 2026/27. Pokud chcete přihlásit do skauta syna, který se narodil před 1. zářím 2021, obraťte se prosím rovnou na vedoucí vlčat (1. nebo 3. oddíl).
- Pro holky máme volná místa až v roce 2025/26. Pokud chcete přihlásit do skauta dceru, která se narodila před 1. zářím 2020, obraťte se prosím rovnou na vedoucí světlušek (2. oddíl).

Jak získat další vedoucí?

Vedoucí si u oddílů benjamínků nevychováme, proto je potřeba si je získat jinak. Máme několik možností, všechny mohou mít své výhody a nevýhody a je na zvážení, na co se jako vedoucí cítíme.



Oslovit bývalé členky a členy oddílů/střediska. „Týna se vrátila k aktivnímu skautování se svými dětmi, které přišly do oddílu.“ „Oslovili jsme bývalou členku střediska, aby si připravila program na tábor, kam se jela na týden podívat. Nakonec si připravila program na celý týden a u oddílu už zůstala.“

Oslovit sourozence členu/členky oddílu. „Znali jsme Šárku, která chodila do skautek. Ona a její sestra Lucka se přijeli podívat na střediskový tábor. Luce se na táboře líbilo, tak jsme ji oslovili, jestli nám nechce pomáhat. Nakonec si udělala vůdcovky a stala se vedoucí oddílu.“

Oslovit rodiče. „Maminka jednoho benjamínka byla na stavbě a bourače tábora, kde se jí líbilo. Rok na to jsme ji oslovili, jestli nechce jet benjamínkům na tábor vařit. Od té doby s námi zůstala. První rok jenom vařila a postupně si přibrala další části programu, až se z ní stala plnohodnotná vedoucí se skautským vzděláním.“

Oslovit přistěhovalce. „Martina se přestěhovala k nám do města a ozvala se našemu středisku, jestli nepotřebujeme pomoc. A nakonec vede velký benjamínkovský oddíl.“

Skautky, skauti, roveři a rangers. „V rámci spolupráce mezi oddíly na středisku jsme nabídli starším skautkám možnost připravit si program pro benjamínky. Skautky si společně s vedoucím benjamínků připravily aktivity na schůzku. V domluvený termín pak schůzku odvedly, k ruce měly vedoucího benjamínků, který jim pomáhal s dozorem u dětí a po schůzce jim poskytl zpětnou vazbu na odvedený program. Když to některou z holek zaujalo, tak po dohodě s vedením skautek je postupně zapojujeme do vedení benjamínků.“

„Nabídka 15letým holkám letní brigády na příměstském táboře. Když je zaujala práce s mladšími dětmi, nabídli jsme jim zapojení u benjamínků.“

Využít vlastní děti. „Vedu benjamínky a na akce беру vlastní děti, které se časem zapojily do přípravy programu. Tak dlouho jsem je brala na všechny akce, že se z nich stali aktivní roveři, a jeden i vedoucím benjamínků.“

Partneři a partnerky. „Vzala jsem na akci jako pomocníka svého partnera, kterému sedla parta a bral to jako kvalitně strávený společný čas v přírodě.“

Škatulata. „Ve středisku byli vedoucí, které již nebavila práce u jejich věkové kategorie, tak jsme jim nabídli zapojení u našeho oddílu. Někdo nepřijal, ale u jiných to zachránilo jejich odchod ze střediska.“

Chci, aby oddíl benjamínků byl plnohodnotnou součástí našeho střediska. Jak na to?

Pokud máte benjamínky na středisku, jsou jeho plnohodnotnou součástí, a ne odloučenou jednotkou. Pokud chcete budovat vzájemnou důvěru, je potřeba si vykomunikovat mezi oddíly několik věcí: Dohodněte se na počtu dětí v benjamínkovské skupině tak, aby byla dostatečná kapacita ve starších věkových kategoriích. Předejdete tomu, že např. na odrostlé benjamínky nebude místo v navazujících oddílech vlčat a světlušek. Sladte náročnost programu – u benjamínků by skauting neměl být akčnější a „těžší“ než u vlčat a světlušek. Např. když vlčata/světlušky/žabičky jezdí na víkendovou výpravu 3× za rok, tak s benjamínky bychom to neměli překročit. Pokud chcete oslovit vedoucí z jiných oddílů, doporučujeme také nejprve vzájemnou domluvu vedení oddílů.

Předejdete tak pocitu, že si vzájemně vedoucí „kradete“. I když je program pro benjamínky jiný, je i tak možné a dobré se účastnit střediskových aktivit nebo mezioddílových akcí. I tím předejdete tomu, aby se z benjamínek stala vyloučená skupina. Je dobré také pohlídat, aby program byl přiměřeně náročný a zajímavý nejen pro starší děti, ale i benjamínky.

Kde uskladnit věci?

Uskladnění věcí závisí na tom, jestli máme klubovnu samostatnou, či společnou s dalšími oddíly. Je dobré mít věci roztříděné, např. dle aktivit, ke kterým se hodí. Důležité je mít v klubovně dostatek prostoru na uskladnění věcí, protože např. k tvoření je zapotřebí mnoho různých materiálů.



TIP NA UKLÁDÁNÍ MATERIÁLU

„Na věci pro vyrábění a tvoření máme k dispozici jednu vlastní velkou skříň, kde je uloženo úplně všechno potřebné.

Sportovní věci a kostýmy jsou umístěny ve vestavěné skříni, kterou sdílíme jako středisko. Pro efektivní skladování se nám osvědčilo používat bílé průhledné krabice z IKEA, které jsou označené a kde je snadno vidět, co v nich máme.“ (Plamínky, Přelouč)

Jak nastavit věk nástupu do oddílu?

V úvahu připadají tři možné věky, od kterých můžeme benjamínky nabírat:

Můžeme brát prvňáčky (šestileté děti). Tyto děti budou nejschopnější a nejsamostatnější, ale v oddíle stráví jen jeden rok. V tomto případě je třeba pamatovat na to, abychom nezahltli vlčata a světlušky, kde děti zůstávají zhruba čtyři roky.

Druhou možností je nabírat pětileté děti, z nichž většina nastoupí příští rok do školy (pokud je na začátku školního roku dítěti pět let, mělo by příští rok nastoupit do školy). Děti nám v oddíle zůstanou dva až tři roky a v předškolním věku se o sebe zvládnou základně postarat.

Poslední možností je nabírat i děti mladší než pět let. V tomto případě je potřeba počítat s tím, že nejmenší děti se o sebe ještě nedokážou moc postarat

a příprava programu může být náročnější i proto, že v oddíle budeme mít velké věkové rozpětí. Kromě toho nám v oddíle benjamínky zůstanou alespoň tři roky, což výrazně limituje počet volných míst na začátku školního roku. Také je potřeba brát v úvahu, že veškeré materiály pro benjamínky jsou chystané pro děti od 5 let.

Osvědčená varianta je nabírat alespoň pětileté děti a podle naší situace, možností a zkušeností věk nástupu případně do budoucna upravit.

O schopnostech dětí v různém věku se více dozvíte v kapitole [➔ Děti ve věku benjamínek](#).

Jak doplňovat skupiny benjamínek?

Když doplňujeme volná místa v oddíle, je dobré pamatovat na to, abychom měli skupinu vyrovnanou – přibližně polovinu předškoláků a polovinu prvňáků a přibližně polovinu kluků a polovinu holek. V případě vyrovnané skupiny se každý rok obmění přibližně polovina oddílu a budeme mít jak dost míst pro nováčky, tak dost starších a samostatnějších benjamínek. Dále také pomáhá rozložit zátěž na vlčata a světlušky, kam benjamínky přecházejí.

Jak na začátek skautského roku?

Jak na schůzku pro rodiče?

Vstup dítěte do oddílu může být pro rodiče často prvním setkáním se skautingem, a proto je dobré jim poskytnout základní informace. Vhodnou formou je schůzka pro rodiče, která je příležitostí k seznámení se s rodiči a můžeme jim tam spoustu věcí vysvětlit a ukázat. O pořádání schůzky informujeme rodiče dostatečně dopředu (alespoň týden), aby se mohli zúčastnit.

Co by mělo zaznít

Představení vedení oddílu, tzn. koho budou děti na schůzkách potkávat. Ukázka reálného vybavení, které děti budou potřebovat, např. dětský spacák, dětský batoh. Informace o tom, kde lze vybavení pro děti pořídit. Domluva s rodiči na společném komunikačním kanálu. Seznámení rodičů s plánovanými akcemi (na pololetí / celý rok).

➔ [∞ Příklad souhrnných informací¹⁵](#)

➔ [∞ Prezentace pro Úvodní schůzku Plamínek z roku 2022¹⁶](#)

Jak na schůzky pro děti?

Nejen na prvních schůzkách je **dobré, aby se do hraní her zapojili i vedoucí**. Na začátku nám to pomůže s navázáním důvěry a v průběhu roku pak k jejímu prohlubování.

Když je dobré počasí, je **dobré být s dětmi venku** (venku se dá i malovat). Děti jsou většinou klidnější.

Je dobré, aby **účast** na aktivitách byla **dobrovolná**. Pokud benjamínky něco nebaví nebo to nechtějí dělat, tak to zpravidla dělat/hrát nebudou. Ti, co tvořit/hrát nechtějí, se buď můžou koukat, nebo se účastnit jiné nevyrušující aktivity, např. prohlížení knížek, malování, ...

U tvořících aktivit, které mají jasný postup (např. skládačky), je dobré mít připravený výsledný výtvar a případně i mezikroky. Tak, aby si děti dokázaly představit, co tvoří. Pokud nemá mít výtvar konkrétní výsledek/podobu, tak naopak ukázkou neděláme a necháme děti využít jejich fantazii.

Většina dětí ve věku benjamínků neumí číst ani psát, počítat umí jen trochu. Při přípravě aktivit je potřeba s tím počítat. Některé (logické) úvahy, která nám přijdou jednoduché, můžou být pro benjamínky náročné.

Pokud jsou schůzky delší (např. 2 h), je možné zařadit svačinu. Svačinu si buď děti mohou přinést hotovou, nebo ji na schůzce společně (do)připravit (např. krájení jablka). Je potřeba zvážit, kdy svačinu zařadíme, protože to vždy zabere nějaký čas. *„Když si děti nosily vlastní svačiny, tak si to mezi sebou vyměňovaly a dohadovaly se při tom. Proto jsme zavedli společné svačiny pro všechny.“*



Výpravy

Vybavení na výpravy pro vedoucí

Průběh výprav nám může usnadnit několik drobností. Je na zvážení, co si na jaký typ akce zabalíme.

Zde uvádíme osvědčené tipy:

Papírové kapesníky a vlhčené ubrousky. Doporučujeme přemýšlet i nad udržitelností, tzn. nad rozložitelnými variantami nebo na způsobu odnosu do odpadu (igelitové sáčky s sebou).

Voda navíc. Dětem během výpravy může dojít pití, před akcí upozorníme rodiče na potřebné množství vody (např. 2×0,5l láhev) a sami pro jistotu vezmeme třeba dva litry navíc.

Na hry do lesa se může hodit **různý materiál**. Např. hamaka / houpací síť, slackline nebo celt y lana na stavbu přístřešku, figurky zvířátek, šátky.

Na přespání je dobrý alespoň jeden **náhradní spacák** (kdyby se někdo v noci pomočil do spacáku) a plyšáka navíc pro děti, které ho zapomenou doma.

Pokud chceme **vařit s dětmi, tak se hodí škrabky a menší nože**. Někomu vyhovují zavírací nože s kulatou špičkou a pojistkou, jiné oddíly mají zkušenost, že si děti hrají s pojistkou a spíše si ublíží, navíc se zavírací mechanismus snadno zanáší jídlem. Na jídlo jsou dobré lžice, malé misky a kelímky (např. ty z IKEA). V případě vaření v přírodě nespolehejme na přírodní zdroje a vezměme si s sebou vodu navíc.

Lékárnička. Určitě se hodí náplasti s obrázky.

Zdroj rychlé energie. Čokoláda, hroznový cukr, gumoví medvídci, sušené ovoce, dětské kukuřičné křupky, rýžové pufované sušenky/chlebičky. V případě docházení sil může alespoň psychicky pomoci. Výběr zdrojů rychlé energie je dobré mít domluvený dopředu s rodiči – alergie, stravovací návyky, nastavení životního stylu v rodině.

Campingová deka/celta/velká pláštěnka. Využijeme na sezení jako ochranu proti vlhku.

Do čeho si mohou benjamínci balit věci na výpravy s přespáním?

V závislosti na programu můžeme vybírat z několika zavazadel. Pokud půjdeme se zavazadly jen kousek, mohou si je nést benjamínci sami. V takovém případě je potřeba, aby měli věci zabalené do batohu. Aby toho neměli tolik, můžeme třeba spacáky a karimatky vzít autem. V případě, že přespáváme ve své klubovně nebo věci benjamínkům vezeme, připadají v úvahu další možnosti – sportovní taška nebo malý kufr. Obě tyto varianty mají v porovnání s batohem výhodu, že jsou věci lépe přístupné, a lépe se tak v nich udržuje pořádek.

Jídlo

Jak řešit jídlo na výpravách, uvádí i kapitola [➤ Organizace roku](#).

Další tipy ke stravování na výpravách

- Na první přespání **chystáme jídlo, které děti obecně jedí**. Případně na některé předchozí schůzce můžeme zjistit u dětí jejich nejoblíbenější jídlo, a to uvařit.
- Přespání můžeme **využít ke společnému chystání jídla** (nemusíme nutně vařit, stačí mazat pečivo) a také ke společnému stolování. Děti zapojíme i do úklidu po jídle.
- **Dopředu od rodičů zjišťujeme potravinové alergie** u dětí a nechutenství (dítě prokazatelně něco nemůže sníst). Tyto informace nejlépe zjišťujeme už v přihlášce.
- U jídel je dobré mít připravenou nějakou alternativu pro děti, kterým by to nechutnalo. S dětmi se domluvíme, že jídlo alespoň ochutnají.

Tipy na jídla

- **Rychle připravená:** Těstoviny s kečupem a sýrem, krupicová kaše s grankem, těstoviny nasladko (granko, cukr, skořice), zeleninová polévka s chlebem – stačí nakrájená zelenina a bujón.
- **Vyvážená obsahující zeleninu, bílkovinu, tuky, sacharidy:** Rýže se zeleninou (kukuřice, hrášek, mrkev) a sýrem – zeleninu je dobré mít samostatně, aby si každý řekl, co chce; těstoviny s červenou omáčkou a sýrem – omáčku občas děti nejí, zvážíme jako zálohu kečup, brambory s řízkem a zeleninovou oblohou.
- **Vhodné na přípravu s dětmi:** Zeleninová polévka, chléb – mohou krájet zeleninu a pod dozorem ji dávat do hrnce, ovocné knedlíky – s pomocí dospělého mohou zabalit svou porci.

Jak řešit přípravu jídla na akcích?

Na jednodenní výpravu si děti mohou nést vlastní svačinu z domova, nebo můžeme zařadit společné vaření nebo opékání. Výpravy s přespáním můžeme využít ke společnému vaření nebo oslovit někoho na vaření na akci – rovera, vedoucího z jiného oddílu nebo rodiče.

Spaní, přespávání

Jak uspat děti?

Dopředu zjistíme od rodičů, kdo z dětí přespává poprvé mimo domov. Když dítě nechce přespávat, tak je možné nabídnout, že bude na akci do večera a pak přijde ráno. Přijde tak jen o přespání a ne o program. Ke konci večera děláme klidnější aktivity, před spaním je dobré zařadit pohádku. Také můžeme vyzkoušet stínové divadlo, kdy děti po skončení představení zůstávají ve tmě. Před spaním můžeme dětem umožnit, aby si zvolily, vedle koho budou spát. S dětmi se však zároveň domluvíme, že pokud budou se sousedem rušit ostatní, tak je rozdělíme. Může se nám také stát, že více dětí bude chtít spát vedle vedoucího. Je pak třeba nastavit jasná a spravedlivá pravidla, např. vedle vedoucího nikdo nespí, vedle vedoucího se střídají, lze spát v kruhu hlavami k sobě (nespí úplně u vedoucího, ale poblíž), atd. Do místnosti dáme rozsvícenou baterku či jiné světýlko, aby v místnosti nebyla úplná tma a benjamínci se nebáli trefit na záchod. První večer obvykle děti usínají déle, druhý jsou unavenější a usnou rychleji. Je dobré děti, které jsou zvyklé doma chodit spát později, dát na jednu stranu místnosti, kde jejich dlouhé povídání nebude tolik rušit ostatní, kteří usínají dříve nebo třeba potřebují na usnutí ticho.

Co dělat, když se objeví historka „o strašidlech“?

Nejprve citlivě zjistíme, jaká historka o strašidlech koluje. Při rozhovoru strach dětí nebagatelizujeme, ale zároveň ho nepodporujeme. Když zjistíme, čeho se bojí, společně si racionálně vysvětlíme, že se dané situace nemusí bát.

„Děti se na táboře bály, že jim oživnou plyšáci a budou jim ubližovat. Zeptala jsem se jich, jestli jim plyšáci, které si na tábor přivezli, doma taky ožívají a ubližují jim. Děti odpověděly, že ne. Tak jsme se shodli, že ani na táboře jim od plyšáků nic nehrozí.“

„Děti se bojí, že je něco schované pod postelí (bubák). Společně se podíváme, jak to pod postelí vypadá za dne a pak večer. Posvítíme baterkou a prozkoumáme to. Děti se tím uklidní.“

Co dělat se stýskáním

Řešení je individuální, každé dítě na pobyt bez rodičů reaguje jinak. Není obecný univerzální způsob, jak stýskání řešit. Prevenci je přes den děti dostatečně zabavit.

Dětem se může stýskat i na schůzkách a jednodenních výpravách. Na krátkých akcích stačí děti zabavit, přesunout jejich myšlenky na jinou aktivitu.

Je důležité stýskání nezlehčovat, ale nabídnout dítěti podporu, např. i pochování, obejmutí.



TIPY NA KONKRÉTNÍ VĚTY K UKLIDNĚNÍ STÝSKÁNÍ

„To, že se ti stýská, je naprosto v pořádku.

Znamená to, že se máte s maminkou/tatínkem rádi a rádi spolu trávíte čas. Co společně třeba děláte?“

Dobré je povzbudit je, že v tom nejsou sami. Večer např. pomáhá: pohladit dítě, povídat si o tom, co má rádo – o jahůdkové zmrzlině, dinosaurech, legu Ninja, ... Snažíme se vzbudit obecně pozitivní myšlenky, třeba co by si dali dobrého k jídlu, co by je potěšilo, a vymýšlet spolu příběh. Zajímavou variantou je zpívat písničky.

Naopak se neosvědčilo volat rodičům, většinou se pak dětem stýská ještě více. Co ale můžeme udělat společně, je napsat dopis, nakreslit obrázek nebo něco vyrobit pro maminku, tatínka, babičku. Dobrou zkušenost nemáme ani s fotkou rodičů nebo pohlednicemi s rodinnými fotkami. Ohledně toho je vhodné dopředu komunikovat s rodiči. Naopak osvědčenými náměty pohlednic jsou obrázky pohádkových postav nebo míst, kde zrovna zbytek rodiny pobývá. Pohledy na táboře doporučujeme rozdávat ráno, aby fáze stýskání nebyla před spaním a případný smutek si děti stihly odžít přes den.

Další tipy k společnému přespávání

Když si děti při přípravě spaní dají pyžamo do spacáku, snáze ho pak najdou. Pro lepší orientaci ve vlastních věcech je dobré každému dítěti určit místo, kde je bude mít, např. židle. Už při vybalování je dobré myslet na to, kam se dávají obaly a gumičky na karimatky, nafukovačky a spacáky. Doporučujeme je dát do uzavíratelné kapsy na batohu, kde nic jiného děti nemají a během akce kapsu neotevírají. Pro vedoucí doporučujeme mít s sebou provázek, aby na konci akce mohli svázat karimatky těm, kteří gumičku už nenajdou.

Chození, cestování, balení

Při plánování cest na vlak/autobus je potřeba větší časová rezerva.

Před odjezdem je potřeba se sejít 15–20 min předem (podle počtu dětí). Může se stát, že zjistíte, že někdo nejede, až před odjezdem (náhlé nachlazení). Před cestou je dobré děti nechat vyčůrat. Benjamínci se také chtějí na nádraží rozloučit s rodiči.

Čím kratší čas strávený v dopravě, tím líp. Pokud jedeme dál, tak je potřeba mít na cestu program. Při plánování programu je potřeba myslet i na ostatní cestující.

Délku trasy výpravy postupně během roku prodlužujeme. Jako první trasu můžeme využít i procházku během schůzky.

Jak je to ještě daleko?

Zejména mladší benjamínci nemusí rozumět vzdálenostem (že 500 metrů a 0,5 kilometru je totéž). Pro ně je 500 víc než půl. Pro lepší porozumění můžeme zkusit vzdálenost porovnat s nějakou pro ně známou vzdáleností (např. z náměstí do klubovny) nebo odhadnout, jak dlouho nám to bude trvat ujít (také přirovnáme k známému časovému úseku, např. jak dlouho trvá oblíbená pohádka – Tlapková patrola, Prasátko Pepa atd.).

Co dělat, když děti bolí nožičky?

Odvést pozornost, můžeme s dětmi zpívat, hrát hry při chůzi, hledat něco v okolí cesty, sledovat turistické značky. Někdy může pomáhat i „kouzelné“ osvěžení vodou či vodou ovoněnou hydrolátem (tzv. květovou vodou) či lístky máty. Můžeme stříkat a osvěžit bolavé nožičky či osvěžit obličej. Je také možné, že bolavé nožičky jsou známkou, že děti opravdu potřebují častější pauzy anebo lepší boty.

Jak nakupovat jízdenky?

Nakupování jízdenek při nastupování je hektické. Pokud máme možnost, snažíme se mu vyhnout a využít možnost objednat jízdenky předem online (třeba i z mobilu pár hodin předem). Pokud nečekaně jede méně dětí, zeptejte se na možnost nechat si vrátit peníze za skupinové jízdné. Pokud není možné jízdenky objednat online, může se hodit napsat si předem na kartičku, kam jedeme a kolik nás je. Náš počet rozdělíme podle kategorií na děti do 6 let (ty zpravidla nic neplatí), starší děti, studenty a dospělé. Pomůže to v komunikaci na pokladně, s průvodčím nebo s řidičem.

Program na výpravě

Mám si připravovat program na celou výpravu?

To není třeba – můžeme využít svobodnou hru. Když je cílem výpravy nějaké pěkné místo v přírodě, většina benjamínků se na něm dokáže zabavit sama, případně jim stačí trochu pomoci tím, že s nějakou aktivitou začneme nebo jim nabídneme zajímavý materiál na hraní. Více o svobodné hře je možné najít v kapitole → [Program – Svobodná hra](#).



Jak řešit nečekanou změnu počasí?

Jelikož termíny výprav určujeme výrazně dřív, než víme, jaké bude počasí, je potřeba počítat i s tím, že počasí nebude podle našich představ a budeme muset hledat program pod střechou. Můžeme zůstat v klubovně (v případě, že je to nutné, si ji dopředu rezervujeme). Pro tyto případy je vhodné mít připravené nějaké hry a tvoření na dovnitř.

Kromě toho je dobré rozmyslet, co dělat, když nás zastihne náhlá změna počasí během výpravy. Buď cestu dobře známe, nebo si informace zjistíme na online mapách. Máme-li možnost, schováme se do nějakého turistického přístřešku nebo třeba pod most. Pokud taková možnost není, ale máme s sebou nějaké plachty, které třeba běžně používáme na sezení, můžeme si postavit přístřešek. Pokud se rozhodneme před deštěm někde schovat, je dobré mít připravené aktivity, kterými

děti při čekání zabavíme – slovní hry, zpívání a podobně. Pro všechny případy se může hodit mít nalezené alternativní kratší cesty pro rychlejší návrat.

Dá se déšť nějak využít v programu?

Déšť nemusí být vždy překážka a lze ho využít pro oživení programu, např.: sbírání vody do kelímků z listů stromů, malování na papír – namalujeme obrázek, který necháme rozpít na dešti, skákání v loužích (nutná vhodná obuv). Zvažme zařazení těchto aktivit podle typu akce a dalšího počasí (máme se kde usušit a věci na převlečení?). Na aktivity za deště je potřeba mít vhodné oblečení, a i přesto je třeba počítat s tím, že se děti mohou namočit, a mít naplánované sušení.

Příměstský tábor

Jak nastavit začátek a konec dne?

Příměstský tábor je pro rodiče často pomoci při řešení školkových prázdnin. Možná se jim kvůli různým časům v zaměstnání bude hodit širší časové okno na příchod dětí – třeba i půlhodinové až hodinové. Po tuto dobu je vhodné nabídnout benjamínkům činnost, při které nevadí, že každý přichází v jinou dobu, a je zároveň snadná na vysvětlení. Např. omalovánky, prohlížení si knížek a časopisů, ořezávání pastelek, ...

Kde sehnat vedoucí?

Příměstská varianta tábora může být zajímavou příležitostí i pro vedoucí, kteří nemají čas na běžné schůzky – tábor může být blíže než stanový (pokud je např. v klubovně), je více času na seznámení s dětmi oproti běžné schůzce, je snadnější se zapojit jen na některé dny. Pokud se tábory nekryjí, je možné pozvat i vedoucí ostatních oddílů (např. z oddílů, kam budou děti jednou přecházet) a je také možné pozvat naopak zájemce o vedení benjamínků (např. rovery a rangers). Na příměstský tábor lze také čerpat placené pracovní volno na tábory.

Dá se na příměstském táboře udělat i přespání?

Určitě! Můžete zvážit, jestli poslední (nebo jiný) den nabídnete dobrovolné přespání. Kromě běžných problémů jako u výprav se může projevit větší únava u vedoucích i dětí, ale při dobré organizaci může být přespání pro děti velkým zážitkem.

Nehody při vylučování a hygiena

Co když je dítě pomočené nebo pokakané?

Dětem se občas stane, že se pomočí nebo pokakají. Neznamená to hned nevyšpělost dítěte, ale může to být zapříčiněno velkým zaujetím při hře, strachem z neznámého prostředí... Benjamínci se všeobecně bojí chodit na záchod někam, kde to neznají a kde jim to nepříjde bezpečné (např. latríny, vlaky, ...). V benjamínkovském věku je u dětí pomočování v noci běžné (až 30 % dětí).

Co nám může pomoci?

Vědět, že to tak konkrétní dítě má. Ptát se rodičů, co dětem pomáhá (připomínat, v noci vzbudit).

Mít s sebou na výpravu náhradní spacák, nepromokavé podložky, náhradní oblečení.

Pro vedoucího se hodí jednorázové rukavice, lze využít i roušku, igelit na věci, vlhčené ubrousky, dezinfekce na ruce, mýdlo na přeprání.

Když se to stane, řešíme situaci v klidu, neděláme z komára velblouda. Když si toho všimnou děti, řekneme, že se to může stát, že to není nic výjimečného. Nehodnotíme, nejsme překvapení a neošklíbáme se. Pošleme dítě na záchod dokonat potřebu. Po vyřešení situace si můžeme s dítětem v soukromí popovídat, co se stalo a jak to můžeme příště vyřešit, aby se to povedlo (např. pokud se dítě bojí jít samo, může nám přijít říct a my ho doprovázíme).

Pokud rodič ví, že s pomočováním má jeho dítě problémy, a nechce ho kvůli tomu na výpravu poslat, je na vedoucím, zda chce rodiče zkusit přesvědčit, že si s tím poradí.

Co když se dítě neumí utřít po velké potřebě?

V první řadě, je naprosto v pořádku, pokud se rozhodnete, že i kvůli tomuto nebudete pořádát tábory nebo delší akce s přespaním. Je také v pořádku komunikovat rodičům, že do oddílu či na delší akce je možné vzít pouze děti, které už si po velké potřebě umí zadek utřít. Někdy však i dítě, které toto běžně zvládá, může mít problém na táboře – kadibudka není záchod. Nejen, že vypadá jinak, ale pro dítě může být problém dosáhnout až už nohama na zem nebo na držák toaletního papíru. Někdy může pomoci drobnost, jako je kus špaluku, dětský stupínek nebo

právě posun držáku toaletního papíru. Některé konstrukce umožňují přidání běžného záchodového prkénka – zvažte i tuto možnost. Dobré je předem vybírat takové zázemí, které bude komfortní i pro malé děti.

Mytí dětí

K mytí dětí doporučujeme přítomnost dvou osob, ať už z praktických důvodů (obsluha dětí), tak z důvodu pocitu bezpečí a ochrany soukromí dětí. Funkční postup může být např.: Děti přijdou ve spodním prádle s ručníkem a mýdlem. Chodí skupina holčiček, pak chlapečků nebo opačně. Někdo z vedoucích dělá drdol dlouhým vlasům, dohlédne na sundání oblečení a kontroluje klíšťata. Další vedoucí dá mýdlo na ruku (aby jej nebylo zbytečně mnoho) a děti se po asistovaném osprchování namydlí samy. Smývání mýdla sprchou probíhá rovněž s dopomocí. První vedoucí je zabalí do ručníku a pomůže osušit. V průběhu mytí je vhodné říkat, co děláme a proč to děláme. Např.: „*Ted se koukám na klíšťata. Tady na noze se podívám blíže, jestli je to piha nebo klíště.*“

Pro některé tábory může být přijatelná varianta jet s dětmi do bazény, kde se musí před vstupem osprchovat. Dnes jsou většinou koupaliště a bazény vybaveny společným prostorem se skříňkami a převlékacími kabinami. To je pro návštěvu s benjamínky výhodné. Převlékání pak lze řešit tak, že si vybereme nejprve šatní skříňku u sebe. Následně určíme jednu kabinku, kde se budou děti převlékat. Mohou po jednom, nebo po skupinkách – jak se domluví. Jeden z vedoucích se postaví před kabinku a koordinuje odcházení a přicházení skupinek. Druhý vedoucí pak koordinuje děti u šatních skříňek. Při větším počtu dětí je i na tuto koordinaci vhodné být ve větším počtu vedoucích.

Program

Jak na pětiminutové okénko?

Obecně je dobré mít v záloze nějaké hry/aktivity navíc. Ideálně máme různé typy her – pohybové, sedací, hudební... Občas potřebujeme zabavit děti někde, kde je krátké časové okno a nechceme, aby se nám rozutekly. Často nám společné aktivity nejen zabaví celou skupinu, ale jsou i méně hlučné, což lidé kolem nás rozhodně ocení. Aktivitu vybíráme podle prostředí.



TIPY NA KRÁTKÉ AKTIVITY:

- **Ramsese** (více v kapitole [➔ Program – Hudebně-dramatické aktivity](#)).
- **Indiáni jdou** (více v kapitole [➔ Program – Hudebně-dramatické aktivity](#)).
- **Tichá pošta**. Děti si v řadě nebo kruhu posílají šeptem slovo, dojde na konec to samé slovo?
- **Pantomima**. Jednotlivec nebo dvojice předvádí pantomimou činnost, zvíře, osobu, ... a ostatní hádají. Můžete si i vytvořit předem kartičky s obrázky nebo je dětem pošeptat.
- **Jednoduché honičky**. Např. běžná baba (jeden má babu a chyćením ji předává dál). Či různé obměny – mrazík (chyćený se zastaví, roztáhne nohy a ostatní zachraňují podlezením).
- **Babička mi přivezla z Číny...** (karta Ben Já Mína č. 11).
- **Hádej, na co myslím**. Jeden ze skupiny si myslí nějakou věc/zvíře/postavu/..., ostatní mu pokládají otázky, na které lze odpovědět ano/ne. Např.: „*Máš šupiny?*“ Postupně získávají indicie a zkouší uhodnout, na co myslí.
- **Vrána a had**

Říkanka:

/: Vrána a had šli spolu na procházku,
vrána a had šli spolu na procházku.
Vrána povídá hadovi – krá, krá,
had povídá vráně – ssss, ssss. :/

Pohyby:

Děti jsou v kruhu a jsou rozděleny na vrány
a hady (vždy jeden je had, další vrána, ...).
Vrána má křídla a poskakuje.
Had má spojené ruce a kroutí se.

Při „*vrána povídá hadovi*“ jdou všechny vrány doprostřed kruhu
a zakřičí: „*Krá, krá*“ a pak se vrací zpět. To samé pak udělají
hadi při „*had povídá vráně*“ jen uprostřed kruhu zasyčí.
Pak se hadi a vrány vystřídají.

Co s benjamínky, kteří „zlobí“/ruší schůzku?

Když nám dítě „zlobí“ na schůzkách, tak je nejprve potřeba zjistit, **proč se tomu tak děje**. Může to být tím, že potřebuje více pozornosti, nebaví ho program, nepochopilo, co má dělat, nerozumí si s ostatními dětmi, není zvyklé být mimo domov a fungovat v kolektivu.

Když víme, co je příčinou, můžeme s tím pracovat. Je dobré si s benjamínkem promluvit a zeptat se, zda mu můžeme nějak pomoci. Musí z nás být cítit, že to chceme vyřešit. Je důležité, aby nám dítě věřilo a cítilo se v bezpečí.

Pokud společně nenajdeme řešení, můžeme zkusit:

- Znovu si připomenout pravidla ve skupině.
- Zeptat se rodičů, jestli doma / ve školce / ve škole řeší podobný „problém“ a zda mají nějaký tip na řešení.
- Nabídnout aktivity navíc – pomoci nachystat materiál na program, svolat ostatní benjamínky do skupiny apod.
- Zeptat se dítěte, zda chce vůbec na schůzky chodit, zda ho nenutí rodiče, pokud ano, promluvit si s nimi o tom.

Jak vybrat aktivitu?

Někdy může nastat problém vybrat aktivitu/hru, kterou budeme hrát, protože **část dětí nebaví** tahle aktivita a druhá část ji chce. Je samozřejmé, že ne každého baví všechno. Při přípravě programu bychom měli myslet na to, že by aktivity měly být různorodé a program vyvážený. Připravený program také nebereme jako dogma a zkusíme ho upravovat podle toho, jak se nám děti na schůzce sejdou. Zkusme zjistit, co dětem na daných aktivitách vadí, a pokud to jde, upravme jim je na míru.

„*Holky nechtěly hrát pohybové hry. Společným rozhovorem jsme zjistili, že jim vadí hromadné běhání a chaos s plácáním. Začali jsme zařazovat hybky, kde byly samy za sebe a po určité době zkusily i honičky.*“

Tipy na řešení:

- Dítě se nechce účastnit aktivity, tak se jen kouká na ostatní.
- Ze začátku necháme děti jen koukat, ale časem je zkusíme zapojit, alespoň na část hry.
- Dáme dětem možnost vybrat hru, kterou budeme hrát – necháme na schůzce prostor, kdy si děti vyberou, co budou hrát; zapojíme náhodu – deset her v pytlíčku, děti jednu vylosují; necháme postupně vybírat děti, na každého přijde řada s výběrem.

Tipy ke zvědavým aktivitám

Mezi zvědavé aktivity patří různé luštvky a bludiště, které můžete uzpůsobit symbolickému rámci či tématu akce/schůzky. Mějte pro děti různé obtížnosti – vždy alespoň o stupínek vyšší i nižší. Pokud to jde, zkuste tyto úkoly převést do 3D nebo nějaké méně tradiční podoby – velký formát, zajímavý materiál apod.

Jak dětem vysvětlit věci, které se učí až ve fyzice, chemii, ...?

Ve zjednodušené variantě pochopí děti mnoho fyzikálních či chemických jevů. Vynechejte odborné pojmy (zásadité, kyselina, vztlak, ...) a nebojte se přirovnání. „Ocet rozpustí skořápku.“ „Voda vytlačí fólii do tvaru lupy.“ „Zelí obsahuje látku, která mění barvu podle toho, jak je to kyselé.“ Pokud si nejste jistí, mrkněte např. do metodiky časopisu Ben Já Mína nebo do dětské literatury.



Tipy k tvořivým a rukodělným aktivitám

Praktické rady k tvoření

- Při přípravě rukodělného programu je potřeba myslet na **čas tvoření, ale i na čas pro úklid.**
- **Učte děti stříhat** od okraje papíru. Mějte v klubovně nůžky pro leváky.
- Vždy mějte **dostatečný počet nástrojů** (nůžek, lepidel, štětců, lepicích pásek, ...) tak, aby na ně děti nemusely dlouho čekat.
- **Při používání barev** mějte připravené igelity (nejlépe uchycené lepicí páskou ke stolu, aby je děti nestrhly), spíše než kelímky s vodou raději použijte skleničky/porcelánové hrnky nebo misky (hůře se převrhnou), štětce nenechávejte ve skleničkách (ničí se tak, skleničky se snadněji převrhnou a hrozí zranění štětcem), mějte po ruce hadr na utření rukou z nejhoršího (zvláště u používání prstových barev) a teprve pak pošlete děti do koupelny, temperové barvy dětem sami vymáčkněte na paletu/fólii/modelovací podložku (předcházíme tak plýtvání, děti nejsou schopné odhadnout potřebné množství).
- Malá (původní) sklenička tuše nejlépe stojí ve skleničce či kelímku se širším dnem.
- Vyzkoušejte si práci s technikou nebo materiálem, se kterým nemáte zkušenost, předtím, než s ním začnete pracovat s dětmi (pak vás nic nepřekvapí).
- Výtvary se suchým pastelem je potřeba na závěr přelakovat lakem na vlasy.
- **Místo vodovek lze použít rozmíchanou potravinářskou barvu.**
- Pořizujte výtvarný materiál ve velkém množství, vyjde to levněji (velké temperové barvy, velké balení barevných papírů, ...).

Tipy k hudebně-dramatickým aktivitám

Vyrobte si obrázkové zpěvníky. Ke sloům písničky doplňte obrázek jako nápo- vědu. Např.: Skákal pes – skákající pes, Přes oves – pole s ovsem, ...

Tipy na levné hudební nástroje: Místo ozvučných dřívěk lze využít klacíky, vařečky, bambusové tyčky. Chrasítka lze vyrobit z kindervajíček, pixliček od šumivých tablet, krabiček od sypaných čajů atd. Dají se vyrobit i další nástroje, jako jsou bubínky a zvonkohry, nebo třeba kastaněty ze skořápek oříšků nebo z magnetů.

Využijte i hudební talent dětí. Mohou si na schůzku donést hudební nástroj, na který se učí, a něco zahrát. Pro zpěv vybírejte písničky výše položené, děti ve věku předškoláků zpravidla zpívají o něco výše než netrénovaný dospělý. Pokud si nejste jistí, jestli tónina vyhovuje, pozorujte, jestli děti moc nebručí nebo naopak nepískají. Máte-li možnost, hrajte si s úpravou tóniny např. pomocí kapodastru na kytaru a ptejte se dětí, jestli jim je pohodlné takto zpívat. Písničky vybírejte také s menším rozsahem, tedy malým počtem tónů – cca 5 (např. píseň Ovčáci čtveráci má malý tónový rozsah).

Pokud nehrajete na hudební nástroj, poptejte se ve středisku. Benjamínci mohou být příjemná skupina k doprovázení pro začínající kytaristy např. z řad skautů a skautek. Písničky pro ně stačí jednoduché na pár akordů a nadšeně budou zpívat i přes případné nedokonalosti v doprovodu. Zkušenější hudebníci si mohou připravit speciální program s představením jednotlivých nástrojů.

Tipy na dramatické aktivity

Nemusíte se těchto aktivit bát, i když nejste herecky nadaní. Dětem stačí často dát jen téma a prostor. Mějte krabici s kostýmy, nějaké sukně, šátky, vesty, rohy, uši, čepičky. Kostýmy si můžete i vyrobit – koruny, rohy, šátky atd. Také lze využít barvy na obličej. Můžete použít příběhové kostky, pohádky, dixitové karty, vánoční příběhy, pověsti atd.

Tipy k reálné činnosti

Jaké další reálné činnosti se nabízejí?

Kromě příkladů reálných činností uvedených v této kapitole můžete benjamínky zapojit do brigády u klubovny, kde mohou např. hrabat listí. Zkuste společně něco vypěstovat, poslat z výpravy nebo tábora domů pohled nebo dopis nebo třeba jít společně na nákup. Kromě těchto příkladů můžete zkusit cokoli, co je možné dělat reálně, a ne si na to hrát.

Při reálné činnosti pracujeme s benjamínky společně – ukazujeme tím benjamínkům dobrý příklad.

Na co dát pozor u vaření?

Kromě hlídání, aby se někdo neporezal nebo neopařil, je při přípravě jídla potřeba dávat pozor i na hygienu. Před tím, než benjamínky pustíte k přípravě jídla, je nutné, aby si důkladně umyli ruce. Pro děti nemusí být zatím samozřejmostí si

ruce umývat mýdlem. Často si i během práce s jídlem (např. těstem) olizují prsty. Je dobré toto chování hlídat a upozorňovat na něj.



TIP NA HRU

1–2 benjamínci dostanou na ruku trochu barvy (např. prstové). Poté si postupně s někým podají ruku (snažte se, aby si ji podal každý s každým). Poté si ukažte, jak se snadno přenášejí bakterie a proč je důležité si mýt ruce i třeba před vařením.

Můžete na mytí rukou zařadit také básničku či jej připomínat návodem, např. *Aby byly ručičky čisté jako rybičky.*



Tipy ke svobodné hře

Zde najdete několik tipů, **jak nastartovat svobodnou hru**. Cílem je aktivitu začít a pak benjamínky nechat, aby s hrou sami pokračovali – jako vedoucí můžete spíš pozorovat, jak se hra rozvine:

- **Stavění** čehokoliv z různých materiálů.
- **Kuličky a kuličkové dráhy**. Stavba drah z různých materiálů (kůra, písek, bláto, ...) a zkoumání jízdních vlastností kuličky. Místo kuličky můžete použít tenisový, pingpongový nebo golfový míček.
- **Stříkání vody na cíl**. Např. využití injekčních stříkaček – nejprve rozehrajte jako společnou hru (dávám napít nějakému zvířátku) a pak nechte děti, ať pokračují dále samy.
- **Kudy teče voda**. Zkoumání, jak zařídit dráhu pro vodu, aby tekla, kam chceme. Lze využít i během deště.
- **Kaluže**. Jak velkou kaluž přeskočíte suchou holínkou? Kalužní svět – kdo tam žije (můžete využít postavičky nebo přírodniny) a tvoření příběhů.

Tipy, jak na vodácké aktivity

Jak na strach z převržení

Myslete na to, že většina benjamínků na lodi nikdy neseděla, proto **mohou mít strach** z převržení. Ještě na souši dětem připomeňte, že na sobě budou mít vestu, ve které se dá snadno plavat a nelze se v ní utopit. Pokud to čas a podmínky dovolují, je dobré nechat benjamínky plavání ve vestách s předstihem vyzkoušet (např. v rámci koupání) nebo si v nich zahrát hry. Benjamínky ujistěte, že pramice se nedá tak snadno převrátit a když budou opatrní, žádné nebezpečí jim nehrozí. V rámci hry, ale i mimo ni, je také možné nechat je stabilitu lodi vyzkoušet. Děti si pak budou připadat bezpečněji, když budou vědět, jak jejich vesta a loď reaguje. Na loď ale nikdy nenuťte nikoho, kdo se opravdu bojí!

Co se dál hodí, pokud chcete plavbu na lodi zařazovat častěji? Např. protože jste oddíl vodních benjamínků?

Před samotnou plavbou je dále důležité dětem ukázat, jak se správně drží pádlo, jak se s ním zachází a jak se nosí, aniž by s ním ublížili ostatním v posádce. Je také možné do programu zařadit trénink pádlování na suchu, aby benjamínci měli představu, jak to na lodi chodí a co mají vlastně dělat. Benjamínky lze učit běžné úkony členů posádky jako např. sezení na kraji lodi těsně u bortu, pádlování vpřed a vzad, povinnosti háčků či mytí lodi (to je pro děti velmi oblíbená zábava). Není

Praktické rady pro vedení benjamínků

vhodné po nich přísně vyžadovat správnou techniku základního záběru, znalost dalších záběrů a povelů nebo dokonce s nimi trénovat vytrvalost. Mnohem důležitější je naučit je pádlo správně držet, případně se pokoušet udržovat rytmus pádlování v posádce.

Vyrazíte-li s benjamínky na loď, můžete společné projížďky využít i k podpoře symbolických rámců či „vodácké romantiky“. Taková plavba totiž může být spojená i s povídáním příběhů či pohádek, vyprávěním o přírodě kolem vody, jejích krásách, zákonitostech vodního světa apod. Vidět zblízka vodní rostliny, hnízdící ptáky na břehu nebo ryby vyskakující nad hladinu a zároveň se o nich něco dozvědět (pochopitelně přiměřeně věku) přinese benjamínkům mnohem větší zážitek a zkušenost, než pouhé povídání o těchto věcech na souši. Plavbou na lodi lze zároveň prakticky navázat i na kompetence z oblasti Příroda kolem nás.

Metodické materiály

Časopis Ben Já Mína

Hromadí se nám časopisy, co s tím?

Časopis Ben Já Mína chodí čtyřikrát ročně. Pokud bychom chtěli využít veškerý program, který v něm je, zabralo by nám to velkou část schůzek a alespoň jednu výpravu. Jelikož většinou budeme mít i jiný program, všechno nestihneme. Pokud se nám začnou nedokončené nebo úplně nové časopisy hromadit, může být lepší je benjamínkům průběžně rozdávat, i když jsme nevyužili všechny aktivity – když přijde nový časopis, tak ten starý rozdáme benjamínkům.

Jak si benjamínci poznají časopisy?

Časopis má na obálce místo na podepsání. Benjamínci si buď mohou časopisy podepisovat sami (což nemusí být úplně spolehlivé), nebo jim je podepíšeme my vedoucí ještě před rozdáním.



Využití Ben Já Mína karet

Kromě aktivit na rubu můžeme využít i ilustrace na lícové straně karet, které jsou plné barevných obrázků:

- Jako **karty Dixit** – jako karty k příběhové vykládací hře, v níž se hráči střídají v roli vypravěče a popisují kartu, která je položena lícem dolů na stole. Ostatní hráči k ní přidají jednu ze svých karet, karty se zamíchají a otočí. Hráči pak tipují, kterou z karet vypravěč popisoval. Nechme benjamínky hrát tuto hru podle nich, budeme překvapeni, jak si s ní poradí.
- Pro **zpětnou vazbu** si s benjamínky sedneme do kruhu a doprostřed rozprostřeme karty lícovou stranou nahoru. Benjamínkům dáme za úkol, aby si vybrali takovou kartu, která nejvíce odpovídá jejich zážitku ze hry/schůzky/výpravy. Následně postupně všichni ukazují vybrané karty a říkají, proč si kartu vybrali. Nezapomeňme, že se benjamínky teprve poskytování zpětné vazby učí, a podle toho bude jejich zpětná vazba vypadat. Více ke zpětné vazbě s benjamínky v kapitole ➔ **Program – Zpětná vazba**.
- Jako **emocionální karty**. Karty můžeme využít při aktivitách, kde bychom potřebovali emocionální karty. Inspiraci na takové programy naleznete v programovém listu ∞ **Pocity a emoce**³⁶.

Děti ve věku benjamínků

Tato podkapitola se týká následující kapitoly na str. 120.

Jak připravit stezku odvahy pro benjamínky?

Stezka odvahy je **aktivita, která se hodí spíše pro starší děti**, ale je možné ji připravit i pro benjamínky. Při přípravě **je důležité pamatovat** na to, že benjamínky nemusí být zvyklí na to být o samotě a jít někde sami by pro některé z nich mohlo být samo o sobě moc náročné.

Stezku odvahy připravujeme podle možností, které máme. Když jsme na výpravě v lese, můžeme vyznačit cestu (např. pomocí benjamínkovských šátek nebo šipek z přírodnin), kterou benjamínky buď sami nebo ve dvojici projdou. Když někdo jít nechce, nemusí nebo může jít s vedoucím. Může se hodit, aby se poblíž nejvzdálenějšího nebo méně jasného místa schoval někdo z vedoucích, kdo kontroluje, že nikdo nesešel z cesty. Děti, ve věku benjamínků obzvlášť, rozhodně není vhodné během stezky odvahy navíc cíleně strašit vybařením apod.

Další možností je noční stezka odvahy během přespání na výpravě nebo táboře. V tomto případě je vhodné připravit kratší stezku pro benjamínky ve známém terénu. Pro stezku odvahy za tmy se hodí baterky. Není vhodné benjamínky na aktivity budít, hru zařazujeme na večer po setmění.

Konkrétní tipy k trestům a odměnám

Odměny

Příklady použití slovního ocenění, které posílí vnitřní motivaci dítěte lépe než pochvala:

Odměny/Pochvaly	Ocenění
Jste šikulky.	Vidím, že jste po kreslení uklidili všechny pastelky. Můžeme vyrazit ven.
Jsi statečný.	Zvládnul jsi překonat sám sebe, došel jsi ke svíče a zpátky.
Krásně jsi to nakreslila.	Líbí se mi, že sis dala s obrázkem práci. Vidím u domečku i psi boudu se psem.

Tresty

Další příklady, jak řešit některé situace, kdy bychom dříve měli tendenci použít trest:

Pepík přijde pozdě na svolání benjamínků a nemá blok ani tužku.

Trest	Hledání příčiny
To snad nemyslíš vážně. Za trest si dej 10 dřepů a upaluj zpátky pro blok a tužku.	Pepíku, co se stalo? Měl sis s sebou vzít blok a tužku.

Anička si místo poslouchání pravidel hry trhala kytičky na louce.

Trest	Přirozený důsledek
Když jsi nedávala pozor při vysvětlování pravidel, tak nebudeš hrát.	Když jsi při vysvětlování pravidel nedávala pozor a nevíš, jak se ta hra hraje, tak si pojď teď sednout, ať to ostatním nekazíš.

Hopík omylem rozlil celou láhev se šťávou po stole. Šťáva trochu namočila i obrázek, který Řehťačka nakreslila.

Trest	Přirozený důsledek
Hopík teď dostává černý puntík a na konci schůzky jeho samolepku dostane Řehťačka.	Pojď, půjdeme to spolu uklidit. Pojďme se také s Řehťačkou domluvit, jak opravíme její obrázek. Přišlo by mi taky dobré se jí omluvit.

Mám podezření, že benjamínek je ve vývoji jiný, než většina dětí – nemá nějakou „poruchu“?

U benjamínků mohou být ve vývoji velké rozdíly (především řeč, rozumové a pohybové schopnosti). Jako vedoucí se většinou setkáme s dětmi, které již navštěvují mateřskou školu, a tedy případné odchylky ve vývoji už velmi pravděpodobně někdo řeší. Můžete se tedy obecně rodičů poptat např.: „*Chtěla bych se zeptat, jestli jste od školky získali nějaké postřehy ohledně Markétky, které by nám mohly pomoci při práci s ní v oddíle,*“ a dle odpovědi rodičů buď jen využít získaných informací, anebo zvážit případné upozornění na vaše postřehy. Pokud by rodič váhal, kam se obrátit, vhodným doporučením je pediatr či právě poptání na doporučení v mateřské škole.

Jak řešit situaci, kdy mi dítě lže?

Pokud zjistíte nebo máte podezření, že vám benjamínek neříká pravdu, jako první zkuste zachovat klidnou hlavu. Citlivě pak pátrejte po důvodu, proč benjamínek lže. Mezi časté důvody může patřit např. strach z trestu, a to i když v oddíle tresty nepoužíváte. Dítě může být zvyklé, že za některé situace je v jiném prostředí trestáno. V takovém případě je důležité benjamínka ujistit, že je vždy v pořádku říct pravdu. Např. přiznat se k tomu, kdo vylil po stole pití, a stane se pouze to, že to společně uklidíte. Dalším důvodem může být potřeba patřit do skupiny, typicky to, že všechny děti mají doma zvířátko a benjamínek vyhrkne: „*Já taky,*“ protože by třeba zvířátko moc chtěl. Ani tehdy není vhodné dítě hlasitě usvědčit ze lži. Můžeme zkusit taktně uvést informaci na pravou míru: „*Aha, ty bys tak moc chtěl zvířátko, že si představuješ, jak ho už máš,*“ nebo se ujistit mezi čtyřma očima, jaká je realita. Někdy může být lež voláním o pozornost vedoucích a rodičů. V takovém případě je více než vyšetřování pravdy důležité, aby dítě dostávalo pozornost

i jindy, aniž by si muselo vymýšlet. Skvělou příležitostí jsou třeba výpravy, kdy si může chvilku cestou vedoucí s benjamínkem povídat. V neposlední řadě může jít o projev tzv. magického myšlení, o kterém se dozvíte v kapitole ➔ [Děti ve věku benjamínků – Myšlení.](#)



Další doporučení a inspirace

Když se aktivita osvědčí, jak si ji uložit na příště?

Dle našich preferencí můžeme vyzkoušet některou z následujících variant. Můžeme si vyrobit osobní vytisklé „herníčky“ – vytisknout každou aktivitu a založit do šanonu. Výhoda je, že nepotřebujeme elektřinu ani data, nevýhoda je, že se hůře sdílí s ostatními a musíme tisknout. Dobře funguje online sdílené úložiště (Google Disk a jiné), lze pak hry sdílet s celým vedením, průběžně psát poznámky či upravovat aktivity. Nevýhodou je, že potřebujeme, aby všichni s úložištěm uměli pracovat a měli připojení k internetu (např. i na táboře). Dalšími možnostmi jsou společná knihovnička v klubovně na to, co máme v knihách, či si jen můžeme sepisovat seznam knih, které si půjčíme z knihovny. Způsoby se dají také kombinovat, např. si vytisknout ze sdíleného disku jen věci na tábor a poznámky doplnit po táboře.

Jak si ukládat nápady?

Na nápady je možné založit třeba dokument Odkladiště nápadů, kam si ukládáme nápady k použití později – třeba rukodělna, hra, kterou hrál někdo jiný, atd. Podobně může fungovat oddílový „wishlist“, kam si píšeme nápady, co je možné koupit, až bude vhodná příležitost (v rámci rozpočtu větší akce – např. tábora, dotace apod.).

Jak naložit s programem a materiálem z něho?

Pokud se program povedl nebo ho chceme jen mírně upravit, můžeme pomůcky a materiál na něj znovu využít příště. K uchování mohou sloužit desky i šanony uskladněné v klubovně. Něco se dá zalaminovat a používat opakovaně.

Ze samotného programu je dobré si zapsat poznámky k zpětné vazbě (blok, sdílený disk). Nemusíme neustále vymýšlet nové aktivity nebo místa na výpravu, ale můžeme jen vylepšovat to, co se nám osvědčilo. Ušetří nám to čas a také využijeme materiál, který už máme (např. zlatě nabarvené kamínky se dají využít v různých hrách, kde mohou nahradit i jiné druhy pokladu).

Jak využít nebo nevyužít svoje zážitky z dětství?

Co jsme zažili my, nemusí automaticky zažít někdo jiný. Je důležité přemýšlet nad tím, proč jsme určité aktivity dělali a co tehdy přinášely dětem. Na druhou stranu, pokud něco bylo dobré, můžeme to využít – zachovat hezké zvyky a rituály a znovu zařadit oblíbené aktivity. Vždy bychom měli přemýšlet nad tím, co daná aktivita přinese dětem a zda je přiměřená jejich věku.

To, co jsme zažili jako světlušky nebo vlčata, nemusí být automaticky vhodné pro benjamínky. Může to pro ně být přiměřené až později, když budou u vlčat nebo světlušek. Např. Závod vlčat a světlušek je pro benjamínky příliš náročný. Zjednodušené aktivity mohou mít podobný přínos jako pokladovka a závodění samo o sobě nemusí být vhodné – viz kapitola [➔ Děti ve věku benjamínků – Sebehodnocení a sebepojetí](#). Pokud nám chybí setkávání s dalšími oddíly, je dobrou variantou např. výprava se sousedním oddílem benjamínků, světlušek, vlčat nebo žabiček.

Někdy máme negativní vzpomínky na aktivitu, která ale sama o sobě nebyla nevhodná, jen špatně připravená. Stačí upravit podmínky – nezařazovat noční hru po náročné výpravě, kdy jsou děti unavené, nebo být při vyrábění trpělivější. Zkusme si negativní zážitek odosobnit a podívat se na danou aktivitu bez kontextu situace.

Poučme se z chyb vedoucích kolem nás, ale také z toho, co jim fungovalo. Je v pořádku hledat inspiraci i mimo oddíl, např. ze zážitků z dětství u babičky, ve školce nebo na výpravě s rodiči. Vždy je však třeba zvážit, zda je aktivita přiměřená věkové skupině a jaký bude mít přínos.





Děti ve věku benjamíneků

Poznejte, jak se benjamínci vyvíjejí tělesně i psychicky a co to znamená pro jejich potřeby a skautské zážitky.

Toto období je jedno z nejdůležitějších vývojových období v životě člověka. Lidský mozek je v tomto věku velmi tvárný. To, co se dítě naučí do šesti let, a s jakými výchovnými přístupy a vzory ze strany dospělých se do té doby seznámí a potká, ho pak formuje po celý další život.

V následující kapitole se zaměříme na to, čím je benjamínek vzhledem ke svému věku specifický, co od něj můžeme očekávat a jak s tímto poznáním výchovně naložit. Kapitola je rozdělena do pěti základních oblastí vývoje dítěte: Benjamínek a jeho tělo (senzomotorický vývoj), Benjamínek a jeho psychika, Benjamínek a ten druhý, Benjamínek a společnost a konečně Benjamínek a hra. Hned na začátku je třeba zdůraznit, že každý benjamínek se v každé z oblastí vyvíjí svým, a tedy odlišným, tempem. Jsou činnosti, které mu jdou přirozeně lépe, a některé naopak hůře. Kapitola nabízí vodítka, která popisují, jaké činnosti děti přibližně v daném věku, při zdravém vývoji, zvládají. Je velmi důležité, abychom je skutečně pouze jako vodítka vnímali a při práci s benjamínky vycházeli především z jejich vlastních specifik a vývojových potřeb. Vodítka slouží pro potřeby nás vedoucích, abychom měli lepší představu o tom, jaké nároky na děti může námi připravený program klást, neslouží k jejich hodnocení nebo srovnávání mezi sebou.

Benjamínek a jeho tělo aneb pohybový (senzomotorický) vývoj

Dítě v tomto věku žije pohybem. Potřeba pohybu je tak velká, že dítě raději popoběhne, než někam dojde. S tímto faktem je třeba u benjamíneků počítat a rozhodně je za to netrestat. Je vhodné přizpůsobit tomu prostor pro setkávání v klubovně. Z důvodu bezpečnosti je dobré společně s dětmi nastavit pravidla (více níže v kapitole [➔ Děti ve věku benjamíneků – Prosociální chování](#)).

Zařazování pohybových aktivit je více než vhodné. Neplatí však pravidlo „čím více, tím lépe“. Děti se mohou snadno unavit, a tak je třeba, aby byly pohybové a klidové aktivity střídány podle aktuálních potřeb dětí. Na úvod zařazujeme rychlé pohybové hry, např. honičky různého typu (Na mrazíka, Na rybičky a rybáře, klasické předávací honičky, honičky ve dvojici, hry Na sochy atd.) nebo jiné pohybové aktivity, např. zkoumání okolí – vyběhnout a seběhnout kopec, kutálet sudy, prodírat se křovím, lézt na stromy... Ke konci se děti mohou protáhnout, popřípadě mohou i relaxovat. Také necháváme děti, aby přicházely s vlastními návrhy na pohybové hry, které mají rády a které pak můžeme kreativně obměňovat (např. podle tématu schůzky).

Hrubá motorika

Hrubá motorika se týká celkového pohybu a je důležitá pro správný rozvoj nervové soustavy, především myšlení a řeči.

Pětileté dítě většinou zvládne: skok sounož, přeskok přes nízkou překážku, při chůzi po schodech střídá nohy, stoj se zavřenýma očima, přeskok přes čáru, přejde po čáře, stoj na špičkách s otevřenýma očima, poskoky na jedné noze, chůzi po mírně zvýšené ploše, přejde přes spadlý strom.

Výše uvedené prvky můžeme zařazovat do pohybových her (opičí dráhy apod.). Pokud předškolní děti něco baví, dožadují se neustálého opakování, a tím se dokážou zdokonalovat.



Vše je třeba brát individuálně, podle konkrétních svěřených dětí. Děti mohou uvedené prvky zvládat samostatně, nebo s dopomocí. Pokud někomu něco nejde, nevyvíjíme nátlak a v žádném případě **nesrovnáváme!** Naopak můžeme srovnávat vlastní výkony v čase (více v kapitole [➔ Program – Seberozvojové aktivity.](#))

Při hrách s benjamínky si dáváme pozor na chytání dětí pouze za zápěstí. Zápěstní kůstky nejsou zcela pevné a mohly by se úchopem dospělých poškodit. Děti proto bereme raději v podpaží anebo za předloktí. Toto pravidlo platí pro děti do cca 7 let, které nemají pevně vyvinuté chrupavky.

Plánujeme-li s dětmi výpravu, počítáme zpočátku s kratšími vzdálenostmi (2–4 km). Bezpečně si vyzkoušíme, kolik děti dokážou ujít, aniž by byly otrávené. Je vhodné zařazovat více přestávek, protože dětem stačí krátká doba k nabrání nových sil.



AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA



[Trávicí soustava](#)³⁷

Děti hravě poznávají, co se děje v těle s jídlem. Pohybová aktivita (překážková dráha) podporuje porozumění trávicí soustavě a rozvíjí koordinaci.



2. ročník
1. číslo
5. dvoustrana



[Neobyčejné putování tělem](#)³⁸

Děti objevují, jak putuje potrava tělem. Aktivita propojuje rozvoj hrubé motoriky a seznamování se s trávicí soustavou. Další varianta překážkové dráhy.



7. ročník
3. číslo
6. dvoustrana



[Hra na kopřivu](#)³⁹

Pohybová hra s říkankou dětem zábavně přibližuje, že kopřiva pálí. Spojuje pohyb a hru s učení o rostlinách.



1. ročník
3. číslo
5. dvoustrana

Jemná motorika

Jemná motorika označuje pohyby menších svalových skupin. Jemná motorika ruky se postará o spolupráci prstů. Jemná motorika mluvidel zajistí dobrý pohyb jazyka a rtů. Jemná motorika oka vede pohyb očí správným směrem.

Pětileté dítě zvládá (některým je potřeba dopomoci): manipulaci s drobnými předměty (navlékání korálků, zasouvání kolíčků do otvorů apod.), stříhání a trhání papíru, lepení.

Tyto aktivity procvičují jemnou motoriku. Rukodělné aktivity procvičují koordinaci oka a ruky a přispívají k rozvoji psaní.

Výše uvedené aktivity lze zařadit jak při práci venku (vytváření koláží, mandal z přírodnin; navlékání jeřabin, sběr kaštanů, žaludů, šišek apod.), tak i v klubovně (např. výroba herbářů, barevné palety apod.).

Kresba dítěte je zpočátku zobrazením reality, jak ji dítě chápe. Mladší děti kreslí spíše podle toho, co jim přijde důležité. Ke konci předškolního období děti kreslí spíše to, co vidí.

Mezi 3 a 4 rokem se objevují hlavonožci (postavy s hlavou a končetinami), mezi 4 a 5 lety mají postavy i trup a mezi 5 a 6 lety začínají přibývat další detaily (vlasy, uši, řasy, obočí, knoflíky na oblečení, 5 prstů atp.). Děti kreslí náměty, které znají a které je zajímají. Některé děti kreslení nevyhledávají nebo začnou více kreslit až ke konci předškolního období.



JAK VYUŽÍT DĚTSKOU KRESBU

Kresba dětí vychází z nich samých a je to jeden z jim blízkých způsobů komunikace. Toto je možné využít třeba ke zpětné vazbě k výpravě. Děti mohou své zážitky nakreslit a pak je necháme o obrázku vyprávět. Čtyřleté děti budou spíše popisovat jednotlivé nakreslené předměty. Pětileté a starší děti zvládají vyprávění s dějem. Při popisu obrázků je proto dobré už u nejmladších dětí pokládat otázku: „Co se děje na obrázku?“



AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA

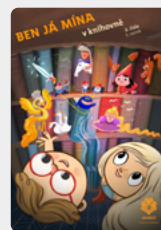


Historie lepení⁴⁰

Děti zkusí lepení s přírodními materiály a zjišťují, jaké lepidlo drží nejlépe. Při aktivitě je rozvíjena jemná motorika i přirodná dětská zvědavost.



6. ročník
5. číslo
3. dvoustrana



Spirála⁴¹

Děti procvičí jemnou motoriku stříháním při výrobě spirály nad kamna. Spirálou pak mohou ověřit princip, že teplý vzduch stoupá vzhůru.



5. ročník
2. číslo
3. dvoustrana



Dokreslování žilek⁴²

Děti si procvičí jemnou motoriku kreslením přesných žilek listů. Aktivita dále rozvíjí soustředění na vykonávanou činnost a detaily.



1. ročník
1. číslo
2. dvoustrana



Cesta do vesmíru⁴³

Děti rozvíjejí prostorovou představivost a jemnou motoriku tím, že doplňují chybějící části známých předmětů.



1. ročník
5. číslo
3. dvoustrana

Zrakové vnímání

Čtyřleté děti dokážou pojmenovat základní barvy. Teprve v 5 letech k základním barvám přiřadí jejich odstíny. Pokud s benjamínky hrajeme puzzle, ve 4 letech poskládá dítě samostatně obrázek ze 4 až 6 částí. Pokud děti skládání baví, rychle se zlepšují a dokážou poskládat obrázky z více částí. Čtyřleté dítě si dokáže zapamatovat 3 předměty nebo obrázky, které předtím chvíli vidělo. Pětileté dítě si pamatuje 3 obrázky ze 6 ukázaných obrázků. Když benjamínki sledují obrázky nebo předměty v řadě, úmyslně je vedeme, aby je sledovali zleva doprava. Připravují se tak na čtení.

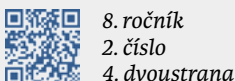


AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA



∞ Stínové autoportréty⁴⁴

Kreslením a experimentem se světlem si děti osvojují pojem fotografie a portrétu a zkoumají, jak lze zachytit obraz bez použití moderního fotoaparátu.



8. ročník

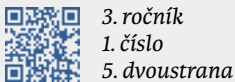
2. číslo

4. dvoustrana



∞ Srodinou u stolu⁴⁵

Hledáním rozdílů v obrázku děti rozvíjejí vnímání detailů. Navíc aktivita nabízí příležitost k přemýšlení o tom, co dříve lidé jedli a jaká je historie stravování.



3. ročník

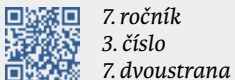
1. číslo

5. dvoustrana



∞ Stromy⁴⁶

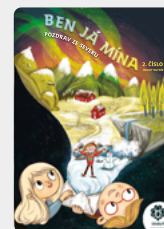
Pozorováním a porovnáváním siluet stromů si děti procvičují vizuální vnímání a uvědomují si podobnost mezi přírodou a lidským tělem.



7. ročník

3. číslo

7. dvoustrana



∞ Zvířata⁴⁷

Benjamínki přiřazují části těla k jejich obrysům, které si předtím obtáhnou. Aktivita podporuje rozvoj zrakového vnímání, především zařazení detailu do celku.



2. ročník

2. číslo

2. dvoustrana

Sluchové vnímání

Ve 3–4 letech dítě ukáže směr, odkud přichází zvuk. Ve 4 letech pozná písně podle melodie a dokáže poslouchat krátký příběh nebo pohádku.

Sluchová paměť benjamínků se postupně vyvíjí. Od 4 let dokážou děti zopakovat větu ze 4 slov nebo 3 nesouvisející slova. V 5 letech větu z 5 slov a 4 nesouvisející slova. V 6 letech větu z více slov a 5 nesouvisejících slov. Toto lze využít v různých komunikačních hrách.

Rozpočítadla zvládají děti od 4 let (dokážou rozdělit slovo na slabiky).

Slovní fotbal dokážou hrát až starší šestileté, spíše sedmileté děti. V 5 letech také určí první hlásku slova (např. hry typu Přijela tetička z Ameriky a přivezla mi...).



- všichni/skupiny
- do 30 min
- příprava: žádná
- klubovna/venku



... VŠECHNO, CO ZAČÍNÁ NA „S“

Děti sedí v kruhu. První začne: „Přijela tetička z Číny a přivezla mi sušenky a sněhuláka.“ atd.

- Hrajte dokola, tolikrát, dokud bude děti hra bavit nebo si budou troufat. V dalším kroku zkuste jet pozpátku a vzpomínat, kdo co řekl.
- Vybírejte další hlásky nebo nechte děti, ať vyberou samy.

... VŠECHNA ZVÍŘATA, KTERÁ ZAČÍNÁJÍ NA „S“

Starší děti (7+ let) mohou vybírat jen slova z určité kategorie: hračky, zvířata aj.: „Přijela tetička z Číny a přivezla mi sýkorku.“ atd.

- všichni
- do 30 min
- příprava: žádná
- klubovna/venku



KDYŽ ZAVŘETE OČI

Najděte pro děti pohodlné místo a řekněte jim, ať si lehnou nebo sednou, podle toho, co je komu příjemné. Děti zavrou oči a naslouchají okolí. Co všechno slyší? Rozeznají všechny zvuky? Jaké jsou? Příjemné, nebo ne?

- Určete si časový limit na poslouchání. Pak si s dětmi sedněte a ptejte se, co všechno slyšely. Zda dokáží pojmenovat to, co zvuky vydávalo. Které zvuky byly ne/příjemné, které ne/známé, co asi znamenají?



AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA



∞ Co slyšíte, když zavřete oči?⁴⁸

Zavřením očí a soustředěným nasloucháním si děti rozvíjejí smyslové vnímání, všímavost a uvědomují si zvuky okolního světa.



5. ročník
2. číslo
6. dvoustrana



∞ Dendrofony⁴⁹

Při stavbě jednoduchého hudebního nástroje z klacků děti objevují rozdíly v tónech. Učí se vnímat zvuk a tvořit z přírodnin.



1. ročník
4. číslo
6. dvoustrana



∞ Hrát mohou i obyčejné věci⁵⁰

Aktivita rozvíjí sluchové vnímání a kreativitu. Děti zkoumají zvuky běžných předmětů a učí se rozpoznávat je sluchem.



8. ročník
3. číslo
3. dvoustrana



∞ Písnička Starý Janek farmu měl⁵¹

Spojováním zvířat s jejich zvuky a zpěvem známé písničky si děti rozvíjejí hudební sluch, jazyk i paměť hravou a rytmickou formou.



3. ročník
3. číslo
6. dvoustrana

Hmat

Ve 4 letech pozná dítě hmatem výrazně odlišné hračky. Čtyřleté až pětileté děti poznají hmatem zvířátka ve velikosti cca 10 cm. V pěti letech dokáže dítě rozlišit hmatem různé povrchy a materiály.



AKTIVITY

UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA

Všechny tři oblasti (zrak, sluch, hmat) lze využít při Kimových hrách. S pětiletými dětmi začínejte se 4 až 5 předměty (s čtyřletými dětmi se třemi), pak můžete postupně přidávat. Sedmileté děti by mohly zvládnout až 10 předmětů.



[Bosonohá stezka](#)⁵²

Chůzí naboso po šiškách, kamíncích či písku děti poznávají různé povrchy. Aktivita podporuje smyslové vnímání, rovnováhu i kontakt s přírodou.



4. ročník
5. číslo
7. dvoustrana



[Pytlíček s tajemstvím](#)⁵³

Lovení předmětů z pytlíku rozvíjí dětský hmat, soustředění a schopnost poznávat věci bez zraku, což podporuje jejich smyslové vnímání.



3. ročník
7. číslo
8. dvoustrana



[Plácání mistichek z jílu](#)⁵⁴

Tato aktivita umožňuje poznávat hmatem strukturu a tvar materiálu. Dále rozvíjí jemnou motoriku, trpělivost a děti tím poznávají vlastnosti přírodnin.



3. ročník
3. číslo
2. dvoustrana

Sebeobsluha a samostatnost

V této oblasti najdeme větší rozdíly mezi mladšími a staršími předškolními dětmi. Zde je velmi důležitý také přístup rodičů, neboť spoustu věcí může dítě umět samo dříve (nebo později) už z domova, záleží také, zda má sourozence, nebo ne.

Co se týče **používání toalety**, i čtyřleté dítě si na wc dojde a zvládne si stáhnout a zase natáhnout oblečení. Mezi 4 a 5 rokem začíná samostatně používat toaletní papír. Děti mezi 3,5 a 4 lety si umí samy po použití wc umýt a utřít ruce. Pětileté až šestileté dítě již zvládá hygienu zcela samostatně – na wc jde samo, použije toaletní papír a splachovací zařízení, umyje a utře si ruce. Mytí rukou je však třeba benjamínkům stále připomínat.

U dětí v předškolním a mladším školním věku se můžeme setkat s **pomočováním**. Ve 4 letech dojde občas k úniku moči přibližně u třetiny dětí. Toto číslo se s věkem snižuje. Kromě nočního pomočování se občas může stát, že si dítě nestihne dojit na záchod ani během dne, důvodem může být, že se soustředilo na aktivitu, kterou dělá, a na záchod si dojit zapomnělo. Jak takové situace řešit, najdete v kapitole [Praktické rady pro vedení benjamínků – Nehody při vylučování a hygiena](#).

Podobně je to i s **oblékáním**. Čtyřleté dítě potřebuje poradit, co si má obléct, a stejně tak potřebuje pomoci se zapínáním knoflíků a zavazováním tkaniček. Pětileté až šestileté děti toto zvládají již samostatně, popřípadě potřebují upřesnit, co na sebe.

Čtyřleté dítě se na upozornění vysmrká, mezi 4 a 5 lety používá kapesník samostatně.

V oblasti **stolování** se čtyřleté dítě dokáže čistě najíst lžičkou a vidličkou, mezi 4,5 a 5 lety začíná používat příborový nůž a v 5 až 5,5 letech krájí jídlo nožem. Pětileté dítě si namaže chleba s dopomocí a nalije si nápoj ze džbánu. Šestileté dítě používá samostatně příbor, samo si namaže chleba a nalije polévku.



AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA



Oblékání⁵⁵

Při výběru vhodného oblečení se benjamínci učí samostatnosti. Navíc je aktivita učí správně přizpůsobit svůj oděv aktuálnímu počasí a podmínkám.



4. ročník
5. číslo
5. dvoustrana



Balení batohu⁵⁶

Výběrem svačiny na výlet si děti uvědomují, co je zdravé a praktické jíst venku, a rozvíjejí své rozhodovací schopnosti.



2. ročník
2. číslo
5. dvoustrana

Psychický vývoj benjamínka

Myšlení

Myšlení předškolních dětí je názorné a intuitivní.

Typickými znaky jsou:

Sebestřednost (egocentrismus). Vychází ze sebe a ze svých potřeb. Myšlení podřizuje svému vlastnímu pohledu na skutečnost. Myslí si, že to, co je důležité pro něj, je stejně tak důležité i pro ostatní, a je pro něj těžké, že to může být jinak. Děti záměrně vedeme, aby se dokázaly na situaci podívat i očima druhého. Např. „Anička teď pláče, protože jsi jí počmárala obrázek. Tobě by se líbilo, kdyby ti někdo přemaloval tvůj obrázek?“ Snažíme se obrátit pozornost na jejich vlastní vnímání, kdyby se daná situace týkala jich samotných. Posilujeme tím empatii (vnímání pocitů ostatních).

Jevovost (fenomenismus). Dítě si všimá jednoho hlavního, pro něj podstatného rysu věci. Pokud u jevu, který se odlišuje, vnímá stejný převládající znak jako

u jevu původního, je pro ně velmi obtížné tuto představu opustit a vnímat věc jako něco jiného. Např. myslí si, že velryba je ryba, nikoli savec, neboť žije ve vodě, má ploutve a navíc má ve svém názvu slovo *ryba*, má-li jiné dítě dlouhé vlasy, myslí si, že jde o holčičku, ztotožňuje všechny (i bezdětné) ženy jako maminky, protože jeho maminka je žena.

Magičnost. Dítě v tomto věku ve velké míře využívá fantazii, a proto je přirozenou součástí jeho myšlení a vnímání (čím je mladší, tím více). Zjednodušuje si tím svět, kterému ještě tolik nerozumí. Fantazie mu umožňuje prožívat svět podle jeho přání. Je velmi důležité naučit se rozlišovat skutečné lhaní od tohoto „magického myšlení“. Pokud dítě řekne, že mají doma tygra, tak tomu kouskem sebe opravdu věří. I když víme, že tomu tak doopravdy není, dítě v žádném případě nekáráme, neusvědčujeme ze lži. Pokud řešíte situace, kdy děti lžou a nejde o magické myšlení, mrkněte do kapitoly [➔ Praktické rady pro vedení benjamínků – Jak řešit situaci, kdy mi dítě lže?](#)

Bezvýhradnost (absolutismus). Každé poznání má definitivní a jednoznačnou platnost. Tento způsob myšlení je jedním z projevů dětské potřeby jistoty. Nechápe relativitu názoru dospělých, která ho mate. Např. nechápe, že když je u nás noc, že na druhé straně planety je den; že postava příběhu je hodná a současně trochu zlá.

Animismus, antropomorfismus, arteficialismus. Tato tři cizí slova znamenají, že dítě má tendence polidšťovat neživé věci. Pomáhá mu to k porozumění světa. Např. sluníčko chodí po obloze, ráno vstává a večer jde spát.

Fascinace. Tato vlastnost opět vyplývá z nedostatku zkušeností. Benjamínek je obzvláště fascinován, pokud se s daným jevem ještě nesetkal. Např. na výpravě se může stát, že dítě něco zaujme, přestane vnímat, kde je a s kým tam je, a ztratí se. Je dobré mít děti rozdělené mezi vedoucí, aby měli po celou dobu venkovního pobytu přehled o celé skupině.

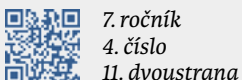


AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA



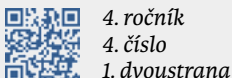
Pan Vajíčko⁵⁷

Aktivita vymýšlení šatiček pro vajíčka využívá přirozený znak myšlení u benjamínků – polidšťování neživých věcí. Děti tím navíc rozvíjí fantazii a jemnou motoriku.



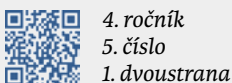
Co potřebují⁵⁸

Poznávání různých potřeb pomáhá dětem pochopit, že existují i jiné potřeby, než jejich. Podobné aktivity pomáhají rozvíjet empatii.



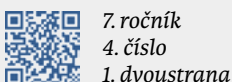
Co je pro mě cenné⁵⁹

Vyjádření toho, co je pro děti důležité a co je těší, podporuje jejich sebeuvědomění a emoční inteligenci.



Co bych si přál/a⁶⁰

Vyjádření přání pomáhá dětem rozvíjet schopnost formulovat své potřeby a posiluje jejich sebevědomí a kreativitu.



K veškerým těmto charakteristikám přistupujeme citlivě a s porozuměním, že dítě se takto neprojevuje schválně, ale vzhledem ke svému věku má na takové myšlení právo. Přispívají k jeho **potřebě bezpečí** ve „velkém“ světě. Obecně platí, že čím jsou děti starší, tím více přibývá rozumového a logického myšlení. Fantazie a představivost stále hrají velkou úlohu, ale již je děti nepotřebují k dotváření skutečnosti.

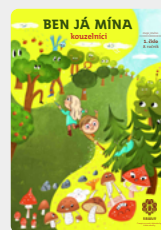
Pro obohacování vývojově přirozeně zkráceného a zjednodušeného uvažování jsou dobře využitelné metody dramatické výchovy, při kterých si děti zažívají pohled na svět z jiného úhlu, za jinou postavu apod., a rozšiřují si tak své obzory.

Fantazie

Předškolní věk je věkem fantazie. U benjamínků nemusíme vymýšlet fantastické a překombinované motivace. Tyto děti jsou přirozeně motivované a lze je snadno nadchnout. V tomto věku se vyhýbáme strašení dětí nadpřirozenými bytostmi, jako jsou strašidla, bubáci, čerti a jim podobní. Fantazie benjamínků tyto představy jen umocňuje. Nevhodného strašení využívají někdy dospělí, když dětem tvrdí, že když budou zlobit, tak je odnese čert apod. Nejen že tím vyvoláváme děsivé představy, ale také jim neříkáme pravdu. Dalším příkladem strašení benjamínků jsou nevhodně postavené stezky odvahy, kde se průběh stezky může vymknout kontrole. Jak na stezky odvahy přiměřeně věku, se dozvíte v kapitole [➔ Praktické rady pro vedení benjamínků – Jak připravit stezku odvahy pro benjamínky?](#)

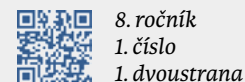


AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA



Kouzelníci⁶¹

Fantazijní rozhovor o tajemném světě za skříní podporuje představivost, slovní vyjadřování a schopnost vcítit se do příběhu.



Můj sen

- všichni
- do 30 min
- příprava: žádná
- klubovna/venku

Koláž snů

- jednotlivec
- příprava: snadná



MŮJ SEN

Povídejte si s dětmi o snech. Ptejte se jich, jestli si pamatují, co se jim v noci zdálo. Jaký příjemný sen si pamatují? Sen mohou děti nakreslit.

Jaké máme sny?

Ptejte se děti, co jsou sny. Dále si povídejte, že lidé mají také další sny, když si něco přejí, chtějí se něco naučit, někam se podívat. Ptejte se děti, jestli mají také nějaký takový sen. Děti mohou nakreslit, co si přejí.

KOLÁŽ SNŮ

Pomůcky: lepidlo, fixy, časopisy, vodovky, nůžky, čtvrtky apod.

Děti si vybírají z časopisu obrázky, které jim připomínají jejich sny. Mohou oddělit sny v noci od snů, po čem touží, co si přejí. Obrázky pak vystříhnou a nalepí na čtvrtku.

Vnímání času

Čas pro dítě není tak důležitý, a tak má tendenci délku přeceňovat (stejně jako u vzdálenosti v prostoru, kdy blízké předměty jsou pro dítě významnější, protože se mu zdají být větší než ty vzdálenější). Pro dítě je důležitá přítomnost a aktuální dění.

Dítě věku 4,5 až 5 let může zvládat: přiřadit činnosti obvyklé pro ráno, poledne a večer, přiřadit činnosti obvyklé pro dopoledne a odpoledne, rozlišit dříve a později (např. seřadí dva obrázky), rozlišit pojmy nejdříve, předtím, nyní, potom.

Dítě věku 5 až 6 let může zvládat: orientovat se ve dnech v týdnu, přiřadit činnosti obvyklé pro roční období.

Dalo by se říct, že mladší děti mají v čase zmatek, a je to nejvíce poznat v jejich vyprávění. Události na sebe nenavazují, přeskakují je (vypravují je tak, jak jim přijdou důležité pro ně – i zde se projevuje egocentrismus) a pletou si pojmy k určení času.



AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA



∞ Vše má svůj čas⁶²

Seřazováním denních činností si děti uvědomují rytmus dne, učí se orientaci v čase a přemýšlejí o vlastním každodenním režimu.



- 1. ročník
- 3. číslo
- 2. dvoustrana



∞ Pořadí mytí nádobí⁶³

Řazením kroků při mytí nádobí si děti osvojují logické myšlení, sled činností a základy péče o společné prostředí.



- 4. ročník
- 5. číslo
- 5. dvoustrana



∞ Co na těle roste⁶⁴

Přemýšlením o tom, co na těle roste, si děti uvědomují přirozené změny lidského těla v čase a učí se přijímat, že každý vypadá trochu jinak.



- 7. ročník
- 3. číslo
- 2. dvoustrana



∞ Délka dne⁶⁵

Pozorováním světla a tmy během dne se děti učí všimnout délky dne v různých ročních obdobích.



- 4. ročník
- 1. číslo
- 3. dvoustrana

Počty

Děti na počátku předškolního věku znají názvy čísel, ale chybí jim porozumění podstatě číselného pojmu. Toto pochopení přichází až kolem 6 let a děti jsou schopné určit množinu o 6 až 10 prvcích. Proto vám i čtyřleté dítě vyjmenuje čísla od jedné do jedenácti (někteří i dál), ale nezvládne tak snadno donést 5 šišek a 7 kaštanů.



AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA



Rybičky s ponorkou⁶⁶

Spojováním puntíků s čísly si děti zábavnou formou procvičují počítání do deseti a uvědomují vztah mezi množstvím a číslem.



4. ročník
5. číslo
3. dvoustrana



Co si koupím⁶⁷

Počítáním peněz a rozhodováním, co si za ně pořídit, si děti osvojují základní finanční gramotnost a vnímají hodnotu věcí.



5. ročník
5. číslo
1. dvoustrana



Větve stromu⁶⁸

Při doplňování větví si děti procvičují počítání a porovnávání množství, zároveň rozvíjejí představivost při dotváření přírodních motivů.



1. ročník
3. číslo
3. dvoustrana

Jazyk a řeč

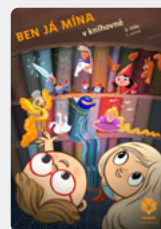
Čtyřleté dítě dokáže spontánně informovat o zážitcích, pocitech a přáních. Umí také předat krátký vzkaz (třeba rodičům). Chcete-li informovat rodiče o důležitých věcech, které nemají být zapomenuty, komunikujte přímo s rodiči.

V 5 až 6 letech dítě aktivně a spontánně navazuje komunikaci s dětmi i dospělými. Dokáže zformulovat otázku a smysluplně a samostatně na ni odpovědět. Smysluplně také vyjádří myšlenku, nápad, názor. Popíše situaci, událost a vyjádří své pocity a prožitky. Pětileté děti umí říct své jméno a příjmení, jména rodičů, sourozenců, kamarádů a vedoucích.

Dítěti trvá, než se vyjádří. Snažíme se v sobě vzbudit opravdový zájem o to, co nám chce dítě povědět, a naslouchat mu. Naše verbální i neverbální vyjadřování zájmu by mělo být v souladu. Pokud děti dělají v řeči chyby, neopravujeme je, ale větu nebo slovo po nich zopakujeme ve správném tvaru. Dospělí zde pro děti představují mluvní vzory, které malé děti napodobují.



AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA

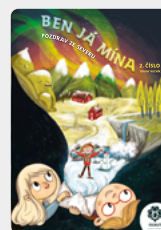


Čítárna⁶⁹

Hledáním tvarů písmen v okolních věcech si děti rozvíjejí vizuální vnímání, fantazii i první vztah k písmu.



5. ročník
2. číslo
4. dvoustrana



Převyprávět příběh pomocí obrázku⁷⁰

Společným převyprávěním komiksu děti rozvíjejí slovní zásobu, porozumění textu a schopnost vyprávět příběh vlastními slovy.



2. ročník
2. číslo
1. dvoustrana

Posunková řeč

- všichni/skupiny
- do 10 min
- příprava: žádná
- klubovna/venku

Stavba bez mluvení

- dvojice



POSUNKOVÁ ŘEČ

Vymyslete si s dětmi vlastní posunkovou řeč (PŘ). Pravidlo je, že se nesmí používat slova a zvuky, pouze gesta. Dospělý začne předvádět známou větu, např. *Umyjte si ruce*. Děti, pokud rozumí, činnost vykonají. Zkoušejte dále, přidávejte složitější a delší věty.

- Můžete si zahrát i hru Tichá pošta v PŘ.
- Zadejte dětem téma, např. *Co jste dělali o víkendu?* Děti pomocí PŘ „vyprávějí“, co zažily.

STAVBA BEZ MLUVENÍ

Děti staví domeček z klacíků nebo kostek bez mluvení, mohou se dorozumívat pouze PŘ.

- všichni/skupiny
- do 10 min
- příprava: žádná
- klubovna/venku

JAKOU PRÁCI DĚLÁ...

Hádejte profese osob, které jsou na obrázku karty. Ptejte se dětí, co dělají příslušníci jejich rodiny. Pokud dítě neví, jak se povolání jmenuje, nechte jej povolání popsat.

Čím bych chtěl(a) být?

Povídejte si s dětmi, jestli vědí, čím by chtěly jednou být? Dokáží říct, proč? Vyzvěte děti, ať nakreslí, čím by chtěly být. Obrázek poté popíší. Dospělý jim pomůže napsat, co říkaly. Obrázky pak zapečetíte a děti si je vezmou domů. Pokud děti chtějí, požádejte rodiče, aby jim doma obrázek schovali a předali jim ho, až budou dospělí.

Jaké je to povolání?

Děti pak jednotlivá povolání mohou předvádět pantomimou nebo dávat hádanky podle nástrojů, které jsou k povolání potřeba.



Pozornost

Obvyklá doba soustředění benjamínků je 10 minut. S postupem věku se doba soustředění zvyšuje. Pokud dítě činnost baví a zcela se do ní ponoří, nemá problém se soustředit a v činnosti setrvat i delší dobu. Naopak je těžké dítě od činnosti odtrhnout.

Plánujete-li činnosti, u kterých bude zapotřebí větší dávka soustředění, naplánujte si je po menších dílčích celcích a hojně je prokládejte pohybem.

- všichni
- do 10 min
- příprava: snadná
- klubovna/venku

INDIÁNSKÉ MLČENÍ

Pomůcky: časoměřič

Dospělý stopuje dětem, zda vydrží být minutu potichu, bez jakýchkoli zvuků. Doba mlčení nejprve zkuste kratší a postupně prodlužujte podle toho, jak budou děti mlčením zvládat. Můžete využít indiánské tematiky a za každou splněnou chvíli ticha dostanou pírkou na čelenku nebo korálek/zub na náhrdelník.

- Pro delší chvíle ticha můžete využít posunkovou řeč z Karty č. 22 POSUNKOVÁ ŘEČ.

Poznám, kdy uběhla minuta?

Jako další variantu aktivity zkuste s dětmi odhadnout, kdy uběhne minuta. Na začátku měření odstartujte a kdo si myslí, že už je minuta pryč, oznámí to dospělému. Aktivitu doporučujeme opakovat, odhad dětí se pak zlepšuje.



Emoce

Děti by měly mít možnost své emoce **poznat a přijmout** za své. Nestydět se za ně. Současně by se měly učit se svými city **zdravě nakládat**.

K tomu je důležité, aby lidé, kteří jsou pro ně vzorem (rodiče, vedoucí, starší děti), dětem ukazovali, jak s emocemi zacházet. Emoce nepopíráme, ale pojmenováváme. Nehodnotíme, ale mluvíme o tom, jak prožíváme. Snažíme se přípustně společensky reagovat, tj. tak, jak bychom chtěli, aby reagovaly děti.



JÁ-VÝROK

Výbornou pomůckou, jak učit děti vyjádřit své emoce, ať už pozitivní či negativní, je „já-výrok“. Vyslovíme, jak se opravdu cítíme. Tím bude v souladu jak verbální, tak neverbální stránka našeho projevu. Např. „*To mám radost...*“, „*Jé, to jsem nadšený...*“ nebo „*To jsem se teď naštvála.*“, „*To se ale zlobím.*“

Příklady:

Osočování: „*Ten Filip mě štve!*“ (Podmětem je Filip. Mluvím o Filipovi.)

Já-výrok, popisují své prožívání: „*Jsem rozzlobená, když mi Filip neříká pravdu.*“ (Podmětem jsem já. Mluvím o sobě a popíšu situaci, která mou emoci způsobila.)

Osočování: „*Hanko, zbláznila ses!? Copak se běhá s nožem?!*“

Já-výrok: „*Hanko, stůj!! Hrozně jsem se lekla, když tě vidím běžet s nožem! Takhle můžeš nechtě poranit sebe nebo ostatní.*“



VESELÝ A SMUTNÝ PANÁČEK

Vytvořte pro děti dva obličejce – jeden smutný a druhý veselý. Na začátku, popř. na konci schůzky pošlete dětem oba obličejce do kruhu. Kdo chce, řekne, z čeho je dneska veselý nebo smutný. Benjamínci mohou samozřejmě popsat i oba stavy, to už záleží na nich. Rozhodně by nikdo neměl být do vyjadřování emocí nucen. Dále je dobré nastavit pravidlo, že mluví jen ten, kdo má v ruce obličejce, a ostatní poslouchají. Kdo nechce nic říkat, mlčky pošle obličejce dále.



AKTIVITY

UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA

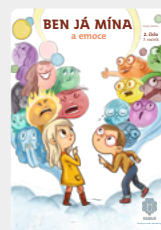


[Jak se cítím, když?](#)⁷¹

Poznávání a pojmenovávání pocitů v různých situacích pomáhá dětem lépe porozumět sobě i ostatním a rozvíjí jejich emoční inteligenci.



1. ročník
1. číslo
1. dvoustrana



[Co mi pomůže?](#)⁷²

Reflexe a hledání vlastních způsobů, jak zvládat stres, podporuje u dětí sebepoznání a zdravé zvládnání náročnějších situací.



7. ročník
2. číslo
1. dvoustrana



[Která je jiná?](#)⁷³

Děti se učí vyjadřovat různé emoce kresbou a experimentují s barvami, které pomáhají pocity lépe znázornit.



7. ročník
2. číslo
10. dvoustrana



[Co je mi příjemné a co není?](#)⁷⁴

Aktivita pomáhá dětem pojmenovávat emoce a všimnout si, co je jim příjemné či nepříjemné – klíčový krok k sebepoznání a duševní pohodě.



3. ročník
4. číslo
1. dvoustrana

Vůle

Čtyřleté děti běžně nedokončují činnosti. Pokud je aktivita nenadchne, je třeba je dostatečně slovně povzbuzovat, aby činnost dokončily. Může to být také způsobeno tím, že jsme ne zvolili vhodnou činnost – dítě se nudí nebo je pro něj příliš náročná. Děti v tomto věku jsou velmi dobře motivované a můžeme je nadchnout pro spoustu věcí.

Pětileté děti už dokážou věci dokončovat – nepřestanou, dokud nejsou s výsledkem spokojeny. Vše je však velmi individuální.



AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA



∞ [Já indián a tři sojčí pera](#)⁷⁵

Aktivita je příležitostí pro rozvoj vůle u benjamínků. Navíc pomáhá dětem lépe pochopit a uvědomit si, jaké mají osobní rysy a jedinečné znaky.



4. ročník
1. číslo
1. dvoustrana



∞ [Výzvy hodné horolezců](#)⁷⁶

Aktivita rozvíjí dětskou odolnost, vůli a schopnost překonávat výzvy. Podporuje sebevědomí a motivaci k dosahování cílů skrz jednoduché úkoly.



4. ročník
2. číslo
1. dvoustrana

Sebehodnocení a sebepojetí

Sebehodnocení je velmi závislé na názoru druhých osob. **Benjamínek přejímá názor dospělých na sebe sama** podle toho, jak se k němu vyjadřují, jak se k němu chovají a jak mu projevují své city a zájem. Je proto nesmírně důležité každé dítě bez rozdílu bezpodmínečně přijímat, tzn. přijímat je takové, jaké je.

To současně neznamená, že bychom měli bezpodmínečně přijímat chování, které je proti pravidlům a které záměrně nebo z nedbalosti ubližuje. Takové chování je potřeba důsledně pojmenovávat a dávat přiměřeným způsobem najevo, že „takové ne“. Můžeme a máme s jeho chováním nesouhlasit („*Nelíbí se mi, když máš rozházené věci po podlaze.*“). Nikdy bychom však neměli vyslovovat soudy a označení, které souvisí s jeho osobností, tedy s dítětem jako takovým („*Jsi hrozný, když ty věci tady tak rozhazuješ.*“).

Sebepojetí benjamínků je omezeno specifiky jeho myšlení a vnímání. Díky svému egocentrismu si připadá významnější před druhými a magičnost mu umožňuje dívat se na sebe sama tak, jak se mu líbí. Informace o své osobě získává předškolní dítě od svého okolí, což funguje jako zrcadlo – vidí se takové, jaké ho vidíme my. Tento proces probíhá až do 8 let věku, a proto by tyto děti neměly hrát soutěživé hry. Poražené děti si totiž vytváří vnitřní obraz „loserů“, zatímco vítězové si budují pocit, že je nic nemůže ohrozit, což rovněž není pro vývoj osobnosti zrovna příznivé.



AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA



∞ [Moje kořeny. Nakreslete a popište sebe](#)⁷⁷

Děti si uvědomují svůj původ a rodinné vazby, což posiluje jejich pocit bezpečí a identity. Aktivita rozvíjí sebepoznání a vztahy v rodině.



6. ročník
1. číslo
1. dvoustrana

Benjamínek a ten druhý

Komunikace s dětmi

Dětem jsme vzorem v tom, jakým způsobem mluvíme mezi sebou navzájem. A samozřejmě v tom, jak mluvíme s nimi. Bylo by naivní očekávat, že děti budou s dalšími dětmi mluvit hezky a jako se sobě rovnými kamarády, pokud partnerský a city vyjadřující způsob komunikace neznají od nás dospělých. Pokud s dětmi většinou mluvíme jen jako s podřízenými, kteří nejsou schopni vlastního úsudku, z pozice „chytřejšího dospěláka“, budou tak i oni komunikovat s druhými dětmi.

Komunikaci můžeme pro náš účel rozdělit na osobní a funkční. **Osobní komunikace** je emocionální, zaměřená na vyjadřování prožitků, pocitů a názorů. Nenese požadavky na druhou osobu, ale vyjadřuje náš zájem o druhého, a tak vytváří vztahy. Proto je moc důležité na ni nezapomínat. O emocích můžeme mluvit buď za sebe (tzv. já-výrok) nebo se můžeme pokusit vcítit do situace druhého (tzv. empatická reakce).

Já-výrok se skládá z vyjádření vlastních emocí a popisu situace, díky které se tak cítím. Např.: „*Jsem smutná, když po sobě lidi v přírodě neuklízí,*“ nebo „*Mám radost, že jsou dneska všichni zdraví a můžeme jít společně na výpravu.*“ Tipy na práci s já-výrokem najdeš v kapitole [Děti ve věku benjamínků – Emoce](#).

V **empatické reakci** se naladíme na dítě a dáme mu najevo, že vnímáme a přijímáme jeho emoce a podle aktuální reakce dítěte na něj dále reagujeme: „*Ty jsi asi naštvaný, když se ti něco nedaří a už to nechceš zkoušet dál, vid’?*“

Abychom toho byli schopni, je důležité věnovat každému dítěti alespoň kousek soustředěné pozornosti a naslouchat mu.

Oproti tomu **funkční komunikace** slouží k předávání informací a vznáší požadavky k druhým. Požadavky by však měly být oprávněné: „*Když si nevezmeš čepici a rukavice, může ti být zima.*“ (Mám starost o dítě, aby se nenachladilo.) „*Když si schováš ty věci do batůžku, cestou je neztratíš.*“



Je dobré dítě oslovit, abychom získali jeho pozornost, a pak popsat situaci, kterou chceme řešit: „*Karolínko, jídlo patří do pusy a ne do hrnku,*“ nebo „*Jindro, když budeš chodit s nůžkami, můžeš někoho nebo i sebe zranit. S nůžkami sedíme u stolu.*“ Můžeme samozřejmě oslovit i celou skupinu: „*Medvídata, až dosvačíme, zkontrolujeme, aby po nás nezůstalo nic, co do lesa nepatří.*“ Při oslovování celé skupiny mluvíme v 1. osobě množného čísla. Vyvarujeme se tak používání rozkazu. (Srovnej: „*Medvídata, až dosvačíte, zkontrolujte...*“) Udílení příkazů je dobré omezit na co nejmenší míru. Děti jimi bývají doslova zahrnovány. Namísto příkazu používáme sousloví: „*Bylo by dobré...*“ nebo „*Je potřeba...*“ Tímto dáváme dětem prostor pro vlastní uvážení a jednání z vlastního rozhodnutí. Použijeme např.: „*Majko, teď je potřeba tam odnést hrníčky,*“ namísto „*Majko, odnes tam ty hrníčky,*“ což je dobré použít, až pokud se dítě samo nechopí iniciativy.

K připomenutí toho, co jsme již dětem dříve vysvětlili, je velmi vhodná technika zvaná Dvě slova: „*Jirko, židle!*“ (Jirka si po skončení schůzky v klubovně neuklidil židli.)

S tímto způsobem komunikace se mnoho dětí nesetkává pravidelně. Proto se nesmíme zaleknout, že na něj nebudou děti hned reagovat (často jsou zvyklé na příkazy a zákazy). Je potřeba v používání vydržet, výsledek se časem dostaví.

Dalším zlatým pravidlem při komunikaci s předškolními dětmi je, že jim nepředkládáme hotové poznatky, ale vždy necháme dětem prostor, aby řekly, co o tématu už vědí. Podněcujeme je tak k přemýšlení, dáváme jim prostor pro rozvoj jejich úsudku a kreativity a celkově je tak uschopňujeme. Současně tím dáváme najevo, že je bereme vážně, jako partáky. Formujeme tím jejich sebehodnocení a vytváříme pohodové vztahy.

Jsi jako prase. Běž se umýt.	Vidím, že ses u svačiny zašpinil. Bylo by dobré se jít umýt.
Přestaňte křičet.	Benjamínci, je tu velký hluk, neslyším Bobříka.
Petře, přestaň tu pobíhat.	Petře, ruší mě, jak tu pořád pobíháš, nemohu se soustředit.

Prosociální chování

Když se předškolní dítě dostane do skupiny vrstevníků a širší společnosti, postupně se učí obecným a žádoucím vzorcům chování. Takové chování lze shrnout výrazem **prosociální, tj. pozitivní a respektující ostatní**. Aby dítě bylo takového chování schopno, potřebuje rozvinout schopnost empatie, ovládat svou agresivitu a vlastní aktuální potřeby.

Aby se děti mohly učit těmto dovednostem, potřebují se cítit bezpečně, jistě a důvěřovat svému okolí. Úkolem všech vedoucích je takové přátelské prostředí pro děti vytvářet. Pomůže tomu, znají-li děti jména ostatních (hrajeme hry se jmény), když mohou bez obav vyjádřit, jak se cítí a mají, a nikdo se jim za to nebude smát, pomlouvat je nebo je kvůli tomu dokonce odmítat.

Od čtvrtého až pátého roku věku je většina dětí schopna rozumově nahlížet jednoduché situace pohledem druhého. Např. pokud před zrakem čtyřapůlleté Marušky schováme Oldovy přezůvky ze skříňky, kam si je Olda vždy ukládá, do jiného botníku, Maruška bude schopná odpovědět správně na otázku: „*Kde si myslíš, že si bude Olda myslet, že jsou jeho přezůvky, až se vrátí?*“ „*Ve skříňce,*“ jelikož Olda nemá o přesunu ponětí. Mladší dítě by odpovědělo, že v botníku. Stále ještě ztotožňuje své poznání o poloze kamarádových bačkůrek s poznáním všeobecně platným, tedy i s jeho poznáním. Děti lze v této dovednosti rozvíjet.

Důležitost umění této dovednosti si můžeme ukázat na několika příkladech, kdy i dospělí lidé zaměňují svůj pohled na věc a všeobecně platné poznání za perspektivu druhého. Dochází k situacím, kdy považujeme nějakou svou vlastnost nebo charakteristiku za obecně platnou. Myslíme si například, že všechny děti by měly vnímat a rozumět stejně rychle, jako jsme to uměli jako malí my, a nerespektujeme jejich tempo. Neumíme docenit svá nadání, protože záměnou osobní a obecné perspektivy si myslíme, že něco takového je obecně rozšířené a ne tolik hodnotné. Mylná domněnka, že se k nám partner bude chovat podle našich nevyslovených přání a očekávání, se zakládá na chybné představě, že prožívání všech lidí, tedy i partnera, musí být podobné tomu mému. Samozřejmě tomu tak není. Dokud si to neuvědomíme, umíme se kvůli tomu trápit a mohou z toho vyvstávat nedorozumění.

Zaujetí perspektivy druhého člověka je předpokladem empatického chování. K tomu, aby bylo skutečně empatické, je třeba ještě další dovednost. Dovednost vcítění. Tj. umět si představit, jak bude druhý situaci nejen rozumět (Olda bude čekat, že přezůvky jsou ve skříňce), ale také jak se v ní bude cítit (Olda může cítit např. překvapení, zmatení, rozmrzelost, vztek, lhostejnost apod., když bačkůrky na svém místě nenajde).

Každý máme pro rozvoj dovednosti vcítování jiné předpoklady. Vcítování se lze také naučit. Vhodným prostředkem může být vedení dítěte k jednoduché reflexi prožitě situace, kdy se nechovalo prosociálně.



Klárka praštila Oskara, protože si začal hrát s její hračkou, která ležela dlouho nepovšimnuta na koberci za jejími zády. Oskar se rozplakal. Ze strany vedoucího bude následovat reakce, která dá Klárce zřetelně najevo, že „takhle ne“. Např.: „*Klárko! Když se ti nelíbí, co Oskar dělá, je potřeba použít pusu a mluvit s ním o tom. A ne ruce,*“ apod. Potom, ale jen pokud jsme schopni dále komunikovat bez velkých emocí a současně i Klárka je ve stavu, kdy dokáže poslouchat, se můžeme ptát: „*Jak se Oskar cítil, když jsi ho praštila?*“ U menších dětí můžeme začít uzavřenou otázkou „*Myslíš, že to bylo Oskarovi příjemné?*“ nebo dát na výběr: „*Jak se Oskar cítil? Hezky, nebo špatně?*“ „*A jak špatně? Moc nebo málo?*“ Děti dokážou situaci reflektovat. Umí za sebe říci, že se Oskar cítil špatně a že ho to bolelo.



AKTIVITY UKÁZKY Z ČASOPISU BEN JÁ MÍNA

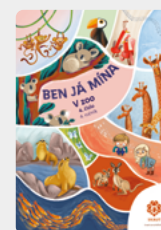


Ztracená čepice⁷⁸

Aktivita podporuje rozvoj empatie a spolupráce. Děti se učí pomáhat druhým a hledat společná řešení v reálných situacích.



6. ročník
2. číslo
1. dvoustrana



Výprava do zoo / Co potřebují⁷⁹

Poznávání různých potřeb pomáhá dětem pochopit, co je důležité pro život a péči o přírodu, lidi i věci kolem nás.



4. ročník
4. číslo
1. dvoustrana

K uvažování z pohledu druhého člověka a vcítění se do druhého pomáhá svými metodami a technikami např. dramatická výchova. Empatii můžeme v dětech také rozvíjet tím, že sami budeme empatičtí a budeme s nimi sdílet (žádoucí formou) naše emoce. Benjamínci navíc dokážou reagovat hlavně na ty emoce, které se jednoznačně projevují navenek. Jejich pojmenovávání vede k rozšiřování slovní zásoby u dětí a k jejich jednoduššímu rozumovému zpracování, ať už se týká zvládnání emocí vlastních nebo snahy o porozumění druhým.

ASPERGERŮV SYNDROM

Omezená schopnost zaujetí pohledu druhého člověka je jedním z rysů poruchy autistického spektra, a tedy též Aspergerova syndromu.“

Jak pracovat s dětmi s touto jinakostí, se dozvíte podrobněji ve skautské metodice Aspergerův syndrom – vím, co s tím?!

SCHOVÁNKOVÁ, Johana. *Aspergerův syndrom – vím, co s tím?! Praha: Junák – svaz skautů a skautek ČR, Tiskové a distribuční centrum, 2014. ISBN 978-80-7501-069-8*⁸⁰.

Základní rámec prosociálního chování můžeme dětem pomoci nastavit pravidly. Pravidla fungují lépe, když se děti podílejí na jejich tvorbě a přijímají je jako svá vlastní. Současně je pro ně jejich tvorba příležitostí k zamyšlení nad tím, jak mít hezké vztahy s kamarády. Tvoření pravidel můžeme uvést např. otázkou: „*Co bychom měli během schůzky a výprav všichni dělat, aby nám spolu bylo dobře a všichni jsme byli spokojeni?*“ Dáme možnost k vyjádření všem. Předem máme připraveny své nápady, abychom vhodnými otázkami uměli děti navést k jejich nalezení. Práci s pravidly lze doporučit pro jednu z prvních schůzek v roce. Na začátku tábora nebo jiné větší akce může být užitečné s pravidly pracovat, abychom je vhodně rozšířili podle prostředí.

Pravidla doporučujeme psát v pozitivním tvaru (např.: „*Náročné situace řešíme slovy/pusou.*“ Nikoli: „*Nebijeme se.*“) a zaznamenat pomocí obrázku nebo symbolu. Zpracování záporu vyžaduje o několik myšlenkových operací navíc, trvá déle, pro dítě je náročnější. Navíc při potřebě častějšího připomínání pravidel netvoří spousta záporů příjemnou atmosféru. Namalované symboly pravidel s jejich slovními popisy je praktické mít v klubovně na viditelném místě a v případě potřeby si je připomínat a odkazovat na ně. Také rodiče se tak mohou seznámit s tím, jakým způsobem s dětmi pracujeme.

Pravidla mohou být např.: V klubovně chodím pomalu krokem. Obtížné situace řeším slovy/domluvou. Signál zdvižené ruky znamená „tíše“ – jsem potichu a zdvihnu ruku. Používám kouzelná slova „děkuji“ a „prosím“.

Pravidlům se také věnuje programový list [Pravidla mezilidského chování⁶](#), kde najdeme další příklady pravidel.

Tresty a odměny

Malé děti se učí především nápodobou, takže nejlepší výchovná metoda je být dobrým příkladem. Je tu však spousta okolních vlivů – rodina, kamarádi, školka, škola a další sociální skupiny, ve kterých se děti a jejich rodiny pohybují, takže je třeba si uvědomit, že nejenom my děti ovlivňujeme. Je však dobré dbát na společně vytvořená pravidla v rámci schůzek benjamíneků. Jestliže se děti nechovají podle těchto společně domluvených pravidel, není vhodné je trestat např. 10 dřepů apod. **Chceme u dětí povzbudit vnitřní motivaci,** aby se chovaly, jak nejlépe dovedou, protože ony samy to tak chtějí. Tresty pouze zamezí na krátkou chvíli nežádoucímu chování, ale neřeší příčinu tohoto chování. Navíc se jedná o nerovnocenné chování k dítěti z hlediska moci, síly a silnější autority. Nejlepší je nechat děti pocítit přirozené následky, aby si nevhodnost svého chování samy uvědomily a nesly si za ně odpovědnost. Klasický příklad: když benjamínek rozbije nějakou hračku, buď ji opraví (sám nebo s pomocí rodičů, sourozenců), anebo pořídí hračku novou pro kamaráda místo pro sebe.

Stejnou paseku mohou nadělat také pochvaly a odměny. Vedou mnohdy k soutěživosti dětí a nefér jednání, kolikrát také k žalování. Lepší je děti ocenit, slovně nebo i s gestem vyzdvihnout úspěch dítěte: „*Karle, vidíš to, ty jsi dneska na výpravě krásně šel a vůbec jsi neplakal, že tě bolí nohy!*“ (Pokud víme, že Karlovi nevaří kontakt, popláčáme ho po rameni, po zádech.)

Není také vůbec žádoucí podporovat soutěživé chování. Byť se mezi benjamínky může snadno objevit. Na zvolání „*Já jsem první!*“ odpovídáme: „*To nevaří*“ nebo jinou replikou tak, aby bylo zřejmé, že pořadí není důležité. Také můžeme zadat např. u běhání pravidlo: „*Vyhraje ten, kdo nespadne*“.



Rodinné prostředí

Zásadní roli hraje rodinné prostředí, protože to je první „společnost“, ve které dítě žije každodenní realitu. Setkává-li se dítě doma s agresí a odmítáním, bude se tak chovat i k druhým. Takové dítě potřebuje ještě více naší lásky, porozumění a bezpodmínečného přijetí. Tyto děti často nejsou ve skupině bezproblémové a může pro nás být náročné jim dát dostatek lásky, porozumění a přijetí, jaké potřebují. Chce to hodně trpělivosti. Dítě za to „nemůže“ a my mu můžeme pomoci naučit se chovat jinak. Dítěti projevujeme svůj zájem, bavíme se s ním a odmítáme jeho chování, ne dítě samotné. Schopnost ovládat své chování a přijatelně požadovat naplnění svých potřeb se v předškolním věku teprve rozvíjí.

Tzv. tiché děti

Mezi benjamínky se mohou vyskytnout děti, které příliš nekomunikují, nesblížíjí se, nenavazují kontakty. Toto chování může mít různé příčiny. Naším úkolem je děti postupně a citlivě kontaktovat. Ne otázkami, ale volnou komunikací, ve které se nechají lépe poznat. Přirozeným a pozvolným způsobem se tak buduje mezi dítětem a vedoucí/m důvěra, která je základem pro spontánní chování a komunikaci.

Příklady situací a důvodů, proč je dítě „tiché“:

- Je to **nováček, který obecně je introvertnější** a začleňuje se do nových kolektivů pomaleji. Nejlepší způsob je citlivě a pomalu dítě začleňovat, netlačit, ale postupně nabízet malé krůčky vpřed. Můžete si spolu domluvit i tajný signál (gesto, slovo), kterým dá najevo, že potřebuje být stranou. Např. při hře nechce hrát, ale jen se dívat nebo mít klidnou roli.
- Dítě je tiché z **důvodů, které jsou mimo skupinu** (rodina, školka, ...). Situaci přímo neovlivníme, ale můžeme ukázat, že benjamínkovská skupina je bezpečné místo, kde se může projevit. I zde platí postupné kroky a trpělivost.
- Příčina také může být sice mimo oddíl, ale zasahovat více dětí z oddílu, typicky nějaký **konflikt dětí ve škole**, který si přenesly i na schůzku. V oddíle pak můžeme ovlivnit dynamiku vztahů, napomoci řešení konfliktu, či jej alespoň zmírnit.

Soutěživost

Prosociální chování podporuje u dětí spolupráci oproti soutěživosti. Příkladem může být klasická hra Židličková. Ve variantě s vypadáváním dochází k tomu, že pomalejší nebo málo hbité a obratné děti vypadnou ze hry nejdříve. Avšak jsou to právě ony, kdo by potřebovaly zůstat ve hře co nejdéle, aby se dostatečně v této dovednosti procvičily. Děti, které vypadnou, mohou být navíc na ostatní našťvané, začít se nudit a vymýšlet různé vylomeniny, a vedoucí je musí umravňovat. Tato hra rozhodně nevede ke spolupráci a nepomáhá rozvíjet a udržovat zdravé vztahy. Zkuste však ze hry vypustit vypadávání a nechte děti vymyslet, jak to udělat, když podle pravidel: 1. po skončení hudby všichni musí sedět a 2. žádná židle nesmí být volná. Většinou si starší děti začnou posazovat mladší děti na klín, až na konec sedí všichni na jedné židli! Všechny děti hrají až do konce, nikdo není na nikoho našťvaný a všichni se krásně procvičí v běhu a v udržení rovnováhy. Nejen u této hry, ale u každé činnosti s benjamínky, je vždy dobré dát pravidlo, že to nesmí bolet!

Cíle, ke kterým je možné směřovat:

Dítě ve věku 4 až 5 let: Rádo se kamarádí, projevuje náklonnost a ochranu vůči mladším dětem, snaží se vcítit do druhých, snaží se dodržovat základní pravidla slušného chování, domluví se s ostatními, spolupracuje, umí počkat, až na něj přijde řada, umí zhodnotit důsledky svého chování pod vedením dospělého, chová se přiměřeně na veřejnosti, požádá o dovození.

Dítě ve věku 5 až 6 let: Vědomě projevuje zdvořilostní chování, rozvíjí se smysl pro morálku, dokáže odmítnout nežádoucí chování, zná základní pravidla chování na ulici, samostatně plní i náročnější úkoly a zhodnotí výsledky, začíná rozlišovat mezi hrou a povinnostmi, úkolem, udržuje pořádek, trpělivě překonává překážky, zapojuje se mezi ostatní děti, zvládá dodržovat pravidla.

Intimita, sexualita a bezpečnost

Již s dětmi od pěti let je možné citlivě mluvit o tématech spojených s intimitou a sexuálním bezpečím. Pomůžeme tím jejich zdravému vývoji. Jedná se také o dobrou součást prevence sexuálního zneužívání.

Znalosti adekvátní tomuto věku zahrnují: Správné názvy všech částí těla, včetně názvů pohlavních orgánů. Nenazýváme je jinak. Používáme beze studu názvy

jako penis, vulva, prsa atd. Vytváření jiných názvů pro tyto části těla je matoucí a může vyvolat dojem, že se jedná o něco špatného.

Znalosti jako prevence sexuálního zneužití: Tělo dítěte patří jen jemu a nikdo nemá právo se ho dotýkat způsobem, který se mu nelíbí. Dítě má právo odmítnout každého člověka, který ho žádá o něco špatného. Nikdo nemá právo dotýkat se jeho intimních míst nebo ho žádat, aby to dítě dělalo jemu. Nikdo nemůže dítě nutit, aby mělo tajnosti.

Dále se mohou v tomto věku objevit i dotazy na téma „odkud se berou děti“ nebo homosexuality. Je v pořádku dotazy přiměřeně zodpovědět, ale není nutné je cíleně zařazovat do programu oddílu. Vhodnějším prostředím na toto téma jsou spíše rodina či škola nebo školka.



Tipy, o čem je vhodné si povídat:

Vysvětlete dobré a špatné doteky. „Dobré doteky“ můžeme vysvětlit jako způsob, kterým si lidé dokazují, že se o sebe navzájem starají, mají se rádi a pomáhají si (objímání, držení za ruku, výměna plenek, pomoc s oblékáním).

„Špatné doteky“ pak představuje situace, kdy se druhému dotyk nelíbí a chce, aby byl okamžitě zastaven. Ujistíme dítě, že má právo říct na takový dotyk „ne“, a to i kdyby přicházel od osoby, kterou má rádo. Je důležité také vysvětlit, že existují místa na těle, kde se jich obvykle nemá dotýkat nikdo – s několika výjimkami,

jako např. zdravotní ošetření od lékaře nebo mytí a hygienická pomoc od rodičů. Jedná se o místa na těle, kde nosí spodní prádlo (můžeme blíže vysvětlit). Vhodnou aktivitou na toto téma je např. zakreslování na panáčka – označíme místa, kde jsou nám dotyky příjemné, a kde naopak ne.

Tajemství. Obdobně je vhodné si povídat i o vhodných a nevhodných tajemstvích. Příklad vhodného tajemství je překvapení k narozeninám, naopak nevhodné tajemství je „nikomu neříkej, že jsem tě tady hladil“.

Člověk, na kterého se děti mohou obrátit, pokud by se jim nebo někomu jinému dělo něco špatného. Ujistíme je, že to není žalování, za které se na ně bude někdo zlobit, naopak tím někomu pomůžou. Zkuste společně vymyslet, za kým mohou jít v různých prostředích. Ve výsledku by dítě mělo mít alespoň 3 kontakty – např. učitelka ve školce, rodiče, vedoucí v oddíle. Další tipy na aktivity s benjamínky najdete v programovém listu [∞ Fyzický kontakt a psychické bezpečí⁹³](#).

Téma intimity a sexuálního bezpečí je citlivé a můžete mít z jeho probírání obavy. V takovém případě se nebojte si říct o pomoc např. zkušenějších vedoucích. Můžete také v oddíle/středisku uspořádat program s odborníky (viz [∞ Vzdělávání na klíč⁸¹](#)) o sexuálním bezpečí nebo se o tématu a jak o něm mluvit s dětmi více dozvědět v literatuře (např.: [■ KRIŠOVÁ, Dagmar a POLÁČKOVÁ, Marcela. Děti to chtějí vědět taky: o respektujících vztazích a sexuálním zdraví. Třetí vydání. Praha: Konsent, 2023. ISBN 978-80-11-03710-9.](#)), nebo na webu (např. stránky organizace Konsent [∞ Konsent.cz](#)).



Další tipy na inspiraci a zdroje

Objevte knihy pro děti i vedoucí a další zdroje, které obohatí vedení benjamínků.

V této kapitole najdete tipy na další inspiraci a zdroje, kde můžete čerpat při práci s benjamínky. Najdete tu knihy, které si s dětmi můžete číst a prohlížet nebo si je mohou prohlížet a číst samy. Také zde naleznete, kde čerpat další tipy na programy – knihy, weby apod. Na konci kapitoly je také seznam nápadů, co lze koupit do oddílů. Cílem tohoto seznamu není, abyste měli vše, ale abyste měli inspiraci, jaké vychytávky se mohou hodit.

Jelikož inspirace může přibývat i po vydání této metodiky, aktuálnější variantu této kapitoly najdete i online na [Křižovatce](#)⁹².

Knihy pro děti

- [WILLIAMS, Rachel. *Zpomal a pozoruj: 50 příběhů plných klidu v uspěchaném světě*. Praha: Svojtka & Co. nakladatelství, 2020. ISBN 978-80-256-2822-5.](#)
- [VOSTRADOVSKÁ, Tereza. *Hravocesta*. Praha: Běžiliška, 2021. ISBN 978-80-88360-09-4.](#)
- [ČECHOVÁ, Simona. *František z kompostu*. Praha: Labyrint, 2021. ISBN 978-80-86803-69-2.](#)
- [FIŠAROVÁ, Michaela. *Kamínek*. Praha Albatros, 2017. ISBN 978-80-00-04908-3.](#)
- [WILKINSON, Carl. *Zpomal a podívej se: 40 přírodních divů objasněno*. Praha: Svojtka & Co., 2021. ISBN 978-80-256-2998-7.](#)
- [BUREŠOVÁ, Jana. *Houbové pohádky*. Brno: CPress, 2023. ISBN 978-80-264-4803-7.](#)
- [SÄFSTRÖM, Maja. *Ilustrovaný atlas neuvěřitelných faktů o zvířatech*. Praha: Albatros, 2019. ISBN 978-80-00-05578-7.](#)
- [ZÁVADOVÁ, Kateřina. *Pan Ředkvička a vesmírné úvahy, které končí boulí*. Praha: Mladá fronta, 2022. ISBN 978-80-2045-964-0.](#)
- [SILVERSTEIN, Shel. *O stromu, který dával*. Ostrava: Librex, 1999. ISBN 80-7228-102-X.](#)
- [BROOM, Jenny. *Animalium*. Praha: Albatros, 2016. ISBN 978-80-00-04458-3.](#)
- [BŘEZINOVÁ, Ivona. *Johanka z parku*. Praha: Albatros, 2012. ISBN 978-80-00-02962-7.](#)
- [ŠŤASTNÁ, Leona a RYDVAL, Slávek. *Dubánci: příběhy jednoho roku*. Brno: CPress, 2017. ISBN 978-80-264-1439-1.](#)
- [VÁCLAVKOVÁ, Tereza. *Jůlinka z jedlé zahrádky*. Praha: Verzone, 2013. ISBN 978-80-905017-4-4.](#)

- **MILER, Zdeněk a NOVOTNÝ, Josef Alois.** *Krtek ve městě*. 8. vydání. Praha: Albatros, 2018. ISBN 978-80-00-05132-1.
- **SEKORA, Ondřej.** *Brouk Pytlík*. 9. vyd. v Albatrosu. Praha: Albatros, 2005. ISBN 80-00-01725-3.
- **SEKORA, Ondřej.** *Uprchlík na ptačím stromě*. Praha: Knihovna a tiskárna pro nevidomé K. E. Macana, 2022.
- **SEKORA, Ondřej.** *Ferda Mravenec*. Vydání dvanácté, v Euromedii třetí. Pikola. Praha: Euromedia Group, 2020. ISBN 978-80-242-6476-9.
- **FOMBELLE, Timothée de.** *Tobiáš Lolness*. Praha: Radioservis, 2019. ISBN 978-80-87060-22-3.
- **KROLUPPEROVÁ, Daniela.** *Mizící hmyzíci: pohádka*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0470-1.
- **KROLUPPEROVÁ, Daniela.** *Co si brouká louka*. Praha: Portál, 2024. ISBN 978-80-262-2123-4.
- **KROLUPPEROVÁ, Daniela.** *Zákeřné keře: pohádka*. Vydání druhé. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0857-0.
- **KROLUPPEROVÁ, Daniela a CHUPÍKOVÁ, Eva.** *Rybí sliby: pohádka*. Vydání druhé. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0214-1.
- **ŠTELBAŠKÁ, Zuzana.** *Filípek*. Praha: Fragment, 2018. ISBN 978-80-253-3925-1.
- **ŠTELBAŠKÁ, Zuzana.** *Jitřenka*. Praha: Fragment, 2018. ISBN 978-80-253-3930-5.
- **VÁCHOVÁ, Šárka.** *Chaloupka na vršku*. Praha: Česká televize, 2009. ISBN 978-80-7404-025-2.
- **KUBÁTOVÁ, Marie.** *Pohádky lesního ticha*. 2. vyd., V Mladé frontě 1. Sluníčko. Praha: Mladá fronta, 2006. ISBN 80-204-1479-7.
- **ČERNÁ, Olga.** *Poklad starého brouka*. Praha: Baobab, 2007. ISBN 978-80-87022-11-5.
- **LE GOFF, Hervé a BEIGEL, Christine.** Edice *Příběhy slepičí babičky*. Drobek.
- **MILOWSKA, Monika; ŘEHÁKOVÁ, Kateřina; SHMELOVA, Maria; MENKYNOVÁ, Janka; KŘENOVSKÁ, Iva et al.** *Dobrodružství Toly, Poly a Rošťáka: metodika pro učitele*. Brno: Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání Brno, příspěvková organizace, 2022. ISBN 978-80-88212-44-7.
- **PRIMUSOVÁ, Hana.** *Skřítek Rozekvítek*. Praha: Fortuna Libri, 2015. ISBN 978-80-7321-831-7.

- **MODRÁ, Jana.** *Dobrodružství v říši hmyzu*. Jablonné v Podještědí: Společnost pro Lužické hory, 2014. Lze využít i spolu s metodikou **V říši obrů**⁸²
- **NOVÁČKOVÁ, Helena; KOZLOVÁ, Veronika a MODRÁ, Jana.** *Studánky víly Rozárky*. Brno: Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání, 2016. ISBN 978-80-88212-01-0.
- **ŠEJBLOVÁ, Stanislava.** *Abeceudou za přírodou*. Vydání druhé. Orlické Podhůří: Stanislava Šejblová, 2020. ISBN 978-80-270-7328-3.
- **WORROLL, Jane a HOUGHTON, Peter.** *Hry z lesní škol(k)y: zábavné, rukodělné a dovednostní aktivity pro malé dobrodruhy*. Brno: Kazda, 2019. ISBN 978-80-88316-43-5.
- **RAJNOŠKOVÁ, Marie a KŘÍŽ, Martin.** *Rok v přírodě s mrnaty*. Brno: Lipka – ediční centrum, 2015. ISBN 978-80-87604-81-6.
- **ROŽNOVSKÁ, Lenka.** *Floriánek z květinové louky*. Praha: Mladá fronta, 2024. ISBN 978-80-204-6312-8.
- **časopis Ahoj divočino**. Praha: Petra Kubíčková, 2020. ISSN 2694-9334.
- **BUREŠOVÁ, Jana.** *Nové bylinkové pohádky*. Brno: CPress, 2021. ISBN 978-80-264-3789-5.

Materiály pro vedoucí

Psychologie

- **SocioEmoční Učení**⁸³
- **KOPŘIVA, Pavel; NOVÁČKOVÁ, Jana; NEVOLOVÁ, Dobromila a KOPŘIVOVÁ, Tatjana.** *Respektovat a být respektován*. Praha: KTN K.E. Macana, 2012.
- **SCHOVÁNKOVÁ, Johana A KOL.** *Z nevýhody výhoda. Junák – svaz skautů a skautek ČR – Tiskové a distribuční centrum*. ISBN 978-80-86825-89-2. Umístěno na **Křižovatce**⁸⁴
- **KRIŠOVÁ, Dagmar a POLÁČKOVÁ, Marcela.** *Děti to chtějí vědět taky: o respektujících vztazích a sexuálním zdraví*. Třetí vydání. Praha: Konsent, 2023. ISBN 978-80-110-3710-9.

Příroda

- **WORROLL, Jane.** *Hry se zemí, vzduchem, ohněm a vodou: živily v lesní škol(c)e*. Brno: Kazda, 2021. ISBN 978-80-7670-028-4.

- [!\[\]\(694fcb4611893e9db5249daba48abfc1_img.jpg\) DANIŠ, Petr. Tajemství školy za školou: proč učení venku v přírodě zlepšuje vzdělávací výsledky, motivaci a chování žáků. Praha: Ministerstvo životního prostředí, 2019. ISBN 978-80-7212-638-5.](#)
- [!\[\]\(8ec8d5dc48934930a762fecf6ecbe179_img.jpg\) WITT, Reinhard. Vnímejme přírodu všemi smysly. Vyd. 4. Praha: Pražské ekologické centrum, 1996. ISBN 80-901377-7-6.](#)
- [!\[\]\(c34a15e67573dae8fbb88f4cbfb0f2e9_img.jpg\) WILLIAMS, Robert A.; ROCKWELL, Robert E. a SHERWOOD, Elizabeth A. Od báboviček k magnetům: Přírodovědné činnosti s malými dětmi. Praha: Portál, 1996. ISBN 80-7178-110-X.](#)
- [!\[\]\(41f06fdeabb4e5a71d06fe8f32a46127_img.jpg\) BARTŮNĚK, Dušan. Hry v přírodě s malými dětmi: hry a cvičení v přírodě pro děti ve věku od 4 do 8 let. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-539-3.](#)
- [!\[\]\(18eb66208e65404cce5042d73cf0a851_img.jpg\) REUYS, Eva; VIEHOFFOVÁ, Hanne; POKORNÁ, Alena a URBÁNEK, Bohuslav. Jak s dětmi trávit volný čas. 2. vyd. Nápady – Hry – Tvořivost. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-412-5.](#)
- [!\[\]\(14a9d4de9e6699d41b68e8807e2d5f76_img.jpg\) ŠIRCOVÁ, Ivana. S dětmi v přírodě: zážitková výchova po celý rok. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-201-0.](#)
- [!\[\]\(415790129e00c225ba52b81c8addfb14_img.jpg\) BUREŠOVÁ, Květoslava. Nápady pro mrňata a škrvňata \(dva tucty námětů k poznávání přírody v každém ročním období\). Brno: EkoCentrum, 1993.](#)
- [!\[\]\(fa8e43d6f5da9cf596808674ced6c198_img.jpg\) BUREŠOVÁ, Květoslava. Hurá z lavic do přírody. Kněžice: Středisko ekologické výchovy Chaloupky, 1992.](#)
- [!\[\]\(2b564e327fe9708ac2f9320a9ae84c76_img.jpg\) LEBLOVÁ, Eliška. Environmentální výchova v mateřské škole. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0094-9.](#)
- [!\[\]\(484cd33a03c33977d2fcf6bb9cc02435_img.jpg\) DOLEŽALOVÁ, Edita a KUČEROVÁ, Alena. Hry v přírodě a s přírodou. Praha: Mladá fronta, 2004. ISBN 80-204-1142-9.](#)
- [!\[\]\(c885083f23ac65632c3cf77b16f7a193_img.jpg\) ŘEHÁK, Bohuslav. Vycházky do přírody. Knižnice všeobecného vzdělání mládeže. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1968. Dostupné také v \[!\\[\\]\\(20f0f5805f0a60636883bdd13c58dc31_img.jpg\\) digitální knihovně.⁸⁶\]\(#\)](#)
- [!\[\]\(90f7aa1b3da6a942e186a7e3fdaaf44b_img.jpg\) JAVNA, John. 50 nápadů pro děti k záchraně Země. Praha: Český svaz ochránců přírody, 1991.](#)
- [!\[\]\(b2b96e5d9b571004907039c0a8a75b54_img.jpg\) MACENAUEROVÁ, Jitka. Přírodovědné hry. Hrátky. Olomouc: Rubico, 2012. ISBN 978-80-73-46147-8.](#)
- [!\[\]\(6285cf242551105b2a630c622e0c55ae_img.jpg\) NEVĚČNÁ, Alena a NEVĚČNÝ, Jiří. Náš svět: zábava i poznání pro šikovně a chytré děti. Hrátky. Olomouc: Rubico, 2011. ISBN 978-80-7346-130-0.](#)
- [!\[\]\(ea61eebb01e76a95ff1c56cf17f53608_img.jpg\) ZOUHAROVÁ, Kateřina. Škola v přírodě hrou. Pedagogika. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3998-4.](#)
- [!\[\]\(bef5c8d7250866df258df26efebb2d6b_img.jpg\) KŘÍŽ, Martin. RAJNOŠKOVÁ, Marie. Rok v přírodě s mrňaty. Praha: Lipka - školské zařízení pro environmentální vzdělávání, 2015. ISBN 978-80-87604-81-6.](#)

- [!\[\]\(467d80e979964f7f8c752fb22248b5b7_img.jpg\) NOVÁČKOVÁ, Helena. Luční školka. Praha: Lipka - školské zařízení pro environmentální vzdělávání, 2015. ISBN: 978-80-87604-88-5.](#)
- [!\[\]\(b71552d33dbf62adf5e5199a70ee02bf_img.jpg\) Hrajeme si na přírodu: soubor her s ekologickou tematikou. 3. vyd. Brno: Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání, 2013. ISBN 978-80-87604-39-7.](#)
- [!\[\]\(03134b765d1473836ff001925b1b0550_img.jpg\) chaloupky.cz/eshop/ – pomůcky, klíče, atlasy...](#)
- [!\[\]\(aed6947356668967079310026052edc0_img.jpg\) rezekvitek.cz/e-shop – pomůcky, klíče, atlasy...](#)
- [!\[\]\(e61aeb0d9066d5d9e54d9b655f50da3d_img.jpg\) ucimesevenku.cz](#)
- [!\[\]\(f7af41ce0777e13bda91fa715111c02a_img.jpg\) lipka.cz/e-shop](#)
- [!\[\]\(476ddb2354d4ad1cb23a2236b1e49873_img.jpg\) ateliervlese.cz](#)
- [!\[\]\(1d505a46c82c5cefa23b88c2eee900ce_img.jpg\) stanislavasejblova.cz](#)
- [!\[\]\(3a98690f11ee4baf67262bd776464219_img.jpg\) Tvořivá hra O metodě⁸⁷](#)
- [!\[\]\(35522fe6386206890679adb7b63391b6_img.jpg\) Klíč k určování vodních bezobratlých⁸⁵](#)
- [!\[\]\(d28d4a3445dac344f03b5cebc14c5170_img.jpg\) Google Lens](#)

Nápady na hry

- [!\[\]\(31b03e46ee8a80a1f1467b8c03bd76e8_img.jpg\) VALKOUNOVÁ, Tereza a DANIŠ, Petr. Nejlepší hry z lesních školek. Brno: CPress, 2019. ISBN 978-80-264-2570-0.](#)
- [!\[\]\(7d9665ff04f9d2270c38081c6215a724_img.jpg\) WORROLL, Jane a HOUGHTON, Peter. Rok v lesní škol\(c\)e. Brno: Kazda, 2020. ISBN 978-80-88316-77-0.](#)

Tvořivé a rukodělné

- [!\[\]\(815df092dd722ee9268ef8e6d0193e3a_img.jpg\) napadyproanicku.cz](#)
- stránky různých mateřských škol (doporučujeme se inspirovat tam, kam nechodí vaši benjamínci, abyste nedělali stejné výrobky) – např. [!\[\]\(c72edb9626cad660f3a9f5fb0f22a68c_img.jpg\) Lesní školka Edulín⁸⁸](#) nebo [!\[\]\(0c564128c6342bd2f601e97f4518828a_img.jpg\) MŠ Třešňovka⁸⁹](#)
- [!\[\]\(5cb79a1c9acdf5d94bce345803852578_img.jpg\) SLAVÍKOVÁ, Vladimíra. Dívej se, tvoř, povídej!: artefiletika pro předškoláky a mladší školáky. Praha: Portál, 2007.](#)

Hudebně-dramatické aktivity

- [!\[\]\(c6a8736a601a632e2c96605cf66055ed_img.jpg\) BUDÍNSKÁ, Hana. Hry pro šest smyslů. Praha: Artama, 2008. ISBN 978-80-7068-217-3.](#)
- [!\[\]\(64ef2b19d70b31fbbfce0e0e2aa3d7b4_img.jpg\) MACHKOVÁ, Eva. Metodika dramatické výchovy: Zásobník dramatických her a improvizací. Praha: NIPOS, 2011. ISBN 978-80-7068-250-0.](#)

- [!\[\]\(7e19807c61da14f515588e95cd49886c_img.jpg\) SLAVÍKOVÁ, Vladimíra. Dívej se, tvoř, povídej!: artefietika pro předškoláky a mladší školáky. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-322-2.](#)
- [!\[\]\(8ff9e60a4b0560d7ec99179ef4779d9e_img.jpg\) SVOBODOVÁ, Eva a ŠVEJDOVÁ, Hana. Metody dramatické výchovy v mateřské škole. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-262-0020-8.](#)
- [!\[\]\(ab9b69bf5753a01c76b30af859454360_img.jpg\) ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-928-6.](#)

Svobodná hra

- [!\[\]\(746d018fdf6ab02bf5fb7681133e8b29_img.jpg\) DANIŠOVÁ, Justina a DANIŠ, Petr. Svobodná hra: jak nechat vyrůst radostné, odolné a samostatné děti. Praha: Smart Press, 2020. ISBN 978-80-88244-17-2.](#)

Další

- [!\[\]\(aca6fcc8bd95e8255b9ea1b1d08ef300_img.jpg\) Časopis Skauting 2024 duben³³ – věnován benjamínkům](#)
- [!\[\]\(0083087c61cec498ac803a4aec5bb1bd_img.jpg\) Mravenčí chůva⁹⁰ – tipy na knihy pro děti](#)

Co si můžu koupit do oddílu

- pastelky/fixy/voskovky pro školky – kyblík se základními barvami ve větším množství
- nůžky pro leváky
- velké balení temperových barev (plastové lahve)
- velké balení barevných papírů (x ks od jedné barvy)
- prstové barvy
- ořezávátko na kličku
- tahací papírové kapesníky
- vlhčené ubrousky
- ubrusy na stoly
- místo stavebnice Kapla lze pořídit o dost levnější podpalovací lamely, které mívají různé hobbymarkety
- fixy na přírodniny (kámen, klacky ...) – Decor pen

Odkazy

1. skaut.cz/met-bj/metodika-bjm
2. krizovatka.skaut.cz/benjaminci
3. junshop.cz/oficialni-krojove-satky
4. skaut.cz/met-bj/k-cemu-vychovavame
5. skaut.cz/met-bj/pl1
6. skaut.cz/met-bj/pl2
7. skaut.cz/met-bj/pl3
8. skaut.cz/met-bj/rady-pro-vzdelavani
9. skaut.cz/met-bj/pesinka
10. skaut.cz/met-bj/metodicka-priloha
11. skaut.cz/met-bj/tipy-na-vypravy
12. skaut.cz/met-bj/pl10
13. skaut.cz/met-bj/primestske-tabory
14. krizovatka.skaut.cz/vedu-oddil/tabory
15. skaut.cz/met-bj/informace-pro-rodice
16. skaut.cz/met-bj/prezentace-pro-rodice
17. skaut.cz/met-bj/informacni-schuzka
18. benjamina.skaut.cz
19. skaut.cz/met-bj/pl4
20. skaut.cz/met-bj/01
21. skaut.cz/met-bj/pl5
22. skaut.cz/met-bj/02
23. skaut.cz/met-bj/03
24. skaut.cz/met-bj/pl6
25. zakonyprolidi.cz/cs/2001-106
26. skaut.cz/met-bj/smernice-akce-voda
27. skaut.cz/met-bj/pl7
28. skaut.cz/met-bj/vyprava-na-vode
29. skaut.cz/met-bj/plavani
30. skaut.cz/met-bj/projevy-pro-benjaminky
31. chystamprogram.skaut.cz
32. casopisy.skaut.cz/benjamina
33. casopis.skauting.cz/archiv/duben-2024
34. skaut.cz/met-bj/04
35. skaut.cz/met-bj/pl12
36. skaut.cz/met-bj/pl8

37. skaut.cz/met-bj/05
38. skaut.cz/met-bj/06
39. skaut.cz/met-bj/07
40. skaut.cz/met-bj/08
41. skaut.cz/met-bj/09
42. skaut.cz/met-bj/10
43. skaut.cz/met-bj/11
44. skaut.cz/met-bj/12
45. skaut.cz/met-bj/13
46. skaut.cz/met-bj/14
47. skaut.cz/met-bj/15
48. skaut.cz/met-bj/16
49. skaut.cz/met-bj/17
50. skaut.cz/met-bj/18
51. skaut.cz/met-bj/19
52. skaut.cz/met-bj/20
53. skaut.cz/met-bj/21
54. skaut.cz/met-bj/22
55. skaut.cz/met-bj/23
56. skaut.cz/met-bj/24
57. skaut.cz/met-bj/25
58. skaut.cz/met-bj/26
59. skaut.cz/met-bj/27
60. skaut.cz/met-bj/28
61. skaut.cz/met-bj/29
62. skaut.cz/met-bj/30
63. skaut.cz/met-bj/31
64. skaut.cz/met-bj/32
65. skaut.cz/met-bj/33
66. skaut.cz/met-bj/34
67. skaut.cz/met-bj/35
68. skaut.cz/met-bj/36
69. skaut.cz/met-bj/37
70. skaut.cz/met-bj/38
71. skaut.cz/met-bj/39
72. skaut.cz/met-bj/40
73. skaut.cz/met-bj/41
74. skaut.cz/met-bj/42
75. skaut.cz/met-bj/43
76. skaut.cz/met-bj/44
77. skaut.cz/met-bj/45
78. skaut.cz/met-bj/46
79. skaut.cz/met-bj/47
80. skaut.cz/met-bj/specifické-potreby
81. skaut.cz/met-bj/vzdelavani-na-klic
82. janamodra.cz/obchod.html
83. socioemocniuceni.cz
84. skaut.cz/met-bj/z-nevyhody-vyhoda
85. skaut.cz/met-bj/bezobratli
86. skaut.cz/met-bj/vychazky-do-prirody
87. skaut.cz/met-bj/o-metode
88. skaut.cz/met-bj/edulin
89. skaut.cz/met-bj/tresnovka
90. mravencichuva.cz
91. skaut.cz/met-bj/pl9
92. krizovatka.skaut.cz/benjaminci/vedu-benjaminky
93. skaut.cz/met-bj/pl11



Zajímá tě, jak pro benjamínky připravit „první skautská dobrodružství“? Chceš poznat svět těch nejmladších členů a členek skautské organizace? V této metodice najdeš informace o skautské výchovné metodě, užitečné organizační rady i inspiraci pro program včetně konkrétních aktivit. Nechybí ani spousta praktických tipů pro různé situace, ať už v klubovně, v přírodě, nebo na táboře. Kniha je oporou pro nové vedoucí a zároveň rozšiřuje obzory i těm zkušenějším.



8070169

