

# Benjamínci a duchovní rozvoj



## Obsah

Úvod .....	3
Duchovní výchova ve skautingu .....	3
Kdo jsou benjamínci .....	4
Zákon benjamínků.....	5
Vývojová specifika benjamínků.....	6
Socializace a její vliv na rozvoj dětské identity .....	6
Normy chování .....	7
Rozvoj identity.....	8
Rozvoj sociálních dovedností.....	8
Vrstevnické vztahy a role .....	9
Význam hry v benjamínkovském programu.....	10
Uspokojování základních potřeb prostřednictvím hry v benjamínkovském programu .....	11
Jednotlivé tematické okruhy zaměřené na probouzení duchovního života u benjamínků – inspirace pro tvorbu programu .....	13
Zákon a družinová pravidla .....	13
Kdo jsem – rozvoj sebepoznání .....	16
Vnímám krásu přírody všemi smysly: Smyslové vnímání a prožitky v přírodě .....	19
Co jsou to emoce, učím se je poznávat.....	22
Naši patroni - svatý Jiří a svatý František.....	26
Jsem ochránce přírody .....	29
Zvířátka a nadpřirozené bytosti v pohádkách.....	33
Závěr .....	35
Příloha .....	35

## Úvod

Ve své absolventské práci se zabývám probouzením duchovního života u nejmladší skautské výchovné kategorie – benjamínků. Nahlédnutí do tohoto tématu by mohlo být užitečné všem, kteří stejně jako já, vedou družinu benjamínků. Všem, kteří pro benjamínky chystají programy na družinové schůzky, výpravy a tábory. Těm, kteří cítí, že duchovní život již od benjamínkovského věku chtějí rozvíjet, ale dělají to, tak nějak intuitivně.

V několika teoretických kapitolách se pokusím nastínit, kdo benjamínci jsou, jaká jsou jejich vývojová specifika, na co bychom při práci s nimi neměli zapomínat, čeho si máme všimnout, na co si máme dávat pozor. Ve druhé části představím několik tematických okruhů s konkrétními praktickými náměty na tvorbu programu pro benjamínky. Odkazuji zde na různé zdroje a materiály, které lze při přípravě programu využít.

## Duchovní výchova ve skautingu

Skauting se snaží člověka vychovávat všestranně – po stránce tělesné, duševní i duchovní.

Duchovní výchova do skautingu vnáší velmi důležitý aspekt - budování vztahu k hodnotám, které nás přesahují, pěstování morálních návyků a tříbení svědomí. Duchovní výchova je jedinečná v tom, že pomáhá léčit příčiny a nikoli následky všemožných dětských neduhů. Můžeme buď úzkostlivě sledovat, zda děti hrají fér či zda si nedělají naschvály, a nepřístojnostitrestat, a nebo jim pomoci přijít na to, že hrát fér a chovat se přátelsky vůči ostatním je ta nejlepší věc nasvětě, protože si tak zachovají čisté svědomí.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>Volně podle: Duchovní výchova ve skautingu – C. Jane

## Duchovní výchova – metafora stromu

Strom jako symbol znázorňuje mnohé aspekty našeho lidství a lze skrze jeho podobnost vyjadřovat vlastní místo ve světě, v osobním životě, svou sounáležitost s místem a lidmi, ale také své nálady, postoje, hodnoty a charakteristiky. Jeho kmen, větve, listy i plody by nikdy nevyrostly do takové krásy, nebýt kořenů skrytých hluboko vpůdě. Jako strom můžeme být hlouběji či mělce zakořeněni, kmen bývá statný či tenký, ohebný s korunou bohatě rozvětvenou, či naopak chudou stejně jako je bohatý či chudý duchovní život člověka.

Onemocní-li stromu na první pohled “neviditelné” kořeny, velmi brzo se to projeví i navenek. Aplatí to i naopak. Má-li strom zdravé, silné, hlubokozapuštěné kořeny, pak ho jen tak něco nezničí. Podobně je to i s člověkem. I jeho duchovní stránkanení na první pohled viditelná, ale přesto dodává sílunašemu “vnějšimu” životu. Má-li člověk zesláblé a nemocné “kořeny” (rozuměj – ducha), projeví se to na jeho charakteru, vitalitě, ochotě pomáhat i navazovat přátelství. A stejně jako nemá smysl ošetřovat listy, když jenemoc usazená na kořenech, nemá smysl kárat člověka, že podvádí u her a utíká od každé práce, když jeho duch nechápe význam fair-play a pracovitosti.<sup>2</sup> Právě zde má duchovní výchova své ničím nenahraditelné místo. **V benjamínkovském věku jde především o živení dobré půdy pro růst zdravých kořenů.**

## Kdo jsou benjamínci

Věková kategorie Benjamínků zahrnuje děti ve věku přibližně od 5 do 7 let. Z pohledu vývojové psychologie jde o předškolní věk a první třídu základní školy. Důvodem pro zahrnutí prvňáků do této kategorie je fakt, že v první třídě jsou si děti svými znalostmi a dovednostmi předškolákům bližší. První rok ve škole bývá pro děti často náročný. Přináší nové povinnosti, změnu návyků, nové požadavky od učitelů, rodičů i okolí. Zařazením do skupiny benjamínků jim můžeme pomoci tuto novou a neznámou cestu usnadnit tím, že zůstanou ještě jeden rok ve známém prostředí, se stejným vedoucím, bez větších nároků na výkon. Zároveň mohou předávat mladším členům něco z toho, co sami zažili nebo co se naučili.

---

<sup>2</sup>Duchovní výchova ve skautingu – C. Jane

## Zákon benjamínků

Skautský zákon představuje pro mnohé z nás jakýsi pomyslný kompas na skautské cestě životem. Také benjamínci mají svůj zákon, je zakotvený do třech základních bodů:

### **Jsem veselý a usmívám se**

První bod zákona má připomínat veselost a hravost celé věkové kategorie, je základním vodítkem k tomu, jak se vypořádat s náročnějšími situacemi (překonám se, když se brodím studeným potokem, učím se zvládat porážku při hře, nevzdávám se, pokud se mi něco nedaří hned na poprvé).

### **Hraju si s kamarády a dělím se s nimi**

Vede dítě k uvědomění si, že není jen samo na světě a vše se netočí kolem něho, ale že jsou tu i druzí. V tomto věku to pro dítě zdaleka ještě není samozřejmé, protože se často teprve v mateřské škole dostává z prostředí rodiny do širšího společenství. Tento bod zákona se s benjamínky snažíme naplňovat při běžných hrách a vyráběčkách, při vzájemné komunikaci, ale i během svačinek uprostřed schůzky.

### **Poslouchám rodiče, učitele a vedoucí**

Poslední bod vede k tomu, aby děti začaly vnímat důležitost pravidel. Aby se učily rozumět tomu, proč jsou pravidla důležitá, k čemu nám pomáhají. Pochopení vnějších pravidel a řádu světa vede později i k utváření vnitřního řádu a k rozvoji svědomí.

Myšlení dětí v benjamínkovském věku se posouvá z předpojemové úrovně do stadia názorového či intuitivního myšlení. Ve svých úvahách je dítě závislé na tom, s čím má zkušenost, co skutečně vidí, co je bezprostředně přítomné. Zákon benjamínků by se měl prolínat celou družinovou/oddílovou činností. Konkrétní příklady by jim měli zprostředkovávat vedoucí v běžných činnostech během schůzek, výprav, táborů. Duchovní hodnoty by měly být benjamínkům předávány formou úměrnou jejich věku. Již zmíněným zprostředkováváním příkladů z běžné činnosti, příkladným chováním vedoucích, hraním scének, vyprávěním a čtením příběhů, zážitkem při hře nebo běžné interakci s kamarády. Abychom silépe pojmenovali, čeho chceme při výchově

benjamínků dosáhnout, byly sestaveny kompetence členěné do 6 oblastí výchovného programu: *Co umím a znám, Kdo jsem, Moje kamarádství, Můj domov, Svět okolo nás, Příroda kolem nás*. Přehled výchovných cílů najdete v příloze č. 1.

## Vývojová specifika benjamínků

Abychom s dětmi mohli vědomě pracovat na rozvoji duchovních hodnot, měli bychom znát vývojová specifika jejich vývoje.

### Socializace a její vliv na rozvoj dětské identity

„Sotva se děti stanou samostatnými, začnou prozkoumávat loď, která je veze. Šplhají po lanoví a kapitáni je sledují s bušícím srdcem. Předškolní dítě vyzkouší téměř vše jednou a své oblíbené tělesné a duševní činnosti opakuje stále znovu. Brzy loď nestačí všem dětskou zvědavost pojmout a děti poprvé nakouknou přes zábradlí a podívají se velkému moři před sebou. Začínají snít. Poháněny rostoucí představivostí děti předstírají, že jsou průzkumníky, lékaři, herci a sportovci. V představách snílka je možné vše.“<sup>3</sup> Je samozřejmě nejvíc na rodičích, ale alespoň malou měrou i na skautských vedoucích, aby dosáhli rovnováhy mezi podporou zdravého experimentování a usměrňování přehnaného chování do přijatelných mezí. V dětech tak roste pocit „Dokážu to, mohu být, kým budu chtít“. Tyto děti bývají aktivní a když vyrostou, nebývají ochromeny strachem z neúspěchu.

Období předškolního věku je Eriksonem<sup>4</sup> označováno jako věk iniciativy. Jeho hlavní potřebou je aktivita a sebeprosazení jako důsledek této aktivity. Mnohdy jde o činnost, která je sama cílem. Teprve po dosažení určité úrovně se aktivita stává prostředkem k dosažení nějakého dalšího cíle. Děti si postupně osvojují základní normy chování, které mohou jejich aktivitu účelným způsobem regulovat. U dětí v benjamínkovském věku je intenzivní potřebou poznání řádu světa, který by platil obecně. Poznat normy chování je však jednodušší, než se podle nich řídit. Tato schopnost závisí na rozvoji volných vlastností. A právě zde je prostor pro vedoucí benjamínkovské skupiny. Může zprostředkovat toto poznání řádu světa na konkrétních běžných činnostech, pohádkách a příbězích a vést děti k tomu, aby tento

---

<sup>3</sup>KENNETH WEST, G. *Dobrodružství psychického vývoje*, Portál, 2002

<sup>4</sup>VÁGNEROVÁ, Marie, *Vývojová psychologie I*, Karolinum 1996

řád lépe pochopily, aby se chovaly a jednaly podle tohoto řádu ve smyslu dobro vs. zlo.

## Normy chování

Podle Kohlberga<sup>5</sup> závisí rozvoj chápání norem na vývoji poznávacích procesů. Dítě v předškolním věku dosahuje tzv. premorální úrovně. Morálka je závislá na názorech a chování dospělých (příkladné chování vedoucích, pohádkové postavy...). Dítě je v tomto období také považuje za dobré to, co by přineslo odměnu. V našem případě to, co by vedoucí ocenil, za co by nás pochválil. Normy mají význam pro snadnější orientaci v prostředí, zejména sociálním. Jak se očekává, že se k sobě budeme ve družině chovat? Máme nějaká pravidla? Zvnitřňování těchto norem je důležité pro rozvoj vlastní identity dítěte. K tomuto procesu dochází k opakovanému potvrzování pozitivními reakcemi od citově významných lidí, mezi které bezesporu patří i skautský vedoucí. Přijetí a zvnitřňování těchto norem signalizuje ke konci tohoto období pocit viny. Přiměřený vývoj v osvojování norem a tomu odpovídajících adekvátních pocitů viny je důležité pro rozvoj svědomí.

Podle Říčana<sup>6</sup> je pro svědomí dětí v benjamínkovském věku typická vazba na aktuální, konkrétní situaci. Předmětem hodnocení se stává výsledek, nikoliv pohnutka. Poznávací procesy ještě nedozrály k relativizaci různých činů. Děti v tomto věku používají norem poměrně stereotypně a rigidně. Normy chování, které tvoří základ autoregulačního systému se dítě učí především v rodině. Jsem však přesvědčena, že pokud si s dětmi vybudujeme přátelské citové pouto, může být i náš vliv významný. Ve skautském prostředí se snažíme dětem předávat skrze naše jednání a chování to, co je považováno za žádoucí a zároveň děti učíme (zprostředkováváme zkušenost), jak by se lidé chovat měli či neměli, proč je takové chování důležité a jaké může mít důsledky. Dětem bychom měli naslouchat, vést společný dialog, popisovat a komentovat dění kolem sebe.

---

<sup>5</sup>LANGMEIER J., KREJČÍŘOVÁ D., *Vývojová psychologie*, Grada 2007

<sup>6</sup>VÁGNEROVÁ, Marie, *Vývojová psychologie I*, Karolinum 1996

## Rozvoj identity

Normy chování slouží předškolákům také jako základ pro rozvoj a modifikaci vlastní identity<sup>7</sup>. Vlastní sebehodnota je vzhledem k rozumové nezralosti zprostředkovávána názorem jiných osob (rodičů, učitelů, vedoucích). Benjamínci hledají vzory (v pohádkách, bájích, příbězích). Představují pro ně ideál, jemuž se chtějí podobat. Tato potřeba někomu se podobat je v podstatě variantou sociálního učení. Identifikují se vzory (postavami), které jsou považovány za silné, mocné, spravedlivé a krásné, posilují svoji sebejistotu a zlepšují siobraz vlastní identity. Na tento fakt bychom neměli zapomínat, když s benjamínky hrajeme hry a scénky “na něco nebo někoho”. Děti bychom neměli stavět do role někoho zlého, nespravedlivého, zákeřného. Naopak by měly zakoušet, jaké je to být v roli např. chrabrého rytíře. Role rodičů (ale i vedoucích) považuje za něco velmi žádoucího, co potvrzuje osobní kvality. Dítě jim v tomto věku přisuzuje téměř všemocnost. Výsledkem je nekritické a stereotypní převzetí jejich názorů a postojů. Dětská identita má svůj zdroj především v postojích a chování rodičů (a dalších autorit včetně vedoucích). Měli bychom si dát pozor na to, že děti v tomto období přijímají názory na svou vlastní identitu v hotové formě, nekriticky, tak jak je jim prezentována. Pokud tedy benjamínkovi řekneme, že je ufnukánek, lenoch nebo budižkničemu, začleňuje si tento názor nekriticky do své identity. Tím spíš, pokud to samé už slyšel i ve školce nebo od rodičů. Je velmi pravděpodobné, že se podle toho později začne také chovat.

## Rozvoj sociálních dovedností

V benjamínkovském věku se děti učí žádoucím vzorcům chování, které mají obecný charakter (nejsou součástí jen určité role). V této oblasti jde o rozvoj prosociálního chování. Je to takové chování, které spočívá v kontrole agresivity vůči druhým, pozitivním a respektujícím přístupu k ostatním. U benjamínků můžeme rozvíjet empatii a schopnost v určité situaci potlačit vlastní aktuální potřeby. Toto je možné pouze v případě, že děti mají uspokojené bazální potřeby z rodiny. Z Matějčkových výzkumů vyplývá, že děti, které získaly základní důvěru v život, nahlíží na svět jako relativně bezpečný a věří, že je možné ovlivňovat dění, které v něm probíhá, i vlastními silami. Pokud tyto bazální potřeby nejsou naplněny, chování dítěte bývá

---

<sup>7</sup>VÁGNEROVÁ, Marie, *Vývojová psychologie I*, Karolinum 1996



asociální. Je velmi důležité, ba nezbytné, abychom právě takové bezpečné prostředí pro své benjamínky budovali ve svých družinách a oddílech.

Ke konci předškolního období se s rostoucími kognitivními kompetencemi prosociální chování dále rozvíjí. Děti jsou již schopné uvažovat z pohledu jiného člověka a tím lépe chápou potřeby jiných lidí, nejen ty vlastní.

## Vrstevnické vztahy a role

V předškolním věku pokračuje vývojová emancipace z vazby na rodiče.<sup>8</sup> Benjamínici již zvládají (ihned nebo po velmi krátké době) být na schůzce sami bez rodičů. Již jsou schopni navazovat kontakty s dalšími lidmi, především s vrstevníky. Při tom vztahy s vrstevníky jsou složitější, nelze od nich očekávat ochranu a vyšší kompetence, přináší dětem také menší pocit jistoty. Dostatečná osobnostní zralost benjamínků se projevuje potřebou sociálního kontaktu s vrstevníky. Na rozdíl od sourozence získává benjamínek kamarády vlastní volbou. Předškolní děti si však kamarády vybírají spíše egocentricky, ony samy jsou modelem, podle kterého se výběr řídí. Pokud mají společné cíle, potřeby a zájmy, mohou vznikat první velká přátelství.

Ke konci předškolního období začínají mít význam i další osobní kvality než je pohlaví, zevnějšek, vlastnictví zajímavého předmětu nebo sociální úspěšnost kamaráda. I zde začíná být zřejmý ústup z egocentrické pozice.

Ve skupině benjamínků se často začnou diferencovat a specifikovat různé sociální role (bavič, rychlík, hvězda, outsider...). Do programu je tedy vhodné zařazovat takové aktivity, při kterých může být „hvězdou“ i ten, kdo je v jiných aktivitách „outsiderem“. Pro práci s benjamínky je také velmi podstatné to, že se již začíná rozvíjet schopnost soupeřit a spolupracovat. Hry na rozvoj spolupráce bývají zpočátku obtížně realizovatelné, ale mají i v této věkové kategorii své místo. Někdy stačí benjamínky rozdělit do menších skupinek.

O význam soupeření u předškoláků uvažuje Říčan jako o způsobu sociálně únosné transformace agresivity. Sociální tolerance k agresivitě je v každé společnosti jiná. V

---

<sup>8</sup> VÁGNEROVÁ, Marie, *Vývojová psychologie I*, Karolinum 1996

podobě asertivity ji dětem můžeme zprostředkovávat pomocí pohádek, her, hraček. Zprostředkovávat bychom ale dětem mohli i fakt, že v pohádkách a příbězích vystupují i záporní hrdinové, kteří se chovají agresivně a nepřátelsky. Vysvětlit jim, že toto chování je nevhodné a jaké může mít následky. Mnohé role si benjamínci zatím nemohou vyzkoušet a osahat jinak než formou hry, kdy děti přejímají nějakou emočně významnou roli na symbolické úrovni. V tomto smyslu nesmíme u benjamínků zapomínat na prostor pro volnou hru nad rámec strukturovaného programu. Děti se prostřednictvím volné hry učí, potvrzují své kompetence a uspokojují své potřeby.

## Význam hry v benjamínkovském programu

Benjamínkovský věk je považován za věk hry. Ostatně nám to připomíná i druhý bod zákona benjamínků. Prostřednictvím hry děti poznávají svět. V herním světě plném symbolů, fantazie, snů a přání uspokojují své potřeby, vyjadřují sebe sama, rozvíjí intelekt, tvořivost, projevují emoce, socializují se. Hra vede k seberealizaci a sebeutváření, jejím prostřednictvím se rozvíjí celá osobnost dítěte.<sup>9</sup>Rozvoj těchto duševních dispozic je předpokladem k rozvoji života Duchovního.<sup>10</sup>„Duševní život (já) je jako břeh, ze kterého je možno postavit most duchovního života k druhému břehu (ty). Proto je ve skautském výchovném stylu důležité rozvíjet souběžně jak duševní předpoklady a tím i duševní život, tak z něj vyrůstající život duchovní. Ten se přiměřeně věku odehrává hlavně v kamarádství, přátelství, partnerství, životu ve společenství, soucítění s přírodou a pokusem o dialog s Bohem.“<sup>11</sup>

Hra podporuje celkový vývoj dítěte. Umožňuje rozvíjet tělesný systém, zprostředkovává učení, socializaci, vede k sebeutváření dítěte. Z názorů a teorií uznávaných psychologů (C.G. Jung, A. Maslow, C. Rogers...) vyplývá, že hra má v benjamínkovském věku své nezastupitelné místo. Hrou dítě uspokojuje celou řadu svých potřeb.

---

<sup>9</sup>SUCHÁNKOVÁ Eliška, Hra a její využití v předškolním vzdělávání, Praha 2014

<sup>10</sup>ZAJÍC Jiří- Edy a kol., *Kdo jsem*, Praha 2008

<sup>11</sup> ZAJÍC Jiří- Edy a kol., *Kdo jsem*, Praha 2008

## Uspokojování základních potřeb prostřednictvím hry v benjamínkovském programu

- **Fyziologické potřeby** – potřeba kyslíku, potravy, tekutin, odpočinku a spánku, pohybu, vyměšování...

Tyto potřeby by u benjamínků měly být uspokojovány běžně a neměli bychom jim v jejich uspokojování bránit. Nestanovujeme žádný konkrétní čas, kdy si mají děti dojit vyčůrat – ale můžeme je upozornit na to, že teď je vhodná chvíle. Pít chodí benjamínci klidně po každé běhací hře. Je však vhodné vést benjamínky k určitému režimu. Uprostřed schůzky např. stanovujeme prostor pro společnou svačinu, neodcházíme se napít uprostřed hry. Ve hře si uspokojují potřebu pohybu.

- **Potřeba bezpečí a jistoty**–potřeba stálosti, spolehlivosti, struktury, pořádku, pravidel a mezí, bezpečného prostředí...

Pro benjamínky je důležité, aby se s námi na schůzkách cítili bezpečně. Vedeme je k tomu, aby se při hrách posouvali ve svých fyzických i psychických schopnostech. Musíme však znát míru a nespoléhat na to, že benjamínek nám sám poví, co už je na něj moc, do čeho už nepůjde. Všimát bychom si měli i vztahů mezi dětmi, neměli bychom přehlížet to, když některé dítě ubližuje druhému. Na tyto situace bychom měli být naopak velice pozorní a měli bychom z nich vytěžit maximum pro duchovní rozvoj všech zúčastněných. Potom, co danou situaci s aktéry vyřešíme, můžeme všem ve družině přinést příběh, ve kterém se odehrává něco podobného. Ukázat na něm jaké chování je dobré a jaké ne. Jak se v takovém případě zachovat. Můžeme si také rovnou nacvičit (hraní scének) jak se můžeme omluvit, když někomu ublížíme, co můžeme udělat, když někdo ubližuje nám nebo když vidíme, že je někomu ubližováno. K rozvoji této potřeby přispívá také to, že benjamínky nebodujeme, neporovnáváme mezi sebou, neponižujeme ani neprotěžujeme. K pocitu jistoty také pomáhá, pokud má družina sestavena určitá konkrétní názorná pravidla chování, která vycházejí z bodů zákona (kapičkové, kytičkové, pusinkové...), Na tato konkrétní pravidla mohou vedoucí a členové družiny kdykoliv odkazovat.

- **Potřeba lásky a sounáležitosti**– potřeba být akceptován, milován, být začleněn do kolektivu, být uznáván, být přijata mít pozornost

Při hrách s benjamínky bychom měli být dostatečně empatičtí. Dávat dětem najevo, že je máme rádi, že nám na nich záleží. Pro děti je důležité, když zažijí, že jsou ve hře vítáni, nejsou vyčleňováni, někdo vyslyší jejich názor a přání. V naší družině si na konci schůzky zahrajeme vždy hru na přání. S benjamínky se snažíme diskutovat a ptát se na jejich názory. Učíme je, že důležité je se ptát. Žádná otázka není špatná. Špatné je naopak nezeptat se na něco, co mi právě vrtá hlavou.

- **Potřeba uznání** – důvěra a sebedůvěra, úcta a sebeúcta, efektivní komunikace, být respektován...

Potřeba uznání je hodnotou vztahovou. Benjamínci potřebují být oceňováni pro potvrzení vlastní hodnoty. To, jak mě hodnotí druzí v tomto věku úzce souvisí s tím, jak hodnotím sám sebe (viz výše). V benjamínkovském věku je běžné, že se děti nadhodnocují, jsou však velmi citlivé na hodnotící komentáře druhých. Při hrách bychom se měli vyhýbat hodnotícím soudům, spíše bychom měli vytvářet takové situace a pokládat takové otázky, na kterých si svou úroveň uvědomí. Naším úkolem je vytvářet takové podmínky a takové prostředí, ve kterém bude tato potřeba saturována.

- **Potřeba seberealizace** – potřebasebenaplnění, sebeaktualizace, seberozvoje, stát se tím, čím mohu být

Pro benjamínky bývá často velmi důležité, aby dostali prostor ukázat ostatním, v čem jsou dobří, co je baví, co je právě zajímavá. Uprostřed schůzky, během svačinky mají benjamínci prostor ukázat ostatním nějakou zajímavou knížku, nového dinosaura, nový zajímavý kámen. Mohou o dané věci něco málo říct a představit ji ostatním. Tuto potřebu můžeme sytit i tím, že děti mohou zažívat, že mohou dělat chyby, napravovat je a tak zjišťovat, jak je to správně.

„S nejvyššími potřebami bývá spojována potřeba transcendence, duchovního naplnění a sebepřesahu, kdy člověk touží dosáhnout nadosobních cílů. Pokud chceme, aby děti v životě dosáhly sebenaplnění, potřebují realizovat své předpoklady. Neměli bychom jim v dětských hrách i dalších činnostech bránit, aby

následovaly své zájmy, aby projevily svůj názor, neměli bychom je řídit, ale vést, a nechat jim prostor pro seberozvoj a sebeuplatnění.“<sup>12</sup>

## Jednotlivé tematické okruhy zaměřené na probouzení duchovního života u benjamíneků– inspirace pro tvorbu programu

V následujících podkapitolách představím konkrétní aktivity a činnosti podporující duchovní rozvoj benjamíneků uspořádané do několika tematických celků. Uvádím zde jednak aktivity, které se osvědčily dříve a dále aktivity, které bych s našimi benjamínky ráda zrealizovala. Vzniká tak poměrně ucelený program, který může být inspirací pro přípravu jednotlivých schůzek v průběhu roku. Aktivity vycházejí z kompetencí pro benjamínky (*Kdo jsem a Moje kamarádství*). Jednotlivé aktivity mohou fungovat jako měsíční tematické celky, nebo lze v jednotlivých měsících aktivity volně kombinovat.

Jsem si plně vědoma, že duchovní rozvoj se s naší pomocí odehrává v běžných činnostech a hrách. Tyto aktivity budou spíše konkrétními vodítky a nápady na rozvoj jednotlivých kompetencí.

### Zákon a družinová pravidla

Ať už začínáme pracovat s novou družinou benjamíneků nebo se se staršími benjamínky setkáváme po prázdninové pauze, považuji za velmi cenné připomenout nebo vytvořit si základní pravidla, podle kterých se na našich schůzkách a výpravách budeme snažit chovat, aby nám společně bylo hezky.

Pomocí pravidel se děti učí orientovat v sociálních situacích a vztazích. Pravidla pomáhají budovat systém uznávaných společenských hodnot a norem, na kterých je založena naše společnost. Hodnoty jako bezpečí, důvěra a vzájemný respekt jsou normou. Díky sociálním situacím a příběhům a našemu vzoruse děti setkávají s normami chování ve společnosti a díky jejich osobní zkušenosti dochází k jejich zvnitřnění.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> SUCHÁNKOVÁ Eliška, *Hra a její využití v předškolním vzdělávání*, Praha 2014

<sup>13</sup> MERTIN Václav, GILLERNOVÁ Ilona, *Psychologie pro učitelky mateřské školy*, Praha 2010

Kromě zákona benjamínků, který je více obecný a platný pro všechny benjamínky, si spoluvytváříme i pravidla naší družiny. Právě spoluvytváření pravidel vnímám jako zásadní pro motivaci k jejich dodržování.

Celým tématem nás bude provázet knížka *Byla jednou koťata* od Ljuby Štíplové. Na každé schůzce děti seznámíme s krátkým příběhem o kočičích klucích. Společně si povídáme, jaká pravidla mohli kluci porušit a jak celou situaci napravili, kdo a jak jim pomohl. Bavíme se o tom, jestli se nám někdy něco podobného stalo a jak jsme se zachovali. Na základě příběhů o kočičích klucích tvoříme tato pravidla, která jsou doplněna jednoduchým obrázkem (srdce, pusa, ruka, ucho). Společně se zamýšlíme nad tím, jak bychom si přáli, aby se ostatní chovali k nám a k sobě navzájem. Děti tato pravidla v nějaké podobě znají ze školky, budeme mít jistě kde navazovat.

### ***Srdíčkové pravidlo***

- *máme se rádi, jsme kamarádi*
- *problémy řešíme společně, pomáháme si*
- *umíme se rozdělit, obdarovat*
- *chováme se k druhým tak, jak chceme, aby se oni chovali k nám*
- *každý umí něco, všichni jsme důležití*
- *respektujeme se navzájem*
- *když má někdo dobrý nápad, snahu, oceníme to*
- *myslíme na sebe i na druhé*

### ***Pusinkové pravidlo***

- *hezky se oslovujeme, vítáme i loučíme se s druhými*
- *můžeme požádat o pomoc kamaráda, dospělého (i o pomoc pro druhého)*
- *když se nám něco líbí nebo nelíbí, řekneme si to*
- *domlouváme se klidným hlasem, šetříme svůj hlas*
- *mluvíme slušně*

### ***Ručičkové pravidlo***

- *rukama si pomáháme a usmiřujeme se*
- *vážíme si práce druhých, neničíme její výsledky*
- *šetrně zacházíme s pomůckami, knížkami*
- *chráníme přírodu a vše živé*

### ***Ouškové pravidlo***

- *když jeden mluví, ostatní mu naslouchají*

Při tvoření pravidel můžeme využívat těchto otázek:

Co myslíš, že jsi (nebo kočičí kluci)udělal špatně, co naopak bylo správně? Jaké pravidlo jsi porušil? Víš proč? Máš nápad, jak to napravit? Jak to udělat příště jinak?

V případě, že je do porušování zapleten někdo jiný, stalo se to omylem nebo naschvál?

- Omylem –jak myslíš, že se dá situace vyřešit? (Omluvit se, pohladit kamaráda...) Co myslíš, jak se cítí kamarád?
- Schválně –proč? Je to správně nebo špatně? Jak to vyřešit příště? Co myslíš, jak se cítí?

Samozřejmě se nemusíme zabývat jen porušováním pravidel. Velmi cenné a nejspíš mnohem užitečnější je s dětmi přemýšlet nad tím, který bod benjamínkovského zákona tímto svým jednáním právě naplňuji. Co se mi daří, za co se můžeme pochválit.

Pro práci se zákonem benjamínků se samozřejmě také jako doprovod velice hodí **Pěšinka benjamínků**. Během měsíce září si děti do své pěšinky postupně nalepí na zadní stranu všechny tři samolepky odkazující na jednotlivé body zákona.



Obrázek 1 - Pěšinka benjamínků

Tématem jednodenní výpravy, na kterou můžeme pozvat i rodiče, je **Princezna Karolínka a kouzelná slůvka**. Na děti (a jejich rodiče) čeká bojovka zaměřená na seznámení a upevnění používání kouzelných slůvek.<sup>14</sup>



Obrázek 2 - Ukázka ze hry Karolínka a kouzelná slůvka

## Kdo jsem – rozvoj sebepoznání

V tomto tematickém celku se zaměříme na rozvoj prohloubení vlastního **sebe**poznání.

Sebepoznávání je proces, který není nikdy ukončen, probíhá po celý život. Pomáhá nám pojmenovat naše schopnosti, zájmy, hodnoty, silné a slabé stránky a díky tomu pochopit vlastní životní role, poslání a priority. Čím lépe se známe, tím jsou všechna naše rozhodnutí vědomější a svobodnější. Sebepoznání je základem rozvoje člověka, cestou svobody, pravdy a směřováním k moudrosti.

**A) Co máme společné – erb naší družiny:** Společně vytváříme velký erb naší družiny. Co na něm všechno bude? Co nás spojuje? Děti vedeme k uvažování o tom, v čem se jeden od druhého lišíme a co naopak máme stejné. To, co nás spojuje, nalepíme, namalujeme nebo jinak ztvárníme do společného erbu.

- Společné: jsme skauti, jsme benjamínci, naše družina se jmenuje např. Dubánci, máme společný pokřik, jsme kamarádi, snažíme se dodržovat stejná pravidla, máme rádi přírodu, baví nás zpívání písniček a hraní her.

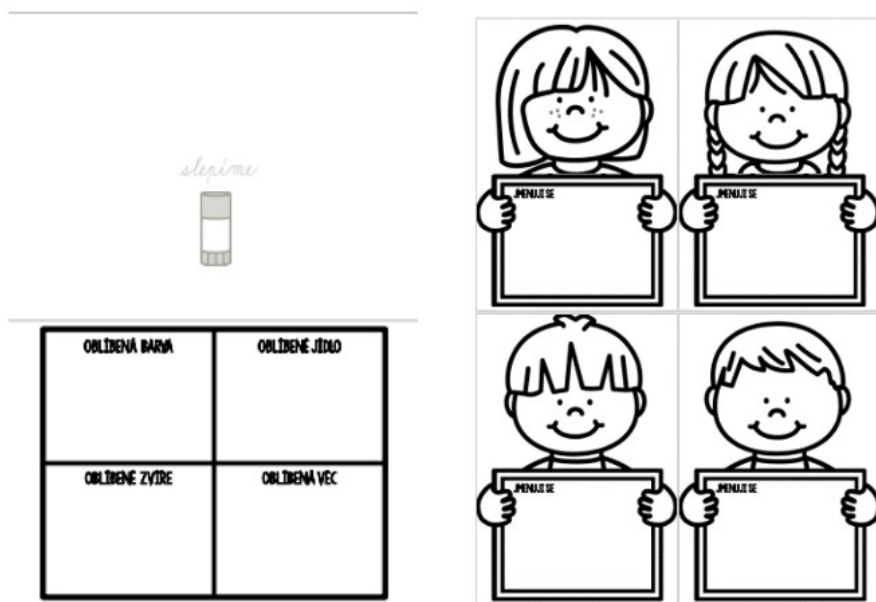
<sup>14</sup>Celá bojovka ke stažení: [KOUZELNÁ SLŮVKA a princezna Karolínka - Etická výchova | UčiteléUčitelům.cz \(uciteleucitelum.cz\)](http://KOUZELNÁ_SLŮVKA_a_princezna_Karolínka_-_Etická_výchova_UčiteléUčitelům.cz)



**B)Naše osobní charakteristiky:** Chápeme, že každý jsme v něčem trochu jiný a může se nám líbit něco jiného.

- **Můj osobní erb/znak:** Aktivita je stejná jako při tvorbě společného erbu. Dětem připravíme rozstříhané obrázky, které mohou do svého erbu vlepovat. Svůj znak si mohou také dokreslit.
- **Představovací panáček:** Děti si vyberou z kartiček jednu postavičku, která je nejlépe charakterizuje. Jsem kluk nebo holka? Mám dlouhé nebo krátké vlasy... (Postaviček na výběr je cca 16) Svě postavě domalují barvu vlasů a očí, jestli mají nějaké zvláštní pihy...

Na druhou stránku děti doplní své oblíbené jídlo, barvu, věc a zvíře. Oba obrázky slepíme dohromady a děti se navzájem představí ostatním.



Obrázek 3 - Představovací panáček

- **Moje kořeny** je aktivita, která vyšla v prvním čísle šestého ročníku časopisu Ben Já Mína<sup>15</sup>. Tato tvořivá aktivita se týká našich pomyslných kořenů. Můžeme s benjamínky opět kreslit, malovat, tvořit koláže... V horní části mají děti za úkol ztvárnit sebe, ve spodní části své pomyslné kořeny ( Kdo nebo co mi pomáhá, abych rostl a cítil se na světě dobře). Na závěr můžeme uspořádat výstavu nebo si o výtvorech povídat.



Obrázek 4 - Moje kořeny

### Další činnosti, které rozvíjí sebepoznávání.

- Výměna míst: Děti stojí v kroužku a jedno dítě je uprostřed. Určuje, kdo si má vyměnit místa (ten, kdo má rád kočky, jahody, špagety, lyžuje...). Při výměně se pokusí stoupnout na místo, které se uvolnilo někým jiným. Uprostřed zůstává nový „vyvolávač“.
- Ukázka: děti si na schůzku přinesou oblíbenou věc (knížku, hračku...), každý svou oblíbenou věc představí ostatním.
- Oblíbené věci: do obrázku z pracovního listu pro benjamínky č.12<sup>16</sup> děti dokreslí oblíbené zvíře, barvy, jídlo, hračky, kamarády...
- Zrcadlo: do pracovního listu pro benjamínky č.16 děti zakreslí svůj obličej (barva očí, vlasy, pihy, rovnátka, brýle...)
- Značka: každý si zkusí vymyslet nějakou svoji značku podle svého jména, přezdívky nebo podle toho co má rád, co ho charakterizuje. Značky vystavíme. Ostatní zkusí hádat, komu která značka patří.
- Honička se jmény: Hraje se podobně jako obyčejná honička. Před chycením se můžeme zachránit tím, že vykřikneme jméno kamaráda z naší družiny. Pokud jméno nestihneme vykřiknout včas. Máme babu.

<sup>15</sup> [Ben Já Mína říjen 2021 - č.1 - říjen 2021 - Ben Já Mína a stromy](#)

<sup>16</sup> POKORNÁ Michaela, POKORNÝ Tomáš, KUPKA Ondřej, Pracovní listy pro benjamínky, Praha 2014

- Kolik mi je let: využít můžeme také aktivity z pracovního listu pro benjamínky č. 13. Dokreslování svíček, počítání prstů, řazení podle věku, dospívání – obdoba hry evoluce.

## Vnímám krásu přírody všemi smysly: Smyslové vnímání a prožitky v přírodě



Obrázek 5 - Společné tvoření čelenek z listů

Vnímat Krásu znamená vnitřně prožívat vnější podněty. S benjamínky se učíme vnímat své okolí a pozorovat je všemi smysly. Učíme se mít otevřené srdce. Být vděční za maličkosti a nebrat vše jako samozřejmost.

Nejrůznější aktivity, které vychází ze **smyslového vnímání přírody = vnímání krásy přírody**, hrají velice důležitou roli při vytváření a dalším posilování zdravého vztahu k přírodě. Při formování takového osobního vztahu se výborně uplatňuje právě přímý kontakt s přírodou, který poskytuje smyslové a jiné zážitky, díky nimž se příroda stává benjamínkovi něčím blízkým, něčím, co vzbuzuje příjemné pocity. Pozitivní vztah k přírodě by měl být zakotven v každém dítěti, jde jen o to, tento vztah probudit a povzbudit. Díky rozvoji smyslového vnímání probouzíme v dětech také estetické cítění.

**Prožívání** je nedílná součást našeho života, prožitek je jedinečný, nesdělitelný a nenahraditelný, nelze jej získat bez osobního zapojení se do aktivity, souvisí s ním úzce i pojem dobrodružství.

Jedině přímý kontakt umožní dítěti pravdivý zážitek a tím ho obohatí o vlastní zkušenost s přírodním prostředím. Neméně důležitý bude vlastní vklad nás dospělých. Bude záležet na našem vlastním vnímání přírody, našem postoji k pobytu venku a k projevům přírodního prostředí. Pokud se dítěti stane v období předškolního a mladšího školního věku příroda partnerem, společníkem při hraní, přítelem, občerstvením, zdrojem inspirace, zdrojem výzev a dobrodružství, místem k přemýšlení, příjemným místem k odpočinku i prostorem k rozvoji osobnostních a sociálních dovedností, bude jeho příští pobývání v ní podloženo trvalým vztahem pro celý život. Takto vytvořený vztah můžeme označit za vztah ideální. Vztah k přírodě se stane vnější motivací a posílí vznik vnitřní motivace k péči o životní prostředí, k ohleduplnému jednání k okolí, k přírodě, podobně tak jako vztah k sobě samému určuje vztah k ostatním lidem.<sup>17</sup>

### **Hmatové vnímání přírody:**

- Hmatové poznávání podzimních plodů: Děti mají zavázané nebo zavřené oči a do rukou je jim postupně vkládán jeden plod za druhým. Jejich úkolem je nejprve si plod důkladně osahat a popsat, co cítí (je to hrubé, jemné, ostré, kulaté). Nakonec se děti pokusí plod pojmenovat.
- Hmatové poznávání přírodnin při procházce v lese: Na výpravě do lesa zastavíme na nějakém pěkném místě. Tam dětem zavážeme oči. Dětem do rukou postupně vkládáme různé přírodniny, které před tím cestou zkoumaly zrakem (list, kámen, šišku, větvičku smrku, kůru...). Děti zkouší poznávat, co právě drží v ruce.
- Šimry, šimry: Tato jednoduchá aktivita má především relaxační charakter. Děti zavrou oči. Vedoucí si opatří nějaký měkký přírodní materiál, který je příjemný na dotek, např. květenství trávy (pozor na alergie!), kousek mechového polštáře, lístek stromu atd. Materiálem jemně, pomalu šimrá benjamínka na obličej, na dlaních nebo po zátylku či předloktí. Můžeme zkusit také větvičku stromu jako drbátko do vlasů. Děti se zavřenýma očima mohou hádat, co je to šimrá, nebo jen vychutnávat doteky přírody a relaxovat. K relaxaci hmatovými podněty může posloužit také objímání stromů nebo soustředění se na doteky větru.

---

<sup>17</sup>ŠIRCOVÁ Ivana, Bystříme své smysly, Praha 2007

## Zrakové vnímání přírody:

- Třídění listů podle tvarů: Pro tuto aktivitu nasbíráme benjamínkům listy různých tvarů a velikostí. Děti mají za úkol roztřídit listy podle tvarů na jednotlivé hromádky. Ve druhé fázi dětem (po dvojicích) rozdělíme jednotlivé hromádky a dvojice hledají konkrétní strom, ke kterému listy patří.
- Paleta pana podzima: Každému benjamínkovi vystřihneme ze čtvrtky paletu, na kterou nalepíme pruhy oboustranné lepicí pásky. Děti pak vyrazí do terénu. Cestou sbírají všechno krásné, co v přírodě najdou a co na své paletě chtějí zachytit.
- Malování přírodou: S benjamínky můžeme vyzkoušet vyrobit vlastní vodovky z přírodnin. Červenou barvu snadno získáme ze šťávy z červené řepy. Hnědou z povařených slupek z cibule nebo ji můžeme zkusit namíchat z hlíny a vody. Zelenou zase z povařených zelených listů nebo trávy, použít se dá i špenát. Žlutou barvu získáme z vlašovičnicku nebo pampelišky. Černou barvu najdeme v ohništi. Můžeme si také vypálit své vlastní skvěle kreslicí uhlíky z čerstvých proutků vrby (lísky či dubu). Budeme potřebovat vzduchotěsnou plechovku, do které dáme nastříhané tenké proutky, a plechovku uzavřeme. Rozděláme oheň a plechovku necháme alespoň půl hodiny v ohni. V plechovce se vytvoří báječné uhlíky na kreslení.
- Salón krásy: děti se rozdělí do dvojic, jeden funguje jako zákazník a druhý jako pracovník salónu krásy. Pracovník salónu má za úkol zkrášlit zákazníka, ať už podle jeho přání nebo vlastní fantazie, ovšem s tou podmínkou, že může použít pouze nalezené přírodní materiály. Lze využít například borůvky jako oční stíny nebo barvu pro borůvkové tetování, pyl z kopretiny nebo pampelišky pro nazlátlou pleť, jahody nebo maliny jako rtěnku, barevné lepidlo korunní lístky jako nehty, jeřabiny jako korálky, větvičky a listy jako ozdoby do vlasů atd. Chlapci mohou krášlit dívky anebo si vyrobit válečné maskování. Po uplynutí dohodnutého časového limitu lze uspořádat přehlídku a zvolit nejpodobnější krasavici/válečníka.

## Sluchové vnímání přírody:

- Pískání na listy trav: K této aktivitě jsou potřeba široké ploché listy trav, např. psárky luční nebo srhy říznačky. List trávy se vloží na plochu mezi vnější

strany palců a částečně mezi hrany dlaně. Mezi palci vznikne mezera, do které se fouká. Rozechvéním listu ve štěrbině vzniká ostrý pískot.

- Tam za vodou vrákosí...: Jeden benjamínek představuje čápa, druhý žábu. Ostatní představují rákosí a stojí zhruba půl metru od sebe. Čáp i žába mají zavázané oči a jsou vypuštěni do rákosí. Čáp je hladový, proto se snaží chytit žábu, která před ním naopak prchá. Jelikož mají oba zavázané oči, orientují se pouze podle šumění rákosových stébel a listů. Rákos (ostatní benjamínci představující rákos) zašumí resp. vydá pomalý klidný zvuk "ššššš", když se ho žába nebo čáp dotkne.

### **Čichové vnímání přírody:**

- Přírodní parfém: S benjamínky nejprve nasbíráme různé přírodniny, např. půdu, vlhké i suché dřevo, houby, jehličí, květy atd. a zkoumáme je čichem. Dětem připomeneme, že vůně je intenzivnější po rozemnutí materiálu mezi prsty. Děti mohou nasbírané vůně ve skleničkách rozdělit na příjemné a nepříjemné, na výrazné a jemné atd. Poté si každý ve svém kelímku namíchá svůj přírodní parfém, který nakonec představí ostatním.

### **Chuťové vnímání přírody:**

- Ochutnávka bylinkových čajů: Ve volné přírodě lze nasbírat řadu léčivých rostlin, ze kterých se dá připravit lahodný bylinkový čaj, např. nať mateřídoušky nebo máty, šípky růže šípkové, plody i listy maliníku a ostružiníku atd. Suroviny nasbírané v přírodě lze obohatit o pěstované bylinky, např. levanduli nebo meduňku. Jednotlivé bylinkové čaje je vhodné připravit vždy jen z jednoho druhu léčivky. Benjamínci pak v rámci ochutnávky poznávají specifickou chuť jednotlivých druhů.

## **Co jsou to emoce, učím se je poznávat**

Děti přicházejí na svět s výbavou, jejíž podstatu a původ dodnes nejsme schopni stoprocentně popsat a která je velmi pravděpodobně kombinací genetické výbavy zděděné po rodičích s vlastní genetickou výbavou a také něčím, co je mezi „nebem a zemí“ a co bývá popisováno jako zkušenosti z minulých životů, kolektivní nevědomí, Duch svatý, systemická rodová zkušenost a podobně. Ať už dítě přijde na svět

s jakoukoliv výbavou, jedno je jisté, zkušenosti, kterými po dobu svého dětství prochází, spoluutvářejí jeho osobnost a schopnost vnímat a reagovat na svět kolem sebe. V prostředí a vztazích, které skýtají důvěru, lásku, bezpečí a zároveň dostatek výzev, podnětů a příležitostí může vyrůst zdravě sebevědomé a vnímavé dítě s rozvinutým sociálním cítěním. Takové dítě má příležitost nechat v sobě vyklíčit semínka optimismu a pozitivního přístupu ke světu uvnitř i kolem sebe samého. Je mu umožněno vytvořit si postoj vůči sobě samému i ostatním, učí se navazovat hluboké a srdečné vztahy, dovede se zabývat smyslem svého života a nalézat způsoby, jak jej naplnit. Tyto zkušenosti, schopnosti a dovednosti jej pak provázejí po celý zbytek života a jsou rozhodující pro život, který prožijí jako šťastný, naplňující a radostný.<sup>18</sup>

Když si s benjamínky povídáme o pocitech a emocích, je mou první volbou sáhnout po úžasné a překrásné knize **Mapy mých pocitů**<sup>19</sup> od Bimby Landmanna. V této knize se s benjamínky vypravíme na cestu, která vede ke zkoumání míst v našem nitru. Jedinými slovy této knihy jsou označení míst na mapách tajemných krajin, které překvapivě a nápaditě popisují různé lidské pocity. Ostatní je už na nás, kteří s dětmi po tajemných zemích putujeme. Tato kouzelná kniha představuje množství odstínů jednotlivých emocí – od radosti, studu, údivu a strachu až k lásce.

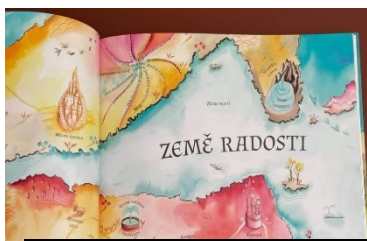


Obrázek 6 - Titulní stránka knihy *Mapy mých pocitů*

Aktivity ke knize:

- EMOCE A SITUACE

Knihou může posloužit jako dobrá pomůcka pro orientaci v emocích, které se váží k různým situacím v životě. S menšími dětmi můžeme přiřazovat jednotlivé emoce k vybraným situacím. V první variantě hry vybereme různé životní situace, s nimiž mají děti konkrétní zkušenost (narození sourozence, výlet s rodiči, návštěva prarodičů,



Obrázek 7 - Úvaha z knihy  
 ČERNÝ Vojtěch, GROFOVÁ Kateřina, Děti a emoce, Brno 2020  
 LANDMANN Bimba, Mapy mých pocitů, Praha 2021



hra s kamarády, aj.) a hledáme v knize emoce, které v těchto situacích prožíváme. Ve druhé variantě (pro starší děti) postupujeme opačně. Zvolíme konkrétní emoci a děti vyjmenovávají situace, které se jim k této emoci vybaví.

- OSOBNÍ MAPA POCITŮ

Aktivitou, která se přímo nabízí, je nakreslení osobní „mapy pocitů“. Můžete výtvarně zachytit aktuální rozpoložení nebo pocity, týkající se nějaké dříve prožité události. Po aktivitě je možné vybídout děti, aby svou mapu popsali ostatním.

- HUDBA A EMOCE

Vybereme různé ukázky z klasické hudby a postupně je dětem pouštíme. Po každé ukázce diskutujeme o tom, kterou emoci by mohla představovat.

- PROTIKLADY

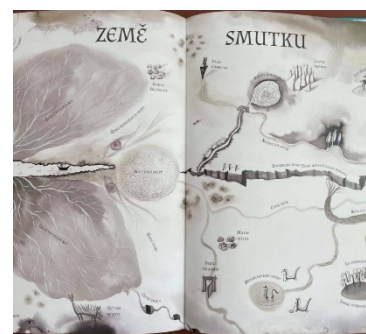
V knížce hledáme emoce, které jsou vzájemně v protikladu. Můžeme se také zaměřit na to, jestli se v obou emocích dá i přesto najít něco, co mají společného.

- POZITIVNÍ/NEGATIVNÍ

Mapy v knize pojmenovávají různé podoby emocí. Zajímavou aktivitou je hledání pozitivních a negativních „vlastností“ daných pocitů. Pro někoho možná bude překvapující, že i emoce, které jsou obecně považovány za negativní, mohou mít své pozitivní stránky (například hněv může vyburcovat k pozitivní změně, apod.)

- KOMIKS

Každou mapu v knížce uvádí stránka s okénky, na které je vyobrazen hlavní hrdina, který světem emocí putuje. Zajímavou aktivitou je vytvořit k těmto obrázkům vlastní texty. Vznikne tak zajímavý komiks.



Obrázek 8 - Ukázka z knihy *Mapy mých pocitů*

Další zajímavou knihou a pomůckou, kterou lze pro práci s emocemi u benjamínků využít jsou **EMUŠÁCI – Ferda a jeho mouchy**<sup>20</sup> od M. Dostálové, S. Jančiové a H.



Vlčkové. V knize si můžeme vybrat ze šestnácti příběhů. Každé emoci (radosti, strachu, hněvu, zvědavosti, smutku, žárlivosti, důvěře a osamocení) jsou věnovány dvě pohádky. Ke každému příběhu najdeme v knize otázky pro

<sup>20</sup>DOSTÁLOVÁ M., JANČIOVÁ S., VLČKOVÁ H., *Ferda a jeho mouchy*, Praha 2013

Obrázek 9 - *Ferda a mouchy*



děti. Úměrně věku z nich můžeme některé vybrat nebo přeformulovat a nad příběhy si dále povídat. Aktivity s Emušáky jsou zvlášť vhodné na výpravu nebo tábor.

Kniha **Děti a emoce**<sup>21</sup> učí děti vnímat a tvořivě pracovat s jejich vlastními pocity. Na pozadí krátkých, emočně zbarvených příběhů dvou rodičů a jejich čtyř dětí jsou představeny nejdůležitější emoce, se kterými se my i naše děti setkáváme.

V jednotlivých kapitolách najdeme:

- příběh s konkrétní emoční situací
- komentář a doporučení pro rodiče, pedagogy, vedoucí
- otázky k tématu a praktická cvičení (tělesná, dechová, tvořivá dílna) hry rozvíjející vnímavost a další dovednosti v kontextu konkrétní emoční situace
- básničky a písničky
- náměty pro samostatná cvičení
- poselství kapitoly pro děti a dospělé



Obrázek 10 - Titulní strana knihy Děti a emoce

Poselstvím této knihy je pomoci všem, kteří vstupují do života dětí. Jak u nich rozvíjet zvědavost, otevřenou mysl, sebedůvěru a sebedůvěru a sebedůvěru, zvládnutí strachu a dalších silných emocí, schopnost soustředění a nalézání klidu, schopnost objektivního vnímání toho, co se děje uvnitř nás i vně, schopnost naladit se na emoce blízkých, rozvíjet soucit a laskavost, sociální kompetence a pocit sounáležitosti.

Pro práci s benjamínky můžeme využít také soubor knížek **Emoce**<sup>22</sup>. V pěti malých knížkách s pěti jednoduchými příběhy si s dětmi můžeme prohlížet, číst, vyprávět o základních emocích (strachu, plachosti, radosti, hněvu a závidění). Příběhy můžeme napasovat na konkrétní situace, které zažijeme nebo o kterých si



<sup>21</sup> ČERNÝ Vojtěch, GROFOVÁ Kateřina, Děti a emoce, Brno 2020

<sup>22</sup> COUTURIER Stéphanie, Emoce, 2018

Obrázek 11 - Titulní strana knihy Já a moje emoce

zrovna povídáme. Když se s benjamínky například bavíme o prvním bodě zákona benjamínků, můžeme si přečíst příběh o radosti a dále s ním pracovat. K souboru knížeček vyšla také kniha aktivit **Já a moje emoceplná tvořivých úkolů** pro děti v benjamínkovském věku.

V souboru **Pracovní listy pro benjamínky** se tomuto tématu věnují list č. 19 – Pocity a pracovní list č. 21 – Mám vás rád

## Naši patroni - svatý Jiří a svatý František

### Svatý Jiří – patron skautů

- Legendu můžeme dětem přečíst třeba večer u ohně, před výpravou za svatým Jiřím nebo nám svůj příběh může převyprávět svatý Jiří sám, když zavítá na naši schůzku.
- Jak Jiří městu pomohl<sup>23</sup>



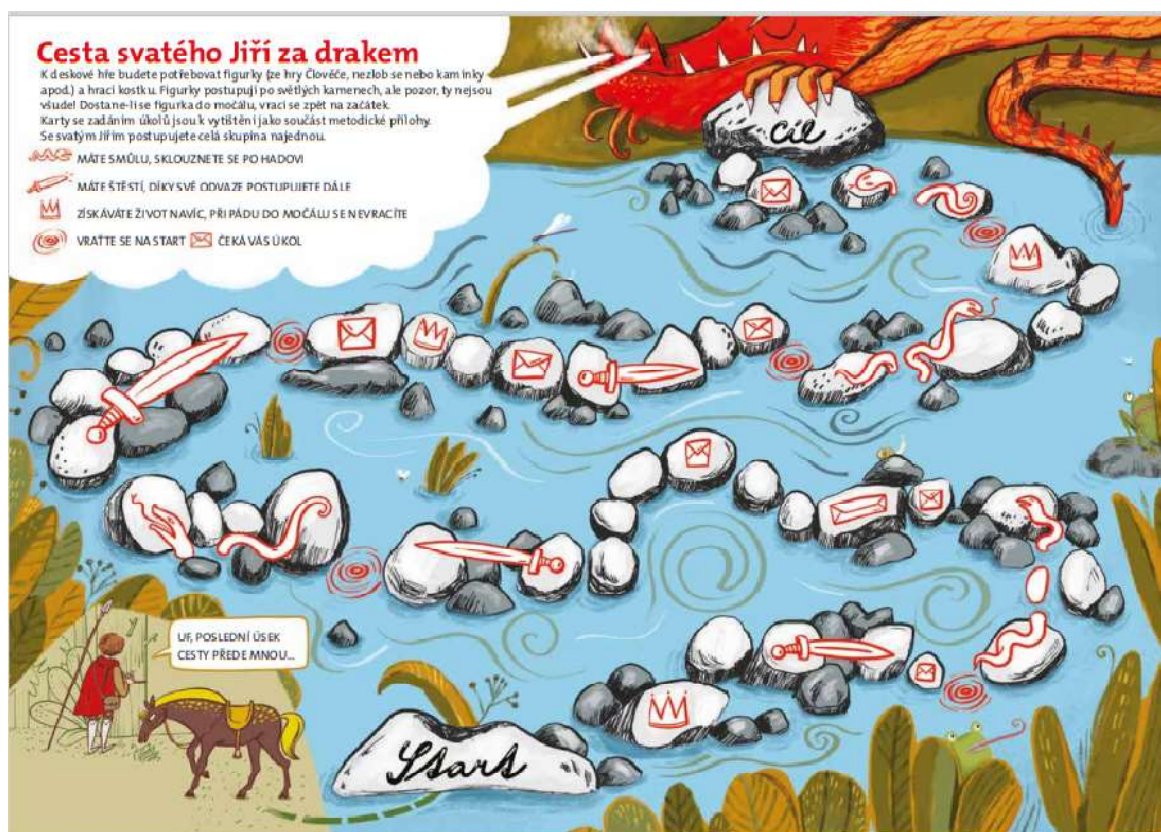
Obrázek 12 - Pracovní list k legendě o svatém Jiřím

<sup>23</sup> Ben Já Mína, duben 2016

Otázky ke společnému povídání s benjamínky:

- Kdo byl svatý Jiří, jak si ho představuješ? Můžeme ho namalovat?
- Jaký asi byl? Chtěl/a bys být v něčem jako on?
- Máš taky nějakou z jeho vlastností?

Můžeme si zahrát deskovou hru:



Obrázek 13 - Desková hra k legendě o svatém Jiřím

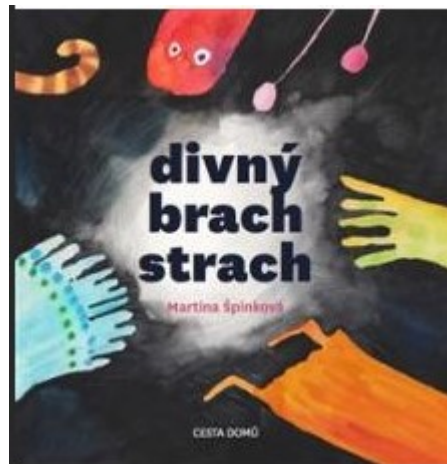
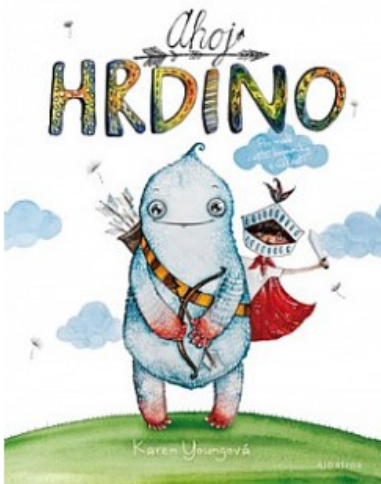
Povídejme si o statečnosti a strachu. Kterého zvířete se nejvíce bojíš<sup>24</sup>, které máš naopak rád a proč? Už jsi svůj strach někdy překonal? Co to bylo? A jak se ti to podařilo?

Děti si mohou vytvořit nebo namalovat svého zvířecího ochránce. Popíší ho, jaké má vlastnosti, co všechno umí, jak jim pomáhá...

Jiří bojoval s drakem – s čím bojují já? Ptáme se dětí, co jim nejde a v čem jsou naopak dobří. Ptáme se, jak se mohou zlepšit v tom, co jim úplně nejde. Potřebují k tomu něco nebo někoho?

<sup>24</sup>Ben Já Mína karty, karta č.49 a 73

Další inspirativní čtení: Ahoj, hrdino a Divný brach strach, Strach má velké uši



Svatý



Obrázek 14 - Příklady dalšího inspirativního čtení

## František

K vyprávění příběhu o sv. Františkovi můžeme využít komiks. Příběh benjamínkům přepravíme a oni si ho vybarvují.

### JAK FRANTIŠEK ZAČAL SLOUŽIT PÁNU



Obrázek 15 - Komiks o svatém Františku

### JAK SVATÝ FRANTIŠEK VYSVOBODIL MĚSTO GUBBIO OD DRAVÉHO VLKA



## Svatý František z Assisi

měl rád všechno stvořené. Legendy vyprávějí, že jeho kázání poslouchala i zvířátka. Dokresli je kolem Františka!



www.deti.vira.cz

### OBRÁZKOVÉ ČTENÍ O ŽIVOTĚ SV. FRANTIŠKA:

V ITALSKÉM MĚSTĚ ASSISI ŽILI A , KTERÝM SE NARODILO .  
DALI MU SICE JMÉNO JAN, ALE VŠICHNI MU ŘIKALI FRANTIŠEK, PROTOŽE  
JEHO POCHÁZELA Z FRANCIE. JEHO OBCHODOVAL S A BYL  
VELMI . FRANTIŠEK SI Z JEHO UŽÍVAL MNOHO ZÁBAVY SE  
SVÝMI . VE 20 LETECH ALE MUSEL ODEJÍT DO .  
VE BYL ZAJAT A POTÉ VÁŽNĚ . TEPRVE V   
ZAČAL FRANTIŠEK O SVĚM ŽIVOTĚ. VĚDĚL, ŽE SE MUSÍ ZMĚNIT.  
ALE JAK?  
JEDNOU PŘIŠEL DO A ZROVNA ČTENÍ Z .  
TEHDY K NĚMU PROMLUVIL BŮH. FRANTIŠEK SE ROZHODL .  
Z OD SVÝCH A NÁSLEDOVAT . ZANECHAL V   
ÚPLNĚ VŠECHNO I VĚCI A ZAČAL ŽÍT JAKO .  
ODEŠEL ZA MĚSTO, KDE SE A ŽIL Z TOHO, CO NAŠEL V NEBO  
CO DOSTAL OD . TAKÉ ZAČAL OPRAVOVAT ZBOŘENÝ .  
POSTUPNĚ SE K PŘIDALI NEJEN NĚKTERÍ Z JEHO ,  
ALE I DALŠÍ . ZALOŽILI ŘÁD, KTERÉMU SE ŘÍKÁ FRANTIŠKÁNI .  
TENTO ŘÁD SE ROZŠÍŘIL PO CELÉM A EXISTUJE DODNES.  
PROTOŽE MILOVAL BOHA DOOPRAVDY, MILOVAL I CELÉ JEHO STVOŘENÍ -  
- VŠECHNY , I . O BOHU NEVYPRÁVĚL JEN ,  
ALE TŘEBA I A . NEŽ FRANTIŠEK , SLOŽIL  
CHVALOPĚV NA BOŽÍ STVOŘENÍ, VE KTERÉM BOHU DĚKUJE ZA ,  
 , , , , A MNOHO DALŠÍCH VĚCÍ.

Po přečtení legendy o svatém Františkovi si můžeme popovídat o zvířátkách, která máme doma a jak o ně pečujeme. A dále si můžeme otevřít téma ochrany přírody.

### Jsem ochránce přírody

„Sejdi někdy z vyšlapané cesty a ponoř se do lesa. Určitě najdeš něco, co jsi nikdy předtím neviděl.“ A.G.Bell

### Jak se máme chovat v lese

Prohlédněme si obrázky a povídejme si o vhodném a nevhodném chování v lese. Čím lidé lesu ubližují, jak můžeme lesu prospět...



Obrázek 16 - Pracovní list Jak se nechovat v lese

- Vypravme se s benjamínky do blízkého lesa a posbírejme odpadky.
  - Proč odpadky do lesa nepatří?
  - V čem je to pro přírodu špatné?
  - Jak bychom se cítili v lese s odpadky?
- V pracovním listě pro benjamínky č. 32 nalezneme obrázek lesa. Na listě benjamínky mohou kroužkovat, co do lesa nepatří.
  - Najdeme si v lese studánku, u které se s dětmi zastavíme, přečteme si báseň „Otvírání studánek“ od Bohuslava Martinů a Miloslava Bureše. Společně pak studánku vyčistíme. Pro zpestření činnosti můžeme využít místních pověstí či příběhů o studánce, kostýmy víl a jiných pohádkových bytostí
  - Během svačinek na schůzkách a výpravách učíme děti nakládat s vyprodukovaným odpadem – odpadky hodíme do koše, případně je neseme s sebou, pokud je koš daleko.

## Pomáháme lesním zvířátkům



Obrázek 17 - Srdíčko z loje pro sýkorky

- Udělejme si s benjamínky zimní procházku do lesa. Přinesme zvířátkům to, co mají ráda do krmelce. Co by to mohlo být? (jablka, čerstvé kaštiny, žaludy, bukvice, zvířátkům nenosíme pečivo, sladkosti...)

- Nasypejme ptáčkům semínka do krmítka. Krmítko pro ptáky

můžeme taky  
jednoduše vyrobit:

Na výrobu tukové koule budeme potřebovat v zásadě 2 základní suroviny: tuk (kokosový olej, lůj nebo i nesolené



sádlo) a semínka s oříšky (mohou to být semínka slunečnice, prosa, lnu, dýně, máku, ovesné vločky, nasekané lískové a vlašské ořechy aj.) Poměr většinou závisí na konkrétně zvolených surovinách, ale tuku by mělo být asi o polovinu více než semínek. Tuk rozehrějeme v hrnci a vmícháme do něj směs semínek a nadrcených oříšků. Vytvarujeme koule velikosti do dlaně a vložíme je do malých mističek (třeba košíčků na muffiny), aby ztuhly. Ještě než zcela zatuhnou do nich zasuneme provázek, abyste jsme je měli jak zachytit na krmítko nebo strom. Také můžeme hmotu naplnit do půlky skořápky z kokosového ořechu nebo menšího květináče.

- Před klubovnou nebo na tábořišti si postavme hmyzí hotel. Vyrobit můžeme taky škvorkovník. Třeba podle Ben Já Míny (duben 2016)

*Obrázek 18 - Pracovní list Jak na škvorkovník*

### **Co nám příroda dává**

- S benjamínky si můžeme povídat o tom, co všechno nám příroda dává, že to není samozřejmé a neměli bychom tedy tím, co od ní dostáváme, plynout.
- Rozhlédneme se kolem sebe a hledáme věci, které nám dala příroda. Můžeme použít otázek typu: Z čeho je ten tvůj svetr, boty..., Co jsi měl dneska k snídani, ke svačině a obědu? Z čeho je vyrobený tenhle stůl a židle?...
- Vyrobneme a zahrajme si společně pexeso. Na jedné kartičce bude výsledný produkt a na druhé zvíře/rostlina)
- Povídejme si o tom, jaké jiné přírodní zdroje známe a využíváme.
- Spousta věcí končí v popelnici. Jak bychom je mohli ještě využít/recyklovat? Vyrobneme si maňásky z lichých ponožek a dejme jim tak další šanci.
- Zazpívejme si písničku „Chválím Tě země má“ a připomeňme si Den Země (22.dubna)

### **Umím správně třídit odpad**

- Během schůzky můžeme dojít k nejbližším kontejnerům na tříděný odpad. Společně si povídáme, jaké odpadky do kterého kontejneru patří. Přinesené odpadky děti poté vytřídí do správných nádob.

- S dětmi si povídáme o tom, proč je důležité odpad třídit a jak mohou přispět k menšímu množství odpadu doma. Jak můžeme šetřit vodou a elektřinou.



Obrázek 19 - Pracovní list k třídění odpadu



©VERDAEL FOR KIDS 2021 [www.verdael.cz](http://www.verdael.cz), [www.facebook.com/verdaelforkids](https://www.facebook.com/verdaelforkids)

- Vymýšlejíme s dětmi společně pohádku na téma ochrana přírody

## Popelnice a veverka

Za devatero horami a devatero lesy žila jedna veverka, která třídila odpad do popelnic a vždycky to popletla. Sklo dala do plastu, plast do skla a tak dále. Jednoho dne to už jedna popelnice nevydržela a říká: „Poslyš, veverko, nauč se pořádně třídit odpad.“ Ale veverka byla namyšlená a řekla: „Poslyš, když se ti to nelíbí, tak můžeš odejít.“ A přesně to popelnice udělala. Odjela na popelářském autě. Veverka první týden byla spokojená, že ji nikdo nekritizoval.

Házela všechny odpadky do popelnice na sklo. Ale netrvalo dlouho a i tahle popelnice odjela pryč. Za měsíc měla plnou chaloupku odpadu. Za nedlouho byl celý les plný odpadu. Veverka neměla kam házet odpadky. „Co mám jenom dělat, vraťte se, popelnice, prosím.“ Veverce nezbývalo nic jiného, než najít popelnice a omluvit se jim. Veverka šla dnem i nocí a uviděla zajíce a ptá se ho: „Zajíci, neviděl jsi tady dvě popelnice?“ „Neviděl, ale zkus se zeptat medvěda.“ Veverka se tedy zeptala medvěda. „Medvěde, neviděl jsi dvě popelnice?“ „Viděl, šly do továrny k sedmi trpaslíkům, kde recyklují odpad.“ Tak veverka šla do továrny a omluvila se popelnicím. Popelnice se k veverce vrátily a pomohly jí uklidit celý les. (Viliam Částa, 10 let)



## Zvířátka a nadpřirozené bytosti v pohádkách

„Pohádky mají nespornou výchovnou hodnotu, učí dítě rozeznávat dobro a zlo a poznávat ve vyhrocené podobě charaktery lidí“<sup>25</sup>.

Pro děti je velice těžké porozumět světu, obzvláště pro ty nejmenší – předškolní. Pohádka jim pomáhá náš složitý svět pochopit. Díky pohádce pochopí základní principy, jako je kupříkladu rozdíl mezi dobrem a zlem. Navíc napomáhá tomu, aby braly vše spíše optimisticky, vždyť přece dobro vždy vyhraje nad zlem, a tak není důvod se něčím příliš stresovat. Pohádka přináší dětskému posluchači jistý řád, který si díky ní dokáže promítnout i do našeho světa, který se pro něj stává více smysluplným. Za pomoci pohádky můžeme dětem vysvětlit spoustu situací, které bychom dokázali jen obtížně vhodně objasnit.<sup>26</sup>

„Pohádky se dětem vypravují proto, aby v jejich čistém a mírném světle mohly vzklíčit a růst první myšlenky a síly duše“.<sup>27</sup>

Pohádka odpovídá dětem na základní otázky typu: proč jsme tady na tomto světě, co nás čeká a kam směřujeme. Pomáhá jim vysvětlit dávnou historii. Pohádky naplňují vývojové potřeby dětí. Rozvíjí elementární schopnosti (řeč, myšlení, imaginace aj.). Pomáhají nám při sebepoznávání a utvářet vlastní postoj k různým situacím. Plní také integrační funkci. Odpovídají nám totiž na otázky „Jak žít?“, „Jak jednat?“, „Jak rozumět světu?“. Dále rozvíjí i citovou oblast. Například ožívání naděje, zažívání smutku a štěstí, spoluprožívání společně s hrdinou atd.<sup>28</sup>

Vyprávění a čtení pohádek je v programu benjamínků zcela zásadní. Během schůzek si můžeme krátkou pohádku přečíst například o společné svačince nebo kdykoliv během schůzky, výpravy. Pohádka nemusí být jen čtená nebo vyprávěná. Příběh můžeme benjamínkům předat i formou scénky.

Pohádku benjamínkům čteme nebo vyprávíme vždy, když jim chceme předat něco nového nebo odkázat na to, co už znají z dřívějšíka. Když je chceme seznámit se zajímavou osobou a jejími vlastnostmi, vysvětlit, jak některé věci vznikají a fungují.

---

<sup>25</sup> LANGMEIER J., KREJČÍŘOVÁ D., *Vývojová psychologie*, Grada 2007

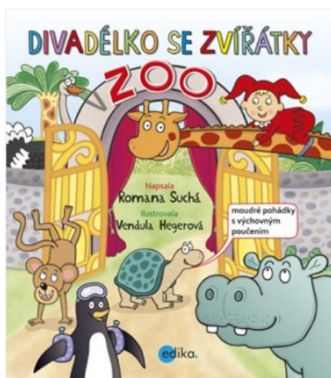
<sup>26</sup> ČERNOUŠEK, Michal, *Děti a svět pohádek*. Praha, 1990

<sup>27</sup> bratři Grimmové In Streit, 1992

<sup>28</sup> ČAČKA, Otto a kol., *Psychologie imaginativní výchovy a vzdělávání s příklady aplikace*. Brno, 1999

V některých pohádkách můžeme odkazovat na úžasné vlastnosti a schopnosti zástupců zvířecí říše (mravenci, včely...).

Pohádku, kterou benjamínci poslouchají, je velmi vhodné doplnit pracovním listem (omalovánkou), přehrát děj pomocí plyšáků, maňásků nebo papírových loutek, tvořit obdobné příběhy spolu s dětmi, zahrát si na dané téma hru.



Obrázek 20 - Pracovní list Divadélko se zvířátky

- Benjamínci si na **pohádkovou schůzku** mohou přinést svou oblíbenou knížku. Společně si můžeme kousek přečíst. Kdo bude chtít, může ostatním dětem říct, proč se mu daná knížka líbí, kdo v ní vystupuje, jakou postavu má nejraději.
- Na louce nebo na zemi v klubovně mají benjamínci za úkol posbírat obrázky pohádkových postav. Ukládají je do krabiček podle toho, jestli jsou kladné nebo záporné. Po skončení hry se k postavám vrátíme a povídáme si, proč jsme je tak zařadili, co se nám na nich líbí nebo nelíbí. Pokud se jim nelíbí, jak by se mohli zachovat jinak.
- Vyrábíme (z přírodnin, modelíny, papíru...) vlastní postavu nebo zvíře, kterým bychom chtěli být. Jak by postava vypadala, jaké by měla schopnosti a vlastnosti...

## Závěr

V několika teoretických i praktických kapitolách jsem se snažila nastínit možnosti, jak u benjamínků probouzet vztah k hodnotám, které nás přesahují, probouzet svědomí, vykročit na stezku hledání Pravdy a Lásky. Duchovní výchova je na běžné družinové schůzce či výpravě přítomná prakticky neustále. V našem přístupu k dětem a ke světu, v tom, jak s dětmi mluvíme a jak jim nasloucháme. Jakým příkladem jdeme a jaké další konkrétní příklady benjamínkům zprostředkováváme.

Explicitně můžeme prvky duchovní výchovy nalézat ve společných rituálech (úvodních, svačinkových i závěrečných), vyprávění u táborové ohně nebo svíčky, při společném putování neprobádanou krajinou nebo v konkrétních hrách a aktivitách popsaných výše.

Dle mého názoru má duchovní výchova již v benjamínkovském věku své místo. Díky tomu, že mě lesní škola Protos posunula o kousek dál na mé duchovní cestě, jsem si uvědomila, že pokud jsme my sami těmi, kteří usilují o naplňování všech tří skautských principů a neustále hledáme nejvyšší Pravdu a Lásku, můžeme svým smýšlením a jednáním děti v oddíle vychovávat k těmto hodnotám. Popsané aktivity jsou jen jakýmsi vodítkem, jak jednotlivé kompetence rozvíjet konkrétně a cíleně.

## Příloha

Kompetence skautské výchovy. Projevy pro benjamínky