

PoCzuj to!

Metodyka zuchowa dla opornych

Phm. Kamila Kubista

Spis treści

Wstęp	3
Jaki jest zuch - podstawy rozwoju psychofizycznego	
Fizycznie	4
Emocjonalnie	4
Społeczno-moralnie	5
Intelektualnie	5
Podstawy metodyczne	
Zabawa - królowa metodyki	7
Prawo, obietnica i znaczek zucha	7
Szóstki	8
Musztra	8
Krąg rady - święto demokracji	8
Gwiazdki i sprawności indywidualne	8
Sprawności zespołowe	9
Formy pracy	9
Ważne przedmioty	11
Na co warto zwrócić uwagę organizując przedsięwzięcie, w którym wezmą udział również gromady zuchowe? - zagadnienia organizacyjne	
Sen	12
Warunki sanitarne	12
Żywnienie i słodycze	13
Wędrówki	13
Zapas czasu	13
Sprzątanie	13
Kadra	13
Zajęcia programowe	14
Bibliografia	15

Wstęp

Organizujesz przedsięwzięcie programowe dla zuchów, a ta metodyka nigdy nie była Ci bliska? Świetnie traficieś! Niniejsza publikacja powstała z myślą właśnie o Tobie - żeby na kilku stronach przybliżyć Ci kim właściwie jest zuch, co zrobić, by najlepiej odpowiedzieć na jego potrzeby rozwojowe i jak ustrzec się od nieprzychylnych spojrzeń drużynowych, że po raz kolejny zuchy potraktowano jak harcerzy. To chyba najczęstszy grzech podczas imprez „wielometodycznych” - uśrednianie wszystkich i robienie zajęć uniwersalnych, czyli tak naprawdę dla nikogo. Proponuję więc poświęcić kilka chwil na zapoznanie się z najważniejszymi informacjami o zuchach - od tego na jakim są etapie rozwoju psychofizycznego, przez przebiegę po podstawowych elementach metodyki, po czysto organizacyjne podpowiedzi ułatwiające funkcjonowanie gromad na obozie czy biwaku. Z pewnością drużynowi i instruktorzy zuchowi, z którymi przyjdzie Ci współpracować, będą Ci wdzięczni za uwzględnienie ich głosu i dostosowanie się do specyfiki pracy z tą grupą wiekową. Wszystkie zebrane tu treści pochodzą z wieloletniego doświadczenia w pracy z zuchami, zarówno mojego, jak i innych osób, które zechciały się wypowiedzieć i wesprzeć mnie w tworzeniu tego tekstu, za co im serdecznie dziękuję.

Jaki jest zuch? - podstawy rozwoju psychofizycznego

Fizycznie

Ciało zucha cały czas się zmienia, a wiek zuchowy to moment wręcz przyspieszonego rozwoju. Kości wciąż rosną i nie są jeszcze do końca zmineralizowane, dlatego **częste złamania** u niektórych dzieci nie powinny dziwić. Wzrost ten jest jednak nieregularny i skokowy, co powoduje **zachwianie proporcji** pomiędzy długością kończyn a resztą ciała. Z tej samej przyczyny **ruchy dziecka są nieprecyzyjne**, a ono samo może mieć **zaburzone poczucie własnego ciała w przestrzeni** - jak daleko faktycznie sięgają jego ręce lub nogi. Skutkiem takiej nieświadomości mogą być nieplanowane szturchnięcia, popchnięcia czy kopnięcia kolegów.

Nieproporcjonalnie rozwijają się także mięśnie - tzw. **mięśnie duże** (np. ud, ramion) **przrastają szybciej niż mięśnie małe** (np. palców), co w gromadzie zuchowej ma niebagatelne znaczenie. Tłumaczy dlaczego prace majsterkowe i plastyczne potrafią fizycznie zmęczyć nawet bardziej niż zabawy ruchowe, a z drugiej strony - jak ważne są dla wspomagania rozwoju fizycznego na tym etapie. Przydają się także jako przerywniki pomiędzy bardziej aktywnymi formami, bowiem **płuca i serce rosną wolniej niż mięśnie i kości**, a co za tym idzie - mogą nie nadążać z zaopatrywaniem ich w tlen i krew. Jednorazowy wysiłek może być więc intensywny (bo mięśnie to wytrzymają), ale krótki (żeby serce i płuca mogły się zregenerować). Światowa Organizacja Zdrowia zaleca, by dzieci w wieku 5-17 lat spędzały **aktywnie ruchowo min. 60 minut dziennie**, przy czym każdy dodatkowy czas na pozytywny wpływ na ich zdrowie.¹

Z powodu **rozwijającego się wciąż układu odpornościowego** zwracamy uwagę, by na wyjścia z zuchówki zuchy ubierały się odpowiednio do pogody, a najlepiej tak, by zawsze miały zapasową warstwę do ubrania albo zdjęcia, w zależności od warunków. Nie rezygnujemy jednak z zajęć terenowych - im więcej stymulacji dostanie nasza odporność, tym lepiej będzie funkcjonować.

Emocjonalnie

Dojrzewający układ nerwowy również ma znaczny wpływ na zachowanie zucha. Pojawiające się **emocje są bardziej wyraziste**, zuch przeżywa „całym sobą”. Choć w naszych działaniach powinniśmy uczyć dzieci panowania nad emocjami i umiejętności dostosowania zachowania do sytuacji, dzieci śmiejące się w głoś, rzewnie płaczące czy krzyczące ze złości nie powinny nas dziwić. Za to jeśli któreś jest szczególnie ciche i zamknięte w sobie, zwróćmy na

¹ *Physical activity and young people*. World Health Organization. 23.02.2018. Dostęp w Internecie: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

nie naszą uwagę - być może nie czują się dobrze w grupie, albo w jego życiu dzieje się coś szczególnego i może potrzebować wsparcia.

Niczym nienaturalnym nie jest też **szybkie przechodzenie od emocji pozytywnych do negatywnych i na odwrót**. Mimo, że może to być uciążliwe, możemy wykorzystać tę „usterkę” układu nerwowego do łatwego odwrócenia uwagi zucha od mniej przyjemnej sytuacji i sprawić by wrócił do zabawy np. po kłótni z kolegą.

Naszym sojusznikiem jest także aktywność fizyczna, dzięki której do organizmu uwalnia się **endorfina** - hormon szczęścia, powodując wzbudzenie trwałego pozytywnego afektu.

Společno-moralnie

Pod kątem oceniania moralności czynu dla zucha **większe znaczenie może mieć jeszcze wynik końcowy działania niż faktyczna intencja sprawcy**. Ważniejsze jest więc, że komuś stała się krzywda niż to, że sprawca wyrządził ją zupełnie niechcący. To pole do popisu dla całej kadry, by przedstawiać zuchom inne punkty widzenia i stopniowo uwrażliwiać dzieci na drugą osobę. Początek podstawówki to dobry moment na korygowanie **dziecięcego egoizmu**, bowiem jest to czas odkrywania przez zuchy, że nie wszystko odnosi się bezpośrednio do ich samych, a na pytanie do całej grupy „Czyj to szalik?” wcale nie muszą odpowiadać „Nie mój”.

Choć w przedszkolu nie miało to jeszcze takiego znaczenia, w wieku zuchowym pojawia się **wyraźny podział na płeć**, który trwać będzie aż do okresu dojrzewania. Dziewczynki chętnie bawią się w swoim gronie, a chłopcy w swoim. W metodyce zuchowej ma to odzwierciedlenie w systemie szóstek, który nie zakłada koedukacyjności. Różnice płciowe występują także w sferze zachowań agresywnych - **u chłopców dominuje agresja fizyczna** w postaci bójek, przepychanek itp., **u dziewczynek zaś - społeczna**. Oznacza to, że do sprawienia komuś przykrości stosują raczej plotki, intrygi, wykluczanie z grupy.

Posiadanie bliskiej, zaufanej osoby ma znaczenie w każdym wieku i czas zuchowania nie jest wyjątkiem. Póki co **przyjaciół jest jednak definiowany raczej jako osoba, z którą spędza się dużo czasu**, a wspólne przekonania czy wartości są jeszcze zbyt abstrakcyjnymi tworam, by miały znaczenie w kontekście dobierania grona znajomych. Gromada zuchowa, a szóstka w szczególności, może zatem stać się miejscem zawiązywania przyjaźni, które powstaną dzięki dużej liczbie wspólnych zadań i wyjazdów, i przetrwają również po przejściu do kolejnych metodyk.

Intelektualnie

Pod względem intelektualnym zuchy znajdują się w jednym z najbardziej rozwojowych momentów swojego życia. Mają **ogólną motywację do uczenia**, co oznacza, że same z siebie chcą poznawać nowe rzeczy i nie potrzebują do tego wyrafinowanych zachęt, co zdecydowanie ułatwia działanie w gromadzie. Dynamicznie rozwija się u nich zdolność zapamiętywania,

poznają około **5-10 tysięcy nowych słów rocznie**. Dzięki temu nauka nowych piosenek jest dla nich zarówno przyjemnością, bo nie wymaga dużego wysiłku, jak i świetnym ćwiczeniem pamięci, a brak umiejętności płynnego czytania tekstów ze śpiewnika nie stanowi przeszkody.

Nieco gorzej pamięć wypada w sytuacjach, gdy ważna treść, w przeciwieństwie do piosenek, niekoniecznie się rymuje albo ma wpadający w ucho rytm. Nie jest ona jeszcze w pełni ukształtowana, dlatego jeśli chcemy by zuchy przyniosły coś na zbiórkę, przekazały rodzicom czy pamiętały o zadaniach na gwiazdkę, stwórzmy im „namacalną” przypomianajkę - streszczenie najważniejszych informacji na kartce, rebus, plakat do powieszenia w pokoju.

Na podobnej zasadzie funkcjonuje umiejętność **skupiania uwagi**, zwłaszcza na mało ciekawych albo monotonnych rzeczach. Stąd tak ważna na zbiórkach przemienność form i dawkanie trudniejszych zadań w mniejszych porcjach.

Obie te funkcje, uwaga i pamięć, będą zdecydowanie lepiej funkcjonować, gdy będziemy z zuchami pracować **na materiale konkretnym, nie abstrakcyjnym**, bowiem ich mózgi dużo lepiej sobie z takim radzą. Rozmowy o ideach, uwzniośnione gawędy i kuźnice zostawmy harcerzom i wędrownikom, a skupmy się raczej na tym, co zuch może zobaczyć wokół siebie. Jeśli gawęda, to o chłopcu podobnym do naszych chłopców, jeśli rozmowa o przyjaźni, to na podstawie bajki lub historii „z życia wziętej”. Stąd też tak prosto napisane prawo i obietnica zucha oraz zabawy, w których dzieci mogą naprawdę przeżyć to, co chcemy im przekazać.

W tym wieku niewiele dzieci ma już stałe **zainteresowania**, są one **raczej zmienne i odzwierciedlają to, co dostarcza środowisko zewnętrzne**. Z tego też powodu dbajmy o to, by cykle sprawnościowe jakie dobieramy były zróżnicowane i dawały naszym podopiecznym jak najszerszy wachlarz możliwości, z którego w przyszłości będą mogły wybierać to, co faktycznie wydaje im się interesujące.

Podstawy metodyczne

Zabawa - królowa metodyki

Zabawa jest naturalnym sposobem poznawania świata przez zuchy i korzystając z niej możemy osiągnąć niesamowite rezultaty. Każda zbiórka, biwak czy obóz powinny mieć swoją **fabułę i cel, który zuchy chcą osiągnąć** - uratowanie Smerfów przed Gargamelem, pomoc elfom w odnalezieniu Źródła Mądrości, ukończenie Szkoły Magii i Czarodziejstwa... Cokolwiek przyjdzie nam do głowy, jest zgodne z metodą harcerską, zainteresuje dzieci i sprawi, że nie będą mogli doczekać się następnego elementu historii. Bo popołudniowa majsterka nie może być całkowicie oderwana od pozostałych zajęć - może za to być świetnym łącznikiem między przedpołudniową grą terenową, kiedy to w zamian za pomoc mieszkańcom wioski otrzymujemy od władcy zaproszenie na wieczorny bal, a samym balem, na który nie wypada przecież przyjść w stroju codziennym - trzeba zatem przygotować odpowiedni kostium.

Z perspektywy instruktora zabawa musi być oczywiście **podporządkowana celowi wychowawczemu**, który sobie postawił. Zuchy wierzą, że podróżują po kosmosie by zebrać gwiazdny pył, ale ich drużynowy wie, że przy okazji poznają nazwy planet, ćwiczą dzielność i współpracę w grupie.

Prawo, obietnica i znaczek zucha

Prawo zucha ma mniej punktów niż harcerskie, bo tylko sześć i **mówi wprost o tym jaki zuch ma być**. Jest proste do zrozumienia i wytłumaczenia, nie używa abstrakcyjnych pojęć, za to pojawiają się w nim słowa które każdy zuch zna i potrafi przywołać sytuacje, do których dane prawo pasuje.

Po zapoznaniu z prawem zucha i poznaniu gromady zuch składa **obietnicę**. Okres ten trwa **do trzech miesięcy**, a sam moment jest niezwykle ważny dla całej gromady, dlatego świadkami są wszystkie zuchy - również te, które swoją obietnicę dopiero będą składać. Zuch w obecności wszystkich swoich kolegów, a często też rodziców obiecuje, że chce „być dobrym zuchem, zawsze przestrzegać prawa zucha”. Doskonale rozumie te słowa. Na pamiątkę i potwierdzenie tego co się przed chwilą wydarzyło drużynowa przypina do munduru **znaczek zucha**. Jego symbolika, zapisana w drugiej zwrotce piosenki „Mundur, chusta”, przypominana jest za każdym razem, gdy się ją śpiewa (a śpiewa się często, bo to niejako hymn metodyki). **Biały orzeł symbolizuje odwagę, słońce to radość, niebo pogoda ducha, a słowo „zuch” przypomina, że posiadacz znaczka należy do większej społeczności i nie jest sam.**

Szóstki

Szóstki zuchowe, podobnie jak zastępy mają swoje nazwy, lidera (szóstkowego) wybranego spośród członków grupy i **wspólnie wykonują zadania na zbiórkach**. Nie spotykają się jednak poza zbiórkami gromady, nie powinny też wychodzić same na zwiad czy poza teren szkoły, w której się spotykają. **Szóstkowy jest raczej koordynatorem** wykonywania pojedynczego zadania, a wyróżnia go krokiewka naszyta na lewym rękawie munduru.

Musztra

Zuchowa musztra, jak wszystko w tej metodyce, powinna stanowić dla dzieci zabawę, nawet jeśli jej celem jest ćwiczenie posłuszeństwa i powagi. **Nie jest ona skodyfikowana** i zależy w dużej mierze od wyobraźni kadry gromady, bowiem stanowi element obrzędowości i każda jednostka może przeprowadzać ją na własny, unikatowy sposób. Wspólną zasadą dla wszystkich jest **unikanie używania mowy**, która zastępowana jest gestami i klaśnięciami. Dzięki temu łatwiej skupić uwagę dzieci, które muszą cały czas obserwować co się dzieje przed nimi, a co często zawiera także zabawne elementy.

Zuchy powinny jednak znać podstawowe elementy musztry harcerskiej, by w szerszym gronie, podczas spotkań hufca czy chorągwi wiedzieć jak się zachować w poszczególnych momentach.

Krąg rady - święto demokracji

Krąg rady jest niezbędnym elementem występującym najczęściej pod koniec każdej zbiórki, ale też w chwilach, gdy trzeba całą gromadą **podjąć ważne decyzje lub rozwiązać pojawiające się problemy**. Decyduje jaką sprawność będziemy zdobywać jako następną, czy przyznać danym zuchom gwiazdki czy jak rozwiązać konflikt wewnątrz szóstki (jeśli nie udało się tego zrobić indywidualnie). Podczas kręgu rady wykorzystywany jest **pacholik** oznaczający, że osoba, która go trzyma ma w danej chwili prawo głosu, pojawia się także **lista spraw**, na której zuchy zapisują w trakcie zbiórki sprawy, nad którymi chcą obradować podczas kręgu.

Gwiazdki i sprawności indywidualne

Gwiazdki i sprawności indywidualne to zuchowe odpowiedniki stopni i sprawności harcerskich. Ich zdobywanie wygląda podobnie - należy ułożyć zadania na podstawie wymagań, a następnie je zrealizować i przedstawić gromadzie efekty swoich starań. Gwiazdki są trzy - pierwsza to „zuch ochoczy”, który chętnie bierze udział w zbiórkach, druga - „zuch sprawny”, będący już bardziej samodzielnym w swoich działaniach, natomiast trzecia - „zuch gospodarny” to zuch, który przygotował się do przejścia do drużyny harcerskiej. Różnica między gwiazdkami a stopniami polega na tym, że ich zdobywanie przebiega **po kolei**, bez pomijania poprzednich.

Wynika to z tego, że każda z gwiazdek opiera się na nieco innym obszarze rozwoju zucha. **Sprawności** różnią się zaś od harcerskich tym, że **nie są one stopniowane**, a dostosowanie poziomu trudności leży w gestii drużynowego.

Sprawności zespołowe

Sprawności zespołowe stanowią **podstawę programu** pracy gromady. Każda z nich to osobna przygoda, która trwa od **czterech do sześciu zbiórek**, podczas których zuchy bawią się w ramach jednej myśli przewodniej, np. w marynarzy, przyjaciół Kubusia Puchatka albo etnografów. Cykle sprawnościowe tworzy się na podstawie **programów sprawności**, które zawierają **sugerowane tematy zabaw oraz wskazówki bibliograficzne**. Dobierając kolejne sprawności należy zwrócić uwagę, by **mieszać te z różnych kategorii** - nie opierać całorocznej pracy tylko o sprawności bajkowe, ale raczej wybrać po jednej bajkowej, zawodowej, obywatelskiej itp. Dzięki temu nasze zuchy (i my sami) nie znudzimy się powtarzającymi się non stop motywami.

Formy pracy

Do stricte zuchowych form pracy zalicza się następujące:

- **gawęda i jej formy wymienne** - jak już zostało wcześniej wspomniane, zuchowa gawęda różni się znacznie od harcerskiej. Najlepiej by przyjęła ona formę **opowiadania**, w którym główny bohater przeżywa przygodę, która czeka na zuchy w dalszej części zbiórki, czy podejmuje ważną decyzję, w której cała gromada będzie uczestniczyć. Stanowi jeden ze stałych elementów zbiórki, raz na jakiś czas można ją zastąpić rozmową z zaproszonym gościem, przeczytaniem bajki lub wiersza, obejrzeniem fragmentu filmu. W klasycznej formie nie może być dłuższa niż **5-10 minut**, inaczej zuchy nie będą w stanie się skupić.
- **piosenki i pąsy** - ich zadaniem jest **rozładowanie napięcia, emocji, rozwijanie pamięci i uwagi u zuchów**. Podczas wprowadzania należy wytłumaczyć niezrozumiałe słowa i upewnić się, czy zuchy wiedzą o czym mówi tekst. Do utrwalania słów używajmy zabaw, np. rebusowego śpiewnika, układania rozsypanki wyrazowej, unikajmy suchego powtarzania. Melodia piosenki czy pąsu nie powinna być zbyt skomplikowana i opierać się na wysokich dźwiękach, bo zuchy nie będą potrafiły jej zaśpiewać (takie są często piosenki z bajek).
- **gry, ćwiczenia i zabawy** - to obszerny worek, z którego możemy do woli wybierać elementy pasujące do fabuły naszej zbiórki. Dają nam najczęściej możliwość rozwijania współpracy w grupie, przestrzegania zasad, wytrwałości czy znoszenia porażek i cieszenia się z sukcesów innych. Jak je rozróżnić?

- Ćwiczenia zuchowe polegają na pracowaniu nad **poprawą jakichś umiejętności**, najlepiej tych, które będą użyteczne w dalszej części zbiórki, by zuchy miały poczucie celowości swojego wysiłku.

- Gry oparte są na ściśle określonych **zasadach** i dążą do wyłonienia **zwycięzcy**.
- Zabawy posiadają pewne zasady brzegowe, ale istnieje **duża dowolność** co do ich przebiegu, **celem jest zabawa sama w sobie**.

- **Majsterka** - to nic innego, jak prace plastyczne i techniczne wykonywane przez zuchy. Standardowo - jako **element większej zabawy**, nigdy jako sztuka dla sztuki. Pamiętajmy, żeby dawać zuchom takie zadania, jakie sami jesteśmy w stanie wykonać, żeby w razie potrzeby im pomóc. Przy trudniejszych pracach warto, by **każda szóstka miała swojego przybocznego/opiekuna**, by jedna osoba nie musiała tłumaczyć całej gromadzie co robić i aby zuchy mogły obserwować kolejne etapy z bliska. Dobierając materiały zwróćmy uwagę by były **nietoksyczne** (zwłaszcza jeśli będziemy np. malować palcami), a zuchy uczyły się przy okazji **oszczędnego i ekologicznego korzystania** z nich. Poza ćwiczeniem motoryki małej możemy wykorzystać majsterkę do budowania koncentracji, rozwijania wyobraźni i, w zależności od tego co robimy, twórczego lub logicznego myślenia.

- **zuchowy teatr** - teatr możemy podzielić na dwa rodzaje - **wielki i samorodny**. Wielki to taki, w którym nad przedstawieniem pracujemy przez kilka zbiórek, skrupulatnie ćwicząc role, przygotowując scenografię, rekwizyty, a na premierę najczęściej zapraszamy gości. Teatr samorodny to zaś spontaniczne tworzenie i przedstawianie scenek bez większego przygotowania, zajmujące kilkanaście minut w czasie zbiórki. Niezależnie od tego na który rodzaj się decydujemy, ważne jest by **materiał do przedstawienia został stworzony przez same zuchy** - gotowe scenariusze z Internetu i kucie tekstu „na blachę” zostawmy szkołom.

- **zwiad** - dzięki niemu zuchy mogą na własną rękę (a jednak cały czas pod naszą opieką) zaspokoić swoją **ciekawość świata** i zdobyć nowe informacje na jego temat. Zwiad może dotyczyć poznania jakiegoś miejsca, kultury czy osób. Należy się do niego **rzetelnie przygotować** i samemu najpierw poznać to, co mają poznać nasze dzieci. Jeśli podczas zwiadu zuchy mają z kimś porozmawiać - uprzedźmy te osoby o tematyce rozmowy, przedstawmy jakie są nasze dzieci. Przed zwiadem warto **zapowiedzieć** gromadzie jaki będzie jego temat, a po powrocie zarezerwować czas na jego **podsumowanie** - np. w formie rozmowy w kręgu rady czy pracy plastycznej. Na sam zwiad przygotuj też **„wytyczne”** na co szczególnie zwrócić uwagę, np. w formie pytań czy karty pracy dla każdego zucha/szóstki, ułatwi to kierowanie uwagi na to, co uważasz za ważne. Zwiad może stanowić część zbiórki, zająć cały przeznaczony na nią czas albo stanowić dłuższą wycieczkę.

- **zabawa tematyczna** - najważniejsza forma pracy, kumulująca w sobie wszystkie inne. Zabawa tematyczna to **„zabawa w kogoś lub coś”**, polega na odgrywaniu sytuacji znanych

zuchom z życia codziennego lub z opowieści. Każdy zuch ma w niej swoją rolę do wypełnienia, ale realizuje ją **według własnej inicjatywy** zgodnie z ogólnymi zasadami, na które się wspólnie umówiliśmy przez zabawę. Aby ją przeprowadzić musimy, najlepiej wraz z zuchami, wymyślić zarys fabuły, przygotować niezbędne rekwizyty, przećwiczyć umiejętności, które mogą nam się przydać, poznać odpowiednie fakty. W zależności od realizowanego cyklu/tematu można się więc bawić w stację kolejową, wizytę na Marsie czy bal na dworze Jana III Sobieskiego - to najbardziej naturalna forma dla dzieci w wieku zuchowym, więc pomysłów im z pewnością nie zabraknie.

- **pożyteczne prace** - stanowią **wstęp do harcerskiej służby** i tak jak ona powinny być wypadkową potrzeb środowiska i umiejętności naszych zuchów. Każde pożyteczne prace powinny mieć **cel i sens** zauważalny dla zuchów, inaczej nie będą chciały wykonywać zadania, które w rzeczywistości nic nie zmienia. Do tej kategorii zaliczamy też **prace porządkowe i domowe oraz naukę przydatnych umiejętności**, takich jak wiązanie butów. Jak każdy element zuchowego działania, trzeba je tak ubrać w fabułę, by stanowiły dalszy ciąg zabawy.

- **zuchowe znaki, zwyczaje, obrzędy i tajemnice** - to najbardziej zróżnicowana kategoria form, bo choć nazwa wspólna, to w **każdej gromadzie wyglądają (i powinny wyglądać) inaczej**. Można do niej zaliczyć obrzędowe nadanie sprawności, przyjęcie do gromady, moment składania przez dzieci Obietnicy Zucha, sposób sprawdzania obecności i wszystkie inne zwyczaje, które sprawiają, że zuchy czują, że to co się dzieje ma w sobie pewną **tajemnicę** nie dla każdego dostępną. Sprawia to, że czują się bardziej związane z gromadą i zaangażowane w jej działanie.

Ważne przedmioty

Zuchowe obrzędy nie miałyby w sobie tyle magii, gdyby nie różne obecne w gromadzie przedmioty. Zaliczyć można do nich np. totem, czyli znak gromady, z którym zuchy się identyfikują, zabierany na wszystkie wyjścia poza zuchówkę. Innymi takimi rekwizytami są pacholik, zwany też buławką, skarbiec - miejsce przechowywania Bardzo Ważnych Rzeczy, kronika, pieczęć gromady, różne formy listy obecności czy listy spraw.

Na co warto zwrócić uwagę organizując przedsięwzięcie, w którym wezmą udział również gromady suchowe? zagadnienia organizacyjne

Sen

Według wytycznych National Sleep Foundation² dzieci w wieku 6-13 lat potrzebują **9-11 godzin ciągłego snu** na dobę. Suchy na wyjazdach chodzi spać około godz. 22, a młodsze, albo jeśli dzień był męczący, nawet bliżej 21. Dobrym pomysłem jest zatem znalezienie dla nich **osobnego miejsca noclegowego**, w którym wracający z wieczornych zajęć harcerze nie będą przeszkadzać i niepotrzebnie budzić młodszych kolegów. Warto też, by dopóki wszystkie dzieci nie zasną, na sali znajdował się **oboźny**, który delikatnie, lecz stanowczo będzie pilnował, by pod nieobecność kadry mniej śpiące osoby nie zorganizowały całonocnego piżama party.

Gry nocne i alarmy mundurowe niech zaś pozostaną zachętą do przejścia do drużyny harcerskiej jako element, który w czasie suchowania jeszcze się nie pojawia. Jeśli koniecznie chcemy sprawdzić jak nasze dzieci poradzą sobie zaskoczona nieplanowaną nocną eskapadą, zorganizujmy ją **wieczorem**, gdy będą się już przygotowywać do spania, ale nie budźmy gdy będą już spać. Rano może okazać się, że nic z tego nie pamiętają, a przez cały dzień będą zmęczone, rozdrażnione i trudne w kontakcie.

Ku radości kadry pierwsze suchy potrafią wstać już około 5 rano, pomimo pobudki zaplanowanej na 8. Warto zaopatrzyć się w papier i kredki albo zestaw książek, aby zając ranne ptaszki względnie cichymi zajęciami (najlepiej w osobnej sali albo na korytarzu) i zapewnić należne godziny snu tym, którzy chcą jeszcze z niego skorzystać.

Warunki sanitarne

Niektórym dzieciom nie przeszkadzałyby nawet spartańskie warunki, ale wśród suchów sporo też takich, które **nie skorzystają** z toalety typu „Shrek”, a toi-toi jest ostatecznością. Miejmy to na uwadze wybierając **bazę obozową**, bo mogą nie dać się przekonać żadnym argumentom, a najbardziej zablokowani po prostu przestaną korzystać, co skończy się problemami trawiennymi albo częstym praniem. To wiek, w którym emocje często biorą górę nad racjonalnymi argumentami, dlatego warto przed wyjazdem upewnić się z jakim **poziomem dojrzałości** mamy do czynienia w grupie.

² *Ile snu potrzebujemy? Wytyczne dla wszystkich grup wiekowych.* Focus.pl - Portal dla miłośników nauki. 13.11.2019 Dostęp w Internecie: <https://www.focus.pl/artukul/ile-snu-potrzebujemy-sa-nowe-wytyczne>

Żywnienie i stodycze

Zuchy krzyczą, kłócą się, nie mogą wysiedzieć na miejscu? A ile cukru zaserwowaliśmy im podczas obiadu (naleśnik z dżemem), podwieczorku (batonik) i kolacji (słodzona herbata i kanapka z Nutellą)? Po takiej dawce nikt z nas nie siedziałby spokojnie, a co dopiero dziecko. Może się wydawać, że zuchy nic innego nie zjedzą i słodki obiad to gwarancja pustego talerza, ale to też gwarancja **niskiej koncentracji i nagłych skoków energii**. Serwujmy naszym podopiecznym zdrowe posiłki, pokazujemy, że one też mogą być smaczne, a zamiast klasycznych podwieczorków wystawiamy na stół tace pełne owoców i warzyw.

Wędrówki

Zuchy nie chodzą na typowe wędrówki - ich miejsce zajmują zwiady, gry i wycieczki. Co nie oznacza, że z dziećmi nie chodzimy, wręcz przeciwnie - niech to nie będzie jednak przemieszczanie się z miejsca na miejsce, a (jak wszystko w tej metodyce) zabawa. Niezależnie od nazwy, warto zastanowić się nad dystansem jaki serwujemy naszym podopiecznym. Poza zdrowym rozsądkiem i znajomością możliwości dzieci weźmy pod uwagę wytyczne znawców tematu - Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego. Odznaka „Siedmiomilowe buty”, kierowana właśnie do turystów wieku 8-10 lat, zakłada, że aby zdobyć ją w stopniu srebrnym dziennie dziecko może przejść do **8 km**, a w stopniu złotym, czyli będące już nieco zaprawione w bojach (mające za sobą łącznie min. 30 km wędrówek), **do 12 km**.

Zapas czasu

Toaleta poranna i wieczorna, posiłki zajmują nieco więcej czasu niż u starszych, dlatego warto przeznaczyć na nie **dotatkowe minuty**. Zuchy są specjalistami w zapominaniu o zabraniu ważnych rzeczy, po które trzeba się cofnąć.

Sprzątanie

Zuchy jak najbardziej powinny mieć swój przydział sprzątania na koniec wspólnego biwaku, jednak **nie potrafią być tak staranne** jak ich starsi współtowarzysze. Nie odbierając im obowiązku i poczucia współodpowiedzialności za sprawę warto **zarezerwować trochę czasu** po rozejściu się uczestników do domów, by móc w spokoju po nich poprawić przed oddaniem szkoły dyrekcji.

Kadra

Najbardziej optymalna sytuacja kadrowa to taka, gdzie **na każdą szóstkę** (czyli średnio pięcioro dzieci) przypada **jeden opiekun**. System małych grup może wtedy sprawnie funkcjonować, a drużynowy nie musi sam zbierać całej gromady np. na toaletę wieczorną, bo

każda szóstka może iść ze „swoim” przybocznym. Oszczędza to czas (i nerwy ;)), pozwala uniknąć sytuacji, gdzie zbiórka trwa dłużej niż samo wyjście, bo czekając na jedną osobę pozostałe zaczynają tracić skupienie i rozchodzić się, co z kolei powoduje konieczność ciągłego dyscyplinowania i wpływa negatywnie na atmosferę w grupie.

Kadra zuchowa często ubolewa, że przyboczni i osoby niepełnoletnie muszą **płacić za udział w obozie czy biwaku jak normalni uczestnicy**. Najczęściej nie mają możliwości brania udziału w zajęciach przeznaczonych dla ich pionu wiekowego, a w zamian za to przez cały weekend opiekują się zuchami. Obniżenie wpisowego dla takich osób z pewnością spotkałoby się z dużą wdzięcznością środowiska najmłodszych zuchmistrzów i docenieniem ze strony tych starszych.

Praca instruktora zuchowego to oczywiście działanie na rzecz wychowania młodego pokolenia i przekazywanie im ponadczasowych wartości w harcerskim duchu... Ale też bardzo często po prostu **opieka nad dziećmi**, które po raz pierwszy nocują poza domem, tęsknią za rodzicami, mogą jeszcze nie do końca panować nad swoimi potrzebami fizjologicznymi albo potrzebować pomocy w wykonywaniu czynności samoobsługowych. To czytanie bajek na dobranoc, przytulanie w nieszczęściu, uczenie robienia kanapek i panowania nad emocjami. Z tym musi się liczyć osoba, która „z doskoku” zdecyduje się wesprzeć gromadę podczas biwaku, a także ci, którzy w jego trakcie planują spotkania robocze, odprawy czy warsztaty dla kadry - zuchmistrzowie prawdopodobnie nie będą mieli na nie czasu.

Zajęcia programowe

Organizując zajęcia dla dzieci instruktor za nie odpowiedzialny, jeśli sam nie jest zuchmistrzem, powinien **zapoznać się z podstawami metodyki zuchowej** oraz **skonsultować** je z drużynowym, namiestnikiem lub członkiem referatu zuchowego. Z pewnością będzie wtedy czuł się pewniej, a program faktycznie będzie adekwatny do potrzeb rozwojowych najmłodszych członków naszej organizacji. Dotyczy to również form wspólnych dla kilku pionów - ognisko całego hufca nie przebiegnie zgodnie z planem, jeśli nie uwzględni zuchowej potrzeby ruchu i umiejętności skupiania uwagi tylko na kilka minut.

Na takim podejściu zyskują wszyscy - zuchy dobrze się bawią, drużynowi zuchowi śpią spokojnie, a drużynowi harcerscy... Za jakiś czas nie usłyszą, że „na zbiórkach jest nudno, w gromadzie robiliśmy to samo”. Więc warto!

Bibliografia

Bee H., *Psychologia rozwoju człowieka*, Poznań 2004

Ile snu potrzebujemy? Wytyczne dla wszystkich grup wiekowych, Focus.pl - Portal dla miłośników nauki, 13.11.2019, dostęp w Internecie: <https://www.focus.pl/artykul/ile-snu-potrzebujemy-sa-nowe-wytyczne>

Kamiński A., *Krąg rady*, Warszawa, 1998

Physical activity and young people, World Health Organizaton, 23.02.2018, dostęp w Internecie: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Regulamin Odznak Turystyki Pieszej PTTK z dn. 13.01.2006

Regulamin sprawności zuchowych z dn. 23.05.2014

Regulamin gwiazdek zuchowych z dn. 25.09.1994

Silny M., *Musztra zuchowa*, Szczecin 2007

Wardęcki M., *Zuchy*, Warszawa, 1982

W krainie zabawy, praca zbiorowa pod red. Kulczyk-Prus E., Wittenberg A., Łódź, 2013

Wydział zuchowy GK ZHP www.zuchy.zhp.pl