

[[Home](#)][[Univerzita](#)][[Vrcholy](#)][[Protomy](#)][[Cesty](#)][[Oldskauti](#)][[Kontakty](#) [Odkazy](#)]

[<- <- předchozí měsíc] - - - - - [^ ceník ^] - - - - - [další měsíc -> ->]

17. CESTA K VRCHOLU BŘEZEN 2003

Přečti si

[Text k vytištění](#)

BŘEZNOVOU LISTÁRNU SKAUTA-JUNÁKA

RČ	Aktivita	S	MZ:S
V0303-1-D-(1,2,3,4)	"O.K." (Vždy, všude a na všechno připraven -pro pokročilé)		200S
V0303-2-D-(1,2,3,4)	14 ČESKÝCH ŘEK		1036 + ?
	za každou řeku:	70S	
	dosažení pramene	viz V0304-1	
V0303-3-J-(2, 4)	TELEVIZE (pro pokročilé)		269S
	Za 100% splněný v 1.týdnu	20S	
	Za 100% splněný v 2.týdnu	40S	
	Za 100% splněný v 3.týdnu	70S	
	Za 100% splněný v 4.týdnu	100S	
	Za správný tip v testu	3S	
V0303-4-J-(2, 4)	HLEMÝŽĎ		50S
	za úpravu a konzumaci	50S	
V0303-5-D-(1)	TROJSKOK		+?S
	Chlapci	(x - 523) .0,196	
	Děvčata	(x - 446) .0,230	
V0303-6-J-(2,4)	ŠITÍ NA ŠICÍM STROJI.(pro pokročilé)		400S
	sám posud' dosaženou úroveň	100-400	

RČ	Aktivita	S	MZ:S
V0303-1-D-(1,2,3,4)	"O.K." (Vždy, všude a na všechno připraven -pro pokročilé)		200S
	V roce 2007 se koná v Londýně Jamboree. To je výzva. Jako špičkový sportovec před olympiádou máš i ty 4 roky na to, abys byl O.K. při jakkoliv náročném podniku a přežití "v drsné přírodě i civilisaci": na expedici doma nebo v zahraničí, Jamboree, při studiu, při čekatelské či vůdcovské zkoušce... ÚKOL být v každé situaci O.K. je pro tebe sice velice důležitý, ale nikdo tě k němu nedonutí, jen ty sám (viz V0302-3). Příprav k realizaci 4 letý projekt: "O.K.", zahrnující konkrétní postupné kroky (jaké mají ve svých tréninkových plánech i vrcholoví sportovci) k dosažení cíle. Např.: dosáhnout 1. a 2.stupně junácké zdatnosti, Tři orlí péra, vylézt 2 - 3 symbolické osmitisícovky, udělat přijímačky na školu, absolvovat kurzy, získat schopnosti pro přežití v přírodě i civilisaci, naučit se něco tak, abys zaujal(representace na Jamboree, v povolání), vybavit se výzbrojí, výstrojí i finančně. Přemýšlej a udělej s koučem do ExpeDu projekt a "tréninkový plán" s postupnými úkoly. Nespěchej na úkor kvality a v případě, že jsi rozhodnut ho plnit:máš 200S. (NEZAPOMĚŇ NA SOUTĚŽ!)		
V0303-2-D-(1,2,3,4)	14 ČESKÝCH ŘEK		1036 + ?
	za každou řeku:	70S	
	dosažení pramene	viz V0303-1	

Podobně jako v případě 14 českých vrcholů je tvým úkolem seznámit se se 14

nejvýznamějšími českými řekami a to tak, že vlastníma nohama nebo na lodi s vlastnoručním pohonem projdeš nebo propluješ údolím příslušné řeky v délce alespoň 3 km. Součástí tohoto úkolu je alespoň jednostránkový záznam o řece ve tvém ExpeDu. Pakliže tento záznam učiníš u řek, které jsi absolvoval uvedeným způsobem již v minulosti, můžeš si je započítat. Součástí záznamu mohou být zeměpisné údaje, pohledy, vlastní fotografie, plánek absolvované trasy, zážitky popsané v textu atd. Bude to opět příspěvek do tvé NEJKRÁSNEJŠÍ SBÍRKY, při čemž jde opět o úkol velice dlouhodobý a sbírka nemusí být zdaleka úplná. O které řeky půjde?

- | | |
|------------|--------------|
| 1. LABE | 8. JIZERA |
| 2. VLTAVA | 9. OHŘE |
| 3. ODRA | 10. DYJE |
| 4. MORAVA | 11. SVRATKA |
| 5. SÁZAVA | 12. BEROUNKA |
| 6. OTAVA | 13. OSLAVA |
| 7. LUŽNICE | 14. MORAVICE |

Za každou absolvovanou a v ExpeDu zdokumentovanou řeku máš 70 S + běžná sazba za každý kilometr pěšky nebo po vodě a za každou stránku v ExpeDu. Pokud se dostaneš až k jejímu pramenu připočítej si svemy podle V0304 - 1

V0303-3-J-(2, 4)	TELEVIZE	(pro pokročilé)	269S
	Za 100% splněný v 1.týdnu		20S
	Za 100% splněný v 2.týdnu		40S
	Za 100% splněný v 3.týdnu		70S
	Za 100% splněný v 4.týdnu		100S
	Za správný tip v testu		3S

Všechny průzkumy jednoznačně vypovídají, že jak dospělí, tak děti nejvíce času, prakticky každodenně, ztráví před televizní obrazovkou. Ta přináší možnost v pohodlí, bez vynaložení jakékoliv námahy sledovat všechno možné: pohádky, soutěže, zábavné pořady, poučné pořady, cestopisné i přírodní filmy, detektivky, thrillery atd. O tom jestli má televize vliv na chování zejména dětí se diskutuje od doby, kdy se vysílání prosadilo do každodenního života. Mluví se o "mediální gramotnosti" - schopnosti rozlišovat, kdy jde o realitu a kdy o fikci (zdání, smyšlenku), což je dovednost, které se musí člověk od ranného dětství učit. Slyšel jsem případ, kdy dítě vyskočilo z okna v domění, že poletí vzduchem stejně jako fiktivní televizní hrdina.

Televize ale přináší i spoustu poučení a krásných zážitků při sledování kulturních akcí, hudby, vzdálených krajin, nebo fantastických záběrů z divoké přírody, podmořského světa, z intimního života zvířat nebo odkrývání tajemství minulosti i života.

Tvůj úkol:

1. Dokaž svoji mediální vyspělost a gramotnost tím, že začneš svým rozumem řídit přísun programů z obrazovky tak, že na základě týdenních televizních programů vybereš omezený počet pro tebe hodnotných pořadů a vyšetříš tak čas na další, pro tebe důležité aktivity. Vytvoř svůj originální týdenní televizní program - plán programů, na které se budeš koukat. Splnění tohoto programu představuje 100 % úspěšnosti. Za každý program proti plánu navíc si odečti 10 %. V prvním týdnu máš za 100 % úspěšnosti 20 S, v druhém 40 S, ve třetím 70 S a ve čtvrtém 100 S. Zkus, jestli jsi sám sobě pánem, který dokáže to, co si sám předsevzal. Upozorňuji že těch, kteří to dokážou je velice málo. Budeš k nim patřit?
2. Tipni si a napiš na papír co nejvíce negativních důsledků přehnaného sledování televize u tzv. televizních dětí. Porovnej je s [výsledky výzkumu](#) a za každý správný tip

si připiš 3 S.

V0303-4-J-(2, 4) HLEMÝŽĎ

50S

za úpravu a konzumaci

50S

Jedním z paradoxů dnešní vyspělé civilizace je, že se můžeme díky dopravním možnostem v několika dnech octnout v jejím protipólu: v drsné přírodě, ve které máme šanci, díky nepředvídatelným okolnostem, setkat se se všemi problémy holého přežití, které v krizové situaci prověří naši připravenost, schopnosti, dovednosti a inteligenci.

Uměl bys v takové situaci přežít pouze s potravinami, získanými pouze pomocí přírodních zdrojů? Jsou známy případy, že členové výprav, kteří nedokázali pozřít potravu, která byla v krajní nouzi k dispozici, zahynuli. My si tedy uděláme takovou malou zkoušku, jestli se umíme oprostít od prefabrikovaných potravin, na které jsme zvyklí a bez nichž by možná ne jeden z nás v nějaké pustině zahynul.

Tvůj úkol: Najdi 3 zahradní hlemýždě, nejlépe zavíčkované a zpracuj je tak, abys je mohl pozřít. Ještě nedávno se hlemýždi vykupovali na vývoz pro gurmány. V některých kuchařkách lze nalézt i recepty na jejich zpracování: hlemýždě důkladně omyjeme a opláchneme. Vložíme do osolené vroucí vody na 10 min, čímž je zároveň okamžitě usmrtíme. Ještě za horka vyjmeme tělíčka hlemýžďů nožem. Měkké vnitřnosti, umístěné na horní části tělíčka, jakož i špičku hlavy a konec černého ocásku odkrojíme a současně vytáhneme i střívko. To znamená, že upotřebíme pouze onu tvrdší část tělíčka, po níž se živý hlemýžď pohybuje. Sliz odstraníme promnutím tělíčka v soli a několikrát jej vypereme.

Hlemýžďí maso lze vařit (2 hod), péci, použít do polévek, do omáček.

Za úpravu (můžeš ji dělat doma, nebo venku, třeba s družinou) a konzumaci (!) máš 50S.

V0303-5-D-(1) TROJSKOK

+?S

Chlapci

(x -
523) .0,196

Děvčata

(x -
446) .0,230

Další atletická disciplína, kterou lze bez náročného náradí provozovat prakticky kdekoliv. Optimálním místem pro tuto disciplínu je samozřejmě hřiště s pískovým doskočištěm, kde místo odrazu umístíme dle výkonnosti tak, aby poslední skok skončil v pískovém doskočišti.

Určení SVM:

chlapci: SVM = (x - 523) .0,196 kde x = délka tvého skoku v cm,

děvčata: SVM = (x - 446) .0,230

Začni vytvářet osobní rekordy a sleduj zlepšování. Při zlepšení rozdíl mezi starým a novým výkonem, vyjádřeným ve svemech můžeš vynásobit dvěma: motivace pro zlepšování výkonu

V0303-6-J-(2,4) ŠITÍ NA ŠICÍM STROJI. (pro pokročilé)

400S

sám posuď dosaženou úroveň

100-400

Řada horolezců ovládá toto umění a někteří z nich se tím dokonce i živí. Důvod je jasný: kdo ovládá toto řemeslo, ušetří spoustu peněz tím, že si dokáže z výzbroje a výstroje sám ušít to, co podle získaných zkušeností přesně potřebuje. Nemusíš zrovna šít spacák, stačí když si dokážeš ušít drobné věci jako různé brašničky a obaly, ale znám skauty, kteří si dokážou ušít i větrovku, nebo bundu a jeden dnes šije batohy, brašny na kolo, na hudební nástroje, obaly na náradí a sám bez dalších zaměstnanců parádně užívá sebe a celou rodinu, se kterou jezdí běžně lyžovat do Alp. Víš kolik peněz ušetří děvče, které si dokáže ušít

originální, modelové šaty? A což teprve maminka, která je schopna obléknout celou rodinu. Zkus to spočítat. Tato dovednost je tudíž tak praktická a v životě a kdekoliv na světě upotřebitelná, že si zaslouží podle úrovně dovednosti, kterou si musíš sám u sebe posoudit: 100-400 S. Maximální hodnota je určena skutečným profíky, kteří ušijí cokoli: oblečení, spacák, brašničky, batoh. Je fakt, že na trhu existuje dnes výzbroj a výstroj tak specialisovaná, že amatér může těžko něco takového vyrobit. Na druhé straně, ale lze v obchodech a na veletrzích okouknout věci, které "spíchnout" není žádný problém a za které utrácet peníze je vyložený luxus.

Z březnové listárny časopisu SKAUT -JUNÁK

L0303: BŘEZNOVÁ LISTÁRNA

Před 50 lety, 29.května 1953 dosáhl novozélandský horolezec Hillary a šerpa Tenzing vrcholu nejvyšší hory planety:Mount Everestu 8848 m. To je výzva pro expedice v letošním roce: např. z Texasu se pod Everest chystají tělesně postižení jejichž vedoucí, Gary Guller, horolezec s jedinou paží chce vystoupit na vrchol! Naše symbolická osmitisícovka je také výzvou k dosažení cíle, který je pomocí malých a postupných kroků reálný a podobá se cílům vrcholových sportovců. Připadá ti, že v oddíle máte chabou činnost? Zažil jsem to. Navrhuji ti: neztrácej čas a začni sám, ve dvou nebo ve třech stoupat na osmitisícovku a dokaž, že patříš k "vrcholovým skautům". Možná svým nadšením strhneš i ostatní, utvoříte expedici a budete se vzájemně podporovat jako skuteční horolezci. Množství úkolů, vystačí na bohatý program pro tebe, družinu i oddíl a standartní hodnocení vám umožní porovnávat výsledky mezi sebou na Internetu i s jinými na druhém konci republiky. Vytvoř si STRATEGII VÝSTUPU. Např.:

1. S pomocí redakce, loňského časopisu a Internetu <http://skunipa.web.tiscali.cz> získat přehled o úkolech a začít.
2. Do tabulky podle vzoru na Internetu zapsat svemy za dosud získané stupně zdatnosti, odborky a další, začít s evidencí včetně účasti na skautských podnicích, zájmových kroužcích a všestrannost sledovat podle kódů úkolů.
3. Nejvíce SVMů lze získat každodenními zápisy, proto zavést denní rekordy.
4. Spoustu S lze získat za akce podnikané s rodinou.
5. Hledat možnosti v klubovně, venku, na výpravě, doma podle příležitostí, zálib i nálady.
6. Sehnat kouče, vše mu vysvětlit a požádat jej, aby fandil, "hecoval", poradil, vytiskl úkoly z Internetu (brácha, máma, vedoucí oddílu, děda oldskaut.....).
7. Číst knížky o objevech a skutečných dobrodružstvích ve všech oborech.