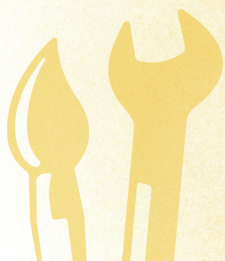


*Benjamínci*



# PROGRA— MOVÉ



# LISTY



REÁLNÁ  
ČINNOST



TVOŘENÍ



POVÍDÁNÍ



POHYBOVÁ HRA



KLIDNÁ HRA



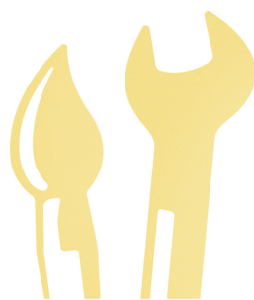
ZKOUMÁNÍ



ČAS  
V MINUTÁCH



# BUĎME PŘIPRAVENI



*Benjamínek si umí říct o pomoc blízkým osobám (vedoucím, kamarádům, rodičům apod.) Zná pravidla bezpečného pohybu ve městě (přecházení na přechodech, semaforech, reflexní prvky) a snaží se je dodržovat. Benjamínek ví, co může být nebezpečné, a vyhýbá se tomu.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Za kým bych šel/šla



Vedoucí připraví seznam situací, do kterých se děti mohou dostat. Sedneme si s dětmi do kroužku a povídáme si, za kým by šly, kdyby... Nejprve říkají nápady dětí. Pokud nás napadnou ještě další možnosti, nechme si je na konec dané situace, abychom dětem nápad nesebrali. Situace mohou vymýšlet i děti. Také zkusme situace zasadit do různých prostředí, např. doma, na skautu, ve škole.

- » Za kým bych šel/šla, kdybych si rozbil/a koleno?
- » Za kým bych šel/šla, kdyby mi bylo smutno?
- » Za kým bych šel/šla, kdybych viděl/a, jak se děti perou?
- » Za kým bych šel/šla, kdyby mi nebylo dobře a třeba mě bolelo břicho?

→ **POMŮCKY:** Seznam situací.

### Motivační scénka



Vedoucí předvádí špatné chování v potenciálně nebezpečných situacích a děti ho při tom opravují:

- » Okolo letí vosy, tak se po ní začne ohánět a plácát ji.
- » Na zem spadla sklenička, tak začne okolo pobíhat.
- » Maminka vytřela podlahu a ta je kluzká, tak se přes ni rozběhne.
- » Je u vody a neumí plavat – bez dovolení a plovacích pomůcek běží k vodě.

Obměnou hry může být, že scénky předvádí děti.

Je dobré si s dětmi vyjasnit, jak se v daných situacích zachovat a proč. Na závěr můžeme znovu všechny situace připomenout a zopakovat si, jak se správně zachovat.

→ **POMŮCKY:** Věci, které potřebujete do scének.

### Neznámí lidé



Sedneme si s dětmi do kroužku. Nejprve si povídáme, kdo je pro nás známý člověk, a potom, kdo člověk neznámý. Poté naznačíme různé situace, kdy s námi neznámý člověk naváže kontakt (někdo mi nabízí bonbón, stará paní se mě ptá, co je napsáno na ceduli, protože si zapomněla brýle...). Můžeme si s dětmi buď povídat, jak dané situace řešit, nebo můžeme využít dramatizaci jako u předchozích aktivit.

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Benjamínci se učí hlavně pozorováním vzorů (vedoucích), proto bychom měli jít příkladem a zásady bezpečného chování dodržovat sami. Můžeme na bezpečné chování upozornit např. komentováním toho, co dělám a proč. Například teď se rozhlížím, jestli jede auto.
- » U benjamínků je dobré vyzdvihovat dobré příklady, např. když si někomu řeknou o pomoc nebo vyřeší konflikt bez agrese, tak to zdůraznit; upozornit na to, že to udělali dobře.
- » S těmito kompetencemi velmi souvisí důvěra. Proto dbáme na tvorbu bezpečného a respektujícího prostředí. Benjamínci by měli vědět, že se mohou obrátit na kohokoliv staršího s prosbou o pomoc. Jak následně řešit spory, ale i nastavit bezpečné a respektující prostředí mezi benjamínky, najdete v metodice v kapitole Psychologie.



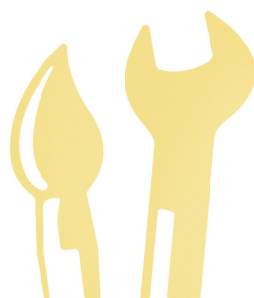






# PENÍZE

*Benjamínek ví, jak vypadají peníze – různé mince, bankovky. Umí je také základně používat – ví, že jsou k placení například v obchodě a díky tomu si můžeme něco koupit. Zná i jiné používané způsoby placení, ke kterým nejsou potřeba mince a bankovky, například platební kartu či platby mobilem.*



## INSPIRACE NA PROGRAM

### Malování bankovek



Ukážeme si opravdové peníze a některé ochranné prvky bankovek – vodoznak, proužek, barevná vlákna, soutisková značka (proti světlu tvoří ČR). Poté necháme benjamínky, aby si namalovali svoje bankovky. Můžeme vyzkoušet frotáž mincí (minci dáme pod papír a pomocí voskovky/tužky/uhle přejíždíme po papíře, až se reliéf mince objeví). Můžeme si popovídat o tom, čím v minulosti lidé platili. Vždy šlo o pro ně cenou věc, např. látky.

→ **POMŮCKY:** A6 papíry, pastelky/voskovky/uhly, skutečné mince i bankovky na ukázání (třeba i eura nebo nějakou jinou měnu).

### Na skladníky



V klubovně rozmístíme věci jako v obchodě/skladu – různě na stoly, poličky, židle. Jeden druh předmětu by měl být u sebe. Dětem připravíme arch papíru, kde je vždy obrázek druhu předmětu (plyšák, pomeranč, lžice...) a vedle obrázku je prostor pro záznam počtu. Děti obcházejí klubovnu a mají za úkol zaznamenat stav ve „skladu“. Na papír udělají tolik puntíků/čárek, kolik je tam věcí daného druhu. Případně můžeme připravit na papír i nevybarvené puntíky a děti vybarví přesně tolik puntíků, kolik je předmětů. Starší děti mohou napsat přímo číslici.

Před aktivitou je potřeba děti seznámit s tím, jak mají do tabulky zaznamenávat.

Aktivitu můžeme uzavřít vzájemnou kontrolou – společně si řekneme, kolik spočítali, a případně si zkontrolujeme, kolik předmětů ve skladu bylo.

→ **POMŮCKY:** Věci do „skladu“, např. plyšáci, polštáře, přístroje, ovoce atd. v různém množství (od každého předmětu max 10 ks).

### Vaření



Společně s benjamínky nakoupíme a uvaříme nějaké jednoduché jídlo, např. polévku, rýži se zeleninou, těstoviny.

### Samostatné nakupování na táboře



Na táboře si společně s benjamínky dojdeme něco koupit, např. zmrzlinu, pohledy, něco na památku. Při výběru jim pomůžeme s počítáním a necháme je, aby sami zaplatili.

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » **Dávejte pozor, abyste se nedopustili padělání bankovek** např. jejich vytištěním nebo okopírováním! Místo toho lze při hrách využít mince a bankovky z deskové hry nebo koupit hrací peníze/karty v hračkárně. Děti také mohou mít hrací peníze doma, které si mohou na aktivitu přinést.
- » Díky reálným činnostem, jako je nakupování na výletě, benjamínci poznávají skutečné mince a bankovky.
- » V dnešní době se používají i jiné metody placení než hotovost. Je možné, že benjamínci se častěji setkávají s tím, že rodiče platí kartou, mobilem nebo hodinkami. U některých aktivit lze zařadit i tento způsob placení.



## Koloběh peněz

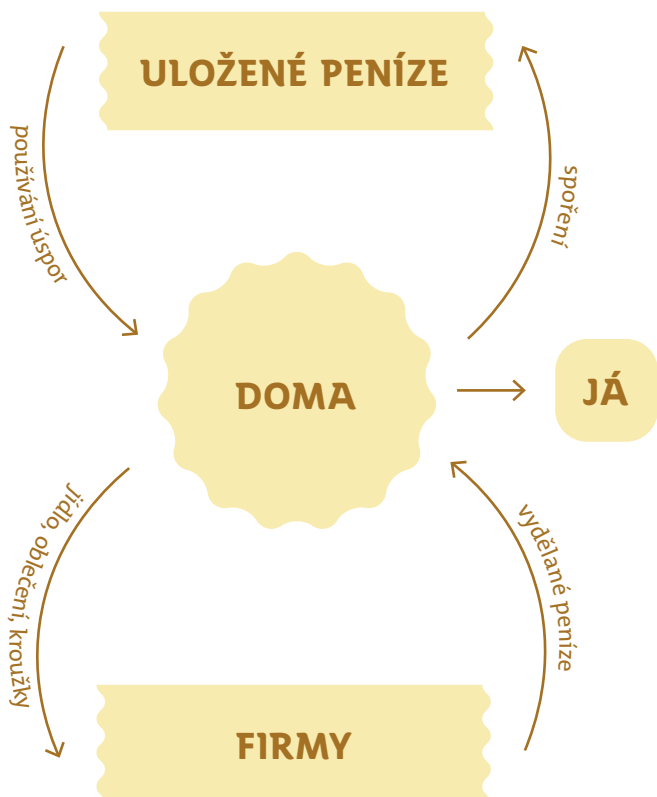


S dětmi si popovídáme o tom, kde se doma berou peníze a na co se využívají. Na papír namalujeme základní bubliny a poté společně pokládáme otázky a doplňujeme šipky. K bublinám i šipkám mohou benjamínci malovat obrázky věcí nebo činností, které k nim patří (nebo můžete obrázky najít v letácích a časopisech a vystřižené nalepit na společný papír).

### Otázky:

- » Kde se doma berou peníze?
- » Proč potřebujete doma peníze?
- » Za co rodiče peníze dostávají?
- » Dostáváte kapesné? Pokud ano, na co ho používáte? Pokud ne, na co byste ho použili, kdybyste ho měli? Šetříte si část z něj? (Můžete doplnit bubliny a šipky podle toho, co benjamínci navrhnou.)
- » Část vydělaných peněz je dobré dávat stranou – spořit. Proč?
- » Na co se uložené peníze mohou hodit?
- » Na co používají firmy peníze, které vydělají?
- » Co by se stalo, kdyby peníze neexistovaly? (Nechme benjamínky fantazírovat.)

**POMŮCKY:** Velký papír, pastelky, fixy



## Obchod



Nejprve připravíme peníze, do přípravy můžeme zapojit i benjamínky (například hledání kamínků či výroba bankovek).

Rozdělíme se na několik skupin. Každá skupina dostane jeden stůl, ze kterého si udělá stánek. Stánek je možné ozdobit nebo nějak speciálně upravit (záleží na zájmu a kreativitě dětí). Ve stáncích se dají prodávat věci z klubovny – pastelky, papíry, hrníčky, skautské časopisy, kostky, míče atd. Mezi děti rozdělíme peníze a necháme je nakupovat a prodávat. V jednotlivých skupinách prostrádáme děti, které prodávají ve stánku a které šly na nákup do jiného stánku. Když si někdo něco koupí, může dostat namalovanou účtenku. Účast vedoucích může pomoci nastartovat hru a ukázat benjamínkům, jak nakupovat.

Můžeme obohatit o nákupní seznam. Děti dostanou obrázkový seznam věcí, které mají nakoupit.

Kromě prodávání je možné zapojit i služby např. kadeřnictví.

Aktivita lze rozšířit o aktivity z listu **Povolání**.

→ **POMŮCKY:** Věci v klubovně, peníze. Jako peníze je možné použít nějaké dětské peníze, vlastní vyrobené bankovky, přírodniny (ulity, kamínky, klacíky apod.) nebo skutečné mince (např. 1, 2 a 5 Kč) (při použití skutečných peněz je potřeba dětem říct, že to je hra a po hře budou muset peníze vrátit).

Kromě samotných peněz je možné použít i např. krabičku od sirek, k simulaci platební karty nebo mobilu. Do krabičky se dají peníze a při placení se z krabičky vyndají.

## Výroba pokladničky



Krabičku oblepíme barevným papírem. Benjamínkům se bude lépe lepit tzv. mozaika - barevné papíry natrháme na malé kousky a ty pak jeden vedle druhého nalepíme. Následně vedoucí vyřízne do víčka krabičky díрку na vzhazování peněz. Děti si mohou krabičku i pomalovat.

Pro výrobu pokladničky lze využít i papírové tubusy od svítilnic náramků.

→ **POMŮCKY:** Papírová krabička od čaje, barevné papíry, pastelky/voskovky, lepidlo, nůžky, zalamovací nůž.

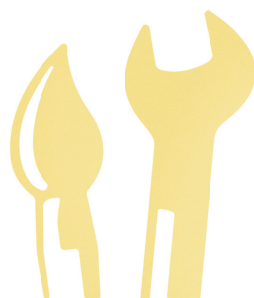
### DALŠÍ ZDROJE

- [Ochranné prvky bankovky:](#)
- [Kopírování bankovek](#)
- [Ben Já Mína a cesta mince \(7. ročník, 1. číslo\)](#)



# MODERNÍ TECHNOLOGIE

*Benjamínek ví, že komunikační technologie se používají nejen k zábavě. Umí uvést příklady, kdy nám technologie mohou usnadnit běžný život (telefonování, navigace, focení, poznávání rostlin...) a v rámci možností si je vyzkouší. Rozvíjí předpoklady k informatickému myšlení: logické myšlení a přemýšlení v souvislostech.*



## INSPIRACE NA PROGRAM

### Chození (ježdění) podle puntíku



V mobilu/GPS nastavíme trasu, kterou jdeme, mobil dáme někomu z benjamíneků. Jeho/jejím úkolem je navigovat tak, aby se puntík na mapě pohyboval po naplánované cestě. Po chvíli benjamínky vystřídáme.

Při cestě vlakem či autobusem mohou benjamínci zkoumat, kudy na mapě jedeme. Pokud benjamínci mapu znají více, může ji mít jeden benjamínek a říkat, za chvíli pojedeme přes řeku (modrou čáru) a ostatní hledí z okna a hlásí, kdy jede vlak přes řeku.

Není cílem, aby děti rozuměly tomu, co se na mapě nachází. Hlavní je, aby si uvědomily, že něco jako mapa existuje, a vyzkoušely ji použít.

→ **POMŮCKY:** mobil/GPS

### Telefonování



Nejprve si s benjamínky popovídáme o tom, jak se telefonuje – děti se představí, pozdraví, řeknou, co chtějí, počkají, až jim druhý odpoví, a rozloučí se. Následně si můžeme společně vyzkoušet telefonování s modely telefonů. Poté si vyzkoušíme telefonování skutečnými telefony z místnosti do místnosti (STS, WhatsApp atd.)

→ **POMŮCKY:** modely telefonů (krabičky – např. od čaje), skutečné telefony

**Tip:** Modely telefonů si můžete společně vyrobit dopředu – krabičky od čaje polepit papírem a pomalovat. Lze je vyrobit i ze dřeva – kousek prkna pomalovaný jako telefon.

### Rámeček + focení



Aktivita se hodí na cestu při běžné výpravě anebo například na výpravu s rodiči.

Během chůze necháme benjamínky hledat, co zajímavého se vejde do rámečku. Něco můžeme vyfotit. Fotky si po výpravě můžeme společně projít.

→ **POMŮCKY:** A5 rámečky ze čtvrtky nebo kartonu, mobil

### Promítání fotek, krátkých videí



Na schůzce, výpravě nebo táboře si můžeme promítnout fotky z dřívějších akcí nebo nějaké krátké video k programu (např. Dějiny udatného českého národa).

Může být dobré promítnout si fotky z výpravy/tábora před touto akcí, aby nováčci věděli, jak to tam bude vypadat.

→ **POMŮCKY:** notebook, (projektor)

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Moderní technologie běžně používáme v každodenním životě a není nutné se při vedení benjamíneků jejich používání vyhýbat. Naopak jim můžeme ukázat, jak s jejich pomocí najít potřebné informace.
- » Ne vždy víme vše, na co se nás děti ptají. Když něco nevíme, můžeme zkusit informaci společně najít.
- » Při vyhledávání na internetu dáváme pozor, co před dětmi zadáme za slovo. Lepší je si to vyhledat bez jejich dohledu a ukázat jim až výsledek. Zkuste si například vyhledat slovo žalud.





## Algoritmy



Algoritmus je přesný postup (kuchařka), kterým lze vyřešit nějaký problém. Společně s benjamínky si můžeme vymyslet (popř. i namalovat) algoritmy pro několik činností:

- » Jdeme si ven zahrát na babu (nebo jinou oblíbenou hru), co všechno musíme udělat?
  - › Vzít šátek; obléknout se; otevřít dveře; jít ven; zavřít dveře; jít na místo, kde budeme hrát; začít hru
- » Jak sníst svačinu?
- » Jaké části má skautská schůzka z pohledu benjamíneků?
- » Když hraji vybíjenou (nebo jinou hru), co dělám? (Když má protihráč míč, snažím se od něj utéct/vyhnout se míči; když je míč na zemi a jsem blízko, zkouším míč získat; když mám míč, zkouším vybit někoho z ostatních; když jsem trefený/á jdu si sednout/udělám několik dřepů.)

Není cílem lpět na detailech, pokud na něco zapomenou, můžeme je na to upozornit (např. ukázat, že vyrazí ven bez bot). Kroky, které benjamínky vymyslí, může provádět vedoucí, např. při vybíjené budou dva/ě vedoucí proti sobě; první bude hrát sám/sama a druhý/á podle postupu, který vymysleli benjamínky.

Aktivitu je možné přidat symbolický rámec, že činnosti vysvětlují mimozemšťanům (a vedoucí je mimozemšťan).

## Stavění podle instrukcí



Rozdělíme benjamínky do dvojic. Dvojice si sednou tak, aby jeden neviděl, co má ten druhý před sebou (sednout si k sobě zády nebo za nějakou zástěnu). Jeden z dvojice postaví z kostek nebo přírodnin jednoduchou stavbu nebo obrazec. Svoji stavbu popíše druhému benjamínovi, který se pokusí postavit to samé. Kdyby mu/jí nebylo něco jasné, může se doptat. Po chvíli zhodnotíme, jak se to povedlo, a role se ve dvojicích prohodí.

Je dobré na začátku hry omezit počet věcí, ze kterých se obrázek skládá. Postupem času můžeme počet zvyšovat.

→ **POMŮCKY:** kostky nebo přírodniny (šišky, klacky, kameny apod.)

## Roboti



Vytvoříme z dětí dvojice a posadíme je naproti sobě ke stolu. Jednomu z každé dvojice zavážeme oči (aktivitu lze dělat i bez zavázaných očí, jen je potřeba tomu přizpůsobit úkoly). Ten se zavázanýma očima je robot a ten druhý navigátor.

Úkolem robota je podle jednoduchých pokynů navigátora (pohni rukou doleva/doprava, chytni předmět apod.) plnit úkoly. Úkolem navigátora je dávat jednoduché instrukce tak, aby robot splnil úkol.

### Možné úkoly:

- » Přesuň kelímek (nebo jiný předmět) do označené části stolu.
- » Roztříd' pastelky podle barvy na hromádky nebo do kelímků.
- » Namaluj domeček, sluníčko nebo něco jiného
- » Přelij vodu z jednoho hrnku/kelímku do druhého.

Po splnění úkolů si benjamínky role robota a navigátora prohodí. Na konci si s dětmi můžeme popovídat, co jim na úkolech přišlo lehké a co těžké.

Pro popis stran může být snazší orientovat se podle prostředí, např. k oknu, ke zdi, ke mně, k tobě – oproti doleva, doprava, jelikož to by děti sedící naproti sobě měly prohozené. Další možností je, že děti budou sedět vedle sebe nebo že robot bude mít na jedné ruce uvázaný šátek.

Hru je možné hrát i venku s pohybovými úkoly. Je ale potřeba dávat víc pozor na bezpečnost.

→ **POMŮCKY:** šátky, drobné předměty

## Poznávání rostlin



Aktivita se hodí na jaro a léto na zahradu nebo louku. S benjamínky jdeme a koukáme se na rostliny v okolí. Rostliny si určíme (buď je známe, nebo použijeme atlas, klíč či aplikaci PlantNet) a můžeme si o nich najít nějaké informace – jsou jedlé/jedovaté, kdy a kde rostou, dají se na něco použít?

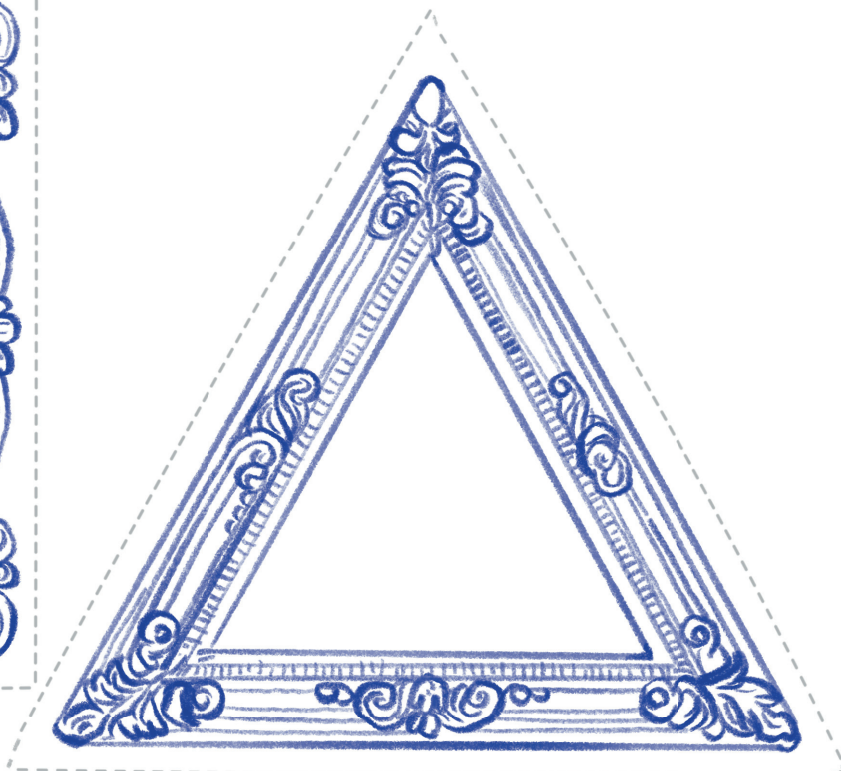
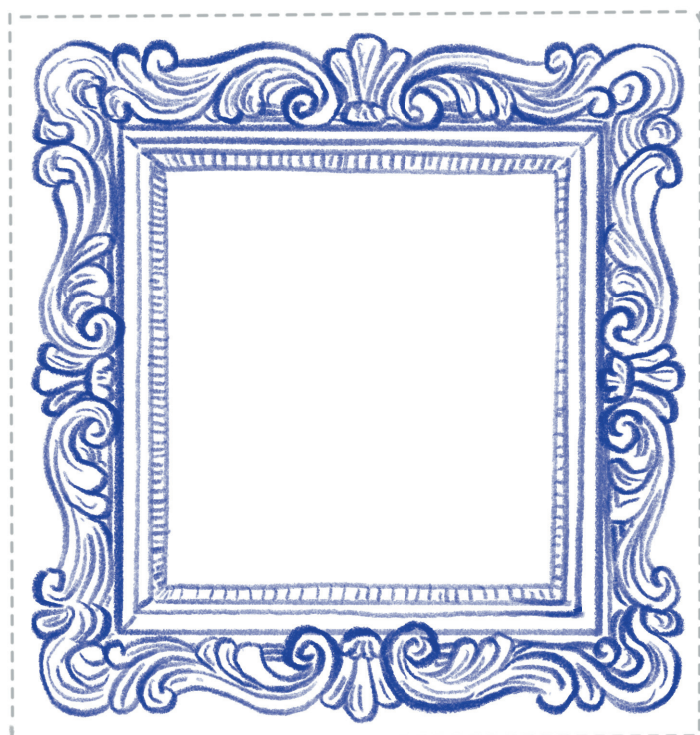
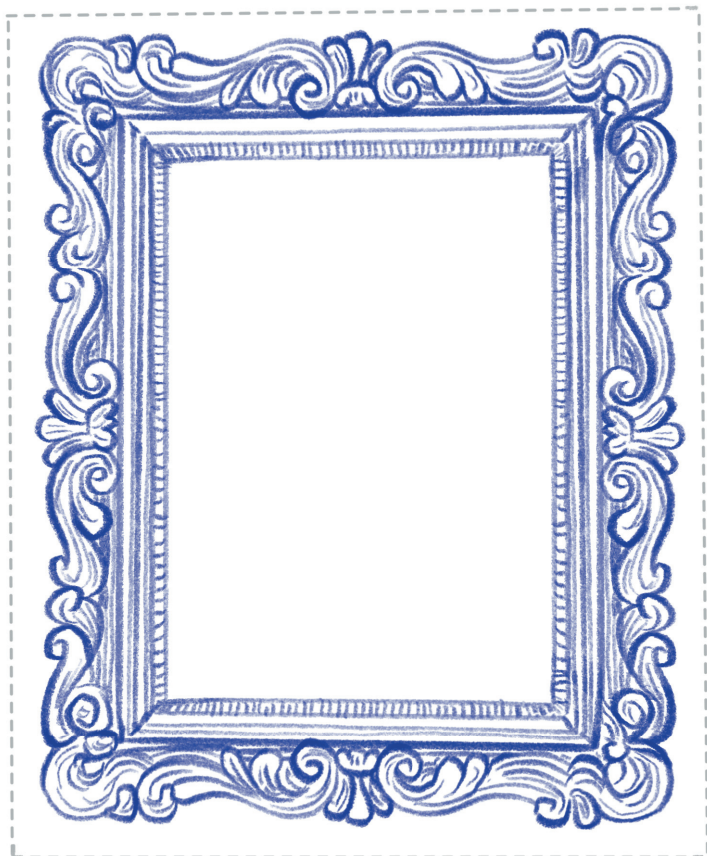
Aktivitu je možné propojit s dalšími smysly – jak květiny voní; jedlé rostliny můžeme ochutnat nebo si z nich uvařit čaj.

→ **POMŮCKY:** mobil s aplikací PlantNet (nebo atlas rostlin)

### DALŠÍ ZDROJE

- » [PlantNet](#)
- » Albi tužka - jedna z moderních technologií, kterou mají často děti doma. Knížky na různá témata lze půjčit v knihovnách. Můžeme využít jako vstup do tématu na schůzce nebo jako další prvek poznávání přírody a našeho okolí.





VYSTŘIHNI  
SI RÁMY



šmik  
šmik



# UČÍ SE CHOVAT V DOPRAVNÍCH PROSTŘEDCÍCH



*Benjamínek zná základní pravidla chování v dopravních prostředcích. Například ví, že je vhodné mluvit potichu, uklidit po sobě odpadky nebo pozdravit při příchodu. Snaží se tato pravidla dodržovat při cestování například v autobuse či vlaku na výpravě. V případě, že žije ve městě s MHD, učí se dodržovat i pravidla pro jejich obec.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Učím se zabavit při dlouhé cestě



Před výpravou dáme benjamínkům tipy na to, jak se zabavit na dlouhé cestě.

- » hledám něco z okna
- » počítám, kolikrát jsem viděl/a...
- » vymyslím, proč je takový název zastávky
- » počítám lidi v autobuse, kolik jich nastoupilo, vystoupilo (pro děti v 1. třídě)

→ **POMŮCKY:** Dle výběru aktivity; například obrázkový seznam věcí, která budeme hledat z okna.

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Metodické poznámky k sestavování pravidel naleznete v programovém listě – [Pravidla mezilidského chování](#).
- » Během cestování hromadnou dopravou se můžete setkat s projevy cizího vandalizmu, např. graffiti, vyryté nápisy do skla. Ve chvíli, kdy to benjamínky zajímá, si o tom s nimi povídáme a snažíme se jim vysvětlit, že tím ničí cizí majetek. Zeptáme se jich, jak se tam cítí. Zda si myslí, že to jde odstranit, kolik času a síly to může stát.

### Nákup jízdenek



Rozdělíme se na několik skupin, přičemž každá skupina dostane jeden stůl, který přemění na okénko **Prodej jízdenek**. Okénko lze ozdobit nebo upravit podle kreativity dětí nebo typu přepravy (vlak, autobus...).

Mezi děti rozdělíme připravené peníze a necháme je nakupovat a prodávat jízdenky. Děti se prostřídají v rolích prodávajících a kupujících, přičemž vedoucí mohou pomoci hru nastartovat a ukázat benjamínkům, jak si správně koupit jízdenku. Jako cíl cesty můžeme zvolit místo, kam se chystáme na nejbližší výpravu, ale i různé obce z nejbližšího okolí nebo naopak velká města.

Aktivitu lze obohatit i o další služby, jako například „informační přepážku“ pro cestující, a nechat třeba děti vymýšlet, proč má vlak zpoždění.

→ **POMŮCKY:** Peníze (například vyrobené podle listu Peníze), jízdenky, kasa.







- » chováme se ohleduplně k ostatním cestujícím – mluvíme tak, abychom nikoho nerušili
- » uklízíme po sobě – pokud jíme svačinu, tak uklidíme své odpadky
- » pokud si k někomu sedáme, tak ho pozdravíme
- » starší osoby a osoby, které se hůře pohybují, pustíme sednout

- » první a poslední jde vždy vedoucí
- » pokud potřebuji na záchod, tak o tom řeknu vedoucímu, aby šel se mnou

→ **POMŮCKY:** papíry, pastelky

➤ Ben Já Mína ve vlaku (5. ročník, 5. číslo) -  
pracovní list Výlet vlakem, str. 8.

## This image shows a full page of primary-ruled paper. It features ten sets of horizontal lines across the page. Each set consists of three lines: a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line. The lines are evenly spaced and extend from the left margin to the right edge of the page. There are no margins or other markings present.

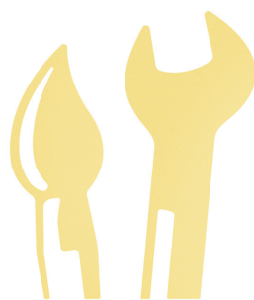


- » Proč se může v některém dopravním prostředku jíst a v některém ne?
- » Jak řešit, když se mi chce na záchod v autobuse? Ve vlaku? V trolejbusu?
- » Kde a jak si můžu koupit jízdenku?

[illegible]

# JEDNODUCHÉ ÚKOLY

*Benjamínek dokáže splnit jednoduché úkoly jak sám, tak ve skupině. Může jít například o různé hledání předmětů, rozdílů mezi obrázky, skládání puzzlí, třídění předmětů do skupin, ale i přemýšlení nad praktickými úkoly – co si zabalit na výpravu či schůzku. Při plnění ve skupině se snaží spolupracovat.*



## INSPIRACE NA PROGRAM

### Hledání čehokoliv



Hru hrajeme v nějakém členitém nebo jinak zajímavém prostředí. Benjamínkům dáváme za úkol najít různé předměty nebo přírodniny (např. šiška, klacek nějakého tvaru, mech, nějaký druh kamene, listnatý/jehličnatý strom). U každého předmětu řekneme, jestli jej mají benjamínci přinést, nebo k němu jen doběhnout a vrátit se zpět. Hru je možné hrát i během cesty (např. na výletě), kdy dětem dáme občas úkol něco v daném okolí najít. Když úkol všichni splní, tak jdeme dál.

Podle prostředí, kde hru hrajeme, nastavíme maximální vzdálenost, kam benjamínci mohou jít, např. tak daleko, aby viděli vedoucího.

### Co se změnilo



Hru hrajeme v klubovně nebo jiném jasně ohraničeném místě. Benjamínky necháme, aby si klubovnu pořádně prohlédli, poté půjdou na chvíli za dveře a v klubovně něco změníme (např. přesuneme stůl/židle, otevřeme skříň nebo okno, přesuneme nějaké drobné předměty; změny děláme zejména do úrovně očí benjamínků). Začínáme menším počtem výrazných změn a postupně můžeme hru zesložitovat. Po změně vezmeme benjamínky zpět a jejich úkolem je přijít na to, co se změnilo. Když si něčeho všimnou, nevykřikují, ale pouze si to zapamatují. Po chvíli zkoumání si společně řekneme, na co přišli a jestli něco nepřehlédli.

Hru můžeme hrát i tak, že benjamínky rozdělíme na skupinky a skupinky se střídají v provádění změn v klubovně.

### Co potřebujeme na výpravu



Na stůl rozložíme všechny věci. S benjamínky si povídáme, co potřebujeme na výpravu a kdy / na co to využijeme. U věcí navíc si můžeme říct, proč je benjamínci nevyužijí a jestli je třeba nebudou potřebovat vedoucí.

Předměty upravíme podle věcí, které potřebujeme na výpravu v našem oddíle.

Celou aktivitu můžeme uvést scénkou: vedoucí nese těžký batoh a heká pod jeho vahou, děsně ho bolí nohy. Pak navrhne dětem, že se společně podívají, co všechno v něm nese. Jestli to, co tam má, opravdu potřebuje.

→ **POMŮCKY:** Věci (nebo jejich obrázky), které benjamínci potřebují na jednodenní výpravu (batoh, svačina, pití, pláštěnka...) a nějaké věci navíc (plyšák, izolepa, hřebíky, kladivo, hrnec, kámen...).

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » S jednoduchými úkoly se benjamínci setkávají běžně, díky jejich plnění postupně rozvíjejí svou samostatnost.
- » Skautské schůzky a výpravy nabízejí prostor pro rozvoj sebeobsluhy a samostatnosti.
- » Kromě samotného fungování na skautských akcích můžeme schopnost řešit jednoduché úkoly rozvíjet pomocí aktivit. Příklady takových aktivit najdete v tomto listě.
  - » Aktivitu můžeme jednou za čas opakovat, benjamínci se v nich budou postupně zdokonalovat.
  - » Aktivitu na spolupráci jsou i v listu Skupinová spolupráce.



## Uspořádání příběhu



Benjamínkům ukážeme obrázek a následně přečteme část příběhu, která k tomuto obrázku patří. Obrázky vybíráme v přeházeném pořadí. Po přečtení všech částí necháme benjamínky, aby části uspořádali. Kdyby zapomněli, jaká část obrázku k příběhu patří, přečteme ji znovu. Pokud by aktivita byla pro benjamínky moc náročná, můžeme jim pomoci návodnými otázkami.

Začínáme se známými příběhy (Červená Karkulka, Perníková chaloupka...) a v případě, že benjamínky aktivita baví, můžeme zkusit i méně známé příběhy.

→ **POMŮCKY:** Příběh rozdělený na 3–5 částí (jednotlivé části obsahují indicie, jak mají být za sebou) a obrázek shrnující každou část.

## Skládání puzzlí nebo rozstříhaného obrázku



S benjamínky můžeme po skupinkách skládat puzzle nebo rozstříhaný obrázek. Volíme puzzle s většími dílky a menším počtem.

Skládání obrázku nám může uvést další aktivity nebo téma schůzky. Například když se budeme bavit o lesních zvířatech, tak můžeme společně skládat obrázek lesa nebo ve dvojicích různé obrázky s lesem související (jezevec, sojka, strom, houba, borůvčí, mech). Po poskládání všech benjaminci přemýšlejí, co mají obrázky společného, a tím dojdeme k tématu schůzky. Skládat můžeme taky namalovanou mapu, podle které následně půjdeme na výlet.

→ **POMŮCKY:** Puzzle nebo rozstříhaný obrázek, papír a lepidlo.

## Rozdělování obrázků



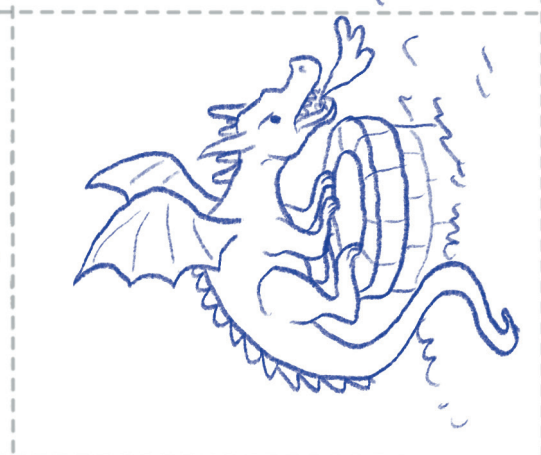
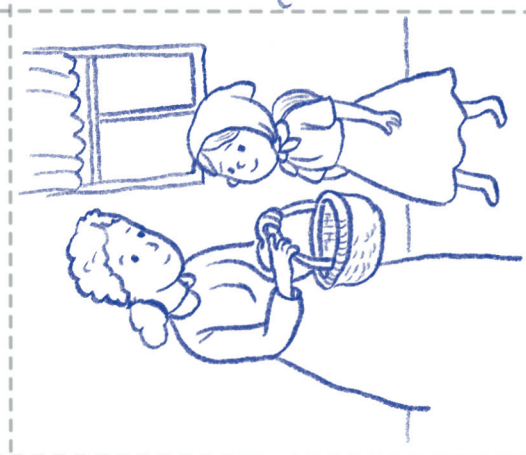
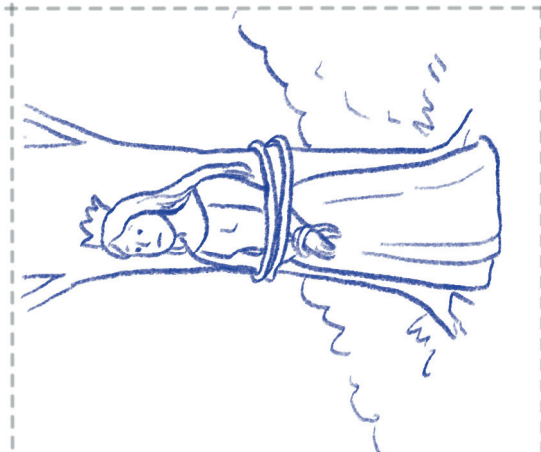
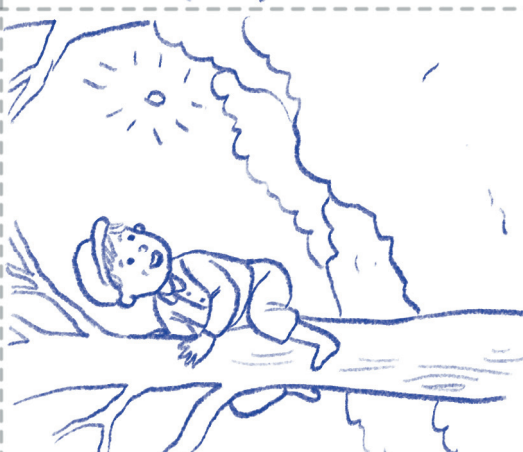
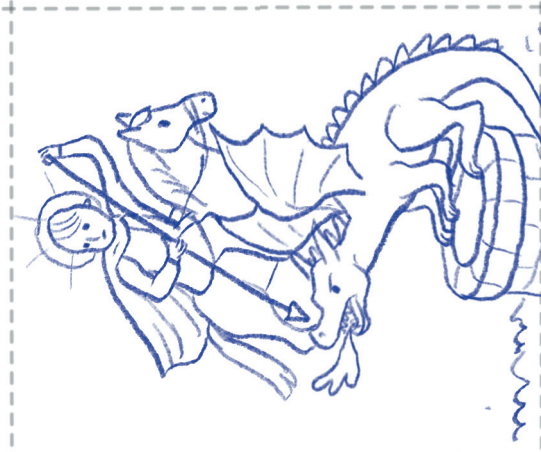
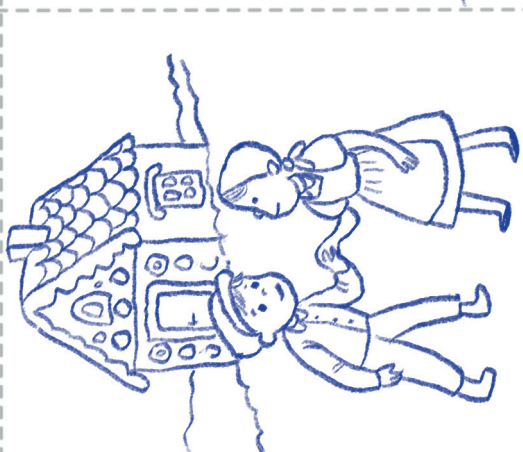
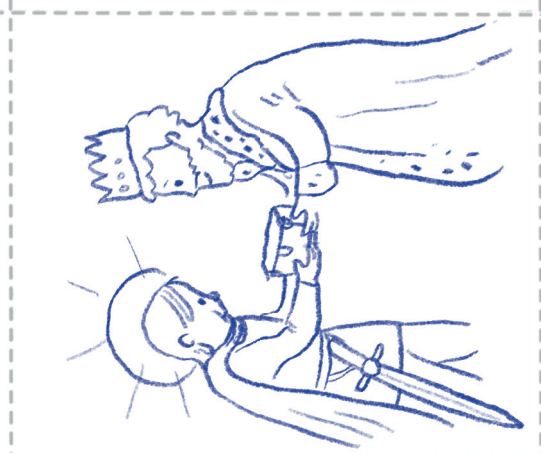
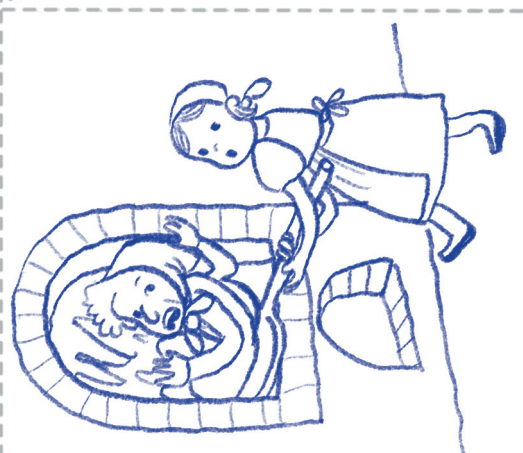
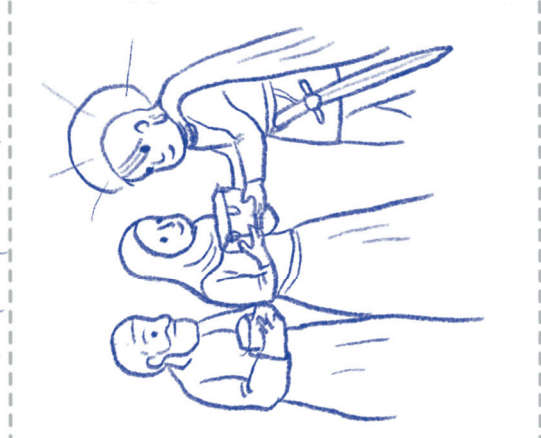
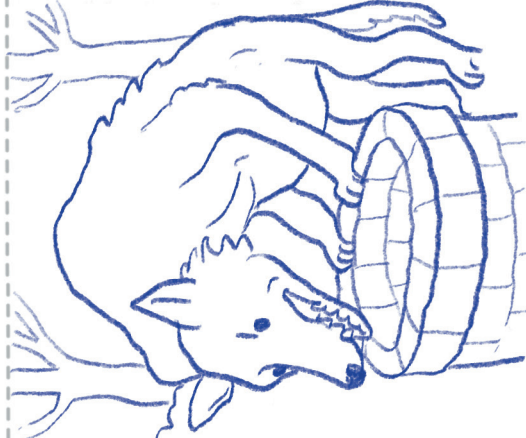
Benjamínky rozdělíme na skupinky po 2–4 a každé skupině dáme jednu sadu věcí. Úkolem každé skupiny je předměty rozdělit podle nějaké vlastnosti, kterou si vymyslí (např. u zvířat mohou rozdělovat podle velikosti, počtu nohou, domácí/zoo/les/...). Kritérium rozdělování necháme na dětech a můžeme si s nimi povídat, proč jej vybrali a jestli jsou i jiné možnosti. Podle počtu a velikosti skupinek si rozdělení představte společně nebo po skupinkách.

→ **POMŮCKY:** Několik sad věcí (obrázků), které jsou různé, ale mají nějaké podobné vlastnosti, podle kterých je lze rozdělovat. Sada je o velikosti cca 10 kusů, ale záleží na počtu dětí, které ji budou rozdělovat.

## MOJE POZNÁMKY:



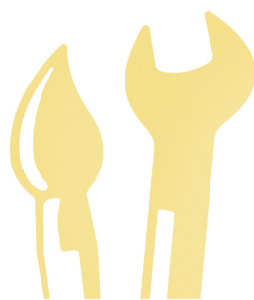








# TVOŘIVOST A ZRUČNOST



*Benjamínek zkouší nové rukodělné a tvořivé aktivity. Rozvíjí svou tvořivost a fantazii, například ve výtvarných aktivitách, dramatizaci či vymýšlením příběhů. Trénuje svoji zručnost jak v rukodělných aktivitách, tak při reálných situacích, jako je například zavazování tkaniček.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Zavazování tkaničky



Začneme jednoduchým uzlíkem, pokračujeme mašličkou. Tkaničku vážeme okolo předmětu – polena, krabice... Benjamínkům, kteří už mašličku umí, můžeme ukázat další uzly. Aktivita je náročnější na počet vedoucích.

→ **POMŮCKY:** Uzlovačky, něco, okolo čeho můžeme vázat mašličku – poleno, krabice.

### Dráha zručnosti



Venku připravíme několik stanovišť, která si benjamínci projdou v libovolném pořadí.

#### Stanoviště:

- » Zavázání tkaničky nebo uzlíku
- » Zacvakání a rozdělení patentů
- » Zapnutí a rozepnutí knoflíků (např. stará košile) – vhodné jsou větší dírký
- » Odemknutí a zamknutí zámku
- » Vylezení na žebřík do výšky, kde se ještě nebojí (zde musí být vedoucí)
- » Uvácení kuličky nebo válečku z modelíny nebo jílu
- » Postavit kuličkodráhu z několika dílků stavebnice
- » Zapíchnout špejle / kolíky od stanu do země

Stanoviště si upravíme podle našich možností a prostředí, ve kterém aktivitu děláme.

→ **POMŮCKY:** Dle stanovišť například bota s tkaničkou, starší oblečení s patenty a knoflíky, zámek, žebřík, modelíny, stavebnice a kuličky, špejle či kolíky.

### Papírové sluníčko



Každý benjamínek dostane jedno kolečko – sluníčko. Dírkami protahuje stuhy a váže na nich mašličky nebo uzlíky, nakonec dokreslí sluníčku obličej.

Místo sluníčka můžeme vyrábět papírovou botu, dáreček, koníka (s mašličkami na hřívě), papírového draka s mašličkami na ocase.

→ **POMŮCKY:** Papírové kolečko (sluníčko bez paprsků) s dírkami po obvodu pro každého benjamínka, barevné stuhy.

## METODICKÉ POZNÁMKY

- » Tvoření a rukodělné aktivity nejsou totéž. U rukodělných aktivit je většinou jasný výsledek (nějaký výrobek), zatímco tvořivé aktivity nemají jeden konkrétní cíl a vybízejí k rozvíjení vlastní fantazie.
- » Výrobky benjamínků nehodnotíme, spíše se ptáme, proč to udělali tímto způsobem nebo co to je. Může se stát, že vymysleli něco, co nás nenapadlo.
- » Možná témata rukodělných aktivit:
  - » Vánoční tvoření – adventní věnec, malování perníčků, společné vystřihování a lepení betlému, vánoční ozdoby.
  - » Velikonoční tvoření – malování vyfouklých vajec / malování vajíčka na papír, osení.
- » Tvoření jako rozvíjení fantazie zahrnuje i vymýšlení příběhů např.: s obrázky (dixit karty, příběhové kostky).



## Dřevěné obrázky



Benjamínci si vyberou kousek dřeva, mohou obrousit hrany a nabarvit ho. Po uschnutí barev na dřívkách poskládají na koberec obrázek a přitlučou hřebíkem – mohou tvořit na vlastním malém kousku koberce nebo společně.

### Tipy k aktivitě:

- » Dřevěné tvary lze i koupit a ty vícekrát použít.
- » Koberec můžeme nahradit korkovou deskou.
- » Aktivita je náročná na přípravu pro vedoucí a trvá déle – hodí se tedy zejména na (příměstský) tábor.
- » Aktivitu lze rozložit na více dnů či schůzek.

→ **POMŮCKY:** Kousky prken nebo překližky různých tvarů s dírkami na hřebík, starý koberec, dostatečně dlouhé hřebíky „papíráky“, kladívka, tempery, štětce, brusný papír nebo houba.

## Procházka po památkách



Benjamínci mají za úkol sami najít místo, které se jim líbí, a vytvořit zde stavbu z kostek. Následně si stavby všichni vzájemně představí. Aktivita je vhodná do většího prostoru, například na zahradu. Místo kostek lze použít i jiný stavební materiál.

→ **POMŮCKY:** Kostky.

## Stříhání žížal



Benjamínci dostanou papír a nůžky a jejich úkolem je z papíru vystříhnout co nejdelší žížalu. Benjamínky necháme, aby samy vymýšleli, jak úkol řešit, případně jim pokládáme návodné otázky. Nakonec můžeme všechny žížaly pomalovat a slepit do jedné.

Zejména pro mladší benjamínky může být aktivita náročná, cílem je si stříhání vyzkoušet bez tlaku na výkon.

→ **POMŮCKY:** Nůžky, A5 papíry, (pastelky, lepidlo).

## Kouzelný koberec



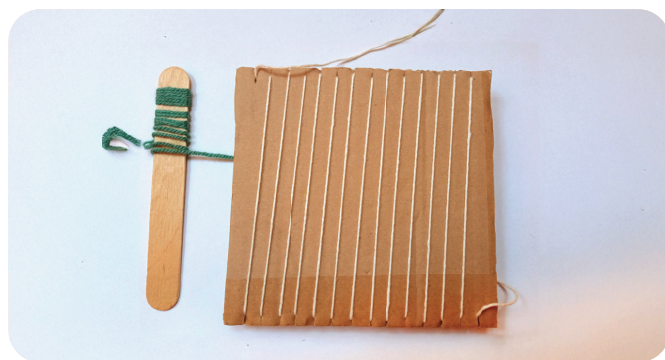
Benjamínci zavřou oči. Vedoucí jim začne vyprávět, že právě nasedly na létající koberec a mají se rozhlížet, co vidí (můžeme jim trochu napovědět). Představování trvá cca 2 minuty (děti to déle nevydrží). Poté je čas na sdílení – kdo chce, může se s ostatními podělit o tom, co viděl, slyšel, cítil...

## Tkaní na kusu kartonu



Aktivitu je vhodné plánovat na více etap, například na tábor. Destičku nejprve omotáme provázkem skrz vytvořené zářezy. Benjamínci dostanou destičku, dřevěnou špachtli a kus vlny. Vlnu omotají okolo špachtle a mohou začít tkát. Když jim dojde vlna, mohou si vybrat jinou barvu, aby byl výtvar barevnější. Po utkání rozstříhneme provázky na zadní straně a uděláme na dvojicích sousedních provázků uzlíky. Provázky pak můžeme uštíhnout, nebo je zavázat okolo dvou dřevek a přidat smyčku na zavěšení.

→ **POMŮCKY:** Kartonové destičky (15x15 cm, na protilehlých stranách uděláme zářezy vzdálené asi 0,75 cm a podobně hluboké), vlna, provázek, dřevěné špachtle.



## Vyšívání do kartonu

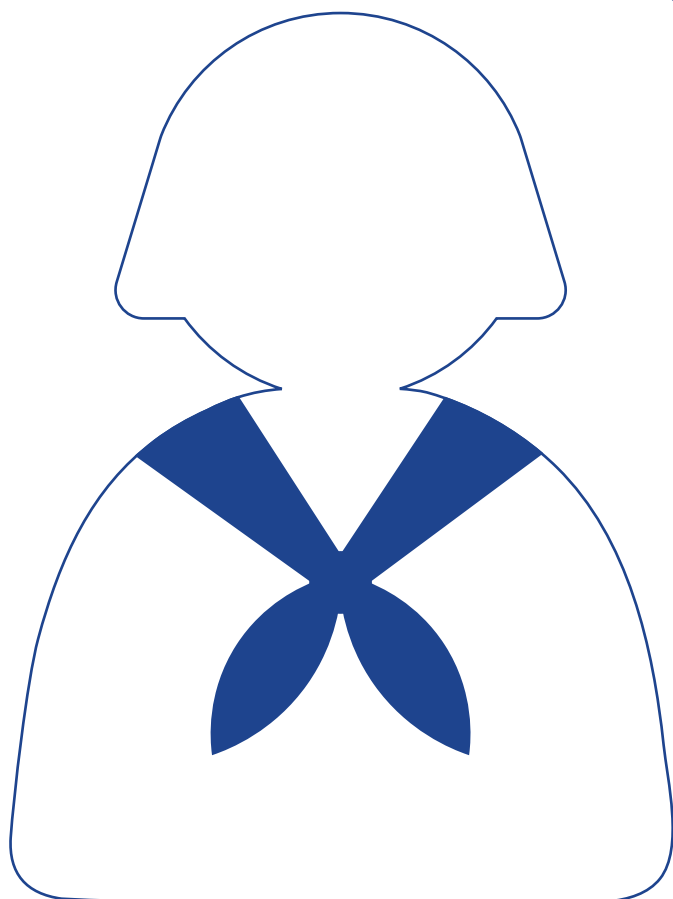
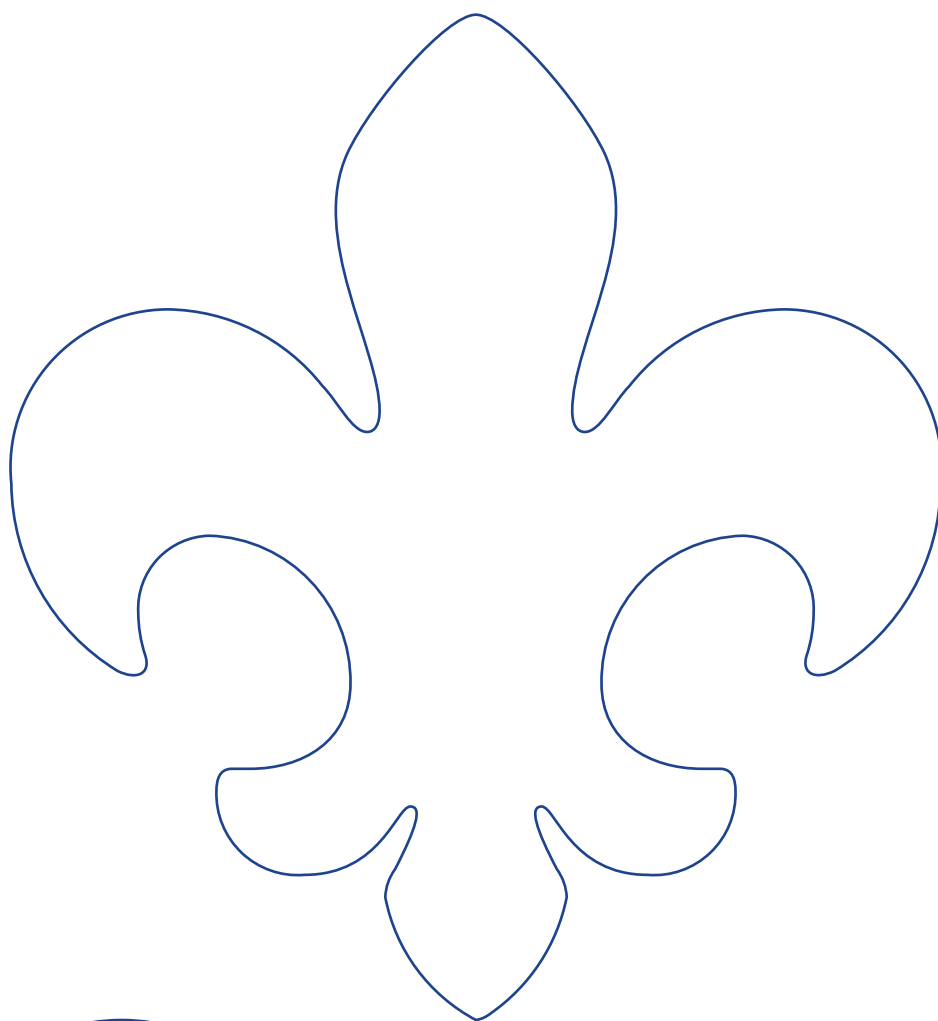


Benjamínci si vyberou kus kartonu, na který jim namalujeme jednoduchý obrázek (strom, motýl, auto, sluníčko, beruška). Do obrázku si benjamínci v 1–2 centimetrových rozstupech udělají dírký hřebíkem. Po vydírkování celého obrázku si jej vyšijí bavlnkami.

→ **POMŮCKY:** Kusy kartonu (cca 10x10 cm), bavlnky, velké jehly (nejlépe s tupou špičkou), hřebíky.



ŠABLONA - VYŠÍVÁNÍ DO KARTONU







# RADOST A KRÁSA

*Benjamínek chápe, že každému z nás se líbí něco jiného. Snaží se nacházet věci, které se mu/jí líbí nebo udělají radost. Umí vysvětlit vlastními slovy, proč tomu tak je. Může jít například o obrázek, přírodninu, písničku, činnost, jídlo, pohádkovou postavu, místo.*



## INSPIRACE NA PROGRAM

### Co mi dělá radost ve skupině benjamínků?



Společná koláž toho, co mi dělá radost ve skupině benjamínků, kterou je možné si někam vystavit. Benjamínci na menší papír nakreslí, co je ve skupině benjamínků těší nebo co jim dělá radost na schůzkách. Následně obrázky nalepíme na velký papír.

Z obrázků dětí nemusí být jasně zřejmá činnost/věc, která je ve skupině těší, ale je důležité, jestli oni sami vědí, co nakreslili.

→ **POMŮCKY:** Papíry/čtvrtky, pastelky, fixy.

### Povídání si, co mi přijde krásné



Společně listujte časopisem Ben Já Mína, různými obrázky, knížkami apod. Benjamínci mají za úkol najít, co jim přijde krásné, a říct proč. Pro označení krásných věcí v knížce nebo časopisu lze využít lepičku.

→ **POMŮCKY:** Časopis Ben Já Mína, knížky, obrázky, lepička.

## METODICKÉ POZNÁMKY

- » Jak hodnotit výtvary benjamínků? Co máme říct, když se nás dítě zeptá, jestli má krásný obrázek? Odpovědí může být otázka: Líbí se ti tvůj obrázek? Pokud ano, je to v pořádku. Možná se stane, že benjamínek bude potřebovat ujištění a chodí pro ně za ostatními.
- » Pokud hodnotíme výtvary s dětmi, hledejme v každém, co vypadá krásné. Můžeme také mít společná kritéria, například: měl tam být ježek – je tam ježek.
- » Do výtvorů benjamínků nezasahujeme, neděláme je za ně. Nechme jim jejich tvorbu tak, jak oni chtějí. Nechceme 20 stejných dokonalých čápů na komíně.

### Kartičky



Připravíme si kartičky s 5–10 otázkami, například Co mě rozesměje? Co mi udělá radost? Čeho jsem si na... všiml jako první (co mě zaujalo)? Co mě potěší? Co by se teď mělo stát, abych měl/a radost? Co je v okolí krásného?

Benjamínek si vylosuje otázku, a pokud chce, tak na ni odpoví. Když si není jistý, jak odpovědět, ale chtěl by to zkusit, pomůžeme mu konkrétnějšími otázkami (měl/a jsi radost z něčeho, co se ti povedlo ve škole/školce; byl/a jsi na výletě někde v přírodě, kde se ti to líbilo, apod.)

Druhou variantou aktivity může být, že si benjamínek vylosuje kartičku s obrázkem (např. Dixit) a řekne, co je na kartičce krásného nebo radostného.

→ **POMŮCKY:** Kartičky/lístečky s otázkami, obrázkové karty.

### Co to je radost?



S benjamínky si povídáme o tom, co to znamená, když mají radost, a ukážeme si, jak se radost projevuje na jejich těle (skákat, usmívat se). Řekneme si situace, kdy měli radost. Jestli si pamatují, kdy se to stalo?

### Společný kruh



Otázky na závěr dne a schůzky, kdy se všichni můžou vyjádřit: Z čeho jsi měl/a dneska radost na schůzce. Co ti v tomto dnu udělalo radost? Ve společném kruhu mluví pouze ten/ta, který/á má v ruce mluvící předmět.

→ **POMŮCKY:** Mluvící předmět.



## Papírový rámeček s obrazem



Benjamínci si vystříhnou papírový rámeček a zarámují to, co jim v okolí připadá krásné. Může to být v klubovně, ve městě, ve vlaku...

→ **POMŮCKY:** čtvrtka, nůžky

### MOJE POZNÁMKY:

Lined area for notes on the left side of the page.

### DALŠÍ ZDROJE



K programu můžete využít různé karty emocí například:

- [Karty Život je život](#)
- [Karty Moře emocí](#)
- [Ben Já Mína karty](#)
- [Ben Já Mína hudba \(8. ročník, 3.číslo\)](#) – Jak vnímám hudbu. Jaká hudba mi přijde krásná? Případně další stránky časopisu.

Lined area for notes on the right side of the page.



# NASLOUCHÁM ZVUKŮM OKOLÍ



*Benjamínek se dokáže alespoň na chvíli zklidnit, ztišit a soustředěně naslouchat různým zvukům svého okolí. Také dokáže při tomto soustředění různé jemu známé zvuky rozpoznat, ať už jsou to zvuky přírody, okolí klubovny nebo třeba předmětů běžné potřeby.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Společné poslouchání zvuků v okolí



S dětmi si sedneme nebo lehne do kroužku a zavřeme oči. Upozorníme je, že teď budeme chvíli úplně zticha, abychom slyšeli zvuky kolem nás. V úplné tichosti posloucháme, co se v našem okolí děje. Pokud děláme tento program poprvé, tak bohatě stačí 1–2 minuty, postupně můžeme program prodlužovat. Po uplynutí této doby si společně povíme, co jsme slyšeli. Zkusíme poznat, co ty zvuky mohlo vydávat.

Pokud aktivitu děláme na místě, kde není dostatek zvuků nebo chceme nějaké zvuky přidat, aby to bylo pro děti zajímavější, můžeme si zvuky pustit.

Pokud aktivitu děláme za tmy, tak můžeme zhasnout světlo, což zbystří další smysly. Ale není to nutné. Pokud chceme zhasnout, tak by neměla být úplně neprostupná tma (pouliční osvětlení, malé světylko uprostřed místnosti apod.) a děti se po zhasnutí zeptáme, zda je to takto v pořádku.

→ **POMŮCKY:** Nic nebo nahrávky různých zvuků a něco na přehrání.

#### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Někteří benjamínci mohou mít problém se zastavit a nehlučně poslouchat své okolí, proto je dobré začít s jednoduššími programy a postupně přidávat na intenzitě, např. postupně prodlužovat délku naslouchání.
- » Děti ve věku 5–6 let dokáží udržet pozornost cca 15 min. Proto je potřeba zařazovat programy, u kterých se postupně naučí délku soustředění prodlužovat.
- » Pro benjamínky je také těžší poslouchat nehybně v úplném klidu než při nějaké činnosti. Proto můžeme začít s aktivitami, kdy děti poslouchají a zároveň se u toho mohou pohybovat.

### Zvuky věcí běžné potřeby



Každému dítěti dáme sadu kartiček s obrázky běžně užívaných věcí (pokud chceme použít opakovaně, můžeme si kartičky zalaminovat). Děti si před sebe kartičky rozloží, tak aby viděly na obrázky. Vedoucí si stoupne/sedne za děti tak, aby nikdo neviděl, co bere do ruky. Vedoucí vezme do ruky jeden předmět, zahýbe s ním, aby vydal zvuk. Děti se ho snaží poznat a podle toho zvednou kartičku s obrázkem. Když všichni dají svůj tip, tak jim vedoucí ukáže, čím zvuk dělal.

→ **POMŮCKY:** Vytisknout si obrázky běžně dostupných věcí pro každé dítě, věci dle kartiček.

**Doporučené věci na obrázky:** klíče, mince, pet-láhev, dvě lžičky, zmačkaný papír, zvonek, voda nalévající se z láhve do skleničky, dvě dřívka / dva klacky, dva kameny, sklenička (zvuk ťuknutí do skleničky lžičkou), zlomení klacku, poskakující pingpongový míček, hod míčem o zem, škrtnutí zápalkou, suché listy.

### Poslouchání přírody



Při návštěvě přírody najdeme vhodný prostor pro poslouchání, může to být les, louka, park atd. Hlavní je dbát na bezpečnost dětí. Děti si najdou místo na poslouchání, tak aby viděly na vedoucího a on na ně. Tam se v klidu posadí, mohou i zavřít oči a snaží se poslouchat zvuky přírody. Po domluvené době/při domluveném signálu se opět sejdeme na jednom místě a společně si nasdílíme, co kdo slyšel. Na tiché poslouchání dáme časovou dotaci 2–3 min, podle zdatnosti dětí.

Aktivitu můžeme obohatit o to, že dětem dáme k dispozici papíry a pastelky, aby mohly při poslouchání kreslit, co slyší. V takovém případě dáme dětem delší čas na poslouchání – stačí 5 min.

→ **POMŮCKY:** Papíry a pastelky (není nutné).







Děti rozdělíme na dvojice. Jedna dvojice jde mimo místnost a následně bude dle zvuků hádat. Ostatní dvojice si rozdělí předměty. Ve dvojici mají vždy stejný předmět, tzn. budou dělat stejný zvuk. Děti posadíme, tak aby nebyly z jedné dvojice vedle sebe. Poté může přijít hádající dvojice a postupuje se stejně jako u klasického pexesa.

Děti dělající zvuky je potřeba upozornit, že předměty musí mít schované za zády.

**Doporučené předměty:** klíče, 2 lžice, papír (zmuchlat), pet láhve (mačkat nebo s nimi bouchat o ruku), pokličky, zvonek, větvičky (ťukat o sebe nebo lámat)

**Tip na průběh hry:** Lze všechny předměty schovat za překážku (převrhnutý stůl, deka, závěs...). Hádaající dvojice si vybere benjamínka, který má předvádět zvuk, ten půjde za zástěnu a vezme si předmět, který má dopředu určený, a udělá zvuk. Pak se vrátí na své místo. Tento postup je pro děti jednodušší, nemusí mít předměty za zády, a také lze využít větší předměty.

→ **POMŮCKY:** Věci, které vydávají zvuk (počet kusů = polovina počtu dětí).

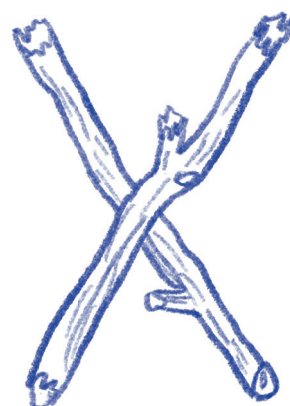
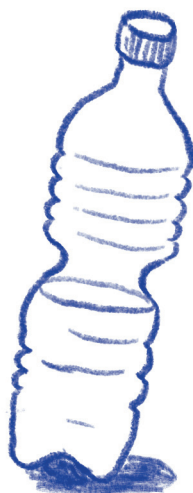
## MOJE POZNÁMKY:

## DAĽŠÍ ZDROJE

## Aplikace

- Hlasy ptáků - Seznam nejběžnějších ptáčích druhů v ČR. K jednotlivým druhům nabízí fotografie, texty a zvuky. Pro základní přehled jednoduchá, rychlá aplikace, jen je třeba déle listovat v seznamu a znát název druhu.
- Atlas Ptáčkaře FREE Jednoduchá, základní aplikace. Varianta zdarma pro vyzkoušení obsahuje 60 nejběžnějších druhů rozdělených podle míst, kde žijí (město, vesnice, voda, pole a louky, les, hory atd.). Zvuky jsou jen v placené verzi.
- Zvuky zvířat - obsahuje zdarma 160 zvuků a fotografií nejpobulárnějších zvířat na světě
- Zvuky okolí lze stáhnout zdarma na některých uložističích, např. Pixabay.







# POCITY A EMOCE

*Benjamínek rozpozná základní emoce a umí je pojmenovat. Dokáže bez obav vyjádřit své pocity. Snaží se pracovat se svými emocemi a učí se rozpoznávat hranice jejich vyjádření. Rozpozná základní emoce (radost, smutek, vztek, strach a překvapení) u lidí ve svém okolí.*



## INSPIRACE NA PROGRAM

### Základní emoce



Dětem pustíme začátek filmu V hlavě nebo trailer. Rozdáme dětem vytištěné obrázky postav a povíme si, jaká postava představuje jakou emoci. Vedoucí říká názvy emocí a děti ukazují její obrázek.

Zahrajeme si variaci hry Kuba řekl. Vedoucí řekne například radost a bude se u toho smát – děti ukáží její obrázek. Pokud vedoucí řekne radost a bude u toho brečet, tak obrázek neukazují.

**Tip na aktivnější využití postaviček:** vedoucí řekne název emoce a děti pro její obrázek běží na místo, kde jsou rozházené.

→ **POMŮCKY:** Film V hlavě, pomůcky na promítání, obrázky postaviček z filmu (sadu pro každé dítě).

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Emoční karty – lze koupit karty od různých autorů (viz další zdroje), nebo si je můžeme vyrobit sami, například vytisknout postavy z filmu V hlavě a pustit si začátek filmu. Benjamínci si díky tomu uvědomí, která postava představuje jakou emoci.
- » S emocemi pracujeme průběžně po celý skautský rok, nejen na jedné konkrétní schůzce. Emoce je potřeba v průběhu roku v konkrétních situacích pojmenovávat a odkazovat na ně. Připomínat si jejich význam a podobu.
- » Emoce učíme děti přijímat a nepotlačovat. Snažíme se jim pomoc rozklíčovat, proč se tak cítí a co to s nimi dělá. Pomáháme jim je pojmenovat a zjišťovat, co to je za emoci. Nejlepší je používat osobní příklad vedoucího – já jako vedoucí pojmenovávám své emoce, děti to slyší a vidí, jaké projevy to může mít.
- » Více o práci s emocemi malých dětí naleznete v metodice v kapitole 6. Psychologie – Emoce.

### Emoční karty



Rozložíme karty obrázkem dolů. Necháme benjamínky vybrat si libovolnou kartu a otočit ji. Společně ji pojmenujeme a napodobíme. Povídáme si o tom, v jakých situacích jsme se tak cítili a co to s námi dělalo.

Karty otočíme obrázkem nahoru. Benjamínek si vybírá kartu podle toho, jak se cítí. Můžeme se ptát, jaký pocit ve svém těle vnímá (klid, teplo, chlad, bolest, prázdno, napětí, uvolnění). Když najde kartu, která odpovídá jeho/jejím pocitům, zeptáme se ho/jí, jakou barvu má tento pocit, jak vypadá nebo co s ním dělá.

Aktivitu je vhodné dělat na začátku dne, na konci dne nebo před určitou důležitou událostí.

→ **POMŮCKY:** Emoční karty.

### Emoce pomocí gest



Rozdělíme benjamínky do dvou skupin. Skupiny sedí proti sobě. Vedoucí pošeptá první skupině jednu libovolnou emoci. Ta ji musí beze slov, tedy pouze za pomoci gest, mimiky, postoje nebo pohybu, vyjádřit tak, aby ji druhá skupina poznala. V předvádění a hádání se skupiny střídají. Pokud se jim nedaří uhodnout předváděnou emoci, zeptáme se jich proč.

### Hra zrcadlení



Benjamínky rozdělíme do dvojic. První z dvojice předvádí projev nějaké emoce (postoj, mimika, gesta), druhý/á z dvojice je jeho/její zrcadlo a snaží se ho/jí co nejvěrněji napodobit.



## Situace



Nastíníme benjamínkům různé situace (např. spadnu a odřu si koleno, ztratím oblíbenou hračku, dostanu k narozeninám dárek, který jsem si dlouho přál, po někom se mi stýská, těším se na Vánoce apod.) a oni sami předvádějí situaci i s emocí, kterou by v té dané situaci prožívali.

### MOJE POZNÁMKY:

Lined area for notes.

### DALŠÍ ZDROJE



#### Různé typy karet emocí:

- [Ben Já Mína a emoce \(7. ročník, 2. číslo\)](#)
- [Karty Život je život](#)
- [Karty Moře emocí](#)
- [Karty emocí](#)
- [Dixit](#)
- Barevná příšerka – poznej pestrý svět emocí – Anna Llenas
- [Rozvíjíme empatii u dětí předškolního věku](#) (Bc. Lenka Kocábková, Mateřská škola Borovany)
- [LOCIKA](#) – infografika – 8 základních emocí

Lined area for notes.





# MOJE SVĚDOMÍ

*Benjamínek se snaží plnit úkoly podle svých možností a postupně přijímá zodpovědnost za některé činnosti. Díky nabízeným programům se snaží hledat své limity a zkouší je překonávat. V bezpečném prostředí zkouší nové věci a získává nové dovednosti a znalosti. Ví, že co se slíbí, by se mělo dodržet, a snaží se to splnit.*



## INSPIRACE NA PROGRAM

### Společný úkol



Skupinu benjamínů rozdělíme na menší skupinky, každá z nich dostane za úkol splnit část společného úkolu, např. přípravu svačiny: jedna skupinka chystá čaj, druhá maže chleby a třetí krájí ovoce/zeleninu. Pokud jedna ze skupinek svůj úkol nesplní, nebude hotová svačina pro všechny.

Tato aktivita vyžaduje reflexi, cílem reflexe není hanit skupinku, která svůj úkol úplně nesplnila, ale uvědomění si, že je u některých činností potřeba spolupracovat. Na námi kladené otázky mohou odpovídat za celou skupinku.

#### Můžeme se jich zeptat:

- » Co by se stalo, kdyby skupince dělající čaj se nepovedlo ho udělat?
- » Myslíte si, že by byla svačina úplná, kdyby jeden z týmů svoji část neudělal?
- » Co by se dalo dělat pro to, aby všechny skupinky splnily svůj úkol? (Požádat vedoucí o pomoc, požádat jiný tým o pomoc, nabídnout pomoc týmu, který nestíhá.)

### Drobné aktivity posilující zodpovědnost v činnosti oddílu



Benjamínci se pomocí drobných praktických úkolů učí zodpovědnosti, společnému fungování. Tyto úkoly můžeme využít jako inspiraci:

- » na výletě hlídají barvu značení, po které máme jít
- » navzájem si zkontrolujeme, že máme všichni kšiltovku
- » uklid svého místa po výtvarné činnosti
- » zastavit na každé křižovatce a počkat na skupinu
- » nechat děti svobodně hrát na hřišti

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Učení se zodpovědnosti je dlouhodobý proces.
- » Zodpovědnost se učí už od útlého dětství – záleží na tom, co si nesou děti z rodiny.
- » Jak může vypadat zodpovědnost:
  - › splní zadaný úkol
  - › dokončování úkolů – dáváme dětem úkoly, které jsou pro ně splnitelné – berou na sebe zodpovědnost za jejich splnění/dotažení (např. krájení mrkve) – vedoucí by měl pracovat se svými očekáváními a znát hranice svých dětí
  - › zodpovědnost za skupinovou práci
  - › zodpovědnost za svoje věci – v tomto věku si hlídám své věci – přiměřené množství (batůžek, láhev, mikina/kšiltovka v MHD), hlídám si svoji skupinu.
- » Dětem nedáváme více úkolů najednou.
- » U dětí v tomto věku je normální, že daný úkol (např. přines si, obleč si) nesplní napoprvé, je potřeba počítat s tím, že se budou vracet, také myslíme na to, že jim některé činnosti trvají déle než nám – je potřeba si nechat dostatečný čas na splnění pro všechny.
- » Počítat s tím, že děti ve skupině pracují různě rychle – podle situace lze řešit různě
  - › činnosti rozkrokovat – postupně začínám s dalším krokem, aby se celá skupina nenudila
  - › nabídnout jinou činnost, než budou mít splněno ostatní
  - › zapojit zbytek skupiny, aby pomohl pomalejším
- » Potřeba dát dětem důvěru a nechat je úkol splnit, zároveň je potřeba jim podat pomocnou ruku, pokud to potřebují – [jdeteven.cz/cz/deti-a-zodpovednost](https://jdeteven.cz/cz/deti-a-zodpovednost).

Sebereflexe – tak jak lze dělat s dětmi reflexi na dodržování pravidel, tak, lze udělat sebehodnocení na osobní zodpovědnost – viz programový list – **Pravidla mezilidského chování**, kde naleznete i programy na práci s pravidly ve skupině.





- » **žebřík/schůdky** – pomocí nich něco někam zavěsit – každé dítě si samo určí, na který stupínek schůdků chce vylézt
- » **jak daleko dojdu** – opakovaně chodit na procházku (stejnou trasu) a pozorovat, kdy si děti začnou stěžovat na bolest nohou
- » **noční chůze** – ve známém prostředí nechat vybrat, po kolika chtějí jít, zda s vedoucím za ruku, zda vůbec jít
- » **samostatná chůze po jednoduché jasně vyznačené trase** – mít nejzazší bod, kde se otáčí zpátky, a ten hlídat

[illegible]

- » chronologické skládání obrázků, jak jdou za sebou
- » předvídání z obrázků, jak bude pokračovat příběh, jak bude končit
- » vyjasňování slov, co znamenají
- » vědomě si říct, shrnout poučení, co z příběhu vyplývá
- » hledat příklady dobrého a špatného chování – zvedání kartiček se smajlíky
- » porovnávání postav
- » dokreslit další obrázek k sérii
- » nakreslit či jinak ztvárnit kladnou postavu
- » co by si hlavní postava přála za dárek k narozeninám? jak myslíš, že hlavní postava vypadá?

## DALŠÍ ZDROJE

- Jděte ven
- La Fontaine: Bajky
- Ezop: Bajky
- Ester Stará: A pak se to stalo
- Krolupperová, Daniela: Mizící hmyzí
- Krolupperová, Daniela: Zákerné keře



# ROZUMÍ V POHÁDKÁCH PRINCIPU DOBRA A ZLA

*Benjamínek pozná v příběhu či pohádce kladné a záporné postavy. Dokáže na základě příběhu říci, proč je podle něj daná postava kladná či dobrá nebo záporná či zlá. Například podle toho, jak se chová, co říká... Umí vysvětlit svými slovy, co je to dobro a co je to zlo.*



## INSPIRACE NA PROGRAM

### Názorová škála



V klubovně vyznačíme prostor, kam si mají stoupnout děti, které souhlasí, a děti, které nesouhlasí. Následně se děti ptáme na názor na nějakou situaci. Měl hlavní hrdina toto udělat nebo ne? Bylo jeho řešení situace správné? Otázky vybíráme tak, aby děti mohly využít obě varianty (přecházet mezi souhlasím a nesouhlasím). Je důležité se pak zeptat dětí, proč si vybraly určitou stranu, co je k tomu vedlo. Nejenže nás často svými myšlenkami překvapí, ale pomáhá to posunout se i dětem, které zatím toto neumí.

→ **POMŮCKY:** Kniha s příběhem.

### Hledání dobra a zla v pohádkách



Společně si přečteme úryvek pohádky. Následně si pojmenujeme jednotlivé postavy a děti říkají, zda je postava zlá, či dobrá a proč. Také můžeme zkusit vymyslet, v jaké jiné pohádce byla podobná postava jiná, např. v pohádkách Princové jsou na draka nebo Z pekla štěstí jsou draci zlé/záporné postavy, proti kterým se bojuje. V pohádce Za humny je drak je drak milý a kamarádký. V pohádce Jak vycvičit draka najdeme jak kladné, tak záporné postavy draků.

→ **POMŮCKY:** Knížka.

### Maňáskové divadlo



Společně s dětmi si vytvoříme maňásky z papírových pytlíků = každé dítě dostane jeden pytlíček, na který si nakreslí svoji pohádkovou postavu (princezna, čert, loupežník, čarodějnice...). Můžeme využít oboustrannost pytlíku a na každé straně se může postava tvářit jinak (veselé × smutné, mile × rozzlobené...). Pozor: Upozorníte děti, že si pak pytlíky budou dávat na ruce jako maňásky, tak aby si nakreslily postavy správně.

Následně rozdělíme děti do dvojic, ve dvojicích si zkusí povídat jako jejich postavy. Můžeme dětem navodit téma, nebo je nechat mluvit, o čem chtějí. Pokud to děti zvládají můžeme udělat skupinky větší (trojice–čtveřice). Nakonec zadáme jednotlivým skupinkám vymyšlení krátkého divadélka pro ostatní.

**Varianta:** Společně si přečteme bajku/pohádku. Pojmenujeme si všechny postavy, které v bajce/pohádce vystupují, a podle toho si děti vytvoří maňásky (pokud máme více dětí než je postav v příběhu, tak je rozdělíme na více skupin). Následně příběh zahrají. V této variantě také můžeme na začátku přečíst jen část příběhu a děti zahrají konec podle vlastní fantazie.

→ **POMŮCKY:** Papírové svačínové pytlíky, pastelky.

### Čtení podle obrázků



Dětem rozdáme sadu obrázků, které děti poskládají podle vlastní fantazie, jak by mohly jít za sebou. Následně mohou ostatním svůj příběh odvyprávět. K této aktivitě můžeme využít obrázky z [Čtení podle obrázků od Dity Zastoupilové](#).

→ **POMŮCKY:** Sady obrázků.



## Obrázková osnova



Po společném přečtení příběhu dáme dětem k dispozici sadu obrázků s důležitými milníky. Úkolem dětí je obrázky seřadit, jak šly v příběhu za sebou. Lze využít obrázky z knížky, pokud vyjadřují děj příběhu. Obrázky ke známým pohádkám/příběhům lze najít na internetu (např. Pinterest).

→ **POMŮCKY:** kniha s příběhem, obrázky s důležitými momenty z příběhu.

## Koláž pohádkových postav



Jako společné dílo v oddíle vytvoříme koláž z pohádkových postav. Na velký papír nalepíme na různá místa všechny pohádkové postavy a děti pak dokreslují prostředí, ve kterém se nacházejí, případně další postavy a činnosti. Potom si společně řekneme, co se v našem pohádkovém světě děje – každé dítě krátce popíše, co namalovalo za situaci.

→ **POMŮCKY:** Obrázky různých pohádkových postav, velkoformátový papír, pastelky/voskovky, lepidla.

### DALŠÍ ZDROJE

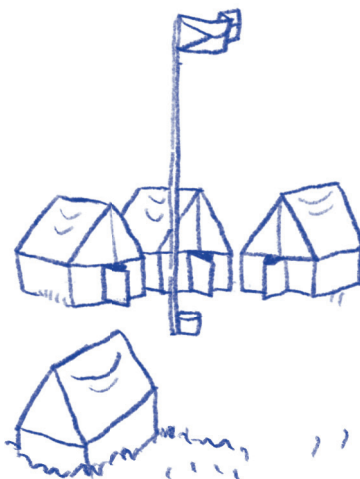
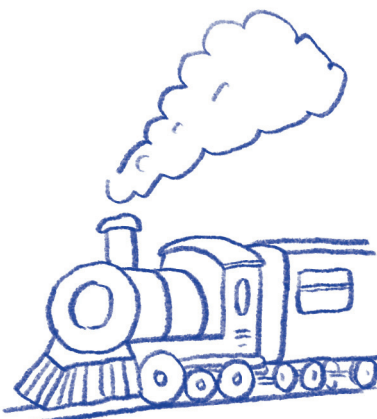
- Chvilka pro pohádku, Ivona Březinová (základní pohádky s otázkami) – pohádky na sebe různě navazují (Červená Karkulka, Kůzlátka...)
- Koho sežere vlk? od Ester Staré
- [Tvořivá škola – pohádkové obrázkové osnovy](#)

## METODICKÉ POZNÁMKY

- » Benjamínci stále chápají svět černobíle. To je v tomto věku normální, ale můžeme postupně začít narušovat zaseté stereotypy, např. že čarodějnice je zlá, princezna je hodná.
- » U postav, které se nechovají dobře, se můžeme společně zamyslet, proč se chovají tak, jak se chovají. Např. drak žere prince, protože ti na něj zaútočí jako první. Tyto úvahy se hodí pouze pro některé příběhy a některé záporné postavy.
- » K hledání dobra nebo zla nemusíme využívat jen pohádky, ale vhodné jsou např. bajky.
- » Pro práci s textem se hodí využívat tzv. řízené čtení – vedoucí čte dětem text/knihu. Při čtení dětem ukazuje obrázky a doplňuje čtení o různé „úkoly“. Můžeme se doptávat na porozumění textu (Co znamená, když se řekne, že je někdo zlý...?), na předvídání příběhu (Jak se asi teď čarodějnice zachová?) nebo třeba na spojitost s reálným životem (Už někomu z vás také někdo takto nečekaně pomohl?). Dalším úkolem může být třeba vyjádření pohybem dané situace, vyjádření emoce (jak se postava z příběhu cítila) nebo třeba dávání dobrých rad hlavní postavě.
- » Čtení můžeme doplnit např. o rytmičtější slova, básniček, částí textu – děti společně s vedoucí/m říkají slova a tleskají do rytmu podle slabik. Pokud do rytmičtější zapojíme i citové zabarvení např. využitím výšky/hloubky, síly hlasu, může to dětem pomoci si představit, jaká postava je.
- » Obrázkové čtení – můžeme využít buď knížky, které jsou napsané tak, že místo některých slov jsou obrázky. Díky tomu mohou nečtenáři číst s námi. Jinou variantou může být čtení podle obrázků, viz Inspirace na program.
- » U známých pohádek/příběhů můžeme děti vyzvat k vyprávění pohádky či její části. U neznámých pohádek/příběhů můžeme využít převyprávění celé nebo části pohádky na základě toho, co děti slyšely.
- » Můžeme také zkusit některou zlou postavu změnit na dobrou a ptát se dětí, jak by příběh pokračoval. Například ze zlého krále se stane dobrý král – jak to bude dál?
- » Tvoření může navazovat na jakýkoliv příběh. Je jen na nás, zda si vyrobíme hlavní postavu, prostředí příběhu nebo třeba loutky.
- » Porovnávání – znáš něco jako? (Znáš pohádku, kde někomu také pomohl kouzelný dědeček?)











# PRAVIDLA MEZILIDSKÉHO CHOVÁNÍ



*Benjamínek zná pravidla chování v benjamínkovské 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 pomoc, vyzkouším si něco nového.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Sebehodnocení dětí, jak se jim daří dodržovat pravidla



Jednou z možností, jak se k pravidlům opakovaně vracet, je sebehodnocení dětí (například po třech měsících). Pokud chceme vidět posun u každého benjamínka, doporučujeme písemnou variantu. Aby bylo sebehodnocení vypovídající, je potřeba si o tom s dětmi následně popovídat – Proč „odpovídaly“ takto? Co by jim pomohlo, aby se jim pravidlo lépe dodržovalo?

Zdrojem nápadů, jak benjamínkům ulehčit dodržování pravidel, bývají často jejich vrstevníci. Můžeme se jich zeptat, co by „Pepíčkovi“ poradili, aby se mu dařilo lépe.

#### Příklady sebehodnocení:

- » **pohybový semafor** – zvedni ruku: Nahoře = jde mi to skvěle, uprostřed = jde mi to napůl, dole = zatím se tohle pravidlo učím.
- » **škála** – děti se postaví na čáru podle toho, jak se jim pravidlo daří dodržovat
- » **vybarvování** – ke každému pravidlu dáme 5 hvězdiček. Každé z dětí si zabarví tolik hvězdiček, jak moc se mu dané pravidlo daří dodržovat. 1 je ještě mi to nejde, 5 daří se mi to dobře.

→ **POMŮCKY:** Papír s políčky pro sebehodnocení, např. takový:

#### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Pravidla s dětmi vymýšlíme až na druhé nebo třetí schůzce. První schůzka by měla sloužit k prvnímu poznávání se navzájem.
- » K pravidlům je důležité se vracet průběžně celý rok a dětem je připomínat. Nezapomeňme na to, že potřeby skupiny se mohou měnit, a s tím se mohou měnit i domluvená pravidla.
- » Pokud některé z pravidel nefunguje, je možné se na dané pravidlo zaměřit a po nějakou dobu společně s dětmi sledovat posun.
- » Do tvorby pravidel zapojte děti. Díky tomu jsou pro ně více uchopitelná a lépe je tak mohou dodržovat.
- » Pravidla formulujeme pozitivně, např. chováme se k sobě hezky místo nebudeme se prát.
- » Protože se v tomto věku děti učí nápodobou, je nutné, aby pravidla dodržovali také vedoucí.
- » Porušení pravidel řešíme respektujícím přístupem, nikoliv tresty a výčitkami.
- » U benjamínkovské skupiny doporučujeme 5–7 pravidel, tak aby si je děti byly schopné zapamatovat a myslet na jejich dodržování.

MLUVÍM, KDYŽ  
DRUHÝ DOMLUVÍ





Vybraných 5–7 pravidel si znázorníme v klubovně (viz níže) a pravidelně se k nim vracíme.

- » **Pravidlo zvednuté ruky** – známá skautská pomůcka pro ztišení většího počtu lidí.
- » **Hrajeme si spolu** – jsme skupina, a tak děláme aktivity spolu, nemusíme být se všemi kamarádi, ale chováme se k sobě tak, jak bychom chtěli, aby se k nám chovali oni.
- » **Jsmo kamarádi** – všichni ve skupině máme nějaké kamarády. Ti nejbližší nemusí být s námi ve skautu, ale to neznamená, že si tam nenajdeme další. Abychom si spolu mohli hrát, je potřeba, abychom se k sobě chovali hezky, což znamená...
- » **Posloucháme** – každý z nás chce ostatním říct něco důležitého, ať je to zážitek ze školky nebo pravidla hry, proto je potřeba poslouchat, co ostatní říkají.
- » **Umíme si říct o pomoc** – nikdo z nás neumí všechno a občas potřebujeme pomoci, proto se snažíme hned nepropadat panice a říct si kamarádům nebo vedoucím o pomoc (např. zavázání tkaničky, zapnutí bundy, bojím se jít sám na záchod...).
- » **Prosíme a děkujeme** – pokud něco potřebuji, tak druhého poprosím. Naopak, když mi někdo pomůže, půjčí, podá..., tak poděkuji.
- » **Zkoušíme nové věci** – s tímto pravidlem děti nenutíme dělat věci, které nechtějí, ale snažíme se jim vysvětlit, že by to měli nejprve zkusit, než něco úplně odmítnout.
- » **Jsmo na dohled od vedoucího** – vedoucí potřebují mít o benjamíncích přehled. Proto jsme od nich vždy nadohled.

- Pravidla ve škole – jak je sestavit a dodržovat
- Jak nastavit pravidla ve školce/dětské skupině?  
Zkuste obrázková pravidla
- Knihy o slušném chování pro děti:**
- Nauč svého draka říkat..., ilustrátor: Anna Láng
  - Promiň
  - Děkuji
  - Ahoj
  - Prosím
- Dědečku, vyprávěj, Ladislav Špaček
- Dědečku, vyprávěj, o Vánocích, Ladislav Špaček
- Draka je lepší pozdravit, aneb o etiketě – Miloš Kratochvíl
- A pak se to stalo! – Ester Stará



Po odehrání dvojice scének si s dětmi povídáme, co viděly, jaký byl mezi scénkami rozdíl, co je překvapilo, co je k tomu napadlo apod. Pokud předem neprozradíme, kdo které pravidlo hraje, můžeme si ze scének udělat ještě hádanky. Alternativou je výtvarné ztvárnění (foto, obrázky, modelování...)

### MOJE POZNÁMKY:



# KONFLIKTY A NESPRAVEDLNOST



*Benjamínci se ve skupině chovají ohleduplně k ostatním a úmyslně nevyvolávají konflikty. Pokud ke konfliktu dojde, snaží se jej sami nebo společně s vedoucími nenásilně vyřešit. Benjamínek se učí rozeznat nespravedlivé chování a snaží se na něj adekvátně svému věku reagovat.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Společné kreslení obrázku



Benjamínci společně kreslí obrázek na zadané téma (např. co jsme zažili na táboře/výpravě, les, město, apod.). Při malování se nestrkají a řeknou si mezi sebou, když potřebují nějakou pastelku nebo uvolnit místo.

Přibližně v polovině kreslení obrázku si řekneme, jak se komu kreslí (jestli je vše v pořádku nebo se třeba někdo roztahuje, uzurpuje pastelky apod.). Po tomto zhodnocení navrhneme, co změnit, aby se nám malovalo lépe. Na konci si znovu společně zhodnotíme, jak se komu kreslilo a jestli došlo k nějakému zlepšení.

→ **POMŮCKY:** Velký papír (A2 nebo větší), pastelky.

### Paní spravedlnost



Na návštěvu na schůzku přijde „paní spravedlnost“ – kostýmová postava, která se představí. S dětmi si povídá o tom, jak poznají, že je někde přítomná, i když není vidět. Například každý má možnost říct svůj názor, všichni se k sobě chovají ohleduplně... Také vybídne děti, aby zkusily poznat, když někde není a děje se tam „nespravedlnost“.

**Varianta:** Paní spravedlnost může hrát například to, že je očarovaná a nepamatuje si, jak to vypadá, když je přítomná. Děti jí pomohou tím, že vymyslí příklady a za každý jí například hodí do pytlíčku kamínek nebo korálek. S plným pytlíčkem je spravedlnost vysvobozena. Mohou také nejprve odebírat kamínky „nespravedlnosti“ a říkat, jak vypadají, a pak terpve dodávat ty spravedlivé.

→ **POMŮCKY:** Kostýmy, případně kamínky nebo korálky v pytlíčku.

### Povídání po skupinkách



Benjamínky rozdělíme do skupinek, aby na každou vyšel jeden vedoucí. Ve skupinkách si povídáme o různých tématech, které benjamínky zajímají. Na rozehrání si můžeme krátce říct, co každý během dne zažil, nebo přečíst krátký příběh a začít si povídat o něm. Během povídání se střídáme a nepřekřikujeme se – nemluvíme dlouho; až jeden domluví, může začít mluvit někdo další. Když někdo mluví dlouho nebo překřikuje ostatní, upozorníme ho na to.

Pro usnadnění toho, že mluví jeden, můžeme využít mluvícího předmět – mluví jen ten, kdo ho má v ruce. Pokud skupina ještě neumí neskákat do řeči a dodržovat pravidlo mluvícího předmětu, je vhodné mít předměty 2 – jeden koluje a druhý má vedoucí pro případ, kdyby potřeboval kruh řídit. Je důležité, aby pravidlo mluvícího předmětu dodržovali všichni.

### Hra na odreagování (podle Hany Švejdové)



Stojíme společně v kruhu a říkáme básničku:

*Řeřicha, ředkev, křen a tuřín,  
držte mě, držte, já teď zuřím!*

Při tom se mohou vztekat a tvářit se nazlobeně. Pokračuje vedoucí se zavřenýma očima, který říká:

*Cukr, ryngle, fazol, hrách,  
utíkejte, mějte strach.*

Mezitím se benjamínci běží schovat. Po odříkání je vedoucí hledá.





→ **POMŮCKY:** Příběh nebo příběhy obsahující konfliktní chování např. A pak se to stalo (Ester Stará), Draka je lepší pozdravit (Miloš Kratochvíl, Daniela Krolupperová), O ježečku Jendovi (Ana Serna Vara).



- » Jeden benjamínek (omylem) bouchne/strčí do druhého.
- » Dva benjamínci chtějí stejnou hračku (lopatka, létající talíř...).
- » Benjamínkovi se něco nedaří a ostatní se mu smějí.

## DALŠÍ ZDROJE

- Ben Já Mína a světluška (9. ročník, 1. číslo)
- E-book Bojuj hrou (Svobodná hra)
- Svobodná hra – Justina a Petr Danišovi

## MOJE POZNÁMKY:

- » Společně s benjamínky si nastavíme pravidla, jak se k sobě chovat. Při vytváření pravidel můžeme využít programový list Pravidla mezilidského chování. Pravidla pravidelně připomínáme a upozorňujeme na jejich nedodržení.
- » Zařazujeme týmové aktivity vyžadující spolupráci a přizpůsobení se ostatním. Během hry korigujeme průběh, aby všichni měli možnost se zapojit.
- » Můžeme vytvořit pravidla, za jakých se benjamínci mohou prát/kočkovat (např. všichni souhlasí; je u toho vedoucí; určení, co se může a nemůže). *Bojová hra (Svobodná hra) zahrnuje hravé prání, honění a škádlení, hru s tělesnými doteky, ale ne vědomé ubližování – děti se při ní smějí a podle výrazu tváře si ji evidentně užívají.*<sup>1</sup>
- » Benjamínkům pomáháme pojmenovat své pocity a formulovat, co jim vadí, a předcházet tak konfliktům. Některým dětem může pomoci při sdělování pocitů domluvené slovo nebo znak.
- » Zařazujeme svobodnou hru na omezeném prostoru (klubovna, zahrada) nebo s omezenými prostředky, kdy děti jsou nuceny společně interagovat.
- » Pozorujte děti při svobodné hře. Uvědomují si případnou nespravedlnost? Například když někdo je odstrčen apod.
- » Používejte vlastní příklad – snažte se vždy ke všem přistupovat spravedlivě. A to nejen v podobě „všem stejně“, ale i s ohledem na různé potřeby a možnosti jednotlivců.
- » Pomocníkem v tématu nespravedlnosti jsou příběhy, ale i třeba pravidla vaší benjamínkovské skupiny.
- » Někteří benjamínci při nespravedlivém chování reagují agresivně, tipy, jak s tím pracovat, najdete v programovém listu Snažím se chovat přátelsky.

<sup>1</sup> DANIŠOVÁ Justina, DANIŠ Petr, 2020. Svobodná hra. Jak nechat vyrůst radostné, odolné a samostatné děti. Smart Press. ISBN 978-80-88244-17-2, str. 26.





# DOKÁŽE NĚKOMU UDĚLAT RADOST



*Benjamínek umí ve vhodných situacích udělat někomu radost. Přemýšlí, co by vybranou osobu mohlo potěšit – například někomu z rodiny natrhá na louce kytičku, nakreslí obrázek nemocnému benjamínkovi, zazpívá písničku k narozeninám vedoucí, zatelefonuje babičce, vyrobí kamarádce náramek...*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Komu co dělá radost



Dětem je představeno 5 různých postav (představují je například plyšáci, kartičky, osoby...) a každému z nich dělá radost něco jiného. Například někdo má rád hmotné dárky, někdo s někým rád podniká výlety a povídá si, jiný má rád, když je opečováván, další má rád dobrůtky. Pokud chcete, mohou mít postavy i odlišné zájmy. Poté mají děti na lístečkách znázorněny „dárky“ – například společná návštěva divadla, masáž hlavy, dort, náramek. Podle toho, jak se postavy představily, se jim snaží dát vhodné dárky. Poté si vyhodnotíme, jestli by daná věc opravdu postavice udělala radost. Děti dále mohou vymýšlet i dárky dle své fantazie.

**Poznámka:** Snažte se, aby postavičky neměly jen odlišné zájmy, ale hlavně odlišný typ „dárku“. Inspirace pochází z knihy 5 jazyků lásky.

→ **POMŮCKY:** Postavičky k obdarování, dárky na lístečkách.

### Náramky přátelství



Vybereme jednoduchou techniku (například navlékání větších korálků), kterou vyrobíme náramky. Jako motivaci použijeme vysvětlení, že tento náramek vyrábíme své kamarádce či kamarádovi a proto již nyní můžeme přemýšlet, jak bude vypadat. Například jaké barvy použijeme, jestli vybereme speciální korálek v oblíbeném motivu apod. Kdo chce, může se podělit o to, komu náramek chce dát.

→ **POMŮCKY:** Na vyrábění náramků (například provázek a korálky).

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Podporujte benjamínky v nápadech, které mohou někoho potěšit – například když dostanou nápad, že někomu něco vyrobí, dejte jim na to na schůzce čas a pomůcky.
- » Dejte benjamínkům paletu dobrých příkladů – ať už vlastních, anebo v příbězích.
- » Podpořte benjamínky v tom, aby přemýšleli nad tím, co komu udělá radost. Každý je jiný a je to v pořádku.
- » Důležité je učit benjamínky myslet i na to, co dělá radost jim – tipy k tomu najdete v programovém listu Radost a krása.
- » Pozorujte benjamínky. Pokud někdo někomu udělá radost sám od sebe, dejte benjamínkovi najevo, že je to dobrý nápad. Některé situace mohou být vhodné i ke sdílení v celé skupině. Například „Líbí se mi, že Ančovička natrhala Veverce kytičku pro radost.“
- » Využijte vhodných příkladů, kdy děláte radost i lidem mimo oddíl a rodinu – může jít o Betlémské světlo a jeho roznášení v domově seniorů, Tříkrálovou sbírku nebo jiné. Využit také můžete mezinárodní den laskavosti 13. 11. Možné činnosti na podobné dny: výroba a roznos různých přáníček, zpěv písniček, výroba perníčků, jejich zdobení a rozdávání...
- » Povídejte si s benjamínky o tom, že radost můžeme dělat i nehmotnými věcmi: zazpívat písničku, uplést někomu cop ve vlasech, zatelefonovat někomu...
- » Buďte pozorní s aktivitami ohledně darování v období adventu a Vánoc. Některé děti mohou věřit na Ježíška a zmínky o tom, jak si dáváme dárky, by mohly být pro ně minimálně matoucí.



## Imaginární dárek



Děti se potkávají ve dvojicích a předávají si imaginární dárek. Snaží se vymyslet, co by dotyčného potěšilo. Například: čokoládu, plyšáka... Dárky si „vymění“ a jdou opět hledat někoho do dvojice s novým imaginárním dárkem.

## Co by udělalo radost...



Postupně zkusíme společně hádat, co by někomu konkrétnímu ze skupiny udělalo radost. Snažíme se, aby své tipy děti odůvodnily (například: protože vím, že je to jeho oblíbená písnička, barva, má takové zájmy...). Cílová osoba pak řekne, jestli by jí daná věc udělala radost, či ne.

## MOJE POZNÁMKY:

[illegible]

## Ideální dárek



Děti nakreslí či jinak ztvární ideální dárek pro někoho blízkého: například mamince, kamarádovi... Mohou darovat absolutně cokoliv: ať je to drahé, či levné, reálné, či nereálné, věc, nebo něco nehmotného... Poté si povídáme, co komu děti darují a proč. Alternativou je dárky předvádět pantomimou nebo jen slovně popsat.

### DALŠÍ ZDROJE:

- Nejlepší dárek - Petr Horáček – dětská knížka vyprávějící o dvou kocourech, kteří si navzájem dali dárek k narozeninám
- Ben Já Mína karty - karta č. 9 - Místo po mé levici je volné pro...

[illegible]

# SNAŽÍM SE CHOVAT PŘÁTELSKY



*Benjamínek zná jménem ostatní děti ve své skupině a snaží se k nim chovat přátelsky. Zjišťuje, jak takové přátelské chování vypadá. Učí se poznávat, kde mají ostatní v aktivitách hranice (například v lechtání). Má příležitost v různých aktivitách přátelské chování rozvíjet.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Emoční honička



Hra se hraje podobně jako Mrazík = jeden honí a chytá ostatní děti. Kdo je chycený, tak se musí zastavit a zahrát nějakou emoci (radost, smutek, vztek, strach a překvapení). Děti se „zachraňují“ tím, že udělají přátelské gesto: obejmou se, pohladí, usmějí se, podají si ruku atd. Co ve hře dovolíme jako způsob záchrany, je na nás, jen je potřeba dát pozor, že ne všem dětem může být příjemné objímání. Proto nabízíme více alternativ a dětem to i takto vysvětlíme. Brát ohledy na pocity druhého je také přátelské chování.

### Učíme se vnímat hranice



Učíme děti poznávat, kde v aktivitách mají druzí hranice. Protože benjamínci ne vždy poznají, když jsou jim hranice naznačovány, je dobré, když si domluvíte tzn. bezpečné slovo – heslo pro zastavení aktivity. Tato hra může nastat klidně spontánně, např. děti chtějí vedoucího/kamaráda lechtat. Před samotným lechtáním se domluví, že když řekne slovo STOP (nebo jiné), tak to skutečně znamená zastavení aktivity a všichni by měli přestat. Ostatní podobná slova mohou být součástí hry.

S touto možností stanovení bezpečných slov děti seznamujeme průběžně a připomínáme si ji. Je možné stanovení bezpečného slova zařadit mezi pravidla skupiny (viz PL Pravidla mezilidského chování)

Více o hrách na nastavení hranic naleznete v knížce Děti a Emoce; učíme děti vnímat, poznávat a pracovat se svými pocity (viz níže).

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Jsme pro děti vzorem a ony nás neustále pozorují, proto bychom jim měli ukazovat správné vzorce chování – snažíme se chovat k dětem i ostatním přátelsky.
- » Děti v přátelském chování podporujeme a zařazujeme aktivity, díky kterým ho děti mohou trénovat – společné hry, spolupráce ve dvojicích, spolupráce ve skupině. Ukazujeme dětem, jak se chovat v situacích, kdy například prohrají.
- » Zařazujeme aktivity, při kterých je důležité, aby se navzájem poznali a pomáhali si.
- » V činnosti podporujeme stejný přístup ke všem – neupřednostňujeme mazáky nebo naopak nováčky, šikovnější či méně šikovné atd., snažíme se dát dětem podporu takovou, jakou každý z nich potřebuje.
- » Při dělení do skupinek se snažíme jejich složení měnit tak, aby se děti co nejvíc potkávaly, aby poznávaly ostatní rovnoměrně a naučily se spolupracovat/vycházet s různými osobnostmi.
- » Učíme děti, aby dokázaly vnímat hranice toho druhého, a s respektem nastavujeme ty naše.





Následně si můžeme zahrát scénky (mohou hrát jen vedoucí, nebo i děti, pokud si na to troufnou) přátelského chování. Společně si pojmenujeme, co se ve scénce děje, a děti se snaží pojmenovat, co přátelského ve scénce vidí.

[illegible]

## DAĽŠÍ ZDROJE

- Programový list Pocity a emoce – zde najdete další tipy na aktivity rozšiřující emoční kompetence
- Vojtěch Černý, Kateřina Grofová: Děti a Emoce; učíme děti vnímat, poznávat a pracovat se svými pocity (3. vydání)
- Rozvíjíme empatii u dětí předškolního věku (Bc. Lenka Kocábková, Mateřská škola Borovany)
- LOCIKA – infografika – 8 základních emocí



# FYZICKÝ KONTAKT A PSYCHICKÉ BEZPEČÍ



*Benjamínek dokáže rozlišit mezi „dobrým“ a „zlým“ tajemstvím. Dokáže popsat části těla a ví, jak se od sebe liší holky a kluci. Ví, na koho se může obrátit, pokud se jemu nebo někomu blízkému děje něco zlého. Rozlišuje a dokáže popsat, na kterých místech těla jsou mu doteky příjemné (bezpečné) a kde ne. Uvědomuje si rozdíl mezi osobami, které se ho mohou dotýkat, a které ne (rodiče, lékař, cizí člověk...).*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Semafor doteků



Děti pomocí obrázků popíší jednotlivé části těla. Následně si pomocí pastelek do obrázku zakreslí místa, na kterých jsou jim doteky příjemné/nepříjemné. Vedoucí říká situace, např. maminka mě hladí po vlasech, dotyk kamaráda při hře, dotyk cizího člověka v přeplněném autobuse...

Zakreslování můžeme rozdělit i barevně pomocí semaforu:

- » **Zelená** – příjemné – maminka mě hladí po vlasech
- » **Oranžová** – nevádí mi to – dotyk kamaráda při hře
- » **Červená** – nepříjemné – dotyk člověka v přeplněném autobuse

Společně si také můžeme říct, kde děti rozhodně nechtějí, aby se jich dotýkal někdo cizí.

→ **POMŮCKY:** Obrázek lidského těla pro každé dítě.

### Vím, že existuje i druhé pohlaví



Benjamínci by měli zvládnout popsat, jak se mohou lišit holky a kluci. Při této aktivitě se nechceme zaměřit pouze na rozdílné pohlavní orgány. Společně s dětmi si říkáme oblíbené holčičí a klučíčí postavy z pohádek a popisujeme, čím se od sebe liší (vlasy, oblečení...) Pro lepší vizualizaci můžeme přinést na schůzku různé dětské časopisy nebo vytištěné obrázky oblíbených pohádkových postavíček, a při povídání si je ukazovat.

→ **POMŮCKY:** Obrázky oblíbených postavíček z pohádek, dětské časopisy.

### Dokáže rozlišovat mezi „dobrým“ a „zlým“ tajemstvím



Nejprve necháme dětem prostor, aby samy vyprávěly, co je napadá pod pojmem tajemství. Co je to dobré tajemství? (Když chystám překvapení pro kamaráda k narozeninám). Co je zlé tajemství (když nám někdo vyhrožuje, abychom někomu neřekli něco, co se nám nelíbí...). Pokud benjamínci sami na žádný příklad neprijdou, vymyslíme je sami a oni je třídí. Benjamínky poučíme, jak se zachovat v případě „zlého“ tajemství. Jak se zlým tajemstvím dál pracovat = na koho se obrátit (další aktivita).

### Vím, na koho se mám obrátit



Benjamínci by měli vědět, na koho se mohou obrátit, pokud se jim nebo jejich kamarádovi děje něco nepříjemného/zlého/nebezpečného. Společně vysvětlíme, že s námi dospěláky je to někdy těžké. Ne vždy děti posloucháme, někdy jim nevěříme a někdy něco prostě zapomeneme. Proto je důležité mít dospěláky v záloze víc, alespoň tři. Následně každému dítěti dáme srdíčko nebo kytičku vystřiženou z papíru (mohou si to vystříhnout i samy), na které děti nakreslí nebo napíší alespoň tři dospěláky, na které by se mohly obrátit, pokud by se potřebovali s něčím důležitým svěřit.

→ **POMŮCKY:** Srdíčka/kytičky z barevného papíru nebo pomůcky na jejich výrobu.





## Osobní hranice



Cílem aktivity je naučit děti si stanovit osobní hranice a naučit se je respektovat. S dětmi si povídáme o tom, co jsou osobní hranice, kde je náš osobní prostor. Že každý z nás ho můžeme mít různě velký a že může mít i různé „vrstvy“, do kterých pouštíme různé lidi. Následně si každý benjamínek za pomoci obruče nebo lana vyznačí, kde je jeho osobní prostor a kde má své osobní hranice. Každý je můžeme mít jiné. Děti se mají rozhodnout, kam až chtějí, aby se k nim někdo přiblížil. Můžeme také hrát různé scénky, např. jde k nim jejich babička, potkávají se s cizím člověkem na ulici, hrají hru s kamarádem.

Na závěr si společně můžeme říci také o tom, jak je důležité respektovat hranice druhých.

→ **POMŮCKY:** Obruče (různé velikosti), lana.

## Láska



Benjamínci vědí, že jsou různé podoby lásky (partnerská, kamarádká, k přírodě...). Společně si povídáme o tom co je to láska, jak si ji můžeme vzájemně projevovat. Např. mamka s tatínkem – dají si pusku, vezmou se za ruku..., já a vedoucí – placák, milé slovo, někdy třeba obejmutí..., já a kamarád, já a domácí mazlíček, já a příroda...

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Při vedení benjamínků je zásadní komunikace s rodiči: ohledně hygieny dětí (jestli si dojdou sami na záchod, na co si dát pozor...) a přespávání.
- » V případě „nehody“ zajistíme, aby se dítě převléklo, pomůžeme vyřešit špinavé oblečení (např. přeprat či zabalit domů).
- » Od rodičů bychom měli zjistit, čeho se děti bojí, jak se začleňují a kdo je bude vyzvedávat
- » Na výpravy a tábor je vhodné vozit alespoň jeden náhradní spacák nebo deku, plyšáka a pohádkovou knížku. Také se může hodit náhradní oblečení (dítě se namočí, je mu zima v tom, co má na sobě...). Osvědčilo se, aby děti měly u sebe náhradní spodní prádlo a ponožky, vedoucí pak jedny tepláky a triko. Hodí se i na schůzkách.
- » Další informace ohledně komunikace s rodiči, přespávání s benjamínky, tipy, jak citlivě řešit nehody a hygienu obecně najdeš v metodice v kapitolách Organizace roku a Praktické tipy pro vedení benjamínků.

## Mluvíme o svých emocích



Pomocí této aktivity učíme děti vyjadřovat své pocity. Mluvíme s nimi o tom, jak se cítí, když jsou v bezpečí nebo naopak, jak se cítí, když jsou ohroženi. Děti si vyberou obrázek emotikona a popisují situace, kdy se cítily jako ten obrázek (šťastně, smutně, nebezpečně, opuštěně, naštvaně...).

Také můžeme dětem zahrát divadlo pomocí plyšáků o tom, jak mohou hračky komunikovat v různých situacích – když se cítí šťastně, naštvaně nebo nepohodlně a jak mohou požádat o pomoc.

Další aktivity na téma emocí najdete v programovém listě Pocity a emoce.

→ **POMŮCKY:** Emotikony různých pocitů, plyšáci.

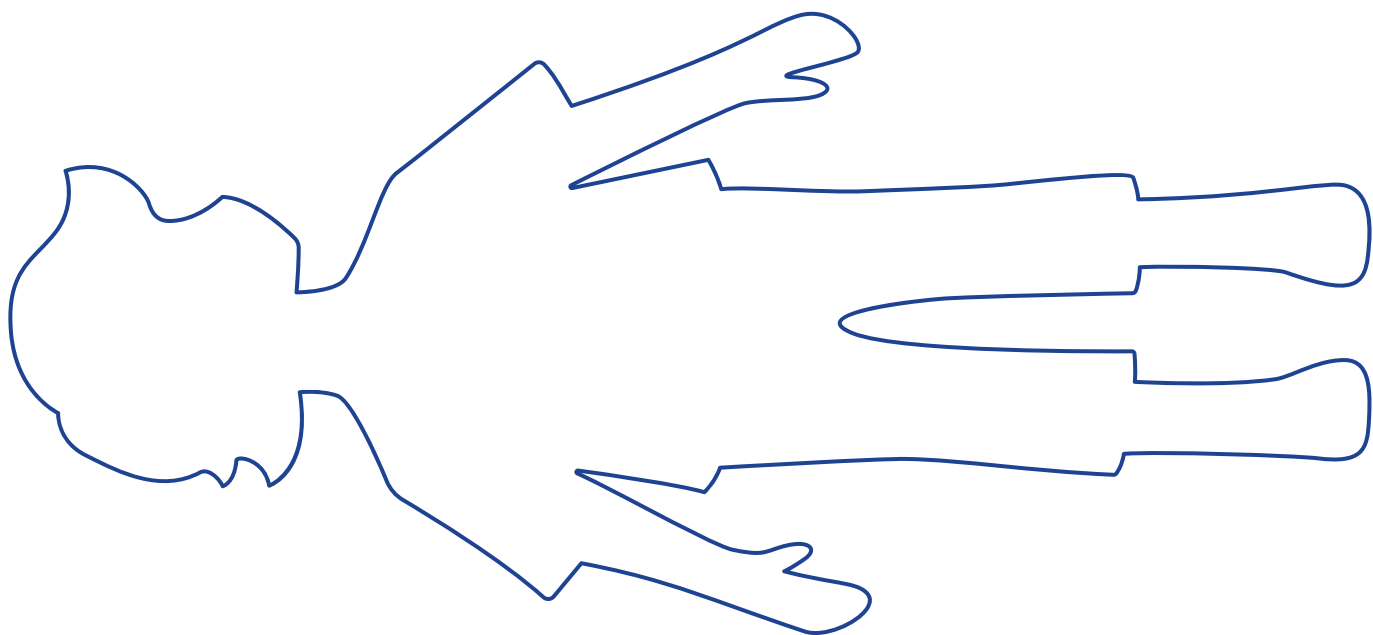
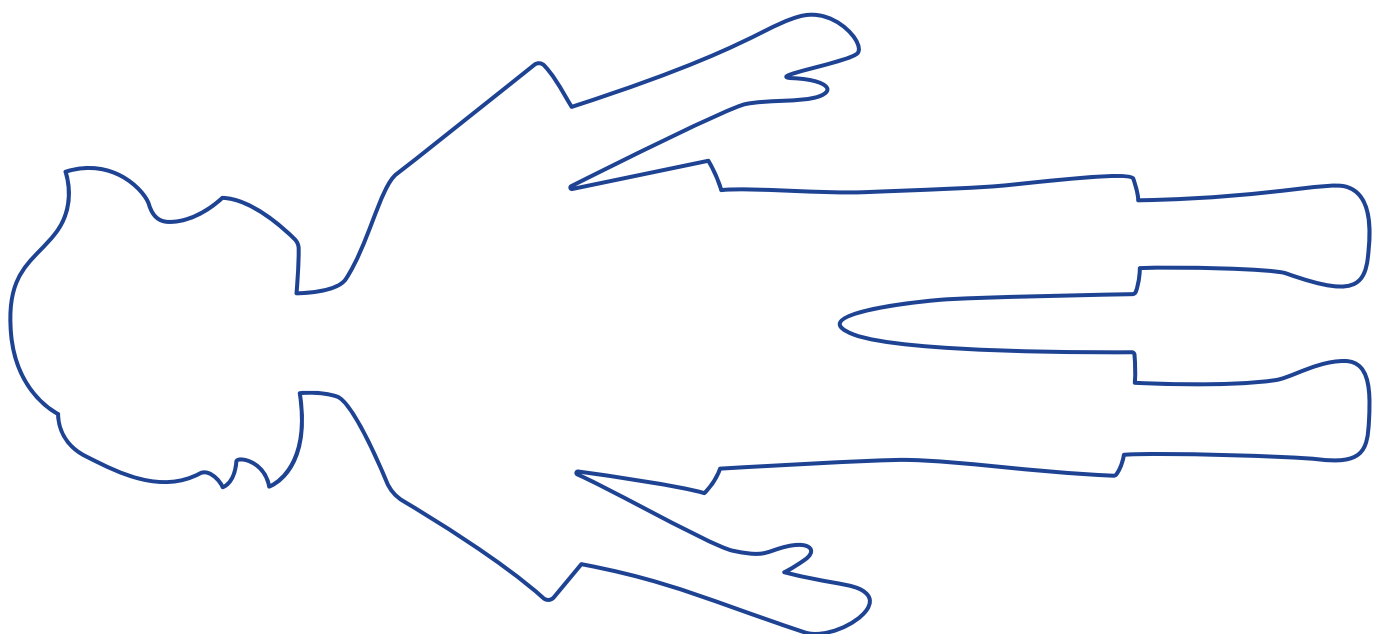
### DALŠÍ ZDROJE



- » [Bezpečný skauting](#)
- » [Skautská krizová linka](#)
- » [Úvod do skautské krizové intervence pro skautské vedoucí](#)
- » [Laická krizová intervence při psychických obtížích](#)
- » [Kodex jednání dospělých](#)
- » [Brožura od Moje tělo je moje – Jak mluvit s dětmi o vzhledu těla](#)
- » [konsent.cz/pro-vyucujici/](https://konsent.cz/pro-vyucujici/)

- » Pokud máme podezření, že se benjamínkovi děje něco „zlého“, máme několik možností, jak to řešit.
  - » Cítíme-li se na to a bude-li benjamínek chtít, může si s ním o tom jeden z vedoucích někde stranou, o samotě, promluvit. Následně můžeme pokračovat tak, že se poradíme se skautskou krizovou linkou (odkaz níže v dalších zdrojích), někým dalším, promluvíme s rodičem, popř. kontaktujeme OSPOD.
  - » Je v pořádku, pokud se na rozhovor s dítětem necítíme, zvolit jiné řešení. Např. se nejprve poradit se skautskou krizovou linkou. Nikdy si ale toto zlé tajemství nenecháváme pro sebe a dětem to ani v žádném případě neslibujeme.
- » Pamatujme, že děti mohou těžce prožívat i rozvod, úmrtí nebo hádky doma. V takovém případě postupujeme podle postupu výše.
- » Odkazy na místa, na která se můžete jako vedoucí obrátit, najdete v dalších zdrojích na konci tohoto listu.







# POMOC DRUHÝM



*Benjamínek si všimne, když někdo v okolí potřebuje drobnou pomoc, ať už je to jiný benjamínek ze skupiny, vedoucí nebo i kolemjdoucí. Pokud je to v jeho silách, snaží se pomoci – třeba hledá zapomenutou věc, přinese hadr na rozlité pití, ale i nabídne obejmutí nebo pohlázení.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Co mým blízkým udělá radost.



Před samotnou aktivitou si s dětmi povídáme o tom, co by mamince / tatínkovi / dalším členům rodiny mohlo udělat radost nebo jak jim v poslední době udělaly radost. Povídáme si nejen o hmotných věcech, ale i např. společném výletě, pomoci s úklidem, procházce v parku... Děti nakreslí na papír vedle sebe členy své rodiny. Okolo každého člena rodiny nakreslí nebo nalepí vystříhané obrázky z časopisů toho, čím by komu mohly udělat radost. Na konci si s dětmi obrázky ukážeme a kdo bude chtít, může nám svůj obrázek představit.

→ **POMŮCKY:** Papíry, pastelky, nůžky, časopisy.

### Nešika



Nešika je člověk, kterému všechno padá z rukou, nic se mu nedaří atd. Nejprve hraje Nešiku jeden z vedoucích. Úkolem dětí je během scénky navrhnout, jak by mu mohly pomoci. V dalším kole si může roli Nešiky vyzkoušet někdo z dětí.

### Kdo mi dneska pomohl



Aktivita se hodí na konci táborového dne, výletu nebo delší schůzky. Sedneme si s dětmi do kroužku. Povídáme si nejprve o tom, „Kdo mi dneska pomohl a jak / s čím?“, v druhém kole zařadíme otázku „Jak a komu jsem dneska pomohl já?“ Pomáhá to uvědomit, že i malé drobnosti mohou být vítaná pomoc.

## METODICKÉ POZNÁMKY

- » Zařazujeme skupinové aktivity, kdy si děti navzájem pomáhají (na výpravě společně uklízejí, chystají si jídlo...).
- » Je dobré párovat mladší děti se staršími (buď ve skupině benjamínků nebo i při aktivitách s jinou věkovou kategorií). Starší děti mají pocit, že jsou důležité, když mohou pomoci, mladší děti se cítí vítány a přijímány.
- » Rozvíjíme všímavost k tomu, kdo potřebuje pomoci (i drobné věci – otevřít dveře...), učíme děkovat, ale i požádat o pomoc nebo slušně odmítnout. Pomáháme pochopit, že ne vždy musí být naše pomoc vítaná.
- » My jako vedoucí vytvářejme při běžných činnostech situace, kdy potřebujeme pomoc a vybízíme děti k tomu, aby nám byly nápomocné (např. podat spadlou věc...). Zároveň pokud vidíme, že někdo z benjamínků potřebuje pomoc, poprosíme nějakého jiného benjamínka, zda by mu mohl jít pomoci.
- » Je dobré dětem zvědomovat, co se stalo a kdy se kdo zachoval dobře. Ideální je hned při pomoci nebo těsně po ní. Pokud není časový úsek moc dlouhý, můžeme to vypíchnout i na závěrečném kruhu.
- » Děti ve věku benjamínků se často učí nápodobou. Využívejme formy dramatizace, kdy můžeme sehrát scénky, nejen na hmotné potřeby, ale i na potřeby duševní (obejmutí, pohlázení).



## Záchranný tým



Děti si zahrají na záchranný tým, který bude pomáhat různým lidem v různých situacích. Aktivita se hodí např. na procházku nebo výlet, kde mohou děti postupně potkávat různé lidi (jako herce můžeme využít např. skauty a skautky). Aktivitu samozřejmě můžeme dělat i v klubovně nebo jejím okolí.

### Nápady na situace:

- » babička potrebuje pomoc sbírat spadaná jablčka,
- » holčička ztratila na hřišti svého plyšáka,
- » tatínkovi se rozlil kýbl s vodou na podlahu,
- » správce klubovny potřebuje pomoc shrabat listí.

→ **POMŮCKY:** Dle situací například jablka a košík, plyšák, kýbl s vodou, hadry a mop na podlahu, hrábě na listí; počet pomůcek úměrně počtu dětí v záchranném týmu.

## MOJE POZNÁMKY:

[illegible]

### DAĽŠÍ ZDROJE:

## Tipy na plnění dobrých skutků





# RODINA

*Benjamínek ví, kdo jsou členové a členky jeho nejbližší rodiny, a dokáže o nich něco říct. Například co mají rádi, kde pracují, co dělají ve volném čase. Ví, jak může doma pomáhat, a snaží se podle svých možností zapojit do různých činností, jako je uklízení, prostírání nebo péče o domácí mazlíčky.*



## INSPIRACE NA PROGRAM

### Domácí činnosti



Dětem ukážeme obrázek domácí činnosti, společně si ji pojmenujeme. Děti zvednou hlasovátka představující člena rodiny, který činnost obvykle vykonává. Je možné, že děti zvednou i více hlasovátek najednou. Následně se děti můžeme doptávat: Jak často tu činnost členové rodiny dělají. Prázdné kolečko využijí děti, se kterými například žije doma ještě někdo z prarodičů, teta apod. Mohou si člena dokreslit nebo jen napsat písmeno (např. B jako babička). Je také možnost, aby si hlasovátka děti vyrobily samy úplně, je však potřeba vyhradit na aktivitu více času.

→ **POMŮCKY:** Připravené obrázky domácích činností nebo věcí, které k tomu jsou potřeba, pro každé dítě hlasovátka představující členy rodiny (já, maminka, tatínek, sourozenci, prázdné kolečko).

### Co můžu doma ovlivnit, a co ne



Povídáme si s dětmi o tom, co mohou doma ovlivnit svým názorem – např. co si dáme k večeři, co budeme dělat odpoledne, kam pojedeme na výlet, jaký dort bych chtěl/a k narozeninám... Zeptejte se dětí:

- » O čem doma můžeš rozhodovat ty?
- » Proč si myslíš, že tomu tak je?
- » O čem doma rozhodují rodiče?
- » O čem bys doma chtěl/a rozhodovat?
- » O čem můžeš rozhodovat na schůzce/ve školce...?

V rámci povídání se může stát, že se dostaneme k situacím, o kterých je náročné se bavit. Například o všem v rodině rozhoduje babička, dítě rozhoduje o všem nebo naopak o ničem. O některých věcech v rodině rozhoduje soud (kdy pojedou za tatínkem). Pokud si nejste jistí, jak na podobná témata reagovat, je v pořádku tuto aktivitu nezařazovat.

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Pokud má někdo z dětí doma miminko, můžeme to využít k povídání o tom, co znamená péče o miminko. Podobně si můžete povídat o tom, jak se starat o jiné členy rodiny, např. o babičku, dědečka.
- » Zapojujeme děti do úklidu a výzdoby klubovny.
- » Pokud máme my i rodiče zájem, můžeme rodiče zapojit do chodu oddílu, a lépe je tak poznat.
  - › Možnosti zapojení rodičů: uspořádat schůzku pro rodiče a děti, uspořádat společný výlet, požádat je o pomoc s odvezením materiálu nebo úklidem/opravami v klubovně.
- » S tématem rodiny pracujeme citlivě. Snažíme se poznat, jak to v rodinách dětí je, v každé rodině to může být jinak (nemusí mít např. úplnou rodinu, o dítě mohou pečovat prarodiče atd.) – jako první vhléd nám může sloužit přihláška nebo informační schůzka pro rodiče.
- » Téma rodiny lze využít například v době, kdy slavíme Den matek (druhá neděle v květnu) či Den otců (třetí neděle v červnu). Můžeme také využít období před Vánoci či Velikonocemi a navázat povídáním o rodinných tradicích.
- » Povídejme si s dětmi i o tom, čím mohou přispívat k hezkému domácímu prostředí. Kromě úklidu mohou například natrhat kytičku do vázy, vyrobit dekoraci...
- » Denní rituály – můžete si s benjamínky povídat o tom, jaké mají doma rituály večer a ráno. Například co dělají před spaním (čištění zubů, zpívání na dobrou noc, pohádka...).
- » Hra na rodinu může být také častým námětem svobodné hry.



## Členové rodiny



Každý si na schůzku přinese fotografii své rodiny – ukáže fotografii ostatním a popíše, kdo na ní je, jaké jsou mezi členy rodiny příbuzenské vztahy. Poté si zahrajeme hru „Na kterou rodinu si myslím“:

- » Při velkém počtu hrajeme ve skupinkách cca po 5 dětech/fotografiích.
- » Vedoucí (nebo dítě) popisuje fotku rodiny, na kterou si myslí, ostatní děti mají za úkol ukázat na správnou fotografii – např. na fotce jsou 4 lidé, dvě děti a dva dospělí. Holčička má hnědé vlasy...

→ **POMŮCKY:** Fotografie rodin dětí.

## Vztahy v rodině



Tuto aktivitu můžeme pojmut pouze jako povídání, nebo jako tvoření s následujícím povídáním. Dětem položíme otázku: „Jaký dárek bych dal/a mamince (dědečkovi/sourozenci...) k narozeninám a proč? Děti buď jen povídají nebo nejprve nakreslí a pak si o nakresleném společně povídáme. Je dobré upozornit děti na to, že není nutné dávat pouze hmotné dary, ale i jiné, např. zazpívám písničku, vezmu tě na výlet atd. Další inspirace na téma v programovém listu Dokážu někomu udělat radost.

→ **POMŮCKY:** V případě povídání žádné; v případě tvoření papíry, pastelky.

### MOJE POZNÁMKY:

[illegible]

## Nakresli svůj dům / svoje místo



Děti výtvarně ztvární svůj dům, ve kterém bydlí, nebo místo, které považují za své (pokoj, část pokoje, kus zahrady...). Můžeme zvolit libovolnou výtvarnou techniku. Pro „přesnost“ kresby však doporučujeme použít pastelky, voskovky, progressa nebo fixy. Po dokončení výtvorů si s dětmi povídáme o tom, co nakreslily. Můžeme buď prohlížet obrázky jako v galerii (roz-místěné po klubovně, děti si je libovolně prohlížíjí) nebo nám každý umělec představí svůj obraz.

Povídání na téma, kde bydlí – Ben Já Mína karty - karta  
č. 60 - Můj domov

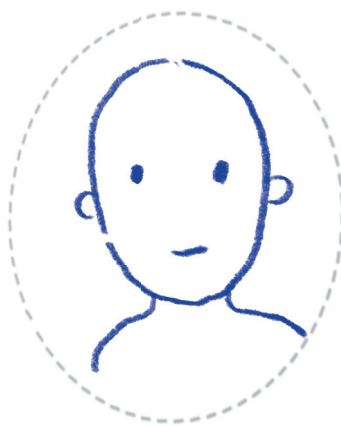
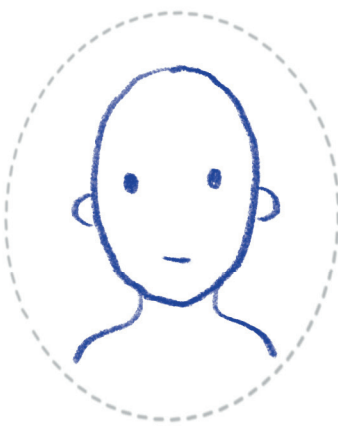
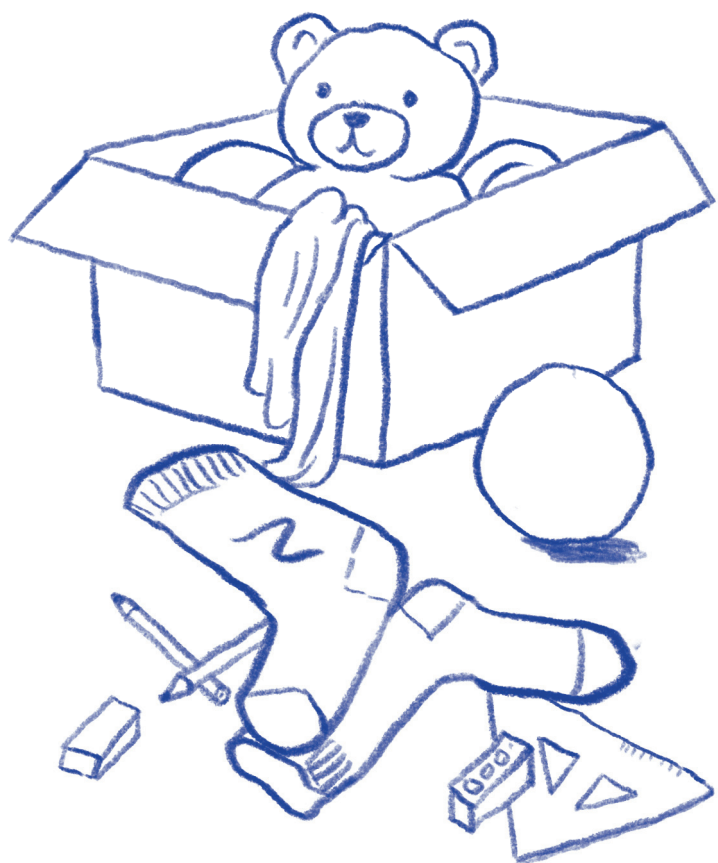
Ben Já Mína č. 5 - květen 2023 - metodika Stavitelé

→ **POMŮCKY:** Papíry/čtvrtky, pastelky/voskovky/fixy/progres.

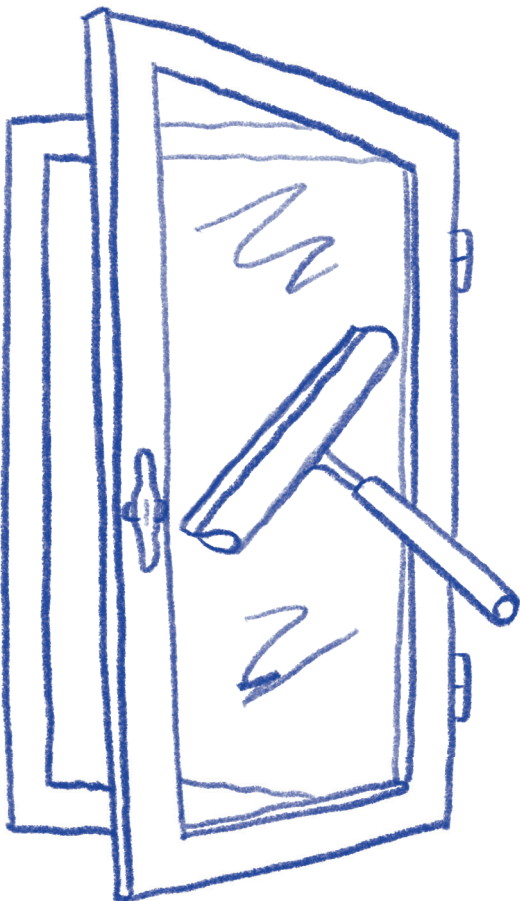
## DAĽŠÍ ZDROJE

- kniha Princ Bordelničiek
- A pak se to stalo
- časopis Ben Já Mína
  - a rodinné album – 3. ročník, 1. číslo
  - a stromy - 6.ročník, 1. číslo, str. 1 – Znáte své kořeny

This image shows a full page of white paper with horizontal blue dashed lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, providing a guide for handwriting practice. There are no margins, text, or other markings on the page.

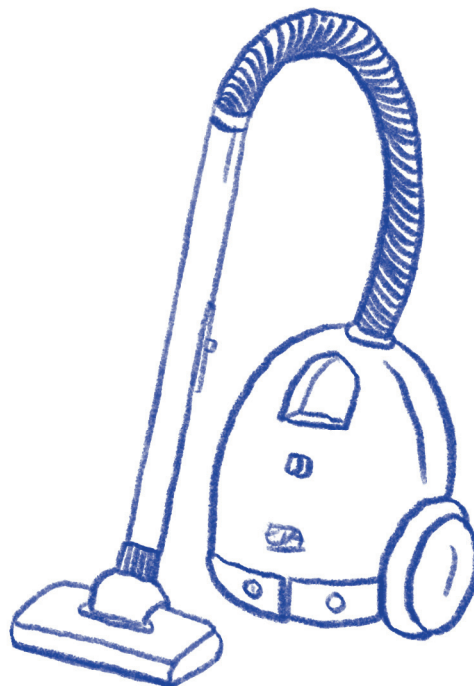














# SKUPINOVÁ SPOLUPRÁCE



*Benjamínek ví, že některé věci je lepší dělat ve spolupráci s ostatními. S dopomocí vedoucích umí pracovat ve skupině a splní jednoduchý společný úkol. S dopomocí vedoucích si začíná uvědomovat, že jeho chování může ovlivnit hru, výsledek společného výrobku apod.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Společný obraz



Děti společně vytvoří obraz. Pokud malujeme barvami, tak je vhodné si upravit prostor na malování, abychom nic nezničili. Pokud máme více dětí, tak je můžeme rozdělit na menší skupiny, ideální počet je cca 5-6 dětí na balicí papír o rozměrech 1,5 x 1,5 m. Na společný obraz je dobré si stanovit téma:

#### Stopy ke krmelci

- » Na balicí papír nakreslíme velký krmelec a umístíme ho na jednu stranu klubovny.
- » Děti jsou „zvířátka“ a dělají otisky stop = na druhé straně klubovny je místo, kde si mohou nabarvit korkovou zátku. S tou pak přijdou ke krmelci a od kraje papíru až k němu udělají několik obtisků zátky. Každé dítě může mít jinou barvičku.
- » Aktivitu můžeme obohatit i tím, že se před děláním stop za zvířátka přestrojíme (pomaluujeme si obličej, vyrobíme si uši/rohy, nebo si uděláme celé masky na předchozí schůzce).

#### Podzimní strom

- » Z balicího papíru nebo kartonu vystříhneme siluetu listnatého stromu.
- » Děti necháme na obyčejný papír obtisknout ruce (mohou být různé barevné, jako je listí na podzim).
- » Obtisky rukou vystříhneme a nalepíme na strom jako listy.

Podobně ve velkém formátu můžeme vytvářet jarní louku, rybník a život v něm, les atd.

→ **POMŮCKY:** Velký balicí papír, karton, věci na kreslení (pastelky, voskovky, temperové nebo vodové barvy, štětce, kelímky s vodou, korkové zátky atd.).

### Poučení z příběhu



Dětem přečteme příběh. Před čtením je upozorníme, ať dávají pozor na to, jak spolu postavy vycházely, jestli spolupracovaly, jak se k sobě chovaly atd. Po přečtení úryvku společně s dětmi odpovídáme na otázky:

- » Spolupracovaly spolu postavy v příběhu?
- » Je podle vás spolupráce důležitá? Je vhodné se při některých činnostech střídat? Pokud ano, proč?
- » Jak podle vás vypadá spolupráce?
- » Při čem se vám špatně střídá/spolupracuje?

→ **POMŮCKY:** Kniha s příběhem, kde je důraz na spolupráci (např. Poštácká pohádka od K. Čapka – je i zpracováno jako animovaná pohádka).

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Jako u všeho, benjamínci se teprve spolupráci učí, není tedy dobré na ně klást vysoké nároky. Zároveň pokud dostanou příležitost, dokáží pracovat ve skupině.
- » Skupinové úkoly zařazujeme průběžně a s různou podobou.
- » Nejprve děti naučíme spolupracovat ve dvojicích a postupně skupiny zvětšujeme.
- » Benjamínci si dokážou uvědomit důsledek svého chování na něčem konkrétním, např. podařená/zkažená hra, splněný/nedodělaný úkol, nepodařený/podařený výrobek. Nelze jim abstraktně vysvětlovat důsledek jejich chování.
- » Spolupráci u dětí nemusíme rozvíjet jen připraveným programem, ale i společnou prací, např. úklidem klubovny po schůzce.



## Přesun bez doteku země



Benjamínci zkusi společně přejít vzdálenost cca 10 m, aniž by se dotkli země, pomocí umístování prkének nebo kusů kartonu. Na začátku dáme benjamínkům o 2–3 kusy více, než je jejich počet. Počet kusů můžeme během hry upravit podle toho, jak se benjamínkům daří.

→ **POMŮCKY:** Prkýnka, kusy kartonu nebo něco podobného (množství podle počtu dětí).

## Stavění čínské zdi



Řekneme si s dětmi, co je to čínská zeď (lze zaměnit i za Hladovou zeď v Praze, nebo za nějaké hradby, které máte v okolí). Následně si společně zahrajeme na stavitele a dáme dětem prostor pro tvorbu čínské zdi. Můžeme si společně stanovit, odkud kam zeď povede.

Při stavbě je dobré si určit pravidla bezpečnosti, např.:

- » S klacky, kameny či jiným materiálem neházíme.
- » Když se s klackem otáčím, tak se musím podívat po okolí, abych někoho nezranil/a.
- » Chodíme jen tak daleko, abychom viděli na vedoucí a oni na nás.

Dětem během aktivity pravidla připomínáme.

→ **POMŮCKY:** Vhodné prostředí (nejlépe podél lesní cesty), klacky a větve.

### MOJE POZNÁMKY:

## Kreslení ve dvojici



Děti rozdělíme do dvojic. Všechny dvojice mají stejné zadání – ve dvojici nakreslit obrázek, např. dům se zahradou, zoologickou zahradu, les.

**1. varianta:**

Dáme dětem obecné zadání, kdy se musí domluvit, co na obrázku bude. Na takovou práci je potřeba jim dát více času.

**2. varianta:**

Dáme velmi konkrétní zadání, např.: namalujte kousek lesa, kde budou tři stromy, jeden divočák a pět hub. U takového zadání můžeme v druhém kole dětem zakázat mluvit (gradace obtížnosti úkolu). V takovém případě můžeme jako vedoucí řídit výměnu při kreslení, tzn. nejprve kreslí jedno dítě a po pokynu vedoucího začne kreslit druhé a první přestane. Takto se pak střídají.

Potom co děti dokreslí, tak si společně můžeme odpovědět na otázky:

- » Jak se nám spolupracovalo?
- » Co se nám na spolupráci nelíbilo a co se nám naopak líbilo?
- » Kdybychom to hráli znova, změnili bychom něco na své spolupráci?

→ **POMŮCKY:** Papír A4 do dvojice, pastelky.

## DALŠÍ ZDROJE

- Aktivita Společný úkol z PL Moje svědomí
- Některé aktivity z metodiky Skills Builder
- Ben Já Míňa karty - karta č. 12 - Popletené kreslení
- Ben Já Míňa karty - karta č. 25 - Jako šerpové



# POVOLÁNÍ

*Benjamínek se zajímá, co dělají rodiče či jiní blízcí lidé, když chodí do práce. Benjamínek zná alespoň pět různých povolání. Umí u nich vysvětlit, proč jsou důležitá. Například jaké služby poskytují, co vyrábějí, komu všemu pomáhají a jak přispívají k našemu každodennímu životu.*



## INSPIRACE NA PROGRAM

### Kdo řeší situaci



Vedoucí vypráví příběh, ve kterém se objevují situace jasně řešené určitou profesí – příběh vždy přeruší a zeptá se dětí, kdo přišel a nastalou situaci vyřešil. Např.: jízda autobusem (řidič), zranění (lékař), požár (hasič), návštěva restaurace (číšník, kuchař).

### Dramatizace



Připravíme si obrázky povolání – na jedné kartičce jedno povolání. Necháme děti vylosovat kartičku. Postupně děti předvádějí svá povolání. Úkolem zbylých dětí je poznat, jaké povolání to je.

→ **POMŮCKY:** Kartičky povolání.

### Kdo co používá?



- » **1. část.** Hledám dvojici – co k sobě patří (název povolání + věc). Můžeme využít obrázků nebo to dětem pošeptat. Benjamínci hledají dvojice podle toho, co k sobě logicky patří.
- » **2. část.** Vedoucí přinese věci, např. tužku, autíčko, počítač, nůžky, zástěru, baterku, klíče, pravítko, obvaz... Při jakém povolání se předmět využije? Je možné dětem povolání rozdat a benjamínci říkají, zda by tento předmět využili.

→ **POMŮCKY:** Obrázky povolání (pro každé dítě jedna kartička), pomůcky/nástroje k povoláním (vícekrát), lze využít obrázky z Časopisu Ben Já Mína čím chci být (4. ročník, 3. číslo - vystřihovánka).

Lze přidat kartičky, které si sami vytvoříte.

### Pantomima



Hledám svoji dvojici podle pohybu (předvádění stejného pohybu podle povolání).

Děti si vylosují obrázek povolání a rozmístí se v prostoru. Na pokyn vedoucího začínou pantomimicky předvádět své povolání. Úkolem je najít k sobě druhého/druhou, který/á má stejné povolání.

→ **POMŮCKY:** Obrázky povolání (každý dvakrát).

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Rodiče mohou mít těžko vysvětlitelná povolání, není nutné, aby benjamínci dokázali povolání vysvětlit (např. mohou říct, že táta jezdí autem, maminka pracuje s počítačem, pracuje v nemocnici, ale není zdravotník atp.), u těchto povolání nemusí znát přínos.
- » V dnešní době nám vzniká mnoho nových povolání, které děti nedokážou popsat, proto doporučujeme se věnovat základním jasně definovaným povoláním (paní učitelka, lékařka, prodáváč, popelář, hasič...).
- » Pro pochopení dětem pomůže přirovnat zaměstnání k jejich chování do školky/školy – pravidelnost, povinnosti, setkávání s dalšími lidmi mimo rodinu a kamarády.
- » Můžete využít rodiče, prarodiče - například na společné schůzce, kde představí své povolání, nebo se můžete jít někde podívat – domluvit exkurzi, jak se něco dělá (dílny, výroby atd.).
- » Můžeme se setkat s benjamínky, jejichž rodiče nechodí do práce.



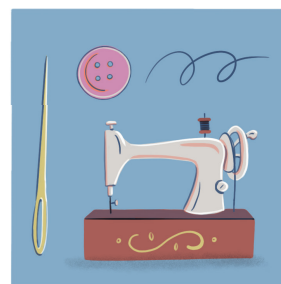
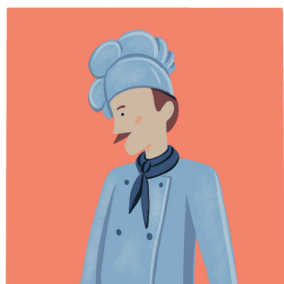
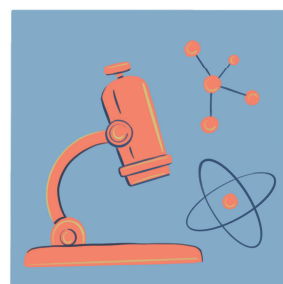
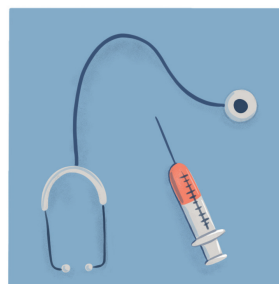
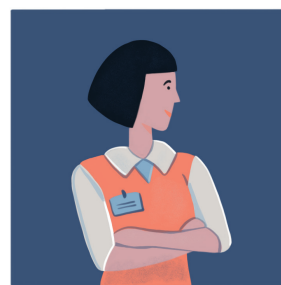


→ **POMŮCKY:** Nakopírovaná strana časopisu, pastelky.

## This image shows a full page of a document template. It consists of approximately 30 horizontal blue dashed lines spaced evenly down the page, providing a guide for handwriting or typing. The background is plain white.

- [illegible]







# ZMĚNY V OKOLÍ KLUBOVNY



*Benjamínek si všimá dění kolem svého bydliště a klubovny. Ptá se: Proč se tu staví? Co se tu změnilo? Proč tu není strom? Kdy bude dostavěný chodník? S podporou vedoucích či celé skupiny přemýšlí, co ke změnám vede. Například strom už byl starý, chodník vede k novému domu, odpadky uklidili, aby tu bylo hezky.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Pozorujeme okolí klubovny



Připravíme kartičky, kde jsou vyfocena místa kolem naší klubovny. Např. vytvoříme sérii fotek při procházce kolem klubovny (může to být i program pro benjamínky, kdy vymýšlí, co by se hodilo vyfotit, nebo si mohou zkoušet sami fotit). Fotografie vytiskneme, v ideálním případě zalaminujeme. Po nějaké době se vydáme na stejnou cestu a každý benjamínek má v ruce kartičku. Snaží se najít během cesty místo na své kartičce. Pokud místo najde, společně se skupina snaží přijít na to, co je stejné jako na kartičce a co se změnilo. Poté místo znovu vyfotíme. V průběhu času se nám vytvoří více kartiček s místy v okolí. Pokud tento program benjamínci hrají už podruhé nebo jsou starší, mohou sami navrhnout místa, která se přidají do kartiček (tzn. vyfotí se do příští hry). Na jednotlivých místech můžeme zkusit vymýšlet co nejvíce otázek relevantních k místu (proč se to změnilo, proč je to pořád stejné, proč už nejsou na stromech listy, proč je budova tak vysoká, kdo uklidil odpadky, proč nevyvezli koše atp.).

→ **POMŮCKY:** Zalaminované fotografie míst kolem klubovny.

### Porovnáváme starší fotografie



Benjamínci si prohlížejí staré fotografie a hledají rozdíly, co se změnilo. Víte důvod změny? Můžete ho odhadovat. Proč zmizel strom? Proč má škola novou střechu? Jak je možné, že je tu tolik aut? Proč tam není asfalt?

→ **POMŮCKY:** Starší fotografie místa kolem klubovny.

### Okolí klubovny vypráví



Vybereme místo, které se v okolí nejvíce proměňuje (např. stavba nové budovy). Nebo naopak se potřebuje proměnit (upravit, změnit, postavit – brownfield se skládkou). Najdeme v jeho okolí prostor, kde si můžeme s benjamínky sednout. Vedoucí začne vyprávět příběh, co se tu odehrává. Postupně se mohou přidávat další benjamínci a vyprávět příběh. Co by tu změnili? Jak by místo upravili? K příběhu mohou nakreslit obrázky či jinak vytvořit, jak by místo upravili.

**Další inspirace:** Pokud místem, které se nejvíce proměňuje, je vaše klubovna. Doporučujeme 1. číslo 5. ročníku Ben Já Mína a nová klubovna

→ **POMŮCKY:** (věci na tvoření)

### Místo proměny pod našima rukama



Vytiskneme plánek klubovny s jejím okolím na velký papír. Benjamínci dokreslují, co by v okolí postavili, zbourali, upravili. Je některý z nápadů realizovatelný?

→ **POMŮCKY:** Fotografie místa klubovny, okolí klubovny, zahrada.

## METODICKÉ POZNÁMKY

- » Když víte, že se bude v okolí klubovny stavět nebo upravovat, zkuste zjistit předem co nejvíce informací. Třeba co se staví, kdy to má být hotové, vizualizace dané stavby apod. V případě dotazů benjamínků pak budete připraveni.
- » Když nevíte, proč se něco v okolí klubovny změnilo, můžete společně s benjamínky vymýšlet možné příčiny a ty si následně ověřit na internetu.





**MOJE POZNÁMKY:**

This image shows a full page of a document template designed for handwriting practice. It consists of a series of evenly spaced, horizontal blue dashed lines running across the entire width of the page. The background is plain white, providing a clear contrast for the lines. There are no margins, text, or other markings present.

## DALŠÍ ZDROJE

- ✎ Kniha Rok na stavbě – ukazuje postupně průběh stavby, můžeme hledat co každý měsíc přibýlo...

- Kniha Rok na stavbě – ukazuje postupně průběh stavby, můžeme hledat co každý měsíc přibylo...

This image shows a full page of a document template designed for handwriting practice. It consists of a series of evenly spaced, horizontal blue dashed lines running across the entire width of the page. The background is plain white, providing a clear guide for letter height and placement. There are no margins, text, or other markings present.

# SKAUTING OKOLO MĚ



*Benjamínek ví, že v jeho okolí existují i další skautské oddíly. Má představu, kam bude pokračovat po odchodu z benjamínků. Například do smečky vlčat, roje světlušek nebo oddílu žabiček. Seznamuje se s dalšími skautskými reáliemi (další výchovné kategorie, lilie, šátek, kroj...).*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Ukázka skautského kroje



Benjamínkům ukážeme skautský kroj, šátky a nášivky. Řekneme si, co jednotlivé části znamenají a která věková kategorie je používá. Necháme děti ptát se, na to, co je na kroji zaujme. Informace stačí jednoduché, není potřeba zacházet do detailů.  
→ **POMŮCKY:** Skautský kroj, různé skautské šátky a nášivky.

### Skautská evoluce



Symbolický rámec pro hru evoluce. Místo zvířat jsou v této variantě benjamínci, vlčata/světlušky, skauti/skautky, roveři/rangers a vedoucí. Pro každou kategorii máme gesto/pohyb, co dělají. Benjamínci chodí mezi sebou a dávají si kámen-nůžky-papír s někým, kdo je ve stejné výchovné kategorii jako oni. Kdo vyhraje, přechází do navazující věkové kategorie a ten druhý zůstává ve stejné. Cílem je stát se vedoucím; hra končí, až se to všem povede.

My (skuteční vedoucí), můžeme chodit mezi benjamínky a dávat si kámen-nůžky-papír s těmi, kdo zůstali v některé věkové kategorii sami.

#### Gesta:

- » Benjamínci – ve dřepu si hraje s něčím na zemi
- » Vlčata/světlušky – vlčácký/světluškovský pozdrav
- » Skauti/skautky – skautský pozdrav
- » Roveři/rangers – držet ruce v podpaží (drží si popruhy od batohu)
- » Vedoucí – rozhlíží se kolem sebe (hledá zatoulané benjamínky)

Na tuto aktivitu jde navázat obrácenou schůzkou – program připravují benjamínci a vedoucí jsou benjamínci. V případě malého počtu vedoucích mohou benjamínci vytvořit skupinky a organizovat si program navzájem. Skuteční vedoucí jsou po celou dobu „benjamínky“.

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » S benjamínky se můžeme zapojit do střediskových akcí, jako je rozdávání Betlémského světla, Tříkrálová sbírka, květinový den... Benjamínci musí být vždy v doprovodu někoho staršího.
- » Můžeme jet na výpravu společně s jiným oddílem nebo na střediskovou výpravu, uspořádat společné tvoření, vaření, brigádu nebo vánoční besídku. Více se dozvíte v metodice Benjamínci v kapitole Přestupy do vyšší věkové kategorie.
- » Jednou z možností je mít společný letní tábor s dalším oddílem. Výhody a nevýhody tohoto řešení najdete v metodice Benjamínci v kapitole Organizace roku – tábor.
- » Na schůzku ke konci roku můžeme pozvat vedoucí vlčat nebo světlušek, kteří benjamínkům ukážou fotky a řeknou, jak to u vlčat/světlušek vypadá a co tam dělají. Benjamínci se můžou zeptat, kdyby je něco zajímalo. Vedoucí také můžou připravit nějakou jednoduchou hru, kterou v oddíle hrají a benjamínci zvládnou.
  - » Kromě vedoucích můžeme pozvat i bývalé benjamínky nebo starší sourozence aktuálních benjamínků.
- » Ke konci roku můžeme s odcházejícími benjamínky navštívit schůzku oddílu, kam budou pokračovat. Na schůzce by s nimi měl být vedoucí od benjamínků.
- » Pro seznámení s jinými oddíly můžeme využít stránku v časopise Ben Já Mína, kde se představují oddíly benjamínků.





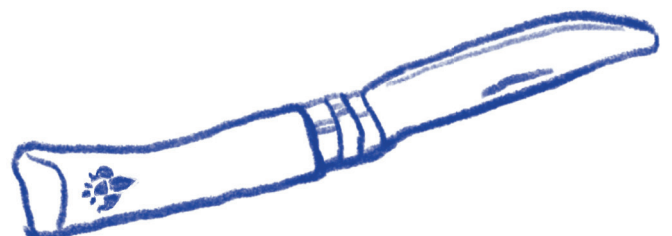
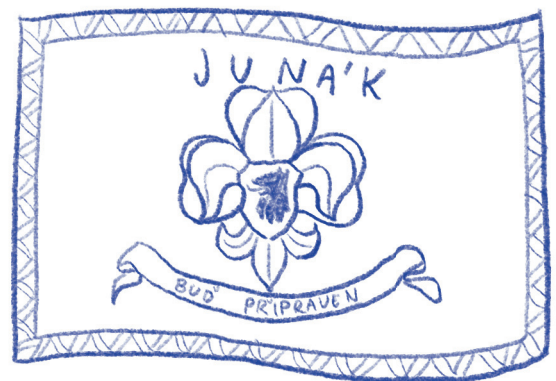
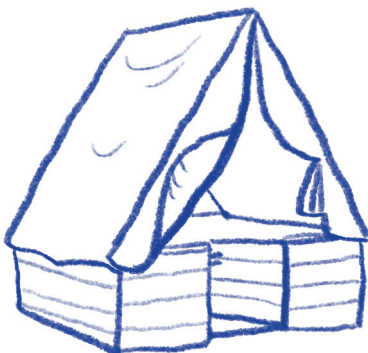
Aktivita se hodí na poslední schůzku nebo akci. Jako rybáři mohou začínat odcházející benjamínci nebo vlčata/světlušky, kam budou benjamínci přecházet.



→ **POMŮCKY:** Kartičky se skautskými (skautský znak, šátek, blok, tužka, nůž...) a neskauskými věcmi (plyšák, vodovodní kohoutek...), obrázky se mohou opakovat a každého typu je polovina.

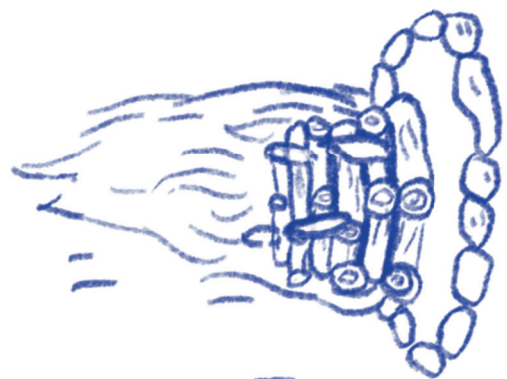
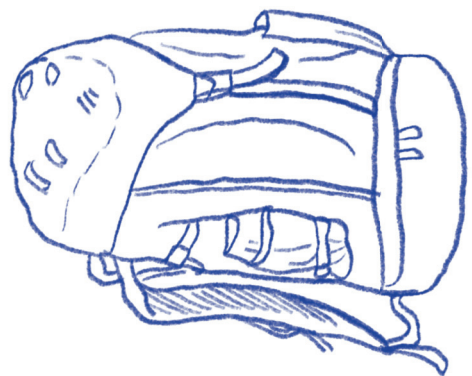
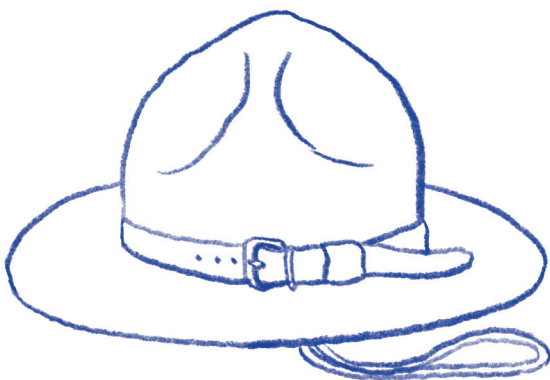
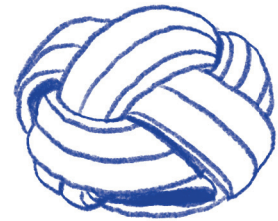
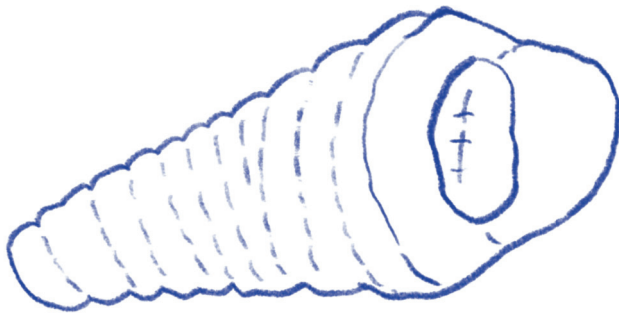
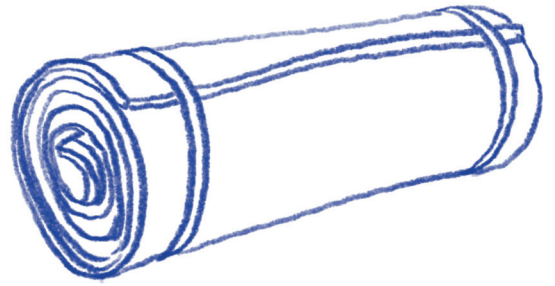
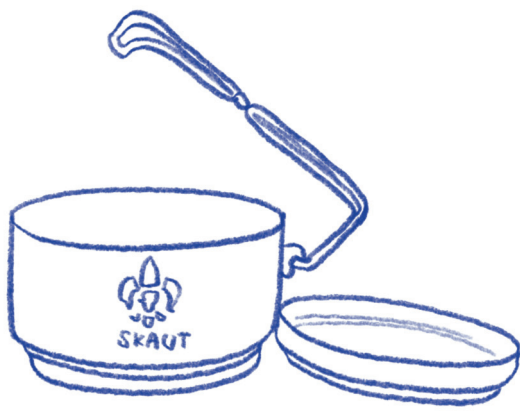
[illegible]

→ **POMŮCKY:** 5–8 součástí kroje a jiných skautských předmětů (šátek, nášivky, slibové odznaky, ešus, čelovka...).













# KAŽDÝ JSME JINÝ

*Benjamínek ví, že nejsme všichni stejní, a učí se, že je to v pořádku a přirozené. Každý vypadáme jinak, máme rádi jiné věci... Dokáže říct, co má s kamarády společného, a co rozdílného. Může jít o oblíbenou postavu, barvu vlasů a očí, oblíbené jídlo, písničku...*



## INSPIRACE NA PROGRAM

### Čtyřobrázek



Každé dítě dostane připravený papír/čtvrtku, která bude rozdělena na čtvrtiny. Do každé části děti kreslí podle zadání: Co mám rád/a?, Co nemám rád/a?, Čeho se bojím?, Co bych chtěl/a zkusit?

Když budou mít všechny děti nakresleno, umístí svůj obrázek někam do prostoru (galerie). Poté se vydáme s benjamínky na návštěvu galerie. Vysvětlíme si, co to galerie vlastně je, jak se tam máme chovat atd. Kdo bude chtít, může svůj obrázek představit (nikoho nenutíme). Na konci aktivity shrneme, že jsou věci, na kterých se shodneme, a ve kterých se lišíme. A je to v pořádku.

#### Varianta:

Nástěnka „Co máme rádi“: Společně jako skupinka děti vystřihují (např. z letáků nebo časopisů) obrázky věcí, které mají všichni ve skupince rádi.

→ **POMŮCKY:** Čtvrtka pro každé dítě rozdělená na čtvrtiny, výtvarné potřeby (pastelky, fixy...).

### Každý vypadáme jinak



Nejprve pustíme dětem kousek videoklipu k písničce Black or White od Michaela Jacksona (část, kde se proměňují lidské hlavy). Následně si povídáme, v čem se lidé lišili, a v čem byli stejní.

Můžeme navázat aktivitou, kdy děti vytvoří dvojice a chvíli se vzájemně pozorují. Poté mají říct, co mají vizuálně stejného a co rozdílného (oči, vlasy...).

→ **POMŮCKY:** Mobil/notebook, připojení k internetu nebo stažený videoklip.

### Kresba sama sebe



Každé dítě nakreslí/namaluje samo sebe. Podle toho, jak vypadá, volí barvy očí, vlasů... Ve skupině pak zkusíme spočítat, kolik dětí má daný rys.

→ **POMŮCKY:** Papíry/čtvrtky (mohou mít předkreslený tvar obličeje), pastelky, voskovky, vodové barvy, zrcátka.

## METODICKÉ POZNÁMKY

- » S dětmi začínáme nejprve u sebe, co mám já – jak vypadám, co mám rád. Pak teprve porovnáváme s ostatními a hledáme shody a rozdíly.
- » Na poznávání toho, kdo co má rád a co zažil, můžeme využívat společný kruh na začátku schůzky, kdy se děti zeptáme na jednu otázku (např. Co se ti dneska povedlo?) a pomocí mluvícího předmětu necháme promluvit všechny děti, pokud budou chtít.
- » Není potřeba hledat velké rozdíly, můžeme to ukázat na drobnostech – barvě očí, vlasů, oblíbeném jídle...
- » Lze využít téma „cestování po světě“: do programu můžete zapojit zvyky a tradice z celého světa a hledat, co máme s danou kulturou společné a co jiné.
- » Pokud máte mezi benjamínky či v jiném oddíle děti „cizince“, zkuste je využít. Mohou dětem krátce popovídat o čemkoli, ukázat jim jejich oblíbenou hru, tradiční jídlo...
- » Shody a rozdíly můžeme hledat také ve své rodině – co mám shodného s maminkou/tatínkem/babičkou/dědečkem, a v čem se lišíme.
- » Dáváme důraz na to, že je v pořádku, že jsme každý jiný. Při tvoření připomínáme, že nechceme 20 stejných obrázků, ale vážíme si práce každého z dětí.



## Přání do vlčat, světlušek, žabiček



Před přechodem do další věkové kategorie děti nakreslí přecházejícím obrázky (na malé papíry např. velikosti A6 nebo menší) s tím, co na nich mají rádi, v čem jsou dobří, co by jim přály, aby v další věkové kategorii zažili... Každému přecházejícímu dítěti pak všechny papírky nalepíme na jeden velký papír a předáme všichni společně jako dárek. Předání může proběhnout na konci školního roku, na táboře nebo při reálném „přechodu“. Mohla by to být příležitost pro vytvoření příjemného rituálu.

## Kdo má



Všechny děti si stoupnou na čáru. Vedoucí říká: „Krok dopředu udělá ten, kdo... (má rád modrou barvu, má sourozence, hraje na nějaký hudební nástroj, umí plavat bez rukávků, baví ho kreslit...). Děti během aktivity sledují, co kdo má/umí. Pokračováním může být, že děti mají za úkol najít někoho, s kým měli alespoň 2 stejné věci.

Obměnou hry s podobnými otázkami může být hra na Molekuly. Molekuly se pohybují prostorem a na pokyn vedoucího tvoří skupinky. „Molekuly spojte se podle... (barvy vlasů...)”.

### DALŠÍ ZDROJE:

Ben Já Mína a světluška (9. ročník, 1. číslo)

## MOJE POZNÁMKY:

This image shows a full page of a document template. It consists of approximately 20 horizontal blue dashed lines spaced evenly down the page, providing a guide for handwriting or typing. The background is plain white.

## Společné zaznamenání výšky



Nejprve si rozmyslíme, jak budeme výšku zaznamenávat – na zed/futra nebo na zemi. Můžeme porovnat výšku dětí mezi sebou nebo můžeme každému ustrihnout provázek s jeho výškou a znázornit pak pomocí provázku výšku všech dětí dohromady (jeden dlouhý provázek). Další možností, co můžeme měřit, je např. velikost chodidla, dlaň. Můžeme aktivitu po nějaké době zopakovat a porovnat, jak moc jsme vyrostli.

→ **POMŮCKY:** Metr, provázek.

## Práce s příběhem – Chameleon Leon



Příběh je o Chameleonovi Leonovi, který je jiný než ostatní chameleoni. Chtěl by být stejný jako ostatní. Nakonec mu jeho jinakost pomůže.

Na začátku dětem ukážeme obálku knihy a zeptáme se jich:  
„O čem asi příběh bude?“. Poté položíme ještě jednu otázku:  
„Co si myslíte, že je pro chameleona nejdůležitější?“

Následuje čtení příběhu (celé knihy). V průběhu čtení můžeme zařazovat otázky na vcitování se (Jak se teď asi Leon cítil?) nebo na předvídání příběhu (Co se teď asi stane? Jak bude příběh pokračovat?)

Po dočtení příběhu pokládáme otázky: „V čem byl Leon jedinečný?“, „V čem jsem já jedinečný?“ „Co si myslíte, že bylo pro chameleona Leona nejdůležitější?“

→ **POMŮCKY:** Kniha Chameleon Leon (Mélanie Watt).

This image shows a full page of white paper with horizontal blue dashed lines, resembling notebook paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings present.

# SEZNAMUJE SE SE SKUTEČNÝMI PŘÍBĚHY



*Benjamínek dokáže poslouchat/sledovat příběh se skutečnými postavami. Na základě příběhu hledá souvislosti se svým reálným životem nebo prostředím, ve kterém žije. Dokáže říci, co má/nemá s hlavní postavou příběhu společného. Dokáže vyprávět příběhy ze svého života.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

**Neil Armstrong – María Isabel Sánchez Vegarová**



Životopisná kniha o prvním člověku na Měsíci

### Průběh:

- » Před čtením: Budeme si číst text o pánovi, který se stal tím, kým chtěl být. Čím bys chtěl být ty, až budeš velký/á? Co by tě bavilo a proč?
- » Během čtení: Dramatizace – let raketou.
  - » Vedoucí říká, jak let probíhá a co se děje (od nástupu do rakety přes vzlet, házení jimi v raketě a zklidnění, po chůzi po měsíci).
  - » Děti během toho předvádějí, co se děje (hrají astronauty).
- » Po čtení: Stopy na měsíci – každý má svoji čtvrtku a tvoří cestičky stop (například otisky korkových zátek). Každá čtvrtka má značku na (stejných) osmi místech. Úkolem dětí je tvořit cestičky mezi těmito značkami (cesta nesmí „vyjít“ z papíru jinde, než ve značce). Když se čtvrtky dají k sobě, navazují na sebe pěšinky.

Další zajímavosti o Armstrongovi, které by mohly děti zajímat: jeho dědeček byl Čech, Neil byl skaut a jeden ze 3 kamenů, které si mohl odnést z Měsíce, věnoval skautské mohyle na Ivančeně.

Další tipy na aktivity s tematikou vesmíru najdete v časopisu [Ben Já Mína Cesta do vesmíru \(1. ročník, 5. číslo\)](#).

→ **POMŮCKY:** Kniha, čtvrtka pro každého, korková zátka či jiné razítko, barva na otisky.

### Doporučení na další životopisné knihy

#### vhodné pro benjamínky:

**Pablo Picasso – María Isabel Sánchez Vegarová**

- » Kniha o životě významného výtvarného umělce, který přivedl na svět nový umělecký směr kubismus.
- » Témata k využití – Co vás učí tatínek? (Pabla učil malovat), koláž, kubismus, návštěva galerie (nebo její vytvoření v klubovně).
- » Lze doplnit o témata/aktivity z časopisu [Ben Já Mína v galerii \(2. ročník, 4. číslo\)](#)

**J. R. R. Tolkien – María Isabel Sánchez Vegarová**

- » Kniha o spisovateli, který si vytvářel vlastní světy a jazyky.
- » Témata k využití – tvorba nových jazyků (šifry), malba krajiny, postavy elfů, hobitů, čarodějů, trpaslíků.

### DALŠÍ ZDROJE

- » [www.dlouhapuncocha.cz/knihy-stitek-zivotopis--3-6-roky](http://www.dlouhapuncocha.cz/knihy-stitek-zivotopis--3-6-roky)
- » Ben Já Mína a rodinné album (3. ročník, 1. číslo)



## Tajemný kufr pana Benjamina (Pei-Yu Chang)



Knížka zasazena do 2. světové války nesoucí myšlenku, že pro každého z nás je důležité/cenné něco jiného.

### Průběh:

- » **Čtení příběhu** – doporučujeme přečíst celou knihu.
- » **Vyrábění kufru** – každé dítě si vyrobí svůj kufr, jako je na odkaze, ale bez věcí
  - › vystřihovánka časopis Ben Já Mína a Skauting (9. ročník, 5. číslo)
- » **Co je pro mě důležité** – plnění kufru:
  - › Nejprve si společně povídáme o tom, co je pro nás důležité. Každý může říct věci/lidi/místa, která jsou pro něj důležitá a nechtěl by o ně přijít. Následně děti do kufru nakreslí či nalepí věci nebo lidi, které by chtěly vzít s sebou, kdyby musely odejít z domova. Plné kufrы si navzájem ukážeme a můžeme diskutovat o tom, zda je jejich obsah těžký nebo ne. Co z předmětů/lidí má velkou hmotnost a co menší.
- » **Překážková dráha:**
  - › Připravíme překážkovou dráhu v klubovně nebo v jejím okolí, kterou by děti absolvovaly s kufry.
  - › Případně můžeme obohatit o to, že vedoucí přinese opravdový kufr, do kterého společně dáme nějaké věci. Děti pak absolvují překážkovou dráhu s ním. Místo velkého kufru lze využít dětské kufříky, které mají děti např. na výtvarnou výchovu. Můžeme požádat děti (rodiče), aby si je na tuto schůzku přinesly.
- » Důležitá je reflexe po programu. Společně s dětmi hledejme odpovědi na otázky: Bylo pro ně těžké najít, co si chtějí dát do kufru? Stačilo jim místo v kufru? Přidaly by zpětně něco do kufru? Jak se jim překážková dráha s kufrem běžela?

→ **POMŮCKY:** Kniha, papíry, pastelky, nůžky, lepidla, předloha kufru, kufr, předměty na překážkovou dráhu.

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Aktivita v tomto listě můžete doplnit i o aktivity v programových listech Fiktivní příběhy a pohádky a Příběhy vyprávějící o přírodě.
- » Ukazujeme dětem rozdíly mezi fiktivními a reálnými příběhy
  - › Ve fiktivních příbězích mohou být pohádkové bytosti (skřítky, trpaslíci, apod.) a postavy/předměty mohou mít schopnosti, které v „našem“ světě nemají (hračky jsou živé a povídají si spolu, postavy mohou létat apod.).
  - › Po přečtení příběhu si můžeme povídat o tom, jestli by se děj příběhu mohl odehrát v „našem“ světě nebo které části příběhu u nás nejdou.
  - › To, že v příběhu nejsou pohádkové bytosti/schopnosti, neznamená, že se skutečně stal. Rozlišení takovéto fikce a reality je náročnější. S benjáminy si můžeme povídat, jestli jim příběh připadá skutečný, a proč (případně proč ne). Nakonec jim řekneme, jestli se jedná o skutečný příběh. Pokud ano, řekneme si kdy, kde a proč se to stalo.
- » Děti seznamujeme s životy skutečných lidí. Mohou to být významné osobnosti i obyčejní lidé. Můžeme využít buď psané příběhy (viz aktivity v listě) nebo vyprávěné příběhy od reálných osob. Můžeme si pozvat na schůzku babičku, tatínka, oldskauta nebo kohokoliv, kdo nám bude vyprávět nějaký příběh. Případně si pozvat někoho z RaR nebo starších dětí, aby vám vyprávěl o táboře nebo výletech.
- » Děti díky příběhům můžeme seznamovat s historií, ale i současností našeho města, naší země...
- » Děti se skrz tyto příběhy učí nejen porozumění, ale seznamují se třeba i s dobou, kdy osoba žila.
- » Děti může zajímat příběh nejen osob, ale i věcí, například jak se vynalezla nějaká věc denní potřeby, jak vypadalo toto místo a co se tu dělo.
- » Vyjasňování – v textu či vyprávění se mohou objevit slova, která pro děti mohou být neznámá. Ne vždy se na ně děti zeptají a může jim pak ujít důležitý detail z příběhu. My jako vedoucí bychom si předem měli taková slova vytipovat a během čtení se děti zeptat, co znamenají.
- » Vymýšlení příběhu na základě klíčových slov – ve vybraném příběhu určíme několik klíčových slov, na jejichž základě děti vymyslí své vlastní krátké příběhy. Následně jim přečteme původní příběh a můžeme porovnat, nakolik se děti se svými verzemi trefily.
- » Čtené/vyprávěné příběhy můžeme propojit s reálným světem. Děti se například ptáme: Stalo se ti někdy něco podobného?





# FIKTIVNÍ PŘÍBĚHY A POHÁDKY



*Benjamínek dokáže poslouchat/sledovat příběh. Na základě části příběhu dokáže říct, jak bude dál pokračovat nebo jaký jiný konec by příběh mohl mít. V příbězích se snaží nalézt souvislosti se svým reálným životem nebo prostředím, ve kterém žije. Dokáže říci, co má/nemá s hlavní postavou příběhu společného.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### O myšce, která se nebála (Petr Horáček)



Příběh, který řeší strach – ne každý se bojí stejných věcí, někomu může připadat strašidelný vlk, někdo se může bát kočky.

- » Přečtete si společně s dětmi příběh myšky, která vyrazila na výlet do lesa.
- » Společně zkuste říct, čeho se myška bála a čeho ne, a proč tomu tak bylo. Zkuste také vymyslet, proč ji před lesem varoval králík.

#### **Společné kreslení strašidelného lesa**

Na velký papír děti nakreslí strašidelný les. Nejprve si společně řeknete, pro koho má být strašidelný, např. pro králíka (pro myš, pro kočku...). Děti kreslí společně, ale dejte jim takový prostor, aby každý mohl nakreslit to, co přijde důležité jemu. Následně si společně obrázek popište a zkuste říct, proč je to právě pro králíka strašidelný les.

→ **POMŮCKY:** Velký formát papíru (balicí papír), pastelky, voskovky, fixy.

## METODICKÉ POZNÁMKY

- » Práce s příběhem je pro děti důležitá. Umožňuje jim vcítit se do postavy a prožít situace, které by jinak nezažily. Společné čtení a následné povídání učí empatii a řešení problémů.
- » Aktivita v tomto listě můžeme doplnit i o aktivitu v listech Rozumí v pohádkách principu dobra a zla, Seznamuje se se skutečnými příběhy a Příběhy vyprávějící o přírodě.
- » S výběrem vhodných knížek vám poradí například v knihovně, kde také často lze domluvit program udělaný vám na míru.
- » Motivovat ke čtení můžeme pomocí obrázků, tajemného předmětu, využitím klíčových slov (odhalení důležitých slov z textu), hledání souvislostí z několika předmětů...
- » S příběhy můžeme pracovat ve 3 fázích:
  - » **Před čtením** – využíváme především k motivaci. Děti mohou odhadovat, o čem text bude, mohou si připomenout jiný příběh, seznámit se s neznámými slovy, které bude příběh obsahovat.
  - » **Během čtení** – zde se hodí předvídání příběhu, vcitování se do postav, dramatizace.
  - » **Po čtení** – můžeme vymyslet alternativní konce nebo dělat aktivity inspirované příběhem – tvořivé, pohybové...
- » **Čtení s předvídáním:**
  - » **Na začátku čtení** – předvídáme, o čem by text mohl být (na základě klíčových slov, ilustrace, nějakého předmětu, obálky knihy...). Společně odpovídáme na otázky: O čem budeme dneska číst? Kdo myslíte, že bude hlavním hrdinou?
  - » **V průběhu čtení** – předvídáme, jak bude příběh dál pokračovat. Společně odpovídáme na otázky: Co se teď stane? Jak tohle dopadne? Proč si to myslíš? Co tě k tomu přivedlo?



## Králík je taky jenom člověk (Ilona Komárková)



Příběh králíka jako domácího mazlíčka od narození do smrti. Témata: mazlíček v rodině a péče o něj, změna prostředí, narození nového člena rodiny, ztracení se jako krizová situace, smrt v rodině.

### ***Možné aktivity s příběhem – začátek knihy:***

- » Motivace před čtením – před začátkem čtení položíme před děti krabici s dírami, ve které máme králíka (jako na začátku knihy), můžeme využít papírového králíka z listů nebo plyšového. Následně necháme děti přemýšlet, o čem si budeme číst, co se může v krabici skrývat. Před čtením se do krabice společně podíváme a můžeme si ještě říct, kde takový králík může bydlet.
- » Dočteme příběh po část, kde se králík loučí s kamarády a odchází do nového domova.
- » Loučení s králíkem – zeptáme se dětí, co by řekly králíkovi na rozloučenou? Děti odpovídají jako ostatní králíci, např. Králíku, přeju ti, abys měl hodně páníčky.
- » Co králík prožívá při cestě do nového domova? Zkuste s dětmi odpovědět na otázky: Jak se asi cítí králík, když to s ním v krabici hází a neví, co ho čeká? Co ho může napadat za otázky?

→ **POMŮCKY:** Kniha, krabice, králík (papírový nebo plyšový).

Po přečtení kapitoly Malé doupě – králík je v novém domově:

### ***Nošení „bobků“ na jednu hromadu***

V prostoru rozházíme zrnka kávy nebo cereální kuličky – „bobky“. Děti sbírají „bobky“ a nosí je do kyblíku.

**Varianta:** Děti „bobky“ nametají smetáčkem na lopatku a odnášejí do kyblíku. Lze hrát pouze na adekvátním povrchu (lino, koberec, apod.). Hru lze hrát hromadně nebo jako štafetu.

→ **POMŮCKY:** Cereální kuličky / káva, kyblík, případně smetáčky a lopatky.

### ***Zalepování děr v koberci***

Dětem připravíme překážkovou dráhu, na jejímž konci bude papír představující koberec. Ten v sobě bude mít několik děr udělaných děrovačkou (podle počtu dětí). Děti mají za úkol díry zalepit nálepkou.

→ **POMŮCKY:** Překážková dráha, papír s dírkami, nálepky.

↘ [Pracovní listy k této knížce najdete ke stažení.](#)

## DALŠÍ ZDROJE



- ↘ Mlsný ježek Toník (Andrea Reitmeyer) – mlsnost + zajímavosti o ježcích, pozor, Toník jde nakonec s cizí veverkou domů (nutné buď upravit konec, nebo na to děti upozornit a využít k dalšímu povídání).
- ↘ Dobrodružství pavouka Čendy (Pavel Čech) – více dílů
  - ↘ 1.díl o tom, když do domu vnikne zloděj nebo ho dokonce začnou bourat.
- ↘ Divoká symfonie (Dan Brown)
  - ↘ Každá dvoustrana představuje jiné zvířátko a přináší různá ponaučení (na téma soucitu, trpělivosti, úcty a sebedůvěry...).
  - ↘ Lze využít i aplikaci Wild Symphony na pouštění hudebních skladeb představující jednotlivá zvířata.
- ↘ Křemílek a Vochomůrka (Semínko) (Václav Čtvrtek) – sázení a růst rostlin.
- ↘ Pušící (Erhard Dietl) – třídění odpadů.
- ↘ O žabce Olívii (Ana Serna Vara) – o stesku z odstěhování kamaráda.
- ↘ O ježčku Jendovi (Ana Serna Vara) – o narození mladšího sourozence.
- ↘ O hlemýžďovi Hynkovi (Ana Serna Vara) – o tom, jaké to je poprvé dostat špatnou známku ve škole.
- ↘ O výru Václavovi (Ana Serna Vara) – o zvládání vzteku.
- ↘ Jak bylo malé růžové slůně jednou tak smutné a jak všechno dobře dopadlo (Monika Weitze) – téma stěhování, smutku, kamarádství, Další lekce k této knize.



# VLIV ČLOVĚKA NA JEHO OKOLÍ



*Benjamínek vnímá okolní prostředí, jeho proměny a zapojuje se do jeho udržování a vylepšování. Vnímá vliv člověka na přírodu (odpadky v přírodě, vyšlapané cestičky, nedostatek vody...) a snaží se, aby příroda v jeho okolí byla co nejvíce nedotčená. Umí uvést jednoduché příklady toho, jak člověk přírodu ovlivňuje a také co díky přírodě získává.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Hřbitov odpadků



Připravíme si odpadky, které budeme zakopávat (výběr odpadků můžeme částečně nechat na benjamíncích, jen hlídáme, aby odpadky byly z různých materiálů). Vykopeme na nějakém vhodném místě mělkou jámu a odpadky do ní vložíme. Místo s odpadky si vyfotíme, zakopeme a místo označíme. Přibližně po půl roce odpadky opatrně vykopeme a porovnáme, co se jak změnilo. Aktivitu se hodí začít na podzim a odpadky vykopat na jaře.

Aktivitu můžeme rozšířit o malování. Přeložíme A4 papír napůl a na jednu stranu si benjamínci namalují (nebo jinak výtvarně ztvární) odpadky před zakopáním. Papíry podepíšeme, schováme a po vykopání si benjamínci domalují, jak vypadají odpadky po půl roce v zemi.

→ **POMŮCKY:** Různé odpadky – zbytky zeleniny, kousky papíru, igelitový sáček, sklenice, kus kovu; lopata, mobil.

### Kreslení cesty ze školky/školy/klubovny domů



Benjamínci si nakreslí svoji cestu ze školky/školy/klubovny domů. Na cestu namalují věci, které se jim tam líbí, a které naopak ne. Svoji cestu mohou představit ostatním.

→ **POMŮCKY:** Papíry, pastelky.

## METODICKÉ POZNÁMKY

- » S benjamínky chodíme do přírody a snažíme se, aby bylo prostředí okolo klubovny, dle našich možností, co nejvíce nedotčené.
- » Pozorujeme okolí klubovny a jeho proměny. Například na jaře se podíváme, jak vypadá tráva u klubovny, kde se chodí. Jednou za čas se podíváme na prochozené cestičky apod. Můžeme také pozorovat další změny v okolí – stavi se někde něco, byl pokácený strom, byl opraven chodník atd. Další aktivity na pozorování okolí najdete v programovém listě Změny v okolí klubovny.
- » Na výpravách v přírodě si můžeme povídat, které části přírody jsou ovlivněny člověkem (cesta, po které jdeme, lesní školka, těžba dřeva, rybník) a co udělala příroda sama (spadlý shnilý strom, ročníště divokých prasat).
- » Na výpravách dáváme při odchodu z jakéhokoliv místa pozor, aby tam po nás nic nezbylo. Do kontroly místa zapojujeme i benjamínky.
- » Na výletě si můžeme uvařit čaj z toho, co nasbíráme a známe (jahodník, maliník, šípky, mladé výhonky smrku). Inspiraci najdete v listu Vnímání přírody.
- » V zimě můžeme dokrmovat zvěř (např. připravit vánoční stromeček pro zvířátka) nebo ptáky. Výrobu krmítka najdete v programovém listě Pozoruje přírodu a život v ní.
- » Benjamínky zapojujeme do úklidu na konci schůzky. Pojmenujeme s nimi, proč uklízíme a rozdíl před a po úklidu.
- » V klubovně třídíme odpad. Benjamínky můžeme zapojit i do odnášení do kontejneru, pokud je poblíž.
- » Pokud je to u klubovny možné, můžeme zasadit nějakou rostlinu nebo strom a sledovat její růst a proměny v různá roční období. Benjamínky můžeme zapojit do všech činností – příprava a setí, pravidelné zalévání, plení, sklizení.



## Zdroj vitamínů a minerálů



Přírodu ke svému životu potřebujeme – voda, vzduch, jídlo. Příroda je pro nás zdrojem živin, mezi které patří i vitamíny a minerály. S benjamínky si povídáme, odkud získáváme vitamíny (ovoce, zelenina, ryby, vajíčka, maso, ze sluníčka) a že je potřebujeme k tomu, abychom byli zdraví a fungovalo nám správně tělo.

Část vitamínů se dá rozpustit ve vodě a část v tucích (oleji). Vyzkoušíme, v čem se rozpouští vitamín C. Tabletku vitamínu C dáme nejprve do skleničky s olejem (nic se nestane) a následně do skleničky s vodou.

Můžeme navázat aktivitou hledání ovoce na společnou  
svačinu.

Jedním ze zdrojů minerálů je voda. I ta z kohoutku obsahuje určité množství minerálů, ale pro pokus je lepší zvolit vodu s vysokým množstvím (minerálku). Vodu nalijeme do zavařovací sklenice a dáme ji do mikrovlnné trouby. Vodu v zapnuté mikrovlnce necháme postupně vypařit – průběžně kontrolujeme množství vody. Pozor při vyndávání z mikrovlnky, sklenice bude horká. Na povrchu sklenice zůstanou usazeniny minerálů. Pro vypařování lze využít i aroma lampu nebo nechat vodu vypařovat přirozeně. Záleží na tom, kolik času na to máme.

→ **POMŮCKY:** Olej, voda, sklenice, ovoce, tablety vitamínu C, minerální voda (např. Vincentka), zavařovací sklenice, mikrovlnka.

## Kreslení ideální klubovny



Benjamínci si nakreslí ideální klubovnu – co by změnili a co jim naopak připadá dobré. Po dokreslení si představí své klubovny a řeknou, v čem je jejich klubovna stejná a v čem se liší a proč je to stejně/jinak (může se stát, že benjamínci nebudou vědět proč). Nakonec si řekneme, jaké změny bychom v klubovně chtěli udělat, aby se nám tam víc líbilo, a zkusíme to dodržovat.

**Obměna:** Děti dostanou 2 druhy lepítek. Jedny lepí tam, kde by byla potřeba změna – něco opravit, vyměnit, něco jim tam chybí nebo se jim to nelíbí. Druhá lepítka lepí tam, kde je něco, co se jim na klubovně líbí. Někde v klubovně uděláme prostor i na lepení lepítek na nápady/novinky, např. by chtěli skluzavku. Následně si můžeme lepítka projít, říct si, co se nám na naší klubovně líbí a nechtěli bychom to měnit. Nápady na změny můžeme projít a rozřadit na ty, co můžeme změnit sami, na ty, na které budeme potřebovat pomoc někoho jiného, a na ty, které jsou spíše sny a jen tak nejdou splnit.

→ **POMŮCKY:** Papíry, pastelky.

## Co (ne)patří do přírody



Předměty rozmístíme do vymezeného území tak, aby bylo poznat, že se jedná o herní předměty, a ne součást prostředí. Podle prostředí, ve kterém hrajeme, mohou být věci i trochu schované.

Benjamínci si vezmou rukavice, aby vnímali, že na odpadky v přírodě se bez rukavic nesahá, a budou mít za úkol předměty najít a přinést na jedno místo. Po sesbírání předmětů si společně řekneme, co v přírodě může zůstat a kde (např. klacek do přírody patří, ale uprostřed cesty ho nenecháváme) a co ne. To, co v přírodě zůstat nemůže, společně vyhodíme.

→ **POMŮCKY:** Různé věci, část může v přírodě zůstat, část ne – obal od sušenky, jablko, pet láhev, ponožka, tenisák, kámen, klacek... (nezařazujeme ostré plechovky, skleněné střepy apod.). Pracovní/jednorázové rukavice.

## DAĽŠÍ ZDROJE

- Vitamíny
- Ben Já Mína rybník (8. ročník, 4. číslo)
- Ben Já Mína a stromy (6. ročník, 1. číslo)
- Ben Já Mína a nová klubovna (5. ročník, 1. číslo)
- Ben Já Mína ekohrdinové (5. ročník, 4. číslo)

### MOJE POZNÁMKY:

This image shows a full page of white paper with horizontal blue dashed lines, typical of primary school writing paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings present.

# PŘÍBĚHY VYPRÁVĚJÍCÍ O PŘÍRODĚ



*Benjamínek se zajímá o příběhy související s přírodou. Podle obalu knížky pozná, která knížka se přírodou zabývá. Chápe, že o přírodě můžeme číst jak z odborných knížek (co vyroste z tohoto semínka, kde žije toto zvíře), tak z beletrie (např. pohádky o přírodě).*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Hromada knížek



Všechny knihy rozložíme do prostoru (na koberec). S dětmi si sedneme do kroužku kolem knih. Nejprve si s dětmi povídáme o tom, jaké knížky tam máme a co můžeme předem poznat, aniž bychom je měli v ruce. Poté připomeneme dětem, jak se ke knihám chováme.

Každé dítě si vybere jednu knihu, která ho zaujme. Následně mají čas si knížku prohlédnout a barevným papírkem si označit, co je v knize zaujalo (obrázek, písmo). Po nějakém čase se opět sejdem společně v kroužku a děti nám mohou svoji vybranou knihu představit. Dle počtu dětí ve skupině a počtu vedoucích zvažte, zda tuto část nerozdělít na menší skupiny.

→ **POMŮCKY:** Několik knih s přírodní tematikou (ideálně více, než je dětí), malé barevné post-ity.

### Hledání knih



Knihy máme buď pohromadě na stole/koberci, nebo mohou být rozmístěné po prostoru. Děti dostanou zadání, jakou knihu mají hledat (o kočičce, slonovi, domácích zvířatech...). Dle zvoleného uspořádání buď na knihu ukáží, nebo si mohou v prostoru knížky prohlédnout, a kdo takovou knihu najde, přijde to pošeptat vedoucím, aby měly i ostatní děti šanci knížku najít.

→ **POMŮCKY:** Několik knih s přírodní tematikou (encyklopedie, průvodce přírodou, pohádkové příběhy atd.).

## METODICKÉ POZNÁMKY

- » Práce s příběhem je pro děti důležitá. Umožňuje dětem se vcítit/sžít s postavou a prožít si nějakou situaci, kterou by jinak nezažili. Společné čtení a následné povídání učí děti empatii a řešení problémů.
- » Aktivita v tomto listě můžete doplnit i o aktivity v listech Fiktivní příběhy a pohádky a Seznamuje se se skutečnými příběhy.
- » Pokud si nevíte rady s výběrem vhodných knížek, tak doporučujeme navštívit knihovnu a poradit se o knížkách s knihovníky. V knihovnách lze často domluvit i program udělaný vám na míru.
- » Pro práci s příběhy lze využít klasické pohádky s přírodní tematikou, jako je Červená Karkulka, Perníková chaloupka, Dvanáct měsíčků apod., ale snažíme se využívat i méně známé příběhy.
- » Knížky s přírodní tematikou můžeme využít jako úvod do prozkoumávání našeho okolí.
- » Při práci s texty s přírodní tematikou se přímo nabízí využívat smyslové představy – děti zavřou oči a mají za úkol si představovat, co popisujeme (Jsme na rozkvetlé louce. Co vidíte? Co slyšíte? Co cítíte?) Děti si chvíli samy představují. Poté otevrou oči a přichází čas na sdílení toho, co viděly, slyšely, cítily.
- » Někdy k příběhům nepotřebujeme knižní podklad – vyprávět si můžeme příběh místa, rostliny či stromu. Buď můžete využít reálný podklad (například tabulka u památného stromu), všeobecné znalosti (na jaře vyklíčilo semínko) nebo fantazii (kdo strom asi zasadil?).





## Eliška není strašidlo (Simona Smatana Čechová)



Knižka vypráví příběh o netopýrovi Elišce, která se rozhodne z rodného místa vyrazit do světa. Tam má ovšem problém sehnat místo, kde by se uhnízдила. Knižka je krásným příběhem uvádějící téma ohrožených druhů nebo že i „ošklivá“ zvířátka jsou velmi užitečná. Kniha kromě úvodního příběhu obsahuje texty popisující život netopýrů nebo návod na tvorbu budky pro netopýry. Na čtení knihy můžete navázat těmito aktivitami:

- » **Echolokace** – Děti si stoupnou do kruhu, jedno z nich stojí uprostřed a má zavřené oči (můžeme využít šátek k zakrytí očí). Vedoucí určí jedno dítě z kruhu, které bude tleskat. Úkolem dítěte uprostřed je najít tleskajícího spoluhráče.
- » **Žijí v našem okolí netopýři?** – Povídáme si s dětmi, zda ve svém okolí někdy viděly netopýra. Můžeme si povědět, kde by mohli v našem okolí bydlet. Nebo si ukázat, jak vypadá budka pro netopýry a jak se liší od ptačí budky nebo krmítka. Následně můžeme vyrazit na procházku/výlet do svého okolí a takové budky hledat.
- » **Výroba netopýra:**
  - › Nabarvíte ruličku na černo a nechte zaschnout.
  - › Na jednom konci vmáčkněte kraje dovnitř ruličky, aby vznikli uši.
  - › Nalepte oči a bílou fixou namalujte obličej.
  - › Z černého papíru vystříhnete křídla a nalepte je na ruličku.

**POMŮCKY:** Na výrobu netopýra: Rolička od toaletního papíru, černá temperová barva, štětec, nalepovací oči, bílá fixa, černý papír.

## Beletristická kniha a encyklopedie



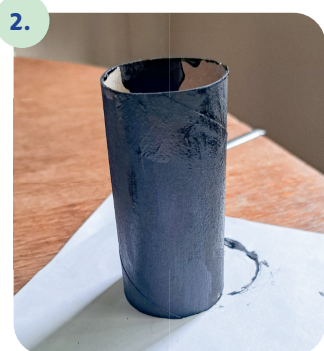
Nejprve si s dětmi všechny knihy ukážeme a připomeneme si, jak se ke knížkám chováme. Poté do dvojic/skupinek (podle počtu knížek) dáme jednu beletristickou knihu a jednu encyklopedii. Úkolem dětí je si obě knížky prolistovat a najít, v čem se shodují a v čem jsou rozdílné. Poté se sejdeme v kruhu na koberci. Skupinky nám představí, na co přišly. Společně pak vyvodíme rozdíly ve využití beletristických a encyklopedických knížek.

**POMŮCKY:** Několik knih s přírodní tematikou – beletrie i encyklopedie.

### DALŠÍ ZDROJE:



- › [new.ctenarskekluby.cz/co-nabizime/lekce](http://new.ctenarskekluby.cz/co-nabizime/lekce)
- › Čteme s nečtenáři a učíme je kriticky myslet – Květa Krüger, Kateřina Šafránková.
- › František z kompostu (Simona Smatana Čechová) – o žížale, která si myslí, že není užitečná.
- › Včelař Jozífek (Simona Smatana Čechová) – o osamělém jezevcovi, který se začne starat o včely.





# POZORUJE PŘÍRODU A ŽIVOT V NÍ



*Benjamínek pozoruje přírodu, a to jak během řízeného programu, tak během volné hry. Ví, jak se má při pozorování přírody chovat. Například tiše, ohleduplně k rostlinám i zvířatům. Snaží se tato pravidla dodržovat. Své poznatky z pozorování dokáže interpretovat ostatním, a to adekvátně věku.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Poslouchání a malování



Sedneme si do lesa, chvíli posloucháme a pak nakreslíme, co jsme slyšeli. Důležitou součástí tohoto programu je povídání na konci. Nejenže z kreseb dětí ne vždy vyčteme, co nám chtěly sdělit, ale při společném povídání si mohou děti uvědomit nějaké další věci – slyšely něco, co nenakreslily, souvislost, co daný zvuk vyvolalo...

→ **POMŮCKY:** Papír, pastelky.

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Při pozorování přírody je důležitá bezpečnost – např. dáváme pozor, kde jsou včelí úly, při pozorování rybníku hlídáme, aby tam děti nespadly...
- » Při pozorování děti také upozorníme na to, jak se bezpečně chovat v přírodě k rostlinám a drobným živočichům.
- » Na některé aktivity by mělo navazovat společné povídání, které nám pomůže zjistit, co se dětem honilo hlavou, s jakými prekoncepty přírodu pozorovaly, případně, zda došlo k nějakému uvědomění.
- » Při pozorování přírody se mohou hodit různé lupy, dalekohledy, pozorovací nádoby, určovací klíče a aplikace. Konkrétní tipy najdete v metodice v kapitole č. 3 Program nebo č. 7 Další tipy na inspiraci.
- » Nebojte se říci si o pomoc a oslovit odborníky – zeptejte se ve středisku, v místních organizacích nebo i mezi rodiči. Předem se s nimi domluvte o obsahu, aby byl přiměřený pro benjamínky (odborník nemusí mít s dětmi tohoto věku zkušenost). Můžete například popsat program v místním ekocentru, vyrazit do lesa s myslivcem, pozorovat ptáky s ornitologem.

### Krmítko



Tato aktivita je ideální pro práci venku (bývá z ní hodně nepořádku, který ale může ještě nějaký ptáček sezobat). Nejprve je dobré si s dětmi popovídat o tom, čím je a čím není vhodné ptáky krmit. Roličku nejprve zbavíme všech zbytků toaletního papíru. Poté ji celou natřeme arašídovým máslem. Na talíř si vysypeme zrníkovou směs a celou roličku v ní „vyválíme“. Je dobré trochu přitlačit, aby se na roličku nalepilo co nejvíce zrníček. Roličky potom dáme ztuhnout buď do ledničky, nebo v případě chladného počasí za okno. Když jsou roličky zatuhlé, provlékneme provázek a můžeme zavěsit na námi vybrané místo.

Určitě naleznete ještě další způsoby, jak udělat krmítko pro ptáky. Dříve se hodně využívaly plastové sítky. Dnes už se ví, že jsou velmi nevhodné, jelikož se do nich mohou ptáci zamotat.

↳ [Další tipy, jak vyrobit krmítko pro ptáky](#)

→ **POMŮCKY:** Rolička od toaletního papíru pro každé dítě, arašídové máslo (z nepražených arašídů, nesolené), krmivo pro venkovní ptáky.

### Hledání pobytových znamení



Před procházkou si s dětmi popovídáme o tom, co to jsou pobytová znamení a jaká zvířata s nimi mohou být spojená. Při procházce v lese si všímáme pobytových znamení, které po sobě mohou zvířata zanechat (okousaná šiška, rozhrabaná půda, pírkó, vchod do nory...). Děti pak mohou vymýšlet situace (příběhy), co se tam asi stalo.



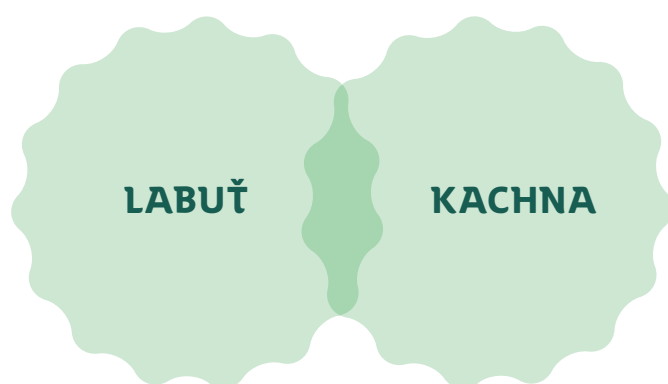
## Pozorování zvířat/ptáků



Využijeme prostředí, které máme k dispozici. Nabízí se řeka, rybník s vodním ptactvem. Zároveň se můžeme vypravit na statek/farmu/minizoo. Vybereme si podobný typ zvířat. Úkolem dětí bude zvířata pozorovat a porovnávat, čím se liší a v čem jsou stejní. Každé dítě může sledovat jiné zvíře nebo mohou být děti rozděleny do skupin. Není potřeba mít mnoho zvířat, klidně porovnávejte pouze kachnu s labutí. K záznamu můžeme využít Vennovy diagramy, kdy se do „propojující“ části píše/kreslí, co mají zvířata společného, a do „samostatných“ částí, co má dané zvíře jedinečné. Pokud máme, můžeme k pozorování použít dalekohled.

Ideální čas na pozorování ptáků je leden, probíhá sčítání ptáků, které můžete využít jako navazující aktivitu.

→ **POMŮCKY:** Papír, tužka, dalekohled.



### DALŠÍ ZDROJE

- [Ben Já Mína Cesta do vesmíru \(1. ročník, 5. číslo\)](#)
- [Ben Já Mína noc \(8. ročník, 2. číslo\)](#)
- [Ben Já Mína Putování s hvězdou \(1. ročník, 2. číslo\)](#)
- [Ben Já Mína kůlna babičky a dědy \(8. ročník, 5. číslo - hmyzí hotel\)](#)
- [Jděte ven: Pracovní list na pobyťová znamení](#)

## Vodní život



Pozorovat přírodu lze v různých biotopech. Velmi vhodným z nich je voda – nejen pro to, že děti velmi láká. Tuto aktivitu je nutné začít povídáním o bezpečnosti u vody (viz programový list Bezpečnost a záchrana). Jasně vymezit, kam děti mohou/nemohou, co a jak mohou dělat. Ideálním prostředím je „mělký“ potok, ale poslouží nám i dobře přístupný rybník nebo velká louže. Děti nabírají vzorky vody do kelímků a zkoumají, co v ní všechno je. V různých ročních obdobích můžeme zkoumat i drobné živočichy, např. pulce. Nezapomene je však vypustit zpět do vody. Následovat by mělo společné povídání o tom, co děti vyzkoumaly a proč to tak ve vodě je. Pokud nemáme jako dospěláci dostatek informací, vypomůžeme si encyklopediemi, internetem nebo jinými zdroji. Tipy na zdroje nalezneme v metodice v kapitole Další tipy na inspiraci.

→ **POMŮCKY:** Kelímky s lupou, plastové kelímky (misky, kyblíky...), sítky.

## Jak se pozoruje příroda



Společně s dětmi si řekneme, jak se při pozorování přírody chováme. Můžeme dětem dávat návodné otázky:

- » Co se stane, když budeme v přírodě křičet a dělat hluk? A co když budeme potichu a v klidu?
- » Kde všude můžeme pozorovat přírodu – zvířata, rostliny, hmyz...?
- » Co nám pomáhá v pozorování přírody? Například když pozorujeme srnku, co je daleko? Nebo když je něco malé?
- » Co jsi dnes viděl/a z přírody? Například zvíře, strom... Jak vypadal/o? Co dělal/o? Co tě nejvíce zaujalo?
  - › Můžeme například pozorovat pampelišku lupou a povídat si, jaké má chloupky. Nebo si můžeme povídat o tom, jaký zvuk vydávala kačenka.
- » Na co mám dát pozor v přírodě, abych někomu nebo něčemu nechtěně neublížil/a?
  - › Například opatrně manipulovat s hmyzem a přírodními. Z rostlin si utrhu jen to, co opravdu potřebuji.

Můžete si povídat buď před pozorováním v klubovně nebo i přímo v přírodě a upravit otázky na konkrétní prostředí.



# POBYT V PŘÍRODĚ



*Benjamínek bere hru v přírodě jako samozřejmou součást svého života. Je schopen říct, jak se má obléknout v jednotlivých ročních obdobích. Učí se oblékat i vzhledem k plánované činnosti. Snaží se dodržovat pravidla chování v přírodě, tak aby byla hra bezpečná pro všechny zúčastněné.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Přírodní poklady



Talíř hodíme 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.

→ **POMŮCKY:** Létající talíř.

### Umím se obléct



Rozdělíme děti do skupinek (nejlépe po 3–4 dětech). Každá skupinka si vylosuje jednu činnost za určitého počasí, např.:

- » Jdu na výlet do lesa, je teplo a svítí sluníčko.
- » Jdu stavět sněhuláka, mrzne a svítí sluníčko.
- » Jdu do školky/školy a venku prší.

Následně dáme dětem čas, aby jednoho ze své skupinky oblékly tak, jak jim přijde nejlepší (podle toho, co jde dělat a za jakého počasí). Když jsou děti oblečené, společně si popovídáme o tom, proč ho tak oblékly a co případně by měl ještě mít (třeba to mezi věcmi nenašly) či co naopak mít nemusí.

Můžeme ještě doplnit o malý pokus. Oblečeme tři děti, každé trochu jinak, jedno hodně nabalíme, jedno tak středně a jedno oblečeme málo. Takto oblečené děti necháme jít na určitou dobu ven (délka záleží na počasí). Následně si s dětmi můžeme popovídat, jak jim venku bylo, co jim chybělo, nebo naopak přebývalo. Tento pokus můžeme dělat v různém počasí, případně si i udělat porovnání. Nejprve uděláme pokus za chladného počasí, můžeme si udělat záznam výsledků (fotografie, poznámky na papír, video). Následně pokus zopakujeme při teplém počasí a výsledky porovnáme z předchozího.

→ **POMŮCKY:** Různé druhy oblečení, pokud máte skříň s kostýmy, můžete ji využít.

### Stavíme království



Děti rozdělíme do skupin (např. po 3). Dáme jim 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 atd. Fantazii se meze nekladou. Je potřeba pro tuto aktivitu vybrat vhodné místo – hospodářský les, městský park (tam se vyhneme okrasným záhonům), zahrada u klubovny atd. Aktivitu také nezařazujeme do chráněných území.

→ **POMŮCKY:** Provázek/uzlovačky, špejle/klacíky.

### Kudy jdeme



Tato aktivita lze dělat, pouze pokud jsme někde na výletě. Na začátku řekneme dětem, kam jdeme a podle čeho poznáme cestu, např. jdeme na zříceninu hradu po červené turistické značce. Dětem ukážeme, jak značka vypadá. Následně je jejich úkolem hlídat trasu.

Pokud máme cestu, která není značená turistickým značením, můžeme dětem vždy na křižovatce říct: „Teď půjdeme po této cestě, na 2. křižovatce budeme zatáčet, tak tam všichni počkejte.“ Úkolem dětí je hlídat počet rozcestí. Samozřejmě se může stát, že tam bude cesta, která není značená na mapě, tak jim to vysvětlíme a řekneme, že správně zastavili na 2. křižovatce, ale tím, že tam byla cesta navíc, musíme k té správné teprve dojít.

Při pohybu přírodou také můžeme vyhledávat další značky, jako je označení národního parku, CHKO, památného stromu apod.





Benjamínci velice rádi zkoumají svět kolem sebe, tak jim k tomu dejme prostor. Nejprve si s dětmi vysvětlíte, jak se při pozorování přírody mají chovat – pohybujeme se potichu a pomalu. Následně jim dáme pomůcky pro pozorování. Pomocí lupy mohou pozorovat mravence, broučky na kytkách a podobně. Pomocí dalekohledu pak ptáky, veverky, ale třeba i pejska na druhém konci parku. Pokud chceme zkoumat život ve vodě, můžeme zkusit nabrat trochu vody do sklenice a pozorovat, co vše jsme vylovili. Vodu pak následně vylijeme zpět.

Je třeba zdůraznit, že skrz lupu ani dalekohled se nesmíme koukat do sluníčka. Další tipy na pozorování přírody najdete v programovém listu **Pozoruje přírodu a život v ní**.

→ **POMŮCKY:** Lupy, dalekohledy, sklenice, kelímkové lupy.

## DALŠÍ ZDROJE

- Jak se chovat v přírodě
- Lesy ČR – Jak se chovat v lese
- Nakladatelství KAZDA
  - Hry z lesní škol(k)y;
  - Rok v lesní škol(c)e;
  - Hry se zemí, vzduchem, ohněm, vodou;
  - Dárky z přírody

## MOJE POZNÁMKY:

This image shows a full page of primary-ruled paper. It features multiple sets of horizontal lines designed for teaching handwriting. Each set consists of three lines: a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line. These sets are repeated vertically down the entire page, providing ample space for practicing letter formation and alignment. The paper is otherwise blank, with no margins or additional markings.

## METODICKÉ POZNÁMKY

- » S dětmi probleme, jak se v přírodě mají chovat, aby to pro ně bylo bezpečné:
- › Jak se mám chovat, abych se neztratil/a? Děti vedeme k pochopení důležitosti prevence:
    - držím se skupiny,
    - hlídám si vedoucí,
    - pokud potřebuji zavázat tkaničku, dojít se vyčůrat apod., tak to musím někomu říct, aby mi ostatní neutekli.
  - › Děti si rády v přírodě hrají s klacky – šermování, hraní na vojáky, nebo ji používají jako hůl. Pro zajištění bezpečnosti je potřeba dětem vysvětlit, že klacek může být velmi nebezpečný a není vhodné s ním běhat. Také můžeme zavést pravidlo o délce klacku. Každý klacek je dlouhý maximálně od podpaží po konečky prstů. Což si děti mohou změřit samy: dají si jeden konec klacku do podpaží, natáhnou ruku a pokud je klacek delší a přesahuje konce prstů, musí ho zkrátit nebo vyměnit za jiný. Cílem je, aby si uvědomovali, jak velkým klackem si hrají.
- » Nejen při pobytu v přírodě se chováme ke svému okolí ohleduplně. Než jdeme s dětmi do přírody, je vhodné si s nimi popovídat a říct si, jak by se tam měly chovat. Podobně jako máme stanovená pravidla benjamínků, tak si stanovíme pravidla pro chování k přírodě. Při pobytu venku pak dětem pravidla připomínáme, chválíme je, když se chovají, jak mají. Pokud tak nečiní, tak jim připomeneme, na čem jsme se domluvili. (Více o pravidlech chování v PL Pravidla mezilidského chování)
- » Návrhy pravidel, která v přírodě dodržujeme:
- › Přírodu po sobě zanechávám takovou, jaká byla, či lepší (vše, co jsem tam přinesl/a, si také odnesu).
  - › Respektuji místní obyvatele i ostatní turisty (chovám se tiše, na cestách nechávám prostor pro další návštěvníky atd.)
  - › Chráním přírodu (chovám se k ní a jejím obyvatelům ohleduplně – zbytečně nic netrhám, neubližuji živočichům, nekopu do hub).
  - › Jsme v bezpečí – chodím jen tak daleko, abych viděl na své vedoucí, dávám pozor, kam jdu (sráž, voda, bažina) a chodím jen tam, kam mám dovoleno od vedoucích.
- » Vhodnost oblečení do přírody je potřeba probrat i s rodiči, např. prošlápnutá obuv, oblečení, které se může umazat, pláštěnka, která se neroztrhne při prvním oblékání atd. Více o komunikaci s rodiči je v metodice pro vedoucí benjamínků v kapitole 2. Organizace roku – Komunikace s rodiči.



# VNÍMÁNÍ PŘÍRODY



*Benjamínek si uvědomuje, že přírodu lze poznávat nejen zrakem, ale i dalšími smysly. Získává s tímto poznáváním reálnou zkušenost, například objevuje různé zvuky v přírodě, poznává hmatem různé struktury, ochutnává bezpečné přírodniny, objevuje nové vůně. Zbavuje se strachu z poznávání přírody jednotlivými smysly.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Otisky do sádry



Na dno nádoby dáme vrstvu modelíny, minimálně 1 cm. Do modelíny pak otiskneme různé předměty – ulitu, mušli, list, kůru. Poté modelínu zalijeme sádrou. Když nám výtvořiny ztvrdnou (min. několik hodin, záleží na vlhkosti), nádobu odstraníme. Můžeme hmatem zkoumat strukturu obtisknutých předmětů a porovnávat je s reálnými předměty.  
→ **POMŮCKY:** Sádra, voda, lžíce, přírodniny (ulity, mušle, listy...), modelína, nádoby, které je možné zničit (kelímky od jogurtů, margarínů apod.).

### Frotáž kůry



Každý si najde strom, který se mu líbí – na jeho kůru pak přitiskne papír a voskovkou/uhlem přebarví reliéf kůry na svůj papír. Tyto „otisky“ můžeme mezi sebou porovnávat nebo je využít k dalšímu tvoření – např. nastříhat z nich proužky, které poslouží jako kmen stromu.  
→ **POMŮCKY:** Papíry, voskovky/uhle.

### Ovocné čaje



Zkuste si s dětmi uvařit čaj z ovoce nebo přírodnin – jablečné slupky, malinové listy... Pokud uvaříte čajů více, mohou je děti mezi sebou porovnávat.

Návody na kopřivový a bylinný čaj naleznete v časopise Ben Já Mína:

- » Ben Já Mína a ztracené žezlo (1. ročník, 3. číslo)
- » Ben Já Mína a kouzelníci (8. ročník, 1. číslo)

» [Top 5 věcí, ze kterých se dá v zimě v přírodě uvařit čaj](#)

→ **POMŮCKY:** Ovoce/přírodniny.

### Bosé nohy



Zujeme si boty a bosýma nohama chodíme po různých površích, zkoumáme jejich strukturu, teplotu, tvrdost. Vedoucí musí zabezpečit vhodné místo bez nebezpečných ostrých střeptů či trnů. Je možné si společně s dětmi vytvořit bosonohý chodníček. Děti „nanosí“ na určené místo např. kůru, šišky, seno... Není potřeba nijak velký – například jedno pole na délku dospělého chodidla a na šířku dvou dospělých chodidel.

## METODICKÉ POZNÁMKY

- » Nechte děti zažít přírodu všemi smysly. Je dobré upozornit je na možná nebezpečí (trny píchají, kopřivy pálí), ale pokud děti chtějí, není na škodu, když si to vyzkouší na vlastní kůži (v přiměřené míře). Samozřejmě děti upozorníme na to, že nemají strkat vše do pusy, jelikož ne vše je jedlé.
- » Vnímání přírody nejen zrakem umožňuje dětem využít fantazii, pojďme ji podpořit a nechat si děti „vymýšlet“. Není nutné hned všechno uvádět na pravou míru. Například nechat je v průběhu hry fantazírovat o tom, že mravenci mají v mraveništi koupelnu a liška lítá. Poučit je o realitě můžeme až později.
- » Nebojte se říct, že nevíte, nemusí z vás být odborníci na přírodu.
- » Před aktivitami využívající smysly se ujistěte (např. z přihlášky), že žádné dítě nemá na danou přírodninu (ovoce, květiny...) alergii. Při těchto aktivitách využívejte takové přírodniny, o kterých máte jistotu, že jsou bezpečné (např. jedlé).





## Poznávacia na smysly



Připravíme pět stanovišť, každé stanoviště bude zaměřené na jeden smysl – zrak, chuť, sluch, hmat, čich. Každé stanoviště (kromě zraku) bude probíhat se zavázanýma očima.

- » **Čuch** – poznávání ovoce/zeleniny, čajů.
- » **Hmat** – poznávání přírodnin poslepu. Děti mají buď zavázané oči nebo máme jednotlivé přírodniny v neprůhledných látkových pytlíkách.  
Jinou alternativou hmatu může být:
  - » Hledání stromu – děti jsou rozdělené do dvojic. První si zaváže oči. Druhý ho bezpečně doveđe k nějakému stromu, který si slepý ohmatá a ten, co vidí, ho zavede zase zpátky na start. Původně slepý pak může zkusit najít svůj strom.
  - » Sbíráání přírodnin dle nějakého zadání (hrubé/hladké, slizké/suché) třeba do plata od vajčiek.
- » **Čich** – poznávání vůní poslepu – koření, přírodniny...
- » **Zrak** – aktivita z listu Pobyť v přírodě - Pozorování přírody nebo aktivita z listu Příroda umělecky - Zarámuj si přírodu.
- » **Sluch** – poznávání zvuků poslepu. Můžeme využít zvuky, které vytvářejí různé přírodniny (tlučení kamenů, klacíků, šustění listů...).

→ **POMŮCKY:** Šátek pro každé dítě, materiál na jednotlivá stanoviště.

## DALŠÍ ZDROJE

- Ben Já Mína karty
- karta č. 9 – Pobytová znamení
- karta č. 43 – Zkoumáme květiny
- karta č. 32. – Hledání květin
- karta č. 33. – Vzduch všemi smysly
- karta č. 34 – Jedlé květiny

## MOJE POZNÁMKY:

[illegible]

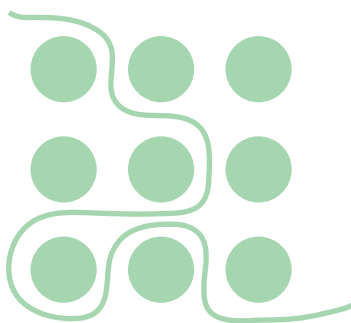
## Bludiště s kamínky



Hrajeme ve dvojici. Každý z hráčů bude potřebovat 9 kamínků (kaštanů), které si naskládá do čtverce 3x3. První mezi kamínky nakreslí do hlíny/písku cestičku. Úkolem druhého je nakreslit úplně stejnou cestičku. Poté si role vystřídají.

Gradací může být, že první nechá druhého koukat na cestíčku omezený čas a druhý má za úkol cestíčku nakreslit zpaměti.

→ **POMŮCKY:** 9 kamínků (kaštanů) pro každé dítě, klacík pro každé dítě.



## Tvorba ledových obrazů



Do různých nádob zalijeme vodou buď přírodníny nebo třeba lego kostičky a necháme zmraznout. Pokud si tam dáme i provázek, můžeme po „vyklepnutí“ ledový obraz zavěsit. Mysleme na to, že zmraznutí trvá dlouho (musí pořádně mrznout), případně lze využít i mrazák (pokud ho máme).

→ **POMŮCKY:** Nádobý (kelímky, pet lahve...), různé přírodniny, lego kostky.

[illegible]

# ROČNÍ OBDOBÍ V PŘÍRODĚ



*Benjamínek umí uvést příklady toho, jak se jednotlivá roční období v přírodě projevují. Mohou být konkrétní, jako třeba „na jaře kvetou sněženky“, „v létě uzrávají jahody“; ale mohou to být i obecné charakteristiky: „na podzim opadává listí“, „v zimě padá sníh“, „na jaře se rodí mláďata“.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Hledání důkazů jara



Když se začíná projevovat jaro, jdeme s dětmi na procházku do okolí klubovny. Úkolem dětí je si všimnout, jak se jaro na přírodě projevuje (zelená se tráva, rostou kytičky, svítí více sluníčko). „Nálezy“ si buď můžeme rovnou sdílet, anebo udělat sdílení až na konci procházky. Tuto aktivitu lze udělat i v jiných ročních obdobích. Důkazy také můžeme fotit nebo následně kreslit v klubovně a dát si je na nástěnku.

Rozšířením této aktivity může být sledování rozevírání pupenů a květů. Označte si s dětmi konkrétní větvíčku na stromě a choďte se na ni každý týden koukat. Povídejte si o tom, jak se větvíčka v průběhu času mění.

### Hodiny s jednou ručičkou



Společně si přečteme pohádku „Jak Křemílek s Vochomůrkou měli hodiny s jednou ručičkou“ (Václav Čtvrtek – Pohádky z pařezové chaloupky Křemílka a Vochomůrky). Následně si povídáme, proč je důležité, aby se roční období měnila. Podle zájmu dětí můžeme téma prohloubit. Navázat můžeme ještě tvořivou činností, kdy si každé dítě vyrobí hodiny se čtyřmi ročními obdobími. Na čtvrtku si děti obkreslí kolo a vystřihnou. Rozdělí ho čarou na čtvrtiny. Do každé čtvrtiny nakreslí věci typické pro dané roční období (sněhuláka do zimy, list do podzimu...). Z dalšího kusu čtvrtky si vyrobí ručičky. Pomocí patentku přiděláme ručičky k hodinám.

→ **POMŮCKY:** Pohádka Křemílek a Vochomůrka (pokud máme, můžeme použít knihu a ukazovat si i ilustrace nebo můžeme využít animovanou verzi na videu), pro tvořivou činnost čtvrtku pro každé dítě, pastelky, nůžky, čtvrtku na ručičky, patentek pro každé dítě.

### Zkoumání zimy



Během zimy můžeme udělat několik pokusů. Pokud napadne sníh, můžeme s lupou zkoumat tvar sněhových vloček. V klubovně můžeme porovnávat, zda rychleji roztaje sníh nebo led, nebo při mrazu zkoumat, jak mrzne voda. Vodu můžeme dát do různé velikých nádob. Předem zkusit říci hypotézu, která nádoba asi nejrychleji zmrzne, a pokusem si ověřit, zda to tak bylo. Tato aktivita se spíše hodí na delší schůzku/přespání/výpravu. Děti taky baví rozbít led a pak zkoumat jeho tloušťku, pukliny v něm apod.

→ **POMŮCKY:** Lupa v případě vloček, různé velké nádoby na pokusy s ledem.

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Pro tvoření i různé hry využívejte to, co je v daném ročním období dostupné – listy, plody...
- » Povídejte si s dětmi pravidelně o tom, jaké je počasí, co je za den/měsíc, roční období...
- » Při vnímání přírody lze využít i tipy na hudebně-pohybové aktivity v metodice pro benjamínky – v kapitole č. 3 Program, jako je Tanec sněhových vloček.



## Letní žár



Vyrazíme s dětmi k ploše, která je rozpálená sluníčkem. Pozor, vybíráme místa, kde není provoz, např. Dopravní hřiště, chodníky apod. Dopředu děti upozorníme, aby měly pokrývky hlavy a s sebou pití. Dětem dáme za úkol pomocí vody a štětců namalovat na asfalt/beton obrázky.

Následně si můžeme ukázat, kdo co namaloval, ale pozor, musíme být rychlí. Obrázky kvůli sluníčku a horké ploše rychle mizí. Můžeme si s dětmi povídat o tom, proč tomu tak je. A proč voda z kyblíku taky nezmizela?

→ **POMŮCKY:** Od slunce teplý asfaltový nebo betonový chodník, kyblíky s vodou, velké štětce (klidně na natírání plotu).

## Listové pexeso



Nasbíráme vždy dvojici listů známých stromů. Nalepíme je na připravené kartičky. Pokud chceme, aby nám vydržely déle, můžeme kartičky s listy zalaminovat (je lepší odstříhnout před laminací řapíky) S kartičkami pak hrajeme klasické pexeso. Při velkém počtu dětí je dobré rozdělit je do skupin. Aktivitu můžeme dělat nejen na podzim, ale kdykoliv jsou listy. Při hře je důležitá ne barva listu, ale jeho tvar - toto pravidlo je dobré dětem zdůraznit.

→ **POMŮCKY:** Kartičky ze čtvrtky nebo kartonu dle velikosti listů, listy.

## MOJE POZNÁMKY:

[illegible]

## Kytička



Hra funguje jako rozcvička, kterou provází příběh rostliny, jak roste. Na začátku jsme všichni cibulka – schoulení na zemi. Přejde předjaří – natáhneme ruku jako rostlinka první výhonek a zkusíme, jestli už je jaro. Jaro – rostlinka se pomalu zvedá za sluníčkem, protahujeme se. Léto – rostlinka vykvete a natahuje se rukama k nebi, hlavou i tělem se otáčí za sluncem. Podzim – rostlinka pomalu vadne. A zima - znovu se choulí do cibulky.

Celou aktivitu můžeme dotvořit pouštěním doprovodné hudby (lze využít např. ukázky z Vivaldiho skladby Čtvero ročních období).

## Co kdo kdy dělá



Aktivita je zaměřena na dramatizaci s přírodní tematikou. Vedoucí zadá, co mají děti předvádět, a zbytek už necháme na jejich fantazii a tvořivosti. Příklady zadání: Co dělá: veverka na podzim, kytička na jaře, čáp na podzim, sýkorka v zimě, pole v létě, ovečka na jaře apod. Je v pořádku, že někdy děti nepředvedou jen typickou činnost pro dané období, ale obecný projev zvířete – například ovečka na jaře běhá (a asi i v létě, atd.). Naopak to můžeme využít k povídání o zvířatech a jejich životě obecně. Nevadí také vzájemná inspirace mezi dětmi navzájem či naopak pokud někdo přijde s něčím originálním.

## Náramek z izolepy



Každému benjamínkovi nalepíme na ruku izolepu lepící stranou nahoru. Úkolem dětí je při procházení přírodou pozorovat, co je zaujme a „nalepovat si“ na náramek různé přírodniny. Na závěr si s dětmi můžeme povídat, jaké přírodní-ny si nalepily, co je překvapilo, potěšilo apod. Zajímavé může být udělat tuto aktivitu opakovaně v různém ročním období (např. podzim a jaro). Z každého udělat fotky a porovnat, jak se nám nalezené přírodniny liší.

→ **POMŮCKY:** ilzolepa (široká), fotoaparát/mobil.

## DAĽŠÍ ZDROJE

- ▮ Sražkoměr – BenJáMína 8.ročník/4.číslo
- ▮ Atelier v lese



# POZNÁVÁNÍ PŘÍRODY



*Benjamínek se zajímá o živou i neživou přírodu kolem sebe: ať už jde o les, travnatý plácek, hvězdy nebo barevné listy v parku. Benjamínek se seznamuje s běžnými zvířaty a rostlinami kolem sebe. U některých druhů ví, nejen jak se jmenují, ale například i kde žijí/rostou, jaké dělají zvuky; pozná mláďata či jak kvetou.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Souhvězdí



Zimní tvoření hvězdné oblohy. Aktivita se hodí do období, kdy je během schůzky už tma.

**Příprava:** Nejprve je potřeba připravit „promítačku“. Na dno kyblíku položíme rozsvícenou baterku, vhodná je taková, která svítí rovnoměrně, více do šířky a je stabilní. Ideální je baterka na mobilu. Do kusu papíru nebo kartonu vystříháme okénko s trochu menším rozměrem, než je A5 (sem budeme pokládat proděravěné A5 čtvrtky). Papír s okénkem položíme na kyblík.

**Průběh:** Na začátku ukážeme benjamínkům, jak může vypadat souhvězdí. Potom každý benjamínek dostane čtvrtku a hřebík nebo špičatou špejli. Benjamínci si namalují na čtvrtku obrázek, který na některých místech proděraví. Díry je možné dělat na koberci nebo na ručníku. Vytvořená souhvězdí si promítneme na strop.

#### Náměty na souhvězdí:

- » Panáček
- » Domeček
- » Had
- » Letící pták (s roztaženými křídly)
- » Auto
- » Raketa
- » Miska
- » Kolečko, čtverec, trojúhelník, kříž

→ **POMŮCKY:** A5 čtvrtky, hřebíky 100 mm / špičaté špejle, ručník/koberec, pastelky, baterka (např. na mobilu), kyblík, větší čtvrtka nebo kus kartonu, několik hotových souhvězdí na ukázkou, mapa hvězdné oblohy.

### Zvukové pexeso



Na začátku si společně řekneme, jak dělají která zvířata. Poté dostane každý benjamínek jednu kartičku zvířete. Podívá se na ni, ale nikomu jinému ji neukazuje. Když začne hra, každý benjamínek začne vydávat zvuky zvířete na kartičce. Když někdo zapomene, jaké zvuky jeho zvíře dělá, poradíme mu. Cílem je, aby se dvojice stejných zvířat podle zvuku našla. Když nevychází dvojice, můžeme udělat jednu trojici. Kartičky je možné s dětmi vybarvit.

→ **POMŮCKY:** Kartičky zvířat vydávající zvuky (každou dvakrát).

### Obrázky na kolečku od klíčů



Necháme děti hledat v okolí rostliny, které jsou na kartičkách.

→ **POMŮCKY:** Zalamínované obrázky rostlin na kolečku od klíčů (vlastní nebo např. [Lišejníky od nakladatelství Bylo nebylo](#))

#### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Poznávání přírody je situační. Využívejte toho, co vidíte kolem sebe a nechte to benjamínky zkoumat (smůlu na stromě, jarní květiny, barevné listy stromů na podzim, zamrzlé louže v zimě).
- » Podporujte zájem benjamínků, když se ptají, jak se co jmenuje, jak co funguje.
- » Není problém přiznat, že něco nevíte, a informace vyhledat (např. pro určování rostlin v přírodě se hodí aplikace PlantNet).



## Co plave



Aktivita se hodí do teplého počasí ven. Připravíme lavor s vodou nebo dojdeme k potoku a na několika věcech ukážeme, jestli plavou, nebo ne. Pak necháme děti vymýšlet a zkoušet samotné. Před vyzkoušením se jich můžeme zeptat, jestli si myslí, že to bude plavat.

→ **POMŮCKY:** Lavor s vodou nebo potok, různé věci, které je možné dávat do vody – hrnek, hrnec, klacek, kámen, ovoce, míč atd.

## Déšť (kondenzace vody)



Do sklenice dáme teplou vodu. Sklenici přikryjeme víčkem od ešusu a do něj dáme led a trochu vody nebo sníh. Po chvíli začne na stěnách a víčku voda kondenzovat a stékat dolů.

Sklenici je možné zakrýt i kouskem igelitu.

S benjamínky si můžeme popovídat o vodě a ukázat si koloběh vody (viz další zdroje):

- » viděli už někdy pramen?
- » kde se bere voda, která z pramene vytéká?
- » jak se stane, že jsou řeky tak velké?
- » je na povrchu Země víc pevniny nebo vody (můžeme nechat benjamínky rozhodnout podle mapy světa; voda tvoří cca 71 %)

Na aktivitu je možné navázat vytvořením srážkoměru. Vhodnou nádobu dáme ven na místo, kde prší, a na každé schůzce můžeme zkoumat, kolik vody napršelo.

→ **POMŮCKY:** Led/sníh, sklenice, víčko od ešusu, teplá voda.

### MOJE POZNÁMKY:

This image shows a full page of primary-ruled notebook paper. It features multiple sets of horizontal lines designed to guide letter height. Each set consists of a solid top blue line, a dashed middle blue line, and a solid bottom blue line. These sets are repeated vertically down the entire page, providing a template for practicing consistent handwriting. The paper is otherwise blank, with no margins or additional markings.

## Sbírání semínek



Hra se hraje na louce v čase, kdy mají rostliny semínka. Ponožku přivážeme na provázek tak, aby ji dítě táhlo za sebou. Benjamínci běhají po louce a tahají za sebou ponožky. Na ponožky se chytají semínka rostlin. Po chvíli si ukážeme, kdo co nasbíral a popovídáme si o tom, jak rostliny pomocí zvířat šíří svá semínka.

→ **POMŮCKY:** Ponožky, provázek.

## Klíčky



Společně s dětmi dáme do misek trochu vody a semínka. Misky dáme na okno. Po pár dnech, až semínka vyklíčí, je můžeme ochutnat.

→ **POMŮCKY:** Misky na klíčení, semínka (např. řeřicha), voda, vata.

## DALŠÍ ZDROJE

- Určování rostlin
- Zvuky ptáků: Aplikace hlasy ptáků
- Hvězdná obloha
- Učíme se venku
- Koloběh vody
- Ben Já Mína a loďka plující po Vltavě (2. ročník, 5. číslo)
- pozorování ptáků na webkamerách
- časopis Ahoj Divočino – spíše pro vedoucí jako inspirace k tomu, co dělat v jednotlivých obdobích roku
- Ben Já Mína karty
  - karta č. 41 Sestav souhvězdí
  - karta č. 35 Co se děje na obrázku

This image shows a full page of primary-ruled notebook paper. It features multiple sets of horizontal lines designed for teaching handwriting. Each set consists of three lines: a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line. These sets are repeated vertically down the entire page, providing ample space for practicing letter formation and alignment. The paper is otherwise blank, with no margins or additional markings.







# ODPAD

*Benjamínek ví, že je nejlepší varianta, jak naložit s odpadky, je hodit je do tříděného odpadu. Ví, že tříděním odpadu „pomáhá přírodě“ – tedy snižuje negativní dopad na přírodu. Má zkušenost s tím, že odpad lze taky někdy dále využít či dokonce přetvořit v něco nového.*



## INSPIRACE NA PROGRAM

### Proč třídíme odpad?



Sedneme si dětmi do kroužku a povídáme si. Můžete využít předpřipravené otázky nebo vymyslet vlastní. Je dobré stavět na vlastní zkušenosti dětí.

- » Proč je důležité třídit odpad?
- » Co by se stalo, kdybychom odpad netřídili?
- » Třídíte doma odpad?
- » Máte na každý odpad jiný koš a pak ho vyhazujete do určených kontejnerů? Nebo jak to řešíte doma vy?
- » Víš, co je skládka?
- » Co je to bioodpad?

Povídejte si i o tom, že odpad je surovina a používá se dál. Můžete zkusit vymyslet příklady nebo dokonce přinést konkrétní výrobky (z recyklovaného plastu jsou třeba lavičky, z recyklovaného papíru různé papírové výrobky...).

Taky se můžeme děti zeptat, co by se dalo dělat, aby odpad vůbec nevznikl, např. nakupovat potraviny do vlastních obalů (obchody bez obalu, vlastní látkové pytlíky na ovoce a zeleninu), kupovat jen co potřebujeme (potraviny, co sníme, oblečení, které unosíme), možnost poslat funkční věci dál do oběhu.

### Odpad ze svačiny z výletu



Na výpravě si každý sbírá do svého batůžku své odpadky (sušenka, obal od bonbonů). Na konci výpravy odpadky rozdělíme do košů, kam patří. Pokud si nejsou děti jisté, kam mají daný obal vyhodit, necháme je si poradit navzájem, případně je navodnými otázkami nasměrujeme. Budou si to tak lépe pamatovat, než když to za ně vyřešíte vy.

→ **POMŮCKY:** Žádné.

### Tvoření z odpadků: Ruční papír



Staré papíry natrháme na kousky a namočíme do teplé vody (nejlépe přes noc). Poté rozmělníme prsty nebo rozmixujeme mixérem, podle toho, jak chceme mít „hladký“ papír. Dalším krokem je rozprostřít vzniklou kaši na nějaké síto. Jednoduchým způsobem, jak si malé sítko vyrobit pro každé dítě, je mít malé kelímky (od pomazánkového másla/lučiny...) a natáhnout na ně silonku. Každé dítě si pak může udělat svůj malý papír. Poté se nechá schnout. Čím větší plocha, tím déle bude schnout. Pokud chceme papír nějak ozvláštnit, přidáme do směsi buď barevný papír nebo např. potravinářské barvivo.

→ **POMŮCKY:** Staré papíry, voda, mixér, malé kelímky, silonky.

### Tvoření z odpadků: Tvoření z PET lahví



Nápadů na tvoření z pet lahví je mnoho, několik z nich najdete zde – [Tvoření z pet lahví](#), například košíčky na velikonoční nadílku, ozdobné obaly na květináče nebo kosmická raketa.

→ **POMŮCKY:** Pet lahve, dále dle výrobku: nejčastěji nůžky, barvy, případně tavná pistole pro vedoucí.

### Výroba popisků na tříděný odpad



Rozdáme dětem kousky papíru, na které namalují, co patří třeba do papíru. Z obrázků vytvoříme koláž na větší společný papír podle rozměrů odpadkových košů. Papír nalepíme přímo na odpadkový koš.

→ **POMŮCKY:** Papíry, pastelky/fixy, lepidla.



## Tvoření z odpadků: Tamburína ze zátek od limonády



Na dřívko vždy přitlučeme dvě pivní zátky jedním hřebíkem. Zátky přitloukáme plochou, kovovou stranou k sobě. Hřebík nezatloukáme úplně, ale necháme vůli, aby se na něm mohly zátky pohybovat. Na jednom dřívku takto můžeme přitlouct více párů zátek, záleží na velikosti dřívka.

→ **POMŮCKY:** Dřívko, hřebíky, pivní zátky (sudý počet, např. 6), kladivo.



## Kam patří odpadky?



Pustíme dětem písničku „Kam patří odpadky“ – Karol a Kvído (můžeme i opakovat). Vysvětlíme si s dětmi pomocí otázek text celé písně. Písničku se pak s dětmi můžeme naučit. Může dětem pomoci zapamatovat si, do které barvy popelnice co patří.

- » Proč se v písničce zpívá: „Za městem nám roste pohoří, ostrovy se tvoří na moři“?
- » Kdo a kam vozí odpadky?
- » Co můžeme vyrobit z vytríděného papíru/plastu/skla?
- » Jaké barvy popelnic máme? Co se do nich dává?

→ **POMŮCKY:** Telefon/tablet/počítač s internetem.

### DALŠÍ ZDROJE

- » [Ben Já Mína ekohrdinové \(5. ročník, 4. číslo\)](#)
- » [písnička Karol a Kvído – Kam patří odpadky?](#)
- » [Ben Já Mína kouzelníci \(8. ročník, 1. číslo\)](#)
- » [Tonda obal](#)

## Vyhození odpadu z klubovny



Vynesení reálných košů z klubovny. Činnost, která se běžně dělá. Pozor na zavázání pytlů a nepomíchání.

→ **POMŮCKY:** Odpadkové koše s odpadky.

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Počítejme s tím, že i v dnešní době někteří lidé netřídí odpad. Nejjednodušší první krok je začít třdit odpad v klubovně.
- » Jak komunikovat s dětmi, které doma netřídí? Ujistit je, že nevádí, že doma netřídí, ale každý z nás může kdykoliv začít. Určitě třídí ve škole a ve školce... Komunikujeme citlivě, abyste omylem nevytvořili dětem představu, že rodiče jsou špatní, protože ničí přírodu netříděním odpadu.
- » Do povídání o odpadech můžeme zařadit i téma – odpad je dobré nevytvářet vůbec, jak se toho dá dosáhnout.
- » Doporučujeme pracovat s reálným odpadem (vedoucí mohou sbírat týden předem různé druhy odpadů).
- » Na schůzku se mohou hodit tašky nebo krabice označené barvami dle kontejnerů – využijeme je při tréninku třídění, abychom následně mohli s vytríděným odpadem ještě manipulovat (například opravit chybu, ukázat si odpaděk znovu). Vyhnete se tak lovení odpadků z opravdových košů.
- » Nezapomínáme také na méně obvyklý odpad – např. baterie, rozbitý elektrospotřebič... Upozorníme děti, že podobný odpad nepatří do směsi, mohl by tam být nebezpečný. Naopak pro děti může být zajímavý zážitek jít společně jeden takový speciální odpad vytrdit či donést na sběrné místo.
- » Pokud máme možnost, můžeme domluvit návštěvu sběrného dvora, re-use centra (místo, kde prodávají například již použitý nábytek).
- » Dopředu si zjistíme, jak se třídí konkrétní odpady (např. tetrapak, bioodpad, gastroodpad) v naší obci. Můžeme také zvážit založení kompostu či využít kompost, co máme doma.
- » Velmi pečlivě zvažíme zapojení do sbírání odpadků v lese, protože benjamínci nepoznají, který odpad je nebezpečný a mohou se o něj zranit. Dáváme si pozor na dávání rukou na obličej apod.
- » Učíme benjamínky šetřit materiál, se kterým pracují. Například stříhat z papíru od kraje, kreslit na obě strany papíru...).



# PŘÍRODA UMĚLECKY



*Benjamínek si vyzkouší při tvoření využívat různé přírodní materiály: například kamínky, listy, klacíky. Benjamínek má příležitost vyzkoušet i různé umělecké prostředky, ať už výtvarné, jako jsou například koláže či malování, anebo hudební, například v podobě nástrojů z přírodnin. Díky tomu poznává přírodu všemi smysly.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Skládání přírodnin



Pokud nemáte předem nasbírané přírodniny, je potřeba si je na začátku aktivity nasbírat. Vedoucí poskládá z přírodnin nějakou řadu/obrázek. Děti mají za úkol poskládat to samé. Lze děti také rozdělit do dvojic. První z dvojice něco naskládá, druhý po něm zopakuje.

→ **POMŮCKY:** Různé přírodniny – kameny, kaštiny, listy, klacíky, žaludy...

### Modelování zvířat



Úkolem dětí bude modelovat zvířata z dostupného materiálu (modelína, hlína, jíl, klacky, kameny, sníh...). Pokud chcete dětem „omezit“ skupinu zvířat, tak velmi vhodná je pro toto tvoření skupina bezobratlých. Dobré je dětem nejprve ukázat nějaké obrázky, případně mít k dispozici nějaké knihy/encyklopedie, kde mohou najít inspiraci. Na konci můžeme společně udělat galerii výtvorů.

→ **POMŮCKY:** Modelína, klacky, kameny, hlína, jíl...

### Malování hlínou na papír



Děti malují obrázek dle zadání nebo vlastní fantazie. Malují klasickým štětcem, ale místo barev používají rozředěnou hlínu.

↳ [Ben Já Mína v galerii \(2. ročník, 4. číslo - Kde se mění barvy\)](#)

→ **POMŮCKY:** Čtvrtky, štětce, kelímky s rozředěnou hlínou, igelit na ochranu stolu.

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Necháváme děti tvořit dle vlastní fantazie a neporovnáváme výtvary mezi sebou – není potřeba mít všechny „obrázky“ stejné.
- » Když se na výtvar podíváte, tak se nesnažte pojmenovávat, co vidíte, protože to může být něco úplně jiného, než se v tom snažíte nalézt. Nechte si dětmi jejich výtvar představit.
- » Každé dítě je jiné a i jeho pozornost na umělecké aktivity může být různě dlouhá. Pokud má dítě aktivitu rychle hotovou, neznamená to, že tomu nedalo své maximum.
- » Pokud tvoříme v přírodě, vysvětlíme dětem, že zbytečně netrháme rostliny, které nepotřebujeme, snažíme se využít listy, klacky apod., které jsou volně k dispozici
- » Pokud se nám stane, že děti zařadí zvíře/rostlinu, kam nepatří, tak buď budeme pracovat s fantazií a necháme to tak, nebo to můžeme využít jako příležitost k povídání, proč to tak nemůže být a jak to tedy je.
  - › Dítě například ukáže na rybník a řekne „to je velryba“ – můžeme to použít jako téma pro fantazii a např. z rybářů udělat piráty a plížit se rákosím, aby nás neodhalili. Nebo to můžeme použít k vysvětlení skutečnosti a říct mu, že to není velryba, ale velká ryba – kapr, který žije u nás v rybníce a potřebuje sladkou vodu a velryba je savec, který žije v moři, potřebuje slanou vodu a u nás v rybníce by nepřežila. Dále se můžeme bavit o tom, jaká další zvířata žijí v rybníce (sladkovodní) a která v moři.





## Tvorba hudebních nástrojů



Nejprve budeme vytvářet hudební nástroje, poté si na ně zahráme. Na výrobu je dobré mít nachystané všechny přírodniny, ze kterých chceme tvořit. Některé přírodniny můžeme nasbírat i s dětmi. Mysleme na to, že děti budou potřebovat pomoc například s uvázáním klacíků (xylofon). Přírodniny lze i pomalovat (např. fixami Decor pen)

- » Z různě dlouhých klacíků můžeme vytvořit xylofon (leží na zemi) nebo zvonkohru (svisle zavěšené).
- » Z kokosového ořechu a něčeho sypkého (kamínky, luštěniny...) můžeme vytvořit rumba kouli.
- » Z opracovaných i neopracovaných klacíků můžeme vytvořit ozvučná dřívka.

➤ [Ben Já Mína v galerii \(2. ročník, 4. číslo - Kde se mění barvy\)](#)

Po výrobě hudebních nástrojů dáme dětem příležitost si na ně zahrát. Nejprve je necháme vyzkoušet, co jejich nástroj dovede. Poté si můžeme zahrát na orchestr. Vedoucí je dirigent. Pokud zvedne ruce nad hlavu, děti mohou libovolně hrát na své nástroje. Pokud dá ruce dolů, děti mají přestat hrát. Další pokyn může určovat sílu zvuku – čím dále bude mít dirigent ruce od sebe, tím děti hrají hlasitěji, čím více se dlaně přibližují, tím hrají tišeji.

➔ **POMŮCKY:** Klacíky/bambusové tyčky, kokosové ořechy, luštěniny, kamínky, provázek...

## Loutky z klacíků



Budeme potřebovat klacíky. V ideálním případě nasbíráme klacíky s dětmi, pokud pro to nemáme podmínky, tak může klacíky přinést vedoucí. Vedoucí seřízne klacík šikmo, tak aby vznikla „placka“. Na vzniklou placku děti namalují obličej. Pokud má klacík nějaké další větvičky, můžeme ho i obléknout buď do přírodnin, nebo na něj můžeme navazovat barevné provázky/vlnu liščí smyčkou. Když budou mít děti loutky hotové, hrajeme s nimi divadlo. Dále můžeme pro tyto loutky stavět nějaké stavby – domečky, divadlo...

➔ **POMŮCKY:** Klacíky, nůž, lihové fixy/fixy decor pen, vlny/látky/krepový papír/listy/tráva (materiál na oblečení loutky).



## Rytmizace říkanky



Úkolem dětí je si vybrat jakékoliv přírodniny, které budou vydávat různé zvuky. Společně říkáme jakoukoliv říkanku a doprovázíme ji na přírodniny jako na hudební nástroje. Přírodniny si mohou děti vyměnit a můžeme říkat stejnou nebo jinou říkanku.

*Žába skáče po blátě,  
koupíme jí na gatě.  
Na jaké, na jaké,  
na zelené strakaté.*

*Foukej, foukej větříčku,  
shoď mi jednu hruštičku.  
Shoď mi jednu nebo dvě,  
budou sladké obě dvě.*

*Naše kočka strakatá  
měla čtyři kořata:  
jedno mourek,  
druhé bílé,  
třetí žluté, roztomilé.  
A to čtvrté strakaté,  
po mamince okaté.*

➔ **POMŮCKY:** Různé přírodniny – kameny, kaštiny, listy, klacíky, skořápky, ulity...

## Sněhové/hliněné obrazy na stromě



Tvořit můžeme buď ze sněhu, nebo i hlíny/jílu/bláta. Děti „lepí“ hmotu na kůru stromu. Mohou tvořit obličej, zvířátka či cokoliv dalšího dle vlastní fantazie. Pokud budou děti chtít, mohou výtvary ozdobit i dalšími přírodninami.

➔ **POMŮCKY:** Sníh/hlína a přírodniny.

### DALŠÍ ZDROJE



- [Ben Já Mína rybník \(8. ročník, 4. číslo - tvorba rybníčku pro žabky\)](#)
- [List Radost a krása - aktivita Papírový rámeček s obrazem - aktivitu lze pojmout jako zarámování kusu přírody, případně se i k obrazům vracet v průběhu roku](#)



# HODNOTA PŘÍRODY



*Při pobytu v přírodě se vyhýbá aktivitám, o kterých ví, že jsou pro přírodu škodlivé (vyhazování odpadků, ubližování hmyzu...). Naopak se snaží chovat ohleduplně, například trhat a sbírat jen potřebné přírodniny, učí se rozeznávat místa vhodná a nevhodná pro sběr přírodnin, chová se potichu...*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Vykácený les



Naplánujeme si procházku na místo, kde je vykácený les, o kterém si dopředu zjistíme důvody vykácení. Popovídáme si s dětmi o tom, proč se to asi stalo.

Další alternativou zásahu člověka do přírody je např. park, vypuštěný rybník. I na tato místa se můžeme vypravit a povídat si s dětmi o tom, jaký vliv na to měl člověk a co nám to dále přináší.

### Rolové hry - zvířátka



Děti rozdělíme na dvě skupiny. Jedna skupina jsou zvířátka a druhá lidé. Hraje se v lese kolem klidné cesty. Zvířátka se chtějí dostat přes cestu do krmelce. Lidé procházejí po cestě a chovají se dle zadání. Pokud dělají velký hluk, zvířátka se bojí a schovávají se. Pokud jsou potichu, zvířátka projdou a lidé je mohou pozorovat. Skupiny si role mohou vyměnit. Na závěr aktivity si s dětmi povídáme o tom, co se jim (ne)líbilo a jak se cítily.

→ **POMŮCKY:** „Kostýmy“ na rozdělení dvou skupin, např. pro zvířátka hnědé šátky na hlavu nebo čelenky s oušky, pro lidi batůžky, létající talíře jako volanty apod.

### Čištění studánky



Vypravíme se ke studánce, přečteme si u ní báseň „Otvírání studánek“ od Bohuslava Martinů a Miloslava Bureše. Po přečtení si povídáme o tom, proč je důležité studánku vyčistit, a poté studánku vyčistíme. Tematicky činnost nejvíce patří do vítání jara. Pro zpestření činnosti můžeme využít místní pověsti ke studánce nebo kostýmy víl a lesních pohádkových bytostí.

→ **POMŮCKY:** Text básně, pomůcky na čištění (např. sítko).

### METODICKÉ POZNÁMKY:

- » Aby si děti mohly začít uvědomovat hodnotu přírody, je potřeba do ní často chodit, učit se v ní chovat a sbírat pozitivní zážitky.
- » Povídáme si s dětmi o tom, že přírodní zdroje (např. voda, les...) jsou omezené. Vedeme je k neplýtvání – zavírání kohoutků, šetření papírem. Ukážeme dětem některá opatření, která šetří zdroje například v klubovně.
- » Buďte pro děti vzorem při pobytu v přírodě a komentujte, co děláte či neděláte a proč. Například když hledám klacek, najdu nějaký na zemi a neutrhnu ho ze stromu. Zbytečně neznečišťuji vodu v potoce – je v pořádku pustit lístek z mostu a dívat se jak pluje, ale ne už kupa listů.
- » Pozor na to, kde si jak hrajete – učte děti, že domečky, věžičky a hráze nelze stavět všude.
- » Pavouky, mravence a jiné sice vyháníme z našeho obydlí, ale v přírodě je necháváme žít. Pokud je uvidíte, povídejte si o tom s dětmi. Zkuste hledat nejprve nenásilné cesty, jak je dostat ven bez zabíjení (pavouka odnést apod.).
- » Využívejte náhodně nalezené příklady dopadů: špatné – odpadek v lese, vyříznutá srdíčka ve stromu, betonová příjezdová cesta, ale i dobré – přechod pro žáby, sázení stromů, příjezdová cesta ze zatravněných dlaždic...
- » Nezapomínejme i na neživou přírodu – skalní útvary, eroze půdy. Pokud máte příležitost, povídejte si s dětmi například o tom, proč na některé skalní útvary nelze lézt či z nich těžit kámen, proč někde nemůžou jezdit motorky a auta (eroze půdy)...





Poté si popovídáme o tom, co jednotlivá zvířátka dělají, a může začít samotná hra. Úkolem dětí je se chovat co nejvíce jako zvíře, které představují, mohou za zvíře i mluvit.

Aktivitu můžeme rozšířit o scénky zvířátek, které si mezi sebou povídají o tom, co jim provádějí lidé. Například – labutím hází tvrdé pečivo a další nevhodné jídlo, když chodí po lese, hodně křičí, myším šťourají v dírách... Je také možné, aby scénky hráli dospělí s půjčenou maskou od dítěte či vlastní maskou. Využijeme příkladů, které máme v okolí.

## Starání se o zvíře či rostlinu



Ukážeme si, co vše je potřeba k tomu, když chováme zvíře či pěstujeme rostlinu. U zvířat stačí i návštěva mazlíčka např. vedoucí/ho. Vhodní jsou například afričtí šneci či jiná menší zvířata (potkan, strašilky...). U psů či větších zvířat zvážíme, jestli zrovna váš pes je vhodný k dětem, jestli některé děti nemají strach apod. U všech možností zvážíme alergie dětí. Rostliny můžeme zkusit společně pěstovat, například bylinky, hrášek či duby z nasbíraných žaludů. Vždy si představíme potřebné pomůcky a jak se používají. U společného chovu či pěstování v klubovně lze jednotlivé povinnosti rozdělit mezi děti (zalévání, doplňování jídla...).

## MOJE POZNÁMKY:

- Ben Já Mína ekohrdinové (5. ročník, 4. číslo - čištění vody)
- Metodické materiály KRNAPu
- Jak se chovat v přírodě
- Lesní pedagogika
- Učíme se venku - jak si zamilovat přírodu
- Hravé učení o přírodě
- Stránky (nebo FB) lesních školek a klubů – např. Lesní kvítka

- Rok v lesní školce
- Lesní škol(k)a karty
- Nejlepší hry z lesních školek
- Rok v přírodě s mrňaty

# NEBOJÍ SE VODY



*Benjamínek si osvojí přirozený kontakt s vodou, dýchání do vody a začíná se základy pro nácvik plavání pomocí her a hříček. Naučí se také zásady a pravidla pohybu u vody a ve vodě. Přestože oblast patří mezi vodácké doplňky, inspirovat se zde může libovolná skupina benjamínků bez ohledu na zaměření.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### HRY PRO SEZNAMOVÁNÍ S VODOU

#### Bublina



Říkáme říkanku s pohybem.

*Byla jedna bublina, bublila se bublila,  
(děti stojí s vedoucími ve vodě těsně u sebe)  
Jak tak rostla místo jídla pojídala vodu z mýdla.  
(postupně se odtahují od sebe, nafukují se)  
Prásk! A praskla! (plácnou dlaněmi do vody)  
To máš z toho, žeš' mi ani nenabídla. (hrozí prstem)*

#### Spadla lžička



Říkáme říkanku s pohybem.

*Spadla lžička do kafíčka,  
(děti poskakují ve vodě a na žbluňk se pokusí potopit)  
udělala žbluňk!*

#### Brambora



Říkáme říkanku s pohybem.

*Kutálí se ze dvora, velkánská brambora.  
(děti dělají mlýnek ve vodě – lokty)  
Neviděla, neslyšela, padla na ni závoro.  
(mokřýma rukama se dotýkají obličeje)  
Kam koukáš, ty závoro! Na tebe, ty bramboro!  
(hrozí střídavě levou a pravou rukou)  
Kdyby tudy projel vlak, byl by z tebe bramborák!  
(plácají dlaněmi o sebe a voda cáká)*

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » Běžní skautští vedoucí většinou nejsou instruktory nebo trenéry plavání, proto tuto kompetenci nelze provádět na profesionální úrovni, ale lze s dětmi konat takové činnosti, které mohou překonat bariéru strachu z vody.
- » Většina benjamínků ještě neumí plavat. Důležité je provádět aktivity 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 nedošlo tak k nechtěnému potopení hlavy, kdy by mohly vznikat psychické bloky z potopení pod hladinu.
- » Vhodné místo na vodní aktivity je brouzdaliště, mělká dráha v bazénu nebo mělčina ve vodě v přírodě. Je dobré si místo pronajmout jen pro sebe, abychom měli klid a přehled o dětech, v přírodě (např. na táboře) lze vyznačit prostor pro aktivity bójkami.
- » Je dobré si určit pravidlo, kam děti do vody mohou, např. jen do takové hloubky, kde mají vodu po prsa.
- » Pro pohyb dětí ve vodě je potřeba mít dostatečný dozor. Podle velikosti skupinky a aktuálních podmínek počet vedoucích přizpůsobíme.
- » Formou básniček a her děti postupně učíme pohybovat se u vody, ve vodě a potápět hlavu. Na základě pozitivní motivace děti zjistí, že se nemusí bát mít hlavu pod hladinou a že voda jim neublíží. Toto je výcvik bez nadnášejících pomůcek (např. rukávky, vesta), které by byly zbytečné a mnohdy nepraktické.
- » Pokud se na aktivity ve vodě se svými benjamínky necítíte, je v pořádku takové aktivity nezařazovat. Můžete je třeba nahradit aktivitami u vody (pouštění lodiček na potůčku apod.) nebo hrami s vodou. Aktivity u vody však vyžadují stejně jako aktivity ve vodě seznámení s bezpečnostními pravidly pohybu u vody.



## Soutěž v bublání



Jsmo-li s dětmi v dětském bazénu, kde je cca 80–100 cm vody a jsou v něm schody po celé délce bazénu, můžeme zařadit nácvik vsedě. Děti sedí na schodech vedle sebe a necháme je bublat do vody. Můžeme „soutěžit“, kdo udělá větší bubliny, menší bubliny, kdo více potopí hlavu, kdo déle vydrží. Je to nácvik pomalého výdechového proudu pod vodou a zároveň se děti učí jistotě, že se kdykoli mohou nadechnout nad hladinou.

## Siréna



Děti se nadechnou a foukáním do vodní hladiny napodobují zvuk sirény. Kdo vydrží déle?

## Krokodýlci



Aktivita spočívá v tom, že chodí na schůdku pouze po rukách a pusu mají více či méně ponořenou ve vodě. Vydechují do vody a pravidelně se nadechují a vydechují, zároveň si posilují ruce a břišní a zádové svaly.

## Kolik prstů vidíš?



Děti si vytvoří dvojice a domluví se, kdo začne pod vodou ukazovat počet prstů na rukou. Na předem smlouvený signál mezi dětmi a vedoucí/m se oba ve dvojici potopí. První ukazuje počet na prstech, druhý se snaží prsty spočítat. Nacvičujeme pozorování pod vodou a zadržení dechu na delší dobu.

→ **POMŮCKY:** Žádné, případně plavecké brýle.

## MOJE POZNÁMKY:

[illegible]

## Nácvik splývání



Jedná se o další postup při výcviku dětí, které se s vodou seznamují. Děti stojí v řadě na jedné straně bazénu a jednou rukou si chytanou palec druhé ruky. Ruce jsou natažené. Do prostoru mezi spojenými rukama děti ponoří hlavu a jdou na protější stranu. Kdykoli se mohou nadechnout. Tím opět získávají potřebnou jistotu, že voda jim neublíží. Pokud u dítěte vidíme jakýkoliv strach, do této fáze výcviku jej nenutíme a vracíme se o krok zpět.

## Proplavej obručí



Aktivitu děláme v takové hloubce, aby děti dosáhly na zem. Vedoucí potopí obruč tak, aby byla částečně nebo zcela potopena (podle zdatnosti dětí) a děti jedno po druhém procházejí/proplouvají obručí pod hladinou.

Ztíženou variantou je, že obručí bude několik za sebou v určité vzdálenosti. Děti tak naučíme orientaci ve vodě, případně pod vodní hladinou pomocí zraku. Děti se rády předhánějí, kdo proplul více obručkami. Pokud nemáme dostatek dospělých, rády vypomohou děti a obruče pod hladinou podrží.

→ **POMŮCKY:** Jedna nebo několik obručí hula-hop.

### DAĽŠÍ ZDROJE:

- Hry Siréna, Kolik vidíš prstů? z diplomové práce A. Smejkalové
- Bublina, Spadla lžička, Krokodýlci, Brambora, nácvik splývání, nácvik králových nohou – Metodická práce „Nácvik plavání pro Benjamínky“ – Komišová Blanka, práce pro Individuální kapitánskou zkoušku, 2018

[illegible]



# BEZPEČNOST A ZÁCHRANA



*Benjamínek zná základní pravidla pohybu u vody / ve vodě / na vodě a snaží se je dodržovat. Ví, že k vodě smí pouze pod dohledem dospělého a musí ho poslouchat. Zná své místo na lodi a jak se na ní má pohybovat. Ví, které věci potřebuje na pohyb u vody / ve vodě / na vodě. Umí v případě nouze přivolat dospělého.*

## INSPIRACE NA PROGRAM

### Kde na pramici sedím?



Tato aktivita pomáhá dětem naučit se pojmenování a rozmístění jednotlivých pozic na pramici („háček“, „středák“, „zadák“).

#### Varianty na souši (bez pramice):

Pomocí dvou čar (lana nebo křídly) vytvořte tři zóny na zemi, které budou reprezentovat jednotlivé pozice na pramici. Děti seznámte s tím, která zóna odpovídá „háčkovi“, „středákovi“ a „zadákovi“. Všichni hrající začnou na jednom místě. Vedoucí postupně vyvolává jednotlivé pozice (např. „Háček!“, „Středák!“). Úkolem dětí je přeběhnout na správné místo. Pro větší napětí mohou vedoucí rychle opakovat stejné povely nebo kombinovat pozice.

#### Varianty u vody (vedle pramice):

Stejně jako na souši vyznačte pomocí lan nebo čar zóny, které odpovídají jednotlivým pozicím na pramici. Děti seznámte s tím, která zóna odpovídá „háčkovi“, „středákovi“ a „zadákovi“.

**Poznámka:** Na lodi se na suchu nesedí, proto tento nácvik neprovádějte přímo na pramici.

→ **POMŮCKY:** 2x lano nebo křídly, pramice nebo její ilustrace.

### Bouře na vodě



Hra slouží k nácviku pohybu po lodi a správnému nastupování. Ještě na břehu seznámte děti s pravidly bezpečného nastupování a držení se na lodi (např. za lavičky). Kormidelník zavele benjamínkovi, aby si nastoupil na pozici „zadáka“. Vedoucí jemně pohupuje lodí ze strany na stranu a doprovází to slovy: „Blíží se bouře, paluba se houpá!“ Benjamínek si osvojí techniku držení a správného chování na lodi. Opakujte postup i pro další pozice („středák“, „háček“) a vše zakončete vyloděním.

**POMŮCKY:** Pramice, vesta pro každého.

### Simulace převrácení lodi



Hra umožňuje dětem naučit se, jak reagovat při převrácení lodi. Na mělkém břehu, kde mohou děti bezpečně stát, otočte pramici. Dětem vysvětlete, kde se mají držet (např. za borty), pokud se loď převrhne. Kdo chce, může si vyzkoušet, že pod převrácenou lodí je vzduchová kapsa. S vedoucí/m se benjamínek ponoří a zjistí, že může dýchat pod lodí. Důležité je mít dostatek vedoucích i pro případ paniky pod lodí. Nácvik provádějte pouze na klidné vodě, ideálně v rámci koupání.

→ **POMŮCKY:** Pramice, vesta pro každého.

## DALŠÍ ZDROJE:

- [Skautské zpravodajství: Pořádání úspěšné a bezpečné výpravy na vodě](#)
- [Vodácká příručka ke kapitánské zkoušce vodních skautů](#)



## Zachraň kamaráda



Hra je zaměřená na základy záchrany tonoucího a volání o pomoc. Jeden z benjamínků simuluje tonoucího (např. máchá rukama na souši nebo ve vodě). Další děti si nacvičí volání o pomoc a záchranu pomocí házečky nebo pádla. Učte je používat jednoduché povely, např. „Vidím tě, drž se!“ Třetí benjamínek běží pro pomoc dospělého a trénuje sdělení jasné informace (např. „Pepa je ve vodě!“). Role následně můžeme prohodit a hru opakovat vícekrát.

**Poznámka:** Upozorněte benjamínky, že tonoucí ve vodě nekřičí.

**POMŮCKY:** Pádlo nebo házečka.

## Co si vzít na vodu



Rozprostřete lístečky s věcmi vhodnými a nevhodnými na vodu do vymezeného prostoru (např. kruh z lana) obrázky dolů. Děti následně postupně vybíhají a přinášejí lístečky. Vedoucí s dětmi diskutuje, které věci jsou na vodu vhodné a proč. Hru lze opakovat tak, že děti vybírají pouze vhodné vybavení. Pro zpestření lze vytisknout 2x a hrát jako pexeso – děti hledají dvojice stejných obrázků.

**POMŮCKY:** Obrázky nebo lístečky s věcmi vhodnými na vodu (pádlo, vesta, boty do vody, pokrývka hlavy, pití) a nevhodnými (gumáky, svetr, skleněná láhev apod.).

### METODICKÉ POZNÁMKY

- » **Směrnice pro akce na vodě.** Již během přípravy jakýchkoliv aktivit na vodě je potřeba se seznámit se Směrnicí a dodržovat ji.
- » **Vždy pod dohledem dospělého** – Benjamínci nikdy nesmí být u vody nebo na lodi bez přímého dohledu dospělých vedoucích nebo instruktorů.
- » **Použití plovací vesty** – Vždy musí mít na sobě správně upevněnou plovací vestu, a to nejen na lodi, ale i při hrách u vody. Důležité je použití správného typu vesty (neplavci musejí mít vestu typově označenou pro neplavce) a správnou velikost.
- » **Základní pravidla pohybu na lodi:**
  - › **Klidný pohyb:** Na lodi není vhodné běhat, skákat nebo dělat prudké pohyby.
  - › **Sezení:** Děti by měly sedět na určených místech a nepřesedat si bez pokynu vedoucího.
- » **Bezpečné chování u vody:**
  - › **Hranice:** Děti by měly vědět, kam až mohou jít, například jen po kotníky nebo kolena, pokud nejsou na lodi.
  - › **Skákání do vody:** Děti nikdy nenecháváme samotné skákat do vody. Skoky do vody provádíme pouze pod přímým dohledem vedoucího do bezpečné vody, která je bezprostředně před aktivitou zkontrolována.
- » **Nácvik základních dovedností:**
  - › **Plavání:** Pokud už děti umí plavat, měly by trénovat plavání s vestou i bez ní. Viz programový list Nebojí se vody.
  - › **Záchrana:** Seznámení s jednoduchými postupy, například jak přivolat vedoucí a připravit záchranné pomůcky, jak správně plavat v tekoucí vodě, jak hodit házečku a jak ji ve vodě chytit a nechat se přitáhnout ke břehu.
- » **Povinné školení a hry** – Děti by měly být hravou formou seznámeny s tím, jak se chovat při převrácení lodi, co dělat, když spadnou do vody.
- » **Počasí a podmínky** – S benjamínky se snažíme vyrážet na vodu za pěkného a teplého počasí. Zejména napoprvé není vhodné, aby děti zažily plavbu ve ztížených podmínkách (zima, déšť, silný vítr apod.). Pokud s dětmi chodíme na vodu dlouhodobě, např. během schůzek, jistě horší počasí nevadí, měli bychom ale dbát na vhodné vybavení i věci na převlečení. Na vodu se nikdy nevydáváme při bouřce. Děti by měly rozumět tomu, proč je to důležité.
- » **Pravidla týmové spolupráce** – Na lodi je důležité poslouchat pokyny vedoucích a spolupracovat s ostatními.
- » **Znalost signálů a povelů** – I malé děti se mohou naučit jednoduché signály (mimo povely k pádlování), jako je „sednout“, nebo „držet se pevně“, „ruce do lodi“, „pádlo do lodi“ apod.
- » **Věci na převlečení** – Vždy dbáme na to, aby děti měly do čeho se převléknout a přezout, když se namočí.

Tato pravidla nejen zajistí bezpečnost, ale také pomohou dětem získat respekt k vodě a lodím.



