

CESTA

ZEMĚ & VODY

1. stupeň skautské stezky



Než se vydáš na cestu, připomeň si skautský zákon, slib, heslo a denní příkaz.
Ať jsou nerozlučnými pomocníky na tvé cestě!

SKAUTSKÝ ZÁKON

1. Skaut je pravdomluvný.
2. Skaut je věrný a oddaný.
3. Skaut je prospěšný a pomáhá jiným.
4. Skaut je přítelem všech lidí dobré vůle a bratrem každého skauta.
5. Skaut je zdvořilý.
6. Skaut je ochráncem přírody a cenných výtvorů lidských.
7. Skaut je poslušný rodičů, představených a vůdců.
8. Skaut je veselý myslí.
9. Skaut je hospodárný.
10. Skaut je čistý v myšlení, slovech i skutcích.

1. Skautka je pravdomluvná.
2. Skautka je věrná a oddaná.
3. Skautka je prospěšná a pomáhá jiným.
4. Skautka je přítelkyní všech lidí dobré vůle a sestrou každé skautky.
5. Skautka je zdvořilá.
6. Skautka je ochránkyní přírody a cenných výtvorů lidských.
7. Skautka je poslušná rodičů, představených a vůdkyň.
8. Skautka je veselá myslí.
9. Skautka je hospodárná.
10. Skautka je čistá v myšlení, slovech i skutcích.

SKAUTSKÝ SLIB

Slibuji na svou čest, jak dovedu nejlépe:
sloužit nejvyšší Pravdě a Lásce věrně v každé době,
plnit povinnosti vlastní a zachovávat zákony skautské,
duši i tělem být připraven/a pomáhat vlasti i bližním.

Slib lze doplnit dobrovolným dodatkem:
K tomu mi pomáhej Bůh.



SKAUTSKÉ HESLO

Buď připraven/a!

DENNÍ PŘÍKAZ

Alespoň jeden dobrý skutek denně!

TUTO STEZKU POUŽÍVÁ:

Jméno:

Přezdívka:

Družina:

Oddíl:

Středisko:

DŮLEŽITÉ KONTAKTY:

TELEFON:

Můj:

Domů:

Rádce/rádkyně:

☎ Kormidelník/kormidelnice:

Vedoucí:

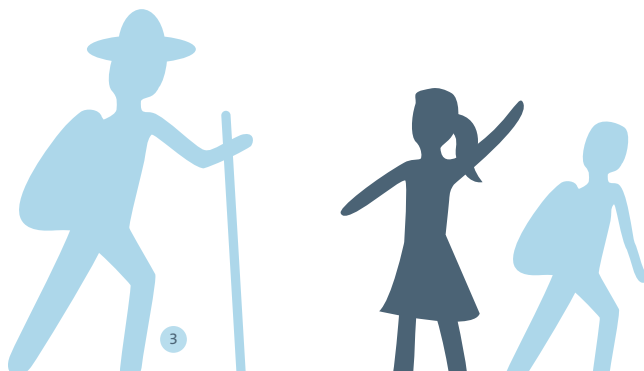
E-MAIL:

Můj:

Rádce/rádkyně:

☎ Kormidelník/kormidelnice:

Vedoucí:



VÍTEJ NA SKAUTSKÉ STEZCE

Skautská stezka je průvodcem pro všechny skauty a skautky.
Ukazuje, co můžeš umět a v čem se zdokonalovat.
Vydáváš se na CESTU ZEMĚ & VODY.
Co tě tedy v této stezce čeká?

Budeš se rozvíjet v **6** různých oblastech.

Budeš přemýšlet, jaký/á jsi a co umíš, zabývat se vztahy s ostatními – rodinou, kamarády a kamarádkami.
Budeš poznávat společnost i přírodu.
Každá oblast se dělí do několika podoblastí:

CO UMÍM A ZNÁM

Praktický život
Tábornická praxe
Fyzická zdatnost
Budme připraveni
Tvořivost a zručnost

KDO JSEM

Já a můj život
Moje svědomí
Osobní rozvoj

MOJE KAMARÁDSTVÍ

Vztahy
Komunikace mezi lidmi
Pomoc druhým

MŮJ DOMOV

Moje rodina
Moje družina

SVĚT OKOLO NÁS

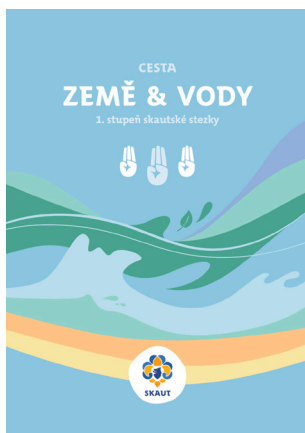
Já v demokracii
Rozmanitost světa
Příběhy našeho světa

PŘÍRODA KOLEM NÁS

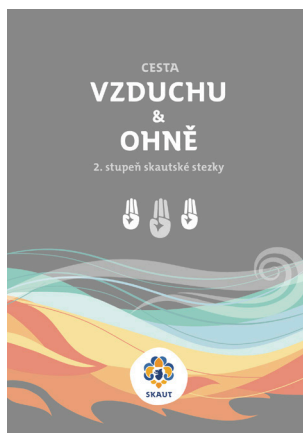
Pobyt v přírodě
Vnímání přírody
Poznávání přírody
Hodnota přírody

PŘEDSTAVENÍ STEZKY

Skládá se ze dvou stupňů:



1. stupeň



2. stupeň

JAK STEZKA FUNGUJE

Oba stupně obsahují úkoly, které budeš postupně plnit. Splněním libovolné poloviny z 1. stupně máš splněnou CESTU ZEMĚ, splněním zbylých úkolů máš splněnou CESTU VODY.

Průchod jednou cestou ti bude trvat přibližně jeden rok. Po splnění každé cesty získáš nášivku na skautský kroj a otevře se ti nabídka výzev, které můžeš plnit. Na konci stupně máš navíc možnost zažít závěrečný rituál, při kterém zakončíš 1. stupeň stezky.



JAK SE HODNOTÍ SPLNĚNÍ ÚKOLŮ

Grafické schéma úkolu:

1. NÁZEV ÚKOLU

Zde najdeš popis úkolu (zadání, záznamu, ...).

Zde je prostor pro plnění tvých úkolů. Může mít podobu zaškrťávacích polí, linek na psaní apod.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

CO DĚLAT, KDYŽ MÁŠ ÚKOL HOTOVÝ?

1. Podívej se na úkol (zadání, záznam, ...) a pečlivě se zamysli, jestli už je opravdu splněný. Pokud ano, podepiš se do kolonky **Můj podpis**.



2. Popros někoho, kdo s tebou úkol plnil nebo plnění viděl, aby ti dal zpětnou vazbu. Řekne ti, co se ti dařilo a co je ještě případně ke splnění potřeba. Po splnění se ti podepíše do kolonky **Podpis svědka/svědčyně**. Může to být kamarád, někdo z rodiny, z oddílu, ...



3. Ukaž úkol někomu z oddílu či družiny, kdo má stezku na starosti - vedoucí, rádce či rádkyně apod. Podepíše se ti do kolonky **Podpis vedení**. Může to být stejná osoba jako svědek či svědkyně.

Máš tři podpisy? Máš splněný úkol ve stezce!

ÚPRAVY ÚKOLŮ:

Po dohodě s vedoucí/m je možné upravit úkol tak, aby lépe odpovídal tvým možnostem nebo potřebám oddílu.

a b c d e f g

h i j k l m n

o p     



Přečetl/a jsem si úvod stezky
a dobrovolně se na ni vydávám dne:

.....,

což stvrzuji svým podpisem:

.....



KDY BUDU PLNIT CO

ZÁŘÍ	ŘÍJEN	LISTOPAD	PROSINEC
LEDEN	ÚNOR	BŘEZEN	DUBEN
KVĚTEN	ČERVEN	ČERVENEC	SRPEN

ZÁŘÍ	ŘÍJEN	LISTOPAD	PROSINEC
LEDEN	ÚNOR	BŘEZEN	DUBEN
KVĚTEN	ČERVEN	ČERVENEC	SRPEN

PRAKTICKÝ ŽIVOT

Dokážu se o sebe postarat. Nečekám, že za mě vše budou řešit rodiče nebo vedoucí.
Ve světě se neztratím a umím si poradit.

1. POŘÁDEK

Po dobu sedmi dní si budu udržovat co největší pořádek ve svém pokoji nebo na táboře ve stanu (nic nebude na zemi, bude ustláno, mokré věci na sušáku apod.).

Den: 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7.

Měřítka: 1. 4.

2. 5.

3. 6.

.....

Můj podpis

Podpis svědka/svědčyně

Podpis vedení

2. INFORMACE

Zjistím složitější informaci, o kterou mě vedoucí, rádce či rádkyně požádá, nebo kterou naše družina potřebuje (kdy jede vlak, co tu roste za rostlinu, kdo je starostou, v kolik otevírají v obchodě, ...).

Co jsem zjišťoval/a:

Kde jsem odpověď našel/našla:

Znění odpovědi:

.....

Můj podpis

.....

Podpis svědka/svědčyně

.....

Podpis vedení

3. JÍDLO

Nakoupím a uvařím chutné jídlo z těchto základních potravin: brambory, těstoviny, rýže.
Můžu plnit i ve dvojici nebo s družinou.

SUROVINA: UVAŘENÉ JÍDLO: CHUTNALO:

Brambory ANO/NE

Těstoviny ANO/NE

Rýže ANO/NE

.....

Můj podpis

.....

Podpis svědka/svědčyně

.....

Podpis vedení

TÁBORNICKÁ PRAXE

Tábor. Letní pohoda v přírodě, kamarádi, kamarádky a hry, ale zároveň také zkouška samostatnosti.

4. NŮŽ

Prokážu, že umím používat nůž a umím se postarat, aby nezrezivěl. Dodržuji zásady práce s nožem, nikoho neohrožuji. Naostřím ho.

Během práce s nožem dodržuji tyto bezpečnostní zásady:

1.
2.
3.

Naostřil/a jsem jej dne:

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

5. SEKERA

Prokážu, že umím pracovat se sekerou. Dodržuji zásady bezpečného zacházení. Nasekám třísky.

Během práce se sekerou dodržuji tyto bezpečnostní zásady:

1.
2.
3.

Třísky jsem nasekal/a dne:

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení



6. OHEŇ

Rozdělám dvakrát oheň. Může to být v různých podmínkách, např. na ohništi, v kamnech.

1. Oheň jsem rozdělal/a (kdy, kde):

Jakým způsobem:

.....

2. Oheň jsem rozdělal/a (kdy, kde):

Jakým způsobem:

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyně

.....
Podpis vedení

7. NOVÉ UZLY

Naučím se vázat dva nové uzly a použiji je prakticky.

Název uzlu:

Použití:

.....

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyně

.....
Podpis vedení



FYZICKÁ ZDATNOST

Moje tělo dokáže spoustu věcí. Aby bylo ohebné, vytrvalé, pevné a pružné, musím se o něj pravidelně starat: udržovat ho a trénovat. Proto se nebojím pohybu. Víím, proč je pohyb důležitý pro mé zdraví.

8. SPORTOVÁNÍ

Vyrazím s družinou, oddílem, kamarády alespoň třikrát dobrovolně sportovat - běhat, tancovat, na brusle, ...

Jak jsem sportoval/a:

1.

2.

3.

Nejvíce mě bavilo:, protože

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčiny

.....
Podpis vedení



BUĎME PŘIPRAVENI

Nečekaná situace může přijít kdykoli a kdekoli. Umím si poradit a vím, kdy a jak přivolat pomoc. Dokážu zachovat chladnou hlavu.

9. ORIENTACE NA MAPĚ

Nejméně při třech různých příležitostech dokážu najít svoji pozici na mapě (papírové, elektronické, ...).

Našel/našla jsem se na mapě:

1. Kde:

Podle čeho:

2. Kde:

Podle čeho:

3. Kde:

Podle čeho:

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

10. PŘIVOLÁNÍ POMOCI

Vyjmenuji telefonní čísla tísňového volání a správně přiřadím, na které zavolat v různých případech (dopravní nehoda, okradli mě, hoří, ...). Vyzkouším si správné přivolání první pomoci (simulovaný telefonát s operátorem).

Důležitá čísla:

Co musím sdělit při telefonátu:

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

11. BEZVĚDOMÍ

Názorně předvedu, jak bych přistupoval/a k člověku v bezvědomí (leží a nereaguje na mě).
Vyhodnotím, jestli dýchá. Napíšu, na co si dát pozor, aby mi nehrozilo žádné nebezpečí.

Postup:

.....

.....

.....

Dám si pozor na:

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyně

.....
Podpis vedení

12. NEČEKANÁ SITUACE

V nečekané situaci, která je popsána nebo sehraná, správně zareaguji. Např. když se bude blížit podezřelý člověk (opilý, agresivní, ...), když vidím tonoucího. Uvedu situace, ve kterých se nebudu pouštět do záchranu člověka samostatně bez další pomoci.

Jakou situaci jsem řešil/a:

.....

Situace, kdy si řeknu o pomoc:

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyně

.....
Podpis vedení



TVOŘIVOST A ZRUČNOST

Tvoření je zábava a spolu s trochou zručnosti může vzniknout spousta zajímavých, krásných a užitečných věcí. Proto se zkusím v tvořivosti i zručnosti rozvíjet: tvořit, hledat nápady, učit se nové techniky, pracovat s novými nástroji a další. Chce to trpělivost, čas i odvahu.

13. TVOŘENÍ

Vyzkouším si tři způsoby tvoření, které jsou pro mě nové, ať už rukodělné, výtvarné, dramatické, literární či hudební. Můžu zkusit např. vyřezávání, plstění vlny, malování na sklo, batikování, improvizální hry, básně, kaligramy, rytmické hry.

Vyzkoušel/a jsem si

1.
2.
3.

Nejzajímavější pro mě bylo 1 - 2 - 3, protože.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčnyě

.....
Podpis vedení



JÁ A MŮJ ŽIVOT

Jsem rád/a na světě, i když život občas přinese i těžkosti. Víím, co mi udělá radost, dokážu hledat ve věcech smysl. Dokážu se soustředit a jsem trpělivý/á.

14. RADOST

Napišu si alespoň deset věcí, které mi dělají radost. O některých povím své družině a řeknu jim, čím by oni mohli udělat radost mně (tak, aby to bylo splnitelné).

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Kamarádi a kamarádky z družiny mi udělají radost:

.....

.....

.....

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčiny

.....
Podpis vedení



15. SMYSL

Vyberu si tři věci (písnička, příběh, hra, kterou hrajeme apod.) a u každé povím, co nám chce podle mne říct, jaký je její smysl, co nás může naučit.

Věc:

Smysl:

.....

.....

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

16. SOUSTŘEDĚNÍ

Vyberu si jednu činnost ve které zlepším soustředění. Následně si stanovím s rádcem, rádkyní, vedoucí/m nebo rodičem, v čem se chci zlepšit (v pečlivosti, nepřerušování práce, ...).
Můžu zkusit např.: čtení knihy, balení batohu, luštění šifry, domácí úkol.

Činnost:

Chci se zlepšit v:

Stručné zhodnocení:

.....

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

MOJE SVĚDOMÍ

Snažím se poslouchat své svědomí, které mi pomáhá rozlišit, co je správné a co ne.
Pomocníkem mi je také skautský zákon.

17. SKAUTSKÝ ZÁKON

Pozorně si přečtu skautský zákon.

U každého bodu si napíšu příklad toho, kdy jsem ho dodržel/a ● a kdy porušil/a nebo mě lákalo jej porušit. ● Poté si o tom popovídám s rádcem/rádkyní nebo s někým z vedení oddílu.

Skaut je pravdomluvný. Skautka je pravdomluvná.

-
-

Skaut je věrný a oddaný. Skautka je věrná a oddaná.

-
-

Skaut je prospěšný a pomáhá jiným. Skautka je prospěšná a pomáhá jiným.

-
-

Skaut je přítelem všech lidí dobré vůle a bratrem každého skauta.
Skautka je přítelkyní všech lidí dobré vůle a sestrou každé skautky.

-
-

Skaut je zdvořilý. Skautka je zdvořilá.

-
-

Skaut je ochráncem přírody a cenných výtvorů lidských.
Skautka je ochránkyní přírody a cenných výtvorů lidských.

-
-

Skaut je poslušný rodičů, představených a vůdců.
Skautka je poslušná rodičů, představených a vůdkyň.

●
●

Skaut je veselý myslí. Skautka je veselá myslí.

●
●

Skaut je hospodárný. Skautka je hospodárná.

●
●

Skaut je čistý v myšlení, slovech i skutcích. Skautka je čistá v myšlení, slovech i skutcích.

●
●

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyně

.....
Podpis vedení

18. Kladné vzory

Vyber si jednu až tři postavy z knížky, filmu, počítačové hry či skutečného příběhu a posoudím, kdy se chovaly špatně a kdy dobře. Na jedné situaci popíšu, jak bych se v dané chvíli zachoval/a já.

Vybraná postava:

Vybraná situace:

.....
.....

Jak bych se zachoval/a já:

.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyně

.....
Podpis vedení

OSOBNÍ ROZVOJ

Dovedu se zamyslet nad tím, kým chci v životě být, čeho chci dosáhnout a co proto musím udělat. Rád/a se učím, zajímám se o věci kolem sebe, chci jim porozumět. Chci být spolehlivý/á a umět se překonávat, obstojím pak i v složitějších situacích.

19. MODRÝ ŽIVOT

Sestavím si svůj „Modrý život“ - seznam úkolů, které zkusím splnit každý den. Budu ho dodržovat alespoň čtrnáct dní. Před začátkem plnění mi úkoly schválí rádce, rádkyně nebo vedoucí. Za splněný úkol si vždy vybarvím políčko:

Úkol:

Den 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14.

Úkol:

Den 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14.

Úkol:

Den 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14.

Úkol:

Den 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14.

Úkol:

Den 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14.

Úkol:

Den 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčiny

.....
Podpis vedení



20. MOJE SNY

Sepíšu si seznam alespoň deseti věcí, kterých bych chtěl/a dosáhnout, zažít. Umístím seznam na místo, které mám každý den na očích. O některých z nich si popovídám s rádcem, rádkyní, rodičem nebo s někým z vedení oddílu.

Kam jsem si seznam vyvěsil/a:

S kým jsem si povídal/a:

.....

Můj podpis

.....

Podpis svědka/svědčyně

.....

Podpis vedení

21. OSOBNÍ ODVAHA

Obstojím ve třech konkrétních situacích oddílového života (přiznám se k něčemu, co jsem zkazil/a; udělám práci, do které se mi nechce; bojím se jít něco vyřídit, ale přesto to udělám; nepanikařím, když se lehce zraním nebo mám strach při bouřce; zvládnu výpravu s dobrou náladou, i když mě už bolí nohy, mám mokro v botách apod.).

1.

.....

2.

.....

3.

.....

.....

Můj podpis

.....

Podpis svědka/svědčyně

.....

Podpis vedení

VZTAHY

Chci mít s ostatními hezké vztahy a být dobrým kamarádem či dobrou kamarádkou.

22. PŘEMÝŠLENÍ NAD KAMARÁDSTVÍM

Vyberu si jednoho kamaráda/kamarádku a společně zkusíme přijít na to, jak dlouho a proč spolu kamarádíme, co máme společného, čeho si na druhém ceníme, co se od sebe učíme. Připomeneme si aspoň jeden společný důležitý zážitek (jak jsme se začali kamarádit, co se nám přihodilo, ...).

Vybral/a jsem si:

Kamarádíme spolu už (jak dlouho):

Máme společné (zájmy, oblíbené věci, vlastnosti, ...):

Je pro mě důležitý/á, protože:

Já se od něj/ní učím:

On/a se ode mě učí:

Společný a důležitý zážitek:

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčiny

.....
Podpis vedení



KOMUNIKACE MEZI LIDMI

Chci rozumět druhým, správně chápat, co mi sdělují. K tomu je třeba jim umět naslouchat a snažit se pochopit, co si opravdu myslí a jak se cítí. Chci se naučit jasně vyjadřovat, co mám na mysli, aby mi ostatní dobře rozuměli.

23. NASLOUCHÁNÍ

Zeptám se nebo si zjistím, co znamená naslouchat druhému. V souladu s tím, co jsem zjistil/a, si vyposlechnu vyprávění kamaráda a kamarádky. Na závěr mu/ji položím doplňující otázky.

Co znamená naslouchat druhému:

.....

.....

.....

.....

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčce

.....
Podpis vedení

24. MŮJ NÁZOR

Napišu nebo řeknu svůj názor např. na spolupráci družiny při hře, na výpravu, tábor. Co mě zaujalo, co se mi líbilo i co se mi nelíbilo a proč. Dokážu formulovat svůj názor. Jsem konkrétní a citlivý/á.

Můj názor:

.....

.....

Zdůvodnění:

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčce

.....
Podpis vedení

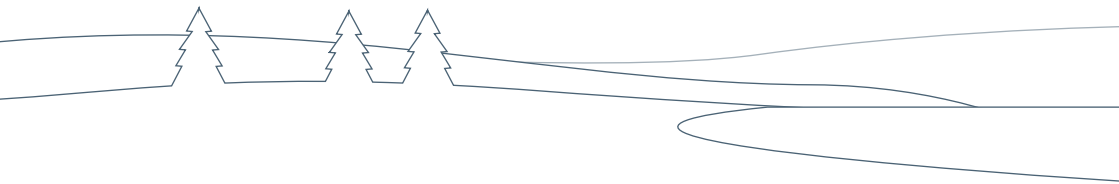
ODDÍLOVÉ ROZŠÍŘENÍ

Tato část stezky je určena pro vložení oddílového rozšíření. To jsou úkoly, které oddíl vybere jako součást 1. stupně pro všechny své členy a členky. Zeptej se, jestli máte úkoly v oddílovém rozšíření.

Úkoly je možné dopsat ručně, ale také je vedoucí může vytisknout z webu stezky:

STEZKA.SKAUT.CZ

Vytištěnou stránku si sem pak můžeš vložit (otevřít sponky, vložit a sponky zavřít) nebo nalepit.



A.

.....
.....
.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

B.

.....
.....
.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

C.

.....
.....
.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

D.

.....
.....
.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení



E.
.....
.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyňě

.....
Podpis vedení

F.
.....
.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyňě

.....
Podpis vedení

G.
.....
.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyňě

.....
Podpis vedení

H.
.....
.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyňě

.....
Podpis vedení



I.

.....
.....
.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyně

.....
Podpis vedení

J.

.....
.....
.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyně

.....
Podpis vedení

K.

.....
.....
.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyně

.....
Podpis vedení

L.

.....
.....
.....
.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyně

.....
Podpis vedení



POMOC DRUHÝM

Kolem nás je spousta lidí, kterým mohu pomoci. Proto je důležité, abych dokázal/a poznat, když někdo moji pomoc potřebuje, a abych mu také opravdu pomoci dokázal/a.

25. SKAUTSKÉ HESLO A DENNÍ PŘÍKAZ

Pomůžu někomu a popovídám si o tom s někým z vedení oddílu, rádcem či rádkyní. Probereme, jak mé jednání souviselo s naplňováním skautského hesla a denního příkazu.

Komu jsem pomohl/a:

.....

.....

.....

Jak pomoc souvisí se skautským heslem:

.....

.....

.....

Jak pomoc souvisí s denním příkazem:

.....

.....

.....

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení



MOJE RODINA

Mám rád svoje rodiče a ostatní členy rodiny a uvědomuji si, co znamená mít domov. Vím, jak mohu v rodině pomáhat, a snažím se, aby nám bylo spolu dobře.

26. POTĚŠENÍ PŘÍBUZNÝCH

Udělám radost někomu z blízkých příbuzných tím, že jim připravím malé překvapení (vyrobím dárek, vyzdobím stůl, upeču něco dobrého apod.).

Komu jsem udělal/a radost:

Čím:

Jaká byla reakce:

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

27. DOMÁCÍ PRÁCE

Vyzkouším si alespoň šest typů domácích prací:

- | | |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <input type="radio"/> vyperu, pověsím a poskládám prádlo | <input type="radio"/> vynesu odpadkové koše do tříděného odpadu |
| <input type="radio"/> vyžehlím jednu várku prádla | <input type="radio"/> utřu prach |
| <input type="radio"/> umyji, utřu a uklidím nádobí | <input type="radio"/> umyji okna, zrcadla, výplně dveří |
| <input type="radio"/> vyluxuji | <input type="radio"/> jiná, jaká: |
| <input type="radio"/> vytřu | |

Pokud žádnou z těchto činností zatím pravidelně nevykonávám, jednu si s rodinou vyberu a vezmu si ji na starost.

Pravidelně vykonávám:

Jak často:

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

MOJE DRUŽINA

Bez ostatních bych toho nedokázal/a tolik, jako když pracuji v týmu. Každý v naší družině je dobrý v něčem jiném a také se toho jeden od druhého můžeme dost naučit. I když je někdy těžké s ostatními vyjít a přijmout jiný názor, nakonec dokážeme společně velké věci.

28. DRUŽINA V ODDÍLE

Vysvětlím, co má kdo v naší družině na starost a čím do družiny přispívá. Může jít o funkci, vlastnost, dovednost, ... Vysvětlím, co mají na starosti rádci či rádkyně. V mojí družině jsou:

Jméno nebo přezdívka:

Co má na starost, čím do družiny přispívá:

- | | |
|---------|---------|
| 1. | 1. |
| 2. | 2. |
| 3. | 3. |
| 4. | 4. |
| 5. | 5. |
| 6. | 6. |
| 7. | 7. |
| 8. | 8. |

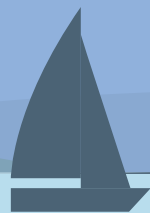
Co má na starosti rádce/rádkyně:

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčiny

.....
Podpis vedení



JÁ V DEMOKRACII

Demokracie je systém, ve kterém mají všichni právo na svůj hlas a mohou spolurozhodovat o důležitých věcech. Fungovat může v malých skupinách (družina a oddíl) i ve větších (např. obec, stát). Když je skupina větší, volíme si své zástupce - politiky a političky. Aby demokracie fungovala, musíme k ní přistupovat zodpovědně - naslouchat ostatním, zjišťovat si informace a snažit se najít nejlepší řešení pro všechny. Stejně důležité je dodržovat dohodnutá pravidla a závazky. Jen tak můžeme mít dobrý pocit z toho, že máme podíl na fungování naší skupiny.

29. ZVOLENÁ OSOBNOST

Zjistím bližší údaje o osobnosti, která byla nedávno zvolena ve volbách v mém okolí - školní parlament, obec. Zkusím vypátrat, o čem nedávno rozhodoval/a a co nedávno udělal/a ve své funkci.

Vybraná osobnost se jmenuje:

a zastupuje nás jako (funkce):

v obci - ve školním parlamentu - jiné:

Její úkolem zde je:

.....

A nedávno rozhodovala nebo řešila:

-
-
-

Zvolil/a bych si tuto osobnost, aby mě v rozhodování zastupovala: ANO - NE, protože:

.....

.....

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

ROZMANITOST SVĚTA

Každý den se setkáváme s desítkami lidí. Každý z nich je jiný, každý žije svůj život trochu jinak, ale všichni jsou součástí naší společnosti. I já se liším od svých kamarádů a kamarádek, třeba jen tím, co umím, že poslouchám jinou hudbu nebo že mám jiné koníčky. Rozmanitost a pestrost nás obohacuje, a tak ji vítám a nebojím se jí. Nevyhýbám se ostatním a nezavrhuji je proto, že vypadají jinak, mají jiné věci, názory, ...

30. INSPIRACE V ROZDÍLNOSTI

Alespoň na pěti lidech z oddílu najdu několik věcí, které máme shodné a které rozdílné. Mohou to být zájmy, dovednosti, oblíbený hudební styl, oblíbené jídlo, ... U každého se zamyslím, čím se můžu inspirovat. Jednu rozdílnost si s danou osobou vyzkouším (např. vyzkouším si sport, poslechnu si hudební styl, ochutnám oblíbené jídlo).

Jméno:

Co máme stejné:

Inspirace:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Vyzkoušel/a jsem si:

.....

.....

.....

.....

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyňe

.....
Podpis vedení



PŘÍBĚHY NAŠEHO SVĚTA

Do jakého světa jsme se narodili? Co se dříve dělo a jak nás to ovlivňuje dodnes? Smyslem příběhů z minulosti je odnést si něco pro svůj vlastní život, poučit se a nezapomenout. Mnoho příběhů píšou i skauti a skautky. Skauting vznikl proto, aby byl svět lepší díky tomu, že se člověk stane sám lepším.

31. ZAJÍMAVÁ UDÁLOST

Ve spolehlivých zdrojích najdu zajímavou událost, která se udála dříve, než jsem se narodil/a. Představím ji družině libovolnou formou (kresbou, komiksem, vyprávěním, kvízem, básničkou, videem, fotografií, ...).

Co se stalo:

.....

.....

Vybral/a jsem si událost, která se stala před lety.

Událost mě zaujala, protože:

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

32. PŘÍBĚH SKAUTINGU

Přečtu si nebo poslechnu příběh o tom, jak vznikl skauting ve světě i u nás a jak se poté skauting ve 20. století u nás vyvíjel. Vysvětlím, kdo založil skauting ve světě i u nás, proč vznikl a proč byl u nás zakázán.

Kdo založil skauting ve světě:

U nás:

Proč vznikl:

.....

Proč a kdy byl zakázán:

.....

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

POBYT V PŘÍRODĚ

Baví mě chodit do přírody. Umím se správně obléci, vzít si potřebné věci, sbalit si batoh a v přírodě přespát.

33. PŘESPÁNÍ

Najdu vhodné místo na přespání v přírodě, postavím tam stan nebo přístřešek. Přenocuji v něm s družinou, kamarádem či kamarádkou apod.

Přespal/a jsem (kde) a jak se mi spalo:

.....

Co bych příště udělal/a, aby se mi spalo lépe:

.....

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyne

.....
Podpis vedení

34. BALENÍ

Na třech výpravách v roce prokážu, že jsem se sám/sama dobře sbalil/a a nechybělo mi žádné důležité vybavení. Vše bude v batohu nebo vhodně připevněné (např. karimatka) a správně si nastavím a použiji popruhy batohu.

Dobře jsem se zabalil/a na těchto výpravách:

1.

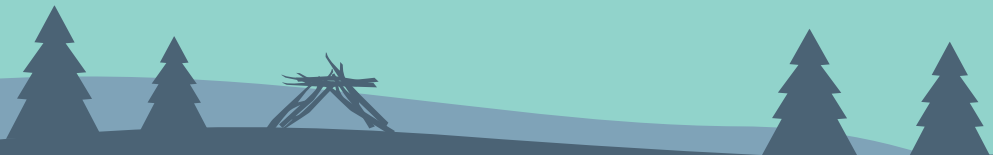
2.

3.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědkyne

.....
Podpis vedení



VNÍMÁNÍ PŘÍRODY

Příroda je nesmírně zajímavá a má nám co říci, proto v ní můžeme nacházet stále něco nového. Je v ní také spousta krásného. Snažím se tuto krásu hledat.

35. ZÁŽITEK V PŘÍRODĚ

Napišu nebo jinak ztvárním (komiksově, hudebně, dramaticky) krátký příběh o nějakém svém zajímavém zážitku v přírodě (noční zvuky při hlídce, východ slunce nad rybníkem, setkání s vydrou apod.).

Vybral/a jsem si zážitek:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení



POZNÁVÁNÍ PŘÍRODY

Příroda je rozmanitá a složitá. Snažím se poznávat různé organismy v přírodě a rozumět jejich vzájemným vztahům. Dokážu se postarat o rostlinu či zvíře.

36. ROSTLINA ČI ZVÍŘE

Najdu si informace a pokyny k pěstování konkrétní rostliny a zkusím ji od semínka vypěstovat (např. bylinky, zahradní květiny). Budu sledovat, jak roste (povedu si jednoduchý záznam). Svoji péči zhodnotím. Nebo: Alespoň měsíc se budu starat o domácí zvíře (budu ho krmit, chodit s ním ven, ...). Budu sledovat, co dělá (povedu si jednoduchý záznam). Svoji péči zhodnotím.

Starám se o:

Při chovu či pěstování sleduji:

Zaznám vedu: zápisky fotky s popisky videa internetový blog

jiné:

Stručné zhodnocení:

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

37. POZNÁVÁM PŘÍRODU

Na výpravě nebo na táboře si vyberu oblast nebo oblasti (botanika, geologie, meteorologie, zoologie, ...), ve které/ých následně prokážu své znalosti poznáním deseti až dvaceti pro mě nových objektů (rostlin, hmyzu, hornin, oblaků, ...).

Nově poznám:

- | | |
|----------|----------|
| 1. | 11. |
| 2. | 12. |
| 3. | 13. |
| 4. | 14. |
| 5. | 15. |
| 6. | 16. |
| 7. | 17. |
| 8. | 18. |
| 9. | 19. |
| 10. | 20. |

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

HODNOTA PŘÍRODY

Vím, že se lidé bez přírody neobejdou. Přírodu mám rád/a a neničím ji. Vím, že naše každodenní chování přírodu ovlivňuje, a přemýšlím, jak mohu nežádoucí dopady zmírnit.

38. OHLEDUPLNOST

Dokážu žít delší dobu (dva a více týdnů) v přírodě a přitom ji nepoškozovat. Ukážu na pěti různých konkrétních příkladech, co v přírodě (ne)dělám či jak se (ne)chovám.

Konkrétní příklady:

1.
2.
3.
4.
5.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

VODÁCKÉ DOPLŇKY

Následující úkoly jsou povinné pro všechny vodní skauty a skautky. CESTU ZEMĚ projdeš po splnění poloviny úkolů ze základu stezky, poloviny úkolů z vodáckých doplňků a případně polovinu oddílového rozšíření. CESTU VODY projdeš po splnění zbývajících úkolů. Za splnění úkolů z vodáckých doplňků si můžeš nalepit nálepku do vodácké mapy.

Tyto úkoly ze základu stezky jsou pro vodní skauty a skautky upravené:

- 7. Nové uzly:** Naučíme se šest uzlů. Jedno z praktických použití bude bezpečné přivázání lodi.
- 12. Nečekaná situace:** Správně zareagují na situaci, když bych viděl/a tonoucího.
- 32. Příběh skautingu:** Vysvětlím také, kdo a proč založil vodní skauting ve světě i u nás.
- 34. Balení:** Jedna ze tří výprav je vícedenní vodácká. Správně si zabalím do lodního pytle a uložím jej do lodi.
- 37. Poznávám přírodu:** Polovina objektů bude z vodního prostředí.
- 38. Ohleduplnost:** Dva příklady budou z pobytu na vodě.

PLAVÁNÍ

Umím dobře plavat a pohybovat se ve vodě.

a. Plavání. Uplavu libovolným plaveckým způsobem 100 m.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

b. Druhý plavecký způsob. Zlepším se technicky i rychlostně v plaveckém způsobu, který mi zatím moc nejde.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

c. Plavání pod vodou. Pod vodou uplavu 7 m.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

d. Potápění. Vylovím drobný předmět z hloubky, kde nedosáhnou na dno.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

e. Skok do vody. Skočím do bezpečné vody z předem určené výšky.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

f. Šlapání vody. Skočím do vody, vynořím se a minutu šlapu vodu s dlaněmi nad hladinou.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

g. Dopomoc unavenému plavci. Předvedu, jak pomoci unavenému plavci.

- dopomoc jedním plavcem letka most

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

h. Vstup do neznámé vody. Vysvětlím, jak se bezpečně vstupuje do neznámé vody, a předvedu skok do neznámé vody.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení



KANOISTIKA

Zvládám jízdu na lodi.

i. Pádlování. Pádluji správně na obě strany a udržím rytmus posádky v závodním tempu.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

j. Bezpečnost. Během plavby dodržuji tato bezpečnostní pravidla:

.....
.....

a tyto povinnosti:

.....

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

k. Čtení vody. Během celodenní plavby čtu vodu a odhaduji nejhodnější cestu.

Co se mi dařilo:

Co bych chtěl/a zlepšit:

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

l. Příprava a uložení lodě. Připravím loď, výbavu a výstroj k plavbě a po plavbě loď umyji a vše správně uložím.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení



BEZPEČNOST A ZÁCHRANA

Na vodě se o sebe zvládnou postarat.

m. Proplavání peřeje. Vyzkouším si, jak správně proplavat peřej.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

n. Házečí pytlík. Při pádu do vody se chytím hozeného házečího pytlíku.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

o. Nalodění. Vlezu do lodě z vody, kde nedosáhnou na dno.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

p. Převržení lodě. Předvedu záchranu lodě při převržení.

.....
Můj podpis

.....
Podpis svědka/svědčyně

.....
Podpis vedení

VODÁCKÉ VÝZVY

Jsi na konci CESTY ZEMĚ. Máš možnost pokusit se o splnění následujících výzev:



PŘESPÁNÍ NA LODI

Jezdíš rád/a na lodi? Už jsi na ní někdy byl/a v noci? Tvým úkolem bude strávit celou noc od slunce západu do slunce východu na ukotvené lodi.

Výzva splněna dne:



PROPLAVÁNÍ PEŘEJE

Divoká voda, žádná loď. Dokážeš ve vestě a s helmou proplavat peřej WWII?

Výzva splněna dne:

O každou výzvu CESTY ZEMĚ se můžeš pokusit maximálně třikrát. Více o přesných podmínkách výzev v tvém oddíle ti poví vedoucí oddílu.

Po dokončení CESTY VODY se tvůj výběr výzev rozšiřuje o:



SLANĚNÍ DO LODĚ

Slaňuješ rád/a? A zkoušel/a jsi někdy slanit do lodě? Tvým úkolem je slanit z výšky alespoň 5 metrů (například z mostu) do lodě, kterou někdo další kormidluje.

Výzva splněna dne:



VÍTR DO PLACHET

Pravý jachtař musí vítr cítit. Chceš-li výzvu splnit, doplachtí k první bóje, tam si zavaže oči šátkem. Poslepu se vydej k druhé bóji, vzdálené asi 300 m proti větru od bóje první. Pomocník či pomocnice na palubě ti oznámí, až budeš v cíli na úrovni druhé bóje.

Výzva splněna dne:

VODÁCKÁ MAPA

Do políček si nalep nalepku s malým písmenkem **a** za splnění úkol vodáckých doplňků.
Nezapomeň, že ke splnění CESTY ZEMĚ i CESTY VODY je potřeba plnit i úkoly ze základu
stezky a případně oddílového rozšíření.

ZAČÁTEK
TVÉ CESTY



KONEC
CESTY ZEMĚ



KONEC
CESTY VODY



ZAČÁTEK TVÉ CESTY

JAK POUŽÍVAT MAPU

- Do políček si nalep nálepku za splněný úkol.
- Lep čísla a písmena v pořadí, v jakém jsi úkol splnil/a. Např.: Pokud jsi začal/a úkolem 4, nalep nálepku s číslem 4 jako první.
- Čísla patří k základním úkolům ●, písmena k oddílovému rozšíření ●. Před plněním si zjisti, kolik úkolů máš v oddílovém rozšíření. Obtáhni si počet polí rozšíření ● podle počtu úkolů v rozšíření - ke každé cestě vždy polovinu. Zbývá pole si můžeš proškrtnout. Např.: Pokud máš úkolů deset, k CESTĚ ZEMĚ obtáhneš pět a ostatní škrtněš. Stejně tak u CESTY VODY. Pokud rozšíření nemáš, používej jen pole základních úkolů ● a nálepky s čísly.
- Na konci cesty získáš nášivku a možnost plnit výzvy. Jakou nášivku a jaké výzvy, vždy ukazují obrázky. Na konci CESTY VODY máš možnost zažít rituál.



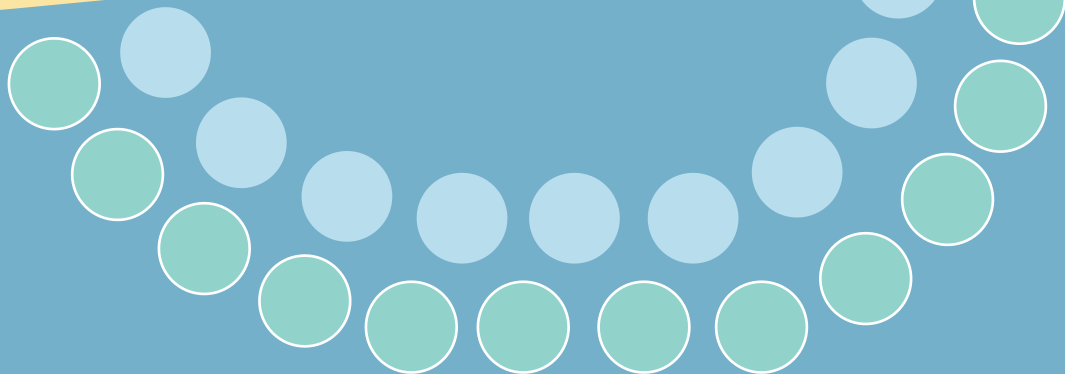


RITUÁL

KONEC
CESTY VODY



KONEC
CESTY ZEMĚ





VÝZVY

Jsi na konci CESTY ZEMĚ. Máš možnost pokusit se o splnění následujících výzev:



NOČNÍ BDĚNÍ

Dokážeš hodinu ležet vzhůru ve spacáku, když tě uprostřed noci někdo vzbudí?

Ovládneš svoji únavu, abys neusnul/a, a dokážeš hbitě reagovat, když k tobě někdo přistoupí?

Výzva splněna dne:



BOSÉ NOHY

Zvládneš projít rozmanitým přírodním terénem, aniž by sis nazul/a boty? Čeká tě příroda na vlastní kůži. Vyzkoušej, jaké je to chodit po trávě či v lese bez bot. Ujdi určenou trasu bos/a a vyzkoušej různé povrchy.

Výzva splněna dne:



RANNÍ SVÍTÁNÍ

Budeš vzbuzen/a v noci. Tvým úkolem bude dorazit do východu slunce na vrchol blízkého kopce. Zvládneš překonat spánek a v ranní tmě vyjít do kopců?

Výzva splněna dne:

O každou výzvu CESTY ZEMĚ se můžeš pokusit maximálně třikrát. Více o přesných podmínkách výzev v tvém oddíle ti poví vedoucí oddílu. Po dokončení CESTY VODY se tvůj výběr výzev rozšiřuje o:



ŽIVOT VE TMĚ / V TICHU

Vyzkoušej, jaké to je být bez jednoho ze dvou důležitých smyslů. Omez na den svůj zrak, nebo sluch a prožij takto den s oddílem. Po celou dobu plnění se aktivně zapojuješ do programu, a to jen s omezenou pomocí ostatních. Zvládneš běžný táborový ruch?

Výzva splněna dne:



VĚČNÝ OHEŇ

Zpal a udrž plamen téměř věčně. Můžeš si vybrat, jestli půjde o oheň či hořící svíčku. Výzvu splníš, pokud zapálíš plamen a budeš ho udržovat 24 hodin bez pomoci ostatních. Oheň zůstává na jednom místě, svíčku měj vždy blízko sebe. Variantu s ohněm můžeš plnit i ve skupině, oheň pak udržujete déle podle velikosti skupiny.

Výzva splněna dne:



DEN CIZÍM JAZYKEM

Při této výzvě nesmíš pro komunikaci používat jiný než cizí jazyk. Zvládneš se s ostatními domluvit bez použití mateřštiny? Najdeš vhodná slova pro běžné oddílové činnosti? Při plnění je možné používat slovníky. Po celou dobu plnění se zapojuješ do programu.

Výzva splněna dne:

O každou výzvu CESTY VODY se můžeš pokusit maximálně třikrát. Více o přesných podmínkách výzev v tvém oddíle ti poví vedoucí oddílu.

NÁŠIVKA

CESTA OHNĚ

CESTA VZDUCHU

CESTA VODY

CESTA ZEMĚ



RITUÁL

Je čas vyrazit na závěrečný rituál.

Kudy půjdeš?

Budeš kráčet přírodou, dotýkat se země a poslouchat
řeč světa kolem sebe.

Směr a délku cesty si vyber sám/sama.

Vezmi si s sebou skautský zákon, slib, heslo a denní příkaz.

Tedy to, s čím jsi na cestu vyrážel/a na začátku.

A přemýšlej.

Na konci cesty si sedni s vedoucí/m oddílu, povídejte si.

Na závěr na znamení toho, že chceš ve stezce pokračovat,
můžeš přijmout cesty

VZDUCHU & OHNĚ.

MÍSTO NA TVÉ POZNÁMKY

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

MÍSTO NA TVÉ POZNÁMKY

Poděkování všem, kteří se na vzniku stezky podíleli: členům a členkám dílčích týmů, odborným konzultantům a konzultantkám, vedoucím a testovacím oddílům.

CESTA ZEMĚ & VODY, 1. stupeň skautské stezky

Stezku připravily pracovní skupiny pod vedením
Martiny Adamcové,
Pavly Sýkorové – Gymi,
Denisy Sochorcové,
Kateřiny Tříleté – Kašny
a Ondřeje Kupky – Dicka.

Vytiskla:
Tiskárna Polygraf, s.r.o.
Náklad: 5.000 ks
První vydání
ISBN 978-80-7501-134-3

Vydal:
Junák – český skaut
Tiskové a distribuční centrum, z.s.
Senovážné nám. 24, 110 00 Praha 1
jako svou 339. publikaci
Praha 2019

Grafika a DTP:
Kristýna Konečná
Tomáš Poprik

CESTA ZEMĚ & VODY

je součástí stezky pro skauty a skautky,
která jim pomáhá v osobním rozvoji. Čeká je spousta
dobrodružství, úkolů, výzev, rituálů.
A to vše se skautským oddílem, partou
kamarádů a kamarádek.