

ODBORKY

ÚVODEM

Stoupání na horu

(E. T. Seton)

Daleko na vyprahlém Jihozápadě stojí indiánská vesnice a za ní se tyčí z pouště vysoká hora. Vyšplhat na tuto horu znamenalo velký čin, a tak všichni chlapci ze vsi toužili, aby se o to mohli pokusit. Jednoho dne jim náčelník řekl: „Nu tak, chlapci, dnes se můžete všichni pokusit na tu horu vylézt. Vyjděte hned po snídani a jděte každý tak daleko, jak dokážete. Až budete unaveni, vraťte se, ale každý z vás mi přinese větvíčku z toho místa, kam až došel.“

Vydali se na cestu plni naděje a každý cítil, že jistě dorazí až na vrchol.

Ale brzy se loudavě vrátil tlouštík a vztáhl k náčelníkovi ruku, v níž držel kaktusový list. Náčelník se usmál a řekl: „Milý hochu, ty ses vůbec nedostal k úpatí hory; ani jsi nepřešel poušť.“ Později se vrátil druhý chlapec. Přinesl šalvějovou snítku. „Došel jsi na úpatí hory,“ řekl náčelník, „ale vzhůru jsi nešplhal.“

Další hoch měl větvíčku lindy. „Dobře,“ řekl náčelník, „ty ses dostal až k pramenům.“

Později přišel další chlapec s trnitou větvíčkou. Když ji náčelník uviděl, usmál se a řekl: „Ty jsi šplhal vzhůru; dostal ses až k prvnímu kamenitému splazu.“

Odpoledne dorazil hoch s cedrovou snítkou a stařec řekl: „Podal jsi dobrý výkon, dostal ses až do poloviny hory.“

O hodinu později přišel hoch s borovou větvíčkou. Tomu náčelník řekl: „Výborně! Ty jsi vyšplhal až ke třetímu pásmu, měl jsi za sebou tři čtvrtiny výstupu.“

Slunce už stálo nízko, když se vrátil poslední. Byl to vytáhlý krásný chlapec vznešené povahy. Přicházel k náčelníkovi s prázdnýma rukama, ale oči mu zářily: „Můj otče,“ řekl, „dostal jsem se tam, kde nebyly žádné stromy – neviděl jsem žádné větvíčky, ale spatřil jsem Zářící Moře.“

Také starcova tvář se rozzářila, když slavnostním hlasem říkal: „Poznal jsem to! Když jsem ti pohlédl do tváře, poznal jsem to. Ty ses dostal až na vrchol. Nepotřebuješ žádnou větvíčku. Je to napsáno v tvých očích, zvoní to v tvém hlase. Pocítil jsi nadšení, můj hochu, viděl jsi nádheru hory.“

Pamatujte na to, hledači lesní moudrosti! Odznaky (Orlí pera a Odborky), které nabízíme za vykonané činy, nejsou „ceny“ – jsou to důkazy toho, co jste vykonali a kam jste až došli. Jsou to pouhé větvíčky nasbírané po cestě, které vám mají ukázat, jak daleko jste se dostali při stoupání na horu.

SEZNAM ODBOREK

Táborník	<i>(Honza)</i>
Táborový kuchař / vaření na táboře	<i>(Zuzka)</i>
Putování léto	<i>(Gong)</i>
Putování zima	<i>(Gong)</i>
Cyklistika	<i>(Čaj)</i>
Voda (pramice)	<i>(Gong)</i>
Práce v dílně	<i>(Čaj)</i>
Ruční práce	<i>(Zuzka)</i>
Uzlování	<i>(Čaj)</i>
Topografie	<i>(Honza)</i>
Astronomie	<i>(Čaj)</i>
Zdravověda	<i>(Míra)</i>
Plavání	<i>(Míra)</i>
Botanika	<i>(Beruška)</i>
Kronika	<i>(Beruška)</i>
Hudba	<i>(Maku)</i>
Zpěv	<i>(Maku)</i>
Pražák	<i>(Bálu)</i>

OBECNÉ PODMÍNKY

- Splněná nováčkovská zkouška
- Kteroukoliv podmínku je schopen kdykoliv předvést
- Činnost aktivně využívá v oddíle a pro oddíl
- Dlouhodobý zájem o danou oblast

TÁBORNÍK



- Zúčastní se nejméně dvou letních stanových táborů a stráví tak v přírodě minimálně 28 dní.
- Zná zásady výběru a uspořádání tábořišť nebo místa pro táboření obecně (v lese, na výpravě, kdekoliv)
- Umí se řádně chovat k nářadí a nástrojům. Udržuje svojí sekeru, nůž a ostatní nářadí a nástroje v dobrém stavu. Zná příslušné typy a druhy nářadí a ví, kdy jaké použít.
- Při manipulaci s nástroji a nářadím dbá na dodržení všech bezpečnostních zásad.
- Postaví a vybaví podsadový stan; ví, jak stlouct postel (směr hřebíků, velikost) zatlouct kůly a postavit konstrukci plachty
- Postaví samostatně táborovou stavbu přiměřenou věku.(družinový sušák, meteo, sedátko, brána, věž, latrína, most, jídelna, apod.).
- Zvládá výběr místa pro ohniště, jeho vybudování a zahlazení.
- Vybere, porazí v jednoduchých podmínkách, odvětví a zpracuje kmen stromu (přiměřeně věku) pro stavbu nebo palivo.
- Umí zabezpečit táborové stavby proti větru, dešti, umí zavázat stan, kopat kanálky, zamotat okýnko, ví, jak vypnout stan)
- Chová se hospodárně - neničí ani nevědomě stavby, nářadí ani jiný táborový materiál, tyto schopnosti prokazuje opakovaně v praxi
- Zvládá spolehlivě přípravu dřeva pro kuchyň (třísky, polena)
- Bezpečně zvládá rozdělování ohně v přírodě i v kamnech, zvládá přípravu dřeva pro topení
- Zná a používá správnou techniku pro práci se dřevem (svlaky, zavětrování, zádlaby, čepy, vrtání, sbíjení, zapouštění do země, vytahování hřebíků)
- Umí řádně a úspěšně plánovat zpracování dřevního materiálu pro stavbu, umí zhotovit použitelný náčrtek, plánek díla

TÁBOROVÝ KUCHAR



- Umí loupat i škrabat brambory, krájet cibuli na jemno, oddělit syrový bílek od žloutku, uvařit vajíčko na tvrdo.
- V přiměřeném čase uvede k varu 1 litr vody s použitím sekery, kotlíku, jednoho polena (otýpky klacíků) a 3 zápalek.
- Uvaří chutný oběd o dvou chodech pro družinu na polním ohništi (příprava potravin, nádobí, dřeva, ohniště, funkční závěs a dokonalého zahlazení).
- Během roku zajistí stravování oddílu na dvoudenních výpravách (naplánuje, rozpočítá množství, zajistí suroviny, připraví nádobí).
- Zná a dodržuje táborovou hygienu.
- Ví, jak nakládat s odpadem.
- Na táboře po celý den vede směnu a večer ji úspěšně předá dalšímu oddílu.
- Zná náctero a dbá o jeho dodržování.
- Vede si vlastní kuchařku.
- Sestaví pestrý táborový jídelníček v němž jsou vyváženě zastoupeny všechny typy potravin (mléčné výrobky, maso, vajíčka, ovoce, zelenina, luštěniny,...; energetická hodnota, zdravá výživa, potřebné množství surovin). Umí ho operativně přizpůsobit táborovému programu, stavu zásob, možnostem směny.
- Po celý tábor se úspěšně stará o táborovou kuchyň, její zásobování, uchovávání potravin, dodržování pracovních postupů, kvalitu jídel, balení beden.
- Dbá na dodržování příslušných platných předpisů (hygienické, ekologické, lesní zákon apod.).
- Chová se hospodárně. Dbá o bezpečnost při přípravě táborových jídel. Podle potřeby upravuje náctero.
- Umí vybrat vhodné místo pro kuchyň, jídelnu, odpadku, kompost, zásobák, vsakovačku a další stavby související s táborovou kuchyní.

PUTOVÁNÍ LÉTO



- 80% účast na výletech.
- Alespoň dvakrát ročně vyrazí na vícedenní výlety.
- Naplánuje a uskuteční jednodenní nebo dvoudenní (přiměřeně věku) výlet.
- Dokáže rozdělát oheň, závěs na tři kotlíky, uvařit čaj a vzorově zahladit ohniště.
- Navštíví alespoň 20 kulturních památek, nebo přírodních zajímavostí a zdokumentuje.
- Orientuje se v mapě.
- Odhadne nejbližší vývoj počasí.
- Dokáže vybrat místo na přenocování, postavit funkční přístřešek z plachty a přespat v něm. Odhadne, kdy může spát bez přístřešku.
- Dokáže sbalit batoh na vícedenní výlet.
- Pečuje o své i společné vybavení.
- Chová se šetrně k přírodě a památkám.
- Zná nebezpečí při výletech a dokáže je minimalizovat.

PUTOVÁNÍ ZIMA



- Naplánuje a uskuteční výlet na běžkách.
- Absolvuje vícedenní výlet s přespáním na sněhu.
- Dokáže rozdělát oheň na sněhu, uvařit čaj a vzorově uklidit ohniště.
- Dokáže rozlišit, kdy použít běžky, skialpinistické lyže, sněžnice.
- Zná techniku jízdy na běžkách.
- Ví, jak se správně ustrojít na lyže.
- Umí provádět základní údržbu lyžařské výstroje.
- Umí správně mazat lyže.
- Zná první pomoc při úrazech na lyžích a předvede přepravu raněného.
- Zná první pomoc při podchlazení, omrzlinách.
- Zná nebezpečí v horách a jak jim čelit.
- Orientuje se v mapě.

CYKLISTIKA



- Má vlastní kolo v dobrém technickém stavu a dovede na něm dobře a bezpečně jezdit.
- Aktivně využívá kolo po celý rok.
- Zná dopravní značky a předpisy silničního provozu pro cyklisty a dodržuje je.
- Ujede za den minimálně vzdálenost alespoň odpovídající jeho věku a povaze terénu.
- Za každou sezónu ujede alespoň 700 km a vede si přehledný záznam.
- Zná mechanismus jízdního kola.
- Umí kolo vyčistit a promazat, seřídít, rozebrat a vyměnit součásti.
- Provede drobné opravy a vozí s sebou nejnnutnější vybavení pro případ drobnějších poruch, při opravování kola, dokáže improvizovat.
- Umí připevnit na kolo výstroj na několikadenní výpravu.
- Umí číst v turistické, silniční i cyklistické mapě s ohledem na přípravu i průběh trasy.
- Navrhne trasu a program cyklo-výpravy a pomáhá při jejím realizaci.
- Zúčastní se několikadenní cyklistické výpravy nebo cyklo-tábora.
- Ví, co dělat při dopravní nehodě, umí přivolat pomoc, s pomocí vlastní lékárničky umí poskytnout první pomoc.

VODA (pramice)



- Ovládá správný styl pádlování na kolektivním plavidle
- Zná základní povelovou techniku pro pramici, lodní názvosloví, své místo na pramici, povinnosti háčka a kormidelníka.
- Zná výstroj pro vodácké putování a umí správně zabalit lodní pytel.
- Umí plavat v peřejích.
- Umí číst řeku – proudnice, jazyk, vracák...
- Umí číst kilometráž a rozumí jí.
- Umí pádlovat na obě strany.
- Ovládá bezpečně řízení pramice.
- Umí odplouvat a přistávat na proudící vodě.
- Zná nebezpečí jezů, umí zorganizovat přenášení lodí.
- Zná způsoby umělého dýchání a záchrany tonoucího.
- Provádí opravy poškozených laminátových lodí.
- Pravidelně se zúčastňuje Klubáku a oddílových výletů na vodu.
- Dokáže odhadnout sjízdnost jezů, propustí...

PRÁCE V DÍLNĚ



- Ovládá práci se základními nástroji, ví kdy a který zvolit (nůž, sekera, kladivo, palička, šroubováky, klíče, pila, lupenková pilka, dláta, vrtačka, nebozez, svidřík, vrátek, pilník, rašple, svěrák, svěrky,...)
- Umí používat lepidla
- Umí zacházet s barvami, štětcem (příprava, malba, čištění, uložení) (výběr druhu barvy, příprava lakovaného předmětu, výběr štětce,...)
- Zná základní způsoby spojování materiálů, ví kdy a který použít (stloukání, sešroubování, lepení, nýtování, pájení,...)
- Umí nabrousit nůž, sekeru, dláto a opravit poškozené nářadí
- Zná a dodržuje zásady bezpečnosti práci v dílně
- Zná vlastnosti různých dřevin a dalších materiálů pro kutění
- Ví, kde koupit či jinak zajistit materiál pro své výrobky.
- Vyrobí - z kůry borovice drobný předmět odpovídající věku
- Vyrobí - drobný předmět z dřevěné tyčky odpovídající věku
- Vyrobí - erb na stan a list na skříňku
- Vyrobí – i připraví návrh létajícího draka
- K výrobě rozličných ozdob dovede využít přírodních surovin (vzory z březové kůry nalepené na krabičky, výroba korálek z dutých větviček pámelníku, pecek divokých třešní, ozdob z napříč řezaných černých ořechů nebo broskvových pecek apod.).
- Vytvoří model skutečné věci (stroje, stavby)
 - Z papíru, dřeva či jiných materiálů
 - Ze stavebnice
 - Vybaví model nějakým mechanickým či elektrickým zařízením (pohon gumou, setrvačником, osvětlení ap.).
 - Zná historii svého modelu
 - Zná skutečnou funkci jednotlivých částí svého modelu
 - Vytvoří dokumentaci (návod ke stavbě) modelu, který sám navrhl
- Zařídí mladšímu členovi oddílu erární skříňku (police, háčky), sám má svoji skříňku funkčně a kvalitně zařízenou

RUČNÍ PRÁCE



- Zná nástroje, umí je používat, ošetřovat, uchovat.
- Materiál (rozpozná, který materiál je vhodný pro výrobek; vysvětlí rozdíly v materiálech; umí připravit pro práci).
- Zná pravidla bezpečnosti.
- Předvede, že zvládá pracovní postupy (zvládá různé techniky, umí nakreslit předlohu, umí pracovat podle předlohy, umí opravit vady a poškození).
- Umí využít zbytků.
- Předvede 3 předměty vlastní výroby.
- Naplánuje, sežene si materiál a vyrobí pro oddíl užitečný, dárkový nebo dekorativní předmět
- Má sbírku vzorů.
- Ví, kde jsou specializované prodejny, sleduje aktuální trendy v činnosti, navštěvuje tématické výstavy.
- Splní podmínky pro alespoň tři techniky/dovednosti:
 - Šití, patchwork
 - Drhání
 - Papír
 - Korálky
 - Drátkování
 - Pletení a háčkování
 - Vyšívání
 - Dřevo
 - Kůže
 - Proutky
 - Tkaní
 - aj.

UZLOVÁNÍ



- Umí si zavázat tkaničky tak aby je nemusel celý den převazovat
- Dovede uvázat i na částečně volných lanech a vhodně využít tyto uzle.
 - Ambulanční spojka
 - Dračí smyčka
 - Osmička - jako oko na konci lana i jako spojka dvou lan
 - Křížák, babský uzel, křížová spojka
 - Liščí smyčka
 - Lodní smyčka - na kůlu i na stromě
 - Očko
 - Dřevařská smyčka
 - Provizorní úvaz na slanění „Jardu Pavlíčka“
 - Prusíkův uzel
 - Převinuté očko
 - Rybářská spojka
 - Škotová spojka
 - Nějaký uzel pro zkrácení lana
- Dovede uvázat tyto okrasné uzle
 - Uzel dobrého skutku
 - Uzel přátelství
 - Pletenec z ambulančních spojek
 - Pletenec ze tří pramenů
 - Turbánek
- Ví jak může být který uzel namáhán
- Umí na uzlu vytvořit pojistku a zámek. Ví kdy zámek nesmí použít
- Ví, který uzel vybrat, aby se dobře rozvazoval
- Zná princip kladky a dokáže ji využít
- Dovede postavit jednoduchou táborovou stavbu (např. sušák) pomocí vazeb.
- Postaví z lan bezpečnou houpačku nebo jinou atrakci.
- Vyrobí vázaný výrobek macrame, tašku, houpací síť....
- Pečuje o oddílová lana.

TOPOGRAFIE



- Dovede orientovat mapu (podle terénu, buzoly). Dovede určit sever podle slunce, měsíce, hvězd a různých přírodních jevů
- Dovede přepočítat různá měřítka map v metry a kroky.
- Pořídí plánek (tábora, okolí tábořiště atd.), v rozsahu a podrobnosti přiměřené věku s využitím topografických značek
- Pořídí náčrt pochodové osy a situační náčrt v rozsahu přiměřeném věku
- Dovede určit pochodovou dobu a výškový profil trasy dle mapy, umí sestavit časový plán
- Změří vzdálenost dvou nepřístupných bodů a výšku stromu, stožáru nebo věže.
- Vytyčí v terénu jednotlivé táborové stavby podle plánu za použití nouzových měřidel, dokáže v terénu vytyčit základní útvary (čtverec, kruh, pravý úhel, rovnoběžka)
- Nakreslí správně slepou mapu ČR v podrobnosti úměrné věku
- Zná topografické značky, turistické značky atd.

ASTRONOMIE



- Zná detailně sluneční soustavu.
- Zná 20 souhvězdí a některé význačné hvězdy včetně některých známých legend.
- Umí používat otáčivou mapu a hvězdnou mapu
- Malým dalekohledem pozoruje některé zajímavé objekty (dvojhvězdy, mlhoviny, galaxie).
- Jednoduchým dalekohledem pozoruje Měsíc, dokáže podle mapy najít význačné objekty (krátery, moře, pohoří).
- Vysvětlí zatmění Slunce a Měsíce, ví, co je to saros.
- Zná význačné polohy planet a ví, které jsou vhodné k pozorování.
- Má znalosti o planetě Zemi (oběh, sklon osy a z toho plynoucí jevy).
- Zná působení přitažlivosti Slunce a Měsíce na Zemi.
- Zná způsob určení polohy objektu na obloze (souřadnicové soustavy).
- Zná nejnovější názor na vznik sluneční soustavy.
- Zná současné názory na původ komet, některé nejznámější zná podle jména, popř. se zúčastní pozorování.
- Vysvětlí pojmy: asteroid, meteoroid, meteorit, meteor. Zná význačné meteorické roje a u jednoho z nich určí četnost.
- Zná princip dalekohledů a zhotoví si jednoduchý dalekohled.
- Zná základy konstrukce slunečních hodin, jednoduché hodiny sestaví
- O svých pozorováních si vede záznamy.
- Uspořádá pro oddíl noční pozorování s následným vyhodnocením.

ZDRAVOVĚDA



- Zná telefonní čísla tísňového volání a umí komunikovat s operátorem
- Zná základní anatomické pojmy. (orgánové soustavy, rozložení a funkce základních orgánů)
- Zná základy prevence onemocnění a úrazů (cvičení, rozcvičení, sport, správná výživa, hygiena, návykové látky, hloupé nápady)
- Umí ošetřit krvácení (od drobných oděrek až po tepenné krvácení)
- Umí zraněného umístit do základních poloh v první pomoci (stabilizovaná, protišoková, při poranění břicha apod) a umí je použít (přiměřeně věku)
- Umí základní oživovací mechanismy (umělé dýchání, masáž srdce - přiměřeně věku)
- Umí ošetřit zlomeniny a vyvrtnutí
- Umí ošetřit popáleniny
- Ví, jak postupovat při zásahu elektrickým proudem
- Umí zachránit tonoucího (přiměřeně věku)
- Ví, jak v různých situacích transportovat raněného
- Ví, jak postupovat při různých druzích otrav
- Umí vybavit malou lékárníčku

PLAVÁNÍ



- Uplave 500 m / 1 km (dle věku)
- Uplave 50 m / 100 m (dle věku) stylově prsa, znak, kraul
- Uplave pod vodou 25 m
- Skočí do vody po hlavě z výšky 1 m.
- Skočí do vody z výšky 3 m.
- Vynese předmět z hloubky 3 m
- Uplave oblečen 25 m
- Ovládá šnorchlování a plavání s ploutvemi
- Svlékne se ve vodě, aniž by se dotkl dna či břehu.
- Přeplave řeku se suchým uzlíkem oblečení
- Zná zásady hygieny a bezpečnosti při koupání.
- Zná zásady pomoci tonoucímu. (záchrana, ožívování - přiměřeně věku)

BOTANIKA



- Najde a určí 50 druhů bylin. Ví, které z nich jsou prudce jedovaté.
- Najde a určí 30 druhů dřevin. Ví, které jejich části jsou jedovaté, alespoň 10 z nich pozná pouze podle holých větviček a kůry nebo podle siluety, alespoň 20 z nich podle semen či plodů.
- Najde a určí 20 druhů výtrusných rostlin nebo hub (řasy, houby, lišejníky, mechorosty, plavuně, přesličky, kapradiny). Ví, které z nich jsou jedovaté.
- U hub zná riziko možné záměny s jedovatou houbou a znaky, díky nimž se této záměny vyvaruje. Zná základní příznaky otravy známými jedovatými houbami a dokáže poskytnout první pomoc při otravě.
- V zimě určí alespoň 25 libovolných rostlin.
- Najde v přírodě 20 rostlin, které se dají použít k jídlu (plody, houby, čaje apod.).
- Zná alespoň 10 druhů léčivých rostlin, jejich použití, jaké části, zná zásady jejich správného sběru a sušení. Alespoň dva druhy usuší nebo jinak připraví k použití.
- Zhotoví sbírku 25 herbářových položek běžných rostlin.
- Prokáže základní znalosti anatomie a fyziologie rostlin (stavba rostlinného těla, fotosyntéza, rozmnožování...) a výtrusných hub.
- Popíše základní rozdíly mezi houbami, rostlinami a živočichy.
- Vysvětlí, jaká je úloha hub v přírodě, ví, co je parazitismus, saprofytismus, mykorrhiza, symbióza, uvede příklady.
- Vysvětlí, jaká je úloha rostlin v přírodě a zná funkci lesa.
- Zná hlavní skupiny rostlin, stručně je popíše, uvede příklady, ví, co je botanický klíč.
- Ví, co je rostlinné společenství a dokáže uvést příklad.
- Ví, jak jsou různé rostliny a jejich části přizpůsobeny různým prostředím (listy, kořeny, semena a jejich rozšiřování...) a jak mohou reagovat na změnu podmínek.
- Navštíví tři významné botanické lokality odlišného charakteru s krátkým popisem.
- V přírodě pozoruje na vegetaci příznaky znečištění životního prostředí a ví, jak jsou rostliny a jejich společenstva ohrožena.
- Zná zásady ochrany přírody a životního prostředí, hlavně ochrany lesa (těžba dřeva...).
- Během jedné vegetační sezóny provede jednoduché pozorování vývoje vybrané rostliny, z pozorování pořídí jednoduchý záznam (kresby, fotografie, popis).

KRONIKA



- Vede po dobu půl roku kroniku svého oddílu, nebo vede kroniku střediska na táboře.
- Zná (stručně) historii střediska.
- Zná (stručně) historii českého a světového skautingu.
- Používá gramaticky i slohově správnou češtinu.
- Umí vyprávět (nebo napsat krátkou zprávu) o přečtené knize, příběhu, události apod.
- Umí přizpůsobit vyprávění danému publiku.
- Umí vyprávět vtipy.
- Pravidelně čte.

HUDBA



- Hraje na hudební nástroj a používá jej v oddílové činnosti.
- Dovede improvizovat doprovod k písni.
- Dovede zahrát z paměti nejméně 15 písniček na všeobecně uznávaný hudební nástroj.
- Sám si vybere a zahraje dobře skladbu z not.
- Dokáže se sehrát s ostatními nástroji.
- Dokáže naladit svůj nástroj (pokud to lze svépomocí)
- Zná současnou tramskou, country a folkovou hudbu.
- Dovede vybrat vhodné skladby pro táborový oheň.
- Má vlastní zájmově orientovanou fonotéku.
- Sleduje současný hudební život, směry moderní hudby, které ho zajímají a dovede o nich pohovořit.

ZPĚV



- Zaspívá bez doprovodu státní a junáckou hymnu a večerku.
- Umí čistě zaspívat alespoň 20 písní podle vlastního výběru.
- Je schopen zpívat sám před skupinou.
- Je schopen zpívat 2. hlas k písni.
- Dovede zpívat za doprovodu hudebního nástroje (na který hraje sám nebo někdo jiný)
- Má svůj zpěvník.
- Zná hlavní představitele současné tramské, folkové a country hudby.

PRAŽÁK (středisková odborka)



- Navštíví alespoň 20 ze 30ti níže uvedených základních míst včetně doložení návštěvy a stručného výkladu
- Zná Pražský hrad - pozná základní památky a navštíví nejméně jednu expozici
- Zná Staroměstské náměstí - pozná základní památky a ulice
- Praha skautská - hrob A.B.Svojsíka a V. Koseové, šatičky Pražského Jezulátka
- Udělá procházka přes jakýchkoli 5 pražských mostů přes Vltavu
- Navštíví divadelní představení v historické budově Národního divadla
- Absolvuje alespoň 2 vycházky (akce) s oddílem po Praze
- Umí pracovat s plánem Prahy (hledání míst na plánu Prahy včetně dopravy)
- Ví, kde najde jaké informace o Praze (knihy, internet, PIS...)

1. Bertramka
2. Betlémská kaple
3. Botanická zahrada
4. Břevnovský klášter
5. Hudební muzeum
6. Chrám svatého Mikuláše na Malé Straně
7. Kampa
8. Karlov
9. Klášter Anežky České
10. Klášter Na Slovanech
11. Letohrádek Belvedér
12. Loreta
13. Muzeum hlavního města Prahy
14. Náprstkovo muzeum
15. Národní muzeum
16. Národní památník na Vítkově
17. Národní technické muzeum
18. Některá z expozic Židovského muzea
19. Některá z věží Karlova mostu
20. Obora Hvězda
21. Oppidum Závist
22. Petřínská rozhledna
23. Prašná brána
24. Smetanovo muzeum
25. Staroměstská radnice
26. Strahovský klášter
27. Stromovka (Planetárium, Maroldovo panoráma, Průmyslový palác)
28. Valdštejnský palác nebo jízdárna
29. Vyšehrad
30. Zoologická zahrada