**A – CO UMÍM A ZNÁM 1. stupeň Ke splnění oblasti je třeba všech 14 úkolů, z toho 5 je dlouhodobých.**

**Zahraji si na schůzkách nebo výpravách tři pohybové hry.** Na konci každé hry pomocí smajlíků / mračounů označím, jak se mi hra líbila či nelíbila. (S10, V13, P13) – Jedná se o dlouhodobý úkol, který je zaměřen na fyzickou zdatnost a její rozvoj. Za pohybovou hru můžeme považo‑ vat aktivitu, kde se rozvíjí jak fyzická zdatnost, tak i pohybová dovednost. Součástí aktivity je i jednoduchá zpětná vazba, kdy by dítě při diskusi mělo být schopno říci, proč se mu daná hra ne /líbila.

**Dodržuji základy hygieny** (S10, V11, P11) – Ovládání těchto dovedností je základem nejen pro praktický život, ale i pro péči o zdraví. Samostatné zvládání základů hygieny lze nejlépe poznat na táboře či výpravě. Na možnosti následků nedodržování hygieny můžeme zařadit nejrůznější programy (od kreslení, scének po různé soutěže), důležité je, aby děti chápaly, co a proč mají dělat.

**Tři sportovní úkoly** (S11, V12, P12) – Dlouhodobý úkol je zaměřen na pravidelné cvičení. V tomto věku je náročné vzpomenout si na cvičení, nicméně bez dlouhodobé píle se výsledek nedostaví. Sportovní cviky můžete zařadit do pravidelné činnosti smeč‑ ky /roje a přidat si k nim své vlastní. Důležitá je také motivace k cvičení a zejména ke správnému provádění jednotlivých cviků.

**Na výpravě** ujdu alespoň 8 km během jednoho dne (S11, V12, P12) – Podmínkou splnění tohoto bodu je účast na výletě, kde bude mít dítě příležitost splnit tuto aktivitu. Pokud bude akce zimní a ujde se v náročném terénu o něco méně, úkol lze uznat. Také je rozdíl mezi chůzí se zátěží a bez zátěže, proto o splnění úkolu rozhoduje vůdce. Aktivita by měla také motivovat k chůzi a účasti na výletech a oddílových akcí. Vůdce by se měl zaměřit nejen na to, zda dítě ujde daný počet kilometrů, ale také na to, zda neodmlouvá, dodržuje pitný režim atd.

**Při koupání a plavbě nedělám nic**, co je zakázáno, a poslouchám příkazy. Oddílové doplňky Možnost oddílu zahrnout vlastní úkoly pro nováčky. Obtížnost by měla být přiměřena věku. **Stezka a symbolický rámec vlčat a světlušek:**

**Vyberu si a složím nějakou papírovou skládačku** (S12, V14, P15) – Úkol rozvíjí kompetence za‑ měřené na manuální zručnost. Aktivita dále rozvíjí i kompetence zaměřené na vy‑ hledávání informací, pokud necháme vlče /světlušku najít si skládačku úplně samo. To, jak si dítě skládačku vybere, je na vůdci a na volbě programu, který k plnění zvolí. Za splnění bodu může být uznána jakákoliv papírová skládačka úměrná věku, ale i další rukodělná výroba. **Pokud se mně, mému kamarádovi či kamarádce něco stane, pro pomoc půjdu za**… (S13, V14, P14) – V aktivitě se rozvíjí více kompetencí, především hledání řešení. Důležité je, aby si děti uvědomily, že mají vyhledat pomoc, pokud se něco stane. Plnění aktivity je vhodné doplnit hrou, např. kdy děti budou rozdělovat a rozlišovat situace, kdy je potřeba vyhledat pomoct a od koho.

**K obrázkům doplním nouzová telefonní čísla, kam zavolám**, když potřebuji pomoc hasičů, policie, záchranné služby nebo všech z nich. (S13, V15, P15) – Tato aktivita je jednou z těch, u kterých je vidět přímá návaznost v dalších stupních a její postupný rozvoj. Zde je kladen důraz na znalost telefonních čísel, ale je třeba i připojit vysvětlení, kdy je vhodné na ně volat a že se nesmí zneužívat. Jedná se o základní znalost, kterou lze využít v mnoha hrách.

**Alespoň třikrát se během roku účastním úklidu po schůzce** (S14, V19, P19) – Jedná se o dlouhodobý úkol, na jehož plnění by mělo myslet samo dítě. Pro uznání je třeba, aby se vlče /světluška aktivně účastnilo úklidu a nejlépe se samo o úklid přihlásilo. Úklid by se měl tak stát samozřejmou součástí programu, kterého se všichni účastní, a děti si uvědomují, že si mají po každé činnosti po sobě uklidit.

**Při jízdě na kole, koloběžce či při chůzi po ulici dávám pozor na značky.** Podle knížky nakreslím na tyč dvě značky, které vidím nejčastěji. (S15, V16, P16) – Aktivita je zaměřena na základní znalost dopravních značek a na bezpečný pohyb na ulici. Tyto znalosti jsou ve vyšších stupních dále rozvíjeny. V aktivitě je dále zapojena i práce se zdroji a vyhledávání informací. Je na vůdci, do jaké míry nechá děti značky vyhledávat. Důležité je nezapomenout na vysvětlení významu daných značek. Úkol lze doplnit jízdou na kole, návštěvou dopravního hřiště nebo tvorbou značek pro nějakou hru.

**Vyzkouším si během roku alespoň jednu ztěchto aktivit**: opičí dráha, lanová překážka, provazový žebřík, slalom na kole. (S16, V13, P13) – Sportovní aktivity rozvíjejí fyzickou zdatnost, tyto jsou navíc zaměřeny na obratnost a v některých případech i překonání se. Máte‑li v programu sportovní činnost, která je stejně náročná, jen zde není napsaná, tak ji můžete použít. Aktivitu je možné plnit formou závodu či jiné soutěže. Dráha musí být vždy přiměřená věku dětí a také musí být dodrženy bezpečnostní zásady.

**Půjdu v přírodě podle připravených šipek nebo pochodových značek**. (S16, V18, P18) – Pochodové značky nám pomáhají u dětí rozvíjet například orientaci v terénu. Plnění aktivity vyžaduje přípravu v podobě představení pochodových značek (užíváme značky dle zvyklosti smečky /roje). Představení může proběhnout v rámci nějakého programu/hry. Samotné plnění může proběhnout na výletě, ale i speciální schůzce, a to nejen formou hledání pokladu.

**Na tři po sobě jdoucí schůzky si připravím a přinesu všechno (bodované) vybavení.** (S16, V19, P19) – Jedná se o dlouhodobou aktivitu, která vyžaduje, aby na ni děti samy myslely. Cílem je, aby se naučily si samy připravovat věci, které potřebují. Učíme vlčata a světlušky pamatovat si dané předměty a zvyknout si na jejich nošení. Slovem „bodované“ jsou myšleny předměty, které by vlčata /světlušky měly na schůzku nosit, i když v oddíle není zvykem tyto věci nijak bodovat.

**Aktivity stezky / 23 Převyprávím**, o čem byl večerníček či jiná krátká pohádka, kterou jsem nedávno viděl/ a. (S19, V19, P19) – V tomto úkolu podporujeme vyjadřování, prezentaci a komunikaci pomocí pohádek, které děti v tomto věku bezpečně znají. Mimo to posilujeme u dětí paměť a také schopnost porozumět smyslu pohádky /příběhu – za tímto účelem je vhodné si s dětmi o příběhu ještě popovídat a zařadit doplňující otázky či jinou aktivitu.

**Na výpravu či jinou akci se správně obléknu podle počasí.** Po výpravě znázorním, co jsem měl/ a oblečené‑ ho. (S20, V18, P19) – Dlouhodobý úkol rozvíjí kompetence zaměřené na schopnost vhodně se obléci dle dané situace a počasí. Vlastní provedení záleží na smečce /roji, podmínkou jsou tři akce. Je zapotřebí odlišit, co připravili dětem rodiče a co si zvolilo dítě samo. K tomu jsou vhodné vícedenní výpravy, kdy můžeme lépe pozorovat, jak se dítě samo rozhoduje, co si vzít na sebe. Žádoucí je také zařadit program, který bude mít za cíl vysvětlit dětem, co a kdy je vhodné si vzít na sebe za oblečení.

**B – KDO JSEM 1. stupeň Ke splnění prvního stupně je zapotřebí 6 úkolů, z toho 1 dlouhodobý.**

**Vedoucí a šestka mi potvrdí, že se snažím všechny hry hrát podle pravidel.**

(S21, V24, P26) – V tomto úkolu je kladen důraz na rozvoj vztahů s vrstevníky a hlavně na osobní rozvoj. Šestka totiž může odhlasovat, zda skutečně vlče či světluška hrály dle pravidel. Úkol rozvíjí férové chování (do budoucna nejen při hře).

**Řeknu a napíšu pět příkladů správného a špatného chování.** (S22, V28, P30) – Úkol vede k za‑ myšlení i nad důsledky tohoto jednání. Můžeme vyprávět pohádku a změnit roli rozhodnutí postavy, co to udělá s dějem?

**Mám strach z…** Pokusím se vymyslet způsob, jak bych mohl/ a tento strach překonat. (S23, V25, P27) – Překonání vlastního strachu sahá do oblasti osobního rozvoje. Opět lze o tématu hovořit nebo pomoci s překonáním daného strachu. Každý má strach z něčeho jiného. Vhodná je diskuse o tom, kdo má z čeho strach a jak mu můžeme čelit.

**30 / Stezka a symbolický rámec vlčat a světlušek Zjistím si něco o svých zálibách.** (S23, V24, P25) – V rámci úkolu by se měla světluška či vlče zamyslet nad tím, co ji/ho baví, a pokusit se zjistit něco více o těchto věcech. Úkolu můžeme využít při programu. Vlče zajímá fotbal, proto si zjistí pravidla a zajímavosti a ostatním to poví. Úkol slouží k osobnímu rozvoji a sebepoznání, zároveň rozvíjí kompetence zaměřené na vyhledávání informací.

**Vyberu si nějaké zvíře, kterým bych se chtěla stát, a ostatním v šestce řeknu, jaké vlastnosti se mi na něm líbí. (**S25, V24, P27) – Úkol se zaměřuje na sebepoznání, ale rozvíjí také komunikační a prezentační dovednosti. Důležité je dohlédnout na to, aby vlčata /světlušky řekly, proč by daným zvířetem chtěly být. Můžete doplnit dalšími otázkami – co mají společného, proč se jim dané vlastnosti líbí a jaké zvíře naopak by mohlo mít vlastnosti špatné.

**Seznámím šestku se svou oblíbenou písničkou nebo pohádkou a zkusím vysvětlit, proč se mi líbí.** (S25, V23, P25) – Aktivita slouží k sebepoznání a navázání dobrých vztahů v kolektivu. Mimo to je zaměřena na uvědomění si hezkých věcí, jejich poznání a sdílení s ostatními. Důležitá je práce se skupinou, aby každý mohl beze studu říci, která pohádka /pí‑ snička se mu líbí.

**C – MŮJ KAMARÁD 1. stupeň Ke splnění oblasti jsou potřeba 4 úkoly, z toho 2 dlouhodobé. Moji kamarádi mají spoustu dobrých vlastností. Zamyslel/ a jsem se, jaké vlastnosti to jsou.**

(S26, V39, P41) – Kamarádství je pro tento věk dětí důležité, proto je řazen úkol na zamyšlení nad dobrými vlastnostmi. Aktivitě by měl předcházet program o vlastnostech obecně – dobré × špatné atp.

**Během jednoho týdne se každý večer zkusím zamyslet, jestli se mi podařilo během dne někomu pomoci.** (S27, V40, P42) – Dlouhodobý úkol, na který musí děti myslet každý den, má za cíl přiblížit dětem pomoc druhým. Pomoc druhým se tak stává samozřejmou součástí dne vlčat/světlušek. Vhodná je i diskuse /jiný program, kdy dětem přiblížíme, jak mohou pomáhat druhým a co je to dobrý skutek.

**Napíšu alespoň tři věci, které jsem se naučila od svých kamarádů.** (S37, V38, P40) – Aktivita je zaměřená na kamarádské vztahy a zejména na kompetence spojené s učením se od ostatních. Děti by měly být schopny se učit i od svých kamarádů. Je důležité, aby‑ chom si s dětmi promluvili, co není a co je vhodné se od nich učit. Můžeme také zařadit program, kdy vlčata a světlušky naučenou věc předvedou, řeknou, k čemu ji využijí atp.

**Chovám se kamarádsky.** Alespoň dvakrát během jednoho měsíce se pobavíme o tom, jak se k sobě chová‑ me. (S37, V38, P40) – Jedná se o dlouhodobý úkol, který je zaměřený na chování ve skupině a podporu přátelského chování.

**D – MŮJ DOMOV 1. stupeň Ke splnění oblasti je potřeba všech 4 úkolů**

**Jak doma pomáhám.** (S39, V41, P43) – Tímto úkolem se rozvíjejí kompetence zaměřené na pomoc v rodině. To je dále rozvíjeno ve vyšších stupních.

**Těm, kdo nebyli na výpravě, povím, co jsme všechno zažili.** (S40, V43, P45) – Aktivita je zaměřená na kompetence, které rozvíjejí schopnost být platným členem skupiny. Podporuje zapojení dětí do skupiny vrstevníků a zároveň děti motivuje ke společným zážitkům a účasti na akcích. Splnění úkolu může být provedeno ústně, zápisem na internetové stránky, do deníku či psané kroniky, záleží na smečce /roji.

**Vyberu si dva libovolné členy své rodiny a zjistím od nich, co dělají a jak tím pomáhají druhým.** (S41, V46, P48) – Aktivita se zaměřuje na kompetence. Je plnohodnotným členem rodiny. Volně na tuto aktivitu navazují i další úkoly ohledně povolání v dalších stupních. Důležité je, aby si děti uvědomily, čím dané povolání pomáhá ostatním. To může být pro děti u některých povolání velmi těžké.

**Napíšu dopis nebo pohled a odešlu jej na skutečnou adresu**. (S43, V42, P44) – Aktivita rozvíjí kompetence z oblasti praktický život, ale také posiluje přátelské vtahy např. v rodině. Dopis ve stezce je zkušební, ten skutečný si můžete společně vyrobit a poslat ho rodičům z tábora.

**E – SVĚT OKOLO NÁS 1. stupeň Ke splnění oblasti je třeba 3 bodů, z toho jeden je dlouhodobý.**

**Požádám někoho z rodiny, aby mi ukázal svou oblíbenou knížku, pověděl o svém oblíbeném filmu nebo oblíbené písničce. Já jim ukážu své.** Společně si řekneme, co se nám na našem výběru líbí. (S44, V47, P49) – Úkol rozvíjí kompetence zaměřené na poznání příběhů tohoto světa a na různosti světa. Díky povídání o rozdílech mezi oblíbenou věcí např. své babičky a svou oblíbenou věcí poznají vlčata a světlušky, co mají ti druzí rádi a jak se to s časem vyvíjí.

**Po skončení schůzky ji zhodnotím.** (S45, V48, P50) – Jedná se o dlouhodobý úkol, který je zaměřen na poskytování zpětné vazby. Tuto metodu hodnocení schůzek lze zavést i při běžné činnosti. Děti se naučí hodnotit a vyjadřovat svůj názor.

**Co dělám rád / a v okolí svého bydliště? Na jaká místa chodím s kamarády nebo rodiči?** (S47, V50, P52) – Úkol rozvíjí kompetence z oblasti příběhů tohoto světa, kdy se zaměřujeme na zajímavá místa v okolí, jejich význam a zajímavost. Vlčata a světlušky se snaží určit, která místa v okolí mají rádi. V rámci schůzek můžeme postupně tato jejich oblíbená místa obejít.

**F – PŘÍRODA KOLEM NÁS 1. stupeň Ke splnění oblasti je potřeba 7 bodů.**

**Co se v lese ne /smí** (S49, V52, P54) – Úkol rozvíjí kompetence v oblasti pobyt v přírodě. Jed‑ ná se o základní znalost. Důležité je i vysvětlení, proč se dané věci nesmí. Tento úkol lze plnit i pomocí dramatiizace, pantomimy, vyplňování lístečků, různých her…

**Aktivity stezky / 39 Podle fotografií najdu dané listy a pomocí barev je obtisknu vedle obrázku.** K obrázku napíšu jméno stro‑ mu a místa, ze kterého jsou. (S50, V56, P58) – V aktivitě se rozvíjejí různé kompetence, především poznávání přírody. Vlčata a světlušky učíme poznávat listy formou hry. Aktivitě předchází nutnost jít do přírody a dané listy posbírat. Výhodou je plnění na výpravě či táboře, můžete si vyrobit karty se stromy do klubovny. Také si můžete natisknout přírodní obaly na stezky nebo zápisníky – každý si vybere nejoblíbenější list. Správné řešení – lípa, vrba, dub, buk, habr, bříza.

Posadím se na táboře nebo na výpravě v lese k potoku nebo na louku a **budu poslouchat zvuky přírody, šumění stromů, zpěv ptáčků a vše, co se v přírodě děje.** **Zvuky, které uslyším, se pokusím zakreslit.** (S54, V51, P53) – U této aktivity rozvíjíme opět více kompetencí, například Vnímání přírody, dále také Pobyt v přírodě a Prezentační schopnosti. Je potřeba dbát na bezpečnost. Dítě, které chvíli neposedí, nedáváme k potoku. Čas vymezíme dle možností – 20–30 minut. Vlčata /světlušky mají s sebou píšťalku, nesmí se ale přemisťovat. Místo vybíráme tak, aby nebylo dítě nikým rušeno.

**Výběrové úkoly:**

**Výběrové úkoly (1 ze 2) (**S48, V55, P57) ***Uděláme si dobrodružnou expedici*** od ústí potoka až k prameni. – Aktivita rozvíjí kompetence z oblasti Pobyt v přírodě a poznávání přírody. Lze uskutečnit na výpravě nebo táboře, kde podnikneme výpravu podél potoka, můžeme k tomu připojit i legendu. Dle počasí a výšky hladiny vody procházíme část toku vodou. Potřebujeme vhodnou obuv. Cestu podél potoka můžeme spojit s drobným úklidem nepořádku (potřebujeme rukavice a pytle).

***Vytvořím v lese či na louce obrázek z přírodních materiálů a neutrhnu při tom žádnou rostlinu.*** – Úkol řadíme ke kompetencím Šetrné chování a poznávání přírody. Tímto úkolem se děti učí neničit rostliny, použijí pouze spadlé přírodniny, rozvíjíme cit k přírodě, kom‑ pozici obrázku, představivost. Téma můžeme zadat nebo přibližně určit, velikost obrázku závisí na podmínkách (materiál, čas).

**Výběrové úkoly (S55, V54, P56) (2 ze 4)** ***Válení sudů*** – Aktivita se zaměřuje zejména na pobyt v přírodě, vnímání přírody a její hodnoty. Děti si osvojují kladný vztah k přírodě, „nebojí“ se lehnout si do trávy. Jedná se zde také o prožitek dané aktivity. Lze využít obě varianty úkolu, sníh je určen pro alergiky, tráva pro zdravé děti, úsek nemusí být dlouhý, jde o kontakt s přírodou. Důležitá je bezpečnost, terén si předtím projděte a odstraňte překážky, které by dětem mohly ublížit. Hra s plížením a schováváním – Opět se jedná kontakt s přírodou a o poznávání hodnoty přírody. Les využijeme jako místo pro hry.

***Pozorování mraků*** – Úkol řadíme k poznávání přírody a hodnotě přírody. Smyslem úkolu je hledání tvarů v oblacích a zamyšlení se nad mraky, přírodou a našim okolím. Uděláme si z rukou rámeček, pokusíme si výjev zapamatovat a nakreslit.

**Sledování hvězd** – aktivita rozvíjí zejména oblasti vnímání a poznávání přírody. Můžeme přečíst pohádky o souhvězdích a některé z nich si najít, možno plnit i vlčka /světýlko. 40 / Stezka a symbolický rámec vlčat a světlušek Pozorování hvězd může vést k různým debatám a zamyšlení, dbejte na tiché prostředí, ať nebe a příroda na děti působí. Do programu smečky /roje lze zařadit návštěvu blízkého planetária.

**Výběrové úkoly (S58, V53, P55) (1 ze 2) *Lesní domeček*** – Aktivitu řadíme ke kompetenci pobyt v přírodě. Délka stavby a velikost domečku záleží na našem čase. Dáváme pozor na hmyz schovaný v zemi. Domečky můžeme vyfotografovat a schovávat do oddílového alba, lze zakomponovat do jakékoliv táborové hry. ***Lodička ze dřeva*** – Úkol řadíme k poznávání přírody. Využijeme dostupný materiál, bezpečnost především. Můžeme vyřezat jiné drobné předměty a využít je v další činnosti (postavička – divadlo).