

15. CESTA K VRCHOLU LEDEN 2003

[Text k vytisknutí](#)

RČ	Aktivita	S	MZ:S
V0301-1-J-(3,4)	FANTASIE NA OSMITISÍCOVCE (FNO)		100S
	Za účast v soutěži	50S	
	Za 3. místo v soutěži	65S	
	Za 2. místo v soutěži	80S	
	Za 1. místo v soutěži	100S	
V0301-2-J-(3, 4)	PROGNOSTIK		210 S
	Sestavení vize	30S	
	každých 5% úspěšné prognózy na týden	2S	40S
	každých 5% úspěšné prognózy na měsíc	3S	60S
	každých 5% úspěšné prognózy na rok	4S	80S
V0301-3-J-(2, 4)	TIME MANAGER (pro pokročilé)		264S +
V0301-4-D-(4)	FOTOGRAF		80S+
V0301-5-D-(1, 3)	ZIMNÍ FYZIČKA		?

RČ	Aktivita	S	MZ:S
V0301-1-J-(3,4)	FANTASIE NA OSMITISÍCOVCE (FNO)		100S
	Za účast v soutěži	50S	
	Za 3. místo v soutěži	65S	
	Za 2. místo v soutěži	80S	
	Za 1. místo v soutěži	100S	

V úkolu V0212 -1 - J jsi házel v 6000 m kostkou (je jedno v jaké výšce házíš, protože ztráta, nebo zisk je vždy stejná) a měl jsi buď "štěstí" nebo "smůlu". Tvým úkolem bude nyní představit si svou situaci ve výšce 6000 m podle kostkou přiděleného osudu:

FNO/6: je nádherné počasí pro rychlý výstup

...

...

FNO/1: je sněhová bouře, jsme uvězněni ve stanu, padají laviny

a "poslat vysílačkou do základního tábora dole zprávu o své (vaší) situaci". K disposici máš celkem 300 znaků (písmen včetně mezer a čárek). Svoji zprávu pošli buď do redakce nebo na jiri.klaban@quick.cz pod značkou FNO/ číslo které ti padlo na kostce.

Všechny zprávy budou opublikovány na Internetu na Skunipě v Ohlasech. O vyhodnocení požádáme skautského spisovatele br.Zapletalá a tři nejlepší získají pěknou knížku.

Zúčastnit se mohou i ti, co si vloni odečítali 20% své výšky. Soutěž uzavřeme 15. dubna 2003. Za účast v soutěži máš 50 S, za třetí místo 65 S, za druhé 80 S, za první 100 S.

V0301-2-J-(3, 4)	PROGNOSTIK		210 S
	Sestavení vize	30S	
	každých 5% úspěšné prognózy na týden	2S	40S
	každých 5% úspěšné prognózy na měsíc	3S	60S
	každých 5% úspěšné prognózy na rok	4S	80S

Prognostika je disciplína zabývající se odhadováním budoucnosti podobně jako meteorologie. Je důležitá jak pro podniky, tak pro jednotlivce a za špatné odhady, jako např. v pražském metru při povodni, se hodně platí.

Pro tebe vidět do budoucnosti je jedna věc, druhá je vědět čeho v té budoucnosti chceš vlastně dosáhnout. Víš to?

1. ÚKOL: Podívej se zpět na úkol V0110- 1 a V0111-2 a zkus sestavit svou vizi. Pokud jsi tak učinil už tenkrát, oprav ji z dnešního pohledu a připiš si 30 S.

2. ÚKOL: Do svého kalendáře (úkol V0110-4) udělej prognózu na týden: Je to jako bys tipoval zápas Sparta-Slavie. Vypiš všechno, co očekáváš, že se stane:

budu vyvolán z matiky , dostanu asi dvojku,

které kroužky musím kdy navštívit,

jak dopadne náš zápas v basketu,

v čem musím pomoci doma,

kolik se nás sejde na oddílovce atd., atd.

Prostě čím více toho vymyslíš, tím to bude zajímavější. Spočítej všechny své tipy a to bude 100%. Co se z tvých tipů uskuteční = x. Trojčlenkou pak zjistíš, kolika procentní jsi prognostik. Za každých 5% si připiš 2 S. 100%ní prognostik (pouze teoretická možnost) získává 40 S. Úkol je jednorázový, ale trénovat bez svémů můžeš každý týden. Fair play zde znamená neuvádět pouze "tutovky".

3.ÚKOL: Co jsi udělal na týden, tak udělej na měsíc a za každých 5% si připiš 3S, takže teoretický maximální zisk bude 60 S. Při prognózování do konce roku 2003 získáš za 5% správných předpovědí 4S tedy MZ: 80 S. Při této prognóze si do svého kalendáře piš všechno o čem víš, že se má stát: narozeniny v rodině, jarní prázdniny, tábor, rodinná dovolená (od kdy do kdy) atd. Všechny prohnozy (i termíny) doplňuj hned jak se je dozvíš, budeš mít tak perfektní přehled o tom, co se má v tvé budoucnosti stát.

V0301-3-J-(2, 4) TIME MANAGER (pro pokročilé)

264S +

Ohlasy na Skunipě dokazují, že nejen dospělí, ale už i děti a dospívající "nemají čas". Time manager je někdo, kdo umí s časem hospodařit, kdo není jeho otrokem, ale pánum a vše co má udělat, také udělá. Jako každá buňka v našem těle, která přesně ví jak má fungovat, jinak bychom nepřežili ani minutu. Orientační běžec musí umět rychle běhat, ale to by mu vůbec nepomohlo, kdyby nevěděl, kam má vlastně běžet. A to je tvůj případ: orientovat se ve svých cílech. K tomu by ti měla pomoci představa o tvé budoucnosti (V0110-1, V0111-2), se kterou ti později možná trochu pomohou rodiče, ale v poslední instanci je všechno na tobě.

1.ÚKOL: Namaluj si na list papíru A4 velký čtverec a rozděl jej na 4 stejně velké čtverce, do kterých budeš postupně psát:

DO 1.ČTVRCE vlevo nahoře všechno co je pro tebe NUTNÉ(všechny povinnosti), ale zároveň také DULEŽITÉ: jídlo, spaní, návštěva školy ne jako povinnost, ale jako důležitá věc pro život.....

DO 2. ČTVRCE vpravo nahoře co pro tebe sice není NUTNÉ, ale zato DULEŽITÉ (viz vize): sem piš svoje představy o své budoucnosti: co bys chtěl všechno zažít, co tě baví a na co máš "buňky",Začni psát svůj životní scénář, který se může měnit, doplňovat, vylepšovat a nevadí, že si dnes ještě neumíš všechno představit.

DO 3.ČTVRCE vlevo dole piš do čeho tě NUTÍ tvé okolí, ALE NENÍ TO DULEŽITÉ z hlediska tvých představ o své budoucnosti a ve svých důsledcích to může být ztrátou času (reklamy, špatná parta, okolnosti.....)

DO 4.ČTVRCE vpravo dole piš co pro tebe NENÍ NUTNÉ, a současně NENÍ ani DULEŽITÉ, a co považuješ z hlediska své budoucnosti za jasnou ztrátu času.

Rozbor svého času vyplněním oněch 4 kvadrantů ulož do ExpeDu a máš 40 S.

2. ÚKOL: Jestliže svoje představy o budoucnosti (2.čtverec) budeš chtít uskutečnit, pak z toho pro tebe vyplývá řada postupných kroků, do kterých tě ovšem nikdo nenutí, ale do kterých se musíš přinutit sám (třeba to nebude ani potřeba) a o jejichž realisaci rozhodneš jen a jen ty a tvá vůle.(fyzicka, znalost cizího jazyka, počítá čová gramotnost, schopnosti řízení, cestování , vzdělání pro tebou vybrané povolání atd.) Úkoly sepiš a máš 20 S.

3.ÚKOL: O dosažení tvých cílů rozhodne tvoje chování, které se může pohybovat mezi dvěma extrémy:

- 1. dodržování režimu, rádu nebo plánu, nepředstavuje pro tebe žádnou zátěž
- 2. dodržování režimu, rádu a plánu je pro tebe nepřekonatelnou zátěží.

Prvním chováním se vyznačují lidé "předvídatelní- transparentní", spolehliví, druhým je tomu naopak. Tím však není řečeno, že nemohou být jiným způsobem výkonné, nebo tvořiví. Tvořivost se často snoubí s individualitou a nekonvenčností a ignorací okolí.

Je zřejmé, že pro kolektivní činnost jsou výhodnější vlastnosti první skupiny, zatímco zástupci druhé skupiny jsou zde problematičtí, i když v individuálních činnostech třeba geniální.

Obyčejný smrtelník se pohybuje někde mezi oběma extrémy. Úspěšná expedice s více lidmi však vyžaduje vždycky sebekázeň i plánování (přečti C0209, T0209)

Během jednoho měsíce na sobě odzkoušej pomocí úkolů stoupající náročnosti kam až jsi schopen v dodržování režimu dojít. Zisk za libovolný úkol předpokládá splnění všech předchozích.

1. Podle V0110-4(8 S) opatří A5 kroužkový blok s kalendářem, který budeš mít neustále při sobě - 10 S.
2. V tomto zápisníku založ složku INFORMACE, kam budeš psát všechny drobné denní informace : 12 S.
3. Založ adresář, s adresami, důležitými telefonními čísly, e-mailsy a pro tebe důležitými webovými stránkami - 14 S.
4. Založ složku NÁPADY a když jich za měsíc vyprodukuješ 10 (za každý dle V0202-3 :1 S) máš premii 16 S.
5. V měsíci udělej 4x týdenní plán: co chceš v daném týdnu udělat, zařídit: 18S.
6. Udělej plán na měsíc : 20 S.
7. Udělej plán do konce roku (to už musíš být trochu prognostikem): 25 S.
8. Napiš na volné listy na každý den 2 anglická slovíčka tj. na měsíc celkem 60 slovíček. Za každé naučené máš 1 S, (V0201-6) + měsíční premie 20 S.
9. Na každý den dej do zápisníku 1 volný list a piš na něj podrobně co máš v onom dni udělat. Po skončení dnu jej ulož do nějaké krabice. Nezapomeň na malé krůčky v úkolech, které jsi si vytýčil (tréning fyzický, příprava na přijímačky, cvičení na hudební nástroj.....) Za měsíc je prémie 25 S. Na druhou stranu listu můžeš psát postřehy, zkušenosti nebo cvičně faktografii (V0202-4: 5 S/den)
10. Vrcholem sebekázně v našem žebříčku je vytvoření motivace pro nejvyšší výkon tím, že se každý den oboduješ podle systému, který pro sebe vymyslíš . Práce kterou tomu věnuješ se vrací v báječném pocitu z toho, co všechno jsi za den dokázal. (mně to funguje bezvadně). Prémie: 50 S

Úkol je určen na měsíc, ve kterém zjistíš jaké úrovně sebekázně jsi schopen a zda ti to něco přináší, nebo nikoliv, případně které prvky budeš provozovat a které nikoliv. Dostaneš také odpověď na otázku, zda se příkláníš spíše k prvnímu nebo druhému extrému.

V0301-4-D-(4) FOTOGRAF

80S+

Jako přípravu pro tento úkol si můžeš přečíst C0301, nebo T0209, ale také V0204-3.

Žijeme ve světě zvuků a obrazů a více jak 50% informací získáváme z obrazů, převážně fotografických, přičemž přes 90% obyvatel starších 10 let fotografuje. Veškeré lidské činnosti nějakým způsobem souvisí s fotografií. Dnes k získání fotografie stačí pouze zmačknout spoušť, ale pro to, aby byla zajímavá či dokonce umělecká, je třeba mít schopnost fotografického vidění, kterému je nutno se naučit. Jestliže chceš vyrazit na

jakoukoliv expedici a chceš o tom, až se vrátíš něco zajímavého říci a ukázat, pak je nejvyšší čas začít se to učit. Ve skautském oddíle jsou pro to ideální podmínky.

1.ÚKOL: Fotografickému vidění se naučíš fotografovaním s použitím libovolného přístroje klasického či digitálního. Pokud jej nemáte doma, koupíš jej levně v jakémkoliv bazaru a můžeš začít fotit. To je zároveň 1. úkol odborky Umělec:Foto, film, video. Odborka má 18 bodů a za splnění každého máš 20 S, tedy MZ: 360 S

2.ÚKOL: Opatří nebo si vypůjčí knížku o fotografování. Za přečtení máš mimo běžnou taxu (20 S/100 str.) + premii 20 S. Víš, že existuje volné sdružení skautů fotografů OBSCURA, které pořádá semináře, výměnu zkušeností a programy o kterých se dozvídáš na internetových stránkách www.skaut.cz/obscura ?

3.ÚKOL: Založ si sbírku - archiv svých negativů, positivů či diapositivů, kde každý obrázek bude mít své "rodné číslo" podle kterého jej vyhledáš v seznamu, nebo rejstříku (i na počítači). Já používám systémoznačování např.: **02-04-11**, který se čte: obrázek fotografovaný v roce 2002, v dubnu, v pořadí jedenáctý. Dnes lze také každý negativ digitalisovat (pokud již není fotografován digitálním aparátem) a archivovat na CD. Pořádek v archivu oceníš, až budeš mít hodně fotek a budeš z nich chtít sestavit seriál pro výstavku, nebo diashow, či vlastní knížku, o které si povíme někdy v budoucnu. Negativy označené "Rodným číslem" lze skladovat přímo v obalech z vyvolání, které umístíme v A4 průhledných euroobalech, positivy v komerčních albech, nebo opět euroobalech A5 nebo A4 na vhodných barevných podkladech, s texty psanými ručně i na počítači, diapositivy pak v označených krabičkách od diarámečků. Zajímavá je možnost archivace vlastních digitalizovaných fotek na Internetu např. na adrese: album.olympus.cz, případně prohlížení amatérských či profesionálních fotografií tamtéž. Za vybudování archivu a seznamu či rejstříku máš 40 S.

V0301-5-D-(1, 3) ZIMNÍ FYZIČKA

?

Představa, že v zimě se nedá nic dělat je zcela mylná. Rozhodně nepropadni televiznímu sportování na gauči a s brambůrkou, správně se oblékni a vyraz ven, abys trochu podpořil svůj imunitní systém, který pod tlakem pohodlné civilisace možná začíná pěkně chátrat. Podívej, co všechno lze dělat a kolik svemu získat: v závorce první číslo jsou S za vlastní sportovní aktivitu, druhé za její organizaci pro další účastníky:

1. za každé bruslení a krasobruslení v přírodě či na stadionu , máš (5/10 S)
2. každý hokejový zápas: (5 /10 S)
3. za každý sjezd na lyžích: 1 S
4. za každý ,alespoň 1m dlouhý terénní skok na lyžích: 1 S
5. za účast v závodech ve sjezdu: (5/10 S)
6. za každý kilometr na běžkách: 2 S
7. za každý závod na běžkách: (5 /10S)
8. za každý sjezd na saních delší jak 100 m: 1 S
9. za účast v sáňkařském závodě: (5 /10 S)
10. za postavení iglů : 10 S (i společně)
11. za postavení sněhuláka: 3 S (i společně
12. za praktické odzkoušení záhrabu a nácvik pro případ nouze: 5 S
13. za každou detektivku na zvířecí stopě: 3 S
14. za každý kilometr chůze na sněžnicích: 4 S
15. za uvaření čaje, nebo polévky v přírodě: 5 S
16. za každou účast v zimní hře : 3 S
17. Staň se iniciátorem Zimní olympiády v družině nebo oddílu:
 - a)prostuduj možnosti podle příruček, navrhni disciplíny s ohledem na místní možnosti a udělej projekt podle zásad ve V0202 : 30 S. Kolektivní projekt bude kvalitnější, proto každý získá 40 S.
 - b)za půldenní realisaci máš (máte) 20 S, za celodenní 50 S

CO SE DÁ V ZIMĚ DĚLAT TAM, KDE NENÍ SNÍH ANI NEMRZNE?

Obstarej knížky:

- Jan Neuman: Zimní hry na sněhu i bez něj ,Portál 1999

- Renate Zimmerová: Netradiční sportovní činnosti, Portál 2001
- Inspiruj se, vymysli a realizuj další možnosti: 10 S

18. hrajeme na asfaltu zápas v hokejbalu s míčkem (5- 10 S)
19. uspořádáme rychlobruslařský závod na kolečkových(in line) bruslích (5-10 S)
20. krasobruslení na kolečkových bruslích (5/10 S)
21. hokej na kolečkových bruslích (5/10 S)
22. slalomová trať na kolečkových bruslích na čas (5/10 S)
23. běh přes překážky na kolečkových bruslích na čas (5/10 S)
24. výprava na kolečkových bruslích po cyklostezce (5/10 S)
25. běh na koloběžce jako náhrada běhu na lyžích (5/10 S)
26. plavecké disciplíny v krytém bazénu (aktivní hodina: 10 S)
27. sporty v krytých halách (drahé, asi jedině s rodiči?): tenis, squash, ping-pong, lezecké stěny (aktivní hodina 10 S)
28. výprava na koloběžkách po cyklostezce (1km/1 S)
29. závod na skateboardu, např.100,200 mna čas (5/10 S)
30. za každou figuru na skateboardu: 1 S
31. co nejpomaleji projet na kole určenou trať (5/10 S)
32. vymyslet jízdu zručnosti na kole a připravit trasu (5/10 S)
33. cyklistická výprava (5/10 S)
34. orienták (5/10 S)
35. Staň se iniciátorem originální Zimní olympiády bez sněhu a ledu
 - projekt : 30 S,
 - kolektivně : 40 S,
 - realisace : 50 S
36. Staň se iniciátorem Halového mistrovství v..... (existují desítky možností) v zamluvené, pronajaté tělocvičně:
 - projekt: 30S,
 - kolektivně 40S,
 - realisace: 50S