



Souhrn programů Obroku

Ahoj! Obrok už je za námi a my doufáme, že jsi odjel*a se spoustou nových zážitků, inspirace a kamarádstva. Protože jsme na Obroku pracovali dlouhé měsíce, rádi bychom, aby naše práce nebyla jen jednorázová, a proto jsme se pokusili*y sepsat vše co jsi na akci mohl*a zažít do následujícího dokumentu tak, abys naše aktivity mohl*a co nejnázve realizovat. Neváhej se inspirovat a využít Obrokový program na maximum! Zároveň v dokumentu nenajdeš úplně všechno, pokud by tě zajímalo ještě něco, co tu chybí, neváhej nám napsat na email program@obrok24.cz.

za programový tým
Jaro a Bambi

Ve zkratce o jednotlivých programech, aneb co tu najdeš

- **Putování**
 - První programový blok před oficiálním začátkem akce! Do areálu můžeš dojít pěšky, nebo dojet na kole po trasách různé délky a obtížnosti společně s 15 člennou skupinou dalších účastníků. Po cestě na tebe budou čekat připravené výzvy a různé úkoly se zaměřením na přírodu, duchovno nebo seznámení.
 - *v tomto dokumentu najdeš jednotlivá místa, kde bylo možné nocovat*
- **Netradiční sporty, Seznámení a Výro (+ Výron)**
 - Ve čtvrtek tě bude čekat první hlavní blok, kde tě ve třech programech – Seznámení, Netradičních sportech a VýRu (Výzvy rovingu) uvedeme do akce. Čeká tě Seznamování, během kterého prolomíš ledy s ostatními účastníky, trochu adrenalinu si můžeš užít na Netradičních sportech, kde si budeš moci vyzkoušet bodysorbing nebo tetherball a ve VýRu se naučíš, jak předejít problémům ve své roverské skupině.
 - *v tomto dokumentu najdeš pravidla jednotlivých sportů, seznamovacích aktivit a Výra + Výronu*
- **VaPro – Variabilní program a Semináře**
 - VaPro je tradiční Obrokový program, který sestává ze série přednášek a workshopů

- 
- *v tomto dokumentu najdeš seznam všech přednášejících včetně medailonků*
 - **RoPro – Roverský program**
 - Podle své pozice (kmen, parta kamarádů, jednotlivec) projdeš trasou plnou úkolů a výzev zaměřených na pět oblastí roverské cesty. Těmi jsou objevování vlastních fyzických a duševních možností, hledání pravdy, navazování dobrých vztahů, hledání vlastního místa ve společnosti a nalézání vlastního vztahu k přírodě.
 - *v tomto dokumentu najdeš pravidla všech aktivit a další roverskou inspiraci*
 - **Služba sobě**
 - Část z vás tento blok absolvuje Službou sobě – vyrazíte na krátkou pouť, na které se v krásné přírodě okolí Valče budete moci věnovat několika well-beingovým aktivitám.
 - *v tomto dokumentu najdeš všechny texty a aktivity z trasy*
 - **Expo a Skautské kapitoly**
 - *v tomto dokumentu najdeš seznam všech stánků na expo a seznam všech kapitol včetně medailonků*
 - pravidla **Velké hry**
 - a vybrané aktivity z **Doprovodného programu**

Obsah

Nový roverský program.....	7
Putování.....	8
Netradiční sporty.....	10
Americký fotbal.....	10
Badminton.....	11
Baseball.....	12
Basketball.....	13
Běhací piškvorky.....	14
Buldoci.....	14
Cornhole.....	15
Discgolf.....	16
Diskball.....	16
Hobbyhorsing.....	17
Hookbruč.....	17

Kanjam.....	18
Kinball.....	18
Krabí fotbal.....	19
Krabí vybíjená.....	19
Kriket.....	20
Kroket.....	21
Kubb.....	22
Lakros.....	23
Líný tenis.....	24
Petanque.....	24
Ringo.....	25
Spikeball.....	27
Spinladder.....	27
Šerm.....	28
Šipky.....	28
Ufobal.....	29
Volejbal/přehazovaná.....	30
Živá dáma.....	31
Další sporty.....	31
Seznamovací aktivity.....	32
Bang.....	32
Počítání s přezdívkami.....	32
Minispeed dating.....	32
Děravý hrnec.....	33
Házení ropuchou.....	33
Dopisová štafeta.....	33
Imigrační.....	34
Nejtajnější přání.....	34
O čem si budeme povídat?.....	34
Hrajeme si na hry.....	35
Zjisti, kdo jsi!.....	35
Živý obraz.....	36
Zvládneš nakreslit odpověď?.....	37
Mysli za mě!.....	37
Já chci doprostřed!.....	38
Složíme si zážitek?.....	38
Hecni čas!.....	39
Zvládnete přelézt lano?.....	40
Kolik symbolů si zapamatuješ?.....	40

Výkřik.....	40
Výro.....	42
Plánování.....	42
Předvyhoření.....	48
Komunikace.....	59
VýRoN.....	62
Krizová situace.....	62
Vyhoření.....	64
Nekomunikace.....	68
Vapro a semináře.....	72
3pe – Lada Brůnová.....	72
AI dětem - Ondřej Lukáš.....	72
Anna Šabatová.....	73
Arpád Soltész.....	73
Breakfaststory - Lucie Hyblerová.....	73
Daniela Drábová.....	74
Daniel Drake.....	74
Daniel Pražák.....	74
Díky, že můžem.....	74
FakeScape - Dominika Křížová.....	75
Hana Sojka Cermonová.....	75
Institut Moderní láska - Mgr. Kateřina Cabalková.....	75
Internetový institut - Tereza Bartoníčková.....	76
Ivo Zelinka.....	76
Jakub Rychlý.....	76
Jan Charvát.....	77
Jan Kohout.....	77
Jaroslav Franc.....	77
Jindřich Šídlo.....	77
Kateřina Rundová - Czechinvest.....	78
Kristýna Drápalová.....	78
Lékaři bez hranic - Tomáš Bendl.....	78
Lenka Králová.....	79
Libor Čermák.....	80
Martin Loučka - James.....	80
Michaela Duffková.....	80
Michaela Studená.....	81
Michaela Studená.....	81
Michal Šoltés.....	81
Miky Škoda.....	81

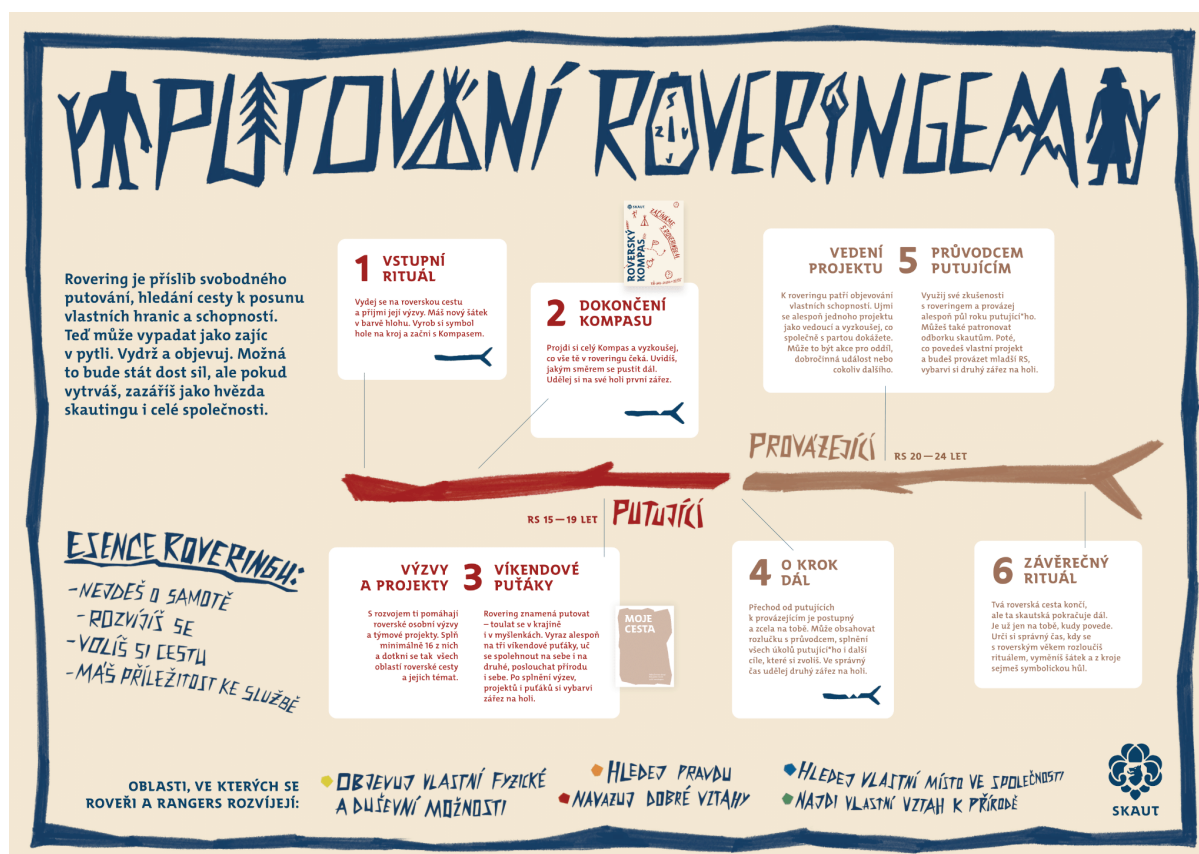
Milan Vítek.....	82
Miroslav Vosátka.....	82
Moot 25.....	82
Ondřej Klimeš.....	83
Pamět národa - Zelený disent.....	83
Petr Jan Vinš.....	83
Radek Jaroš.....	83
Roman Šantora - Bobo.....	83
Tierra Verde.....	84
Tomáš Holub.....	84
Transparency International.....	84
Viktor Harnach.....	84
X-challenge.....	84
Zdislava Pokorná.....	85
Zuzana Černá.....	85
Zvol si info.....	85
Služba sobě.....	86
Aktivity na cestu.....	87
Stanoviště.....	89
Texty.....	92
Ropro.....	98
Trasy.....	98
Projekty a Výzvy.....	116
3. Inspiromat.....	118
Skautské kapitoly.....	119
Vedení oddílu.....	119
Mezinárodní skauting.....	120
Vedení Junáka.....	122
Pořádání velké akce a zapojení mimo oddíl.....	122
Roveři a práce s nimi.....	124
Bezpečný skauting.....	124
Práce s družinou, rádci, odborkami a stezkami.....	125
Expo.....	127
Velká hra.....	128
Pravidla pro hráče.....	128
Pravidla pro servisáky obsluhující servery zkratka.....	132
Pravidla pro párače.....	133
Pravidla pro Hackery.....	134
Pravidla pro bankéře.....	135

Dopro.....	137
Blind session.....	137
Open discussion.....	140
Něco duchaplného.....	147
Obrok playlist.....	148

Nový roverský program

Na Obroku jsme pokřtili* nový roverský program, zde je **krátký rozcestník**, kde můžeš najít bližší informace:

- ve tvé Ropro knížečce
- na stránkách rovernet.cz
- na [Křižovatce](#)
- dále neváhej využít [Roverský začátek](#)
- nebo nakouknout do nové [roverské metodiky](#)
- a konečně, jaký projekt nebo výzvu podniknout se můžeš inspirovat v [Databázi](#)



Putování

autorky: Betyňka, Kuky, Smíšek,
Nejprve část z vás vyrazila putovat, a protože spousta z míst, kde jste nocovali*y byla krásné, níže najdeš jejich seznam, abyste tam mohli*y třeba vyrazit na výpravu. Zároveň neváhej kontaktovat majitele, všichni z nich byli moc milí a určitě vám pomůžou.

- kostel sv. Štěpána, [bod na](#)



[mapě](#)

- Zřícenina hradu Egerberk, [bod na mapě](#)



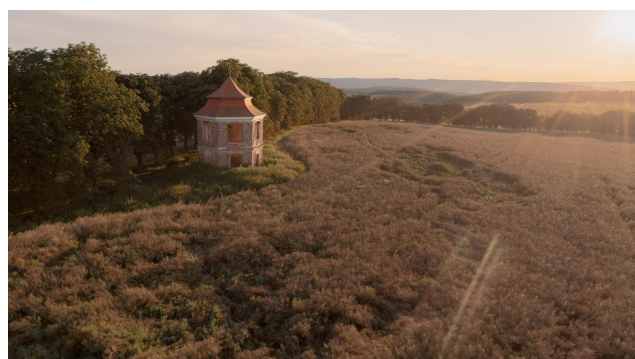
- Kapucínské skály, [bod na mapě](#)



- hrad Hartenštejn, [bod na mapě](#)



- letohrádek Plaveč, [bod na mapě](#)



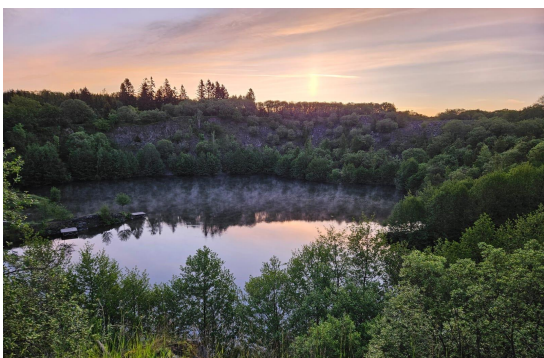
- zřícenina hradu Andělská Hora, [bod na mapě](#)



- vohlice rozhledna, [bod na mapě](#)



- lom Albeřice a okolí, [bod na mapě](#)



- Rozhledna rubín, [bod na mapě](#)
- Skoky, [bod na mapě](#)



Netradiční sporty

Autoři: Maty, Jogi

Americký fotbal

Počet hráčů na hru: 12 hráčů (v případě opravdové hry)

Délka hry: přibližně 3 hodiny (opravdový zápas)

Materiál: míč na americký fotbal

Pravidla sportu:

Americký fotbal je velmi jednoduchá hra pro dvě družstva po šesti hráčích, principem je posouvat se hřištěm a dostat míč do soupeřovy endzóny. Jde tedy o podobnost s ragby. Rozdílem proti ragby je, že všechny akce začínají standardní rozehrávkou (snapem) a jakmile akce skončí, tak následuje přestávka na poradu a postavení hráčů do standardního postavení.

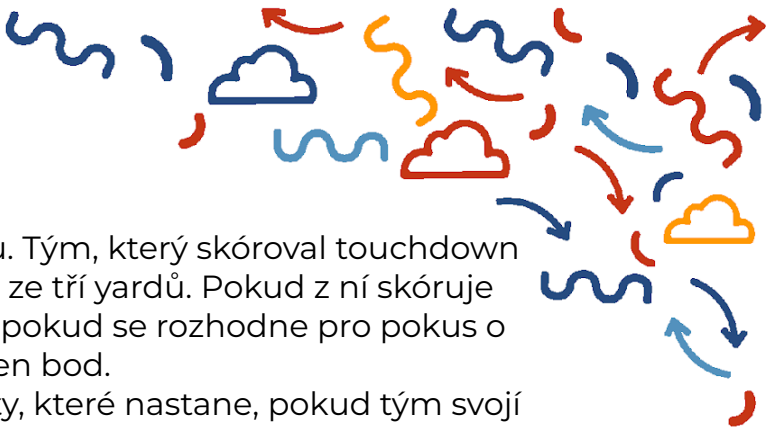
S míčem lze běžet, lze si jím neomezeně přihrávat dozadu (vzhledem k riziku ztráty míče toho ale týmy příliš nevyužívají) a v každé akci si lze přihrát jednou dopředu, což je podstatný rozdíl proti zmíněnému ragby.

Útok před sebou má vždy 4 pokusy (downy) na překonání 10 yardů. Těchto 10 yardů můžete vždy snadno zjistit podle dvojice tyček s terčíky spojených řetězem podél jedné z bočních čar. Třetí tyčka opatřená číslem ukazuje číslo downu a je umístěna v místě, kde se rozehrává. Podle postavení těchto tří tyček získáte kompletní přehled o tom nejdůležitějším, tzn. jaký se hraje down a kolik yardů zbývá k překonání 10 yardů.

Pokud útok na kterýkoliv z určených 4 downů těchto 10 yardů překoná, tak v místě doběhu získá nové 4 downy a nových 10 yardů k překonání. Downy ani yardy si tedy nelze schovávat do zásoby. Úkolem obrany je samozřejmě těmto posunům zabránit.

Na začátku zápasu a po všech skórovacích akcích se provádí kickoff, čili výkop, zpravidla co nejdále do hloubky soupeřova pole. Tam míč (pokud možno) chytí soupeř a snaží se s míčem doběhnout co nejdál zpět. Poté začíná standardní hra, tedy výše zmíněné 4 downy na 10 yardů.

Pokud se tým dostane s míčem do soupeřovy endzóny, tak skóruje touchdown a připíše si 6 bodů na svoje konto. Pokud útok zahrává 4. down, tak se může pokusit získat novou sérii downů, případně touchdown. Pokud je na dostřel k soupeřově brance, může se pokusit kopnout míč do branky, tzv. field goal. Za úspěšný pokus si tým připíše 3 body. Pokud je trefení branky i získání nové série nereálné nebo riskantní, tak je nejlepší volbou osvobozující odkop (punt), protože v opačném případě by soupeř dostal míč v místě, kam by se tým s míčem dostal.



Zvláštní akce následuje po touchdownu. Tým, který skóroval touchdown má k dispozici jednu akci rozehrávanou ze tří yardů. Pokud z ní skóruje touchdown, získá dodatečné dva body, pokud se rozhodne pro pokus o field goal a uspěje, získá dodatečný jeden bod.

Poslední možnou skórovací akcí je safety, které nastane, pokud tým svojí vinou (často i chybou) dostane míč do vlastní endzóny a akce v ní skončí. Za tento pomyslný vlastní gól získá soupeř dva body.

Všechny akce kromě kickoffů začínají standardní rozehrávkou, při které musí být oba týmy na své straně míče. Zatímco obrana není ve svém postavení nijak omezená, všichni hráči útoku (s výjimkou jednoho hráče) musí být v okamžiku snapu nehybní a jejich formace je standardizována.

Badminton

Počet hráčů na hru: 2–4

Délka aktivity: 10 minut

Materiál: Badmintonové rakety, badmintonový košík, vyznačení území

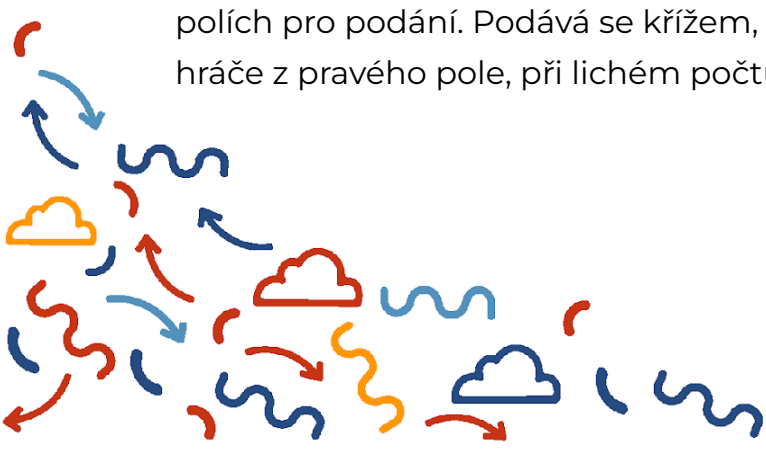
Vyzkoušej si:

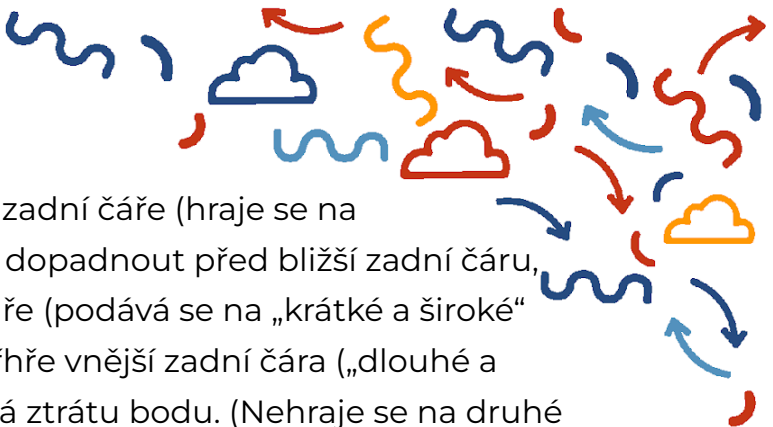
- Zahrajte si jednu hru s lidmi, které neznáš.
- Zkus si s kamarádem přihrávat na dálku.
- Vyzkoušej si co nejvícekrát pinknout s košíkem sólo.

Pravidla sportu:

Badminton se hraje na sety do 21 bodů, které hráč musí vyhrát alespoň o 2 body. O podání se na začátku hry losuje, poté podává vždy ten hráč, který vyhrál výměnu, v následujícím setu podává hráč, který vyhrál předchozí set.

Ve čtyřhře to platí obdobně, podává vždy strana, která vyhrála předchozí výměnu, přičemž na podání zůstává stále stejný hráč. Teprve když strana ztratí podání a poté ho znovu získá, jde podávat druhý z hráčů. Podávat se musí spodem. Při podání musí podávající i přijímající hráč stát ve svých polích pro podání. Podává se křížem, při sudém počtu bodů podávajícího hráče z pravého pole, při lichém počtu z levého.





Podání při dvouhře může dopadat až k zadní čáře (hraje se na „dlouhé a úzké“ hřiště), při čtyřhře musí dopadnout před bližší zadní čáru, ale pole je rozšířeno až k vnější boční čáře (podává se na „krátké a široké“ hřiště). V průběhu výměny platí i ve čtyřhře vnější zadní čára („dlouhé a široké“ hřiště). Zkažené podání znamená ztrátu bodu. (Nehraje se na druhé podání).

Míček může v průběhu výměny ve čtyřhře odehrát kterýkoli z hráčů.

Baseball

Počet hráčů na hru: 2x9

Délka aktivity: 20 minut

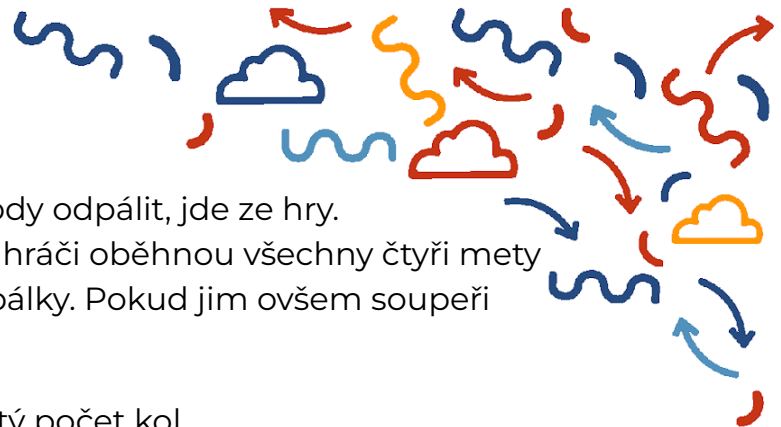
Materiál: baseballové pálky, koberečky či jiné označení na mety, míčky

Vyzkoušej si:

- Sežeň si dostatek hráčů a zkuste si zahrát jednu výměnu.
- Házej si s dalšími rovery míček z ruky do ruky a pokuste se házet co nejpřesněji.
- Vyzkoušejte si nadhodit míček pálkaři na pálku.
- Po odpalu se pokuste uběhnout homerun (oběhnout všechny mety naráz).

Pravidla sportu:

Hra se hraje ve dvou devítičlenných týmech, kdy se hráči jednoho týmu střídají na pálce a snaží se odpálit míč házený nadhazovačem z druhého týmu. V případě, že míč odpálí, snaží se zbytek druhého týmu v poli míč chytit za letu. Pokud míček chytí, pálkař je out (vypadává). Pokud nechytí míč v letu, mohou se pokusit s míčkem dotknout pálkaře. Pokud stihne pálkař doběhnout na metu a zůstane na ní, je v bezpečí a na pálku jde další pálkař.



Pokud ovšem pálkař nezvládne na 3 hody odpálit, jde ze hry. Cílem je nahrát co nejvíce bodů tak, že hráči oběhnou všechny čtyři mety a doběhnou zpět na startovní metu u pálky. Pokud jim ovšem soupeři vyoutují tři hráče, střídají se týmy.

Cílem je nahrát co nejvíce bodů za určitý počet kol.

Basketball

Počet hráčů na hru: 10 hráčů (v případě opravdové hry)

Délka hry: 4x10 minut (opravdový zápas)

Materiál: míč na basketbal, basketbalové koše

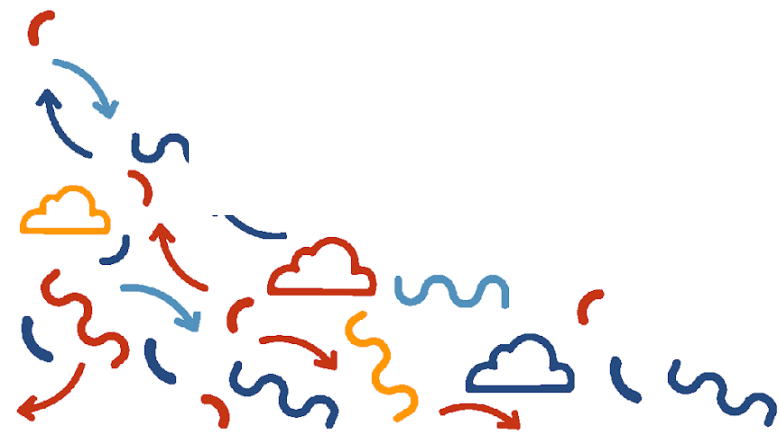
Vyzkoušej si:

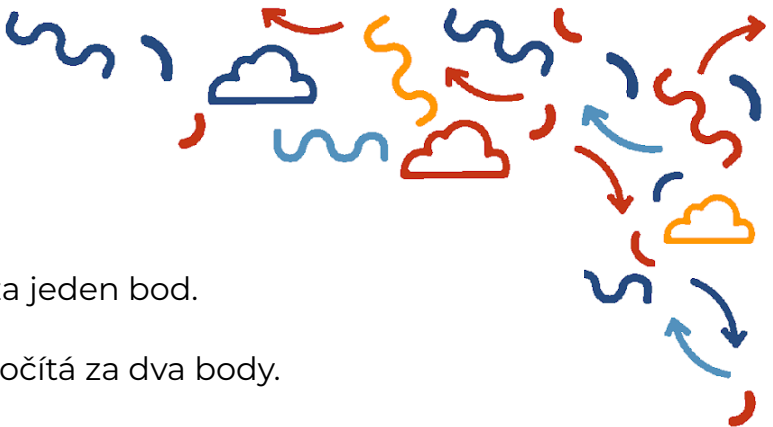
- Co nejvícekrát si zkuste na dálku přihrát s dalšími hráči.
- Zkuste si, zda chytíte přihrávku za běhu.
- Zkuste si dribbling
- Zkuste si běh s dribblingem

Pravidla sportu:

Basketbal hrají 2 družstva o 5 hráčích na každé straně. Tito hráči mohou při přerušení hry libovolně střídát. Cílem je hodit míč do soupeřova koše a zabránit soupeři, aby získal míč pod kontrolu nebo dosáhl koše. Během hry se míčem hraje pouze rukou (rukama) a může být přihrán, hozen, tečován, kutálen nebo driblován s omezeními, uvedenými v pravidlech. Hráč se smí s míčem pohybovat pouze za stálého driblování. Po jeho přerušení chycením oběma rukama nesmí znovu začít driblovat ani se dále pohybovat s míčem, musí tedy přihrát či vystřelit. Čas utkání se skládá ze 4 období po 10 minutách čistého času. Přestávky mezi jednotlivými obdobími trvají 2 minuty, poločasová přestávka je 15 minut (mezi druhým a třetím obdobím). V případě nerozhodného stavu se nastavuje 5 minut. Vítězí mužstvo, které nastřílí soupeři více bodů v daném časovém limitu.

Koš je dosaženo tak, když míč propadne košem, či dokonce nejmenší část jeho objemu je uvnitř obroučky.





Koš se počítá několika způsoby:

- Koš z trestného hodu se počítá za jeden bod.
- Koš z dvoubodového území se počítá za dva body.
- Koš z třibodového území se počítá za tři body

Běhací piškvorky

Počet hráčů na hru: 2–4

Délka aktivity: 10 minut

Materiál: lano, 3 uzlovačky, 3 šátky

Vyzkoušej si:

- Vyzkoušejte si hru pouze s pohybem po jedné noze.
- Vyzkoušejte si při hře chodit jako kachničky.
- Vyzkoušejte si při hře skákat jako žabičky.

Pravidla sportu:

Hra se hraje podobně, jako klasické piškvorky. Rozdílem je, že se hraje v poli 3x3 utvořeném z lan. Vždy z každého týmu vybíhá jeden hráč a snaží se pro svůj tým umístit jednu ze 3 věcí svého družstva (šátek, míček, uzlovačka, ...) strategicky tak, aby jako v klasických piškvorkách vytvořil řadu tří. Jakmile umístí všechny tři věci do pole, můžou postupně své věci v poli přesouvat tak, aby se jim to povedlo. Tým, který první vytvoří řadu, sloupec či diagonálu, získává bod.

Buldoci

Počet hráčů na hru: 20

Délka aktivity: 10 minut

Materiál: ohraničení území

Vyzkoušej si:

- Buldoci si mohou zkusit měřit, za jak dlouho se jim povede pochyťat všechny ovečky.
- Ovečky si mohou vyzkoušet, která z nich vydrží nejdéle.

Pravidla sportu:

Hru *Buldoci* už jistě mnozí z vás hráli. Jde o hru, ve které se hráči rozdělí na buldoky a ovečky. Buldoci pak vybíhají vždy na ovečky a snaží se je polapit následujícím způsobem: zvednout každou ovečku do vzduchu tak, aby se nedotýkala země žádnou částí svého těla, a musí během toho stihnout říct: „Raz, dva, tři, buldok!“ Pak se ovečka stává buldokem a chytá s ostatními. Hraje se, dokud nezbyvá poslední ovečka, ta se pak může stát buldokem pro další hru.

Hra se může hrát na způsob rybiček, kdy buldoci jdou vždy ve vlnách proti ovečkám a ty se přes ně snaží dostat na druhou stranu. Ani jedna ze skupin se nesmí vracet. Mohou si vzájemně pomáhat, pokud jim to situace dovolí tak, aby se členové nevraceli.

Další z verzí je, že se hraje na ohraničeném území bez jakýchkoliv vln a ovečky jsou prostě neustále chytány, dokud nezbyde poslední z nich.

Ovečky se mohou snažit vysmeknout, jsou však zakázány jakékoliv násilné projevy včetně úderů a kopání.

Cornhole

Počet hráčů na hru: 4

Délka aktivity: 10 minut

Materiál: deska s dírou, pytlíky s pískem

Vyzkoušej si:

- Pokuste se trefit na desku.
- Pokuste se házet z různých vzdáleností.
- Vyzkoušejte si hod z boku.

Pravidla sportu:

Hráči se střídají v hodů sáčku na dřevěnou desku a snaží se svůj sáček umístit do díry. Za předpokladu, že umístí sáček na desku, mají bod (do chvíle než jim někdo svým sáčkem srazí sáček z desky), za předpokladu, že umístí sáček do díry, mají body tři. Hraje se tak dlouho, dokud jeden z týmů nemá 21 bodů.

Discgolf

Počet hráčů na hru: 12

Délka aktivity: 10 minut

Materiál: konstrukce s košem a řetězy, létající disky

Vyzkoušej si:

- Zkus si s dalšími rovery hod z různých vzdáleností.
- Zkus si s dalšími rovery hody z různých míst a úhlů.
- Zasoutěžte si, komu se dříve povede všechny své disky dostat do koše

Pravidla sportu:

Discgolf má velice podobná pravidla jako klasický golf. Hřiště se skládá z určitého počtu jamek (obvykle 6, 9 či 18), které jsou tvořeny ocelovými koši s řetězy. Každá jamka má svůj par, tzn. optimální počet hodů, kterými by měl hráč dopravit disk z výhoziště do koše. Celkový par hřiště je součtem parů jednotlivých jamek. Za každý hod nad par jamky se hráči připočítává jeden trestný hod, za každý hod pod par jamky se naopak bod odečítá.

Vítězem se stává hráč, který celé hřiště zahraje s nejmenším počtem hodů.

Diskball

Počet hráčů na hru: 6

Délka aktivity: 10 minut

Materiál: diskball

Vyzkoušej si:

- Pokus se přihrát si na co největší vzdálenost s diskem.

Pravidla sportu:

Diskball je sport, který kombinuje prvky frisbee a volejbalu. Hraje se na kurtu se sítí, přičemž cílem je poslat disk do soupeřova pole tak, aby jej soupeř nedokázal zastavit. Hráči mohou disk posílat na soupeřovu stranu kurtem libovolným způsobem, přičemž je cílem ho dostat na zem či do prostoru, do kterého soupeř není schopen dosáhnout. Hra má různé varianty a pravidla se mohou lišit podle místa a způsobu hraní.

Hobbyhorsing

Počet hráčů na hru: 2

Délka aktivity: 10 minut

Materiál: tyče s koňskou hlavou, překážky

Vyzkoušej si:

- Zkus si třikrát zaběhnout stejnou dráhu a s každým pokusem se zlepšit.

Pravidla sportu:

Hobbyhorsingem se rozumí sportovní disciplína, ve které jezdec drží „hobby horse“ (koníčka na dřevěné tyči) mezi stehny a provádí s ním předem stanovenou sestavu cviků.

Cílem je proběhnout různorodými překážkami až na konec dráhy

Hookbruč

Počet hráčů na hru: 4

Délka aktivity: 5 minut

Materiál: tyčky v zemi, kroužky

Vyzkoušej si:

- Určete si body za jednotlivé kolíky a zasoutěžte si s dalšími rovery, kdo dokáže naházet více.
- Určete si kolík a zkuste na něj naházet co nejvíce svých kroužků.
- Soutěžte v tom, kdo první umístí všechny své kroužky na kolíky

Pravidla sportu:

Hráči se střídavě pokouší umístit co nejvíce svých obručí na kolíky zapíchnuté v zemi.

Kanjam

Počet hráčů na hru: 4

Délka activity: 10 minut

Materiál: dva plastové koše, létající disky

Vyzkoušej si:

- Přihrávejte si s dalšími rovery frisbee.
- Pokuste se zasáhnout koš.

Pravidla sportu:

Cílem je hodit létající talíř od jednoho koše a zasáhnout druhý koš. Hráč hází na koš, kde je připraven jeho spoluhráč, který může frisbee tečovat, a tím ho umístit do koše. Tým, který jako první dosáhne 21 bodů, vyhrává. Hra je bezkontaktní.

Kinball

Počet hráčů na hru: 3x4

Délka activity: 20 minut

Materiál: velký nafukovací míč

Vyzkoušej si:

- Udržte míč kolektivně co nejdéle ve vzduchu.

Pravidla sportu:

Cílem hry je odehrát míč tak, aby jej tým na příjmu nechytil a míč se dotkl země. Naopak tým na příjmu musí zabránit tomu, aby se míč dotkl země. Hrají ale tři týmy, takže ten, kdo odpaluje balón, zakřičí barvu týmu, který má balón chytit. Pokud ho tým na příjmu chytí, stává se útočícím týmem, odpaluje a volí barvu týmu, který má míč chytit. Tak je to až do doby, kdy dojde k chybě a tým na příjmu nechytí míč.

Krabí fotbal

Počet hráčů na hru: 10

Délka aktivity: 15 minut

Materiál: míč, branky

Vyzkoušej si:

- Přihrávejte si ve skupince.
- Vyzkoušejte si střelbu na bránu.
- Vyzkoušejte si chytání míče v brance.

Pravidla sportu:

Krabí fotbal se hraje podobně, jako ten klasický, avšak s tím rozdílem, že hráči chodí po čtyřech tak, že se hráči za zády dotýkají dlaněmi země. Hráči mohou do míče kopat nohou, rukou se dotýkat míče nesmí. Hraje se ve dvou družstvech.

Krabí vybíjená

Počet hráčů na hru: 10

Délka aktivity: 5 minut



Materiál: míč

Vyzkoušej si:

- Pokus se chytit míč, který ti nahraje další hráč.

Pravidla sportu:

Krabí vybíjená se hraje podobně jako klasická hromadná vybíjená. Hraje se, dokud nezůstane poslední přeživší. Jediný rozdíl je to, že hráči se mohou přesouvat pouze jako krabi. Tedy tak, že se dlaněmi za zády opírají o zem a chodí takto po čtyřech. Střílet se smí bez nabití.

Kriket

Počet hráčů na hru: 13x2

Délka aktivity: 10 minut

Materiál: kriketová pálka, míček, branky, dřívka

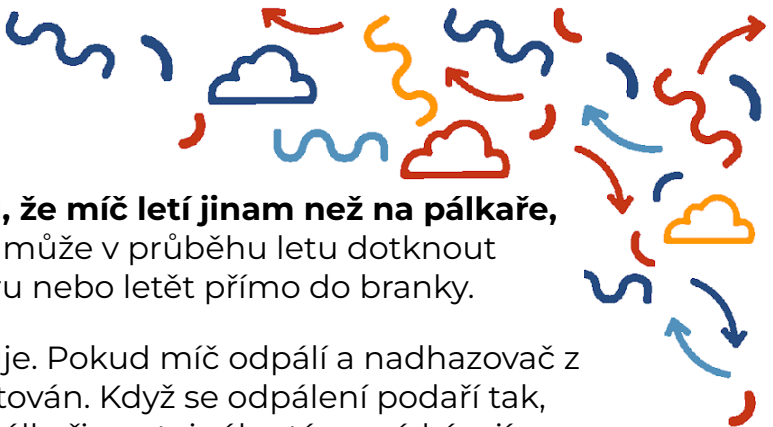
Vyzkoušej si:

- Pokus se shodit dřívka míčkem.
- Vyzkoušej si nadhoz pákari.
- Vyzkoušej si odpálit míček.

Pravidla sportu:

Mezi sebou soupeří dvě družstva. **Vítězné družstvo je to, které má více bodů. Rozdělení na směny** – jeden tým je „na pálce“ a druhý tým je „v poli“. Po skončení směny se družstva vymění. Směna končí tehdy, když dojde k vyoutování deseti pákari. V poli je vždy **11 hráčů z jednoho týmu + 2 pákari z druhého týmu**, kteří jsou na pálce.

Družstvo, které je na pálce, se snaží **získat co nejvíce bodů pomocí odpalů**. Opačné družstvo se v tu samou chvíli snaží zamezit bodování soupeře a o vyoutování pákari. Na stranách obdélníkového pruhu jsou dřevěné branky, před kterými jsou bílé lajny, zobrazující prostor pro nadhazovače a pákari. Na každé straně pruhu stojí jeden rozhodčí. Nadhazovač z jednoho družstva se rozběhne a odhazuje míč na pákari druhého družstva na úrovni bílé čáry.



Pokud dojde k přešlapu, nebo k tomu, že míč letí jinam než na pálkaře, tým pálkaře získává bod navíc. Míč se může v průběhu letu dotknout země v pruhu, dopadnout přímo na čáru nebo letět přímo do branky.

Pálkař chrání branku tak, že míč odpaluje. Pokud míč odpálí a nadhazovač z druhého týmu míč chytí, pálkař je vyoutován. Když se odpálení podaří tak, že nedojde k chycení ze vzduchu, oba pálkaři ze stejného týmu získávají bod pro své družstvo tím, že běhají na konec druhé strany pruhu a pálkami se dotknou bílé čáry. Jeden běh znamená jeden bod. **Pokud se protihráči zmocní míče a shodí dřívka z branky dříve, než se pálkaři dostanou za bílou čáru, pálkaři jsou vyoutováni.**

Pálkař může být vyoutován tím, že spadne alespoň jedno dřívko z branky. Pokud se míček dotkne branky, ale dřívka nespadnou, nejedná se o aut. **Vyřazený pálkař je nahrazen jiným pálkářem** ze stejného týmu. Po šesti nadhozech se mění nadhazovač, který nadhazuje na opačnou branku. **Pokud pálkař odpálí míč za hranice hřiště, získává pro svůj tým šest bodů.** Pokud se míč před opuštěním hřiště dotkne země, hráč získává čtyři body pro své družstvo.

Kroket

Počet hráčů na hru: 4

Délka aktivity: 10 minut

Materiál: kroketové paličky, míčky, kroketové branky

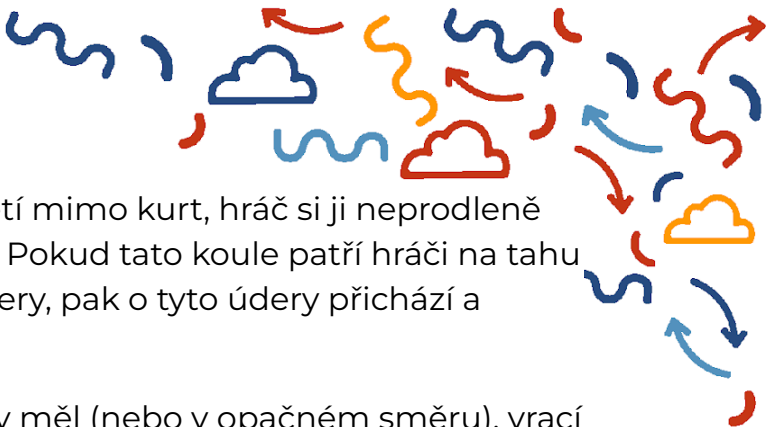
Vyzkoušej si:

- Pokus se projet celou dráhu na co nejmenší počet zásahů.

Pravidla sportu:

Hráči se střídají, vždy hraje pouze jeden hráč. Pořadí hráčů určuje pořadí barev na kolíku. První hráč si položí kouli vedle startovacího kolíku a provede základní úder.

Pokud hráč úderem kladiva pošle svojí kouli skrz branku = projede branku, získává jeden prémiový úder. Koule bránu projede, je-li celým objemem za brankou. Zasáhne-li hráč jinou kouli („nástřel“), získá dva prémiové údery.



Pokud koule jakýmkoliv způsobem vyletí mimo kurt, hráč si ji neprodleně ručně umístí na nejbližší pomezí čáru. Pokud tato koule patří hráči na tahu a ten má právě k dispozici prémiové údery, pak o tyto údery přichází a pokračuje další hráč.

Pokud hráč projede jinou branku než by měl (nebo v opačném směru), vrací se zpět a pokračuje další hráč (ztrácí případné prémiové údery).

Zahraje-li jiný hráč než je na tahu, vše se vrací do původního stavu. Konec hry nastane, když všichni hráči projedou v řádném pořadí všechny branky a trefí cílový kolík. Vítěze určuje pořadí, ve kterém hráči dosáhli cílového kolíku.

Kubb

Počet hráčů na hru: 6

Délka aktivity: 15 minut

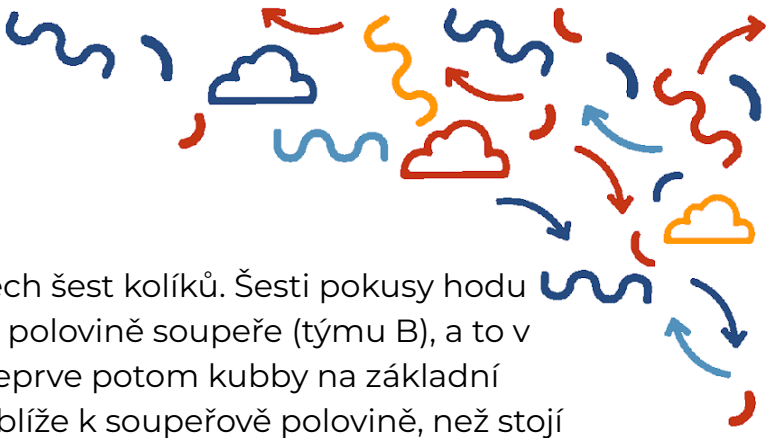
Materiál: 12 dřevěných špalíčeků, dřevěný kolík, špalíček symbolizující krále

Vyzkoušej si:

- Pokus se shodit krále.
- Pokus se trefit na libovolnou dálku soupeřovy špalíčky.

Pravidla sportu:

Hra začíná rozhozem dvou libovolných hráčů – každý z jednoho týmu – na každé straně hracího pole jeden hráč. Nahlas napočítáme do tří a na „tři“ oba hráči najednou hodí. Koho kolík skončil blíže u krále (počítá se podstava kolíku – nikoliv plášť), aniž jej porazil (poražením krále tým rozhoz prohrává), má na výběr: Buď začít jako první házet, nebo vybrat stranu. Pokud si vítěz rozhozu zvolil první hody, druhý hráč si může zvolit stranu. Na začátku hry týmy stojí za svou základní čarou a jeden z nich má všech šest kolíků a zahajuje první hrací kolo.



Tým A, který zahajuje hrací kolo, má všech šest kolíků. Šesti pokusy hodu kolíkem se snaží shodit kubby stojící na polovině soupeře (týmu B), a to v pořadí nejprve všechny kubby v poli a teprve potom kubby na základní čáře. Hráč při hodu kolíkem nesmí stát blíže k soupeřově polovině, než stojí nejbližší kubb na jeho vlastní polovině. Tento kubb určuje pomyslnou tzv. „odhodovou linii“. Při zahájení hry tedy hráči týmu A házejí ze své základní čáry na kubby na základní čáře týmu B. Pokud týmu A stále ještě zbývají nějaké pokusy hodu kolíkem, ale na soupeřově polovině nestojí již žádný kubb, mohou je použít na shoení krále, ale pouze ze své základní čáry.

Po odhození šesti kolíků tým B sesbírá shozené kubby a ze své základní čáry je nahází na polovinu týmu A. Tým A je vztyčí na místě, kam dopadly, a tým B si vezme všech šest kolíků, a je tak připraven na zahájení dalšího kola, tentokrát s prohozenými rolemi týmů.

Princip hry: Týmy se střídají v tom, kdo zahajuje hrací kolo, a kubby se tak přelévají z jedné poloviny hřiště na druhou. Vznikají výhodné situace i sporné momenty. Hra končí v okamžiku, kdy se jednomu z týmů úmyslně nebo omylem podaří shodit krále. Tento tým pak vítězí, pokud na soupeřově polovině nestojí již žádný kubb, a tento tým prohrává, pokud na soupeřově polovině nějaké kubby stále stojí.

Lakros

Počet hráčů na hru: 6x2

Délka aktivity: 15 minut

Materiál: lakrosové pálky, tenisový míček, označení branek

Vyzkoušej si:

- Zahraj si s kamarády lakros
- Proběhni se s míčkem v lakrosce a pokus se jej udržet.
- Přihrávej si s kamarádem vrchem/spodem
- Vyzkoušej si zvednutí míčku ze země.

Pravidla sportu:

Hráči se pokouší dostat míček v lakrosové holi do soupeřova kroužku, aby získali bod. Poločasy se zahajují rozhozem na středovém bodu. Hráči obou družstev se musí nacházet až do signálu rozhodčího na své polovině hřiště. Dostane-li tým „branku“, rozehrává.

Pokud se míček ocitne na zemi, první hráč, který jej zakryje svou lakroskou, jej získává a může si jej nějak zvednout. Ostatní hráči od něj musí být 2 metry daleko. Jakmile rozehraje, hra pokračuje. Přihrávat míček může buď spodem, či vrchem

Líný tenis

Počet hráčů na hru: 4

Délka aktivity: 5 minut

Materiál: plastové pátky, molitanový míček

Vyzkoušej si:

- Zkus si pinkat sám se sebou a počítej si skóre.
- Přihráj si s kamarádem co nejvíckrát.

Pravidla sportu:

Líný tenis se hraje velmi podobně, jako se hraje tenis klasický, tedy na hřišti s pátkami na gemy a sety. Každý gem se hraje na alespoň 4 vítězné body (15, 30, 40 a 60) s rozdílem 2 bodů. Pokud je tedy stav gemu 40:40, hráč musí k vítězství v gemu zvládnout dvě následující výměny. Každý set se skládá ze 6 vítězných setů, přičemž je opět potřeba vyhrát alespoň o dva gemy (6:4, 7:5, 8:6,...).

Rozdíl oproti klasickému tenisu je ten, že se hraje s plastovými pátkami a molitanovým míčkem, který je mnohem lehčí než klasické tenisové.

Petanque

Počet hráčů na hru: 2 - 4

Délka aktivity: 10 minut

Materiál: Petanqueové koule, dřevěná kulička, menší metr

Vyzkoušej si:

- Zahraj si jednu hru petanque.
- Zkus se trefit co nejbližší nadhozené kuličky.

Pravidla sportu:

Hraje se s kovovými koulemi. Každý hráč má přidělený určitý počet koulí. Hra začíná hozením prasátka/jacka (malé kuličky). Následně po rozhozu se hráči snaží trefit postupně svou kouli co nejbližší k prasátku. Ten, kdo bude ke kuličce nejbližší, vyhrává kolo. Vítěz kola začíná další kolo hozením prasátka.

Ringo

Počet hráčů na hru: 4

Délka aktivity: 15 minut

Materiál: síť, ringo kroužek, vyznačení území

Vyzkoušej si:

- Pokus se chytit ringo jednou rukou.
- Zkus použít svou nedominantní ruku.
- Zahrajte si jednu hru ringa na body.

Pravidla sportu:

Cílem hry je dosáhnout, aby kroužek spadl na soupeřově polovině hřiště. Podává se vestoje (nikoli z výskoku jako ve volejbale). Kdo vyhazuje ringo kroužek (podává), je proměnlivé. Pokud součet bodů dosáhne násobku pěti (5:0, 10:5 nebo třeba 7:3), mění se podávající strana. Kroužek se smí chytat pouze jednou rukou, nesmí se s ním chodit ani nahrávat spoluhráči, zároveň se kroužek musí chytit, nikoli nahodit (navléct) na ruku. Pokud na první dobrou hráč kroužek nechytne, může se pokusit chytit ho ještě před pádem na zem na „dochyt“. Pokud se mu to povede, hraje se dál. Třetí dotyk možný není, stejně jako chycení po prvním dotyku spoluhráčem. Hraje se bez ztrát do 15 bodů, pokud není rozdíl bodů více než 2, hra se prodlužuje až do 17 bodů (nebo více, pokud soupeř dorovná).

Sixball

Počet hráčů na hru: 4

Délka aktivity: 10 minut

Materiál: míč, brány

Vyzkoušej si:

- Pokuste se ubránit čisté konto ve své bráně.

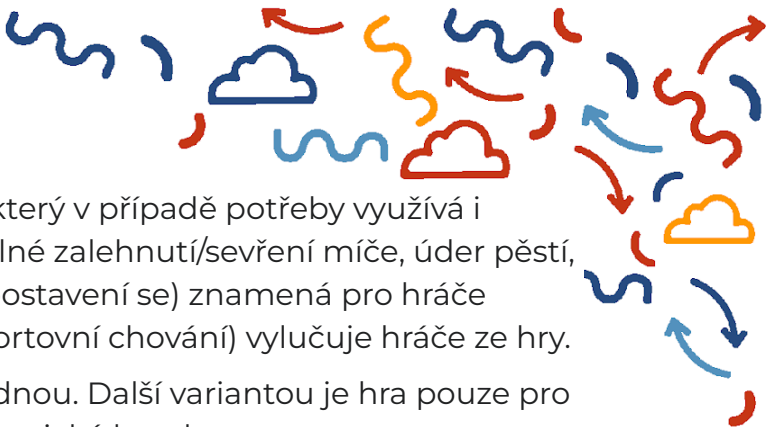
Pravidla sportu:

Úkolem každého hráče je dát co nejvíce gólů do branek soupeřů a zároveň ubránit tu svou. Vítězem se pak stává ten, který dostane nejméně gólů od svých protihráčů.

Hraje se na žíněnce vkleče nebo v tzv. „dynamickém sedě“. Hráč se pohybuje po kolenou, plazením, kutálením, branku chrání celým tělem. Do míče se trefuje otevřenou dlaní tzv. „z voleje“. Speciální variantou je pak hra vestoje, pouze s pomocí nohou.

Může se využívat odrazu míče o zeď, podlahu i strop. Míč se nesmí zastavovat, chytat, zalehávat, nebo s ním driblovat. Jedná se o nekontaktní sport. Hráč tedy neopouští svůj vymezený prostor, ani se nemůže dotýkat protihráčů.

Hra probíhá bez přestávky 3 až 5 minut. Důsledky za přestupky jsou udělovány až na konci zápasu.



Na dodržování pravidel dohlíží rozhodčí, který v případě potřeby využívá i záznamu z kamer. Malý přestupek (úmyslné zalehnutí/sevření míče, úder pěstí, nadhození míče, kopnutí do míče nebo postavení se) znamená pro hráče připočtení 1 bodu. Velký přestupek (nesportovní chování) vylučuje hráče ze hry.

Sixball hrají obvykle 4, nebo 8 hráčů najednou. Další variantou je hra pouze pro 2 hráče, v tomto případě se vedlejší elektronické branky vypnou.

Spikeball

Počet hráčů na hru: 2x2

Délka aktivity: 15 min

Materiál: malé trampolínky, míček

Vyzkoušej si:

- Sežeň si spoluhráče a zkuste si zahrát. Když vám to půjde, můžete si zahrát na body, nebo se snažit jen udržet míček co nejdéle ve vzduchu.

Pravidla aktivity

Hra se hraje ve dvou týmech po dvou hráčích, spoluhráči si mezi sebou mohou vzduchem nahrávat a maximálně třetím dotykem umístit míček do trampolínky. Hráči míček odrážejí údery podobně jako při volejbalu (u spikeballu většinou jednou dlaní). Vítězí tým, který získá 21 bodů. Jeden hráč se nesmí dotknout míče 2x za sebou a míček nesmí spadnout na zem. Když se poruší jedno z těchto pravidel, tak získává bod druhý tým a začíná další hru.

Spinladder

Počet hráčů na hru: 2–12 hráčů (v týmech nebo individuálně)

Délka aktivity: 15 min

Materiál: konstrukce se třemi vodorovnými tyčemi, 4x provázek se dvěma míčky

Vyzkoušej si:

- Najdi si lidi a zahraj si s nimi jedno kolo hry.
- Nacvič si hod tak, abys trefil*a požadovanou příčku.
- Využij odraz od země pro dosažení hůře dostupných příček.

Pravidla aktivity

Cílem aktivity je hodit dva míčky spojené provázkem na tyče na konstrukci tak, aby se míčky zamotaly a nespadly. Každá z tyčí je hodnocena různým počtem bodů, čím níže je, tím větší bodové ohodnocení. Cílem je nahrát 21 bodů, přičemž pro vítězství je potřeba nahrát 21 bodů přesně.

Šerm

Počet hráčů na hru: 2

Délka aktivity: 10 minut

Materiál: kord, helma, postroj

Vyzkoušej si:

- Zasoutěžte si s kamarádem, kdo toho druhého dříve vyřadí.

Pravidla sportu:

Cílem šermu je pomocí zbraně zasáhnout protivníka do povolených oblastí. Těmi jsou v případě kordu (bodná zbraň) všechny části těla. V případě fleretu (bodná zbraň) pak jde pouze o trup. Vítězí ten hráč, kterému se podaří během tří minut dosáhnout 5 zásahů.

Šipky

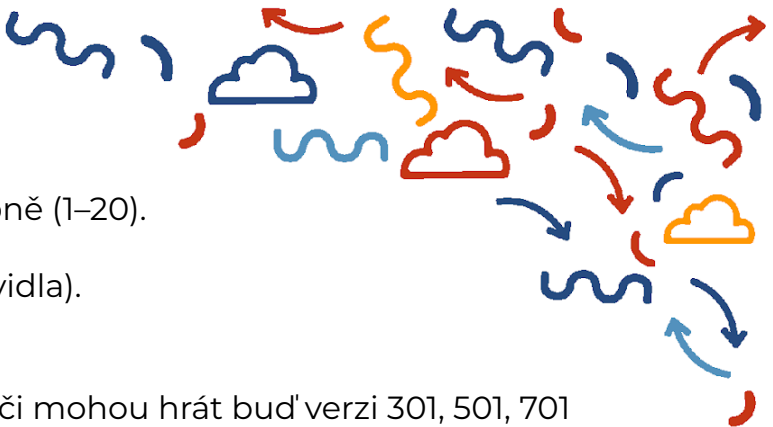
Počet hráčů na hru: 4

Délka aktivity: 15 minut

Materiál: 3 šipky, terč, něco na zapsání skóre

Vyzkoušej si:

- Pokus se trefit střed terče.
- Soutěžte v tom, kdo hodí nejvíce bodů na 3 šipky.

- 
- Zkuste trefit všechna čísla postupně (1–20).
 - Zahrajte si jedno kolo 301 (viz pravidla).

Pravidla sportu:

Hra šipek začíná na určité hodnotě. Hráči mohou hrát buď verzi 301, 501, 701 či 901. Vždy se snaží tuto hodnotu snížit jako první na nulu. Hráči se mezi sebou střídají v hodu tří šipek a každý snižuje svoji hodnotu až na nulu. Jakmile jsou již blízko k nule tak, že na tři šipky mohou ukončit (zpravidla pod 180), mohou se pokusit hru zakončit přesným hodem na nulu.

Hodnotu nelze přehodit, jinak se hráč vrací na číslo, které měl na začátku svých posledních tří hodů.

Hodnoty na terči dosahují od 1 do 20. každá z nich má na své hodnotě ještě výšeč dále od středu (double – dvojnásobná hodnota) a blíže ke středu (triple – trojnásobná hodnota). Středové hodnoty terče pak značí 25 bodů (Green bull's eye) a 50 bodů (Red bull's eye).

Příklad zakončení: Pokud mám 93 bodů, můžu zakončit mnoha způsoby, například $50 + \text{double } 20 + 3 = 50 + 2 \times 20 + 3 = 93$

Hra se může hrát i tak, že v případě posledního hodu musí hráči zakončit doublem.

Ufobal

Počet hráčů na hru: 12

Délka activity: 25 minut

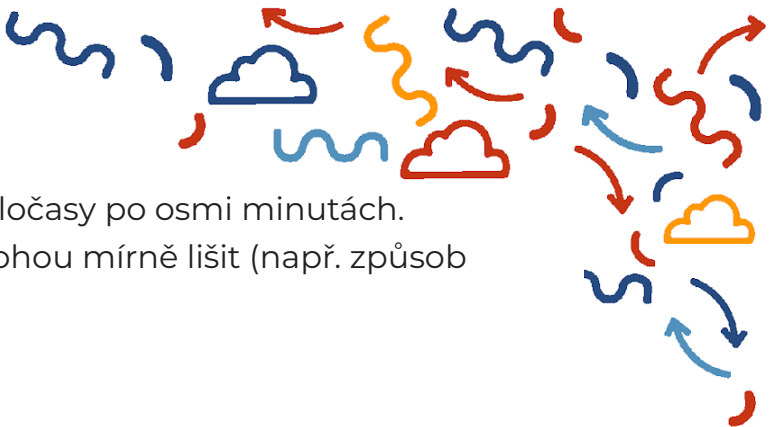
Materiál: ohraničení území

Vyzkoušej si:

- Zahrajte si jednu hru ufobalu.
- Vyzkoušej si trefit branku.
- Zkus nahrát běžícímu spoluhráči.
- Zkus chytit talíř za běhu.

Pravidla sportu:

Cílem je dopravit talíř do branky protivníka. Hráči nesmí s diskem udělat více než tři kroky, proto si jej mezi sebou nahrávají. Pokud talíř jednomu družstvu spadne na zem nebo jej chytí soupeř, získává jej druhý tým. Do brankoviště smí vstoupit pouze brankář (útočník ani obránce do něj nesmí svévolně vstoupit).



Na turnajích se hraje obvykle na dva poločasy po osmi minutách. Pravidla na jednotlivých turnajích se mohou mírně lišit (např. způsob vyhodnocování přešlapů a faulů).

Volejbal/přehazovaná

Počet hráčů na hru: 2x6 hráčů

Délka aktivity: 15 minut

Materiál: síť, ohraničení území, volejbalový míč

Vyzkoušej si:

- Sežeňte si nějaké spoluhráče (zde nemusíte splňovat požadovaný počet hráčů) a zkuste si zahrát volejbal. Jestli vám to nepůjde rovnou s odpinkáváním, můžete se domluvit na úpravě pravidel.

Různé upravy pravidel

- Místo odpinknutí hráč balón chytí, sám si ho nadhodí a odehraje.
- Hráči pouze chytají a házejí balón.
- Hráči nemusí podávat, stačí balón pro zahájení hry přehodit.

Pravidla aktivity

Dvě mužstva sestavená ze šesti hráčů rozestaví své hráče tak, že tři stojí vpředu u sítě a tři v zadní části hracího pole. Kapitáni mužstev si před začátkem hry vylosují možnost prvního podání, nebo volby strany hřiště. Následuje zahájení hry prvním podáním. Podává vždy hráč stojící na hřišti vpravo vzadu tak, že se postaví za koncovou čáru a úderem ruky pošle nadhozený míč přes síť tak, aby dopadl na stranu soupeřova hřiště.

Míč se tak dostává do hry a protějšší mužstvo se snaží zabránit míči v dotyku se zemí a odehrává jej zpět přes síť svému soupeři. Každému mužstvu jsou povoleny tři dotyky míče, nikdo z hráčů se nesmí dotknout míče dvakrát po sobě. Pokud mužstvo odehraje míč bez chyby přes síť, soupeř se následně snaží o totéž. Rozehra končí ve chvíli, kdy se míč dotkne země, spadne mimo vyznačené hřiště nebo hráči učiní jinou chybu, kterou popisují volejbalová pravidla. Mužstvo, které se naposledy dotklo míče, rozehru prohrává. Hrají se 3 sety, přičemž 1 set vyhrává družstvo, které nasbírá první 25 bodů. Rozdíl vítězného setu musí být aspoň o 2 body.

Živá dáma

Počet hráčů na hru: 24

Délka aktivity: 20 minut

Materiál: označení herních políček

Vyzkoušej si:

- Sežeň si dostatek spoluhráčů a pokuste se vyřadit co nejvíce hráčů z druhého týmu.

Pravidla sportu:

Pravidla živé dámy jsou velmi podobná té klasické stolní, ovšem s tím rozdílem, že místo figurek jsou zde samotní hráči. Ti se rozdělí do dvou týmů a následně v poli utvořeném z lan sestaví každý tým dvě řady. Na základě domluvy se pak střídavě pohybují v poli a snaží se, stejně jako v dámě klasické, vyřadit figurky druhého týmu. Vítězí tým, který vydrží déle.

Další sporty

- | | | |
|-------------|-------------------|-----------------|
| • Indobord | • Lanové aktivity | • Slackline |
| • Jenga XXL | • Odporová guma | • Stavění beden |
| • Hakisák | • Pingpong | • Šachy |
| • Kuličky | • Přetahování | • Vybíjená |

Seznamovací aktivity

Autorka: Štěně

Bang

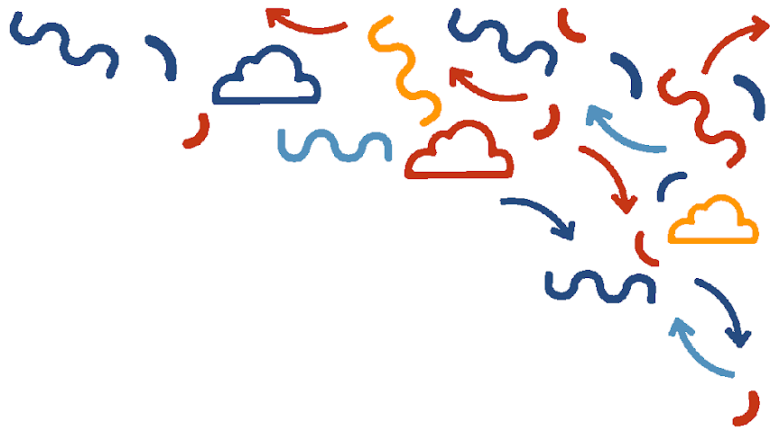
Hráči si stoupnou do kruhu a zvolí jednoho, který se postaví doprostřed. Ten se bude otáčet dokola s rukama sevřenýma do tvaru pistole a „střílet“ na hrající v kroužku. Jakmile na někoho ukáže, vybraná „oběť“ si musí co nejrychleji dřepnout. Dva hráči*hráčky vedle dřepícího na sebe co nejrychleji namíří spojenýma rukama ve tvaru pistole a vystřelí na sebe vykřiknutím jména člověka naproti. Kdo správné jméno řekne dříve, vyhrává. Pomalejší hráč*hráčka prohrává a vypadává ze hry tak, že opustí kruh a hru už pouze sleduje.

Počítání s přezdívkami

Všichni hrající si sednou do kruhu a vyberou člověka, od kterého se bude začínat. Cílem je vyjmenovat postupně všechny přezdívky lidí tak, jak sedí vedle sebe po kruhu. Přezdívky říkáte na přeskáčku, nikdo nesmí říct jména dvou lidí za sebou a nikdo nesmí vyslovit vlastní přezdívku. Pokud někdo neřekne tvou přezdívku déle než 10 s, můžeš ji říct i ty sám*sama. V případě, že promluví dva lidé najednou, začínáte odznova. Cílem je vyjmenovat celé kolečko bez jakékoliv chyby.

Minispeed dating

Klasický speed dating určitě každý znáte. Pojdte si tedy zahrát jeho krátkou verzi. Ve dvojicích si vždy v průběhu 1 minuty odpovíte na některou z níže uvedených otázek. Po uplynutí 1 minuty si dvojice proměňte s ostatními hrajícími. Otázky k zodpovězení: Jaký je tvůj nejšílenější zážitek? Jakou superschopnost bys chtěl*a mít a proč? Jakou hudbu posloucháš? Jaké je tvé nejoblíbenější jídlo? Za co si na sebe nejvíce pyšný*pyšná?



Děravý hrnec

Sedněte si do kruhu a jedno místo nechte neobsazené. Ten, kdo by na něm měl sedět, půjde doprostřed kruhu. Úkolem hráče*hráčky uprostřed je posadit se na volné místo. Není to ale tak jednoduché.

Všichni sedící si musí hlídat místo po své pravici. Pokud se právě tam objeví prázdné místo, musí říct rychle jméno někoho ze sedících, který se snaží místo obsadit. Pokud se tam stihne posadit hráč*hráčka z prostředka kruhu dříve, než je jméno vysloveno (nebo vysloví jméno člověka uprostřed), může se posadit a doprostřed jde ten, kdo místo „neuhlídal“.

Házení ropuchou

Všichni se postaví do kruhu a postupně si házejí imaginární a nejlépe obtížně chytatelné předměty.

Člověk, který je na řadě, řekne jméno toho, komu předmět hází, a název věci, kterou posílá.

Dotyčný předmět musí „chytit“ tak, jako by jej chytil ve skutečnosti.

Pro inspiraci uvádíme několik možných předmětů: kočka, kluzké mýdlo, pračka, peříčko, žárovičky na stromeček, koloběžka...

Dopisová štafeta

Délka hry: 25 minut

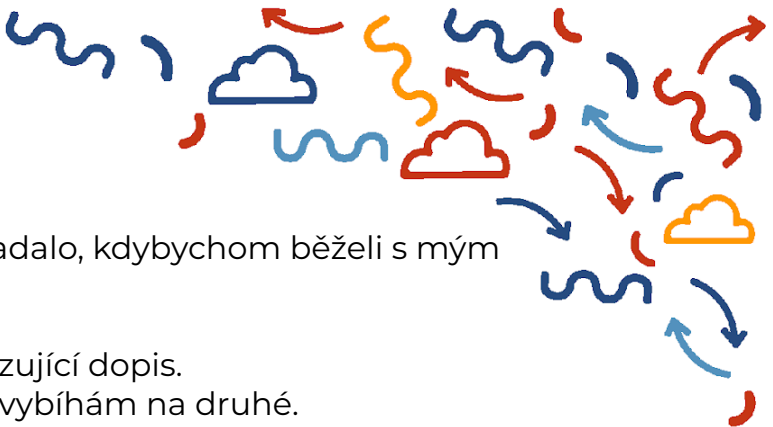
Pomůcky: vyznačený okruh, papíry, tužky

Pravidla aktivity:

Vytvořte si dvojice.

Za dvacet minut máte ve dvojici jednoduchý úkol – uběhnout co nejvíce kol! Běh to ale nebude ledajaký, vždy může být na „okruhu“ pouze jeden*jedna z vás. Vzájemně se totiž můžete/máte podporovat – jeden*jedna z vás tak bude tomu*té běžící*mu psát povzbuzující dopis. Po jednom kolečku se prostřídáte.





Je to nesrozumitelné? Takhle by to vypadalo, kdybychom běželi s mým přítelem Matriem:

1. Matrio vybíhá na první kolečko.
2. Mezitím, co běží, mu píšu povzbuzující dopis.
3. Matrio doběhne první kolečko, já vybíhám na druhé.
4. Matrio si přečte můj dopis, napije se a napíše dopis mně.
5. Takhle se střídáme, dokud neuplyne 20 minut > koleček jsme uběhli nejméně, a tak jsme prohráli.

Imigrační

Délka hry: do 10 minut

Pomůcky: [otázky k losování](#), stopky (na odměření 2 minut)

Pravidla aktivity:

Rozdělte se do dvojic. Ve dvojicích máte dvě minuty na to, abyste o tom druhém zjistili co nejvíce informací, neboť zanedlouho budete muset překročit střeženou hranici a přesvědčit pohraniční stráž, že jste manželé.

Abyste imigrační kontrolu přesvědčili, musíte odpovědět správně na otázku o vašem protějšku. Po uplynutí 2 minut si jeden člen vaší skupinky vylosuje otázku, na kterou musí všechny dvojice odpovědět. Když odpovíte špatně, končíte, když dobře, postupujete do dalšího kola. Kdo vydrží nejdéle?

Nejtajnější přání

Délka hry: do 20 minut

Pomůcky: papíry, tužky

Pravidla aktivity:

Každý si na papírek napište jedno vaše největší přání, které byste chtěli, aby se vám splnilo. Může to být úplně cokoli (chci umět létat, chci být slimák, ...). Poté se rozdělte na dvě poloviny.

Nyní máte 15 minut na to, abyste vymysleli, jak lidem z druhé poloviny splnit jejich přání – buďte kreativní, snažte se být co nejvěrnější zadanému přání. Splňte si přání.

O čem si budeme povídat?

Délka hry: do 15 minut



Pravidla aktivity:

Pamatujete, když jste v družině hráli Mrazíka? Zahrajte si klasicky Mrazíka, přičemž mrazíci budou dva, ale sluníčka jste všichni ostatní. Ale abyste někoho rozmrazili, musíte společně najít jedno téma, které je vám oběma blízké (a musí to být dostatečně konkrétní, ne jen „skauting“). Ale s každým*každou hráčem*hráčkou se můžete rozmrazit pouze jednou. Hra končí ve chvíli, kdy jste všichni zmrzlí a neexistují potenciální rozmrazovací dvojice.

Pokud by vás mrzelo, že mrazíci nemohou objevovat společná témata, můžete si hru zopakovat.

Hrajeme si na hry

Délka hry: 15 minut

Pomůcky: 1 fix do skupinky, [papíry s názvy skautských her](#)

Pravidla aktivity:

Na louce jsou rozházené zalaminované papíry s názvy různých skautských her. Každý z vás si najde nějakou svou oblíbenou hru, kterou třeba rád hraje ve svém oddíle. Pokud někdo z vás žádnou nenajde, může si vzít fixu od člena*členky ST a název své hry dopsat na prázdný papír. Papír s vybranou hrou si vezměte s sebou. Vybrané hry si navzájem neukazujte! Všechny papíry dejte na jedno místo.

Seřadte se podle toho, jak dlouho jste ve skautu, a v tomto pořadí každý pantomimou předvedte reálnou příhodu spojenou s danou hrou. Ostatní si do svého bloku napíší jméno předvádějícího a jméno hry, kterou si myslí, že předváděl. Jakmile se v předvádění vystřídají všichni, řekněte si správné odpovědi a předváděné příhody.

Zjisti, kdo jsi!

Délka hry: 15 minut

Pomůcky: izolepa, nůžky, blok, tužka

Pravidla aktivity:

Každý z vás si vezme papírek ze svého bloku a napíše na něj něco, co mu na něm samém přijde specifické, originální. Nemělo by se jednat o obecné věci (jsem rover), ani o jméno/přezdívku. Poté, co mají všichni dopsáno, dají papírky na jednu hromadu. Každý si jeden vylosuje a přilepí ho účastníkovi*účastnici vedle sebe na záda. Všichni členové skupinky mají za úkol zjistit, co mají na zádech a komu tento papírek patří. Slova na papírcích se nesmí vyslovovat nahlas. Pokud si myslíte, že už víte, komu váš papírek patří, zajděte za ním a zeptejte se ho, zda je to správně (v tuto chvíli už můžete slovo na papírku vyslovit). Pokud jste tipli špatně, pokračuje se ve hře. Pokud jste tipli správně, úspěšně jste dokončili hru. Zůstaňte ale poblíž a odpovídejte na otázky těm, kteří stále hrají.

Živý obraz

Délka hry: 15 minut

Pomůcky: [vytištěné instrukce](#), hodí se mobilní telefon

Pravidla aktivity:

Seřadte se do jedné řady podle identifikačních čísel vašich oddílů. V této řadě si postupně rozdejte čísla od 1 dál. Vaším úkolem je vytvořit živý obraz vztahující se k jednomu členovi*člence vaší skupinky. Začnete „prvním“ a postupně vystřídejte všechny členy*členky skupiny (podle pořadí, které jste si rozdali na začátku). Živý obraz musí nějakým způsobem odrážet daného člena (oblíbená věc, příhoda, fyzický vzhled, ...) – on*a sám*sama je manažerem*manažerkou, který*která určuje, co a jak. Zároveň musí být u živého obrazu na zemi právě takový počet končetin, jaký stanovují pravidla – tedy pokud je dotyčný ve skautu 8 let, na zemi musí být právě osm končetin. Pokud by z pravidel vyplýval větší počet některé končetiny, než jaký máte ve skupině (např. kdyby někdo byl ve skautu 17 let a vás bylo jen 8, a máte tak jen 16 nohou), musí být na zemi všechny končetiny, které máte. Svůj výtvar ukažte členovi*člence ST. Můžete ho také zdokumentovat a nasdílet si ho v rámci skupinky.

Zvládneš nakreslit odpověď?

Délka hry: 15 minut

Pomůcky: [kartičky s postižením](#), [otázky](#), blok, tužka

Pravidla aktivity:

Vyberte si jako skupina JEDNU otázku z nabídky (např. nejoblíbenější táborové jídlo). Odpověď budete kreslit.

Každý z vás si vylosuje papírek s postižením (např. nemáš ruce), které bude od této chvíle mít. Posadte se do kroužku a zjistěte, kdo má nejtmavší vlasy. Od něj se odpočítá pořadí (první, druhý, první, druhý, atd.) a každý první a druhý vedle sebe vytvoří dvojici. Otočte se ve dvojici zády k sobě. Každý **první** ve dvojici začne popisovat svou odpověď na vybranou otázku (např. popíšu ovocné knedlíky, které mám na táboře nejradši). Každý **druhý** ve dvojici kreslí to, co slyší. Popisující se na kresbu během popisu nedívá, sedí zády. Po celou dobu téhle aktivity platí vylosované postižení.

Jakmile mají všichni dokresleno, ti, co popisovali se otočí na souseda vlevo, který kreslil, a vzniknou tak nové dvojice. Úlohy se prohodí – ti, co popisovali, nyní kreslí a naopak.

Na konci si vytvořené obrázky všichni mezi sebou ukažte. Ukazuje vždy ten, který kreslil. Ten, kdo popisoval, může odpověď doplnit o detaily. Každý z vás by měl u sebe mít jeden nakreslený obrázek.

Mysli za mě!

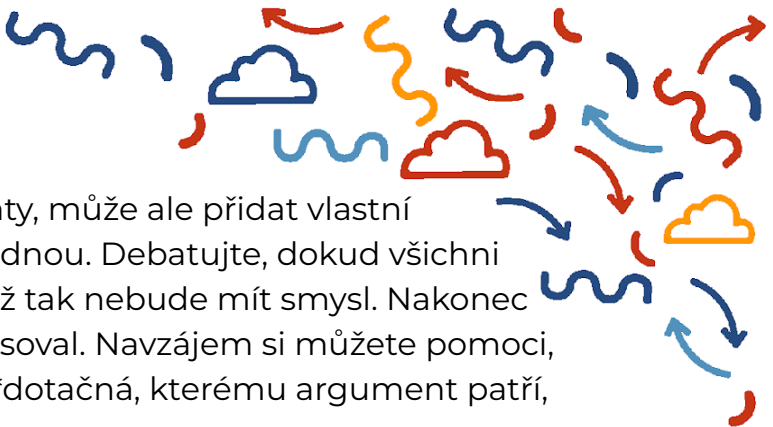
Délka hry: 15 minut

Pomůcky: [papír s tématy](#), zápisník, tužka

Pravidla aktivity:

Vyberte si téma, na kterém se všichni ve skupince shodnete. Každý by k němu měl mít aspoň trochu co říct. Každý si vytrhne ze zápisníku papír a napíše na něj, co si o daném tématu myslí, spolu s argumenty pro jeho názor (tedy pokud si vybereme téma „pravidlo pěti vteřin“, tak pokud si myslím, že by pravidlo pěti vteřin mělo být dlouhé 5 století, napíšu to na papírek a k tomu doplním, že to tak v našem oddíle říkáme a že pak děti nemají výmluvu, aby nemuseli sbírat odpadky). Následně se papírky dají na jednu hromadu a každý člen skupiny si jeden náhodně vylosuje.

Poté začněte ve skupině diskutovat na vámi zvolené téma. Každý ale debatuje za názor na papírku, neměl by ho výrazně měnit ani do debaty promítat svůj pohled.



Měl by používat také napsané argumenty, může ale přidat vlastní podporující argumenty, pokud ho napadnou. Debatujte, dokud všichni nevyčerpáte své argumenty, a debata už tak nebude mít smysl. Nakonec zkusí každý uhodnout, čí papírek si vylosoval. Navzájem si můžete pomoci, pokud byste vůbec nevěděli, a dotyčný*dotáčná, kterému argument patří, se může nakonec sám*sama přihlásit.

Já chci doprostřed!

Délka hry: 10 minut

Pomůcky: [otázky](#)

Tato aktivita je fyzicky náročná a násilná – promysli, zda ti nevádí prát se s ostatními a zda máš na sobě oblečení, u kterého ti nebude vadit, pokud se poškodí!

Pravidla aktivity:

Seřadte se podle velikosti pravé nohy a ten s největší velikostí se postaví doprostřed. Ostatní se rozdělí do dvojic podle pořadí, v jakém stojí (tedy druhý se třetím, čtvrtý s pátým, ...), a utvoří kruh kolem toho s největší nohou. Utvořené dvojice si kleknou za sebe tak, aby se nedotýkaly. Vpředu bude ten s menší nohou, vzadu ten s větší. Všechny dvojice jsou stejně daleko od toho uprostřed.

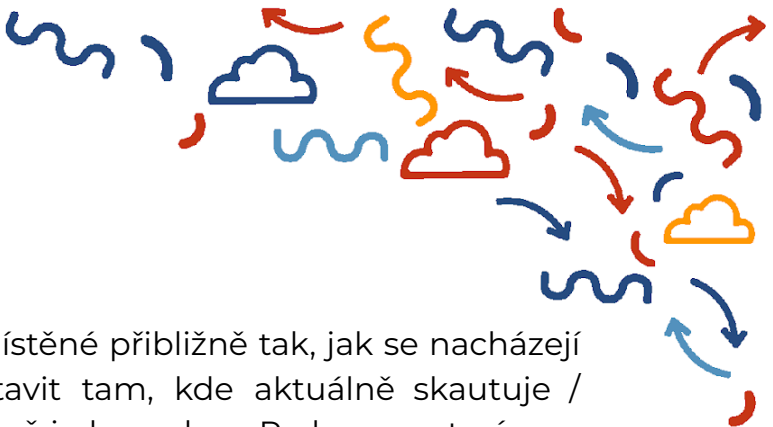
Ten, který je uprostřed, řekne: „Mohou ke mně přijít ti, kdo... (např. mají zrzavé vlasy).“ Ti, kteří klečí vpředu a platí pro ně řečené tvrzení, vyběhnou a snaží se co nejrychleji dostat k člověku uprostřed. Jejich dvojice (která klečí za nimi) se jim v tom ale snaží libovolným způsobem zabránit. Nesmí se kopat, kousat, škrábat, ani jiným způsobem ubližovat.

Kdo se první dotkne prostředního, zůstane uprostřed. Ten prostřední jde za druhého z dvojice, který zůstal sám. Všichni ostatní se vrátí zpět na své místo a hraje se další kolo.

Složíme si zážitek?

Délka hry: 15 minut

Pomůcky: zápisník, tužka, drobná věc na označení místa (šátek, výrazný klacek, mikina, ...), příp. papíry označující města



Pravidla aktivity:

Na zemi leží cedule s názvy měst rozmístěné přibližně tak, jak se nacházejí na mapě. Každý z vás se musí postavit tam, kde aktuálně skautuje / skautoval (např. pokud jsem z Vinoře, což je kousek za Prahou, postavím se kousek od cedule Praha). Své místo si všichni něčím označí. Pak si každý vytrhne list ze zápisníku a vezme do ruky tužku. Člen*ka ST (příp. někdo z vaší skupinky) přečte první instrukci, co napsat na papírek (např. činnost). Každý z vás podle instrukce napíše slovo, nebo ještě lépe slovní spojení (např. hrál jsem na kytaru).

Pak předá papírek někomu dalšímu. Ten pod první slovní spojení napíše jiné podle další instrukce od člena*členky ST (např. kdy? – poslední večer tábora). Část papírku s předchozím textem se přehne vždy tak, aby bylo vidět jen to poslední slovní spojení. A opět předá někomu dalšímu ze skupinky, dokud se nedojde na konec instrukcí.

ALE! Při předávání se nikdo nesmí dotknout nohama země jinde než v okruhu 5 cm okolo svého označeného místa skautování. Papírek lze předat jen z ruky do ruky – nesmí se posílat přes někoho jiného ani házet apod. Papírek musíš pokaždé předat někomu jinému – nesmíš ho dvakrát podat stejné osobě. Doporučujeme si tedy předem určit pořadí, ve kterém si papírky budete předávat.

Na konci papírky rozbalte a přečtěte si výsledné příběhy.

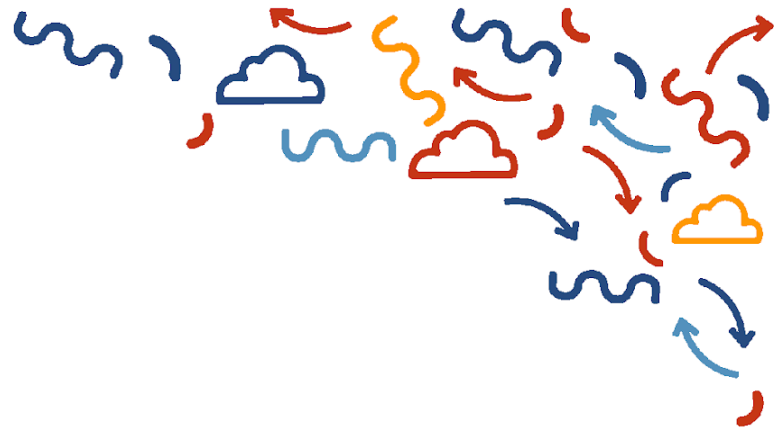
Hecni čas!

Délka hry: 15 minut

Pomůcky: [vylosovaná kartička s úkoly](#), stopky (telefon), [otázky](#) (k jednomu z úkolů)

Pravidla aktivity:

Jako skupina si vylosujete jednu kartičku s úkoly. Cílem je všechny splnit v co nejkratším čase. Plnit je můžete v libovolném pořadí, pouze s posledním musíte počkat na úplný závěr. Jakmile splníte poslední úkol, vypněte stopky / požádejte člena*členku ST, aby vám je vypnul*a. Člen*ka ST následně zkontroluje, zda jsou úkoly splněny. Za každý nesplněný se přičtete +10 s k výslednému času. Svým výsledkem se můžete pochlubit na nástěnce u cedule!



Zvládnete přelézt lano?

Délka hry: 10 minut

Pomůcky: lano

Pravidla aktivity:

Najděte natažené lano, u kterého právě není jiná skupinka. Vaším úkolem bude dostat všechny členy*členky skupinky na druhou stranu lana. Lano se nesmí podlézat. Pokud se dostanete na druhou stranu, nelze se již vrátit zpět, ale lze ostatním pomáhat z této strany. Jen jeden z vás může na konci podlézt zpět na začátek, aby pomohl poslednímu. S přelézáním smí pomáhat pouze ostatní členové*členky skupinky – nelze použít žádnou pomůcku ani si pomoci vylezením na strom. Myslete na svoji bezpečnost!

Kolik symbolů si zapamatuješ?

Délka hry: 15 minut

Pomůcky: papír, tužka, blok

Pravidla aktivity:

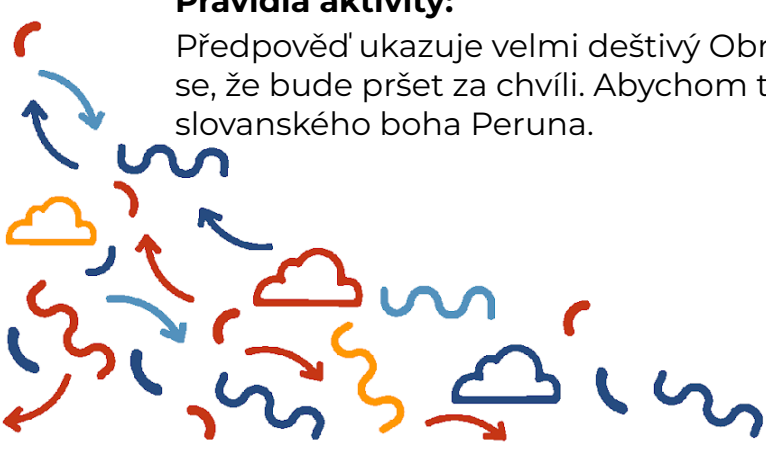
Každý z vás nakreslí na papír 2–5 symbolů, které se k němu nějakým způsobem vztahují / vystihují ho. Mělo by se jednat o velmi jednoduché symboly popsitelné jedním slovem (např. nakreslím květinu, protože mám rád*a / chci studovat biologii). Na papír k symbolům viditelně napište své jméno. Symboly si navzájem neukazujte. Jakmile mají všichni dokresleno, sejděte se na jednom místě a položte tam papíry symboly dolů. Na pokyn člena*členky ST je všichni obraťte – nyní máte 2 minuty na zapamatování si co nejvíce cizích symbolů. Po skončení časového limitu napište do bloku co nejvíce symbolů, které si pamatuje, spolu se jménem autora. Vlastní symboly se nepočítají.

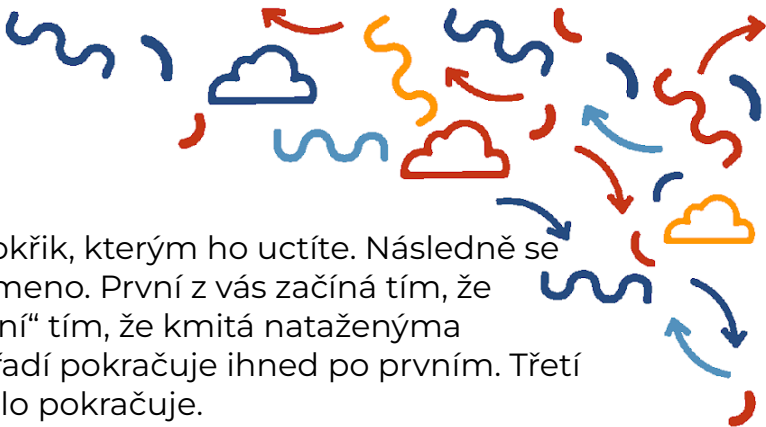
Výkřik

Délka hry: do 10 minut

Pravidla aktivity:

Předpověď ukazuje velmi deštivý Obrok, a jestli neprší zrovna teď, obáváme se, že bude pršet za chvíli. Abychom tomu předešli, je třeba, abyste uctili slovanského boha Peruna.





Ze všeho nejdříve si vymyslete krátký pokřik, kterým ho uctíte. Následně se postavte do kruhu, těsně rameno na rameno. První z vás začíná tím, že natáhne ruce do středu a spustí „uctívání“ tím, že kmitá nataženýma rukama a křičí onen pokřik. Druhý v pořadí pokračuje ihned po prvním. Třetí v pořadí se přidá ihned po druhém a kolo pokračuje.

Jakmile se s křikem začne, skupina pokračuje a nesmí přestat. To znamená, že se nesmí přestat ani pro nadechnutí. Když kolečko dojde až k prvnímu hráči, tak všichni hráči naráz dají ruce na prsa a zakřičí: „ZYNGA!“ První osoba musí držet daný pokřik bez nadechnutí nejdelší dobu, dokud se celý kruh nepřipojí, takže skupina potřebuje spolupracovat co nejrychleji, jak je to možné, aby první osobě nedošel dech. Ujistěte se, že všichni začínají ve správném pořadí.

Výro

autorky: Anička, Hanča, Klárka

Plánování

Délka programu: cca 30 min

Pravidla:

Ze seznamu níže si vyberte postavu, za kterou v programu budete hrát. Ta určí, jak se budete chovat, proto vybírejte tak, aby se vám hrálo dobře. Ve vaší radě musí být všechny zeleně zvýrazněné role. Vaším úkolem bude vymyslet výpravu, na kterou byste všichni chtěli jet, a chcete se domluvit co nejlépe i přes vaše odlišné názory. V popisu vaší postavy máte charakteristiku, podle které se chovejte, ale jelikož máte nachystat reálnou výpravu, na kterou byste chtěli jet, vložte do ní i kus sebe :)

Seznam rolí je následující:

- ČLOVĚK VE VZTAHU
- SKAUT JE MŮJ LAJF
- NEMÁM NA NIC ČAS
- NEDÁVÁM POZOR
- JSEM UNAVERNÝ ČLOVĚK
- CITLIVÝ ČLOVĚK
- FLEGMATIK * FLEGMATIČKA
- ERASMÁK * ERASMAČKA – telefonuje
- OPTIMISTA * OPTIMISTKA
- BOREČEK * BORKA
- ENVIRONMENTALISTA * ENVIRONMENTALISTKA
- UNAVERNÝ ČLOVĚK

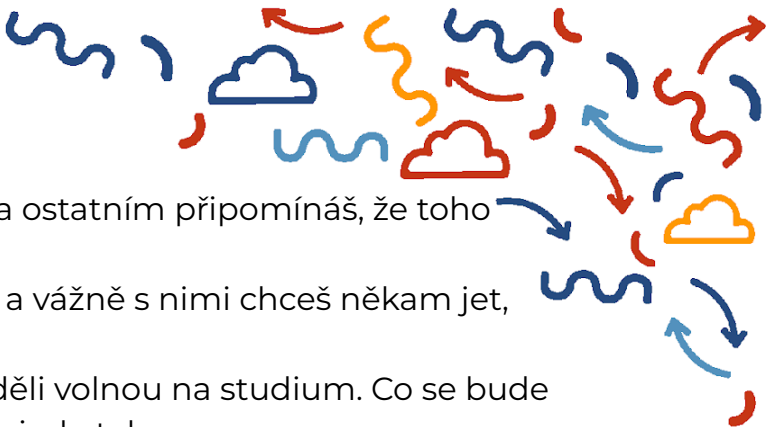
Unavený člověk.

Tady je tvoje základní charakteristika, do které se v této hře snaž vcítit.

Jelikož ale

máte nachystat reálnou výpravu, na kterou byste chtěli jet, vlož do ní i kus sebe :)

- Studuješ fakt těžkou školu a poslední, na co máš teď čas, je rada a vymýšlení nějaké výpravy. Už týden jsi nespal*a víc než 4 hodiny a jde to poznat.
- Jednoduše tě věci rozpálí a pasivně agresivní komentáře jsou tvoje tajná zbraň.

- 
- Rád*a mluvíš o tom, co studuješ, a ostatním připomínáš, že toho máš fakt hodně.
 - Lidi ze skupiny máš ale fakt rád*a a vážně s nimi chceš někam jet, ale nejlépe
 - jen na pátek a sobotu, ať máš neděli volnou na studium. Co se bude dělat, je ti celkem jedno. Kdy se pojedě taky.
 - Jsi extrémní masožravec a jsi proti vegan stravě, myslíš, že z ní nedostaneš dostatek proteinu.
 - Preferuješ, aby se jelo v srpnu, ale kdyžtak se přizpůsobíš.

Ten*ta co nemá na nic čas

Tvoje role pro tento program je Ten/Ta, co nemá na nic čas.

Tady je tvoje základní charakteristika, do které se v této hře snaž vcítit.

Jelikož ale

máte nachystat reálnou výpravu, na kterou byste chtěli jet, vlož do ní i kus sebe :)

- Skauting máš fakt rád*a, ale zároveň se realizuješ ve spoustě jiných projektech a na skauting ti už nezbývá tolik času. Ostatní rovery ale máš moc rád*a a chceš s nimi alespoň na chvíli někam jet.
- Na dnešní radu máš jen 20 minut a po 20 minutách musíš odejít. Jsi ale jediný, kdo má klíče od klubovny, a tak s tvým odchodem končí celá rada. Čím dřív to naplánujete, tím líp.
- Všechny urguješ, aby zrychlili a řešili jen to podstatné. Už máš spoustu víkendů zaplněných, a tak máš čas pouze třetí víkend prázdnin, případně bys v jiném termínu mohl*a dojet na pár hodin.
- Chtěl*a bys jet někam blízko vašeho rodného města (Plzeň), ať nezabijete moc času v MHD.

Ten*ta co nedává pozor

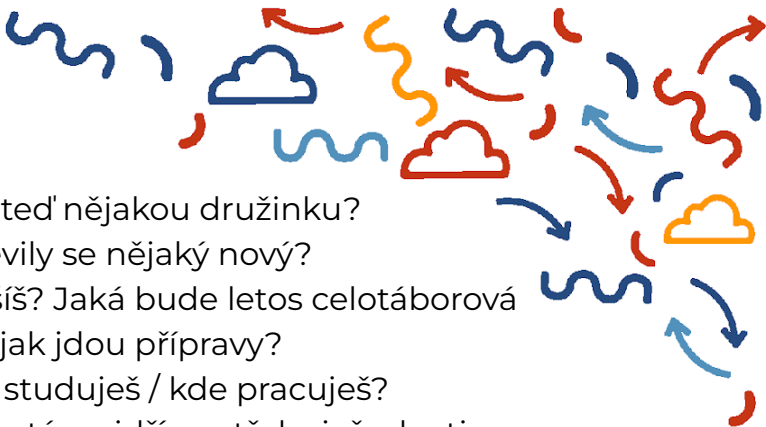
Tvoje role pro tento program je Ten/Ta, co nedává pozor.

Tady je tvoje základní charakteristika, do které se v této hře snaž vcítit.

Jelikož ale

máte nachystat reálnou výpravu, na kterou byste chtěli jet, vlož do ní i kus sebe :)

- Přišel*řišla jsi sem jen kvůli čaji, mňamkám a kamarádům, které jsi dlouho neviděl*a. Hrozně tě zajímá jak se mají, co je nového, jak to jde ve škole nebo v práci, a tak si radši povídáš s tím, kdo sedí vedle tebe, než aby ses radil*a s ostatními.
- Otázky na které se souseda můžeš ptát když tě zrovna nic nenapadá (ale personalizované otázky jsou preferované):
 - Jak se máš?

- 
- Co vedení ve skautu, vedeš teď nějakou družinku?
 - Co vztahy ve středisku, objevily se nějaký nový?
 - Jedeš na tábor? A jak se těšíš? Jaká bude letos celotáborová hra, pokud nějaká bude? A jak jdou přípravy?
 - Co škola/práce? Baví tě? Co studuješ / kde pracuješ?
 - Vždy, když se tě někdo na něco zeptá, nejdřív potřebuješ, aby ti zopakoval, o čem se vlastně bavíte. Reaguješ pouze, když tě osloví jménem.
 - Na výpravu ale hrozně rád*a pojedeš, čas odjezdu je ti celkem jedno, ale preferuješ sobotu.

Skaut je můj lajf

Tvoje role pro tento program je Skaut je můj lajf.

Tady je tvoje základní charakteristika, do které se v této hře snaž vcítit.

Jelikož ale

máte nachystat reálnou výpravu, na kterou byste chtěli jet, vlož do ní i kus sebe :)

- Skautingem žiješ. Neumíš si představit jediný den bez něj a Křížovatka je tvůj nejlepší kámoš. Nedávno ses dozvěděl*a o skvělém projektu od Ústředí – revidovaný roverský program, který představuje Projekty a Výzvy. Přejde ti to jako super nápad a chtěl*a bys, aby výprava byla vaší první roverskou výzvou.
- Vedeš radu.
- Nechceš, aby s vámi na výpravu jeli neskauti, přijde ti, že to kazí skautskou atmosféru. Chceš aby byla výprava teambuildingová pro vaši roverskou skupinu. Dokud s cizím člověkem nebudou souhlasit úplně všichni ostatní ve skupině, neustoupíš.
- Velmi ti záleží na tom, aby mohli jet všichni ze skupiny.
- Máš alergii na laktózu.
- Výprava bude o prázdninách.
- Chcete se domluvit na těchto věcech:
 - Termín
 - Místo
 - Počet lidí
 - Hlavní aktivita
 - Program
 - Kdo jednotlivé programy připraví
 - Jídelníček



Optimista*optimistka

Tvoje role pro tento program je Optimista/Optimistka.

Tady je tvoje základní charakteristika, do které se v této hře snaž vcítit.

Jelikož ale

máte nachystat reálnou výpravu, na kterou byste chtěli jet, vlož do ní i kus sebe :)

- Všechno dobře dopadne a vy tu výpravu prostě naplánujete. Tvá role je často o tom, že uklidňuješ hádky. Dbáš na to, aby svůj názor v debatě řekli úplně všichni, hlavně když jde o důležitá rozhodnutí, jako co se na výpravě bude dít nebo kdo všechno na ni může jet.
- Čas máš kdykoliv a rád*a se přizpůsobíš většině.
- Máš bezlepkovou dietu.
- Moc rád*a bys jel*a na Pálavu.

Flegmatik*flegmaticka

Tvoje role pro tento program je Flegmatik/flegmaticka.

Tady je tvoje základní charakteristika, do které se v této hře snaž vcítit.

Jelikož ale

máte nachystat reálnou výpravu, na kterou byste chtěli jet, vlož do ní i kus sebe :)

- Hlavně chceš někam jet, je ti celkem jedno, kam pojedete a co se tam bude dít, hlavně že budeš s lidmi, co máš rád*a. Čas máš prakticky kdykoliv. Jediné co, tak neumíš jezdit na kole a fakt cyklistiku nemůžeš vystát. Přinejhorším zvládneš jít na výlet, když alespoň třetina výpravy půjde s tebou.
- Jsi nejlepší kámoš*ka se Skaut je můj lajf.
- Nemůžeš jet první týden v srpnu.

Erasmák*erasmačka

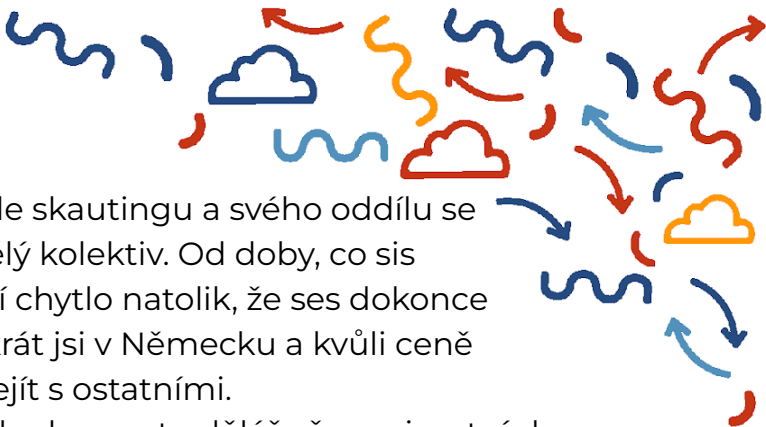
Tvoje role pro tento program je Erasmák/Erasmačka.

Tady je tvoje základní charakteristika, do které se v této hře snaž vcítit.

Jelikož ale

máte nachystat reálnou výpravu, na kterou byste chtěli jet, vlož do ní i kus sebe :)

- S ostatními voláš, což znamená, že neslyšíš úplně všechno, co říkají, a spíše pasivně posloucháš, než že by ses aktivně zapojoval*a do debaty. Aktivně se zapojíš až v případě, že tě někdo vyloženě vyzve k tomu, abys řekl*a svůj názor.

- 
- Jsi student*ka, co rád*a cestuje, ale skautingu a svého oddílu se nechceš vzdát, protože máte skvělý kolektiv. Od doby, co sis vyzkoušel*a Erasmus, tě cestování chytlo natolik, že ses dokonce odstěhoval*a do zahraničí. Tentokrát jsi v Německu a kvůli ceně jízdenek je pro tebe náročné se sejít s ostatními.
 - Na tuto výpravu se ale těšíš už půl roku, proto děláš vše, co je v tvých silách, aby ses jí mohl*a zúčastnit. Každopádně pokud by výprava byla někde blízko německých hranic, budeš za to rád*a.

Enviromentalista*tká

Tvoje role pro tento program je Environmentalista/ka. Tady je tvoje základní charakteristika, do které se v této hře snaž vcítit. Jelikož ale máte nachystat reálnou

výpravu, na kterou byste chtěli jet, vlož do ní i kus sebe :).

- Už dlouho jste s kmenem nikde nebyli a na výpravu se hodně těšíš. Těšíš se, až budete prozkoumávat krásy přírody, a proto bys rád*a spal*a někde venku.
- Jestli ve stanu, v chatce v horách nebo pod širákem, ti je jedno.
- Rád*a bys prozkoumal*a místa v zahraničí, ale ne zase tak daleko od Česka.
- Máš volno jen v červenci, v srpnu už máš plno.
- Máš rád*a cyklistiku i chození na túry.
- Co se jídla týče, jsi zásadový vegan a nemáš rád*a, když lidi v tvé blízkosti jedí maso, je ti z toho zle.
- Máš pohodovou povahu, ale nemůžeš vystát, když někdo nedává pozor.
- Na výpravě bys měl*a rád*a přednášku na nějaké zero waste téma.

Člověk ve vztahu

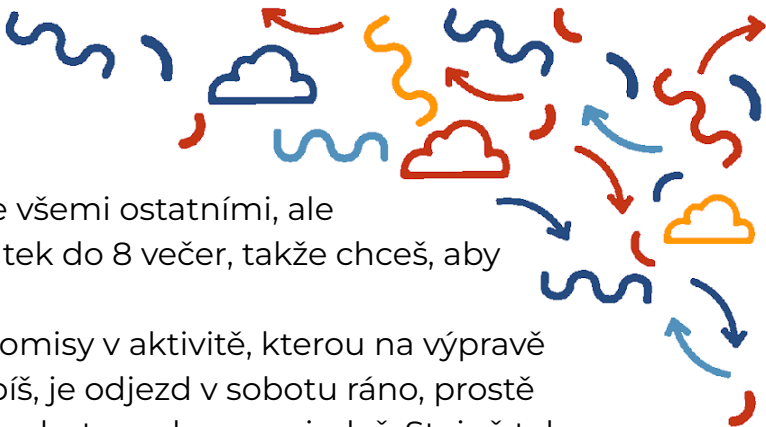
Tvoje role pro tento program je Člověk ve vztahu.

Tady je tvoje základní charakteristika, do které se v této hře snaž vcítit.

Jelikož ale

máte nachystat reálnou výpravu, na kterou byste chtěli jet, vlož do ní i kus sebe :)

- Našel*našla sis svého životního partnera*partnerku a nechceš trávit jediný víkend bez ní*něj. Snažíš se přesvědčit oddílovou radu, že může jet s tebou a abyste jeli dělat něco, co má partner*ka rád*a.
- Jejím*jeho koníčkem je cyklistika (nejlépe, když se vstává brzo ráno, aby viděl*a východ slunce).

- 
- Moc rád*a bys jel*a dohromady se všemi ostatními, ale tvůj*tvoje partner*ka pracuje v pátek do 8 večer, takže chceš, aby se odjíždělo v sobotu ráno.
 - Jsi ochotný*ochotná dělat kompromisy v aktivitě, kterou na výpravě budete dělat. V čem ale neustoupíš, je odjezd v sobotu ráno, prostě buď pojedete nějaká část výpravy v sobotu, nebo nepojedeš. Stejně tak neustoupíš v tom, jestli pojedete tvůj*tvoje partner*ka
 - Je ti jedno, kam se pojedete, ale mělo by to být někde, kde se dá dobře jezdit na kolech.

Citlivka

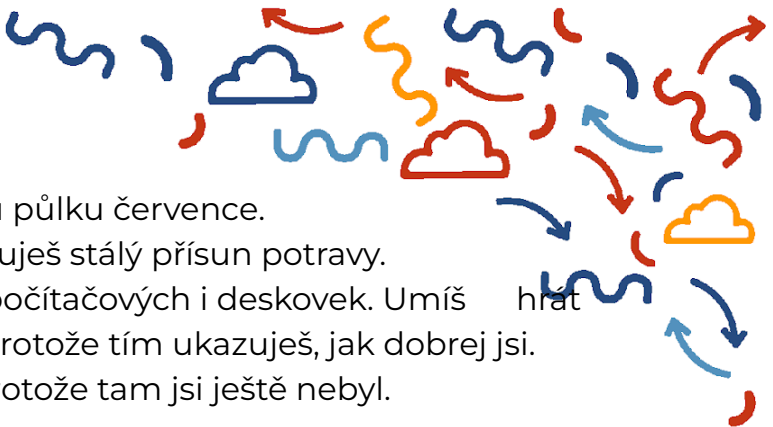
Tvoje role pro tento program je Citlivka. Tady je tvoje základní charakteristika, do které se v této hře snaž vcítit. Jelikož ale máte nachystat reálnou výpravu, na kterou byste chtěli jet, vlož do ní i kus sebe :)

- Jsi sekundární vedoucí rady.
- Jsi zkrátka citlivý člověk. Kde co tě dokáže rozhodit a často brečíš.
- Potřebuješ, aby s tebou ostatní jednali hezky a hlavně ne pasivně-agresivně, protože tě to zraňuje. Když k tobě někdo bude mít pasivně-agresivní poznámku, rozbereš se/naštveš se (záleží, co ti je příjemnější).
- Taky nemáš rád*a, když se hádá kdokoliv jiný ve skupině, vždy se snažíš bránit toho, o kom si myslíš, že je v právu, a přidáš se do každé hádky se svým názorem.
- Nemůžeš jet poslední týden v červenci (od pondělí 22.7. dál) a fakt bys chtěl*a jet někam do zahraničí.

Boreček*borka

Tvoje role pro tento program je Boreček/Borka. Tady je tvoje základní charakteristika, do které se v této hře snaž vcítit. Jelikož ale máte nachystat reálnou výpravu, na kterou byste chtěli jet, vlož do ní i kus sebe :).

- Jsi prostě borec. Jsi nejlepší člověk na planetě a víš to o sobě. Ví to dokonce i ostatní a taky se tak k tobě chovají. Máš ve skupině respekt a všichni tě mají rádi. Jediný, s kým máš problém, je Skaut je můj lajf. Nechápeš, proč vše tak přehnaně řeší, a štvě tě s ním být v jedné místnosti. Vždycky, když něco řekne, vytočí tě to. Nesouhlasíš s ničím, co řekne. Jelikož máš ale ostatní fakt rád, snažíš se ho pro ně tolerovat.

- 
- O prázdninách můžeš jen druhou půlku července.
 - Máš rád maso a jíš hodně. Potřebuješ stálý přísun potravy.
 - Mezi tvé koníčky patří hraní her, počítačových i deskovek. Umíš hrát na kytaru a rád ostatním hraješ, protože tím ukazuješ, jak dobře jsi.
 - Rád by ses podíval do Krkonoš, protože tam jsi ještě nebyl.

Předvyhoření

Doba trvání: 100 minut

Pravidla:

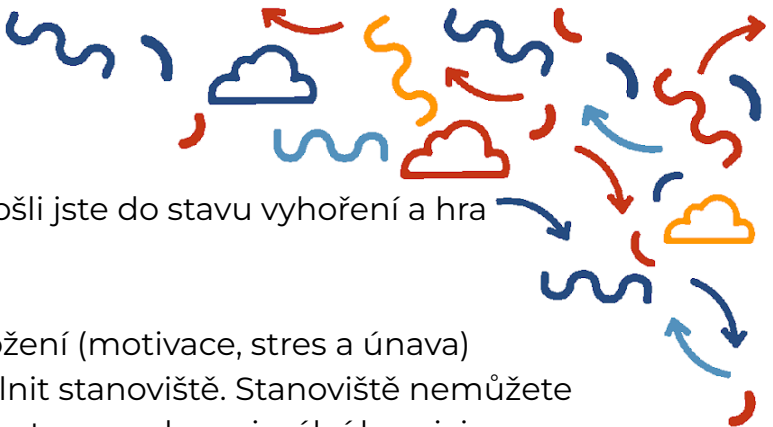
Jste roveři na počátku skautského roku a vaším cílem je nevyhořet. A jak na to?

Jako skupina dostanete ukazatel stresu, únavy a motivace. Ten vám bude ukazovat, jak si během skautského roku vedete. Hra bude rozdělena na **4 období po 3 měsících**, ve kterých budete plnit úkoly na stanovištích. Tyto úkoly budou hýbat s počty atributů na ukazateli.

Během hry **se snažíte dosáhnout co největšího počtu motivace**, ale v tom vám brání **stres a únava**. Stres a únava se mohou na ukazateli **navýšit maximálně na 10** bodů. Pokud tato situace nastane, celá skupina „zamrzne“ (= nesmí dělat žádné úkoly) a je potřeba snížit body v ukazatelích. To probíhá pomocí oživovacích aktivit (spánek, protažení a setkání s přáteli).

Na každé období máte celkem **13 minut**. Z toho 3 minuty jsou určeny na domluvu taktiky a zbylých 10 minut probíhá hra. Konec období a s ním začátek domlouvacího času značí přerušované pískání. Konec času na taktiku a začátek hry značí dlouhé, nepřerušované pískání. Období po sobě jdou chronologicky (tedy od prvního po čtvrté), informace k novému období čtete vždy až po ukončení období předchozího. Čas je měřen členy servis týmu pro všechny hrající týmy. Můžete si jej měřit i zvlášť pro svou lepší orientaci, řídíte se ale vždy podle pískání.

Před startem hry obdržíte **materiály s úkoly a jejich vlivem na jednotlivé ukazatele**. Za období je nutné splnit všechna stanoviště. Pokud se vám to nepovede, za každé nesplněné stanoviště se strhává -5 motivace.



Pokud ukazatel motivace dojde na 0, došli jste do stavu vyhoření a hra pro vás končí. :(

Všechny ukazatele psychického rozpoložení (motivace, stres a únava) posouváte vždy před tím, než vyrazíte plnit stanoviště. Stanoviště nemůžete plnit, pokud by hrozilo, že se ukazatel dostane nad maximální hranici. Jedinou výjimkou jsou zde tzv. „Oživovací aktivity“. Ty jsou pro všechna období stejné a snižujete jimi stres a únavu, případně přidáváte motivaci. Jejich vliv do ukazatelů zaznačíte až po splnění stanovišť. Pokud jste splnili stanoviště, ale zapomněli ho zaznačit do ukazatelů, a zpětně zjistíte, že by úkol splnit nešel, nepočítá se vám.

Oživovací aktivity:

- **spánek** – -1 únava za každou minutu spánku jednoho člena.
 - Chrupkat dojděte na stanoviště č. 16.
- **protahení** – -2 stres: zacvičte si podle obrázků a v každém cviku
 - vydržte 30 s (2 stresové body si odebíráte za splnění všech cviků).
 - Cvičí se na stanovišti č. 16.
- **setkání s přáteli** – +1 Motivace: 2 minuty si povídejte s dalšími hráči
 - na stanovišti č. 16.

Tyto atributy na ukazateli posouváte až po dokončení stanoviště.

Varianty hry podle počtu lidí ve skupině:

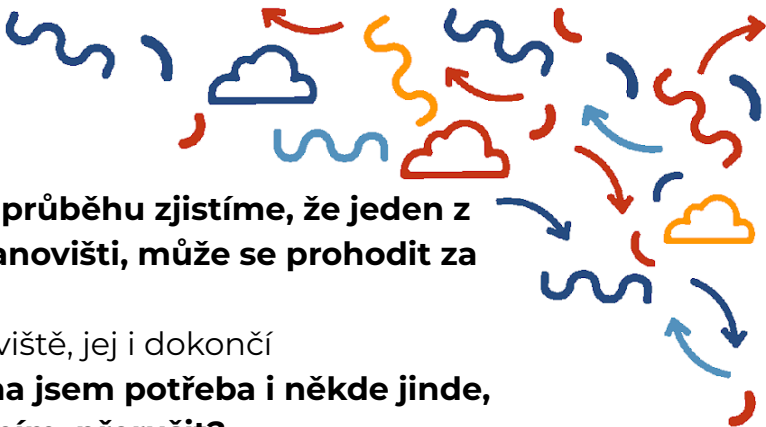
Pokud je vás 9 nebo 10, plníte všechny úkoly a za nesplnění se vám strhává -5 motivace.

Pokud je vás 7 nebo 8, nemusíte plnit poslední úkol v seznamu.

Pokud je vás 6 nebo 5, nemusíte plnit poslední dva úkoly v seznamu.

Často se nás ptali

- **Co když skončí období, když zrovna plním stanoviště?**
 - Záleží, jaký typ stanoviště to je. Pokud se jedná o oživovací aktivitu, navracíš se zpátky ke skupině a atributy neposouváš.
 - Pokud se jedná o stanoviště z jednotlivých období, stanoviště se ti nepočítá a působí jako nesplněné. Navracíš se k týmu, stres a únavu neřešíš a strháváš -5 motivace.

- 
- **Když jdeme na stanoviště, ale v průběhu zjistíme, že jeden z nás by se více hodil na jiném stanovišti, může se prohodit za dalšího člena týmu?**
 - Ne, ti lidé, co šli dělat stanoviště, jej i dokončí
 - **Když plním stanoviště, ale zrovna jsem potřeba i někde jinde, můžu stanoviště, které právě plním, přerušit?**
 - Ne, stanoviště musíš nejprve dokončit, pak až můžeš jít plnit další stanoviště.
 - **Musíme stanoviště plnit postupně?**
 - Ne, nemusíte. Je na vás, jakou strategii zvolíte.
 - Nezapomeňte si po dokončení hry přijít za členem servis týmu pro podklady k reflexi!

První období začátek roku (září – listopad)

Nastal nový skautský rok a s ním i nová dobrodružství, nové povinnosti, ale taky spousta zábavy. Vidím, že jste všichni motivovaní a připravení prožít všechno, co nás čeká, s úsměvem na tváři. Možná se občas objeví stresové situace, ale společně to překonáme a užijeme si každou chvíli. Těším se na další skautské dobrodružství s vámi!

Všechny ukazatele psychického rozpoložení (motivace, stres a únava) posouváte vždy před tím, než vyrazíte plnit stanoviště. Stanoviště nemůžete plnit, pokud by hrozilo, že ukazatel dostane nad maximální hranici. Jedinou výjimkou jsou zde tzv. „Oživovací aktivity“. Ty jsou pro všechna období stejná a snižujete jimi stres a únavu, případně přidáváte motivaci. Jejich vliv do ukazatelů zaznačíte až po splnění stanovišť.

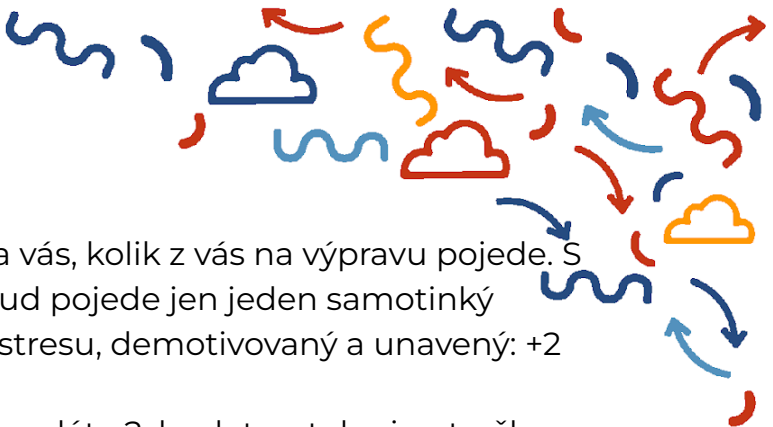
Po splnění každého úkolu se musíte vrátit zpět ke svému ukazateli! Pokud jdete na stanoviště jako skupina, společně tam přicházíte a společně odcházíte.

1. Skautský ples

Tancuj, tancuj vykrůcaj, vykrůcaj...

Protože se očividně nudíte a rádi organizujete velké akce, vzali jste si na starost i skautský ples. Je na vás, kolik vás půjde. Pokud 1 člověk, přidáte si +4 únavy, +2 stres a odeberete -3 motivace. Pokud přijdete 2, přidáváte jen +3 únavu. Pokud

půjdete 3, přidáváte +2 únavu a přidáváte +3 motivaci. Zatančete si společně minutu kankán na stanovišti č. 1.



2. Výprava

První letošní výprava je před námi. Je na vás, kolik z vás na výpravu pojede. S počtem lidí se mění i získané body. Pokud pojede jen jeden samotinký osamělý rover, bude z toho pořádně ve stresu, demotivovaný a unavený: +2 únavy, -3 motivace, +3 stres. Pokud se na výpravu vydáte 2, budete z toho jen trošku unavení: +1 únava, +2 stres. Pokud pojedete tři, bude to už pořádně motivující akce: +3 motivace, +1 únava.

Vaším úkolem je vyběhnout kopec nahoru a dolů.
Začínáte na místě č. 2.

3. Vzdělávací kurz

Je na čase se vzdělávat! Na kurz jsou potřeba 2 roveři. Tento kurz vám přidává +4 motivace a +2 stres.

Kurz je na místě č. 3.

4. Oddílová rada

Nic nepřidává ani neubírá, ale musíte na ni všichni jít. Za každého člověka, co se nedostaví: -1 motivace, +1 stres, +1 únava. Na oddílové radě se musíte všichni vzájemně podpořit. Proto jako celá skupina zároveň musíte udělat pyramidu z těl.

Rada se koná na místě č. 4.
Za nesplnění tohoto stanoviště se odečítá -6 motivace.

5. Schůzka s rodiči

Někdo si musí zkontrolovat, že ty děti vychováváte správně. Dva z vás si musí jít proti sobě zahrát alespoň desetkrát hru kámen, nůžky, papír. Tato radost vám přinese +4 stres, +1 únava.

Schůzka je na místě č. 5.

6. Vedení družiny

Je začátek skautského roku a první schůzka ještě není nachystaná! Na toto stanoviště budou potřeba 2 psychicky odolní roveři: +2 únava, +2 motivace, +3 stres.



Vyluštění 3 slov v křížovce = nachystání programu na schůzku.
Jděte na místo č. 6.

Druhé období (Vánoce–únor)

Vánoce, Vánoce přicházejí, zpívejme přátelé! Jsou před námi svátky klidu a míru, ale vás moc klidu a míru nečeká.

Všechny ukazatele psychického rozpoložení (motivace, stres a únava) posouváte vždy před tím, než vyrazíte plnit stanoviště. Stanoviště nemůžete plnit, pokud by hrozilo, že ukazatel dostane nad maximální hranici. Jedinou výjimkou jsou zde tzv. „Oživovací aktivity“. Ty jsou pro všechna období stejná a snižujete jimi stres a únavu, případně přidáváte motivaci. Jejich vliv do ukazatelů zaznačíte až po splnění stanovišť.

Po splnění každého úkolu se musíte vrátit zpět ke svému ukazateli!
Pokud jdete na stanoviště jako skupina, společně tam přicházíte a společně odcházíte.

1. Vánoční schůzka s dětmi

Na vánoční schůzku si půjdete zazpívat koledu. Bude potřeba 5 roverů. Můžete zpívat kdekoliv v hracím poli. Přidejte +3 únavy, uberte -2 motivace a přidejte +2 stres.

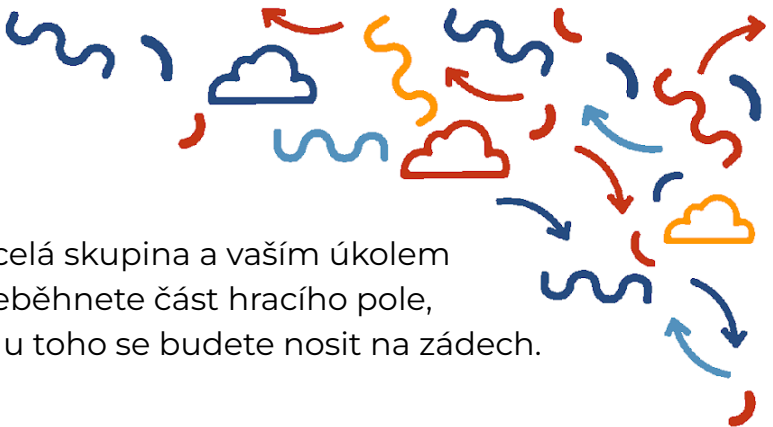
Pokud z hlavy nevíte žádnou koledu, najdete je na místě č. 2.

2. Přespání roverské skupiny

Na přespání musíte dojít všichni zároveň. Je to sice přespání, ale jak to tak bývá, spát moc dlouho nebudete, proto si přidejte +2 únavy, ale i +4 motivace.

Vaším úkolem je si lehnout a napočítat do 60. Ležet můžete kdekoliv v hracím poli.

Za nesplnění tohoto úkolu se odečítá -6 motivace.



3. Oslavy Nového roku

Na oslavu Nového roku se sejděte jako celá skupina a vaším úkolem bude nadšeně oslavovat. A to tak, že přeběhnete část hracího pole, budete křičet: „ŠŤASTNÝ NOVÝ ROK!“ A u toho se budete nosit na zádech. Přidá vám to +5 únavy a +5 motivace.

Vybíhejte z vašeho zázemí a oběhněte alespoň 5 stanovišť (míst).
Za nesplnění tohoto úkolu se odečítá -6 motivace.

4. Zkouškové období

Zkoušky jsou tady! Na stanoviště č. 3 se musí na 4 minuty jít šprtat 2 studenti.
Přidáváte +4 stresu, +2 únavy, -3 motivace.

5. Naštvaný rodič

Na vánoční schůzce s dětmi jedno dítě dostalo dárek v menší hodnotě, než ve které dárek dalo. Jeho rodič vám teď píše naštvané e-maily o demotivaci svého potomka, píše i stížnost vedoucímu střediska, musíte to vyřešit.
Přidává se: +5 stres, +3 únava, -3 motivace.

E-mail a následné zadání úkolu vás bude čekat na místě č. 7.

6. Roverské běžky

Proběžkovat zimou půjde 1 odvážlivec. Úkol tě čeká na místě č.8.
Přidáváte +4 únava, +2 motivace.

Třetí období (březen–květen)

Březen, za kamna vlezem. Anebo ne? I tady dostanete zabrat, hlavně neztrácet hlavu!

Všechny ukazatele psychického rozpoložení (motivace, stres a únava) posouváte vždy před tím, než vyrazíte plnit stanoviště. Stanoviště nemůžete plnit, pokud by hrozilo, že ukazatel dostane nad maximální hranici. Jedinou výjimkou jsou zde tzv. „Oživovací aktivity“. Ty jsou pro všechna období stejná a snižujete jimi stres a únavu, případně přidáváte motivaci. Jejich vliv do ukazatelů zaznačíte až po splnění stanovišť.



Po splnění každého úkolu se musíte vrátit zpět ke svému ukazateli!
Pokud jdete na stanoviště jako skupina, společně tam přicházíte a společně odcházíte.

1. Vedení družiny

Chystání schůzek snad nikdy neskončí...

Na místo s č. 6 budou potřeba 2 psychicky odolní roveři.

+2 únava, +2 motivace, + 3 stres.

Vyluštění 3 slov v křížovce = nachystání programu na schůzku.

2. První jarní puťák s dětmi

Venku je už krásně, rostou kytičky a tráva se zelená. Nejlepší čas na první jarní puťák! Je na vás, kolik pojede lidí. Pokud 1, je to +4 únavy, -3 motivace a +2 stres. Pokud 2, přidáváte jen +3 únavu. Pokud 3, přidáváte +2 únavu a +3 motivaci.

3 siláci budou potřeba na místě č. 9.

3. Středisková rada

Někdo je zbožňuje, někdo nesnáší, ale holt je to potřeba. Tato rada vám nic nepřidává ani neubírá, ale musíte se jí zúčastnit všichni během tohoto období (nemusíte zároveň). Pokud na ni nepůjdete, je to -2 na každém ukazateli za každého nezúčastněného.

Vaším úkolem bude zvolit místo, na kterém byste chtěli mít tábor. Hlasování probíhá na místě č. 10.

Za nesplnění tohoto úkolu se odečítá -6 motivace.

4. Svojsíkův závod

Organizujete Svojsíkův závod, těžká, vysilující ale zároveň motivující úloha.

Za odměnu si přidáváte +3 únavu, +4 stres, +2 motivace.

Prosíme, abyste se všichni dostavili na místo č. 11.



5. Oddílová rada

Ano, je to tak. Další rada...

Tato rada vám nic nepřidává ani neubírá, ale musíte se jí zúčastnit všichni během tohoto období (nemusíte zároveň). Pokud na ni nepůjdete, je to -1 na každém ukazateli za každého nezúčastněného.

Pyramidu z těl běžte postavit na místo č. 4.

Za nesplnění tohoto úkolu se odečítá -6 motivace.

6. Vítání jara

Jaro je tu!

Přijďte si jako celý tým zazpívat na místo č. 12. Po cestě si vzpomeňte na libovolnou píseň, která oslavuje jaro. Přidáte si: +2 motivace, -3 stresu.

Za nesplnění tohoto úkolu se odečítá -6 motivace.

Čtvrté období (červen–srpen)

Je před vámi poslední období. Zatněte zuby a s úsměvem do toho!

Všechny ukazatele psychického rozpoložení (motivace, stres a únava) posouváte vždy před tím, než vyrazíte plnit stanoviště. Stanoviště nemůžete plnit, pokud by hrozilo, že ukazatel dostane nad maximální hranici. Jedinou výjimkou jsou zde tzv. „Oživovací aktivity“. Ty jsou pro všechna období stejná a snižujete jimi stres a únavu, případně přidáváte motivaci. Jejich vliv do ukazatelů zaznačíte až po splnění stanovišť.

Po splnění každého úkolu se musíte vrátit zpět ke svému ukazateli!

Pokud jdete na stanoviště jako skupina, společně tam přicházíte a společně odcházíte.

1. Středisková rada

Další rada je tady. Tato rada vám nic nepřidává ani neubírá, ale musíte se jí zúčastnit všichni během tohoto období (nemusíte zároveň). Pokud na ni nepůjdete, je to -2 na každém ukazateli za každého nezúčastněného.

Vaším úkolem bude si zvolit nového vedoucího střediska. Hlasování probíhá na místě č. 10.

Za nesplnění tohoto úkolu se odečítá -6 motivace.



2. Stavěčka

Tábor téměř začíná a na vás je už jen postavit tábořiště. Přidává se: +2 motivace, +3 únava.

3 silné jedince postrádají na místě č. 13.

3. Bouračka

Jak ten tábor ale rychle utekl. Jeho zbourání si žádá 4 svalovce. Bouračka vám přidá +3 únavy a +2 motivace.

Vaším úkolem bude udělat 30x kozu (jako když se slaví narozeniny) – jeden klečí, další dva houpají člověka, který naráží do klečícího. Tento úkol můžete udělat na vaší základně.

4. Maturující členi

Studium střední školy je skoro za vámi a teprve teď začíná ta správná zábava. Jen se naučit na pár testíků a je hotovo. Přidáváte +4 stresu, +2 únavy.

Na stanoviště č. 3 se musí na 4 minuty jít šprtat 2 studenti.

5. Týdenní běh kurzů

Skautské vzdělávání je též nutností. Proto jste se rozhodli pro absolvování vzdělávacích kurzů. Je na vás, kolik se vás zúčastní. Pokud půjde 1, je to +4 únavy, -3 motivace a +2 stres. Pokud 2, je to +3 únava. Pokud půjdete 3, přidáváte +2 únavu a +3 motivaci.

Vaším úkolem je představit se dalším 10 skautům.

6. Roverská výprava

Snad jediným místem odpočinku je jako odměna za celý rok roverská výprava. Na výpravu musíte jet všichni. Budete mít za úkol obejít hrací louku a přitom se celou dobu držet za ruce. Začínáte na místě č. 2. Přidáváte: +5, stres +2, únava +3 motivace

Za nesplnění tohoto úkolu se odečítá -6 motivace.

MÍSTO 1

Vítejte na nácviku na střediskový ples. Pro adekvátní nacvičení všichni musíte minutu tančit kankán.





MÍSTO 2 – 1. část

Odsud vybíháte. Doběhněte až ke stejné značce (na místě č. 10), kterou vidíte na obrázku níže a zase zpět. Šťastnou cestu!

MÍSTO 3

Vítejte na vzdělávacím místě. Vaším úkolem je přečíst si alespoň půl strany z dostupných skript a poté obohatit někoho ze své roverské skupiny o novou informaci, kterou jste se ve skriptech dočetli. Studiu zdar!

MÍSTO 4

Ukažte, že se umíte vzájemně podpořit. Vytvořte pyramidu z těl a napočítejte do 10. Pokud nevíte, jak má správná pyramida vypadat:

MÍSTO 10

Vítejte na střediskové radě. Vaším úkolem je zvolit místo, na kterém byste chtěli mít tábor. Vybírejte z 3 míst na obrázku a papírek s vaší volbou vložte do hlasovací urny.

MÍSTO 5

Dobrý den, vítejte na schůzce s rodiči. Zahrajte si 10x hru kámen, nůžky, papír.

MÍSTO 6

Zde probíhá chystání programu na schůzku. Pro úspěšné splnění stanoviště si vezměte jednu křížovku z obálky a najděte alespoň 3 slova.

MÍSTO 7

Naštvaný rodič vám zanechal následující e-mail. Pro uklidnění a vybudování si dobré karmy složte kompliment 10 náhodným kolemjdoucím.

MÍSTO 8

Vítejte na skautských běžkách. Vaším úkolem je dojít na konec lana a zpět s lyžemi na nohách.

MÍSTO 9

Vítejte na výpravě s dětmi. Děti jsou již unavené, a proto je musíte vzít na záda. 3 z vás si vezměte batoh se závažím a navštivte alespoň 5 stanovišť, povzbudte ostatní rovery v úkolech a vraťte se zpátky.

MÍSTO 2 – 2. část

Už jste v půlce! Ted' rychle zpátky na začátek.

MÍSTO 12

Zde je místo na oslavování jara. Zaspívejte oslavnou píseň. Pokud vás žádná nenapadá, zaspívejte libovolnou veselou píseň.

MÍSTO 11

Vítejte na Svojsíkáči. Na uzlování vám děti zamotaly lano, rozmotání si natrénujete pomocí Gordického uzlu. Pravidla jsou následující: Hráči se postaví do kolečka, čelem k sobě. Zavřou oči, na daný povel dají levou ruku dovnitř kruhu a snaží se někoho chytnout za ruku. Až jsou všichni chycení, udělají totéž s pravou rukou. Druhá fáze hry spočívá v rozpletení lidského uzlu, aniž by se ruce rozpojily. Je možné se libovolně otáčet, skákat, přenášet hráče z jednoho konce uzlu na druhý, cokoliv, jen ne rozpojit ruce.

MÍSTO 13

Vítejte na stavěčce. Postavte na hlavu jednoho z vás věž minimálně ze 4 kostek tak, aby nespadla.

REFLEXE - předvyhoření

Ahoj, vítejte na reflexi. Reflexe by vám měla zabrat maximálně 20 minut, ale můžete s ní pokračovat i po skončení programu. Cílem této reflexe je, abyste se zamysleli nad tím, jak váš tým dokázal spolupracovat, jak jste program prožili a jak můžete tento zážitek využít v budoucnu. Reflexe je dobrovolná, kdo se nechce zapojit, nemusí.

Pro nejlepší průběh doporučujeme dát prostor všem zúčastněným, neskákat do řeči a respektovat se navzájem. Zde máte návodné otázky, které můžete v týmu společně probrat:

- Jak jste se během aktivity cítili? Co ve vás teď nejvíce rezonuje?
- Vidíte nějakou podobnost s vaším skutečným skautským životem?
- Jak pracujete s hodnotami motivace, stresu a únavy v oddíle?
- Napadá Vás, jaké nástroje byste mohli zapojit do fungování oddílu, aby jste lépe předcházeli vyhoření?
- Všímali jste si energie ostatních?
- Jak se vám dařilo si rozdělovat čas?
- V čem jste se jako skupina posunuli? Co si z tohoto zážitku můžete odnést?

Komunikace

Doba trvání: cca 30 min

Pravidla: Vaším úkolem bude popsat obrázek, pokaždé jiným stylem komunikace. Ve skupině se rozdělíte na půlky. V každé půlce budou dva kreslit a ostatní opisovat. Každý styl komunikace kreslí a vysvětlují jiní lidé.

- Kreslíci se mohou doptávat, ale vždy v daném stylu komunikace.
- Komunikační styly dostanete popsane podrobněji.
- Dbejte na určené styly komunikace.
- Nesahejte na papír kreslíciho.

Ironie a pasivně agresivní komunikace

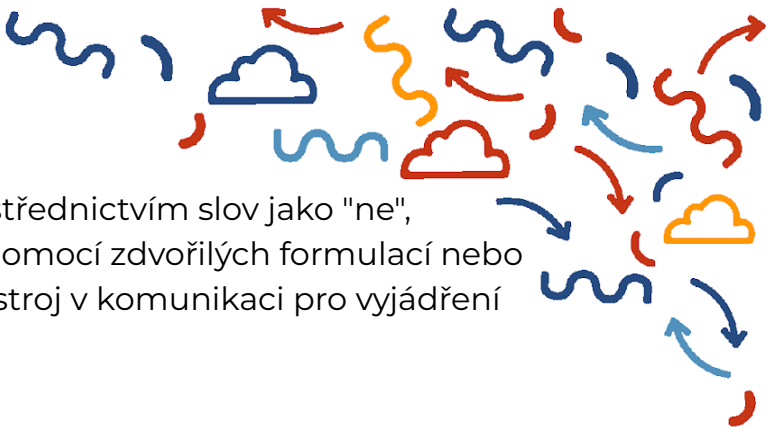
Ironie je literární nebo řečnická forma, která dosahuje zvláštní, často humorný účinek tím, že vyslovuje něco podstatně jiného než skutečně míní: může přehánět, zastírat nebo říkat přímý opak. Je na posluchači nebo čtenáři, aby si toho všiml a rozuměl podle toho.

Pasivní agresivní chování nebo pasivně agresivní čin je charakterizované nepřímou rezistencí vůči běžným požadavkům druhých a společnosti a současným vyhýbáním se přímé konfrontaci. Pasivně agresivní chování se projevuje v osobních vztazích nebo na pracovišti a je charakterizováno zanedbáváním, ignorováním, zadržováním informací, neplnění společenských, rodinných či pracovních povinností, prokrastinací, skrytým obstrukcionismem, neúčinností, tvrdohlavostí a úmyslnou bezmocností.

V tomto typu komunikace spolu komunikujete pomocí ironie a pasivně agresivní komunikací.

Negace

Mluvte spolu pomocí negací (například nesmíš nakreslit tohle, nesmíš tohle vybarvit modře atd.). Negace v komunikaci je proces, kterým se vyjadřuje odpor, popření nebo záporný postoj vůči něčemu, co bylo řečeno, nabídnuto nebo navrženo. Tímto způsobem může mluvčí odmítnout návrh, vyjádřit nesouhlas nebo zpochybnit platnost informace.



Negace může být vyjádřena přímo prostřednictvím slov jako "ne", "nechci", "není pravda", nebo nepřímou pomocí zdvořilých formulací nebo vyjadřovacích způsobů. Je to klíčový nástroj v komunikaci pro vyjádření odlišného názoru či přání.

Neverbální komunikace

Nemluvte spolu pomocí slov, ani citoslovcí

Jako neverbální komunikace nebo též nonverbální komunikace, neslovní komunikace, mimoslovní komunikace nebo mimojazyková komunikace se označuje komunikace bez používání slov a citoslovcí nebo neslovní doprovod verbální komunikace. Je to opak verbální komunikace. Mimoslovní sdělování je důležitou součástí sociální komunikace. Umožňuje předávat citově zabarvená sdělení. Mimoslovní komunikace může posilovat a zdůrazňovat verbálně vyjádřené významy (ukázka z prostředí školy – učitel ukáže na žáka a zároveň vysloví jeho jméno). Dále si lze pomocí neverbální komunikace protiřečit (řečník řekne posluchači Ty jsi génus!, přitom zabarvení hlasu řečníka vyjadřuje spíše opak). Vyjadřování beze slov může také vystupovat samostatně, nemusí být provázeno verbální komunikací. Neverbální signály jsou srozumitelné i bez verbálního doprovodu (vztyčený prst = „pozor“, dlaň na uchu = „neslyším“). Neverbální komunikace je samozřejmě velkou součástí verbální komunikace

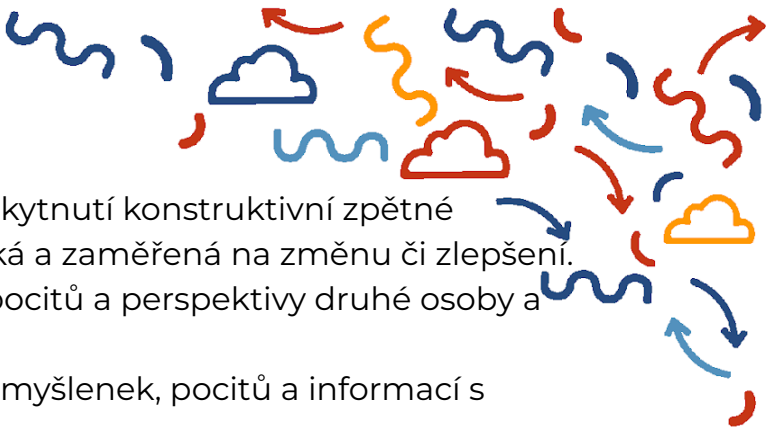
Mezi hlavní prostředky patří gesta, mimika, oční kontakt, poloha, držení těla, vzdálenost mezi komunikujícími, vzhled člověka.

Pozitivní komunikace

Vaším úkolem bude kreslit obrázky pomocí pozitivní komunikace.

Pozitivní komunikace je způsob komunikace, který je založen na respektu, porozumění, otevřenosti a podpoře. Jedná se o způsob komunikace, který podněcuje spolupráci, vytváří důvěru a posiluje vztahy. Příklady pozitivní komunikace zahrnují aktivní poslech, projev uznání a ocenění, sdílení pozitivních zkušeností a vyjadřování se s respektem a empatií. Příklady pozitivní komunikace:

1. **Aktivní poslech:** Skutečně se zaměřit na to, co druhá osoba říká, a projevit zájem o její pocity a potřeby.
2. **Uznání a ocenění:** Vyjádření uznání za úspěchy, schopnosti nebo úsilí druhé osoby.

- 
3. **Konstruktivní zpětná vazba:** Poskytnutí konstruktivní zpětné vazby, která je konkrétní, specifická a zaměřená na změnu či zlepšení.
 4. **Empatie:** Schopnost vcítit se do pocitů a perspektivy druhé osoby a vyjádřit porozumění a podporu.
 5. **Otevřenost a upřímnost:** Sdílení myšlenek, pocitů a informací s upřímností a transparentností.
 6. **Respekt:** Respektování názorů, hranic a osobního prostoru druhé osoby.
 7. **Podpora:** Poskytnutí povzbuzení, podpory a pomoci druhé osobě v dosahování cílů nebo řešení problémů.
 8. **Vstřícnost:** Projev laskavosti, zdvořilosti a ohleduplnosti ve vztazích s ostatními.

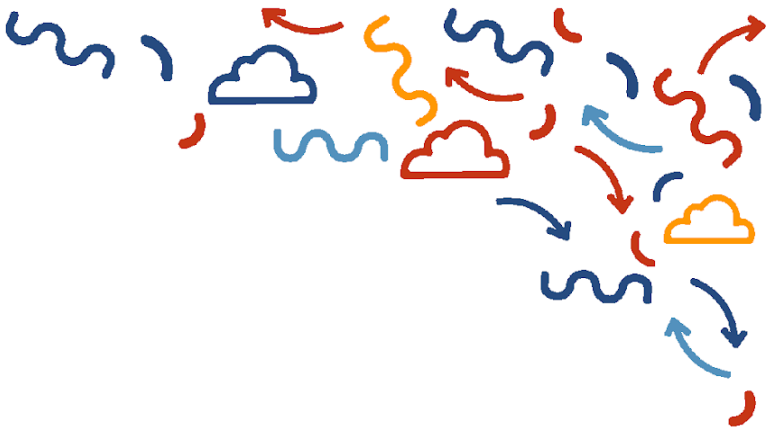
REFLEXE - komunikace

Ahoj, vítejte na reflexi. Reflexe by vám měla zabrat maximálně 20 minut, ale můžete s ní pokračovat i po skončení programu. Cílem této reflexe je, abyste se zamysleli nad tím, jak váš tým dokázal spolupracovat, jak jste program prožili a jak můžete tento zážitek využít v budoucnu. Reflexe je dobrovolná, kdo se nechce zapojit, nemusí.

Pro nejlepší průběh doporučujeme dát prostor všem zúčastněným, neskákat do řeči a respektovat se navzájem.

Zde máte návodné otázky, které můžete v týmu společně probrat:

- Jak jste se během aktivity cítili? Co ve vás teď nejvíce rezonuje?
- Který z typů komunikace (negace, neverbální, ironie a pasivně agresivní, pozitivní) se vám dařil nejvíce? Umíte říct proč?
- Který z typů komunikace vám nejvíce vyhovoval?
- Který typ komunikace se vám naopak moc nevydařil? A je nějaký, se kterým byste byli rádi kdyby s vámi tak nikdo nemluvil?
- Jaký je váš individuální preferovaný způsob komunikace? Může to být klidně i komunikace mimo specifikované druhy.
- V čem jste se jako skupina posunuli? Co si z tohoto zážitku můžete odnést?



VýRoN

autorky: Anička, Hanča, Klárka

Krizová situace

Doba trvání: cca 30 minut

cíle programu:

- Podpořit kolektiv roverských skupin, které buď na Obrok přijeli spolu nebo se vytvořily jako nový kolektiv na Obroku; motivovat do roverské činnosti po Obroku.
- Roverská skupina se naučí reflektovat její fungování při krizových situacích.
- Spolupráce v týmu ve fyzicky náročné situaci, překonání se.

Materiál, který budeš potřebovat:

batohy s lahvemi s vodou, provázek, slackline, lana, fáborek, figuríny, zátěžové vesty, závaží.

3 překážky:

1. Rozvodněná řeka
 - a. balancování přes řeku
 - b. připevniš slackline na stromy, navážeš k nim záchytné lano a na něj zaznačíš fáborkem kde mají stát jednotliví účastníci.
 - c. dáš účastníkům balon, který si musí předat
2. Padající stromy
3. Navážeš provázky mezi stromy, účastníci se budou muset dostat skrz bludiště bez dotknutí, když se jeden dotkne, všichni začínají od znovu.
4. 3. bažiny
 - a. po rozvodněné řece se musí dostat přes bažiny, nohy se jim zachytávají v bahně, je obtížný chodit.
 - b. před oblastí s bahnem si vezmou batohy se závažím/sedáky se závažím, batohy se závažím (plné petky...) bude několik různě těžkých možností
 - c. jednomu z týmu se zvrtil kotník, musí jej nést.

Příběh:

1. Jsou na noční roverské hře, zastihla je bouřka, musí se dostat pryč, ale situace se zhoršuje
2. prvně musí překonat rozvodněnou řeku, předat si zraněného člena týmu = figurína
3. ale břeh řeky je rozbahněný!! Musí se přes bažiny dostat, ale lepí se jim nohy.
 - a. Nasadí závaží a vezmou batohy a musí přes bahno přejít. Navíc si jeden z nich zvrtl kotník, musí ho přenést. Stále nesou figurínu.
4. je fakt bouřka a fouká, popadaly stromy. Musí projít mezi popadanými stromy, bez toho, aniž by se jich dotkli. Musí běžet, aby nespadly další stromy.
5. úspěšně prošli krizovou situací, dostali se do bezpečí.
6. Předáváš je na reflexi/vedeš si je na reflexi. Po cestě na reflexi ale spadneš a upadáš do bezvědomí. Když ti zvednou nohy, probíráš se z bezvědomí, ale nohy tě hrozně bolí, nic si nepamatuješ. Když uznáš, že tě ošetřili dostatečně, probouzíš se a dáváš s nima opravdovou reflexi.

REFLEXE - Krizová situace

Ahoj, vítejte na reflexi. Reflexe by vám měla zabrat maximálně 20 minut, ale můžete s ní pokračovat i po skončení programu. Cílem této reflexe je, abyste se zamysleli nad tím, jak váš tým dokázal spolupracovat, jak jste program prožili a jak můžete tento zážitek využít v budoucnu. Reflexe je dobrovolná, kdo se nechce zapojit, nemusí. Pro nejlepší průběh doporučujeme dát prostor všem zúčastněným, neskákat do řeči a respektovat se navzájem.

Zde máte návodné otázky, které můžete v týmu společně probrat:

- Jak jste se během aktivity cítili? Co ve vás teď nejvíce rezonuje?
- Jak se vám ve skupině spolupracovalo? Bylo něco, co byste do příště mohli zlepšit? A něco co se vám na spolupráci líbilo?
- Jak jste podporovali jednotlivce, kteří měli potíže při programu?
- Poprosíme zraněného, aby řekl/a jak splnění stanoviště vypadalo z její/ho pohledu, co bylo super a co by se dalo zlepšit?
- Jak se vaše skupinová dynamika vyvíjela během programu?
- Povedlo se vám rozdělit si dobře role ve skupině? Je něco co byste na tomto rozdělení chtěli změnit, nebo naopak pochválit?
- Co si z programu odnášíte?

Vyhoření

Trvání programu: max 30 minut + cca 30 minut na reflexi

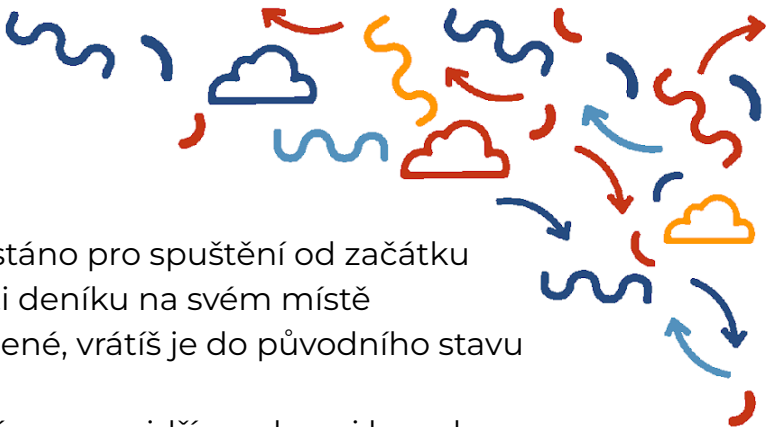
cíle programu: Podpořit kolektiv roverských skupin, které bud' na Obrok přijeli spolu nebo se vytvořily jako nový kolektiv na Obroku; motivovat do roverské činnosti po Obroku. Roverská skupina se naučí reflektovat její fungování při krizových situacích.

Materiál, který budeš potřebovat:

budík, kroj, ramínko na kroj, filmy (CD), notebook s videem, zápisy deníku, lampička, světýlka na baterky, fotky v rámečku, žárovku, obal od filmů, diplom ze svojsíkáče, sirky, svíčku

Jednotlivé zdroje světla:

1. **Sirka** - odmítání skupinou
 - a. stránka deníku s fotkami z táborů, postupně je vidět že odpadá od skupiny, jednu z fotek - tu kde je ještě členem bude mít zarámovanou na stole/stěně - když otevřou rám, najdou tam sirku
 - b. na prázdný papír napsat neviditelným inkoustem že mají otevřít rám (je vidět když se papír zahřeje)
2. **Baterky** - nedostatek odpočinku
 - a. v deníku rozpis dne s minutovým rozpisem toho co má kdy dělat
 - b. jinde v místnosti budík/hodiny na zdi, v nich budou baterky, které se dají vyjmout a vložit do světýlek
3. **Lampička** - tlak na vysoký výkon
 - a. zápis ze svojsíkáče, o tom že jeho skupinka byla poslední, že je zbytku pro smích jako vedoucí, protože je na to nezvládl připravit
 - b. v naštvaní diplom roztrhal než ho stihl dát dětem, ty jsou teď smutný, že ho nemají
 - c. schovaný 4 části diplomu, na zadní straně text s tím, kde se žárovka do lampičky nachází - kroj, na kroji bude navázán klíček, ten bude pasovat do zámku krabičky, ve které bude žárovka
4. **Sirka** - strach ze zklamání ostatních
 - a. ve skříňce budou 3 obaly od filmů, 2 budou plný, jeden prázdný, to je navede na CD slot v počítači, když jej vysunou vyjede CD s textem - podívej se nahoru, na stropě nalepený kód, ten zadají do zámku, odemče se jim sirka.



Před začátkem hry:

1. zkontroluješ, jestli je video nachystáno pro spuštění od začátku
2. zkontroluješ, že jsou všechny části deníku na svém místě
3. pokud jsou části místnosti rozházené, vrátíš je do původního stavu
4. vrátíš sirku do rámu za fotku
5. vypojíš lampičky ze zásuvky (Nejlépe co nejdřív po konci hry, aby stihly žárovky vychladnout)!!
6. vrátíš žárovku do krabičky na klíček, zamčes ji a klíček dáš do kapsičky kroje
7. vyhodíš starý tajný text a nachystáš nový
8. vrátíš CD do původní podoby, schováš CD mechaniku
9. vytáhneš baterky ze světýlek a vrátíš je do budíku
10. schováš části diplomu na původní místo
11. vrátíš sirky do batohu/krabičky a zamčes je na kód
12. zkontroluješ, že jsou všechny svíčky dostatečně velké, pokud ne, vyměníš je.
13. zfoukneš všechny svíčky a nachystáš sirku a škrtačko k počítači.

Instrukce pro účastníky před začátkem hry:

“Vítejte na stanovišti Vyhoření. Uvnitř vás čeká příběh vyhořelé skautky. Vaším úkolem bude přijít na to, proč vyhořela a při tom jí pomoci zažehnout zpátky plamínek motivace.”

- pokud je někomu úzko ze tmy/je klaustrofobik, tento program NENÍ pro ně. Pokud komukoliv nebude dobře v průběhu hry, ať už fyzicky nebo psychicky, může kdykoliv program opustit
- pozor abyste nic nezapálili
- nemanipulujte s obrazovkou počítače!! S čímkoliv jiným můžete, ale na obrazovce zůstává pouze video
- program končí, když se vám podaří zažehnout všech 5 plamíneků motivace
- mají možnost nápovědy, pokud ji budou chtít, stačí se zeptat
- jednou sirkou můžou účastníci zapálit pouze jednu svíčku, pokud by se jim zapálení nepovedlo na poprvé, můžou si u tebe vyžádat další sirku
- svíčky se nesmí zapalovat od sebe navzájem

Části deníku:

13.9.2023

Už jsem z toho všeho unavená. Nechápu co se změnilo. Dřív jsme byli všichni jedna skupina, všichni kamarádi, a teď nic? Ještě loni na táboře jsem vedla celý tým, dokonce jsme vyhráli celotáborovou hru a pak jsme u ohně zpívali všichni až do rána. Tolik jsem si s ostatními rozuměla, a teď se vrátím po prázdninách a všichni dělají jak kdyby mě neznali. V průběhu roku jsem viděla fotky, jak šla celá moje družina na kafe, ale mně nikdo nenapsal. Pak přišly skautský běžky a najednou, když jsem chtěla zpívat s ostatními, začali mi říkat, ať radši nezpívám, protože to neumím. Já vím, že ne, ale 10 let to nikomu nevadilo, tak proč teď??

Největší vrchol byl při Českém dni proti rakovině. Na začátku května jsme na schůzce se skautkami hrály vlajkovanou. Já jsem běžela s nima, zakopla jsem a zlomila si ruku. Dva týdny jsem ji měla v sádře, fakt to hrozně bolelo, a ještě ani teď není úplně zdravá. Ale kdo myslíš, že musel celou dobu nosit košík s kytkami? Já. Jasně že já. Že prý se nejlíp usmívám či co, ale já vím, že to bylo kvůli tomu, že ostatním se nechtělo. A pak mě poslední hodinu prodávání kytiček nechali samotnou, že prý musí do školy. Víš kde byli? Všichni spolu na kafi. Zase. Už mě to fakt nebaví.

18.2.2024

Začal jarní semestr. Jsem ráda, že jsem do něj vůbec prošla, vůbec nevím, jak zvládnout tohle zkouškový. Mezi přednáškami, přípravou do školy, schůzkami a táborovými radami jsem ráda, že si najdu čas aspoň na spánek. Kamarády jsem neviděla už aspoň měsíc a s rodičema se vidím jednou za čas o víkend. Je to už tak špatný že si musím psát denní rozpis dne na minuty, jak kdybych byla nějaký stroj. Špatně se mi z toho stresu ze všeho spí. A pak rána jsou hrozný. Bože jak ráda bych rozbila ten debilní budík, nesnáším vždycky když zazvoní! S tím zvukem vím, že přichází další dlouhý den, kdy budu muset všechno stíhat. Nevím, jak moc síly na další takový dny v sobě mám.

13.4.2024

Včera jsme se vrátily ze Svojsíkova závodu. Bože to bylo tak trapný! Moje holky sice zvládly na jedničku pár stanovišť, ale tak hrozně pohořely na zdravotvůdce. A přitom jsme to tak dlouho trénovaly. Vedoucí oddílu je na mě teď naštvaný, že prý plýtvám časem všech když nejsem schopná děti ani nic naučit. Když mi tohle řekl, tak hrozně jsem se naštvala! Ale teď se za sebe stydím. Roztrhala jsem totiž diplom, co holky dostaly. Co teď budu dělat? Mám ho v úterý přinést na schůzku. Možná jsem fakt tak neschopná jako o mě vedoucí oddílu mluví. Možná bych se skautem fakt měla skončit. Stejně by to tak bylo všechno jednodušší.

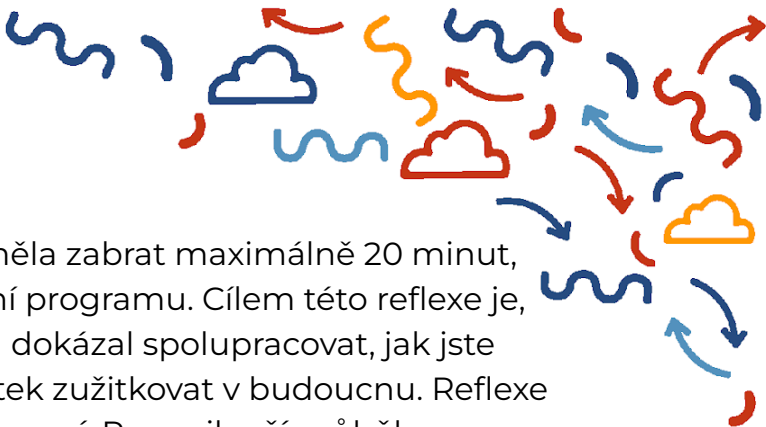
1.5.2024

Za dva měsíce už je tábor!!! Já se tak hrozně těším! Letos jsem v týmu, který vymýšlí celotáborovou hru, téma, který nás bude provázet celý tábor. Letos to je Harry Potter. Můj oblíbený film! Fakt moc chci, aby se to ostatním vedoucím i dětem líbilo. Už jsem ho viděla tak 100x, znám každou minutu nazpaměť. Trochu se ale bojím, že nejsem dost dobrá vedoucí na to, abych to zvládla. Přece jenom, nevím jestli ostatní zajímá to, co mě, a děti dneska vyrůstají na úplně jiných věcech než jsem vyrůstala já. Navíc, ostatní mi občas říkají, že moje programy jsou nudný a nebaví je, a já bych hrozně chtěla, aby to děcka bavilo a aby si z toho i něco odnesly. Doufám že to zvládnou, stojí na mě celý náš oddíl, a když se to nepovede, všichni budou zklamaní. Tohle je moje poslední šance jim ukázat, že zvládnou být alespoň ucházející vedoucí.

Ahoj, já jsem Eliáš Kopecký a patřím do roverské skupinky Ledňáčci. Poslední dobou se cítím, že ačkoliv mám skaut rád, je to pro mě čím dál víc vysilující záležitost. Přijde mi, že si mezi ostatními rovery s nikým nerozumím a nezapadám do kolektivu. Možná si to nalhávám, ale myslím si, že mě nikdo nemá rád vše jen kazím. Každý program, co nachystám, je pro ostatní nezábavný a já už nevím, co dělat dál. SKaunting byl můj život, ale teď už je to pro mě jen povinnost, ze které nic dobrého nevychází. Chtěl bych, aby mě skaut bavil tak, jako když jsem byl mladší, ale nemůžu už najít jiskru.

REFLEXE - Vyhoření

obrok
24



Ahoj, vítejte na reflexi. Reflexe by vám měla zabrat maximálně 20 minut, ale můžete s ní pokračovat i po skončení programu. Cílem této reflexe je, abyste se zamysleli nad tím, jak váš tým dokázal spolupracovat, jak jste program prožili a jak můžete tento zážitek využít v budoucnu. Reflexe je dobrovolná, kdo se nechce zapojit, nemusí. Pro nejlepší průběh doporučujeme dát prostor všem zúčastněným, neskákat do řeči a respektovat se navzájem.

Zde máte návodné otázky, které můžete v týmu společně probrat:

- Proč si myslíte, že vyhořela skautka ve videu? Myslíte, že se tomu dalo předejít? A jak?
- Co vás do skautingu motivuje?
- Co vás na něm naopak vysiluje?
- Jaké znáte příznaky vyhoření? Pozorovali jste někdy takové příznaky na sobě?
- Kdybyste si příznaků vyhoření všimli u někoho z vašich kamarádů, jak byste mu pomohli?
- Víte, jak vyhoření předcházet?
- Co si z této aktivity odnášíte jako jedinec? A jako skupina?

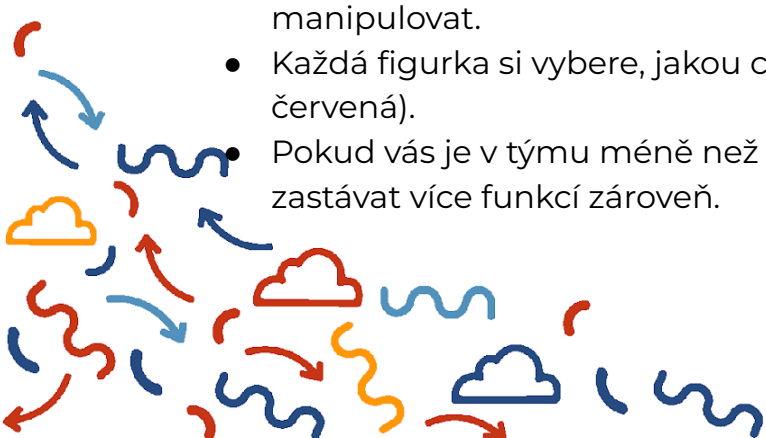
Nekomunikace

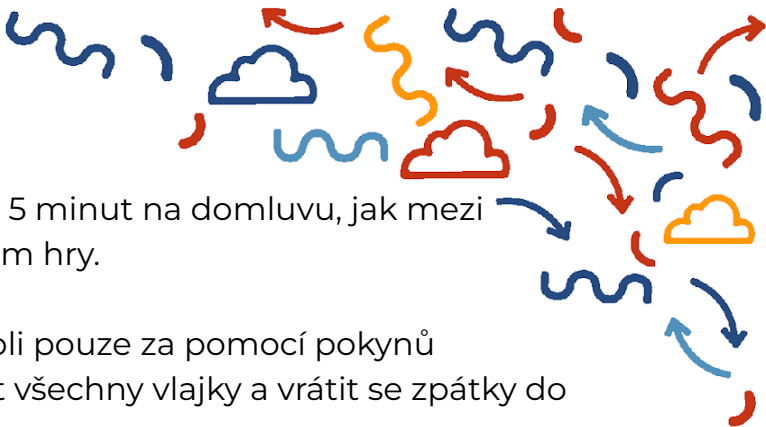
Doba trvání: cca 30 min

Pravidla:

Cílem hry je, aby figurky posbíraly vlajku svojí barvy, vrátily se do svého domečku a jako celý tým jste si potrénovali komunikační dovednosti.

ZAČÁTEK HRY

- Hráči se rozdělí na dvě skupiny: figurky a ovladači.
 - Figurky se pohybují v hracím poli za pomoci ovladačů, ovladači jsou mimo hrací pole, mají herní plán a podle něj ovládají figurky.
 - Každý ovladač si vylosuje funkci, podle které bude figurkami manipulovat.
 - Každá figurka si vybere, jakou chce mít barvu (modrá, zelená, žlutá, červená).
 - Pokud vás je v týmu méně než 8, tak vaši ovladači budou zastávat více funkcí zároveň.
- 

- 
- Po vysvětlení pravidel budete mít 5 minut na domluvu, jak mezi sebou budete komunikovat během hry.

PRŮBĚH HRY

- Figurky se pohybují po herním poli pouze za pomoci pokynů ovladačů a jejich cílem je posbírat všechny vlajky a vrátit se zpátky do domečků.
- Během hry nesmíte mluvit (ani figurky, ani ovladači, ani mezi sebou).
- Na celou hru bude časový limit 4 minuty. Tyto 4 minuty si můžete obnovit obrácením času, a to celkem 4×. Obrácení času je vysvětleno v sekci „Obraceč času“

ZÍSKÁVÁNÍ VLAJEK

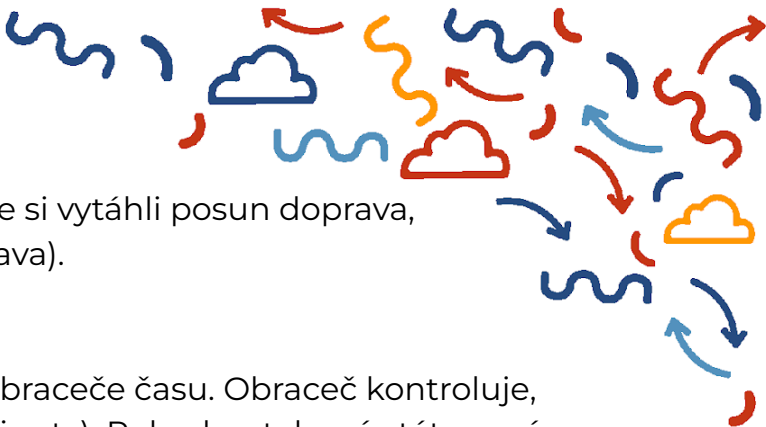
- Vlajky jsou chráněny zámkem s třímístným kódem.
- Jednotlivá čísla kódu jsou k dispozici v poli na políčkách se symbolem klíče a jsou napsané na papíru, který má stejnou barvu, jakou má vlajka.
- Číslo kódu je vždy napsáno v následujícím formátu: Římská číslice značící pozici čísla v rámci kódu a arabská číslice je samotné číslo kódu.
- Pokud by na zeleném papíru bylo uvedeno „I 8“, znamenalo by to, že první číslice kódu zámků chránícího zelenou vlajku je 8.
- Klíče jsou na hracím plánu celkem 3. U každého z nich jsou 4 papíry různé barvy s kódy k odemčení jednotlivých zámků.
- Vlajku je tedy možné získat až v momentě kdy figurka dané barvy stojí u zamčené vlajky a ostatní figurky stojí na políčkách s klíčem a ukazují figurce části kódu. Po odemčení zámků získává figurka vlajku (a nechává si ji u sebe) a může jít pomoci ostatním figurkám.
- Jedna figurka může na políčku s klíčem stát pouze po dobu odemčení jedné vlajky. Pokud bude chtít odemknout další vlajky, musí se přesunout na jiný klíč.

OVLADAČI

Úkolem ovladačů je navigovat figurky v herním poli tak, aby posbíraly všechny vlajky. Každý z ovladačů si vylosuje funkci, kterou bude během hry zastávat. Funkce jsou posun doprava, posun doleva, nahoru, dolů a obraceč času.



Pro správně zvládnutí role ovladače je důležité si promyslet, jak budete dávat najevo figurkám, že se mají hnout zrovna tím směrem,



který vaše kartička ukazuje (= pokud jste si vytáhli posun doprava, ovládáte všechny figurky směrem doprava).

OBRACEČ ČASU

Čas smí obnovovat pouze člověk s rolí obraceče času. Obraceč kontroluje, zda skupině nehrozí vypršení času (4 minuty). Pokud se tak má stát, musí pomocí ostatních ovladačů přesunout kteroukoliv figurku na políčko se symbolem přesýpacích hodin. Každá figurka může obrátit čas pouze jednou. Čas se tedy obrátí – obnoví, pouze v případě, že figurka stojí na políčku obracení času a ještě čas neobracela. Pokud čas nestihnete obrátit nebo už uplynulo celkových 20 minut hry, hra končí. Pokud v tento moment nemáte všechny figurky i s jejich vlajkami zpět v domečku, hru prohráváte.

KONEC HRY

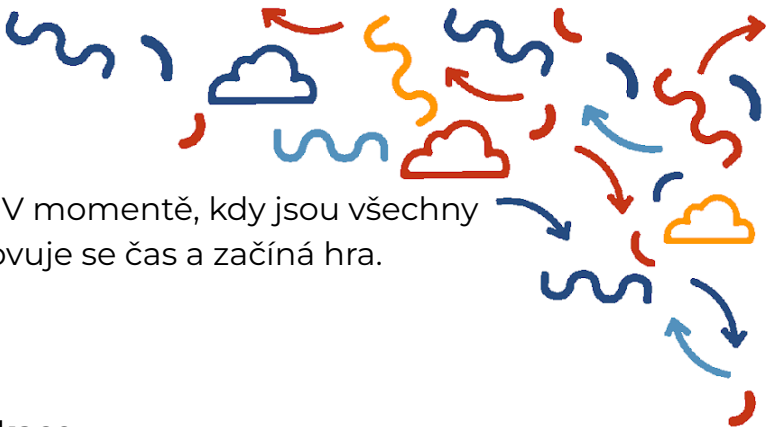
Hra končí, pokud:

1. Nestihnete obrátit čas, nebo už uplynulo celkových 20 minut hry – prohráváte.
2. Nemáte před vypršením času všechny figurky i s jejich vlajkami zpět v domečku – prohráváte.
3. Jsou všechny figurky s jejich vlajkami v domečku před vypršením času – vyhráváte.

VE ZKRATCE, NA CO NEZAPOMENOUT:

- Figurka se nemůže hnout bez pokynu ovladače.
- Figurka se může hýbat pouze podle pokynu ovladače, i když je třeba tento pokyn podle ní nesmyslný.
- Po celou hru hráči mlčí, a to jak figurky, tak ovladači.
- Figurka může vzít vlaječku, až když ostatní figurky budou stát na odemykacích políčkách.
- Figurka může stát na odemykacím políčku pouze na odemčení jedné vlajky, potom se musí vyměnit.
- Každá figurka může čas obrátit pouze jednou.
- Pokud všichni chápou pravidla a nejsou žádné dotazy, začíná tzv. předquest.

- 
- Ovladači mají za úkol za 4 minuty rozmístit své figurky na jejich počáteční políčka, za pomoci domluvených pokynů. Figurky



začínají na políčkách v rohu pole. V momentě, kdy jsou všechny figurky ve svých domečkách, obnovuje se čas a začíná hra.

Materiální na zabezpečení NEkomunikace

- lano - cca 120m
- mapka herního pole
- 4x klece/jakékoliv uzamykatelné nádoby
- 4x zámky s třímístným kódem
- 4x vlajka různých barev/její náhrada
- 4x figurky
- políčko obracení času
- kód ke každému zámku rozepsaný na 3 papíry
- hulahoopy/kartóny jako označení políček
- kartičky s funkcemi ovladačů
- pytlíčky na rozdělení rolí
- pokud budete hrát v noci, tak svíčky a čelovky

CHŮZE DOPRAVA CHŮZE DOLEVA

CHŮZE NAHORU CHŮZE DOLŮ

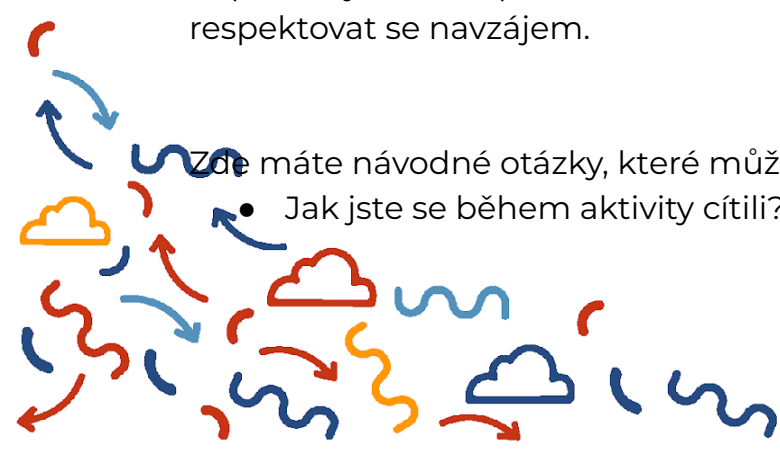
CHŮZE DOPRAVA CHŮZE DOLEVA

CHŮZE NAHORU CHŮZE DOLŮ

OBRACEČ ČASU OBRACEČ ČASU

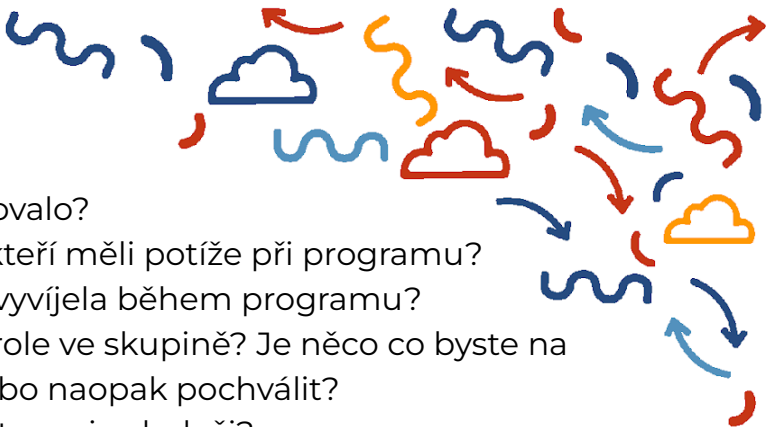
REFLEXE - Nekomunikace

Ahoj, vítejte na reflexi. Reflexe by vám měla zabrat maximálně 20 minut, ale můžete s ní pokračovat i po skončení programu. Cílem této reflexe je, abyste se zamysleli nad tím, jak váš tým dokázal spolupracovat, jak jste program prožili a jak můžete tento zážitek využít v budoucnu. Reflexe je dobrovolná, kdo se nechce zapojit, nemusí. Pro nejlepší průběh doporučujeme dát prostor všem zúčastněným, neskákat do řeči a respektovat se navzájem.



Zde máte návodné otázky, které můžete v týmu společně probrat:

- Jak jste se během aktivity cítili? Co ve vás teď nejvíce rezonuje?

- 
- Jak se vám ve skupině spolupracovalo?
 - Jak jste podporovali jednotlivce, kteří měli potíže při programu?
 - Jak se vaše skupinová dynamika vyvíjela během programu?
 - Povedlo se vám rozdělit si dobře role ve skupině? Je něco co byste na tomto rozdělení chtěli změnit, nebo naopak pochválit?
 - Jak jste spolu zvládli komunikovat mezi ovladači?
 - Dokázali jste hru vyhrát? Co si myslíte, že k tomu přispělo, nebo co byste příště udělali jinak?
 - Rozuměli jste všem pokynům, které vám někdo dával?
 - Co si z programu odnášíte?

Vapro a semináře

autor a autorky: Šeby, Kačí, Lulu

Žpe – Lada Brůnová

Žpe je nezisková organizace, jejíž misí je pomáhat lidem s poruchami příjmu potravy, jejich blízkým a všem, kdo v jídle zažívají nesvobodu. Na sociálních sítích otevírá Žpe témata, týkající se vztahu k jídlu, tělu a pohybu, ale také sebehodnoty nebo třeba bodyshamingu.

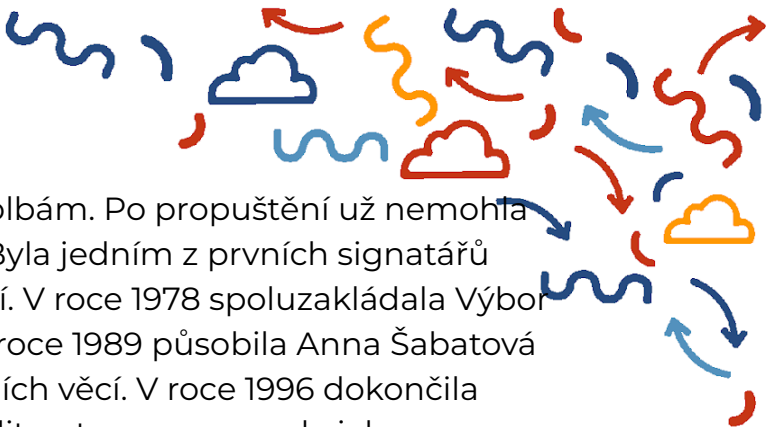
Žpe založily Lada Brůnová a Tereza Maková. Lada roky pomáhala budovat krásné projekty, pracovala pro Loono, Elpidu nebo Donio. Tereza je klinická psycholožka a psychoterapeutka, jejímž největším odborným zájmem je problematika a komplexní terapie poruch příjmu potravy (ppp).

AI dětem - Ondřej Lukáš

Ondřej Lukáš je členem Centra umělé inteligence na Fakultě Elektrotechnické ČVUT, kde se kromě doktorského studia věnuje výzkumu v oblasti AI pro kybernetickou bezpečnost a vysvětlitelnost umělé inteligence (XAI). V minulosti pracoval na open-source projektech pro využití strojového učení a teorie her pro detekci útoků v počítačových sítích. Více než 10 let se věnuje vedení letních táborů a dalších volnočasových aktivit pro děti.

Anna Šabatová

Narodila se 23. června 1951 v Brně. Po absolvování gymnázia na Slovanském náměstí začala v roce 1969 studovat filozofii a historii na brněnské filozofické fakultě. Ve třetím ročníku byla zatčena a odsouzena za



distribuci letáků k nedemokratickým volbám. Po propuštění už nemohla dostudovat a pracovala jako úřednice. Byla jedním z prvních signatářů Charty 77, v roce 1986 se stala její mluvčí. V roce 1978 spoluzakládala Výbor na obranu nespravedlivě stíhaných. Po roce 1989 působila Anna Šabatová jako poradkyně ministra práce a sociálních věcí. V roce 1996 dokončila magisterské studium českého jazyka a literatury a pracovala jako redaktorka, později jako vedoucí Městského centra sociálních služeb. V letech 2001–2007 zastávala funkci zástupkyně veřejného ochránce práv Otakara Motejla, v letech 2014 – 2020 působila jako ombudsmanka. Šabatová je také držitelkou Ceny OSN za obranu lidských práv a v roce 2018 jí francouzský prezident Emmanuel Macron propůjčil nejvyšší státní vyznamenání Řád čestné legie v hodnosti rytířky.

Arpád Soltész

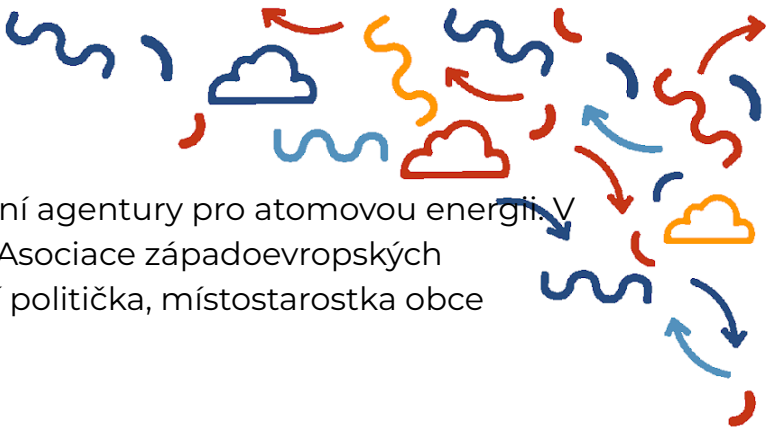
Situace u našich sousedů nevypadá dobře. Slovenská vláda míří k autoritářství a Slováci propadají dezinformacím a podléhají lžím, volí si tvrdé populisty, přestávají věřit sobě navzájem i institucím. Po vraždě novináře Jána Kuciaka a střeleckém útoku před LGBT+kavárnou Tepláreň přišel dokonce atentát na premiéra. Nenávisti na sítích i offline přibývá. Odkud to pramení a kdo je za to zodpovědný? Kdo má zájem na tom, aby se společnosti ve střední Evropě podobným způsobem rozpadaly? Dá se podobný vývoj čekat i u nás? Jsme jako Češi v něčem jiní, mohli bychom v podobné zkoušce obstát? A jak podobnému rozpadu evropských hodnot můžeme zabránit u nás? Dá se zapojit i na úrovni jednotlivce?

Breakfaststory - Lucie Hyblerová

Lucie Hyblerová je zakladatelkou [Breakfaststory](#), nejširší české platformy na podporu sociálního podnikání a osob v nouzi. Předtím působila jako jednatelka v nestátní organizaci Liga otevřených mužů. Nebo jako terénní pracovnice psychosociální podpory v pěstounských rodinách. Nebo kastrovala kukuřici na jihu Moravy. A taky několik let dělala byznys development pro Švédy ve společnosti Mediaplanet. Je laureátkou ceny Via Bona za rok 2020 a v roce 2023 obdržela zvláštní poděkování v rámci Cen Olgy Havlové udělované Výborem dobré vůle.

Daniela Drábová

Předsedkyně Státního úřadu pro jadernou bezpečnost od roku 1999. Vystudovala jaderné inženýrství na FJFI ČVUT, od promoce v roce 1985 se věnuje hodnocení a regulaci rizik jaderných technologií. Předsedala Komisi



pro bezpečnostní standardy Mezinárodní agentury pro atomovou energii. V období 2006 až 2009 byla předsedkyní Asociace západoevropských jaderných dozorů (WENRA). Komunální politička, místostarostka obce Pyšely.

Daniel Drake

Od roku 2023 působí na Ministerstvu zahraničních věcí jako tiskový mluvčí. Předtím pracoval tři roky na „opačné“ straně jako novinář. Ministra Jana Lipavského doprovázel třikrát na zasedání OSN, nespočetněkrát na půdě Evropské unie a českou diplomacii jsem zastupoval při jednáních v Angole, Iráku, Austrálii nebo Japonsku. Na ministerstvu zodpovídá za mediální obraz diplomacie a za komunikaci s médii.

Daniel Pražák

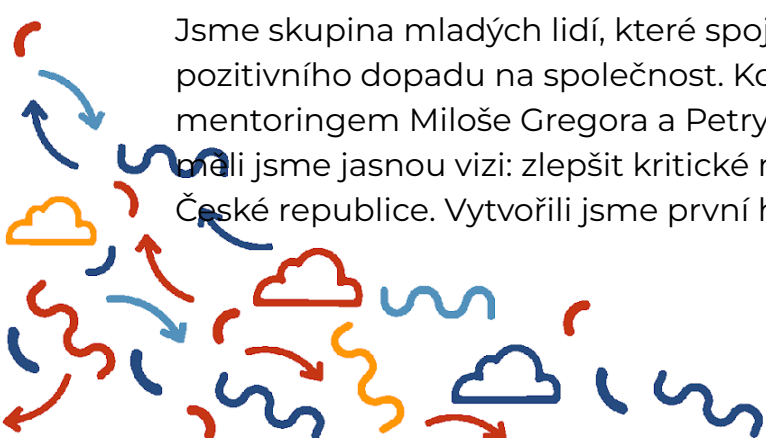
Daniel Pražák je učitel dějepisu, přírodopisu na pražské základní škole. Natáčí také podcasty Hovory z kabinetu, kde ukazuje práci inspirativních učitelek a učitelů. Se svou kočkou Disertací publikuje na instagramu Edukočka.

Díky, že můžem

Volební programy prý už nikdo nečte, billboardy politiků jsou nuda a předvolební debaty komedie... Podle čeho se má volič rozhodnout? Zkuste se vžít do kůže politiků a přesvědčit ostatní, aby zvolili právě vás. Prozkoumejte s námi umění politického marketingu a komunikační strategie politiků. Jak komunikovat vaše hodnoty? Jak argumentovat v debatě s oponenty? Vydejte se do strastiplných vod politiky.

Mladá generace musí být slyšet, a to i v Evropě. Politika nemusí být vždy nudná a složitá, naopak! Můžeme díky ní měnit svět kolem nás. A začít bychom měli právě u voleb. Workshop uvedou Kuba a Dorotea ze spolku Díky, že můžem, který stojí mimo jiné také za oslavami 17. listopadu na Národní třídě (Korzo Národní) a projektem Samet na školách.

FakeScape - Dominika Křížová



Jsme skupina mladých lidí, které spojuje touha věnovat svoji energii do pozitivního dopadu na společnost. Když jsme v roce 2018 začínali pod mentoringem Miloše Gregora a Petry Mlejnkové z Masarykovy univerzity, měli jsme jasnou vizi: zlepšit kritické myšlení a mediální gramotnost v České republice. Vytvořili jsme první hravý workshop Zachraňte prázdniny



pro střední školy. Postupně se přidal workshop Dezinfombies pro základní školy, naše karetní hra Nekrm Kachnu, kyberbezpečnostní workshop Kybrno, mezinárodní školení Erasmus + a mnohem více.

Nyní jsme tým tvořený 50 nadšenými lidmi, kteří lektorují po celé České republice a na Slovensku a vytváří on-line obsah, metodiky, workshopy i hry.

Hana Sojka Cermonová

Jsem Sojka, jinak Hana Cermonová. Pocházím z Cerekvice nad Loučnou u Litomyšle. Můj tatka Grizzly založil v roce 1969 u nás ve vesnici skautské středisko. Já jsem se nakonec odstěhovala do Děčína a tam jsem v roce 1990 navázala na rodinnou tradici a založila dívčí oddíl. Dnes je to středisko Sojčáci a máme kolem sedmdesáti členů. Do loňského roku jsem byla jeho vedoucí, teď jsem předala veslo dceři Kodále a dělám zástupkyni.

V profesním životě jsem učila dvacet let na průmyslovce v Děčíně, pak jsem byla osm let náměstkyní primátora pro školství, kulturu, sport, sociální oblast a turistický ruch. Potom jsem ředitelovala na jedné základní škole v Praze a teď na základce učím.

Ráda cestuju, trochu píšu knížky, čtu a když se to povede, zahraju si někde na kytaru. Žiju přes týden v Praze, užívám si divadel, koncertů a tak.

Mám tři děti, dvě dcery a syna, a sedm vnoučat. Jsem pyšná máma a babička. Díky středisku založily nejen moje děti rodinu, ale i celá řada jeho členů, kteří tam našli životní partnery. Teď se všichni setkáváme na skautských akcích a hlavně na táboře, kde už existuje přidružené stanové městečko pro rodiny s dětmi.

Tak je asi tak v kostce o mně.

Institut Moderní láska - Mgr. Kateřina Cabalková

Kateřina Cabalková je individuální, párová a rodinná terapeutka.

Vystudovala obor Sociální politika a sociální práce na Univerzitě Karlově, kde nyní pokračuje doktorským studiem.

Věnuje se systemické a dialekticko-behaviorální terapii. Na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy založila Poradenské centrum Hybernská, kde s kolegy vedla workshopy o duševním zdraví a zajišťovala psychologickou pomoc pro studenty.



Internetový institut - Tereza Bartoníčková

vzdělání: marketing - Univerzita Karlova, AI a tech - University of Oxford,
Teorie práva - Univerzita Karlova

Hlavní nynější afiliace: Internetový Institut, Úřad vlády/digitalizace, Armáda ČR

Ivo Zelinka

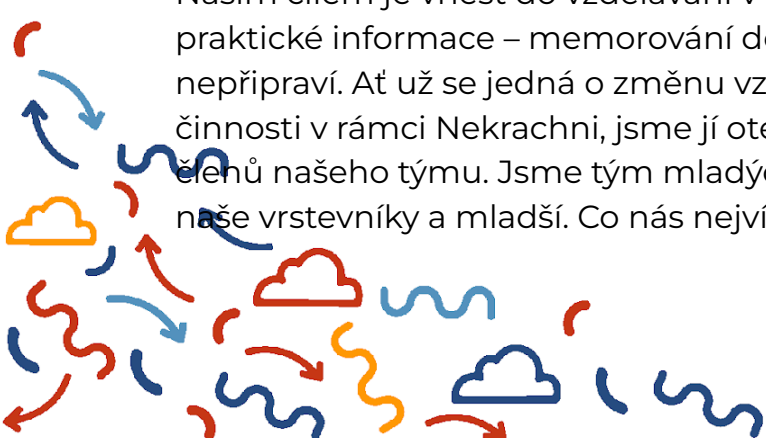
Plukovník Ivo Zelinka v současné době velí Skupině kybernetických sil a informačních operací v Olomouci. Ta slouží zejména pro vedení informačních operací. Ačkoliv byl ještě nedávno na generálním štábu zodpovědný za komunikace armády, většina jeho profesní kariéry je spjatá s výsadkovým vojskem. Zde prošel všemi velitelskými funkcemi od velitele výsadkové čety až po zástupce velitele pluku. Má za sebou pět operačních nasazení, a to od Kosova, přes trojnásobné nasazení v Afghánistánu, až po nedávnou misi na Slovensku. Ve Spojených státech amerických absolvoval výcvik elitních jednotek US Army Ranger School a během studia na Univerzitě námořní pěchoty získal titul magistr vojenských věd.

Jakub Rychlý

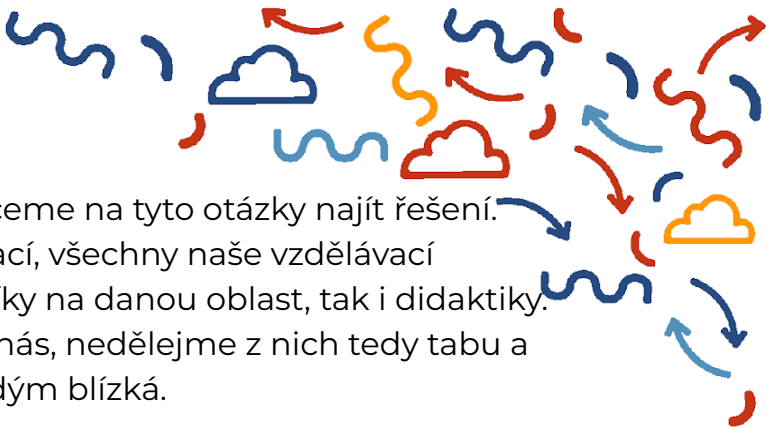
Vždycky jsem se rád probojovával skrz bariéry předsudků, se kterými jsem se potýkal hlavně od „starších elit“, které nás mladé berou jako ty, co jen křičí a nemají řešení. Vzdělávání mě baví, ale v Česku mi v něm chybí důraz na inovace a využití moderních metod vzdělávání nebo inspirace ze zahraničí. Je jasné, že nezměním věci do druhého dne, a proto začínám v komunální politice inovovat alespoň jednotlivé formy vzdělávání. Podnikám od 16 let, byl jsem u zrodu Středoškolského sněmu hl. m. Prahy a v 18 založil svojí první firmu. Vždycky jsem se ale orientoval na hodnotu, kterou předávám dál.

V Nekrachni nechceme propagovat žádné finanční produkty, ale poskytnout přehled o tom, jak funguje svět financí.

Naším cílem je vnést do vzdělávání v oblasti finanční gramotnosti praktické informace – memorování definic a pojmů mladé lidi na život nepřipraví. Ať už se jedná o změnu vzdělávání nebo o změnu tvojí činnosti v rámci Nekrachni, jsme jí otevřeni a plně podporujeme rozvíjení členů našeho týmu. Jsme tým mladých lidí a tvoříme vzdělávací aplikaci pro naše vrstevníky a mladší. Co nás nejvíce trápí a z čeho máme v oblasti



obrok
24



financí největší obavy? V Nekrachni chceme na tyto otázky najít řešení. Klademe důraz na relevantnost informací, všechny naše vzdělávací materiály musí být ověřeny, jak odborníky na danou oblast, tak i didaktiky. Finance jsou součástí života každého z nás, nedělejme z nich tedy tabu a pojďme vzdělávat formou, která je mladým blízká.

Jan Charvát

Jan Charvát vystudoval politologii na Fakultě sociálních věd UK a politickou sociologii na Höskolan Dalarna ve Švédsku. Momentálně pracuje jako politolog a vysokoškolský profesor. Zaměřuje se na problematiku politického extremismu a souvisejících témat (krajní pravice, krajní levice, rasismu, subkultury mládeže aj.)

Jan Kohout

Bitcoin edukátor, autor podcastu Kryptoplebs. Honza je zapálený bitcoiner, kterého můžete znát z Youtube kanálu Kryptoplebs nebo z jeho Twitteru Johnnythebitcoiner. Zajímá se o peníze z pohledu filosofie, psychologie a historie a svými bitcoin kurzy a meetupy se snaží ostatním pomoci pochopit a používat bitcoin.

Jaroslav Franc

Jaroslav Franc se věnuje spiritualitě křesťanského Východu, především arabsky hovořících křesťanů, mezináboženským vztahům, a to především vztahům křesťanství a islámu, a také mezikulturní komunikaci.

Jindřich Šídlo

Jindřich Šídlo je novinář, moderátor a politický komentátor. Vystudoval bakalářské studium na Fakultě sociálních věd Univerzity Karlově. V současné době pracuje jako politický komentátor Seznam zpráv, kde uvádí satirický pořad Šťastné pondělí, nahrává Šťastný podcast, píše Šťastné slovo a Šťastný oběžník.

Kateřina Rundová - Czechinvest

Agentura CzechInvest naplňuje klíčovou úlohu v oblasti podpory podnikání a investic v její komplexní podobě. Unikátní spojení regionálního, centrálního a mezinárodního působení zajišťuje integritu služeb a schopnost propojovat globální trendy s regionálními podmínkami v České



republice. Jedním z hlavních cílů CzechInvestu je přeměna České republiky v inovačního lídra Evropy. CzechInvest je státní příspěvkovou organizací podřízenou Ministerstvu průmyslu a obchodu ČR. Založen byl v roce 1992.

Kristýna Drápalová

Kristýna je vystudovaná kunsthistorička a za svůj úkol si vzala boj proti turistickému nevkusu a nelegální reklamě ve městech. Kromě působení v pražském zastupitelstvu také s kolegy založila urbanistické STUDIO BISTRO, které know-how péče o veřejný prostor a kultivace města pomáhá rozvíjet i v dalších městech.

- bojuje proti vizuálnímu smogu, stojí třeba za odstraněním obří ilegální reklamní obrazovky nad Nuselským mostem
- prosadila odstranění nejrůznějších desítek divnobudek s trdelníky nebo jízdenkami na turistické okružní trasy
- připravila Manuál pro kultivovanou Prahu, který ukazuje, jak dělat reklamu citlivě k historickému městu
- řeší korupční pozadí dění v pražské politice
- popularizuje úspěšně na facebooku a instagramu téma veřejného prostoru a komunální politiky

Lékaři bez hranic - Tomáš Bendl

Přes 50 let poskytujeme zdravotnickou a humanitární pomoc těm nejzranitelnějším: lidem zasaženým válkou, přírodními katastrofami nebo epidemiemi. Každoročně léčíme, očkujeme či operujeme miliony lidí po celém světě. Zároveň přinášíme jejich životní příběhy a upozorňujeme na krize, jejichž důsledky zmírňujeme. Působíme ve více než 70 zemích světa.

Páteří naší organizace jsou místní lidé, kteří tvoří většinu našich spolupracovníků na misi. Díky nim je pomoc udržitelná i po našem odchodu.

V roce 2022 na našich misích pracovali místní lidé na více než 40 000 pozicích a mezinárodní kolegové na téměř 4 000 pozicích, což představovalo 82,6 %, respektive 7,8 % ze všech našich zaměstnanců. Zbývajících 9,6 % tvořili kolegové v pobočkách a operačních centrech.



Za svou činnost jsme v roce 1999 získali Nobelovu cenu za mír. Finanční prostředky získané díky tomuto ocenění jsme použili na boj proti opomíjeným nemocem.

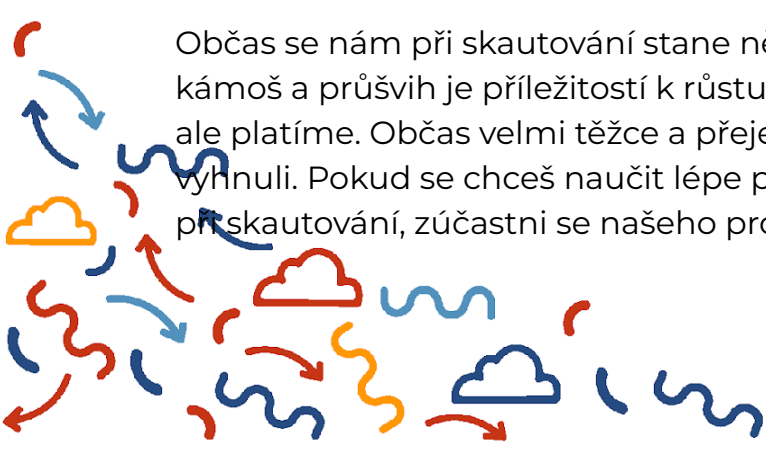
Lenka Králová

Lenka Králová je povoláním softwarová vývojářka. V roce 2020 založila na YouTube pořad V Tranzu, kde formou zábavné talkshow s hosty představuje veřejnosti každodenní život trans lidí v ČR a inspiruje ty, kteří se k tranzici odhodlávají. Celková sledovanost pořadu už překročila tři miliony zhlédnutí a stala se tak nejvýznamnějším zdrojem informací o trans lidech v českém jazyce. Hlavním cílem V Tranzu je ukazovat, že trans lidé jsou především lidé jako všichni ostatní, žijí si svoje obyčejné životy a mají jen nějakou životní komplikaci navíc, kterou si sami nevybrali.

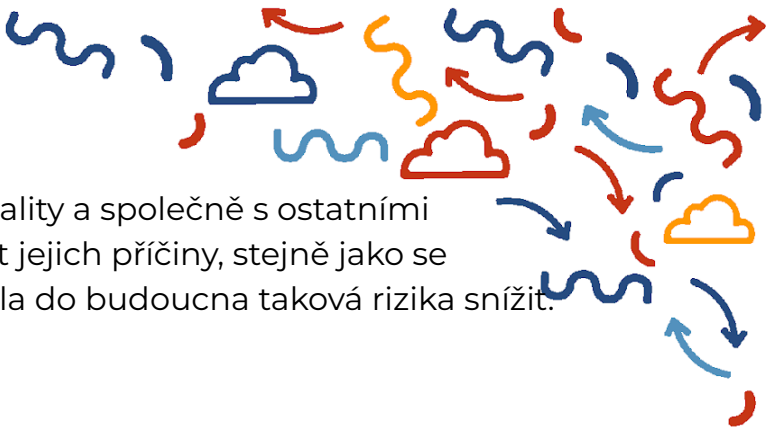
Kromě svého pořadu se Lenka často vyjadřuje k trans tématům v médiích, organizuje besedy a schází se s politiky a političkami kvůli nerovným právům LGBT+ lidí. Lenka je členkou správní rady nadačního fondu Pride Business Forum, členkou vládního výboru pro práva LGBT+ lidí a také členkou výboru spolku Trans*parent, který se aktivně stará o to, aby se trans lidem v naší zemi žilo lépe. Časopis Heroine jí udělil titul „Moje Heroine“ roku 2023 a je také držitelkou mediální ceny beProud za rok 2022.

Sama si uvědomovala, že vnímá svoji identitu jinak již od útlého dětství, naplno si to však připustila ve 37 letech a o rok později započala hormonální terapii. Svůj volný čas nejraději tráví se svým jedenáctiletým synem a manželkou Nelou. Dále patří mezi její koníčky móda a klavírní improvizace, které občas uveřejňuje na sociálních sítích.

Libor Čermák



Občas se nám při skautování stane nějaký průšvih. To je normální, chyba je kámoš a průšvih je příležitostí k růstu a učení. Za každou takovou zkušenost ale platíme. Občas velmi těžce a přejeme si, abychom se jí bývali raději vyhnuli. Pokud se chceš naučit lépe přemýšlet o prevenci a zajištění bezpečí při skautování, zúčastni se našeho programu. Během něj se seznámíš s



vícero takovými průšvihy ze skautské reality a společně s ostatními účastníky a lektorem budete rozklíčovat jejich příčiny, stejně jako se zamýšlet nad opatřeními, která by mohla do budoucna taková rizika snížit.

Martin Loučka - James

Martin Loučka - James pracuje jako psycholog na oddělení paliativní péče Fakultní Thomayerovy nemocnice v Praze, je zakladatel [Centra paliativní péče](#) a odborný asistent na oddělení lékařské psychologie 3. lékařské fakulty UK. Studoval v Anglii, Nizozemí a USA, publikoval řadu odborných i osvětových publikací na téma paliativní péče a za svou práci získal řadu cen. Od roku 2024 je jedním z českých stipendistů celosvětové nadace Ashoka, která podporuje hybatele společenských změn.

Michaela Duffková

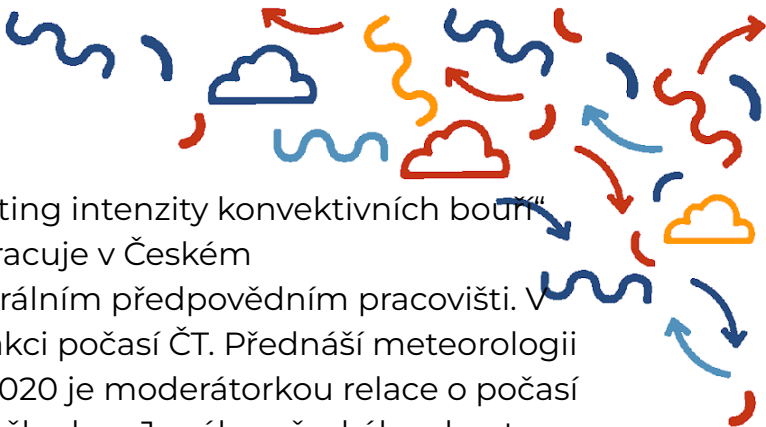
Poslední sklenička dnes už popáté. Kniha podle blogu, který získal cenu Magnesia Litera. Michaela Duffková je mladá matka, která se rozhodla otevřeně promluvit o své závislosti na alkoholu i o složité léčbě. Chcete vědět, proč je tak těžké přiznat si problém s pitím? Proč není překážkou závislosti ani malé dítě? Co bylo autorce motivací k léčbě a jak vypadal první rok po ní? Všechny odpovědi přináší otevřená a přímá zpověď abstinující alkoholičky. Upřímně sdílená zkušenost o pádu doslova na dno vzbudila velký zájem veřejnosti, Michaela získala za svůj blog cenu Magnesia Litera a začala o závislosti veřejně přednášet. Dnes se věnuje svému vysněnému projektu – centru pro prevenci a léčbu závislosti na alkoholu.

Michaela Studená

Michaela Studená je spolumajitelkou komunikační agentury Commlab a je spolu s poslankyní Barborou Urbanovou zakladatelkou iniciativy Pod svícnem, která se zabývá problematikou domácího násilí. Za téměř dva roky existence se jim podařilo edukovat společnost v oblasti domácího a sexualizovaného násilí, jsou autorkami návrhů v oblasti legislativy. Jejich podcast Pod svícnem obdržel ocenění v anketě Podcast roku v kategorii Objev, Michaela zvítězila v anketě Vogue Leaders - nejvlivnější ženy v kategorii Charita a CSR.

Michaela Studená

Dochází z moravského Mikulova. Vystudovala Matematicko-fyzikální fakultu UK, obor Meteorologie a klimatologie. Disertační práci na téma „Možnosti



využití dat dálkové detekce pro nowcasting intenzity konvektivních bouří“ obhájila před šesti lety. Od roku 2009 pracuje v Českém hydrometeorologickém ústavu na Centrálním předpovědním pracovišti. V letech 2011-2013 externě působila v redakci počasí ČT. Přednáší meteorologii na Univerzitě obrany v Brně a od roku 2020 je moderátorkou relace o počasí na stanici CNN Prima News. Řadu let je členkou Junáka – českého skauta. Mezi její koníčky patří vedle meteorologie také tanec a rytmy západní Afriky, kterým se věnuje ve skupině TiDiTaDe.

Michal Šoltés

Michal je odborný asistent na katedře ekonomie na Právnické fakultě UK, kde vyučuje ekonomickou analýzu práva a ekonomii veřejného sektoru. Výzkumně se věnuje otázkám ukládání trestů, chování odsouzených, veřejným zakázkám či trhu práce. Spolupracuje s think-tankem IDEA a PAQ Research. Pracoval jako krátkodobý konzultant pro Světovou banku v projektu DE JURE.

Miky Škoda

Zakladatel několika vzdělávacích a zážitkových organizací, dobrodruh, skaut, průzkumník lidského potenciálu, lektor a mentor. Zaměřuje se na to, jak z lidí dostat to nejlepší, být si navzájem blíží a jak brát život dostatečně zodpovědně a s lehkostí zároveň.

Miky sbírá zkušenosti z podnikání, vedení lidí, vědeckého bádání, horolezectví i cestování a dělí se o ně skrze veřejné vystupování, knihu Můžeš (po)dělat cokoli a působení v projektech se zaměřením na inovace vzdělávání.

Milan Vítek

Milan Vítek (Kim) pracuje ve Faktech o klimatu, což je tým nezávislých analytiků a expertů, který usiluje o to, aby diskuze v naší zemi o klimatických změnách byla věcná, kultivovaná a založená na vědeckých poznatcích a ověřených datech.

Milan Vítek (Kim) pracoval v reklamní agentuře, pražské MeetFactory, Greenpeace a dalších. Ve Faktech o klimatu má na starosti PR, média, sociální sítě. Vedl vodácký 108. skautský oddíl „Sumýš“ a středisko Prosek,



jeho skautská kariéra je již velmi vzdálená léty a ukončena. Má dvě děti a skvělou ženu.

Miroslav Vosátka

RNDr. Miroslav Vosátka, CSc., Botanický ústav Akademie věd ČR
jeho tým se zabývá soužitím mykorhizních hub s rostlinami, možnostmi využití mikroorganismů pro aplikace v zemědělství jako biologické alternativy k aplikaci chemických hnojiv nebo pesticidů. Dr. Vosátka se vydává do málo navštěvovaných oblastí jako Himaláje, Antarktida či Grónsko hledat nové mikroorganismy výzkum a jejich další využití.

Moot 25

David Urban – Ňuf

Tiskař na CEJ 2014, CMT WSJ 2015, HoC Moot 2017, HoC WSJ 2019. Založil jsem roverský kmen Přeživší v Majáku a několik let ho vedl. Vedu čekatelský kurz Vocať Pocad' a vůdcovský kurz 5:10 Sever. Vedu českou výpravu na Moot 2025.

Jakub Ambrozek – Mravenec

Novinář na CEJ 2014, CMT Moot 2017, CMT WSJ 2019. Kromě toho jsem strávil léto na táboře amerických skautů. Skoro deset let působím ve Skautském institutu, toho času jako zástupce ředitele. Ve vedení kontingentu na Moot 2025 mám na starosti hlavně komunikaci a program.

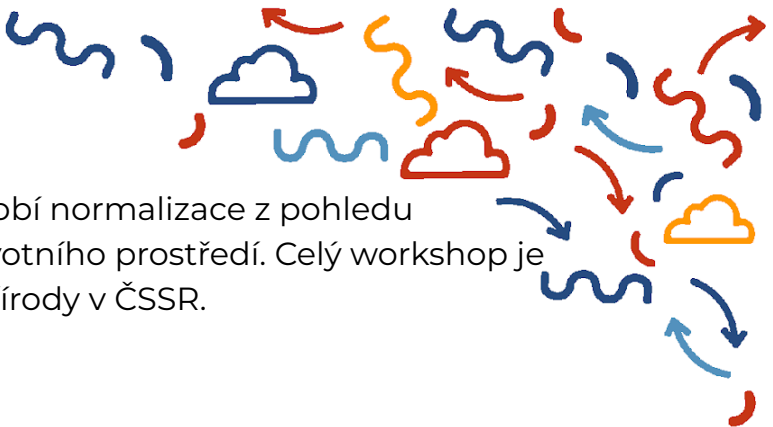
Ondřej Klimeš

Ondřej Klimeš je vědeckým pracovníkem Orientálního ústavu AV ČR. Vystudoval sinologii na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy v Praze, absolvoval studijní jazykové pobyty v Taipei, Urumči a Chengdu. Pracuje především s prameny v čínštině a ujgurštině. V OÚ AV ČR se zabývá politikou a dějinami moderní Číny se zaměřením na národnostní politiku v Xinjiangu, politický systém a ideologii, propagandu a práci Komunistické strany Číny na jednotné frontě. Také často komentuje dění v ČLR pro česká média.

Pamět národa - Zelený disent



Jaké bylo naše životní prostředí po 2. světové válce? A co s ním udělaly plány a změny během normalizace? Staňte se na chvíli lidmi, kteří mají právo rozhodovat o tom, kudy povede další důležitá dálnice.



Zážitkový workshop vás zavede do období normalizace z pohledu pamětníků, kteří se zabývali otázkou životního prostředí. Celý workshop je provázán tématem historie ochrany přírody v ČSSR.

Petr Jan Vinš

Teolog a religionista, člen Odboru duchovní výchovy Junáka a duchovní rádce. Posledních osm let vede úřad Ekumenické rady církví a koordinuje charitativní projekty v Libanonu.

Radek Jaroš

Radek Jaroš je český horolezec a autor knih. Stal se 15. horolezcem na světě a prvním Čechem, který vystoupil na všech 14 světových osmitisícovkách bez použití kyslíku. V roce 2019 dokončil výstupy na nejvyšší vrcholy všech kontinentů. Je členem novinářského profesního sdružení Czech Travel Press. Je členem Českého klubu fair play Českého olympijského výboru.

Roman Šantora - Bobo

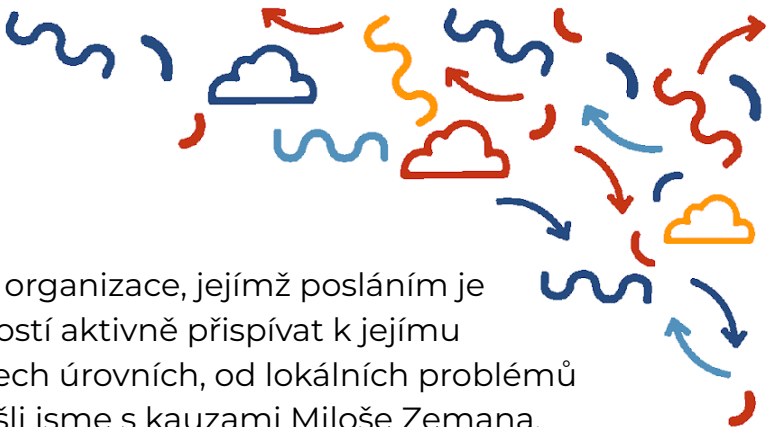
Roman Šantora - Bobo je vedoucím Skautského archivu, o skautské historii píše články do časopisů Junáka a je autorem a editorem tematických knih například Skautské století.

Tierra Verde

Milan Šemora. Projektový manažer a skaut, který po 17 letech v bankovním a IT prostředí zakotvil ve vývojovém týmu moravské firmy Tierra Verde. Ta od roku 2008 do spousty zemí Evropy dodává ekologickou drogerii a kosmetiku. Zároveň svou energii vkládá do trpělivého vysvětlování, že lze na planetě žít ohleduplněji, šetrněji a udržitelněji. V České republice a na Slovensku je také průkopníkem bezobalového prodeje drogerie.

Tomáš Holub

Tomáš Holub je katolický kněz a druhý biskup plzeňský. V letech 1996 až 1997 působil jako vojenský kaplan v bývalé Jugoslávii. Poté byl osm let hlavním kaplanem Armády České republiky a několik let Generálním sekretářem České biskupské konference. V roce 2017 vydal ve spolupráci s Martinem Veselovským knihu Biskup na snowboardu.



Transparency International

Transparency je nevládní protikorupční organizace, jejímž posláním je mapovat stav korupce v ČR a svou činností aktivně přispívat k jejímu omezování. Zabýváme se korupcí na všech úrovních, od lokálních problémů až po ty s celonárodním dopadem – přišli jsme s kauzami Miloše Zemana, Andreje Babiše, ale taky třeba miliardami na obnovu uhelných regionů od EU a spoustou dalších.

Viktor Harnach

Viki byl na táboře u amerických skautů. Jak vypadá Služba nejvyššímu principu u Boy Scouts of America? Jak se liší skautování v Americe od skautování v Česku nebo čím se můžeme navzájem inspirovat? Poslechněte si zkušenosti Vikiho.

X-challenge

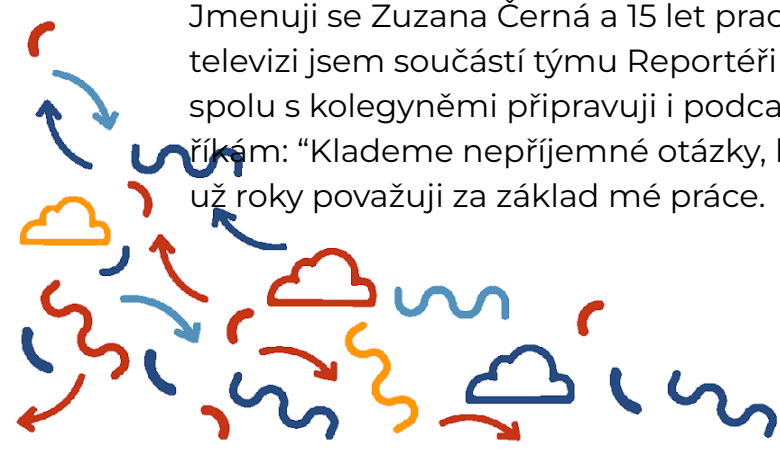
Letní akce X-challenge je výzva, kdy ve dvoučlenném týmu s budgetem maximálně 100 eur na osobu procestuješ za 10 dní Evropu. Po cestě můžeš plnit přes 50 výzev, kde otestuješ svoji odvahu, poznáš nové lidi, objevíš nová místa a zjistíš, že dokážeš daleko víc, než sis kdy myslel*a.

Svým sebepřekonáním a nepopsatelnými zážitky pak inspiruješ nejen sebe, ale i všechny, kteří budou tvoji cestu sledovat.

Zdislava Pokorná

Působila v redakci internetového serveru Seznam Zprávy, kde posbírala první novinářské zkušenosti. V redakci Deníku N se zaměřuje na celostátní a regionální korupční kauzy. Studuje na Vysoké škole ekonomické. Za svou investigativní práci na Pražském hradě, která vznikala v rámci velkého seriálu Zemanovo finále, získala Novinářskou cenu.

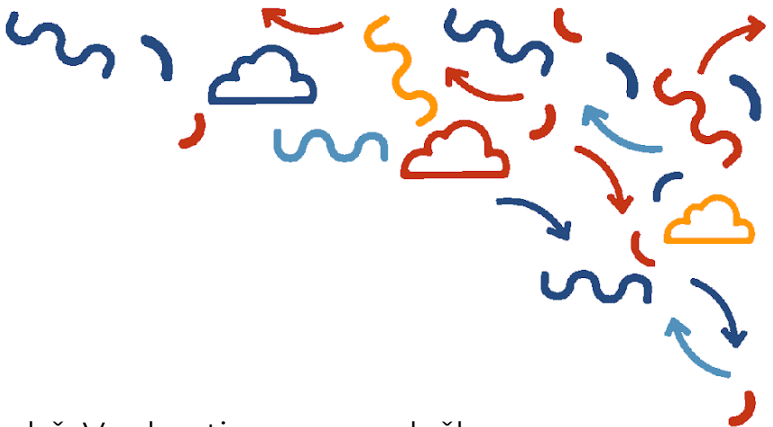
Zuzana Černá



Jmenuji se Zuzana Černá a 15 let pracuji v médiích. Jsem novinářka. V České televizi jsem součástí týmu Reportéři ČT. Točím ne jenom reportáže, ale spolu s kolegyněmi připravuji i podcast Reportéři ČT. V upoutávce k pořadu říkám: “Klademe nepříjemné otázky, které vlivní nechtějí slyšet.” A právě to už roky považuji za základ mé práce.

Zvol si info

Informace, které denně konzumujeme, ovlivňují náš život – to, jak se cítíme, co si myslíme i jak se chováme. Najít důvěryhodné informace v dnešním zahlceném mediálním prostředí není ale vůbec jednoduché. Účastník se během workshopu naučí, jak se v čase proměnila média, jak se informace v dnešním světě šíří, proč někdo vytváří dezinformace a jak je můžeme rozpoznat. Účastníci zjistí, jaké manipulativní techniky se při šíření dezinformací nejčastěji používají a seznámí se s nejčastějšími kognitivními zkratkami které nám často brání důvěryhodnému a kvalitnímu obsahu uvěřit.



Služba sobě

úvodní dopis:

Ahoj,

vydáváš se na krátkou pouť za službou sobě. Ve skautingu se na službu sobě často zapomíná, a přitom je základem jak pro ty druhé dvě, tak pro celkové fungování Junáka. Dnešek si tedy opravdu užij, po cestě dále to co ti pomůže se dostat do pohody soustředit se sám na sebe.

Stezka, která je pro tebe nachystaná, se dělí na čtyři části SebeRozvoj, SebeReflexi, Sebevědomí a SebePéči. V každém z těchto úseků najdeš dvě aktivity, které jsou určeny k tomu, aby ti pomohli se v dané oblasti rozvíjet. Tyto aktivity můžeš nebo nemusíš dělat. Pokud najdeš něco, co ti dá víc než naše aktivity, určitě se věnuj tomu. Kromě aktivit po cestě, jsme ti připravili příběhy na zamyšlenou a aktivity, které můžeš dělat celou cestu, kde se ti zrovna bude zdát, že je vhodné místo. Oboje najdeš na papírech s logem Obroku.

Zároveň ti přikládáme odkaz na playlist písniček, které můžeš poslouchat po cestě. Hudba je totiž skvělým nástrojem, jak zvládat stres a nebo si jenom odpočinout a proto pokud je pro tebe hudba taky způsob uvolnění, přidáváme hudební doporučení lidí z Obrok týmu. Samozřejmě pokud chceš poslouchat jen svoje písničky a nebo jít v tichu, určitě můžeš.

Z cesty se vrať tak, ať stíháš další program a tvůj vedoucí tě nehledá. Zároveň prosím nezapomeň, že i když jsi mimo areál Obroku pořád platí všechny jeho pravidla i pro tebe. Kdyby se cokoliv stalo, nebo bys potřeboval/a pomoci určitě se neboj zavolat na krizové číslo Obroku: 776 216 772.

A pokud si to situace vyžádá, tak se neboj volat na čísla izs:

Záchranka: 155

Policie: 158

Hasiči: 150

Aktivity na cestu

Příroda kolem nás

Úzká vazba k přírodě patří ke skautingu již od dob jeho vzniku. Pobyt a činnost v přírodě, její poznávání a ochrana je koneckonců také součástí naší výchovné metody. Ačkoli je to jen jeden bod z mnoha, asi cítíme, že má ve skautingu tak trochu výsadní postavení. Jsme součástí přírody a těžko ji můžeme z jakékoli naší činnosti vynechat. Jistě, můžeme ji ignorovat a dělat, jako že nám je lhostejná, ale i tím už se s ní nějak vyrovnáváme. Když chceme vychovávat zodpovědné občany a nikoli nesamostatné ignoranty, setkáváme se s ní ve skautingu hned dvojím způsobem.

Příroda je pro nás velkým pomocníkem pro osobní rozvoj. Nejen, že nabízí nekonečný prostor pro spoustu her a činností, ale vztah k přírodě a ke krajině je při formování osobnosti pro každého z nás důležitým bodem v hledání svého místa ve světě. Je tak třeba pro náš (tělesně, duševně i duchovně) zdravý život. Jinými slovy - příroda pomáhá oddílu.

Příroda jako tvůrčí dílna a laboratoř

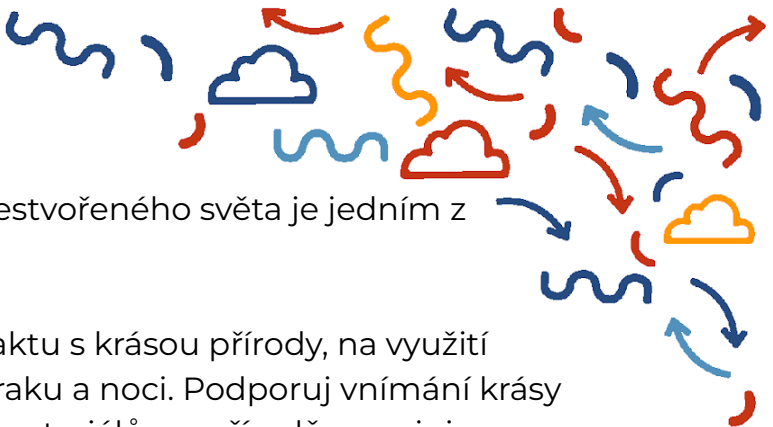
A také jako tělocvična a ateliér a bazén a zahrada a prolézačka a truhlárna a spousta dalších věcí, které mají beztak v přírodě svůj pravzor. Prostě v přírodě se toho dá tolik vyzkoušet a zahrát a nemusí se za to platit. Navíc příroda na rozdíl od specializovaných pomůcek pomáhá rozvíjet dětskou fantazii. Všecko, co jde, proto dělejte venku. Jen se při tom všem dovádění nezapomeňte chovat ohleduplně.

Aktivita č. 1

Na okamžik se rozvzpomeň na dítě v sobě a vrať se do školky, kdy se svými spolužáky stavěl domečky pro skřítky. Zkus tak, jako se píše v textu najít v přírodě inspirativní dílnu a vytvoř domeček, celé město či cokoli co by skřítkci mohli používat. Trošku se uvolni a hrej si.

Příroda jako chrám

Uprostřed velkoměsta se u kafe nebo piva dá nihilisticky žvanit o tom, že nic nemá smysl a nebo arogantně tvrdit, že vše okolo nás je tu jen pro uspokojení člověka - ale tváří v tvář kráse korun stromů, jemného mechu či rozebraných skal pod nekonečnou hloubkou hvězdného nebe to už nejde.



Údiv a radost z krásy a složitosti námi nestvořeného světa je jedním z pilířů duchovního růstu.

Nezapomeň na prožitek samoty v kontaktu s krásou přírody, na využití rozdílné atmosféry jitra, poledne, soumraku a noci. Podporuj vnímání krásy přírody šetrným tvořením z přírodních materiálů a v přírodě, zapojuj všechny smysly.

Aktivita č. 2

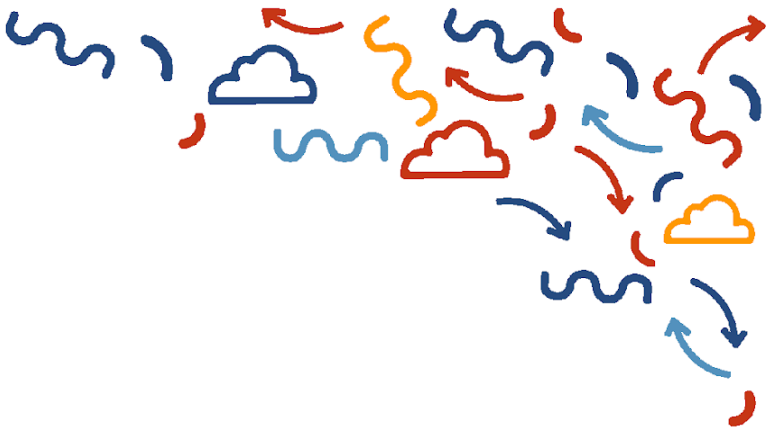
Vnímej to kudy jdeš a krásy Karlovarského kraje. Jistě je kolem tebe spoustu přírodnin, které mají specifický tvar, barvu, nebo tě něčím zaujmou. Pokud něco takového najdeš vem si tuto přírodninu na památku a může ti připomínat Obrok a potřebu se občas zaměřovat i na sebe.

Pokud tě toho zaujme víc a nebo chceš někomu udělat radost, zkus vymyslet a vyrobit nějaký dárek z přírodnin okolo sebe. Věřím, že ať už bude dárek pro někoho z Obroku či z domovského kraje, vždy udělá radost.

Příroda jako nevirtuální realita

Prostředí, ve kterém dnes trávíme většinu času je vytvořeno podle něčích (lidských) představ. Jsou děti, které za celý den téměř nevidí stromy, trávu a zvířata všechno, s čím se setkávají, je vytvořené lidskou rukou. A informace o světě dostáváme převážně zprostředkovaně z knih, sociálních sítí, televize, ne z vlastní zkušenosti. Aniž si to uvědomujeme, ztrácíme přirozené porozumění pro to, jak věci fungují. A to v době, kdy je svět stále složitější a propojenější a naše činy mají díky technologickému pokroku stále větší dopad. Člověk si pak ani nevšimne, že jako nezodpovědné dítě přehazuje své problémy na jiné a nebo se tváří že neexistují, místo aby se jim postavil čelem.

Jednou z nejdůležitějších věcí, které skauting může dnes dětem dát, je naučit se samostatně a zodpovědně řešit problémy - a brát je jako výzvy. A počátek může být v pobytu v přírodě. Když je člověk odkázaný jen sám na sebe, musí se podívat pravdě do očí, protože když začne pršet, nejde si koupit sucho, nebo to nějakým knoflíkem vypnout.



Aktivita č. 3

Opět si zkus zavzpomínat na svá dětská léta a popustit svoji uzdu fantazie. Najdi si místo kde je klid a cítíš se tam dobře. Pohodlně se posad' a zkus poslouchat zvuky okolo sebe. Ať už slyšíš hmyz nebo jiné zvířata, stromy nebo vítr zaposlouchej se do nich. Pak si vyber jeden zvuk a zkus ho napodobit. Uvidíme, jak se ti bude dařit.

Stanoviště

Co chci umět?

Každý den se můžeme v něčem rozvíjet a zdokonalovat. Zároveň kolem sebe máme lidi, kteří nám mohou být vzorem a inspirací k tomuto zdokonalování.

Zkus se zamyslet nad třemi vlastnostmi, které na lidech ve svém okolí obdivuješ a chtěl*a by ses je naučit. K tomu si zkus vypsát nápady a kroky, jak bys k nim mohl*a dojít a naučit se je.

Pokud to jde, klidně můžeš začít už teď! Chceš se naučit dělat shyby, zkus udělat první klik. Chceš být víc kreativní? Zkus se rozhlédnout kolem sebe, a vymysli kde by se dal udělat nějaký land art.

Za rok?

Dnes je 31. 5. 2024. Zamysli se nad tím, kde bys chtěl*a být za rok. Co by ses nového chtěl*a naučit? Kam se chceš ve svém skautském/osobním/studijním/pracovním životě posunout? Co chceš mít ve svém životě za lidi? A jak bys chtěl*a aby tvoje osobnost vypadala za rok ode dneška?

Až se nad tím zamyslíš, napiš svému budoucímu já dopis, popiš své cíle, napiš povzbudivá slova nebo jenom pozdravení do budoucnosti. Až to budeš mít dej dopis do obálky, kterou nadepiš datumem příštího roku, tedy 31. 5. 2025, a v tento den ho také otevři.

Tak nashledanou za rok!

Sebevědomí

Po přečtení článku ti je jistě jasné, že sebevědomí je opravdu důležité. Zkus si ho tedy ještě víc podpořit.

Do svého handbooku si zapiš, alespoň 15 věcí, ve kterých jsi dobrý*á. Pokud si nevíš rady, zkus se zaměřit na věci, které rád děláš a hledej tam.

Soundtrack

Pokud máš telefon, pusť si svou oblíbenou písničku, která ti dodává sebevědomí. Pokud tě zrovna žádná nenapadá, zkus vyzkoušet nějaké, které doporučují lidi od z týmu Obroku.



Může se stát, že sebou nemáš telefon. V tom případě si ale jistě na nějakou vzpomeneš a můžeš si ji buď v duchu nebo i nahlas zazpívat.

Při poslechu své sebevědomé písně se zkus zamyslet, kdy jsi v poslední době tuto písničku potřeboval*a a byla by pro tuto situaci vhodná.

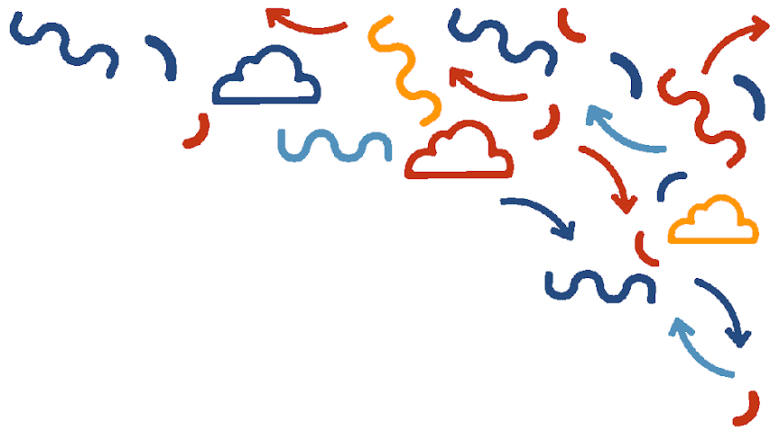
Máš i jiné metody jak si dodat sebevědomí? Pokud jdeš s někým ve skupině, zkuste si spolu nasdílet tipy jak podpořit své sebevědomí a tak zvládnout stresové situace.

KPZ

Každému z nás je někdy špatně. Ať už proto že se s někým pohádá, něco se mu pracovně či studijně nepovede, nebo má jenom opravdu špatný den. Zkus se postarat o své budoucí já a napiš si pár vzkazíku do budoucích těžkých chvil. Můžou to být povzbudivá slova, nebo třeba připomenutí radostné vzpomínky.

Pokud vás jde ve skupině víc, můžete si napsat vzkazy navzájem a pokud máš chuť pomoci někomu kdo půjde po tobě napiš erární vzkaz pro další poutníky.

Zároveň jestli tady nějaké jsou, vůbec se neostýchej a vzkaz od někoho před tebou si vem. Až budeš mít pocit, že máš všechny vzkazy, které v těžkých chvílích budeš potřebovat dej si je do obálky a tu si odnes s sebou.



Priority

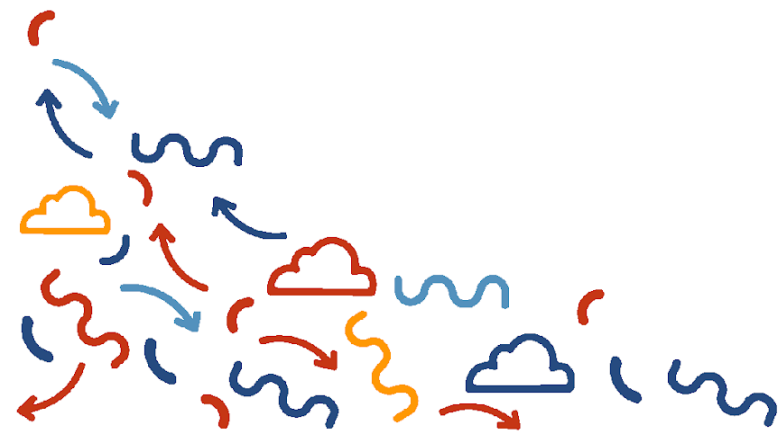
Občas se stane, že je toho na nás hodně a obzvláště skauti mají ambice stíhat všechno a věnovat se všem příležitostem, které kolem něj projdou. To nemusí být nutně špatně, ale čas máme jenom jeden a musíme s ním jednat rozumně tak aby nám zbývala energie i na to, co reálně chceme dělat.

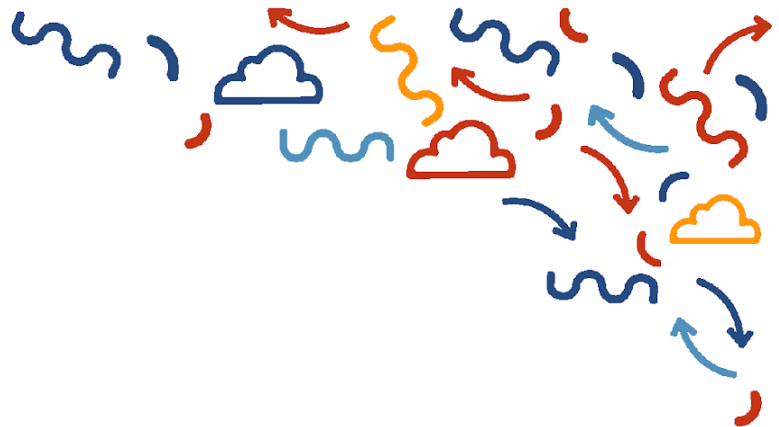
Na papír si udělej tři sloupce. Do prvního si vytvoř seznam věcí a aktivit které děláš a věnuješ se jim. Ať už je to čas s přáteli, oblíbený i ten méně oblíbený kroužek nebo samozřejmě skaut, prostě cokoli, co ti ve tvém životě zabírá nějaký čas. Do druhého sloupce k příslušné aktivitě dopiš kolik času ti průměrně týdně zabere. Do třetího sloupce aktivity oznámkuj klasicky jak ve škole známkami 1-5. Přitom 1 znamená, že v aktivitě vidíš mega význam, baví tě a něco ti dává. Znamka 5 značí, že ti aktivita vlastně dost vadí a nebaví tě a zároveň v ní nevidíš význam. Na závěr si to celé porovnej a sám/sama si zhodnoť nakolik svůj čas trávíš, tím čím chceš. Pokud ne, zkus se zamyslet, jak to třeba změnit ač je pravda, že někdy ty změny nejsou jednoduché. Ale jenom přemýšlení nad tím je první krok, tak hodně štěstí.

SebeReflexe

Občas se toho kolem nás děje tolik, že se ani nestihneme zorientovat, kde se zrovna ve svém životě nacházíme a co se kolem nás děje.

Na tuto aktivitu se nemusíš nikde fyzicky zastavovat. Pouze se při cestě zamysli jestli se někdy zastavíš a zamyslíš se nad tím, co se kolem tebe děje? Zhodnotíš co se ti povedlo, nepovedlo a jak to třeba udělat příště jinak? Pokud ano, jsi s tím, jak to teď děláš spokojený*á. A pokud to neděláš chtěl*á bys? Zkus se zamyslet nad tím, jak a kdy bys svůj reflektující čas chtěl*á prožít.





Pět oblastí roveringu

Ve skautingu máme spoustu cest, jak se snažit být lepším člověkem. Jednou z nich je třeba pět oblastí roveringu.

Těmi jsou:

Objevování vlastních fyzických a duševních možností,
Hledání pravdy,
Navazování dobrých vztahů,
Hledání vlastního místa ve společnosti,
Nalézání vlastního místa ve společnosti

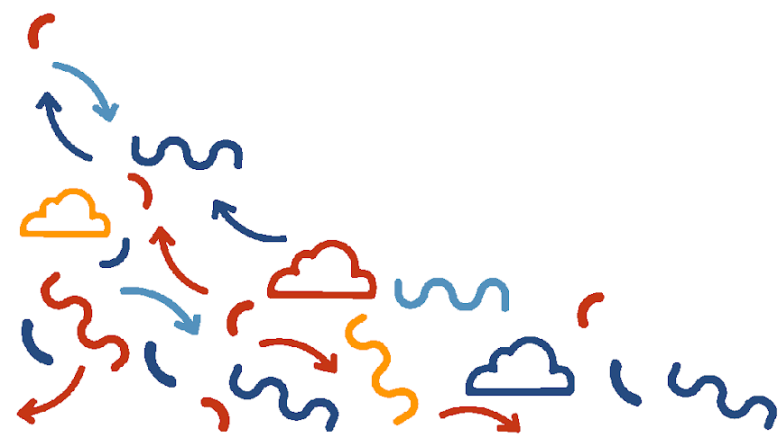
Zkus si ke každé z těchto oblastí vypsát jednu schopnost či situaci, kdy se ti ji daří naplňovat a jednu kdy ne.

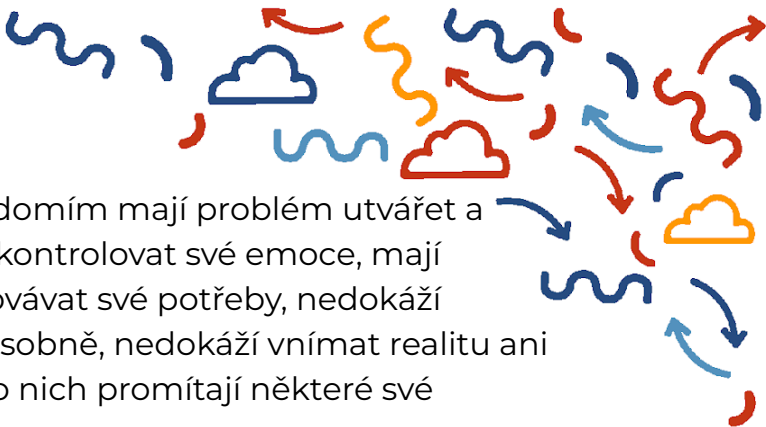
Cílem této aktivity je, si umět uvědomit, že celé toto skautské zdokonalování spočívá ve snaze. Ne v tom, že všichni budeme dokonalými rovery. Proto je v pořádku, když máme hromadu situací, kdy se nám ještě naplňování roverských oblastí tolik nedaří a zároveň se ale vždy najde situace, kdy se nám to povedlo, a tak na sebe můžeme být právem hrdí.

Texty

Jaký má zdravé sebevědomí vliv na život člověka?

Podle Abrahama Maslowa, jednoho z otců humanistické psychologie, pro něž byla motivace a seberealizace životním tématem, dokáží seberealizovaní lidé lépe a objektivněji vnímat a zpracovávat svět kolem sebe, lépe snášejí nejistotu a vnější tlaky, přijímají zodpovědnost za sebe i za druhé, jsou tvořiví se smyslem pro humor, dokáží navazovat hlubší vztahy, jsou odolnější vůči vlivům společnosti, orientují se spíše na řešení problémů než sami na sebe, záleží jim na celkovém prospěchu lidstva.





Naproti tomu lidé s narušeným sebevědomím mají problém utvářet a projevovat své názory, projevovat nebo kontrolovat své emoce, mají sklony ke stádovosti, nedokáží pojmenovávat své potřeby, nedokáží přijímat kritiku, tu si často berou příliš osobně, nedokáží vnímat realitu ani osoby v ní takové, jaké jsou, a často si do nich promítají některé své neuspokojené potřeby.

Snad je teď zjevnější, že poznání a přijetí sebe člověku umožní o sobě přemýšlet mnohem racionálněji a více tak kontrolovat a stimulovat svůj rozvoj. Vlastnosti, ať už jsou dobré, či špatné, které nepozná a nepřijme, nemůže rozvíjet. Podle Maslowa je sebevědomí nejvyšší potřebou člověka, ke které sám přirozeně inklinuje. Mnohem důležitější než přímé výchovné působení na dítě je vytvářet v oddíle prostředí, ve kterém může samo přirozeně poznávat a rozvíjet svou osobnost směrem, způsobem a tempem, které je pro ně adekvátní. Zároveň nepřijetí sebe další rozvoj a žití spokojeného života v podstatě znemožňuje.

Co to tedy sebevědomí je a z čeho se skládá?

Být sebevědomý znamená uvědomit si a přijmout svou cenu a roli ve světě. Pochopit a ovládnout své vlastnosti a dovedností ať už mentální, sociální, tělesné, duchovní, či emoční. To jedinci umožní mohem lépe uplatnit svůj potenciál a vést spokojenější život. Sebevědomí není stav, ale celoživotní proces. Dá se rozdělit do několika fází, které se prolínají a opakují:

Sebepoznávání – tedy zkoumání a poznávání své osobnosti; svých silných a slabých stránek. Pozorování toho, jak na ně reaguje okolí. Zahrnuje učení se s nimi pracovat a rozvíjet je.

Sebepřijímání – své charakterové rysy je zásadní nejen poznat, ale i přijmout. S těmi kladnými to jde snáz než s těmi zápornými. Je důležité si uvědomit, že na slabé stránky máme nárok stejně jako každý jiný. Konec konců narodili jsme se s nimi, aniž by se nás někdo ptal. Dokonce je většina z nich pro nás důležitá, protože je druhou stranou některé z našich dobrých stránek. Zkuste se nad tím zamyslet.

Zkuste si udělat podobné cvičení. Vezměte si jednu svou vlastnost, která se vám na vás nelíbí a zkuste přijít na to, co dobrého vám přináší a za co stojí vzít ji na milost. Možná to bude těžké. Možná na to nepřijdete hned.



Orel

Jeden muž v lese našel mládě orla, přinesl jej domů, a zavřel jej na dvůr ke slepicím, kachnám a krůtám. K jídlu mu dal krmení pro kuřata, přestože to byl orel, král ptactva.

Po pěti letech muže navštívil jeho přítel znalý přírody. A když šli spolu na zahradu, řekl: „Tento pták není slepice, to je orel.“

„Ano,“ řekl muž, „to je pravda. Ale já ho vychoval jako slepici. Ted' už není orel, ale slepice, i když má křídla tři metry velká.“

„Ne,“ řekl ten druhý. „Je to ještě pořád orel, neboť má srdce orla. A to jej vynese vzhůru do povětří.“ „Ne, ne,“ řekl muž, „je to ted' skutečně slepice a nikdy nebude létat.“

Dohodli se na tom, že udělají pokus. Přítel znalý přírody vzal orla, zvedl jej do výše a zapřísahal jej: „Ty, který jsi orlem, ty, který náležíš nebi, a ne této zemi: rozprostři svá křídla a leť!“

Orel seděl na zdvižené paži a rozhlížel se kolem sebe. Pod sebou uviděl kuřata, klovající své zrní, a seskočil k nim dolů. Muž pravil: „Říkal jsem ti to, je to slepice.“

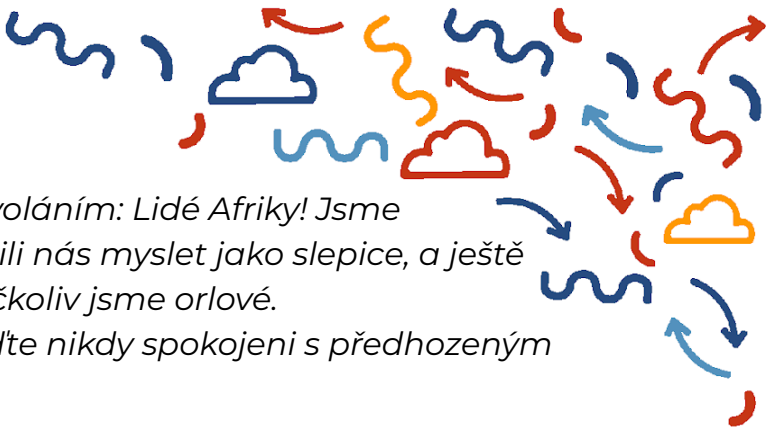
„Ne,“ řekl ten druhý, „je to orel. Zkusím to zítra ještě jednou.“

Druhého dne vystoupil s orlem na střechu domu, zdvihl jej vzhůru a řekl: „Orle, jsi orlem! Rozprostři svá křídla a leť!“ Ale jakmile orel opět spatřil kuřata, jak hrabou na dvoře, slétl zase k nim dolů a hrabal s nimi.

Tu řekl muž znovu: „Říkal jsem ti, je to slepice.“

„Ne,“ řekl jeho přítel, „je to orel, a ještě pořád má srdce orla. Nech mne udělat ještě poslední pokus: zítra poletí.“

Příštího rána časně vstal, vzal orla a vynesl jej ven z města, daleko od domů, a donesl jej na úpatí jedné vysoké hory. Vrchol hory se zlatě leskl ve vycházejícím slunci, jehož každý paprsek jakoby vyzařoval radost z nádherného jitra. Muž zdvihl orla do výše a řekl mu: „Orle, ty jsi orel. Náležíš nebi a ne této zemi. Rozprostři svá křídla a leť!“ Orel se rozhlédl, roztřásl se, jako by se do něj vlil nový život - ale nevzlétl. Tu jej nechal muž, znalý přírody, podívat se přímo do slunce. A tu náhle orel rozestřel své mocné perutě, zdvihl se a s křikem vzlétl do výše a již se nikdy nevrátil. „Byl to orel, ačkoliv byl vychován a ochočen jako slepice!“



Tento příběh pochází z Afriky a končí zvoláním: Lidé Afriky! Jsme stvořeni podle Božího obrazu, avšak učili nás myslet jako slepice, a ještě si myslíme, že jsme skutečně slepice, ačkoliv jsme orlové. Rozprostřete svá křídla a leťte! A nebudte nikdy spokojeni s předhozeným zrním.

Pozdrav na cestu

Jemné praskání utichá, borové dříví pomalu dohořívá, poslední malý plamínek proniká závojem tmy k tuctu párů očí. Sedíme mlčky. Vánek si s námi hraje, tak jako si my hrajeme s myšlenkami. Přicházejí, odcházejí. Míhají se mezi zážitky slunného dne a vzpomínkami na časy, kdy jsme byli mezi těmi, které jsme před chvílí poslali spát.

Zkrátka i na nás padne únava, teď jsme však bdělí, ta slova nám vlila krev do žil. Skromné světélko mezi námi plápolá a kdesi uvnitř nás hřeje. Zítra nás čeká poslední táborová neděle.

Přemýšlíme. Je sice tma, ale přece si všímáme šibalských úsměvů zvolna se rýsujících v našich tvářích. Někteří už víme, do čeho se dáme, ale nemáme to zatím prozrazovat, tak zněly pokyny vůdkyně, když nám děkovala za naši službu oddílu.

Když nás vyzvala, ať se zítra každý uvolníme z jednoho bloku a podnikneme něco jen pro sebe; něco, co jsme si tu vždy toužili dopřát. Občas bychom i ve skautu měli zastavit, všechnu činnost pro děti dáme na chvíli stranou a svoji pozornost obrátíme k sobě samým.



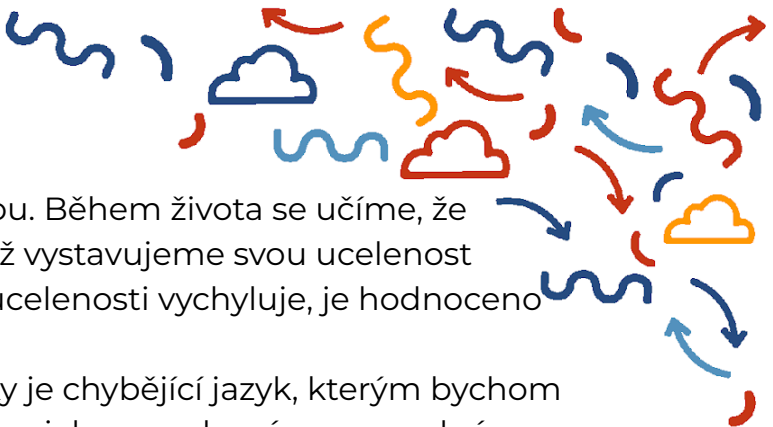
Autobus jako nástroj sebereflexe

V každém z nás jede celý autobus – jak pozornost věnovaná naší vnitřní složitosti může podpořit naši kapacitu se vyrovnávat se složitostí vnějšího světa?

Poznatky plynoucí z výzkumu Gesturing Towards Decolonial Futures (GTDF) a pedagogických experimentů kolektivu naznačují, že schopnost nezjednodušovat a nepopírat složitost a paradoxy světa kolem nás úzce souvisí s naší schopností vnímat složitost a paradoxy v sobě samých.

Když zaznamenáme rušivý podnět, zaplaví nás množství myšlenek, pocitů a afektivních reakcí (afekt bývá krátkodobá, ale silná a prudká emoční reakce). Ty mohou být protichůdné a odehrávat se v našem těle, mysli i srdci současně. Vnímání rozmanitosti dějů probíhajících v nás samotných může podpořit naši schopnost čelit složitým problémům a řešit je, aniž bychom je přitom popírali nebo zjednodušovali jejich podstatu. To však může vyžadovat, abychom se otevřeli perspektivě, která nám může znít zprvu nezvykle.

Kolektiv GTDF ve své analýze vychází z toho, že většina z nás byla vychována podle zavedených norem a pravidel moderních západních společností tak, abychom vnímali sami sebe jako soudržné, jednoduté a nezávislé jednotlivce,



u nichž se předpokládá, že vědí, kým jsou. Během života se učíme, že ocenění od společnosti dostáváme, když vystavujeme svou ucelenost jednotlivce. Cokoliv se z této dokonalé ucelenosti vychyluje, je hodnoceno jako nevyspělé/hezdravé.

Jedním z vedlejších důsledků této logiky je chybějící jazyk, kterým bychom mohli mluvit o tom, co v sobě pocítujeme jako paradoxní, rozporuplné, nejednoznačné, rozmanité či nedefinovatelné. Dalším a pravděpodobně ještě škodlivějším důsledkem je známý fenomén psychologické projekce, obranného mechanismu, v němž se naše ego brání nevědomým podnětům tím, že popírá jejich existenci v nás a připisuje je druhým. Například v situaci, když při práci se skupinou máme pocit, že nás někdo rozčiluje, irituje či dráždí bez zjevného důvodu.

Pokud je naší strategií pevně se držet těch ucelených částí našeho já, o kterých věříme, že je druhí přijmou, tento princip nás nutí automaticky potlačovat zbytek. Ovšem to, co v sobě potlačujeme, neboť z toho nemáme dobrý pocit, může mít tendenci se k nám znovu vracet v podobě negativní projekce na lidi v našem okolí. Když si do druhých promítáme cokoliv, co sami v sobě nechceme přijmout, nebo se s tím vnitřně pereme, vzniká riziko, že se to projeví v našem chování k dané osobě či skupině. Třeba tím, že se to s nimi pokoušíme „řešit“ jako jejich problém, a to může samozřejmě přinášet neblahé následky.

Zaujalo tě to a chceš se dozvědět o metodě jak se s tím srovnat?

Mrkni do časopisu Skauting

casopis.skauting.cz/autobus-jako-nastroj-sebereflexe-10651

Ropro

autoři a autorky: programový tým Ústředí Junáka, Barbie, Charlie, Hádej, Ywen

Trasy

V první části byli účastníci rozděleni do třech tras podle toho, kde se na své roverské cestě nacházejí. **Červená trasa** byla nachystána pro nově vzniklé kmeny, **žlutá** pro jednotlivce, kteří přijeli bez kmenu nebo v žádném společenství zrovna nejsou. **Zelená trasa** byla určena již fungujícím roverským kmenům a společenstvím.

Na každé z tras byly připraveny hravé aktivity, které mířily na různé části rovingu a po aktivitách byly připraveny reflexivní otázky, které mohlo jak kmenům, tak jednotlivcům pomoci ujasnit, jak se k dané části staví případně jak by s ní chtěli do budoucna pracovat.

Ke každé trase byli taky připraveny speciální Roproknížky, které sloužily nejen pomůckou při aktivitách, ale také krátké nahlédnutí do nového roverského programu a jeho metodiky. I tuto knihu u každé trasy najdete a můžete použít i nyní.

Červená trasa

- určena pro kmeny, které ve své činnosti teprve začínají
- [Roproknížka](#) k červené trase
- veškeré aktivity včetně materiálů k tisku najdete [tady](#)

Aktivity k trase:

Kmenová inspirace

#přemýšlení #plán

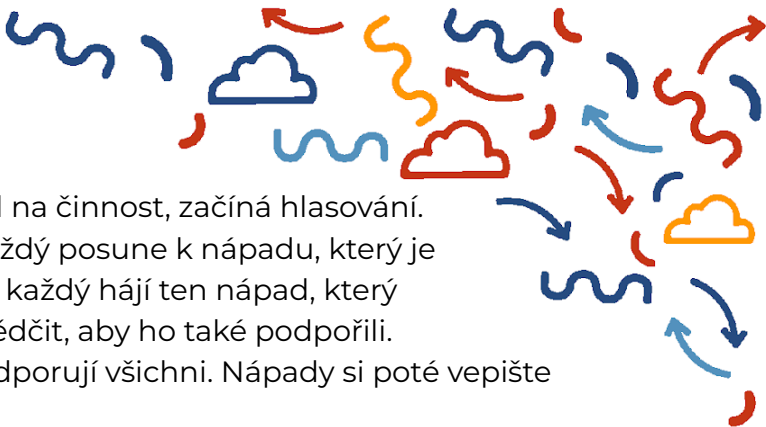
Průběh aktivity:

V okolí naleznete články z Roverského kmene.

1. Rozběhněte se na cca 5 minut a prozkoumejte co nejvíce článků. Každý si vybere článek, který představuje roverskou činnost, co si chce s ostatními vyzkoušet.

Nápad si může upravit podle svých potřeb.

2. Postupně si nápady představte. Začíná ten, kdo má jméno/přezdívku na začátku abecedy. Co jste našli? Co vás na tom láká?



3. Poté, co všichni představí nalezený nápad na činnost, začíná hlasování. Všichni předloží nápady na zem. Poté se každý posune k nápadu, který je podle něj nejlepší. Začíná diskuse a nyní už každý hájí ten nápad, který považuje za nejlepší. Snaží se ostatní přesvědčit, aby ho také podpořili. Na konci by měly být 1 - 2 nápady, které podporují všichni. Nápady si poté vepíšete do Roproknížky.

Reflektivní otázky:

- Máte předem stanovený plán akcí kmene? Proč ano, proč ne?
- Jakou formou jej máte/ chcete mít?
- Máte dostatek inspirace pro vaši činnost? Kde ji hledáte?

Dvouletá imaginace

#přemýšlení #plán

Průběh aktivity:

Kde bude vaše skupina za dva roky? Vezměte si obálku a přečtěte si společně text.

1. Každý si během cca pěti minut do Ropronotýsku napište svoji představu toho, kde chcete, aby vaše roverská skupina za dva roky byla.
2. Vytvořte dvojice (příp. trojici, pokud nevychází dvojice) a představte si svoji imaginaci. Vytvořte společně kompromis - představu, kterou budete sdílet.
3. Vytvořte čtveřice (příp. pětice) a vzájemně si řekněte představu, ke které jste dospěli ve dvojicích. Opět nalezněte společnou, sdílenou představu o vaší budoucnosti.
4. Setkejte se všichni dohromady a řekněte si, co jste ve čtveřicích vymysleli. Nyní už není potřeba hledat shodu ve všem, spíše vypíchnout to, co vidíte všichni stejně a je pro vás podstatné.

Reflektivní otázky:

- Očekáváte od vaší roverské skupiny všichni to samé? Proč se vaše představy liší?
- V čem se shodujete?
- Je reálné vaše očekávání naplnit?
- Co pro to každý z vás může udělat?

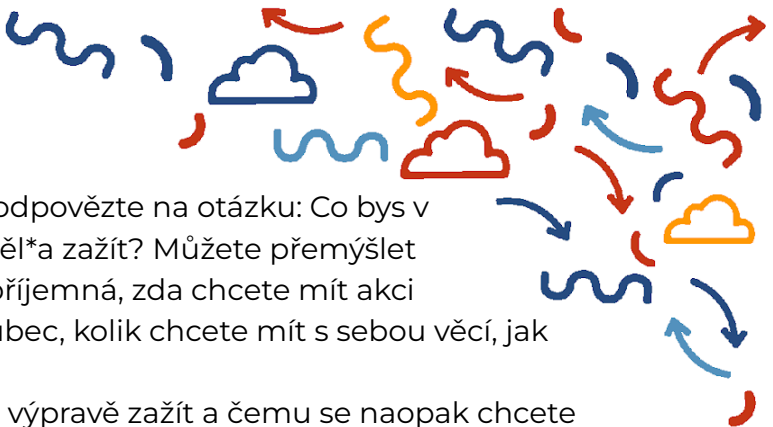
Výprava do neznáma

#přemýšlení #plán

Průběh aktivity:

Jak si představujeme výpravu do neznáma?

1. Vezměte si každý jednu šipku a hodte ji do terče. Pokud se vám šipka nezapíchne (neudělá otisk do mapy), můžete házet ještě jednou.
2. Kde je průsečík? Vezměte si pravítka nebo provázky a najděte průsečík vašich hodů.



3. Jaká bude výprava? Každý si do notýsku odpovězte na otázku: Co bys v rámci výpravy do neznáma chtěl*a či nechtěl*a zažít? Můžete přemýšlet např. nad mírou nejistoty, která je vám ne/příjemná, zda chcete mít akci dopodrobna naplánovaou, nebo naopak vůbec, kolik chcete mít s sebou věcí, jak se stavíte k nečekaným situacím.

4. Vyrážíme? Nasdílejte si, co byste chtěli na výpravě zažít a čemu se naopak chcete vyhnout. Jdete do toho? Kdy vyrážíte?

Reflektivní otázky:

- Víte ve skupině, jaké má kdo preference ohledně akcí a výprav?
- Máte rádi jistotu, nebo naopak chcete překvapení? Umíte reagovat na nečekané situace?

Podupané prostěradlo

#pohyb #teambuilding

Průběh aktivity:

Dokážete se podržet?

1. Celá skupina si stoupne na prostěradlo. Vaším úkolem je nyní otočit ho celé na druhou stranu (převrátit ho) tak, aby nikdo z vás z prostěradla nevypadl a nedotkl se země. Velikost prostěradla si můžete vybrat. Na co si troufáte?

2. Povedlo se vám otočit prostěradlo, aniž by kdokoliv z vás stoupl nebo spadl vedle? Zkuste ještě menší prostěradlo. Chcete něco lehčího? Zkuste větší.

Reflektivní otázky:

- Co jste udělali jako první?
- Kdo se ujal slova?
- Kdo otáčel?
- Co jste dělali pro to, aby nikdo nespadl?
- Dokážete se podržet a být si ve skupině oporou i mimo hru?

Vzájemné pojmenování

#přemýšlení #teambuilding

Průběh aktivity:

Co každý z nás do naší skupiny přináší?

1. Vezměte si papír a napište na něj otázku Co přináším do naší skupiny? Nalepte si vzájemně papír na záda.

2. Každý napište každému alespoň jednu větu jako odpověď na otázku. Hledejte a pište to pozitivní, čím je druhý přínosem. Při přemýšlení můžete využít doplňující otázky: Co bys se mnou chtěl*a zažít? Který typ úkolů bys mi svěřil*a? V jakém ohledu se na mě dá spolehnout?

3. Sundejte si papíry, každý si je přečtěte a vezměte si je s sebou. Máte-li chuť, můžete je posdílet cestou na další aktivitu.



Reflektivní otázky:

- Co kdo přináší do vaší skupiny?
- Co dělá vaši skupinu originální a jedinečnou? Chybí vám ve skupině někdo s určitou kvalitou? Znáte někoho, koho byste mohli pozvat?

Oblečení na míru

#přemýšlení #teambulding #kreativita Průběh aktivity:

Jaká je identita vaší skupiny?

1. Vaším úkolem je vytvořit si oblečení na míru vaší skupiny.

2. Odpovězte si na otázky: Co vás spojuje? Co máte společného?

3. Pak si vyberte část oblečení, kterou budete dotvářet. Oblečení pokreslete a dotvořte tak, aby vyjadřovalo, co máte společného. Ale není to tak jednoduché - kreslíte tak, že každý ze skupiny drží jednou rukou provázek připevněný k fixu. Papíru se nesmíte dotýkat. Papír si podložte kartonem a přišpendlete.

Reflektivní otázky:

- Proč jste zvolili právě tuto ilustraci?
- Jak se každému z vás pracovalo ve skupině?
- Jak jste komunikačně zvládli domluvu strategie a výběr obrázku, který vás reprezentuje?
- Máte nějaké své kmenové oblečení?

Co budeme a chceme dělat?

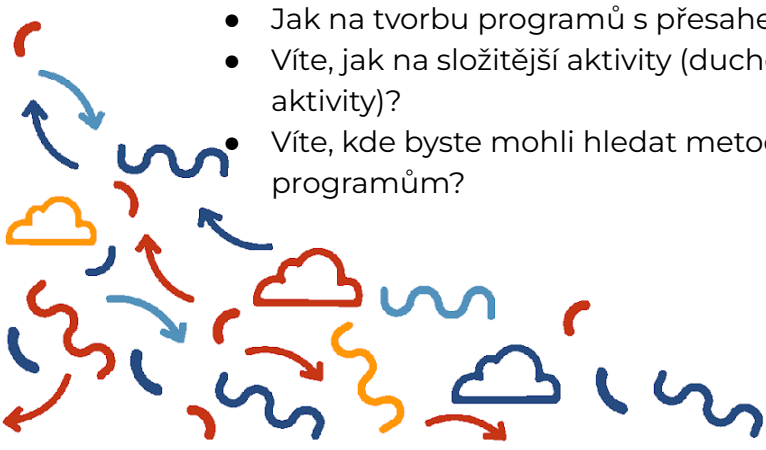
#pohyb #plán

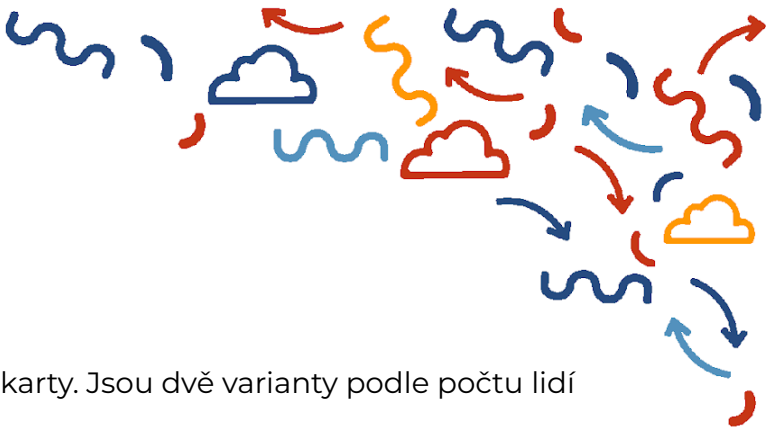
Průběh aktivity:

1. Na stromech u louky visí lístečky s tématy roverského rozvoje. Vaším cílem je sesbírat 10 lístečků tak, abyste měli aspoň jedno téma z každé oblasti roverské cesty. Lístečky sbíráte ve dvojici - sebrat ho může pouze člověk, který se pohybuje poslepu, za navádění druhého z dvojice. Můžete se prostřídat.

2. Až budete mít 10 témat, otevřete si Roproknížku, kde máte tabulku s tématy na str. 14 a místo na poznámky na str. 15. Dohodněte se, co který měsíc v příštím skautském roce uděláte za aktivitu na dané téma, které jste si přinesli. Vymýšlejte různé cesty a způsoby, jak by se téma dalo uchopit.

Reflektivní otázky:

- Jak by vypadaly vaše vysněné aktivity a je možné je alespoň částečně uskutečnit?
 - Jak na tvorbu programů s přesahem?
 - Víte, jak na složitější aktivity (duchovní programy, psychicky/fyzicky náročné aktivity)?
 - Víte, kde byste mohli hledat metodickou podporu? Kde brát inspiraci k programům?
- 



Komunikace v naší partě

#přemýšlení #teambuilding

Průběh aktivity:

Jak společně fungujeme?

1. Na stanovišti jsou vytištěné komunikační karty. Jsou dvě varianty podle počtu lidí ve skupině:
2. Pokud je vás sudo, rozdělte se do dvojic. Ve dvojici si navzájem položte otázky, které si vylosujete z balíčku. Až si odpovíte, tak si kartičky vyměňte a najděte si do dvojice někoho nového. Několikrát se vyměňte. Můžete si pak vzít jiné otázky a jet ještě další kolo výměn.
3. Pokud je vás licho, vyložte všechny karty před sebe a vyberte 3 - 5, na které si spolu všichni odpovíte.
4. Posdílejte, co vás zaujalo - která otázka a čí odpověď. Případně si odpovězte na další otázky.

Reflektivní otázky:

- Jak v máte nastavenou komunikaci ve skupině? Co o sobě víte?
- Jak řešíte případné konflikty?
- Řešíte ve skupině odlišné názory na vedení oddílu, fungování skupiny?
- Máte nastavené, kdy a jak se o tom spolu bavíte?

Postavme to!

#přemýšlení #teambuilding

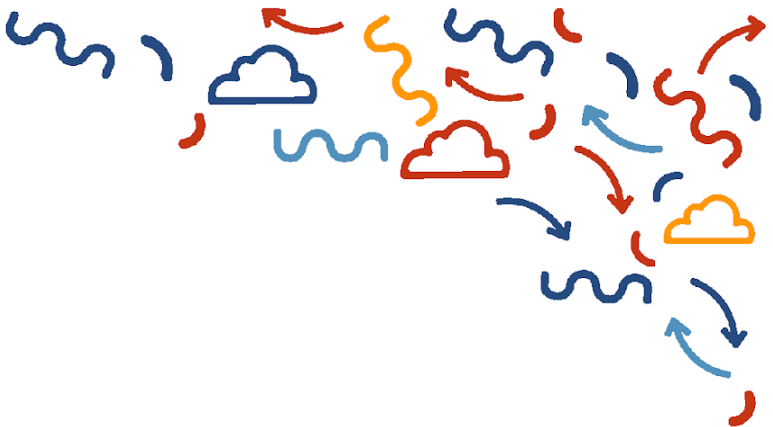
Průběh aktivity:

Zvládnete společně postavit stavebnici?

1. Vezměte si klacíky dle počtu lidí ve skupině - polovinu kratších a polovinu delších (je-li vás lichý počet, pak méně vezměte kratších klacíků). Jejich taháním z ruky si rozlosujete role ve skupině.
2. Ti s kratšími klacíky si zaváží oči a mají za úkol postavit stavebnici z kostek rozmístěných v prostoru. Druhá polovina je slovně naviguje tak, aby našli kostičky a správně podle předlohy je postavili.
3. Po postavení se můžete prohodit, nebo vyzvat další skupinu a udělat stavěcí souboj.

Reflektivní otázky:

- Jak se vám dařilo?
- V jaké roli jste se cítili lépe?
- Staráte se během programů kmene o psychické a fyzické bezpečí jednotlivců? Jak?



Lidská pyramida

#pohyb #teambuilding

Průběh aktivity:

Dokážete se podržet?

1. Vyberte si podle obrázků typ lidské pyramidy, kterou chcete vytvořit ze svých těl. Zvažte váš počet i vaše fyzické možnosti. Pozor na bezpečnost.
2. Postavte ji.
3. Bylo to jednoduché a máte chuť na větší výzvu? Vyberte si jinou variantu pyramidy a zkuste ji.

Reflektivní otázky:

- Podle čeho jste obrázek vybírali?
- Jakým způsobem jste se rozhodovali?
- Vyhovovalo rozhodnutí všem?
- Jak probíhá vaše rozhodování ve skupině obecně? Jste s tím spokojeni?

Ešus plný malých dobrodružství

#přemýšlení #plán

Průběh aktivity:

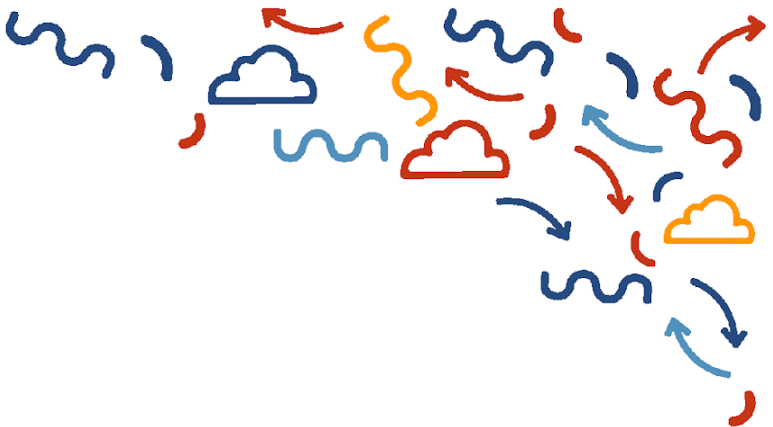
Co by vás lákalo příští rok zažít?

Vezměte si do skupiny ešus a lístečky (pro každého 2 - 4).

1. Na každý lístek napište jednu aktivitu, kterou by vás lákalo prožít ve vaší skupině. Lístek přeložte a vložte do ešusu.
2. Kdo z vás chce co zažít? Postupně každý z vás vylosuje jeden lísteček a přečte ho nahlas. Ostatní přemýšlí, kdo ho napsal. Ten, kdo losoval, pomalu počítá pět, čtyři, tři dva, jedna, teď. Poté každý ukáže na toho, o kom si myslí, že lísteček psal. Lístičky shromažďujte vedle sebe. Stejně dávejte na sebe.
3. Co vyberete? Každý může dát každému lístečku 0 - 2 hlasy, čárky. Které lístečky mají nejvíce hlasů? Zapište si je do Roproknížek. Co bude první krok k realizaci?

Reflektivní otázky:

- Víte ve skupině, kdo co chcete zažít?
- Bavíte se o tom společně?
- Nacházíte pro své nápady ve skupině přijetí, nebo naopak odmítavé hlasy?
- Promítnou se vaše nápady v celoročním plánu? Staráte se během programů kmene o psychické a fyzické bezpečí jednotlivců? Jak?



Ciferník života aneb služba sobě

#přemýšlení #plán

Průběh aktivity:

Máme čas na roving?

1. Jak vypadá můj obvyklý týden? Zaznamenejte si každý do své tabulky týdne v Roproknížce, jak vypadá váš běžný týden - pomohou vám v tom tyto otázky: Kolik času mi zabírají jaké aktivity během běžného dne? Co všechno potřebuju udělat a jak dlouho mi to trvá? Kdy chodím spát? Jak dlouho jím? Kolik času strávím ve škole nebo v práci?
2. Podívejte se každý sám na tabulku a poznamenejte si, cokoliv vás k tomu napadá. Např. Co bys chtěl*a stejně, co bys chtěl*a jinak? Prokrastinuješ? Čím a jak dlouho? Čemu bys rád věnoval*a více času? Chceš spát tolik hodin, kolik spíš teď? apod.
3. (Pokud to stihnete, zkuste si do ciferníku v Roproknížce dopsat, jak byste chtěli, aby vypadal váš ideální den (na základě vašich poznámek z kalendáře). Můžete se k tomu vrátit i později, třeba doma.)
4. Společná reflexe ve skupině - vyberte si jednu až dvě otázky (viz Reflexivní otázky).

Reflexivní otázky:

- Jak do vašich ciferníků zapadá roving?
- Kolik času věnujete nebo chcete věnovat rovingu, aby to bylo tak, jak byste rádi?
- Co vás ve vašich záznamech trávení času překvapilo? Čemu se chcete věnovat více, ale teď na to nemáte čas? Dokážete si jej najít?

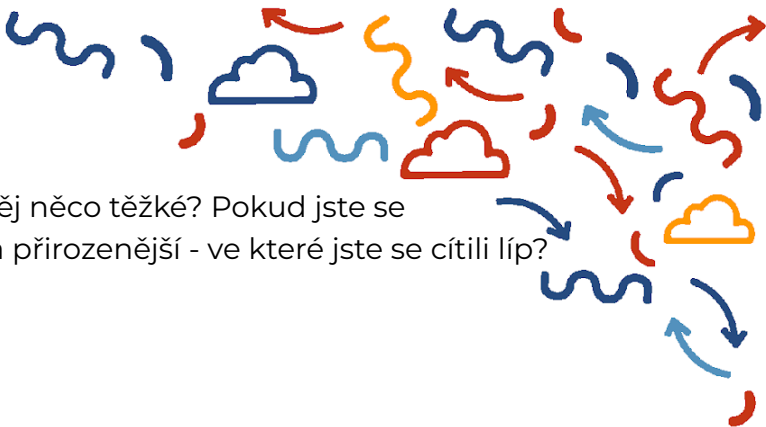
Nováčci, provázející, putující!

#pohyb #teambuilding

Průběh aktivity:

Máš o koho se opřít?

1. Rozdělte se ve skupině na polovinu - v jedné by měli být méně zkušení v rovingu, v druhé zkušenější. Pokud to nelze určit, rozdělte se jakkoliv napůl.
2. Na louce je vyznačená trasa z bodu A do bodu B a v rámci trasy jsou před vámi překážky/úkoly. Vaším úkolem je, aby vždy ve dvojici jeden zkušenější hladce provedl danou trasu méně zkušeného RS (ten má zavázané oči). Používáte pouze slovní navigaci. Pokud stihnete trasu rychle, vyměňte si role.
3. Na závěr si ve dvojici řekněte, jak se vám aktivita realizovala. Cítil se "slepý" bezpečně? Potřeboval by pro větší důvěru něco jinak?



A jak vnímal aktivitu průvodce - bylo pro něj něco těžké? Pokud jste se prohodili, řekněte si, která z rolí pro vás byla přirozenější - ve které jste se cítili líp?

Reflektivní otázky:

- Máte všichni možnost si říct o pomoc někomu zkušenějšímu? Komu?
- A pokud ne, jak byste to mohli změnit? Jak se cítíte ve skupině?
- Máte se o koho opřít?

DISKUZE

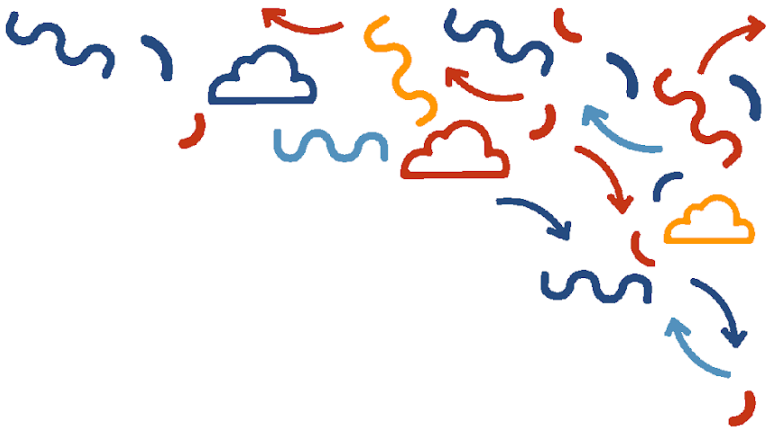
Otázky k zamyšlení:

- Bylo někdy na tvém středisku funkční roverské společenství? Kdo byli jeho členové, kteří by vám mohli pomoci s tvorbou programu?
- Jaká je symbolika vašeho roverského společenství? Máte název, znak a kmenové tradice? Proč ano, proč ne? Nemáte a chcete?
- Máte předem stanovený plán akcí kmene?
- Proč ano, proč ne? Jakou formou jej máte/ chcete mít? Máte vedoucího roverského kmene?
- Jaké jsou jeho úkoly? Proč je dobré jej mít nebo proč jej nechcete?
- Jakým způsobem se chcete se společenstvím zapojit do života mimo středisko?
- Existuje ve vašem okolí další roverské společenství (kmen, neformální roverská skupina, atd.)?
- Chcete s nimi něco podniknout? Co?
- Jaké je současné zázemí vaší roverské skupiny?
- Můžete je nějak vylepšit?
- Staráte se během programů kmene o psychické a fyzické bezpečí jednotlivců? Jak?
- Co očekáváme od roverského kmene?

Zelená trasa

- určena již fungujícím kmenům a společenstvím
- [Roproknížka](#) k zelené trase
- veškeré aktivity včetně materiálů k tisku najdete [tady](#)

Aktivity k trase



Kdo jsme?

#kreativita #přemýšlení

Průběh aktivity:

Co nás spojuje?

1. V prvních 5 minutách se zamyslete nad tím, co máte ve skupině společného. Položte si otázku "Co vás spojuje a v čem jste odlišní? Co máte společného (znak, barvu, tradice, rituály, pokřik apod.)?" Na základě vašich odpovědí diskutujte nad nápady, jak by mohl vypadat váš kmenový znak/erb.
2. V dalších 10 minutách máte za úkol tento znak/erb nakreslit na ležící papír pomocí fixy připevněné na provázcích. Každý z vaší skupiny drží jednou rukou provázek připevněný k fixe, papíru se nesmíte dotýkat. Pro větší výzvu můžete pod znak společně napsat název své skupiny/kmene.

V závěru věnujte čas na reflexi a zodpovězení následujících otázek: Proč jsme zvolili právě tento znak? Jak se mi pracovalo v skupině? Jak jsme komunikačně zvládli domluvu strategie a výběr znaku, který nás reprezentuje?

Reflektivní otázky:

- Co vás spojuje a v čem jste odlišní?
- Co máte společného (znak, barvu, tradice, rituály, pokřik, ...)?

Vzájemné pojmenování

#přemýšlení #teambulding

Průběh aktivity:

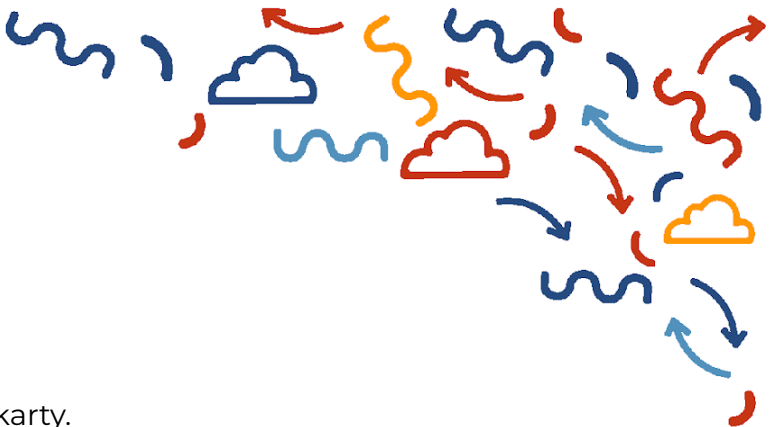
Co každý z nás do naší skupiny přináší?

1. Vezměte si papír a napište na něj otázku Co přináším do naší skupiny? Nalepte si vzájemně papír na záda.
2. Každý napište každému alespoň jednu větu jako odpověď na otázku. Hledejte a pište to pozitivní, čím je druhý přínosem. Při přemýšlení můžete využít doplňující otázky: Co bys se mnou chtěl*a zažít? Který typ úkolů bys mi svěřil*a? V jakém ohledu se na mě dá spolehnout?
3. Sundejte si papíry, každý si je přečtete a vezměte si je s sebou. Máte-li chuť, můžete je posdílet cestou na další aktivitu.

Reflektivní otázky:

Co kdo přináší do vaší skupiny?

Co dělá vaši skupinu originální a jedinečnou? Chybí vám ve skupině někdo s určitou kvalitou? Znáte někoho, koho byste mohli pozvat?



Komunikace v naší partě

#přemýšlení #teambulding

Průběh aktivity:

1. Na stanovišti jsou vytištěné komunikační karty.
2. Varianta pro sudý počet lidí: Rozdělte se ve skupině do dvojic. Každý si z balíčku vylosujte jednu kartu s otázkou. Ve dvojicích si navzájem položte otázky, které máte na kartičkách. Až si odpovíte, tak si kartičky vyměňte a najděte si do dvojice někoho nového. Několikrát se vyměňte. Můžete si pak vzít jiné otázky a jet ještě další kolo výměn.
3. Varianta pro lichý počet lidí: Vyložte všechny karty před sebe a vyberte tři až pět, na které si spolu všichni odpovíte.
4. Posdílejte, co vás zaujalo - která otázka a čím odpověď? Případně si odpovězte na další otázky.

Reflektivní otázky:

- Jak v kmeni máte nastavenou komunikaci? Co o sobě navzájem víte? Jak řešíte případné konflikty? Řešíte v kmeni odlišné názory na jeho vedení nebo vedení oddílů?
- Máte nastavené, kdy a jak se o tom spolu bavíte?

Společenství a parta

#pohyb #teambulding

Průběh aktivity:

Dokážete se podržet?

1. Vyberte si podle obrázků typ lidské pyramidy, kterou chcete vytvořit ze svých těl. Zvažte váš počet i vaše fyzické možnosti. Pozor na bezpečnost.
2. Postavte ji.
3. Bylo to jednoduché a máte chuť na větší výzvu? Vyberte si jinou variantu pyramidy a zkuste ji.

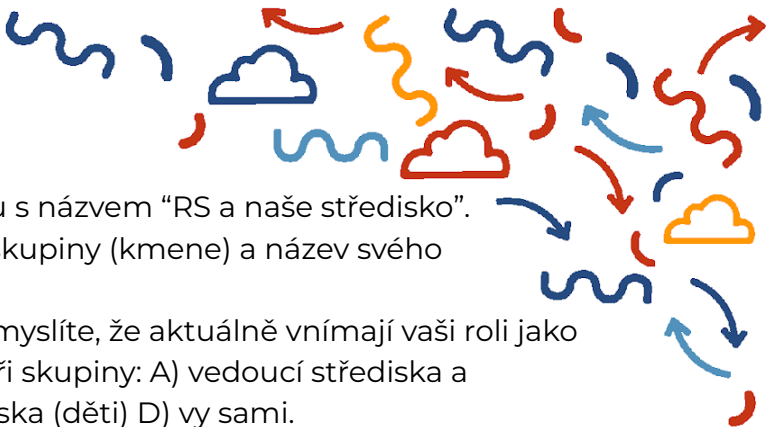
Reflektivní otázky:

- Jaká je atmosféra ve vašem kmeni?
- Jak se vám ji daří udržet/posílit, abyste se cítili dobře?
- Jak se společně organizovat a domlouvat ve velké skupině?
- Jak probíhá vaše rozhodování ve skupině obecně? Jste s tím spokojeni?

RS a středisko k sobě patří

#přemýšlení #plán

Průběh aktivity:

- 
1. Vezměte si před sebe myšlenkovou mapu s názvem “RS a naše středisko”.
 2. Do prostředního pole napište název své skupiny (kmene) a název svého střediska.
 3. Do polí nejbližší ke středu doplňte, jak si myslíte, že aktuálně vnímají vaši roli jako roverů a rangers u vás na středisku tyto čtyři skupiny: A) vedoucí střediska a středisková rada B) oddíly C) členové střediska (děti) D) vy sami.
 4. Do bublin navazujících na ty předchozí si pak dopište, jak byste chtěli, aby vás jako RS na středisku vnímali - zase z pohledu všech čtyř skupin: A) vedoucí střediska, B) oddíly, C) členové střediska, D) vy sami.
 5. Nakonec si z druhé strany můžete sepsat, co byste sami mohli udělat pro to, abyste se z prvních bublin posunuli do druhých a kdo vám s tím může pomoci

Reflektivní otázky:

- Podporuje vás středisko i v jiné činnosti než v práci pro dětské oddíly?
- Pokud ne, napadají vás argumenty, jak je
- přesvědčit?
- Účastní se alespoň někteří členové vašeho kmene (skupiny) střediskové rady?
- Jaké příležitosti zapojení jsou ve vašem středisku? Máte pocit, že se zapojit může každý, kdo chce?
- Napadají vás činnosti, které by vás bavily a zároveň by z nich středisko mohlo profitovat?

Co to vlastně děláme?

#přemýšlení #plán

Průběh aktivity:

Jaké aktivity v kmeni děláme v rámci 5 oblastí roverské cesty?

1. Každý si vezměte alespoň 10 lístečků a na ně napište, co společně v kmeni typicky (nejčastěji/rádi) děláte na svých akcích.
2. V dalším kroku nasdílejte, co jste napsali. Na papíře před sebou máte zobrazeno pět oblastí roverské cesty a pole s nápisem “Chceme v tom pokračovat”. Roztřídte svoje lístečky do oblastí podle toho, kterou z nich danou aktivitou rozvíjíte. Vemte si k ruce popis oblastí a témat (pro lepší představu, co vše obsahují). Tím si zmapujete, jaké oblasti se věnujete více a jaké méně. Řekněte si pak, v jakých oblastech máte zatím rezervy nebo co se vám naopak daří pokrývat velmi dobře. Výsledky si запиšte do Roproknížky.
3. Následně vyberte z aktivit ty, které chcete určitě zachovat a dejte si je do pole “Chceme v tom pokračovat”.
4. Zamyslete se také nad tím, jestli máte na lístečkách takové aktivity, které dál už dělat nechcete, popř. zda by nebylo vhodné něco nahradit apod. Lístečky s aktivitami pro zachování si můžete odvézt z Obroku (např. v Roproknížce).

Reflektivní otázky:

- Jste spokojeni s momentální podobou programu vašeho kmene?
- Děláte pořád dokola ty samé programy?
- Baví program vašeho kmene všechny členy?
- Máte na kmen dost času?
- Jak často míváte akce/schůzky?
- Jste s touto frekvencí spokojeni?

Co budeme a chceme dělat?

#pohyb #plán

Průběh aktivity:

1. Na stromech u louky visí lístečky s tématy roverského rozvoje. Vaším cílem je sesbírat 10 lístečků tak, abyste měli aspoň jedno téma z každé oblasti roverské cesty (pokud jste byli na aktivitě "Co to vlastně děláme", hledejte témata, která chcete posílit). Lístečky sbíráte ve dvojici - sebrat ho může pouze člověk, který se pohybuje poslepu, za navádění druhého z dvojice. Můžete se prostřídat.
2. Až budete mít 10 témat, otevřete si Roproknížku, kde máte tabulku s 12 poli podle měsíců v roce. Dohodněte se, co který měsíc v příštím skautském roce uděláte za aktivitu na dané téma, které jste si přinesli. Vymýšlejte různé cesty a způsoby, jak by se téma dalo uchopit.

Reflektivní otázky:

- Jak by vypadaly vaše vysněné aktivity a je možné je alespoň částečně uskutečnit?
- Jak na tvorbu programů s přesahem?
- Víte, jak na složitější aktivity (duchovní programy, psychicky/fyzicky náročné aktivity)?
- Víte, kde byste mohli hledat metodickou podporu? Kde brát inspiraci k programům?
- Kdy a jak tvořit RS akce, když všichni členové kmene aktivně vedou dětské oddíly?

Služba

společnosti #plán #kreativita

Průběh aktivity:

1. Na stanovišti je rozmístěno šest karet s různými druhy služby. Z druhé strany karet najdete drobné úkoly ilustrující daný typ služby. Vaším cílem je za 15 minut splnit všechny. 2.

Na všechny úkoly není vždy potřeba plný počet lidí, rozložte své síly tak, abyste zvládli vše.

3. Typy služby:

- a.pomoc obci
- b.ochrana přírody
- c.znevýhodněné děti

d.pomoc handicapovaným e.kultura
f.zapojení ve středisku (všichni)

Reflektivní otázky:

- Jaké téma služby vás v kmeni nyní aktuálně nejvíce oslovuje a proč?
- Jaké zajímavé nápady na službu vás v poslední době zaujaly?
- Máte v kmeni nějakou tradiční formu služby společnosti?
- A přijde vám stále funkční a aktuální?
- Případně je možné ji vylepšit?

Nováčci, provázející, putující!

#pohyb #teambuildingPrůběh aktivity:

Máš o koho se opřít?

1. Rozdělte se ve skupině na polovinu - v jedné by měli být méně zkušení v rovingu, v druhé zkušenější. Pokud to nelze určit, rozdělte se jakkoliv napůl.
2. Na louce je vyznačená trasa z bodu A do bodu B a v rámci trasy jsou před vámi překážky/úkoly. Vaším úkolem je, aby vždy ve dvojici jeden zkušenější hladce provedl danou trasu méně zkušeného RS (ten má zavázané oči). Používáte pouze slovní navigaci. Pokud stihnete trasu rychle, vyměňte si role.
3. Na závěr si ve dvojici řekněte, jak se vám aktivita realizovala. Cítil se "slepý" bezpečně? Potřeboval by pro větší důvěru něco jinak? A jak vnímal aktivitu průvodce - bylo pro něj něco těžké? Pokud jste se prohodili, řekněte si, která z rolí pro vás byla přirozenější - ve které jste se cítili líp?

Reflektivní otázky:

- Máte všichni možnost si říct o pomoc někomu zkušenějšímu? Komu?
- A pokud ne, jak byste to mohli změnit? Jak se cítíte ve skupině?
- Máte se o koho opřít?

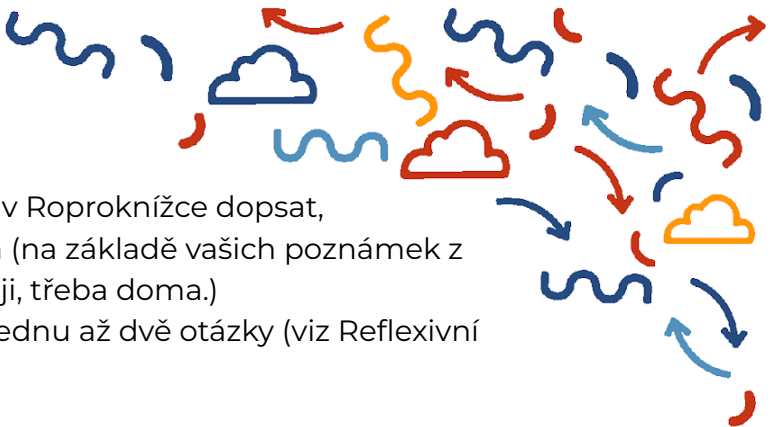
Ciferník života aneb služba sobě

#přemýšlení #plán

Průběh aktivity:

Máme čas na roving?

1. Jak vypadá můj obvyklý týden? Zaznamenejte si každý do své tabulky týdne v Ropronížce, jak vypadá váš běžný týden - pomohou vám v tom tyto otázky: Kolik času mi zabírají jaké aktivity během běžného dne? Co všechno potřebuju udělat a jak dlouho mi to trvá? Kdy chodím spát? Jak dlouho jím? Kolik času strávím ve škole nebo v práci?
2. Podívejte se každý sám na tabulku a poznamenejte si, cokoli vás k tomu napadá. Např. Co bys chtěl*a stejně, co bys chtěl*a jinak? Prokrastinuješ? Čím a jak dlouho? Čemu bys rád věnoval*a více času? Chceš spát tolik hodin, kolik spíš teď? apod.



3. (Pokud to stihnete, zkuste si do ciferníku v Roproknížce dopsat, jak byste chtěli, aby vypadal váš ideální den (na základě vašich poznámek z kalendáře). Můžete se k tomu vrátit i později, třeba doma.)

4. Společná reflexe ve skupině - vyberte si jednu až dvě otázky (viz Reflexivní otázky).

Reflexivní otázky:

- Jak do vašich ciferníků zapadá rovinging?
- Kolik času věnujete nebo chcete věnovat rovingingu, aby to bylo tak, jak byste rádi?
- Co vás ve vašich záznamech trávení času překvapilo? Čemu se chcete věnovat více, ale teď na to nemáte čas? Dokážete si jej najít?

DISKUZE

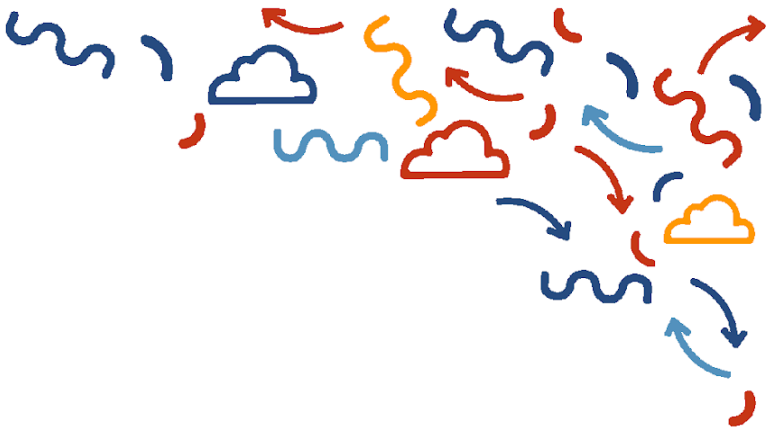
Otázky k zamyšlení:

- Co vás spojuje a v čem jste odlišní? Co máte společného (znak, barvu, tradice, rituály, pokřik, ...)?
- Máte v týmu rozdělené role podle toho, kdo chce co dělat? Jste spokojeni s momentální podobou programu vašeho kmene?
- Reaguje váš program na potřeby jednotlivců?
- Jak by vypadaly vaše vysněné aktivity a je možné je částečně uskutečnit?
- Jaká je atmosféra ve vašem kmeni? Jak se vám ji daří udržet/posilovat, abyste se cítili dobře?
- Máte všichni možnost říct si o pomoc někomu zkušenějšímu? Komu? A pokud ne, jak byste to mohli změnit?
- Jaké příležitosti zapojení jsou ve vašem středisku? Máte pocit, že se může zapojit každý? Pokud ne, co se s tím dá dělat? Jaké téma služby vás v kmeni nyní aktuálně nejvíce oslovuje a proč?
- Kdy naposledy jste přemýšleli či dokonce mluvili o Nejvyšší Pravdě a Lásce? Bylo to snadné nebo obtížné a proč? Jak zvládáte kombinovat jiné koníčky a život v kmeni? Napadají vás lepší způsoby jak na to?
- Je pro tebe jako jednotlivce udržitelné, jak v kmeni fungujete?

Žlutá trasa

- určena jednotlivcům, kteří momentálně nejsou součástí nějakého společenství či kmene
- [Roproknížka](#) ke žluté trase
- veškeré aktivity včetně materiálů k tisku najdete [tady](#)

Aktivity k trase



Kaligramy

#kreativita #jednotlivec #přemýšlení

Průběh aktivity:

Jaký*á jsem?

Kdy sis naposledy pokládal*a otázky: Jaký*á jsem? Jaké mám dobré vlastnosti?

Projdi se v okolí a přemýšlej. Hledej, v čem jsi dobrý*á. Když najdeš lísteček s vlastností, která k tobě pasuje, vezmi si ho.

Až budeš spokojený*á s počtem a spektrem posbíraných vlastností, které ti jsou vlastní, vezmi si lepidlo a tužku a vytvoř si svůj vlastní kaligram do Roproknížky.

Co je to kaligram? V kaligramu jsou slova uspořádána specifickým způsobem, aby vytvořila obrázek nebo obrázek související s tématem textu, básně. Můžeš se inspirovat vyvěšenými příklady.

Reflektivní otázky:

- Nad čím jsi přemýšlel*a, když ses procházel*a a nacházel*a jsi dobré vlastnosti?
- Bylo pro tebe lehké nebo těžké vybírat, kterou si vezmeš?
- O čem vypovídá tvůj kaligram?

Objevuj svou vlastní cestu

#kreativita #jednotlivec #přemýšlení

Průběh aktivity:

Co bys chtěl*a zažít?

Někdy je obtížné jít svou vlastní cestou a nepodlehnout tlaku okolí. Ať už jde o to, jak máš vypadat, co máš dělat nebo jaký máš mít názor. A přitom najít sebe sama je v roverském věku možná to nejdůležitější. Tvou výhodou může být to, že roverské (resp. skautské) společenství ti nabízí hodnoty a prostředí, ve kterém můžeš dělat chyby a učit se z nich. Využij toho, objevuj své silné stránky, zkoumej, co tě baví a co může být třeba zárodkem tvé budoucí profese.

Využij čas k přemýšlení a pošli pomocí Roproknížky vzkaz svému budoucímu já.

Reflektivní otázky:

- Jak se ti text psal?
- Jaký může být první krok pro naplnění toho, co sis napsal*a?
- Kde si dopis svému budoucímu já uschováš a kdy se na něj budeš chtít podívat?

Putování rovingem

#seznámení

Průběh aktivity:

Co tě čeká na roverské cestě?

Projdi symbolicky roverskou cestu a zjisti, jak to mají další kolem tebe.

1. Vezmi si kartičky s obrázky. Seřaď si je postupně tak, jak je napsáno na str. 12

Roproknížky. Navrchu bys měl*a mít kartičku se vstupním rituálem. Zespod každé kartičky je otázka, kterou využijete v následujících krocích.

2. Tvým úkolem je nyní potkat někoho, kdo má také navrchu kartičku se vstupním rituálem. Představte se, otočte na otázku a povídejte si. Poté si stříhněte. Kdo vyhraje, dá kartičku s rituálem dospod.

3. Teď je tvým cílem potkat se s někým, kdo má navrchu stejnou kartičku jako ty (možná to bude stále ta s rituálem, možná už jiná). Položte si otázku z kartičky, opět si stříhněte a výherce opět svou kartu dává dospod.

4. Podle stejného klíče postupuješ dál, až najdeš někoho, kdo má také navrchu závěrečný rituál. V tu chvíli si můžete pogratulovat, hra pro vás končí.

Reflektivní otázky:

- Co jsi z roverské cesty už zažil*a? Je něco, na co se těšíš?
- Co je pro tebe výzvou?

Tangramová symbolika

#přemýšlení #kreativita

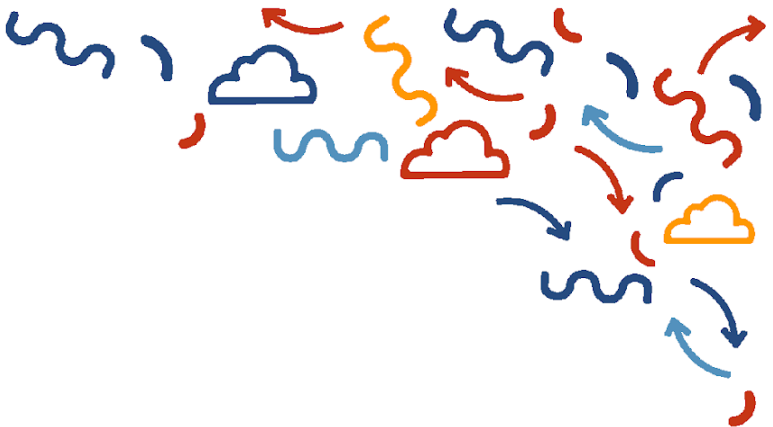
Průběh aktivity:

Jak nás spojují symboly?

Poskládej roverské symboly. Můžeš skládat sám*sama, nebo s někým dalším. Když složíš symbol, přečti si v Roproknížce na straně 14, co znamená. Pokud skládáš s někým, využij reflektivní otázky a sdílejte společně, co pro vás roverské symboly znamenají, kde je vídáte a jak je používáte.

Reflektivní otázky:

- Věděl*a jsi, co znamená rozdvojení roverské hole? Kdy jsi naposledy potkal*a hloh?
- Ochutnal*a jsi někdy hloh?
- Jakou má chuť?
- Kde vídáš znak RS?
- Věděl*a jsi, co znamená?



Týdenní diář

#jednotlivec #přemýšlení

Průběh aktivity:

Jak trávím svůj čas?

Týden má sedm dní. Pro někoho je to málo, pro jiného moc či akorát. Vezmi si Ropronížku a nalistuj si stránku s týdenním diářem. Vyplň si, co který den děláš. Je jasné, že se dny mění - vyber si tvůj průměrný týden. V kolik vstáváš, v kolik chodíš spát? Kolik hodin se učíš? Kolik hodin se díváš do displejů? Kdy chodíš na skautské schůzky?

Až vše pečlivě vyplníš, zamysli se a do Ropronížky vyplň, jak jsi s trávením svého času spokojený*á. Co bys chtěl*a zachovat? Co bys chtěl*a změnit a proč?

Reflektivní otázky:

- Co bys chtěl*a od příštího školního roku mít jinak? Co pro to můžeš udělat?
- Co bude tvůj první krok, který ke změně uděláš?

RS meme

#kreativita #jednotlivec #přemýšlení

Průběh aktivity:

Co mi samostatný roving dává za možnosti?

V rovingu člověk není nikdy úplně sám, protože je součástí společenství RS v celé republice. Přesto ne každý má roverský kmen nebo jinou roverskou partu poblíž.

Ztvárni pomocí meme, co ti dává (může dávat) samostatný roving za možnosti.

Vyber si některé z memeček a doplň ho o text. Poté ho vystav k ostatním.

Reflektivní otázky:

- Jaké místo má roving ve tvém životě?
- Co pro tebe znamená roving a to, že jsi rover*rangers?

Provázený*á

#seznámení #kreativita

Průběh aktivity:

K čemu jsou průvodci a průvodkyně?

Víš, kdo to je průvodce a průvodkyně? Pokud ses s tím nesetkal*a, tak nalistuj stranu 13 v Ropronížce. Symbolicky si vyzkoušej, jak ti průvodce či průvodkyně může pomoci.

1. Najdi si někoho do dvojice. Domluvte se, kdo první bude průvodce*průvodkyně a kdo provázený*á. Provázející si vezme model z kostiček.

- 
2. Provázen*ý si zaváže oči šátkem. Provázející vidí model, který má druhý postavit. Pouze slovní náповědou mu pomáhá ho postavit.
 3. Až se povede model postavit, dvojice se prohodí.
 4. Společně se poté můžete bavit nad reflektivními otázkami.

Reflektivní otázky:

- Jaké to je, když si potřebuješ nechat od někoho nechat pomoci?
- S čím by ti mohl*a průvodce*kyně v rovingu pomoci? Co bys od něj*ní potřeboval*a?

Za hranice

#jednotlivec #přemýšlení

Průběh aktivity:

Na jaký příběh RS chceš navázat?

Projdi si příběhy RS, kteří vyrazili za hranice. Jaké vyprávění tě zaujme? Co bys také chtěl*a zažít? Pokud něco takového najdeš, zapiš si to!

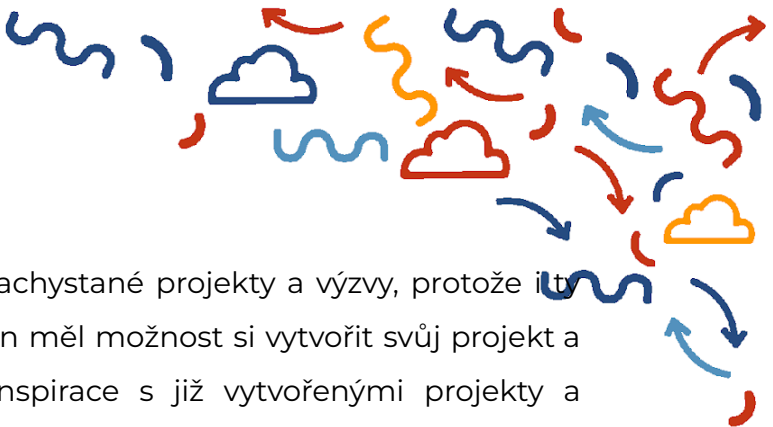
Reflektivní otázky:

- Co by pro tebe ve skautském životě aktuálně mohlo být výzvou?
- Jak naplňuješ roverské heslo "Sloužím" ve svém životě?

DISKUZE

Otázky k zamyšlení:

- Jaké místo má roving ve tvém životě? Co pro tebe znamená roving a že jsem rover*rangers?
- Co teď ve skautu/rovingu děláš? Co bys chtěl*a, aby zůstalo stejné a co bys chtěl*a jinak?
- Jak bys chtěl*a, aby vypadal tvůj skautský/roverský život dál? Co chceš dělat? S kým a kde ho chceš trávit?
- Co chceš ve skautu/rovingu zažít?
- Potřebuješ pro aktivní roverský život společenství? Proč? Co ti dá, když jej budeš/nebudeš mít?
- Máš svého průvodce*průvodkyni? S čím by ti mohl v rovingu pomoci? Co bys od něj*ní potřeboval*a?
- Pokud nemáš - Kdo by mohl být tvým průvodcem? Jaký bych chtěl*a, aby byl a co od něho čekám?
- Co by pro tebe ve skautském životě aktuálně mohlo být výzvou? Jak naplňuješ roverské heslo "Sloužím" ve svém životě? Kdo nebo co je pro mě ve skautu inspirací? Pro koho jsi vzorem nebo inspirací ty?
- Chci si najít společenství?
- Bylo někdy na tvém středisku funkční roverské společenství? Kdo byli jeho členové? Mohli by pomoci při založení/obnovení nového roverského společenství?
- Kdo by měl ve tvém okolí chuť taky založit kmen?
- Existuje ve tvém okolí regionální roverské společenství? Pokud ano, jak se k němu můžeš přidat?



Projekty a Výzvy

Ve druhé části Ropra byli pro účastníky nachystané projekty a výzvy, protože i ty jsou velkou součástí rovingu. Každý kmen měl možnost si vytvořit svůj projekt a jednotlivci výzvu. Příkladáme databázi inspirace s již vytvořenými projekty a výzvami, které se svým kmenem můžete uspořádat, ale i zdroje kde se můžete dozvědět víc o pěti oblastech rovingu nebo samotné nové roverské metodice.

Vzory projektů a výzev

Checklist k tvorbě projektů

Připravili jsme taky checklist k tvorbě projektů aby jste při plnění na něco nezapomněli. Když budete společně nad projektem přemýšlet zkuste se zamyslet i nad otázkami, které v checklistu jsou, tak aby byl váš projekt co nejlepší.

□OBTÍŽNOST: Je pro nás projekt přiměřeně náročný? Není moc jednoduchý, nebo naopak moc složitý?

- *Myslíme na přiměřenost - všichni se chceme na společném projektu něco nového naučit a posunout se dál.*

□ZAMĚŘENÍ: Co chceme projektem u nás ve skupině i u jednotlivců rozvinout? Rozvíjí nás projekt v tom, co zrovna potřebujeme z některých roverských oblastí?

- *Myslíme na vyváženost - v průběhu své roverské cesty se věnujeme všem pěti oblastem.*
- *Myslíme na participaci - zapojujeme všechny ve skupině (už při vymýšlení).*

□UŽITEČNOST: Je projekt užitečný nám či našemu okolí? Směřují aktivity do reálného světa a reagují na skutečné potřeby?

- *Myslíme na jedinečnost naší situace - každá roverská skupina je jiná, každá doba je jiná.*
- *Myslíme kriticky - poznáváme skutečné potřeby toho čemu/komu chceme prospět a zvažujeme, zda a jak je to v našich silách.*



POTŘEBY: Vyžaduje plnění projektu nějaké pomůcky, speciální prostředí, spolupráci s někým mimo skupinu? Máme ke všemu přístup?

- *Myslíme na připravenost - promýšlení a plánování je klíč k úspěchu.*
- *Myslíme na spolupráci - opravdová partnerská spolupráce s někým dalším je přínosem.*

□ ČAS: Jak dlouho projekt potrvá a kolik času nám zabere? Kdy se jeho plnění budeme věnovat?

- *Myslíme na udržitelnost - přemýšlíme realisticky o našem společném time-managementu.*

□ VYKROČENÍ: Kdy chceme projekt plnit? Co bude náš první krok?

- *Myslíme na motivaci - naplánovat si první krok pomáhá k uskutečnění.*

Checklist k tvorbě výzev

□ POTŘEBY: Vyžaduje si plnění výzvy nějaké pomůcky nebo speciální prostředí? Mám ke všemu přístup?

- *Myslím na přiměřenost - roverská výzva není jen bezobsažný hec, ani cesta do vesmíru.*

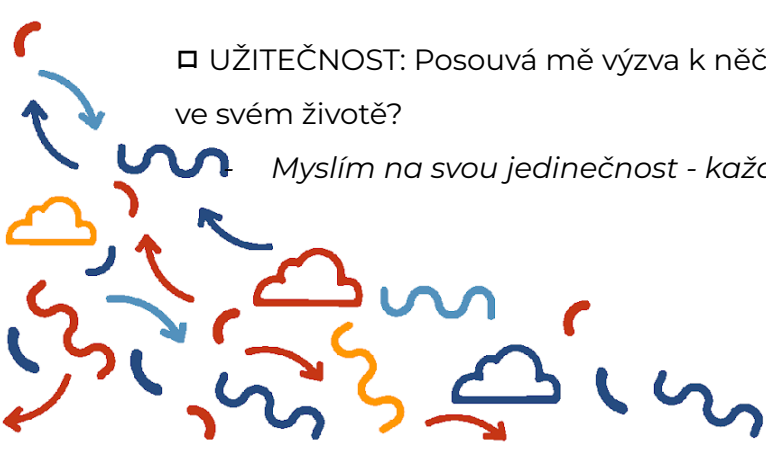
□ OBTÍŽNOST: Je pro mě aktivita přiměřenou výzvou? Není pro mě moc jednoduchá, nebo naopak moc složitá?

- *Myslím na vyváženost - v průběhu své roverské cesty se věnuji všem pěti oblastem.*

□ ZAMĚŘENÍ: Co chci aktivitou u sebe rozvinout? Rozvíjí mě moje výzva v tom, co zrovna potřebuji v některé z roverských oblastí?

- *Myslím na vyváženost - v průběhu své roverské cesty se věnuji všem pěti oblastem.*

□ UŽITEČNOST: Posouvá mě výzva k něčemu, co využiji v budoucnu ve svém životě?

- *Myslím na svou jedinečnost - každý směřuje ke své (skautské) dospělosti.*
- 



□ ČAS: Jak dlouho výzva potrvá a kolik času mi zabere? Kdy se jejímu plnění budu věnovat?

- *Myslím na udržitelnost - přemýšlím realisticky o svém time-managementu.*

□ VYKROČENÍ: Kdy chci výzvu plnit? Co bude můj první krok?

Myslím na přiměřenost - roverská výzva není jen bezobsažný hec, ani cesta do vesmíru.

- *Myslím na motivaci - naplánuvat si první krok pomáhá k uskutečnění.*

[Vše o roverském programu a roverské cestě](#)

3. Inspiromat

Poslední a třetí částí Ropra byl inspiromat. Každý kdo chtěl tak mohl s ostatními sdílet svou oblíbenou roverskou či oddílovou aktivitu a projekt. Všechny plakáty jsme vám naskenovali a doporučujeme přečtení obří dávky inspirace. Věříme, že ty spoustu aktivit her a projektů, budou atraktivní i pro váš kmen.

- [Inspiromat](#)

Skautské kapitoly

Autorka: Hádej

úvodní text: Skautské kapitoly, tedy zkušené i méně zkušené skautské osobnosti zastávající různé funkce – od členů a členek VRJ po vůdce vůdkyně oddílů. Ty s nimi budeš moct diskutovat a vyptat se na jejich práci, tipy do svého oddílu či osobního života, ukážou ti možnosti a inspirují v tom, kam se můžeš ve skautingu posouvat. Nečekej tedy nějakou přednášku, ale diskuzi o tom, co tě baví a zajímá. Takže přijď na Zelenou louku diskutovat a podělit se o své vlastní zkušenosti, protože od koho jiného se můžeš dozvědět víc o skautingu, než od skautů z celé republiky a mnoha funkcí?

Vedení oddílu

- **Sára Šváblová – Permi**

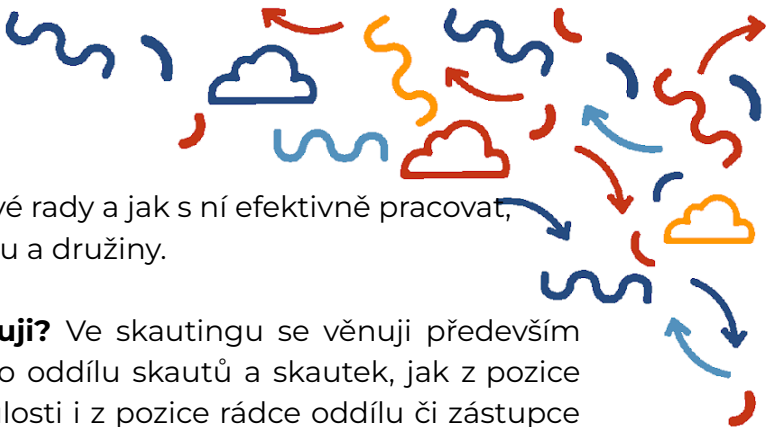
- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Vedu oddíl skautek v Praze, podílím se na přípravě rádcovského kurzu Plamen a čekatelek Tyglík. Aktivně se zapojuji do chodu velkého střediska a jsem členem střediskové rady.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** praktické stránce vedení dívčího oddílu, fungování v oddíle s dětmi s různými psychickými potížemi, zapojení dětí z dětských domovů, aktivním zapojení do vedení střediska a jeho akcí a všem co se vedení oddílu a práce s týmem vedoucích týče.

- **Markéta Steinerová – Vasi**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Vedu oddíl benjamínků v Olomouci, zároveň se podílím na vedení skautek, jsem členka roverského kmenu a jsem instruktorkou na ČLK.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** praktické stránce vedení benjamínků, v čem se to liší od jiných oddílů, jak pro ně dělat výpravy a tábory a jak pro ně zvolit správný program, kolik času to zabere a jak komunikovat s rodiči.

- **Eliška Kroupová – Hádě**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Vedu menší oddíl v Olomouci, který jsem převzala v sedmnácti letech. K tomu se podílím na přípravě rádcovského kurzu KROK a vedu družinu.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** vedení a přebírání oddílu v 17 letech, s tím související urgentní přihlašování na vůdcovský kurz a jak se tam dostat, a o všem, co se praktické stránky vedení oddílu v nízkém věku



týče. Dále o organizaci oddílové rady a jak s ní efektivně pracovat, ale i o kombinaci vedení oddílu a družiny.

- **Tomáš Krampera – Tomek**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Ve skautingu se věnuji především vedení oddílu koedukovaného oddílu skautů a skautek, jak z pozice vedoucího oddílu, tak v minulosti i z pozice rádce oddílu či zástupce vedoucího, na táborech jsem pak hospodářem.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** jaké to je vést oddíl přes celou republiku, jak je složité skloubit plánování tábora s vysokou školou, jak se musíme popasovat s nedostatkem vedoucích, jak probíhalo přebírání oddílu či jak funguje nyní, kdy je nové vedení oddílu rozprchlé různě po republice na vysokých školách.

- **Marek Feik**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Vedu chlapecký oddíl, který má 60 členů.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** jaké to je vést oddíl, do kterého chodí 60 lidí, jakou máme oddílovou strukturu, jak pracovat s tolika lidmi (v oddílové radě je nás s rádci a podrádci okolo 20). Kolik u nás máme výprav a schůzek (velmi mnoho), jaký je třítydenní skautský tábor (v ještě větším počtu lidí) a jaké je ho vést.

Mezinárodní skauting

- **Zuzana Kamlárová – Zuz**

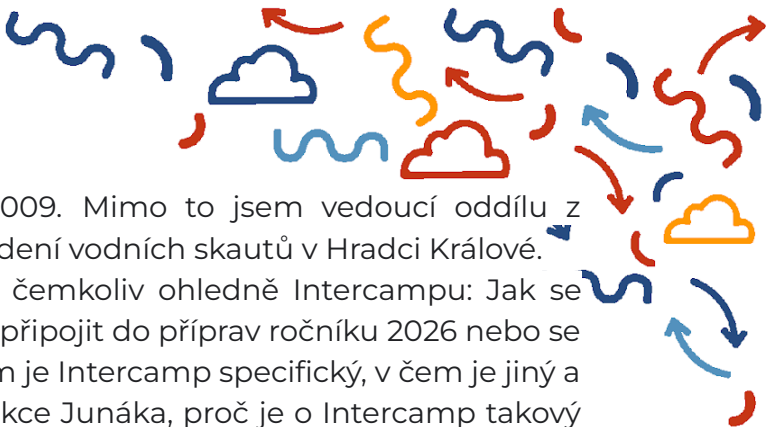
- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Vedu družinu starších skautek, jsem zástupkyní dívčího oddílu, měsíc jsem žila na skautské mezinárodní základně, kde jsem pracovala a starala se o švédské skautíky.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** pobytu a práci na mezinárodní skautské základně. Jak se tam dostat? Co jsem tam dělala? Byl i volný čas? Kolik mě to stálo? A stojí za to? Na jak dlouho jet? Taký se samozřejmě pobavím o zastupování vedoucího oddílu a rádcování družiny.

- **Marek Safy - Terorista**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Intercamp, poskytování a výuce první pomoci, Café Svatopluk
- **Můžeš se se mnou bavit o:** O Intercampu, jak se chystá, jak probíhá, jak se tam dostat, jaké je to na mezinárodní akci, jak musí mít člověk dobrou angličtinu... Ale můžete se mě ptát na cokoli

- **Pavel Král – Šupináč**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Od roku 2015 jsem zástupce Junáka v Intercamp Committee a koordinátor českých kontingentů na tuto akci. V této chvíli chystáme kontingent na Intercamp 2024 a následně 2025, ale zároveň již intenzivně pracujeme na Intercampu 2026. Dříve jsem se zabýval dalšími velkými akcemi Junáka – působil jsem v přípravném týmu CEJ 2024, CMT kontingentu na WSJ 2011 a také v



přípravném týmu Obroku 2009. Mimo to jsem vedoucí oddílu z Náchoda, nově začínám ve vedení vodních skautů v Hradci Králové.

- **Můžeš se se mnou bavit o:** čemkoliv ohledně Intercampu: Jak se dostat na ročník 2025? Jak se připojit do příprav ročníku 2026 nebo se na něj alespoň podívat? V čem je Intercamp specifický, v čem je jiný a v čem stejný než jiné velké akce Junáka, proč je o Intercamp takový zájem, jak nejspravedlivěji vybrat lidi, aby to nebyla klikací soutěž. A vůbec i debata o velkých akcích a zahraničním skautingu v Evropě celkově.

Vedení Junáka

- **Ondřej Vokál – Vokin**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Můj hlavní úkol ve skautu teď je být co nejlepší náčelník a společně s Náčelnictvem dobře rozhybat Strategii 2030.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** Co má dělat Junák v budoucnu? Co je nejpodstatnější pro naše mladší členy? Jaké to je „pracovat“ na ústředí? Co všechno mohu v organizaci v dospělosti dělat? Jsou mladší členové dostatečně zastoupení v rozhodovacích procesech v organizaci? Co je to ta Strategie 2030? Jak proběhl sněm a co to je?

- **Petr Vaněk – Permi**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Jsem místostarosta a šéf komunikace v Junáku.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** skautské komunikaci, co si o skautingu myslí veřejnost, mezinárodním skautingu, apolitičnosti skautingu, skautské službě společnosti, jak funguje Junák jako organizace.

- **Johana Volavková – Jóža**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Byla jsem vedoucí oddílu skautek. Nyní působím jako výchovná zpravodajka ve středisku a jsem druhé volební období členkou Náčelnictva. Nejprve jsem byla volenou členkou NJ, teď jsem místonáčelní.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** Čemkoliv:). Co souvisí s prací v Náčelnictvu, v ústředních orgánech, jakékoliv otázky ohledně organizace, které tě pálí. Prostě cokoli, nemám žádná tabu...D

Pořádání velké akce a zapojení mimo oddíl

- **Františka Rohlíčková**

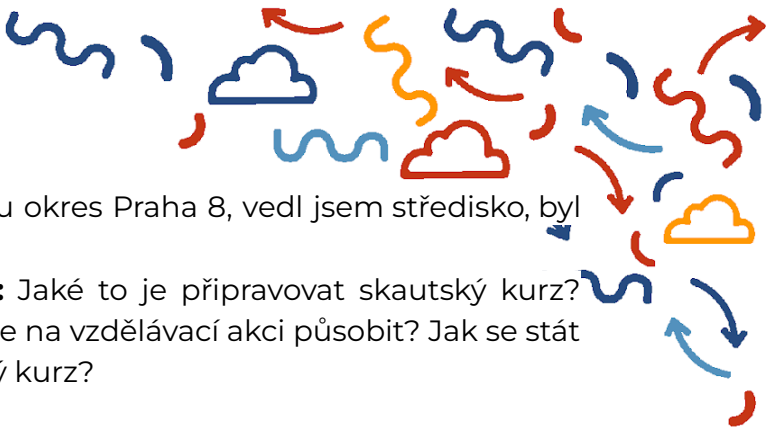
- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Jsem zástupkyně vedoucího komunikace Obroku, takže jsem pro vás připravovala příspěvky na sociální sítě nebo třeba handbook.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** Jak se dělá komunikace velké akce? Jak na sociální sítě? Jak psát článek, sestavit reportáž, napsat tiskovou zprávu nebo mluvit na mikrofon?

- **Jaroslav Rajl – Kaktus**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Jsem instruktor na Gemini.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** Jaké to je připravovat skautský kurz? Bere to čas? V jakých rolích lze na vzdělávací akci působit? Jak se stát instruktorem? Jak založit nový kurz?

- **Vojtěch Staněk – Kakt**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Věnuji se instruktorování na Gemini, předtím jsem pomáhal zakládat ČLK Cobyne a působil na ČLK



Sursum a ČK Srnky. Také vedu okres Praha 8, vedl jsem středisko, byl jsem hospodářem střediska.

- **Můžeš se se mnou bavit o:** Jaké to je připravovat skautský kurz? Bere to čas? V jakých rolích lze na vzdělávací akci působit? Jak se stát instruktorem? Jak založit nový kurz?

- **Barbora Müllerová – Barča**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Okrem klasického vedenia družiny som niekoľko rokov viedla organizačný tím Sympózia (niečo ako MiQuik). Tiež som bola 3 roky predsedom zahraničného odboru Slovenského skautingu alebo som viedla kontingent na CEJ22 v Prahe. Momentálne som začala svoj 4. rok v náčelníctve SLSK a popri tom organizujem CEJ24 na Slovensku z pozície zástupcu vedúceho CEJa a koordinátorky kontingentov.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** čomkoľvek :D Budem vedieť odpovedať na otázky ohľadom organizovania CEJa a iných veľkých medzinárodných akcií, prípadne na organizovanie akcií typu ako MiQuik. Pokiaľ máte záujem vedieť, aké to je v náčelníctve (aj keď SLSK má trochu iný druh náčelníctva ako Junák) alebo aké to je byť najmladším členom a v 22 sa dostať do náčelníctva popri žití v inej krajine, tak tiež budem rada odpovedať. Viem rozprávať o zahraničnom odbore – ako to funguje v Európe, vo svete, aké je to na konferenciách, prečo je to dôležité a ako je potrebné využívať zahraničné príležitosti v skautingu.

- **Matěj Hanousek – Lego**

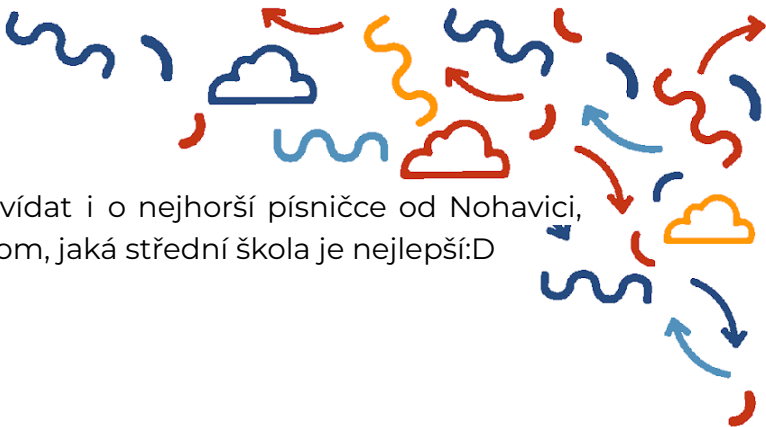
- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Momentálně dělám zázemí v Obroku a jsem HOC na CEJ24.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** asi vlastně čemkoliv ohledně vedení kontingentu, samotné akce a pak o pořádání a práci na samotném Obroku.

- **Anna Vařeková – Barbie**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** V minulosti jsem vedla světlušky a podílela se na programu na CEJ 2022. Momentálně píšu pro časopis Roverský kmen, podílím se na Miquiku, Obroku 24, jsem součástí Svatoplukovy kavárny, vmezeřuji se k Mezinárodnímu odboru :)
- **Můžeš se se mnou bavit o:** čemkoliv, co uznáte za vhodné. Když nebudu vědět, neodpovím:D

- **Matěj Knop – Uzlík**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Spolušéfuju Mikulášský víkend. K tomu jsem čtyři roky vedl oddíl skautů a skautek, který teď už jen nadšeně pozoruji zpovzdálí. Ve volných chvílích přemýšlím, kam má dál směřovat moje skautská dráha, a na ČLK Sherwood zkouším, jestli vede přes instruktování.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** Co obnáší přípravy velké skautské akce? Co mají na starost její šéfové? Proč jsme se rozhodli pro tandemové vedení a jaká to má úskalí? Jak (+ proč a jestli) se angažovat mimo



oddíl? Ale klidně si budu povídat i o nejhorší písničce od Nohavici, traumatech z vedení nebo o tom, jaká střední škola je nejlepší:D

Roveři a práce s nimi

- **Jakub Zoblivý – Makča**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Vedu Roverský odbor, jsem zakládající člen a vůdce roverského kmene Retalon ze Křtin, instruktor na LK Velká Morava, lektor ve vzdělávání na klíč a na různých kurzech.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** Co tě nejvíc trápí při zakládání roverských kmenů/společenství? Co bys nejvíc ocenil*a při rozjždění roverského kmene za pomoc? Na co pak narážíš / co se ti nedaří v rámci činnosti?

- **Emílie Fousová – Emča**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Několik let jsem vedla dívčí skautský oddíl, ze kterého jsem se poté přesunula k vedení koedukovaného roverského kmene. Dva roky jsem instrukturovala na rádcovském kurzu Středočeská Žirafa a nyní se věnuji i instruktrování na VLK Rovel+.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** rovingu, instruktrování a tom, co to obnáší, koedukovaném oddíle, psychickém zdraví, psychologii v roverském věku, vedení kmene vs. vysoká škola.

- **Anežka Bednářová**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Jsem skautská vedoucí, pracuji na skautském odboru a podílela jsem se na vytvoření nového roverského programu.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** Pracuji na skautském odboru a podílela jsem se na tvorbě nového roverského programu. Ráda se ti odpovím na jakoukoliv otázku ohledně práce s rovery.

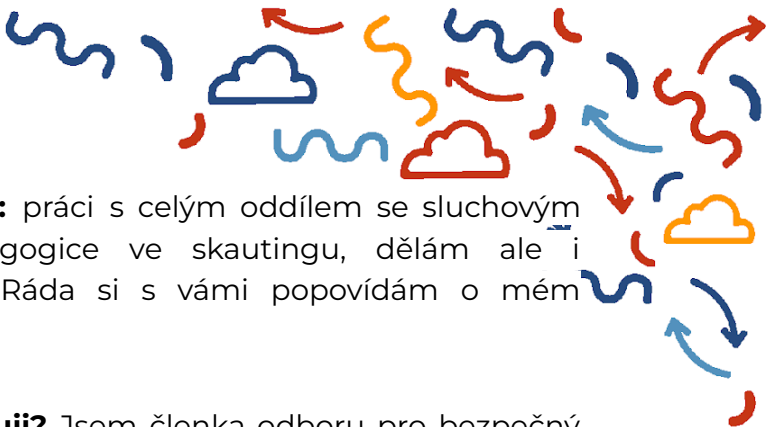
Bezpečný skauting

- **Jana Havlová – Appík**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Pracuji se skauty se sluchovým postižením.
- **Můžeš se se mnou bavit o:** práci se skauty se sluchovým postižením, přístupností, lidských právech u osob se sluchovým (zdravotním) postižením.

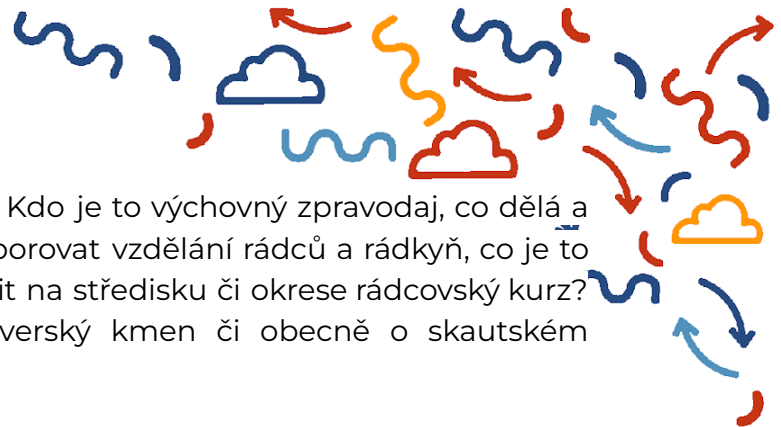
- **Stela Skýpalová – Právě**

- **Čemu se ve skautingu věnuji?** Práce s celým oddílem se sluchovým postižením. Jsem zástupkyně oddílu.

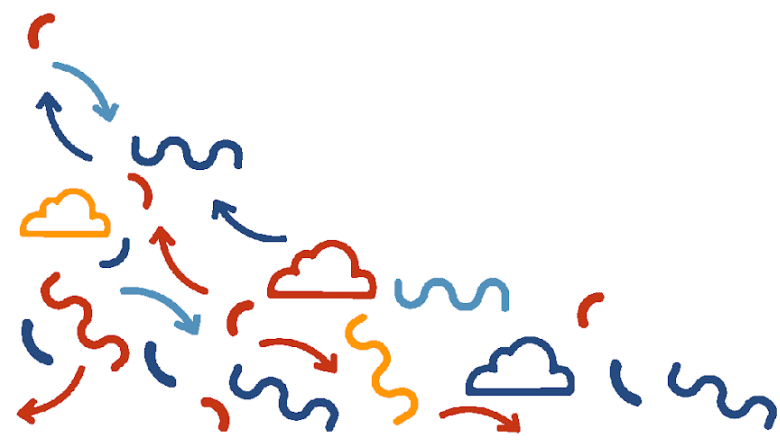
- 
- **Můžeš se se mnou bavit o:** práci s celým oddílem se sluchovým postižením, speciální pedagogice ve skautingu, dělám ale i hospodaření, fotografování. Ráda si s vámi popovídám o mém přístupu a pohledu k dětem.
 - **Kristýna Menclová – Tynus**
 - **Čemu se ve skautingu věnuji?** Jsem členka odboru pro bezpečný skauting a spoluvedu odbor pro velké akce, jsem operátorka skautské Krizovky a občas jsem i v Uši pro duši. Někdy lektoruji či se podílím na vzdělávání v rámci kurzů. Byla jsem do března místonáčelní
 - **Můžeš se se mnou bavit o:** bezpečném skautingu, o krizové lince a s čím volat a co to vlastně je, Uších pro duši a co děláme, ale i o pořádání velkých akcí. O tom co jsem dělala jako místonáčelní a taky o SVM.

Práce s družinou, rádci, odborkami a stezkami

- **Jan Schovánek – Gross**
 - **Čemu se ve skautingu věnuji?** Vedu koedukovaný oddíl (od světlušek a vlčat po rovery a rangers), středisko a Odbor vlčat a světlušek, kde mám na starosti převážně „vlčáckou část“, ideu (slib zákon, heslo a denní příkaz) a akce pro vedoucí vlčat, světlušek a žabiček.
 - **Můžeš se se mnou bavit o:** Co Odbor vlčat a světlušek dělá a jakou podporu pro vedoucí nabízí? Jak se zapojit do aktivit Odboru vlčat a světlušek? Jak zorganizovat velkou vzdělávací akci? Jak zapojit výchovné nástroje do činnosti oddílu/střediska a jakým způsobem si je přizpůsobit? Jak skloubit vedení oddílu, střediska a další aktivity.
- **Anna Holíková – Termi**
 - **Čemu se ve skautingu věnuji?** Byla jsem rádkyně skautek a aktuálně jsem dlouhodobým rádcem u vlčat. Mám za sebou 10 let praxe ve vedoucí pozici. Letos jsem počtvrté hlavním vedoucím tábora.
 - **Můžeš se se mnou bavit o:** Jak nastavit bezpečné podmínky v oddíle pro děti, jak pracovat s různorodým týmem, co vidím jako zásadní při vedení týmu, nápady na programy a jak je dělat originální, jak skloubit skauting a další zájmy. Co mi funguje při vedení vlčat. Jak na přípravu tábora a na co si dát pozor.
- **Martin Sedmera – Intoš**
 - **Čemu se ve skautingu věnuji?** Jsem jeden z výchovných zpravodajů střediska Uragan Zbraslav, kde jsem také zástupce vůdce roverského kmene. Věnuji se vzdělávání a podpoře rádců a rádkyň, ať už ve středisku, jako instruktor na okresním rádcovském kurzu, nebo ve Skautském odboru. Dále působím jako instruktor na čekatelském kurzu.



- **Můžeš se se mnou bavit o:** Kdo je to výchovný zpravodaj, co dělá a jak se jedním stát? Jak podporovat vzdělání rádců a rádkyň, co je to rádcovská družina? Jak založit na středisku či okrese rádcovský kurz? Ale i o tom, jak založit roverský kmen či obecně o skautském vzdělávání nebo rovingu.
- **Šárka Chocová – Rampelnice**
 - **Čemu se ve skautingu věnuji?** Jsem: vedoucí střediska, vedoucí oddílu skautů a skautek, již 18 let s jednou přestávkou u světlušek a vlčat, v předchozím volebním období jsem byla výchovný zpravodaj na středisku, zástupce kraje v náčelnictvu, 3 roky zpravodaj pro dospělé na kraji, 3 roky lektor na Střepu a Helpdesku, 2x vedoucí programového týmu Helpdesk, tvůrce a organizátor Krušnohorské Žirafy a dospělácké víkendovky Pračka.
 - **Můžeš se se mnou bavit o:** čemkoliv o Žirafě a práci s rádci a mladšími rovery a rangers, cokoliv tě napadne – nebráním se ničemu :-)
- **Johana Vašinová – Hoho**
 - **Čemu se ve skautingu věnuji?** Nyní jsem členkou Skautského odboru, kde mám na starosti podporu a rozvoj výchovných nástrojů, především odborek. Dříve jsem působila řadu let v oddílové radě oddílu světlušek a skautek a poté ho i vedla. Dále mě můžete potkat v ošetřovně Skautského záchranného týmu a na vzdělávacích akcích.
 - **Můžeš se se mnou bavit o:** všem okolo výchovných nástrojů a působení v týmech, ať už v oddílové radě nebo na vůdcovském kurzu.



Expo

Seznam kurzů a organizací jejichž stánek jsi mohl*a navštívit:

- časopis [Roverský kmen](#)
- [Infofoodbor](#)
- [Ekologický odbor Junáka](#)
- [Bezpečný skauting a skautská personalistika](#)
- [Moot 2025](#) - Portugalsko
- [Český kontingent na CEJ2024](#)
- [MiQuik](#)
- [NAŠROT](#)
- [ČLK MOA](#)
- [RK Fonticulus](#)
- [ČLK Arbor Vitae](#)
- [VLK Polojasno](#) a [ČLK Pračolek](#)
- [Trignis](#)
- [ČLK Vlčácký lesní kurz](#)
- [ČLK Námořní akademie](#)
- [Závod tří vrchů](#)
- [ČK Tobogán](#)
- [Skautský institut](#)
- [Skautský institut, SI v krajině](#)
- [Skautská ochranná služba](#)
- [SZT - skautský záchranný tým](#)
- [Odbor duchovní výchovy](#)
- [RLK Fonticulus Maděra](#)
- [Lanáč](#)
- [RK Jestřáb](#)
- [ČLK Rozrazil](#)
- [Hlavní kapitanát vodních skautů](#)
- [Náčelnictvo Junáka](#)

neskautské subjekty:

- [Fakescape](#)
- [Očima zvířat \(Soucitně\)](#)
- [Hnutí duha](#)
- [Vlčí a Rysí hlídka](#)
- [OBRAZ](#)

Velká hra

Autoř a autorky: Tkaj, LIFT, Kuky, Štěně

Počet hráčů: Hra je určena pro cca 30-1700 hráčů, dle počtu hráčů se musí upravit počet prvků v herních mechanikách.

Typ aktivity: běhací hra s bojovými prvky, s prvky strategie

Věk hráčů: cca 12+

Délka hry: 60-120min, délka hry se dá nastavit cenou jednotlivých věcí

Prostředí: ideálně louka, pozor na její velikost aby plocha byla dostatečná pro všechny hráče.

Postavy:

- bakéř pro každý tým
- páračů 3 v základu a pak 1 další na 50 hráčů
- hacker 1 - 3 podle hráčů
- server master 1 na každých 10 serverů

Platidla

- platidlo o hodnotě 1 (hrách)
- platidlo o hodnotě 5 (fazole)
- platidlo o hodnotě 10 (kamínek) - lze vynechat pokud je hráčů méně než 100

Další herní prvky

- Servery dle počtu hráčů a toho jak chcete aby hra byla dlouhá max 48
- na každý server 5 problémů a k tomu 5 promptů
- tabulku pro server máстера aby věděl jak mají být přiřazené prompty k problémům
- vytištěné zámky a klíče
- cedule pro označení serverů, hackerů, páračů a bakéřů
- nádoby na skladování kryptoměny u bankéřů, páračů a na serverech
- kybervylepšení pro párače
- poukazy pro bankéře

Vše potřebné je vždy napsáno v pravidlech pro jednotlivé herní role:

Pravidla pro hráče

Nacházíme se v roce **2026** a naše město právě bojuje s nekontrolovatelnou umělou inteligencí. Tu jsme byli zvyklí běžně využívat každý den, před pár dny se ale stalo něco nečekaného – umělá inteligence se stala autonomní, napadla naše systémy a snaží se ovládnout město. Ještě ale není pozdě!



Před zahájením

Sejdeme se před stagí v sobotu 1. 6. ve 14.30. S sebou si nezapomeňte vzít skautský šátek

Po zopakování pravidel se přesuneme na fialovou louku, kde vyhledejte nápis s názvem kraje, odkud pocházíte. Na místě získáte barevný krepák, který si, prosím, na sebe uvažte tak, aby byl vidět. Ta vás odlišuje od ostatních týmů – **výzkumných firem**, které se snaží umělou inteligenci zkrotit.

Toto místo je zároveň **bankou** neboli „domečkem“ vaší firmy (týmu), což je zároveň jediným místem, kde nesoupeříte s dalšími firmami (týmy). V bance budete shromažďovat svou **kyberměnu**, nachází se tam také **Bankéř** (o něm více v Průběh hry)..

Průběh hry

Cílem hry je záchrana našeho města! Toho můžeme docílit **odemčením serverů**, které jsou umělou inteligencí právě napadené (jak na to najdeš v 🗄️ Odemykání serverů) nebo **vyřešením problému**, kvůli kterého je server blokován, tedy vlastně jeho opravou (jak na to najdeš v 📄 Prompt).

Kromě toho se samozřejmě tvoje firma snaží být tou, která dokáže město zachránit! A bojuješ tak nejenom s časem, ale i s ostatními firmami.

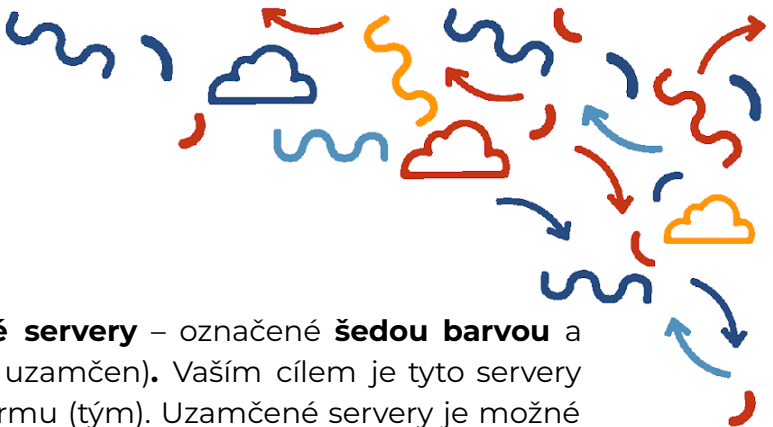
- Hru začíná každá firma (tým) ve své **Bance** (domečku), odkud po dohodnutí strategie všichni vyběhají k serverům.
- Získanou **kryptoměnu** (více o ní v 💰 Kryptoměna) si ukládáte v Bance u Bankéře.
- U Bankéře taky můžete získat **Klíč**, pomocí kterého se servery dají otevřít (jak na to v 🗄️ Odemykání serverů). **Bankéř** vám je taky schopen vydat **poukazy** za libovolné množství kryptoměny, pokud ji ve větším množství budete chtít někam přenést. Také zná pravidla hry a poradí vám, pokud si nebudete jistí.
- **Hra končí** ve chvíli, kdy se vyřeší všechny problémy na serveru nebo vypršením hrací doby – ohlašuje zatroubení klaksonu. Průběh, jak si bodově jednotlivé firmy v průběhu záchrany serverů, si můžete prohlédnout u tabule výsledků.

👊 Síla

Síla je číslo, které má každý hráč a na začátku hry je 1. Slouží k boji (Souboj) a také přenášení kryptoměny (Kryptoměna) V průběhu se dá vylepšovat (viz Cyber vylepšení).

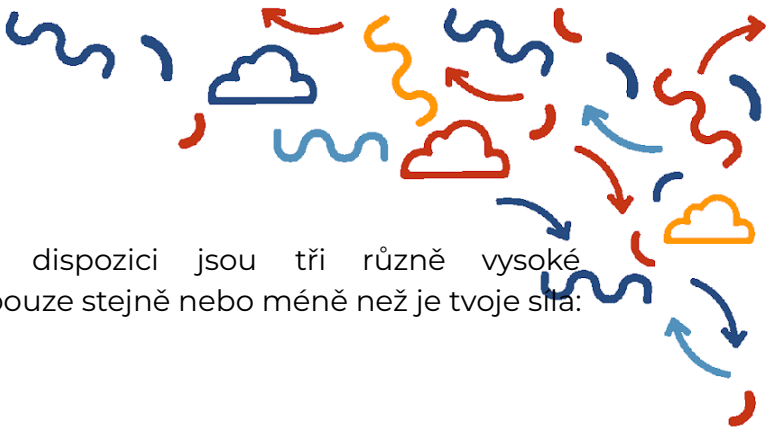
🗄️ Odemykání serverů

Každá firma (tým) má přidělen svůj **vlastní server** označen cedulí barvy dané firmy (týmu), který není třeba odemykat – pro danou firmu (tým) je otevřený od počátku hry a žádná jiná firma (tým) k němu nemá přístup. Na tomto serveru naleznete **pouze kryptoměnu**.



Ve hře se ale vyskytují i **další uzamčené servery** – označené **šedou barvou** a kartičkou s obrázkem **zámku** (protože je uzamčen). Vaším cílem je tyto servery odemknout a získat za to body pro svou firmu (tým). Uzamčené servery je možné otevřít pomocí **Klíče**, který lze získat u **Bankéře**. Klíč použijete tak, že ho vyměníte za kartičku se zámkem. Tu pak odevzdáte servisákovi*servisačce u tabule výsledků a získáte výherní bod pro svou firmu (tým).

Odemčený server je teď ale přístupný pro všechny firmy (týmy) a lze na něm získat nejenom **kryptoměnu**, ale také **cyber vylepšení** a nachází se tam i **problémy serveru**, které je třeba vyřešit. Za vyřešení problému získáš výherní bod (více v  Prompt).



💰 Kryptoměna

Kryptoměna slouží jako **platidlo**. K dispozici jsou tři různě vysoké hodnoty kryptoměny, u sebe můžeš nosit pouze stejně nebo méně než je tvoje síla:

- hrách – hodnota 1
- fazole – hodnota 5
- štěrk – hodnota 10

Za kryptoměnu si můžete koupit buď 📄 **Cyber vylepšení**, 📄 Prompty nebo si ji uložit u svého **Bankéře**.

Jeden hráč unese pouze tolik kryptoměny, kolik mu povoluje jeho **síla**. Na začátku mají všichni hráči **sílu 1**, ta se ale dá postupně **navyšovat** pomocí 📄 Cyber vylepšení. Síla je zároveň důležitá při **boji** s ostatními firmami (více v 🗡️ Souboj).

U **bankéře** si můžete vybrat kryptoměnu na nákup **cyber vylepšení** nebo Prompt v libovolné částce. Prompt se nepočítá do tvé síly a **nemůžeš o něj přijít** (pokud někdo nemá toto konkrétní speciální **cyber vylepšení**).

🗡️ Souboj

Souboj je způsobem, jak ukrást kryptoměnu jiným firmám (týmům).

Jak na souboj:

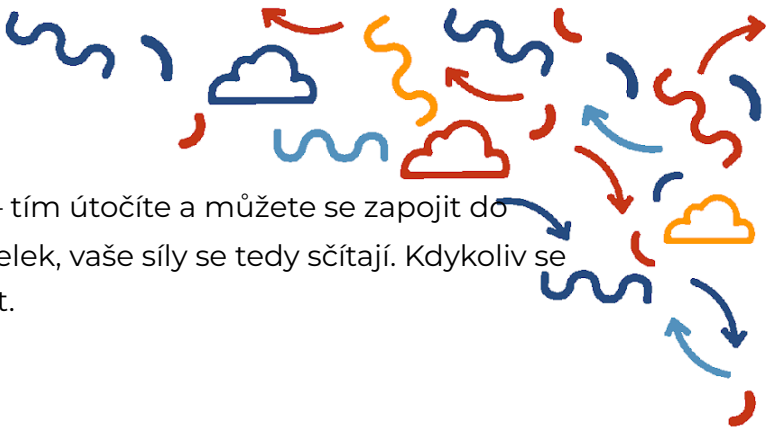
- Začnu ho zasahem protihráče šátkem. V tu chvíli se pro obě strany zastavuje hra, porovnají si navzájem čísla síly, aplikují **cyber vylepšení**.
- Větší číslo vyhrává.
- Když vyhraji: **beru si všechnu kryptoměnu do výše čísla své síly od protihráče** (např. mám sílu 5 a v ruce kryptoměnu v hodnotě 4. Přemůžu hráče, kterýmá u sebe kryptoměnu v hodnotě 3. Vezmu si od něho pouze kryptoměnu v hodnotě 1, tedy do plného počtu své kapacity.)
- Když prohrají: položím si dlaň na hlavu, což značí, že jsem mrtev. Musím se jít oživit k libovolnému **Párači** – ti se nacházejí na několika místech v hracím poli. **Když jsem mrtev, nemohu interagovat s jinými hráči** (předávat jim Prompt apod.). **U Párače je pokladnička, kam odevzdám zbylou kryptoměnu.**
- Když dojde k remíze: nic se nestane a hra pokračuje dál.

Nesmí se útočit v **bance** během obchodu s **Páračem** nebo **Hackerem**!

👥 Zásahový tým

V **bance** můžete spolu se členy své firmy (týmu) vytvořit „**zásahový tým**“, který vám umožní sečíst sílu všech členů zásahového týmu a pomůže vám v boji s protivníky. Může se ho účastnit **maximálně 10 lidí**.

Jak na vytvoření zásahového týmu: Všichni se chytí za své šátky a vytvoříte hada (člověk-šátek-člověk-...). Ve vašem hadovi by měl zůstat jen jeden šátek



volný – který držíte na jednom konci hada – tím útočíte a můžete se zapojit do  Souboje. Vystupujte v něm jako jeden celek, vaše síly se tedy sčítají. Kdykoliv se můžete rozhodnout zásahový tým rozpustit.

Cyber vylepšení

Cyber vylepšení vám poskytují zvýhodnění v Souboji. Dají se nakoupit u **Párače**, který je označen reflexní vestou a pohybuje se ve hracím poli.

Cyber vylepšení jsou buď **trvalá** – ta **zvyšují sílu**, a nebo **jednorázová** – ta mají efekt pouze v souboji: jsou na papírku a po jejich použití se roztrhnou. Roztržené papírky je třeba donést nazpět **Párači** nebo **bankéři** (aby se zajistí pořádek na herním poli).

Prompt (Řešení problému)

Prompt vypadá jako papírek s řešením problému, je na něm také napsáno, pod jaké ministerstvo daný problém spadá. Prompty si moje firma (tým) může koupit za určitý obnos peněz u **Hackera**, kterého poznáme podle nasazené kapuce a tmavých brýlí. Prompt je nutné přinést k již odemčenému serveru s odpovídajícím problémem a použít ho.

Pro kontrolu, že je problém tímto promptem vyřešen přivolám servisáka*servisačku, které*mu mi buď potvrdí správné řešení nebo řekne, že tento prompt tento problém neřeší..

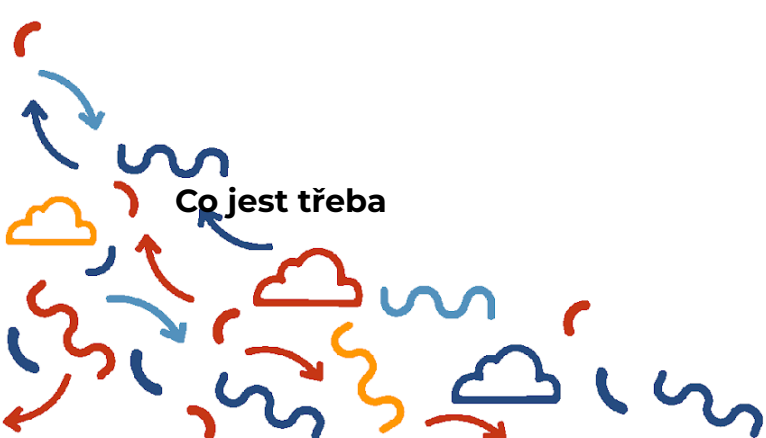
Pokud jsem odpověděl*a právně: moje firma (tým) získává výherní bod (kartička), který odnesu k tabuli výsledků – tam se zaznamená.

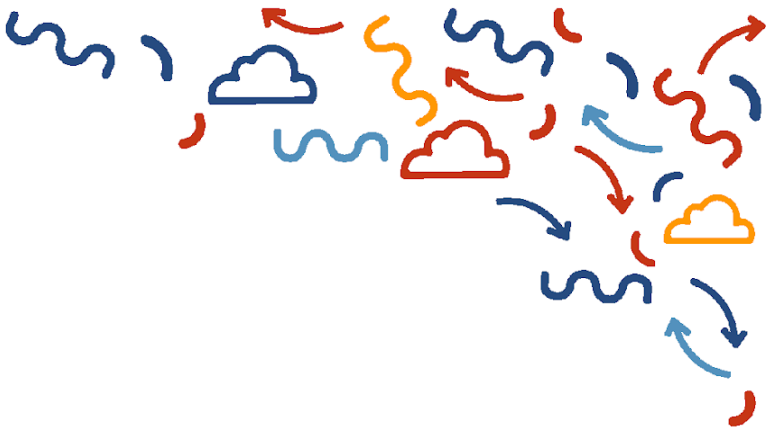
Pokud jsem odpověděl*a špatně: jsem mrtev *mrtva a musím se jít oživit k **Páračovi**. Prompt mi však zůstane.

Pravidla pro servisáky obsluhující servery zkratka

Sevisák obsluhující server, má za úkol kontrolu správnosti zadání promptu. Pokud si ho hráči přivolají, že zadali prompt, tak přijde a zkontroluje správnost zadání. Tu kontroluje podle přiloženého papíru se správnými odpověďmi. Pokud hráči zadají prompt správně, dá jim kartičku vítězného bodu. Pokud špatně, řekne jim že to zadali špatně nechá si prompt a je mrtev, pokud zadává zásahový tým špatně je mrtev celý tým.

Co jest třeba





nejméně 10 x servisák - server masteri
reflexní vestu jako rozlišovací prvek
dokument se správnými prompty
kartičky vítězných bodů

Pravidla pro párače

Kyber vylepšení

Párač pára lidi a implementuje (prodává) cyber vylepšení a oživuje. Najdete ho mezi bankou a servery.

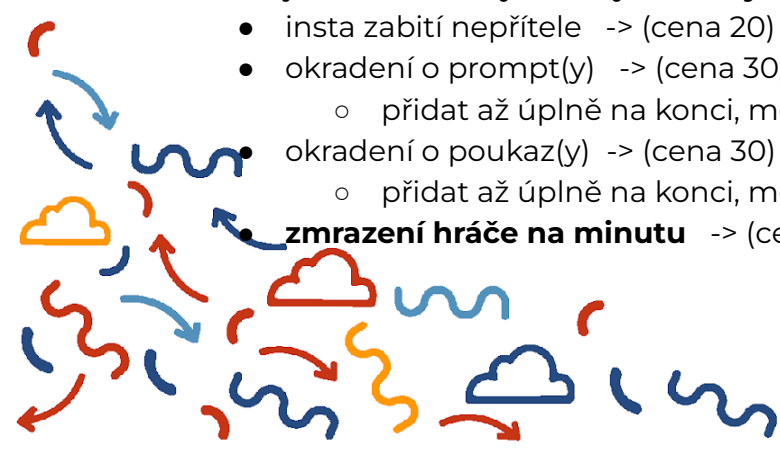
Seznam kyber vylepšení

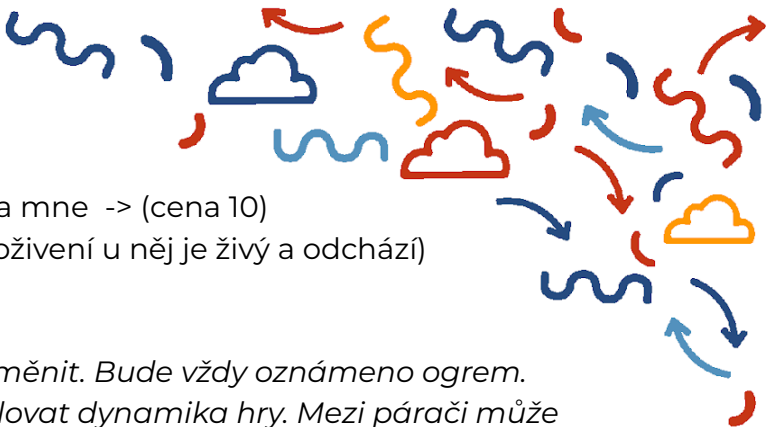
- **trvalé zvýšení síly +1 (max 3)**
- trvalé zvýšení síly +1 (max 5)
- trvalé zvýšení síly +1 (max 10)
- **jednorázové zvýšení síly v boji o 2**
- **jednorázové zvýšení síly v boji 5**
- jednorázové zvýšení síly 10 **v boji**
- jednorázové zvýšení síly 20 **v boji**
- insta zabití nepřítele
- okradení o prompt(y)
 - přidat až úplně na konci, moc OP
- okradení o poukaz(y)
 - přidat až úplně na konci, moc OP
- **zmrazení hráče na minutu**
- imunita vůči efektu který je použit na mne
- insta oživení (jeden hráč z fronty na oživení u něj je živý a odchází)

Na začátku hry jsou dostupná pouze "tučná" kyber vylepšení, jak hra plyne kyber vylepšení se přidávají. To vždy oznámí organizátor. Mechanika regulace hry.

Ceník kyber vylepšení

Každé vylepšení stojí jinak. Tzv. u každého kyber vylepšení je uvedena cena. O cenách můžete smlouvat. Maximální zlevnění je cca ¼.

- **trvalé zvýšení síly +1 (max 3)** -> (cena 5)
 - trvalé zvýšení síly +1 (max 5) -> (cena 5)
 - trvalé zvýšení síly +1 (max 10) -> (cena 5)
 - **jednorázové zvýšení síly v boji o 2** -> (cena 1)
 - **jednorázové zvýšení síly v boji 5** -> (cena 2)
 - jednorázové zvýšení síly 10 **v boji** -> (cena 4)
 - jednorázové zvýšení síly 20 **v boji** -> (cena 8)
 - insta zabití nepřítele -> (cena 20)
 - okradení o prompt(y) -> (cena 30)
 - přidat až úplně na konci, moc OP
 - okradení o poukaz(y) -> (cena 30)
 - přidat až úplně na konci, moc OP
 - **zmrazení hráče na minutu** -> (cena 10)
- 

- 
- imunita vůči efektu který je použit na mne -> (cena 10)
 - insta oživení (jeden hráč z fronty na oživení u něj je živý a odchází)
-> (cena 1)

Cena kyber vylepšení se může během hry měnit. Bude vždy oznámeno ogrem. Pomocí ceny kyber vylepšení se bude regulovat dynamika hry. Mezi párači může být rozdílná cena a rozdílná šance na získání určitého typu kyber vylepšení.

Fyzicky

Kartonová karta s názvem kyber vylepšení a aktuální cena, ta se bude postupně přepisovat dle aktuálních instrukcí. Zároveň se v průběhu hry budou karty s vylepšením přidávat / ubírat dle instrukcí organizátorů.

Oživování

Když jsem mrtvý, jdu k párači, odevzdám mu “přebytek” peněz a sednu si vedle něj do tureckého sedu. Ve chvíli kdy takto přijde 6 hráč, první příchozí odchází.

Roleplay

Párač je ve světě cyberpunku člověk co dělá kyber vylepšení, tedy vytváří mutanty. Může to být trošku šmelinář, trošku psychopat, trošku nerudnej týpek, trošku tragéd. Je na Vás jakou roli si vyberete. Můžete s hráči smlouvat, vybízet je do toho. Hrát si s nimi, snažit se jim vnutit něco co nechtějí. Hecovat je do srand.. prostě není problém někomu dát nějaké kyber vylepšení když udělá něco co mu zadáte, samozřejmě v mezích. Prostě zabij támhle toho týpka, ten se mi smál a máš u mě tohle free atd. Budte kreativní, ale fér a rozumní.

Co jest třeba

- **nejméně 30 x servisák** - párači
- **reflexní vestu** jako rozlišovací prvek
- **karty s kyber vylepšeníma** pro každého párače
- **fix** na přepis cen
- **kartu s návodem na oživení**
- **měrku na počítání kryptoměny**

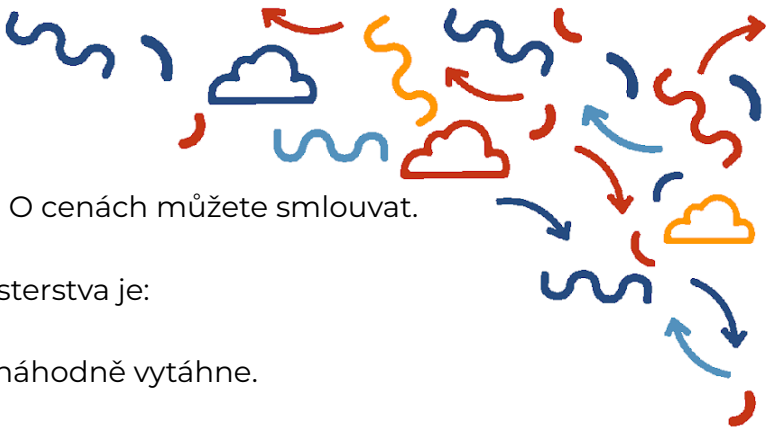
Pravidla pro Hackery

Prompty

Hacker se nachází na URČENÉM místě. Jediným úkolem hacktera je prodej promptů. Prodává buď konkrétní prompt, konkrétního ministerstva nebo úplně náhodný (jakéhokoliv ministerstva). Hacker je označen cedulí “Hacker”

Ceník promptů





Prompty se prodávají za definovanou cenu. O cenách můžete smlouvat.
Maximální zlevnění je cca ¼.
Základní cena promptu konkrétního ministerstva je:
Základní cena náhodného promptu je:
Prompty má hacker v "pytli" hráč si jeden náhodně vytáhne.

Cena promptu se může během hry měnit. Bude vždy oznámeno ogrem. Pomocí ceny promptu se bude regulovat dynamika hry. Mezi hackery může být rozdílná cena.

Fyzicky

Cena netřeba nikde napsaná, je to jedno číslo to si hacker zapamatuje.

Roleplay

Hacker je hacker, trošku nerd. Může bejt netečnej, bát se světla, mít paranou atd.. je to na kreativitu servisáka. Může smlouvat o ceně promptu, ale tak aby nezdržoval hru.

Co jest třeba

- **nejméně 3 x servisák** = hacker
- **karta "Hacker"**
- **pytel s prompty**
- **měrku na počítání kryptoměny**

Pravidla pro bankéře

Popis

Je označen barvou svého týmu a cedulkou "Bankéř" se tento servisák se zdržuje v prostorách banky, ve které se nebojuje. Slouží jako operační středisko týmu. Má na starosti správu finančních prostředků týmu a na vyžádání spouští týmové úkoly. Zodpovídá také za sledování průběhu těchto úkolů a podle jejich výsledků přiděluje týmům "klíče od serverů".

Zároveň, pokud nějaký hráč chce koupit prompt / kyber vylepšení, tak si hráč u bankéře vybírá peníze. Resp. bankéř mu vydá poukaz na **jakoukoliv částku**. To se udělá napsáním dané sumy na "poukaz" a odebráním patřičného množství měny z účtu týmu.

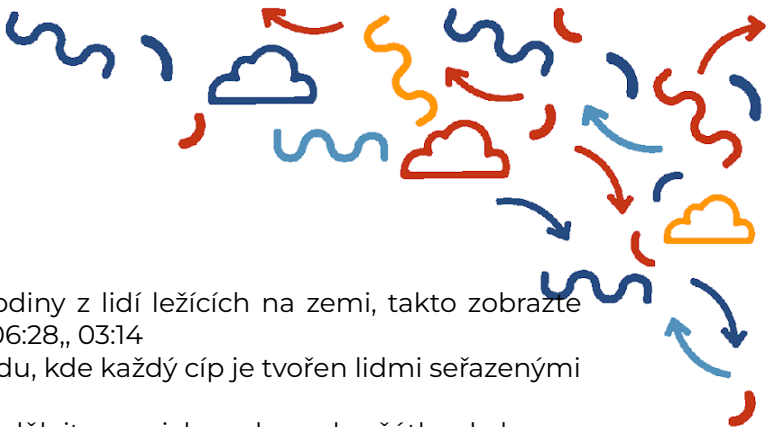
Je tam pro hráče v případě nějakých nejasností, tzv. musí dobře znát pravidla.

Týmové úkoly

Je možné plnit když je u bankéře uložena určitá suma peněz.

První výzva stojí 200, další se definují na místě.

- 1) pro 20 lidí (seřadte se podle věku)
- 2) pro 30 lidí (seřadte se podle abecedy)
- 3) pro 40 lidí (vytvoří kruh, všichni s podají ruce a řeknou přezdívku)
- 4) pro 50 lidí (vytvoř hada chytni se za ruce, na jednom konci zustane stat a zbytek hada se namotá)

- 
- 5) pro 40 lidí. Vytvořte digitální hodiny z lidí ležících na zemi, takto zobrazte časy postupně 23:24, 12:42, 06:28,, 03:14
 - 6) pro 60 lidí, vytvořte 5 cípou hvězdu, kde každý cíp je tvořen lidmi seřazenými podle výšky
 - 7) pro 60 lidí, seřadte se do řady a udělejte mexickou vlnu od začátku do konce řady a pak od konce do začátku
 - 8) pro 70 lidí, seřadte se podle věku
 - 9) pro 80 lidí, vytvořte skupinky podle měsíce narození
 - 10) pro 60 lidí, vytvoř z lidí nápis OBROK
 - 11) pro 60 lidí, vytvoř z lidí nápis OBROK 2024
 - 12) pro 60 lidí, vytvoř z lidí nápis OBROK 2024 VALEČ
 - 13) pro 70 lidí, vytvoř z lidí nápis VELKA HRA JE NEJLEPŠÍ

Roleplay

Je na bankéři, není tam moc co vymýšlet. Snaží se motivovat svůj tým.

Co jest třeba

- nejméně 7 x servisák = bankéř
- karta "Bankéř" v barvě týmu
- nádobu na posbírané krypto (pro každou hodnotu jednu)
- měrku na počítání kryptoměny
- klíče od serverů
- poukázky
- tužka

Dopro

Autoři a autorky: Katy, Matyáš, Mikov, Kápézetka

Blind session

Anotace:

Blind session ti přináší příležitost najít a pojmenovat vlastní hodnoty. Je zde místo pro toho, kdo chce vědět, jak o duchovním rozměru přemýšlejí ostatní, a nebojí se rozhovorů o vlastním směřování a osobním růstu (nejen ve skautu). Celou session tě provede moderátor a půjde o formát rozhovorů v malých skupinkách. Můžeš přijít kdykoli a odejít taky, je to jen na tobě.

Vše se zde bude dít anonymně se zavázanýma očima a pod alternativními jmény. Tak si nezapomeň šátek na zavázání očí.

cíle programu:

1. Účastník si pojmenuje, jaké jsou jeho hodnoty, které udávají směr jeho*jejímu životu.
2. Účastník zažije bezpečný prostor, kde může být naplno sám sebou a stát za svými názory.
- (3. Členové roverského kmenu os sobě vzájemně ví, na jakých hodnotách stojí.)

délka : 30 až 180 minut

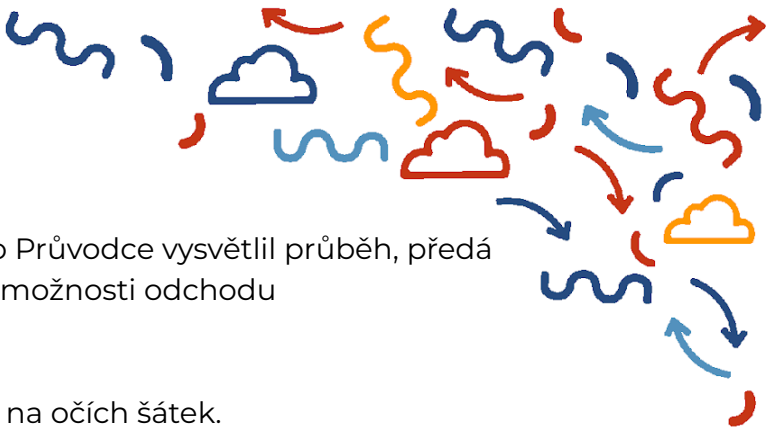
prostorová náročnost: ideální je velký stan nebo místnost, kam si všichni účastníci mohou posadat na zem do skupinek. Do stanu/místnosti by neměl mít možnost vidět kdokoli z venčí.

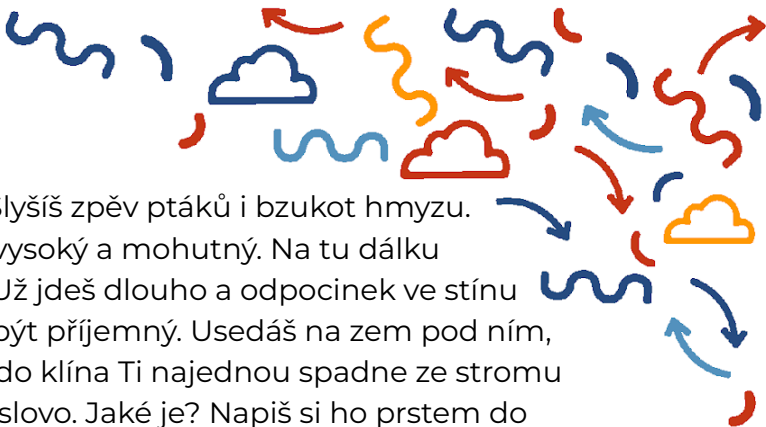
cílová skupina: RS, 4 až 50 osob

Ve stanu bude spousta účastníků se zavázanýma očima. Budou rozeseti do menších skupinek, které spolu budou diskutovat otázky, jež uslyší od moderátora. Během session lze kdykoli odejít i přijít. Počítáme s rotací účastníků.

Otázky budou otvírat témata osobnostního rozvoje a spirituality.

- Celý program je moderován moderátorem, krom něj doporučujeme také 1 - 2 osoby jako přivaděče průvodce reflexí.
- Přivaděč uvádí účastníky do místnosti/stanu, který čeká na příchozí před vchodem. Každého nově příchozího zainstruuje, ať si zaváže oči, poté jej odvádí dovnitř stanu/místnosti, kde jej usadí. Usazování provádí tak, že vznikají malé skupinky, které rostou rovnoměrně. Minimální počet lidí ve skupině je 4 osoby.

- 
- Pokud nově příchozí přišli až poté, co Průvodce vysvětlil průběh, předá Přivaděč pravidla a popis průběhu + možnosti odchodu
 - Moderátor vysvětlí průběh:
 - Po celou dobu si prosím nech na očích šátek.
 - Blinde session se bude dotýkat Tvého osobního růstu, hodnotového a duchovního směřování, dovol si nad tématy v průběhu rozhovorů přemýšlet a když to budeš cítit, neboj se je sdílet se skupinou
 - dovol si být sám sebou, nikdo Tě nevidí, vyzkoušej si být opravdový a anonymní zároveň
 - společně pojďme vytvořit bezpečnou atmosféru
 - pokud někdo mluví, nepřerušuj ho
 - nesnaž se zjistit skutečnou identitu ostatních - pokud však sám chceš, klidně ostatním řekni své jméno
 - respektuj, že ostatní nesdílí tvůj názor, pokus se o vzájemné porozumění
 - neboj se doptávat
 - neboj se odmítnout odpovědět – není to tvá povinnost
 - pokud Ti nevyhovuje, jak s tebou někdo komunikuje, neboj se říct Stop
 - komunikuj tak, aby nám tu společně bylo příjemně
 - vysvětluješ možnosti odchodu nebo přechodu k jiné skupině
 - ve chvíli, kdy se přihlíšíš, počkej na příchod ST, ten Tě odvede mimo stan nebo přesune k jiné skupině – bude záležet na tobě
 - šátek si prosím sundej až ve chvíli, kdy opustíš stan
 - dáme ti po odchodu prostor pro sebereflexi a uvědomění si, jaké pro tebe rozhovory během session byly
 - po 30 minutách budete mít jako skupina možnost si odhlasovat, zda si šatky chcete i nadále nechat, nebo si je sundat – budete si je moci sundat pouze v případě, že jsou všichni pro
 - v průběhu session mohou přicházet noví lidé, počítejte s tím, že se k vám mohou připojit
 - Vyzvi účastníky, ať se představí své skupině fiktivními jmeny a kratce posdíli ve skupinách
 - „Představte se svým novým jménem a zkuste pár větama zachytit, co od blinde session očekáváš a jaké máš obavy.“
 - Proved' skupinu imaginací (skrz imaginaci si účastník pojmenuje, co je pro nej právě teď nějak živé nebo hodnotné). Čti velmi pomalu následující text:
 - Ocítáš se teď na svém tábořišti - uvědomuj si, co je kolem Tebe, co vidíš. Vyber si směr a vyraž po kterékoli pěšince do hlubin lesa. Opustil jsi tábořiště, a jdeš sám, jaké to je? Pokracujes lesem dál a



dostáváš se na velkou louku. Slyšíš zpěv ptáků i bzukot hmyzu. Uprostřed louky stojí stroj. Je vysoký a mohutný. Na tu dálku nepoznáváš, jaký strom to je. Už jdeš dlouho a odpocinek ve stínu mohutného stromu by mohl být příjemný. Usedáš na zem pod ním, posloucháš okolnímu tichu a do klína Ti najednou spadne ze stromu list. Na listu je napsáno jedno slovo. Jaké je? Napiš si ho prstem do dlaně...

- Od této chvíle čti otázky v pořadí, jak zde jsou. Mezi otázkami nechávej 2 až 15 minut pauzu. Podle toho, jak slyšíš, že je kolem ní velký rozruch a jak moc si účastníci mají co říct.
1. jaký lístek ti spadl do klína? jak vypadá a co na něm stojí napsáno?
 - je to něco, co je pro Tebe důležité?
 - co to o Tobě říká?
 2. Je na čase odcestovat a zbalit si, jakých 20 hodnot si sbalíte jako skupina do společného batohu?
 - účastníci si hází do batohu hodnoty, které berou jako důležité
 3. Cestou je však třeba se rozdělit, nemáš vlastní zavazadlo, do kapes se Ti vejde pouze 5 hodnot. Vyber si ze společné zásoby těch 5, které jsou pro Tebe nejzásadnější. Pokus se je seřadit.
 - sdílej s ostatními, jaké hodnoty sis vybral a které z nich mají přední postavení
 4. další otázky
 - jde na Tobě a Tvém jednání poznat, že právě tyto hodnoty jsou pro Tebe v životě nejdůležitější? v čem se to projevuje? Jednáš v souladu s nimi?
 - Kdy se pro Tebe tvé hlavní hodnoty staly významnými?
 - Co pro Tebe znamená duchovní růst? Týká se nutně jen náboženství?
 - Kolik času trávíš sám se sebou? Je to dostatek? Jakým způsobem?
 - Kdys převzal zodpovědnost za svůj vlastní osobnostní růst? Kdy ses začal cíleně více poznávat? Kdy začal putovat k poznávání Nejvyšší Pravdy a Lásky? A stalo se to vůbec nebo Tě tvůj první krok teprve čeká?
 - Patří duchovní výchova jen do křesťanských oddílů?
 - Jaký skautský zážitek pro Tebe byl transformativní v oblasti tvých hodnot?
 - Ví Tví nejbližší přátelé, jaké jsou tvé hodnoty? A víš Ty, jaké hodnoty jsou nejdůležitější pro ně? Pokud ne, chtěl bys to zjistit? Proč?
 - Sdílíš stejné hodnoty jako Tvá nejbližší rodina? Jak se projevovala hodnotová orientace Tvých rodičů ve výchově?

Odchody z aktivity:

- 1) Jakmile se někdo přihlásí, jde Přivaděč k němu, poklepe mu na rameno, řekne skupině, že 1 osoba odchází, a odvede osobu k jiné skupině nebo ven (dle jeho preference – zeptá se).
- 2) Pokud si přeje stan opustit, dá mu nabídku společné reflexe jeho zážitku nebo prostor pro sebereflexi.

Reflexe:

- po odchodu ze stanu dostane každý prostor, tužku a papír, aby si zapsal věci, na které přišel a které nechce zapomenout

ii. budou připraveny také 4 reflexní otázky, jejichž odpověď mohou účastníci sdílet nahles (pro jejich reflexi a naši zpětnou vazbu)

1. Za jaké téma jsi vděčný*á, žeš mohl*a probrat s ostatníma?
2. Jaké pro tebe bylo mluvit o tématech, která vyvstávala?
3. Jak se změnilo to, jak se díváš na svůj žebříček hodnot? Jak to blind session změnilo?

Open discussion

Čas:

- Na 2 hodiny
- 1. Čtvrtek 9:45-11:45
- 2. Pátek 9:00-11:00

Materiál:

- Papíry
- Lavičky

Kapacita:

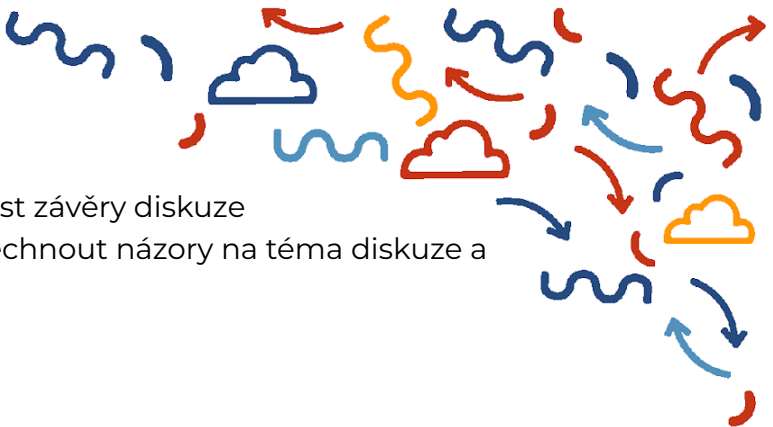
- 60 lidí
- Moderátor a tvůrce mapy

IST:

- Tvůrce mapy bude dle zásad popsaných níže zaznamenávat průběh diskuze, bude sloužit k referování na předchozí body diskuze a v moment většího výpadku moderátora vezme na potřebnou dobu jeho místo

Cíle:

- Účastníkům bude vysvětleno, jak by měla vypadat moderovaná diskuze dle pravidel a co jsou její zásady, aby to mohli použít ve svých oddílech a životech

- 
- Účastníci dostanou možnost si odnést závěry diskuze
 - Účastníci dostanou možnost si poslechnout názory na téma diskuze a sami se do ní zapojit

Služba:

- Nejvyšší pravdě a lásce

Koncept:

- Na začátku je představeno, jak formát funguje a dáno několik zásad debatování a na konci předem daného času moderátor diskusi shrne.
- Ideální by bylo, kdyby buď ze strany moderátora, nebo někoho jiného vznikala postupně myšlenková mapa (nebo debating sheet), o kterou by si nakonec mohli účastníci poprosit a dostat ji na mail spolu s nějakými metodikami nebo tipy a triky
- Lidé by si měli přinést něco na sezení
- Diskuze je moderovaná Matyášem, nebo v případě jeho odpadnutí náhradním předem zaučeným IST (moderování bude docela hardcore)

CO JE TŘEBA NA ZAČÁTKU VYSVĚTLIT:

1. Cíle diskuze (To, o co by se diskuze měla snažit)

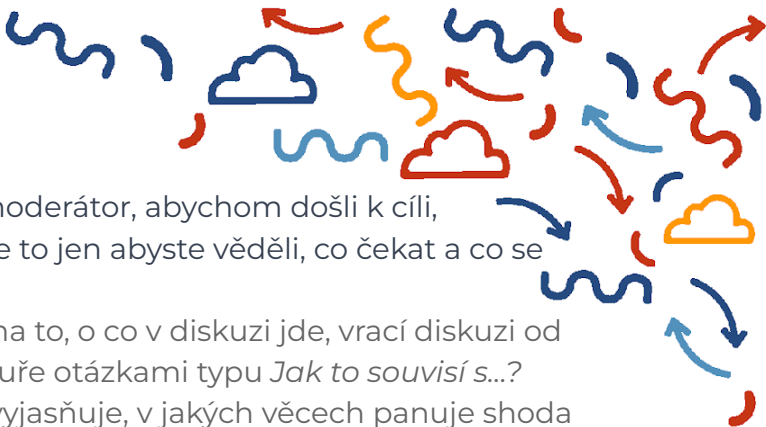
- rozvinout kritické a informované porozumění tématu
- podpořit sebekritiku, sebereflexi
- učit se oceňovat jiné pohledy
- pomoci lidem k informovanému rozhodování
- **Diskuze je kooperativní záležitost, nikoliv kompetitivní, snaží se dokupy o dosažení nějakých závěrů!!!! (Nejdůležitější bod)**

2. Fungování formátu:

- Diskuze by probíhala ve formátu fish bowl, kde jedna skupina lidí (5-6) sedí ve vnitřním kruhu a diskutuje, zatímco ve vnějším kruhu sedí Diváci
- ti se mohou připojit k diskusi klepnutím nebo zaujmutím místa a ti ve středu se mohou vystřídat. V případě vyskytnutí problému ohledně neochoty střídání se může zasáhnout moderátor/servisák (pokud usoudí, že je vyměnění vhodné)
- Když je člověk ve středu, může se rozhodnout odejít, v takovém případě je jeho místo otevřeno for the taking
- Diskuze je moderovaná

3. Zásady diskuze:

- Hovořit smí vždy jen jedna osoba – bez přerušování ostatních.
- Naslouchám druhým a respektuji jejich pohled.
- Rozporuji názory, ne osoby, které je vyjadřují (např. *Tento názor je pro mne nepřijatelný, protože... × Jsi pro mne nepřijatelný, když si myslíš toto*).
- Když nesouhlasím, vysvětlím proč.
- Používám vhodné vyjadřování – žádné rasistické ani sexistické poznámky.
- V mluvení se střídáme. (je vhodné, aby částí řečníci dali prostor i ostatním).

- 
4. **Moderátor zásady:** (co bude dělat moderátor, abychom došli k cíli, nemusíte si to všechno pamatovat, je to jen abyste věděli, co čekat a co se děje)
- Udržuje **logickou linku**. Upozorňuje na to, o co v diskuzi jde, vrací diskuzi od odboček zpět k hlavní logické struktuře otázkami typu *Jak to souvisí s...? Vraťme se k otázce, zda...* Sleduje a vyjasňuje, v jakých věcech panuje shoda a v jakých nikoliv. Velmi užitečné může být pokládat si tyto otázky: *Jaký je nyní ten nejdůležitější bod sporu? Vyjasněním jakého bodu se diskuze nyní může nejspíše posunout někam dál?*
 - Skrze otázky **posunuje diskuzi** příslušným směrem (nemusí násilně, stačí vytrvale).
 - **Orientuje** účastníky a účastnice, kde v diskuzi jsou a kudy se dát dál. (Čas od času je třeba vysvětlit o čem se vůbec jednalo a jak se do nynějšího bodu dostali, hlavně v momenty, kdy nastane moment ticha, nebo se začne obsah řeči vážně vzdalovat od tématu).
 - Upozorňuje na **pravidla diskuze**, jsou-li porušena.
 - Udržuje **kooperaci** a pomáhá kvalitám diskuze. (Upozorňuje na fakt, že diskuze je týmová záležitost, která někam má posunout všechny)
 - **Provazuje příspěvky**, sleduje, kdo komu na co dluží odpověď. (neměli by zůstat žádné slepé uličky, pokud ještě mají co nabídnout).
 - **Vyjasňuje a doptává se:** *Chápu to správně, že tvůj hlavní argument...? Ještě prosím o objasnění, co si mám představit pod pojmem...?*
 - Otevírá **prostor hlasům, které nezazněly:** *Vidí to někdo jinak?* (tím se snaží rozproudřit konverzaci a přilákat případně i lidi mimo “akvářko”).
 - Když je nejasné, kdo by měl mluvit jako první, moderátor **někoho vyvolá**
 - **Shrnuje a uzavírá.** Měl/a by zúčastněným předat zjištění a náhled, že skutečně došlo k posunu – shrne existující stanoviska, ozřejmuje, na co se soustředit příště, co si kdo musí promyslet a v čem naopak panuje shoda. **Ukončuje dle něj dořešené podotázky a přesouvá diskuzi k dalším** (hlavně na konci diskuze, ale i v průběhu).

5. Téma diskuze a k čemu se chceme dostat:

1. Diskuze je na téma APOLITIČNOST SKAUTINGU, otázka, na kterou se pokusíme najít odpověď nebo minimálně si ujasnit argumenty obou stran je “Přináší apolitičnost skautingu více škody než užitku?”

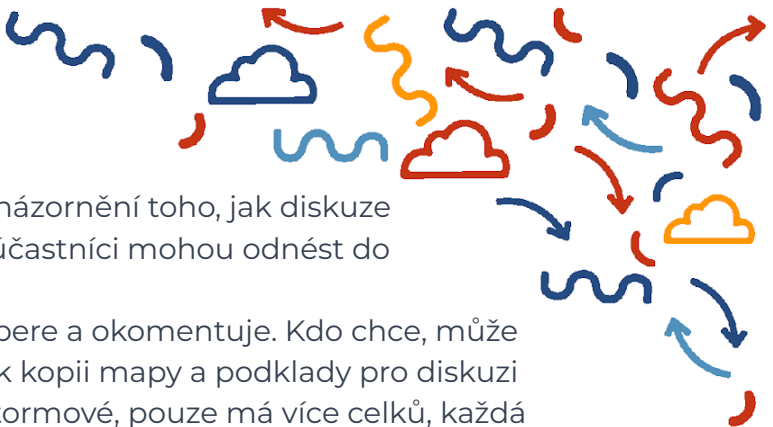
Veškeré podklady a navazující otázky níže

2. Diskuze je na téma BUDOUCNOST SKAUTINGU, Cílem diskuze je identifikovat oblasti, které budou hrát v budoucím vývoji organizace významnou roli a zkusit vymyslet efektivní postupy sloužící k prevenci těch negativních a podpoře těch pozitivních.

Veškeré podklady a navazující otázky níže

Tvorba mapy:

Během diskuze by měla vznikat “mapa diskuze”, kterou bude vypracovávat pomocník moderátora.

- 
- Tato mapa by existovala jako jasné znázornění toho, jak diskuze probíhala a jako inspirace, kterou si účastníci mohou odnést do svých oddílů a osobních životů
 - Na konci diskuze se dohromady probere a okomentuje. Kdo chce, může napsat svůj email na papír a obrží tak kopii mapy a podklady pro diskusi
 - Mapa se velmi podobá mapě brainstormové, pouze má více celků, každá podotázka a podtéma se zapisují jako jakási bublina, od té se následně tvoří spojitosti na reakce a takto se postupně reakce řetězí. Pokud by se odkazovala jakákoliv výpověď na předchozí část debaty, tato spojitost se graficky znázorní žlutě. Negace jsou červené, afirmace zelené a neutrální poznámky k tématu modré.
 - Př- **Jak by se projevovalo, že je skauting apolitický?** -) Lidé by začali na schůzkách hlásat anarchokapitalismus a mluvčí junáka by měl ohnivé projevy ve skautském institutu -) To si nemyslím, protože už teď na schůzkách nikdo nic takového nehlídá a mluvčí je inteligentní člověk. -) dobře, ale kdo vůbec je mluvčí junáka?
 - Na mapu se dá během debaty obracet když např. Panuje nejistota o tom, jaké byly někde argumenty.

Zpětná vazba/reflexe:

- Na konci proběhne reflexe a zpětná vazba na diskusi. Postupně se bude moderátor ptát na otázky a všichni včetně těch mimo akvário se můžou vyjádřit
1. Jak jste se u diskuze cítili?
 2. Myslíte, že jsme se někam dostali? Nebo jsme se jen točili v kruhu?
 3. Udělali byste zpětně něco jinak?
 4. Máte nějaké poznámky k formátu nebo moderátorovi?
 5. Inspirovala vás dnešní diskuze nějak?

Průběh:

- 1 den - IST dezignovaný na pomoc s programem se sejde s Matyášem, aby mu byly vysvětleny zásady diskuze a program celkově
- 45 minut - sejde se moderátor a IST, přinesou se lavičky a proběhne poslední shrnutí
- 0-5 minut - vysvětlení zásad diskuze a pravidel formátu
- 5-110 minut - moderovaná diskuze
- 110-125 minut - shrnutí průběhu diskuze moderátorem a zpětná vazba/reflexe, rozebrání mapy diskuze, možnost sdělit svůj mail v případě zaslání shrnutí diskuze a nějakých materiálů
- 125-140 minut - uklizení laviček

Lokace:

- 1. Malé šapitó
- 2. Iluzivní brány (hudební stan mokrá varianta)
- 3. Louka u stage (mokrá varianta v kreativním stanu)

Rizika:

- Přejde moc lidí
- Moderátor nezvládne moderovat - bude mít k ruce zaučeného IST, který ví, co má dělat
- Déšť - máme mokré varianty
- Přílišný zájem o to se dostat do středu - moderátor poprosí ty ve středu, aby se střídali v moment, co si myslí, že vyslovili adekvátně svůj příspěvek do diskuze

Podklady k diskuzi - Apolitičnost skautingu

1. Diskuze je na téma APOLITIČNOST SKAUTINGU, otázka, na kterou se pokusíme najít odpověď nebo minimálně si ujasnit argumenty obou stran je "Přináší apolitičnost skautingu více škody než užitku?"

(Pro moderátora):

Zdroje potřebné na přečtení pro moderátora, usnesení XIII se dá přečíst na začátku:

<https://casopis.skauting.cz/brani-nam-apoliticnost-junaka-ve-vytvareni-lepsiho-sve-ta-4103>

<https://kmen.skauting.cz/ma-se-junak-jako-organizace-vyjadrovat-k-aktualnim-ud-alostem-6961>

https://en.wikipedia.org/wiki/Non-aligned_Scouting_and_Scout-like_organisations

<https://www.novinky.cz/clanek/krimi-skautce-ktera-se-na-demonstraci-postavila-na-eonacistovi-vyhrozuji-lyncem-40032898> - skautka na demonstraci v kroji

Usnesení XIII. VSJ/13

Valný sněm Junáka

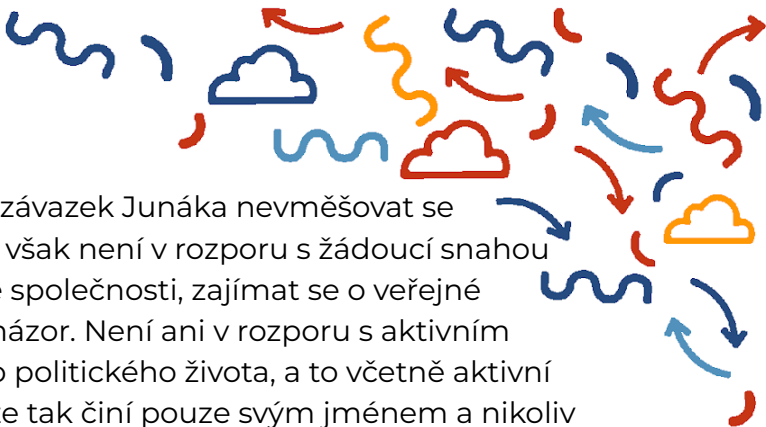
vědom si historické zkušenosti s perzekucí skautů v dobách nesvobody, zvláště a totality ať již nacistické či komunistické;

připomíná si s vděčností a úctou sestry a bratry, kteří se obětovali v boji proti totalitním režimům, či byli za své občanské postoje perzekvováni;

nezapomíná na skutečnost, že nacismus i komunismus se vůči skautskému hnutí vymezoval nepřátelsky i v rovině ideové, což vyústilo v zákaz činnosti Junáka vždy, když se tyto ideologie dostaly k moci;

bera na vědomí skutečnosti, že některé politické strany, hnutí či sdružení hlásící se k ideovým kořenům nacistickým, fašistickým či komunistickým jsou na území ČR registrovány a vyvíjejí svou činnost se souhlasem či tolerancí státu;

respektuje skutečnost, že Stanovy Junáka – svazu skautů a skautek ČR v článku 1 zakotvují Junák jako nepolitické občanské sdružení, sdružující své členy a členky mimo jiné i bez rozdílu politického přesvědčení;



Chápe apolitičnost Junáka především jako závazek Junáka nevměšovat se do soutěže politických stran. Tento závazek však není v rozporu s žádoucí snahou skautek a skautů zapojovat se do občanské společnosti, zajímat se o veřejné záležitosti, vytvářet si kultivovaný politický názor. Není ani v rozporu s aktivním zapojením skautek a skautů do legitimního politického života, a to včetně aktivní činnosti politických stran za předpokladu, že tak činí pouze svým jménem a nikoliv jménem Junáka či kterékoliv jeho jednotky.

Prohlašuje, že shora uvedená nepolitičnost skautského hnutí nevyvazuje skautky a skauty z povinnosti zakotvené v článku 21. Stanov Junáka, tedy povinnosti respektovat poslání, principy a metody skautského hnutí; přičemž není každý politický názor možno považovat za slučitelný se skautskou ideou.

Považuje za vyloučené, aby se členové Junáka zapojovali do činnosti nebo propagovali či i jakkoliv jinak podporovali hnutí, směřující k potlačení práv a svobod člověka nebo hlásající rasovou, etnickou, národnostní, náboženskou či třídní zášť nebo zášť vůči jiné skupině osob. Podpora takových hnutí, jejichž činnost je zakázána i právním řádem České republiky, musí být chápána jako vážné porušení Stanov Junáka.

Vyjadřuje své přesvědčení, že nelze pravdivě zastávat a opravdově přijímat hodnoty skautingu a principy, na nichž je založeno skautské hnutí, a zároveň se hlásit k politickým stranám, hnutím a směrům vycházejícím z komunistické, nacistické či fašistické ideologie, bez ohledu na to, zda vazba na tyto ideologie je výslovně formulována v základních dokumentech, programových prohlášeních nebo označení těchto stran, hnutí a směrů či zda vyplývá z veřejných projevů a činů jejich představitelů či ze skutečnosti, že se hlásí k právnímu nástupnictví či myšlenkovému odkazu takových svých předchůdců.

Ukládá ústředním orgánům Junáka zabývat se touto problematikou legislativně, metodicky i při správě organizace.

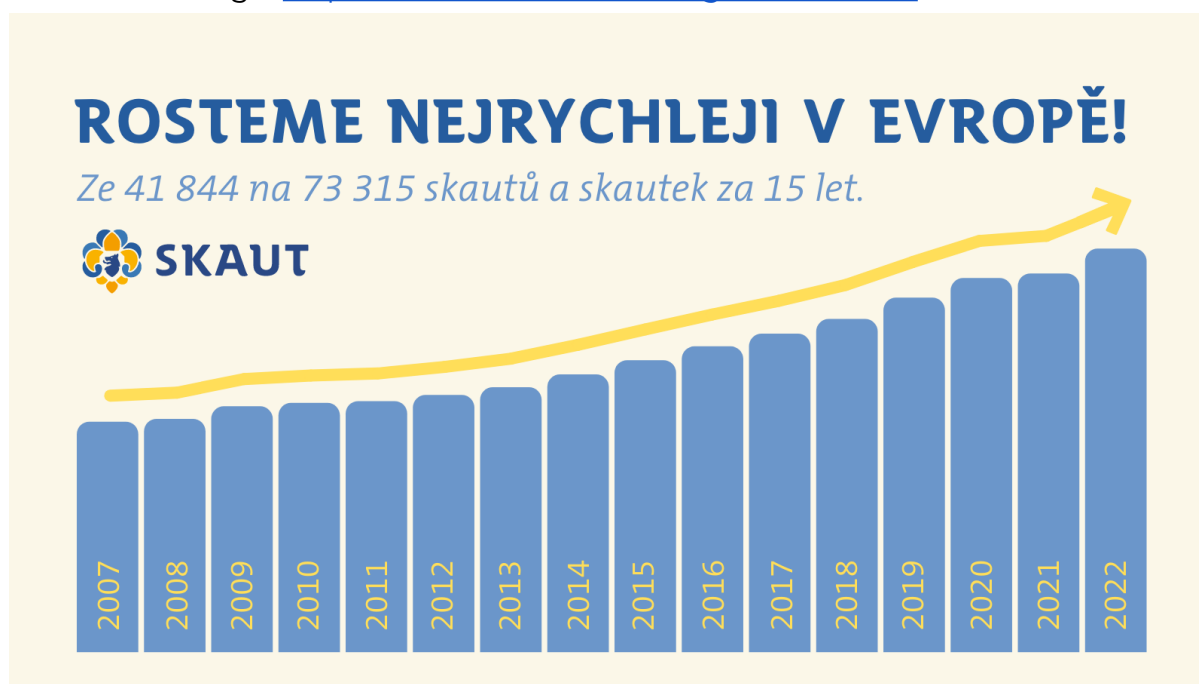


Podtémata a navazující otázky jsou (mimo další spontánní):

- Co to znamená být apolitický?
- Proč je vůbec skauting momentálně apolitický? Pomáhají uvedené důvody něčemu?
- Na demonstraci proti neonacistům byla skautka, je to špatně?
- Není náhodou vyjadřování se skautské organizace pro podporu ukrajiny a proti totalitě politický krok?
- Měl by skauting být apolitický?
- Jak by se to projevovalo, kdyby nebyl?
- Brání nám apolitičnost Junáka ve vytváření lepšího světa? (třeba v souvislosti s osmým bodem SVM?)
- Co by se mohlo stát, kdyby apolitičnost skončila? Jak by se mohly lišit třeba schůzky?

Podklady k diskuzi - Budoucnost skautingu

Čísla ve skautingu: <https://www.skaut.cz/skauting/fakta-a-cisla/>



Cílem diskuze je identifikovat oblasti, které budou hrát v budoucím vývoji organizace významnou roli a zkusit vymyslet efektivní postupy sloužící k prevenci těch negativních a podpoře těch pozitivních.

Na začátku zmínit, že v posledních letech hodně roste skautská základna a pracuje se na hodně projektech, ale...

Jaké trendy se u mladých začínají rozšiřovat už teď?

- Vlčušky

- 
- Skauti a skautky
 - roveři
 - Jaký je momentálně přístup k tradicím ve skautingu u mladších?
 - Jaký je momentálně vztah technologie a skautingu?
 - Jak velký vliv má světový skauting na ten náš? Kam se postupně vyvíjí?
 - Pojdme se bavit o skautingu za 20 let, na co bychom se měli soustředit? Jaké trendy podporovat?
 - Jaké trendy naopak potlačovat?
 - Vraťme se k těmto identifikovaným trendům, jak je podporovat a jak potlačovat?
 - Co by mělo být cílem Junáku do budoucna?

Něco duchaplného

 Matyáš A4 Něco duchplného.pdf

[Obrok playlist](#)

