

COVID-19



→ **CHALLENGE
PRO SKAUTY
A SKAUTKY**

Covid-19 Challenge pro Skauty a Skautky

Roverská družina Lachtanů (+ Týna a Zub)
Česká Třebová
březen 2020
Upraveno pro Severskou 2 Litoměřice

NA ÚVOD

Milá skautko/milý skaute,

Mrzí nás, že se momentálně nemůžeme potkávat na schůzkách a výpravách, ale věříme, že přerušit skautskou činnost byl správný krok. Virus, který se teď šíří po světě a kvůli kterému nemůžeme chodit do školy, ani nikam jinam, kde je hodně lidí, se totiž šíří vzduchem a ve velkých skupinách se mu dobře daří. Proto je lepší to teď chvíli vydržet a zůstat doma. Je taky hodně důležité si pořádně mýt ruce, jíst spoustu vitamínů a odpočívat.

Aby ti to doma rychleji uteklo, připravili jsme pro tebe pár nápadů na to, co můžeš vyzkoušet. Ted' je příležitost k děláni aktivit, na které třeba normálně není tolik času, tak ho pořádně využij!

Doufáme, že se ti to bude líbit a jsme zvědaví, kdo získá nejvíce bodů!

Při plnění všech úkolů je nejdůležitější dodržet nařízení vlády ČR.

PRAVIDLA

Během plnění úkolů mysli hlavně na svoje zdraví. Pokud ti není dobře, nebo jsi unavený/á, zůstaň odpočívat v posteli a pokračuj v plnění až ti bude lépe.

MŮŽEŠ SI VYBRAT ZE TŘÍ DRUHŮ ÚKOLŮ:

→ Úkoly na celý den můžeš splnit kolikrát chceš.

Pokaždé, když úkol splníš, si k němu udělej čárku do příslušného okénka.

→ Jednorázové úkoly můžeš splnit pouze jednou.

Když úkol splníš, vybarvi políčko.

→ Úkoly ze skupiny Splň, kolikrát chceš můžeš plnit i vícekrát za sebou – pokaždé, když něco splníš, si udělej čárku do příslušného okénka.

Při plnění některých úkolů je potřeba si vyhledat informace navíc (recept, návod,...). Určitě si zvládneš poradit. Vždycky se můžeš někoho zeptat, nebo se podívat na internet.

Splnění většiny úkolů záleží především na tobě a tvém svědomí. Nepodváděj, hraj fér a hlavně si to užij!

Pokud se vyfoťíš u plnění některého úkolu, zašli fotku s popisem aktivity nebo výzvy na mailovou adresu severska2@skaut.cz a můžeš si připsat bod navíc!

Bodové ohodnocení jednotlivých úkolů je vždy ve čtverci před úkolem označeno číslicí.

JEDNOTLIVÉ ÚKOLY

VAŘENÍ/JÍDLO

Neznáš u něčeho recept? Nevadí! Je jich plný internet! ✦

|| ÚKOLY NA CELÝ DEN

3 →→ Sestav vyvážený jídelníček (snídaně, svačina, oběd, svačina, večeře) na výpravu, nebo na dva dny tábora (www.viviente.cz/jak-si-sestavit-vyvazeny-jidelnicek/) – splníš tím část bodu 3. ze stezky Vzduchu a Ohně.

5 →→ Celý den se doma starej o jídlo. Vyfoť a pošli.

4 →→ Vydrž 3 dny nejíst sladkosti.

3 →→ Jez celý den pouze čínskými hůlkami.

|| JEDNORÁZOVÉ ÚKOLY

4 →→ Upeč domácí chléb podle receptu. Vyfoť.

3 →→ Udělej bramborové placky. Výsledek vyfoť a pošli.

|| SPLŇ, KOLIKRÁT CHCEŠ

4 →→ Uvař oběd (polévka a hlavní jídlo) a prostři stůl.

3 →→ Upeč buchtu, kterou máš rád/a.

2 →→ Vstaň dřív a udělej snídani pro celou rodinu.

1 →→ Místo nezdravých dobrot si k filmu/seriálu vezmi něco zdravého (nakrájenou zeleninu/ovoce, rýžové chlebičky,..)

3 →→ Udělej domácí müsli.

2 →→ Udělej zeleninový salát.

3 →→ Udělej domácí mrkváče.

3 →→ Udělej domácí kremrole.

3 →→ Uvař a ochutnej nějaké jídlo, které jsi nikdy předtím neměl/a.

3 →→ Uvař jídlo jen z lokálních potravin (*splníš tím 40. bod ze stezky Vzduchu a Ohně Můj vliv – Lokální jídlo*).

ZDE JSEM ZÍSKAL/A BODŮ

|| ÚKOLY NA CELÝ DEN

- 3 →→ Celý den sleduj videa a filmy jen v angličtině. Titulky jsou povoleny.

|| JEDNORÁZOVÉ ÚKOLY

- 4 →→ Přes zahraničí odbor a za dohledu vedoucího družiny (musí o tom vědět a musíš mu aktivně každý den dávat zprávu o čem si píšete) navaž kontakt s družinou nebo oddílem ze zahraničí.

- 4 →→ Uspořádej s ostatními z družiny dračák (stolní hra dračí doupe) přes internet. Musí obsahovat alespoň jednoho pána jeskyně (vypravěč) a jednoho dobrodruha (hráče) (*můžeš si tím splnit bod ze stezky vzduchu a ohně číslo 26 - umění se vyjádřit*).

Na webu www.drd2.cz najdeš zdarma tzv. pirátskou verzi, která obsahuje kromě scénáře o pirátech i zjednodušená pravidla, na základě kterých můžeš vymyslet vlastní příběh pro družinu.

2 →→ Nauč se, jak se v některém z těchto jazyků (Angličtina, Ruština, Španělština, Němčina, Francouzština) řekne: *skaut, nůž, stan, slib, šátek, turbánek, uzel, přátelství a oheň.*

|| SPLŇ, KOLIKRÁT CHCEŠ

3 →→ Zavolej kamarádovi, se kterým jsi od začátku karantény nebyl v kontaktu. Zeptej se ho jak se má a zkus mu zlepšit den. Volejte alespoň 5 minut. *(Můžeš tím splnit úkol ze stezky vzduchu a ohně číslo 28. Podpora kamarádství – Bližší poznání – blíže se seznámím se členem svého oddílu, se kterým se moc neznám. Najdeme co nás společně baví, co bychom se mohli navzájem naučit.)*

3 →→ Uspořádej skupinový videohovor tvé družiny. Délka hovoru bude alespoň 10 minut.

3 →→ Nauč se 5 nových slovíček z jazyka, který se učíš ve škole. Ty si napiš do sešitu a opakuj si je do konce karantény.

3 →→ Pošli kamarádovi z družiny zašifrovanou zprávu o alespoň dvaceti slovech. (Využij sms, nebo sociální sítě.)

5 →→ Naváž kontakt s někým novým z ověřené skautské skupiny (fb nebo Skautský Discord – www.discord.gg/NQtkMBA) Zjisti všechna pravidla

a možná rizika spojená s používáním sociálních sítí a uspořádej debatu o tom jak jim můžeme předcházet (*Splníš si tím bod ze stezky Vzduchu a Ohně č. 27. – Komunikace v době sociálních sítí – Rizika*)

UPOZORNĚNÍ – Většina sociálních sítí má podmínku používání od 13 let, tak ji prosím dodržuj!

ZDE JSEM ZÍSKAL/A BODŮ

SKAUTING

|| JEDNORÁZOVÉ ÚKOLY

Splň nějaký úkol ze stezky, se kterou pracujete na schůzkách. Za každý bod si můžeš přičíst 4 body. Inspirovat se můžeš níže.

→→ **CESTA ZEMĚ A VODY:**

4

×× Naučím se vázat dva nové uzly a použiji je prakticky.

4

×× Vyberu si jednoho kamaráda/kamarádku a společně zkusíme přijít na to, jak dlouho a proč spolu kamarádíme, co máme společného, čeho si na druhém ceníme, co se od sebe učíme. Připomeneme si aspoň jeden společný důležitý zážitek (jak jsme se začali kamarádit, co se nám přihodilo,.).

4

×× Udělám radost někomu z blízkých příbuzných tím, že jim připravím malé překvapení (vyrobím dárek, vyzdobím stůl, upeču něco dobrého apod.).

→→ **CESTA VZDUCHU A OHNĚ:**

4

×× Vlastní umělecké dílo. Vytvořím scénář scénky, literární dílo (báseň, povídku), hudební či výtvarné dílo, které ukážu družině nebo je s ní uskutečním.

4

×× Zašiji roztržené oblečení nebo jinou roztrženou věc (např. popruh batohu, obal na ešus).

4

×× Zlepším se v psaní na počítači během čtrnácti dnů, např. zvýším rychlost, postoupím do další úrovně v psaní všemi deseti, snížím počet chyb. Můžeš využít třeba následující weby: www.psani-deseti.cz nebo www.nedatluj.cz

4

×× Naučím se dvě písničky na hudební nástroj, na který jsem zatím nehrál/a. (Nemáš doma žádný hudební nástroj? Nevadí! Zkus třeba cupsong, nebo hru na hřebeni!)

4

×× Vytvořím si svůj osobní erb a vymyslím své osobní heslo, které mě budou charakterizovat.

4

×× Přemýšlím, co mě baví, v čem se chci zlepšit. Podle toho si najdu možnost, jak se v této oblasti rozvíjet, a uskutečním ji (kroužek, vícedenní kurz nebo videokurz, čtení nového časopisu, knihy apod.).

4

×× Poprosím rodiče/prarodiče či jiné příbuzné, aby mi vyprávěli, jaké to bylo, když byli dětmi. Můžou mi ukázat fotografie, uvařit jídlo, které měli rádi jako malí, ukázat hračky apod.

4

×× Vytvořím rodokmen svojí rodiny zahrnující alespoň tři generace. Snažím se zjistit, jací lidé moji příbuzní byli (např. čím se zabývali/živil, jaké měli zájmy, víru, vzdělání). Uvědomím si, komu z nich jsem podobný/podobná, po kom jsem co zdědil/a.

3

×× Nauč se 15 písmen z morseovy abecedy, která neznáš (klíč najdeš v příloze na konci).

3

×× Nauč se uvázat uzel dobrého skutku.

|| SPLŇ, KOLIKRÁT CHCEŠ

3

→→ **SKAUT JE PRAVDOMLUVNÝ:** Tento bod zákona zdaleka neznamená jen mluvení pravdy, ale také život v pravdě. Věnuj alespoň půl hodiny denně prohlížení zpráv, které komentují aktuální dění (politika, koronavirus, strava, zdraví obecně, atd.) a které jsou sdíleny na sociálních sítích. Nad každou informací se zamysli a zkus přijít na to, co je pravdivé a co je pouhá dezinformace/hoax/fakenews/kachna. (Pokud tyhle pojmy neznáš, tak si na internetu vyhledej co znamenají, nebo se zeptej někoho staršího.) O svoje poznatky se poděl se svými kamarády z družiny.

2

→→ **SKAUT JE OCHRÁNCEM PŘÍRODY A CENNÝCH VÝTVORŮ LIDSKÝCH:** při každé nutné výpravě ven (nákup, zdravotní procházka apod.) si vezmi pár rukavic a posbírej ze země co nejvíce odpadků. Všechny poté roztříd' do správných kontejnerů. Připiš si 2 body za každé 4 kusy správně roztříděného odpadu.

5

→→ **SKAUT JE PROSPĚŠNÝ A POMÁHÁ DRUHÝM:** Domluv se s kamarády z družiny na virtuální schůzce, kde si vyměníte zážitky a vtipné historky z karantény. Zamyslete se nad tím, co během nedobrovolné izolace můžete udělat pro vaše okolí, rodiče a příbuzné. Domluvte se, co uděláte (například ušít pro rodiče roušky, připravit pro ně večeři,.) a poté na dalších virtuálních schůzkách

zhodnoťte, jak se vám to podařilo. Při vymýšlení aktivit myslíte nejen na vaše blízké a na vaše okolí, ale především na vlastní bezpečnost! Získáte 5 bodů za každou schůzku, na které můžete s čistým svědomím říci, že jste pokročili s plněním vybraného cíle. Je to na Vás :-)

- 3** →→ Zavolej prarodičům, zeptej se jak se mají a jestli jim něco nechybí. *(Splníš si tím bod ve stezce vzduchu a ohně číslo 34.)*

ZDE JSEM ZÍSKAL/A BODŮ

VYRÁBĚNÍ

|| JEDNORÁZOVÉ ÚKOLY

- 3** →→ Vytvoř lodičku ze skořápky od ořechu pro každého člena rodiny a společně je pusťte na vodu.

- 3** →→ Vytvoř si krabičku na drobnosti z plastové lahve.

- 3** →→ Vytvoř si samozavlažovací květináč z plastové lahve a vyzdob si ho. Můžeš ho použít k pokusu s hráškem ze sekce příroda (návod na něj najdeš na konci v přílohách).

4 Vytvoř si z kartonu „hodinového manžela“ (na skládání triček) a pomoz mámě s prádlem.
(Splníš si tím část bodu ze stezky země a vody číslo 27. Domácí práce), návod na konci brožury

3 →→ Vytvoř si šachy z plastových víček (můžete si je pak s kamarádem zahrát online.)

3 →→ Vytvoř lampion z plechovky a udělejte si s rodiči „černou hodinku“.

3 →→ Vytvoř si peněženku z tetrapaku.

3 →→ Ušij měšec na drobné ze zbytků látek po výrobě roušek.

3 →→ Upleť turbánek.

|| SPLŇ, KOLIKRÁT CHCEŠ

5 →→ Ušij roušku! V současné době jich je nedostatek a jejich nošením můžeme částečně zabránit rychlému šíření nového koronaviru SARS-CoV-2 (v příloze na konci sešitu můžeš na jednu takovou najít).

3 →→ Slož složitější origami (alespoň obtížnost 2 – pokročilý) Vybrat si můžeš na www.origami.cz v sekci sbírka diagramů.

3

→→ Upleť náramek přátelství pro sebe a kamaráda/ kamarádku. Začni s jednoduchým co je v příloze, poté můžeš vyzkoušet složitější vzory z www.naramkypratelstvi.cz, nebo si vymysli vlastní vzor. Fantazii se meze nekladou.

ZDE JSEM ZÍSKAL/A BODŮ

ZÁBAVA

|| ÚKOLY NA CELÝ DEN

5

→→ Vydrž celý den bez komunikačních technologií.

4

→→ Vydrž celý den bez sledování televize

|| JEDNORÁZOVÉ ÚKOLY

3

→→ Vytříd' si šatník a věci, které už nenosíš, můžeš darovat mladším kamarádům, na charitu nebo z nich ušít roušky.

4

→→ Nauč se žonglovat se třemi míčky.

→→ **KNÍŽKY:**

4

×× Přečti si Malého prince (dá se stáhnout na internetu – odkaz v přílohách na konci sešitu).

4

×× Přečti si knížku Muž, který sázel stromy (má jen 56 stran!).

4

×× Přečti si knížku Ten, kdo stojí v koutě.

4

×× Přečti si knížku Mnich, který prodal své ferrari.

4

×× Přečti si knížku 1984.

4

×× Přečti si knížku u Souostroví gulag.

→→ **FILMY:**

4

×× Podívej se na film Skauti bez lilie.

4

×× Podívej se na film Hledání lilie.

4

×× Podívej se na film Swingtime (dostupný i na youtube).

4

×× Podívej se na film Zrození hrdiny.

4

×× Podívej se na film Životy těch druhých.

4

×× Podívej se na film Kód Enigma.

4

×× Podívej se na film Tři přání.

4

×× Podívej se na film Trainspotting

4

×× Podívej se na film Nedotknutelní.

4

×× Podívej se na film Vše je ztraceno.

4

×× Podívej se na film Ztracen v džungli.

4

×× Podívej se na film Everest.

4

×× Podívej se na film Schindlerův seznam.

4

×× Podívej se na film Nicholas Winton –
– Síla lidskosti.

4

×× Podívej se na film Trosečník.

4

×× Podívej se na film Než přišla bouře.

4

×× Podívej se na film 127 hodin.

4

×× Podívej se na film Forest Gump

4

×× Podívej se na film Requiem for a dream

4

×× Podívej se na film Občanský průkaz.

4

→→ Poslechni si na Spotify skautský podcast.

|| SPLŇ, KOLIKRÁT CHCEŠ

2 →→ Udělej něco na, co normálně nemáš čas, například kvůli učení, či jiným prioritám.

4 →→ Udělej něco, co už dlouho odkládáš, protože se ti nechce. Překonej se!

2 →→ Vybarvi si mandalu (nějaké najdeš v přílohách).

3 →→ Vyber si pokus a uskutečni ho (nápadů na pokusy najdeš na konci v přílohách).

2 →→ Zahraj si deskovou hru.

4 →→ Zahraj si deskovou hru, kterou jsi ještě nikdy předtím nehrál/a. Využít můžeš i online, například na webu boardgamearena.com

→→ **ČETBA:**

4 ×× Přečti si knížku dle vlastního výběru.

4 ×× Přečti si knížku od někoho z rodiny.

2 ×× Přečti si článek v časopisu Skaut.

4 ×× Přečti knížku z povinné četby.

ZDE JSEM ZÍSKAL/A BODŮ

|| ÚKOLY NA CELÝ DEN

- 3 →→ Celý týden se snaž šetřit vodou, zkus odhadnout, kolik vody za den spotřebuješ.
- 2 →→ Po domluvě s rodiči se celý týden starej o květiny ve svém pokojíčku.
- 5 →→ Vyzkoušej si pokus s hráškem podle návodu umístěného v přílohách na konci sešitu.

|| JEDNORÁZOVÉ ÚKOLY

- 4 →→ Vyrob si sluneční hodiny podle návodu níže.
- 4 →→ Opatrně ustřižni jednu větvíčku stromu s pupenem, dej ji do vody a sleduj, jak roste (můžeš ji každý druhý den fotit a udělat fotopříběh).
- 2 →→ Nauč se poznávat 5 květín, které teď na jaře kvetou (třeba: devětsil, podběl, křivatec, petrklíč, plicník, bledule, sasanka, jaterník, sněženka).
- 3 →→ Nauč se najít a poznat alespoň 5 souhvězdí, která ještě neznáš.

MAPY

|| JEDNORÁZOVÉ ÚKOLY

4 →→ Najdi na mapě nejbližší chráněnou oblast a naplánuj k ní výlet pro rodinu, nebo kamarády z družiny, na který se vydáte po skončení karantény.

2 →→ Najdi na mapě tři nejvyšší vrcholy z okolí tvého bydliště a zjisti, jak jsou vysoké.

3 →→ Představ si, že zítra chceš jet na výlet na kole z Chocně do Brandýsa nad Orlicí. Najdi vlaky, kterými bys mohl/a jet (pozor, máš s sebou kolo!).
(Můžeš si tím splnit bod ze stezky vzduchu a ohně číslo 1. cestování, Nejlepší spoj)

3 →→ Nauč se pomocí hodinek a slunce určit sever.

|| SPLŇ, KOLIKRÁT CHCEŠ

3 →→ Naplánuj podle mapy 3 pěší výlety v okolí svého bydliště v délce alespoň 8 km. Po skončení karantény je můžete zrealizovat s kamarády z družiny.

- 3** →→ Naplánuj podle mapy (papírové nebo digitální) 2 cyklo výlety v okolí svého bydliště v délce alespoň 20 km.

ZDE JSEM ZÍSKAL/A BODŮ

POHYB

|| ÚKOLY NA CELÝ DEN

- 3** →→ Jdi se projít do přírody. Ujdi alespoň 5 km. (Úkol můžeš plnit pouze pokud to dovolují rodiče a platná nařízení vlády.)

- 4** →→ Jeď na kole na výlet do přírody. Ujeď alespoň 15 km. (Úkol můžeš plnit pouze pokud to dovolují rodiče a platná nařízení vlády.)

|| SPLŇ, KOLIKRÁT CHCEŠ

- 3** →→ Zacvič si jogu. Pokud jsi to nikdy nedělal/a, můžeš využít nějaké video na youtube. Cvičení se věnuj alespoň 30 minut.

- 3** →→ 15 minut se poctivě protahuj.

3 →→ Udělej stojku o zeď (ale dávej při tom pozor!) a vydrž alespoň 30 vteřin. Výsledek si zapiš do tabulky a sleduj zlepšení.)

3 →→ Najdi si na youtube challenge *Bring Sally Up* a vyzkoušej, jak dlouho vydržíš. Pokud tě zaujme, můžeš to zkusit každý den, zapisovat si svoje

10 časy do tabulky a pozorovat zlepšení. Pokud vydržíš klikovat celou dobu, můžeš si přičíst 10 bodů, které se ti započítají pouze jednou. Dávej pozor na správné provedení cviků!

3 →→ Skákej minutu přes švihadlo a vyzkoušej kolik zvládneš přeskoků. Výsledek si každý den zapiš do tabulky a sleduj zlepšení.

ZDE JSEM ZÍSKAL/A BODŮ

SELF CARE

|| JEDNORÁZOVÉ ÚKOLY

4 →→ Vytvoř si motivační nástěnku, kde budou věci, co ti dělají radost. Můžeš vystřihovat z časopisů, malovat, tisknout obrázky, používat fotky, nebo cokoli jiného, co se ti bude líbit.

4 →→ Vision board – vytvoř si prostor (nástěнку, papír nebo plakát), který využiješ na koláž svých přání a snů. Použij fotky, obrázky, malůvky a cokoliv dalšího tě napadne. A pamatuj – při snění se žádné meze nekladou! (*Splníš si tím bod ze stezky země a vody číslo 20.*)

3 →→ Napiš všechno co se chceš v roce 2021 naučit a co chceš vyzkoušet nového.

3 →→ Vytvoř si harmonogram na celý den. Nezapomeň na čas na odpočinek. (*Splníš si tím bod ze stezky vzduchu a ohně číslo 23.*)

|| SPLŇ, KOLIKRÁT CHCEŠ

2 →→ Vytvoř si šumivou bombu do koupele a vyzkoušej ji.

2 →→ Vytvoř si a vyzkoušej pleťovou masku.

ZDE JSEM ZÍSKAL/A BODŮ

DOMÁCÍ POVINNOSTI

|| JEDNORÁZOVÉ ÚKOLY

→→ vylepši svou manuální zručnost a nauč se některou z následujících věcí. Za každou máš po dvou bodech.

2

×× Vyspravit ponožky.

2

×× Záplatovat roztržené oblečení.

2

×× Úhledně přišít utržené knoflíky.

2

×× Opravit rozbitý zip.

2

×× Správně žehlit košile.

2

×× Pověsit vyprané prádlo tak, aby ho nebylo potřeba žehlit.

|| SPLŇ, KOLIKRÁT CHCEŠ

3

→→ Vysaj celý byt/dům.

3

→→ Utři prach z poliček a parapetů ve svém pokojíčku.

4 →→ Uklid' si ve svém pokoji vše na své místo
a udržuj naprostý pořádek alespoň 3 dny.

4 →→ Po celý týden vynášej koš na odpadky a
tříd' odpad.

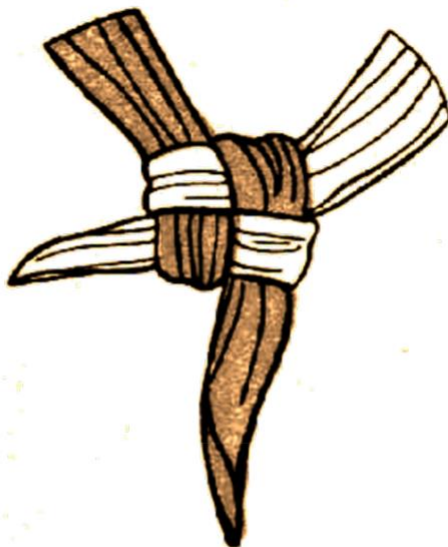
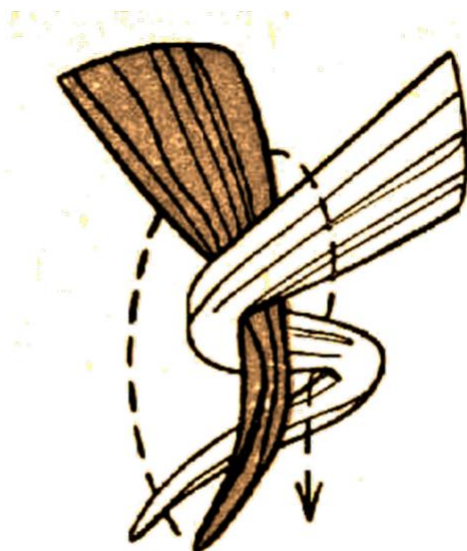
3 →→ Udělej to, co je doma potřeba.

ZDE JSEM ZÍSKAL/A BODŮ

CELKEM JSEM ZÍSKAL/A BODŮ

PŘÍLOHY

|| NÁVOD NA DOBRÁČEK



|| KLÍČ K MORSEOVĚ ABECEDĚ

A	Akát	● —
B	Blýskavice	— ● ● ●
C	Cílovníci	— ● — ●
D	Dálava	— ● ●
E	Erb	●
F	Filipíny	● ● — ●
G	Grónská zem	— — ●
H	Hrachovina	● ● ● ●
CH	Chléb nám dává	— — — —
I	Ibis	● ●
J	Jasmín bílý	● — — —
K	Krákorá	— ● —
L	Lupíneček	● — ● ●
M	Mává	— —
N	Nástup	— ●
P	Papírníci	● — — ●
Q	Kvílí orkán	— — ● —
R	Rarášek	● — ●
S	Sobota	● ● ●
T	Tón	—
U	Učený	● ● —
V	Vyučený	● ● ● —
W	Dvojté vé	● — —
X	Xénokratés	— ● ● —
Y	Ýkar mává	— ● — —
Z	Zrádná žena	— — ● ●

|| PŘEČTI SI KNIHU MALÉHO PRINCE

→→ odkaz zde: <http://skolasloup.wz.cz/studMaterialy/Exupery---Mal-princ.pdf>



Návod na jednoduchou roušku



40 x 20 cm



delší strany
založíme



otočíme
a sešijeme



otočíme



na stranách vytvoříme
tunýlky na šňůrky
a sešijeme spodní část



vznikne kapsa



protáhneme jednu
šňůrku cca 140 cm



nosíme
na veřejnosti

Náramek přátelství

Potřeby

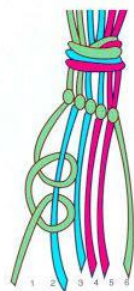
3 barvy bavlnek - od každé 2x90cm

Příprava

Ustříhneme 90 cm dlouhé nitě, které svážeme a přišpendlíme k podložce. Pak je seřadíme podle barev.



přítizí č. 1 vážeme dvojité uzlíky zleva kolem nití č. 2, 3, 4, 5 a 6



po dokončení první řady se nití č. 1 stává původní nit č. 2



opakujeme podle obr. I celý postup se všemi nitěmi ve stanoveném barevném pořadí. Po šesti řadách jsou nitě opět ve stejném pořadí jako na začátku. Podle obr. I opakujeme tak dlouho, dokud náramek nemá potřebnou délku.

Zakončení

Nitě rozdělíme, upleteme copánek a zavážeme. Uzlík ze zavíracího špendlíku uvolníme, upleteme rovněž copánek a zavážeme.

Hodinový manžel

Sbírej body za založení a hodnocení fotoalb, za nahrávání a hodnocení fotek!



Každý z nás má na věci, které pravidelně dělá, osvědčené postupy a sem tam používá nějakou vychytávku, která hodně ušetří leckdy nudnou a monotónní práci. Znáš nějakou vychytávku např. na žehlení kroje, mytí oken, stlání postele, praní, věšení prádla, uklízení...? Poděl se s ostatními čtenáři! Pošli svojí metodu či vychytávku na skautjunak@skaut.cz, do předmětu zprávy napiš **Hodinový manžel**. Nejlepší rady otiskneme a tvůrcům zašleme sladkou odměnu. Ze všech pak vylosujeme jednoho, který od nás dostane hru Mořeplavci!

Jak vyrobit skládač triček!

Vyrob si jednoduchý zlepšovák, který ti ušetří spoustu práce!

Co budeme potřebovat:

- karton o rozměrech alespoň 70 x 75 cm
- nůžky
- pravítko
- širokou izolepu
- tužku

KROK 1: Rozměříme a nakreslíme skládač. Potřebujeme 4 obdélníky - dva o rozměrech 35 x 25 cm, dva o rozměrech 70 x 25 cm.



KROK 2: Všechny obdélníky vystřihneme.



KROK 3: Sestavíme podle obrázku a ze zadu tlustou izolepu k sobě slepíme tři stany horního středového obdélníku.



A je hotovo! Teď už jen můžeš skládač hezky ozdobit a poskládat vše, co ti přijde do cesty! A jak tričko ve skládači složit? Mrkněte na fotonávod!



VYPĚSTUJ SI BYLINKU



1.

Obstarej si **semínka** oblíbené bylinky (bazalka, máta, oregáno, tymián, meduňka, koriandr, petrželka, rozmarýn).



2.

Nachystej si **hlínu** (nejlepší je substrát pro pěstování bylinek).



3.

Připrav si **květináč**, ideálně s dírou ve dně, nezapomeň pod něj dát misku.



4.

Květináč vyplň hlínou kousek pod okraj.



5.

Na hlínu rovnoměrně nasyp semínka.



6.

Zasyp vrstvou 0,5 cm hlíny a květináč umísti na okno (ideálně na slunné místo).



Zalévání

- Na začátku pěstování každý den hlínu dostatečně postříkej vodou v rozprašovači.
- TIP: vyklíčení semínek můžeš urychlit tím, že květináč přikryješ igelitovým sáčkem (vznikne tím „miniskleník“), po zazelenání sundej.
- Až uvidíš zelené rostlinky, zalévej konvičkou ob den (nepřelévej!)



**SKLIZENÍ
ZDAR!**

Samozavlažovací květináč

Potřeby

1 petlahev s víčkem, savé knoty (skelná tkanina, ale postačí i vlna, nebo širší tkanička od bot), nůžky

Postup výroby

1. Prázdnou PET lahev pomocí nůžek rozdělíme na dvě přibližně stejné části.
2. Zkontrolujeme ustřižené okraje lahve, případně je zarovnáme. Do víčka pomocí nůžek vytvoříme 4 otvory. 2 otvory pro savý knot a 2 otvory pro přívod vzduchu.
3. Do vzniklých 2 otvorů ve víčku provlečeme savý knot (v nouzi může být i širší tkanička od bot,



4. Nasadíme obrácenou stranu (hrdlem dolů) horní část PET lahve do spodní. Upravíme délku knotů, aby se dotýkali dna spodní lahve.
5. Hotovo. Spodní část naplníme vodou, horní zeminou a můžeme zasadit rostlinku, či bylinku.



6. Nepovinně: Květináč můžeme nabarvit nebo polepit izolační páskou, kreativité se meze nekladou. Optimální je to u horní nádoby, aby slunce nevysušovalo kořenový bal. .



RECEPT NA ŠUMIVÉ BOMBY:

100 g soda bikarbóna /
50 g kyselina citrónová / 50 g
kukuríčiňný škrob / 50 g epsomská
sůl / 1 lžice vody – postupně
nastříkat / Cca 1 lžice oleje /
Barviva / Vůně

ŠUMIVÉ BOMBY

Co může být lepším dárkem než ten vlastnoručně a s láskou vyrobený? Zkus vyrobit šumivé bomby do koupele – při výrobě i následném použití bude spousta legrace.

1

Sodu, sůl a kyselinu citrónovou nasypeme do čisté a suché nádoby. Smícháme s vůní a barvou – pozor, ať směs nezačne šumět. Vše důkladně promícháme. **Je nutné pracovat v gumových rukavicích!**

2



Na směs postupně a lehce dostříkáme vodu (pozor, aby nevyšuměla směs). Stačí cca 1 stříknutí. Osvědčilo se mi stříknout si vodu na ruku a poté rychle zpracovat směs.

3



Směs nesmí být moc suchá. Správná konzistence je taková, že když se zmáčkne mezi prsty, tak drží tvar.

4



Když je směs hotová, dáme ji do formy. Jako forma se dá použít: takřka cokoli – formičky na led, formičky na cukroví apod.

5



Je lepší nenaplnit formičku vrchovatě – je lépe nechat ji lehce nedoplněnou, aby bomby dobře držely v balíčkách.

6



Vyplněné formičky necháme cca 1 hodinu schnout. Poté šumivky z formiček vykloupíme.



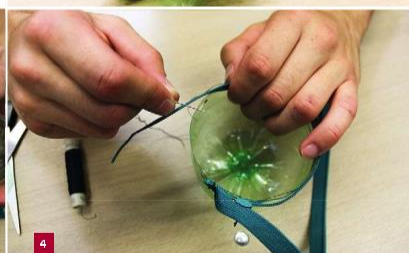
Chcete vidět šumivky v akci? Naskenujte tento kód!

**6 VÝBUŠNÁ
RUKODĚLKA**

PLASTOVÁ KRABÍČKA NA DROBNOSTI

Už se vám zase stalo, že jste ve svém pokoji našli nějakou drobnost, kancelářskou svorku, knoflík, korálky či špendlík a nevíte, kam s ní, aby nepřekážela? Vytvořte si na ni praktickou „bezpečnostní“, a navíc eco-friendly krabičku.

AUTORKA **VLASTA KUBÍKOVÁ – AŤKA**
FOTO **HANA HANIGEROVÁ – HANČA**



POTŘEBY: DVĚ STEJNÉ PET LAHVE (VELIKOSTI DŇA URČUJÍ ROZMĚRY KRABÍČKY), KANCELÁŘSKÁ DĚROVAČKA, ZIP, JEHLA, NIT, NŮŽKY

- 1 PET lahve vypláchneme a rozřezeme tak, aby nám zbyla dvě dna. Rozměry závisí na tom, jak velkou krabičku chceme vytvořit. Jednu z lahví můžeme ponechat vyšší, je ale třeba dávat pozor, aby obvod ocoů částí byl stejný.
- 2 Děrovačkou uděláme po obvodu každého plastového dna díry, do kterých budeme vsívat zip.
- 3 Zip rozepneme a běžným stehem vsjeme do plastových dílů tak, aby se dal zapnout. Není třeba používat zip, který má přesnou délku jako obvod lahve, lze ho nakonec bez větších potíží zastříhnout.
- 4 Krabičku dozdobíme podle vlastní fantazie, např. nalepením vystřihávaných kytiček, obklepením stuhou apod. Můžeme takto zakrýt i případné nedostatky příští, stříhání či děrování. ✖

Vánoce máme za sebou. Dostali jsme spoustu nových věcí, některé se nám hodí, jiné zůstanou navždy schované v šuplíku. V šuplíku, který je plný dalších takových věcí. Nepotřebné věci se mění v odpad. Odpad se dá recyklovat.

a) Vhozením do správné popelnice

b) Vyrobením něčeho nového, co znovu využijeme

Co kdybychom zkusili dát starým věcem novou duši? Uděláme tím dvojí radost – sobě a přírodě. Sobě proto, že jsme si vyrobili nějakou krásnou věc, přírodu naopak potěší, že další její zdroje nejsou vyplýtvány nadarmo. S námi si zkusíte tří jednoduché výrobky s využitím starých plechovek, PET víček, novin a krabice od mléka.

PET šachy

CO BUDETE POTŘEBOVAT:
16x tmavé víčko z PET lahve,
16x světlé víčko z PET lahve,
Nůžky, Desetikorunu, Tužku, Bílou a černou pastelku, Bílý a černý papír, Staré noviny a plakát

NÁŠ TIP: Zkusíte si obdobným způsobem vyrobit třeba i Člověče nezlob se nebo další deskové hry.

3. Kolečka nalepte na víčka z PET lahví. Výrobci limonád nabízejí celou škálu barev a tvarů. Využijte tedy vaši představivost při jejich výběru.

4. Hrací desku můžete vyrobit z mnoha materiálů - starých pohledů, kalendáře, letáků, školních sešitů... My si vybrali rubovou stranu plakátu a noviny určené do sběru.

1. Na bílý a černý papír obkreslete 16x desetikorunu.

2. Na vystřihnutá kolečka nakreslete symboly šachových figurek. Při výběru symbolů můžete popustit uzdu fantazii nebo si symboly vyhledat na internetu.

Elegantní lampióny

CO BUDETE POTŘEBOVAT:
plechovku, fixu, vrtačku nebo hřebík a kladivo, drátek, svíčku

1. Z plechovky odstraníte papírovou etiketu a lihovou fixou si na ni načrtnete vzor lampiónu.

2. Do vyznačených míst udělejte otvory. Pro měkké materiály (plechovky od nápojů) můžete použít hřebík a kladivo, pro tvrdší je nutné vzít si na pomoc vrtačku s vrtákem na kov. Řekněte si o pomoc dospělým. Nezapomeňte udělat dvě protilehlé dírký u vrchu plechovky.

3. Těmito otvory u horní hrany provlékněte drátek, za který lampión budete moci zavěsit. Nakres fixou jednoduše odstraníte odlakovačem.

4. Když do plechovky umístíte hořící svíčku, získáte krásný nerozbitný lampión.

→→ Vyroba si sluneční hodiny:

×× Potřebuješ: hodinky, nějakou tyč
(délka alespoň 20 cm)

×× Upevni tyč tak, aby se nehýbala, a pod ni
podložku, na kterou můžeš kreslit (možností
je mnoho: můžeš využít i pevné tyče na
vašem balkóně, tenký stromek nebo klacek;
zaznamenávat polohu stínu jde křídou,
tužkou, kamínky... prostě cokoli tě napadne).

×× V každou celou hodinu označ místo tam,
kde je stín

×× Podle hotových hodin jeden týden zkus
měřit čas (pozor na změnu času, zimní čas
je podle sluníčka, při letním čase musíš
jednu hodinu odečíst)

|| POKUSY

→→ Pokus s hráškem:

1. Nechej na vlhké vatě naklíčit hrášek.

2. Rozděl ho do dvou květináčů (které si mimochodem můžeš sám vyrobit – sekce Rukodělky).

3. jeden květináč dej na okno, kam svítí sluníčko a druhý zavři do tmy (dej přes něj krabici, zavři ho do skříně...).

4. Už po pár dnech uvidíš rozdíly mezi rostlinkami na světle a ve tmě – zkus si vyhledat, proč to tak je.

8. Bleskové odpaření

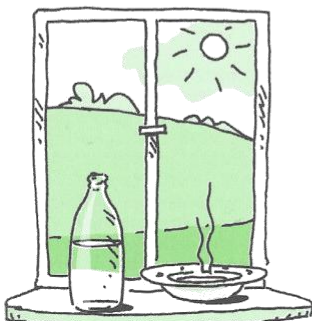
Potřeby:

- 1 odměrka
- 1 polévkový talíř
- 1 láhev
- voda



Jak na to:

1. Naplň do odměrky určité množství vody a přelij ji do láhve.
2. Odměř ještě jednou stejné množství a nalij je do polévkového talíře.
3. Postav talíř a láhev na slunný okenní parapet.
4. Následující den změříš odměrkou vodu, která zbyla jednak v láhvi, jednak na talíři.



Co se stane?

V polévkovém talíři se nachází méně vody než v láhvi.

Proč tomu tak je?

Molekuly vody uvedené teplem do pohybu se mohou z většího povrchu rychleji odpařovat do vzduchu než z vysoké láhve s úzkým hrdlem. To znamená, že malé, hluboké louže na zahradě vysychají pomaleji než velké a mělké.

Máš chuť se dozvědět víc?

Voda na Zemi je v neustálém koloběhu. Odpařováním se voda dostane do vzduchu jako neviditelná vodní pára. Vodní pára vytváří kondenzací opar, mlhu nebo mraky. Když mraky příliš ztěžknou, může voda spadnout v podobě deště, krup nebo sněhu zpět na povrch. Srážky prosakují do zemského povrchu a hromadí se v podzemních vodách. Podzemní voda pak může proniknout zpět na povrch v podobě pramenů. Pramen se díky různým přítokům postupně rozšiřuje na potůček, potok a řeku, která se vlévá do jezera či moře. Voda v jezeře či moři se zahřívá sluncem, stoupá vzhůru do vzduchu... a oběh začíná znovu.



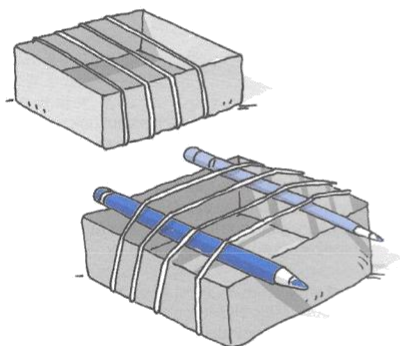
315. Gumová kytara

Potřeby:

- kovová krabička ve tvaru kvádru
- gumičky rozdílné tloušťky
- 2 tužky

Jak na to:

1. Napni gumičky v rozestupech jednoho centimetru přes podélnou stranu krabičky.
2. Brnkej na ně a poslouchej tóny, které se ozývají.
3. Zasuň tužky pod gumičky a znovu na ně zadrnkej.



Co se stane?

Tóny znějí výrazně čistěji, když jsou gumičky napnuty přes tužky (jak je znázorněno na obrázku).

Proč tomu tak je?

Díky tužkám se gumičky zvednou výše, takže mohou lépe kmitat tak, aby se jejich zvuk netlumil třením o stěnu krabičky. Tužky působí jako rezonanční těleso tím, že dokážou rozvíbrovat také zvuk v krabičce. Všechny strunné hudební nástroje mají nějaké rezonanční těleso, v němž vibruje vzduch, a tím se zesilují tóny.

Máš chuť se dozvědět víc?

I při stejné výšce tónu znějí hlasy, zvuky a hudební nástroje zcela rozdílně. Odlišují se barvou zvuku. Zvuk je závislý na tvaru zvukové vlny. Rovnoměrnými změnami tlaku v rámci zvukové vlny vznikají jemné, náhle tvrdší zvuky.

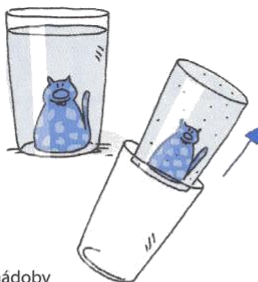
Rezonance je růst šířky kmitu (amplituda, výška vlny během periodicky probíhajícího kmitání) způsobený silou, která zesiluje vlastní frekvenci kmitajícího předmětu.



303. Ledový dárek

Potřeby:

- plastová nádoba
- plastová figurka



Jak na to:

1. Figurku postav do nádoby a nádobu naplň vodou.
2. Nádobu postav přes noc do mrazáku (pokud venku mrzne, můžeš případně do zahrady).
3. Nádobu vyndej z mrazáku (případně ze zahrady) a vnější stěny nádoby polij trochou teplé vody.

Co se stane?

Zmrzlý led bude možné vyndat z formy, plastová figurka je zamrzlá v ledovém bloku.

Proč tomu tak je?

Zvířata, která byla dlouhou dobu zamrzlá v ledu, často vypadají zachovalé i po několika tisících let. Jestliže někdo objeví zvíře, které již před dlouhou dobou vyhnulo (např. mamuta) a podaří se jej vysvobodit z ledu, může být takové zvíře použito pro vědecký výzkum.

Máš chuť se dozvědět víc?

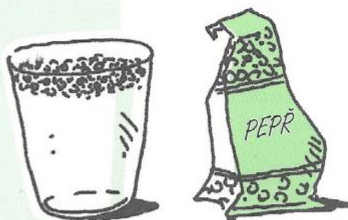
Také prach a vzduchové bubliny uzavřené v ledu se mohou stát materiálem pro další průzkum a analýzy. Z chemických analýz vzduchových bublin nalezených v antarktickém a grónském ledu se podařilo zjistit, že obsah oxidu uhličitého ve vzduchu během posledního zalednění byl nižší než po ústupu ledovců. Geologické určování stáří ukázalo, že během zalednění existovalo několik dob ledových (glaciály) a několik ústupových fází (doby meziledové – interglaciály). Při každé době ledové se snížila mořská hladina. Na souši přitom zůstávaly velké oblasti kontinentálního šelfu (pevninský práh, který bývá zaplaven mělkým mořem, na jeho okraji se mořské dno svažuje a začínají mořské hlubiny). V meziledových dobách znovu stoupala hladina moře a šelfové oblasti (oblasti kolem mořského pobřeží) byly opět zaplaveny. Vědci se zatím zcela neshodují ve vysvětlení důvodů, proč k zalednění dochází. Mnozí vědci vycházejí z toho, že střídání dob ledových (glaciály) a meziledových (interglaciály) je způsobeno periodickými změnami oběžné dráhy Země, čímž se mění též působení slunečních paprsků.



13. Suchá voda

Potřeby:

- 1 sklenička naplněná vodou
- mletý pepř



Jak na to:

1. Nasyp opatrně pepř na klidnou hladinu vody ve skleničce, až ji zcela pokryje. Teď už skleničkou nehýbej.
2. Opatrně ponoř prst kousek do vody a hned ho zase vytáhni.

Co se stane?

Tvůj prst zůstane suchý.

Proč tomu tak je?

Pepř zvyšuje povrchové napětí vody, molekuly vody lpí těsně u sebe. „Vodní kůže“ se protrhne jen při velmi silném tlaku, a pak se prst namočí.



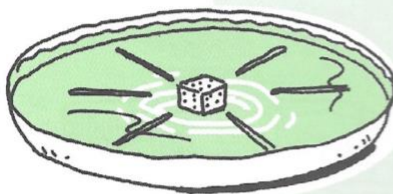
16. Tančící cukr

Potřeby:

- 1 plochá miska naplněná vodou
- 6 zubních páráték
- 1 kostka cukru

Jak na to:

Vlož kostku cukru opatrně na vodní hladinu a v kruhu kolem ní umístí párátka.

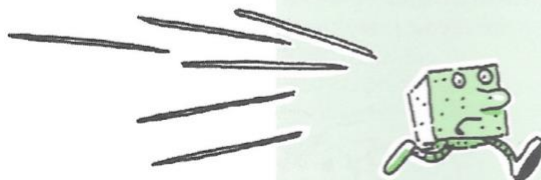


Co se stane?

Párátka budou přitahována cukrem a bude to vypadat, že se pohybují směrem k němu.

Proč tomu tak je?

Tím, že se cukr postupně rozpouští ve vodě, klesá roztok cukru ke dnu, protože je těžší než voda. Tím se vytvoří proudění. A to nese párátka do středu.



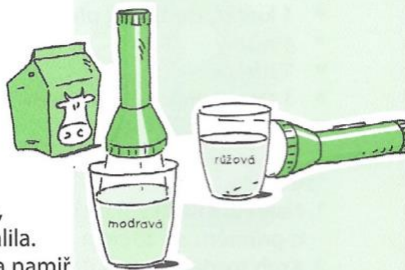
47. Nebeská modř

Potřeby:

- 1 sklenička naplněná vodou
- 1 baterka
- mléko

Jak na to:

1. Kápní do skleničky pár kapek mléka, aby se voda zakalila.
2. Rozsviť baterku a namiř ji kolmo do otvoru skleničky a na hladinu vody.
3. Prohlédni si zbarvení vody.
4. Pak baterku namiř na skleničku z boku a opět si prohlédni, jak je voda zbarvená.



Co se stane?

Pokud světelný paprsek dopadá na vodní hladinu kolmo, má voda modravý nádech. Posvítíš-li ovšem do vody zvenku přes skleněnou stěnu, získá voda růžové zbarvení a samotný světelný paprsek vypadá ve vodě žlutooranžově.

Proč tomu tak je?

Mlékem zkalená voda láme barvy světla odlišně. Modré krátkovlnné světlo se rozptyluje silněji než červené dlouhovlnné.

Máš chuť se dozvědět víc?

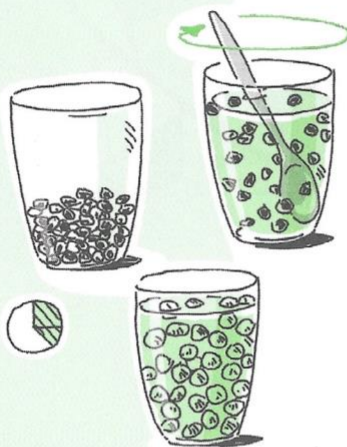
- Fyzik John Tyndall (1820–1893) učinil tento postřeh již před více než sto lety. I nebe mění svou barvu, protože atmosféra světlo rozptyluje odlišně v závislosti na poloze Slunce. Vně zemské atmosféry neexistuje modrá obloha. Sluneční světlo se rozptýlí na molekuly vzduchu, podobně jako světlo baterky na tukové kapičky mléka ve skleničce.

67. Žíznivé rozinky

ČASOVĚ
NÁROČNÉ

Potřeby:

- rozinky
- 1 sklenička
- voda
- 1 lžíce



Jak na to:

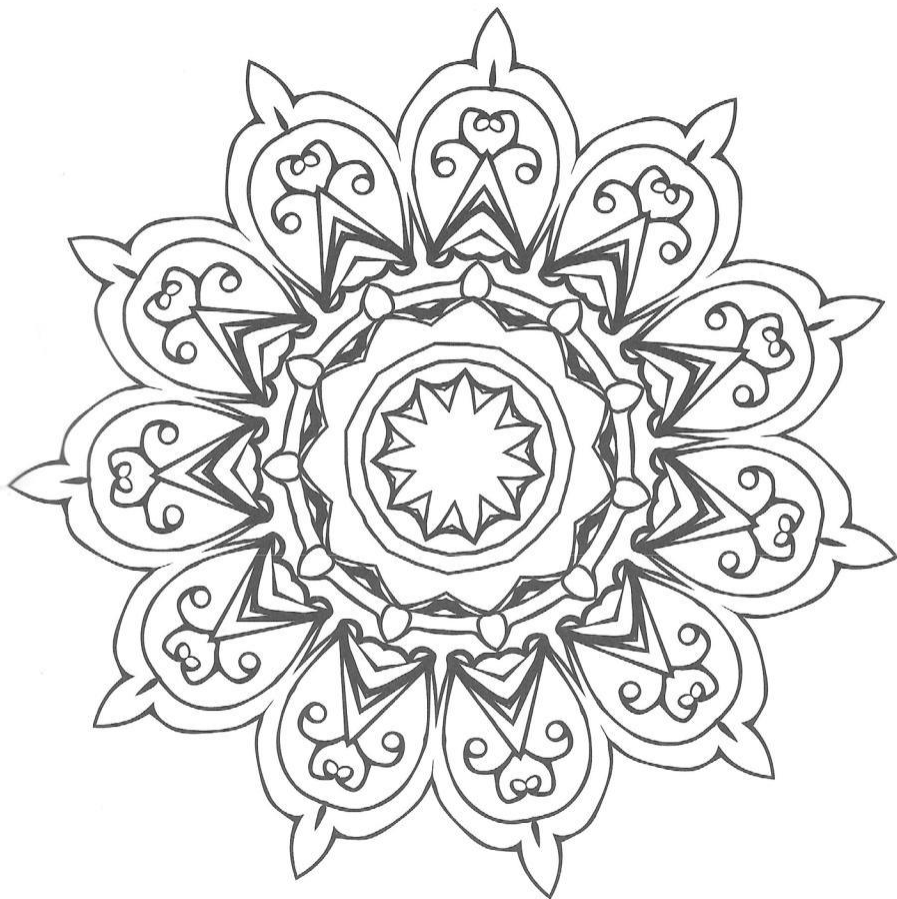
1. Naplň sklenici asi do třetiny suchými rozinkami.
2. Přilij vodu a pak vše dobře promíchej lžící.

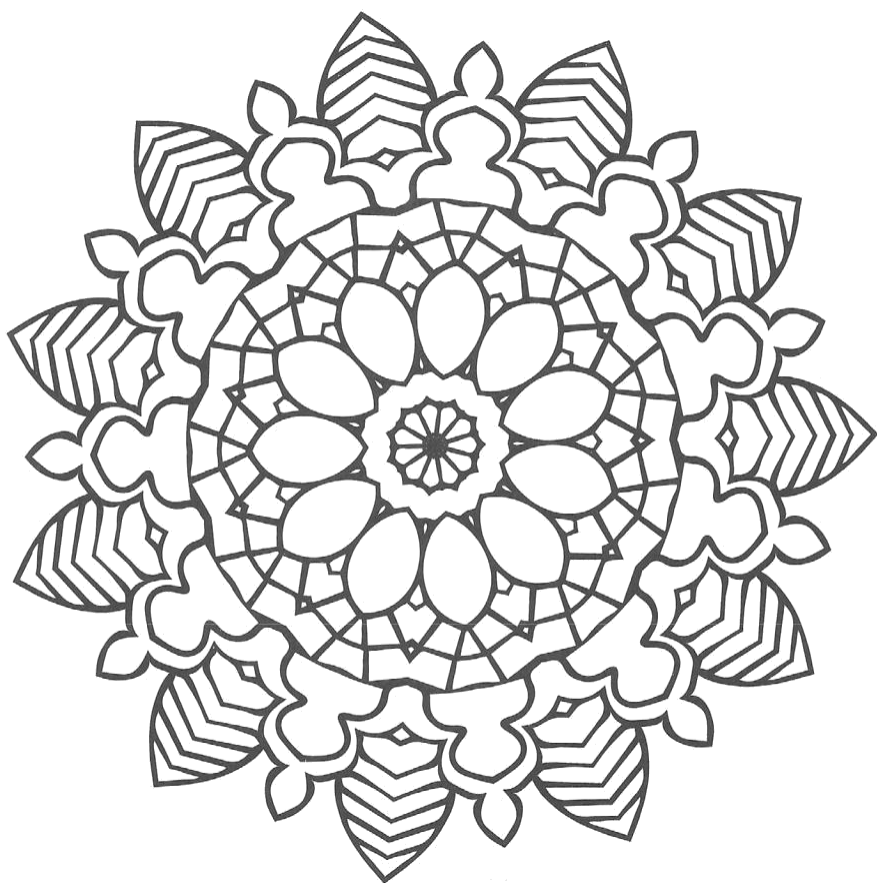
Co se stane?

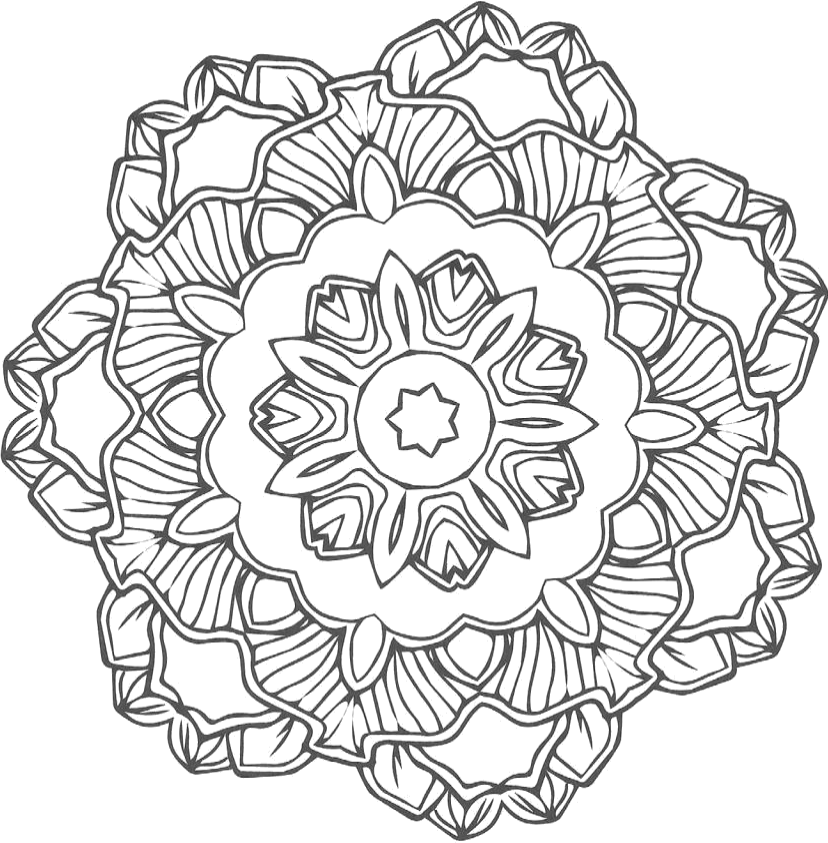
Asi po třech až čtyřech hodinách se původně tvrdé, scvrklé rozinky proměnily v měkké, baculaté a vypnuté.

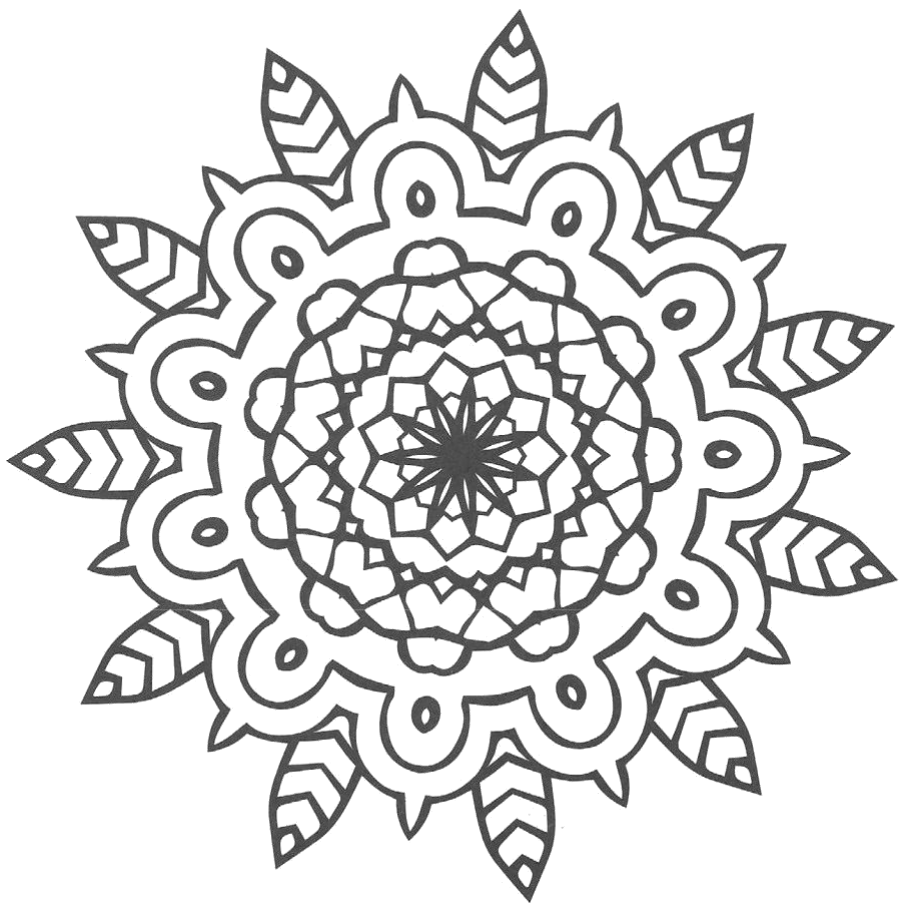
Proč tomu tak je?

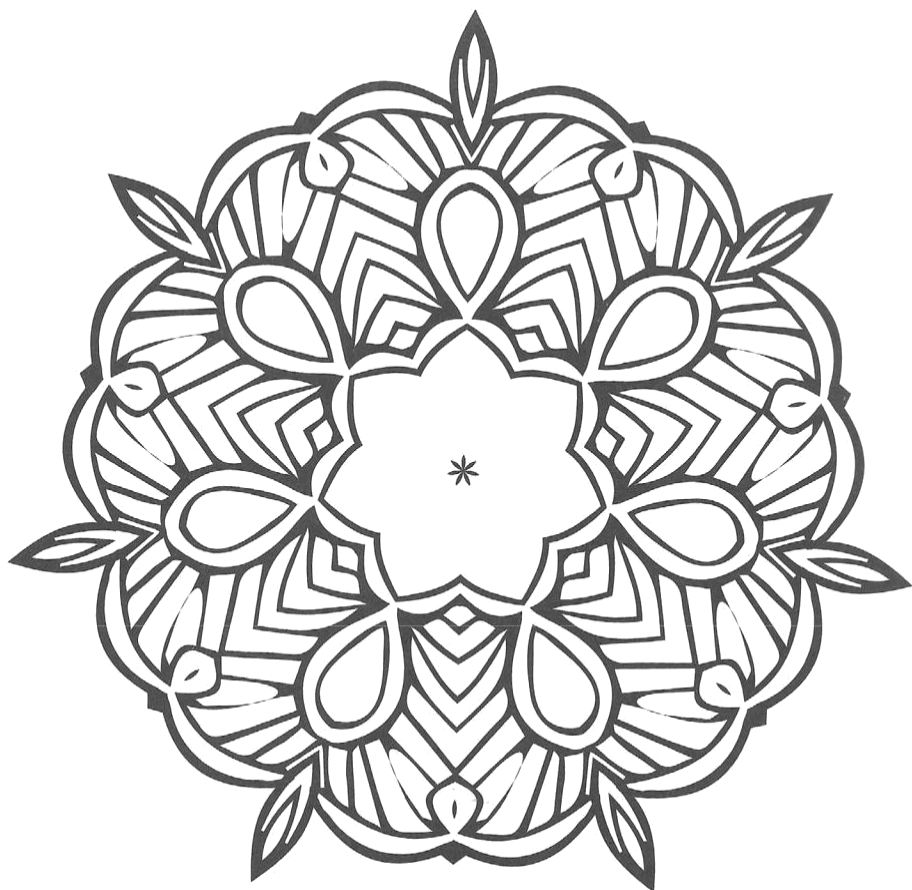
Rozinky jsou bezsemenné, plně zralé a usušené bobule vinné révy (hroznů). Voda dokáže pronikat do rozinek skrz jejich povrchovou vrstvu (epidermis). Rozinky se pak nasáváním (absorpcí) vody nafukují, až jsou naplněné k prasknutí.





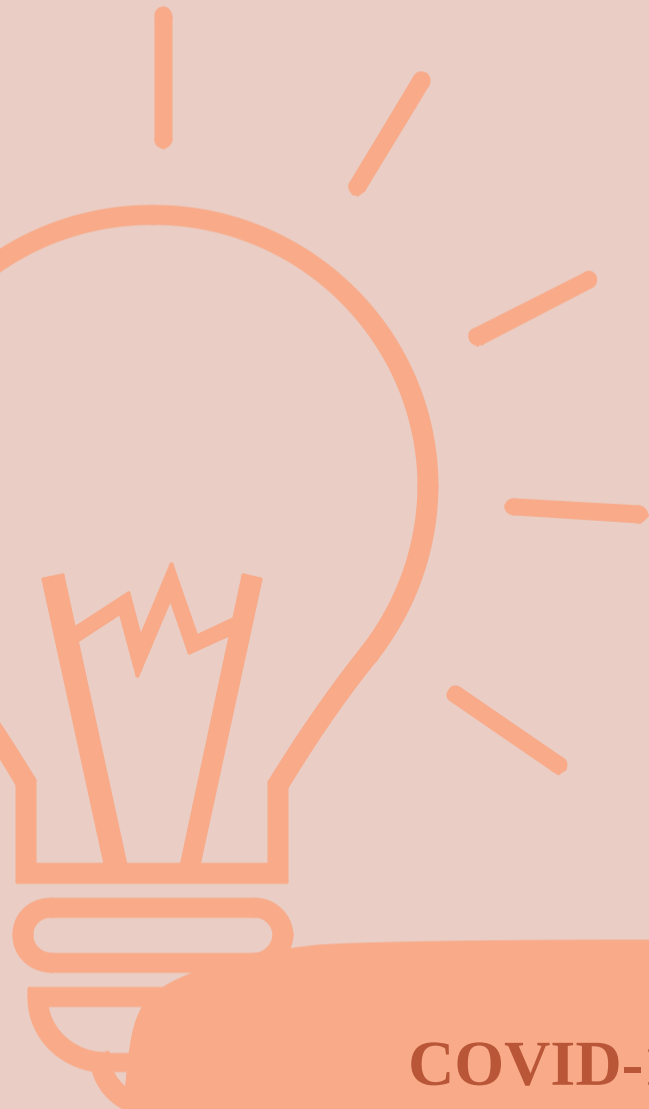






PROSTOR PRO TVOJE POZNÁMKY:

Budeme rádi za zpětnou vazbu!
Fotky plněných úkolů zasílejte na
oddílovou adresu severska2@skaut.cz



COVID-19

**CHALLENGE
PRO SKAUTY A SKAUTKY**