

A photograph showing several scouts in khaki uniforms participating in an outdoor activity. They are holding a thick white rope that is knotted around a horizontal wooden stick. The scene is set in a grassy area with trees in the background. The text is overlaid on the lower half of the image.

# CSERKÉSZKÖNYV

a próbák könyve





## Teleki Pál idézetei

A szeretet a közösség összetartója.

A hit ma a legerősebb várunk.

Mélyedjetekek el magyarságtokban.

Nehéz ma igaz úton járni, de lehet.

Becsüljük meg azt, ha szó helyett tetteket látunk.

Hatalmas erő az önakaratból való engedelmesség.

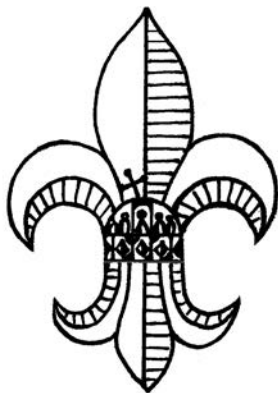
Önvizsgálat szükséges ahhoz, hogy másokat megértsünk.

Mindnyájunk feladata, hogy magánérdekeinket a közérdek alá rendeljük.

<b>Újonc cserkész</b> 10 évesek		
	Címer próba	Szent Korona próba

	Alpróbák			Főpróbák
<b>Táborverő cserkész</b> 11-12 évesek				
	Piros szalag	Fehér szalag	Zöld szalag	Légy résen próba
<b>Portyázó cserkész</b> 13-14 évesek				
	Piros liliom	Fehér liliom	Zöld liliom	Liliom próba
<b>Honfoglaló cserkész</b> 15-16 évesek				
	Piros koszorú	Fehér koszorú	Zöld koszorú	Koszorú próba

# Cserkészkönyv



a próbák könyve

Külföldi Magyar Cserkészszövetség  
2018

ISBN: 978-0-692-07636-1

A könyv kiadása megvalósult a Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt. támogatásával.





Ez a cserkészkönyv a 2010-es egyesített próbarendszerhez készült.  
Mindazt, amit a próbarendszer megemlített, ebben a könyvben megtalálod.

Szerkesztette és rajzolta:  
Jablonkay Péter (Grizzly)

Magyarságismereti fejezet:  
Jablonkay Lydia

Társszerkesztők:  
Jablonkay Lydia, Nádas Krisztina, Nádas Kuni és Szentkirályi Pál

Nyelvi lektorok:  
Molnár Gergely, Tulit Gyopár

Tördelés:  
Botos Kamélia

Felhasznált irodalom:  
Bodnár Gábor: Cserkészkönyv 1-3.  
Pillerné Tirczka Éva: Leánycserkészkönyv 1-2.  
Csémi Szilárd: Próbák könyve 1-2.

Külföldi Magyar Cserkészszövetség  
[www.kmcssz.org](http://www.kmcssz.org)

2018

Kedves Cserkésztestvérem!

Tudod, hogyan kell felmászni egy sima törzsű fára? Hogyan lehet jellemedet fejleszteni?

Hogyan kell egy kötélhidat kifeszítetni? Milyen fontos magyar eseményeket és értékeket kell megőrizni? Hogyan kell csillagok szerint tájékozódni?

**Neked írtuk ezt a könyvet, hogy mindig kíséren a nagy kalandokban. Megtalálsz benne mindazt, amit előljáróid neked szántak, hogy minden helyzetben feltalálsz magad.**

Amit viszont nem találsz meg ebben a könyvben, sem az interneten, sem pedig az okostelefonodban... az a kaland!

Mert az igazi kaland kint vár rád. Ki kell nyitni az ajtót, és kimenni rajta. Kimenni a városból, oda, ahol még csobog a patak, fúj a szél és éjjel látni a csillagokat a fejed fölött. Oda, ahol a cserkészeket lehet megtalálni, táborban és portyán. Ez a könyv csak kísérni tud téged. De elindulni neked kell.

Sok szerencsét és kitartást az utadon, és ne felejtse el:

Légy résen!

Jablonkay Péter (Grizzly)

Kedves Cserkészek!

Kezetekben tartjátok az új cserkészkönyvet, amelyben megtalálható az a tudásanyag, amely szükséges az egyesített cserkész próbarendszerünk sikeres kivitelezéséhez. Az utolsó cserkészkönyv a KMCSSZ kiadásában az 1969-ben megjelent háromkötetes Cserkészkönyv volt. Azóta sok cserkészvezető munkája, tudása először a próbarendszer felrészítésére összpontosult, majd ennek a könyvnek megírásához vezetett. Hálnkat azzal tudjuk majd legjobban kifejezni nekik, hogy élvezetes őrsi összejöveteleket tartunk cserkészeinknek.

Cserkészünknek célja jó embereket faragni cserkészeinkből, akik tisztán látják, hol a helyük a Teremtőnk világában, akik jó állampolgárai országaiknak, akik magyarságukat megőrzik és gyarapítják, és embertársaikat szolgálják, megsegítik. Nem véletlenül mondta a magyar cserkészpedagógia megteremtője, Sík Sándor, hogy „Tekintet nélkül arra, hogy másoknak tetszik-e vagy nem, tekintet nélkül arra, hogy látják-e vagy nem, tekintet nélkül arra, hogy lesz-e sikere vagy nem: tedd a jót! Tégy minden jót, amit megtehetsz, ott ahol vagy, úgy ahogy teheted, akkorát, amekkorát tehetsz, de mindig szüntelen ez legyen a programod.” Legyen mindannyiunk célja, hogy új próbarendszerünkkel és az új Cserkészkönyv segítségével cserkészeinket irányítsuk a jó tettek, a jó út felé.

Jó munkát!

Lendvai-Lintner Imre  
Elnök

## Tartalomjegyzék

### **Újoncpróbák** (10 éveseknek)

Magyar címer próba .....	6. oldal
Szent Korona próba .....	23. oldal

### **Táborverő cserkész próbák** (11-12 éveseknek)

Piros szalag próba .....	43. oldal
Fehér szalag próba .....	76. oldal
Zöld szalag próba .....	111. oldal
„Légy résen!” próba (1. főpróba) .....	137. oldal

### **Portyázó cserkész próbák** (13-14 éveseknek)

Piros liliom próba .....	164. oldal
Fehér liliom próba .....	188. oldal
Zöld liliom próba .....	213. oldal
Liliom próba (2. főpróba) .....	230. oldal

### **Honfoglaló cserkész próbák** (15-16 éveseknek)

Piros koszorú próba .....	252. oldal
Fehér koszorú próba .....	272. oldal
Zöld koszorú próba .....	295. oldal
Koszorú próba (3. főpróba) .....	323. oldal

<b>Népdalgyűjtemény</b> .....	348. oldal
-------------------------------	------------

<b>Tárgymutató</b> .....	350. oldal
--------------------------	------------



## 10 éves újjonc cserkészeknek, első félév

### Fontos tudnivaló

- A próba a kiscserkészek és újjonc cserkészek bevezetésére szolgál a felnőtt cserkészkorba.
- A következő években megismered a cserkészet minden részét.

### Kötelező tevékenységek és feladatok:

Jellem: Őrsi jótett a cserkésztörvény 3. pontja jegyében.

Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:

Cserkészismeretek: Őrs nevének és jelképének kiválasztása.

Őrsi zászló elkészítése.

Cserkészfüzet állandó vezetése.

### PRÓBÁZTATÁSI ANYAG

#### Cserkészismeretek

Alap cserkésztudás	El tudod énekelni a cserkészinduló 1. versszakát.	4	
	Ismered a cserkész jelszót és tisztelgést.	2	
	Le tudod rajzolni a cserkészliliomot.	2	
Cserkésztörvény	Fejből ismered a cserkész törvény tíz pontját.	10	

#### Vallás

Mindennapi imák	Egyedül el tudod mondani az étkezési, a reggeli és az esti imákat.	8	
-----------------	--	---	--

#### Jellemnevelés

Napi jótett	Napi jótettedről beszámoltál az Őrsödnek.	4	
-------------	---	---	--

#### Magyarságismeret

Magyar zászló és lobogó	Fejből le tudod rajzolni a zászlót és lobogót.	2	
	Tudod mi a zászló színeinek jelentése.	3	
Magyar címer	Fejből le tudod rajzolni a magyar címert.	5	
	Ismered a magyar címerben található szimbólumok jelentését.	5	
Földrajz	Magyarországot megtalálod a világtérképen.	2	
	Ismered Magyarország fővárosát és még 4 várost.	10	



## Elsősegély

Fontos adatok	Fejből tudod saját címedet és adataidat.	2	
	Ismered a helyi mentők számát.	4	

## Természetismeret

Viselkedés az erdőben	Tudod hogyan kell viselkedni az erdőben (3).	3	
5 helyi állat	Ismered 5 helyi állat nyomát és életmódját.	10	

## Csomózás

Alapok és 2 csomó	Tudod a jó csomó 3 tulajdonságát.	3	
	Ismered a halászcsomót és annak használatát.	2	
	Tudod az egyszerű kettőst és annak használatát.	2	
	Spárgát helyesen tudsz feltekerni.	2	

## Jeladás

6 sípjel	Ismered: gyülekező, vigyázz, előre, óvatosan, ide hozzám, sebesen jeleket.	6	
2 karjel	Felismered a karjeleket: vigyázz, sorakozó (ide hozzám).	2	

## Tájékozódás

Szélrózsa és világtájak	Mondóka alapján ismered a fő irányokat.	4	
-------------------------	---	---	--

## Becslés

Testmagasság, súly	Tudod a saját testmagasságodat és súlyodat.	2	
--------------------	---	---	--

## Táborozás, szerszámok

Zsebkés	Zsebkésedet biztonságosan tudod használni.	2	
	Tudsz jó nyársat faragni szalonnasütéshez.	2	

## Tűzrakás, főzés és sütés

Sütés szabad tűzön	Sütöttél szalonnát nyárson tűz felett.	2	
--------------------	--	---	--

## Testedzés

Gyakorlatok	Be tudsz mutatni 3 egyéni tornagyakorlatot.	3	
Ügyesség	Fel tudsz mászni egy fára.	2	
Kitartás	Tudsz 1 percig futni.	2	

Elért pontszám a próbáztató aláírásával: .....	112	
--	-----	--

**Alap cserkésztudás:** El tudod énekelni a cserkészzinduló 1. versszakát.

**Cserkészzinduló**

Szöveg: Sík Sándor, Zene: Turry Peregrin

**Magyar cserkészzinduló**  
(A Magyar Cserkészsövetség indulója)  
Sík Sándor

Lendülettel Turry Peregrin (1913)

dó

1. Fiúk, fel a fejjel, a harsonna zeng.  
Álljunk csatasorba vidáman,  
Ránk vár a világ, ez a harc a miénk,  
Katonái vagyunk valahányan. Jó  
fegyverünk izmos karunk, égő szemünk, vidám dalunk. A-  
merre nézünk, megterem a győzelem, a győzelem.

A cserkészzindulót foglalkozás elején vagy zászlófelvonáskor szoktuk énekelni, és a „Fiúk” helyett a „Cserkész” szóval énekeljük.

**Alap cserkésztudás:** Ismered a cserkész jelszót és tisztelgést.

**A cserkészjelszó: Légy résen!**

Az életben sok akadály, veszély, nehéz döntés vár rád. Ezért mindig légy résen, hogy boldogan élhess!

**A cserkésztisztelgés**

Cserkészjel: Tisztelgéshez a jobb kéz középső 3 ujjával tisztelgünk. A három ujj emlékeztet a kötelességeinkre (Isten, haza, embertárs). A nagy hüvelykujj a kisujjat lefedi, ez emlékeztet arra, hogy a nagyobb mindig megvédi a kisebbet. Tisztelegni akkor szoktunk, amikor a zászlót vonjuk fel vagy le, illetve ha egy vezetővel fogunk kezét. Egy más közt elég a bal kézzel kezét fogni tisztelgés nélkül.



**Alap cserkészstudás:** *Le tudod rajzolni a cserkészliliomot.*

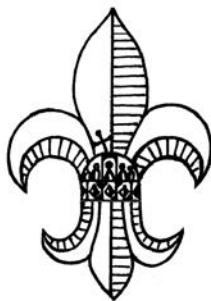
### A cserkészliliom

A cserkészek jele a liliom. A régi iránytűkön egy liliom volt az iránytű végén, ami mutatta az utat. A cserkészliliom neked is mutatja az utat.

Ezenkívül a liliom a tisztaság jelképe is.

Nekünk, magyar cserkészeknek, a Szent Korona van a liliom közepén van, ami a magyarság legszentebb kincse. Így mindenki tudja, hogy ez a liliom a magyar cserkészeké.

A liliom három ága emlékeztet a cserkészfogadalomra (kötelességteljesítés, segítőkészség, törvénytartás).



Próbálj te is rajzolni egy liliomot. Nem is olyan könnyű, igaz?

**Cserkésztvörvény:** *Fejből el tudod mondani a cserkész tvörvény 10 pontját.*

Baden Powell, a cserkészlet megalapítója, 10 pontban foglalta össze azokat a szabályokat, amelyek fontosak ahhoz, hogy valaki cserkész legyen. Nem elég csak elolvasni és kívülről megtanulni, meg is kell élni őket teljes meggyőződéssel. Csak így lehetsz igazi cserkész.

### A 10 cserkésztvörvény

1. A cserkész egyenes lelkű és feltétlenül igazat mond.
2. A cserkész híven teljesíti kötelességeit, amelyekkel Istennek, hazájának, embertársainak és a magyarságnak tartozik.
3. A cserkész, ahol tud, segít.
4. A cserkész minden cserkésztestvérének tekint.
5. A cserkész másokkal szemben gyöngéd, magával szemben szigorú.
6. A cserkész szereti a természetet, jó az állatokhoz és kíméli a növényeket.
7. A cserkész feljebbvalóinak jó lélekkel és készségesen engedelmeskedik.
8. A cserkész vidám és meggondolt.
9. A cserkész takarékos.
10. A cserkész testben és lélekben tiszta.

**Javaslat:** *Tanuld meg a tvörvényekhez a számokat is. A cserkészek egymás közt sokszor csak a számot mondják, mert az egyszerűbb.*

## VALLÁS

**Mindennapi imák:** *Egyedül el tudod mondani az étkezési, a reggeli és az esti imákat.*

Minden fontosabb tennivaló előtt imádkozni szoktunk. A nap kezdetén, étkezés előtt és után, az éjjeli nyugovóra térés előtt. Ne felejtjük el, hogy régebben nem volt olyan egyszerű az ennivaló megszerzése, mint napjainkban. És igen nagy hálával fogadták az emberek, ha került valami az asztalra, és mindenkinek jutott belőle.

<p><b>Évés előtti imák</b> Jöjj el, Jézus, légy vendégünk, áldd meg, amit adtál nekünk. Ámen</p> <p>Ételünket, italunkat áldd meg, Istenünk. Ámen</p>	<p><b>Évés utáni imák</b> Aki ételt, italt adott, annak neve legyen áldott. Ámen</p> <p>Ételt, italt, áldásodat köszönjük, Urunk. Ámen</p>
<p><b>Reggeli ima</b> Ragyogva fénylik már a nap, Az Úrhoz szálljon énekünk, Hogy minden ártót úzzön el, Járjon ma mindenütt velünk. Ámen</p>	<p><b>Esti ima</b> A napvilág leáldozott, Teremtőnk, kérünk tégedet, Maradj velünk kegyelmesen, Őrizzed, óvjad népedet. Ámen</p>

## JELLEMNEVELÉS

**Napi jótett:** *Napi jótettedről beszámoltál az órsődnek.*

### Napi jótett

A fogadalom napján megígéred: „Minden lehető megteszek, hogy másokon segítsék.” Erre az ígéretre emlékeztet egy szép cserkészszokás: Minden reggel köss egy csomót a cserkésznyakkendődre vagy a zsebkendőd sarkára. Addig ne bontsd ki a csomót, amíg legalább egy jótettet végre nem hajtottál. Természetesen helytelen lenne, ha naponta csak egy jótetre szorítkoznál. A cserkész segít, ahol csak tud. Járj nyitott szemmel, és vedd észre a jó cselekedetek kis alkalmait.

Kezdd otthon! A ház körül bizonyára száz és száz tennivaló akad. Ne várd, míg édesapád vagy édesanyád kér vagy figyelmeztet! Láss önszántadból munkához!

Vedd komolyan iskolai kötelességeidet! Hűséges teljesítésük által képzetebb ember leszel. Jobban tudod ezáltal embertársaidat is segíteni. Cserkészéletedben semmi sem öncélú. A csomókötéstől kezdve az elsősegélynyújtásig minden azt a célt szolgálja, hogy alkalmasabbá tegyen embertársaid szolgálatára. Gondoltál már arra, hogy egy mosoly is lehet jótett? – Mosolyod kedvet, reményt és erőt ébreszthet embertársad szívében. Mosolyogj mindig, mindenkire. Ha esténként kibontod a „jótett-csomót”, vizsgálj meg lelkiismereted! Jó cselekedeteid önzetlenségéből, szerető szívből fakadtak-e? – Ha igen, akkor biztos lehetsz, hogy menyeyi Atyád szeretettel tekint rád. Legyen jelszavad: Ahol tudok, örömet szerzek! (kivonat, Bodnár Gábor Cs.k. II)

## MAGYARSÁGISMERET

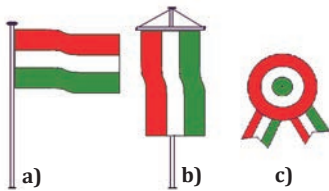


**Magyar zászló és lobogó:** *Fejből le tudod rajzolni a zászlót és lobogót. Tudod, hogy mi a zászló színeinek jelentése.*

### A magyar zászló

A magyar zászló sokat változott az elmúlt évszázadokban. Most 23 történelmi zászlót tartunk számon, melyeket a nemzeti ünnepeken fel is vonultatnak a Parlament előtt. A piros-fehér-zöld sávós zászló Kossuth Lajos idejéből származik. A piros a vér színe. A fehér a tisztaságot jelenti. A zöld a remény színe.





- a) Zászló
- b) Lobogó
- c) Kokárda (az 1848-as szabadságharcban használták először. Használják fordított színekkel is, tehát kívül zöld, belül piros.)

**Magyar címer:** Fejből le tudod rajzolni a magyar címert. Ismered a magyar címerben található szimbólumok jelentését.



### A magyar címer

Az 1867. évi kiegyezést követően a jelenlegi címert nevezték kiscímernek. 1990 óta ezt használjuk újra.

*A címer részei:*

Hegyes talpú, hasított pajzs. Első mezeje vörössel és ezüsttel (fehérrrel) hétszer vágott. Második, vörös mezejében zöld hármashalomnak arany koronás kiemelkedő középső részén ezüst kettős kereszt található. A pajzson a magyar Szentkorona nyugszik.

A hétszer tagolt Árpád sávok a hét törzs egyesülését jelképezik. Akkor miért van nyolc sáv? A tagolást a piros és az ezüst mezők közötti vágások jelentik. Azt a hét vágást, amit a hét vezér tett a vérszerződéskor. Ugyanakkor elterjedt az a magyarázat is, hogy a 4 ezüst sáv a Duna, Tisza, Dráva, Száva folyókat jelenti. A hármashalom: Tátra, Fáttra, Mátra hegyek. A magyar címert képírásnak tekintve a jobb oldali címermező egy vallásos királyságot jelöl.

**Földrajz:** Magyarországot megtalálod a világtérképen.





By NuclearVacuum - File:Location European nation states.svg, CC BY-SA 3.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=8105146>

**Földrajz:** Ismered Magyarország fővárosát és még 4 városát.



**Városok:**

1. Budapest, 2. Sopron, 3. Szombathely, 4. Győr, 5. Komárom, 6. Esztergom, 7. Székesfehérvár, 8. Siófok, 9. Pécs, 10. Kalocsa, 11. Szeged, 12. Kecskemét, 13. Szolnok, 14. Salgotarján, 15. Eger, 16. Miskolc, 17. Debrecen, 18. Nyíregyháza

### **Budapest:**

Magyarország legnagyobb városa, fővárosa, az ország politikai, művelődési, ipari, kereskedelmi és közlekedési központja, valamint nevezetes gyógyfürdőváros. A Duna két partján, az Alföld, illetve a Dunántúli- és az Északi-középhegység találkozásánál fekszik. Természeti-földrajzi adottságainak köszönhetően a világ egyik legszebb fekvésű fővárosának tartják.



### **Debrecen:**

Magyarország második legnagyobb és legnépesebb városa, Debrecen a Tiszántúl legnagyobb és legjelentősebb városa. Időnként „a kálvinista Róma” néven vagy civisvárosként emlegetik. Szellemi, kulturális, gazdasági, idegenforgalmi és közlekedési központ.



### **Miskolc:**

Magyarország harmadik legnagyobb városa. A környék és Európa egyik legrégebben lakott területe. A különböző tájegységek találkozásánál, fontos kereskedőutak mentén épült település már a középkorban kereskedőváros volt, és 1365-ben Nagy Lajos királytól városi rangot kapott.



### **Szeged:**

Magyarország negyedik legnagyobb városa. A terület az újkőkor óta lakott. A várost először 1183-ban említik. Ma is az ország egyik élelmiszeripari központja. Emellett egyetemi város és fontos kulturális központ is. Egyeteme, a Szegedi Tudományegyetem az ország legjobb minősítésű egyeteme. Szeged rendezvényei, mint például a Szegedi Szabadtéri Játékok, évente számos látogatót vonzanak.



### **Pécs:**

Magyarország ötödik legnagyobb települése. A rómaiak alapították. A püspökséget 1009-ben Szent István király, az ország első egyetemét 1367-ben Nagy Lajos király alapította a városban. (Ma is itt működik az ország legnagyobb létszámú egyeteme, közel 34 ezer hallgatóval. 2010-ben Kulturális Főváros volt. Világhírű a Zsolnay porcelán és Vasarely festészete. Kutatások szerint a török korban Pécs lakosságának 2/5-e volt magyar, a többi délszláv.



## ELSŐSEGÉLY

### „Hívj segítséget, ne egyedül!”

Mert a legjobb, amit baj esetén tehetsz, hogy segítséget hívsz, és nem egyedül próbálkozol. Éppen ezért tudnod kell, hogyan és honnan hívhatsz segítséget. Legyen ez az iskolában a tanári szoba, az uszodában az elsősegély-felügyelet vagy a mobiltelefonodban a segélyhívószám. Ne akkor kelljen gondolkodni, mi hol van, ha már megtörtént a baj.

A cserkészetben viszont sokszor kint vagyunk a vadonban, ahol talán a következő ház vagy autótűt is messze van. Bármikor történhet kisebb-nagyobb baleset. Legyen ez egy szálla, egy darázscsípés vagy napszúrás. Ilyenkor saját magunk látjuk el a sebet és a beteget.

Komolyabb esetekben (pl. egy kéztörésnél, egy égésnél, vagy ha valaki leesett egy magas fáról) sem szabad elveszteni a fejünket, hanem tudnunk kell, hogy mi a teendő, és hogyan tudunk segíteni addig, amíg megérkezik az orvos, vagy oda nem szállítottuk a sérültet.

**Fontos adatok:** Fejből tudod saját címedet és adataidat.

<b>Vezetéknév és keresztnév:</b>	
<b>Lakcím (utca, házszám):</b>	
<b>Irányítószám és város:</b>	
<b>Ország:</b>	
<b>Otthoni telefonszám, szülők mobilszáma:</b>	

**Fontos adatok:** Ismered a helyi mentők számát.

Ebbe a táblázatba (és ha van, akkor a mobiltelefonodba is) írd be a helyi/országos számokat. (Észak-Amerika: 911, Európa: 112)

<b>Rendőrség</b>	
<b>Tűzoltók</b>	
<b>Mentők</b>	
<b>Háziorvosod</b>	
<b>Fogorvosod</b>	
<b>Szakorvosod (ha van)</b>	

## TERMÉSZETISMERET

A természetismeret cserkészek számára nagyon fontos, hisz ha nem ismerjük az erdők, mezők lakóit, akkor nem is tudunk igazán otthon lenni a szabadban. Mivel a természetben annyi sok csodálatos dolog és élőlény van, hogy egész könyvtárakat lehetne róluk írni, csak egy icipici izelítőt adunk itt nektek, remélve, hogy ezek után minél több időt akartok tölteni kint a szabadban. Észak- és Dél-Amerika, valamint Ausztrália állat- és növényvilágát ezúttal nem mutatjuk be, ezt biztosan megtalálod egy tankönyvben vagy egy ottani szakkönyvben. Mindenképp érdemes beszerezned egy állat- és növényhatározót magadnak.



**Viselkedés az erdőben:** Tudod, hogyan kell viselkedni az erdőben (3).

### **Viselkedés a szabadban**

Ha kint vagy a szabadban, az nem azt jelenti, hogy semmilyen szabályt nem kell betartani. Sőt, sokkal inkább vannak ott is íratlan szabályok és törvénybe foglalt utasítások egyaránt.

- Mély fűvön, szántáson ne menj át, hanem a tábla vagy rét szélén haladj!
- Ha nem lehet elkerülni, akkor libasorban menjetek át réten, hogy mennél kevesebb növény legyen letaposva! Ez vonatkozik minden megművelt földterületre (búza, árpa, stb) is.
- Kerüld a hangoskodást, mert elriasztod az állatokat!
- Ne tépj ki növényeket, és ne törj le ágakat a fákról!
- Csak annyi gyümölcsöt szedj, amit meg is eszel, és csak ott, ahol szabad!
- Szemetedet vidd el a magadnál tartott zsákban!
- Kerítéseket ne rongálj!
- Ha kinyitottál egy kaput, zárd is be magad után!
- Csűrőket, kunyhókat ne rongálj meg, és ne rakj bennük tüzet!

**5 helyi állat:** Ismerd 5 helyi állat nyomát és életmódját

### **Helyi háziállatok**

Ismerd meg a ház körül élő állatokat és szokásaikat! Ezek szinte mind haszonállatok, tehát vagy munkájukkal, szőrükkel, vagy hússal szolgálják az embert. A manapság divatos házi kedvencekkel, mint a tengerimalac, patkány, vadászgörény stb. itt nem foglalkozunk. Zárójelben fel van tüntetve a hím, a nőstény és a kisállat elnevezése.

<p><b>Szarvasmarha</b> (<i>bika, tehén, borjú</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tejéért, húzáért és bőre miatt tartják.</li><li>- A szürkemarha magyar állatfajta.</li><li>- Szinte csak fűvet és szénát eszik.</li><li>- Egy tehén naponta kétszer ad kb. 15-25 liter tejet.</li><li>- Általában egy borjút szokott elleni.</li></ul>	<p><b>Ló</b> (<i>csődör, kanca, csikó</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Munkaállat ( kocsihúzásra, szállításra, lovaglásra használják). Húsa ehető (lókolbász).</li><li>- Fűvet, zabot, abrakot eszik.</li><li>- Egy csikót ellik a kanca.</li><li>- A magyarok híres lovas nemzetnek számítanak.</li></ul>
<p><b>Kecske</b> (<i>bak, tehén, gida</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- A szegény ember tehene.</li><li>- Szinte csak fűvet eszik, igénytelen állat.</li><li>- Erős íze miatt sokan nem szeretik sem a kecsketejet, sem a sajtot vagy húsát.</li><li>- Bőrét és szőrét is felhasználják.</li><li>- 2-3 gidája szokott lenni.</li></ul>	<p><b>Juh</b> (<i>kos, anyajuh, bárány</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Szőre és húsa miatt tartják, tejét is fogyasztjuk mint túró (juhtúró).</li><li>- Nagy szerepe van a juhásznak a magyar népmesékben, énekekben.</li><li>- A rackajuh egy híres magyar juh fajta.</li><li>- Fűvet eszik, legeltetik, télen ólban tartják.</li><li>- 2-3 kisbárányt szokott elleni.</li></ul>
<p><b>Disznó</b> (<i>kan, koca, malac</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Magyarországon a fő húsállat.</li><li>- Híres magyar fajta a mangalica, mely hatalmas, szőrös állat.</li><li>- Régebben kihajtották, ma ólban él. Mindenevő.</li><li>- 5-6 kismalacot ellik egyszerre.</li></ul>	<p><b>Tyúk</b> (<i>kakas, tyúk, csibe</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tojása és húsa miatt tartják.</li><li>- Mindenevő, de főleg magokat eszik.</li><li>- Ha jól van táplálva, naponta egy vagy két tojást, évente pedig kb. 250 tojást tud tojni.</li><li>- Egyszerre kb. 15-23 csibét tud kiköltetni a kotlás 21 nap alatt. Ekkor nem tojik.</li></ul>

<p><b>Kacsa</b> (gácsér, tojó, kiskacsa)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tojása, húsa, és a tolla miatt tartják.</li> <li>- Főleg növényevő, de rovarokat is eszik.</li> <li>- Évente kb. 100-120 db tojást tojik.</li> <li>- Egyszerre kb. 15-19 kiskacsát tud kikölneni.</li> <li>- Finom tollával párnát, takarót és hálósákat töltenek meg.</li> </ul>	<p><b>Lúd</b> (gúnár, tojó/liba, csibe)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tojása, húsa, és a tolla miatt tartják.</li> <li>- Főleg növényevő, de rovarokat is eszik.</li> <li>- Évente 50-60 tojást tud tojni.</li> <li>- Egyszerre kb. 15 csibét tud kikölneni.</li> <li>- Finom tollával párnát, takarót és hálósákat töltenek meg.</li> </ul>
<p><b>Macska</b> (kandúr, macska, cica)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Egerészésre és simogatásra tartják.</li> <li>- Alig lehet idomítani.</li> <li>- Húsevő</li> <li>- 4-6 kismacska születik.</li> </ul>	<p><b>Kutya</b> (kan, szuka, kölyök)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Munkaállat (vadász, pásztor, házőrző)</li> <li>- Sokféle feladatra be lehet tanítani, és az embert hűségesen követi.</li> <li>- Sok kutyafajtát ismerünk.</li> <li>- Magyar kutyafajták: puli, komondor, kuvasz, pumi, mudi, magyar vizsla, erdélyi kopó.</li> <li>- 4-5 kiskutyája születik.</li> </ul>



## CSOMÓZÁS

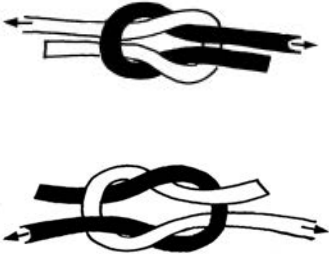

**Alapok:** A jó csomó három tulajdonsága:

- Biztonságosan tart (*Figyelem: Sok új műszálas kötél annyira sima, hogy a szokott csomók nem tartanak rajta. Ezért minden csomónál ellenőrizd, hogy valóban jól tart-e!*)
- Egyszerű kioldani, még akkor is, ha jól meghúzták.
- Mindig a célnak megfelelően válassz, pl. csúszóhurkot ne használj mentőcsomónak.

**2 csomó:** Tudod a halászcsmót, és hogy mire használják. Tudod az egyszerű kettőst és használatát.

### Alapcsomók

	<p><b>Hurok</b></p> <p>A sima hurok a csomózás alapja. Sok csomó csak hurokból áll (sváb hurok, szorító nyolcas), aminek az az előnye, hogy nem kell a megkötéséhez a kötél vége.</p>
	<p><b>Egyszerű csomó</b></p> <p>Ha a hurkon átbújtatod a kötél egyik végét, kapsz egy egyszerű csomót, ami sok csomónak az alapja.</p> <p>Használata: Használd ezt, ha azt akarod, hogy ne oldódjon ki a kötél vége. Morzénál a „TI”.</p>

 <p>Vigyázz! Ez a kofa csomó!</p>	<p><b>Egyszerű kettős</b></p> <p>Az egyszerű kettős a leggyakoribb csomó, mert mindennapi használatban biztosan tart, és egyszerű kioldani. Megkötni úgy kell, hogy csinálsz egy egyszerű csomót, és arra rá egy másikat, de most fordított egyszerű csomót.</p> <p><i>Használata: Két kötélvéget összekötni. Hurkot kötni.</i></p> <p>Vigyázz: Nem tart jól műszálas kötélén. Nagyon nagy terhelés után nehéz kioldani. Erre jobb az ívelt kettes, hurokkal. <i>Ne téveszd össze a kofacsomóval, mert az nem tart !</i></p>
	<p><b>Halászcsonló</b></p> <p>Köss egy egyszerű csomót! A másik kötéllel átbújsz a csomón, és azzal is kötsz egy egyszerű csomót a másik kötél köré.</p> <p><i>Használata: Két kötél összekötésére. Nyakláncnál. Ha két vékony halászcsonlórt kell összekötni.</i></p>

**Spárgát feltekerni:** Spárgát helyesen tudsz feltekerni.

	<p><b>Kézre feltekerni</b></p> <p>Táborbontásnál rengeteg rövid spárga gyűlik össze, amiket többször is fel lehet használni. Ezeket szépen tekerd rá négy ujjadra, a kötél végét pedig magára a kötegre tekerd, és kösd meg.</p> <p><b>Felezni</b></p> <p>Ha nem túl hosszú a spárga, akkor használható a másik módszert is. Addig felezd a spárgát, míg kb. egy nagy-arasznyi hosszú köteget kapsz. Ezzel köss egy egyszerű csomót!</p>
--	--

## JELADÁS

Ha kint vagy a vadonban, még ma is előfordul, hogy mobiltelefonodat nem tudod használni, mert nincs térerő, vagy lemerült az akku. Ilyenkor is léteznek módszerek, hogy nagyobb távolságra üzeneteket tudjunk küldeni. Régebben a Morze vagy a Szemafor igen fontos szerepet játszottak, és minden cserkésznek kellett ismernie őket. Ma inkább csak egy jó gyakorlat, de fontos, hogy ismerd a különböző jeladási módszereket.

## Sípjelek

Kint az erdőben vagy a szabadban nagyon jól beváltak a sípjelek. Anélkül, hogy mindenkit látnál, össze tudod hívni a többi cserkészt. Ezért mire cserkésztáborba mész, fontos, hogy ismerd a sípjeleket.

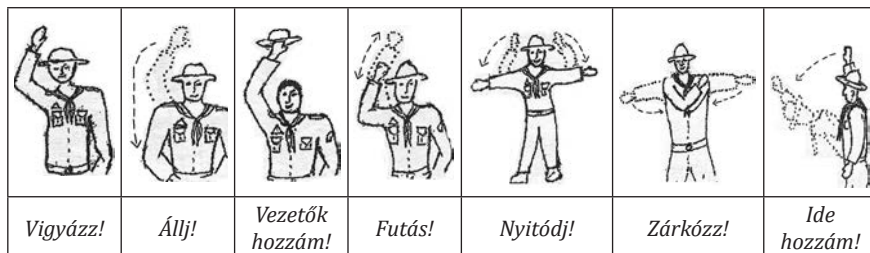
Az alábbi táblázatban a pont jelöli a rövid, a vonal a hosszú sípszót. Egyébként könnyű őket megjegyezni, ha ismered a Morze-jeleket, mert a sípszó majdnem mindig az első betűnek felel meg, egy kivétellel. Tudod, hogy melyik az?

**6 sípjelt ismeresz:** gyülekező, vigyázz, előre, óvatosan, ide hozzám, sebesen.

•	(e)	Előre
••	(i)	Ide hozzám (félkörbe)
•••	(s)	Sebesen
•-	(a)	Állj
-	(t)	Vigyázz
- -	(m)	Megértettem
- - -	(o)	Óvatosan
•••-	(v)	Vezetők hozzám (félkörbe)
- - •	(g)	Gyülekező (órsőkben)
•••- - -•••	(SOS)	Segítség- Save our Souls

**2 karjelet ismeresz:** Felismered a következő karjeleket: vigyázz, sorakozó (ide hozzám).

A karjeleket nem lehet olyan nagy távolságra használni, mint a sípjeleket. Viszont ha titokban akarsz jelt adni a többieknek, például számháborúnál, akkor a síp nem alkalmas, és jobb, ha karjelet használasz.



### Tájékozódás

Nincs annál kínosabb, mint amikor egy cserkész, aki eltéved, sehogy sem tud rájönni, hol van. Pedig ez veled is előfordulhat, főleg eleinte, éppen ezért törekedj arra, hogy mindig tudd, hol jársz éppen. Manapság a GPS-gépek nagyon megbízhatóak, és elvisznek mindenhol, de a vadonban fák alatt, ahol nincs térérő, vagy ha épp lemerült az elem, nem segítenek rajtad. Ezért ha mészh valahová, figyelj meg a környéket, a házakat, a kiírásokat! Figyelj meg a napot, hol áll, hogy tudd, merre van észak, és akkor mindig fogod tudni, hogy hol vagy.

**Szélrózsa és világtájak:** Mondóka alapján ismered a fő irányokat.

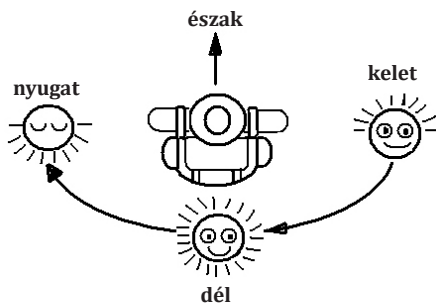
### Égtájak

A Földnek négy égtája van: észak, dél, kelet, nyugat. Magyarul nagyon könnyű megjegyezni ezeket:

Keleten kel a Nap és nyugaton nyugszik. Délben meg délen áll. Ehhez egy kis vers is van, ami viszont csak az északi féltekére érvényes.



Előttem van észak, hátam mögött dél.  
Balra a Nap nyugszik, jobbra pedig kél.



Ha ismered a szélrózsát, könnyű lesz megtalálni, merre vannak az égtájak.

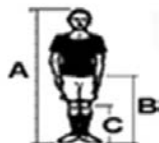


## BECSLÉS

Ha becslésről van szó, akkor nem csak a hasunkra csapunk, és mondunk egy számot, hanem igyekezzünk különböző, de egyszerű módszerekkel minél pontosabban eltalálni a kívánt méretet. Tehát a becsléshez egyszerű mérések is tartoznak, melyekhez az önméreteket használhatjuk. Ha viszont mérőszalagot használunk vagy órát, akkor mérésről beszélünk.

**Testmagasság, súly:** Tudod a saját testmagasságodat és a súlyodat.

	Újonc
Dátum	
Testmagasság (A.)	
Testsúly	



## TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK

**Zsebkés:** Tudod a zsebkésedet biztonságosan használni.

### Zsebkés-használat és -élesítés

A cserkész legfontosabb szerszáma a zsebkése. Ez legyen mindig nálad, és legyen éles, mert tompa élű késsel nem lehet dolgozni. Zsebkéssel rengeteg dolgot tudsz csinálni: nyársat faragni, zsinórt elvágni, kenyeret kenni, konzervet kinyitni, szálkát kiszedni, nyakkendő-gyűrűt faragni, kolbászt vágni. Ezért tanuld meg ügyesen használni! Ha evésre használod, akkor előtte tisztítsd meg, utána pedig forró vízzel és mosószerrel mosd el.



### **Zsebkéshasználat**

Aranyszabály: A zsebkéssel mindig a testedtől ellentétes irányba dolgozz!

Használj deszkát, és ne a combodon dolgozz!

Figyelem : Ne dobáld a késed a földre, mert tompa és koszos lesz, és ne dobáld élő fádba sem, mert a sérült kérgen keresztül a fák betegek lesznek!

**Tudsz jó nyársat faragni szalonnasütéshez.**



### **Nyársat faragni**

Nyársat faragni nem nehéz. De ügyelj arra, hogy mindig a testedtől ellentétes irányba dolgozz!

Faragás közben forgasd egy kicsit a nyársat, hogy a hegye szép kerek legyen. Igyekezz a nyárshoz friss vesszőket használni, mert az nem gyullad meg sütés közben!

## **TŰZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS**

**Sütés szabad tűzön:** Sütöttél szalonnát nyárson tűz felett.

### **Szalonnasütés**

A nyársra tűzött szalonnát vagdosd be, de ne túl mélyen, és ne a nyárssal párhuzamosan, mert sütés közben leeshet róla. A hő hatására elkezd kiszűni belőle a zsír, ezért legyen kenyér kéznél, hogy arra csöpögtethesd. Vigyázz, mert a zsírtól a parázs lángra kaphat, amitől a szalonnád megéghet, vagy kormos lesz!

## **TESTEDZÉS**

Legyünk őszinték! Legtöbbünk egész nap bent tartózkodik az iskolában, az egyetemen vagy az irodában. Szabadidőnkben is szeretünk tévézni vagy a számítógép előtt ülni. Így aztán testünk nincs hozzászokva a kinti élethez. Pedig a cserkészlet kint zajlik a szabadban. Főleg egy táborban, ahol reggeltől késő estig kint dolgozunk, portyázunk, cipekedünk, fűrészelünk. Nem csoda, hogy a tábor végére rendszeren el is fáradunk. Ezért igyekezz év közben is foglalkozni a testeddel! Legyél sokat kint, és igyekezz minél többet mozogni! Ezt nem kell versenyszerűen végezni, de akkor is igyekezz rendszeresen edzeni és jól teljesíteni. Egy régi mondás szerint: „Mens sana in corpore sano”, vagyis „Ép testben ép lélek.”

**Gyakorlatok:** Be tudsz mutatni 3 egyéni tornagyakorlatot.

### **Egyéni gyakorlatok**

Ha rendszeresen reggeli tornázol, akkor biztosan ismersz már néhány tornagyakorlatot, illetve ezeket a táborban is mindig megmutatjuk. Néhány példa:

- karkörzés előre, hátra; kis körök, nagy körök, ellentétes irányban
- helyben futás, ugrással, magas térdemeléssel; egy lábon ugrálva, páros lábbal
- paprikajancsi és cigánykerék
- guggolás, felülés, fekvőtámasz, húzódzkodás rúdon
- nyújtások: kar, láb, törzs

**Ügyesség:** *Fel tudsz mászni egy fára.*

### **Mászás (fára, kötélletrára, kötélhídon át)**

Sokféle mászásra van szükség a cserkészletben is. Gyakran előfordul, hogy egy fára fel kellene mászni, vagy portyán egy kötélhídon átmászni! Mászásnál sok erő kell ahhoz, hogy a karjaiddal bírd felhúzni magad. De sokszor egy kis ésszel és gyakorlattal, mozgékonyággal tovább jutsz, mint nyers erővel.

### **Fáramászás**

Ha fára mászol, jól nézd meg, hogy milyen gallyakba kapaszkodsz. A száraz, korhadt gallyak hirtelen letörhetnek, ezért igyekezz mindig friss gallyakat keresni! Aztán próbáld meg minél közelebb mászni a fa törzséhez. A gallyak ott a legerősebbek. Mindig tartsd be a hármasszabályt! Ez azt jelenti, hogy egyszerre mindig három helyen kapaszkodj vagy állj, és csak az egyik kezeddél válts fogást, vagy csak az egyik lábaddal lépj feljebb. Így ha alattad eltörik egy ág, akkor még mindig két helyen vagy biztosítva.

**Kitartás:** *Tudsz 1 percig futni.*

Minden próbához hozzátartozik a kitartás is. Ezt gyakorolhatod futás, úszás vagy biciklizés során is.

A testünknek szüksége van a mozgásra. A kitartással a szívünket is eddzzük. A legelterjedtebb gyakorlatok a futás, az úszás és a biciklizés. A sífutás és az evezés is ide sorolható, de ezek már lényegesen több felkészültséget és eszközt igényelnek. A futás, az úszás és a biciklizés triatlon néven is ismert. Persze nem kell mind a hármat úsznod, de egy bizonyos fokú kitartást, kondíciót meg kell szerezned. Itt nem a gyorsaság a fontos, hanem az, hogy hosszabb időn keresztül is bírd a terhelést. A kitartó mozgás lényege, hogy lassan kell kezdeni, mert ha túl gyorsan kezded, izmaid bedurrannak, és onnantól már csak kínlódsz.

### **Futás**

Ez a legolcsóbb és a legegyszerűbb. Ha szép lassan fokozod a teljesítményt, akkor gond nélkül fogsz majd szép eredményt elérni. Fontos, hogy csak olyan gyorsan fuss, hogy közben még bírj beszélni. Arra is ügyelj, hogy rendes cipőd legyen, mert futás közben a tested elég nagy ütéseket kap. A cél az lenne, hogy idővel egy órán keresztül tudj futni nagyobb szünet nélkül.

### **Úszás**

Az úszás talán a legegészségesebb sport. A vízben nem készülnek ki az ízületek, az összes izom mozog, és kitűnően erősíti a szívet. Mindegy, hogy gyorsúszásban vagy mellúszásban úszol. Sőt, a változatosság előnyös is.

A cél itt is egy órát úszni, nagyobb szünet nélkül.

### **Biciklizés**

A biciklizés nem csak egy jó sport, hanem a kerékpár kiváló közlekedési eszköz is. Sok városban gyorsabban lehet közlekedni biciklivel, mint autóval. És aki iskolába, egyetemre vagy munkába biciklivel jár, az hamar megtesz akár napi 10-20 km-t is, ami nagyszerű edzés. Ha biciklizel, akkor ismerned kell a közlekedési szabályokat, és célszerű biciklisisa-

kot is viselned. Ezen kívül fontos, hogy a kerékpárod üzemképes legyen, és szükség esetén kisebb javításokat is el tudj végezni rajta.

Ezekről eltekintve a biciklivel komoly távolságokat lehet megtenni. 30 km egy kezdőnek sem sok, de a sportosabbak akár 200 km-t is bírnak tekerni egy nap. Úgy állítsd be a biciklidet, hogy hosszabb ülésnél se fájjon a hátad. Ez főleg az ülés magasságától és a kormány távolságától függ.

A cél az lenne, hogy legalább egy napig tudj kerékpározni, tehát kb. 8 órát. Kezdőknek 50 km lenne a cél, gyakorlottabbaknak akár 150 km is.

### **Testedzési teljesítmények táblázata**

	<b>Futás</b>	<b>Úszás</b>	<b>Kerékpározás</b>
<b>Újonc (10 éves):</b>			
Magyar címer próba	1 perc		
Szent Korona próba	2 perc		



## 10 éves újonc cserkészeknek, második félév

### Fontos tudnivaló

- A cserkészet: életforma.
- Most tanuld meg, valójában mit is jelent a cserkészet.
- Neked kell eldöntened, hogy fogadalmaddal vállalod-e ezt az életformát.

### Kötelező tevékenységek és feladatok:

Parancsnokoddal beszélgetél a cserkész fogadalomról és a cserkész szokásokról.  
Olvasási különpróba: Legalább a „Gyalogló” szint elvégzése.

### Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:

Jellem: Rendet tartasz saját szobádban.  
Cserkészismeretek: Őrsi titkos jel, induló és csatakiáltás. Őrsi napló.  
Magyarság: Földrajzi játék Magyarország részeivel.  
Természet: Fél éven keresztül megfigyelsz egy fát vagy virágot.

## PRÓBÁZTATÁSI ANYAG

### Cserkészismeretek

Cserkész szokások	Ismered a cserkészköszönést és -kézfogást.	2	
Fogadalom	Fejből tudod a cserkészfogadalom szövegét.	4	
Egyenruha	Ismered a cserkész egyenruhát és jelvényeit.	4	
Alakítások	Tudsz sorakozni (sorban, őrsben) és menetelni.	2	

### Vallás

Ima	Kívülről el tudod mondani a „Miatyánk” imát.	4	
-----	--	---	--

### Jellemnevelés

Cserkésztörvény 1.és 2.	Saját szavaiddal és példával el tudod magyarázni.	4	
Titkos barát/barátnő	Van titkos barátod és tudod, hogy ez mit jelent.	2	

### Magyarságismeret

Népdaltudás	5 népdalt el tudsz énekelni.	10	
Magyar Szent Korona	Tudod, hogy milyen a magyar Szent Korona, és a koronázási jelvényeket is ismered.	7	
Földrajz	Ismered a Kárpát-medence főbb vizeit (5) és hegyeit.	8	
	Magyarországgal szomszédos országok.	6	

## Elsősegély

Kis sebek kezelése	Kis sebet sebtapasszal helyesen tudsz kezelni.	2	
--------------------	--	---	--

## Természetismeret

5 helyi növény	Ismersz 5 helyi növényt, gyümölcsét és tudod, hogy mire használják.	10	
Természetvédelem	A helyi szabályoknak megfelelően szétválasztod és gyűjtöd a szemetet: égethető, műanyag, üveg, fém, stb.	4	

## Csomózás

Táborozási csomók	Tudod a sátorfeszítőt, a szorító nyolcast 2 módon.	6	
-------------------	--	---	--

## Jeladás

8 útjel botból/krétával	Jó út, rossz út, hazamentem, menj haza, jó víz, rossz víz, levél x lépésre, vigyázz/veszély.	8	
-------------------------	--	---	--

## Tájékozódás

Mit kell tenned ha eltévedsz?	Tudod, hogy mit kell tenned, ha lemaradsz az őrödötől.	4	
-------------------------------	--	---	--

## Becslés

Önméretek	Saját méreteidet ismered: kis-, és nagyarasz, hüvelykujj, test-magasság, fesztáv, 1 láb, 1 lépés, Hány lépés kell 10 m-hez (vagy 10 yardhoz)?	8	
-----------	---	---	--

## Táborozás, szerszámok

Zsebkés	Tudsz zsebkésséddel nyakkendőgyűrűt faragni.	4	
Varrás	Fel tudsz varrni egy gombot.	4	

## Tűzrakás, főzés és sütés

Helyes gyújtás	Biztonságosan tudsz fáklyát gyújtani és kezelni.	2	
----------------	--	---	--

## Testedzés

Gyakorlatok	Be tudsz mutatni 3 páros tornagyakorlatot.	3	
Ügyesség	Kötélhídon át tudsz mászni.	2	
Kitartás	Tudsz futni 2 percen keresztül.	2	

Elért pontszám a próbázatot aláírásával: .....	112	
--	-----	--

## **CSERKÉSZISMERETEK**

**Cserkész szokások:** Tudod a cserkészköszönést és -kézfogást.

### **A cserkészköszöntés**

Mi, cserkészek, ha egymásnak köszönünk, „jó munkát” kívánunk. Ezzel mutatjuk, hogy számunkra mindig akad feladat, amit szívesen elvégzünk.

### **A cserkészkézfogás**

Mi, cserkészek, bal kézzel fogunk kezet. BiPi ezt azzal magyarázta, hogy ez a szeretet jele, mivel a szív is bal oldalon van.



**Fogadalom:** Fejből tudod a cserkészfogadalom szövegét.

### **A cserkészfogadalom**

Amikor elvégezted az újoncpróbát, tehát megismerkedtél a cserkészet alapjaival, és elhatároztad, hogy cserkész szeretnél lenni, akkor leteheted a cserkészfogadalmat.

A fogadalom letétele után hordhatod a zöld nyakkendőt, ami kitüntetés, s egyúttal emlékeztető jel is arra nézve, hogy mit fogadtál meg. Azt jelenti, hogy ezentúl minden pillanatban igyekszel a tíz cserkésztörvény szerint élni.

Ez lehet, hogy nem mindig egyszerű, de ha észreveszed, hogy eltávolodtál a fogadalmadtól, akkor mindig megvan a lehetőség átgondolni életedet, és úgy irányítani, hogy újra közeledj a cserkészies viselkedéshez. Legyen a cserkésztörvény életed piros fonala, és a fogadalom a köté, amely biztosítja, hogy nem veszel el útközben.

### **A cserkészfogadalom szövege**

Én, ..... fogadom, hogy híven teljesítem kötelességeimet, amelyekkel Istennek, hazámnak, embertársaimnak és a magyarságnak tartozom. Minden lehetőet megteszek, hogy másokon segítsek. Ismerem a cserkésztörvényt, és azt mindenkor megtartom.

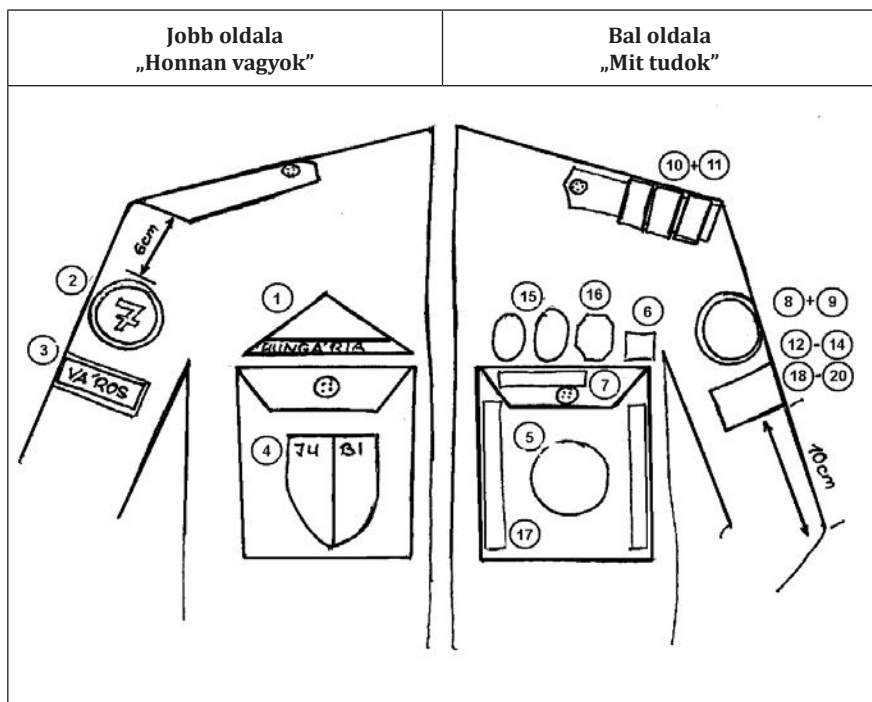
**Egyenruha:** Ismered a cserkész egyenruhát és jelvényeit.

### **A cserkészing jelvényei**

A cserkészing a rajta látható jelvényekkel a kívülálló szemében úgy fest, mint valami díszes karácsonyfa. Aki viszont ismeri ezeket a jelvényeket, az sokat megtudhat az ing viselőjéről. Például, hogy melyik városban cserkészkedik, melyik csapatnál, milyen próbákat végzett el, illetve milyen vezetői szintet ért el, vagy hogy hány éve cserkész.

Igyekezz a jelvényeket a pontos helyükre felvarrni! Hogy melyik hova való, azt ezen a rajzon látod. A jelvényeket, amelyek már nem érvényesek, távolítsd el, hogy valós képet mutass magadról.





1. **Hungária** (9 x 5cm) a jobb zseb fölött
2. **Csapatszám** (3 cm) a jobb karon
3. **Város** (1,5 x 4cm) a jobb karon
4. **Tábori emlék** a jobb zseben 1 évig hordható
5. **Fórum jelvény** a bal zseben
6. **Évvirág** (2 x 2 cm) a bal zseb fölött
7. **Megbízások** (1,5 x 4 cm) a bal zseb fölött
8. **Kiscserkész próbák** a bal karon
9. **Olvasási és különpróba** jelvény a bal karon
10. **Újoncpróba** a bal vállpánton
11. **Alpróba jelvények** a bal vállpánton

- Cserkészipróbák** a bal karon
12. Táborverő
  13. Portyázó
  14. Honfoglaló

#### **VK-tábor elvégzése**

- 15 a. Óv. (réz)
  - 15 b. st. (ezüst)
  - 15 c. cst. (arany)
  - 16 a. kcsöv. (réz)
  - 16 b. kcsst. (ezüst)
- a bal zseb fölött
17. **Beosztási csíkok**  
Söv. 1 csík  
Óv. 2 csík  
Rajpk. 3 csík  
Kcs. vezetőknek kék színű
  18. **Segédtsízt**
  19. **Cserkésztiszt**
  20. **Cserkészcsoporttiszt**  
mind a bal karon



Csapatparancsnokoknak arany szélű jelvényük van. (18-20)

A szövetségi tisztek jelvényének piros, míg a kerületi/körzeti tisztekének zöld alapja van. (18-20)

*A kiscserkész jelvények szintén a bal karon vannak. Mikor cserkész leszel, ezeket leszeded.*

## Az egyenruha

A cserkészegyenruha az elmúlt száz évben nem sokat változott. Az egyenruha nem csak egy ismertetőjel, hanem kitűnően alkalmas a kinti élethez és munkához.

**Nyakkendő:** A nyakkendőt bőrből vagy fából készült nyakkendőgyűrűvel kötjük a nyakunkra. Ne köss rá csomót, mert ha játék közben beakad, megsérülhetsz! A nyakkendő kitűnő segédeszköz az elsősegélynyújtáshoz. De használhatod hordágyhoz is, játékhoz, vagy nagy forráságban bevizezve a fejedet hűteni. Különböző színeiről lehet felismerni, ki melyik korcsoporthoz tartozik. A vezetők is azt a nyakkendőt hordják, amit a cserkészek, akikkel foglalkoznak. Mérete kb. 100 x 50 cm.

**Ing:** A khaki színű cserkészing erős és strapabíró. Nehéz munkához meg sporthoz viszont jobb levetni, hogy ne legyen koszos és izzadt. Célszerű két inget tartani. Egy díszinget meg egy mindennapi inget. A cserkészinget nadrágba, illetve szoknyába tűrve hordjuk.

**Nadrág:** A cserkésznadrág hivatalosan khaki színű rövidnadrág, és erős anyagból van. Bár hagyományosan a cserkészek rövidnadrágot hordanak, főleg erdőben célszerű hosszú nadrágot hordani, hogy az ágak ne karcolják össze a lábadat, és a kullancsok se tudjanak megátamadni.

**Shoknya:** Lányoknak barna szoknya vagy nadrágszoknya a hivatalos viseletük. Manapság táborokban ők is nadrágot, illetve khaki színű rövidnadrágot hordhatnak.

**Cserkészsöv:** A cserkészsöv erős bőrszík, szükség esetén hordágyépítéshez vagy faszállítás-hoz is használhatod. A cserkészsöv csatja olyan ismertetőjel, amit mindig hordhatsz.

**Zokni:** Fiúknak sötétzöld térdharisnya vagy zokni, lányoknak sötétbarna térdharisnya vagy zokni.

**Cipő:** A cserkészetben barna vagy sötét színű erős cipőt hordunk. Főleg kint az erdőn, mezőn, ahol hepehupás, göröngyös a föld, és könnyen kibicsaklik a lábad egy könnyű tornacipőben. Ráadásul a vizes fűtől vagy esőtől elázik a lábad, és felfázol. Ünnepi alkalmakra sötét félcipőt vegyél.

**Cserkészsapka:** Eredetileg cserkészkalap volt a cserkészek fején. Ez nemcsak a nap és eső ellen védett, hanem még vízholdáshoz is jó volt. Mi, magyar cserkészek hivatalosan Bocskai-sapkát viselünk, de kiránduláson, táborban hordhatunk olyan kalapot vagy sapkát is, ami megvédi a naptól és az esőtől.

Összejövetelekre a cserkészing helyettesíthető egy csapatpólóval és lányoknak a szoknya rövid vagy hosszú nadrággal. A hivatalos cserkészegyenruhát elsősorban ünnepi alkalmakon, mint például tábornyitáskor és -záráskor, misén/istentiszteleten, nemzeti ünnepeken és a zászló fel-, illetve levonásakor hordjuk.



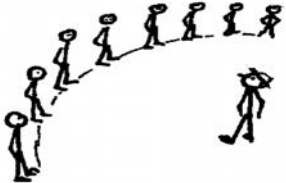

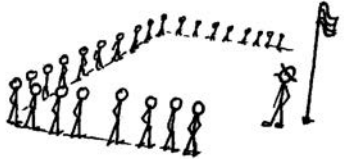
**Alakíságok:** *Tudsz sorakozni (sorban, őrsben) és menetelni.*

### **Alakíságok 1: Sorakozás**


Egy cserkésztáborban sok cserkész összejön. Mivel kint nincs mindenki látó- vagy hallótávolságban, kialakult egy síp- és karjelekből álló jelrendszer. Fontos, hogy ismerd a vezény-szavakat és tudd, mikor hogyan kell viselkedni.

A sorakozásnak több módja van. Célunk megfelelően sorakoztatunk.

Például ha az őrsvezető valamit mondani akar, akkor csak „de hozzám!”-ot kiált vagy sípol (ti-ti). Ha viszont ebédhez hívnak, akkor gyülekezőt fújnak.

<p><b>Őrs sorba</b> Az őrsvezető a bal kezét oldalt kitarítja. Akkor használjuk, ha mindenkit akarunk látni (pl. szemlénél, eredményhirdetésnél), ezért a cserkészek egymás mellé állnak. Mindenki könyöktávolságot tart a másikhöz. Nagyság szerint állunk fel.</p>	
<p><b>Őrs őrse</b> Az őrsvezető a bal kezét előre tartja. Ha az őrsvezető akar, vagy több őrsvezető áll egymás mellett, akkor az őrsvezető áll. Ilyenkor minden cserkész kartávolságra áll az előtte levőhöz. Magasság szerint állunk fel.</p>	
<p><b>Ide hozzám (••)</b> Ha a vezető „Ide hozzám!”-ot sípol (ti-ti), akkor mindenki egy félkörben feláll köréje. Így mindenkit lát és el tudja mondani az eligazítást. Nem kell vigyázzállásban állni.</p>	
<p><b>Gyülekező (—••)</b> Ha gyülekezőt sípolnak (tá-tá-ti), akkor az őrsvezető a vezető előtt sorakoznak sorban. Gyülekezőnél mindenki vigyázzállásban áll, és csöndben van.</p>	
<p><b>Sorakozás zászlóhoz</b> Zászlófelvonáshoz általában egy nyitott négyszögbe szoktunk felállni. Ilyenkor az őrsvezető az őrsetől, illetve a csapatparancsnok a csapatától jobb oldalt áll. A zászlóhoz nótaszóval vonulunk fel.</p>	

**Alakiságok 2: Vigyázz, pihenj, tisztelegj, menetelés:** A menetelést igazából csak akkor használjuk, ha a csapat vagy az őrsvezető ünnepélyesen felvonul pl. zászlófelvonáshoz.

<p><b>Vigyázz! (—)</b> Ez azt jelenti, hogy mindenki mozdulatlanul megáll, sarkak összeérnek, karja kinyújtva testéhez simul, és figyel a vezetőre. Vigyázz lehet sípjel (tá), karjel (egyenesen feltartott kar) vagy szóban.</p> <p><b>Pihenj!</b> Kirakod a jobb lábad, és kényelmesen állsz.</p> <p><b>Tisztelegj!</b> Jobb kézzel tisztelegsz a zászló felé.</p>	
--	--

## Menetelés

Meneteléskor a vezényszó mindig a bal lábra esik. Erre a vezetőnek kell figyelnie.

**Indulás: Utánam** (szabadlépésben, futólépésben, nótaszóval, stb.) **indulj!**

Az „egy, kettő”-t mindenki csak magában mondja, amíg bal lábbal lép, és jobb lábbal melléje levő! A nótát mindig bal lábra kezdjük, igyekezz az ütemére lépni.

**Megállás: Menet** (menet helyet lehet űrs, csapat, tábor, stb.), **állj!**

Az „egy, kettő”-t mindenki csak magában mondja, amíg bal lábbal lép, és jobb lábbal melléje zárva „Vigyázz!”-ban megáll.

## VALLÁS

*Ima: Kívülről el tudod mondani a Miatyánk imát.*

### Miatyánk

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a Te neved;  
jőjjön el a Te országod, legyen meg a Te akaratod,  
amint a mennyben, úgy a földön is.

Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma, és bocsásd meg vétkeinket,  
miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek.

És ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól,  
mert Tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

## JELLEMNEVELÉS

*Cserkésztvörvény 1. és 2.: Saját szavaiddal és példával el tudod magyarázni.*

A cserkésztvörvények magyarázata példákkal

Megtanultad a cserkésztvörvény szövegét, de ezeket nem csak tudni kell, hanem érteni és megélni is. Legyen a tíz cserkésztvörvény útmutató az életedben, amit igyekszel követni, még akkor is, ha nem fog mindig sikerülni. Ezért olvasd el a példákat, és beszéljétek meg az űrsben, mert a cserkésztvörvények sok helyzetben megmondják, mit kell tenni.

### **1. cserkésztvörvény: A cserkész egyeneslelkű, és feltétlenül igazat mond.**

Andrea és legjobb barátjánője, Lili egy téli délután az iskolából igyekeztek haza. Arról beszélgettek, hogyan szeretnék eltölteni a karácsonyi szünetet.

Lili hirtelen megállt, és a járda szélére mutatott: – Nézz oda, Andrea! Valami van a földön!  
– kiáltotta, és azonnal lehajolt érte. Pénztárca volt. Néhány pillanatig csak álltak és nézték.  
Lili hirtelen kinyitotta. Néhány papír, névjegy és pénz volt benne: több mint amennyit valaha is láttak.

– Mennyi pénz! – szólalt meg Andrea. – Vajon kié ez a pénztárca?

– Most már a miénk. – mondta Lili. – Elfelezzük, és elég pénzünk lesz jövő tavaszig.

– Azt nem tehetjük! Az lopás lenne! – mondta Andrea.

– Nem, nem az, te buta. Valaki elvesztette, és ha ilyen sok pénze van, úgysem hiányzik neki!

– Adjuk vissza! – erősködött tovább Andrea. – Nem akarom más pénzét elvenni.

– Rendben van, neked nem kell, de én elveszem. És nehogy bárkinek is megmond, hogy ezt találtuk! Ez a kettőnk titka! – mondta Lili.

Andrea kétségbeesett. – Lili, itt vannak a névjegyek a pénztárcában, címeikkel. Megtudhatjuk, hogy kié! Nem lophatjuk el! – érvelt tovább. – Ne légy kapzsi. Gyere, keressük meg a

tárca tulajdonosát. Lehet, hogy ez volt az összes pénze s miattunk hiányt szenvedne! Ne várd el, hogy miattad ne legyek becsületes!

Lili morcos lett. – És én meg miért tegyem azt, amit te mondasz?

Végül mégis győzött a barátság. Három címet találtak a névjegyeken, az egyik nem is volt messze, csak két utcával odébb. Közben megállapodtak: megkövetelik, hogy aki kéri, bizonnyítsa be, hogy tényleg övé a pénztárca.

Becsöngettek. Egy szemüveges néni nyitott ajtót. Óvatosan érdeklődtek, nem vesztett el valamit? – Bizony, a pénztárcámat, ma délután. Egy barna színűt, három névjegy volt benne és pénz. – mondta. Három névjegy! A két lány egymásra nézett. Csak ő lehet a tulajdonos, hiszen más nem tudhatta, hogy a pénzen kívül három kártya is volt benne!

– Megtaláltuk! – mondták a lányok kórusban, ragyogó szemekkel, és átnyújtották a kísértő barna pénztárcát.

## A cserkésztvörvények magyarázata

### 1. A becsület törvénye (A cserkész egyenes lelkű, és feltétlenül igazat mond.)

Cserkészként mindig az igazat mondd! Még akkor is, ha kellemetlen, vagy ha nem előnyös számodra. Aki hazudik, annak nincs becsülete. Az emberek nem hisznek neki, és nem bíznak benne. Akkor vagy egyenes lelkű, ha az, amit gondolsz, mondasz és teszel, összhangban vannak egymással. Aki nagyokat mond, de mást tesz, annak nem fogják elhinni a szavát. Aki pedig mást mond, mint amit szeretne, vagy amit gondol, az saját magának hazudik, és egy idő után saját hazugságaiba fog belekavarodni. Nem tudsz boldog lenni, ha nem vagy egyenes lelkű, mert a saját vágyaidat nem becsülöd meg.

### 2. cserkésztvörvény: A cserkész híven teljesíti kötelességeit, melyekkel Istennek, hazájának, embertársainak és a magyarságnak tartozik.

Tamás boldogan ment haza az iskolából. Táskájában dolgozat volt, amelyre kitűnő osztályzatot kapott. Néhány hete azt a feladatot adta a tanárnő, hogy mindenki ismertessen egy-egy történelmi személyt. Tamás úgy határozott, hogy Kossuth Lajosról ír.

A történelemtankönyvben elolvasta az 1848-as szabadságharcról szóló fejezetet. Elment a városi könyvtárba is. Megnézte, mit ír a lexikon Kossuth Lajosról. Sok adatot talált, amelyeket fel is használt.

Tanárnője felolvastatta vele írását, annyira jónak tartotta. Osztálytársai csodálkozva figyeltek, mert Kossuthról még sohasem hallottak. Kérdezettek nemcsak a szabadságharcról, hanem Magyarországról is. Büszke volt, hogy a magyar népről, Magyarország nevezetességeiről, Budapestről beszélhetett.

Befejezésül tanárnője komolyan megdicsérte. Ez nagyszerű, hogy olyan sokat tudsz arról az országról, ahonnan nagyszüleid jöttek, és ahol sohasem jártál.

Hazafelé menet gondolatban végigpörgette az iskolai beszélgetést. Egyszerre csak megállt:

– De hiszen ez az, amiről a cserkészethen annyiszor beszélünk: hogy teljesítsük kötelességünket Magyarországgal szemben. – gondolta meglepődve. – Azzal, hogy az osztályban bemutattam Magyarországot, már ők is közelebb kerültek hozzá. Milyen jó, hogy otthon és a cserkészethen is annyit tanultam erről. Különbem nem sikerült volna így ez a feladat.

– Hogy is szól a második tvörvény? – gondolkozott tovább. – Mindig olyan nagyok és nehéznek tűnt. Pedig talán a többi kötelességemet is ilyen egyszerű módon teljesíthetem.

– A tvörvény az Isten iránti kötelességemről is beszél. Ez jóval nehezebbnek tűnik. Pedig csupán az kell, hogy mindennap igyekezzem valamit tenni, amivel jobb leszek, viselkedjem rendesen, igazat mondjak, szót fogadjak, másoknak segítsek. És ha ezt teszem, akkor embertársaimmal szemben is teljesítettem kötelességeimet!



### 2. A kötelesség törvénye (A cserkész híven teljesíti kötelességeit, amelyekkel Istennek, hazájának és embertársainak tartozik.)

A cserkész nem fél a kötelezettségektől, mert tudja, hogy örömmel tudja ezeket teljesíteni. Tudjuk, hogy az Isten mindig gondunkat viseli. Tanulj meg őszintén imádkozni. Tanulj meg szeretni, és tiszteld az Istent. Egyháznak legyenél hívő tagja, és vedd ki részed a munkából. Ugyanígy nagyszerű dolog a hazát szolgálni. Külföldön élő magyarokként fontos, hogy ismerjük magyar hazánk értékeit. Tiszteljük nagyjait, és érezzük át kudarcait. Ne felejtjük el, hogy mi itt külföldön mindig a magyar nép képviselői vagyunk. A mi viselkedésünk is hozzájárul ahhoz, hogy az itt élőknek milyen véleményük lesz a magyarokról. Ezért légy felkészülve, és minden téren bővítsd ismereteidet Magyarországról. A magyar nyelvet igyekezz minél jobban elsajátítani. Ügyelj arra, hogy szépen beszélj, és tisztán használd a nyelvet, vagyis ne keveréknyelvet beszélj. Abban az országban, ahol élsz, szintén legyenél aktív tagja a társadalomnak. Tiszteld törvényeit, történelmét és nagyjait, és életéhez tegyél hozzá a te saját erődből is, hogy jobb legyen és fejlődjön az otthonod.

Embertársaidal mindig úgy cselekedj, ahogyan te is szeretnéd, hogy veled cselekedjenek. Az együttéléshez szükséges, hogy másokra tekintettel légy, és tiszteled a másik embert még akkor is, ha más, mint te. Cserkészként különösen figyelj azokra az emberekre, akik nincsenek olyan jó helyzetben, mint te, mert betegek vagy öregek. Hasznosan töltött életteddel így értékes tagjává leszel az emberiség nagy családjának.

*Titkos barát/barátnő: Van titkos barátod és tudod, hogy ez mit jelent.*

#### **Titkos barát**

Keress magadnak titkos barátot! A legjobb, ha az év elején vagy a tábor elején kisorsoljátok, kinek ki lesz a titkos barátja. A titkos barátira figyelned kell. Gondja van? Segítségre van szüksége? – Segíts neki! Boldog és örül valaminek? – Örülj vele! De ezt mind úgy csináld, hogy ne vegye észre, hogy te vagy a titkos barátja. Ugye nem is olyan könnyű? Sőt, ha nem vagytok jóban, nagyon nehéz feladatnak bizonyulhat. De kis figyelmességekkel sokat el tudsz érni, és így hozzásegíted, hogy neki is jobb legyen a tábora vagy akár a hétköznapijai, anélkül, hogy tudná az okát. Légy udvarias és segítőkész!

Igyekezz a titkos barátoddal együtt dolgozni, mulatni, és minél több élményt megosztani. A tábori vagy a cserkész életforma más, mint az otthoni élet, meg kell szokni. Ezért légy megértő. De a titkos barát nem a cinkos, hanem a jóakaró. A tábor vagy az év végére, pl. karácsonyra mindenki készíthet a titkos barátjának egy kis ajándékot, és akkor végre be is lehet vallani, hogy ki kinek volt a titkos barátja. Sokan csodálkozni fognak.

#### **MAGYARSÁGISMERET**

*Népdaltudás – 5 népdalt el tudsz énekelni. Külön füzetben vagy listán tartsd számon ezeket, például feltüntetted a dátumot és a népdal címét, de a szövegét is leírhatod. Így kezdheted, illetve folytathatod:*

Dátum	Népdal

**Magyar Szent Korona:** Tudod, hogy milyen a magyar Szent Korona, és a koronázási jelvényeket is ismered.

### **A Szent Korona**

A magyar Szent Korona Európa egyik legrégebben használt és mai napig épségben megmaradt beavató koronája. A beavató korona azt jelenti, hogy a koronát csak koronázáskor hordta a király.

Származása ismeretlen időkre vezet vissza, s az idők során többször változtattak rajta. Eredetelméletek: 1. II. Szilveszter pápa egy álom hatására küldte István királynak. (Ez legenda.) Egyes részei sokkal régebből származhatnak.

Nem tárgy, hanem személynek tekinthető. A királytól függetlenül jelképezi az államiság fogalmát a mai napig. Még a királyok is „alattvalói” voltak. Különleges azért is, mert 19 zománcképén az apostolok vannak. Az elején Jézus van ábrázolva, a tetején az Atya. Ezért is hívják Apostoli Szent Koronának. Az egész világon csak egy ilyen korona van.



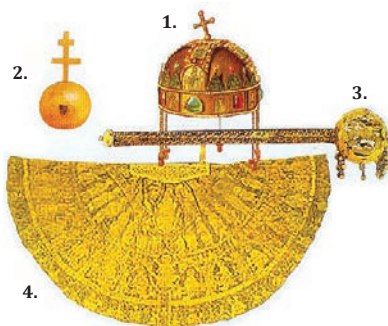
Jelenleg a Parlamentben látható.

<http://www.nemzetijelkepek.hu/korona.shtml>

### **Koronázási ékszerek**

A koronázási jelvények a király koronázásánál a királyi hatalom szimbolikus kifejezésére használt jelvények.

1. A Szent Korona
2. Országalma a dupla-keresztrel
3. Jogar a kristálygolyóval a tetején
4. Egy arannyal hímzett palást.



A fentiek mellett más tárgyak is tartoznak még hozzá. Itt olvashatsz a többiről is:

[http://hunwebaruhaz.hu/cms/a\\_koronazasi\\_ekszer\\_kortenete.html](http://hunwebaruhaz.hu/cms/a_koronazasi_ekszer_kortenete.html)

A koronázási ékszerek a palást kivételével megtekinthetők az Országházban. A palást a Magyar Nemzeti Múzeumban található.

**Földrajz:** Ismered a Kárpát-medence főbb vizeit (5) és hegyeit. Magyarországgal szomszédos országok.

**Folyókák:** Duna, Tisza, Dráva, Sió, Rába, Hernád, Körös

**Hegyek:** Mátra, Bükk, Börzsöny, Bakony, Mecsek

**Szomszédos országok:** A: Ausztria, SK: Szlovákia, UA: Ukrajna, RO: Románia, SR: Szerbia, HR: Horvátország, SL: Szlovénia





## ELSŐSEGÉLY

**Kis sebek kezelése:** Kis sebet sebtapasszal helyesen tudsz kezelni.

### Kisebb sérülések kezelése

Személyes felszerelésedben mindig legyen egy pár ragtapasz. Ez és a cserkésznyakkendő jelentik a személyes elsősegély-felszerelésedet.

Kis sérüléseknek nevezünk kis vágásokat, horzsolásokat, amelyek véreznek.

1. Últessük le a sebesültet.
2. Nyugtassuk meg (mi is legyünk nyugodtak).
3. Mossuk meg a kezünket.
4. Tiszta vízzel vagy fertőtlenítőszerrel mossuk meg a sebet és a környéket. Ha nincs kéznél víz, akkor egy kicsit hagyjuk kivérezni.
5. Töröljük szárazra a bőrt a seb körül.
6. Most leragaszthatjuk a sebet a ragtapasszal.

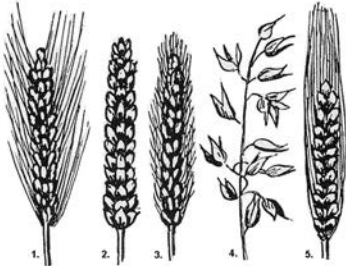
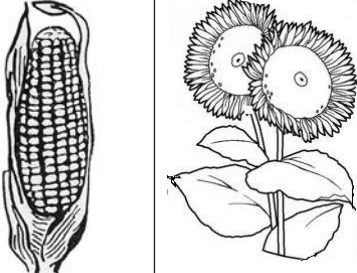


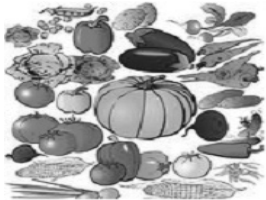


Horzsolásnál nem elég a ragtapasz, mert nagyobb a bőrfelület. Itt egy nagyobb steril lapot helyezünk a sebre, és egy kötéssel vagy ragasztóval rögzítjük, hogy ne mozduljon el.

## TERMÉSZETISMERET

**5 helyi növény:** Ismersz 5 helyi növényt, gyümölcsét és tudod, hogy mire használják.

## Helyi növények

	<p><b>Gabonafajták</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Téli búza</li> <li>2. Nyári búza</li> <li>3. Rozs</li> <li>4. Zab</li> <li>5. Árpa</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A búza, rozs és árpa első sorban gabonanövények, de takarmánynak is használják.</li> <li>- A zab főleg állateledel, de abból csinálják például a zabpelyhet is.</li> </ul>
	<p><b>Kukorica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Akár 3 méter magasra is megnőhet.</li> <li>- Fogyasztható, de állateledel is.</li> <li>- A csuhájából (héjából) kézműves termékeket, játékokat, használati tárgyakat készíthetünk.</li> </ul> <p><b>Napraforgó</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Akár 3 méter magasra is megnőhet, de táblákban általában alacsonyabb.</li> <li>- Főleg az olaj miatt termelik.</li> <li>- Állatoknak is adják takarmányként.</li> <li>- Magját mi is fogyasztjuk.</li> </ul>
	<p><b>Kender:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A kender az egyik legősibb ipari növény.</li> <li>- Étkezésre, valamint kötelek, ruhaanyag, gyógyszer, papír, szigetelőanyagok, csomagolóanyagok készítésére is alkalmas.</li> </ul> <p><b>Len:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rostjáért, olajáért és gyógyító hatásáért termesztik. Fontos textil alapanyag.</li> </ul>
	<p><b>Repce</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nagy sárga táblákban nő.</li> <li>- Olajat készítenek belőle.</li> </ul> <p><b>Káposzta</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sokféle módon lehet elkészíteni: savanyú, székely, rakott káposzta, saláta stb.</li> </ul>
	<p><b>Konyhakert:</b> krumpli, retek, répa, cékla, hagyma, fokhagyma, saláta, káposzta, karfiol, tök, dinnye, paradicsom, paprika, borsó, zöldbab, uborka, padlizsán stb.</p>

**Természetvédelem:** A helyi szabályoknak megfelelően szétválasztod és gyűjtöd a szemetet: égethető, műanyag, üveg, fém stb.

### Szemétyűjtés

Mindig vigyél magaddal egy zsákot, hogy útközben saját szemetedet össze tudsz szedni. Ha találsz más által otthagyt szemetet, szedd össze azt is. Cserkész táborban is ügyeljünk arra, hogy ne legyen sok szemét, ha meg mégis keletkezik, akkor azt ügyesen kell válogatni, mert a legtöbbet újra lehet használni. Nincs minden országban szemétválogatás, de ahol a szemetet csak összedobják, sokkal több szemét keletkezik, mintha az értékes dolgokat kiszednék belőle. Itt a cserkészek lehetnek példamutatók. Táborban így válogatjuk a szemetet:



Az égethető szeméttel lehet a tábori konyhán vizet forralni. Ha van a közelben tanya, akkor a pöcegödör helyett az állatok is szívesen fogadnak ételmaradékot. Akkor viszont lehet, hogy külön kell szedni a zöldségeket, a húst meg a maradékot, attól függően, hogy milyen állat kapja a tanyán. A fémeket, üveget újra lehet hasznosítani, ezeknek sokszor van valamilyen gyűjtőhelye, ahol átveszik. A legnagyobb gond az egyéb szemét. Az elemeket, festéket, rossz gumicsizmákat nem lehet csak úgy eldobni, igyekezz, hogy ebből mennél kevesebb szemét keletkezzen, és a megfelelő gyűjtőhelyre vidd.

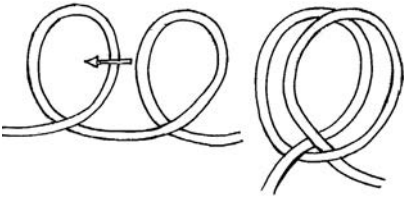
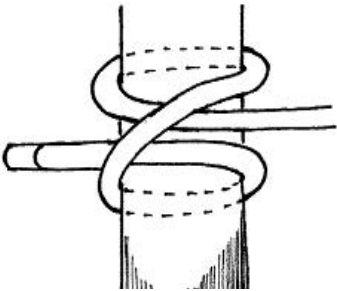
### CSOMÓZÁS

**Táborozási csomók:** Tudod a sátorfeszítőt, a szorító nyolcast pedig 2 módon.

**Sátorfeszítő**  
Először verj be egy cöveket. A sátorzsinórt vedd a cövek köré és jól húzd meg. A maradék zsinórból hurokakat kötsz a feszes sátorzsinór köré. Zárd le két hurokkal.

*Használata: Főleg sátrak kifizetéséhez használjuk, de lehet vele bármilyen kötelet vagy spárgát kifizíteni. Ha utána kell feszíteni, akkor a cöveknél kezd utána tolni a hurokakat, míg a végére nem érsz.*

Vigyázz: Nagyon csúszós műszálas spárgával nem tart.

<p>Szorító nyolcas kézben kötve</p> 	<p><b>Szorító nyolcas kézben</b></p> <p>A szorító nyolcas igazából csak két hurok, és csak akkor tart, ha egy botot átduzsza a két hurkon.</p> <p><i>Használata: A keresztkötést a szorító nyolccsal kell kezdeni. Kötélhídnál is lehet használni. Tanuld meg megkötni kézben, kisebb építményekhez, és fára kötni, ha nem megy másképp.</i></p> <p>Vigyázz: Csak akkor tart, ha mind a két vége meg van terhelve. Tehát ha csak az egyik vége kell, akkor a másik végét meg kell kötni valahol.</p>
<p>Szorító nyolcas fára kötve</p> 	<p><b>Szorító nyolcas fára</b></p> <p>Ha fára kell kötni, akkor másképp kell eljárnod:</p> <p>A kötélt rövidebb végével megkerüled a fát, és fölülről mész át a kötélen. Utána még egyszer megkerüled a fát, de most saját maga alatt át kell bújtatnod. Ha nem vagy biztos, akkor kösd meg előbb kézben, és akkor már láthatód, hogyan kell vezetni a kötelet. Akkor jó, ha a ferde kötélt a két párhuzamos kötélt fölött van, mint az egyenlőtlenség jele. ( ≠ )</p>

## JELADÁS

**8 útjel botból/krétával:** Jó út, rossz út, hazamentem, menj haza, jó víz, rossz víz, levél „x” lépésre, vigyázz/veszély.

**Útjelek** (bottal, krétával, fűből, kőből)

Az ember ugyan mindig azon igyekezett, hogy ne hagyjon maga után nyomot, de vannak olyan helyzetek, amikor azt szeretnénk, hogy valaki tudjon minket követni, és találjon meg minket. Így már az indiánok is használtak útjeleket, és persze mi, cserkészek is ismerünk útjeleket. Ezeket természetes anyagból készítjük. Kivételes esetben, városban használhatunk krétát is.

Jó út			
Menetirány			
Veszély, vigyázat (3-as jel a veszjel)			
Rossz út	Levél 3 lépésre	Levél 5 lépésre	Levél 3 lépésre (krétával)
Itt táborozunk	Itt táborozunk (krétával és csapatszámmal)	Bújj el!	Várj itt!
Jó víz	Rossz víz	Hazamentem	Menj haza

## TÁJÉKOZÓDÁS

**Mit kell tenned ha eltévedsz? Tudod, hogy mit kell tenned, ha lemaradsz az őrsoátdól.**

### Eltévedés/leszakadás az őrsoátdól

Fontos arany szabály, hogy az őr maradjon mindig együtt. De mi van akkor, ha portyán vagy kiránduláson mégis lemaradsz valamiért az őrsoátdól, és nem találod őket?

1. Ne maradj le! Mindig szólj, ha meg kell állnod valami miatt, legyen az cipőkötés, vécézés, ivás, rosszullet stb. Ezenkívül hallgass az őrvezetőre!
2. Ha mégis eltűntek a szemed elől, akkor kiabálj utánuk. Lehet, hogy még nincsenek messze, és meghallanak. Ha van sípod, sípolj!
3. Max. 2-3 percig kövesd őket azon az úton, amin mehettek. Ha kirándulók jönnek veled szembe, akkor kérdezd meg őket, hogy találkoztak-e cserkészekkel. Ha igen, akkor kérdezd meg, hol, milyen messze, és indulj utánuk.
4. Ha nem találkoztak vagy nem találod őket mégsem, akkor menj vissza oda, ahol elmaradtál tőlük és várj ott! Egy őrsoátdban hamar feltűnik, ha valaki hiányzik, ezért keresni fognak, és akkor visszamennek oda, ahol még velük voltál.

- Kaptál vészlevelet vagy táborigyűlést az útra? Ki kell nyitni, és lehet, hogy abban áll, hogy hol a cél, vagy milyen telefonszámon kaphatsz segítséget. Ez utóbbi persze csak akkor segít, ha van kéznél telefon, és van térerő.
- Amennyiben nem vagy messze a tábortól, vagy ismered a környéket, akkor még sötétedés előtt térj vissza. Vagy kérj segítséget más kirándulóktól. Más a helyzet, ha kint a vadonban tévedtél el, esetleg az egész őr eltévedt olyan helyen, ahol nincsenek kirándulók vagy lakott terület.
- Ilyenkor minden érzékszervet használni kell:  
*Látsz egy utat, házat, falut vagy tornyot, tavat, drótkötélpályát, villanyvezetéket?  
 Hallasz valamilyen hangot, pl. autózúgást, vonatot, ugatást, tehénkolompolást?  
 Érez valamilyen szagot, pl. füst, trágya szagát?  
 Ezek árulják el, hogy merre lehetnek emberek.  
 Ezen kívül jó, ha tudod, hogy a települések patak vagy folyó mentén, illetve a hegyek lankáin, a völgyben találhatóak, illetve partvidéken és az erdő szélén.*
- Ha sikerül ilyen módon emberlaktá területre találni, akkor ott már kapsz segítséget. Ezért fontos, hogy tudd saját címedet, telefonszámodat.
- Ha semmilyen irányt nem tudsz találni, akkor maradj ott, ahol vagy, mert minden lépés még messzebbre vihet a helyes iránytól. Tehát ezen a környéken kell keresned egy lehetőleg alkalmas helyet, ahol van menedék, víz, kilátás, tűzrakáshoz fa, és ahol legrosszabb esetben is egy pár napig ki tudod húzni, amíg megtalálnak a keresők.
- Innen próbáld meg felhívni a figyelmet magadra tűzzel (éjjel) vagy füsttel (nappal).

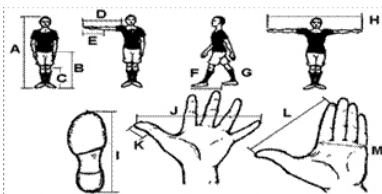
## BECSLÉS

**Önméretek:** Saját méreteidet ismered: kis- és nagyarasz, hüvelykujj, testmagasság, fesztáv, 1 láb, 1 lépés, hány lépés kell 10 m-hez (vagy 10 yardhoz)?

### Önméretek és használatuk

Mérd meg saját méreteidet! Azok segítségével meg tudsz mérni más tárgyakat is. Minden évben ellenőrizd a méreteidet.

	Újjonc
<b>Dátum</b>	
A. Testmagasság és testsúly	
B. 1 m vagy 1 yd a testeden	
C. Térdmagasság	
D. Karhossz	
E. Alsókarhossz	
F. Lépéshossz	
G. Hány lépés 10 m vagy 10 yd	
H. Karfesztáv	
I. Láb	
J. Nagyarasz	
K. Hüvelykujj	
L. Kisarasz	
M. Kézszélesség / 10 cm testen	



**Zsebkés:** *Tudsz zsebkésseddel nyakkendőgyűrűt faragni.*

	<p><b>Nyakkendőgyűrű faragása</b></p> <p>Ha gyűrűt faragsz, akkor azt ne a tenyeredbe fogd, mert beleszúrhat a kezedbe. Tartsd az ujjaid között, vagy egy deszkán dolgozz. Gyűrűkészítéshez vágj le egy kb. 3 cm széles gurigát egy botról, pl. mogyoróról vagy fenyőről.</p> <p>Nyakkendőgyűrűt készíthetsz kéregből is. Erre a vörösfenyő kérge a legjobb. Ez nem csak puha, de így gyorsan elkészíthető, és mutatós is. A kérget persze ne élő fáról szedd le!</p> <p>Magyarországon ismert a tölgyfagubacs, ami egy daganat a tölgyfa ágán. Akkor keletkezik, amikor a darázs belerakja a petéjét. Ez a gubacs szintén jó puha, és szép gyűrűt lehet belőle készíteni.</p>
--	--

**Varrás:** *Fel tudsz varrni egy gombot.*

A cserkészetben nagyon fontos funkciója van a varrásnak is. Nemcsak a leszakadt gombot, de a sátrat, cipzárt, őrsi zászlót, próbajelvényt, sátorzsákokat mindig fel kell varrni, vagy újralfoltozni, javítani. Egy kis gyakorlás után majd rájössz, hogy nem is olyan nehéz. Aki már jól tud varrni, az kipróbálhatja a hímzést is, amivel sok szép dísztárgyat lehet készíteni.

	<p><b>Gombot felvarrni</b></p> <p>Ez az, amit mindig újra kell csinálni, hisz egy gomb könnyen leszakad a cserkészingről. Alulról, az anyagon keresztül szúrd át a tűt a gomblyukon. Ezt ismételd meg párszor, váltva azzal, hogy felülről szúrod be a tűt a másik gomblyukon. Aztán jó sokszor varrd körbe. Ne húzd meg nagyon a fonalat, különben nem fogod tudni használni a gombot. A végén tekerd körbe egy párszor a gomb és az anyag között, és biztosítsd egy pár csomóval.</p>
--	---

## TÚZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS

**Helyes gyújtás:** *Biztonságosan tudsz fáklyát gyújtani és kezelni.*

### Tűzgyújtás gyufával:

A gyufát fogd a hüvelyk és a középső ujjad közé és a mutató ujjaddal enyhén a gyufa fejére nyomva húzd végig a dörzspapíron. Mutatóujjadat idejében húzd vissza. Így a leggyengébb gyufát is meg tudod gyújtani és nem fog eltörni. Az égő gyufát lefelé tartsd, és a kezdeddel képezz egy szélvédett burkot, hogy a láng meg tudjon erősödni.

Ha a nedves gyufát használat előtt végighúzd a hajadon, akkor elektrosztatikusan feltöltődik, és észrevehetően könnyebben gyullad meg. Ez a módszer teljesen átnedvesedett gyufa esetén azonban már nem használható.



A gyufaszálak egy részét a dörzslappal együtt mindig vízálló csomagolásban tárold (pl. gyógyszeres tégely, műanyag doboz, nylon fólia). A gyufák vízállóságát növeli, ha a gyufa fejét olvasztott gyertyaviaszba mártjuk. Készíts magadnak egy szükségcsomagot gyufával és dörzslappal!

Készülnek speciális vihar- vagy hajós gyufák. Ezek vízállóak, és mint a nevük is mutatja, viharban is meggyújthatók. Amikor a szél elfújja a lángjukat, belül tovább izzanak, és újra lángra lobbannak. Sajátosságuk, hogy az égési idejük is 2-3-szoros a hagyományos gyufákhoz képest. A vihargyufákat tengerészeti és hegymászó szaküzletekben lehet beszerezni.

Öngyújtó: Alapvetően a gázos öngyújtó a legelterjedtebb, de vannak benzinnel működőek is. Használt, kiürült öngyújtót sajnos mindenütt lehet találni, de egy cserkész számára ezek is hasznosak lehetnek, mert a bennük lévő tűzkő szikrájával meg lehet gyújtani a taplót, a nyírfakérget vagy a nagyon apró gyújtóst.

### **Fáklyagyújtás**

A gyertyagyújtás mindenki számára egyszerű, gondoljunk csak a szülinapi tortára. A fáklyát azonban nem ilyen könnyű meggyújtani, mert sokkal nehezebben gyullad meg, egy gyufa lángja nem is elegendő hozzá. Akkor hogyan gyullad meg mégis?

Figyelem: fáklyát csak kint, a szabadban gyújthatsz, ahol nincs a közvetlen közeledben gyúlékony anyag. Tartsd lefelé, aztán egy öngyújtót vagy gyertyát helyezz a vége alá, amíg be nem gyullad.

Ha lángra kapott, tartsd tovább lefelé, és közben lassan forgasd körbe-körbe, hogy mindenhol egyenletesen égjen. Ha az egész vége meggyulladt, akkor már tarthatod felfelé, de mindig ferdén, magadtól eltartva.

Vigyázz, hogy a fáklya ne érjen senkihez, és ne csöpögjön se bőrre, se ruhára!

Ha el akarod oltani, akkor el kell fojtani, azaz tedd vízbe, vagy szórj rá földet. Elfújni nem tudod.

## **TESTEDZÉS**

**Gyakorlatok:** *Be tudsz mutatni 3 páros tornagyakorlatot.*

### **Páros gyakorlatok**

Mulatságosabb, ha páros gyakorlatokat is alkalmaztok:

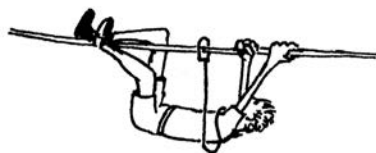
- guggolás kettesben (egymásnak háttal állva, egymást összekarolva guggoltok le)
- sőt törni (egymásnak háttal állva, egymást összekarolva felveszitek a másikat a hátatokra)
- egyik megfogja a másik kinyújtott lábát és így ugráltok egy lábon
- összekötött lábál menni, sőt focizni

**Testedzés:** *Ügyesség: Kötélhídon át tudsz mászni.*

### **Mászás kötélhídon**

Kötélhídon átmászni mindig nagyon izgalmas, de ugyanakkor veszélyes is. Ha a híd magasabban van két méternél, akkor biztosítanod kell magad a felső kötélén.

Ha csak egy kötélből áll a híd, akkor lajhármódon vagy lovaglópózban tudsz átmenni rajta. Kétkö-





teles híd esetén állva menj át úgy, hogy a felső kötélbe kapaszkodsz. Soha ne engedd el a felső kötelet, mert akkor az alsó kötél ledobhat.

**Kitartás:** *Tudsz futni 2 percen keresztül.*

### **Futás**

Ez a legolcsóbb és a legegyszerűbb mozgásforma. Ha szép lassan fokozod a teljesítményt, akkor gond nélkül fogsz majd szép eredményt elérni. Fontos, hogy csak olyan gyorsan fuss, hogy közben még bírj beszélni. Arra is ügyelj, hogy rendes cipőd legyen, mert futás közben a tested elég nagy ütéseknek kap.

A cél az lenne, hogy egy órán keresztül tudj futni nagyobb szünet nélkül.

### **Testedzési teljesítmények táblázata**

	<b>Futás</b>	<b>Úszás</b>	<b>Kerékpározás</b>
<b>Újonc (10 éves):</b>			
Magyar címer próba	1 perc		
Szent Korona próba	2 perc		



## 11-12 éves cserkészeknek, első félév

### Fontos tudnivaló

- Megálltad az újonc cserkész próbákat, és fogadalmat tettél.
- Itt állsz az első igazi cserkész év elején. Sok élmény és tudnivaló vár rád.
- Az őrsođben együtt igyekeztetek, együtt tanultok, és együtt vesztek részt a cserkészmé-nyekben.

### Kötelező tevékenységek és feladatok:

Jellem: Egy hétig vezetsz napi-jóttét táblázatot.

### Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:

Vallás: Beszélgetés az imádkozásról mint „párbeszédrel” Istennel.

Magyarság: Elkezdesz vezetni egy népdalgyűjtőt.

Olvasási különpróba: Folytatod a különpróbákat.

## PRÓBÁZTATÁSI ANYAG

### Cserkészs ismeretek

Őrsi sađátságok	Ismered őrsöd zászlóját, indulóját és csatakiáltását.	3	
Próbarendszer	Ismered a használt próbarendszert (jelvényeit és követelményeit).	6	
Alakisáđok	Menetelés és tisztelgés zászlóval.	2	

### Vallás

Ünnepek	Tudod a karácsony és a húsvét jelentőségét, történetét. Ismered az ezekkel kapcsolatos magyar népszokásokat.	6	
---------	--	---	--

### Jellemnevelés

Cserkésztörvény 3. és 4.	Saját szavaiddal és példával el tudod magyarázni.	4	
Köszöntés és bemutatkozás	Tudsz helyesen köszönni és bemutatkozni.	2	

### Magyarságismeret

Himnusz	El tudod énekelni a Himnusz 1. versszakát.	2	
Történelem	Tudod, ki volt Attila, ismersz 2 mondat életéből.	3	
Hun-magyar mondakör	Tudod ki volt Hunor és Magor. El tudsz mondani két hun-magyar mondat.	4	
Földrajz	Tudod, hogy mit neveznek Őshazának.	2	

## Elsősegély

Elsősegély alapok	Tudod, hogy baleset esetén mit kell tenni (életet menteni, jelentést adni, biztosítani).	3	
Balesetjelentés	Tudsz balesetet jelenteni: mi történt, hol, kivel, mikor, mi a helyzet?	5	
Szálka, orrvérzés, vízhólyag	Tudod a szálka, orrvérzés és vízhólyag kezelését.	6	
Fürdési szabályok	Ismered a fürdési szabályokat (6 db).	6	

## Természetismeret

10 erdei állat	Ismersz 10 erdei állatot, nyomát és életmódját. Mo.: vad-disznó, őz, róka, nyúl, egér, mókus, borz, nyest, sün és medve.	20	
----------------	---	----	--

## Csomózás

Háromszálas fonás	Készítesz dísz tárgyat háromszálas fonással.	4	
-------------------	--	---	--

## Jeladás

Rovásírás alapok	Ismered a rovásírás szabályait és eredetét.	4	
	Fejből le tudod írni saját nevedet rovásírással.	6	

## Tájékozódás

10 legfontosabb térképjel	Megtanulod: erdő, vasút, templom, folyó, főút, út, ösvény, épület, torony, tó térképeit.	10	
Menetszabályok	Tudod a menetszabályokat (5 db).	5	

## Becslés

Megfigyelő játék	Ismersz három Kim-játékot.	3	
------------------	----------------------------	---	--

## Táborozás, szerszámok

Balta és fűrész használata	Baltát és fűrészszabályosan tudsz használni.	6	
	Helyesen tudod azokat vinni és átadni.	2	

## Tűzrakás, főzés és sütés

Tűzszabályok	El tudod mondani a tűzgyújtási szabályokat (5 db).	5	
	Tudsz szabályosan tüzet rakni és meggyújtani.	10	

## Testedzés

Gyakorlatok	Ismered a számháború 5 fontos szabályát.	5	
	Részt vettél három vasgyúró játékon.	3	
Ügyesség	Tudsz zaj nélkül kúszni és lopózkodni.	2	
Kitartás	Tudsz 3 percig futni (vagy 50 métert úszni, vagy 4 km-t kerékpározni).	5	
Elért pontszám a próbáztató aláírásával: .....		144	

## CSERKÉSZISMERETEK

**Őrsi sajtóságok:** Ismered őröd zászlóját, indulóját és csatakiáltását.

### Őrsi név:

Az őrsi név kiemeli az őr erős oldalát, és akkor találó, ha az őrben mindenki büszke rá. Fontos, hogy az őrben minden cserkész jól ismerje a névadó állatot vagy virágot. A fiúk általában állatnevet választanak, a lányok pedig növény-, esetleg állatnevet.

Az őrsi névhez illő csatakiáltást, indulót és zászlót is készít az őr.

### Őrsi nevek

Az itt felsorolt nevek kizárólag a magyar állat-, növény- és mondavilágból származnak. Igyekezetek magyarságotokat ezzel is kifejezni. A fiúknál általában állatnevek, a lányoknál virágnevek vannak használatban.

Fiúknak		Lányoknak	
Puli	Denevér	Ibolya	Pacsirta
Komondor	Bagoly	Margaréta	Fecske
Kuvasz	Dongó	Gyöngyvirág	Mókus
Sólyom	Darázs	Liliom	Hangya
Sas	Keresztespók	Muskáтли	Méhecske
Turul	Vipera	Tulipán	Szitakötő
Borz	Harcsa	Napraforgó	Vízipók
Róka	Csuka	Százszorszép	Pillangó
Medve	Angolna	Kankalin	Macska
Szarvas	Karvaly	Pipacs	Galamb
Bivaly	Csomó	Rózsa	Tarsoly
Bika	Fokos	Rozmaring	Harang
Farkas	Ostor	Vadrózsa	Gyertya
Hiúz	Vasgyúró	Tátika	
Paripa	Fanyűvő	Árvalányhaj	
Hangya	Fehérlófia	Őz	
Pók	János vitéz	Cinege	

### Őrsi sarok:

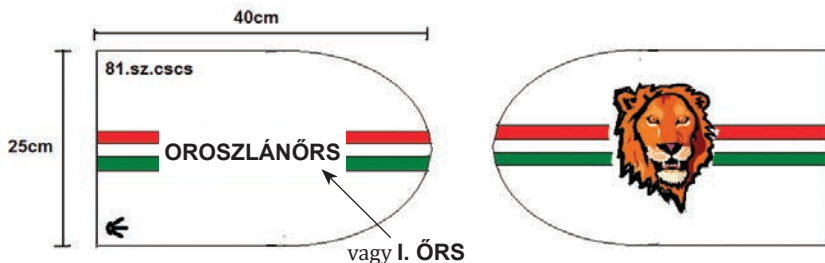
Minden őrnek legyen felszerelése és egy őrsi sarka, ahol az őrsi felszerelést tartja: őrsi zászlóját, naplóját, szerszámosládáját, elsősegélydobozát, játékait, könyveit.

### Őrsi hagyományok:

Nagyon fontos, hogy egy őr olyan legyen, mint egy titkos egyesület. Ezért minden őrnek vannak hagyományai és jelei: titkos jele, köszöntése, őrsi indulója és csatakiáltása.

## Az őrsi zászló

Az őrsi zászló egy pajzsra emlékeztet. Az egyik oldalán az őrs neve vagy az őrs száma (a nemzeti szalagon) és a csapatszám van feltüntetve. A másik oldalán az őrs nevéhez kapcsolódó kép. Mindkét oldalára piros-fehér-zöld csíkok vannak varrva.



	<p><b>Zászló és zsákvarrás</b> Őrsi zászlót úgy varrj, hogy kifordítva varrd körbe a széleket. Amikor kész, akkor visszafordítod az anyagot és így nem látszik a varrás. Mérete 25 x 40 cm.</p> <p>Így kell zsákot is varrni; például a csajkaszákot vagy sátorzsákot. A tarisznya egy kicsit nehezebb, mert azt varrhatod kifordítva is, vagy szép szegélyöltésekkel lehet összevarrni.</p>
--	--

## Az őrsi zászlórúd

Az őrsi zászlóhoz keressetek egy egyenes, friss rudat. Ez legyen 2 méter hosszú és kb. 4-5 cm vastag. Díszítsétek ki faragással, rovásírással. A zászlórudat sok mindenre lehet használni. Hordálynak, főzéshez, patakátkeléskor, becsléshez, sőt, ha úgy adódik, és egy botforgatásban járatos személy kezében van, akkor akár fegyverként is szolgálhat állatok vagy támadók ellen.

**Próbarendszer:** *Ismered a használt próbarendszert (jelvényeit és követelményeit).*

## Próbarendszerünk













A magyar cserkészlet próbarendszerét többször is átdolgozták. Legjelentősebb módosítása 1940-ben történt Ábrahámhegyen, Teleki Pál vezetésével. Ezt nevezzük Teleki-hagyaték-nak, amit Bodnár Gábor is átvett. Később a lányoknak írtak külön próbarendszert és könyveket, majd rövid időre külön fiú próbarendszer is keletkezett. Ezek addig voltak használatban, míg a két próbarendszert 2010-ben összevonták, és így keletkezett a közös fiú és lány próbarendszer.

## Próbarendszer 2010

### Újonc cserkész próbák

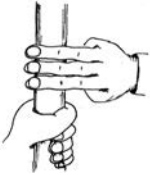
<p>Újonc cserkész</p> <p>10 évesek</p>	<p>Címer próba</p>	<p>Szent Korona próba</p>
--	--------------------	---------------------------

## Cserkész próbák

	Alpróbák			Főpróbák
<b>Táborverő cserkész</b> 11-12 évesek				
	Piros szalag	Fehér szalag	Zöld szalag	Légy résen próba
<b>Portyázó cserkész</b> 13-14 évesek				
	Piros lilium	Fehér lilium	Zöld lilium	Lilium próba
<b>Honfoglaló cserkész</b> 15-16 évesek				
	Piros koszorú	Fehér koszorú	Zöld koszorú	Koszorú próba

Az alpróba jelvényeket a bal vállpánton hordjuk, a főpróbák jelvényeit pedig a bal karon. Ha nincs vállpántod, akkor varrd fel a jelvényt a cserkészing bal vállára!

**Alakíságok:** Menetelés és tisztelgés zászlóval.

Zászlóval A zászlós mindig a második, tehát az őrsvezető mögött van. <b>Vigyázz!</b> – A zászlót egyenesen magad mellett tartod. <b>Pihenj!</b> – A zászlót a válladhoz döntheted. <b>Tisztelgéskor</b> a három ujjadat a zászlórúdnak tartod. <b>Imához!</b> – A zászlót lehajtod a föld felé.	
--	--

### Menetelés

Meneteléskor a vezényszó mindig a bal lábra esik. Erre a vezetőnek kell figyelnie.

**Indulás:** Utánam (szabdlépésben, futólépésben, nótaszóval, stb.) **indulj!**

Az „Indulj! vezényszóra bal lábbal indul az egész sor. Ügyelj rá, hogy úgy lépj, mint az előtted levő. A nótát mindig bal lábra kezdjük, igyekezz az ütemére lépni.

**Megállás:** Menet (menet helyet lehet őrs, csapat, tábor, stb.), **állj!**

Az „egy, kettő”-t mindenki csak magában mondja, amíg bal lábbal lép, és jobb lábbal melléje zárva „Vigyázz!”-ban megáll.

## VALLÁS

**Ünnepek:** Tudod karácsony és húsvét jelentőségét, történetét. Ismered az ezekkel kapcsolatos magyar népszokásokat.

### **Karácsony: december 25.**

A karácsony keresztény ünnep, amelyen Jézus Krisztus születését ünnepeljük. Minden év december 25-én tartják világszerte. Sok nem keresztény ember ünnepli világszerte a szeretet ünnepeként. Nem véletlen, hogy pont az év legsötétebb időszakára esik\*, hisz Jézus hozza a Világosságot nekünk.

Szokásai közül jellemző az éjféli mise vagy a karácsonyfa, mint az örök élet jele. De több magyar népszokás is kötődik hozzá, mint pl. a betlehemezés vagy a regölés. A magyar hagyományban a Kisjézus ajándékozza meg a gyerekeket és nem a téalapó, amely egy amerikai találmány.

*\*ez az északi féltekére vonatkozik*



### **Húsvét (mozgó ünnep március 22. és április 25. között)**

A **húsvét** a keresztények legfontosabb ünnepe. A Biblia szerint Jézus nagypénteki keresztrefeszítése után a harmadik napon, húsvét vasárnapján feltámadt.

A húsvéti ünnepkör virágvasárnapkal kezdődik, majd kiemelkedik a nagypéntek, amikor Jézust keresztrefeszítették, és húsvét vasárnapja, amikor a feltámadást ünnepeljük. A húsvétot tavasszal, márciusban vagy áprilisban ünnepeljük, a pontos dátuma a Hold állásától függ, ezért mozgóünnep.

Ehhez az ünnephez sok népi hagyomány fűződik. Ilyenek a falukerülés Jézus-szoborral, a zöldágjárás, barkaszentelés, ételszentelés vagy húsvéthétfőn a locsolás és a piros tojás átadása. A húsvéti nyuszi és a csokinyuszi nem tartozik a magyar néphagyományhoz.





## JELLEMNEVELÉS

*Cserkésztvörvény 3. és 4.: Saját szavaiddal és példával el tudod magyarázni.*

### **3. cserkésztvörvény: A cserkész ahol tud, segít.**

A gyerekek türelmetlenek voltak. Negyed órája vártak az autóbuszra.

– Hát sohasem jön már? – zúgolódott Balázs. – Fogadok, a többiek régen kint vannak a pályán.

– Csak nincs valami baj? – kérdezte Sári.

– Ilyenkor délután csak minden húsz percben indulnak a járatok – nyugtatta meg őket egy várakozó férfi.

Végre feltűnt az autóbusz. Elsőnek egy idős, kopott kabátos asszony szállt ki. Mögötte két suhanc tolakodott le a lépcsőn. A hátulsó meglökte társát, az nekiesett a néninek, és fellökte. A néni térdre esett. Mária mellé ugrott és felsegítette. A néni erőlködve kelt fel.

– Jaj, a fájós térdem – sóhajtott. Mária szorosabban karolt bele. A két fiú elszaladt a megállóból.

Sokan szálltak le az autóbusról. Elsiettek, ügyet sem vetve a sopánkodó asszonyra. A gyerekek felugráltak a buszra.

– Mária, gyere! – kiabált Balázs. – Siess, mert lemaradsz! – szólalt meg Sári.

Mária nem mozdult. Nézte a tehetetlen öreg nénit, amint horzsolt térdét dörzsölgette.

– Hallod, Mária?

Mária nem figyelt osztálytársaira. Érezte, hogy most segíteni kell.

– Menj, kislányom – suttogetta a néni.

Az autóbusz elindult. Ketten maradtak a megállóban.

– Messze lakik a néni?

– Ott, abban a sarki házban – s a következő utca sarkára mutatott.

– Karoljon belém! Hazakísérem.

### **A cserkésztvörvények magyarázata**

#### **3. A segítőkészség törvénye (A cserkész ahol tud, segít.)**

Mindig járj nyitott szemmel, és ha látod, hogy valakin segíteni kell, akkor ne habozz, hanem menj oda hozzá és ajánld fel segítségedet. Ez nem csak akkor érvényes, ha elsősegélynyújtásról van szó, hanem az élet minden pillanatában. Családodban igyekezz kivenni részedet az otthoni munkából. Idős és beteg emberekkel szemben különösen legyél figyelmes. Ne várj érte jutalmat, sőt, még hálát se várj. Azért segíts, mert neked jól esik. BP utolsó üzenete így szól: „A helyes út a boldogság eléréséhez az, ha másoknak szereztek boldogságot.”

#### **4. cserkésztvörvény: A cserkész minden cserkészt testvérének tekint.**

Kati lázban volt. Őrse egész évben olyan jó munkát végzett, hogy ők képviselheték a külföldi magyar lánycserkészeket egy nemzetközi cserkésztáborban.

Alaposan felkészültek. Elsősegélyt, sátorverést gyakoroltak. Végre elérkezett a nagy nap. Katiék egy kalkuttai őrs mellé kerültek. Szerettek volna mihamarabb összebarátkozni. De ez nem volt olyan egyszerű. Az indiaiak olyan mások voltak, mint ők! Minden reggel ébresztő előtt fél órával keltek. Kelet felé fordultak, hogy a nap az arcukba süssön, és fájdalmasnak tűnő testtartással imádkoztak. Aztán amikor az őrsi főzés alkalmából Katiék kóstolóba átvittek egy tál marhapörköltet, merev arccal visszautasították! A magyar őrs eldöntötte, hogy a kalkuttaiakkal nem lehet barátkozni.

A tábor negyedik napján félelmetes vihar támadt. A kalkuttai sátor kereszttrúdjá kettétört. Ömlött a víz a sátorba. Katiék azonnal áthívták a kalkuttai lányokat. Pokrócot, száraz ruhát adtak nekik. Mikor már mindenki jó száraz volt, megindult a beszélgetés. Először lassan, akadozva, majd egyre élénkebben. Elmesélték egymásnak, honnan jönnek, honnan szár-

maznak szülei, milyen az őrsi élet, miket tanulnak az iskolában. Kiderült, hogy a kalkuttai lányok között is vannak, akiknek szülei menekültek, és új életet kezdtek. Ők is őrzik szülei hagyományait!

Mire elélt az eső, a két őr nehezen szakadt el, olyan sok mondanivalójuk volt egymásnak.

## **A cserkésztestvények magyarázata**

### **4. A testvériség törvénye (A cserkész minden cserékést testvérének tekint.)**

Ha a cserkész nagy családjába tartozol, az egész világon nyitva állnak számodra az ajtók. És nem csak a magyar cserészek fognak téged testvérüknek tartani, hanem minden cserkész úgy tekint majd rád, mint a cserészek nagy családjának tagjára. És nem számít, hogy milyen vallású vagy, milyen nyelvet beszélsz, milyen a bőröd vagy a hajad színe. A testvér előtt nemcsak az ajtónk, hanem a szívünk is nyitva áll.

***Köszöntés és bemutatkozás:** Tudsz helyesen köszönni és bemutatkozni.*

### **Köszöntés és bemutatkozás**

A férfi köszön előre a nőnek, a fiatalabb az idősebbnek, beosztott a vezetőnek, fiú a leánynak.

Kivételek is vannak persze. Ne várja például egy fiatal lány, hogy idősebb férfi ismerőse előre köszönjön neki. Helyesebb az is, ha a fiatalabb vezető előre köszön idősebb beosztottainak, a férfi vezető a női beosztottaknak.

Másik kivétel, ha valaki belép egy helyiségbe, és ott már néhányan tartózkodnak; köszönjön előre függetlenül attól, hogy odabent férfiak, nők, vagy fiatalabb személyek tartózkodnak. Ha találkozol valakivel, akit ismersz, mindig köszönj neki: „Szia, Pisti!”, „Helló Ági” – ha gyerekek, illetve „Jó napot, Pista bá! Jó estét, Maris néni!” – ha felnőttek. Akkor is köszönj nekik, ha nem ismered a nevüket.

Köszöntéskor az, aki a köszöntést kezdi, bemutatkozik. Mégpedig neve említésével együtt: „Szabó László vagyok”, és ha ez cserkészkörökben történik, akkor hozzáteszi a csapatot vagy az altáborát, ahonnan van.

### **Telefon vagy mobiltelefon**

Ha valakit felhívsz, mutakozz be: „Jó napot kívánok, Pettyes Panni vagyok, beszélhetnék Micivel?” Ha téged hívnak, szintén mutakozz be. „Pettyes Panni, kivel beszéllek?”

Amíg a vezetékes telefonon nem illik reggel 8 előtt és este 9 után telefonálni, addig a mobiltelefon esetében ezt nem veszik olyan szigorúan. Nyilvános helyeken viszont vegyük figyelembe, hogy nem mindenki akarja hallani a mi beszélgetésünket.

*Ne használjuk a mobiltelefont* temetésen, egyházi szertartáson, kórházban, színházban, moziban, hangversenyen, általában kulturális rendezvényeken, mert megzavarhatjuk mások szórakozását, valamint konferenciákon, tanácskozásokon, értekezleten és étteremben sem.

## MAGYARSÁGISMERET

**Himnusz:** *El tudod énekelni a Himnusz 1. versszakát.*

### Himnusz

Írta: Kölcsey Ferenc, 1823.

Zene: Erkel Ferenc, 1845.

*Isten, áldd meg a Magyart  
Jó kedvvel, bőséggel,  
Nyújts feléje védő kart,  
Ha küzd ellenséggel;  
Bal sors akit régen tép,  
Hozz rá víg esztendőt.  
Mégbűnhődte már e nép  
A múltat s jövőndőt!*

A Himnusznek 8 versszaka van.

**Történelem:** *Tudod, ki volt Attila, ismersz 2 mondát életéből.*

### Attila (kb. Kr. u. 406–453)

Eddig sem volt ismeretlen számotokra a legendás hun király, Attila neve. Attila az európai hunok utolsó és leghíresebb fejedelme volt. Időszámításunk szerint 406 körül született Bendegúz fiaként. Attila kora egyik leghatalmasabb birodalmát uralta 434-től haláláig. Birodalma Közép-Európától a Kaszpi-tengerig és a Dunától a Balti-tengerig terjedt. Az Isten ostorának és a világ pörölyének (nagy kalapács) nevezett uralkodó az akkori világ legnagyobb hatalmú ura volt. Minden krónikánk azt írja, hogy Attila családjából származott Árpád nagyfejedelem apja, Álmos. S azt is írják, hogy a magyarok és a hunok testvér népek voltak. Számos történeti bizonyíték szól a testvériség, a rokonság mellett. A korabeli mondáink is ezt támasztják alá.



**Attila a Képes Krónikában**



**A Hun Birodalom**

### Az Isten kardja monda

Volt a szittyák királyoknak egy csodálatos, nagy erejű kardjuk, amelyet azért kaptak az Istentől, hogy azzal minden népet legyőzzenek. Ez az ősi kard elveszett, de híre fennmaradt a szittyák vitézek között. Az öregek mindig mondták-mondogatták:

- Keressétek, kutassátok, mert az lesz a világ ura, aki Isten kardját megtalálja!

Hiszen keresték is, kutatták is, de Isten kardját senki meg nem találhatta.

Történt egyszer, hogy az egyik hun pásztor észrevette: sántál, erősen sántít az egyik tinója. Megnézi az állat lábát, s hát véres seb van rajta. Ugyan, mi sérthette meg? Ahogy körülpillant, fényes lángnyelv villan fel előtte, s hát egy kard áll ki a földből, abból csapnak ki

a lángok! Odamerészkedik, kihúzza a kardot a földből, és futva fut vele Attila királyhoz:  
- Ezt a csodakardot a mezőn találtam, úgy gondolom, téged illet!  
Attila kezébe vette a kardot. Tudta, hogy az anyja által megálmodott kard, az Isten kardja jutott el hozzá. Keményen megmarkolta, és a négy égtáj felé suhintott vele. Északra, nyugatra, keletre, délre. Azt mondta:  
- Isten kardjával a föld minden népét megbüntetem.  
Így lett Attila az Isten ostora.

*(Jordanes nyomán Lengyel Dénes)*

„Csillag esik, föld reng: jött éve csodáknak! / Ihol én, ihol én ostora világnak!  
Sarkam alá én, a nemzeteket hajtom / Nincs a kerek földnek ura, kívül rajtam!”

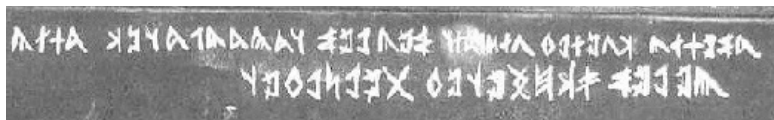
*(Arany János: Buda halála – részlet)*

### Attila temetése

Mikor Attila meghalt, kérdezték a táltostól, miképpen temessék el? A táltos azt mondta: „Temessétek el a Nap és a Hold fényében, a harc jelében, földben is és vízben is.” Nem tudták, mit jelentsen ez, de az írástudók megfejtették. Így készítettek három koporsót. Az arany koporsóba tették Attila testét, mert az arany a Nap féme. Azt beletették az ezüst koporsóba, ami a Hold féme, azt pedig a vas koporsóba, mert a fegyvert vasból készítik. Aztán sok ezer szolgáló a Tisza medre mellett egy másik medret. A meder aljába pedig egy sírt, amibe Attila hármas koporsóját temették. Végül a Tiszát visszaeresztették a medrébe. A temetés után minden szolgát lenyilaztak, hogy senki se tudja elmondani, hol is van Attila sírja. Azóta is keressük Attila sírját, de mivel sok más hagyománya van a sírhelynek, sok helyen vélik tudni a sírját.

*(Gárdonyi Géza A láthatatlan ember c. művében részletesen leírja Attila temetését.)*

Fejtsd meg a csíkcsmortáni ágytámla rovásfeliratát, s akkor megtudod, hogy miért temették el így Attilát!



**Hun-magyar mondakör:** Tudod ki volt Hunor és Magor. El tudsz mondani két hun-magyar mondát.

„Száll a madár ágról ágra,  
Száll az ének, szájról szájra;  
Fű kizöldül ó sírhantón  
Bajnok ébred hősi lanton.

Vadat üzni feljövének  
Hős fiai szép Enéhnek:  
Hunor s Magyar, két dalia  
Két egytestvér, Ménrót fia.

Ötven-ötven jó leventét  
Kiszemeltek, hogy követnék;  
Mint valamely véres hadra,  
Fegyverkeztek könnyű vadra.

Vad előttük vérben fekszik,  
Őz vagy szarvas nem menekszik;  
Elejtették már a hímet -  
Üldözik a szarvas – gímet.

Gím után ők egyre törnek  
Pusztá martján sós tengernek,  
Hol a farkas, hol a medve  
Sohasem járt eltévedne.”

*(Arany János: Rege a csodaszarvasról)*

A régi időkben nem mindenki ismerte az írást. A népek életének kimagasló eseményei szájról szájra szálltak, apáról fiúra maradtak. Később énekmondók örökölték meg a nagy tetteket. Ezeket az énekmondókat a magyar nép előbb regösöknek, később kobzosoknak nevezte. A szájhagyománynak, a regösöknek és a kobzosoknak köszönhetjük, hogy a magyar nép őstörténete számunkra fennmaradt.

## **Hunor és Magor (kb. Kr. u. 200. pontosan nem tudjuk)**

### **A csodaszarvas mondája**

Történt egyszer, hogy Hunor és Magyar vadászat közben messze elkalandoztak, és már a Meotisz mocsarai között bolyongtak. Ekkor hirtelen egy nőstény szarvas bukkant fel előttük, ők pedig mindjárt üldözőbe vették. Futott a szarvas, majd nagy hirtelen nyom nélkül eltűnt a vadászok szeme elől. Sokáig keresték, de sehogy sem tudták megtalálni. Ezután atyjukhoz visszatértek, tőle engedélyt kértek, és amint ezt megkapták, minden jószággal (állataikkal) a meotiszi mocsarak közé költöztek.

Meotisz tartománya határos Perzsiával. Mindenfelől tenger veszi körül, egy nagyon keskeny gázlót (vízi út) kivéve. Folyói egyáltalán nincsenek, de füvekben, fákban, madarakban, halakban és vadállatokban bővelkedik. Nehéz oda a bejutás meg a kijárás is. Hunor és Magyar népe a meotiszi mocsarak közé behatolt, és öt éven át onnan ki sem mozdult. A hatodik évben elindultak, és a pusztában véletlenül rábukkantak Belár király leányaira, akik éppen táncot jártak. Ekkor őket elfogták, és minden jószággal együtt magukkal ragadták a meotiszi mocsarakba. Az alánok fejedelmének, Dulának két lányát is elfogták, az egyiket Hunor, a másikat Magyar vette feleségül. Az összes hunok és magyarok ezektől az asszonyoktól származnak.

*(Jordanes, Kézai Simon)*



**Hunor és Magor**



**A csodaszarvas**

### **Hadak Útja mondája**

Attila halála után szétesett roppant birodalma. Fiai véres csatákban elhullottak. Csak egy maradt köztük életben, a legkisebb, a legkedvesebb: Csaba vezér. Csaba vezér összegyűjtötte a megmaradt hunokat, és azt mondta nekik: „Messze, messze, ahol a nap támad, Szittyaország földjén élnek a mi jó rokonaink, magyar testvéreink. Ha akarjátok, elvezetlek oda, s együtt jövünk vissza, újra elfoglalni Attila apánk országát.”

Fel is kerekedtek, elindultak, és Erdély havas hegyeinél megálltak. Itt Csaba megfelezte a hun csapatot: „Egyik fele velem jön Szittyaországba, hírt vinni a testvéreknek; a másik fele itt marad e magas bércek között, és visszavár bennünket.” Azokat akik ott maradtak, megtanította kőből, fából házat építeni a sátor helyett, s azt mondta nekik: „Meddig a tűz hideg nem lesz, meddig a folyó le nem foly, meddig a télre tavasz derül, meddig égből jön az áldás, addig, jó népem, itt székelj!” És lett e nép neve székely. S hogy nagyobb kedvük legyen a sok idegen és ellenség közt itt maradni, megígérte nekik Csaba, hogy hadával tüstént visszafordul segítségükre, ha azt üzenik, hogy bajban vannak. „Üzenhettek tűzzel, vízzel, hírmondótok lehet a levegő vagy akár maga földanya is.”

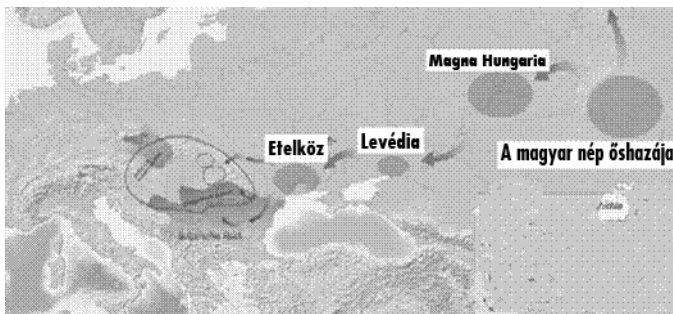
Alig lovagoltak el Csabáék egy napi járóföldre, rettentő szél zúgatta körülöttük az erdőt, hozta az üzenetet a levegő: „Vissza, Csaba, vissza! Bajban van a székely!” Rögtön visszafordultak a hunok, s mind levágták az ellenséget, amely megtámadta a székelyeket. Aztán újra megindultak Szittyország felé. Mentek egy jó darabon, hát egyszerre csak megáradt folyó állta az útjukat: víz hozta az üzenetet: „Vissza, Csaba, vissza! Bajban van a székely!” Harmadszor már heted-hét országon túl jártak, mikor jeges fürgeteg zúdult rájuk rettenetes égzengéssel, villámlással. Az égi tűz hozott üzenetet. Visszafordultak, megint megmentették székely véreiket, és aztán már akadály nélkül elérkeztek Szittyországba. A magyarok nagy szeretettel fogadták a hun testvéreket. Megosztották velük sátraikat, kenyerüket, meghallgatták hírmondásukat Attila örökéről, de aztán ezt mondták nekik: „Most még gyengék vagyunk arra, hogy átvegyünk ekkora örökséget. Sokasodnunk kell még arra. Maradjatok nálunk addig, aztán majd együtt indulunk!” Csaba királyfi és népe le is telepedett a magyarok között. Szépen meg is öregedtek, szemüket is lehunyták örök álomra, s a magyarok eltemették őket szép zöld halmok alá lovastul, kardostul.

Ott aludtak aztán száz meg száz esztendeig háborítatlanul. Akkor egyszer csak megint ellenség fogta körül a székely népet Erdélyben, de ez még hatalmasabb volt, mint azelőtt. Egy álló hétig harcolt a székely de hiába, Sok volt az ellenség. Sötét éjszakán utolsó csatájukat vívták. Reszketett, dobogott lábuk alatt a föld a nagy viaskodásban, s a székelyek öregjei így sóhajtottak: „Hej, Csaba apánk, most már te sem segítesz meg bennünket!” És a föld elvitte üzenetüket a halott hunoknak a zöld halmok alá. Ebben a pillanatban Erdélyország felett nagy csörgés-csattogás támadt az égboltozaton. Zabla csörgött, kard csattogott. A halott királyfi, Csaba vezér és ragyogó lovasai tűntek fel az égen a csillagok között! „Ne hagyj magad, székely! Itt vannak testvéreitek!” És a székelyek új erőre kaptak. Az ellenséget pedig megvette a rémület. Eldobták fegyvereiket, és futottak ész nélkül. Ki tudna csatázni az egek országútján robogva érkező lelkekkel? A székely nép megint megmenekült, Csaba királyfi és vitézei pedig visszatértek a zöld halmok alá, azon az úton, ahonnan jöttek. A fényes fehér út azonban, amit paripáik patkói kitapostak, megmaradt az égen, s még ma is ott világít. A Tejút az, amit azóta a magyar ember Hadak útjának nevez.

*(Leánycserkészkönyv II., 227. old.)*

**Földrajz:** Tudod, hogy mit neveznek Őshazának.

## Őshaza



## Turán

A magyar őstörténet számára a történeti Turán mint földrajzi fogalom igen fontos terület. A Turáni-alföld a mai Közép-Ázsia nagy részére kiterjedő, sztyeppékkal borított síkság. Ma is genetikailag rokon népek lakják.

## **Kaukázus**

A magyarokat ekkor szavárdnak – szabírnak – nevezték. A magyarok ekkori szálláshelye nem az Urál vidékén, hanem a Fekete-tengerbe ömlő Kubán folyótól délre, a Kaukázus vidékén volt. A magyarok őseinek a Kaukázusban maradt részeit nevezik szavárd magyaroknak.

## **Magna Hungaria**

A régebben feltételezett magyar őshaza latin neve az Urál délnyugati oldalán. Mint őshazát ma vitatják, de egy időben éltek ott magyarok. Létezéséről Julianus barát is tudósított 1236-ban.

## **Levédia**

A Don, a Donyec és a Fekete-tenger között húzódó terület. A magyarság egykori szállásterülete és első ismert fejedelemsége a 8-9. század közepe közötti időszakban. A történetírók az első uralkodójáról, Levedi fejedelemről nevezték el. Az „Emese álma” és a „Turul-monda”, valamint Hunor és Magor mondája, a Csodaszarvas-legenda, mind-mind erről a területről származnak.

## **Etelköz**

Etelköz Árpád népének utolsó hazája volt a honfoglalás előtt. Nevét a Don folyó etil/itil nevére kaphatta. Etelköz-ben a magyarok a kazároknak egyenrangú szövetségesei voltak. A kazárok is egy törzset alkottak a honfoglaló hét magyar törzs mellett, s velük együtt jöttek be a Kárpát-medencébe. A magyarok etelközi tartózkodása idején őstörténetünk sok fontos eseménye játszódott le.

- A kijevi hadjárat. Ezen esemény Anonymus szerint 884-ben volt.
- A vérszerződés. A honfoglalás előtt döntő esemény történt, s ez formálta végül is egyetlen nemzeté a magyar törzseket.
- Álmos „rituális” halála.
- Árpád nagyfejedelem. Anonymus arról értesít, hogy Árpád „Attila nemzetségéből” származott.

## ***ELSŐSEGÉLY***

***Elsősegély alapok:*** Tudod, hogy baleset esetén mit kell tenni (életet menteni, jelentést adni, biztosítani).

### **Elsősegély alapok (CSIMIHI-MESE! 1-7.)**

#### **Ha baleset történt**

Sokszor, ha valami baleset történik, a helyszínt emberek hada veszi körül, és nem is lehet tudni, mi is történt. Ha többen vagytok, meg kell szervezni, ki mit csinál, de ha egyedül vagy, akkor is ebben a sorrendben intézkedj. Azért hívjuk ezt **CSIMIHI-MESE**-nek, hogy emlékezzünk, hogyan kell nyugodtan és meggondoltan elsősegélyt nyújtani.

***Soha ne feledd: feladatod nem a kezelés, hanem a segélynyújtás. Nem vagy orvos. Célod nem a baj meggyógyítása, hanem hogy a sebesült minél gyorsabban orvosi ellátást kapjon.***

## CSIMIHI-MESE!

### 1. CSIGAVÉR

**Maradj nyugodt, és gondold át, hogy mit kell tenned!**

### 2. MI TÖRTÉNT?

- Mi történt? *(pl. elesett a biciklivel)*
- Hány sebesült van? *(pl. csak egy)*
- Milyen sebek vannak? *(pl. vérzik a térdé és jajgat)*
- Még van veszély? *(pl. autóúton vagytok, és jönnek az autók)*

### 3. HÍVJ SEGÍTSÉGET:

**„Hívj segítséget, ne egyedül tedd!”**

Keress a táborotokban egy vezetőt, tábori orvost, szülőt, iskolában egy tanárt, vagy ints le egy autóst, akitől segítséget kérhetsz. Neked itt be is fejeződik a feladatod, mert a továbbiakban már a segítőd intézkedik.

*Ha viszont egyedül maradsz, akkor az alábbiak szerint kell tovább cselekedni:*

### 4. MENTENI

**Veszély elhárítása, de ne veszélyeztesd magad!**  
*(pl. autóútról elvinni a sérültet vagy figyelmeztetni az autósokat, hogy baleset történt)*

### 5. ELSŐSEGÉLY

**Elsősegélyt nyújtani (vérzés kezelése, sínezés, stabil oldalfektetés), először kérj engedélyt a sérülttől**  
*(pl. lefektetni és bekötni a térdét)*

### 6. SZÁLLÍTANI

**Szállítást megszervezni.**  
*(pl. mentőt hívni vagy hordágyat készíteni)*

### 7. ELLENŐRIZNI

**Ellenőrizni a sérült állapotát, amíg jön a mentő.**  
*(pl. a pulzusát megmérni, kötéseit átkötni, ha átvérzett)*

*Figyelem: Súlyos sérüléseknél (hát- és fejsérülésnél) nem szabad a sérültet szállítani, de még mozgatni sem, mert nagyobb bajt is okozhatsz.*

**Balesetjelentés:** *Tudsz balesetet jelenteni: mi történt, hol, kivel, mikor, mi a helyzet?*

### **Balesetjelentés**

Ha hívod a mentőt, akkor gondold meg, mit kell mondani, és adj pontos jelentést. Ne te fejezd be a beszélgetést, hanem várd meg, amíg ők teszik le a kagylót.

1. Ki vagy? *(név, korod, telefonszámod, ill. honnan telefonálsz)*
2. **Hol vagy?** **(utca neve, házzszám, ha erdőben vagy: pontos útleírás)**
3. Mi történt? *(csak a lényeg: pl. autóbaleset, tűz, vízbefulladás)*
4. Hány sebesült van? *(1, 2, 3, sok)*
5. Milyen sérülések? *(égés, vérzés, nem reagál, mindenféle)*
6. Mit csinálj? *(kérdzd meg, figyelj, hogy mit tanácsolnak)*
7. Mentőket várni *(álljatok ki az út mellé, hogy a mentő könnyen megtalálja titeket)*



**Szálka, orrvérzés, vízhólyag:** Tudod a szálka, orrvérzés és vízhólyag kezelését.

## **Apró sérülések**

### **Szálka**

Szálka- vagy tüskeszúrás bármikor könnyen előfordulhat, és nagyon kellemetlen lehet. Iga-  
zán veszélyessé azonban csak akkor válik, ha a szálka fertőzést, esetleg vérmérgezést okoz.  
A vérmérgezés jele egy sötétvörös csík, ami a végtagoktól a szív felé halad és fáj. Ilyenkor  
rögtön kórházba kell menni, ezért igyekezz a szálkát minél hamarabb eltávolítani. Ehhez  
nem kell más, csak egy csipesz vagy tű, amit tűzzel vagy alkohollal fertőtleníthetsz. Ha ki-  
vetted a szálkát, próbálj egy kis vért is kinyomni, hogy az kimossa a piszkot. Utána lehetőleg  
fertőtlenítsd a helyét.

### **Orrvérzés**

- Fejet előre hajtani.
- Az orrtövet két ujjal összeszorítani.
- Tarkóra és homlokra hideg vizes borogatást rakni.
- Ha 30 perc után nem áll el, orvoshoz kell menni.
- Az orrjáratokat tamponálni, betömni a szállításhoz.

### **Vízhólyag**

A vízhólyag elég gyakori sérülés: hosszú portyák után a lábon, vagy ásás után a tenyéren  
fordul elő. Régebben a vízhólyagot túvel kiszúrták és kinyomták belőle a vizet, aztán hagy-  
ták megszáradni. Ezt ma már nem ajánlják, hanem inkább fertőtleníteni kell, majd steril  
gézzel bekötni, főleg ha már felszakadt.


Ügyelj arra, hogy a cipőd jól be legyen járva és ne csúszkáljon benne a lábad.


A zoknid legyen sima, zavaró varrás nélkül. Van, aki két vékony zoknit vesz fel egymásra.  
A hólyag kialakulását meg is lehet előzni, ha már a kipirosodott bőrt leragasztod hólyagta-  
passzal. Vízhólyag ellen jó az útifű is. Rakd bele a zoknidba és nem lesz a bőrödön hólyag. A  
zoknit utána persze ki kell mosni.


**Füredi szabályok:** Ismerd a füredi szabályokat (6 db).


## **Füredi szabályok**


### **Füredi szabályok**


- 

**A gyerekeket ne hagyd őrizetlenül a vízben!**  
- Pillanatok alatt elmerülhet, és nem látod.
- 

**Teli, vagy teljesen üres gyomorral ne ússz!**  
- Egy kiadós ebéd után várj 1-2 órát.  
- Ha nagyon éhes vagy, egyél egy pár falatot.
- 

**Felhevült testtel ne ugorj a vízbe!**  
- A hirtelen hidegtől sokkot kaphatsz, és megállhat a szíved.  
- Ezért lassan vizezd be magadat, hogy a tested megszokja a hideget.
- 

**Ismeretlen vízbe ne ugorj bele!**  
- A víz alatt lehet szikla, vas, fák és egyéb veszélyes dolog.  
- Ugrás előtt nézd meg, hogy elég mély-e a víz!
- 

**Felfújtt tárgyakkal ne menj mély vízbe!**  
- Bármikor kilyukadhat.
- 

**Hosszú távot ne ússz egyedül!**  
- Még akkor sem, ha jó úszó vagy.  
- Ha teheted, inkább a part mentén ússz 100-200 m-re, mintsem a tó közepén.

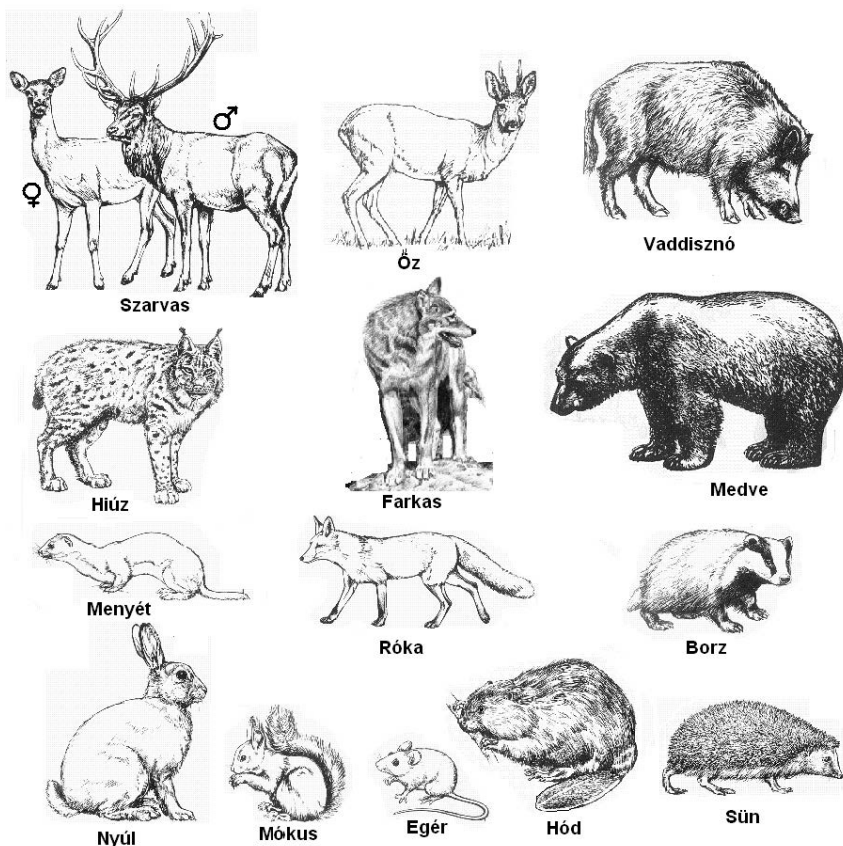
Ha az őrssel vagy nagyobb csoporttal mentek fürdeni, kérdezzétek meg, ki tud jól úszni, és ki nem. Akik tudnak úszni, azok használják a páros rendszert. Tehát mindig ketten fürdenek együtt, és vigyáznak egymásra. Aki nem tud úszni, vagy csak kicsit, az a vezető közvetlen felügyelete alatt fürödhet csak. Ez főleg tavakon és folyóvizeken fontos.

## TERMÉSZETISMERET

**10 erdei állat:** Ismersz 10 erdei állatot, nyomát és életmódját. Mo.: vaddisznó, őz, róka, nyúl, egér, mókus, borz, nyest, sün és medve.

### Erdei és vadon élő állatok

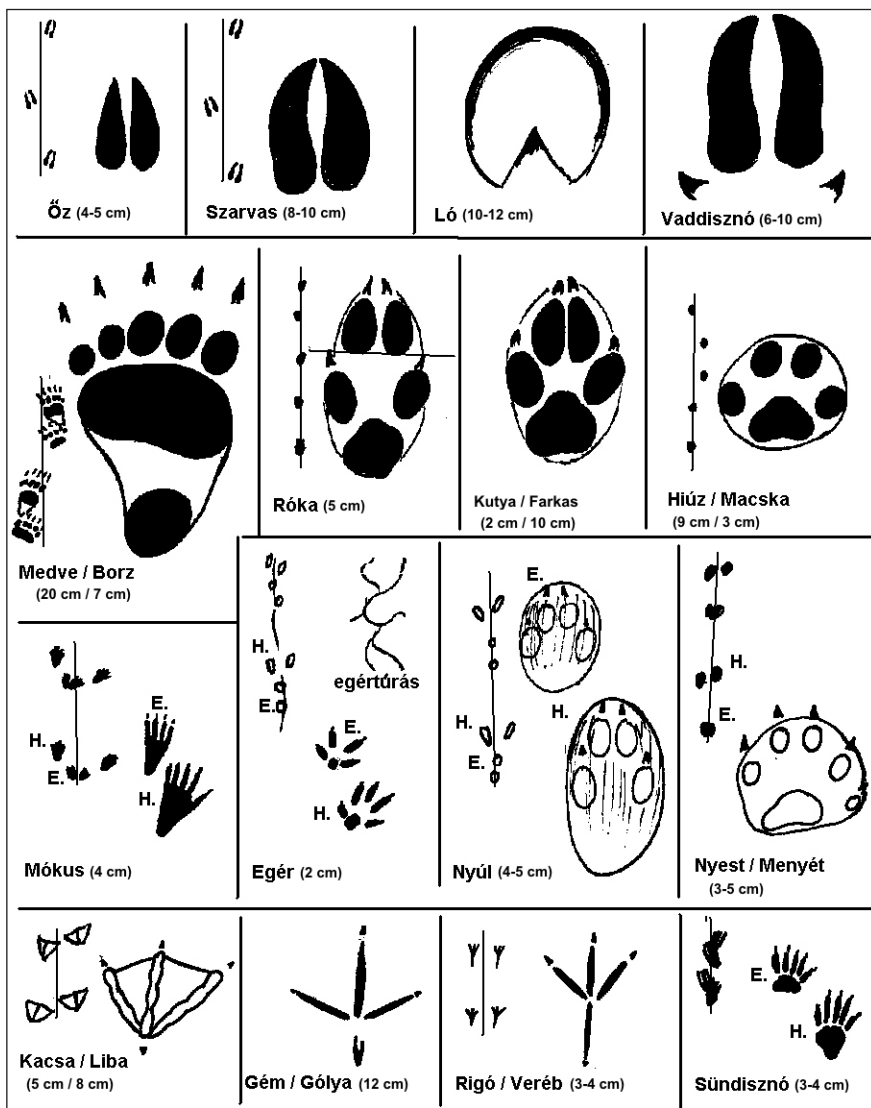
Ezek az állatok Magyarországon, illetve a Kárpát-medencében élnek. Farkas, medve és hiúz, azonban már csak a Kárpátok hegyeiben és a Balkánon találhatóak. Magyarországra legfeljebb időnként vetődnek el, különösen a Zemplénbe és Aggtelek környékére. Sok állat él a mai napig vadon. Ennek nem mindenki örül, mert sokszor kárt is okoznak. Minél sűrűbben lakott egy vidék, annál kevesebb hely marad ezeknek az állatoknak. Táborozás közben igyekezz, hogy lehetőleg keveset zavarj őket. Ha csendben vagy, talán meg is figyelheted valamelyiküket. Ehhez ismerd meg a szokásaikat!



<p><b>Szarvas</b> (<i>bika, tehen, borjú</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hossza 160-250 cm, tömege 100-350 kg</li> <li>- Növényevő, télen sok kárt okoz az erdőben, mert a fák rügyeit megeszi, és a kérgét lerágja.</li> <li>- Agancsát minden évben ledobja, helyette minden évben nagyobb és több ágú nő.</li> <li>- A bikák és a tehenek külön csoportokban élnek.</li> <li>- Kis farkuk van.</li> <li>- Híres az őszi szarvasbőgés (nász).</li> <li>- Tavasszal 1-2 borjút hoz világra.</li> <li>- Természetes ellensége már nincs, csak az ember vadássza.</li> </ul>	<p><b>Őz</b> (<i>őzbak, suta, gida</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hossza 140 cm-ig terjedhet, tömege 15-30 kg.</li> <li>- Csak a baknak van kis szarva.</li> <li>- Nincs farka.</li> <li>- Növényevő, fűvel, levelekkel, makkal táplálkozik. Télen sok kárt okoznak az erdőben, mert a rügyeket megeszik, és a fák kérgét is lerágják.</li> <li>- Nappal főleg az erdőkből bújik el, de szürkületkor a rétekre is kijön legelni.</li> <li>- Tavasszal 2-3 őzgidát ellik.</li> <li>- Ellenségei: róka, hiúz, farkas, medve.</li> <li>- Sok őzgida elpusztul, mert az anyja a rét közepén hagyja, és a fűvet nyíró traktor eltapossa.</li> </ul>
<p><b>Vaddisznó</b> (<i>kan, koca, süldők, malacok</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hossza 160 cm-ig, tömege 200 kg-ig terjedhet.</li> <li>- Mindenevő: legszívesebben tölgy-, és bükkmakkot, kukoricát, bogarakat fogyaszt.</li> <li>- Nagy kondában élnek, amit egy koca vezet.</li> <li>- A kanok egyedül élnek.</li> <li>- Sok kárt tesznek a termésben és a kukoricaföldön.</li> <li>- Nagyok okos és óvatos.</li> <li>- Látása rossz, de a szaglása nagyon jó.</li> <li>- Szereti a sárdagonyát (sáros, pocsolyás helyet, ahol hempereghet), utána pedig megdörzsöli magát a fák törzsénél.</li> </ul>	<p><b>Hiúz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A ragadozókhöz tartozó macskaféle.</li> <li>- Hossza 1 m körüli, magassága 70 cm.</li> <li>- Pettyes szőre, szakála és fülpamacsa van.</li> <li>- Rendkívül gyors.</li> <li>- 3-4 m-es ugrással támad.</li> <li>- Magányosan él.</li> <li>- 10-100 km<sup>2</sup>-es területén üregekben, sziklahasadékban vackol.</li> <li>- Tavasszal 2-3 utódja jön világra.</li> </ul>
<p><b>Farkas</b> (<i>kan, szuka, farkaskölyök</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hossza 100-140 cm, tömege 30-75 kg</li> <li>- Húsevő, mindent megeszik, ami mozog.</li> <li>- Európában már csak a Kárpátokban él.</li> <li>- Falkában él, amit a vezérfarkas irányít.</li> <li>- Csak a vezérralatok párosodhatnak.</li> <li>- 3-4 kölyköt ellik.</li> <li>- Ellensége a medve és az ember.</li> </ul>	<p><b>Medve</b> (<i>hím, nőstény, medvebocs</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mindenevő: halak, bogycók, egerek, nyulak, méz.</li> <li>- Nappali állat, de ha vadásszák, át tud állni éjjeli életmódra.</li> <li>- Téli álmot alszik.</li> <li>- 2-3 bocsot ellik.</li> <li>- A hímek egyedül élnek.</li> </ul>
<p><b>Menyét</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kisragadozó. Akkora, mint egy kiscica.</li> <li>- Éjjeli állat.</li> <li>- Nagyon jól mászik fára, így még a mókust is meg tudja fogni.</li> <li>- Rovarokat, madarakat, egereket, tojást, bogyókat eszik.</li> <li>- Faodúban és mókusok fészkeiben lakik.</li> <li>- Évente egyszer ellik 2-7 utódot.</li> </ul>	<p><b>Róka</b> (<i>kan, szuka, kölyök</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kb. 60-90 cm hosszú, tömege 7 kg</li> <li>- Ragadozó: főleg egerek, azon kívül nyúl, tyúkfélék, béka, döglött hal, bogarak (szöcske, cserebogár), giliszta, őzgida stb. alkotják táplálékát.</li> <li>- Erdőben él kotorékban (búvóhely), de sokszor beköltözik borzbarlangba.</li> <li>- Főleg éjjeli vadász.</li> <li>- Városokba is bemegy, ha talál ennivalót.</li> <li>- Évente egyszer 4-6 kölyköt ellik.</li> <li>- Veszétséget terjeszt. Vizelete veszélyes betegséget hordozhat.</li> <li>- Ellensége a farkas, hiúz, sas, ember.</li> </ul>

<p><b>Borz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mindenevő</li> <li>- Nagy barlangokat (kotorékot) és több kijáráttal, amiben több család is megél.</li> <li>- A kotorék körül friss földet lehet találni.</li> <li>- Az ürüléket külön gödörbe kitúrja. (Ellenben a róka az ürülékét a barlangja előtt hagyja, így a barlangja körül bűdös van.)</li> <li>- Nem alszik téli álmot, de lelassul.</li> <li>- Csak éjjel van úton.</li> <li>- Ellensége az ember és a nagyobb ragadozó.</li> </ul>	<p><b>Sün</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tápláléka: csiga, földigiliszta, rovarok, bogyók, gyümölcs.</li> <li>- Tüskéi a szőrszálakból keletkeztek. Veszélyben összehúzza magát.</li> <li>- Általában éjjel van úton.</li> <li>- Évente 1-2-szer ellik 2-7 kicsit.</li> <li>- Téli álmát nagy levélkupacokban alusza, októbertől áprilisig.</li> <li>- Nem szabad neki tejet adni!</li> <li>- Ellenségei: róka, ember (autó).</li> </ul>
<p><b>Nyúl</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hossza 50-70 cm, tömege 2-7 kg</li> <li>- Van erdei, mezei, házi, havasi nyúl.</li> <li>- Rágcsáló és menekülő állat, nappal elbújik.</li> <li>- Tápláléka vad füvek, gabonák, rügyek</li> <li>- Társas lények, kolóniákban élnek.</li> <li>- évente 3-4-szer ellik 2-10 kisnyulat.</li> <li>- A vadon élők szaporodásukban, életmódjukban különböznek a házi nyúlaktól.</li> <li>- Ellenségei a róka, górény, nyest, héja és más ragadozó madarak.</li> </ul>	<p><b>Mókus</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rágcsáló (bogyók, diók, makk, tojások, rovarok)</li> <li>- Nappal mozog, főleg erdőben és parkokban.</li> <li>- A fák tetején rak több mókusfészket.</li> <li>- Évente 1-2-szer ellik 3-5 kölyköt.</li> <li>- Ellenségei a nyest, a héja és más ragadozó madarak.</li> </ul>
<p><b>Egér</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rágcsáló</li> <li>- Bogyókat, növényeket, rovarokat, magokat eszik.</li> <li>- Számos fajtája van (mezei, házi)</li> <li>- Kártevő, mert megrontja a tartalékokat. Nehéz ellene védekezni, mert rendkívül szapora.</li> <li>- Évente 3-5-szor ellik 4-10 kisegeret.</li> <li>- Ellensége minden ragadozó állat.</li> </ul>	<p><b>Hód</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rágcsáló, csak növényt eszik.</li> <li>- Víz menti fákat rág meg, amíg kidőlnek, majd ezekből várat épít a vízben. Ebben biztonságban lakik, mert bejáratuk víz alatt található. Várai gátszerűek, akár áradást is okozhatnak.</li> <li>- 2-14-es családokban élnek.</li> <li>- Főleg éjjel aktívak, de nappal is megfigyelhetőek.</li> </ul>

## Állatnyomok



A lábnyomokon kívül meg lehet ismerni az állatokat az ételmaradékok (megrágott toboz, mogyorók) és ürülékek (széklet) alapján is. A ragadozó madaraknak jellegzetes a köpetük. Ezek szőrös gombócok, melyeket a madár kiköp, mert nem tudja megemészteni. Ezekben kis csontok vagy tollak vannak, amiről fel lehet ismerni, hogy melyik madár mit eszik.

<p><b>Őz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kicsi nyom, mely futásnál elől szét-nyílik.</li> </ul>	<p><b>Szarvas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hasonlít az őz-nyomra, de sokkal nagyobb.</li> </ul>	<p><b>Ló</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jól látszik a nagy körme.</li> <li>- Ha patkolva van, akkor a patkó is sokat elárulhat.</li> </ul>	<p><b>Vaddisznó</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ujjhegyen jár.</li> <li>- Jellegzetes az 1-es és a 4-es ujjak erős lenyomata.</li> </ul>
<p><b>Medve / Borz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Talpon járók</li> <li>- Mind az öt körme jól látszik.</li> <li>- Hátsó lábát az első lába helyére teszi, ezért a nyomok összefolynak.</li> <li>- Az első lábnyom sokszor csak a lábfejből áll.</li> </ul>	<p><b>Róka</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kutyaféle</li> <li>- Nyoma hosszúkás.</li> <li>- Vonalat lehet húzni az 1. és a 4. karmai közt.</li> <li>- Körme hegyes.</li> </ul>	<p><b>Kutya / Farkas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A nyom kerekebb, mint a rókáé.</li> <li>- A kutya karmai tompák, mert elkopnak a köves utakon.</li> </ul>	<p><b>Hiúz / Macska</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Macskafélék</li> <li>- Karmát be tudja húzni.</li> <li>- A vadmacskáé is hasonló, de a talpa szőrös.</li> </ul>
<p><b>Mókus</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hátul 5, elől csak 4 ujj van.</li> <li>- Nyoma csak a hóban látszik.</li> <li>- Páros lábbal ugrik, széles nyomot hagyva.</li> </ul>	<p><b>Egér</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipeg vagy ugrál.</li> <li>- Hosszú farka csík-szerűen látszik.</li> <li>- Hóban, homokban vagy lisztben látszik a lábnyoma.</li> </ul>	<p><b>Nyúl</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A nyúlugrásnál a hátsó lábak előre kerülnek.</li> <li>- Talpa szőrös, ezért sokszor csak a karmai láthatóak.</li> </ul>	<p><b>Nyest / Menyét</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kisragadozók.</li> <li>- Az ötödik ujj csak halvány lenyomat.</li> <li>- Hármassal fut, tehát csak három lábnyoma látszik.</li> </ul>
<p><b>Kacsa / Liba</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vízimadaraknál jellegzetes az ujjak közötti úszóhártya.</li> </ul>	<p><b>Gém / Gólya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Úgy lépeget, mint egy ember: a két lábával felváltva.</li> </ul>	<p><b>Rigó / Veréb</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leginkább páros lábbal ugrál.</li> </ul>	<p><b>Sündisznó</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elöl-hátul 5 ujj van.</li> <li>- Nem ugrál, mint a mókus, hanem a nyomok sokszor egymást tapossák.</li> </ul>

### **Nyomok beosztása:**

Mivel az állatok különböző módon fejlődtek ki, lábuk is másképp alakult ki, tehát a nyomuk is különböző.

#### **Talpon járók:**

- 5 ujj látszik
- Medvefélék

#### **Ujjon járók:**

- 4 ujj látszik
- Macska- és kutyafélék, rágcsálók

#### **Ujjhegyen járók:**

- 1, 2 vagy 3 ujjhegy látszik
- Szarvasmarhák

#### **Madarak**

- 3 vagy 4 ujj látszik

## CSOMÓZÁS

**Háromszálas fonás:** Készítsz dísztárgyat háromszálas fonással.

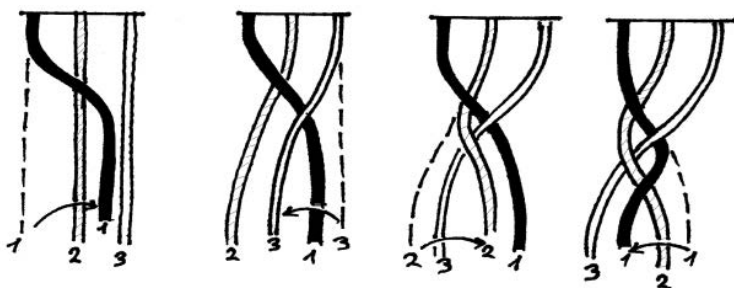
### Fonás

#### Hármas fonás

Köss össze három szálat egy egyszerű csomóval. Utána a bal oldali külső szálat átemeled a középsőn, és középre rakod, majd a jobb oldalit rakod középre, és így tovább. Ha eltéveszted a sorrendet, az majd meglátszik a fonáson. Menet közben húzd össze szorosra a fonást.

Használata: Dísztítéshez  
Haj- vagy kalácsfonáshoz  
Vékony spárgából vastagot csinálni.  
Ostorkészítésnél

Egyéb: Létezik 4 vagy több ágas fonás is.



**Karikás ostor**

## JELADÁS

**Rovásírás alapok:** Ismered a rovásírás szabályait és eredetét. Fejből le tudod írni saját nevedet rovásírással.

### Rovásírás

A rovásírás a régi magyar írásmód (rovás = kőbe, agyagba vagy fába vésní). Onnan ismerjük, hogy vannak régi tárgyak, melyeken a szavak rovásírással vannak írva. Ezeket te is el tudod



olvasni, mivel az évszázadok során a magyar nyelv alig változott. Erdélyben és újabban Magyarországon is mind a mai napig használják a rovásírást. Tanuld meg olvasni és írni, és akkor akár rovásírárszerenyen is részt vehetsz.

Fontos tudni, hogy mi cserkészek már régóta használjuk a rovásírást, és ezért minket is a rovásírás hagyományának őrzői között tartanak számon. Rajtad is múlik, hogy ez így is maradjon.

### Miért írjunk rovásbetűkkel?

1. A rovásírás a világ legelső írásrendszereihez tartozik. Legalább 8000 évvel ezelőtt alakult ki, amit régészeti leletek bizonyítanak.
2. A rovásírás egyszerű, könnyen megtanulható. Fejleszti az értelmet, a képzelőerőt, gazdagítja a személyiséget.
3. Alkalmas titkosírásnak is.
4. Alkalmazni lehet díszítéshez.
5. Az egyenes vonalak miatt könnyű faragni.

### A rovásírás legfontosabb szabályai

1. A rovásírást jobbról balra írjuk, mert legtöbb írásemlékünkben így szerepel. Lehet balról jobbra is írni, ám ez nem hagyománykövető. Ebben az esetben meg kell fordítani a betűket.
2. A szavakat szóközzel választjuk el egymástól. Kis és nagybetűt külön nem jelölünk. Az írásjelek ugyanazok, mint a latin betűs írásnál.
3. Fontos szabály, hogy rovásírásunkban csak azokat a betűváltozatokat használhatjuk, amelyek valamely régi rovásemlékben megtalálhatók.
4. A rovásbetűk között nincs Q, W, X, Y. Rovásírással így jelöljük őket:  
Q=KV    W=V    X=K SZ    Y=I
5. A rovásbetűknél két K-betűt ismerünk, de mivel nincs tisztázva a két K valódi szerepe, ezért csak az egyiket használjuk:  $\emptyset$ . A másikat, ami úgy néz ki, mint egy Z, nem használjuk.

### Rovásábécé

Ezt a rovásírási ábécét használják a cserkészek már több mint 60 éve. Az első cserkész rovásábécét 1942-ben átdolgozták, és azóta ez van használatban. Jellegzetessége, hogy csak egyenes vonalakat használunk benne.

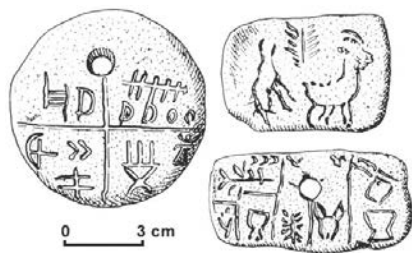


## Összerovás

 <p>E V É      R Ú      Z A</p> <p>Nagy Máttyás      Bíró Anna</p>	<p>Hogy gyorsabbak legyenek, vagy hogy cifrább legyen az írás, sokszor két betűt összeróttak.</p> <p>Ilyenkor megfordították a betűket, vagy egy betűnek a vonalát használták a másikinál is.</p> <p>Te is összeróhatod neved kezdőbetűit, és akkor lesz egy titkos jeled.</p>
---	--

## Rovásírási emlékek

Sok értékes régészeti lelet tanúskodik a rovásírásról és annak ősi eredetéről.



A Tatárlakai lelet.

A korongon egy ima „olvasható”, 1961-ben találták.

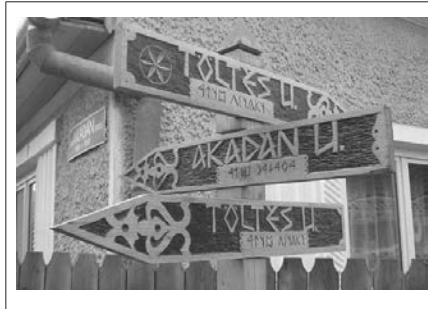
C-izotópmérés szerint 6500 éves.



Az **énlakai templom** kazettás mennyezetének rovásírási felirata 1688-ból ered.

Olvasata:

„Egy az Isten – Georgius Musnai Dakó”.



Mai napig rengeteg megválaszolatlan kérdés van a rovásírással kapcsolatban. Mivel a magyarok ősi kultúrájáról nem maradt fenn nagyobb és átfogó írásos emlék, ezért minden ezzel kapcsolatos ismeretet kis töredékekből kell összeollózni. Ezért még a mai napig is folyik a magyar őskultúra kutatása, és még mindig bukkannak fel leletek, melyek egyre több fényt derítenek a magyarok ősi kultúrájára, amelynek szerves része a rovásírás is.

**Figyelem!** Magyarországon minden évben van rovásírási verseny. Ha lehet, vegyél részt rajta te is!


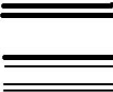

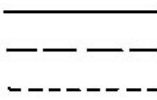



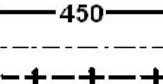

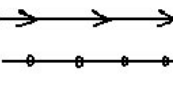








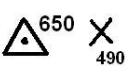

## TÁJÉKOZÓDÁS

**10 legfontosabb térképjel:** *Megtanulod: erdő, vasút, templom, folyó, főút, út, ösvény, épület, torony, tó térképeleit.*

### Térképjelek

Azért vannak a térképjelek, hogy a valóságban kicsi dolgokat ki tudjuk emelni a térképen. Mivel ezek minden országban, sőt minden térképkészítőnél egy kicsit másképpen néznek ki, itt csak egy párat mutatunk be.

Ha tudod, mi a rádiótorony vagy a templom jele, akkor azután könnyen tudsz tájékozódni. Vigyázz a szintvonalakra és a határookra! Ezek csak a térképen léteznek, és a kezdők könnyen útnak nézik, pedig a valóságban nincs ott semmi. (Kivéve, ha az országhatár drótkerítéssel van biztosítva.)

	Épületek, házak és gyárac		Autóutak: autópálya főút mellékút
	Templom		Gyalogutak: egysávos út gyalogút ösvény
	Temető		Vasúti sín állomással (fölül)
	Vendégház		<b>Nem utak!</b> Szintvonal (barna) Megyehatár Országhatár
	Várrom		<b>Nem utak!</b> Áramvezeték Drótkötélpálya
	Híd		Mocsár (kék)
	Sportpálya		Szőlő (zöld)
	Barlang		Magányos fák (erdőben zöld alapon mutatja a nagyobb fákat)
	Rádiótorony		Tó (kék) Forrással (kék) Patakkal (kék) Gáttal (fekete)
	Háromszögelési pont és hegycsúcs (a szám a hegy magassága)		Halom és gödör Sziklafal és magányos szikla

**Menetszabályok:** Tudod a menetszabályokat (5 db).

## Menetszabályok

Portyán vagy hosszabb kirándulásokon tartsd be a menetszabályokat. Ha csak csámborogtok, lődörögtek, nem haladtok gyorsan, és hamarabb el is fáradtok.

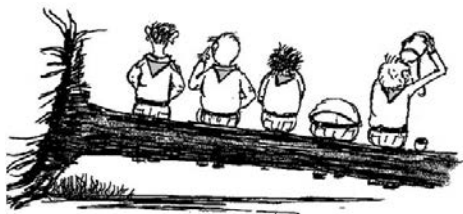
1. Akkor haladtok jól, ha 55 percet mentek, és 5 perc szünetet tartotok.
2. 3 óra után lehet tartani 1 órás szünetet.
3. Az első szünet a zokniszünet. Mindenki igazítsa meg a zokniját. Fájdó helyekre már most lehet ragtapaszt ragasztani vagy útifüvet rakni. Zokniszünetet lehet már fél óra után tartani.
4. Inni- és ennivaló legyen kéznél, hogy ne kelljen megállni miattad az egész órának.
5. A térképolvásó elől halad. Nehéz terepen őt valaki mindig ellenőrzi.
6. Autóutakon bal oldalt kell menni libasorban. Ha több mint húszan vagytok, akkor jobb oldalt mentek kettes sorban. A menet elején és a végén egy-egy vezető megy, aki az autósokat figyelmezteti.
7. Ha sötétben mentek, akkor az elsőnek van csak lámpája, a többi meg felzárkózik kartávolságig. Autóutakon az utolsónál legyen hátul egy piros lámpa is.
8. Ha vannak gyengébbek a csoportban, lehet a csomagjukon könnyíteni. Ha még mindig nem bírják a tempót, akkor egy külön kis csoportban követik a többieket. Feltétel: Van vezetőjük és térképük is.

A portyának az a jellegzetessége, hogy útközben vannak állomások, akadályok, melyeket meg kell oldani. Ha egy állomáshoz értek, álljatok fel órskébe és az órskévezető röviden jelentsen az állomásnak: „A Róka órs 5 cserkészzel készen áll.” Ügyeljete arra, hogy rendszeresen és tette készen álljatok, és nem összevissza, mint egy tehéncsorda.

Az állomáson a feladat előtt vagy után van lehetőség egy keveset inni, enni és a hátizsákot levenni. Hosszabb pihenőhöz kérjete engedélyt az állomásvezetőtől.

Mindannyian igyekezzete a feladat megoldásában részt venni, még akkor is, ha fáradtak vagytok. Az órs együtte dolgozik.

Ha továbbindultok, akkor újra felálltok órskébe, és az órskévezető elköszön: „Jó munkát!” Előbb viszont nézzete körül, hogy mindenete megvan-e.



## **BECSLÉS**

*Megfigyelő játék: Ismersz három KIM-játékot.*

### **KIM-játék**

KIM egy regényhős neve. A regényt, melyet azóta már többször meg is filmesítettek, Rudyard Kipling írta, aki a világhírű Dzsungel könyve szerzője is. Kim egy indiai fiú, aki nagyon jó volt a megfigyelésben, és ezért mint kém dolgozott az angoloknak. Azóta KIM-játék néven

ismerjük azokat a játékokat, melyek az érzékszerveket és a megfigyelőképességet fejlesztik. Így nem csoda, hogy rengeteg KIM-játék van, és mindig ki lehet találni újakat is.

### A KIM-játék

Rak ki 10, 20, 30 tárgyat a földre. Nézzétek 1 percig, aztán takarjátok le. Ki emlékszik minden tárgyra?

### Séta-KIM

Séta közben igyekezzetek minél több részletet megfigyelni. A végén mindenki kérdezhet valamiről, amit megfigyelt. Ki figyelte meg a legtöbb dolgot?

### Szagló-KIM

Próbáld meg különböző illatokat és szagokat bekötött szemmel megismerni!

### Tapogató-KIM

Találd ki, milyen tárgyakat adnak a kezedbe!

### Hang-KIM

Találd ki, milyen hangokat hallasz! Vagy mivel és mit csinálnak a többiek?

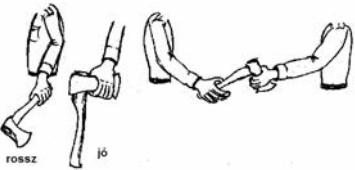
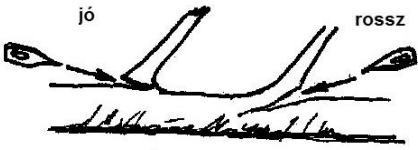
## TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK

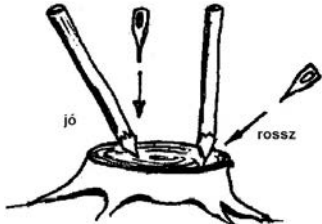
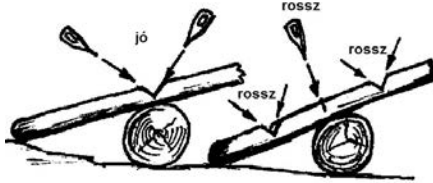
**Balta és fűrész használata:** Baltát és fűrészszabályosan tudsz használni. Helyesen tudod azokat vinni és átadni.

### Szerszámkezelés:

#### A balta használata:

- fákat legallyazni
- cöveket hegyezni
- tűzifát hasogatni
- Használhatod cövekbeverésre is.
- Baltával csak akkor vágunk félbe fát, ha nincs nálunk fűrész.
- Favágáshoz fejszét használj. (A fejsze nagyobb, mint a balta.)

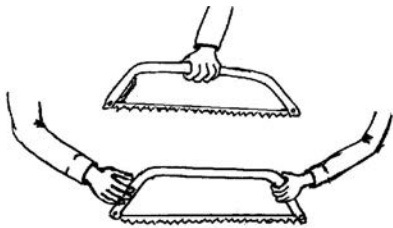
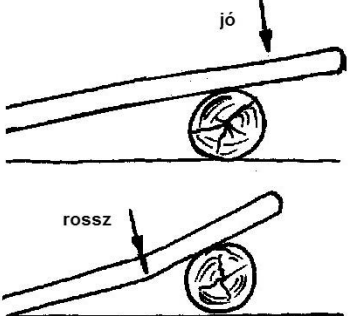
Így kell baltát vinni és átadni	Így kell baltával gallyazni
	
<p>A baltát a fejénél fogva vidd, hogy ne üsd meg vele magad vagy más. Átadni is így kell. Ha már nem hasznárod a baltát, húzz rá bőrtokot, vagy tekerd be rongyba.</p>	<p>Ha kidőlt fát gallyazol, mindig a jó irányból vágd, így nem hasad ki a fa a gallyak tövében. Nagyobb fa esetében pedig mindig a fa túlsó oldalát gallyazd, így nem vágod a baltát a lábadba.</p>

<p><b>Így kell baltával cöveket hegyezni</b></p> 	<p><b>Így tudsz baltával fát elvágni</b></p> 
<p>Hegyzéskor a cöveket vagy oszlopot mindig ferdén tartsd, és a baltával üss egyenesen lefelé. Használj alátétet, lehetőleg fából, ne a földön vagy kövön dolgozz.</p>	<p>Ha nincs fűrész kéznél, baltával is tudsz fát aprítani. Ilyenkor V alakot formálva ütsz kettőt jobbról, kettőt balról, és nem egyenesen. Ha a felénél vagy, meg is fordíthatod a fát. Ott, ahol ütsz, mindig legyen egy alátét a fa alatt, másképpen rugózik a fa, és az ütésed hatástalan marad.</p>

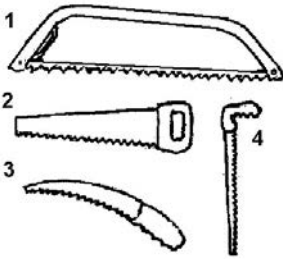
**Figyelem!** Ha baltával dolgozol, mindig ügyelj arra, hogy senki se álljon se előtted, se mögötted, se melletted. Mindenki tartson 2 m távolságot.

### A fűrész használata

- deszkát és gerendát elvágni
- fákat kivágni, de csak ha van rá engedélyed!

<p><b>Fűrészelt vinni és átadni</b></p> 	<p>Ha viszed a fűrészelt, ügyelj arra, hogy se magadat, se mást ne sérts meg vele. Különösen ügyelj, amikor másnak átadod. Ajánlatos egy hosszában bevágott gumicsövet rákötni a fűrészlapra, hogy ne veszélyeztessen a fűrész senkit.</p> 
<p><b>Fűrészelni</b></p> <p>Ha valamit le akarsz vágni, akkor ügyelj arra, hogy a vége mindig szabadon, a levegőben legyen. Mert ha nem, akkor beszorul a fűrész és nehéz megint kivenni. Figyelem: Fűrészelésnél tartsd kezdeted legalább egy arasznyira a vágástól, nehogy kiugorjon a fűrész és belevágjon az ujjadba.</p>	

## Fűrészfajták



A különböző munkákhoz különböző fűrészek vannak.

1. Állványos fűrész: szinte mindenre alkalmas, főleg durvább munkákra jó.
2. Rókafarkfűrész: főleg száraz fákhöz, deszkákhoz, ha fontos, hogy egyenes legyen a vágás.
3. Kertészfűrész: fákról levágni a gallyakat.
4. Lyukfűrész: deszkákba görbe mintákat, díszítést vágni.

## TŰZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS

**Tűzszabályok:** *El tudod mondani a tűzgyújtási szabályokat (5 db.).*


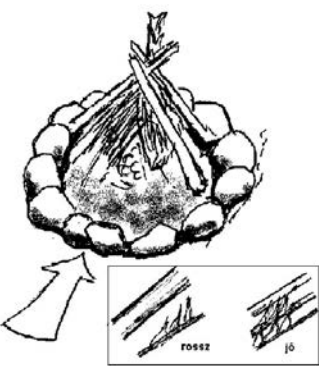
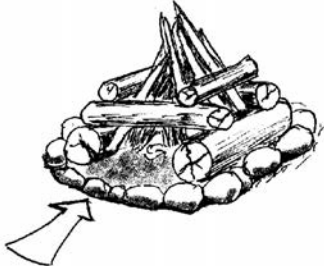
### Tűzszabályok

1. Gyúlékony anyagok közelében és gyúlékony talajon ne gyújts tüzet!
2. Tűzrakás előtt, és amíg a tűz ég, figyelj a szélirányra. Erős szél esetén oltsd el a tüzet!
3. A tűz az erdőtől és a kilógó ágaktól legalább 20 méter távolságra legyen!
4. A tüzet kövekkel vagy gyeptéglával rakd körbe!
5. Gyűjts elég tüzelőanyagot, mielőtt a tüzet meggyújtod!
6. Égő tűzre, parázsra ne önts benzint vagy spirituszt, mert hirtelen fellobban!
7. A tüzet soha ne hagyd őrizetlenül!
8. Készíts a tűz mellé egy lapátot és egy edényben vizet. Ha nincs víz, oltáshoz földet használj!
9. Nagy szárazság idején légy különösen óvatos!
10. Idegen területen ne gyújts tüzet a tulajdonos engedélye nélkül!
11. Csak akkora tüzet rakj, amekkora szükséges!
12. Ha nincs már szükséged a tűzre, vagy indulsz tovább, előtte feltétlenül oltsd el!
13. Az eloltott tűzhelyre rakj egy keresztet két botból. Ezzel jelzed, hogy a tüzet szakszerűen eloltottad.



**Tűzszabályok:** Tudsz szabályosan tüzet rakni és meggyújtani.

### **Szabályos tűzrakás és tűzgyújtás**

	<ul style="list-style-type: none"><li>- A tűz helyéről emeld ki a gyéptéglákat és rakd félre!</li><li>- A tűzhelyet rakd körül kővel!</li><li>- Szúrj le egy botot a közepére! Ez fogja a többi botot támasztani.</li><li>- Ezt a botot vagdosd meg, hogy könnyebben begyulladjon.</li><li>- Nézd meg, honnan fúj a szél, és arrafelé hagyj egy nyílást a meggyújtáshoz.</li><li>- Rakj le egy kis rőzsét!</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Erre rakd rá a gyújtóst (szalma, nyírfakéreg, finom rőzsé)!</li><li>- Most rakd körbe rőzsével úgy, hogy a gyújtóshoz még hozzáférj!</li><li>- Rakd körbe vastagabb száraz gallyakkal!</li></ul> <p><b>A hármas aranyszabály:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. A gallyak meredeken álljanak, mert a láng felfelé ég.</li><li>2. A gallyak ne legyenek túl messze egymástól, különben a láng nem tud továbbterjedni.</li><li>3. A gallyak vastagságát fokozatosan növeld, mert egy vékony gallyacskára nem tud egy vastag rönköt begyújtani.</li></ol>
	<ul style="list-style-type: none"><li>- A tűz szélére rakhatsz nedvesebb fákat is száradni.</li><li>- A tűzrakás végén hagyj egy nyílást, ahol meg tudod gyújtani a tüzet.</li><li>- Tartsd a gyufát a gyújtós közepébe, amíg lángra kap és begyújtja a rőzsét.</li><li>- A tűzrakáshoz sok türelem kell, de ha jól csináltad, akkor egy gyufával is meggyullad.</li></ul>

Igyekezz a tüzet egy szál gyufával meggyújtani. Ha sikerül, akkor az azt jelenti, hogy mindent jól csináltál.

## TESTEDZÉS

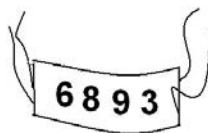
**Gyakorlatok:** Ismered a számháború 5 fontos szabályát.

### A cserkésztétel vagy számháború

Ez az igazi cserkésztétel. Lopózkodás, megfigyelés, stratégia, ügyesség, és ez mind kint az erdőben. Minden cserkész szereti. És mivel az erdőben a bírók sem látnak mindent, csak akkor működik a számháború, ha igazi cserkészek játsszák, akik tudják, hogy a cserkész egyenes lelkű, és nem csal a számháborúban. Néhány szabályt összefoglalunk nektek:

#### Számok

A számokat rendesen és a homlok közepére kell felrakni. Se haj, se más egyéb nem takarhatja el a számot. Sárral vagy korommal sem szabad bekenni. Ezt azért kell leírni, mert már ilyen is megtörtént. Írd a kezre a számot, hogy ha valaki kiabálja, akkor ellenőrizni tudd.



#### Zászló

A zászlót úgy kell eldugni, hogy minden oldalról lehessen látni, és meg lehessen közelíteni.

#### Elbújás és földimádás

A számháború lényege, hogy minél jobban el tudj bújni. Igyekezz ügyesen kihasználni a teret, hogy ne lássanak. Minél jobban lapulsz, annál kevésbé látszol. Ez azt is jelenti, hogy nem érvényes fát, földet vagy eget imádni, ha egyébként teljesen láthatóak vagyunk. Egyedül futás közben szabad földre nézni, vagy felnézni, de nem álló helyzetben.

#### Lövés

Ha valaki számát láttad, akkor a számokat sorjában és egyenként kiáltod. Tehát 1234, azaz egy- kettő-három-négy, és nem ezerkétszázharmincnégy. Ha tudod a nevét a játékosnak, akkor azt is mondd hozzá. Akinek a számát kiáltották, annak válaszolnia kell, ha a szám nem egy teljesen fantáziaszám. Ha háromszor próbáltál már egy számot kitalálni, akkor helyet kell cserélned.

#### Találat

Ha valaki a számodat eltalálta, akkor mondd azt, hogy „Talált!”, és vedd le a számodat. Mostantól halott vagy, tehát nem árulhatsz el számokat vagy más fontos tudnivalót. Menj vissza a temetőbe.

#### Tank és egyéb

Több módszert is kitaláltak már, hogy lehessen haladni anélkül, hogy el lehessen olvasni a számot. Ezek csak úgy, mint a földimádás, nem szabályosak.

#### Győztes

Fontos, hogy az elején tisztázzátok, hogy mik a győzelem feltételei. Általában elég, hogy a zászlót elérjék és elvegyék. Lehet hozzá még egy rövid „egy-kettő-három”-at kiáltani. Ha valakit abban a pillanatban olvasnak le, amikor a zászlóhoz ér, akkor nem győzött. Mivel ilyenkor nem figyelünk annyira oda, jó lenne, ha a bíró a zászló közelében állna.

**Gyakorlatok:** Részt vettél három vasgyúró játékon.

### **Játékok (vasgyúró)**

A szabadban sok jó játékot ki lehet próbálni. Ezeket különböző csoportokra lehet osztani, attól függően, hogy milyen jellegűek. A teljesség igénye nélkül felsorolunk néhányat. De ti is kitalálhattok új játékokat.

### **Vasgyúró játékok**

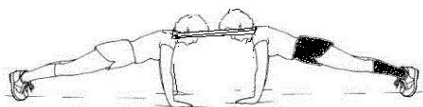
Amikor Fehérlófia elindult világgá, találkozott három emberrel. A fanyüvével, a kőmorzsolóval és a vasgyúróval. Ez a vasgyúró a vasat úgy gyúrta, mint asszonyok a tésztát. Ez a népmesékben szereplő vasgyúró adta a nevét mindenféle erőjátéknak. De még ha az erőjátékról is van szó, általában itt is az győz, aki ügyesen és okosan tud játszani. Az is fontos, hogy vigyázzatok egymásra, és ha valaki nem bírja, akkor rögtön abba kell hagyni.

### **Krokodilok**

Leereszkedtek fekvőtámaszba egymással szemben. A cél, hogy ki tudja kirántani a másik kezét.

### **Skorpiók**

Leereszkedtek fekvőtámaszba egymással szemben. A fejetek köré nyakkendőkből csináltok egy hurkot. A cél, hogy ki tudja áthúzni a másikat a saját térfelére. Ha mind a kettő egyforma erős, akkor a lábaik úgy emelkednek fel a levegőbe, mint a skorpió farka.



### **Indiánbirkózás**

Egymással szemben álltok, és jobb lábatokat egymás mellé teszitek. Kezet fogtok, és megpróbáljátok a másikat úgy rángatni, hogy a lába elmozduljon.

### **Kakasviadal**

Egy lábra álltok, és a karotokat összefonjátok a mellkasotok előtt. Ki tudja a másikat feldönteni? Csak vállal szabad tolni. Ezt játszhatják többen is. Aki lelép, kiesik.

### **Lóviadal**

Ketten összeálltok, és az egyikőtök felül a másik hátára. Egy másik pár ugyanígy tesz. A lovas megpróbálja a másikat lovast lerántani a lóról. Ezt is lehet többen játszani. Aki leesik, az kiesik.

### **Fekete lyuk**

Körbeálltok és megfogjátok egymás kezét. Közepén van egy ponyva (kb. 2x2 m).

A játék célja, hogy a kört megtartva és egymás kezét fogva próbáljátok elérni, hogy valaki a ponyvára lépjen, vagy akár rá is feküdjön.

Aki hozzáér a ponyvához, az kiesik. Ahogy szűkül a kör, úgy kell a ponyvát is mindig kisebbre hajtani. Célszerű az elején megpróbálni együtt kirakni a legerősebb játékosokat.

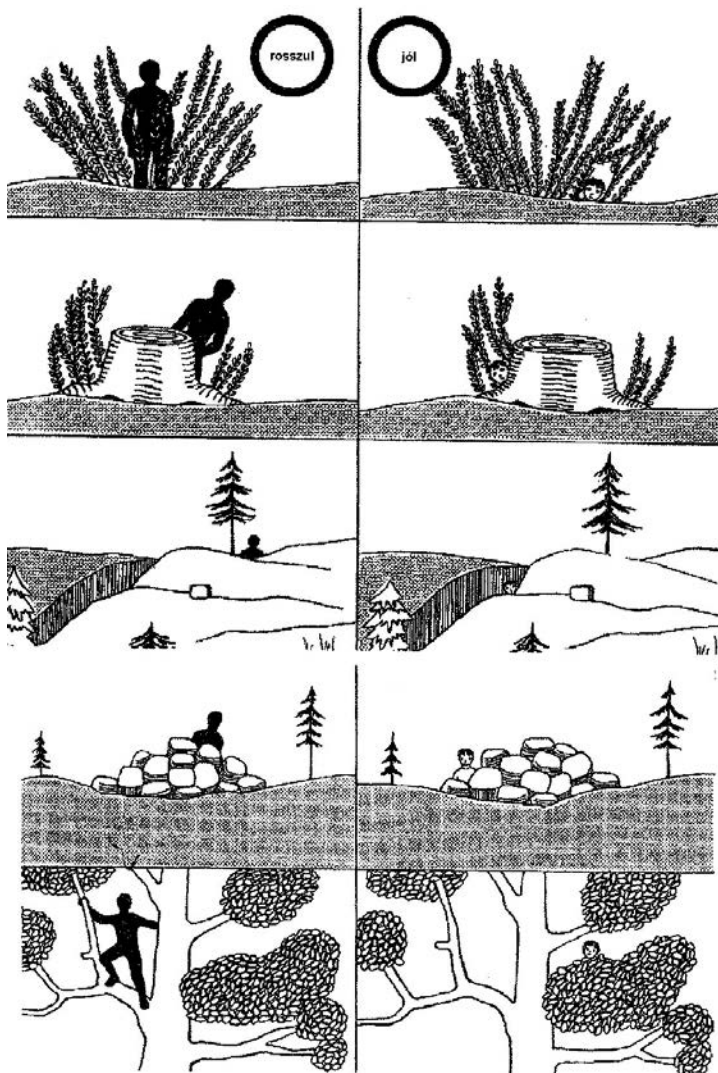
### **Faimádás**

Lényegében nem más, mint a fekete lyuk, csak ponyva helyett egy vastag fa körül álltok fel. Aki a fát megérinti, kiesik.

**Ügyesség:** Tudsz zaj nélkül kúszni és lopózkodni.

### Lopózkodás

Tanulj meg lopózkodni. Ha lopózkodsz, igyekezz a környezetedbe beleolvadni; sehol sem szabad kiemelkedned belőle. Úgy menj, mintha egy madár vagy nyúl ugrálna. Tehát néhány gyors lépés, utána meglapulsz, néhány lépés, és utána megint megbújsz, és így tovább. Nagyon lassan mozogj. Sokkal lassabban, mint mások. Ha négykézláb mész, akkor a súlyod jobban eloszlik. Kerüld a száraz leveleket és gallyakat, illetve a kavicsos utakat. Leghalkabban fűben, homokban és az aszfalton lehet menni. Ha megfelelő terepen mész, érdemes a cipődet is levenni, mert csak mezítláb lehet teljesen hangtalanul járni.



**Kitartás:** Tudsz 3 percig futni (vagy 50 métert úszni, vagy 4 km-t kerékpározni).

### **Testedzési teljesítmények táblázata**

	<b>Futás</b>	<b>Úszás</b>	<b>Kerékpározás</b>
<b>Táborverő (11-12 éves):</b>			
Piros szalag próba	3 perc	50 m	4 km
Fehér szalag próba	4 perc	100 m	6 km
Zöld szalag próba	5 perc	200 m	8 km
Légy résen próba	6 perc	300 m	10 km

#### **Úszás**

Az úszás talán a legegészségesebb sport. A vízben nem készülnek ki az ízületek, az összes izom mozog, és kitűnően erősíti a szívet. Mindegy, hogy gyorsúszásban vagy mellúszásban úszol. Sőt, a változatosság előnyös is.

A cél itt is egy órát úszni, nagyobb szünet nélkül.

#### **Kerékpározás**

A biciklizés nem csak egy jó sport, hanem a kerékpár kiváló közlekedési eszköz is. Sok városban gyorsabban lehet közlekedni biciklivel, mint autóval. És aki iskolába, egyetemre vagy munkába biciklivel jár, az hamar megtesz akár napi 10-20 km-t is, ami nagyszerű edzés. Ha biciklizel, akkor ismerned kell a közlekedési szabályokat, és célszerű biciklisiskolát is viselned. Ezen kívül fontos, hogy a kerékpárod üzemképes legyen, és szükség esetén kisebb javításokat is el tudj végezni rajta.

Ezektől eltekintve a biciklivel komoly távolságokat lehet megtenni. 30 km egy kezdőnek sem sok, de a sportosabbak akár 200 km-t is bírnak tekerni egy nap. Úgy állítsd be a biciklidet, hogy hosszabb ülésnél se fájjon a hátad. Ez főleg az ülés magasságától és a kormány távolságától függ.

A cél az lenne, hogy legalább egy napig tudj kerékpározni, tehát kb. 8 órát. Kezdőknek 50 km lenne a cél, gyakorlottabbaknak akár 150 km is.



## 11-12 éves cserkészeknek, második félév

**Fontos tudnivaló**

- Tanulj meg rendszeresen sátort verni, mert mostantól ez lesz a cserkészszállásod.

**Kötelező tevékenységek és feladatok:**

Táborozás: Részt veszel legalább 3 napos táboron.

**Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:**

Jellem: Társasjátékok közben ki hogy viselkedik (pl. figyelmes másokra stb.).

**PRÓBÁZTATÁSI ANYAG****Cserkészismeretek**

Csapat	Ismered a csapatod számát és névadóját.	2	
Vezetők	Tudod a cspk-d és óv-d nevét és tel. számát.	4	
CserkésZRangok	Ismered a cs. rangok sorrendjét és jelvényeit.	4	
BiPi	Ismered BiPi rendes nevét.	2	

**Vallás**

Templom	Ismered a templom berendezését és külső jeleit.	4	
Egyházi énekek	Tudsz 2 egyházi éneket.	4	

**Jellemnevelés**

Cserkésztörvény 5. és 6.	Saját szavaiddal és példával el tudod magyarázni.	4	
Jellemvonások	Tudsz példát mondani a következő tulajdonságokra: árulkodás, hazudás, bátorság, őszinteség.	4	

**Magyarságismeret**

Kiszámoló vers	El tudsz mondani legalább két kiszámoló verset.	2	
Honfoglalási mondák	El tudsz mondani 2 honfoglalási mondát.	4	
Történelem 859 -	Tudod, hogy ki volt Árpád vezér. Tudod, mi volt a vérszerződés és a honfoglalás.	2 4	
Földrajz:	Ismered a Kárpát-medence vizeit (10) és hegyeit (5).	15	

## Elsősegély

Háromszögű kendő	Használni tudod kéz, kar, láb és fej bekötésére.	8	
Égés és napszúrás	Tudod mit kell tenni égésnél és napszúrásnál.	2	
Egyéni higiénia	Tudsz lavórban mosakodni (Tetőtől talpig!).	2	
	Csajkádat rendesen el tudod mosogatni.	3	

## Természetismeret

10 fa ismerete.	Megismered kinézetéről (levél, virág, stb.) és tudod, hogy mire jó. ( Mo.: bükk, tölgy, akác, nyír, hárs, lucfenyő és vörösfenyő, alma, dió, cseresznye)	20	
-----------------	--	----	--

## Csomózás

Hurkok	Használni tudod az egyszerű állóhurkot, sváb hurkot és a csúszó hurkot.	6	
--------	---	---	--

## Jeladás

Rovásírás	Rovásírással felhívod vagy faragod a nevedet.	6	
-----------	---	---	--

## Tájékozódás

Térképajták	Ismered a városi- és autó-térkép sajátosságait, valamint ha körzetedben ismert, a turisztatérképét.	3	
Észak irány iránytűvel	Iránytűvel pontosan megmutatod észak irányát.	2	
Hol vagy a térképen?	Felismered, hogy hol állsz a térképen.	2	
Térkép méretarány	Tudod mit jelent 1:25 000, 1:50 000, 1:100 000.	3	
Térkép betájolás	Betájolod a térképet észak irányába.	2	

## Becslés

Alapméretek becslése	90% pontossággal megmondod, hogy mennyi 1 m, 10 cm (vagy 1 láb, egy yard, 1 hüvelyk).	2	
----------------------	---	---	--

## Táborozás, szerszámok

Kis sátor (vagy őrsi sátor)	Fel tudod állítani, lebontani és becsomagolni.	8	
Sátorcövek	Tudsz cöveket beverni, faragsz fából pótcöveket.	4	
Személyes csomagolás	Hátizsákot csomagolsz egy hétvégére.	6	
	Írd fel az egyéni felszerelési tárgyak listáját.	10	
Sátorrend	Sátorban is rendben tudod tartani a dolgaidat.	4	



## Tűzrakás, főzés és sütés

Tüzelőfák	Ismered és gyűjtesz tüzelésre alkalmas fákat.	3	
	Tudod, mi a gyújtós.	2	

## Testedzés

Gyakorlatok	Bemutatsz 2 népi körjátékot és 3 labdajátékot.	5	
Ügyesség	Íjjal és nyíllal célba lősz.	2	
Kitartás	Tudsz 4 percet futni (vagy 100 métert úszni, vagy 6 km-t kerékpározni).	5	

Elért pontszám a próbáztató aláírásával: .....	165	
--	-----	--

## CSERKÉSZISMERETEK

**Csapat:** Ismered a csapatod számát és névadóját.

### A csapat

A cserkészcsapat a szövetségünk legfontosabb egysége. Lehetnek külön fiú és lány csapatok, de a legtöbb csapat vegyes. Egy csapat minimális létszáma 12 cserkész. Egy városban általában egy csapat működik, kivéve persze, ha nagyon nagy a város, vagy nagyon sok cserkész van. A csapatban zajlik a cserkészélet: összejövetelek, kirándulások, táborok, avatás, próbázás, ünnepségek és még sok más egyéb. Honlapunkon megtalálod csapataink listáját. A csapatban is mindenkinek el kell végeznie feladatát. Ismerd meg a csapat vezetőinek nevét és elérhetőségüket, és írd be az alábbi táblázatba.

### Csapatnévadó

A csapat egy kiemelkedő magyar személyiségről vagy hősről van elnevezve.

Nagyon fontos, hogy ismerd te is a csapatnévadó történetét.

A csapatnak van egy száma is, amit a cserkészingre is fel kell varrni. A csapatszám segítségével könnyen lehet azonosítani, hogy ki hova tartozik. Sőt, könnyen meg lehet jelölni szerzőket, felszerelést, útjeleket, és rögtön tudja mindenki, melyik csapaté a felszerelés. Persze a csapatnak is van otthona, zászlója, indulója, csatakiáltása.

**Vezetők:** Tudod a csfk-d és óv-d nevét és telefonszámát.

### A csapatod vezetői:

	Név	Elérhetőség
Csapatparancsnok:		
Csapatparancsnok-helyettes:		
Rajparancsnok:		
Őrsvezetők:		

*Cserkészrangok: Ismered a cs. rangok sorrendjét és jelvényeit.*

### A cserkészkorosztályok és rangok

	<b>Korosztály</b>	<b>Nyakkendő</b>
<b>Kiscserkész</b>	5-10 év	Kék
<b>Újonc cserkész</b>	10 évesen	(Kék vagy fehér)
<b>Cserkész</b>	11-12 éves Táborverő 13-14 éves Portyázó 15-16 éves Honfoglaló	Zöld
<b>Vándor (Rover)</b>	17-18 éves	Szürke
<b>Felnőtt cserkész</b>	18 évtől	Barna
<b>VK-csapattag</b>	kiérdemelt	Sárga
		<b>Jelvény</b>
<b>Segédőrsvezető (söv.)</b>	13 évtől	1 öv csík
<b>Őrsvezető (öv.)</b>	14 évtől	Réz hársfalevél, 2 öv-csík
<b>Kcs. őrsvezető (köv.)</b>	15 évtől	Réz hársfalevél, 2 öv-csík
<b>Segédtsiszt (st.)</b>	17 évtől	Ezüst hársfalevél, 1 aranycsík
<b>Kcs. segédtsiszt (kst.)</b>	18 évtől	Ezüst hársfalevél, 1 aranycsík
<b>Cserkésztsiszt (cst.)</b>	22 évtől	Arany hársfalevél, 2 aranycsík
<b>Cserkészcsapatstisz (cscst.)</b>	Kiérdemelt, IB adományozza	3 aranycsík

17



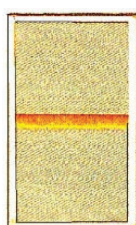
**17. Beosztási csíkok a bal zseben:**

Segéd öv.: egy csík,

Öv.: két csík,

Rajpk.: három csík,  
színei a vezetett korosztály szerint

18



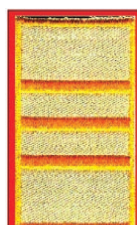
**18. Segédtsiszt, mind a bal karon**

19



**19. Cserkésztsiszt**

20



**20. Cserkészcsapatstiszt**

*Csapatparancsnokoknak arany szélű jelvényük van. Szövetségi tisztviselők jelvénye piros alapon van, kerületi és körzeti tisztviselőké zöld alapon*

**BiPi:** Ismered BiPi rendes nevét.

### **Lord Baden Powell - BiPi (1857-1941)**

BiPi teljes neve: Lord Robert Stephenson Smyth Baden Powell of Gillwel.

BiPi volt a cserkészzet megalapítója, a világ első főcserkésze.

## **VALLÁS**

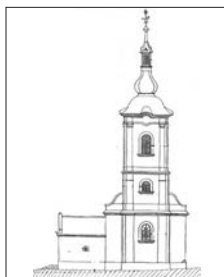
**Templom:** Ismered a templom berendezését és külső jeleit.

### **Katolikus templom**



A templom tetején kereszt (gyakran kettős kereszt) látható. A templom központi helye az oltár (asztal alakú), felette oltárkép a templom névadójával. Itt található még az olvasóállvány, a keresztelőkút, az örökmécses. A templomba belépve szenteltvíztartót találunk. A falakon képek, festmények és feliratok vannak, valamint szentek szobrait is láthatjuk a templom egy-egy részében. A templomhoz tartozik az előkészület helyisége, a sekrestye.

### **Evangélikus és református templom**



Az evangélikus templom tornyán kereszt van, a templomban vannak képek és gyeptyák, de szobrok nincsenek.

A református templom tetején csillag vagy kakas található. A templom fala egyszínű, puritán. Nincsenek képek, szobrok, kereszt, oltár, oltárkép, szenteltvíztartó. Van viszont úrasztala, keresztelőmedence, szószék.

**Egyházi énekek:** Tudsz 2 egyházi éneket.

### **Egyházi énekek**

1. A mélyből hozzád száll szavam, Krisztus kegyelmezz!  
A bajban lelkem társtalan, Krisztus kegyelmezz!  
Segíts! Segíts! Ne hagyj! Ne hagyj! Nézd, rám tör a bűn már,  
Te adj! Te adj! Erőt! Erőt! Krisztus, kegyelmezz!

2. Ha ajkam vétett ellened, Krisztus kegyelmezz!  
A jó hírt zengjem csak veled, Krisztus kegyelmezz!  
Segíts! Segíts! Ne hagyj! Ne hagyj! Nézd, rám tör a bűn már,  
Te adj! Te adj! Erőt! Erőt! Krisztus, kegyelmezz!

3. Ha arcod fényét elfedem, Krisztus kegyelmezz!  
Te újból szólíts, Istenem, Krisztus kegyelmezz!  
Segíts! Segíts! Ne hagyj! Ne hagyj! Nézd, rám tör a bűn már,  
Te adj! Te adj! Erőt! Erőt! Krisztus, kegyelmezz!

1. Az Úr a pásztorom, jó pásztor Ő.  
Nyájával arra jár, amerre várva vár  
a forrás hús vize, a zöld mező.

2. Ha Ő a pásztorom, semmi sem árt.  
Törődik énvelem, vigyáz rám szüntelen,  
Követem lábnymót mindenén át.

Ref.: A virágos rét a dalos madár  
Velünk dalolja már,  
Ha velünk az Isten kegyelme jár,  
Az élet útja mennybe talál.

1. Ahová visz élted útja,  
szerető szív mindig vár,  
csak a szíved mindig tudja,  
Hogy a jót keresse már.

2. Jöhet ólomsúlyú gond is,  
Ha vihar dül benned még,  
De ne hagyjon rajtad foltot  
Ami bú s keserűség.

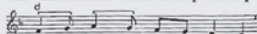
3. De az élet minden útja  
Oda visz, hol Isten vár.  
Ha bejáród, ő azt nyújtja,  
Mit a szív óhajta vár.

## EGYHÁZI ÉNEKEK

Magyar cserkész vagy. Illő, hogy magyar nyelvű istentiszteleten tevékenyen részt végy. Két szép egyházi éneket találsz itt. Tanuld meg mindkettőt, hogy cserkésztestvéreiddel együtt énekelhesd.

### Protestáns ének

#### 42. ZSOLTÁR: Mint a szép híves patak



Mint a szép hí- ves pa- tak - ra  
Lel- kem sür- gő- hajl U- ren- ta.

Könnyhullatásim énékem

Kenyercem éjjel-nappal,

Middőn azt kérdik entőlem:

Hol Istened, kit vártál?

Ezen lelkem kiötom,

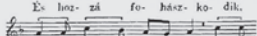
És híradat óhajtom,

Hol a hívek seregében

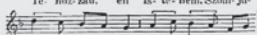
Orvendek szép éneklésben.



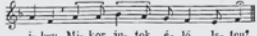
A szer- vas ki- ván- ko- zik,  
Es- hoz- zá fo- hász- ko- dül,



Te hoz- zá- d, én Is- te- nem, Szem- jü-



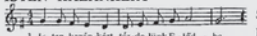
ho- zik én lel- kem, Vaj- jon szí- ved e- le-



i- leri Mi- kor ju- tok, é- lő Is- ten!

### Katolikus ének

#### ISTEN HAZÁNKÉRT



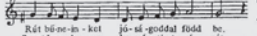
1. Is- ten, hazám kért té- de- nek E- lő- t - ke,  
2. István ki- sely- nek szí- ve gaz- dag- sá - gát,

Szent Erzsébetből hős szeretet árad.

Margit imái vezekelve szállnak.

Minket hívba, Uram, ne sirasson

Áldott Boldogasszony.



Rút bű- ne- in - ket jó- sá- gokkal föld be,  
szent leiré ket- eng ke- esnyitlata- sá - gát,

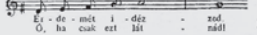
Ránk bűnösökre minden verés ráfér,

De könyörögnek ők tépett hazánkért.

Hadd legyenek mi is tiszták, hősök,

szentek:

Hazánkat így mentis meg!



E- de- met i - döz - zed  
Ó, ha csak azt lá - rád!

## JELLEMNEVELÉS

**Cserkésztvörvény 5. és 6.:** Saját szavakkal és példával el tudod magyarázni.

### **5. cserkésztvörvény: A cserkész másokkal szemben gyengéd, magával szemben szigorú.**

Jutka nem tudta, meddig bírja még. Amióta nagymamája hozzájuk költözött, nem volt nyugalma. Ahányszor hazaért az iskolából, nagymama azzal fogadta, hogy „Szervusz, szivikém, hogy ment ma az iskola?” Jutka először is utálta, ha szivikémnek szólították. Az is idegesítette, ha iskola után számon kérték, mi történt aznap. Megják őt békén! De ezzel nem volt vége. Nagymama sose mulasztotta el, hogy valami megjegyzést ne tegyen az öltözőkésére. – Ilyen holmiban nem lehet járni, kislányom – mondta, és ettől Jutka falra tudott volna mászni. Mit ért ahhoz nagymama, hogy idén mi a divat? Nem akarta megmagyarázni, inkább gyorsan bevonult a szobájába és egész délután egy szót se szólt a nagymamához. Ilyesmí gyakran fordult elő.

Egyik délután Jutka a konyha felé igyekezett egy kis fagyaltért. Nagymama szobája előtt furcsa zajt hallott. A félig nyitott ajtóból meglátta, hogy nagymama sír. Jutka eddig még soha

nem látott síró felnőttet. Megdöbbenve fordult vissza a szobájába. Egész délután nagymama halk sírásán gondolkozott. Milyen nehéz lehet neki! Meghalt a férje, új háztartásba került, ahol alkalmazkodnia kell, ahol a szokások annyira mások. Milyen lenne, ha édesanyja kórházba kerülne, és ő ismerősöknél lakna? És ráadásul, mennyire megnehezíti nagymama helyzetét az ő barátságatlansága!

Másnap, mikor nagymamája a szokásos „szervusz, szivikém, milyen volt az iskolá”-val fogadta, Jutka rámosolygott, és beszámolt a számtanvizsgáról. Később bement a nagymamához. Megkérte, mesélje el neki, kiket ábrázolnak a fiókos szekrényen és a falon levő fényképek. Milyen emlékei fűződnek hozzájuk? Nagymama sokat mesélt. Jutka szíve eddig nem ismert örömmel telt meg.

## A cserkésztvörvények magyarázata

### 5. A lovagiasság törvénye (A cserkész másokkal szemben gyöngéd, magával szemben szigorú.)

Ez a legkeményebb törvény. Megköveteli tőled, hogy adj másoknak elsőbbséget, előre engedd őket a sorban. A lovagias viselkedés megkívánja, hogy udvarias és megértő légy. Ugyanakkor kőkemény fegyelmet vár el tőled. Tűrd a hideget, a meleget, az esőt, a nehéz súlyt és a hosszú utat. Ezt csak akkor fogod tudni teljesíteni, ha tested edzett, és erős az akaratod.

### 6. cserkésztvörvény: A cserkész szereti a természetet, jó az állatokhoz, és kíméli a növényeket.

A Párduc Őrs vezetője péntekre kirándulást hirdetett meg egy papírgyárba. Balázs édesapja dolgozott ott, aki felajánlotta, hogy bevezeti az űrsöt a papírgyártás titkaiba. A fiúk lelkesedtek. Végre nemcsak könyvből tanulják, hanem látják is, hogyan lesz a fából az a mindenre használható valami, a papír. A kirándulás reggelén gyönyörűen sütött a nap, tiszta, kék volt az ég. Fél óras autótút után a gyár kapujához értek. Hatalmas épület volt, tetején három nagy kémény dobta ki magából a fekete füstöt. Balázs édesapja először az óriási, vasútállomásnak beillő raktárakat mutatta meg, ahol egy erdőnyi farönk feküdt szép sorban, embermagasságig. A következő teremben egy sereg gép volt, amelyek a fát pillanatok alatt péppé aprították. Végül a pépet feldolgozó termeken mentek végig, ahol újabb gépek nagy hengerekbe göngyölték a friss papírt. A fiúk már szédültek a gépek zajától, és a mindent átható erős szagtól. Kimentek a szabadba, a gyár mögötti folyóhoz. Ott szomorú meglepetés érte őket. A folyó vize fekete volt, és hatalmas olajfoltot alkotott a gyárból ömlő mérgező hulladék. A parton döglött halak feküdtek, a parti növények levelei sárgák voltak, a fenyőkön alig volt már tűlevél. Virág sehol.

Hirtelen megértették, mi a kényelem ára. A természetet tette tönkre ez a gyár. Nemcsak az üzem környékére hatott ki a pusztítás. A szomszédos hegyekből, ahonnan a fákat kivágták, a madarak is elköltöztek, nem volt hol fészket rakjanak. Az őzek menekültek, a növényzet ritkult. A pusztuló erdő környékén a levegő is jobban szennyeződött. A fiúk szomorúan mentek haza a kirándulásról. Amilyen érdekes volt a papírgyártás, épp annyira volt megdöbbenő mindaz, amit a gyáron kívül láttak. Érezték, hogy valamit tenniük kell. De mit? Peti hallotta, hogy egy nagy egyesület parkot ajánl a városnak, és a fák ültetéséhez adományo-



kat kérnek. A Párducok elhatározták, hogy a megtakarított pénzükből facsemetéket vesznek, minden őrsi tag ültet egyet. A következő szombaton hét facsemetét vittek a parkba.

## A cserkésztvörvények magyarázata

### 6. A természetszeretet törvénye (A cserkész szereti a természetet, jó az állatokhoz, és kíméli a növényeket.)

A természet nemcsak a körülöttünk levő világot jelenti, amiből élünk, hanem mi is a természet részei vagyunk. Az enivaló, a víz, a levegő, a napsütés mind szükséges ahhoz, hogy élni tudjunk. Ostoba az, aki a saját életét tönkreteszi és piszkolja. Ezért tartsd tiszteletben a természetet. Ugyanakkor a természet az Isten gyönyörű alkotása is. Legyen egy fűszál, egy hangya vagy egy felhő, tartsd tiszteletben, mert nemcsak, hogy tökéletes, de emberi kéz nem is tud ilyent alkotni. Ezért szeresd és őrizd a természetet. Járj nyitott szemekkel és sok csodát fogsz látni. Ismerd meg a növények nevét és kincseit, az állatok nevét és szokásait, és otthon fogod érezni magad a természetben, ahol nem idegenek, hanem ismerősök vesznek körül.

**Jellemvonások:** Tudsz példát mondani a következő tulajdonságokra: árulkodás, hazudás, bátorság, őszinteség.

### Jellemvonások

Jellemvonásnak nevezzük azokat a tulajdonságokat, amelyek lelkünkéből fakadnak, és amelyek szerint élni akarunk. A cserkészies jellemvonásokból a legkimagaslóbb és legismeretebb a

### Segítőkézség

Ezenkívül van még néhány, amelyeket sűrűbben emlegetünk:

<b>Pontos</b> Aki időben érkezik	<b>Őszinte</b> Aki mindig igazat szól	<b>Felelősségteljes</b> Aki ismeri kötelességeit
<b>Szorgalmas</b> Aki kitartó a munkában	<b>Udvarias</b> Aki tiszteli a másikat	<b>Barátságos</b> Aki megértő
<b>Bátor</b> Aki fél, de nem hátrál	<b>Megbízható</b> Aki tartja szavát	<b>Leleményes</b> Aki feltalálja magát

Keressetek még többet, mert biztosan találtok. Tudsz példát mondani, hogyan viselkedik az, aki bátor, őszinte vagy hazug, árulkodó?

**Kiszámoló vers:** *El tudsz mondani legalább két kiszámoló verset.*

**Kiszámoló versek**

Sári, Mári, Ica, Vica ki lesz most vajon a cica? Se nem Ica, se nem Vica, hanem te leszel a cica!	Lementem én a pincébe vajat csipegetni. Utánam jött édesapám hátba veregetni. Nád közé bújtam, nádsípót fújtam. Az én sípom így szól: dí-dá-dú, te vagy az a nagyszájú!
Ecc, pecc, kimehetsz, holnapután bejöhetsz. Cérnára, cinegére, ugorj, cica, az egérre. Fuss!	Antanténusz, szórakaténusz, szóraka-tiki-taka, alá-balá bim-bam-bum.
Egyedem-begyedem, tenger tánc, Hajdú sógor, mit kívánsz? Nem kívánok egyebet, Csak egy tőtött verebet.	Apacuka, fundaluka, Fundakávé, kamanduka, Abcúg, fundaluk, Funda kávé kamanduk.

**Honfoglalási mondák:** *El tudsz mondani két honfoglalási mondát*

**Botond mondája**

Mikor a magyarok Árpád vezérlete alatt elfoglalták szép országukat, nem telepedtek le mindjárt végképp. Ellátogattak a szomszéd országokba zsákmányt szerezni. Így egyszer a görög császár fővárosához jutottak el.

Megijedt a görög császár a magyar sereg láttára. Elzáratta a városnak mind a hét kapuját, hogy a magyarok be ne mehessenek. Ezután követeket küldött a magyar vezérhez. Azt üzenté, hogy ne ontsák egymás véréit. Kár volna a görögért is, a magyarért is. Inkább álljon ki a görögök részéről is egy vitéz, a magyarok részéről is egy vitéz bajvívásra. Ha a görög győz, a magyarok szépen menjenek vissza a hazájukba; ha a magyaré lesz a győzelem, a görög nagy adót fizet a magyaroknak.

„Jól van”, mondotta a magyar vezér, „hát csak jöjjön az a görög vitéz.”

Elmennek a követek. Egy óra sem telt belé, jó ki a vár kapuján egy rengeteg nagy óriás. A két karját összefonva megáll a magyarok előtt s mondja nagy büszkén:

„Hadd lám, ki mer kiállni velem? De egyszerre kettő jöjjön. Eggyel nem is kezdek”

Összenéztek a magyarok, szikrázott a szemük a haragtól. Egyszerre száz is kiállt: „Én is kiállok! Én is!” A legserényebb volt azonban köztük Botond. Egy köpcös, tagbaszakadt harcos, aki egy szempillantásra kivált a seregből, s eléje állott a görög vitéznek. Mondta neki:

„Hallgass ide, görög óriás. Botond az én nevem. Legkisebb vagyok a magyarok között.” S amikor ezt mondotta, megforgatta a buzogányát s úgy vágta a vár kapujához, hogy az egyszeribe kettéreccsent. Akkora lyukat ütött a vaskapun, hogy egy kisgyermek ki-, s besétálhatott rajta.

„No, no”, - ingerkedett az óriás, „kár volt eldobnod azt a buzogányt!”

„Nem kell nekem sem buzogány, sem kard” mondotta Botond, majd üres kézzel ment a görögnek. Egyszer jobbra lódította, aztán balra; akkor felkapta, megkeringette a levegőben, s úgy a földhöz teremtette, hogy ha hét lelke lett volna, az is mind kiszállt volna belőle.

De bezzeg szégyellte ezt a csúfságot a görög császár. Ott ült a vár fokán egész házanépével. Szentül hitték, hogy az óriás legyőzi akármelyik magyart. S lám, a legkisebbet sem tudta legyőzni. Szégyenszemre visszatakarodtak a palotába. A császár akkora adót fizetett, amekkorát kívántak a magyarok, csak hogy békességben hagyják birodalmát.

*(Benedek Elek nyomán: Bodnár Gábor Cserkészkönyv I, 21. old.)*

## A Magyarok Szent Gallenban mondája

Zsolt fejedelem, a honfoglaló Árpád fia szép ifjú volt. Erős, bátor és mindenkihez volt nyájas szava. Népe nagyon szerette. De ez a nép még szilaj volt, széllel is versenyt futó paripákra kapva réme volt fél Európának. Lovak hátán megnyargalták nem csak a szomszédos földeket, hanem messzi Frankhont és Hispániát is. Térkép és iránytű nélkül játszva tudták mindezt véghezvinni!

Egy jámbor svájci kolostor szerzetesei arra ébredtek egy reggel, hogy a közeli falvak népe dörömből kapujukon.

„No, mi a bajotok?”

„Jaj, jaj, tisztelendő fráter, nyisd ki hamar a kaput, mert amíg itt beszélünk, még útolérnek!”

„Nem értem”, mondja a kapus, de azért fordítja a nagy kulcsot, kitarja a kapu szárnyát. Az emberek betódolnak, nagy hevényben még a súlyos keresztvasat is segítik feltenni a kapura.

„Jaj, fráter, az ördögök űznek bennünket”, mondják.

A kapus keresztet vet ijedtében.

„Jaj, itt van újra Attila népe,” tódítják a többiek. „A hunok ivadéakai, akik össze vannak nőve a lovukkal... A pusztai boszorkányok korcs fiai... Dúlnak és égetnek mindenfelé.”

Szalad a kapus Engelbert apáthoz. Meséli neki, mit hallott.

„Isten óvjon meg bennünket”, sóhajt az apát úr. „Menj, verd félre a harangot... Különben mégse! A harangszó még idecsalná őket. Menj, kopogj be minden cella ajtaján, szólítsd ide a testvéreket!”

Szaladtak is a barátok Engelbert apát úrhoz.

„Fiaim!” így kezdte az apát, „Isten most próbára tesz bennünket, egy vad hordát küld ránk. Ti, akik a könyveket őrzitek és másoljátok, tudtok Attiláról. Újra itt van fajtája.”

Mind elszörnyedtek erre a hírrre.

„Nosza rajta, rögtön rejtsetek el a templomi kegyszereket és a szent ereklyéket. Ássátok el a kolostor udvarán. Aztán nézzetek szét, aki fegyvert talál hozza, aki füstélyt, hozza azt. Elvezetem a nyájamat a hegyek erdeibe. Nem adlak benneteket a mészárszékre.”

Lett erre nagy lótás-futás. Volt a kolostorban egy félkegyelmű fráter, szolgálja a többieknek. Nem sokat értett az egészből, csak ácsorgott. Az apát meglátta és így szólt hozzá:

„Heribáld, te itt maradsz. Legalább lesz hírmondónk.”

Nagyon hamar kiürültek a folyosók, üres lett a tágas udvar. Már a kolostorhegy oldalán kattogtak a fapapucskok. Futott a sok barát, nyomukban a környék népe, meg sem álltak az erdő sűrűjéig. Heribáld nevette őket.

„Most futnak! Eddig azt prédikálták, hogy nem lehet elfutni az Úr haragja elől. Eb, aki fél! Lesz, ami lesz! - gondolta.

Lett is. Egy óra múltán izmos kis lovakon sok vitéz termett elő keleti irányból. Kiabáltak, nyargalásztak a völgyben. A kolostort vizsgálgatták, majd egy csapatjuk arra indult. Ott érték Heribáldot a kapuban, nézelődve. Megdöfködték a dárdájukkal.

„Eredj, te bolond! Ez fáj!” szólt rájuk az együgyű fráter. Szavát nem értették a lovasok, de a szeme járását igen, meg azt hogy a dőfések helyét tapogatta tenyerével. Volt a sereggel egy fogoly pap, aki értette a magyar szót. Rajta keresztül parancsoltak rá az ácsorgó barátra, hogy most aztán elő a kincsekkel! Heribáld kacagni kezdett.

„Kincs? Azt hiszitek, énreám bízták!”

Leugrott nyeregéből egy vitéz és öklét mutatta Heribáldnak. Ezt a fajta beszédet már ő is megértette. Kitarta nekik a diplomáját. Üres volt biz a templom egészen. A lovasok káromkodtak. Végigjárták az egész kolostort, de semmit sem találtak, ami nekik kellett volna. Akkor eszükbe jutott, hogy hahó! Van a kolostorokban más kincs is, hogyha arany nincsen. Előráncigálták Heribáldot.

„Lódulj előre, mutasd meg a pincét!”



Hát a pincekulcsok ott csőrömpöltek Heribáld ruhája alatt. Vitte a vitézeket örömezt le, a sziklába vágott grádicson. Ezt az utat maga is igen szerette. Szép pince volt, hej, de szép! Nagy hordók, kis hordók álltak benne katonás rendben. Az egyik magyar szekercét fogott a hordóra, hogy beüsse a fenekét. Csakhogy Heribáld ott termett, elkapta a karját és rákiáltott:

„Ne bántsátok a hordókat, mert mit isznak a barátok, ha ti eltakarodtok!”

A tolmács pap lefordította a fráter szavait, nagyot nevettek rajta. Kupákba, tömlőkbe eresztették a bort, úgy vitték fel az udvarra. Ott a vitézek egy része a lovak körül szorgoskodott. Abrakoltak, itattak, csutakoltak. Néhányan málhájukat rendezték, kötözték. A többi magyar ezalatt tüzeket gyújtott. Némelyik máglya akkora volt, hogy egész barmot sütöttek rajta. Apró bicskákkal ügyesen szeldelték le a húst a csontról, azután marokra fogták, úgy ették. A csupasz csontokat játékból egymáshoz vagdoszták. Heribáldnak is jutott egy pár koppanás ily módon.

Mikor éhüket már elverték, és szomjukat is sűrűn oltogatták a barátok borával, nótára gyújtottak. Páran békésen aludtak egy nyugodt sarokban. Csak a kiállított őrszemek poroszkáltak lóháton a kolostor körül. Majd lecsendesült a nótászó. Felállott ekkor a barát meg a pap, és szent énekeket énekeltek. Amazok csendeben hallgattak. Végezetül, miután mulattak is, pihentek is, vezérük parancsára megint lóra pattantak a magyarok, s ott hagyták a kolostort. Senkit sem bántottak azon a tájon. Estére a szerzetesek hazamerészkedtek.

„No, Heribáld, hogy mulattál?” kérdezték.

Sokan nem hitték volna, hogy még életben találják együgyű testvérüket.

„Nincs ezeknél jobb ember a világon!” lelkenedett Heribáld. „Ették, ittak, daloltak. Nემem is jutott mindenkől, Soha még így jól nem laktam. Igaz, hogy néha kupán vágta, de az hamar gyógyul, kivált, ha borral gyógyítják. Azt mondom nektek, kérjétek az egék Urát, hogy sohse küldjön ránk rosszabb ellenséget!”

(Bodnár Gábor Cserkész II. könyv, 21. old.)

**Történelem 859:** Tudod, hogy ki volt Árpád vezér. Tudod mi volt a vérszerződés és a honfoglalás.

**A 7-9. században Etelközben** a vezérek egymással szövetséget kötöttek.

Ez a vérszerződés a magyar hagyomány szerint a magyarság első alapszerződése. Álmos magyar nagyfejedelem, később fiának, Árpádnak adta át a hatalmat. A szerződést a hagyomány szerint a hét vezér kötötte Etelközben egymással – oly módon, hogy esküt tettek arra, hogy amíg Árpád nemzetsége él, csak ebből a nemzetségből választanak fejedelmet. A hazát, amelyet az ő vezetésével szereztek, egymás között igazságosan osztják el. S végül megesküdték, hogy azt, aki hűtlen lenne a választott fejedelemhez, vagy aki viszályt támasztana közöttük, halállal büntetik. „Most és mindörökké, az idők végezetéig.” A szerződésben vállalt kötelezettségeik megerősítéseképpen vérüket egy edénybe csorgatták és megitták. Ezáltal vértestvérekké váltak.



Álmos, Emese fia szép, barna arcú, fekete szemű, magas és karcsú termetű ifjúvá serdült. Jóakarátú, bölcsű, bölcs és bátor katona lett belőle. Amikor pedig az érett kort elérte, hatalmasabb és bölcsőbb volt Szittyaország minden vezérénél, ezért az ország minden dolgát abban az időben az ő tanácsai szerint intézték. Amikor Álmos vezér érett ifjúvá serdült,

feleségül vette egy nemes vezér lányát. Ettől született Árpád nevű fia, akit magával vitt Pannóniába. Mert Szittyaország földje annyira megtelt az ott született nép sokaságával, hogy az a föld a népet sem táplálni, sem befogadni nem bírta.

Ezért a hét fejedelmi személy, akit mind a mai napig hét magyarnak neveznek, nem tűrhette a hely szűkösségét, tehát elhatározta, hogy szülőföldjét elhagyja, és olyan földet foglal magának, melyen laknia lehet. Ekkor kiválasztották Pannónia földjét, mert azt hallották a szállongó hírekből, hogy az a föld Attila királyé volt, akinek ivadéka Álmos vezér, Árpád atyja származott.

Ekkor a hét fejedelmi személy közös és igaz értelemmel belátta, hogy a megkezdett útnak végére csak úgy járhat, ha vezér, és parancsoló lesz fölötté. Ezért szabad akaratból, közös elhatározással megválasztották vezérül maguknak, sőt fiaik fiainak is az utolsó nemzedéki Álmot és azokat, akik nemzetségéből származnak. Akkor közös akaratlan Álmos vezérnek azt mondták, hogy:

- A mai naptól fogva téged vezérnek és parancsolónak választunk, és amerre szerencséd vezet, oda téged követünk.

Ezután a hét fejedelmi személy Álmos vezérért saját vérét egy edénybe csorgatta, és így tett esküvést. Azt a hitet, amelyet akkor esküjükre tettek, egész halálukig megtartották.

Az eskü így hangzott:

- Ameddig életünk tart, sőt, utódaink életének fogytaig, mindig Álmos vezér ivadéka lesz a vezérünk.

- Ami jószágot közösen szerzünk, mindenkinek része legyen abban.

- Azok a fejedelmi személyek, akik szabad akaratukból Álmot vezérnek választották, soha a vezér tanácsából ki ne maradjanak.

- Ha valaki az utódok személye közül a vezérhez hűtlen lenne, és viszályt keltene a vezér és rokonai között, annak úgy hulljon a vére, ahogy a miénk hullott, amikor Álmossal vérszerződést kötöttünk.

- Hogyha valaki az utódok közül a vérszerződést megszegné, azt örök átok sújtsa. Ezután a hét fejedelmi személy, akit hét magyarnak hívnak, kijött Szittyaország földjéről, és nyugat felé indult.

## Árpád és a honfoglalás (895-896 táján)

**Árpád nagyfejedelem (Kr. u. 845–907), vallási vezető (kende)** a honfoglalás idején, melynek során a magyarok Etelközéből a Kárpát-medencébe települtek. Tőle származnak az Árpád-ház uralkodói, akik négy évszázadon át uralkodtak Magyarországon. A szövetséges magyar törzsek a Vereckei-hágón jöttek be **896-ban** Árpád vezetésével a Kárpát-medencébe. A másik, dél felől beáramló csoportot **Kurszán** vezette.

Árpád népe nem menekült hordák tépett tömege volt, akiket a besenyők ide beüldöztek, hanem egy tudatosan és megtervezetten hazát változtató nép hazatérése, amelynek élén Árpád nagyfejedelem állt, akinek nemzetségéből kiváló királyok származtak. Úgy tudjuk, hogy 500 000 ember érkezett asszonyokkal, állatokkal, teljes felszereléssel a Kárpát-medencébe.

Honfoglaló őseink fejlett kultúrát hoztak magukkal. Az egész népünkre kiterjedő írásuk volt. Ötvösművészetünk, lószerszámaink, ételeink fűszerezése, elkészítési módja, ruházatunk az akkori Európában ismeretlenek voltak. Nem beszélve különleges állatainkról, melyeket magunkkal hoztunk. Mese és mondavilágunk ezekben az ősi időkbe nyúlnak vissza. Úgyszintén tudnunk kell, hogy a magyarok már akkor egyistenhívők voltak. A fémlemezzel díszített tarsoly (bőrtáska) a honfoglaló magyarság jellegzetessége.

Mai szemmel nézve is elképzelhetetlenül nehéz lenne egy hasonló ember- és állattömeget ilyen számban, ilyen hosszú úton egészségben, jól szervezeten egy új területre költöztetni.

Árpád serege élén **896-ban a Vereckei-hágón** át az Alföldre lépett, és elfoglalta a területet. Itt barátságos népeket is találtak, akikkel még régebből rokonságban voltak (avarok). Árpád nagyon rövid idő alatt vette birtokába az egész Kárpát-medencét. Ezután a fiatal magyar államot szinte rögtön, egyesült erővel kezdték támadni az európai hadak.



A hét vezér



Félegyházi tarsoly

A honfoglaló törzsek:

A hét törzs neve	Tarján, Jenő, Kér, Keszi, Nyék, Megyer, Kürtgyarmat
A törzsek vezérei	Álmos, Előd, Ond, Kond, Tas, Huba, Töhötöm
Vezérlő fejedelmük	Árpád (apánk) nagykirály Kurszán hadvezér

A hagyomány szerint a honfoglalás idején a magyar nemzetségek száma 108 volt.

**Földrajz:** Ismered a Kárpát-medence vizeit (10) és hegyeit (5).

### **Kárpát-medence: hegyek és vizek**

A **Kárpát-medence** a Kárpátok, az Alpok és a Dinári-hegység vonulatai által körbevett nagy kiterjedésű medence. Legmagasabb pontja a Magas-Tátra. Legnagyobb tava a Balaton. Két meghatározó folyója a Tisza és a Duna.





**A Kárpát-medence és a Kárpátok természetföldrajzi felosztása**  
**A Kárpát-medence vízrendszere**

**ELSŐSEGÉLY**

**Háromszögű kendő:** Használni tudod kéz, kar, láb és fej bekötésére.

**Háromszögű kendő**

A cserkésznyakkendő nem véletlenül háromszögű. Minden jobb mentőláda tartalmaz háromszögű kendőt, még az autók mentőládája is. Próbáld ki, hogy a nyakkendő elég nagy-e. Célszerű legkésőbb akkor, amikor vezető leszel, egy nagyméretű nyakkendőt beszerezni.

	<p><b>Fej bekötése</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- fejsérülésnél</li> <li>- napszúrás ellen, vízbe mártva nagyon jó</li> <li>- ha nem akarod, hogy a hajad koszos legyen</li> </ul> <p><b>Kéz bekötése</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- súlyos kézsérülésnél</li> <li>- ha vérzik, mert megvágta valami, akkor kötést kell használni</li> <li>- kesztyű helyett is lehet használni</li> </ul> <p><b>Térd bekötése</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- fájó térdre borogatást, hűtést erősíteni</li> <li>- horzsolásnál, hogy ne menjen bele kosz</li> </ul> <p><b>Láb bekötése</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- lábsérülésnél</li> <li>- zokni vagy cipő helyett</li> </ul>
	<p><b>Kar felkötése</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- törött alkar esetén alkalmazzuk</li> <li>- a kendő rövid sarkába kötünk egy csomót</li> <li>- a két hosszú végét a nyakunk mögött megkötjük</li> </ul> <p>Gyakorold egy kézzel saját magadon megkötni!</p>

A nyakkendődet sok más dologra is használhatod:

- tűz esetén a vízes nyakkendőt a szád elé kötöd
- megkötni valamit, ha nincs nálad elég kötél, pl. hordágyat
- forró kondért megfogni
- sín berakásánál akár megkötéshez vagy kibéleléshez
- ha kell valamit szállítani, aminek rossz a fogása, kösd rá a nyakkendődet

**Égés és napszúrás:** Tudod, mit kell tenni égésnél és napszúrásnál.

### Napszúrás

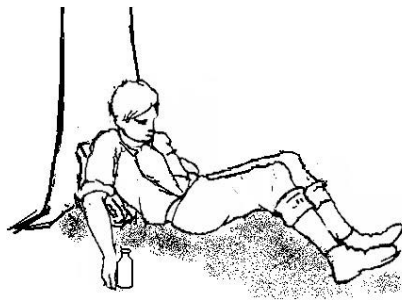
A napszúrást jobb megelőzni, ezért a tűző napon hordj sapkát, igyál sok vizet, és ne fáraszd magad sporttal vagy munkával. Ha lehet, akkor tarts délidőben pihenőt. A napszúrás jele fejfájás, szédülés, hányinger, piros fej és szapora pulzus, súlyos esetekben láz. Ha valakin ezek a tünetek jelentkeznek, akkor a következőt kell tenni:

- CSIMIHI-MESE!

Ezek a részletes "MESE" lépések:

- árnyékba ültetni
- megitatni
- hűteni és borogatni a fejét
- ruháját kigombolni

Ha a láz nem csökken, akkor lehet, hogy kiszáradt a szervezete, és intravénásan kell ellátni. Ehhez kórházba kell vinni.



### Égések

Emlékezzünk: CSIMIHI-MESE!

Az égésekre vonatkozó "MESE":

1. fokú égés	2. fokú égés	3. fokú égés
<ul style="list-style-type: none"><li>- a bőr vörös és fáj (a napégés már első fokú égésnek számít)</li><li>- vízzel, de nem jéggel hűteni</li><li>- naptól kímélni</li><li>- megfelelő kenőccsel bekenni.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- a bőr vörös és hólyagos</li><li>- hideg vízzel hűteni 10 percig.</li><li>- a hólyagokat nem szabad kiszúrni</li><li>- orvoshoz vinni, ha a vörös felület nagyobb, mint a tenyered.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- a bőr fekete és megszenesedett</li><li>- azonnal hűteni hideg vízzel legalább 15 percig</li><li>- ruhát levenni, ha nem olvadt rá a bőrre</li><li>- steril lappal lefedni</li><li>- orvoshoz vinni</li><li>Nagyobb égett felületeknél sürgősen mentőt hívni, mert vérkeringési zavarok várhatóak.</li></ul>

**Egyéni higiénia:** Tudsz lavórban mosakodni (Tetőtől talpig!). Csajkádat rendesen el tudod mosogatni.

### Egyéni higiénia (mosakodás, mosogatás, mosás)

A táborban és otthon is mindenkinek a maga felelőssége, hogy a higiéniai alapelveket betartsa. Ezek azért fontosak, mert a piszokkal sok fertőző bacillus és vírus kerülhet szerve-

zetünkbe, és előbb-utóbb megbetegszünk tőlük. A táborban is legyen olyan mosdó, ahol nyugodtan le tudsz vetkőzni, vagy kérd meg az egyik barátodat, hogy álljon őrséget.

### **Mosakodás**

- Evés előtt kezet mosunk, hogy ne vigyük be a koszt a szánkba. Főleg kilincsek, a busz kapaszkodói és a korlátok azok, amiket sok ember megfog, fokozva és előidézve a fertőzés lehetőségét.

- A vécé használata után is kezet mosunk.

- Hajmosás: főleg bolha és tetű ellen kell rendszeresen haját mosni és kifésülni.

- Fogmosás: táborban naponta kétszer, reggeli és vacsora után. Ha édeset ettél, igyál rá sima vizet, azzal a szádat is kiöblíted.

- Testmosás: legalább két-három naponta meg kell mosakodni, amikor a lábakat és hajlatokat mossuk meg. Ne várd meg, amíg viszketni kezd.

### **Tábori mosakodás lavórban**

Egy lavór vízben meg tudsz mosakodni, de ügyelni kell a sorrendre. Így naponta 5 liter vízben megfürödhetsz, míg otthon akár 100 litert is elhasználnál.

1. Előbb mosd meg arcodat és a kezedet.
2. Utána moss fogat, de a vizet ne a lavórba köpd vissza, hanem a lefolyóba vagy egy kis gödörbe.
3. Ezután mosd meg a felsőttestedet és a combodat.
4. Utána jön a hajmosás samponnal.
5. Végül pedig az alsó végtagok és a feneked (ehhez guggolj le).
6. A végén mosod meg a lábadat és lábszáradat.  
(Borotválkozni külön vízben kell, mert a szőröktől már nem tudod használni a vizet.)

### **Mosogatás**

- A csajkádát és az evőeszközt étkezés után mosd el. Ha rajta maradnak az ételmaradékok, akkor azok megromolhatnak, és a következő evéskor fertőzést okozhatnak.
- A konyhai edényeket is mosd el, hogy ne tudjanak a betegségek és fertőzések elterjedni.
- A nedves törölrongyot ne tömd a csajkádba, hanem akaszd ki száradni.
- A négyfázisú mosogatás:
  1. Kikaparni a maradékot, és a pöcegödörbe kidobni. Még jobb, ha mindent megeszel, és egy darab kenyérral töröld tisztára a csajkádát.
  2. Forró, mosószeres vízből méríteni és kefével kimosni a csajkát és az evőeszközt. A koszos vizet öntsd ki a lefolyóba vagy külön vödörbe.
  3. Leöblíteni lehetőleg meleg vízben.
  4. Fertőtleníteni (0,005%-os klór vagy hasonló fertőtlenítőszer, ami 5 ml klór 100 l vízben vagy egy kiskanál klór 25 gal. vízben) vagy legalább 77 Celsius-fokos vízbe egy perccig beáztatni.

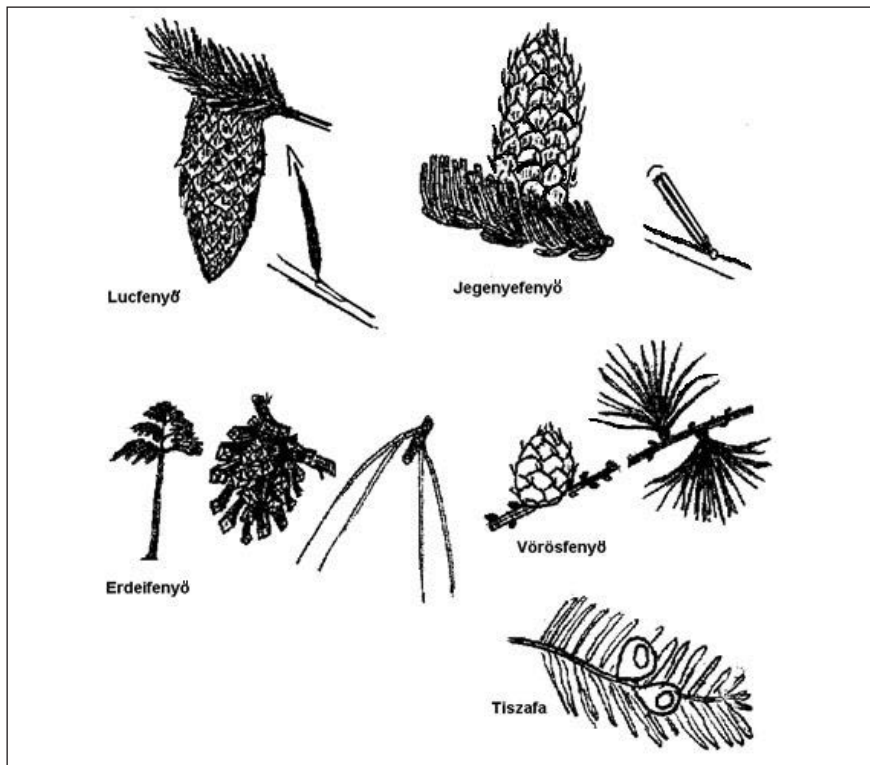
## **TERMÉSZETISMERET**

**10 fa ismerete:** Megismered kinézetéről (levél, virág, stb.) és tudod, hogy mire jó. ( Mo.: bükk, tölgy, akác, nyír, hárs, lucfenyő és vörösfenyő, alma, dió, cseresznye)

### **Fák**

Ismerd meg a fákat, mert akkor otthonod lesz az erdő, tele sok jó ismerőssel.

## Tülevelű fák



### Lucfenyő

- 30 m magas, szép, egyenes fa.
- Messziről nézve hegyes a csúcsa.
- Toboza lóg, és lehullik, tűje hegyes.
- Jól ég, de kevés parazsat ad.
- Építkezésre, bútorok készítésére használják.

### Jegenyefenyő

- 40 m magas, egyenes fa.
- Messziről nézve tompa a csúcsa.
- Toboza gyertyaszerűen áll, és nem hullik, tűje gömbölyű, két fehér csíkkal az alsó felén.
- Jól ég, de kevés parazsat ad.
- Építkezésre használják.

### Erdeifenyő

- 40 m magas fa, kevés törzsággal.
- 2 v. 5 hosszú tűje van együtt.
- Fája pirosas.
- Jól ég, de kevés parazsat ad.
- Bútorok, benti tárgyak készítésére, építkezésre használják.

### Vörösfenyő

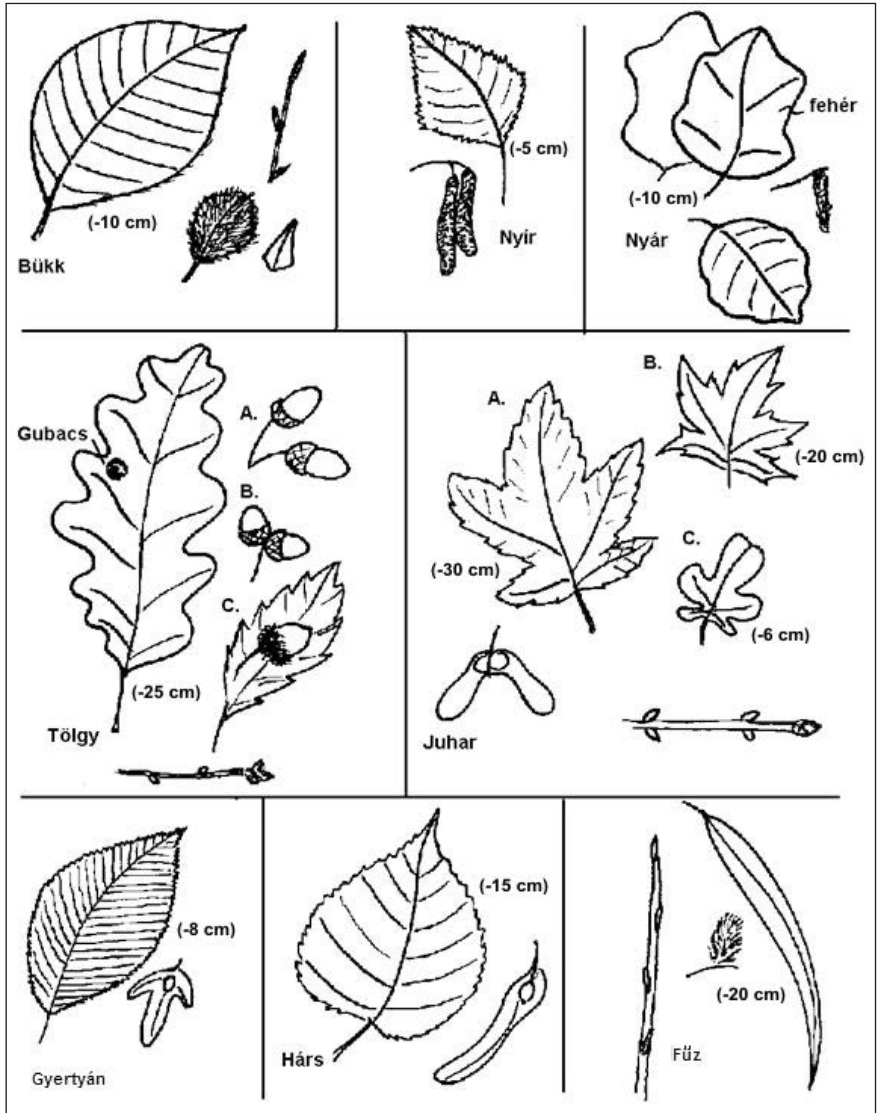
- 30 m magas fa.
- Az egyetlen tülevelű fa, amely elhullatja a tűjét.
- Fája vörös és jól bírja a vizet.
- Főleg kinti építkezésekhez használják
- Jól ég, de nagyon pattog.
- Kérgéből faraghat szakkendógyűrűt.

### Tiszafa

- 10 m-es alacsony fa, tülevelű.
- Tűje mérges, kérge, magja mérgező.
- Állítólag íjnak alkalmas a fája.
- Kemény és jól ég.



## Lomblevelű fák



**Figyelem:** Akarod tudni, hány éves egy fa? Keresd a környéken egy kivágott fatuskót. Ezen látod az évgűrűket, melyet a fa minden évben képez. Ezeket megszámlálva megtudod, hogy milyen idős volt a fa, amikor kivágták. Azt is látod, hogy az évgűrűk nem egyformák. Szélességük függ a fa fajtájától, az adott év időjárásától, hogy melyik oldalról kap árnyékot, vagy hogy milyen helyen állt a fa. Az évgűrűk 1 milliméter szélességtől akár 1-2 cm-ig terjedhetnek. Ez alapján a kivágott fa vastagságát alapul véve megbecsülheted az élő fa korát.



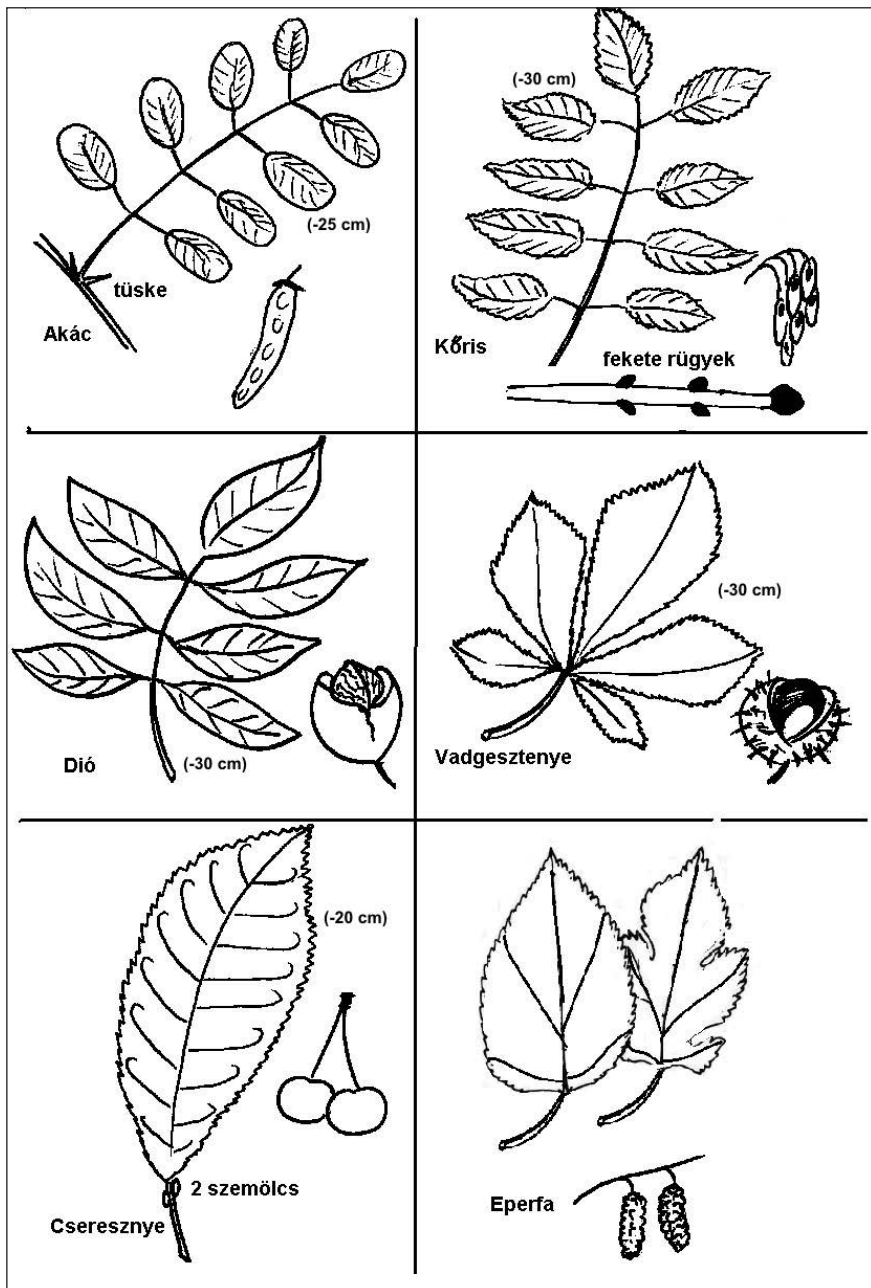
## Lomblevelű fák

<p><b>Bükkfa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 40 m magas fa, lassan nő.</li> <li>- Magyarországon főleg a Bükkben és Mátrában nőnek nagyra.</li> <li>- A bükkmakkot meg lehet enni, olyan, mint a mogoró.</li> <li>- Fája kemény, de nem vízálló.</li> <li>- Nagyon jó paraszat ad.</li> <li>- Bútorokhoz, játékoknak, padlónak használják.</li> </ul>	<p><b>Nyírfa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-20 m középmagas fa, gyorsan nő, északon is.</li> <li>- Fehér kérge van, amiből sok mindent lehet készíteni: csónak, dobozok, papír.</li> <li>- Kérge kiválóan ég, mert kátrány van benne.</li> <li>- Fája kemény, és vizesen is jól ég.</li> <li>- Bútor, repülőmodellek készítésére, faragásra használják.</li> </ul>	<p><b>Nyárfa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 30 m magas, egyenes fa</li> <li>- Magyarországon a főutak mentén is vannak ültetve.</li> <li>- Fája puha és gyorsan elég.</li> <li>- Levele különféle formájú lehet, alsó oldala fehér.</li> <li>- Törzse szürke, ezüstös.</li> <li>- Sok fajtája van (rezgőnyár, fekete nyár).</li> <li>- Papírt, furnért készítenek belőle.</li> </ul>
<p><b>Tölgyfa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 30 m magas nagy fa, nagy ágakkal.</li> <li>- Lassan nő, hosszú életű – akár 500 év.</li> <li>- Építkezésre, hordók, padló, bútorok készítésére használják.</li> <li>- Fája jól bírja a vizet.</li> <li>- Nehezen gyullad, de jó paraszat ad.</li> <li>- A savát használták bőrök cserzésére.</li> <li>- A makkját nem jó megenni, illetve többször ki kell előbb főzni.</li> <li>- A disznók nagyon szeretik makkját.</li> <li>- Gubacs nő rajta (nyakkendőgyűrű).</li> </ul> <p><b>A. Kocsányos tölgy</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A makkoknak száruk van.</li> </ul> <p><b>B. Kocsánytalan tölgy</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- a makkoknak nincs külön száruk.</li> </ul> <p><b>C. Csertölgy</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A makkház szőrös és levele fűrészelt.</li> </ul>		<p><b>Juharfa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 30 m magas fa</li> <li>- Levele a kanadai zászlón látható.</li> <li>- Bútorok, konyhaeszközök, játékok készítésére használják.</li> <li>- Fája kemény és jól ég.</li> <li>- Nedvéből szirupot csinálnak.</li> <li>- Mivel kb. 40 különböző juharfajta van, itt csak néhányat mutatunk be.</li> </ul> <p><b>A. Hegyi juhar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- legnagyobb juharunk</li> </ul> <p><b>B. Vörös levelű juhar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- levele hegyes végű</li> <li>- hasonlóan nagy méretű, mint a hegyi juhar</li> </ul> <p><b>C. Mezei juhar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kisebb, kb. 20 m magas fa</li> <li>- levele is kisebb és gömbölyű</li> </ul>
<p><b>Gyertyán</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 20 m magas, közepes fa</li> <li>- Sövénynek is használják.</li> <li>- Törzse rendszertelen.</li> <li>- Nagyon kemény, sokáig ég.</li> <li>- Fájából szerszámot készítenek.</li> </ul>	<p><b>Hársfa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 20 m magas közepes fa</li> <li>- Faragni a legjobb fa.</li> <li>- Virágjából teát csinálnak (hársfatea).</li> <li>- A cserkészvezetők jelvényén is rajta van.</li> </ul>	<p><b>Fűzfa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 30 m magas fa, gyorsan nő</li> <li>- Főleg víz közelében él.</li> <li>- „Szomorúfűz”, „botló fűz”.</li> <li>- Fája puha, és nem jól ég.</li> <li>- Egyszerű bútorok készítésére, építésre használják.</li> <li>- Vesszőjéből fonnak pl. kosarakat.</li> </ul>

**Figyelem:** Két élősködőt is ismerünk, mely a fákban él. A borostyánnak a gyökere a földben van, de utána úgy rátekeredik a fára, hogy alig lehet leszedni. Előbb-utóbb a fát megfojtja.

A fagyöngynek a gyökere a fa egyik ágába fúródik, és a fának a nedv- és vízkeringéséből él. Már messziről lehet látni a fagyöngy kerek, akár méteres, golyó alakú egyedeit a fákban. Ugyanakkor mindkettő gyógynövény is!

Összetett levelű fák és gyümölcsfák





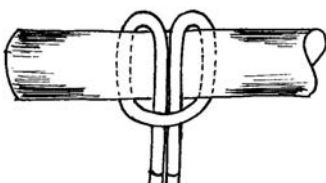
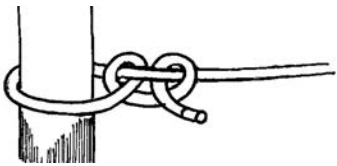
## Összetett levelű fák és gyümölcsfák

<p><b>Akácfa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 20 m magas közepes fa, gyorsan nő</li> <li>- Nagy tüskékkel van tele, ezért nem jó rá mászni és dolgozni vele.</li> <li>- Fája nagyon kemény és vízálló.</li> <li>- Virágjából a méhek csinálják az akác-mézet.</li> <li>- Hordók, kerítésoszlopok, padló készítésére használják.</li> </ul>	<p><b>Kóris</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Magas fa, 30 m-re nőhet meg.</li> <li>- Jellegzetes fekete rügyei vannak.</li> <li>- Fája kemény, de szívós.</li> <li>- Tűzifának is jó.</li> <li>- Sporteszközök és szerszámnnyél készítéséhez kiválóan használható.</li> </ul>
<p><b>Diófa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Közepes méretű fa.</li> <li>- Lassan nő, és későn kezd teremni.</li> <li>- A dió csak őszre érik meg, és még akkor is szárítani kell.</li> <li>- Levele illatos.</li> <li>- Fája értékes bútortfa.</li> <li>- Tűzifának ritkán használjuk.</li> <li>- A kérge és a dió zöld gumója savat tartalmaz, mely maga körül megöli a növényzetet.</li> </ul>	<p><b>Vadgesztenye</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nagy fa, főleg különálló, rétes, parkos helyeken nő.</li> <li>- Gesztenyéje nem ehető.</li> <li>- Fáját ritkán használják bármire is.</li> <li>- A <b>szelídgesztenye</b> önálló fajafaja</li> <li>- Levele a csertölggyére hasonlít, gyümölcse mindig kettesével van egy burokban. Fontos étkezési növény.</li> <li>- Fája kemény és vízhatlan, akárcsak a tölgy.</li> </ul>
<p><b>Cseresznye</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 20 m magas közepes fa.</li> <li>- Erdőben lehet vadcsereznyefát találni.</li> <li>- Levelén két mirigy van.</li> <li>- A nemesített fák gyümölcse jó evésre.</li> <li>- Korán terem, már a nyár elején.</li> <li>- Bútortfa, mert szép színe van.</li> </ul>	<p><b>Eperfa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Magas fa, a vizek környékén él.</li> <li>- Levele nagyon sokféle alakú lehet.</li> <li>- Magyarországon elterjedt.</li> <li>- Fája kemény, híres az eperfahordó.</li> <li>- A faeper ehető, pálinkának, állatetetésre való.</li> <li>- A selyemhernyó kizárólag eperfalevelet eszik, ezért egy időben sok eperfát ültettek az Alföldön.</li> </ul>
<p><b>Gyümölcsfák</b></p> <p><b>Magyarországi gyümölcsök:</b> alma, körte, szilva, meggy, cseresznye, őszibarack, sárgabarack, mandula, birsalma, ringló, faeper, dió, naspolya, mogoró, gesztenye.</p> <p><b>Melyik mikor érik?</b></p> <p><i>Május:</i> cseresznye; <i>június:</i> cseresznye, meggy; <i>július:</i> meggy, ringló, faeper; <i>augusztus:</i> szilva, alma, őszibarack, sárgabarack; <i>szepember:</i> szilva, alma, körte (szőlő – nem fán terem!); <i>október:</i> alma, körte, birsalma, dió, mandula, naspolya, mogoró, gesztenye</p> <p><b>Mi a nemesített fa?</b> Mindegyik gyümölcsnek van több nemesített fajtája. Ezeket azért nemesítik, hogy a gyümölcse nagyobb, finomabb, színesebb legyen. Sajnos ezek a nemesített fajták már nem annyira ellenállóak, így termesztésükhöz vegyszerek szükségesek.</p> <p><b>Mit lehet készíteni a gyümölcsökből?</b></p> <p>Kompót, befőtt, birsalma(sajt), aszalt gyümölcs, lekvár, borok, pálinka, kozmetikumok, stb. Ezekhez általában a gyümölcsön kívül csak cukor és egy kis türelem kell. Próbáld ki te is!</p>	

## CSOMÓZÁS

**Hurkok:** Használni tudod az egyszerű állóhurkot, sváb hurkot és a csúszó hurkot.

### Egyszerű hurkok

	<p><b>Egyszerű állóhurok</b> Fogd duplán a kötelet. Köss rá egy egyszerű csomót. Használata: Ha kell valahol egy hurok, aminek nem szabad összehúzódnia. Vigyázz, mert nagy terhelésnél nagyon megszorul. Hegymászáshoz a nyolcas alapú állóhurkot használják.</p>
	<p><b>Csúszóhurok</b> Ez az egyik legfontosabb alapcsomó. Ebből lesz sok más csomó is. Köss egy egyszerű csomót, és dugd át rajta a végét! De úgy is kötheted, hogy a két vége nem szabad. A kötélén csinálj egy hurkot, a hurkot tekerd meg egyszer, és abba húzd bele a kötelet. Használata: Kötéllétracsomó Dugólekötő-csomó Bűvészcsozó</p>
	<p><b>Sváb hurok</b> A svábhurok is egy alapcsomó. Igazából ez is két hurokból áll, ami csak akkor tart, ha egy botot átdugsz a két hurkon. Többszörösen megköthve a Pruszikot kapjuk. Használata: Hintát felakasztani. Gyűrűre kötelet kötni. Fára mászáshoz. Vigyázz, hogy mind a két végét egyformán terheld meg! Tehát nem szabad csak az egyik végén lógnia a ráakasztott tárgynak. Egyéb: Sok ördöglakat erre a csomóra épül.</p>
	<p><b>Perec</b> Ez is egy csúszóhurok. Kinézete miatt perecnek nevezzük. Nem más, mint egy svábhurok egy kötélre kötve. Használata: Ha egy kötelet egy fára akarsz felerősíteni. Persze lehet több perecet is egymás után rakni. A sátorfeszítőt ezzel fejezed be. Egyéb: svábhurok helyett próbáld megkötni egy szorítónyolcassal. Nem nehéz.</p>

## JELADÁS

**Rovásírás:** *Rovásírással felhímezted vagy faragod a nevedet.*

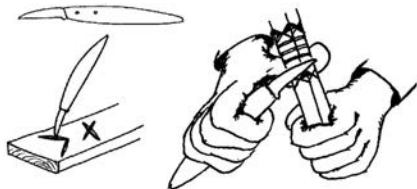
Ezt a rovásírási ábécét használják a cserkészek már több mint 60 éve. Az első cserkész rovasábécét 1942-ben átdolgozták, és azóta ez van használatban. Jellegzetessége, hogy csak egyenes vonalakat használunk benne.



### Faragás

A rovásnál a kés hegyével kell dolgozni. Rakd le az asztalra a fadarabot, és úgy dolgozz a késeddel. Erre főleg rövid pengéjű faragókések alkalmasak.

Faragásnál a kést a négy ujjad közé fogod, és a hüvelykujj felé vágasz. Ehhez már erő kell.






## TÁJÉKOZÓDÁS

**Térképajták:** *Ismered a városi és autótérkép sajátosságait, valamint ha körzetedben ismert, a turistatérképét.*

### Térképajták

A térképészet jelentős tudomány, és attól függően, hogy mire használatos a térkép, különböző térképeket készítenek. A cserkészzetben a **topográfiai térképet** használjuk. Nevezik ezt turista- vagy vándortérképnek is, főleg ha a vándorutak külön fel vannak tüntetve rajta. Ezen nincsenek utcanevek, hisz az erdőben, a mezőn rendszerint nincsenek megnevezve az utak, viszont vannak rajta térképjelek, és ami nagyon fontos, szintvonalak. Ez alapján látjuk, hogy hol vannak dombok, hegyek, folyók, erdők vagy legelők.

	<p><b>Városi térkép</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lépték 1:5000 – 1:20000</li> <li>- Sokszor rendhagyó lépték pl.: 1:11305</li> <li>- Az utcanevek fel vannak tüntetve.</li> <li>- A busz- és villamosvonalak meg vannak jelölve.</li> <li>- A színek eltérnek a hivatalos megjelöléstől.</li> <li>- Városi portyához alkalmas.</li> </ul>
	<p><b>Turista- és topográfiai térkép</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lépték 1:15000-1:50000</li> <li>- Topográfiai térképen alapul, ezért a szintvonalak be vannak rajzolva és nagyon részletes.</li> <li>- A színek megfelelnek a szabályos megjelölésnek.</li> <li>- A térképjelek megfelelnek a szabályos megjelölésnek.</li> <li>- A túraútvonalak és érdekes látnivalók ki vannak emelve.</li> <li>- Portyához alkalmas.</li> <li>- Városban nehéz használni, mert nincsenek rajta utcanevek.</li> </ul>
	<p><b>Autóstérkép</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lépték 1:100000</li> <li>- Főleg az utak vannak rajta.</li> <li>- A községek csak mint pontok vannak bejelölve.</li> <li>- Szintkülönbségek nincsenek jelölve.</li> <li>- Az útszakaszok hossza főúton meg van adva kis számokkal.</li> <li>- Hosszú kerékpártúrákhoz érdemes használni.</li> </ul>

**Észak irány iránnytűvel:** Iránnytűvel pontosan megmutatod észak irányát.

**A) Északot betájolni, térképet betájolni**

A fekete gyűrűt addig forgasd, amíg észak jele (N) a menetirány nyíl felé áll. Ezután a tájolót addig forgatod, míg a tű az N-re mutat. Most mutat a tájoló észak felé, vagyis a 0 vagy 360 fokra. Ez a tájoló alapállása. Ha térképet akarsz betájolni, akkor a tájoló ugyanígy állítsd be. Fektesd a térképet úgy, hogy az egyik szélével párhuzamos legyen, és a térképpel együtt addig forgatod a tájólót, amíg a tű az N-re mutat.



**Hol vagy a térképen:** Felismered, hogy hol állsz a térképen.

### **Hol vagy a térképen?**

A térkép mindig a valóság lekicsinyített és leegyszerűsített képe. Ahhoz, hogy tudjunk vele bánni, tudnunk kell, hogyan tartsuk (betájolás), mit jelentenek rajta a jelek (térképjelek), és mennyire van lekicsinyítve (lépték), vagyis mekkora az a távolság valójában, ami a térképen csak egy pár centiméter. Ehhez némi fantázia szükséges, és főleg sok gyakorlat. A cél az, hogy a térképen mindig tudd,

- hol vagy,
- hol a cél és
- melyik úton jutsz el oda.

De honnan lehet tudni, hol vagy a térképen?

1. Keresd meg, hol van az a városrész vagy falu, ahol tartózkodsz a térképen.
2. Tájéld be a térképet, és te is fordulj észak felé.
3. Nézz körül. Ha látsz valami jellegzetest, ez lehet nagy út, tó vagy folyó, kilátóhegy, vasút-állomás, gyár vagy fürdő, keresd meg a térképen.
4. Innen megpróbálhatod visszakövetkeztetni, hogy te merre vagy. Ha nem sikerül, menj egy olyan helyre, ami talán jellegzetesebb, vagy ahonnan jobb kilátás nyílik.

**Térkép méretarány:** Tudod mit jelent 1:25 000, 1:50 000, 1:100 000.

### **Térképek méretaránya és léptéke**

Attól függően, hogy mire szolgál egy térkép, más-más léptéket használnak. A lépték azt jelzi, hogy a valóságot mennyivel kicsinyítették le. Tehát egy 1:50 000 térképen a valóság 50 000-szer lett kisebb, vagyis 1 km 2 cm-nek felel meg, mert  $1 \text{ km} = 1000 \text{ m} = 100\,000 \text{ cm}$  osztva 50 000-rel = 2 cm. A lépték általában a térkép alján vagy az elején fel van tüntetve, illetve meg van adva, hogy milyen hosszú rajta 100 m vagy 1 km. Ha nincs rajta lépték (mert csak egy részlet, vagy kimásolt rész, amire nem írták rá a léptéket), akkor egy ismert részéről meg tudod becsülni, mekkora lehet a léptéke.

Tervrajz		
1:100	1 cm = 1 m	1 m = 1 cm
1:1000	1 cm = 10 m	100 m = 10 cm
<b>Tájékozódási futáshoz</b>		
1:10 000	1 cm = 100 m	1 km = 10 cm
<b>Vándortérkép</b>		
1:24 000	1 mi = 200 láb	1 mi = 2.64 in
1:25 000	1 cm = 250 m	1 km = 4 cm
1:50 000	1 cm = 500 m	1 km = 2 cm
<b>Autó/bicikli térkép</b>		
1:100 000	1 cm = 1 km	1 km = 1 cm
1:200 000	1 cm = 2 km	1 km = 5 mm

**Térkép betájolás:** Betájolod a térképet észak irányába.



## **Térkép betájolása**

- A térképen fent szokott lenni észak (kivétel esetén mindig megadják az észak irányt, pl. a balatoni térképeknél)
- állítsd be a tájolózt északra, és fektesd rá a térképre úgy, hogy párhuzamos legyen a hosszúsági körökkel.
- addig fordítsd a térképet és a tájolózt, amíg a tű északra mutat. Most fekszik a térkép úgy, ahogy a valóság.

**Figyelem:** ezt ne csináld vaslábú asztalon, autótetőn vagy más vastartalmú tárgyon, mert az iránytű a vas miatt nem fog jó irányt mutatni!

## **BECSLÉS**

**Alapmérétek becslése:** 90% pontossággal megmondod, hogy mennyi 1 m, 10 cm (vagy 1 láb, egy yard, 1 hüvelyk).

### **Alapmérétek becslése**

Tanuld meg, hogy mennyi egy méter a valóságban. Ha ezt rendszeresen gyakorlod, szemed megtanulja, hogy néz ki egy méter. Így a jó cserkész látja, ha egy asztal kevesebb, mint 1 m magas, a szoba meg magasabb, mint 2 m.

Tanulj meg így 90%-os pontossággal tárgyakat megbecsülni. 90% azt jelenti, hogy egy 1 m-es botot 10 cm eltéréssel tudsz felbecsülni, egy 10 cm-es deszkánál meg 1 cm pontossággal meg tudod mondani, milyen széles.

További alapmérétek a kilogramm és a másodperc.

## **TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK**

**Kis sátor (vagy őrsi sátor):** Fel tudod állítani, lebontani és becsomagolni.

**Sátorcövek:** Tudsz cöveket beverni, faragsz fából pótcöveket.

### **Sátorfelverés, bontás, sátorrend**

#### **Sátorfelverés**

- A sátrat lapos helyre építsd, különben alvás közben elgurulhattok.
- Takaríts el minden követ, ágot, fenyőtobozt, mert kiszúrhatják a sátor alját, és nyomnák a hátadat.
- Sziklafal mellett ne verj sátrat, mert mindig eshet le róla kő.
- Víz tárolók, folyók és hegyi patakok mellett ne verj sátrat, mert gyorsan változhat a víz szintje.
- A bejárat ne a főszélirány felé álljon, mert akkor könnyen belekapna a szél.
- Elsőként a belső sátrat fektesd le, és a sarkait feszítsd ki.
- Utána felállítod a rudazatot, és rá mehet a belső sátrat.
- Végén rádobod a külső sátrat, és kifeszíted.

Fontos: a belső és a külső sátor ne érjen össze, mert akkor beázik. Ha nincs belső sátor, akkor te se érj a külső sátorhoz, mert ott beázik.

- Ha lehet, akkor áss ki a sátor körül egy 10-20 cm mély árkot, ami elvezeti a vizet.
- A sátorzsákokt és a maradék cöveket rakd be a sátorba.
- A táborozás alatt többször is ellenőrizd, hogy jól van-e kifeszítve a sátor.



## Sátorbontás

- Igyekezz a sátradat mindig száraz időben lebontani!
- Ha vizesen bontottad le, akkor legkésőbb egy napra rá ki kell akasztani száradni.
- Ha csak harmat van rajta, akkor hagyd egy kicsit száradni, és csak utána pakold el.
- Mielőtt lebontod, söpörd ki a belső sátrat!
- A cövekeket akkor húzd ki, amikor a sátor még áll. Később már nehezebb lesz mindet megtalálni. A cövekeket tisztítsd le, és egyenesítsd ki újra. Csak ezután pakold el!
- A rudakat szedd szét és tedd be a rudas zsákba!
- Mindegy, hogy milyen sátorról van szó, az összehajtásnál mindig egy négyszöget kell kapnod, ami olyan széles, mint a sátorzsák hossza.
- Az összehajtásnál ügyelj arra, hogy a zsinetek ne kifelé lógjanak, hanem a tekerics belsejébe kerüljenek.
- Általában a rudakat és a cövekeket bele kell raknod a sátorba és úgy összetekerni. Ha nem fér be a zsákjába, még egyszer gurítsd ki, és hajtsd egy kicsit szélesebbre. Lehet, hogy jobb, ha ketten tekeritek.
- Ha valami tönkrement a sátoron, írd egy cédulára és kösd a sátorhoz. A nevedet és a dátumot is írd mellé.

**Sátorrend:** Sátorban is rendben tudod tartani a dolgaidat.

## Sátorrend

- A sátorban is igyekezz rendet tartani, főleg, ha hosszabb ideig táborozol.
- A hálózsákodban tarthatod a melegítődöt és a fehérneműs zacskót is.
- A sátor elé készítsetek egy bakancstartót, egy csajkafát és egy szárítókötelet.
- Napközben félbehajthatod a hálózsákodat, hogy nagyobb mozgástered legyen.
- Az állatok és a rovarok miatt ne tartsatok élelmiszert a sátorban.
- Jó időben hagyd nyitva a sátrat, hogy szellőzzön, de mindig figyeld az időt, és ha esni kezd, zárd be a sátrat. Szűnyogos területen és általában is mindig használd a szűnyoghálót!

## Őrsi sátrak

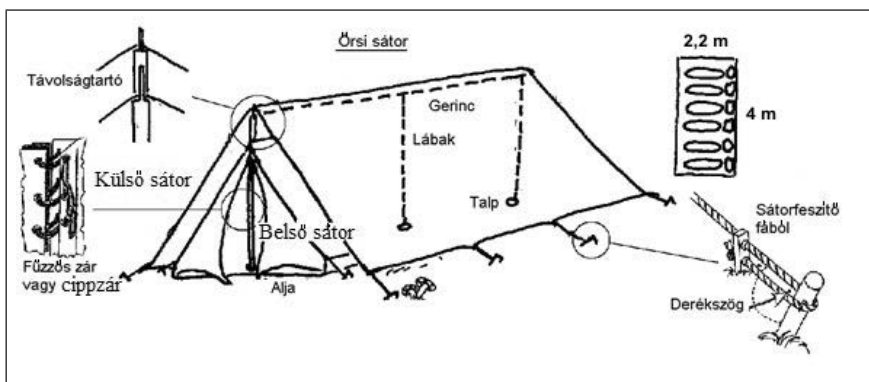
### Az Őrsi sátor

A hagyományos Őrsi sátor vászonból készült, és van belső ponyvája.

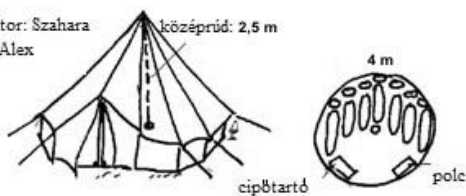
A vázat nem nehéz felállítani, de ügyelni kell arra, hogy a külső és a belső sátor ne érjen össze. A régebbi típusoknál a cipzár helyett fűző van. Ezzel tovább tart bezárni a sátrat, de nem megy olyan könnyen tönkre, mint a cipzár.

### Sátorcövek beverése:

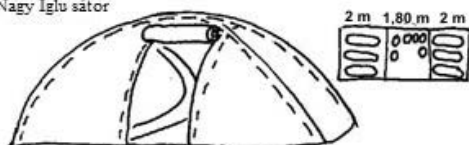
A cövekeket úgy verd be, hogy derékszöget alkosson a zsinórral. Nem kell sátorfeszítő csomót csinálnod, ha van rajta fából vagy műanyagból készült sátorfeszítő. Fontos, hogy a sátor mindig jól ki legyen feszítve, hogy az esővíz lefolyjon, és a szél ne vigye el. Az Őrsi sátor leginkább hosszú táborozásokra alkalmas. Nehéz ponyvája miatt nem praktikus túrázásra.



Körsátor: Szahara vagy Alex



Nagy Iglu sátor



Iglu vagy eszkimó sátor



Alagút sátor



### Körsátor (Szahara, Alex)

Könnyű felépíteni, mert csak egy rúd van a közepén (2,5 m). Erős vászomból készült, belső sátor nélkül; aljzattal vagy anélkül.

Táborozáshoz nagyon jó, mert sok hely van benne, így együtt lehet az őrs. Sőt, egy cipőtartó is elfér benne.

Túrázásra túl súlyos.

### Nagy iglusátor, kempingsátor

Nehéz felépíteni, mert magas, és több eltérő méretű és hosszúságú rúdja van. Könnyen megsérül a vékony ponyvája és a cipzárja.

Sok hely van benne, főleg a közepén.

Táborozni jó. Túrázásra nem alkalmas.

### Iglu- vagy eszkimósátor

Könnyű felépíteni, és olcsó is. Hosszabb táborozásra inkább csak 2 személynek alkalmas, tehát nem őrsnek való. Túrázásra jó, mert kis csomagra szét lehet osztani.


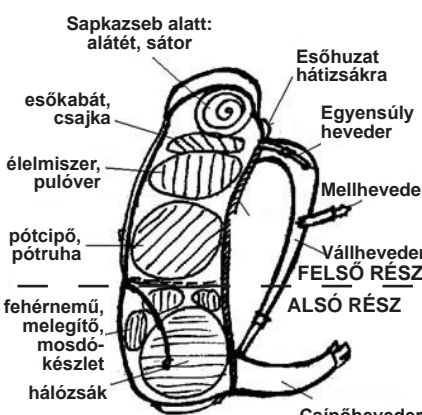
### Alagút sátor

Könnyű felépíteni. Szintén jó túrázásra. Előnye a nagy eltér, ahol főzni, illetve esős időben tárolni is lehet.

**Személyes csomagolás:** Hátizsákot csomagolsz egy hétvégére. Írd fel az egyéni felszerelési tárgyak listáját.

### Hátizsák és csomagolás

Ha táborba készülsz, be kell pakolnod a felszerelésedet a hátizsákodba. Ha csak egy hétvégére mész, akkor ez nem nagy gond. Hosszabb táborozás vagy túra esetén már jóval több dologra lesz szükséged. Tanuld meg magad csomagolni a hátizsákodat. Még ha az elején segítenek is a szüleid, csak így fogod tudni, hogy mit hova raktál.

<p><b>Megpakolt hátizsák kívül és belül</b></p> 	<p><b>A jó hátizsák és részei</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A hátizsákodnak legyen külső vagy belső váza. A modern hátizsákoknak kizárólag csak belső vázuk van.</li> <li>- Soknak be lehet állítani a háthosszát, ami főleg gyerekeknél előnyös.</li> <li>- Az úrtartalma legyen 45 és 75 liter közötti.</li> <li>- Hasznos, ha a zsák két részre van osztva.</li> <li>- Legyen széles csípőhevedere. A csípő hordja a súly 50-70%-át.</li> <li>- A vállhevederek legyenek szélesek és kényelmesek.</li> <li>- Legyen hozzá szíj alul és fölül, amivel ráerősítheted a felszerelésedet. Ez tőrakhoz fontos.</li> <li>- Legyen vízálló, vagy legyen hozzá esővédő fólia.</li> <li>- Legyenek hozzá oldaltáskák meg fedőtáska is. Nem kell, hogy ezek leszedhetőek legyenek, mert az csak bonyolítja a dolgokat.</li> <li>- A tépőzár nem alkalmas lezárónak, jobb a cipzár vagy a szíj.</li> </ul>
<p><b>Hogyan pakolj bele a hátizsákodba?</b></p> 	<p><b>Hogyan pakolj bele a hátizsákodba?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vedd elő a felszereléslistádat és készíts ki mindent, amit vinni akarsz. Ne vigyél magaddal túl sok mindent. Ötnél több pár zokni vagy fehérenemű nem kell, mert a hosszabb táborokban már lehet ruhát mosni.</li> <li>- Használd a zacskós rendszert. Tehát a fehéreneműt, pólókat, cipőt stb. külön zacskókba rakd. Így nem csak rendet tudsz tartani, hanem esőben is száraz marad minden.</li> <li>- Alulra kerül a pótnadrág, póting, fürdőnadrág, pótcipő.</li> <li>- A tetejére kerül az esőkabát, pulóver.</li> <li>- Az oldalzsebekbe rakd a kulacsot, zseblámpát és az elsősegélyt.</li> <li>- A hátizsákra kösd rá a csajkát meg az alátétet.</li> <li>- Úgy csomagolj, hogy minden beleférjen a hátizsákba. A kezed legyen üres!</li> </ul>

## **Cserkészfelszerelés és felszerelés kirándulásra**

**A Cserkészfelszerelés:** Cserkészfoglalkozásra legyen mindig nálad:

- cserkészruha (cserkészing, nyakkendő, cserkésznadrág, erős cipő, sapka vagy kalap)
- zsebkés
- ceruza
- füzet
- 2 m spárga
- gyufa
- ragtapasz
- egy euró/dollár/ötszáz forint.

**Egynapos kirándulásra legyen nálad:**

- a fenti cserkészfelszerelés
- esőkabát
- kulacs vízzel
- bakancs

**Egy hétvégi kirándulásra legyen nálad:**

- a fenti cserkészfelszerelés
- esőkabát
- kulacs vízzel
- bakancs
- hálósák, alátét és tréningruha
- csajka (evőeszköz, bögre, törlőrongy)
- zseblámpa
- 1 váltás fehérnemű
- tisztasági csomag (fogkefe, szappan, törülköző)
- kabát vagy pulóver
- váltóruha (nadrág és póló)

**Több napos táborozásra legyen nálad:**

- a fenti cserkészfelszerelés
- 1 pótcserkészing
- hálósák, alátét, tréningruha (nem pizsama)
- 5-7 váltás fehérnemű
- 5-7 váltás póló
- 1 kabát
- 1 pótnadrág
- 1 pulóver
- 1 könnyű tornacipő
- 1 bakancs
- 1 gumicsizma (ha nem vízálló a bakancs)
- esőkabát
- tisztasági csomag (fogkefe, szappan, törülköző, fésű)
- csajka (evőeszköz, bögre, törlőrongy)
- kulacs vízzel töltve (legalább 1,5 l)
- zseblámpa

**Őrsi felszerelés portyára/túrára**

- elsősegélydoboz, napolaj
- balta, kistűrészes
- kötél
- ponyva
- kondér
- kislapát és WC-papír



## TŰZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS

**Tüzelő fák:** Ismerd és gyűjtesz tüzelésre alkalmas fákat. Tudod, mi a gyújtós.

### **Tüzelésre alkalmas fák**

Számtalan fajta létezik, de nem mindegyik ég jól. Ismerd meg azokat a fákat, amelyek a környezetedben nőnek, és tüzelésre alkalmasak!

Tűzrakáshoz mindenképpen száraz gallyakat, ágakat keress. A fák elhalt ágai nedves időben is szárazabbak, mint azok, amelyek a földön hevernek. Ha csak nedves fát találtál, akkor azt először hasítsd fel, mert a belseje szárazabb szokott lenni, és a hasított felület könnyebben begyullad, mint a nedves, sima kéreg. A fa egy részéből rakd meg a tüzet, a maradékot pedig rakd egy halomba, és takard le egy ponyvával. A nedves fát a tűz szélén meg is száríthatod.

### **A gyújtós**

Jó gyújtós a nyírfa száraz, fehér kérge, a száraz fű, a száraz levelek, főleg, ha már majdnem átlátszóak, továbbá a pitypang, fűzfa, nyárfa és más növényeknek az elvirágzott, vattaszerű magja és a szárított tapló. A jó gyújtós akár egy szikrától is begyullad, tehát csak jó gyújtóssal lehet később gyufa nélkül is tüzet rakni.

### **Fenyőfajták**

A rőzséje jó gyújtós.

Könnyen begyullad, és szépen ég.

Forraláshoz és tábortűzhöz is jó.

Nem ad sok parazsat, és gyorsan leég. A benne levő gyanta pattog, így vigyázz, nehogy a ruhádra, vagy más gyúlékony anyagra pattanjon, és tüzet okozzon.

### **Keményfák (bükk, tölgy, akác)**

Finom szálakra kell hasítani, hogy könnyebben begyulladjon.

Nagy tűzben szépen ég.

Jó parazsat ad, ami sokáig izzik, így jó kályhába, kandallóba.

Sütésre, főzésre alkalmas, mert tartós meleget ad.

### **Puhafák (bodza, nyárfa, fűzfa)**

Nem égnék jól, és nem adnak parazsat. A füstjük marja a szemet.

Akkor használd, ha nincs más!

### **Nyírfa**

A nyírfának a fehér kérge kátrányt tartalmaz, ezáltal vízhatlan, és jobban ég, mint a papír. A kátrány miatt fekete a füstje. Ez a legjobb gyújtós.

Fája vizesen is begyújtható, de nem ad olyan jó parazsat, mint a keményfák.

### **Fenyőtoboz, dióhéj, nád**

Sokféle anyag van, amiket kipróbálhatsz, hogy milyen jól ég. Ilyen például a dióhéj, ami nehezen gyullad be, de nagyon nagy lánggal ég. A fenyőtoboz is nehezen gyullad be. A nádban annyi víz van, hogy inkább csak füstöl.

## TESTEDZÉS

**Gyakorlatok:** Bemutatsz 2 népi körjátékot és 3 labdajátékot.

### Labdajátékok

Rengeteg labdajáték van, és most nem csak a focira vagy a rugbyre gondolunk.

#### **Kidobós**

Egy meghatározott mezőben kell egymást labdával eltalálni. Akit eltaláltak, az kiáll. Ennek a játéknak rengeteg változata van. Akit eltaláltak, az vagy leguggol ott helyben, és onnan próbálja megszerezni a labdát, vagy addig vár, amíg kidobják azt, aki őt dobta ki.

#### **Vadász és nyulak**

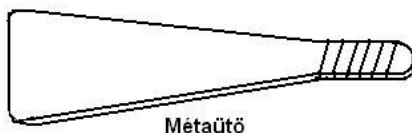
A kidobóst két csoportban játsszuk, a vadászok a nyulak ellen. A vadászok egymásnak dobják a labdát és próbálják a nyulakat lelőni. Ha a nyúlnak sikerül elkapnia a labdát, akkor fordul a kocka. A nyertes az a csoport, amelyik előbb tudja kidobni a másikat. Biztos ismertek ti is ilyen kidobós játékokat.

#### **Röplabda**

A röplabda közismert. Kisebb gyerekekkel lehet úgy is játszani, hogy a labdát el kell kapni, anélkül, hogy a földre essen. Az a csoport veszít, akinél többször esik le a földre a labda. Persze háló helyett elegendő egy kötelet is kifeszíteni.

#### **Méta**

A métát a baseballhoz lehet hasonlítani. Az egyik csoport bent áll a mezőben és próbálja elkapni a labdát, amit a másik csoport egy ütővel kiüt. A legfőbb különbség a baseballhoz képest, hogy a dobó és az ütő egy csoportban van. Ha az ütő játékos eltalálja a labdát, futnia kell, mégpedig a mezőt megkerülve. Útközben megállhat a pihenőkön. Akkor kap pontot, ha egyszer körbeért. Viszont kiesik, ha a másik csoport elkapja a labdát, vagy ha nincs a pihenőn, amikor visszaér a labda a célba. Megadott idő után a két csoport helyet cserél.



### **Népi játékok**

#### **Körjátékok**

Itt nem a néptáncról és a csókjátékokról van szó, hanem énekes körjátékokról.

#### **Megy a kocsi, megy a szekér**

A kör közepén áll egy vagy több gyerek kendővel. A nóta végén kihívnak valakit, akinek a kendőt el kell kapnia. Akár sikerül, akár nem, ő marad következőnek a körben.

*„Megy a kocsi, megy a szekér homokért, homokért.*

*Én is megyek a kocsmába szilvapálinkáért.*

*Sejhaj, nem bánom, nékem is van virágom.*

*Sejhaj, leszakítom a nyáron.”*

## Ne nézz hátra, jön a farkas!

Többen körben ülnek, és éneklük a versikét: „Ne nézz hátra, jön a farkas, tojást hoz a tar-solyban.”

Eközben a farkas körbesétál és megpróbál egy tojást (kendőt) lerakni valamelyik gyerek háta mögé. Ha az nem veszi észre, és a farkas körbe ér, akkor ő lesz a záptojás, és beül a kör közepére. Ha észreveszi, akkor elkapja a kendőt, és elindul a másik irányba, hogy a farkast leelőzve visszaérjen a helyére. Ha ez nem sikerül, akkor a farkas leül a helyére, és a következő körben ő lesz a farkas.

## Pecsényeforgatás

A gyerekek körben állnak. A pörgető a körben van, a fogó a körön kívül. A pörgető odaszalad valakihez, és pördül vele egyet. Aztán egy másikhoz, azzal is pördül és így tovább. A fogó megpróbálja elkapni a pörgőt pörgés közben, mivel a körbe nem mehet be. A többi gyerek számolja a pörgéseket: „Som egy, som kettő, som három...” Egészen tízig. Ha tízig nem kapta el, akkor az utolsó, akivel pörögtek, lesz az új pörgő, a fogó pedig marad. Ha sikerül, akkor ő beáll a körbe, és a pörgető lesz a fogó, akivel utoljára pörgött, az pedig a pörgető.

## Megy a gyűrű vándorútra

A gyerekek körben ülnek, az egyikőjük a kör közepén áll. Nótaszóra az, akinél a gyűrű van, elindítja az egyik irányba, a másik irányba pedig csak úgy tesznek, mintha ők is adogatnának valamit. A gyerekek úgy adják tovább a gyűrűt, hogy a figyelő lehetőleg ne lássa, hogy hol van a gyűrű. A figyelőnek a nóta végére meg kell mondania, hogy kinek a kezében van a gyűrű.

„Megy a gyűrű vándorútra, egyik kézből a másikba.

Hol a gyűrű, aki tudja, meg ne mondja, mi az útja.

Csili csalamádé, csili csalamádé, csili csalamádé, Sári, hopp, hopp, hopp.”

**Ügyesség:** Íjjal és nyíllal célba lősz.

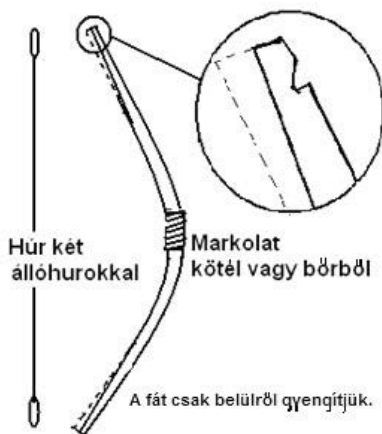
Nyilvánvaló, hogy nagyon előnyös, ha valaki jól tud célba lőni vagy dobni. Még akkor is, ha nem a vacsoránkat kell így megszereznünk. Célba lőni lehet puskával (légpuska), íjjal, csúzlival, parittyával. Célba dobni pedig labdával, kővel, bottal, gerellyel, bumerággal, frizbivel és sok más egyébvel is.

Igyekezz mindenféle helyzetből célba találni, akár fekve, térdelve vagy ülve is.

## Íjkészítés és célba lövés íjjal

A magyarok és a hunok mindig is híresek voltak az íjazásukról. Nemcsak azért, mert lóhátról akár hátrafelé is tudtak lőni, hanem mert sokkal gyorsabban tudtak egyszerre több nyilat is kilőni, mint mások. Ezenkívül visszacsapó íjat használtak, ami kisebb és könnyebb volt, de mégis ellőtt olyan messzire, mint az angolok hosszú íja.

Ha íjat akarsz készíteni magadnak, akkor keress egy szívós, friss botot, pl.: mogyoró- vagy kőrisfából. Próbáld ki, hogy mennyire bírod meghajlítani. Ha egy szép D-betűt tudsz belőle hajlítani, akkor megfelel. Ha túl erős, akkor lehet vékonyítani, de csak a belső oldalán. Arra ügyelj, hogy a D külső



oldalát ne sértsd meg. A két végét vágd be a késséddel. Aztán fogj egy spárgát, és köss a bot mindkét végére egy hurkot, de úgy, hogy kb. olyan hosszú legyen, mint a D egyenes szára. Most hajlítsd be az íjdat és akaszd be a húrt.

A markolatot tekerd körbe spárgával.

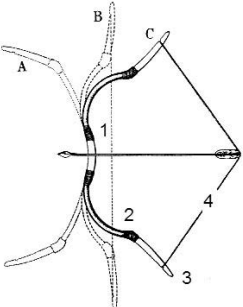

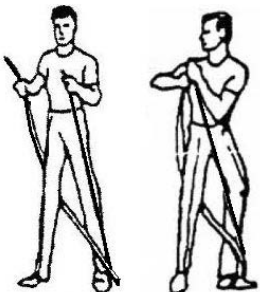
Használd a párhuzamos kötést!

Nyílveszőnek keress szép, egyenes vesszőket. Annak a vastagabbik végét hegyezd meg, a vékonyabbik végére pedig csinálj egy bevágást. Rakhatsz a végébe tollat is, de annak a rögzítése eléggé nehéz.

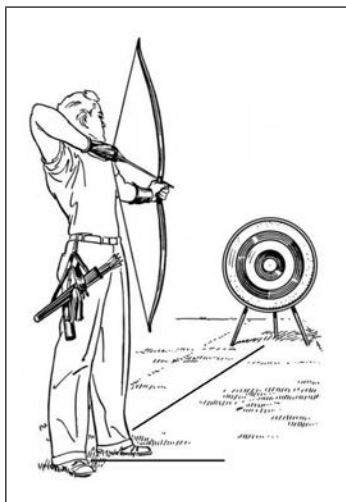
Most kipróbálhatod az íjat. Persze sohasem emberre célozva!

A visszacsapó íj ennél sokkal komplikáltabb, mert több részből tevődik össze. A régi magyarok nagy mesterei voltak az íjkészítésnek, és most kezdik ezt ismét felfedezni.

**Íjászat** A magyaroknak régi hagyománya az íjászat. Híres a magyar visszacsapó íj, de a magyarok ismertek a lovas íjászatukról is. A portyázások idején az emberek azt hitték, hogy a magyarok a lovakkal össze vannak nőve, és így imádkoztak: „A magyarok nyilaitól ments meg, Urunk, minket!”

	<p><b>A visszacsapó íj</b>  A Nyugvó állapotban  B Felajzott íj  C Kifeszített íj  1 Markolat  2 Karok  3 Íjvégek  4 Húr vagy ideg, füllel minden végen</p>
	<p><b>A nyílvesző</b>  A nyílvesző hegye vasból van, és a végén három toll található. Az egyik toll más színű, ezt nevezik vezértollnak, és ez mindig az íjjal ellenkező irányba néz. A nyilakat tegezben tartották, melyet a hátukon vagy az övükön hordtak. A nyíl olyan hosszú legyen, hogy a kifeszített íjnál 5 cm-rel túllógjon.</p>
	<p><b>Felajzás</b>  A visszacsapó íjakat úgy tudod felajzani, hogy az íjvég hajlatát a sípcsontodhoz teszed, és a másik lábaddal belépsz az íjba. Így könnyen meg tudod hajlítani és a húrt beakasztani.</p>





### A lövés

- A célnak oldalt állsz
- Lábadd válszélességben
- A nyilat berakod az íjba és két ujjal megfogod
- A karodat az íjjal kinyújtod
- A húrt a nyíllal kifeszíted
- A könyököd legyen egyenes
- A lövésnél csak a húrt engeded el

### A céltábla

5 körből áll, és minden kör két részből

Pontozás:

Sárga 10/9 pont

Piros 8/7 pont

Kék 6/5 pont

Fekete 4/3 pont

Fehér 2/1 pont

**Kitartás:** Tudsz 4 percet futni, (vagy 100 métert úszni, vagy 6 km-t kerékpározni).

### Testedzési teljesítmények táblázata

	Futás	Úszás	Kerékpározás
<b>Táborverő (11-12 éves):</b>			
Piros szalag próba	3 perc	50 m	4 km
Fehér szalag próba	4 perc	100 m	6 km
Zöld szalag próba	5 perc	200 m	8 km
Légy résen próba	6 perc	300 m	10 km



## 11-12 éves cserkészeknek, harmadik félév

### Fontos tudnivaló

- Nem elég, ha a rovásírást egyszer jól megtanulod. Használd is utána rendszeresen!
- Jó szokás, ha egymásnak rovásírással kis üzeneteket írtok.

### Kötelező tevékenységek és feladatok:

Jellem: Egy hétig vezetsz lelkiismeret-táblázatot.

### Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:

Jellem: Órsben megbeszélitek: miben vagyunk erősek, miben vagyunk gyengék  
Tudod családod eredetét és lerajzold a családfádat.

Magyarság: Népi mintákkal díszíted a cserkészfüzetedet.

Becslés: Becsüld meg, hogy egy hónap alatt mennyit költesz, majd pedig vezess egy hónapig naplót és hasonlítsd össze a becsléseddal.

## PRÓBÁZTATÁSI ANYAG

### Cserkészismeretek

KMCsSz – kerületek	Ismered körzetedet, kerületedet és a Szövetséget.	10	
A cserkészlet rendje	Tudod, hogy mi az őrsi rendszer alap gondolata.	2	

### Vallás

Vallási ismeretek	Jézus életéből ismersz egy példát.	2	
	Tudsz papoknak helyesen köszönni.	4	
	Első áldozás, bérálás és konfirmálás.	4	

### Jellemnevelés

Cserkésztvény 7. és 8.	Saját szavaiddal és példával el tudod magyarázni.	4	
Viselkedés, illemszabályok	Tudod, hogyan kell viselkedni társaságban, idősebbekkel szemben, étkezésnél stb.	5	

### Magyarságismeret

Nemzeti ünnepek	Ismersz 3 nemzeti ünnepet.	3	
Családi ünnepek	Ismered a családi ünnepeket (5).	5	
Történelem 1000 -	Ismered Géza fejedelem és Szent István tetteit.	4	
Földrajz	Dunántúl: jellegzetességei, főbb városai stb.	10	

## Elsősegély

Csípés	Tudod, hogy csípésnél mit kell tenni.	2	
Kullancs	Tudod, hogy mit csinálsz kullancscsípésnél.	4	
Gyomorrontás, hányás	Tudod kezelni a hasfájást, hányást, hasmenést.	6	
Mérgezés	Tudod, hogy mérgezésnél mit kell tenni.	4	

## Természetismeret

5 helyi madár	Ismersz 5 madarat repülésben és az életmódját. (Mo.: gólya, bagoly, veréb, rigó és fecske)	10	
3 ragadozó madár	Ismered árnyékképét repülésben és az életmódját (Mo.: egerészölyv, kánya és sólyom)	6	

## Csomózás

Kötéllétra	Tudod, hogy melyik csomó kell a kötéllétrához.	4	
	Tudsz egy kötéllétrát építeni.	8	
Kötél feltekerés	Kötelet helyesen fel tudsz szedni (tekerni).	4	

## Jeladás

Rovásírás	Fejből tudod a rovásírás abc-t.	20	
-----------	---------------------------------	----	--

## Tájékozódás

Északi irány iránytű nélkül	Ismersz 3 módot az északi irány megállapítására. (Nap és óra, Nap és árnyék, Göncölszekér vagy Dél keresztje).	6	
Tájéoló használata	Iránytűvel bármilyen irányt meg tudsz állapítani.	4	

## Becslés

Árak	Becsüld meg egyes tárgyak bolti árát (5 db).	5	
Pénz beosztása	Minél olcsóbban uzsonnát veszel az őrödnek.	4	

## Táborozás, szerszámok

Zsebkés	Megélesíted a zsebkésedet.	4	
Csajkzsák	Varrsz egy csajkzsákot.	4	

## Tűzrakás, főzés és sütés

Teafőzés	Építesz olyan főzőalkalmatosságot, amin teát főzöl.	8	
----------	---	---	--

## Testedzés

GYakorlatok	Bemutatsz társaiddal 3 körjátékot.	3	
Ügyesség	Tudsz kötélletrán mászni.	2	
	Elvégzel egyensúlygyakorlatokat.	2	
Kitartás	Tudsz 5 percet futni (vagy 200 métert úszni, vagy 8 km-t kerékpározni).	5	
Elért pontszám a próbáztató aláírásával: .....		168	

## CSERKÉSZISMERETEK

**KMCsSz – kerületek:** Ismered körzetedet, kerületedet és a Szövetséget.

### **A körzet**

Az egy országban vagy közeli városokban levő csapatok képeznek egy körzetet. Általában 2-5 csapat szokott egy körzethez tartozni. A körzetet a körzeti parancsnok vezeti. Általában körzeti tábort is szoktak tartani. Ezen kívül főleg a vezetők továbbképzése történik körzetekben.

### **A kerület**

Szövetségünk 5 kerületből áll. Ezek több körzetet foglalnak magukba és a földrészekről vannak elnevezve

(I. Európa, II. Dél-Amerika, III. USA és Venezuela, IV. Ausztrália, V. Kanada). A kerületet a kerületi parancsnok vezeti munkatársaival. A kerületek és a körzetek munkája sokszor fedi egymást.

### **A KMCSSZ (Külföldi Magyar Cserkészszövetség)**

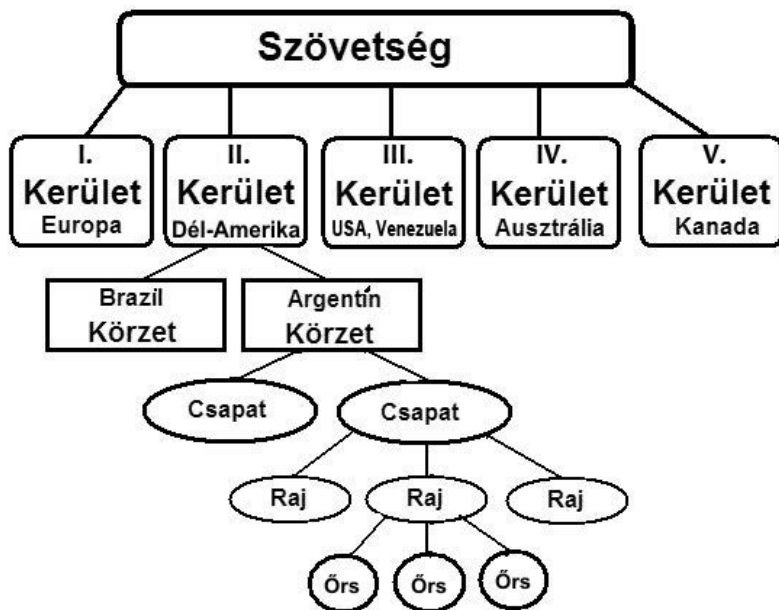
A legfelsőbb egység a Szövetség, illetve a Külföldi Magyar Cserkészszövetség (KMCSSZ). Ez 5 kerületből áll és központja az USA-ban van. 2014-ben a KMCSSZ-be 2500 cserkész volt bejelentve.

A szövetséget az elnök és az Intéző Bizottság (IB) vezeti. Az IB-ben minden kerületből szerepel legalább két vezető. A szövetség minden évben rendez VK-tábort, iskolatábort, akadályversenyt, őrsvetetői körutat és konferenciákat. Azon kívül könyveket és újságokat ad ki (Vezetők Lapja, Magyar Cserkész).

### **A Közgyűlés által választott Szövetségi vezetők 2015-ben:**

Elnök: Lendvai-Lintner Imre  
Alelnök: Dömötör Gábor  
Főtitkár: Szórád Gábor  
Vezetőtiszt: Szentkirályi Pál

## Szövetségünk felépítése:



A kerületek számát római számokkal jelezzük.

KMCSSZ Külföldi Magyar Cserkészszövetség		
Kerületek (5 db)	Körzetek (14 db)	Csapatok (kb. 65 db)
I. Európa	Ausztria Németország Svájc Északnyugat	3 7 4 3
II. Dél-Amerika	Argentína Brazília	2 1
III. USA és Venezuela	New York Cleveland Kalifornia Venezuela	10 6 6 3
IV. Ausztrália	Új-Dél-Wales Victoria	4 3
V. Kanada	Kelet-Kanada Nyugat-Kanada	8 2

**A cserkészzet rendje:** Tudod, hogy mi az őrsi rendszer alap gondolata.

### **Az őrs**

A cserkészzet alapegysége az őrs. Egy őrs általában 3-6 cserkészből áll. Egy őrsben mindenkinek van feladata:

Őrsvezető: Ő vezeti az őrsöt, tanítja a cserkészeket, és játszik velük.	Krónikás: Vezeti az őrsi naplót, rögzíti a fontosabb eseményeket, a résztvevőket stb.
Segédőv: segít az őrsvezetőnek.	Tűzmester: Ő rakja aznap a tüzet.
Pénztáros: vezeti az őrsi pénztárt. Kiadja a pénzt például uzsonnára.	Térképész: Kirándulásnál olvassa a térképet és irányítja az őrsöt, hogy merre kell menni.
Szertáros: Rendszerben tartja az őrsi szertárt, felszerelést, őrsi ládát.	Mentős: Nála van a mentődoboz, és jól ismeri az elsősegélynyújtást.
Konyhás: beszerzi az uzsonnát.	Játékvezető: Kis játékokkal készül.

## **VALLÁS**

**Vallási ismeretek:** Jézus életéből ismersz egy példát.

### **Jézus élete**

Jézus életéről nagyon sokat lehetne írni. Itt csupán két rövid történetet említünk meg.

#### **Ötezer ember megvendéglése**

„(...) És kiment Jézus, és nagyon sok embert látott. Az emberek követték, és letelepedtek köréje, hogy gyógyítsa őket, és hallják beszédét. Jézusnak és tanítványainak néhány haluk és kenyerek voltak. Ugyanakkor mivel több ezer ember követte őket, ezért enni akart azoknak adni. A tanítványok erre megjegyezték, hogy néhány haluk és kenyerek van csupán. Ugyan hogyan lehetne ennyivel jóllakolni a sokszere tömeget?

Jézus megáldotta a halakat és a kenyeret. Erre azokból olyannyira sok lett, hogy mindenki jóllakott. A megmaradt morzsákat kosarakba gyűjtötték össze. Tizenkét kosárnyi volt a maradék.”

#### **Jézus és a kufárok**

„(...) Azután Jeruzsálembé értek. Bemenne a templomba, Jézus látta, hogy tele volt pénzváltókkal és árusokkal, akik barmokat és galambokat árultak. Erre Jézus kötélből erős ostort font, közéjük vágott, és kiűzte azokat, akik árusítottak és vásároltak a templomban, felborította a pénzváltók asztalait, a galambárusok székeit, és nem engedte, hogy valaki edényt vigyen át a templomra.

Azután így tanította őket: „Nincs-e megírva: Az én házam imádság háza lesz minden nép számára? Ti pedig rablók barlangjává tettétek.”

Meghallották ezt a főpapok és az írástudók, és keresték a módját, hogyan veszítsék el. Féltek ugyanis tőle, mert tanítása magával ragadta az egész sokaságot.”

*(Forrás: Károlyi-féle Biblia-fordítás)*

**Vallási ismeretek:** *Tudsz papoknak helyesen köszönni.*

### **Köszönésmód a papoknak/lelkészeknek**

A katolikus papot gyerekként így köszöntsd, ha te is katolikus vagy:

„*Dicsértessék a Jézus Krisztus.*”

Ha nem vagy katolikus, akkor is köszöntheted így, vagy egyszerűen mondhatod:

„*Jó napot kívánok, Imre atya.*”

Az evangélikus és református lelkészeket gyerekként így lehet megszólítani:

„*Tiszteletes úr, tiszteletes asszony.*” A köszönési forma: *Áldás, békesség!* (Erdélyben: *Békesség Istentől!*)

Ha nem vagy evangélikus/református, akkor is köszöntheted így, vagy egyszerűen mondhatod:

„*Jó napot kívánok, Pali bá.*”

**Vallási ismeretek:** *Elsőáldozás, bérmálás és konfirmálás.*

### **Elsőáldozás, bérmálás, konfirmáció**

**Elsőáldozás:** Amikor a 7-8 éves gyerekek (felnőttek) először veszik magukhoz az Úr Jézus szent testét (az ostyát).

**A bérmálás** (katolikus) a Szentlélek közlésének szentsége. A keresztény nagykorúság szentsége, ami általában 14 éves korban következik be. A bérmálásban a megkeresztelt maga vállalja azt, amit a keresztségben szülei vállaltak helyette: a krisztusi életet és küldetést. Válaszul a Szentlélek új módon tölti el őt és megerősíti, hogy képes legyen a nagykorú keresztény életre.

**A konfirmáció** (protestáns) megerősítést jelent a reformátusoknál és evangélikusoknál. A 13-14 éves gyermek ünnepélyesen megvallja hitét Isten, és a gyülekezet színe előtt, és a Szent Lélek által is megerősödik. Egyúttal először vesz Úrvacsorát, és a gyülekezet felnőtt tagjává válik.



## **JELLEMNEVELÉS**

**Cserkésztvörvény 7. és 8. :** *Saját szavaiddal és példával el tudod magyarázni.*

### **7. cserkésztvörvény: A cserkész feljebbvalóinak jó lélekkel és készségesen engedelmeskedik.**

Ádám az udvarban ült a fa alatt, és mérgelődött.

Ez nem igazságos – gondolta magában. – Anya túl szigorú.

Erika éppen akkor dugta be fejét a ház sarkánál.

– Ádi, jössz holnap a vidámparkba? – kérdezte játékosan.

– Nem én – vonta meg a vállát Ádám. – Anyukám nem enged.

– Miért? – kérdezte csalódottan Erika.

– Szerinte a felét sem csináltam meg annak, amit ígértem – motyogta Ádám. – Nem ágyaztam be, nem raktam rendet a szobámban, nem mentem tejért.

- Miért nem csinálsz meg most? Segíték! – ajánlkozott Erika.
  - Úgysem ér semmit, mert anyukám igazságtalan. Csak nem akarja, hogy menjek!
  - De miért nem csináltad meg, amit kellett?
  - Nem volt időm. Más dolgom volt – válaszolt Ádám.
- Erika egy pillanatig elgondolkozott.
- Megígérted, hogy megcsinálsz?
  - Igen.
  - És nem tetted?
  - Nem.
  - Engem ma reggel édesanyám arra kért, hogy tegyem rendbe a konyhát. Nem nagyon akartam, de mégis megcsináltam. És tulajdonképpen nem is volt olyan nagy dolog.
- Ádám elgondolkozott. Tudta, hogy butaság a fa alatt duzzogni.
- Igazad van – mondta, és gyorsan nekilátott a munkának.

## A cserkésztvörvények magyarázata

### **7. Az engedelmesség tvörvénye (A cserkész feljebbvalóinak jó lélekkel és készségesen engedelmeskedik.)**

Tábortüzeink egyik kedvelt száma a „zsibvásár”. Ez abból áll, hogy mindenki egyszerre énekl a maga nótáját, mégpedig torkaszakadtából. Az eredmény: általános és fülsiketítő hangzavar. Tréfának jó.

Ilyen „zsibvásár” az emberi közösség is, ha mindenki a saját feje után megy. Az általános fejetlenség az eredményes munkát lehetetlenné teszi. Csak akkor tudunk előre haladni a munkával, ha összehangoltan egy célra összpontosítunk. Ezért kell egy táborparancsnok, aki tudja, mi kell egy táborhoz, aki össze tudja hívni az őrvezetőket, és el tudja nekik mondani, mi a tennivaló. De kellene őrvezetők is, akik meghallják a hívást, elfogadják az utasítást és elvégzik a tennivalót. Ők is tudják, mi kell egy táborhoz, hogyan kell sátrat verni és tüzet rakni. Ők meg fogják mondani a cserkészeknek, hogy hol melyik sátrat kell felverni, mire figyeljenek, hogy ne ázzon be a sátor. És a cserkészek így megtanulják, mit és hogyan kell tenni. Mindenkire szükség van, mert csak így tud felépülni egy cserkész tábor. A vezető mindig a legjobbat akarja, ugyanúgy, mint minden szülő, tanár vagy feljebbvaló. Igyekezz megfogadni a tanácsokat és utasításokat, hogy haladjon a munka, és hogy te is egykor majd felelősségteljes cserkészvezető lehess. Viszont ha valami utasítást nem értesz, vagy nem értesz vele egyet, beszélj meg vezetőddel, hogy jobban megértsd, miért kéri tőled.

*Szómagyarázat:*

*Feljebbvaló = Vezető, de lehet szülő, tanár is.*

*Jó lélekkel = Jókedvűen. Ne panaszkodjunk!*

*Készségesen = Szívesen. Azonnal, amikor kérnek valamire.*

*Engedelmeskedni = Szót fogadni.*

### **8. cserkésztvörvény: A cserkész vidám és megdönt.**

A lányok pompásan érezték magukat. Már három hete tervezgették a nyári szünidő első napját. Kerékpáron bejárák a környéket, együtt fagyaltoznak, és utána még moziba is mennek! Végre elérkezett a nagy nap, ott voltak együtt, s azon nevettek, kinek hogyan telt el az utolsó iskolai napja. Útra keltek, és még mindig csak a történeteken hahotáztak.

Üres volt az út. Játékosan pedáloztak, cikáztak az út egyik oldaláról a másikra, majd az út közepére festett vonalon haladtak tovább libasorban.

Egyszerre csak motorzúgás hallatszott. A domb tetején feltűnt egy teherautó. A lányok az út szélére húzódtak. Csak Erzsi nem. Bravúroskodott keresztben az úton.

A teherautó csikorogva megállt. Erzsi megrántotta a biciklikormányt, és felborult, s ő elterült az úttesten. A többiek ijedten fékeztek.

A teherautó vezetője kiugrott, és Erzséhez rohant. Haragosan kiáltott: – Hol tartod az



eszed?! Ha gyorsabban hajtok, elgázollak. Vagy ha félrekapom a kormányt, hogy kikerüljek, barátnőidet gázolom el!

Erzsi nem sokat hallott abból, amit az ember mondott, mert erősen sírt. Elvágta a térdét, vérzett, és persze nagyon megijedt.

Barátnői feleségtették Erzsit a földről. – Bocsánatot kérek – nyögte – játszottam és nem gondolkoztam. Nagyon sajnálom! Jaj, de fáj a térdem!

A teherautós ránézett a lányokra, s tekintete ellágyult. – Látjátok! Túlzásba viszitek a játékot, és elfelejtitek, hol vagytok, mit csináltok. Ezentúl legyetek óvatosabbak!

– Azok leszünk – mondták kórusban.

Miután a teherautó elment, a lányok leültek az út szélére. Erzsi megszólalt:

– Oktalan voltam, s majdnem bajba kerültem. Soha nem felejttem el ezt az esetet.

## A cserkész törvények magyarázata

### 8. A vidámság törvénye (A cserkész vidám és meggondolt.)

A vidámság az élet cukra. Sokkal könnyebben mennek a dolgok, ha jó kedvünk van, és nevetünk. Az eredeti cserkész törvény BP-től még így szólt: A cserkész nehézségekben is mosolyog és füttyörészik. Nehéz helyzetekben se veszítsd el a jókedvedet. De vidámságod soha ne legyen mások hátrányára. Tudj különbséget tenni a jókedv és a csúfolódás, gúnyolódás között. Azt is tudd, hogy mikor lesz a jókedvből hülyéskedés, mert a hülyéskedésből származik sokszor a baj. Ezért légy vidámságodban is meggondolt, hogy tudd, mikor kell abbahagyni egy tréfát.

**Viselkedés, illemszabályok:** Tudod, hogyan kell viselkedni társaságban, idősebbekkel szemben, étkezésnél stb.

### Illemszabályok

#### Tegeződés és kézfogás

Amíg gyerekek vagyunk, ismeretlen felnőttet nem illik tegezni. Kivéve a cserkészletben, ahol mindenkit tegezünk. Mivel angolul nincs ilyen különbség, ez talán szokatlan, de más nyelvekben és a magyarban is ez mai napig szokás. Példa: „Ön fagyaltot vagy tortát kér?”

A tegeződés felnőtt korban úgy kezdődik, hogy az egyik fél indítványozza a tegeződő viszonyt. Hogy melyik fél, azt nem nehéz kitalálni: az idősebb a fiatalnak, a nő a férfinak, a vezető a beosztottnak ajánlja fel a tegezést. Ez a helyzet a kézfogás esetében is. Mindig az idősebb nyújt kezét a fiatalabbnak, a nő a férfinak, a vezető a beosztottnak, az oktató a tanulónak, a magasabb beosztású az alacsonyabb beosztásúnak.



#### Köszöntés és bemutatkozás

Pont fordítva, a férfi köszön előre a nőnek, a fiatalabb az idősebbnek, beosztott a vezetőnek, fiú a leánynak.

Kivételek is vannak persze. Ne várja például egy fiatal lány, hogy idősebb férfi ismerőse előre köszönjön neki. Helyesebb az is, ha a fiatalabb vezető előre köszön idősebb beosztottainak, a férfi vezető a női beosztottaknak.

Másik kivétel, ha valaki belép egy helyiségbe, és ott már néhányan tartózkodnak; köszönjön előre függetlenül attól, hogy odabent férfiak, nők, vagy fiatalabb személyek tartózkodnak. Ha találkozol valakivel, akit ismersz, mindig köszönj neki: „Szia, Pisti!”, „Helló Ági!”



– ha gyerekek, illetve „jó napot Pista bá”, „jó estét Maris néni” – ha felnőttek. Akkor is köszönj nekik, ha nem ismered a nevüket.

Köszöntéskor az, aki a köszöntést kezdi, bemutatkozik. Mégpedig neve említésével együtt: „Szabó László vagyok”, és ha ez cserkészkörökben történik, akkor hozzáteszi a csapatot vagy az altábort, ahonnan van.

### Telefon vagy mobiltelefon

Ha valakit felhívsz, mutakozz be: „Jó napot kívánok, Pettyes Panni vagyok, beszélhetnék Micivel?” Ha téged hívnak, szintén mutakozz be. „Pettyes Pani, kivel beszélek?”

Amíg a vezetékese telefonon nem illik reggel 8 előtt és este 9 után telefonálni, addig a mobiltelefon esetében ezt nem veszik olyan szigorúan. Nyilvános helyeken viszont vegyük figyelembe, hogy nem mindenki akarja hallani a mi beszélgetésünket.

*Ne használjuk a mobiltelefont* temetésen, egyházi szertartáson, kórházban, színházban, moziban, hangversenyen, általában kulturális rendezvényeken, mert megzavarhatjuk mások szórakozását, valamint konferenciákon, tanácskozáson, értekezleten és étteremben sem.

### Étkezés

Az asztalnál nem füttyölünk, nem énekelünk, nem bőfögünk. Orrot fújni, tüsszenteni és ásítani sem illik. A könyök nem való az asztalra. Villával vagy kanállal emeljük az ennivalót a szánkhoz, és nem a fejünket lógatjuk a tányérba. A kést ne tedd a szádba, és ne nyald le. A csirkecombot meg lehet fogni kézzel is. Az összerakott evőeszköz azt jelzi, hogy befejezted az étkezést.

Ezeken kívül még sok illemszabály létezik, melyekről izgalmas könyveket is írtak, vagy rájuk kereshetsz egyszerűen illemszabályok címszó alatt a világhálón.

## MAGYARSÁGISMERET

**Nemzeti ünnepek:** *Ismersz 3 nemzeti ünnepet.*

### Nemzeti ünnepek

#### Március 15.

Március 15-én az 1848–49-es forradalomra és szabadságharcra emlékezünk. Március 15-én olvasta fel Petőfi Sándor a Nemzeti dalt. A nép 12 pontba szedte követeléseit, és követelte betartásukat. Kossuth Lajos hívására talpra állt a nemzet. Később a magyarok hősiek harcokat vívtak az ellenséggel szemben (például a dicsőséges tavaszi hadjárat). Végül idegenek bevonásával az osztrákok legyőzték a magyarokat. A szabadságharc leverése után a volt honvédek bujdosni kényszerültek, mert sokakra börtön és kivégzés várt hazájukban.

**Ideje:** 1848. március 15. – 1849. október 6.

**Célja:** Magyarország teljes körű függetlenségének kivívása.

**Helyszíne:** a Habsburg Birodalom, benne Magyarország

**Eredmény:** A császári hadsereg orosz segítséggel leverte

a szabadságharcot. Haynau parancsára október 6-án Aradon kivégeztek tizenhárom honvédtábornokot, és ugyanezen a napon Pesten kivégezték Batthyány Lajos volt miniszterelnököt is.



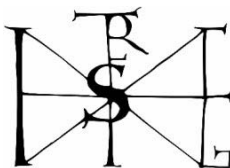
*1848-as honvéd zászló.*

**Hátulján:**

**„Ne bántsd a magyart!”  
szöveg olvasható**

## Augusztus 20.

Magyarország nemzeti és állami ünnepe – (I.) Szent István király temetésének és szentté avatásának évfordulója, Szent István király és az új kenyér ünnepe. 1038. augusztus 15-én, Nagyboldogasszony napján Szent István király az országot a Szent Korona személyében a Szűzanyának felajánlotta. Azóta az ő védelmében áll az ország.



Szent István aláírása

## Október 23.

Az 1956-os szabadságharcra emlékezünk, mely október 23-án robbant ki. A szabadság és a bátorság ünnepe. A forradalom Magyarország népének a sztálinista diktatúra elleni forradalma és a szovjet megszállás ellen folytatott szabadságharc volt. November 4-én a szovjet csapatok hadüzenet nélküli háborút indítottak Magyarországgal szemben. Több napig véres harcok folytak az ÁVH-sok, az oroszok és a lakosság között. Sok fiatal és gyerek is részt vett a harcokban. A hatalmas túlerő szétverte a szabadságharcot. Több ezer ember meghalt. Több százezren menekültek külföldre. Utána bebörtönzések, kegyetlen üldözések következtek.



**Családi ünnepek:** Ismered a családi ünnepeket (5).

## Családi ünnepek

### Születésnap

A régiségben nem volt szokás a születésnapot ünnepelni. Ha pedig ünnepeltek, nem az ajándék volt a fontos, hanem az, hogy együtt lehetett a család, rokonok és barátok. Szokás volt a születésnapokat egy bibliába beírni, így a későbbi utódok is többet tudtak a családjuk eredetéről. Sajnos ma csak kevesen ismerik „hetedfízigen” (generációkon át) a családjukat. Főleg gyerekek számára fontos ünnep.

### Névnap

Magyarországon a névnap legalább olyan fontosságú, mint a születésnap. Régebben csak a névnapokat ünnepeltük. Hogy melyik napon van a névnapod, azt a keresztény naptárakban találod meg. Szinte minden magyar névhez tartozik egy védőszent.

### Keresztelő

Főleg a szülőknek és a családnak nagy ünnep. A keresztelkedésnél ugyanis fogadalmat tesznek a szülők, keresztszülők, hogy hitben nevelik fel a gyermeket. A keresztelest szentelt vízzel lesz megkeresztelve. Általában kisbaba korban szoktak keresztelni, így a kisbaba nem sokat fog fel az egész eseményből. Egyes vallásoknál a keresztelestől eltérő szokásai is vannak.

### Elsőáldozás és bérmálás/konfirmálás

A fiatal fel lesz véve a felnőttek vallási körébe.

**Első szentáldozásra** az a gyermek engedhető, aki korának megfelelő érettséggel képes az Eukarisztiát megkülönböztetni a közönséges kenyértől és bortól, valamint megfelelő hittani ismeretekkel rendelkezik. Általában 7-8 éves kor és kétéves hittanulás után következhet be legkorábban.

**Bérmálás (katolikus):** A bérmálás keresztény szertartás, melynek során kézzel való felkenés útján közvetítik a Szentlélek ajándékait a bérmálkozó számára. Általában 14 éves korban és egyéves hittanulás után következik be.

A **konfirmáció (protestáns)** keresztény megerősítést jelent. Az ember ünnepélyesen megvallja hitét Isten és a gyülekezet színe előtt, amiben ezáltal is megerősödik A Szent Lélek által. Együttal először vesz úrvacsorát. Általában 14 éves korban és egyéves hittanulás után következik be.

### **Esküvő és házasságkötés**

Menyegzőnek is nevezzük. Egyházi vagy polgári szertartásrend, vagy mindkettő, ahol a férfi és a nő kimondja, hogy ezentúl összetartoznak.

Az emberélet egyik legfontosabb ünnepe, amikor a szülői háztól eltávozik a fiatal, és saját családot alapít. Az esküvőhöz sok egyéb ünnepségforma és szokás is fűződik.

Manapság mindenki saját elképzelése szerint szervezi az esküvőjét, hiszen ez életünk legszébb napjaként kell emlékezetünkben megmaradjon.

### **Temetés**

Az elhalálozás egy szomorú esemény.

Mégis ünnepnek kell nevezni, mert összejön a család, együtt kísérik a halottat utolsó útjára, melyet búcsúztató szertartás szokott megelőzni.

A temetés után szokás halotti tort tartani, ahol az együttlévők beszélgetnek, és tort ülnek (esznek).

*Javaslat: Kutasd fel családod őseit, és készíts egy családfát. Lehet drótból igazi „fát” készíteni és a levelekre a neveket ráírni.*



**Történelem 1000 - : Ismered Géza fejedelem és Szent István tetteit.**

### **Géza magyar fejedelem (945 körül – 997)**

Taksony fejedelemnek, s egy előkelő besenyő nőnek – valószínűleg Tonuzoba (besenyő fejedelem) lányának – a fia volt. Géza fia volt I. (Szent) István, akit a keresztény magyar állam megalapítójának tekintünk, bár István ezt a munkát nagyban Géza tevékenységére építette.

### **(I.) Szent István (969 – 1038. aug. 15.)** Árpád-házi magyar király.

Géza fejedelem halála után fia, István került a trónra.

A magyar törzsek szövetségéből kialakult fejedelemséget egységes, keresztény magyar királysággá alakította át. Ez 1028-tól az egész Kárpát-medencére kiterjedt. Az államszervezet kiépítésével párhuzamosan megszervezte a magyar keresztény egyházat, ezért ő és utódai viselhették az apostoli király címet. Magyarországon minden év augusztus 20-án I. István király szentté avatásának napját ünnepeljük. Halála előtt Magyarországot és a Szent Koronát felajánlotta Szűz Mária oltalmába. Szakrális király volt.

A megerősített birodalmat fiára, Imrére kívánta hagyni, ő azonban 1031-ben, még apja életében elhunyt. Ezért unokaöccsét, Orseolo Pétert nevezte meg utódként.

**Földrajz:** Dunántúl - jellegetességei, főbb városai, stb.

### **DUNÁNTÚL**

A Dunántúl, más néven Nyugat-Magyarország, Magyarország nyugati területének elnevezése. Északon, nyugaton és délen az országhatár, míg keleten a Duna folyó jelöli ki határait. Nem önálló tájegység. A Dunántúli-középhegység, Dunántúli-dombság, a Kisalföld és az Alpokalja teljes területe alkotja, valamint az Alföldnek a Dunán átnyúló folytatása, a Dunántúli-alföld, melynek részei a Mezőföld és a Drávamellék.

### **Vizei**

Tavak: Balaton, Velencei-tó, Fertő-tó

Folyók: Duna, Dráva, Mura, Rába, Zala



*Dunántúl*



*Siklói vár*

### **A Dunántúl részei:**

- Kisalföld
- Alpokalja, ezen belül az Őrség
- Dunántúli-dombság és a Mecsek-hegység
- Dunántúli-középhegység

### **Kisalföld**

A Nagyalföld „kistestvére”, síkság.

A Duna két ágra szakad területén: a határolt sziget neve Szigetköz és Csallóköz.

Mellékfolyók: Rába, Rábca, Marcal, Répce. Itt található a Fertő-tó is.

A Kisalföld nevezetességei: nyugati peremén található a Dévényi-kapu – a Kárpát-medence nyugati bejárata.

Főbb városai: Győr, Sopron, Pannonhalma, Mosonmagyaróvár

Főbb termékei: gabona, szarvasmarha, halászat, húszüzemek, malmok

### **Alpokalja**

Az Alpok Magyarországra átnyúló, középmagas (500-900 m) része.

Állattartása mellett hús- és bőripara van.

Nagyobb városok: Kőszeg, Szombathely, Sopron, Szentgotthárd

### **Dunántúli-dombság és a Mecsek**

A Dunántúli-dombság területe négy középtájra tagolódik, ezek a Balaton-medence, Külső-Somogy, Belső-Somogy és a Mecsek a Tolna-Baranyai-dombvidékkel, ezeket további kistáj-jak alkotják.

Ipar, mezőgazdaság: A Dunántúli-dombság mezőgazdasági hasznosítása tájegységenként igen eltérő. Jellemző a szarvasmarhatartás.

A főbb termesztett növények: búza, kukorica, cukorrépa, rozs és burgonya.

A Mecsek és a Villányi-hegység napos hegyoldalain megterem az őszibarack, az alma, a mandula, a füge, valamint jellemző a szőlő.

Ipar: gazdag ásványkincsekben – kőolaj, földgáz, uránérc és feketekőszén.

Élelmiszeripar, tejüzem, húszüzem, konzervgyárak, gépgyártás

Főbb városai és látnivalói: Kaposvár, Mohács, Siklós, Villány, Pécs, Szekszárd, Gemenc, Balaton környéke, Hévízi-tó és a Tapolcai-tavasbarlang, romantikus kastélyok és várromok (Nagyvázsony, Sümeg, Szigliget).

### **Dunántúli-középhegység**

Magyarországi nagytáj a Kisalföld, a Zalai-dombság, a Balaton és a Mezőföld között. Az Északi-középhegységtől a Pilis és a Visegrádi-hegység között húzóódó patak völgyek választják el.

Turisztikai látnivalói: A műemlékekben gazdag Székesfehérvár, Tata, Zirc, Veszprém, Panonhalma, Pápa és Várpalota, a Velencei-tó és kirándulóövezete, valamint a kies hegyvidékek (Bakony, Vértes, Gerecse) tájai.

Ásványkincsei: barnakőszén, bauxit, mangánérc, mészkő

## ELSŐSEGÉLY

**Csípés:** Tudod, hogy csípésnél mit kell tenni.

### Csípések

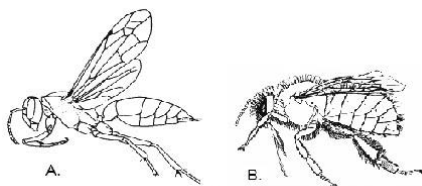
CSIMIHI-MESE!

Ez a csípés "MESE":

### Darázs/méhcspések vagy egyéb rovarcsípések:

- Elég hideg vízzel borogatni.
- Allergiás tünetnél azonnal orvoshoz kell menni.
- Súlyosan allergiás gyermeknél legyen kéznél az önfecskendező Epinephrine-oltás. Előtte ismerd meg a használatát.
- Csípések szájban vagy szemben:
- A száját hideg vízzel kell hűteni.
- A sérültet rögtön orvoshoz kell vinni.

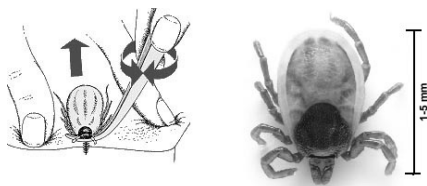
Egyébként úgy ismerd fel a méhcspést, hogy a fullánk a méregzacskóval együtt ott marad a bőrödben. Ez a méheknél (B) kiszakad, és ezért a rovar elpusztul. A darázs (A) viszont többször is tud csípni, ezért veszélyesebb is.



**Kullancs:** Tudod, hogy mit csinálsz kullancscsípésnél.

### Kullancs

- A kullancsok főleg a mezőkön és az erdőszéleken élnek.
- Bozótban, magas fűben és az erdőben, a föld felett kb. 1 m-ig tanyáznak, ezért ajánlatosabb a hosszú nadrág viselése.
- Nem minden kullancs fertőzött, ez attól függ, hol vagytok.
- Ezért a táborban minden nap vizsgálj meg magad, nincs-e kullancs a teshajlatokban (hónod alatt, térdhajlatban, a lábaid között).
- A kullancsot úgy veszed észre, hogy a csípésnél viszket, és egy kis dudort is lehet érezni. Ha kullancsot találsz:
- A fejénél kell csipesszel megfogni és tekerve kihúzni (az óra járásával ellentétes irányba).
- Nem szabad a potrohánál megfogni, mert akkor beléd ereszti a gyomrában levő fertőző folyadékot.
- Ha sikerült eltávolítani, meg kell róla győződni, hogy a feje sem szakadt bele a bőrünkbe (ha beleszakadt, akkor orvoshoz kell menni). A csípés idejét fel kell írni és a kullancsot el kell tenni (egy papírra ragasztani).
- Ha egy-két hét múlva bevörösödik vagy fejfájás jelentkezik, akkor azonnal orvoshoz kell fordulni.
- Európában és ahol kapható, ajánlatos cserkészeknek a kullancs által hordozott és terjesztett kórok elleni oltás.



- A kullancscsípés két betegséget tud okozni: az FSME ellen van védőoltás, a borreliózis ellen viszont nincs. Mindkettő komoly betegséget, sőt, halált is okozhat.

Figyelem: A különböző földrészekeken más és más rovarok veszélyesek (pókok, skorpió, legyek, piócák, szúnyogok, stb.). Ezért fontos, hogy ismerd azokat a rovarokat, amelyek a te környezetben élnek, és hogy hogyan lehet védekezni ellenük.

**Gyomorrontás, mérgezés:** Tudod kezelni a hasfájást, hányást, hasmenést, mérgezést.

## **Gyomorrontás, mérgezés**

Mindig CSIMIHI-MESE!

Ez a „MESE”:

### **Gyomorrontás**

A gyomorrontás egy enyhe mérgezés, általában hasfájással és hányással jár. Gyomorrontásnál fontos, hogy értesítsd a tábortanácsnokot, mert lehet, hogy többen is rosszul lesznek. Ilyenkor elég a beteget lefektetni, teát itatni vele és egy napig koplaltatni.

### **Hasmenés**

Hasmenés idején nagyon fontos, hogy sokat igyunk, mivel a testből sok folyadék távozik. Együnk rizst, pirítóst, kemény sajtot, fekete csokit, banánt. Ha nem múlik el, itt is a tábori orvoshoz, illetve a kórházhoz kell fordulni a folyadékvesztés miatt.

### **Székrekedés (szorulás)**

Székrekedés sokszor fordul elő, mert a táborban nem mernek vécére menni a cserkészek. Hogy feloldjuk a szorulást, gyümölcsöt (pl. narancs, szilva, dinnye) vagy sok zöldséget kell enni. Ha már több napja nem volt vécén valaki, akkor a tábori orvoshoz kell fordulni gyógyszerért vagy legrosszabb esetben kórházba kell menni.

### **Mérgezés**

Mérgezésnél sokkal erősebbek a tünetek. Erős gyomorgörcs, hányás, hányásinger (amikor már nem jön semmi) jelentkezhet. Ezért azonnal kell cselekedni:

- Azonnal orvoshoz kell menni.

- Beteget melegen tartani.

- Beszélni vele.

- Általában gomba vagy bogyók okozzák a mérgezést, de akár tojás (szalmonella), romlott hús, hal vagy tej is. Ezenkívül gyógyszer, alkohol vagy vegyszer is okozhat mérgezést. Ezért az ételmaradékot, üres üveget vagy tablettát is el kell vinni az orvoshoz.

### **Savak és lúgok**

Amennyiben valaki hígítót, savat vagy lúgot ivott, akkor nem szabad hánytatni, mert kimarhatja a nyelőcsővét, sőt, a tüdejébe is kerülhet. Azonnal kell cselekedni:

- Minden perc számít, ezért azonnal mentőt kell hívni, vagy kórházba kell vinni a sérültet.

- Próbáljuk meg kitalálni, mit ivott, és lehetőleg az üveget elvinni az orvoshoz.

- Ne itassunk vele semmit, mert ha rosszul mértük fel a helyzetet, akkor csak tovább rontjuk a helyzetet.

- Inkább figyeljük a pulzusát és légzését.

- Beszélgessünk vele, és ne hagyjuk elaludni.

Ilyen balesetek megelőzéséhez nagyon fontos, hogy mérgeket csak eredeti üvegekben tartunk, mert ezeken sokszor biztonsági kupak is van, amit nehéz kinyitni. Ezeket is olyan helyen tartjuk, ahol a gyerekek nem férhetnek hozzá. Sajnos sok baleset azért történik, mert szódás vagy limonádés üvegekben tartanak mérget, amit a kisgyerekek elér és megissza.

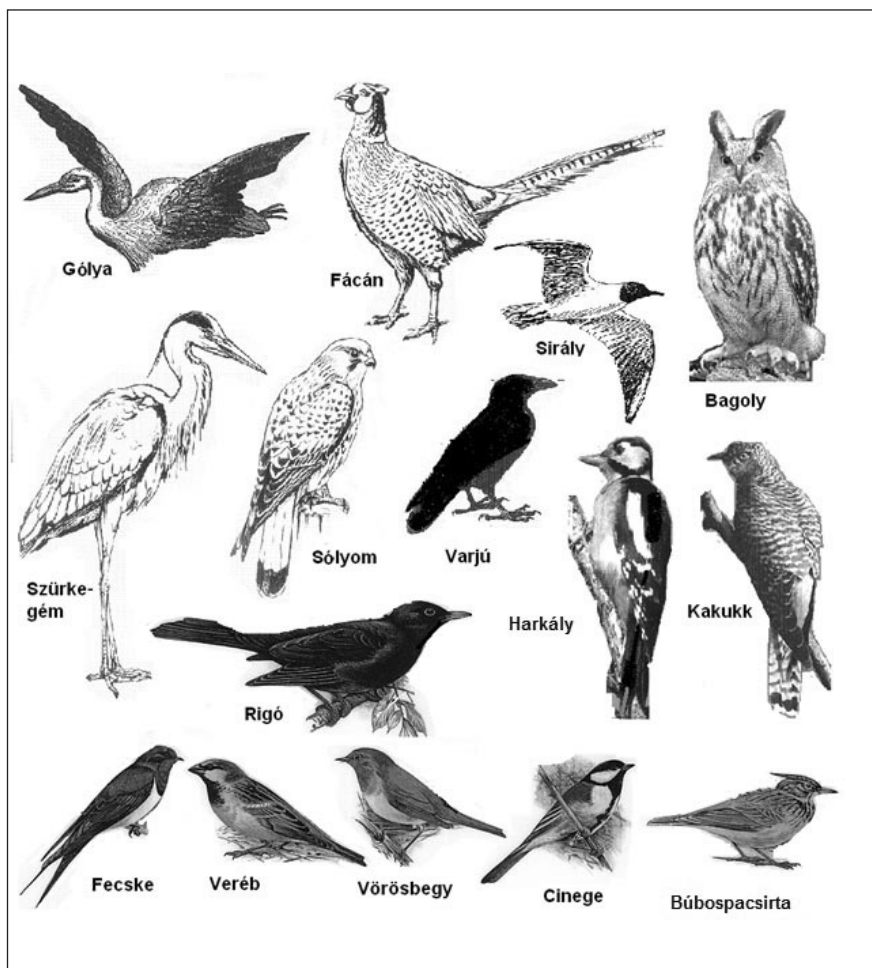


## TERMÉSZETISMERET

**5 helyi madár:** Ismersz 5 madarat repülésben és az életmódját. (Mo.: gólya, bagoly, veréb, rigó és fecske)

### Madarak

A madarakat több csoportra lehet osztani. Egyrészt költöző madarakra, melyek télire elrepülnek délre, és a kitelelőkre, melyek hazájukban maradnak. Léteznek továbbá ragadozó madarak, énekesmadarak és vízimadarak. Próbáld kilesni, melyik madárnak milyen hangja van! Ez nem könnyű, mert mihelyt észrevesznek, általában elhallgatnak.

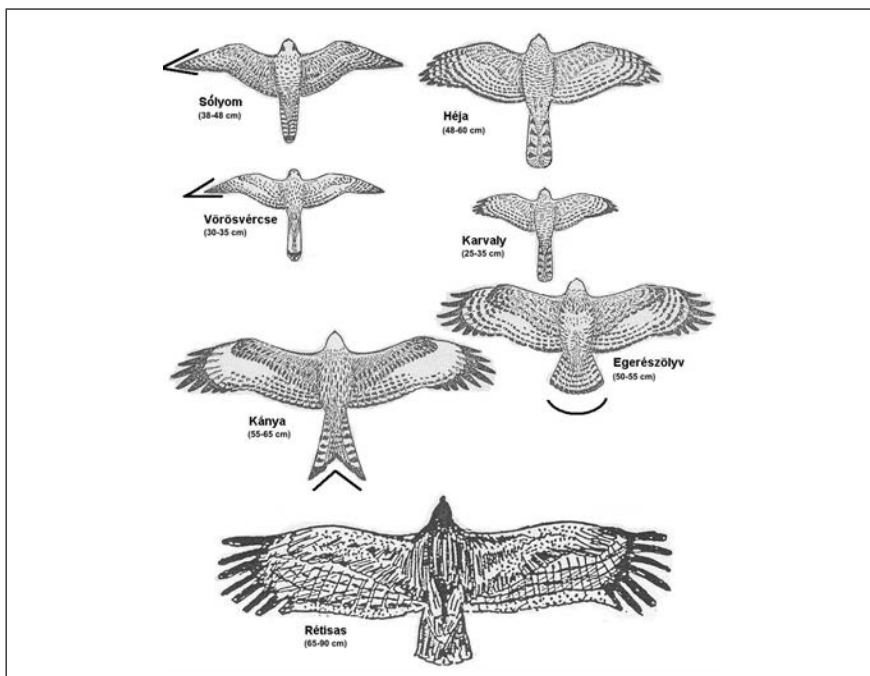


<p><b>Gólya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Költözőmadár</li> <li>- Nyújtott nyakkal repül.</li> <li>- Kéményen, villanypóznákon fészkel.</li> <li>- 2-4 fiókája van.</li> </ul>	<p><b>Fácán</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kitelelő tyúkalakú madár</li> <li>- A kakas hossza 90 cm.</li> <li>- Az éjjelt a fák ágain tölti, ezért csak fás vidéken él.</li> <li>- Vadászatra tenyésztik.</li> <li>- Jellegzetes a kakasok kiáltása és szárnycsapása.</li> </ul>	<p><b>Sirály</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kitelelő vízimadár</li> <li>- Számos fajtája van.</li> <li>- Inkább a levegőben van, mint a vízen, ellentétben a kacsával.</li> <li>- Rovarokat és halakat eszik.</li> </ul>
<p><b>Bagoly</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kitelelő, ragadozó</li> <li>- Éjjel vadászik</li> <li>- Nem épít fészket, hanem elveszi más nagy madártól.</li> <li>- 4-6 tojást rak.</li> </ul>	<p><b>Szürkegém</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kitelelő</li> <li>- Görbe nyakkal repül.</li> <li>- Főleg sekély vizek körül, patakokban lehet állva látni.</li> <li>- Hallal, békával, rovarral él.</li> </ul>	<p><b>Sólyom</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Költöző ragadozó madár.</li> <li>- Főleg egereket és ürgét fogyaszt.</li> <li>- Sziklákon és erdőkben él.</li> </ul>
<p><b>Varjú</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Otthon telet, nagy seregben él.</li> <li>- Rovarokat, dögöt, egeret, tojást eszik. Sokszor látni traktorok mögött, amint a rovarokat szedegeti.</li> <li>- Mióta az ember elveszi az étletterét, azóta kártevő.</li> </ul>	<p><b>Harkály (fakopáncs)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kitelelő</li> <li>- Fába vájja odúját, amit többször is használ.</li> <li>- a fából szedi ki a bogarakat, de eszik mást is, így bogyókat és más rovarokat. Halott fákon egész sok lyukat is vés.</li> </ul>	<p><b>Kakukk</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Költözőmadár</li> <li>- Más madár fészkébe rakja tojását.</li> <li>- A kis kakukk kidobja a többi fiókat vagy a tojást, és sokszor jóval nagyobb, mint akár a „szülőlk”.</li> </ul>
<p><b>Feketerigó</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kitelelő</li> <li>- A hím fekete, sárga csőrrel, a nőtény sötétbarna.</li> <li>- Nagyon szépen énekel.</li> <li>- Rovarokat és gilisztákat eszik, télen bogyókat is.</li> <li>- Sokat gyalogol, és hangosan túr a levelek közt.</li> <li>- Nagyon alkalmazkodó, és akár többször is költ egy évben.</li> </ul>	<p><b>Fecske</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Költözőmadár</li> <li>- Vékony fekete teste van és villás farka</li> <li>- Fészket a házak teteje alá tapasztja, esőtől védett helyre.</li> <li>- Apró rovarokat, szünnyogokat fogyaszt, a levegőben kapja el őket.</li> <li>- Ha alacsonyan repül, rossz idő várható.</li> </ul>	<p><b>Veréb</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kitelelő</li> <li>- A legelterjedtebb kis termetű madár Magyarországon.</li> <li>- Kis rovarokat fogyaszt.</li> <li>- A mesterséges odúkból kizavarja a cinegéket.</li> <li>- Sokszor nagy seregben jelenik meg, és az embertől sem fél.</li> <li>- Nagyon jól alkalmazkodik.</li> </ul>
<p><b>Vörösbevy</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kitelelő</li> <li>- Jellegzetes a vörös nyaktolla (begye).</li> <li>- Rovarokat eszik, télen bogyókat is.</li> <li>- A vörös színre megvadul.</li> </ul>	<p><b>Cinege</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kitelelő, a madáretetők leggyakoribb vendége</li> <li>- Jellegzetes a fekete csík a hasán.</li> <li>- Rovarevő.</li> <li>- Nagyon szapora, 2-3-szor tojik egy évben 8-12 tojást, de sok megdöglik.</li> </ul>	<p><b>Pacsirta</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Költözőmadár (kivéve a búbospacsirtát)</li> <li>- Jellegzetes a bőbitája.</li> <li>- Rovar- és hulladékékvő.</li> <li>- A műutak mellett és városokban látható.</li> </ul>

**Figyelem:** a legtöbb név csak gyűjtőnév. Nagyon sokféle bagoly, harkály vagy sirály van. Mindegyiknek egy kicsit más a kinézete, nagysága, az élettere és szokásai. Ezért vannak madárhatározó könyvek, melyekben mindegyik faj pontosan le van írva.

**3 ragadozó madár:** Ismered árnyékképét repülésben és az életmódját (Mo.: egerészölyv, kánya és sólyom)

### Ragadozó madarak



#### **Sólyom**

- A magyarok madara a Turul (Kerecsen-sólyom)
- Költözőmadár
- Az egyik leggyorsabb madár - 200 km/h-val repül.
- Hegyes a szárnya vége.

#### **Héja**

- Majdnem akkora, mint az egerészölyv.
- Farka egyenes.

#### **Vörös ércse**

- Hasonlít a sólyomra, de jóval kisebb.
- Hegyes a szárnya.

#### **Karvaly**

- Hasonlít a héjára, de jóval kisebb.
- Az erdőben kis madarakra vadászik.

#### **Egerészölyv**

- Kitelelő, elég lassú.
- Széles, kerek farkú.
- Erdőben is vadászik, de a rétek fölött is látjuk keringeni.

#### **Kánya**

- Kitelelő
- Villás farkáról jól meg lehet ismerni, ha magasan is köröz.

#### **Rétisas**

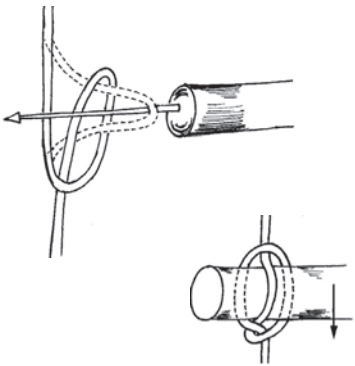
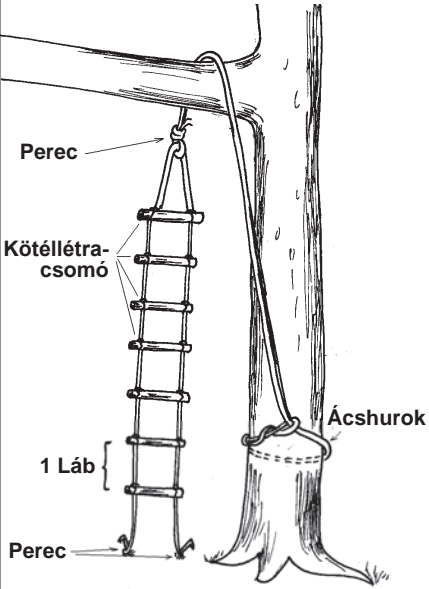
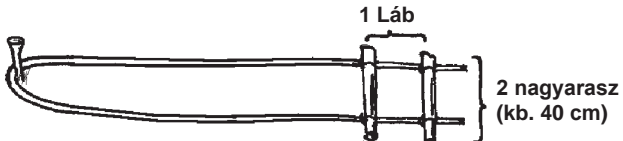
- Kitelelő
- Ragadozó, dögevő.
- Legnagyobb madarunk.
- Szárnyfeszávja 240 cm.

## CSOMÓZÁS

**Kötéllétra:** Tudod, hogy melyik csomó kell a kötéllétrához. Tudsz egy kötéllétrát építeni.

### Kötéllétra

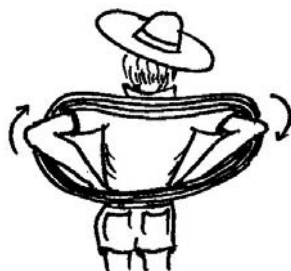
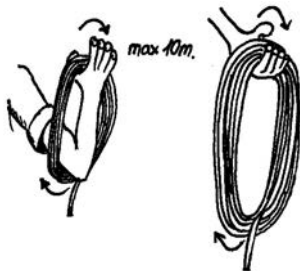
A kötéllétra nagyszerű dolog. Nem kell hozzá más, mint egy kötel és egy pár bot, és máris fel tudtok mászni egy fára vagy egy sziklára. Itt láthatod, hogyan kell elkészíteni:

	<p><b>Kötéllétracsomó:</b> Ezt a csomót csúszóhurokból kell csinálni. Fogd meg ott a kötelet, ahová majd a csomó kerül, és tekerd meg egyszer úgy, hogy egy hurkot kapj. Ezen a hurkon húzd át azt a szárát a kötélnak, ami a huroktól fölfelé megy. Végül dugj át ezen a csomón egy botot.</p> <p><b>Használata:</b> Egy botot tudsz egy kötéllétrába kötni. Vigyázz, hogy azonos irányba legyen a csomó kötve, mivel csak az egyik irányba tart.</p>
	<p><b>Elkészítés:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Felezd el a kötelet, és fektesd kinyújtva a földre. A közepére tegyél egy követ, vagy verj be egy cöveket, így könnyebben tudsz dolgozni (lásd az alábbi rajzot).</li><li>2. Szedjél össze néhány botot. A botok legyenek legalább két nagyrasz hosszúak és kb. két hüvelyk vastagok.</li><li>3. Kezdd alulról becsomózni a botokat. Nagyon vigyázz arra, hogy a csomót jó irányba kösd, mert csak az egyik irányba tart.</li><li>4. Méterenként 4 bot kell, tehát kb. egy láb van minden fok között. Ügyelj arra, hogy a botok párhuzamosak legyenek.</li><li>5. Ha az összes bot be van csomózva, rákötünk egy kötelet és átdobjuk egy ágon.</li><li>6. A létrát felhúzzuk, és a fa törzsén megerősítjük egy perccel vagy egy ácshurokkal (lásd a Portyázó próbát).</li></ol>
	

**Kötél feltekerés:** Kötelet helyesen fel tudsz szedni (tekerni).

Kötélkarbantartás, tisztítás, kötélfeltekerés

Használat után a kötelet rendesen el kell rakni. Ehhez laza tekercsbe szeded, hogy ne gubancolódjon össze. Attól függően, hogy milyen hosszú a köté, több módszer van: 1. könyéken, 2. kézben, 3. vállon tekerni fel (ezt főleg akkor használd, ha ketten vagytok, és nagyon hosszú a köté).



A feltekert kötelet nem hagyjuk ott csak úgy, mert különben megint szétesik, hanem csomót kötünk a végére:

1. cowboy módra

2. hegymászó módra



## JELADÁS

**Rovásírás:** Fejből tudod a rovásírás abc-t.

Ezt a rovásírási ábécét használják a cserkészek már több mint 60 éve.

Az első cserkész rovásábécét 1942-ben átdolgozták, és azóta ez van használatban.

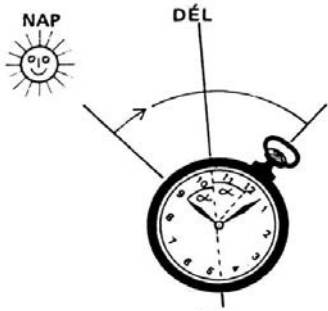
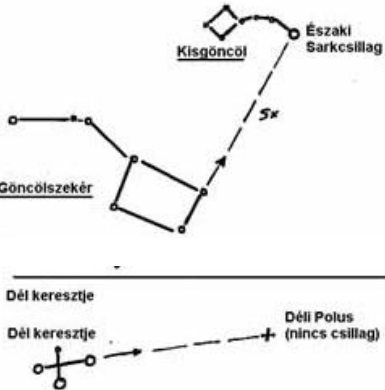
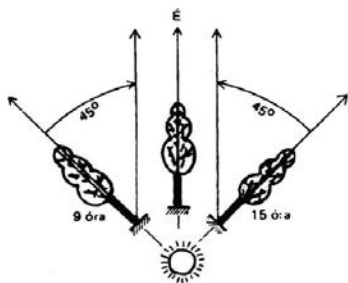
Jellegzetessége, hogy csak egyenes vonalakat használunk benne.



## TÁJÉKOZÓDÁS

**Északi irány iránytű nélkül:** Ismersz 3 módot az északi irány megállapítására. (Nap és óra, Nap és árnyék, Göncölszekér vagy Dél Keresztje).

### Tájékozódás a Nap és a csillagok segítségével

 <p>A déli irány meghatározása óra segítségével</p>	<p><b>Órával</b></p> <p>Óra segítségével nem nehéz az északi irány megállapítani. Ha nincs mutatós órád, akkor egy papírra rajzold fel a mutatók állását minél pontosabban.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Az óramutatóval célozd be a Napot.</li> <li>2. A 12 és az óramutató közti szöveget elfelezed.</li> <li>3. A felező dél felé mutat, tehát északi pont az ellenkező irányban van az északi földtekén (a déli földtekén a felező észak felé mutat).</li> <li>4. Nyári időszámítás esetén a 12-es helyett az 1-est kell venni a felezéshez.</li> </ol>
 <p>Dél keresztje</p> <p>Déli Polus (nincs csillag)</p>	<p><b>Csillagokkal</b></p> <p>Az északi féltekén a Nagy Göncöl két hátsó csillaga között húzz egy vonalat. A vonalat hosszabbítsd meg, és mérd rá ötször a két csillag közti távolságot. Az ott levő közepes fényű csillag az Északi sarkcsillag. Tehát arra van észak.</p> <p>A déli féltekén a Dél Keresztje csillagkép segítségével tájékozódhatsz. A kereszt hosszú szárát hosszabbítsd meg. Erre a vonalra mérd rá négyszer a kereszt hosszát. Ott van az égbolt déli sarka, de csillagot ott nem találsz.</p>
 <p>Az északi irány meghatározása árnyék segítségével</p>	<p><b>Árnyékkal</b></p> <p>Mivel úgy látjuk, hogy a Nap keletről nyugat felé halad, így egy fának vagy botnak az árnyéka pont ellenkező irányba fog mutatni. Tehát ha a Nap 12 órakor délen áll, akkor az árnyék észak felé mutat az északi földtekén (a déli földtekén dél fele mutat). 9-kor, illetve délután 3-kor pedig 45°-kal tér el.</p>

## Árnyékkal (bot módszer)

Szúrj le egy vékony botot úgy, hogy lásd a teljes árnyékát. Az árnyék végét egy másik bottal vagy kővel jelöld meg. Egy pár órával később újra jelöld meg. A két pontot egy vonallal kösd össze. Ez a vonal kelet-nyugati irányba mutat. Állj úgy, hogy az első jel a bal kezed felé legyen, a második pedig a jobb kezed felé. Így egyenesen előre lesz észak.

**Tájéoló használata:** Iránytűvel bármilyen irányt meg tudsz állapítani.

## Észak betájolása

A Nap segítségével: a Nap keleten kel fel, délben dél felé mutat, és este nyugaton megy le. Így ha tudod, hol kel fel a Nap, akkor az előbbi vers alapján meg tudod állapítani, merre van észak (Magyar címer próba, 19. oldal).

Később megtanulod magad a csillagok vagy az óra segítségével is betájolni. A legfontosabb mégis, hogy a tájolódat megtanuld használni.

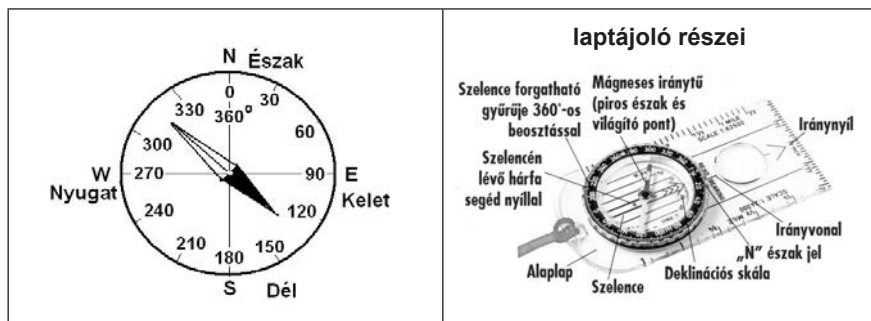
*Észak betájolását bárhol gyakorolhatod, akár otthon, az iskolában vagy a cserkészotthonban. Mindig tudd, merre van észak!*

## A tájoló és az iránytű

Az emberek már nagyon régen rájöttek arra, hogy a földnek két mágneses pólusa van. Ezek a mágneses pólusok majdnem pontosan az északi, ill. déli sarkon vannak. A földrajzi és a mágneses pólusok olyan közel vannak egymáshoz, hogy nálunk a különbség csak 1-2 foknyi, tehát elhanyagolható. Az első iránytűvel inkább csak a fő égtájakat lehetett meghatározni. Miután megépítették a tájólót a fokbeosztással, már nem csak az északi irányt tudták követni és feljegyezni, hanem bármilyen más irányt is pontosan meg tudták határozni.

**Iránytűnek** nevezzük azt a mágneses mutatót (tűt), ami észak felé mutat. Vele csak a 4 fő égtájat lehet meghatározni.

**Tájolónak** nevezzük azt a szerkezetet, amiben egy iránytű forog, és amin általában van egy fokbeosztás és egy célzóberendezés. A legtöbb tájoló 360°-ra van beosztva, ezért például a 130° szám esetén az irányt kelet és dél között kell keresni.



*Figyelem! A tájólók általában angolul vannak feliratozva. Ezért északot N-nel (North) jelölik. Az E betű pedig nem északot jelent, hanem keletet (East).*

Rövidítések	Égtájak
Észak (É) = North (N)	Észak = 0° (vagy 360°)
Kelet (K) = East (E)	Kelet = 90°
Dél (D) = South (S)	Dél = 180°
Nyugat (NY) = West (W)	Nyugat = 270°

### **A tájoló használata**

- A mágneses tű mindig északnak, tehát az N-re mutat. *(A föld déli oldalán dél felé mutat.)*
- A fokokat mindig a menetiránynyílnál kell leolvasni.
- A tájolóknak általában 360 fokos beosztásuk van, de van 64-es, 400-as és 6400-as beosztású is. Tehát használat előtt nézd meg jól, hogy milyen tájolódd van.
- A tájolóknak van egy négyszögletű doboza, egy úgynevezett célzóberendezése, amivel be tudod célozni az irányt.

**A) Északot betájolni, térképet betájolni**  
A fekete gyűrűt addig fordasd, amíg észak jele (N) a menetirány nyíl felé áll. Ezután a tájólót addig fordogd, míg a tű az N-re mutat. Most mutat a tájoló észak felé, vagyis a 0 vagy 360 fokra. Ez a tájoló alapállása.

Ha térképet akarsz betájolni, akkor a tájólót ugyanígy állítsd be. Fektesd a térképre úgy, hogy az egyik szélével párhuzamos legyen, és a térképpel együtt addig fordogd a tájólót, amíg a tű az N-re mutat.

**B) Menetirányt beállítani**  
Ha kapsz egy menetirányt, hogy menj pl. 40 fok irányába, akkor a fekete gyűrűt addig fordogd, míg 40-es a menetiránytű felé mutat. Most a tájólót újra addig fordogd, míg a tű az N-re mutat.

**C) Tárgyat betájolni**  
Ha látsz egy távoli hegycsúcsot, és be akarsz tájolni, hány fokra van, akkor fordítva járj el! A menetiránynyilat irányítsd rá a hegycsúcsra! A fekete gyűrűt addig fordasd, míg a tű az N-re mutat. A hegycsúcs irányát most a fekete gyűrűn tudod leolvasni.

**Figyelem!** Minél közelebb vagy a pólusokhoz, annál nagyobb az eltérés a mágneses pólus és a földrajzi pólus között. Ezt az eltérést a térképek oldalán fel szokták tüntetni, tehát annak megfelelően kell a fokokat átszámolni.



## BECSLÉS

**Árak:** Becsüld meg egyes tárgyak bolti árát. (5 db).

**Pénz beosztása:** Minél olcsóbban uzsonnát veszel az órsődnek.

### **Pénzbeosztás**

Akármerre mész, akármit csinálsz, pénz nélkül nem lehet létezni. De a pénz használatában nagy különbségek vannak. Nemhiába van a mondás, hogy valaki két kézzel szórja a pénzt. Mi, cserkészek, igyekszünk a pénzzel okosan bánni, ahogy a 9. törvényben is megfogadtuk. Aki okosan bánik a pénzzel, annak több mindenre elég. De hogyan kell okosan bánni a pénzzel?

### **Ismerd az árakat**

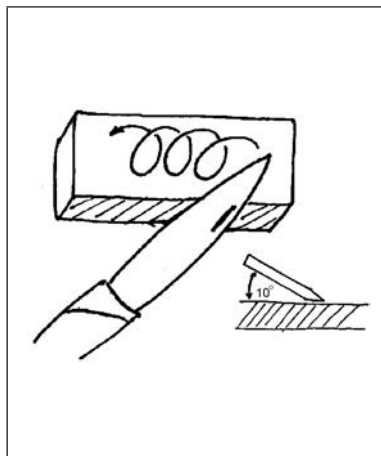
Sok terméknek, legyen ez kenyér, cipő, vagy könyv, különböző ára van, attól függően, hogy hol veszed. Ha bizonytalan vagy, akkor hasonlítsd össze két bolt árait. Ez nem mindig egyszerű, mert talán nem egyforma csomagolásban és mennyiségben mérik, és át kell számolni.

### **Az olcsó nem mindig olcsóbb**

Vigyázz az olcsó árakkal! Sokszor gyenge minőségű az áru, és hamar tönkremegy. Így talán minden évben veszel egy rossz baltát 1000 Ft-ért, ami egy év alatt tönkremegy, pedig jobban jártál volna ha 3000 Ft-ért veszel egy baltát, ami 10 évig tart. Tehát tanuld meg a jó minőséget megkülönböztetni a gyengétől!

## TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK

**Zsebkés:** Megélesíted a zsebkésedet.



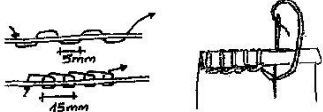
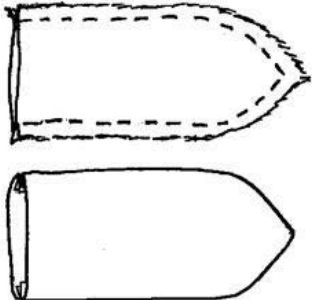
### **Zsebkés élesítése**

Az élesítéshez fenőkövet használj! Fontos, hogy a fenőkő mindig vizes legyen, ne csak nedves.

Késedet lassú körökben mozgasd a fenőkövön. Ne nyomd rá erővel, sokkal fontosabb, hogy jó szögben tartsd. Akkor jó, ha olyan, mintha egy vékony réteget akarnál levágni a kőről. Rendszeresen váltogasd a penge két oldalát. Akkor éles egy kés, ha egy darab papírt a levegőben tartva félbe tudsz vele vágni.

A fenés nem könnyű feladat, és ha nagyon tompa a késed, akkor sokáig, akár 1-2 óráig is eltarthat. Ezért is vigyázz a késedre!

**Csajkzacsák:** Varrsz egy csajkzacsákot.

 <p>The image shows two technical drawings. On the left, a simple seam is shown with a 5mm allowance and a 15mm seam allowance. On the right, a windproof seam (szélöltés) is shown with a complex, overlapping construction.</p>	<p><b>Varrás</b> A varráshoz elég, ha két öltést ismersz. <i>Egyenes öltéssel</i> bármit fel tudsz varrni. Ennek van egy egyszerű és egy kicsit igényesebb változata, mellyel mindig egy fél öltést visszalépsz. Próbáld a jelvényeidet magad felvarrni. A másik öltés a <i>szélöltés</i>, amivel főleg szegélyt tudsz elszegni.</p>
 <p>The image shows two technical drawings. The top one is a flag (zászló) with a pointed top and a dashed line indicating the seam. The bottom one is a bag (zsák) with a pointed top and a solid line indicating the seam.</p>	<p><b>Zászló és zsákvarrás</b> Órsi zászlót úgy varrj, hogy kifordítva varrd körbe a széleket. Amikor kész, akkor visszafordítod az anyagot és így nem látszik a varrás. Mérete 25 x 40 cm. Így kell zsákot is varrni; például a csajkzacsákot vagy sátorzsákot. A tarisznya egy kicsit nehezebb, mert azt varrhatod kifordítva is, vagy szép szegélyöltésekkel lehet összevarrni.</p>

## TŰZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS

**Teafőzés:** Építész olyan főzőalkalmatosságot, amin teát főzöl.

### Teafőzés/ vízforralás

A vízforralás nagyon gyakran szükséges. Egyrészt a vízforralás által elpusztulnak a vízben a baktériumok, másrészt pedig nagyon sok ételt vízben kell elkészíteni (tészta, rizs, krumpli). Vízet forralni lángon kell, nem parázson. Tehát ha vizet akarsz forralni, készítsd elő a kondért a vízzel és a szolgafát, s csak utána gyújtsd be a tüzet. Amint ég a tűz, már kezdheted is forralni a vizet. Rakj a kondérra fedőt, mert akkor gyorsabban felforr a víz, és ha például teát csinálsz, nem is lesz olyan füstízű, és nem száll bele a pernye.

### Teafőzés

A tea nemcsak a szomjúság ellen hat, de hidegben melegít és lehet gyógyszer vagy élvezeti cikk is. Készíthetjük üzletben vásárolt kész teákból, de nyáron mi magunk is gyűjthetünk, száríthatunk teanövényeket. Vásárolt teánál kerüljük a tasakos kiszerezésűeket a bennük levő vegyszerek miatt. Szabadban csak ott gyűjtsük a növényeket, ahol biztosak vagyunk benne, hogy nem érte vegyszer őket.

Nem mindegy, hogy milyen vizet használunk. A tiszta forrásvíz a legalkalmasabb, de jó az esővíz vagy a hólé is. A klórozott csapvíz a tea ízét is rontja. Elég a vizet felforralni, főzni nem kell.

Fél perctől öt percig hagyjuk ázni a teát. Ha a víz nem elég meleg, hosszabb ideig hagyjuk a teát ázni. A fél percig áztatott fekete teának a kioldott koffein miatt élénkítő hatása van, hosszabb áztatás után a koffein leépülése miatt ez a hatás gyengül. Otthon a teára öntjük a forró vizet, táborban a teát vízbe keverjük és szűrjük.

## TESTEDZÉS

**Gyakorlatok:** Bemutatsz társaiddal 3 körjátékot.

### Körjátékok

Itt nem a néptáncról és a csókjátékokról van szó, hanem énekes körjátékokról.

#### Megy a kocsi, megy a szekér

A kör közepén áll egy vagy több gyerek kendővel. A nóta végén kihívnak valakit, akinek a kendőt el kell kapnia. Akár sikerül, akár nem, ő marad következőnek a körben.

*„Megy a kocsi, megy a szekér homokért, homokért.*

*Én is megyek a kocsmába szilvapálinkáért.*

*Sejhaj, nem bánom, nekem is van virágom.*

*Sejhaj, leszakítom a nyáron.”*

#### Ne nézz hátra, jön a farkas!

Többen körben ülnek és éneklük a versikét: *„Ne nézz hátra, jön a farkas, tojást hoz a tarsolyban.”*

Eközben a farkas körbesétál, és megpróbál egy tojást (kendőt) lerakni valamelyik gyerek háta mögé. Ha az nem veszi észre, és a farkas körbe ér, akkor ő lesz a záptojás, és beül a kör közepére. Ha észreveszi, akkor elkapja a kendőt, és elindul a másik irányba, hogy a farkast leelőzve visszaérjen a helyére. Ha ez nem sikerül, akkor a farkas leül a helyére, és a következő körben ő lesz a farkas.

#### Pecsenyeforgatás

A gyerekek körben állnak. A pörgető a körben van, a fogó a körön kívül. A pörgető odaszalad valakihez, és pördül vele egyet. Aztán egy másikhoz, azzal is pördül és így tovább. A fogó megpróbálja elkapni a pörgőt pörgés közben, mivel a körbe nem mehet be. A többi gyerek számolja a pörgéseket: *„Som egy, som kettő, som három...”* Egészen tízig. Ha tízig nem kapta el, akkor az utolsó, akivel pörögtek, lesz az új pörgő, a fogó pedig marad. Ha sikerül, akkor ő beáll a körbe, és a pörgető lesz a fogó, akivel utoljára pörgött, az pedig a pörgető.

#### Megy a gyűrű vándorútra

A gyerekek körben ülnek, az egyikőjük a kör közepén áll. Nótaszóra az, akinél a gyűrű van, elindítja az egyik irányba, a másik irányba pedig csak úgy tesznek, mintha ők is adogatnának valamit. A gyerekek úgy adják tovább a gyűrűt, hogy a figyelő ne lássa, hogy hol van a gyűrű. A figyelőnek a nóta végére meg kell mondania, hogy kinek a kezében van a gyűrű.

*„Megy a gyűrű vándorútra, egyik kézből a másikba.*

*Hol a gyűrű, aki tudja, meg ne mondja, mi az útja.*

*Csili csalamádé, csili csalamádé, csili csalamádé, Sári, hopp, hopp, hopp.”*

**Ügyesség:** Tudsz kötélletrán mászni. Elvégzel egyensúlygyakorlatokat.

#### Mászás kötélletrán

Kötélletrán sokkal nehezebb mászni, mint egy rendes létrán, mert mozog. Tehát már az is könnyítheti a mászást, ha a kötélletra alul meg van kötve, vagy valaki fogja. A legjobb módszer az, ha előbb a kezeiddel jól megkapaszkodsz, és utána lépsz fel az egyik lábaddal, majd megint a kezeidet rakod feljebb, és utána lépsz fel a másik lábaddal. Itt is nagyon fontos a hármasszabály. Mindig csak egy kezed vagy lábad legyen szabad. Gondolj arra is, hogy a kötélletrában is lehetnek gyenge, korhadt fák vagy rosszul megkötött csomók.

## Egyensúly

Az egyensúlyszerved a füledben van. Ez a szerved teszi lehetővé, hogy egyenesen állj, és tudj menni. Persze ez összefügg a mozgásoddal, és minél jobban gyakorolod az egyensúly-érzékedet, annál ügyesebben mozogsz. Leginkább a cirkuszi artisták jutnak ilyenkor eszünkbe, akik kötélén járnak, egykerekű biciklin vagy gólyalábon mennek, illetve egy rúd vagy létra tetején egyensúlyoznak. Itt van néhány gyakorlat kezdőknek:

*Egy lábom:* Állj egy lábra, és próbáld így minél tovább állva maradni. Ha ez sikerül, akkor nehezíts:

- húzd fel az egyik lábadat
- tartsd a kezedet szorosan a tested mellett
- állj lábujjhegyre
- csukd be a szemedet
- dobjatos egymásnak labdát

*Rönkön:* Állj fel egy sima rönkre. Ügyelj arra, hogy ne legyen csúszós. Ezt is lehet nehezíteni:

- csinálj rajta guggolást
- állj lábujjhegyre
- állj becsukott szemmel
- dobjatos egymásnak labdát

*Gólyaláb:* A legegyszerűbb gólyaláb két konzerves doboz, amire egy-egy spárgát kötsz. Szerezz vagy építs magadnak egy gólyalábat fából, ami legalább fél méter magas. Tanulj meg vele járni előre, hátra és oldalra. Ha ez már jól megy, lehet ügyességi pályát is felállítani, és azon időre végigmenni.

*Gerenda:* A gerendán való járás a kötél tánc alapja. Menj végig egy egyszerű kidőlt fán vagy fekvő gerendán. Nem kell magasnak lennie, elég, ha egy arasznyira van a földtől. Ha ez már megy, akkor ezt is nehezíthetjük:

- menj oldalra és hátrafelé
- fordulj meg
- guggolj le
- szedj föl valamit a földről úgy, hogy nem lépsz le
- dobjatos egymásnak labdát
- próbáld ki ugyanezt vékonyabb rúdon
- próbáld ki a Slack-line-t

**Kitartás:** *Tudsz 5 percet futni (vagy 200 métert úszni, vagy 8 km-t kerékpározni).*

## Testedzési teljesítmények táblázata

	Futás	Úszás	Kerékpározás
<b>Táborverő (11-12 éves):</b>			
Piros szalag próba	3 perc	50 m	4 km
Fehér szalag próba	4 perc	100 m	6 km
Zöld szalag próba	5 perc	200 m	8 km
Légy résen próba	6 perc	300 m	10 km



## 11-12 éves cserkészeknek, negyedik félév

**Fontos tudnivaló**

- Ezzel a próbával lezárul az első két cserkészed.
- Segít, ha állandóan ismételed a régi anyagot és tudást. Mindig „Légy résen!”

**Kötelező tevékenységek és feladatok:**

Olasvasási különpróba: Folytasd az olvasási különpróbát, legalább a „Futó” szinten.  
Táborozás: Órsben részt veszel az akadályversenyen (AKI) vagy egy egész napos portyán

**Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:**

Jellem: Egy hétig házimunkát végzel, és arról az órnek beszámolsz.  
Magyarság: Olvasóverseny az órben.  
Természet: Otthon ültetsz és megfigyelsz különböző virágokat vagy zöldségeket.

**PRÓBÁZTATÁSI ANYAG****Cserkészismeretek**

Cserkészttörténelem	Ismered BiPi életét és főbb jelszavait.	10	
	Ismered a cserkészttörténelem főbb eseményeit (1907, 1933, 1948).	10	
	Ismered a leánycserkészet történetét (Pax Ting).	6	

**Vallás**

Szabad imádkozás	Tudsz saját szavaiddal imádkozni.	4	
------------------	-----------------------------------	---	--

**Jellemnevelés**

Cserkészttörvény 9. és 10.	Saját szavaiddal és példával el tudod magyarázni.	4	
Táborozási szabályok	Ismered a táborozási szabályokat (7 db).	7	

**Magyarságismeret**

20 magyar népdal	20 népdalt fel tudsz sorolni és kérésre elénekelni.	20	
Zászlók	Ismersz három történelmi zászlót.	6	
Történelem 1241-	Tatárjárás, IV. Béla és a második honalapítás.	6	
Földrajz	Délvidék: Jellegzetességei, főbb városai, stb.	10	

## Elsősegély

Hordágy	Tudsz hordágyat készíteni és használni.	4	
---------	---	---	--

## Természetismeret

Nyomöntés	Tudsz gipsszel állatnyomot önteni.	6	
Nyomolvasás	Találsz nyomokat, és tudod azokat követni.	4	
Állatmegfigyelés	Szabadban figyelj meg 3 állatot.	6	

## Csomózás

Keresztkötés	A keresztkötést meg tudod kötni.	10	
Kötél karbantartása	Tudsz kötelet tárolni, tisztítani és szárítani.	3	

## Jeladás

8 útjel kőből és fűből	Jó út, rossz út, hazamentem, menj haza, jó víz, rossz víz, levél x lépésre, vigyázz/veszély.	8	
------------------------	--	---	--

## Tájékozódás

Várostérkép használata	Városban közlekedsz, adott helyeket megtalálsz.	6	
Térkép és iránytű 1.	Térkép alapján be tudod tájolni a menetirányt.	4	

## Becslés

Önméretek	Saját méreteidet ismered: kis- és nagyarasz, hüvelykujj, testmagasság, feszítáv, 1 láb, 1 lépés, Hány lépés kell 10 m-hez vagy 10 yd-hoz?	8	
-----------	---	---	--

## Táborozás, szerszámok

Ásó, csákány	Használod és rendben elrakod (zsírozás).	4	
Tábori higiénia	Tudsz szabályos latrinát / pöcegödöröt építeni.	4	
Ponyva használata	Építesz ponyvából védőhelyet.	4	
Egyszerű tábori építmény	Készítesz egy tábori építményt (pl. csajkafa, mosdó).	6	

## Tűzrakás, főzés és sütés

Tűzfajták	Megrakod a gúla-, máglya- és vadásztűzet.	6	
	Ezekből az egyiket max. három gyufával meggyújtod.	3	

## Testedzés

Gyakorlatok	Bemutatsz 2 népi csoportjátékot és 3 kötéljátékot.	5	
-------------	--	---	--

Ügyesség	Tudod mi a cserkészmenet, és alkalmazod.	2	
Kitartás	Tudsz 6 percet futni (vagy 300 métert úszni, vagy 10 km-t kerékpározni).	5	

Elért pontszám a próbázató aláírásával: .....	181	
---	-----	--

## **CSERKÉSZISMERETEK**

*Cserkész történelem: Ismered BiPi életét és főbb jelszavait.*

### **Lord Baden Powell – BiPi (1857–1941)**

BiPi teljes neve: Lord Robert Stephenson Smyth Baden Powell of Gilwell. BiPi volt a cserkészzet megalapítója, a világ első főcserkésze. Apja lelkész volt, anyja Nelson admirális rokona. Hároméves korában 10 testvérével együtt árván maradt. Társai, akiket gyakran zenével vagy tréfás rajzaival szórakoztatott, különösen szerették vidámságáért, mulattató ötleteiért.

Fiatalon a katonai pályára lépett. Hosszú éveket töltött az angol hadsereg kötelékében Indiában és Afrikában. Ott megtanulta a bennszülöttektől a nyomolvasás, a lopózkodás és a túlélés minden titkát. Szabadidejében inkább sportolt, vadászott vagy színdarabot szervezett. Katonai teljesítményei között volt olyan is, mint a híres és kegyetlen Prempeh király legyőzése. A híres mafekingi csatában 217 napig tartotta Mafeking városát a búrok ellen. Ott figyelte fel arra, hogy tizenéves fiúk milyen ügyesen végeznek munkákat és segélyszolgálatot. Erre alapozott, mikor 1907 nyarán a La Manche-csatorna egyik szigetén – Brownsea szigetén – 22 fiúval megszervezte az első cserkész táborát. A fiúkat mindenhol toborozta össze, nem törődött azzal, hogy milyen családi háttérük volt.

Könyve, a Scouting for Boys, 1908-ban jelent meg s ezzel a cserkészzet elindult világhódító útjára. Felmentést kért a hadseregtől, hogy életét teljes egészében a cserkészetnek szentelhesse. A cserkészszeme terjesztése céljából szinte az egész világot beutazta, tárgyalt, írt fáradhatatlanul.

1912-ben, 55 évesen elvette feleségül Olave St. Clair Soames-t, házasságukból 3 gyerekük született: Peter, Heather és Betty. Olave hűséges segítője lett a cserkészmunkában, és elvállalta a leánycserkészzet vezetését is.

Munkájáért az angol király a Lord of Gilwell címmel tüntette ki BiPi-t.

Életének utolsó éveiben Kenyába vonult vissza, ott is halt meg 1941-ben.

### **BiPi mondásaiból:**

- A helyes út a boldogság eléréséhez az, ha másoknak szereztek boldogságot.
- Igyekezetek ezt a földet egy kicsit jobb állapotban hátrahagyni, mint ahogy találtátok.
- Legyetek résen tehát, hogy boldogan élhessetek és halhassatok.
- A boldogsághoz vezető út ott kezdődik, hogy fiú korotokban egészségessé és kitartóvá fejlesszétek magatokat, hogy majd felnőttként hasznosak lehessetek, és élvezni tudjátok az életet.
- Legyetek hűek fogadalmatokhoz akkor is, ha már kinőttetek a fiúkorból.

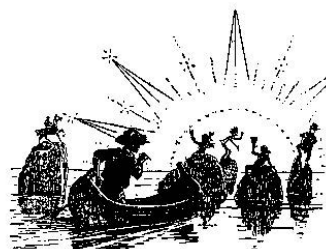
## BiPi és rajzai



*Olave St. Clair Soames*



*Szent György, a cserkészek védőszentje*



*Jó irányba evezd csónakkoddal!*

**Cserkészttörténelem:** *Ismered a cserkészttörténet főbb eseményeit (1907, 1933, 1948).*

### **Cserkész Világszövetség – WOSM (World Organization of Scout Movement)**

A világcserkészlet 1907 augusztusában született, amikor Robert Baden-Powell (BiPi), az Anglia déli partján fekvő Brownsea szigetére hívott 20 fiút. Velük próbálta ki gyakorlatban, hogyan működik a „scouting”-nak (felderítésnek) nevezett ifjúságnevelő ötlete, aminek alapjai az őrsi rendszer, a játszva tanulás, a szolgálat és felelősségvállalás, a természetben való kintlélt, a talpraesettség és a segítőkészség. A táborozás sikeres tapasztalatai alapján írta meg BiPi a „Scouting for Boys” (Cserkészlet fiúknak) könyvét, amely kiadása után világszerte beindult a cserkészlet.



1933 Gödöllői IV. világjamboree, táborparancsoka Teleki Pál - A negyedik világjamboree (dzsemboree) színhelyéül a magyarországi Gödöllőt választotta a világ cserkészete. 54 nemzet 26 000 cserkészel képviseltette magát. Az előbbi világjamboree-en az országok versenyeztek egymás ellen. Ezt megváltoztattuk azzal, hogy egymás megismerését és a nemzeti kulturértékek bemutatását szorgalmaztuk. Azóta is ilyen jellegűek a világjamboree-k! A tábor után a 12 000 külföldi cserkészt egy héti országszerte vendégül láttak magyar családok.



A második világháború után sokan nem tértek vissza Magyarországra a kommunizmus miatt. A menekülttáborokban megalakultak az első cserkészcsapatok, és 1947-ben megtartottuk az első vezetőképző tábor. 1948 elején már 30 magyar cserkészcsapat működött me-



nekültáborokban. Magyarországon viszont 1948-ban a kommunista rendszer beszüntette a cserkészet, minthogy a vallás-erkölcsi és nemzeti alapú cserkészetünk erősen ellentétes volt a kommunizmus alapelveivel.

**Cserkész történelem:** *Ismered a leánycserkészet történetét (Pax Ting).*

### **A magyar leánycserkész története**

Magyarországon 1919-ben alakultak meg az első leánycserkészcsapatok Budapesten. Sik Sándor indítványozta 1921-ben a leánycserkészet Intéző Bizottságának létrehozását. 1922-től 1945-ig Lindenmeyer Antónia volt a magyarországi leánycserkészet vezetője. Mikor 1922-ben a 2. Leánycserkész Világkonferencián megalakult a Leánycserkész Világszövetség (WAGGS), akkor Lindenmeyer Antóniát tökéletes angol nyelvtudásának köszönhetően beválasztották a világszövetség nyolctagú elnöki tanácsába. Bár az 1933-as gödöllői IV. Világdzseborin nem vehettek részt leánycserkészek - akkoriban még lányok nem is sátorozhattak -, ők is kivették részüket a munkából. És mikor a Leánycserkész Világszövetség 1939-re tervezett egy világtalálkozót, akkor a magyar leánycserkészeket kérték fel, hogy megszervezzék a Pax Tinget, szintén Gödöllőn. Mikor Magyarországon megszűnt a cserkészet, leánycserkész vezetők is csatlakoztak a „hontalan sasokhoz”, és ettől kezdve együtt végezték munkájukat. Viszont 1989-ben megszervezték Fillmore-ban az 50 éves Pax Ting emléktábor, ahol 178 leánycserkész vett részt. Tpk.: Dolesch Melinda.

Kezdetben más volt a lányoknál a beosztás, mint napjainkban. 6-12 éves korig voltak a tündérék, 12-18 évig a cserkészek és 18 éven felül a nagyleány cserkészek, akiket honleányoknak is neveztek. Minden korosztály külön csapatot alkotott. Így a kiscserkészeknél nem őrsökbe, hanem fészkekbe voltak osztva, a cserkészeknél pedig családokba. Minden családnak virágneve volt, és négy család alkotott egy csapatot.

## **VALLÁS**

**Szabad imádkozás:** *Tudsz saját szavaiddal imádkozni.*

### **Szabad ima**

Tanulj meg szabadon imádkozni. Annak ellenére, hogy az egyházban minden élethelyzetre van egy ima, nem ismerjük mindegyiket. A szabad imában elmondhatod mindazt, amit Istennel szeretnél megbeszélni vagy tőle kérni. Kezdd el imádat a megszólítással (Édes Jézusom, Istenem, Atyám, Uram), aztán mondd el, ami a szíveden van, és fejezd be a köszönettel (köszönöm, hogy meghallgattál, köszönöm, Uram). Az imát fejezd be Ámen-nel.

## **JELLEMNEVELÉS**

**Cserkész törvény 9. és 10.:** *Saját szavaiddal és példával el tudod magyarázni.*

### **9. cserkész törvény: A cserkész takarékos.**

- Gyere, Ági! Moziba megyünk! - mondta Andris.
- Nem mehetek - felelte Ági.
- Miért nem?
- Mert félre teszem a pénzemet. Hamarosan két születésnap is lesz a családomban. Kell a pénz, hogy ajándékot vásároljak.
- Hülyeség! - mondta Andris. - Elég lesz, ha üdvözlőlapot veszel. Még egyszerűbb, ha szóban kívánsz boldog születésnapot.



– Azt nem lehet – magyarázta Ági. – Az öcsém mindig olyan rendes velem. Megveszem neki azt a játékaútót, amelyikre annyira vágyik. A nagymamám pedig szereti a rózsát. Nagy öröme lesz, ha egy csokorral köszöntöm fel.

– Ugyan, Ági – legyintett Andris – megoldoztál a pénzedért, magadra is gondolhatsz. Ági elgondolkodott.

– Itthon maradok – mondta – már elhatároztam, hogy spórolni fogok. Ajándékokat veszek. Nagyon szeretem a nagymamámot és az öcsémet. Tudom, milyen boldogok lesznek, már előre örülnök!

– Hát, akkor csinálj, amit akarsz! – csattant fel András, és sértődötten elfordult. Azzal elvont a többi fiú után.

Ági majdnem sírt. Milyen jó lenne velük ülni a moziban!

Hetekkel később, a születésnapok után, Ági ismét találkozott barátjával.

– Tudod, Andris – mondta – minden pénzt megért, hogy múltkor lemondtam a moziról. Látam a boldogságot öcsém arcán, amikor átadtam neki a játékot, és a meglepetést és örömet, amit nagymamám érzett, amikor odaadtam a szép rózsacsokrot!

## A cserkésztvörvények magyarázata

### 9. A takarékoság tvörvénye (A cserkész takarékos.)

Tanulj meg a pénzzel bánni. Tudd beosztani, okosan befektetni a pénzedet, megfontoltan jó minőségű dolgokat vásárolni vele. Vigyázz, hogy ne válj a pénz rabjává, hanem csak eszköznek tekintsd céljaid elérése érdekében. Ugyanakkor légy tisztában azzal, hogy nem csak a pénzzel kell takarékosan bánni. A természet kincseket kínál fel számunkra, amelyeket használhatunk, de nem arra, hogy elpazaroljuk. Szokj hozzá ahhoz, hogy nem folytatod a vizet, ha kell, ha nem. Kikapcsolod a TV-t, ha nem nézed, nem dobod el az ételt, hanem csak annyit szedsz belőle, amennyit meg is tudsz enni. Így mindenkinek jut mindenkiből és te sem szenvedsz hiányt.

### 10. cserkésztvörvény: A cserkész testben és lélelben tiszta.

Nyolcan vettek részt Irén születésnapi uzsonnáján. Mind régi barátnök, már az óvodától kezdve osztálytársak.

Kint a kertben, a nagy vadgesztenye alatti asztalon terítettek uzsonnához. Most, hogy a szülők magukra hagyták őket, sokkal bátrabban folyt a beszélgetés. Piri vitte a szót, ő volt köztük a nagylány. Feltűnően öltözködött, nagyosan fésülte a haját, és ha a szülei nem látták, festette is magát. Sokat szórakozott bátyja barátaival. Néha még cigarettázott is, ami roppant imponált a többieknek. Most is éppen erről tartott előadást.

– Próbáljátok meg – mondta meggyőző hangon. – Meglátjátok, egy-két szippantás után úgy érzitek magatokat, mintha mások lennétek. Olyan klassz!

– Hogyne, hogy anyu megérezze a leheletemen – vágott közbe Irén.

– Nem érzi meg! – bizonykodott Piri.

– Igyál rá erős limonádét, az elveszi a szagát. Nézzétek! – húzott elő zsebéből egy doboz cigarettát – Gyufám is van!

A lányok zavarodottan nézték egymást.

– Nem. Én nem... nem merem megpróbálni – vacogott az asztal végén Zsófi. Mindig félt mindentől, vele nem is törődött Piri. Évára nézett, aki csendesén ült.

– És te, nagy cserkész? – kérdezte kihívóan.

– Én nem szívok – mondta Éva határozottan.

– Félsz?

– Nem.

– Talán már próbáltad, és rosszul lettél tőle? Rólad el is hiszem.

– Nem próbáltam, és nem is fogom. Ilyesmivel hagyjál békén. Tudom, hogy a dohányzás árt az egészségnek. Te is tudod. Azonkívül nem akarom magamat bepiszkítani azzal, hogy tilos dolgot csináljak, s utána hazudok.

– Irén! – hallatszott a ház felől. – Gyertek be, filmet vetítünk!

Mintha valami varázs tört volna meg. A lányok fellélegezve ugráltak fel, és megindultak a ház felé.

(Átdolgozott kivonat a leánycserkészkönyvből)

## A cserkésztvörvények magyarázata

### 10. A tisztaság törvénye (A cserkész testben és lélekben tiszta.)

A testi tisztaság fontos, hogy egészséges maradj. Bőröd, fogad, hajad, körmöd ápolást kíván ahhoz, hogy tiszta és egészséges maradjon. Ehhez tartozik nemcsak a mosakodás és a fésülködés, hanem a rendszeres mozgás és a friss levegő is. Az ápolatlan test nem csak viszataszító és bűdös, hanem beteg is lesz. Úgyszintén igyekezz a ruhádat és a környezetet tisztán tartani. A nagy pestisjárványok abból eredtek, hogy az emberek nem ismerték még az alapvető higiéniai feltételeket sem.

De hogyan tartod tisztán lelkedet? A lelkekre is sok minden hat. Legyenek azok a TV-ben nézett filmek, sorozatok, reklámok, könyvekből olvasott történetek, vagy másoktól hallott bölcsességek. Nem mindenki akar neked jót. Van, aki a pénzedet akarja, van, aki munkádat akarja, van, aki azt akarja, hogy az ő elképzelése szerint élj. Tudatosan próbálnak hatni a lelkekre, és ha ezt sokáig nézed és hallgatod, akkor előbb-utóbb a lelked befogadja. Az az ember, akire hatnak a negatív befolyások, nem fog tudni önállóan gondolkodni, hanem rabja lesz ezeknek a hatásoknak. Tanuld meg eldönteni, mit akarsz nézni, hallgatni. Mi az, ami jó neked és mi az, ami káros. Ha ostobaság, még mindig van egy gomb, amivel ki lehet kapcsolni. Keresd azoknak az embereknek a társaságát, akik példák lehetnek számodra. Tarts rendszeresen lelkiismeret-vizsgálatot, hogy lásd, jó úton vagy-e. Ebben segíthet neked a gyónás is vagy egy beszélgetés a pappal vagy lelkésszel.

**Táborozási szabályok:** Ismered a táborozási szabályokat (7 db).

### Tábori szabályok

1. A tíz cserkésztvörvény az alapszabályunk. Azok megtartása mindenkire nézve kötelező, aki a cserkész-fogadalmat már letette, vagy részt vesz cserkészmozgódulásokon.
2. A cserkész a fogadalomtétel alkalmával önként vállalja, hogy a cserkésztvörvények szellemében és a cserkészlet szabályai szerint él.
3. A cserkészfegyelem tényezői: az önfegyelem, a szeretet, az engedelmesség, a rend és a cserkészies magatartás.
4. Kötelező magyarul beszélni. Kerüljük a durva, trágár beszédet, és másokat is erre ösztönözzünk!
5. Előírás a cserkészegyenruha viselése általában minden megmozduláson. Kivételre a napostiszt vagy a táborparancsnok adhat megfelelő utasítást. Egyenruhával csak szabályos cserkészszapkát viselünk. Ajánlott a cserkésznyakkendőt trikón viselni.
6. Betegséget, sérülést, balesetet, rosszulletet azonnal jelenteni kell a napostisztnek, vagy a tábor egészségügyi személyzetének, vagy a táborparancsnoknak!
7. Cserkész táborban 18 éven aluliaknak TILOS a dohányzás. 18 éven felüliek szabad idejükben az erre kijelölt, elkülönített helyen dohányozhatnak.
8. A cserkész tábor résztvevői számára a táborozás időtartama alatt szeszes ital vagy kábítószert fogyasztása SZIGORÚAN TILOS!



A teljes történelmi zászlósor 23 darabból áll, de ezekből mindig az alkalomnak megfelelően válogatnak, például a március 15-i ünnepen mind a két '48-as lobogó ott van, augusztus 20-án több az Árpád-házi zászló, az '56-os ünnepeken pedig inkább a 20. század zászlóit használják. A zászlósor a magyar hadi múlt legjellemzőbb zászlótípusait vagy a magyar hadtörténet leghíresebb korszakaihoz kapcsolódó zászlókat vonultatja fel. A történelmi zászlósort nemzeti ünnepek állami rendezvényein, illetve kiemelkedő katonai rendezvényeken vonultatják fel katonai tiszteletadással.



### **Történelem 1241: Tatárjárás, IV. Béla és a második honalapítás.**

**A tatárjárás 1241-42-ben** az Európa elleni mongol inváziót, ezen belül Magyarország megszállását jelenti. 1241-ben nagy veszély jelent meg keletről: a tatárok.

**IV. Béla (1206–1270)** Árpád-házi magyar király nem kapott senkitől segítséget. A tatárok nagy pusztítást végeztek az országban. Ennek ellenére sem tudták elfogni IV. Bélát, és nem sikerült elfoglalni Magyarországot sem. Ügyes hadi taktikával sikerült a királynak a tatárokat alig egy évvel később kifárasztani, kiéheztetni, és súlyos embervesztéssel végül is kiűzni az országból. A mai mongol tankönyvek így írnak erről a hadjáratról: „A di-cső tatár hadsereg sehol sem szenvedett vereséget, kivéve a Kárpát-medencében.”

Batu kán, a tatárok vezére nem tudta megsemmisíteni a teljes magyar haderőt – erre bizonyították az is, hogy IV. Béla röviddel a tatárjárás után már több külföldi hadjáratot vezetett, és visszaszerezte a tőle korábban kizsartolt nyugati megyéket is.

Ahogy a tatárok elhagyták Magyarországot, IV. Béla nekikezdett az ország felépítésének. **Uralkodása alatt az ország újjáépült. Elrendelte a kővárak építését is szerte az országban. Ő egyben mai fővárosunk, Budapest alapítója is.** Több mint 20 éves uralma alatt felvirágozott az ország. Ezért nevezik IV. Béla királyt második honalapítónak.



**Tatárok betörése a Thúróczi krónikából**

**Földrajz: Délvidék: Jellegzetességei, főbb városai, stb**

### **Délvidék vagy Vajdaság**

A Délvidék elnevezés eredetileg a történelmi Magyar Királyság különböző déli területeit jelölte, ma pedig nem pontosan körülhatárolt földrajzi névként, illetve politikai kifejezésként él a köztudatban.

A Vajdaság 21 500 km<sup>2</sup> területű. Túlnyomórészt jelenleg Szerbiához tartozik. Három nagy folyója, a Duna, a Tisza és a Száva három nagy földrajzi egységre osztja a tartományt: Bácska, Bánság, Szerémség.

Délvidék nevezetességei:

Bács (Bač) – bácsi vár, ferencesek temploma,

Szabadka (Subotica) és környéke, a zentai csata emlékhelye,

Törökbecse (Novi Bečej) – araci templomrom az Árpád-korból

Belgrád (Beograd): Nándorfehérvár vára - a nándorfehérvári diadal emlékköve,

Zimony (Zemun): Hunyadi-torony,

Galambóc (Golubac): vára Zsigmond király, Mátyás király és Kinizsi Pál török elleni harcainak egyik nevezetes helyszíne volt.

Főbb városai: Újvidék (Novi Sad), Nándorfehérvár (Belgrád), Szabadka, Zenta, Törökbecse, Zimony.

Főbb termékei: mezőgazdasági termékek, ércbányászat, kőolaj



Szabadka



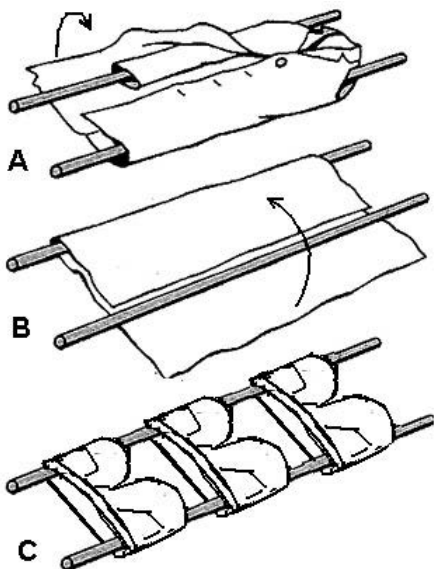
Délvidék

## ELSŐSEGÉLY

*Hordágy: Tudsz hordágyat készíteni és használni.*

### Hordágykészítés és betegszállítás

A betegszállításnak több módja is van, attól függően, hányan vagytok, milyen a sérülés, és milyen messzire kell szállítani.



### Hordágy


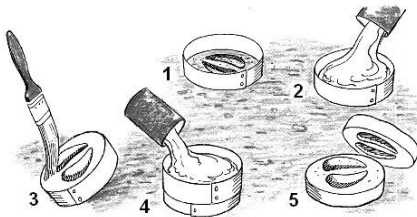
Hordágyat pokrócból, ponyvából, kabátból, nadrágból és persze nyakkendőből is lehet készíteni.

A botok legyenek legalább 2 m hosszúak, hogy meg lehessen rendesen fogni. Vészhelyzetben természetesen friss ágakat is szabad vágni, ha nincs más. Lehet vinni ketten, négyen vagy akár hatan is.

## TERMÉSZETISMERET

Nyomöntés: Tudds gipsszel állatnyomot önteni.

### Nyomöntés

<p>Gipsszel tudod rögzíteni az állat nyomát.</p> <p>Ha elmész nyomot keresni, akkor készülj fel arra, hogy a nyomot kiöntsd gipsszel. Ehhez nem kell más, mint egy 5 cm széles keménypapír, víz, egy (eldobható) edény és gipsz.</p>	
	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Az állatnyomot szépen tisztítsd ki!</li><li>2. A keménypapír csíkokat rakd köréje, és rögzítsd!</li><li>3. A gipszet keverd bele a vízbe, és ha elég sűrű (mint a jól megkevert, nem túl sűrű joghurt), öntsd a nyomba!</li><li>4. Meg kell várnod, amíg a gipsz megkeményedik (kb. 30 perc), utána kiveheted.</li></ol>

**Nyomolvasás:** Találsz nyomokat, és tudod azokat követni.

### Nyomolvasás

Ha ismered a nyomokat, akkor könnyen kitalálhatod, hogy milyen állat járt arra. Nemcsak a lábnyomokat figyeljük, hanem az ürüléket, szőröket, ételmaradékot, köpetet, szálláshelyet és az okozott károkat is. Például a vaddisznó környezetét fel lehet ismerni arról, hogy sáros a fák törzse és nagy dagonya (sárfürdő, pocsolya) van valahol a közelben. Az őzek szeretnek fák tövében pihenni, így ott megtalálhatod a pihenőhelyüket. Télen a friss hóban lehet a legjobban látni a kis állatok (madarak, rágcsalók) nyomát is.

**Állatmegfigyelés:** Szabadban figyelj meg 3 állatot!

### Állatmegfigyelés

Ha van alkalmad, figyelj meg, hogyan viselkednek az állatok! A háziállatokat, de akár a vadon élő állatokat is tanulmányozd! A vadon élő állatok általában csak éjjel és kora reggel jönnek ki búvóhelyükről. Viszont ugyanazokon a járásokon, csapásokon mennek, és elég pontosak: nagyjából mindennap ugyanakkor jelennek meg. Tehát, ha egyszer rábukkansz egy állatra, akkor nagy az esélyed arra, hogy másnap ugyanott, hasonló időben újra megláthasd.



A következőkre ügyelj, ha állatot mész megfigyelni vagy fényképezni:

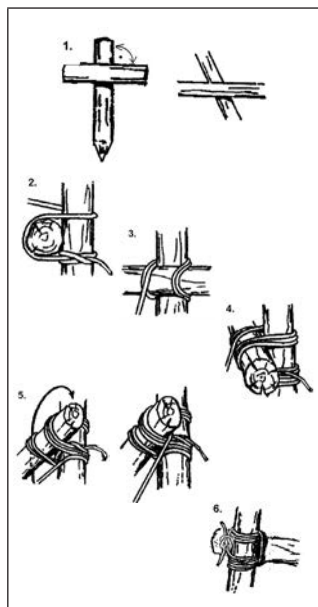
- Nekivághatsz az erdőnek, hogy majd találsz egy állatot, de több sikerrel jársz, ha megfigyeled a járását, lakóhelyét, és ott vársz rá, amíg megjelenik. Erre alkalmasak az etetőik is.
- A pázás alatt sok állat aktívabb és hangosabb is. Híres a szarvasbögés és az őszi szarvasviadok. Viszont ha megvan a kicsinye, eltűnik, és alig lehet őket látni.
- Ha találsz egy állatnyomot, próbáld meg követni. Lehet, hogy elvezet az állat odvához, ivó- vagy evőhelyéhez, de vigyázz, ha veszélyes állatról van szó (pl. medve).
- Állatmegfigyeléskor mindig figyelembe kell venni a szélirányt, mert kiváló az állatok szaglásá. Ezért ha látsz egy állatot, tartsd föl a megnyázott ujjadat. A szél onnan jön, ahol az ujjad hideg lesz. A szélnek mindig az állattól feléd kell fújnia. Ha felőled az állat felé fúj, az állat megérzi szagodat, és elmenekül.
- Nagyon csendesnek kell lenned, ezért jobb, ha egyedül vagy.
- Lassan haladj, és ne lépj száraz levélre vagy ágacskákra. Ha közel kerülsz egy állathoz, legjobb négykézláb mozognod.
- Minden mozdulatod legyen lassú, mint egy lassított film.
- Sok állatfényképész kis kunyhót épít magának, és onnan lesi az állatot. Ezt persze nemcsak taláalomra építi, hanem akkor, amikor már ismeri az állat járását.

## CSOMÓZÁS

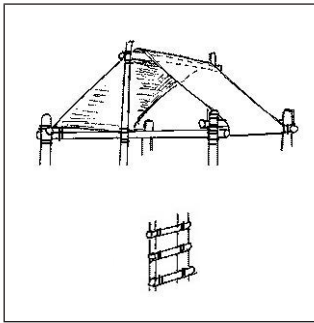
**Keresztkötés:** A keresztkötést meg tudod kötni.

### Keresztkötés

Táborépítéskor ez a leggyakoribb kötés, amit használunk. Éppen ezért ezt sötétben a hátad mögött, sőt, fejen állva is tudnod kell. Alapjában véve nem nehéz, de nagyon kell arra ügyelni, hogy szépen legyen kötve, mert csak akkor tart rendesen, és akkor nem lazul ki rövid időn belül. Tanuld meg a keresztkötést rendesen megkötni:

	<p><b>Keresztkötés:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Vegyél egy hosszú és egy rövid botot, és fektesd le magad elé úgy, hogy a rövid a hosszún fekszik, mintha egy táborkeresztet akarnál készíteni. (Persze, lehet a két bot egyforma hosszú is).</li><li>2. Fogj egy jó 3 karfeszta hosszúságú spárgát és azzal a hosszú rúdra köss egy szorító nyolcast úgy, hogy az egyik végén maradjon még egy jó nagyrasznyi farkinca.</li><li>3. Most kezd el a spárgát a két rúd köré kötni. Nagyon fontos, hogy minden menet szorosan feszüljön. Ha a spárga vágja a kezéd, fogj egy rövid botot, és arra tekerd rá, így erősebben meg tudod húzni.</li><li>4. Legalább 3 menete legyen a kötésnek. Ez attól is függ, hogy milyen erős spárgát használsz, és milyen nehéz súlyt kell tartania a kötésnek. Ügyelj, hogy minden váltásnál a belső oldalon vezesd a kötelet.</li><li>5. Ezután jön a két rúd között a feszítő kötés, amiből elég egy vagy kettő. Célja az, hogy a kötést megfeszítse.</li><li>6. A végét kösd el egy egyszerű kettőssel, vagyis az előbb kihagyott nagyraszos farkincaival.</li></ol>
---	--





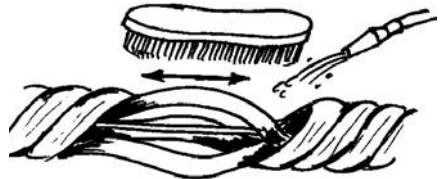
*Használata:* rudakat derékszögben való összekötésére. Táborkereszt, táborkapu, mosdó, szerszámtartó, toronyépítés, asztal, pad stb.

*Egyéb:* hogy erősebben tartson, össze lehet illeszteni a két rudat, amihez elég egy balta és egy fűrész. Kereszt-kötéssel persze lehet deszkát is egy rúdhoz kötni. Ez asztalnál vagy bástyánál szükséges.

**Kötél karbantartása:** Tudsz kötelet tárolni, tisztítani és szárítani.

### Kötélkarbantartás

A kötelekre nem szabad rálépni, mert a sár meg a homok szétvágja, mintha apró kések lennének. Ezért a koszos kötelet meg kell mosni és kikéfélni. Ehhez tekerd a kötelet úgy, hogy a szálak szétnyíljanak.



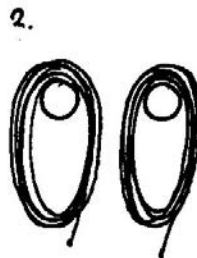
Hagyományos kenderkötelekbe húznak egy vékony szálát a közepébe is. Ez a kötél lelke.



Vigyázz arra, hogy a kötelek ne feküdjenek a tűző napon, vízben vagy éles szerszámok közt (1)!



Használat után szépen fel kell tekerni a kötelet, és ha nedves, szabadon kilógatva kell megszárártani (2), nem pedig egy kupacba dobálni.



Kötelet soha ne rakj el vizesen! Vizes kötelet lazán akassz fel, hogy meg tudjon száradni!

A kibomlott kötélvéget mindig el kell dolgozni. Műanyag kötélnél gyufával, kenderkötélnél kötélvégfonással vagy cérnával (lásd *Honfoglaló cserkész – Piros koszorú próbát*).

## JELADÁS

**8 útjel kőből és fűből:** Jó út, rossz út, hazamentem, menj haza, jó víz, rossz víz, levél x lépésre, vigyázz/veszély.

Jó út			
Menetirány			
Veszély, vigyázat (3-mas jel a veszjel)			
Rossz út	Levél 3 lépésre	Levél 5 lépésre	Levél 3 lépésre (krétával)
Itt táborozunk	Itt táborozunk (krétával és csapat számmal)	Bújj el	Várg itt
Jó víz	Rossz víz	Hazamentem	Menj haza

### Hogyan kell útjeleket rakni?

Az útjelekkel lehet valakinek jelet adni, hogy merre mentél, és ezek segítségével fog tudni követni téged. Persze van egy pár fontos szabály, amelyeket be kell tartani.

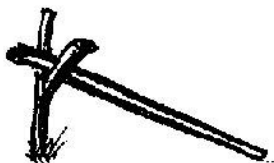
1. Útjeleket mindig az út egyik oldalára tegyél.
2. Rakd az út szélére, ne az útra, hogy autók, biciklisek vagy más gyalogosok ne rúgják szét.
3. Útjeled legyen legalább 1-2 láb nagyságú, de ne nagyobb, mint 4 láb (1 láb = 30 cm).
4. Útjeleket rakhatsz fából, kőből, fűből vagy krétával is rajzolhatod őket.
5. Minden elágazásnál, vagy legalább, ha elkanyarodsz az egyenes útról, rakjál jelet. A rossz útra is rakjál jelet, de csak 5 lépés után. Így biztosítod magad, ha szétrúgták valamelyik jó út jeledet.
6. Ha egy nagyobb útról letérsz, mert egy réten át kell vágni, akkor különösen gondosan rakjál útjelet, mert könnyen előfordul, hogy nem veszik észre, mert a nagy utat követik.
7. Ha sokáig követsz egy utat, akkor úgy 100-200 méterenként rakjál egy menetirány jelet, hogy tudják, hogy még jó úton vannak.

8. Igyekezz útjeleket úgy rakni, hogy csak az lássa, akinek szól. Főleg a nyíl esetén fennáll a veszély, hogy valaki felismeri, és tréfából átrakja más irányba.
9. Már menet közben gyűjts mindig botokat, hogy ne a kereszteződésnél kelljen keresgél-  
ni.
10. Ha tudod, hogy sötétben fogják keresni az útjelet, különös gondossággal helyezd el  
őket, és egy kicsit nagyobb jeleket rakjál.

### Hogyan kell útjeleket követni?

Ha valaki a fenti szabályok szerint rakta a jeleket, akkor nem túl nehéz. De mindig előfordulhat hiba, vagy valami váratlan esemény történhet. Ezért nagyon kell figyelni, ha útjeleket keresel.

1. Ha útjeleket kerestek, akkor ne beszélgessetek, hanem figyeljétek az utat.
2. Bevált módszer mindig újra kinevezni valakit, aki figyeli az útjeleket egy rövid szakaszon. Így jobban tud összpontosítani.
3. Minden kereszteződésnél keressétek meg a jelet, és csak akkor menjétek tovább, ha megtaláltátok.
4. Ha nem találsz egy jelet rögtön, akkor menj el az egyik irányba 20-50 lépést. Ha ott sincs semmi, akkor a másik irányban keresd.
5. Ha nincs több útjel, akkor menj vissza az utolsó jelig. Azt vagy valaki elrontotta, vagy útközben egy jelet nem láttatok.
6. Egyenes útról is lehet letérő, vagy előfordul, hogy egy réten át kell vágni. Ezért ne csak a kereszteződéseknek kezdjétek el útjeleket keresni.
7. Vigyázz arra, hogy ne minden botban láss útjelet. Főleg a „várj itt” jel esetén könnyen előfordulhat, hogy két bot véletlenül fekszik egymás mellett ilyen formában.
8. Az utolsó őr vagy vezető tüntesse el a jeleket, hogy mást ne tévesszenek meg. (Főleg, ha cserkészparkban vagy.)



Ez egy biztos útjel, mert aki nem cserkész, nem ismeri fel!

### TÁJÉKOZÓDÁS

**Város térkép használata:** *Városban közlekedsz, adott helyeket megtalálsz. Használd saját városod térképét. Ez itt csak példa térkép.*



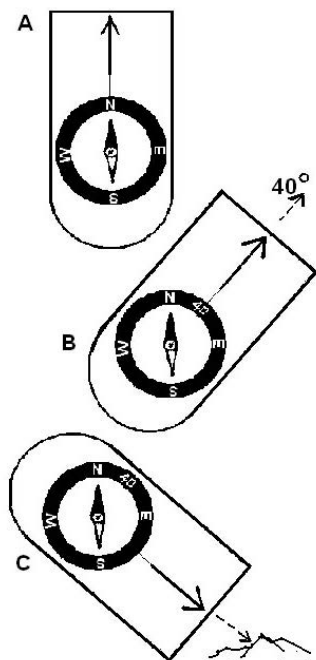
#### Városi térkép

- Lépték 1:5 000 – 1:20 000
- Sokszor rendhagyó lépték pl.: 1:11 305
- Az utcanevek fel vannak tüntetve.
- A busz- és villamosvonalak meg vannak jelölve.
- A színek eltérnek a hivatalos megjelölés-től.
- Városi portyához alkalmas.

**Térkép és iránytű:** Térkép alapján be tudod tájolni a menetirányt.

### **A tájoló használata**

- A mágneses tű mindig északnak, tehát az N-re mutat. (A föld déli oldalán dél felé mutat.)
- A fokokat mindig a menetiránynyílnál kell leolvasni.
- A tájolóknak általában 360 fokos beosztásuk van, de van 64-es, 400-as és 6400-as beosztású is. Tehát használat előtt nézd meg jól, hogy milyen tájolódd van.
- A tájolóknak van egy négyzetletű doboza, egy úgynevezett célzóberendezése, amivel be tudod célozni az irányt.



### **A) Északot betájolni, térképet betájolni**

A fekete gyűrűt addig fordasd, amíg észak jele (N) a menetirány nyíl felé áll. Ezután a tájólót addig forgatod, míg a tű az N-re mutat. Most mutat a tájoló észak felé, vagyis a 0 vagy 360 fokra. Ez a tájoló alapállása.

Ha a térképet akarsz betájolni, akkor a tájólót ugyanígy állítsd be. Fektesd a térképre úgy, hogy az egyik szélével párhuzamos legyen, és a térképpel együtt addig forgatod a tájólót, amíg a tű az N-re mutat.

### **B) Menetirányt beállítani**

Ha kapsz egy menetirányt, hogy menj pl. 40 fok irányába, akkor a fekete gyűrűt addig forgatod, míg a 40-es a menetiránytű felé mutat. Most a tájólót újra addig forgatod, míg a tű az N-re mutat.

### **C) Tárgyat betájolni**

Ha látsz egy távoli hegycsúcsot, és be akarsz tájolni, hány fokra van, akkor fordítva járj el! A menetiránynyilat irányítsd rá a hegycsúcsra! A fekete gyűrűt addig fordasd, míg a tű az N-re mutat. A hegycsúcs irányát most a fekete gyűrűn tudod leolvasni.

**Figyelem!** Minél közelebb vagy a pólusokhoz, annál nagyobb az eltérés a mágneses pólus és a földrajzi pólus között. Ezt az eltérést a térképek oldalán fel szokták tüntetni, tehát annak megfelelően kell a fokokat átszámolni.

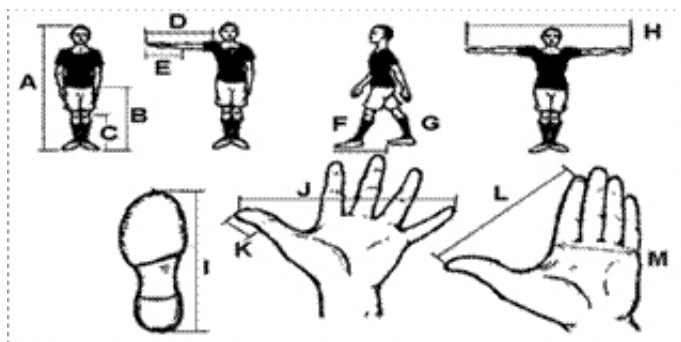
## **BECSLÉS**

**Önméretek:** Saját méreteidet ismered: kis- és nagyarasz, hüvelykujj, testmagasság, fesztáv, 1 láb, 1 lépés, hány lépés kell 10 m-hez vagy 10 yd-hoz.

### **Önméretek és használatuk**

Mérd meg saját méreteidet! Azok segítségével meg tudsz mérni más tárgyakat is. Minden évben ellenőrizd a méreteidet!

	Táborverő
<b>Dátum</b>	
A. Testmagasság és testsúly	
B. 1 m vagy 1 yd testeden	
C. Térdmagasság	
D. Karhossz	
E. Alsókarhossz	
F. Lépéshossz	
G. Hány lépés 10m vagy 10 yd	
H. Karfesztség	
I. Láb	
J. Nyagasz	
K. Hüvelykujj	
L. Kisarasz	
M. Kézszélesség/10 cm testeden	



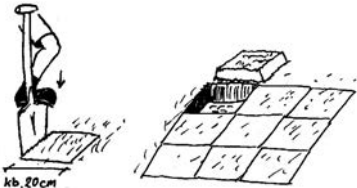
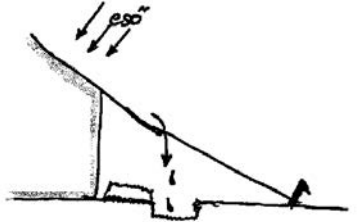
## TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK

**Ásó, csákány:** Használod és rendben elrakod (zsírozás).

### **Az ásó használata:**

- gödröt ásni kemény talajba is
- gyepetglát kivágni, és kiemelni
- sátrat körbeárkolni.

Az ásó nem lapát. Ha nagy mennyiségű homokot, vagy sódert kell lapátolni, akkor szerezz hozzá lapátot. Lapáttal viszont nem lehet lyukakat kiásni, arra az ásó alkalmas.

 <p>kb. 20cm</p>	<p><b>Tűzhelyet kiásni</b></p> <p>Ha a réten kell tűzhelyet építeni, akkor ásóval vágj ki kb. 20 x 20 cm-es kockákat. Egy tűzhelyhez legalább 9 ilyen gyeptéglát kell kiemelned. A gyeptéglát a földdel fölfelé tedd félre. Ha elmentek, újra visszarakhatod, és nem marad károsodás a réten.</p> <p>A pöcegödröt is így kezd, csak ott mélyebbre kell ásnod, amihez hasznos egy csákány és egy lapát is.</p> <p>Használat után tisztítsd meg az ásót. Ha elrakod a szertárba, kend be finoman egy kis zsírral. Ehhez a szalonnabőr a legjobb.</p>
	<p><b>Sátort körbeárkolni</b></p> <p>Ha a sátradnak nincs alja, akkor a sátoreresz alatt egy kis csatornát kell ásnod úgy, hogy a tetőről a víz belefolyjon. A kiemelt gyeptéglát fejfelé fektesd a sátor felőli oldalra.</p> <p>Ha jól megfigyeled a terepet, akkor azt is látod, merre lejt, és akkor nem szükséges az egész sátradat körbeárkolni, hanem elég csak a fenti oldalt, ahonnan a víz jön.</p>

**Figyelem!** Nem minden gazda örül annak, ha feltúrják a földjét. Ezért mielőtt körbeárkolsz, kérdezd meg, hogy szabad-e ezt tenned. A kiszedett gyeptéglákat mindenképpen úgy kell visszarakni, hogy ne is lehessen látni, hogy valaki ott járt.

### A csákány használata

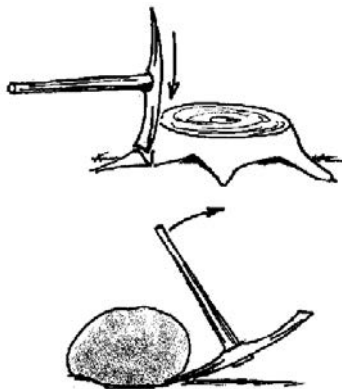
- kemény földet meglazítani, amit a lapáttal kiemelsz
- a széles részével gyökereket elválni
- szikladarabokat kifeszíteni a földből
- nem füves talajon a sátradat körbeárkolni.

### **Csákánnyal történő munkavégzés**

Nagyobb tábori építkezéseknél előfordulhat, hogy régi gyökerek, sziklák kerülnek az utadba. Ilyenkor jó, ha van kéznél egy csákány.

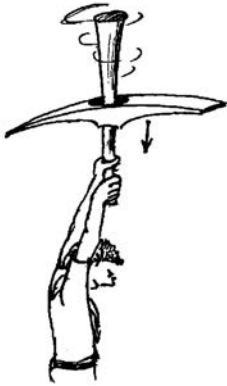
Hasznos akkor is, ha kemény földben pöcegödröt kell ásni.

Használat után tisztítsd meg. Ha elrakod a szertárba, kend be finoman egy kis zsírral.



### **Csákányfeje és nyele (húzott)**

A csákányvas feje nem ékelt, mint a balta feje, hanem úgynevezett húzott nyele van. Így nem tud lerepülni, ha ütsz. Ha le akarod venni a csákány fejét, miközben a fejét fogod, üsd a nyelét néhányszor egyenesen a földhöz.



Sose tartsd a csákányt a fejed fölé, mert a fejedre eshet a csákányvas. Csak ha lendületben van, akkor emeld a fejed fölé.

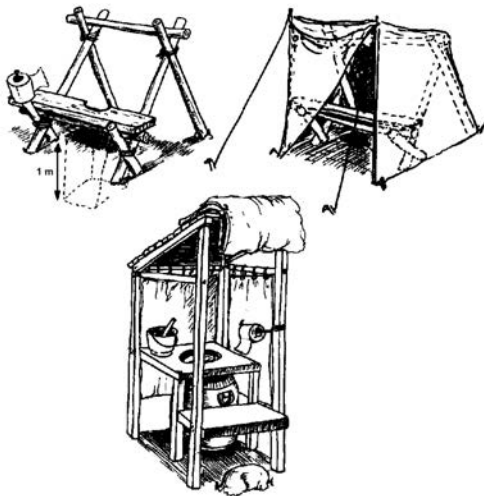
**Figyelem!** Ha csákánnyal dolgozol, vigyázz arra, hogy senki se álljon a közeledben, nehogy megcsapd. Mindenki tartson legalább 2 m távolságot, akárcsak a balta használatánál is.

**Tábori higiénia:** Tudsz szabályos latrinát/pöcegödört építeni.

### **Tábori higiénia (latrina, pöcegödör)**

A táborban nagyon fontos a higiénia, mivel sokan vagyunk együtt, és folyóvíz híján sokszor nehéz rendszeren tisztálkodni.

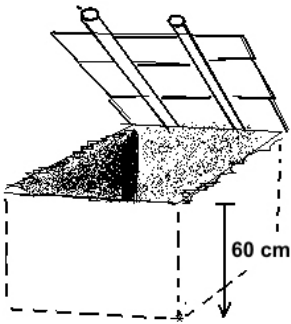
### **Latrina**



### **Latrinaépítés**

- Legyen félreeső helyen.
- Legyen rendszeren eltakarva és legyen jól látható foglalt/szabad jelzése.
- A gödör legalább 80x80x80 cm legyen.
- A gödör mellett legyen egy vödörben oltott méz és egy lapát. Ebből egy kicsit be kell hinteni a latrinába.
- Az ülőke a gödör fölött legyen, tartsátok tisztán és készítsetek hozzá kapaszkodót.
- Legyen egy tartó a WC-papírnak, hogy ne legyen koszos.
- Legyen fedett, mert eshet az eső is.
- A WC mellett kell egy víztartály és szappan, hogy lehessen kezet mosni.

## Pöcegödör



### Pöcegödör-építés

- A pöcegödör legyen a konyha környékén, de mégis félreeső helyen.
- Legalább 60 cm mély és 80 x 80 cm nagy legyen. Ez persze a tábor nagyságától is függ.
- A kiásott földet a szélére halmozd fel. Néha kell egy kicsit szórni a moslékra.
- Készíts egy fedőt hozzá, hogy az állatok és legyek ne szállják meg.

**Ponyva használata:** Építész ponyvából védőhelyet.

### Ponyvahasználat

- a sátorépítés legegyszerűbb módja és pótsátor, ha portyán vagytok
- kifeszíteni a konyha fölé vagy kifeszíteni a mosdó köré, hogy ne lássanak be
- sátorba, ha nincs alja
- játékokhoz (tűzoltós dobálás, alagút)
- jó alátét, ha a földre ültök

	<p>A jó ponyva gyárilag készített feszítőgyűrűkkel van ellátva.</p> <p>Ha nincs rajta ilyen, akkor egy kerek követ teszel bele, és arra kötöd a zsinórt.</p>
	<p>Ha ponyvát feszítesz ki, akkor legyen lejtése, hogy az esővíz lefolyjon róla. Egy rúdra fektetve is kifeszítheted. <i>Persze ezt a rudat szépen le kell gallyazni, nehogy egy ág átszúrja a ponyvát.</i></p> <p>A kötél mint gerinc nem annyira jó, mert behajlik a ponyva súlyától, a ponyva pedig összecúszik, és ráncos lesz.</p>
	<p>Játékhoz leginkább az erős vászonponyvák jók.</p> <p>Lehet belőlük alagútat is csinálni egy rohampályához.</p>



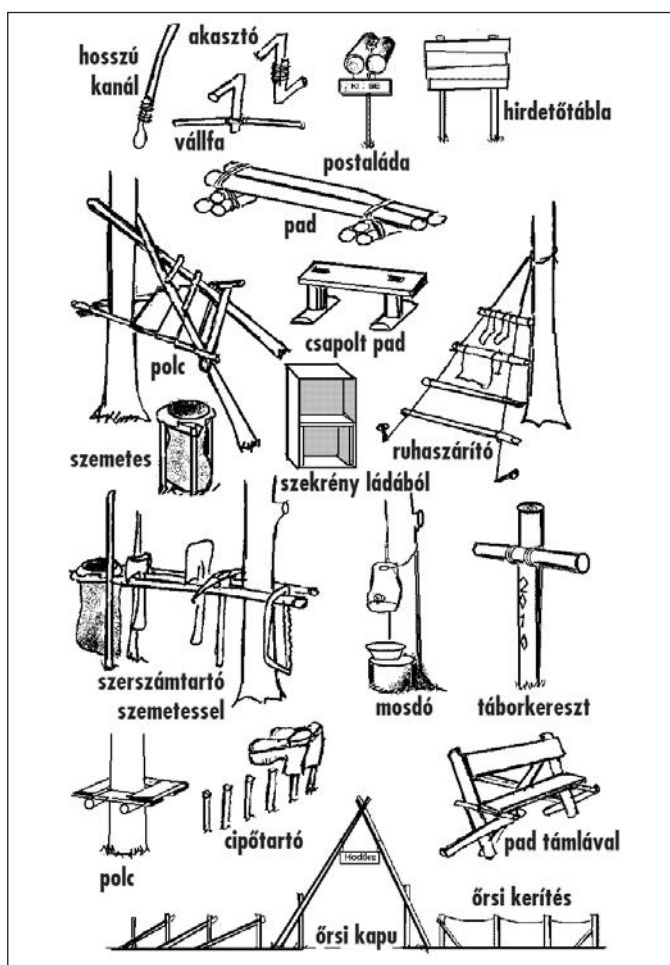
**Figyelem!** Vigyázz, hogy a ponyvát ne szúrja ki semmi. Ezért a ponyvát nem húzzuk a földön, és nem járkalunk rajta. Ha leteríted a földre, akkor előbb szedd össze a botokat és tuskéket.

Használat után tisztítsd le és szárítsd meg. A vászonponyvát nem szabad vízesen eltenni, mert megpenészesedik, de a műanyag ponyvát is szárazon és tisztán tedd el.

**Egyszerű tábori építmény:** Készítsz 1 tábori építményt (pl. csajkafa, mosdó).

### **Kisebb tábori építkezés**

Általában egyedül vagy párban is meg tudjátok csinálni ezeket az építményeket, és csak a szokásos felszerelés kell hozzá: fűrész, balta, zseb kés, zsinór. Egy ilyen építmény elkészítése ne tartson tovább két óránál. Igyekezz mindig szépen dolgozni, a csomókat helyesen megkötni, és ha van idő, még kidíszíteni is. Az alábbiakban találsz egy pár ötletet.



**Figyelem!** A szerszámtartót úgy helyezd el, hogy az éles szerszámokba ne akadjon bele senki.

## TŰZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS

**Tűzfajták:** Megrakod a gúla-, máglya- és vadásztűzet. Ezekből az egyiket max. három gyufával meggyújtod.

### Tűzfajták

A tűz nemcsak melegít, ruhát szárít, de sütni és főzni is lehet rajta, jelezhetünk vele, hangulatot teremt, jelképez, és reményt is ad. Veszélyhelyzetben ez utóbbi talán a legfontosabb!

A tűzszabályokat tartsd mindig szem előtt. A szél irányára ne csak a tűzveszély miatt ügyelj, hanem mert a füst, az étel illata már messziről elárulja hollétedet. Hegyoldalban a szél nappal valószínűleg felfelé, este lefelé fog fújni. Ne gyűjts tüzet tőzezes talajra! Az ilyen a föld alatt tovább izzik, és akár napok múlva máshol, akár távolabb is lángra lobban! A tűz helyét, a tűzfajtát, a tűzifát az aktuális céljaid szerint alkalmazd.

### Jelzőtűz:

Ez az egyetlen olyan tűz, amit feltűnő, messziről belátható helyre kell gyűjtani: dombtetőre, sziklaoromra, adott esetben fára is. Nappal a nedves fa, fű, avar, nád alkalmas nagy füstkelésre, ami távolról sokkal szembetűnőbb, mint maga a tűz. Alakra lehet gúla vagy máglya.

### Sütésre alkalmas tűz:

Szabad tűzön sütni csak parázson lehet. Erre az a tűzfajta alkalmas, amelyiknek nagy felülete van, és olyan fából raktuk, amelyek sok és tartós parazsat ad (tölgy, bükk). Lehet gúla-, máglya-, pagodatűz egyaránt, persze, csak ha már leégett.

### Főzőtűz:

Főzni, forralni lángon szoktunk. Kis gúlatűzzel kezdjük, majd máglyaszerűen rakjuk a fát a bogrács/üst alá. Építsük körül a tüzet, hogy a meleg felfelé szálljon, de annyi nyílást hagyjunk, hogy a tűz alul is levegőzzön. Főzésre a polinéziai tűz és a pástortűz is alkalmas.

### Melegítőtűz:

Melegítőtüzet eleve védett helyen gyűjtünk, például sziklafal előtt. Ez nem csak a szél elől véd, de a meleget is visszaveri ránk. Szükség esetén a széloldalon ferdén kifeszített ponyva, esőköpeny is kivédi a szelet. A tüzet ennek nyitott oldala előtt biztos távolságba rakjuk. Éjjelre ilyen esetben a vastagabb fából épített falszerű tűz tesz jó szolgálatot. Ha más megoldás nincs, rakjunk több kicsi gúlatűzet. Ezek több oldalról melegítenek, hatásuk jobb, mint az egy nagy tűzé. A fából épített reflektortűzek nem sokat segítenek, hátulról ezek sem melegítenek.

### Őrtűz:

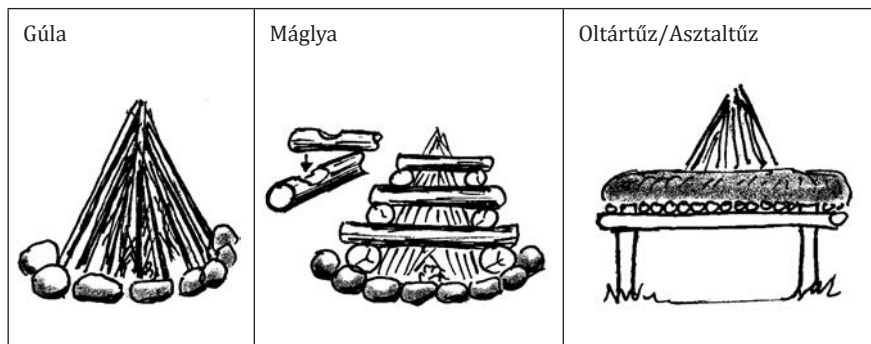
Kis fényű, sokáig égő tűz, ami csak kevés fát használ el, de szükség esetén gyorsan nagyra lehet táplálni. A pástortűz vagy a csillagtűz erre a célra a legalkalmasabb.

Míg az előbbi tűzeknek csak gyakorlati hasznuk van, addig az őrtűz már mély szellemi és szimbolikus tartalmat hordoz, akárcsak a tábortűz. Ezt akkor érzed meg igazán, ha az alvó táborban magad ülsz a pislákoló lángnál. Megéled a felelősséget társaidért, lehetőséged van arra, hogy magadba nézz, egyedül vagy, de csak a térben, mert időben egy vagy az őrzők közül a múlt és jövő sorából.

### Tábortűz:

Cserkészek számára ez talán a legfontosabb tűzfajta. A tábortűz jelző-, ór- és melegítőtüz is egyben. Fontos, hogy szép legyen a külseje, és szépen égjen. Főleg nagy gúla- és pagodatűzeket használunk tábortűznek.

## Tűzalakok:



**Gúla:** Ez az alapja minden tűznek. Akár nagy, akár kicsi, egy tűz csak így gyullad be szépen.

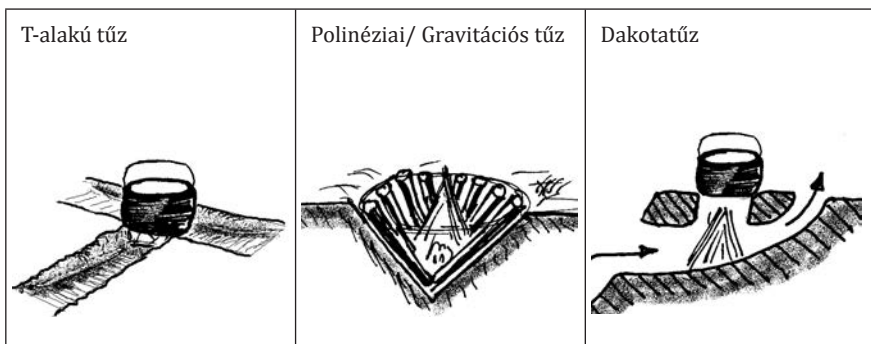
**Máglya- vagy pagodatűz:** Soronként két-két gerenda kerül egymásra kb. 8-10 rönknyi magasságig. Az egészet középen meggyújtva erős lánggal ég. Jelzésre és tábortűznek is jól használható.

**Oltártűz vagy asztaltűz:** Akár mocsaras, vizes területen, sőt havas talajon is jól alkalmazható. Ehhez párhuzamosan le kell verni két-két Y alakú ágat a földbe a nyílásukkal fölfelé. Az Y száraiba egy-egy ágat teszünk, majd merőlegesen és sűrűn keresztbe rakjuk ágakkal. A vízszintes ágsor tetejére követ vagy földet pakolunk. Erre kerül rá a gyújtós és a tűz. A talaj (víz) fölött kb. 1 m magasságban rakott tűz melegítésre, főzésre is alkalmas.



**Csillag- és pásztortűz:** A csillag alakban lerakott tűzifák közepét meggyújtjuk. Az ágakat beljebb tolvá vagy kijebb húzva szabályozni tudjuk az égés erősségét. Egyik előnye, hogy takarékos. Másik előnye, hogy a hosszabb ágakat nem kell feldarabolni, hanem a láng közepébe rakva megfelelhetjük, így a közepé elég és két darab lesz belőle. A két rönk között rakott tűz nem csak a szélről van védve, de a bográcsot is rá lehet tenni a két rönkre.

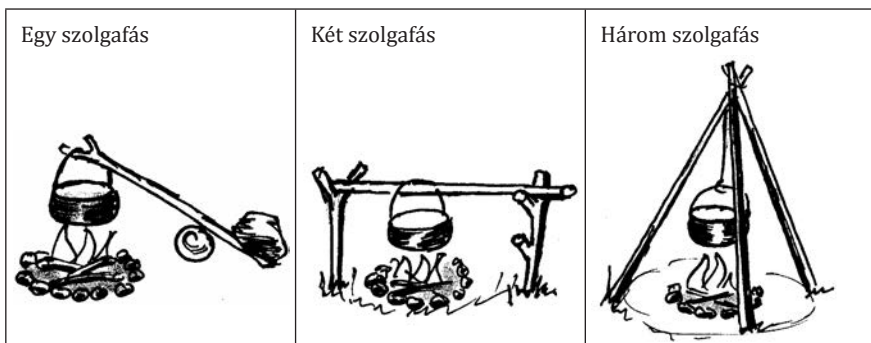
**Reflektoros tűz:** Ferdén verj be két karót a földbe. Közöttük rakod majd meg a tüzet. A két karónak támasztva pedig halmozz fel ágakat, botokat, amelyeket nem csak a meleget verik vissza, hanem lassan el is égnek. Reflektoros tüzet nyitott ponyvasátor előtt szoktak rakni.



**„T”-tűz:** Amint a neve is mutatja „T” alakú gödröt kell készíteni, amelynek minden szára egyforma mély. A felső szárban folyamatosan ég a tűz, ahonnan a főzéshez szükséges parazsat a függőleges részbe tudjuk kotorni. A „T”-tűz előnye, hogy egyszerre többféleképpen is tudunk vele főzni.

**Polinéz tűz:** 0,3-0,8 m mély, vödör alakú gödröt ásunk. A palástot (a gödör belését) olyan hosszú ágakkal rakjuk ki, amelyek még nem lógnak ki a gödörből. Az alját is ágakkal borítjuk, majd tüzet gyújtunk benne. Igen gazdaságos, és a hővesztesége is minimális, ezért fában szegény helyeken célszerű alkalmazni. A polinéz tűz másik előnye, hogy gyorsan, akár egy lemezzel (deszkával) lefedve is elrejtethető, valamint főzésre is alkalmas.

**Dakota tűz:** Ezt a tüzet domboldalba, lejtőre kell építeni. Lényege egy hosszú alagút, amelyben a tűz ég. A tűz fölött egy lyuk van ásva, amire a bográcsot rakjuk. Főzéshez ez a legalkalmasabb.



**Szolgálás tűz:** A szolgálákra a bográcsot akasztjuk fel. A három módszer használata attól függ, hogy mekkora bográcsot akarsz használni, milyen sokáig akarsz főzni, illetve hogy milyen botokat találsz. A három szolgálás tűzhez célszerű a három rudat összeerősíteni. Ehhez jó, ha van nálad egy méteres lánc két kampóval a végén.

## TESTEDZÉS

**Gyakorlatok:** Bemutatsz 2 népi csoportjátékot és 3 kötéljátékot.

### Csülkőzés (népi botjáték)

Pásztori eredetű, lényegében országszerte ismert népi játék a *csülkőzés*. A pásztornak meg kellett védenie állatait a farkasoktól; ugyanígy őrzi a játékban a csósz a felállított „csülköt” és az eldobott botokat. A „csülök” általában egy fahasáb vagy vékonyabb tuskó. Ettől bizonyos távolságra húznak egy vonalat, amely mögé állnak a játékosok. Mindenkinek van egy kb. egy méter hosszú botja. A csószt gyakran botrúgással sorsolják ki (lásd a Népdaloknál a kisorsolók között). Ő odaáll nem messze a csülöktől. A többiek a vonal mögül egymás után eldobják botjaikat. A cél az, hogy a csülköt feldöntsék. Akinek nem sikerül, félreáll, és figyeli a többiek dobásait. Amikor valamelyik játészó eltalálja a csülköt, mindenki, aki már eldobta a botját, szalad érte. A csósz igyekszik az eldólt fát minél gyorsabban felállítani, majd a futó játékosok közül valakit megérinteni a botjával, mielőtt az visszaérne a vonal mögé. Ha sikerül valakit elérnie, cserél vele, ha nem, ő marad a csósz. Akkor sem cserélhet, ha a felállított csülök ismét eldől. A soron következő játékos kezdi megint a botdobálást. Előfordul, hogy senki nem találja el a csülköt; ekkor is kifutnak, de ez a csósznek kedvez, mert nem kell vesződni a csülökállítással. A játékban mindenki arra törekszik, hogy a csószsége elkerülje, illetve minél hamarabb megszabaduljon tőle.

### Adj király katonát!

Két, egyenlő számú csapat áll egymással szemben, a tagok egymás kezét fogva hosszú láncot alkotnak.

Az egyik csoport kezdi:

- Adj király katonát!
- Nem adok!
- Ha nem, akkor szakítunk!
- Szakíts, ha bírsz!

Ekkor az egyik csapattag átfut, és megpróbálja a láncot átszakítani. Ha sikerül, akkor onnan, ahol átszakította a láncot, az egyik tagot magával viszi. Ha nem sikerült szakítania, akkor ő marad odaát. Az a csoport veszít, ahol csak ketten maradnak.

### Farkas és liba

A gazdasszony áll az egyik oldalon, a libák a másikon, a farkas pedig oldalt.

A gazdasszony kezdi:

- |                           |                   |
|---------------------------|-------------------|
| - Gyertek haza libuskáim! | - Nem jövünk!     |
| - Miért nem?              | - Mert félünk!    |
| - Mitől féltetek?         | - A farkastól!    |
| - Hol a farkas?           | - A bokorban.     |
| - Mit csinál?             | - Mosakszik.      |
| - Miben mosakszik?        | - Aranytálban.    |
| - Mibe törülközik?        | - A cica farkába. |
| - Akkor gyertek gyorsan.  |                   |

Erre a libák átfutnak a gazdasszonyhoz, a farkas pedig megpróbálja elkapni őket. Akit elkapott, az beáll farkasnak.

### Enyém a vár, tiéd a lekvár

Az egyik csoport fent van egy dombon, a másik pedig fel akar jutni a dombra. A csata ezzel a kiáltással indul: „Enyém a vár, tiéd a lekvár.” Az alsók megpróbálnak feljutni, a fentiek megpróbálják őket visszatartani. Aki felért, azt már nem lehet ledobni.

## Hátulsó pár, előre fuss!

A párok felállnak egymás mögött egy sorban. A fogó (cica) előttük áll, hátat fordítva nekik. Amikor elkiáltja magát: „Hátulsó pár előre fuss!”, a leghátsó pár elengedi egymás kezét, és kétoldalt a párok mellett előre fut, és megpróbál a cica előtt újra kezét fogni. A cica pedig el akarja kapni valamelyiket. Akit elkap, az lesz a cica.

## Tyúk és héja

A játéknak két főszereplője van. A tyúk mögé a gyerekek, mint a csibék, szorosan egy sorba beállnak, erősen fogva az előtte lévő derekát. A héja a tyúk előtt áll, és el akar kapni egy csibét. A mondóka hozzá:

- |                            |                         |
|----------------------------|-------------------------|
| - Mit csinálsz, héja?      | - Tüzet rakok!          |
| - Minek a tűz?             | - Vizet forralni!       |
| - Minek a víz?             | - Csirkét kopasztani!   |
| - Kiéből?                  | - Tiédből!              |
| - Anya vagyok, nem hagyom! | - Héja vagyok, elkapom! |

Ezután a héja megpróbálja megkerülni a tyúkot, és az utolsó csirkét elkapni. A tyúk védi őket, és a csirkék is úgy tekeregnek, hogy ne kapja el őket.

## Lipem, lopom

Az egyik gyerek a csősz és a kör közepén fekszik, mintha aludna. A többi mondja:

*„Lopom az úr szőlőjét,  
várom a kerülőjét.  
Ha jön, szaladok,  
ha nem jön, maradok!”*

Erre a csősz felugrik, és megpróbál elkapni valakit. Akit elkapott, az lesz a csősz.

## Cserkészjátékok

### Dongó

Hárman játsszák. Az egyik áll középen, sapkával a fején. A másik kettő pedig mellette. Nekik kell megpróbálniuk lecsapni a dongó fejről a sapkát, de csak akkor üthetnek, ha a dongó hozzájuk ért.

### Angol bulldog

Egyvalaki az angol bulldog, a többiek a pálya másik oldalán állnak. Amikor a bulldog elkiáltja magát: „Ki fél az angol bulldogtól?”, akkor a többi megpróbál átjutni a túloldalra anélkül, hogy a bulldog elkapná. A bulldognak azt, akit elkapott, fel kell emelnie, és azt mondani: „Egy, kettő, három, angol bulldog”. Ekkor van meg az áldozat. Ha közben leért a lába, nem érvényes. Ő is bulldog lesz, és most már ketten foghatnak meg egyvalakit.

### Kötéljátékok

Cserkész táborban mindig van kéznél kötél.

### Kötélhúzás

A kötél két végén feláll a két csapat, és megpróbálja áthúzni a másikat a vonalon. A kötélhúzást persze többen is játszhatják, de ne legyen belőle tömegjáték. (Mert akkor balesetveszélyes.)

### Kötélhúzás rönkön

Ezt ketten játsszák. Lényege, hogy felállnak egy rönkre (székre), és úgy húzzák. Persze aki nagyon húzza, miközben a másik engedi a kötelet, az is leeshet. Egy hosszú bottal is lehet játszani.

## Kötélugrás

Ketten forgatnak egy kötelet, amit a többieknek át kell ugraniuk. Nehezítésként lehet különböző változatokat alkalmazni: többen egyszerre ugranak, ugrás közben futni kell, vagy versikét mondani, vagy ki-be kell futni a forgó kötélbe. Ha kevesen vagytok, akkor a kötél végét oda lehet kötni egy fához vagy kerítéshez, és akkor egyvalaki tudja forgatni. Ehhez a játékhoz ne a legjobb kötelet használjátok, mert a kötél mindig kopik, amikor a földhöz ér.

## Kötélugrás cserkész módra

Alkottok egy nagy kört, egyvalaki a kör közepébe áll és egy kötelet forgat körbe. A kötél végére kell kötni egy nagy csomót, vagy egy kitömött zsákot. Vezényszóra mindenkinek be kell lépnie a körbe és a kötelet átugornia. Akinek a lábát elcsapja a kötél, az kiesik. A nehézség ebben az, hogy kell valaki, aki a kötelet szépen, egyenletesen a föld fölött tudja forgatni anélkül, hogy elszédüljön.

## Kötélkövetés

Bekötött szemmel kell egy olyan kötelet követni, amely végig van vezetve árkon-bokron keresztül, több fa körül is.

*Ügyesség: Tudod mi a cserkészmenetelés, és alkalmazod.*

## Cserkészmenet

Ha gyorsan akartok haladni, akkor használjátok a cserkészmenetet. BiPi ezt a bennszülöttektől tanulta. Ez 30 lépés menet, 30 lépés futva, felváltva. Kezdd el 10 lépés futással, utána 10 lépés menettel. Aztán 20 lépést futsz, és 20 lépést menettel. Ezt így növelj addig, amíg jól bírod. Lehet, hogy 50 lépést is bírsz futni, sőt, ha egy kicsit edzett vagy, akkor meg sem akarsz állni. A cserkészmenet előnye az, hogy nem fáradsz el annyira, és amikor megérkezel, rögtön tudod teljesíteni a feladatodat. Pl.: elsősegélynyújtás esetén.

*Kitartás: Tudsz 6 percet futni (vagy 300 métert úszni, vagy 10 km-t kerékpározni).*

## Testedzési teljesítmények táblázata

	Futás	Úszás	Kerékpározás
<b>Táborverő (11-12 éves):</b>			
Piros szalag próba	3 perc	50 m	4 km
Fehér szalag próba	4 perc	100 m	6 km
Zöld szalag próba	5 perc	200 m	8 km
Légy résen próba	6 perc	300 m	10 km



**13-14 éves cserkészeknek, első félév**

**Fontos tudnivaló**

- Egy nagy utazótól megkérdezték, hogy életében hányszor veszett el: „Sokszor előfordult, hogy nem ott voltam ahol lenni akartam lenni, de elveszni, soha”.
- A térképészet az egyik leghasznosabb dolog, amit egy életre megtanulhatsz.
- Ha valamikor kételkedsz, hogy a térképnek van-e igaza vagy neked: bízz a térképben!

**Kötelező tevékenységek és feladatok:**

Jellem: Az őrsvallás legalább egy közhasznú feladatot (pl. csapatotthon-takarítás).  
 Segítesz a kiscserkészeknek (uzsonna, rendrakás).

**Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:**

Magyarság: Tanulj meg 5 nyelvtörő mondókát és szójátékot.  
 Becslés: Napóra készítése és bemérése.

**PRÓBÁZTATÁSI ANYAG**

**Cserkészismeret**

Cserkész történelem	Tudod, ki volt Gróf Teleki Pál, és mi a hagyatéka.	6	
Cserkészszolgálat	Tudod, hogy mi a cserkészszolgálat, és őrsőddel cserkészszolgálatot tettél.	2	

**Vallás**

Keresztelés	Tudod, hogy mit jelent, és mi a célja a keresztelésnek.	4	
-------------	---	---	--

**Jellemnevelés**

Dohányzás és alkohol	Részt vettél cigarettáról és alkoholról szóló vitán. (cserkész törvény, tábori szabályok összefüggésében)	4	
----------------------	---	---	--

**Magyarságismeret**

Népdal	Ismersz 30 népdalt, és kérésre el tudod énekelni	10	
5 híres magyar	Ismersz 5 híres magyar személyt, és mesélni tudsz róla (pl. feltaláló, utazó, művész, egyéb...).	10	
Történelem 1301-	Anjou-dinasztia: Károly Róbert és Nagy Lajos	4	
Földrajz	Alföld: jellegzetességei, főbb városai, stb.	10	

**Elsősegély**

Baleset megelőzése	Tudsz 3 példát mondani a baleset elkerüléséhez.	6	
--------------------	---	---	--



## Természetismeret

Felhők és jelentésük	Ismersz 4 felhőfajtát, és hogy mit jelentenek. (bárány-, réteg-, fátyol- és viharfelhő)	8	
Időjárás	Ismered a helyi időjárási viszonyokat.	4	
Időjósítások	Ismersz népi időjósításokat (4 db).	4	

## Csomózás

Egy mentőcsomó	Egy mentőcsomót biztosan meg tudsz kötni.	4	
Fáramászás hurokkal	Tudsz hurok segítségével fára mászni.	4	

## Jeladás

Titkosírások	4 titkosírás: (pl. betűcsere, tükörírás, 5 x 5 kocka, könyvkód).	4	
	Titkosírás citrommal.	2	

## Tájékozódás

Még 10 térképjel	Ismered, és térképen megmutatod: vezeték, híd, mocsár, hegycsúcs, egyes fák, sziklák, határok, forrás, barlang, temető.	10	
Magassági szintvonalak	Tudod, hogy mit jelentenek, értelmüket és távolságukat.	4	
Térképolvasás	Eltalálsz a célba helyrajzi térkép segítségével.	10	

## Becslés

Idő	1 perc hosszát megbecsülöd.	5	
	Nap állásából megbecsülöd, hogy hány óra van.	5	

## Táborozás, szerszámok

Szerszámtartó	Építész egy tábori szerszámtartót.	6	
Balta karbantartása	Megélesítesz egy baltát, laza fejét javítani tudod.	4	
Fűrész karbantartása	Rossz fűrészlapot kicserélsz és bezsírozol.	2	

## Tűzrakás, főzés és sütés

Sütés fóliában	Paraszt készítesz, és fóliában sütsz benne.	8	
----------------	---	---	--


## Testedzés

Gyakorlatok	Bemutatsz 3 erőgyakorlatot.	3	
Kitartás	Tudsz 7 percet futni (vagy 400 métert úszni, vagy 12 km-t kerékpározni).	10	

Elért pontszám a próbáztató aláírásával: .....	153	
--	-----	--

## CSERKÉSZISMERET

**Cserkész történelem: Tudod, ki volt Gróf Teleki Pál, és mi a hagyatéka.**

	<p><b>Teleki Pál</b>, gróf széki (1879-1941)</p> <p>Földrajztudós, író, egyetemi tanár, politikus, kétszer miniszterelnök, és több alkalommal miniszter, 1922-től egy évig Magyarország első főcserkésze, majd örökös tiszteletbeli főcserkésze. Nemzetnevelő. A 1933-ban rendezett gödöllői IV. világdjamboree szervezője és parancsnoka. A Nemzetközi Cserkész Komitét tagja. Kezdeményezte a magyar cserkészpróbarendszer felújítását 1940-ben, mely a Bibliára és a magyar kultúrára épülő próbarendszer volt, amit Teleki-hagyatékknak hívunk. Ez a mai napig meghatározza a magyar cserkészet lényegét, ami páratlan a világcserkészetben.</p>
--	--

**Cserkészszolgálat:** Tudod, hogy mi a cserkészszolgálat, és őrsőddel cserkészszolgálatot tettél.

### Cserkészszolgálat:

Tegyetek szolgálatot azzal, hogy másoknak segítetek (pl. egy öregotthonban, vagy tartjátok a zászlót a nemzeti ünnepen). Fontos, hogy az egész órs részt vegyen a szolgálatban.

## VALLÁS

**Keresztelés:** Tudod, hogy mit jelent, és mi a célja a keresztelésnek.

**Keresztelés:** Az elején felnőtteket kereszteltek meg folyóvízben. Ez a megtisztulás jele volt. Később igyekeztek minél kisebb csecsemőket keresztelni, hogy meg legyenek védve a gonosztól, másrészt mivel sok gyerek meghalt, azért is, hogy a lelkük ne vesszen el. A kereszteléssel válik az ember kereszténnyé. Ez a feltétele annak, hogy a keresztény egyházba felvegyenek.

## JELLEMNEVELÉS

**Dohányzás és alkohol:** Részt vettél cigarettáról és alkoholról szóló vitán (cserkész törvény, tábori szabályok összefüggésében)

### Részvétel a cserkészies életmódról szóló vitákon

Az élet sok izgalmas élményt tartogat az emberek számára. Idősödve te is találkozni fogsz különféle kísértésekkel és kihívásokkal. Az első hatot lehet nevezni drognak is, mert függővé tesz, ha nem vagy óvatos. A függőség pedig hamar megtörheti életakarodat. A pénz, szerelem, barátság szintén olyan dolgok, amelyek mélyen meghatározzák életünket. Vegyél részt a cserkészetben a vitakörön, ahol ezekről tudtok beszélni. De ne feledd el, hogy nem mindig a leghangosabbnak van igaza. Ha bizonytalan vagy, kérdezz meg egy felnőttet, akit bízol. Ez lehet a csapatparancsnok, egy tanár, a szüleid vagy az edződ.

**Cigaretta**  
**TV, videó**  
**Pénz**

**Alkohol**  
**Mobiltelefon, internet, számítógépes játékok**  
**Szerelem**

**Kábítószer**  
**Szerencsejátékok**  
**Barátság**

Sajnos sok fiatal, sőt, számos felnőtt ember sem veszi észre, hogy az élet egy egyirányú utca. Visszafelé kihátrálni nem lehet semmiből sem, csak esetleg oldalra kiszabadulni. De ami megtörtént, azt már nem lehet visszafordítani.

Mindez érvényes a kábítószer-fogyasztásra is. Aki beleesik ebbe a szenvedélybe, az más-képpen fog onnan kijönni, mint ahogy belekerült. Nemcsak egészsége megy tönkre, hanem személyisége is megváltozik, és ezzel egyidőben környezetére is káros hatást gyakorol. Ráadásul aki fiatalon kezd, annak teste és elméje, amely még fiatal és érzékeny, nem fog teljesen kifejlődni, visszamarad, és sokszor tanulmányait sem képes befejezni. Az így kialakult hiányosságok miatt nem lesz képes önálló, boldog életet élni.

Amíg régebben megvetették és kiközösítették az ilyen embert, addig a mai társadalom nagyon megértő velük szemben, és sok mindenben próbál segíteni azokon, akik magukat bajba sodorták. Sokan nem érzik, és nem veszik komolyan a rájuk leselkedő veszélyt, ezért könnyelműen és felelőtlenül cselekednek. Hisz látszólag minden rendben van. A legtöbb ember, akinek problémája van az alkohollal vagy a drogokkal, még saját magának sem vallja ezt be.

Ezért igyekezz a jó úton járni! A cserkésztvörvények ebben is segítenek neked.

### **Cserkészies életmód - Beszélgetések (alkohol, dohány)**

Ezekről a témákról beszéljétek az órsben. Legjobb, ha van veletek egy felelős felnőtt is, aki kiismeri magát ezekben a témában (szakember, orvos stb.)

#### **a) Alkohol**

***Beszéljétek meg, hogyan kell visszautasítani a szeszes italt, és hogyan lehetsz akkor is „menő és laza”, ha nem iszol.***

Cserkészfoglalkozásokon, kirándulásokon, táborokban nincs helye az alkoholnak. Cserkészfoglalkozásra nem hozunk, és ott nem fogyasztunk szeszesitalt. Az alkoholtilalom a vezetőkre és a résztvevő felnőttekre hangsúlyosan is érvényes, hiszen példát kell mutatniuk.

A kábítószereket a közerkölcs elutasítja, az alkoholt nem. Pedig az alkohol is nagyon káros és veszélyes! A májkárosító hatása a legsúlyosabb gond. Van, aki hajlamos az alkoholizmusra, van, aki nem. Mindenki azt hiszi magáról, hogy a második csoportba tartozik. Sajnos, ez csak utólag derül ki. Én inkább nem próbálom ki, hogy melyik táborba tartozom. Javasolom, te se tedd!

Mivel az alkohol hatása alatt az emberek felszabadulnak gátlásaik alól, ezért sikeresebbeknek, viccesebbeknek és bátrabbaknak tűnnek a csoportban. De ha az emberek túl sokat isznak, az alkohol bejut a véráramba, és azon keresztül az agyba kerül. Ott lelassítja a reakcióidőt, ami abban nyilvánul meg, hogy kevésbé koordinálttá válik az ember mozgása, rosszabb lesz a látása, és még viszonylag kisebb alkoholmenyiség elfogyasztása is homályos gondolkodáshoz és a rossz döntésekhez vezet.

Folyamatosan nagy mennyiségű alkohol fogyasztása tönkreteszi a májat, az idegrendszert, a szívet, az agyat, magas vérnyomást, szexuális problémákat (pl. impotencia), daganatos megbetegedéseket okoz. Az alkoholtól függő ember agresszív lesz, tönkreteszi a környezete életét is, elszigetelődik a társadalomtól, nem tudja elvégezni a munkáját, feladatait, és gyakran összeütközésbe kerül a törvénnyel. Sok alkoholbeteg szenved elvonási tünetektől, ha hirtelen abbahagyja az ivást. Ilyen tünet lehet a remegés, hallucináció, tudatzavar, izzadás, rohamok, szorongás. Ha az alkoholtól való függés egyszer kialakult, nagyon nehéz külső se-



**5 híres magyar:** *Ismersz 5 híres magyar személyt, és mesélni tudsz róla (pl. feltaláló, utazó, művész, egyéb...).*

## **HÍRES MAGYAROK** (utazók, feltalálók, sportolók)

### **Utazók**

#### **gróf Teleki Sámuel (1845-1915)**

Magyar felfedező, a Kenya északi részébe indult első európai expedíció vezetője. Ő fedezte fel és nevezte el (Rudolf trónörököséről) a Rudolf-tavat és (Rudolf feleségéről, Stefánia belga hercegnőről) a Stefánia-tavat, megmászta a Kilimandzsárót.

#### **Kőrösi Csoma Sándor (1784-1842)**

Saját szavaival: székely-magyar Erdélyből származott, nyelvtudós, könyvtáros, a tibetológia megalapítója, a tibeti-angol szótár megalkotója, a magyar őshaza kutatója. Példamutató munkássága, kitartása követendő mindannyiunk számára.

#### **Juliánus barát (13. század)**

Magyar Domonkos-rendi szerzetes volt, aki két utazást tett, hogy megkeresse a magyarok őshazáját keleten. Juliánus barát volt az első, aki hiteles tudósításokkal látta el a Szentszék (a pápát) és közvetve a nyugat-európai uralkodókat a mongol készülődésről.

#### **Magyar László (1818-1864)**

Földrajzi felfedező, eljutott Brazíliába is. Különböző hajókon szolgálva bejárta a Karib-tengert; főleg rabszolgaszállító hajókon szolgált Madagaszkártól a Kelet-Indiai-szigeteken keresztül Havannáig. 1845-ben La Plata állam flottahadnagya lett a La Plata és Uruguay közti háborúban. Dél-Amerika belsejébe tervezett felfedezőutat, melyhez a Magyar Tudós Társaságtól kért anyagi támogatást. Mivel ezt nem kapta meg, Dél-Amerika helyett Afrikát vette célba.

#### **Szentmártonyi Ignác (1718-1793)**

Jezsuita matematikatanár, geodéta, csillagász.

Brazíliába ment, hogy csillagászati helymeghatározásokat végezzen a spanyol és portugál birtokok vitatott határainak rögzítésére. Titkos levéltárban őrzik a munkáját.

#### **Xantus János (1825-1894)**

Természettudós, utazó, néprajzkutató, a Magyar Tudományos Akadémia levelező tagja. Nővény- és állattani kollekciónak jelentősen gazdagította a Magyar Nemzeti Múzeum gyűjteményét, ő volt a pesti állatkert és a Magyar Nemzeti Múzeum Néprajzi Osztályának első igazgatója, négy kalandos útikönyv és több mint kétszáz ismeretterjesztő írás szerzője.

### **Feltalálók**

#### **Jedlik Ányos (1800-1895)**

Természettudós, feltaláló, bencés szerzetes, kiváló oktató. Az első elektromotor megalkotója, az öngerjesztés elve, a dinamóelv első leírása és a szódavíz is az ő nevéhez fűződik.

#### **Irinyi János (1817-1895)**

Vegyész, a zajtalan és robbanásmentes gyufa feltalálója.

#### **Semmelweis Ignác (1818-1865)**

Orvos, az „anyák megmentője”: a gyermekágyi láz elleni gyógymód feltalálója és elterjesztője. A lelkiismeretesség, a kötelességtudás és az önzetlenség mintaképe.

**Szent-Györgyi Albert (1893-1986)**

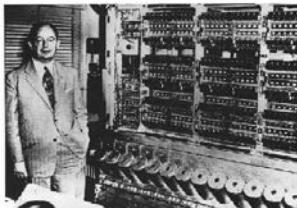
Orvos, biokémikus. A 30-as években izolálta a C-vitamint és 1936-ban a P-vitamint. Munkásságáért Nobel-díjat kapott.

**Bíró László József (1899-1985)**

A golyóstoll feltalálója, azonkívül kb. 100 találmánya kapott szabadalmat, pl. a golyós dezodor.

**Neumann János (1903-1957)**

A kvantummechanika professzora, számítógép-tervező, a BASIC-programnyelv kidolgozója.



*Bíró-golyóstoll, Irinyi gyufája és Neumann számítógépe*

**Sportolók****Balczó András (1938)**

Magyar olimpiai bajnok, az öttusa sport történetének legnagyobb alakja, a Nemzet Sportolója. (öttusa= lovaglás, vívás, lövészet, úszás és terepfutás).

**Egerszegi Krisztina (1974)**

Ötszörös olimpiai bajnok, többszörös Európa- és világbajnok magyar úszó.

**Gerevich Aladár (1910-1991)**

Hétszeres olimpiai aranyérmes, harmincnégyszeres magyar bajnok vívó.

**Hajós Alfréd (1878-1955)**

Magyar építészmérnök, gyorsúszó, labdarúgó, labdarúgó-játékvezető, újságíró, a magyar labdarúgó-válogatott volt szövetségi kapitánya, az első magyar olimpiai bajnok (1895-ben 100 méter gyorson), örökös magyar bajnok.

**Papp László (1926-2003)**

Olimpiai bajnok magyar ökölvívó, edző, sportvezető. Magyarország és a világ egyik leghíresebb ökölvívója, aki 1948-ban a londoni, 1952-ben a helsinki és 1956-ban melbourne-i olimpián nyert aranyérmes.

**Magyar Zoltán (1953-)**

Kétszeres olimpiai bajnok tornász, sportvezető, állatorvos. Pályafutása alatt lólengésben három világ-, három Európa-bajnoki aranyérmes nyert.

**Történelem 1301- : Anjou-dinasztia – Károly Róbert és Nagy Lajos**

**Az Árpád-házi magyar királyi ág 1301 elején, III. András** (Endre) halálával megszűnt, utána más ágakról kerültek királyok a magyar nemzet élére.

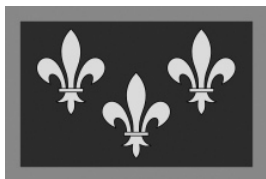
**Anjou-ház:** a Franciaország északnyugati részén elterülő Anjou tartományt birtokló család elnevezése. A magyar Anjou-ház (1301–1399) a harmadik Anjou-házból származott. Az Árpád–Anjou ház házasság keretében jött létre.

## (I.) Károly Róbert (1288–1342) néven ismert magyar király

Háromszor lett megkoronázva. Ő volt a magyar Anjou-ház alapítója. Letörte az addig uralkodó nagyurak hatalmát, nem földet ajándékozott a hűségért, hanem tisztséget. Gazdasági intézkedésekkel megtöltötte a kincstárat. Sok adót szedett be. Beindította az aranybányászatot, ezüst- és aranypénzt veretett, fellendítette a kereskedelmet. Elősegítette az írás tanítását. Egyházpolitikája is a rendek gyarapodását segítette elő. Létrehozta a banderális (zászlós) hadseregeket. Békés politikát folytatott, kivéve Ausztriával. Erős országot hagyott a fiára.

## (I.) Nagy Lajos (1326–1382) Magyarország Anjou-házi királya

Uralkodása a középkori Magyar Királyság egyik fénykora. Az ország belső békéje és dinasztikus kapcsolatai lehetővé tették a társadalom, a gazdaság és a kultúra fejlődését. Aktív külpolitikája és hadjáratai révén pedig Magyarország európai nagyhatalommá vált. A lovagkirályt személyes tulajdonságai és dicsőséges hadjáratai tették híres, nagy királyunkká. Lajos uralkodását végigkísérték a hadjáratok, amelyekben személyesen is jeleskedett: neki írta Káldi Márk a Képes Krónikát, benne a magyarok és a hunok történetével. Nem sokkal halála előtt állítólag egy üstökös jelent meg az égbolton, mely a középkori emberek szerint a világ közelgő végét jelezte.



Anjou-liliomok



Nagy Lajos címere



Képes Krónika

**Földrajz:** Alföld – jellegzetességei, főbb városai stb.

### Alföld

Az Alföld (vagy régebben Nagy-Magyar-Alföld) az eurázsiai sztyeppevidék legnyugatabbi területe. Kiterjedése kb. 100 000 km<sup>2</sup>. Területe 5 országra terjed ki. A terület szinte tökéletes síkság, a szintkülönbségek elenyészőek.

A felszint a folyók munkája alakította. Löss és homok borítja. Itt található a Kárpát-medence legmélyebben fekvő pontja. Ásványkincsekben ugyan szegény, de hévizekben gazdag az Alföld.

Nemcsak a vidék, de az éghajlat és a talaj is különleges. A Tisza szabályozása előtt (1850 körül) mocsaras árterület volt (mely a legeltetésnek kedvezett). Manapság a földművelés meghatározó.

Az Alföld tájai: Tiszántúl, Duna-Tisza köze, Mezőföld

Az Alföld vizei: a Tisza és mellékfolyói: Szamos, Berettyó, Zagyva, Maros, Körös folyók, Bodrog, Sajó. Jelentős csatornahálózat van és több víztározója, köztük a Tisza-tó.

Az Alföld települései: Ha Magyarországra gondolunk, sokszor az apró, „tipikus” magyar falvak jelennek meg a szemünk előtt. Manapság az Alföldön azonban a mezővárosok, falvak, tanyák jellemzők, továbbá itt-ott nagyobb ipari telepekkel és nagyobb városokkal is találkozunk.

Az Alföld népessége: már a magyarok betelepülésével egy időben (890-es évektől) hamar belakták ezt a területet. A középkorban betelepültek a kunok és a jászok, valamint később

más nemzetiségek is (németek, szlovákok, cigányok, horvátok, románok, ukránok, szerbek, szlovének, zsidók).

Az Alföld nevezetességei: a Hortobágy-puszta és Bugac – a gémeskutakkal, csikósokkal, vásárokkal. Továbbá Debrecen, Szeged, Ópusztaszer és a híres gyógyfürdők. Az Alföld és a Bükk találkozásánál terül el a Matyóföld.

Főbb városai: Békéscsaba, Debrecen, Hódmezővásárhely, Kecskemét, Nyíregyháza, Szeged, Szolnok

Főbb termékei az állattartásból és mezőgazdaságból: gabonanövények, kalocsai és szegedi paprika, makói hagyma, kecskeméti barack, görögdinnye, a kalocsai hímzés, a kiskunhalasi csipke és a kecskeméti fűtyülő barackpálinka, és innen származik a hazai kóolaj- és földgázkészlet 90%-a.

Egyéb: Az Alföldet számos itt született magyar író és költő örökítette meg alkotásaiban, a leghíresebbek Petőfi Sándor, Arany János, Juhász Gyula, Móra Ferenc és Móricz Zsigmond. Az Alföld egyéb neves szülöttei közé tartozik Bay Zoltán fizikus, Irinyi János vegyész, a zajtalan gyufa feltalálója, valamint Korányi Frigyes orvos.



*Az Alföld*



*Gémeskút*

## **ELSŐSEGÉLY**

**Baleset megelőzése:** Tudsz 3 példát mondani a baleset elkerüléséhez.

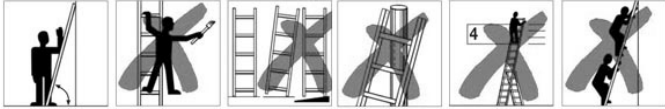
### **Baleset-megelőzés**

Sok baleset azért történik, mert figyelmetlenek és könnyelműek vagyunk. Ezeket meg lehet előzni egy kis körültekintéssel és előrelátással.

Mindig apróságokon és az eszközeink rendeltetésszerű használatán múlik a baleset elkerülése.

Főzés	<ul style="list-style-type: none"><li>- Forró vizes fazék nyelét fordítsd a fal felé.</li><li>- Ne tolongj a tűzhely körül.</li><li>- A késekkel vigyázz, és használat után rakd el.</li><li>- A konzerves doboz széléivel vigyázz, mert élesek.</li></ul>
Házban	<ul style="list-style-type: none"><li>- Háztartási tisztítószereket eredeti üvegekben kell tárolni, ahol gyerek nem férhet hozzá.</li><li>- A konnektorok és kábelek legyenek jó állapotban.</li></ul>
Szerszámok	<ul style="list-style-type: none"><li>- Arra használd a szerszámot, amire szánták, és ne másra.</li><li>- Használat után rakd a helyére, és ne hagyd szanaszét.</li><li>- A tompa vagy túlzottan éles szerszámok veszélyesek.</li></ul>



Létrák	<p>- Létrát úgy állíts fel, hogy ne billegjen, illetve fogja valaki.</p>  <p>- Forgószerkekre ne állj rá, mert ledob magárod.</p>
Erdőben	<p>- Ágakra és tönkökre ne lépj, mert ha zizesek, csúsznak, mint a jég.  - Hosszú nadrágot és hosszú ujjú inget viselj a rovarok és tüskék ellen.  - Ha megy valaki előtted, vigyázz a visszacsapódó ágakra.  - Kiszáradt fákra ne mász fel.  - Kötélhíd, kötélpálya alól takarítsd el a tuskókat és más veszélyes ágakat, vagy építsd meg máshol.  - Ismerd meg a helyi állatvilágot, és hogy hogyan kell viselkedni, ha találkozol velük (medvék, kígyók stb.).</p>
Utcán	<p>- Ha nincs járda, akkor az út bal oldalán menj, a forgalommal szemben. (Ez persze Angliában és Ausztráliában nem érvényes, ott jobb oldalt kell menni.)  - Ne használj fülhallgatót, mert nem hallod, ha hátulról jön valami.  - Mielőtt kilépsz az utcára, nézz körül, hogy nem jön-e valami.  - Éjjel és esőben világító vagy fehér ruhát viselj, illetve használj zseblámpát.</p>
Nehéz tárgyak	<p>- Nehéz tárgyakat ne emelj egyedül. Mindig ketten emeljétek.  - Ha a földről emelsz, akkor ne derékból hajolj le, hanem hajlítsd be a térdedet.  - Ha nehéz rönköket emeltek, vigyázzatok arra, hogy ne essen rátok.</p>
Játékok	<p>- Játékhoz sportcipőt használjatok. Mezítláb vagy szandálban könnyen megsérülhet a köröm a lábujjaidon.  - Kinti játékoknál ügyeljetez arra, hogy ne legyen a közelben sziklás terület, szakadék vagy forgalmas utca.</p>

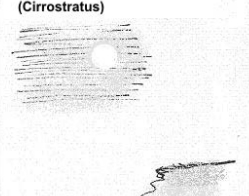
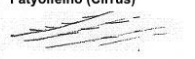
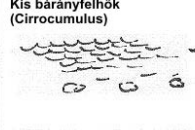

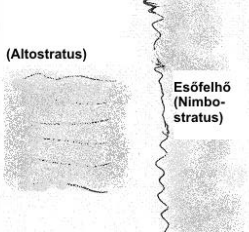

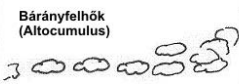
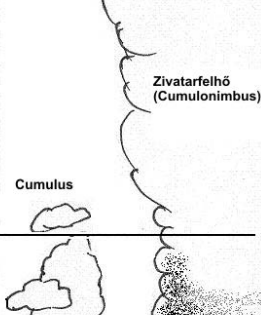
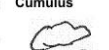
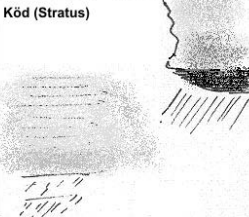
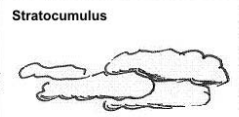


## TERMÉSZETISMERET

**Felhők és jelentésük:** Ismersz 4 felhőfajtát, és hogy mit jelentenek (bárány-, réteg-, fátyol- és viharfelhő).

### Időjárás (Felhők és népi időjóslás)

#### Felhők

A felhőket ismerve könnyen meg tudod mondani magad is, hogy milyen idő várható, és felkészülhetsz a várható időjárásra, nem csak akkor szembesülsz például az esővel, ha már zuhog az esőfelhőből.

	Réteges felhők (Stratus)	Átmeneti felhők	Gomolyfelhők (Cumulus)
magas 5-13 km	(Cirrostratus) 	Fátyolfelhő (Cirrus)  Kis báránycumulus (Cirrocumulus) 	
közepes 2-7 km	(Altostratus)  Esőfelhő (Nimbostratus) 	Báránycumulus (Alto cumulus) 	Zivatarfelhő (Cumulonimbus)  Cumulus 
alacsony 0-3 km	Köd (Stratus) 	Stratocumulus 	 

**Magas szintű felhők 6000 méter fölött – jégtartalmuk miatt a cirrus előtagot kapják:**

#### Cirrostratus

- Fátyolfelhő, összefüggő, áttetsző fátyolt alkot a Nap (Hold) előtt.
- Csapadékot nem ad, jó idő várható.

#### Cirrus

- Pehelyfelhő, különálló felhők az égen.
- Csapadékot nem ad, jó idő várható.

#### Cirrocumulus

- Báránycumulus
- Csapadékot nem ad, jó idő várható.

**Középmagas szintű felhők 2000-6000 méter között – alto előtagot kap a nevük**

#### Altostratus

- Lepelfelhő
- Egyenletes szürke felhőtakaró.
- A Nap vagy Hold épphoggy áttetszik rajta.
- Csapadékot alig ad, esetleg csendes eső vagy szálingózó hó esik belőle.

#### Alto cumulus

- Párnafelhő
- Lapos gomolyok.
- Csapadékot nem ad.

#### Cumulus

- Gomolyfelhő, karfiol formájú külön felhők.
- Jó idő várható, ha estére szétoszlanak.
- Ha elkezdnek tornyosulni vagy összefüggő takarót képeznek, akkor rossz idő várható.

## Alacsony szintű felhők 3000 méter alatt

### Stratus

- Rétegfelhő
- Egyenletes, zárt felhőtakaró, köd.
- Változó idő várható.

### Stratocumulus

- Alacsony gomolyfelhők.

## Nagy kiterjedésű felhők – esőfelhők

### Nimbostratus

- Esőfelhő
- Nagy, függőleges kiterjedése van.
- Besötétíti a Napot.
- Hosszú, több napos esőt hoz.

### Cumulonimbus

- Zivatarfelhő (viharfelhő)
- Nagy, függőleges kiterjedése van.
- Alul egyenes, fölül elhúzódik, mint egy üllő.
- Záport, zivatart, jégesőt, felhőszakadást hoz.

**Időjárás:** Ismered a helyi időjárási viszonyokat.

Vázoljátok le, hogy milyenek a helyi időjárás viszonyai, pl. uralkodó szél iránya, mennyire ingadozik a hőmérséklet egy hétfégi kirándulás alatt tavasszal és ősszel, szélsőséges időjárási jelenségek (hőség, aszály, hóviharak, hurrikán, tornádó) stb.

**Időjóslások:** Ismersz népi időjóslásokat (4 db).

### Népi időjóslás

A népi időjóslás nem valami babona, hanem sok száz évi tapasztalat és megfigyelés eredménye. Olyan emberektől, akik az egész életüket kint töltötték a mezőkön, és ráértek megfigyelni a természet szabályait. Ezért ezek a jóslások inkább egy-egy vidékre vagy országra vonatkoznak, és nem az egész világon érvényesek. Keress te is helyi időjóslásokat! Jeles napokhoz is kötődnek ilyen jóslatok. Néhány példa erre:

### Újév napja:

Ha újév napján csillagos az ég, rövid lesz a tél, ha piros a hajnal, szeles lesz az esztendő.

### Február 2. Gyertyaszentelő:

„Ha fénylik gyertyaszentelő, az íziket vedd elő!” (ízik = szalmatörök)

Ha süt a nap és a medve vagy a borz meglátja árnyékát, akkor még negyven napig hideg lesz.

Ha viszont hideg van, ráadásul havazik, akkor nemsokára tavasz lesz.

A hosszú jégcsap jó kukoricatermést ígér.

**Medárd:** „Ha június nyolcadikán esik, esős aratás következik.”

Rossz idő lesz...	Jó idő lesz...
A füst lefelé nyomottan száll.	A füst egyenesen száll föl.
A fecskék alacsonyan repülnek, mert a bogarak is alacsonyan vannak.	A fecskék magasan repülnek.
Ha elmarad a hajnali harmat.	Ha a köd felszáll, utána jó idő várható, ha nem, eső.

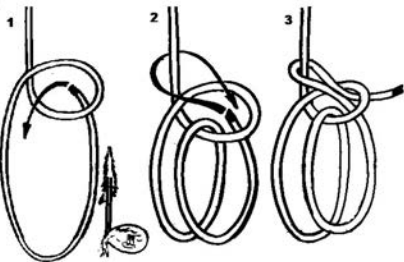
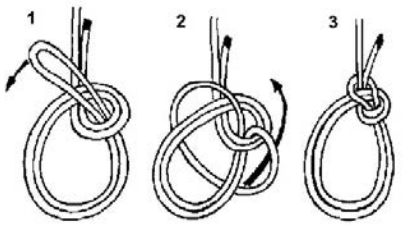
Rossz idő lesz...	Jó idő lesz...
A tyúkok sokáig kaparásznak.	Ha a madarak nyáron kora hajnalban énekelnek, jó idő lesz.
A pók elbújik.	A pók dolgozik a hálóján.
A békák erősen brekegnek.	Ha a harangszó, patakcsobogás tisztán hallatszik, jó idő lesz.
Udvara van a holdnak.	Tiszta, nyugodt az égbolt, hold és csillagok tisztán látszanak.
Ha estére erősödik a szél, vagy ha nyugaton vörös az ég, szél lesz.	A gomolyfelhők délelőtt szaporodnak, délután meg eloszlanak, és estére tiszta az ég, eláll a szél.
A vadgesztenye, tulipán, napraforgó és a lóherék becsukódnak.	A vadgesztenyefa levele szétnyílik.
Szorul az ajtó, ablak. Minden ami fából van megdagad a magas páratartalomtól.	Ha eső után a nap visszasüt, másnap jó idő lesz.
Ha a tyúkok a porban fürödnek, eső lesz.	Ha keleten vörös az ég, lágy idő lesz.
Ha este békák kuruttyolnak, rossz idő, eső várható.	Ha az ég alja piros, másnap nyáron jó idő lesz, télen szeles.
Ha a nap felhőkben nyugszik le, eső lesz.	Ha a kakas hajnalban 3-4 óra felé kukorékol, jó idő lesz.
Ha erősebben csípnek a legyek, szúnyogok, bolhák.	Ha bőséges a harmat; ha a tücsök éjjel ciripel.
Ha a hangyák erősen futkároznak.	Ha reggel és napnyugtakor leereszkedik a köd.

## CSOMÓZÁS

**Egy mentőcsomó:** Egy mentőcsomót biztosan meg tudsz kötni.

### Mentőcsomók

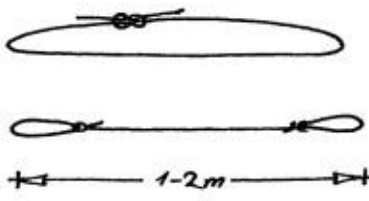
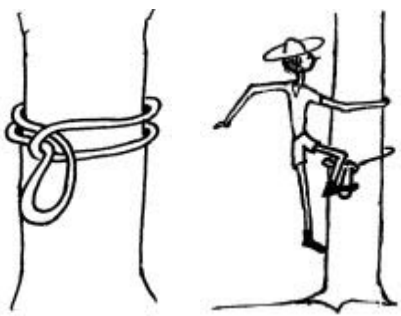
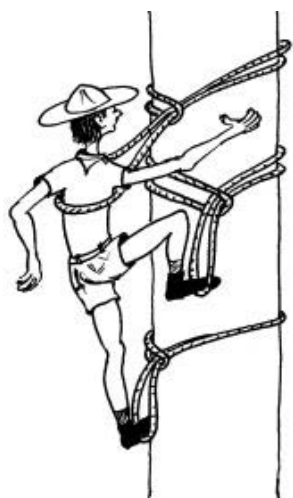
A mentőcsomókat dupla hurkos csomókból készítheted el. Több fajtáját is ismerjük. Ha gyakorlod, akkor rendes kötéllel csináld, mert a használata is kötéllel történik.

	<p><b>Francia mentőcsomó (csúszóhurok)</b></p> <p>Megkötéséhez használjuk a békás mondókat. (Tudniillik a béka a kötélvégén ül, a hurok a tó, és az álló kötél a fa.)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- A béka kiugrik a tóból,</li><li>- aztán még egyszer kiugrik a tóból,</li><li>- megkerüli a fát</li><li>- és beugrik a tóba.</li></ul> <p>Ha jól kötötted, akkor ha az egyik hurkot nagyobbra engeded, a másik kisebb lesz.</p> <p>Használata: Mivel összeszorul, inkább tárgyak, nem pedig emberek felhúzására alkalmas.</p>
	<p><b>Angol mentőcsomó (állóhurok)</b></p> <p>Kinézetre hasonlít a francia mentőcsomóhoz. A csomót viszont dupla kötéllel kell kötni. A hurok átbújik a „távon”, majd szétnyitjuk és áthúzzuk a duplahurkon.</p> <p>Ha jó csináltad, akkor a két hurok nem mozdul. A kötél vége nélkül is meg tudod kötni.</p> <p>Használata: Ezzel lehet valakit leereszteni illetve felhúzni úgy, hogy az egyik hurok a hóna alá megy, a másik meg a térdhajlatba.</p> <p><i>Vigyázat: Mentőhurokkal csak felnőtt felügyelete mellett szabad valakit leereszteni.</i></p>

**Fáramászás hurokkal:** Tudsz hurok segítségével fára mászni.

### Fáramászás hurokkal

Sokszor ott van előtted egy vastag, sima fatörzs, amin sehol sem tudsz megkapaszkodni. Ilyenkor köss hurkot egy kötélből, és ezt a svábhurokkal erősítsd egy fához. Ha most a hurokba beleállsz, a csomó megtart, úgy, mint a Pruszik-csomó (lásd a Honfoglaló próbát). Így három hurokkal bármilyen fára fel tudsz mászni.

<p>1. Köss egy 3 m hosszú kötélből hurkot. Ehhez használd az egyszerű kettőt. A hurok olyan hosszú legyen, hogy a fát másfélszer körülérje.</p> <p>A másik módszer, hogy állóhurkot kötsz a kötel két végére.</p> <p>Főleg a kemény kenderkötél alkalmas erre.</p>	
<p>2. A kötelet kösd egy svábhurokkal a fa köré. Olyan magasra rakd, hogy a lábad bele tudd rakni.</p> <p>Most állj bele a hurokba. Így már akár 3 m magasra is elérsz.</p> <p>Ez sokszor elég is a táborépítésnél vagy a kötelhíd építésénél.</p>	
<p>3. Ha magasabbra akarsz menni, akkor használj 3 hurkot. Kettőt a lábadnak és egyet a derekad köré.</p> <p>Ahhoz, hogy a módszert használni tudj, kell egy kicsit gyakorolni. Ki kell próbálnod, hogy milyen hosszúak legyenek a hurok.</p> <p>Tedd az egész súlyodat az egyik lábadra. Így a másik hurok kilazul, és magasabbra tudod tenni. Most erre tedd a súlyodat, és a másik hurkot rakd följebb. Közben persze a derékhurkot is följebb kell tolni. Ezt nem szabad levenned, csak tolni, mert ez biztosít téged.</p> <p>Ha elérted a szükséges magasságot, a kezeiddel tudsz dolgozni, mert a derékhurok megtart.</p>	

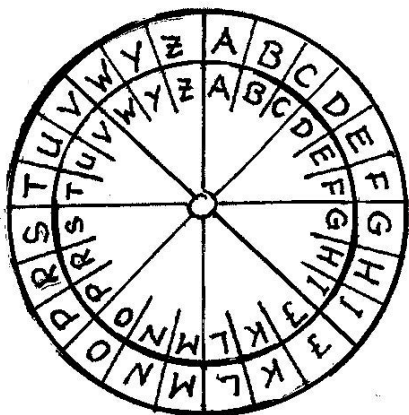
**Figyelem!** Fára mászni veszélyes! Csak felnőtt felügyeletével mászhatsz magasra. 5 m fölött célszerű a derékhurok helyett egy rendes beülőt használni, amit egy biztosítókötéllel biztosítanak lentől.

## JELADÁS

**Titkosírások:** 4 titkosírás (pl. betűcsere, tükörfrás, 5x5 kocka, könyvkód).

### Titkosírás

A titkosírásnak nagy hagyománya van. Régebben jelekkel vagy segédeszközökkel (botok, tárcsák, lyukas matricák) dolgoztak. Később számítógéppel kódolták az üzeneteket. A cserkészeten is szoktunk használni titkos írást, ha nem akarjuk, hogy más őrsők megtudják az őrsi titkunkat. Az előbb említett rovásírást szintén lehet titkosírásként használni, ha a cserkészeten kívül alkalmazod.



### Betűeltolás

Ez talán a legegyszerűbb módszer

Egyszerűen eltolod az ábécé betűit egy párral odébb.

Ha például a kód 2, akkor az A-ból C lesz és a B-ből D. Ha a kód -1, akkor A-ból Z lesz, és a B-ből A. Így könnyen lehet készíteni titkosírást, és nehéz megfejteni.

Készíts magadnak egy tárcsát, amivel tudsz kódolni.

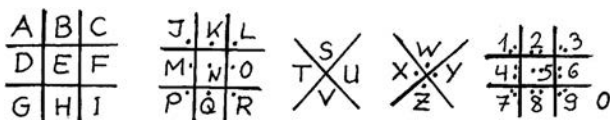
Fejtsd meg: TABMPODVLPS

### Könyvkód

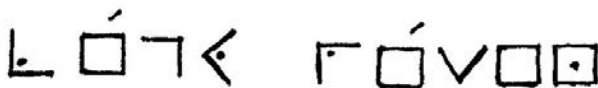
Ha van két egyforma könyved (pl. Cserkészkönyv) akkor megadhatod így is a szöveget: 5/1/3,5/3/22 stb. Az első szám az oldalszám, a második a sor, a harmadik a betű száma. Ezt szinte lehetetlen kitalálni, ha nem tudod, melyik könyvet használják.

### Kocka és kereszt

Ha nem ismered az ábrát, akkor nem tudod megfejteni. Az ábrát viszont nagyon könnyen fel tudod magadnak rajzolni. Ebben az ábrában látod az ABC-t:



A titkosírás így néz ki:



### Citromlé

Egy másfajta titkosírás az elrejtett írás, amely csak akkor válik láthatóvá, ha a papírt megmelegítjük. Ehhez fogsz egy citromot, kicsavarod a levét, és egy sima ecsettel vagy pálcikával ráírod az üzenetet egy papírlapra. Ahogy megszárad a citromlé, úgy el is tűnik. Ekkor a lapra ceruzával vagy tollal egy egész más szöveget írhatasz, és senki sem tudja meg, mi a titka a levelednek. Úgy lehet láthatóvá tenni, ha megmelegíted a lapot. Akkor a citromlé halványbarna színnel fog megjelenni. Ezt lehet vasalóval, kályha fölött, de gyertyával is végezni. A nyílt lánggal nagyon kell vigyázni, mert a lap könnyen elég, mielőtt megjelenne az üzenet.


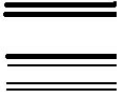

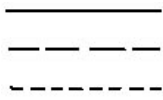



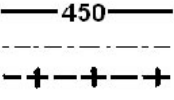

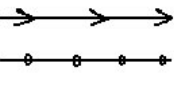







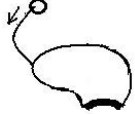
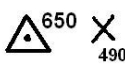

## TÁJÉKOZÓDÁS

**Még 10 térképjel:** Ismered, és térképen megmutatod: vezeték, híd, mocsár, egyes fák, sziklák, határok, forrás, barlang, temető, hegycsúcs.

### Térképjelek

Azért vannak a térképjelek, hogy a valóságban kicsi dolgokat ki tudjuk emelni a térképen. Mivel ezek minden országban, sőt, minden térképkészítőnél egy kicsit másképpen néznek ki, itt csak egy párat mutatunk be.

Ha tudod, mi a rádiótorony vagy a templom jele, akkor azután könnyen tudsz tájékozódni. Vigyázz a szintvonalakra és a határookra! Ezek csak a térképen léteznek, és a kezdők könnyen útnak nézik, pedig a valóságban nincs ott semmi. (Kivéve, ha az országhatár drótkerítéssel van biztosítva.)

	Épületek, házak és gyárak		Autóutak: autópálya fűt mellékút
	Templom		Gyalogutak: egysávos út gyalogút ösvény
	Temető		Vasúti sín állomással (fölül)
	Vendégház		<b>Nem utak!</b> Szintvonal (barna) Megyehatár Országhatár
	Várrom		<b>Nem utak!</b> Áramvezeték Drótkötélpálya
	Híd		Mocsár (kék)
	Sportpálya		Szőlő (zöld)
	Barlang		Magányos fák (erdőben zöld alapon mutatja a nagyobb fákat)
	Rádiótorony		Tó (kék) Forrással (kék) Patakkal (kék) Gáttal (fekete)
	Háromszögelési pont és hegycsúcs (a szám a hegy magassága)		Halom és gödör Sziklafal és magá- nyos szikla



**Magassági szintvonalak:** Tudod, hogy mit jelentenek, értelmüket és távolságukat.

### **Szintvonalak**

A térkép szélén fel van tüntetve, hogy hány méteres magasságkülönbség van két szintvonal között. Ez lehet 5, 10, 20 vagy akár 50 méter is, de egy-egy térképen belül mindig egyforma. A szintvonalak a valóságban nem látszódnak vonalként, csak a térképen. Vannak viszont tájak, ahol lépcsőzetesen van megművelve egy domboldal, és az úgy néz ki, mintha szintvonalak lennének.

Ahol a szintvonalak közel vannak egymáshoz, ott egy meredek lejtő van. Ahol messze vannak egymástól, ott lankás vagy szinte lapos a táj. A szintvonalak sohasem állnak magukban, mindig van párjuk, melyek párhuzamosan haladnak egymás mellett.

	<p>A képen ábrázolt kétcsúcsú dombra 10 méterenként vannak felrajzolva a magassági szintek. Az egyik csúcs 35 m, a másik pedig 45 m magas. A két csúcs közt egy nyereg vagy hágó van.</p> <p>Felülről nézve ez úgy néz ki, mint egy fekvő nyolcas.</p> <p>Ha egy vonal mentén felrajzoljuk a magasságokat egy külön ábrába, akkor megkapjuk a domb keresztmetszetét.</p> <p>Tehát ilyen emelkedőkön kellene mennünk, ha a dombon hosszába átvárnánk. Hegyi és biciklitúránál érdemes felrajzolni ezt a domborzati metszetet, hogy lássuk, hol vannak emelkedők. Ezt fontos tudni, amikor a menetidőt számítjuk ki.</p>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kúp alakú domb, mely a térképen koncentrikus körök formájában jelenik meg.</li> <li>2. Meredek oldalú domb két lapos csúccsal. Sok esetben sziklás szokott lenni. A sziklákat fekete pöttyökkel jelzik a térképen. Ezek veszélyes hegyoldalak.</li> <li>3. Lapos oldalú domb két hegyes csúccsal.</li> <li>4. Különböző magasságú csúcsok.</li> </ol> <p>Különleges formák:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Főleg karsztos vidéken látni süllyedéseket. Ezek általában csak pár méter mélyek. Pontos térképeken ezeket egy nyíllal jelölik.</li> <li>6. Ahol egy patak bemossa magát, sokszor meredek völgyek keletkeznek. Ezeket a térképen is jól lehet látni. Nem érdemes rajtuk keresztül átvágni.</li> </ol>

**Térképolvasás:** Eltalálsz a célba helyrajzi térkép segítségével.

### **Térképolvasás**

Annak alapján, amit eddig tanultál a térképről és az iránytűről, te is tudsz már térképet olvasni. Vagyis elkezdheted gyakorolni élesben, hogy hogyan kell a térképekkel boldogulni. Ha te vagy a térképolvasó, akkor egész úton ellenőrizned kell a térképet. Keresz meg előre minden útelágazást, kereszteződést a térképen, és azonosítsd be. Így nem történhet meg, hogy ott állsz egy kereszteződésnél, és nem tudod, hol vagy, illetve az egész órának várni kell, amíg te megkeresed az utat. Csak így tud az órs folyamatosan haladni. A tájoló legyen kéznél, hogy a térképet folyamatosan be tudd tájolni. Mindig betájolva tartsd, éppen ezért lehet, hogy a térképet néha éppenséggel fejjel lefelé kell tartanod.

### **BECSLÉS**

**Idő:** 1 perc hosszát megbecsülöd.

#### **Időbecslés**

Fontos, hogy legyen jó az időérzéked. Így ritkábban fogsz elkésni, és időben leszel kész a feladataiddal. Az időérzékelést úgy tudod fejleszteni és gyakorolni, hogy megfigyeled, mire mennyi idő kell. Például hány percet sétálsz az iskoláig, hány perc kell az asztal megterítéséhez, meddig tart a fogmosás, hány másodpercig bírod visszatartani a levegőt stb. Ha megfigyeled a nap állását, és hogy mikor sötétedik, akkor előbb-utóbb azt is meg tudod mondani max. 10- 15 perces eltéréssel, hogy hány óra van éppen.

#### **Számolni**

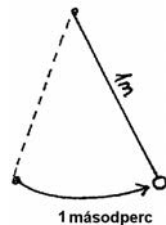
Ha normális sebességgel számolsz, akkor a 21, 22, 23, ... mindig megfelel egy másodpercnak. Gyakorold órával ezt a számolást!

#### **Pulzus**

Az átlagember pulzusa nyugodt állapotban 60 és 70 között mozog percenként. Mérd meg a saját pulzusodat, hogy tudj majd vele időt mérni. De vigyázz: ha futottál vagy erőlködtél, akkor a pulzusod sokkal magasabb, ezért előbb megint le kell nyugodnod.

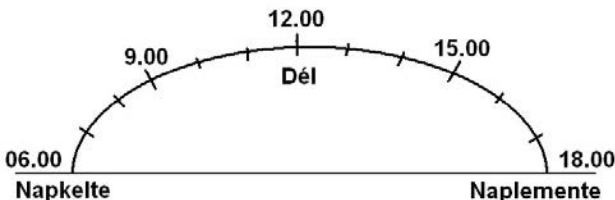
#### **Inga**

Kösd a zsebkésedet egy 1 m hosszú spárgára. Ha azt most hagyod ideoda ingani, akkor egy kilengés 1 másodpercnak felel meg. Ellenőrizd az óráddal.



**Idő:** Nap állásából megbecsülöd, hogy hány óra van.

#### **Napállás**



A Nap állásából meg lehet becsülni, hogy hány óra van.

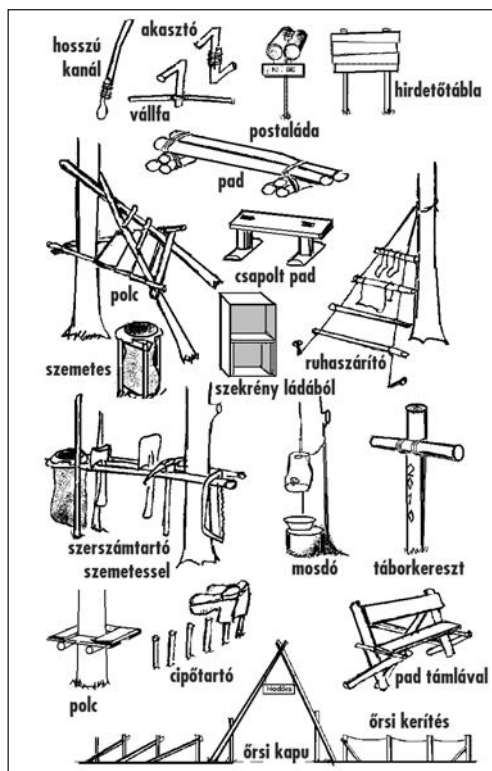
1. Nézz dél felé (ez akkor érvényes, ha az északi féltekén vagy, a délin pont fordítva meg minden)!
2. A Nap keletről halad nyugat felé. Állapítsd meg, hol kel fel a Nap, és hol nyugszik le!
3. Most képzelj el egy nagy ívet, amin a Nap mozog (lásd fent)!
4. 12 órakor pont a közepén fog állni, mármint pont délen. Ha a napfelkelte és az ebéd közti szakaszt elfeleded, akkor megkapod, hol van a Nap kilenckor.
5. Így az egész égboltot be tudod osztani, és ki tudod találni, hány óra van.
6. Figyelj arra, hogy hány órakor kel és nyugszik a Nap. Nyáron a napok hosszabbak, tehát korábban kel, és később nyugszik. Télen pedig rövidebbek.
7. Ha gyakorolod, akkor fél óra pontossággal eltalálhatod az időt. Ez már jó cél!

## TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK

**Szerszámtartó:** Építsz egy tábori szerszámtartót.

### Kisebb tábori építkezés

Általában egyedül vagy párban is meg tudjátok csinálni ezeket az építményeket, és csak a szokásos felszerelés kell hozzá: fűrész, balta, zsebkés, zsinór. Egy ilyen építmény elkészítése ne tartson tovább két óránál. Igyekezz mindig szépen dolgozni, a csomókat helyesen megkötni, és ha van idő, még kidíszíteni is. Az alábbiakban találsz egy pár ötletet.



**Figyelem!** A szerszámtartót úgy helyezd el, hogy az éles szerszámokba ne akadjon bele senki!

**Balta karbantartása:** Megélesítesz egy baltát, laza fejét javítani tudod.

### A balta karbantartása

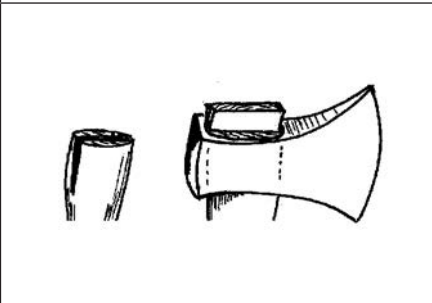
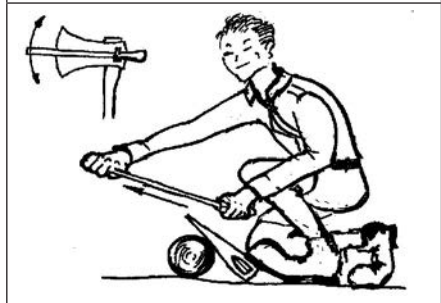
Akárcsak a kést, a baltát se vágd soha a földbe vagy kőbe, mert kimegy az éle, vagy kicsorbul. Egy csorbás baltát kézi reszelővel, gépek nélkül megélesíteni akár 1 órába is telhet. Használj a baltához bőrtokot, ami védi a balta élét és a balta környezetét is a baltától.

#### **Így kell baltát élesíteni**

Baltát reszelővel kell élesíteni. Az élét csak a legvégén lehet még fenőkővel is meghúzni. Fontos, hogy a baltát erősen szorítsd le, hogy két kézzel tudd fogni a reszelőt. Erős és kicsit ferde mozdulattal kell az élét megreszelni. Ha látod, hogy nem szép gömbölyű az éle, akkor a kis rajz szerint tudod meggömbölyíteni és egyből élezni is.

#### **Így kell baltafejet beékelni**

A fanyelű balták mind be vannak ékelve. Ha netán hiányozna az ék, akkor keményfából (bükk, tölgy, kóris) hasíthatasz bele egy új éket, és azt verd bele. Fontos, hogy az ék jó száraz fából legyen, különben száradáskor megint kilazul. Ha laza a faék, vaséket is verhetsz mellé. Ha tábort elején a baltákat vízbe állítod, akkor a fa megdagad, és jobban fog tartani a feje a tábor alatt. Persze ha kiszárad, megint ki fog lazulni a feje.



**Fűrész karbantartása:** Rossz fűrészlapot kicserélsz és bezsírozol.

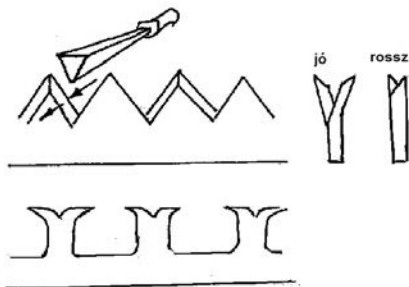
Használat után jól tisztídsz meg a fűrészlapot, de vigyázz, hogy ne vágd meg az ujjadat, ezért ezt jó munkakesztyűben végezni. Utána egy vékony réteg olajjal, zsírral kend be, vagy fűjdd be rozsdamentesítő szerrel. Ez minden fém szerszámmra ajánlott, hogy ne rozsdásodjon meg.

### **Élesítés**

A fűrész is lehet élesíteni, de nagyon nehéz. Az új típusúaknak olyan kemény és vékony a lapja, hogy azt nem lehet élesíteni, de tanulj meg legalább kicserélni a lapot benne.

Élesítéshez egy kis fémreszelő kell, mellyel minden fogat egyenként kell megreszelni a fenti ábra alapján.

Ha a fűrész mindig beszorul, akkor lehet, hogy a fogak nem állnak szét. Ilyenkor egy speciális fogóval megint ki lehet hajtani a fogakat, de ehhez sok gyakorlat szükséges.



## TŰZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS

**Sütés fóliában:** Parazsat készítesz, és fóliában sütsz benne.

### **Sütés és főzés tűzön**

1. Főzni mindig lángon kell, bográcsban vagy fazékban.
2. Sütni parázson kell, rácsot, nyársat vagy fóliát alkalmazva vagy más módszerekkel.
3. Párolni mindkettőn lehet, de lassan, óvatosan és lefedve.
4. Kenyeret süthetsz botra tekerve vagy egy forró kövön is (kis lepényeket).

A tábori konyha tűzzel vagy gáztűzhellyel működik. A gáz annyival egyszerűbb, hogy könnyebben lehet kezelni és beállítani.

Tanulj meg egy pár egyszerű ételt először konyhában és utána szabad tűzön is megfőzni!

Ha bográcsban főzünk, célszerű olyan ételt készíteni, amihez egy edény is elég.

### **Egyszerű étel sütése fóliában**

#### **Rakott krumpli alufóliában**

1. A krumplit, kolbászt, paprikát, hagymát vágd apróra és tedd bele egy megolajozott fóliába.
2. Ízlés szerint fűszerezd meg, majd csomagold be, és fektesd a parázsra. Sülés közben forgasd meg egyszer, hogy egyenletesen süljön át mindenhol.

#### **Finomságok parázson**

Rengeteg finomságot lehet készíteni sütőben. De nyílt lángon és parázson is ám!

#### **Csokis banán**

Egy banánt felvágsz és teszel bele kakaót vagy csokit. Csomagold be alufóliába és tedd bele a tűzbe! Ha nincs alufóliád, csak vágd fel a banánt hosszában, de úgy, hogy a héja rajta maradjon, és ebbe a résbe tedd bele a csokit. Óvatosan tedd a gyenge parázsba, hogy a csoki megolvadjon.

#### **Töltött alma**

Egy egész almának kivágod a magházát. Ebbe töltesz darált mogyorót, cukrot, fahéjat és mazsolát. Az almát betekered alufóliába és berakod a parázsba. Ha nincs alufóliád, a gyenge parázsba teszed, hogy megsüljön benne a cukor.

#### **Mogyorós szelet**

Fogsz darált mogyorót és kondenzált tejet. (Lehet tejet és cukrot is használni). Ebből keversz egy sűrű masszát, amit rákensz egy szelet kenyérre. A kenyeret ráteszed egy villás nyársra, és a parázs fölé tartod.

#### **Kenyérsütés**

Magyarországon és a nyugati világban a kenyér az egyik legfontosabb ételmisszerünk. Próbáld megsütni parázson!

Zsemle/kenyér sütése boton

1. Gyúrj tésztát ½ kg (1 font) lisztből, 1 pohár vízből, tegyél bele 1 élesztőt és 1 kiskanál sót!
2. Tedd meleg helyre és hagyd kelni fél órát!
3. A kis tésztagombócokat forró kövekre rakd, vagy ha kigyókenyeret akarsz, akkor gyúrj hurkákat a kezeid között, és tekerd őket rá egy vastagabb faágra.

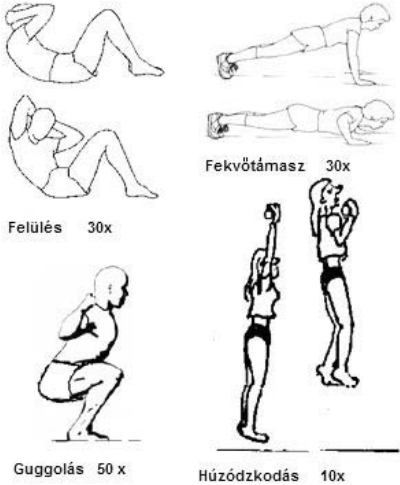












Parázs fölött forgatva lassan süsd meg. Akkor jó, ha kívül még nem ég meg, és belül át van sültve.

## TESTEDZÉS

**Gyakorlatok:** Bemutatsz 3 erőgyakorlatot.

### Erősítés

Nagy divat konditerembe vagy edzőterembe járni, hogy szép izmosak legyünk. Pedig nincs rá szükség, és sok pénzt is meg tudsz spórolni, mert a legfontosabb eszköz mindig nálad van: a tested. Azonkívül 16 éves korig nem is ajánlatos súlyzókkal gyakorolni, mert a rossz testtartással sok bajt tudsz okozni magadnak. Tehát jobb, ha ismersz pár gyakorlatot, amivel tudod magadat edzeni. Ezeket a gyakorlatokat igyekezz lassan csinálni. Ha gyorsan csinálod, lehet, hogy megrándul valamid.

 <p>Felülés 30x</p> <p>Guggolás 50 x</p> <p>Húzódzkodás 10x</p>	<table border="1"><thead><tr><th>Rossz</th><th>Helyes</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td></td></tr></tbody></table>	Rossz	Helyes				
Rossz	Helyes						
							
							
<p>Az alapvető erősítőgyakorlatoknak rengeteg változata van. Ha a javasolt ismétléseket már szépen és szabályosan meg tudod csinálni (lányoknak 50%), akkor változtathatsz a helyzeteden. Fekvőtámasznál például felrakhatod a lábad egy székre, vagy szélesebbre rakod a kezeidet.</p>	<p>Emelésnél nem csak a súlyemelőnek fontos a helyes testtartás. Inkább guggolj le, és hajlítsd be a térdedet, amikor nehezet emelsz. A nehéz dolgokat vigyétek ketten.</p>						

Sokkal ösztönzőbb, ha együtt vagy párban edzettek. Ehhez fontos, hogy nagyjából egyforma nagyok és erősek legyetek. A társad tud segíteni a gyakorlatokban: pl. ellenőrizi, hogy helyesen csinálod-e a feladatokat, és ösztönöz, hogy többször is elvégezz egy feladatot. Így sokkal hatékonyabban haladtok.

Ezenkívül vannak olyan gyakorlatok, amelyeket ketten is végezhetek: például a guggolást egymás hátának támaszkodva is gyakorolhatjátok.

**Kitartás:** Tudsz 7 percet futni (vagy 400 métert úszni, vagy 12 km-t kerékpározni).

**Testedzési teljesítmények táblázata**

	<b>Futás</b>	<b>Úszás</b>	<b>Kerékpározás</b>
<b>Portyázó (13-14 éves):</b>			
Piros liliom próba	7 perc	400 m	12 km
Fehér liliom próba	8 perc	500 m	14 km
Zöld liliom próba	9 perc	600 m	16 km
Liliom próba	10 perc	700 m	18 km



### 13-14 éves cserkészeknek, második félév

#### Fontos tudnivaló

A cserkészlet nem csak a csapatodból áll. Igyekezz felfedezni és megismerni, hogy mi van még a csapatodon kívül.

#### Kötelező tevékenységek és feladatok:

Jellem: Az ős hozzájárul a táborozás előkészítéséhez (pl. sátrak rendbe hozása).  
 Főzés: Őrsi ebéd, saját megtervezéssel, bevásárlással, megfőzéssel és eltakarítással.  
 Magyarság: Őrsőddel tudatosan gyakoroljátok a magyar nyelvet.  
 (lásd Lcs. könyv-I. 111. oldal)

#### Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:

Jellem: Kisebb javítások otthon a háztartásban.  
 Főzés: Halat fogsz, megtisztítod és megsütöd.

### PRÓBÁZTATÁSI ANYAG

#### Cserkészismeretek

Cserkészttörténelem	Tudod ki volt Sík Sándor, és tudsz tőle idézni.	6	
Fórum	Tudod, hogy mi a Magyar Cserkészszövetségek Fóruma, és hogy kik a tagjai (8).	10	

#### Vallás

Egyházi ünnepek	Ismersz 4 egyházi ünnepet és időpontját.	8	
-----------------	--	---	--

#### Jellemnevelés

TV – mobiltelefon – játék	Részt vettél vitán ezekről a témákról.	4	
Család	Őrsőddel részt vettél egy beszélgetésen szülő-gyermek viszonyáról.	4	

#### Magyarságismeret

Népdal	Ismersz 40 népdalt, és kérésre el tudod énekelni.	10	
Magyar utazók	Ismersz 2 utazót, és tudod, hogy merre jártak.	4	
15. század	Ki volt Hunyadi János és Hunyadi Mátyás?	4	
Mátyás király-mondák	El tudsz mondani 2 mondát Mátyás királyról.	4	
Földrajz	Kárpátalja: jellegzetességei, főbb városai stb.	10	



## Elsősegély

Ficamodás és rándulás	Ellátsz egy megrándult vagy kificamodott bokát.	4	
Sebesült szállítás	Tudsz sebesültet hordágy nélkül vinni.	4	

## Természetismeret

Ehető növények	Ismersz 5 helyi ehető, vadon élő növényt. (Mo.: szeder, málna, csipke, bodza és áfonya)	5	
Mérgező növények	Ismersz 3 helyi mérgező növényt és káros hatását. (Mo.: Gyöngyvirág, tiszafa és nadragulya)	3	
Virágok	Ismersz 5 nálatok honos virágot. (Mo.: pitypang, százszorszép, ibolya, pipacs és napraforgó )	5	

## Csomózás

Párhuzamos kötés	Meg tudod kötni a párhuzamos kötet.	6	
	Tudsz 3-lábat építeni párhuzamos kötéssel.	6	

## Jeladás

Vészjelek	Füsttel, síppal (SOS), tükör, helyi vészjelek.	8	
-----------	--	---	--

## Tájékozódás

Útirány betartása iránytűvel	Iránytűvel becélzott irányt tartod menet közben.	6	
Irány átvitele térképre	Egy becélzott irányt iránytűvel átviszel térképre.	4	

## Becslés

Távolságbecslés	Nagyobb távolságot tudsz 90%-os pontossággal becsülni: (arc, ember, embercsoport segítségével).	6	
	Távolságbecslés (pl. hüvelykujjal).	4	

## Táborozás, szerszámok

Petróleum lámpa	Biztonságos használata, üvegcsere, kanóc csere.	5	
Gázlámpa	Biztonságos használata, palack- és harisnyacsere.	5	

## Tűzrakás, főzés és sütés

Főzés bográcsban	Elkészítesz egy egyszerű ételt bográcsban.	6	
------------------	--	---	--

## Testedzés


Gyakorlatok	Bemutatsz 3 hajlékonysági gyakorlatot.	3	
Méta	Ismered a métát.	2	

Kitartás	Tudsz 8 percet futni (vagy 500 métert úszni, vagy 14 km-t kerékpározni).	10	
----------	--	----	--

Elért pontszám a próbázató aláírásával: .....	156	
---	-----	--

## CSERKÉSZISMERETEK

**Cserkész történelem:** Tudod, ki volt Sík Sándor, és tudsz tőle idézni.

	<p><b>Sík Sándor</b> (1889-1963)</p> <p>A magyar katolikus szellemiség és hitélet kimagasló személyisége. Piarista szerzetes, egyetemi tanár, tartományfőnök, költő, műfordító, irodalomtörténész, egyházi író, a 20. század jelentős magyar lírikusa. A magyar cserkészzet megalapításában döntő szerepe volt. Csapatával részt vesz a cserkészzet első nagy megmozdulásán, a vági tutajúton (1913), annak egyik vezetőjeként. Előkészítője az első Nemzeti Nagytábornak (1926), az 1933-as gödöllői (IV.) világbamboree parancsnokhelyettese, a magyar cserkészvezető-képzés megalapozója. Legfontosabb hagyatéka a magyar cserkészpedagógia kidolgozása, amelyben a cserkésznek nevelésének és a gyakorlati cserkészzet módszereinek alapjait fektette le. <i>A magyar cserkészvezetők könyve</i> szerzője. Ő írta a cserkészinduló szövegét. Egyik híres verse a <i>Megyeri hitvallás</i>.</p>
--	--

### Sík Sándor-idézetek

„Hiszek a kevesek egymásba tett kezében.”

„A tett ékesebb a tnyaságnál. „

„Az ember mindig elesik, és mindig fölkel. Ilyen az igaz ember élete.”

Hol szemben, szívben tiszta láng,  
Az Isten arca néz le ránk.

Tégy minden jót, amit  
Megtehetsz,  
Ott, ahol vagy,  
Úgy, ahogy teheted,  
Akkorát, amekkorát tehetsz.

Embernek lenni!  
Csak embernek lenni, semmi egyébnek,  
De annak egésznek, épnek,  
Föld-szülte földnek  
És Isten-lehelte szépnek.  
Szolgálatára embernek, világnak,  
Nagy Istenemnek, kicsike hazámnak.

**Fórum:** Tudod, hogy mi a Magyar Cserkészszövetségek Fóruma, és hogy kik a tagjai (8).

## **Magyar Cserkészszövetségek Fóruma**

1991-ben a Szlovákiai Magyar Cserkészszövetség javaslatára megalakult a Magyar Cserkészszövetségek Fóruma. Ezzel az összes magyar cserkészszövetség egyesülhetett. Összesen 15 000 magyar cserkész él szerte a nagyvilágban.

1. Magyar Cserkészszövetség (MCsSz)
2. Szlovákiai Magyar Cserkészszövetség (SzMCs)
3. Kárpátaljai Magyar Cserkészszövetség (KáMCsSz)
4. Romániai Magyar Cserkészszövetség (RMCsSz)
5. Vajdasági Magyar Cserkészszövetség (VMCsSz)
6. Külföldi Magyar Cserkészszövetség (KMCsSz)
7. Magyar Cserkészslány Szövetség (MCsLSz) (megfigyelő)
8. Horvátországi Zrínyi Miklós Cscs. (megfigyelő)



**A Fórum jelvényén** minden lilium egy szövetséget jelképez. Minden szövetség tagjai kötelesek viselni a fórum jelvényét a cserkészing bal zsebében.

## **VALLÁS**

**Egyházi ünnepek:** Ismersz 4 egyházi ünnepet és időpontját.

### **Egyházi ünnepek és a hozzájuk kötődő szokások 2.**

A keresztény világ három fő ünnepet tart számon a számtalan más egyházi ünnep mellett. Ezek a KARÁCSONY, a HÚSVÉT és a PÜNKÖSD.

Magyarországon is akadnak olyan szokások, amelyeket máshol nem ismernek, vagy máskepp gyakorolnak. Próbáld megfigyelni, miben különböznek a lakóhelyed szokásaitól. A modern fogyasztói társadalomban felkapták az egyházi ünnepeket, mert sok pénzt lehet vele keresni. Ezért sok új dolgot találtak ki, ami már nem tartozik az igazi ünnephez, és sokan már nem is tudják, mit is ünnepelünk, amikor a nyuszi vagy a télapó jön. Ezért ismerd meg az ünnepek valódi eredetét.

### **Karácsony: december 25.**

A karácsony keresztény ünnep, amelyen Jézus Krisztus születését ünnepeljük. Minden év december 25-én tartják világszerte. Sok nem keresztény ember ünnepli világszerte a szertet ünnepeként. Nem véletlen, hogy pont az év legsötétebb időszakára esik (*ez az északi féltekére vonatkozik*), hisz Jézus hozza a Világosságot nekünk.

Szokásai közül jellemző az éjféli mise vagy a karácsonyfa mint az örök élet jele. De több magyar népszokás is kötődik hozzá, mint pl. a betlehemezés vagy a regölés. A magyar hagyományban a Kisjézus ajándékozza meg a gyerekeket és nem a télapó, amely egy amerikai hagyomány.

### **Húsvét (mozgó ünnep március 22. és április 25. között)**

A húsvét a keresztények legfontosabb ünnepe. A Biblia szerint Jézus nagypénteki keresztre feszítése után a harmadik napon, húsvét vasárnapján feltámadt. A húsvéti ünnepkör virágvasárnapkal kezdődik, majd kiemelkedik a nagypéntek, amikor Jézust keresztre feszítet-

ték, és húsvét vasárnapja, amikor a feltámadást ünnepeljük. A húsvétot tavasszal, márciusban vagy áprilisban ünnepeljük, a pontos dátuma a Hold állásától függ, ezért mozgóünnep.

Ehhez az ünnephez sok népi hagyomány fűződik. Ilyenek a falukerülés Jézus-szoborral, a zöldágjárás, barkaszentelés, ételszentelés vagy húsvéthétfőn a locsolás és a piros tojás átadása. A húsvéti nyuszi és a csoki-nyuszi nem tartozik a magyar néphagyományhoz.



### **Mennybemenetel (mozgó ünnep)**

Mennybemenetel ünnepe a húsvét ünnepe utáni 5-ik vasárnap hetének csütörtökére esik. A keresztény egyházak azt ünneplik ezen a napon, hogy Jézus eltávozott a földi világból, az égbe felemeltetett, és elment az Atyához. Onnan elküldte a Szentlelket, hogy általa jelen lehessen közöttünk minden napon, a világ végezetéig.

### **Pünkösd (mozgó ünnep)**

A pünkösd a húsvét utáni 7-ik vasárnapon tartott keresztény ünnep, amelyen a kereszténység a Szentlélek kiadásának napját ünnepli meg. A Szentlélek ezen a napon áradt ki Jézus tanítványaira, az apostolokra. Ekkor alakult Jeruzsálemben az első keresztény gyülekezet. A Szentlélek azóta is munkálkodik az egyházakban és a keresztények életében.



### **Reformáció: október 31.**

Református és evangélikus ünnep, amelyen a reformáció kezdetére emlékeznek. Ugyanis Luther Márton 1517. október 31-én függesztette ki az egyház megújítására vonatkozó 95 tételét a wittenbergi vártemplom kapujára.

### **Mindenszentek napja: november 1.**

Keresztény ünnep, amelyet a katolikus egyházban november 1-jén, más egyházakban más napokon tartanak a valaha élt igaz és szent emberek tiszteletére.

Az egyre jobban terjedő Halloween-ünnep is ezekhez a gyökerekhez nyúl vissza. A kivilágított „tökfejek” viszont nem tartoznak a magyar hagyományokhoz.

## **JELLEMNEVELÉS**

**TV-mobiltelefon-játék:** Részt vettél vitán ezekről a témákról.

### **Cserkészies életmód - Beszélgetések (TV, mobiltelefon, játék)**

Ezekről a témákról beszéljete az órsben. Legjobb, ha van veletek egy felelős felnőtt is, aki kiismeri magát ezekben a témában (szakember, orvos stb.)

### **Tévé, videó, X-Box, mobiltelefon, internet**

**Beszélgessetek arról, hogy mennyi időt töltesz a számítógép mellett. Mit tudnál helyette értelmeset csinálni? Miért vonz annyira a gép? Mennyibe kerül? Miért veszélyes, ha személyes adataid felkerülnek a világhálóra?**

A mai elektronikus ipar rohamosan fejlődik és az emberekre nézve hatalmas vonzereje van. Amit régebben a tévé, a videó jelentett, az manapság már az internet és az X-Box. Rengeteg időt el lehet tölteni a világhálót böngészve, vagy eljátszani egyedül a képernyő előtt

virtuális kalandokat megélve. Amíg a tévé és a videó leginkább csak az ember idejét rabolta, az internet már sokszor a pénzét és az adatait is elrabolja. Sok szülő nem is tudja milyen lehetőségek vannak a világhálón, és ezért gyerekeit nem is tudja megfelelően megvédeni. Sok gyerek nagyon korán kap okostelefont, és általa hozzáférhetővé válik számára a világ minden szennye és gusztustalansága.

## **Szerencsejáték**

### ***Beszélgetsek arról, hogy ki játszik szerencsejátékot. Hogyan tudsz másképpen is pénzt keresni?***

Előbb az új elektronikus játékokról volt szó, a szerencsejátékok azonban egyáltalán nem újak. A kártyajátékok, fogadások vagy szerencsegépek nagyon régi találmányok. Sokan a könnyen és gyorsan megszerezhető pénzben reménykednek, és helyette a csődöt élik meg, mert elveszítik mindenüket. Míg az X-Box és az internet főleg az időt rabolja, addig ezek a játékok a pénzedet rabolják el. Akárcsak a kábítószert, függővé tesznek, és közel van hozzánk az alvilág is. A játékszenvedély rengeteg embert és családot tönkretett már azért, hogy az emberek összes pénzüket eljátszották. Sokszor jár karöltve az alkohollal is.

***Család: Őrsőddel részt vettél egy beszélgetésen szülő-gyermek viszonyáról.***

Ugye már veled is előfordult, hogy nagyon mérges voltál édesanyádra, mert nem engedett meg valamit, ami pedig neked nagyon fontos lett volna? Nem tudtad megérteni, hogyan lehet valaki ilyen régimódi, meg nem értő, szívtelen. Közben talán szégyellted is magad, amikor eszedbe jutott, hogy ő már milyen sok jót tett veled életedben, és te most mégis haragszol rá.

Az ilyen érzések előjönnek ebben a korban. Te úgy gondolod, hogy már majdnem felnőtt vagy, szüleid pedig a gyermeket látják benned, akit féltve óvnak minden veszélytől. Hogyan lehet ezt a két nézetet egyeztetni? Talán nem lehet teljesen, de el lehet érni, hogy jobban megértsétek egymást.

Őrsi összejövetelen játsszátok el a következő jelentetet: Zsuzsi (az egyik őrsi tag) nagyon szeretne elmenni valahová barátnőivel, édesanyja (egy másik őrsi tag) pedig nem engedi. Ez sokszor megtörténik a legtöbb családban. Keressetek választ ezekre és más hasonló kérdésekre:

- Zsuzsi hova akar menni? Mikor? Kivel?
- Szülei ismerik-e a barátnőit? Fiúk is lesznek velük?
- Édesanyja miért nem engedi? Régimódi? Bántani akarja? Avagy félti? Túl fiatalnak tartja? Veszélyesnek találja a helyet, nem megbízhatónak a barátnőit?
- Mit kellene megváltoztatni ahhoz, hogy Zsuzsi mehessen? Korábban hazajönni? Máshova menni? Vagy egy felnőtt is menjen velük?

Most, hogy ezeket a kérdéseket megtárgyaltátok, és – remélhetőleg – olyan megoldást találtatok, amelyek mind édesanyátoknak mind nektek megfelel, talán megértitek egymást.

A szülő nagyon szereti gyermekét, és a javát akarja. Ez persze nem mindig egyezik azzal, amit a gyerek szeretne. Minden nézeteltérés ellenére tudnod kell, hogy édesanyádban mindig megbízhatasz. Kérhetsz tőle segítséget vagy tanácsot, sohasem fog neked rosszat mondani. Ha nem akarsz valamit édesanyáddal megbeszélni, ott van édesapád, nagymamád vagy valamelyik más rokonod, akit szeretsz, és akivel meg tudod beszélni azt, ami neked fontos. Aztán ott vannak a tanárnőd, felnőtt cserkészvezetőid, akik szívesen adnak tanácsot, és válaszolnak kérdéseidre.



## Xantus János (1825-1894)

Természettudós, utazó, néprajzkutató, a Magyar Tudományos Akadémia levelező tagja. Nővény- és állattani kollekciónak jelentősen gazdagította a Magyar Nemzeti Múzeum gyűjteményét, ő volt a pesti állatkert és a Magyar Nemzeti Múzeum Néprajzi Osztályának első igazgatója, négy kalandos útikönyv és több mint kétszáz ismeretterjesztő írás szerzője.

**15. század:** *Ki volt Hunyadi János és Hunyadi Mátyás?*

**Hunyadiak kora** – Az 1440 és 1490 közötti korszak Hunyadi Jánosról és fiáról, Mátyásról kapta nevét.

**Hunyadi János (1407-1456)** középkori magyar földesúr, „a nagy törökverő” hadvezér, Mátyás király apja.

Sokat harcolt a törökök ellen, de **1456. július 21-22-én** saját seregével – köztük 200 hajóval – és a parasztokból álló keresztiesekkel **Nándorfehérvárnál** (ma Belgrád) fényes győzelmet aratott a török szultán többszörös túlerőben lévő seregén. A nagy diadal tiszteletére azóta minden délben, Európa-szerte meghúzzák a harangokat. Hunyadi nem sokkal élte túl győzelmét, mert áldozatul esett a táborukban kitört pestisjárványnak.

**(I.) Hunyadi Mátyás (1443-1490) magyar király.** Nevezik Corvin Mátyásnak, az igazságos Mátyás királynak vagy Hollós Mátyás királynak is.

15 éves korában, 1458-ban a nemesek Mátyást választották királynak. Hivatalosan csak 1464-ben lett törvényes magyar király, miután visszavásárolta az osztrákok által ellopott szent koronát.

Külső és belső ellenségeit legyőzte, majd az országban stabil, igazságos uralkodást folytatott. A török ellen csak akkor harcolt, ha az elkerülhetetlen volt. Felállította a fekete sereget (katonaság). Támogatta a művészeteket, egyetemet, könyvtárat alapított.

Kiváló országlása miatt ma is Magyarország egyik legnagyobb királyaként emlegetjük. Mátyás volt Magyarország utolsó magyar királya abban az értelemben, hogy a szent koronával, az esztergomi érsek által, szent napon, mindenki akaratára, szent helyen koronázták meg. „Meghalt Mátyás király, oda az igazság.”

A hagyomány szerint Mátyás szeretett álruhába öltözve utazni az országban, mert így igazán megismerhette a nép ügyes-bajos dolgait.

**Mátyás király-mondák:** *El tudsz mondani két mondát Mátyás királyról.*

Több Mátyás király-mondát találsz a világhálón, itt csak kettőt idézünk. Keressél ki többet, és válassz közülük kettőt, amelyik neked legjobban tetszik, és azokat meséld el!

## Az aranyalma

Mátyás király egyszer éppen haditanácsot tartott vezéreivel, mikor ajtónálló jelentette, hogy hírnök jött a lengyel határról.

- Várjon egy kicsit - rendelkezett Mátyás.
- Lóhalálában jött, olyan fáradt, alig tántorog.
- Pihenje ki magát.
- Háborús hírt hozott.
- No, azzal meg különösen ráér. Abból már van három fogásra való. Az övét eltesszük csemegeként.



Háromfelől is fenyegette ellenség az országot, éppen azokon osztozott Mátyás vezéreivel.

- A török császárt megtartom magamnak - mosolygott jókedvűen. - Az ellenségnek csak a nagyját szeretem. Hát a német szomszédot ki vállalja?

Tízzen is csörgették kardjukat, a király az öreg Perényi nádort választotta közülük.

- Kelmedet már megszokta a német. Jól se nének neki, ha más porolná ki a bugyogóját. Hát a cseheknek ki mond fogadjistent?

Erre meg az erdélyi vajda ugrott fel a székről. Nagy harcsabajuszt úgy mozgatta, mintha máris csehet enne.

- De már azokat nem engedem másnak! Én hozom el felségednek Mátyás-napi ajándékul a cseh királyt.
- Derék lesz - hagyta helyben Mátyás. - Hát most nézzük a csemegét. Bebocsátották a pihegő hírnököt. Azt az újságot hozta, hogy a lengyel király is táborba szólította hadinépét. Étvágyat kapott a többitől, ő is akar harapni egy darabot Magyarországból. Nagy csattanás hallatszott erre, pedig nem is villámlott. Kinizsi Pál ütött az asztalra. A király legkedvesebb emberének ezt is szabad volt.
- Kitéröm a fogát! - dörögte szikrázó szemmel.
- Pál, Pál, minek ez a nagy dér-dúr? - feddette mosolyogva a király.
- Mióta vadászik egerekre az oroszlán? Macska is elég lesz a lengyel határra.

Macskáknak az apródjait hívta Mátyás. És megtette azt a csúfot a lengyel királlyal, hogy csakugyan macskát küldött ellene.

Két kis apródját behívta magához. Lobot vetett a képük, parázslott a szemük, mikor meghalották, mekkora tisztesség várakozik rájuk.

- Hét vezért persze nem küldhetek egy ellenség ellen - nézett végig rajtuk kedvtelve Mátyás.
- Hadd látom, melyik közületek a legaraválóbb.
- Apróra vágom a lengyelt! - fogadkozott az egyik.
- Makká töröm! - bizonykodott a másik.

Volt olyan is, aki répává akarta darabolni, olyan is, aki korpává őrlötte volna.

- Kis csupor hamar forr - nevetett Mátyás. - Azt választom, aki nemcsak erővel, hanem észszel is győzi.

Azzal bevezette őket a címeres terembe. Annak a közepén le volt terítve egy nagy szőnyeg, annak a közepén feküdt egy aranyalma.

- No, úrfiak, az lesz a vezér, aki fölveszi az almát a szőnyegről - intett Mátyás az apródoknak. Heten nyolcfelől szaladtak volna érte, de a király rájuk kiáltott:
- Ohó, lassan a testtel! Az almát úgy kell fölvenni, hogy nem szabad a szőnyegre lépni.

Visszahőköltek a fiúk, és megzavarodva néztek egymásra. A legbátrabb aztán megszólalt közülük:

- Bottal is szabad hozzáérni?
- Ahogy csak jólesik, fiúk - biztatta őket Mátyás.

Szaladnak aztán botért, hálóért, horogért, de mind nem ért az semmit, egy sem ért el az almáig.

- Lehetetlen, amit kívánsz, urunk királyunk - csüggesztették le szomorúan a fejüket az apródok.
- Az én apródainak nem szabad ilyent mondani - húzta össze a szemöldökét Mátyás. - Ész kell ide, hamar kész.

Az egyik fiúnak - hosszú szőke fürtű, jegenyenövésű, szelíd szemű legényke volt - hirtelen megvillant a szeme.

- Én már tudom - mondta. Azzal lehajolt, fölemelte a szőnyeget az egyik sarkánál fogva, s addig göngyölgette befelé, míg a közepéig nem ért. Akkor aztán fölvette az almát a tenyerére, s térden állva tartotta oda Mátyás elé.
- Parancsolj, uram királyom!
- Tedd el, fiam, tied a vezérség - ütött a vállára Mátyás. - Hajnalra indulhatsz is a sereggel. Ha a karod is úgy helyén van, mint az eszed, szerencsével jársz.



Két hét múlva Jajcában ostromolta a törököt Mátyás, mikor megint hírnök kereste a lengyel határról. A magyarok körülfojták a lengyel hadat, megadta magát kényre-kegyre: ezt a hírt hozta.

- Köszöntöm a kis vezért - üzente vissza Mátyás -, remélem, nem esett semmi baja.

- Lándzsaszúrás érte a vállán.

- Küldünk a sebére puha takarót.

Drága bársonypalástot kapott a kis apród, és nemesi címert: páncélos kar tart aranyalmát égszínkék mezőben. Ő lett az őse az Almássy nemzetségnek.

### **Mátyás király és a kolozsvári bíró**

Hol volt, hol nem volt, Kolozsváron élt egy kegyetlen bíró. Egyszer Mátyás királynak fülébe jutott, hogy ez a bíró mennyire sanyargatja a szegény népet. Mátyás király szerette a szegényeket, pártolta őket. Most hát, hamarjában Kolozsváron termett, hogy saját szemével győződhessen meg az igazságról. Álruhába öltözött, s rongyos gúnyjában leült a bíró házával szemben egy hídra.

Egyszer csak jön egy hajdú, és ráförmed:

- Mit lopod itt a napot, te nagy orrú? Nem tudod, hogy a bíró úrnál mennyi munka van? Nagyt húzott botjával Mátyás hátára.

- Mennyi a fizetség? - kérdezte Mátyás.

- Gyere a bíróhoz, az majd megmondja!

A bíró udvarában jobbágyok hordták a fát. Akit a hajdúk elől-hátul találtak, mindenkit odahajtottak fát cipelni. A bíró a tornácon heverészett, onnan szemlélte a munkálkodást.

- Mi a fizetség, bíró úr, a fahordásért? - kérdezte Mátyás.

- Majd mindjárt megtudod, ha huszonötöt vágatok a farodra! - mordult rá a bíró. - Takarodj fát hordani!

Mit tehetett a király? Egész nap hordta a fát. Három hasáb végébe belevészte a nevét: Mátyás! Mátyás! Mátyás!

Este fáradtan, éhesen újra csak a bíró elé állt:

- Bíró uram! Fizesse meg az egész napi fáradságomat!

- Híj, azt a hitvány, agg eb anyádat! Te naplopó, te gazember! Vágiatok rá huszonötöt! - adta ki a parancsot a bíró.

A hajdúk lekapták, s huszonöt botütést mértek rá.

Szorította a fogát Mátyás, és erősen megfogadta, hogy ezt még visszaadja a bírónak.

Néhány hét elmúltával a király fényes kísérettel ismét Kolozsvárra látogatott.

A bíró alázatosan hajlongott előtte. Így felséges királyom! Meg úgy, felséges királyom!

Mátyás egy darabig tűrte, hogy nyájaskodjék, de a szeme villámokat szórt feléje:

- Sok szép fája van, bíró úr! - mondta a király. - Honnan szerezte be kegyelmed?

- Kedves jobbágyaim ajándéka - szerénykedett a bíró.

- S ki hordta be ezt a temérdek tüzelőt? - feszegette tovább a dolgot a király.

A bíró feszengett szorultságában, s azt mondta:

- Az itteni szegények szívességéből behordták.

- Dobáljátok szét a farakásokat! - adta ki a parancsot Mátyás a katonáinak. - Három hasábra rártam a nevemet, amikor három hete, én is szívességből, itt hordtam a fát. Még most is kék a hátam a bíró úr mogyorófa hájától, amivel a hajdú megkenegettek.

A bíró csak hápogott ijedtében. A fahasábok hamar előkerültek. Mindegyiknek a végén ott állt: Mátyás! Mátyás! Mátyás!

Akkor a bíró térdre esett.



- Nincs kegyelem! Hitvány féreg! Megbotoztattál, mert a fizetségemet kértem. Népetem ingyen dolgoztattad! Akasztófa lenne a méltó jutalmad! Én beérem azzal, hogy mindenedből kifoszsanak. Hitvány szolgálóiddal az országból kitakarítsanak.

Híre ment az országban hamar, hogy lakolt meg a kolozsvári bíró gonosz tetteiért. A gonoszok ettől megrémültek, meglapultak, nem merték többet sanyargatni a népet, míg Mátyás király volt az uralkodó. Mióta Mátyás meghalt, oda az igazság.

**Földrajz:** Kárpátalja – jellegzetességei, főbb városai stb.

## **Kárpátalja**

Kárpátalja vagy Kárpát-Ukrajna Magyarországgal, Szlovákiával, Romániával és egy kis szakszon Lengyelországgal szomszédos.

Mintegy ezer esztendeig Magyarország, majd a trianoni békeszerződés után Csehszlovákia, illetve 1945-től 1991-ig a Szovjetunió, jelenleg pedig Ukrajna része.

Kárpátalja magyar lakossága az alföldi területeken él.

A vidék északkeleti részére benyúlnak a Máramarosi-havasok.

Legnagyobb folyója a Tisza, hossza a terület határán belül 200 kilométer.

További nagyobb folyói: a Latorca és az Ung.

Legnagyobb tava az Ökörmezői (Mizshirja) járásban található Szinevéri-tó.

Az általánosan elfogadott álláspont szerint Árpád hadai 895-ben (vagy 896-ban) léptek a területre az itt található Vereckei-hágón át. Ettől kezdve Kárpátalja a Magyar Királyság szerves részét képezte.

A Szovjetunió felbomlása után Kárpátalja az 1991-ben függetlenné vált Ukrajna része lett.

Főbb városai: Ungvár, Munkács, Huszt, Beregszász, Nagyszőlős.

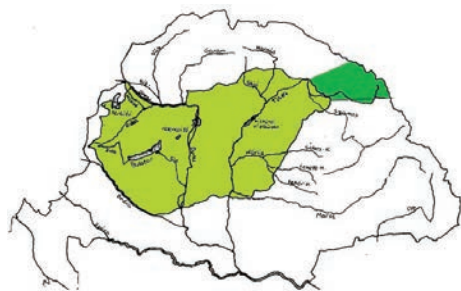
Kárpátalja fő látnivalói: a várak, várromok, kastélyok és templomok. A legjelentősebbek a munkácsi és az ungvári vár, továbbá a huszti vár. Sajnos jelentős részük elhanyagolt állapotban van.

Főbb termékei: inkább csak mezőgazdasága jellemző, ipara elenyésző.

Többek között emiatt, és az utóbbi évek polgárháborúi miatt is nagy a szegénység errefelé.

Sok asszony foglalkozik a híres beregi szőttes készítésével.

Híressége: Munkácsy Mihály (festő)



**Kárpátalja**



**Vereckei emlékmű**

## ELSŐSEGÉLY

**Ficamodás és rándulás:** Ellátsz egy megrándult vagy kificamodott bokát.

### Zúzóadás, rándulás, ficam

Mindig CSIMIHI-MESE!

1. CSIGAVÉR

2. MI TÖRTÉNT?

3. HÍVJ SEGÍTSÉGET

4. MENTENI

5. ELSŐSEGÉLY

6. SZÁLLÍTANI

7. ELLENŐRIZNI

Itt a „MESE”:

### Rándulás

Rándulás esetén az ízületben a csont kiugrik a helyéről, de oda vissza is tér. Ettől még előfordulhat szalagsérülés, az ízület bevérezhet, folyadék-kiáramlás lehet, emiatt duzzadtá válik, és fájdalom jelentkezik.

Tünetei: duzzanat, lilás elszíneződés. Fájdalommal jár.

Teendő: Pihentetés, hideg vizes borogatás, kímélés szükséges. Ajánlatos a rugalmas (elasztikus) kötszer (fásli) használata. A további gyógyuláshoz orvosi kezelés kell.

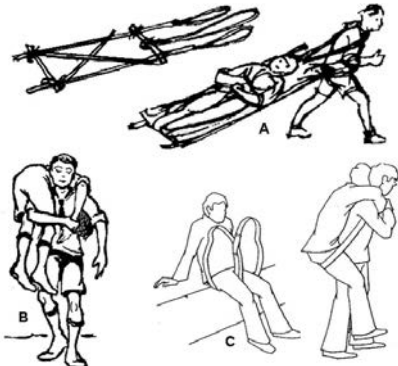
### Ficam

A lényege, hogy a csont kimozdul a helyéről, és nem tér oda vissza. Főleg a váll, boka és csukló esetében gyakori. A ficam jelei: rugalmas rögzítettség, kóros helyzet. Fájdalommal és duzzanattal jár.

Teendő:

- Bokánál: a cipőt óvatosan kell lehúzni.
- Háromszögű kendővel (cserkésznyakkendővel) kell rögzíteni.
- Lehet, hogy a csont is eltört, ezért ennek megfelelően kell ellátni, sínbe tenni.
- A helyretételt ne kíséreljétek meg!
- Mindenféleképpen orvoshoz kell vinni a sérültet.

**Sebesültszállítás:** Tudsz sebesültet hordágy nélkül vinni.

	<p><b>Betegszállítás egyedül</b></p> <p>Ha egyedül vagy a sérült társaddal, akkor nagyon nehéz őt hosszabb távon cipelni. Főleg, ha a csomagokat sem hagyhatod hátra.</p> <p>Ha nincs remény segítségre, akkor csak a húzóágy (A) lehetősége marad. Készítsd a lábait szélesebbre, akkor kisebb a veszélye, hogy kiborul.</p> <p>Válladon (B) vagy hátadon (C) a sebesülttel csak rövid távolságot tudsz megtenni, ha az állapota egyáltalán megenged ilyen bánásmódot.</p>
---	---

	<p><b>Betegszállítás ketten</b></p> <p>Ha ketten kell vinni valakit, akkor lehet akár egy botra is ültetni (A), amit egy kabáttal vagy pokróccal kell bélelni.</p> <p>Hosszabb távra szinte csak a hordágy alkalmas (B). Ha van hátzacsakod, arra is rákötheted a hordágy rúdjaikat. Így könnyebb vinni.</p> <p>Rövid távra és főleg, ha gyorsan ki kell menteni valakit, aki eszméletlen, akkor a (C) fogás hasznos.</p> <p>Széken szállítani (D) azért jó, mert jó fogása van, viszont ügyelni kell arra, hogy nehegy leessen róla a beteg.</p> <p>Aki még magánál van, és tud kapaszkodni, azt lehet vinni ülve is. A keresztfogás (E) helyett lehet nyakkendőből egy gyűrűt kötni, és arra ültetni.</p>
--	---

## TERMÉSZETISMERET

**Ehető növények:** Ismersz 5 helyi ehető, vadon élő növényt. (Mo.: szeder, málna, csipke, bodza és áfonya)

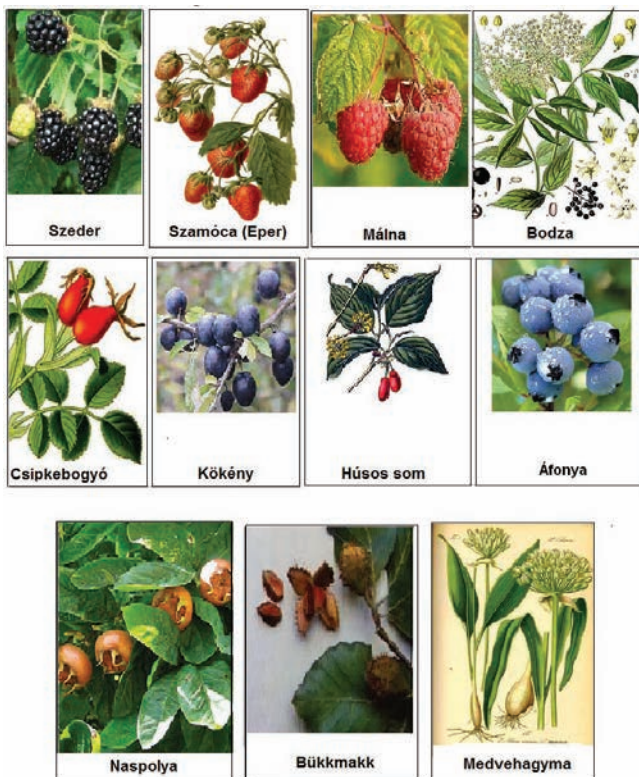
### Ehető és mérgező növények

Sok növény, fű, bogyó, gomba van, amit meg lehet enni. Viszont csak azokat edd meg, melyeket biztosan ismersz, hiszen közöttük sok a veszélyes is. A gombákat, melyeket most leírunk neked, csak akkor szedheted, ha van veled felnőtt, aki jól ismeri őket! Az alábbiakban nincsenek feltüntetve az ember által ültetett növények, mint a szőlő, dió, krumpli vagy alma, mivel ezeket mindenki ismeri. Ezeket portyán is csak akkor szedd le, ha a gazdától engedélyt kértél. **Figyelem: ne szedj ehető bogyókat, gombát, növényeket forgalmas utak mentén, mert rájuk szállnak az autógázok és a por.**

Erdőben, mezőkön járva sok szép virág, bogyó, szinte kellek magukat. A látszat sokszor csal, ugyanis sok mérgező vagy rosszullétet okozó anyagokat tartalmaz. Mások éppen égési sebeket okoznak, de az is előfordul, hogy bár a növény maga nem veszélyes, de rajta betegséget okozó dolgok vannak. Egyes rókákban lehet például bélféreg, amely a vizeletével terjed a növényekre. Ez a betegség nem halálos, de gyógyíthatatlan. Ezért alacsonyan lévő (térd alatti) növényekről szedret, szamócat stb. ne egyél!

Nagyon sok mérgező növény egyúttal gyógykészítmények alapanyaga is, de csak a szakértő kezében!

## Ehető növények



## Ehető növények

<p><b>Szeder</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Európában kb. 2000 fajtája ismert.</li> <li>- Kedvelt gyümölcsünk, lekvárnak és szörpnek is kiváló, de a gyógyászatban is felhasználják.</li> </ul>	<p><b>Szamóca</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Általában az erdei szamócat nevezzük így.</li> <li>- A termesztett szamóca = földieper.</li> <li>- A világon szinte mindenhol termesztik.</li> <li>- Látványa és az íze miatt mindenki szereti.</li> <li>- A gyógyászatban is alkalmazzák.</li> </ul>
<p><b>Málna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gyümölcse miatt kedvelt kerti növény. Magyarországon őshonos. Népies neve: Boldogasszony csipkéje.</li> <li>- Nyersen, lekvárnak, szörpnek fogyasztjuk. Ugyanakkor hasznos gyógynövény is.</li> <li>- A méhek is nagyon kedvelik magas cukortartalma miatt.</li> </ul>	<p><b>A bodza bogyója és virágja, de csak az! A többi része mérgezést is okozhat!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fűszer- és gyógynövényként ismerjük.</li> <li>- Lekvár, szörp is készül belőle. Virágja palacsinta-tészta mártva és kisütve finom étel.</li> <li>- Üreges szárából furulya, tilinkó stb. készíthető. Régen a növény minden részét felhasználták.</li> </ul>

<p><b>Csipkehogó</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hecsedlinek is nevezik.</li> <li>- Többek között tea, lekvár, gyógybor is készül belőle.</li> <li>- Nagyon magas C-vitamin tartalma miatt a gyógyításban is használják.</li> <li>- A kozmetikai ipar krémekbe rakja.</li> <li>- Nem szabad forrázni, mert kioldódik a vitamin, ezért csak hidegen áztassuk be.</li> </ul>	<p><b>Kökény (csak ha már megcsípte a dér)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Virágbimbójából gyógyteát főznek.</li> <li>- Almával mártás készíthető belőle, méz-zel gyógyító hatású lekvárt készíthetünk belőle.</li> <li>- Gyümölcsbor, likőr is készül belőle, de fogyasztják cukrozott gyümölcsként, aszalva vagy gin hozzáadásával 1-2 hónapig érlelve.</li> <li>- Nyersen is ehető.</li> </ul>
<p><b>Som (éretlenül nagyon savanyú)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Finom, vitamindús növény, de inkább csak dísznövényként ültetik.</li> <li>- C-vitamin tartalma nagyon magas, karotinban gazdag. Lekvár, szörp, kompót, bor készíthető belőle.</li> <li>- Savanyítani is szokták.</li> </ul>	<p><b>Áfonya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sokféle áfonya létezik.</li> <li>- Kis bokrokon nő hegyvidéken. Igénytelen növény.</li> <li>- Lekvár, szörp, bor készíthető belőle, vagy egyszerűen süteménybe tehetjük.</li> </ul>
<p><b>Naspolya (ha már megcsípte a dér)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A gyümölcs frissen kemény, élvezhetetlen. A fagy nem tesz kárt benne.</li> <li>- Decemberre a gyümölcsök lassan megpuhulnak, a karácsonyfára is felkerülhet dísznek. A naspolya igen tápláló. Díszcserjeként is ültetik.</li> </ul>	<p><b>Bükkmakk</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eszik nyersen, főzve vagy sütve.</li> <li>- Olajokban gazdag makkja a sertések értékes tápláléka (makkoltatás).</li> <li>- A makkból étolaj is préselhető. Kenőcsök és gyógy-szappanok összetevője lehet.</li> </ul>
<p><b>Medvehagyma (salátának való, de ne téveszd össze a mérgező gyöngyvirággal)!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nevét arról kapta, hogy a barnamedvék előszeretettel fogyasztják termését, és még a föld alól is gyakran kiássák, de kedvelik a vaddisznók is. Fokhagyma ízű.</li> <li>- Kenyérre szórva vagy salátákhoz keverve fogyasztjuk. Leveseket, burgonyás ételeket fűszerezhetünk vele, vagy főzhetünk belőle krémlevest, főzeléket, pestót.</li> <li>- A népi gyógyászat régóta használja.</li> </ul>	

**Mérgező növények:** Ismersz 3 helyi mérgező növényt és káros hatását. (Mo.: Gyöngyvirág, tiszafa és nadragulya)



## Mérgező növények



Aranyeső



Borostyán



Beléndek



Hóbogyó



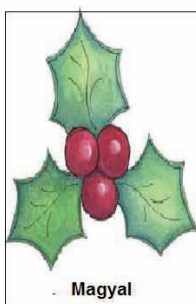
Gyöngyvirág



Maszlag



Leánder



Magyal



Kontyvirág



Kikerics



Nadragulya



Gyöszűvirág



Ricinus



Tiszafa



Kutyatej



Poison Ivy

## Mérgező növények

<p><b>Aranyeső</b> - Halálosan mérgező a növény minden része, de különösen a termése</p> <p>Mivel igen tetszetősek, igyekszünk leszedni. Sárga virágú fajtát ne tévesszük össze a közkedvelt aranyvesszővel.</p>	<p><b>Borostyán</b> - Mérgező bogyó, levél</p> <p>Ez a nagyon elterjedt kúszónövény jól használható díszítésre, de kunyhóépítésre is. Ha felhasználtuk valamire, utána mossunk szappannal kezét. Köhögés ellen használatos.</p>
<p><b>Beléndek</b> - Nagyon mérgező a növény minden része</p> <p>Szép virágja, húsos levele hívja fel magára a figyelmet.</p>	<p><b>Hóbogyó</b> - Gyengén mérgező bogyó</p> <p>Kertekben elterjedt, igénytelen bokor. Fehér termésével épp a gyerekek játszanak szívesen. Ne vegyük szájba, és itt is fontos a kézmosás!</p>
<p><b>Gyöngyvirág</b> - Halálosan mérgező a növény minden része</p> <p>Gyönyörű tavaszi virág. Illata és szerény szépsége miatt kedveljük. Főleg a virágzás után kifejlődő piros bogyóktól óvakodjunk!</p> <p>Hasonlít a medvehagymára!</p>	<p><b>Maszlag</b> - Halálosan mérgező a növény minden része</p> <p>Nagyon látványos a virágjuk és a tuskés toktermés is. A tokban lévő magok is mérgek. A maszlagok főképp a bennük lévő kémiai anyagokról nevezetesek. Több földrész népi gyógyászatában is felhasználják.</p>
<p><b>Leander</b> - Halálosan mérgező a növény minden része</p> <p>Kedvelt dísznövényünk, könnyen szaporítható. Mérgezést okoz, de ugyanakkor fontos a gyógyászatban is.</p>	<p><b>Magyal</b> - Nagyon mérgező bogyó</p> <p>Főleg karácsonykor visszük be a lakásba, de fontos díszcserjénk is. Szűrős levele is kellemetlen lehet. A bogyókat nem szabad szájba venni!</p>
<p><b>Kontyvirág</b> - Nagyon mérgező a növény minden része</p> <p>Nagyon sok fajtája létezik. Dísznövényként még a lakásokban is ültetik.</p>	<p><b>Kikerics</b> - Halálosan mérgező a növény minden része</p> <p>Nagyon hasonlít a krókuszhoz. Népi neve: kutyadöglesztő. Mindegyik fajtája mérgező.</p>
<p><b>Nadragulya</b> - Halálosan mérgező a növény minden része</p> <p>Nem annyira látványos, de bogyói szépek, egészségesek. Népi nevei: Szépasszonyfű, mérges cseresznye, bolondítófű. Neve a boszorkányokkal köthető össze.</p>	<p><b>Gyűszűvirág</b> - Halálosan mérgező a növény minden része</p> <p>Gyönyörű virágja mezőkön és kertekben egyaránt megtalálható. Viszont ha egyszer megfogtuk, alaposan mossunk kezét, mert mérgeanyag a mosatlan kézzel megfogott élelmiszerral is bekerülhet a szánkba, akkor pedig halálos mérreg! Ellenszere nincs.</p>
<p><b>Ricinus</b> - Halálosan mérgező a növény minden része</p> <p>A trópusokon fa méretűre nő, Európában csak 3 m-ig. Dísznövényként ültetik. Gyermekeknek már 1-2 magja is halálos lehet. Ellenszere nincs!</p>	<p><b>Tiszafa</b> - Nagyon mérgező a piros maghéjon kívül minden része</p> <p>Hervadt és száraz tűlevelei is mérgezők. Emberre és állatra egyaránt veszélyes. A leghosszabb életű európai növényfaj. Kb. 2000 évig is élélhet!</p>



<p><b>Kutyatej</b> - Mérgező tejnedv Tejnedve felmarja a bőrt, nedvéből Afrikában nyílmérget főztek.</p>	<p><b>Poison Ivy - Mérgező a gyantája</b> Észak-Amerikában nagyon elterjedt (a Cserkészparkban is). Érintése marja a bőrt, és vörös gyulladást okoz.</p>
--	--

**Virágok:** Ismersz 5 nálatok honos virágot. (Mo.: pitypang, százszorszép, ibolya, pipacs és napraforgó)

### Virágok

A virágok nemcsak szépek és hasznosak, hanem sok virágot találunk a népi kézimunkákban és népdalainkban is. Több lánynév is a virágoktól származik. Ez is azt mutatja, hogy már a régi embereknek is milyen fontosak voltak a virágok. De a virág is csak addig szép, amíg él. Tehát csak akkor szakítsd le, ha valakinek nagy örömet akarsz szerezni, de szórakozásból vagy „csak úgy” soha!

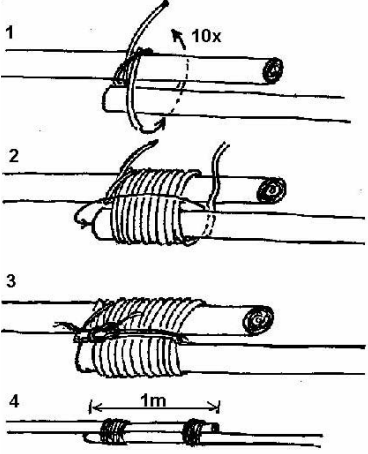
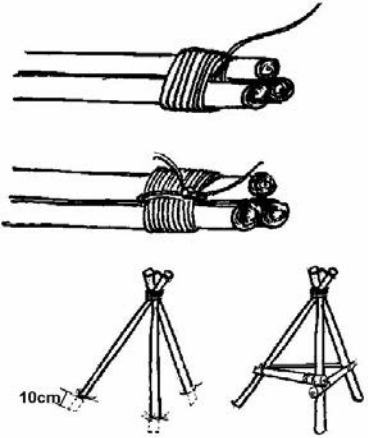


**Figyelem!** A margarétának kb. 5-10 cm nagyságú virága van, a százszorszépnek pedig 2-3 cm nagyságú. Tehát, bár két különböző fajta, mégis szinte egyforma a virága, ezért csak egy képet mellékelünk róluk.

## CSOMÓZÁS

**Párhuzamos kötés:** Meg tudod kötni a párhuzamos kötést. Tudsz 3-lábat építeni párhuzamos kötéssel.

### Kötések

	<p><b>Párhuzamoskötés:</b> Ritkábban fogod használni, mint a kereszt-kötést, de mint mindig, vannak olyan esetek, hogy szükségesed lesz rá. Több módon is meg tudod kötni: 1. Köss egy szorító nyolcast az egyik rúdra, úgy, hogy maradjon egy jó nagyarasznyi farkinca. 2. Szorosan tekerd rá legalább tízszer a két rúdra. 3. Feszítésként csinálj egy menetet a két rúd között (ha nagyon szépen összeillenek a rudak, akkor nem fog menni), és dugd át az egyik oldalra a menetek alatt, így feszítéd meg. Végül egy egyszerű kettőssel kösd el a nagyarasznyi farkincával. 4. A rúd meghosszabbításához mindig két kötés kell!</p> <p>Használata: Főleg a háromláb készítéséhez. Ha egy oszlopot meg akarsz hosszabbítani. Ha nincs hosszú fakanalad, akkor egy sima kanalat is lehet így egy bot végére erősíteni.</p> <p><i>Vigyázat: Ha egy rudat meghosszabbítasz párhuzamos kötéssel, akkor az soha nem lesz olyan erős, mintha egyből lenne.</i></p>
	<p><b>Háromláb kötés</b> Azért használunk háromlábát, mert egyszerű, stabil és sok mindenre jó. Megkötése ugyanúgy történik, mint a párhuzamos kötés, csak hogy most három rudat kötünk össze. A tekeréseket nem kell annyira szorosan meghúzni, hisz a három lábát el kell tudni mozdítani.</p> <p>Használata: lavórtartó, bográcstartó, tábori kapu, ebédlő, nagysátor, torony.</p> <p>Egyéb: Ha nem ássátok be a lábakat, akkor legalább két keresztúddal kell biztosítani, hogy a lábak ne csússzanak szét. Főleg kemény talajon fontos.</p> <p>Bográcstartónak sokszor láncsal kötik meg, és arra lógatják a bográcot.</p>

## JELADÁS

**Vészjelek:** Füsttel, síppal (SOS), tükör, helyi vészjelek.

### Vészjelek

Minden országban vagy tájegységben ismernek különféle vészjeleket. A Balaton-parton viharlámpák jelzik a közeledő vihart, mégpedig a percenkénti 45 villanás a közeledő vihart jelzi, a percenkénti 90 villanás pedig arra figyelmeztet, hogy azonnal el kell hagyni a vizet.

Más azonban a helyzet, ha magad kerültél veszélybe. Ilyenkor, de csakis ilyenkor használhatod a Morzéból az SOS jelet. Az SOS angolul van, jelentése „Save Our Souls” (mentsétek meg a lelkünket), és három rövid, három hosszú, három rövid jelből áll. (•••/- - -/•••) Ezt lehet adni fényjelként lámpával vagy tükörrel, lehet sípjel, autóduda, kürt, sőt, kopogás, ha be vagy zárva valahova.

Az Alpokban egy másik vészjelzés van elterjedve. Ha eltévedtél vagy bajba kerültél, bármilyen jelet percenként hatszor meg kell ismételni (ún. alpesi vészjel).

A vadonban alkalmas jeladás a füstjel is. A füstoszlopot messziről lehet látni. Ha a tűzre vizes fűvet dobsz, akkor fehér lesz a füst, ha gumit vagy olajos dolgot dobsz rá, akkor fekete. Éjjel nyilván a fehér füst látszik jobban, nappal a fekete.

Észak-Amerikában a hármastűz vagy füstoszlop is elfogadott vészjel. Használják hajótöröttek, elveszett kirándulók, vadászok, de használatos repülőbalesetnél is.

Vadászatnál elfogadott a három lövés három perc alatt. A hívott egy lövéssel válaszol, és halad a hármastűz irányába. Egy idő után ismétlődnek a jelek. A lövéseket azonban nehéz követni, mert nehéz meghatározni, honnan is jön a hang.

Egyes mentőmellényeken találsz sípokat is. Ezekkel tudod jelezni helyedet, ha vízbe estél.

**Figyelem!** Bár manapság szinte mindig van nálunk mobiltelefon, előfordulhat főleg hegyi és erdős vidéken, hogy nincs hálózat, illetve a telefon lemerülhet vagy tönkremehet, és így nem tudunk segítséget hívni.

## TÁJÉKOZÓDÁS

**Útirány betartása iránytűvel:** Iránytűvel becélzott irányt tartod menet közben.

### Útiránytartás tájolóval és anélkül (átvágás)

Az átvágás nagyon izgalmas dolog, és ha jól csináljátok, sok időt meg lehet vele spórolni. Ellenkező esetben bajba is lehet keveredni, ezért óvatosnak kell lenni.

A legnagyobb veszély, hogy eltévedtek, és vissza kell menni. Az is lehet, hogy hirtelen egy szakadék, folyó vagy egy autópálya keresztezi az utakat. Ilyenkor vissza kell fordulni, mert a továbbhaladás életveszélyes lenne, vagy követni kell az akadályt, amíg egy hídhoz vagy felüljáróhoz nem értek.

Ezért ha térképpel mentek, akkor előbb nézzétek meg a térképen, hogy milyen terepen fogtok átvágni. Ha nincs semmi akadály, akkor meg kell állapítani, hogy hova akartok érkezni. Célként jobb egy utat vagy folyót keresni, mint egy házíkót az erdő közepén, mert azt nagyon nehéz a térképen pontosan betájéolni.

**Tájéolóval:** A célpontnak megfelelően tájolóztok be a térképet; fektessétek rá az iránytűt, és állítsátok be az iránytűn a fokokat. Ezzel az iránnyal becélóztok egy távoli pontot. Elmentek odáig, és ott újra becélóztok egy távoli pontot, amíg el nem értek a célhoz. Menetközben folyamatosan figyeljétek a tájat is. Nem szabad az iránytűt magatok előtt tartani és úgy menni, mert elhagyhatjátok a becélzott pontot anélkül, hogy észrevennétek.

Ha nincs iránytűtök, de az irány adott (pl. az egyik fáig), akkor valaki az adott fánál marad, a többiek pedig úgy mennek tovább, hogy a megadott célpontot, a fát elhagyva a hátul maradó irányítja őket. Ő az, aki a két pont között be tudja tájolni az útiránynak megfelelő egyenest. Ennek értelmében a menet fától fáig halad, mindig becélózva az útirányt. Ez ugyan elég nehézkes egy módszer, de csak így tudjátok pontosan tartani az irányt.

**Irány átvitele térképre:** Egy becélzott irányt iránytűvel átviszel térképre.

### **Útirányt átvinni a térképre**

Mielőtt átvágsz valahol, nézd meg, milyen akadályok vannak előtted. Ehhez az útirányt át kell vinned a térképre.

1. Tájold be a térképet!
2. A tájólón állítsd be az útirányt!
3. A tájólót fektesd rá a térképre, hogy az egyik széle a te tartózkodási pontodat keresztesze!
4. A tájoló szélén egy ceruzával húzd meg az útirányt!
5. Most látod, milyen akadályok állnak előtted, amelyeket talán ki kell kerülnöd.

Ha ezt az irányt a térképre akarod átvinni, akkor a beállított tájólót ráfekteted az előre be-tájolt térképre. A tájoló egyik széle a te tartózkodási pontodon menjen keresztül. A tájoló szélén egy ceruzával meghúzod az irányt. Így látod, hogy útvonaladon milyen akadályok vannak.

## **BECSLÉS**

**Távolságbecslés:** Nagyobb távolságot tudsz 90%-os pontossággal becsülni (arc, ember, embercsoport segítségével).

### **Távolságbecslés**

A távolságbecslés azért nehéz, mert nagyon sok múlik az időjáráson és a fényviszonyokon. Ezért az egyik módszer, ha tudod, melyik tárgyat milyen messziről láthatod meg. Tehát ha egy autót kis pontként épphogy látsz még, akkor az kb. 3 km-re lehet.

### **Fontos méretek távolsága**

Segít, ha bizonyos tárgyak, épületek láthatósági távolságát megtanulod, és utána te magad is megfigyeled, és gyakorlod.

Vár, templom, torony	15 km	Egyes emberek	700 m
Házak	7 km	Ruha színei	500 m
Autó (mozgó)	3 km	Emberi arc, mint világos folt	300 m
Autó, embercsoport	1,5 km	Emberi szemek, mint foltok	100 m
Egyes fák, tehenek	1 km	Élesen látszik a szem és a száj	50 m

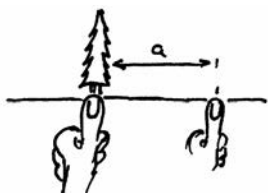
A távolságot persze a lépéseiddel is megmérheted. Egy régi, de pontos módszer, hogy egy kereket egy botra szerelve maguk előtt toltak. Megmérték a kerék kerületét és útközben számolták, hogy hányat fordult a kerék, így tudták kiszámolni, mekkora távolságot tettek meg. Manapság ennek szerepét átvette a GPS.

**Távolságbecslés:** *Távolságbecslés (pl. hüvelykujjal).*

### **Távolságbecslés hüvelykujjal**

Nyújtsd ki a karodat, és az egyik szemeddel a hüvelykujjdon keresztül célozz meg egy távoli tárgyat. Ha most a másik szemeddel célzod be, akkor úgy tűnhet, mintha a hüvelykujjad ugrott volna odébb. A távolságot, amit a hüvelykujjad tett meg, becsüld meg. Ha ezt megszorozod 10-zel, akkor megkapod a tárgy tőled való távolságát. Ez a módszer azon alapszik, hogy a legtöbb embernek a szemtávolsága 6,5 cm, a karhossza pedig kb. 65 cm. A kettő tehát tízszerese egymásnak. A megadott pontok pedig egy háromszöget adnak ki.

*Példa: Ha a távolságot (a) 30 m-re becsüljük, akkor a kérdéses távolság (x) egyenlő  $10 \times 30$  m = 300 m.*



$$x = 10 \times a$$



## **TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK**

**Petróleumlámpa:** *Biztonságos használata, üvegcsere, kanóccsere.*

### **Lámpák**

Táborban mindenféle lámpákat és tűzhelyeket használunk, melyek gázzal vagy üzemanyaggal működnek. Ezek tűz- és robbanásveszélyesek, éppen ezért körültekintően és szakszerűen használd őket. Hibás bánásmód esetén nagyon veszélyesek tudnak lenni, sőt, fel is tudnak robbanni.

### **Petróleumlámpa**

A petróleumlámpák csak petróleummal működnek. Semmilyen más üzemanyaggal ne próbáld ki, mert felrobbanhat!

### **A petróleumlámpa használata**

1. Nézd meg, hogy van-e benne kanóc!
2. A kanócot 1-2 cm-re tekerd ki!
3. Töltsd bele a petróleumot egy tölcserrel!
4. A billentyűvel emeld meg az üveget, és egy gyufával gyújtsd meg a kanócot!
5. Ha már ég, akkor ereszd le az üveget!
6. A kanócot annyira tekerd le, hogy a láng már ne kormozzon.



Ha kifogy a petróleum, akkor a lámpa elalszik. Várj néhány percet, aztán újratöltheted. Égés közben nem szabad utántölteni.

Ha nincs benne kanóc, akkor emeld meg az üveget. A kanóctartó részt kiveheted, és fölülől egy új kanócot fűzhetsz a tartóba.

**Gázlámpa:** Biztonságos használata, palack- és harisnyacsere.

### Gázlámpa

Táborozáshoz gyakrabban használnak gázlámpákat és gáztűzhelyeket.

#### A gázlámpa használata

A gázlámpák hatékonyabbak, mint a petróleumlámpák, ezért sokan jobban kedvelik őket.

A gázlámpákon van egy úgynevezett harisnya, amit az első használat előtt rá kell égetni, hogy szépen világítson. Ha nincs rajta, akkor pótolod. Ezt most egy gyufával el kell égetni, csak így fog szépen világítani. A harisnya most nagyon érzékeny, ezért ne rázd a gázlámpát.

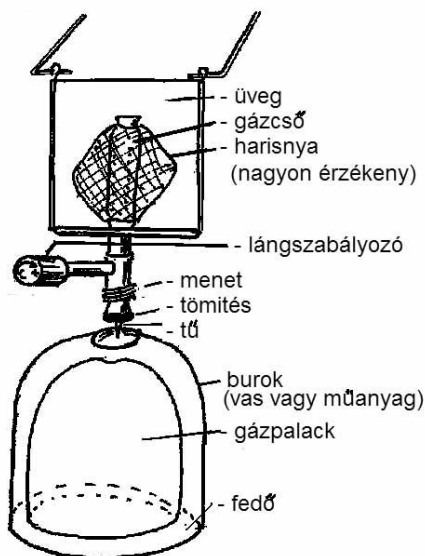
A legtöbb gázlámpa önindítóval rendelkezik. Ha ilyen nincs rajta, akkor ki kell nyitni a gázt, és egy gyufával óvatosan felülől meggyújtani.

Ha kiürül a palack, akkor várj egy pár percet, amíg lehűl a lámpa. Ezután le kell tekerni a lámpa alatti fémburát. Most ki tudod venni a gázpalackot a burából és az újat belerakni. Csak ezután tekerheted vissza a lámpára.

A lámparészben van egy tű, ami kiszúrja a palackot.

Ha nem jól csinálta, akkor szivároghat a gáz, és a forró lámpa akár fel is robbanhat, ezért mindig légy óvatos.

**Figyelem!** Ha nem vagy biztos a kezelésükben, akkor kérj meg egy vezetőt, hogy segítsen neked. Az alvósátorban csak elemlámpát használhatsz!



## **TŰZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS**

**Főzés bográcsban:** Elkészítesz egy egyszerű ételt bográcsban.

### **Sütés és főzés tűzön**

1. Főzni mindig lángon kell, bográcsban vagy fazékban.
2. Sütni parázson kell, rácsot, nyársat vagy fóliát alkalmazva vagy más módszerekkel.
3. Párolni mindkettőn lehet, de lassan, óvatosan és lefedve.

Tanulj meg egy pár egyszerű ételt először konyhában és utána szabad tűzön is megfőzni! Ha bográcsban főzünk, célszerű olyan ételt készíteni, amihez egy edény is elég.

### **Egyszerű ételek főzése bográcsban**

#### **Diós/túrós/kakaós/sajtos tészta**

1. Forrald fel a vizet, és tegyél bele sót.
2. Ha forr a víz, tedd bele a tésztát, és addig főzd, amíg megpuhul. Szűrd le, és keverd össze egy kis olajjal, hogy ne tapadjon össze, majd pedig ízlés és lehetőség szerint szórd meg dióval, mákkal vagy túróval.

#### **Rizi-bizi kondérban**

Egy csésze rizshez két csésze víz kell (2 személyre)

1. Forrald fel a vizet, és tegyél bele sót.
2. Ha forr a víz, tedd bele a rizst.
3. Ha már majdnem puha a rizs, rakd bele a borsót és egyéb zöldséget.
4. Ha nem fő le róla az összes víz, akkor azt öntsd le róla, ha pedig kevés a víz rajta, akkor kavargasd, nehogy leégjen. Ha van fedőd, akkor a már majdnem kész rizst vedd le a tűzről, és lefedve hagyd megpuhulni. Aki akar, kolbászt is tehet a félig kész rizsbe.

#### **Paprikás krumpli bográcsban**

1. Mosd meg a krumplit, a hagymát vágd fel apróra.
2. A bográcsban eközben megolvadt zsírban pirítsd meg a hagymát.
3. Dobd bele a krumplit, majd pirospaprikával, sóval ízesítsd, és öntsd fel vízzel annyira, hogy ellepje a krumplit.
4. Egyéb fűszereket is adhatsz hozzá, végül pedig a virsli/ kolbász kerül bele.

#### **Pörkölt, ebből rizses hús/paprikás**

1. Vágj apróra hagymát, párold meg zsírban, majd add hozzá az apróra vágott húst.
2. Összekevered és pirospaprikát, sót, borsot adsz hozzá. Öntsd fel annyi vízzel, ami kicsit ellepi. Félig kész állapotban még adj hozzá egy kis vizet, majd rizst vagy krumplit. Készre főzzük. Vigyázz, mert a rizs könnyen odaég!



## TESTEDZÉS

**Gyakorlatok:** Bemutatsz 3 hajlékonysági gyakorlatot.

### Hajlékonyság



A sportolók edzések és versenyek előtt felkészítik, bemelegítik a testüket. Az ízületeket, szalagokat és az izmokat megmozgatják, hogy ne szenvedjenek sérüléseket.

Próbáld meg minden testrészedet megmozgatni. Ezeket nagyon óvatosan és lassan kell csinálni.

Fej és nyak (1-3)

Vállak és karok (4-9)

Törzs és derék (10-16)

Lábak és combok (17-23)

Ezeket a gyakorlatokat persze kint is lehet csinálni, de inkább csak azokat, amelyeknél nem kell leülni a hideg földre.

**Méta:** Ismered a métát.

### Méta

A métát a baseballhoz lehet hasonlítani. Az egyik csoport bent áll a mezőben, és próbálja elkapni a labdát, amit a másik csoport egy ütővel kiüt. A legfőbb különbség a baseballhoz képest, hogy a dobó és az ütő egy csoportban van. Ha az ütőjátékos eltalálja a labdát, futnia kell, mégpedig a mezőt megkerülve. Ütközben megállhat a pihenőkön. Akkor kap pontot, ha egyszer körbeért. Viszont kiesik, ha a másik csoport elkapja a labdát, vagy ha nincs a pihenőn, amikor visszaér a labda a célba. Megadott idő után a két csoport helyet cserél.



**Kitartás:** Tudsz 8 percet futni (vagy 500 métert úszni, vagy 14 km-t kerékpározni).

### Testedzési teljesítmények táblázata

	Futás	Úszás	Kerékpározás
<b>Portyázó (13-14 éves):</b>			
Piros lilium próba	7 perc	400 m	12 km
Fehér lilium próba	8 perc	500 m	14 km
Zöld lilium próba	9 perc	600 m	16 km
Lilium próba	10 perc	700 m	18 km





### 13-14 éves cserkészeknek, harmadik félév

#### Fontos tudnivaló

Ma már a számítógép is hasznos eszköze a cserkészéletünknek. Annak segítségével olvashatod a KMCSSZ honlapját, a Magyar Cserkészt és esetleg saját csapatod honlapját is. Levelezhetsz távoli cserkésztársaidal, sőt, fényképeket is tudtok egymásnak küldeni. Az olvasási különpróba is számítógépen megy, és a vezetők munkaeszközához tartozik.

#### Kötelező tevékenységek és feladatok:

Cserkészsimeretek: Olvassátok el a KMCSSZ honlapján a legújabb Magyar Cserkészt. Számítógépen keress anyagot, és készíts beszámolót a cserkészetéről.

Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:

Jellem: Étkezést (ebédet vagy vacsorát) készítesz otthon a családodnak.

Elsősegély: Őrsi mentődobozt készítesz.

Főzés: Szabad tűzön palacsintát vagy kürtöskalácsot sütsz.

Magyarság: Készíts egy népi kézimunkát (faragás, hímzés, bőrózés, nemezelés).

#### PRÓBÁZTATÁSI ANYAG

##### Cserkészsimeretek

Cserkésztörténelem	Tudod, ki volt Bodnár Gábor, és mit csinált.	6	
--------------------	--	---	--

##### Vallás

Magyar szentek	El tudod mondani 3 magyar szent 1-1 legendáját.	6	
----------------	---	---	--

##### Jellemnevelés

Kábítószér	Részt vettél beszélgetésen a kábítószerről (a cserkésztörvény és -szabályzat, valamint országod törvényének ismeretében).	4	
Segítőkézség	Segítesz öregeknek (pl. templomban, öregotthonban).	4	
Takarékosság	Részt vettél beszélgetésen a pénzzel való gazdálkodásról, és arról beszámolsz.	4	

##### Magyarságismeret

Népdal	Ismersz 50 népdalt.	10	
Magyar várak története	Ismered 3 magyar vár történetét.	6	

Magyar sportolók	Ismersz 2 sikeres magyar sportolót.	4	
Történelem 1526-	Mesélj a mohácsi vésről, a török korszakról és a végvári harcokról (Eger, Szigetvár,...).	8	
Földrajz	Őrség: jellegzetességei, főbb városai stb.	10	

### Elsősegély

Vérzészfajták	Ismered a 3 vérzészfajtát és a teendőket.	12	
Állatharapások	Tudod, hogy állatharapásnál mit kell tenni.	2	
Mentődoboz	Ismered az őrsi mentődoboz tartalmát.	10	

### Természet ismeret

5 védett állat	Ismersz 5 helyi védett állatot és az életmódjukat. (MO: vízisikló, denevér, gyík, hód, hiúz)	10	
Állatfényképezés	Lesből fényképezz erdei állatot!	6	

### Csomózás

Dísz tárgyak	Nyakkendő gyűrűt fonsz egy kiscserkésznek.	6	
--------------	--	---	--

### Tájékozódás

Oldal- és hátrametszés	Tudod az oldalmetszést, és hogy mire való.	4	
	Ismered a hátrametszést, és hogy mire való.	4	

### Becslés

Mennyiségek	Becsülj meg 5 különböző mennyiséget (pl. hány ember van egy teremben, mennyi víz van egy tartályban).	10	
-------------	---	----	--

### Táborozás, szerszámok

Nagy sátor	Felverés, bontás és csomagolás. Pl. konyhasátor.	8	
	Sátorjavítás, szárítás, tárolás.	6	

### Tűzrakás, főzés és sütés

Tűzvédelem	Tudod, mit kell tenni tűz esetén (5).	5	
------------	---------------------------------------	---	--

### Testedzés

Gyakorlatok	Bemutatsz 3 lazító gyakorlatot.	3	
Kitartás	Tudsz 9 percet futni (vagy 600 métert úszni, vagy 16 km-t kerékpározni).	10	

Elért pontszám a próbáztató aláírásával: .....	158	
--	-----	--

## CSERKÉSZISMERETEK

*Cserkész történelem: Tudod ki volt Bodnár Gábor és mit csinált.*



**Bodnár Gábor** (1920-1996). Katonatiszt, majd Amerikában építési vállalkozó. Miskolci cserkészvezető, a cserkészranglistát és beosztásokat ott végigjárva, 21 évesen már az Országos Nagytanács tagja lesz. A II. világháború vége őt is Nyugaton éri. A Hontalan Sasok munkájának beindítására a Főcserkész úr központi keretet állít fel, melynek élére Bodnár Gábor bízza meg központi vezetői tisztként, a központi munka megindítására. Két évvel később Farkas Ferenc a központi adminisztráció kiépítésével szintén megbízza. A Külföldi Magyar Cserkészszövetség élén állt egészen haláláig. 1947-től vezető tisztt, 1961-től ügyvezető elnök és 1993-tól haláláig főtitkár. Számos cserkészkönyv szerzője. Sokoldalúsága, energiája és munkaképessége szinte páratlan volt a külföldi magyar cserkészletben. Életét az emigráns, azaz a külföldi magyar cserkészletnek szentelte.

## VALLÁS

**Magyar szentek:** *El tudod mondani 3 magyar szent 1-1 legendáját.*

### Magyar szentek

A magyar nép köréből rendkívül sok szent származott. Ismerd meg nevüket, és érdeklődj cselekedeteik iránt!

A boldoggá, illetve szentté avatás teológiai tartalma azonos: annak kinyilvánítása, hogy az adott személy hősies fokon gyakorolta a keresztény erényeket, vagy pedig életét feláldozva tett tanúságot a Krisztusba vetett hite mellett (mártírium). A boldogok és szentek tisztelete a kereszténység három nagy egyháza közül kettőnek, a római katolikus egyháznak és az ortodox egyháznak a jellemzője. A protestáns egyházak elismerik, hogy a szentek Isten barátai, de imádsággal nem fordulnak hozzájuk.

Néhány magyar szent neve:

Árpád-házi Szent Kinga (1224-1292)  
Árpád-házi Szent Margit (1242-1270)  
Toulouse-i Szent Lajos (1275-1297)  
Portugáliai Szent Erzsébet (1277-1336)  
Szent Hedvig (1373-1399)  
Kapisztrán Szent János (1386-1456)  
Boldog Apor Vilmos (1892-1945)

Árpád-házi Szent István (967/975-1038)  
Árpád-házi Szent Imre (kb. 1007-1031)  
Skóciai Szent Margit (1047-1093)  
Árpád-házi Szent László (kb. 1040-1095)  
Árpád-házi Szent Pirokska (1080-1143)  
Árpád-házi Szent Erzsébet (1207-1231)  
Prágai Szent Ágnes (1205-1282)

Az embernek mindig is szüksége volt a hitre, szüksége volt a hagyományokra, és szüksége volt segítségre a szükséghelyzetekben. A katolikusok egyik legősibb hagyománya a példát mutató és az Istennél az emberekért közbenjáró védőszentek.

## **Mondák magyar szentekről**

### **Szent László pénze**

A kunok éppen Kolozsvárt támadták, a magyar sereg azonban megfutamította az ellenséget. Menekült a sok tar fejű kun, ki merre látott. A magyar vitézek meg utánuk, irtották a pogányokat. A kunok vezére cselt eszelt ki ekkor. Kibontotta az iszákját, és a rabolt kincsek-ből marékszámra szórta az aranypénzt az üldöző magyarok elé.

Ezt látva a többi kun is követte a vezér példáját. Valóságos aranyesővel árasztották el az üldözőket. Nem voltak restek a magyar vitézek, leugrottak a ló hátáról, és marékszámra szedték a kincseket. Senki sem törődött ekkor már a pogányok üldözésével. László király hiába bízta fiait a további harcra. A csengő arany szebben beszélt, nem hallgattak azok a királyi szóra. Szent László ekkor megint az Úrhoz fordult:

- Uram, te segíts meg, hiszen éretted harcoltam!

És íme, ekkor csoda történt. Isten a kunok földre szórt aranyát egytől egyig kővé változtatta! E vidéken sokáig mutogatták a különös köveket, amit a nép Szent László pénzének nevezett.

### **Árpád-házi Szent Erzsébet - A rózsza-legenda**

Boldogságos Erzsébet, Magyarország királyának leánya, kicsi gyermekként, már négy- vagy öt éves korában elkezdte Istent szolgálni, valamint Szűz Máriát és Szent János evangélistát tisztelni. S azután is, hogy feleségül ment egy herceghez, egyre tökéletesedett. A szegények oltalmazója volt, gyakran vigasztalta őket, látogatta a betegeket és a leprásokat, s felöltöztette őket olyannyira, hogy nemegyszer nem maradt más ruhája, amelyet magára ölthetett volna, csupán egy szegényekhez illő szoknyácska. Egészen haláláig, miután megözvegyült és apáca lett, mindvégig igen vágyott arra, hogy a szegényeket, betegeket és leprásokat szolgálja és támogassa. Személyesen is szolgált, átöltöztette és mosdatta őket, néha előfordult az is, hogy egy éjszaka alatt hatszor vitt el az árnyékszékre egy beteget. Egész életében igen nagy tisztaságban és szeretetben szolgálta Istent; és mivel férjnél volt, arra vágyott, hogy Isten szeretetéért koldulni mehessen. Kicsiny leány korában a szakács többször elpanaszolta édesapjának, hogy titokban kivette a húst az edényből, és a szegényeknek vitte. Egyszer, mikor a szakács meglátta, hogy éppen kiveszi a húst az edényből, és ölébe rejti, édesapjához sietett, és elmondta neki. Mire amaz találkozáskor vele megkérdezte: – Leányom, mi van az öledben? Mutasd meg! – Mire ő kitárta kötényét, amely gyönyörű rózsákkal és virágokkal volt tele, mivel Isten csodásan átváltoztatta az általa vitt húst.

### **Szent István – A szent jobb**

Szent István király halála után trónviszályokkal terhelt, zűrzavaros idők következtek. Ekkor a fehérvári káptalan, mivel féltette a bebalzsamozott és mumifikálódott holttestet, kiemelte a bazilika közepén álló márványszarkofágból, ahová 1038. augusztus 15-én temették el István királyt. A holttestet a bazilika alatt lévő sírkamrában rejtette el. Ekkor történt, hogy az épségben megmaradt jobb kezét leválasztották, mivel csodás erőt tulajdonítottak neki, és a bazilika kincstárába vitték.

A kincstár őre Merkur volt, aki később eltulajdonította a szent ereklyét, és bihari birtokán rejtette el. Mikor Szent László hírt hallott az ereklyéről, felkereste Merkurt a birtokán. Megbocsátott a „tolvajnak”, és a Szent Jobb megtalálásának helyén, első királyunk tiszteletére és a szent ereklye méltó elhelyezésére, Szent Jobb-apátságot alapított. (Az apátság, s a körülötte kialakult mezőváros neve Szentjobb, a mai Románia területén, Erdélyben található. Román neve: Siniob).

## **JELLEMNEVELÉS**

**Kábítószer:** Részt vettél beszélgetésen a kábítószeréről (a cserkésztvörvény és -szabályzat, valamint országod törvényének ismeretében).

### **Cserkészies életmód - Beszélgetések (drog, kábítószer)**

Ezekről a témákról beszéljétek az órásban. Legjobb, ha van veletek egy felelős felnőtt is, aki kiismeri magát ezekben a témában (szakember, orvos stb.)

#### **Kábítószer**

**Beszéljétek meg, hogyan kell elkerülni a kábítószerrel, illetve hogy miért veszélyes olyan csoporthoz tartozni, amelynek tagjai kábítószeresnek?**

Cserkészek számára kábítószeres birtoklása, használata, vagy mások kábítószerrel való megkínálása szigorúan tilos. Ez a szabály felülírja az esetleges engedékenyebb helyi törvényeket, és nemcsak cserkészfoglalkozás alatt, hanem azon kívül is érvényes. Ez nem zárja ki az esetleges törvény által megkövetelt lépéseket, mint például a rendőrség értesítését.

Kábítószerrel (droggal) kapcsolatos problémák adódnak marihuána, kokain, heroin, a többi „utcai drog” és egyes gyógyszerek rendszeres használata esetén. A legálisan beszerezhető gyógyszerek, nyugtatók, altatók, fájdalomcsillapítók, amfetaminszármazékok szedése is vezethet függőséghez, egyes esetekben észre sem veszi a rendszeres használó, hogy függővé vált a gyógyszerétől. A kábítószeres elvonási tünetei nagyon kellemetlenek lehetnek: erős izomfájdalmak, hasmenés, depresszió, gyakran az öngyilkossági kísérlet, szorongás. A leszoktató kezelések rendszerint a szer fokozatos megvonásával próbálják elérni, hogy teljesen kitisztuljon a szervezet. A fizikai függőség mellett nem elhanyagolható és talán jelentősebb teher a pszichés függés; a sikeres gyógyuláshoz pszichológiai segítség is kell, amely lehet egyéni vagy csoportos terápiás kezelés. A kábítószer ellen is a leghatékonyabb védekezés, ha el sem kezdted a fogyasztását.

**Segítőkészség:** Segítesz öregeknek (pl. templomban, öregotthonban).

#### **A segítőkészség törvénye (A cserkész ahol tud, segít.)**

Mindig járj nyitott szemmel, és ha látod, hogy valakin segíteni kell, akkor ne habozz, hanem menj oda hozzá, és ajánld fel segítségedet. Ez nem csak akkor érvényes, ha elsősegélynyújtásról van szó, hanem az élet minden pillanatában. Családodban igyekezz kivenni részedet az otthoni munkából. Idős és beteg emberekkel szemben különösen legyél figyelmes. Ne várj érte jutalmat, sőt, még hálát se várj. Azért segíts, mert neked jólesik. BP utolsó üzenete így szól: „A helyes út a boldogság eléréséhez az, ha másoknak szereztek boldogságot.”

**Takarékosság:** Részt vettél beszélgetésen a pénzzel való gazdálkodásról, és arról beszámolsz.

#### **Pénz**

**Beszéljétek meg, mennyi pénz kell nektek. Hogyan lehet azt megkeresni? Hogyan kell a pénzt beosztani? Miért veszélyes pénz kölcsönözni?**

A pénz körül forog sok ember élete. Vagy nincs elég, vagy még több kell belőle. Sok ember még felnőtt korában sem tud bánni a pénzzel. Nem tudja beosztani úgy, hogy elég legyen a következő fizetésig. Olyan dolgokat vásárol, amelyeket nem bír kifizetni. Már gyerekként is tudsz gazdálkodni a pénzeddel. Van zsebpénzed, el tudsz végezni egyszerű munkákat, és talán ajándékba is kapsz pénzt. Mire költöd?



## Magyar Zoltán (1953-)

Kétszeres olimpiai bajnok tornász, sportvezető, állatorvos. Pályafutása alatt lólengésben három világ-, három Európa-bajnoki aranyérmet nyert.

**Történelem 1526-:** *Mesélj a mohácsi vészről, a török korszakról és a végvári harcokról (Eger, Szigetvár, ...).*

### Mohácsi vész (1526. augusztus 29.)

A Mohács határában megvívott csatát későbbi történetírásunk úgy emlegette, mint „nemzeti nagylétünk nagy temetőjét”.

A hatalmas török haderővel egy jóval kisebb magyar sereg állt szemben.

Fájdalmas vereséget szenvedtünk: elesett 4000 lovas, 10 000 gyalogos, 7 püspök – köztük a fővezér Tomori és Szalkai László esztergomi érsek – és 16 zászlósúr, valamint 12 főúr. Tehát a nemzet főpapsága, nemes urai és fiataltsága. A menekülő király a Csele-patakba fulladt (bár később sokan azt állították, a trónra törő Szapolyai gyilkolta meg).

A mohácsi csata után az ország fővárosa, Buda, védtelen maradt. A törökök a város elfoglalása után még a koronázási ékszereket is elvitték magukkal.

Ezzel elkezdődött egy 160 évig tartó török uralom, amelynek csak 1686-ban, Buda visszafoglalásával sikerült véget vetni.

### Következmények:

#### 1541-ben az ország három részre szakadt:

Északon Magyarország király nélkül maradt, majd egyszerre két választott királya is lett: Szapolyai János és I. Habsburg Ferdinánd. Időközben a török állandóan tovább akar terjeszkedni. A magyar végvárak (Temesvár, Eger, Drégely, Lippa, Szolnok, Kőszeg, Szigetvár) hősiessé kúzdelenek a a törökök ismételt támadásai ellen. 1552-ben Eger váránál a védősereg a túlerővel szemben, ötheti ostromban védte meg a várat, és az idő haladtával közeledő hideg időjárás a török ostromlókat visszavonulásra kényszerítette. 1566-ban Szigetvárnál Zrínyi Miklós parancsnoksága alatt mintegy 2300 főnyi végvári katonaság 34 napig állta az ostromot a hatalmas túlerő ellenében, mígnem maradékuk Zrínyi vezetésével kitört a lángoló belsővárból, hogy véres közelharcban haljanak hősi halált.

1570-ben Erdély önálló lett. A Habsburgok elfogadták önállóságát, és a törökök sem szállták meg. Iskolákat nyitottak, széles körben olvasást tanítottak. Ezekben az években több erdélyi fejedelem követte egymást, közülük leghíresebb Bethlen Gábor.

**Földrajz:** *Őrség - jellegzetességei, főbb városai stb.*

### Őrség

Zömében Nyugat-Magyarországon, kisebb részben a szlovéniai Muravidéken található történeti és néprajzi tájegység.

Vas megye délnyugati szegletében található e kistáj, ahová a honfoglaló magyarok a nyugati határ védelmére őrállókat telepítettek, akik a magaslatokról figyelni tudták a határvonalat. Innen a táj neve: Őrség.

Látnivalók: természeti kincsekben, a történelmi múltat idéző értékekben, kulturális és szakrális emlékekben gazdag tájegysége hazánknak.

Főbb települései: A honfoglalás után Vér-Bulcsú telepített ide gyeptűzörzöket (füves terület). Az őrségi falvak füzéresen helyezkednek el. Egy-egy kisebb házcsoport lazán vagy egyáltalán nem kapcsolódik a következőhöz. A szeres településszerkezet jellemző. Egy-egy szert eredetileg vérrokon családok laktak. Ilyenek például: Velemér, Órimagyarósd, Óriszentpéter, Pankasz, Hegyhátszentjakab, Hegyhátszentmárton.



Órség



Órségi ház

## ELSŐSEGÉLY

**Vérzés fajták:** Ismered a 3 vérzéstípust és a teendőket.

### Vérzéstípusok és nyomáspontok

Három különböző vérzést ismerünk: hajszál-, ütő- és gyűjtőerest.

Mindig kövessük a CSIMIHI-MESE lépéseit.

- |             |                |                    |                |
|-------------|----------------|--------------------|----------------|
| 1. CSIGAVÉR | 2. MI TÖRTÉNT? | 3. HÍVJ SEGÍTSÉGET |                |
| 4. MENTENI  | 5. ELSŐSEGÉLY  | 6. SZÁLLÍTANI      | 7. ELLENŐRIZNI |

És itt a „MESE”:

### Hajszáleres vérzés



#### Hajszáleres vérzés

A hajszáleres vérzést látjuk el a vér finom elosztását testünkben. Ezért sok van belőlük, és nem olyan nagyok, mint az ütő- és gyűjtőerek. Ez viszont nem jelenti azt, hogy a hajszáleres vérzést nem kell komolyan venni, mert ezek is lehetnek nagy sebek.

Ezzel a vérzéssel találkozunk leggyakrabban, ezért tanuld meg, hogyan kell kezelni és bekötni a test különböző részein (kézen, lábon, fejen, háton stb.)

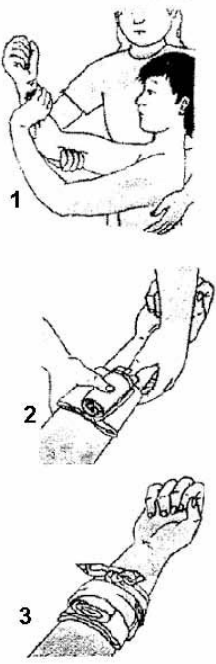

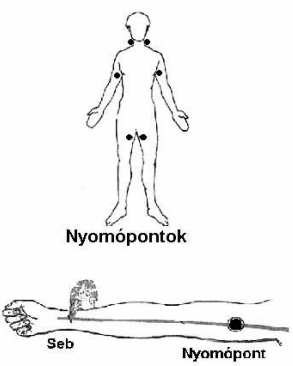
1. **Ültessük le a sebesültet.**
2. **Mossuk meg a kezünket!**
3. Tiszta vízzel vagy fertőtlenítőszerrel mossuk meg a sebet és környékét. Ha nincs kéznél víz, akkor hagyjuk egy kicsit kivérezni.
4. Töröljük szárazra a seb körüli bőrt egy tiszta gézdarabbal, nem pedig vattával.
5. Nagyon óvatosan távolítsunk el minden piszkot, üvegszilánkot, ami a sebben van.
6. Tegyük ragtapaszt a sebre. Ha a seb túl nagy, akkor takarjuk le egy steril gézzel, és azt rögzítsük kötéssel vagy ragasztószalaggal.
7. Mély és hosszú vágásokat orvossal kell összevarratni. A fertőzés veszélye miatt a nagyobb sebeket is meg kell mutatni az orvosnak.

**Figyelem!** A sokk hatására sokszor nem is vérzik a seb, és talán nem is fáj a sebesültnek. Ennek ellenére el kell látni, bekötni és orvoshoz vinni.



## Ütőeres és gyűjtőeres vérzés

Ezek a vérzések mindenféleképpen súlyos vérvesztéséget okoznak, ezért a sérültet azonnal orvoshoz kell vinni.

	<p><b><u>Ütőeres vérzés</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- a vér világos</li><li>- nagy ívben spriccel, mert a szívtől jön</li><li>- ilyenkor szorítókötést kell alkalmazni</li></ul> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Fektessük le a sebesültet</b>, mert a vérvesztés miatt fennáll a sokk veszélye.</li><li>2. <b>Mossuk meg a kezünket vagy vegyünk gumikesztyűt.</b></li><li>3. Szorítsuk el a sebet lehetőleg egy steril gézgömböccel. Ha benne van egy tárgy a sebben, akkor a tárgyat két oldalán nyomjuk.</li><li>4. A végtagot emeljük fel, hogy magasabban legyen, mint a szív.</li><li>5. Nyomjuk el ujjunkkal a szív felé eső nyomáspontra.</li><li>6. <b>A sebre szorítókötést kell tenni:</b><ul style="list-style-type: none"><li>- steril gézt nyomjunk a sebre</li><li>- arra egy lapos, kemény, lehetőleg tiszta tárgyat helyezünk</li><li>- ezt egy kötéssel rákötjük a sebre úgy, hogy a csomó a seb fölött legyen</li></ul></li><li>7. Ha átvérzik, akkor kell még egy kötés, vagy át kell kötnözni.</li><li>8. Folyamatosan kell figyelni a sokk veszélye miatt.</li></ol>
	<p><b><u>Gyűjtőeres vérzés</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- a vér sötét és sűrűn folyik a sebből</li><li>- nem spriccel, mert a szív felé folyik</li><li>- ezt is szorítókötéssel kössük be</li></ul>
	<p><b><u>Nyomásponatok (nyomópontok)</u></b></p> <p>A nyomáspontnál az ütőeret tudjuk kitapintani az ujjunkkal. Ehhez az izom közé kell benyúlni. Ha erősen rányomunk, akkor elszibbad a kéz vagy a láb, és érezzük a szív lüktetését.</p> <p>Az ütőeres vérzésnél keressük meg azt a nyomáspontot, ami a szív és a seb között található, és erősen nyomjuk meg. Így lelassítjuk a vér áramlását, és ezzel a vérvesztéséget is csökkenthetjük.</p> <p>A végtagot elkötöni nem szabad, mert elhalhat. És ha egyszer el lett kötve, akkor a kötést nem szabad újra kioldani, mert az elkötésnél kialakult vérrögök felszabadulhatnak, és a szívbe juthatnak.</p>

**Állatharapások:** Tudod, hogy állatharapásnál mit kell tenni.

### **Állatharapás**

A kutyaharapás gyakori dolog. Megmarhatnak kóbor kutyák, de akár a saját ebéd vagy a szomszéd kutyája is. Táborban inkább erdei vagy mezei állatok haraphatnak meg, pl. róka, görény, mosómedve, esetleg macska vagy patkány. Általában nem a seb maga a veszélyes, bár egy nagy kutya csúnya sebeket tud okozni, hanem a fertőzés. Ezért az állatharapást mindig komolyan kell venni, még ha kicsi is. Szelíd rókától, mely közel jön az emberhez, óvakodj, általában veszettek.

Teendők harapás esetén:

- CSIMIHI-MESE!
- A harapás helyét bő vízzel kimosni, fertőtleníteni.
- Rögtön orvoshoz menni, mert ha veszett az állat, a veszetség halálos lehet.
- Emberharapás esetében is így kell eljárnod.

**Mentődoboz:** Ismered az órsi mentődoboz tartalmát.

### **Az elsősegélydoboz tartalma**

#### **Egyéni elsősegély-felszerelés**

Mindig legyen nálad néhány darab ragtapasz. A cserkésznyakkendőddel együtt ez az egyéni elsősegély-felszerelésed.

Táborokban ajánlatos minden cserkésznek adni egy kis kártyát, ami az alábbi adatokat tartalmazza:

- Táborhely címe
- Tábori telefon
- Táborparancsnok neve és telefonszáma
- Tábori orvos neve és telefonszáma
- Mentők hívószáma

#### **Órsi mentődoboz**

A baleset-megelőzéshez hozzátartozik az is, hogy kéznél van a szükséges felszerelés. Így sok bonyodalmat el lehet kerülni.

Készítetek össze egy órsi mentődobozt vagy táskát, ami vízhatlan, és amit portyákra magatokkal vihetek. A doboz tartalma:

- Ragtapaszok különböző méretben és formában
- Tompa hegyű olló
- Hegyes csipesz (esetleg külön kullancs-csipesz)
- Fertőtlenítőszer; jódkrém
- Steril géz tekercsben és lapokban
- Elasztikus kötszer kampókkal
- Ragasztószalag
- Biztonsági tűk
- Gumikesztyűk
- Elsősegélykönyv
- Lap a helyi segélyhívószámokkal
- Golyóstoll és papír

## TERMÉSZETISMERET

**5 védett állat:** Ismersz 5 helyi védett állatot és az életmódját. (Mo.: vízisikló, denevér, gyík, hód, hiúz)

### Védett állatok

Minden országban más-más állatok védettek. Ami az egyik országban védett, az lehetséges, hogy egy másik országban kártevő. Magyarországon is több száz növény és szinte minden vadon élő állat védettnek számít. Fokozottan védett a farkas, a hiúz, a vidra, a denevérek, de még a sün és a vakond is, és szinte minden kígyó, gyík, béka és rágszáló. Nem védett viszont a vaddisznó, a róka, a mezei nyúl és a szarvas. Ezekből van bőven, hisz nincsen ellenségük. A madarak és ragadozó madarak is majd mind védettek. Érdeklődj, hogy nálatok melyik fajták védettek. A védett madaraknak megfelelő odút készíthetsz, a virágokat pedig kerítéssel kerítheted körbe, hogy oltalmazd őket.

### Védett állatok Magyarországon:

<u>Védett állatok</u>	
farkas	menyét
hiúz	nyest
vidra	kígyó
medve	gyík
vadmacska	békák
összes denevérfaj	hód
ragadozó madarak	sün
gólyák	mókus
gémek	vakond

**Állatfényképezés:** *Lesből fényképezz erdei állatot!*

### Állatfényképezés

Vadon élő állatokat fényképezni vagy filmezni nagyon izgalmas, de nehéz feladat. Ezért is komoly szakmának számít az állatfilmzés. Viszont te is megpróbálhatsz képet készíteni egy vadon élő állatról. Hogy sikeres légy, gyakorold sokat a lopózkodást is.

Mivel általában mégsem tudod igazán megközelíteni az állatot, fontos, hogy a fényképezőgépnek legyen erős zoom-ja, tehát közelre tudja hozni a képet. Vakut ne használj, mert a villanás elriasztja az állatot.

### Fényképcsapda

Egy változata az állatfényképezésnek, ha egy fényképcsapdát építesz az állatnak. Ez azt jelenti, hogy a csapáson, ahol az állat jár, elhelyezel egy fényképezőgépet, amely működésképp lép, ha az állat a csapáson végigmegy. Régebben ehhez egy csapdát is építettek botokból meg zsinórokból. Manapság a technikai lehetőségekkel élve inkább lézerszenzorokkal meg digitális mozgásérzékelőkkel dolgoznak.

## CSOMÓZÁS

**Díztárgyak:** Nyakkendőgyűrűt fonsz egy kiscserkészeknek.

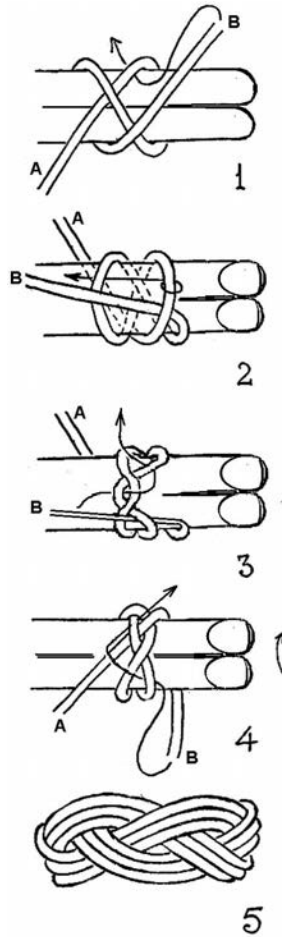
### Dízcsmók (nyakkendőgyűrű)

#### Nyakkendőgyűrű fonása

Nyakkendőgyűrűt fonhatsz bőrből, spárgából vagy drótból. Próbáld meg először egy jó spárgával, de lehet, hogy elsőre nem úgy sikerül, ahogy szeretnéd. Minél többet gyakorlod, annál jobban fog menni.

1. Tekerd a spárgát az ábra szerint a bal kezdet mutató és középső ujjára. A »B« véget áthúzd a szál alatt.
2. Fordítsd el a kezdet magad felé, hogy az »A« vége hátra kerüljön. A bejelölt szálnak a közepét át kell húzni a másik alatt, ahogyan a nyíl mutatja. A 3. képen látod, hogy meddig kell áthúzni.
3. Most a B véget átfonod a keletkezett hurkok közt.
4. Ezután megfordítod kezdet, és elkezded befogni a szálát a másik szál mentén a gyűrűbe.
5. Ahhoz, hogy a gyűrűd szép legyen, kétszer vagy háromszor is végig kell fonnod a fonalat a másik mentén. Dupla fonáshoz kb. 80 cm spárga kell, háromszoros fonáshoz kb. 150 cm spárga szükséges.

Fontos, hogy minden szálát egyformán húzz meg és közben úgy igazítsd a csmót, hogy szép legyen. Ha többször csinálod, rájössz, mekkorára kell csinálni, hogy nyakkendőgyűrűnek lehessen használni. Ha a hüvelykujjad belefér, akkor jó lesz.


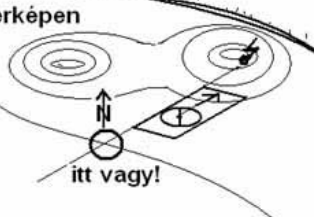
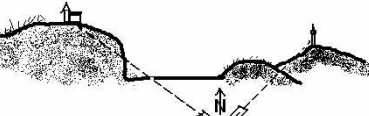
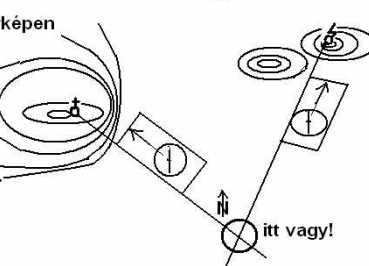


## TÁJÉKOZÓDÁS

**Oldal-, és hátrametszés:** Tudod az oldalmetszést, és hogy mire való. Ismered a hátrametszést, és hogy mire való.

### Oldal- és hátrametszés

Ezt a két metszést akkor kell használni, ha van nálad térkép és iránytű, de nem tudod pontosan, hogy hol vagy.

<p><b>Valóságban</b></p>  <p><b>Térképen</b></p>  <p>itt vagy!</p>	<p><b>Az oldalmetszés</b></p> <p>Ha egy út vagy folyó mellett vagy, de nem tudod, pontosan hol, viszont látsz egy távoli tornyot, akkor oldalmetszéssel meg tudod határozni a pontos helyedet.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Tájéld be a térképet!</li><li>2. Keresd meg a térképen az utat vagy folyót, ami mellett állsz!</li><li>3. Keresd meg a tornyot a térképen!</li><li>4. Most tájold be a tornyot, hogy hány fokra van!</li><li>5. Fektesd a tájolót betájolva a térképre úgy, hogy a toronytól húzva egy egyenes vonalat messe a pontot, amin állsz!</li><li>6. A metszéspontnál állsz te!</li></ol>
<p><b>Valóságban</b></p>  <p><b>Térképen</b></p>  <p>itt vagy!</p>	<p><b>A hátrametszés</b></p> <p>Ha valahol egy nagy réten, pusztában vagy, de nem tudod pontosan, hogy hol, viszont látsz két jellegzetes pontot, akkor hátrametszéssel meg tudod határozni a pontos helyedet.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Tájéld be a térképet!</li><li>2. Keresd meg a térképen az egyik pontot (tornyot, gyárat, stb.)!</li><li>3. Most tájold be a tornyot, hogy hány fokra van!</li><li>4. Fektesd a tájolót betájolva a térképre úgy, hogy a toronytól tudj egy egyenes vonalat húzni!</li><li>5. Most keresd meg a másik pontot a térképen, és azzal ugyanígy járj el!</li><li>6. Most van a térképen két vonal, ami valahol metszi egymást. Az a jó, ha kb. 90° alatt metszik egymást!</li><li>7. A legbiztosabb, ha van még egy harmadik pontod is, amit be tudsz mérni, de az ritka.</li></ol>

## BECSLÉS

**Mennyiségek:** *Becsülj meg 5 különböző mennyiséget (pl. hány ember van egy teremben, mennyi víz van egy tartályban).*

### Mennyiségek és űrtartalom

#### Űrtartalom

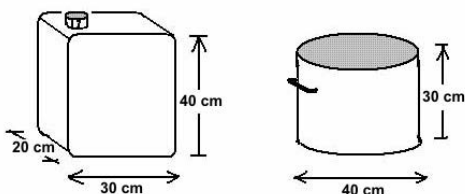
Mennyiségeket megbecsülni elég nehéz. Ránézésre leginkább 1 litert lehet megbecsülni, mert azt a tejes dobozról mindenki ismeri. Nagyobb edényeknél és bödönöknél megpróbálhatod megbecsülni, hogy hány 1 literes doboz fér el benne. Ez viszont elég pontatlan, ezért jobb, ha megbecsülöd a méreteit és kiszámolod; egy vizestartályba, ami 20 cm széles, 30 cm hosszú és 40 cm magas,  $2 \times 3 \times 4 = 24$  liter folyadék fér bele. Célszerű deciméterben számolni centiméter helyett, mert így rögtön literben kapod meg az eredményt és nem köbcentiméterben:

$$1 \text{ liter} = 10 \text{ cm} \times 10 \text{ cm} \times 10 \text{ cm} = 1 \text{ dm} \times 1 \text{ dm} \times 1 \text{ dm}$$

Mivel sok edénynek és fazéknak kerek az alja, hasznos, ha ismered a körfelületnek a kiszámítását. A körfelületet megszorozod az edény magasságával és megkapod az űrtartalmát.

**Kerek edény űrtartalma:**  $3 \times \text{átmérő fele} \times \text{átmérő fele} \times \text{magasság}$  (Pontosabban: a 3 helyett a  $\pi$ -vel vagy pível, vagyis 3.14159-el kellene számolni.)

Tehát ha van egy fazék, ami 40 cm átmérőjű és 30 cm magas, akkor annak deciméterben számolva  $3 \times 2 \times 2 \times 3 = 36$  liter az űrtartalma.



#### Mennyiségek

Ha azt akarod megtudni, hogy hány ember van egy teremben, akkor ajánlatos megszámlálni, hány ember van egy sorban, mennyi sor van és ezt a két számot összeszorozni. Persze, ha a borsók számát kellene egy üvegben megbecsülni, akkor ez a módszer nem működik. De bármikor gyakorolhatsz, bárhol vagy éppen, legyen szó gyufaszálakról a dobozban, tányérokra a szekrényben. Itt is gyakorlat teszi a mestert.

#### Főzési mennyiségek

Ha a főzéshez szükséges mennyiségeket akarod kiszámolni, akkor gondold át, hogy te mennyit eszel a kenyérből, szalámiából. Ha általában keveset eszel, akkor ahhoz rakd még hozzá annak a felét, és ezt vedd alapnak. Így aztán ki tudod számolni, hogy mennyit eszik tíz ember, és mennyit 100 ember. Persze a szakácsok jól ismerik ezeket a mennyiségeket, és a legfontosabbakat megtalálhatod ebben a könyvben is a Főzés fejezetnél.

#### Fontos méretek

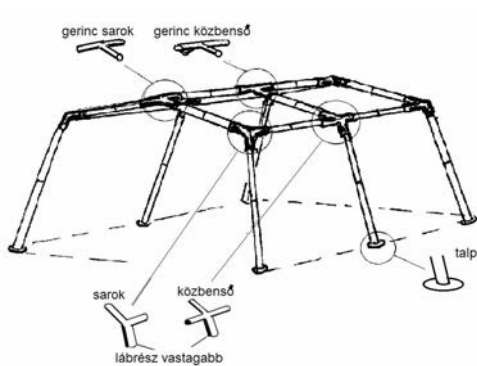
Tejes doboz	1 liter (USA 1 gallon)	Konyhai fazék	5-10 liter
Műanyag flakonok, üdítők	1-2 liter	Tábori fazék	30-80 liter

## TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK

**Nagy sátor:** Felverés, bontás és csomagolás. Pl. konyhasátor.

### Nagy sátor felverése

A táborban mindig vannak nagy sátrak is (konyhasátor, előadósátor). Ezeknek a váza bonyolultabb, és elsőre igen nehéznek tűnhet az összerakásuk. Pedig ha ismered a logikáját, nem is olyan nehéz.

 <p>The diagram shows a 3D perspective of a large tent's internal frame. It consists of several vertical legs connected by horizontal ribs. Labels point to specific parts: 'gerinc sarok' (ridge corner), 'gerinc közbenső' (ridge middle), 'sarok' (corner), 'közbenső' (middle), 'lábérész vastagabb' (leg part thicker), and 'talp' (base). Below the main diagram, there are two small diagrams showing how the corner and middle pieces are joined together.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Gyűjtsd össze a lábakat. Általában a legvastagabb rudaknak van egy kis talpuk.</li><li>– Rakd egy kupacba a sarkokat. Ha a lábak megvannak, akkor már tudod, hogyan kell használni a sarokdarabokat.</li><li>– Általában a rudakon van egy jelölés vagy írás, ami segít az építésben. Ha nincs, akkor rakd össze az egyforma rudakat.</li><li>– Fektesd ki a sátorponyvát. Ennek segítségével hosszúságuk szerint tudod szétválogatni a rudakat.</li><li>– Ha a tetőváz kész, akkor még ne rakd alá a lábakat. Előbb a ponyvát tegyétek rá, majd ezután többet emeljétek meg a rudazatot, és rakjátok alá a lábakat. Ehhez annyi cserkész kell, amennyi láb van.</li><li>– Cövekeld le a sátort, és feszítsd ki rendesen. Egy nagy sátornak nagy felülete van, amibe a szél könnyen bele tud kapni.</li></ul>
---	---

**Nagy sátor:** Sátorjavítás, szárítás, tárolás.

### A sátor karbantartása és javítása

Ha táborba mész, akkor 1-2 hétig a sátor lesz az otthonod, akár napsütésben, akár esőben, viharban. Ezért vigyázz a sátorra, és tanuld meg megjavítani, ha tönkremenne.

- A lyukakat a ponyván foltozd be egy darab anyaggal. A varratot vízhatlanító, víztaszító szerrel, viasszal kell lekenni.
- A kiszakadt karikákat, zsinórokat varrd újra vissza.
- Ha a cipzár elszakadt, varrd meg. Ha tönkrement, akkor kérj meg valakit, aki tud cipzárt varrni, hogy varrjon bele egy újat.
- A sátrakat száraz helyen, polcon tárolod, hogy ne rágiák meg az egerek. (Olyan is előfordult már, hogy darazsak fészkeltek be magukat a sátorzsákba.)

- Régi vászonsátrakat nehéz újra vízhatlanítani. Erre vannak külön szerek.
- Ha fémből van a cipzár, akkor azt is meg kell néha olajozni finom olajjal vagy gyertyaviassszal.

## **TŰZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS**

**Tűzvédelem:** Tudod, mit kell tenni tűz esetén (5).

### **Tűzvédelem**

A legjobb tűzvédelem az, ha betartod a tűzszabályokat (Piros szalag próba, 70. oldal). Ezekre mindig ügyelj, még akkor is, ha nem te raktad a tüzet! Nyilván érvényesek ezek a gáztűzhelyekre is a lakásban: a konyhában a működő gáztűzhelyt sem szabad magára hagyni. Ha égő gyertyák vannak a karácsonyfán, akkor legyen mellette egy vödör víz vagy poroltó.

#### **A. Mi a teendő, ha mégis tűz keletkezik?**

A tüzet a keletkezésekor lehet legkönnyebben eloltani. Minél tovább vársz, annál jobban továbbterjed a kis tűz is, és begyújt minden gyúlékony anyagot maga körül.

Begyulladt a fű? – Rögtön eltaposni, lapáttal szétverni, vízzel leönteni!

Kigyulladt egy sátor? – Az égő tárgyakat kidobálni, pokróccal elfojtani!

Kigyulladt az olaj a tepsiben? – A fedőt vagy egy vastag rongyot kell rádobni!

Begyulladt a karácsonyfa? – Gyorsan pokróccal elfojtani, vagy vízzel leönteni!

**Olajra, elektromos berendezésekre (amíg áram alatt vannak), vezetékekre vizet önteni nem szabad!**

#### **B. Ha a tűz már túl nagy ahhoz, hogy magad oltsd:**

Vigyázz, hogy legalább a személyi sérülést elkerüld; ezért mindenkit fel kell riasztani és kimenekíteni biztos helyre. A kisgyerekeknek és öreg embereknek segíteni kell.

**Minél gyorsabban értesíteni kell a tűzoltókat/rendőrséget!**

#### **C. A tűz meglepett és menekülnöd kell:**

A szád elé köss rongyot vagy nyakkendőt, lehetőleg vizeset. Tekerj magadra egy pokrócot, lehetőleg vizeset.

Igyekezz a földön kúszni, ott kevesebb a füst.

Vigyázz, mert ha ajtót vagy ablakot nyitsz, felcsaphat a láng.

A vas alkatrészek forrók lehetnek (kilincs, korlát).

A műanyagokból mérges gázok keletkeznek.

### **Tűzoltók**

EURÓPÁBAN: 112

ÉSZAK-AMERIKÁBAN: 911

HELYI SZÁM: \_\_\_\_\_



## TESTEDZÉS

**Gyakorlatok:** Bemutatsz 3 lazító gyakorlatot.

### Lazítás

A lazítógyakorlatokat megterhelés után végezzük el. Így egy hosszabb futás végén lassú és pihentető tempóban még egy pár percet tovább futunk, nem állunk úgy meg, mint egy cövek. Úgyszintén erőltetett úszás után még pár percet elúszkálunk lassú és nyújtott mozdulatokkal.

További lazító gyakorlatok: lazán helyben ugrálni; lábakat, karokat, kezeket lerázni; ég felé nyújtózkodni és közben teleszívni a tüdőt levegővel, utána a karokat összezárni és közben kiengedni a levegőt

**Kitartás:** Tudsz 9 percet futni (vagy 600 métert úszni, vagy 16 km-t kerékpározni).

### Testedzési teljesítmények táblázata

	Futás	Úszás	Kerékpározás
<b>Portyázó (13-14 éves):</b>			
Piros liliom próba	7 perc	400 m	12 km
Fehér liliom próba	8 perc	500 m	14 km
Zöld liliom próba	9 perc	600 m	16 km
Liliom próba	10 perc	700 m	18 km



### 13-14 éves cserkészeknek, negyedik félév

#### Fontos tudnivaló

- Ha ezt a próbát megálltad, és minden előtte levő próbaanyagra is emlékszel, akkor gyakorlatilag felkészültél az ŐV-táborra.
- Már sokat tudsz, és ezentúl a te felelősséged, hogy ne felejtse el.
- Azt mondják, hogy az ember csak akkor ért meg valamit igazán, ha tanítja, tovább adja.

#### Kötelező tevékenységek és feladatok:

Olvasási különpróba: Legalább a Vágtató szint különpróba jelvényét kiérdemelted.  
 Jellemnevelés: Segítesz egy táborban (pl. felépítésnél, bontásnál).

Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:

Csomózás: Minél több, különböző tábori építményt építesz/építésükben részt veszel.

Jellem: Beszélgetsz a cserkészjövőről.

Pénzgyűjtési akcióban részt veszel (őrsi vagy csapat).

Vallás: Számítógép segítségével kutasd fel a reformáció történetét (Luther, Kálvin)!

#### PRÓBÁZTATÁSI ANYAG

##### Cserkészismeretek

Hontalan Sasok	Tudod, kik voltak a Hontalan Sasok, és ismered szerepüket.	6	
Vezetőképzés	Ismered a KMCSSZ VK-rendszerét. Tudod, mik a feltételek.	10	

##### Vallás

Kötelességünk Istennel	El tudod magyarázni a cserkészttörvény 2. pontját „... kötelességét, mellyel Istennek ... tartozik”.	4	
------------------------	--	---	--

##### Jellemnevelés

Szerelem	Részt vettél beszélgetésen a szerelemről (a Biblia szerint, a mai társadalomban, filmben stb.).	4	
Barátság	Őrsőddel részt vettél beszélgetésen a Barátságról.	4	

##### Magyarságismeret

Népdal	Ismersz 60 népdalt.	20	
--------	---------------------	----	--

Magyar találmányok	Ismersz 2 nagy magyar találmányt és feltalálóját.	4	
Történelem	Erdély aranykora: Bethlen, Bocskai, Báthory. A 3 részre szakadt ország.	6	
Földrajz	Erdély: jellegzetességei, főbb városai stb.	20	

### Elsősegély

Elsősegélynyújtás	Tudsz elsősegélyt nyújtani az „1,2,3” szerint. (1 légzés, 2 vérzések, 3 vérkeringés).	6	
Sínbe rakás	Tudsz eltört ujjat, kart vagy lábat sínbe rakni.	6	
Fehér és vörös ájulás	Ismered az ájulási fajtákat (2), mi a teendő?	4	
SOKK	Az életveszélyes állapot felismerése és kezelése.	6	
Oldalfektetés	Tudod, mikor kell a stabil oldalfekvést használni.	4	

### Természetismeret

Védett növények	Ismersz 3 helyi védett növényt. (Mo.: encián, árvalányhaj, kankalin)	6	
Természetvédelmi területek	Ismered a természetvédelmi területeken érvényes szabályokat.	5	

### Csomózás

Kötélhíd	Feszítőcsomó kötélhídhoz.	10	
	Ácshurok.	2	

### Tájékozódás

Útvonal tervezés	Térképen kiválasztod a legjobb portyaútvonalat.	6	
Lépték átszámolás	Tudod, hogy pl. 4 cm az 1:50 000 térképen mennyi távolság a valóságban, és fordítva.	4	

### Becslés

Önméretek ismételése és használata	Saját méreteidet ismered: kis- és nagyrasz, hüvelykujj, testmagasság, feszítáv, 1 lépés, láb. Hány lépés 100 m (vagy 100 yard)?	8	
------------------------------------	--	---	--

### Táborozás, szerszámok

Gáztűzhely	Gázszámolyt helyesen be tudsz gyújtani.	5	
------------	---	---	--

### Tűzrakás, főzés és sütés

Sütés	Sütöttél kenyeret/pogácsát sütőben vagy tűzön.	6	
Finomságok tűzön	Sütsz egy finomságot tűzön.	6	

## Testedzés

Gyakorlatok	Bemutatsz 2 kitarási gyakorlatot.	2	
Ügyesség	Ismersz 2 csoportos játékot.	2	
Kitartás	Tudsz 10 percet futni (vagy 700 métert úszni, vagy 18 km-t kerékpározni).	10	

Elért pontszám a próbáztató aláírásával: .....	176	
--	-----	--

## Cserkészismeretek

**Hontalan Sasok:** Tudod, kik voltak a Hontalan Sasok, és ismered szerepüket.

	<p><b>Hontalan Sasok (1947).</b> A háború utáni menekülés révén számos fiatal cserkészvezető (legtöbbjük 30 éven aluli volt) Németországba és Ausztriába került. A Németországban tartózkodók közül megalakul a Hontalan Sasok őrsé, eredetileg 12 taggal. Vándorkiképző őrsként a jövő érdekében az egységes irányításra jön létre. Célja csapatok szervezése, a kiképzés, próbakönyv szerkesztése a Teleki-hagyaték alapján, ezeken belül pedig a magyarságnevelés erősítése, valamint a magyar öntudat megőrzése. Tagjai valódi vérszerződést kötöttek. Az őrs Hontalan Sasok Törzsévé alakult át, és tagjai a világon szétszóródva igyekeztek a feladataikat teljesíteni.</p>
<p>A képen látni a hontalan sasok egyik csoportját Plattlingban. (Balról a második Bodnár Gábor)</p>	

**Vezetőképzés:** Ismered a KMCSZ VK-rendszerét, tudod mik a feltételek.

## A KMCSZ Vezetőképző (VK) rendszere

Tábor	Életkor	Tartalma
Dobó-tábor	13-15	Előkészítő az év-táborokra - A tábor végén letehető az év-táborokhoz szükséges cserkészismereti gyakorlati vizsgát
Őrsvezetőképző tábor	14-18	Kiképzés az őrsvezetésre - Módszertan, őrsvezetés, gyakorlati és elméleti továbbképzés - Előfeltétel: év.-vizsgák, olvasási különpróba
Kiscserkész őrsvezetőképző tábor	15-18	Kiképzés a kiscserkész vezetésére - Módszertan, kiscserkész-őrsvezetés, gyakorlati és elméleti továbbképzés - Előfeltétel: év.-vizsgák, olvasási különpróba

Zrínyi-tábor	16-től	Előkészítő a st.-táborokra - A tábor végén leteheted a st.-táborokhoz szükséges cserkészismereti gyakorlati vizsgát - Előfeltétel: öv.-képesítés vagy öv.-vizsgák, olvasási különpróba
Segédtsztképző tábor	17-től	Felkészítés rajvezetői feladatokra - Módszertan, kirándulás/portyaszervezés, rajvezetés, gyakorlati és elméleti továbbképzés, Gillwell nemzetközi képzés mintája - Előfeltétel: st.-vizsgák
Kiscserkész segédtsztképző tábor	17-től	Felkészítés kiscserkész raj vezetésére - Módszertan, tanya/kirándulásszervezés, rajvezetés, gyakorlati és elméleti továbbképzés. - Előfeltétel: st. vizsgák
Corvina-tábor	18-től	Előkészítő a cst.-tábororra, a magyar kultúra alkotáásainak megismerése - A tábor sikeres elvégzése megfelel a cst. magyarságismereti vizsga előfeltételének
Tisztképző tábor	22-től	Cserkésztszti kiképzés <i>(csak központilag)</i> - Csapatvezetés, felsőbb szintű vezetői munkák, elméleti és cserkészszemei továbbképzés. - Előfeltétel: tisztvi vizsga, st.-tábor elvégzése vagy különleges engedély.

*Csapatparancsnoki ajánlás mindegyik táborra előfeltétel.*

## VALLÁS

**Kötelességünk Istennel:** *El tudod magyarázni a cserkésztvény 2. pontját „...kötelességét, mellyel Istennek... tartozik”.*

### **2. A kötelesség törvénye (A cserkész híven teljesíti kötelességeit, amelyekkel Istennek, hazájának, embertársainak és a magyarságnak tartozik.)**

A cserkész nem fél a kötelezettségeitől, mert tudja, hogy örömmel tudja ezeket teljesíteni. Tudjuk, hogy az Isten mindig gondunkat viseli. Tanulj meg őszintén imádkozni. Tanulj meg szeretni és tisztelni Istent. Egyházadnak legyél hívő tagja, és vedd ki részed a munkából. Embertársaidal mindig úgy cselekedj, ahogyan te is szeretnéd, hogy veled cselekedjenek. Az együttéléshez szükséges, hogy másokra tekintettel légy, és tiszteled a másik embert még akkor is, ha más, mint te. Cserkészként különösen figyelj azokra az emberekre, akik nincsenek olyan jó helyzetben, mint te, mert betegek vagy öregek. Hasznosan töltött ételleddel így értékes tagjává leszel az emberiség nagy családjának.

### **A cserkészlet és a vallás**

BiPi, a cserkészlet alapítójának megfogalmazásában: minden cserkész legyen a társadalom értékes tagja, és legyen a saját társadalmában gyakorolt vallás híve.

Mivel a cserkészmozgalom nem csak keresztény országokban működik, hanem szinte az egész világon, világos, hogy a cserkészlet alapjában véve nem csak keresztény, de vallás-erkölcsi értékekre alapuló mozgalom. Tehát elvárja a vallási élet gyakorlását, mindenkinek

a saját országában vagy társadalmában gyakorolt vallása szerint. Ez megmagyarázza azt is, hogy a kommunista uralom miért tiltotta be Magyarországon és más országokban is a cserkészetet. A mai napig sincs a kommunista országokban cserkészmozgalom.

A vallás a mindennapi élethez fontos szabályokat, szokásokat és értékrendet is felmutat. Ezért a cserkészőtörvényeknek is vallás-erkölcsi alapjuk van.

Magyarországon sok szép és értékes keresztény szokás és hagyomány alakult ki. Ezeket érdemes manapság is megélni és megtartani.

## **JELLEMNEVELÉS**

***Szerelem:** Részt vettél beszélgetésen a szerelemről (a Biblia szerint, a mai társadalomban, filmben stb.).*

### **Cserkészies életmód - Beszélgetések (szerelem)**

Ezekről a témákról beszéljétek az őrben. Legjobb, ha van veletek egy felelős felnőtt is, aki kiismeri magát ezekben a témában (szakember, orvos stb.)

### **Szerelem**

**Beszéljétek meg, hogy mi a fontos a szerelemben? Miért van a szerelem? Milyen gondok származhatnak a szerelemből? Miből áll egy gyermek nevelése? Mit mond a Biblia a szerelemtől?**

Külön fiú és leány csapataink mellett számos vegyes csapatunk is van. Akadályversenyeken, kirándulásainkon, táborainkban sok esetben fiúk és lányok közösen vesznek részt. Fiúk és lányok közös foglalkozása, együttléte nemcsak elfogadható, hanem hasznos is lehet mindaddig, amíg megfelelő keretek között történik. Fontos az illendő, társadalmilag és erkölcsileg elfogadható együttlét.

A szerelem az emberi élet legnagyobb ereje. Szerelem nélkül nem születtek volna olyan versek, énekek, könyvek és filmek, amelyek a szerelem körül forognak. Az igazi szerelem segít megtalálni az életben a párodát, és lehetővé teszi, hogy együtt tudjátok élni életeteket. A nemi vonzódás a családalapítást teszi lehetővé, és biztosítja a szaporodást. Sajnos a korai, meggondolatlan és könnyelmű nemi kapcsolatok sok bajt és szenvedést okoznak, nem beszélve a nemi betegségekről és fertőzésekről. A nem kívánt terhesség megszakítása nemcsak egy borzalmas tortúra, ami testi és lelki sebeket okoz, hanem egy ártatlan lény meggyilkolása. A korai nem kívánt gyermekáldás az egész életet meghatározóan megváltoztatja. Tervek és álmok elúsznak, és mind a nő, mind a férfi számára a szülői feladatkör teljesítése lép a helyükbe. A régi társadalmi rendben a házasságon kívül született gyerek szegénnyel és kiközösítéssel járt. Manapság ezt sok helyen elnézik, és megértően viszonyulnak hozzá. Ezért sok fiatal nem veszi komolyan a veszélyt, ami a nemi kapcsolatokkal jár.

A cserkészetben ezért nem engedhetjük meg a nemi kapcsolatok lehetőségét sem, nem beszélve a jogi elkötelezettségről, amit egy ifjúsági mozgalom magára vállal. De ez nem veszi le a felelősséget arról, aki gyereket hoz a világra. Azt a gyereket el kell látni anyagilag és lelkileg, gondoskodni kell felőle.

***Barátság:** Őrsőddel részt vettél beszélgetésen a barátságról.*

### **Osztálytársak**

Barátod, osztálytársad nagyon fontos az életedben. Sokat vagytok együtt, együtt tanultok, együtt szórakoztok, együtt beszéljétek meg azokat a dolgokat, amelyeket szüleitekkel nem akartok vagy nem tudtok megbeszélni. Egymásra nagy hatással vagytok.

Gyakori, hogy osztálytársak összeállnak klikkekbe, melyekbe csak „kiválasztott” lányokat vagy fiúkat fogadnak be. Ez persze nagyon rosszul esik azoknak, akik kívül maradtak. Be-



**Magyar találmányok:** Ismersz két nagy magyar találmányt és feltalálóját.

## **Feltalálók**

### **Jedlik Ányos (1800-1895)**

Természettudós, feltaláló, bencés szerzetes, kiváló oktató.

Az első elektromotor megalkotása, az öngerjesztés elve, a dinamóelv első leírása és a szódavíz is az ő nevéhez fűződik.

### **Irinyi János (1817-1895)**

Vegyész, a zajtalan és robbanásmentes gyufa feltalálója.

### **Semmelweis Ignác (1818-1865)**

Orvos, az „anyák megmentője”: a gyermekágyi láz elleni gyógymód feltalálója és elterjesztője.

A lelkiismeretesség, a kötelességtudás és az önzetlenség mintaképe.

### **Szent-Györgyi Albert (1893-1986)**

Orvos, biokémikus. A 30-as években izolálta a C-vitamint és 1936-ban a P-vitamint. Munkásságáért Nobel-díjat kapott.

### **Bíró László József (1899-1985)**

A golyóstoll feltalálója, azonkívül kb. 100 találmánya kapott szabadalmat, pl. a golyós dezodor.

### **Neumann János (1903-1957)**

A kvantummechanika professzora, számítógép-tervező, a BASIC-programnyelv kidolgozója.

**Történelem:** Erdély aranykora - Bethlen, Bocskai, Báthory és a háromrésze szakadt ország.

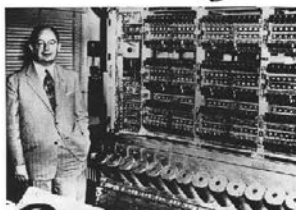
### **1541-ben az ország három részre szakadt:**

Északon Magyarország király nélkül maradt, majd egyszerre két választott királya is lett: Szapolyai János és I. Habsburg Ferdinánd. Időközben a török állandóan tovább akar terjeszkedni. A magyar végvárok (Temesvár, Eger, Drégely, Lippa, Szolnok, Kőszeg, Szigetvár) hősiességgel küzdenek a törökök ismételt támadásai ellen. 1552-ben Eger váránál a védősegreg a túlerővel szemben, ötheti ostromban védte meg a várat, és az idő haladtával közeledő hideg időjárás a török ostromlókat visszavonulásra kényszerítette. 1566-ban Szigetvárnál Zrínyi Miklós parancsnoksága alatt mintegy 2300 főnyi végvári katonaság 34 napig állta az ostromot a hatalmas túlerő ellenében, mígnem maradékuk Zrínyi vezetésével kitört a lángoló belsővárból, hogy véres közelharcban haljanak hősi halált.

1570-ben Erdély önálló lett. A Habsburgok elfogadták önállóságát, és a törökök sem szállták meg. Iskolákat nyitottak, széles körben olvasást tanítottak. Ezekben az években több erdélyi fejedelem követte egymást, közülük leghíresebb Bethlen Gábor.

### **Bethlen Gábor (1580-1629) erdélyi fejedelem. I. Gábor néven megválasztott magyar király**

A 17. századi magyar történelem egyik legjelentősebb személyisége. Jó hadvezér, kormányzó, politikus volt. Az ipart, kereskedelmet és a bányászatot használta pénzforrásul, nem pedig adókat szedett.



**Bíró-golyóstoll, Irinyi gyufája és Neumann számítógépe**



Uralkodása alatt megszilárdította Erdély helyzetét. Az ország gazdasága és kulturális élete egyaránt fejlődésnek indult – ezt az időszakot általában „Erdély aranykora” néven ismerjük.

Itt kell megemlékeznünk **Bocskai István** szabadságharcáról is (1605).

### **Bocskai Erdély fejedelme 1605 és 1606 között.**

A hajdúk és a hozzájuk csatlakozó jobbágyok élén indította meg Bocskai az idegen uralom elleni szabadságharcot. Magyarországnak a töröktől el nem foglalt része és Erdély a fölkelők birtokában volt. A Bocskai által közvetített béke a tizenöt éves török háborúnak is véget vetett.

A reformációért a legtöbbet tevő nagy magyar politikusok egyike volt, ezért Genfben a reformáció emlékműve egyik szobra az ő alakját őrzi, alatta felirat egyik jelmondatával: „Hitünknek, lelkiismeretünknek és régi törvényeinknek szabadságát minden aranynál feljebb becsüljük.” Az ő emlékére a hajdúk fejedőjét Bocskai-sapkának nevezik.

**Báthory István:** 1533. szeptember 27-én született Somlyó várában. Apja (szintén István) Erdély vajdája volt. A lengyel trónért nősült 43 éves korában, felesége az 52 éves Jagelló Anna. Az erdélyi rendek, 1571-ben Gyulafehérvárott vajdává választották. Báthory rendezte az erdélyi fejedelmek birtokügyeit, biztosította az abból befolyó jövedelmeket, támogatta az oktatást és az iskolákat. Szintén gondoskodott a kereskedelem és bányászat fejlesztéséről is. Biztosította a protestánsok jogait, ugyanakkor a katolikusokat is erősítette a jezsuiták betelepítésével. 1575 decemberében a lengyelek királyukká választották, s mindmáig legnagyobbjaik között tartják számon. Uralkodása joggal mondható az első erdélyi aranykornak, mert békés időszakot hozott a fejedelemségnek.

**Földrajz:** Erdély - jellegzetességei, főbb városai stb.

### **Erdély**

Tágabb értelemben Erdély elnevezés alatt ma többnyire Románia egész nyugati részét értjük mint 16 megye összességét. Ez a terület magában foglalja Belső-Erdélyt, a Partiumot és a Bánság keleti, nagyobb részét. A trianoni békediktátum Erdélyt Romániának adta.

Szűkebb értelemben Erdély, a történelmi Erdély vagy Belső-Erdély ennek a nagyobb területnek a középső-keleti (Király-hágón túli) részét jelenti, amely az egykori Magyar Királyságon belül bizonyos önállósággal rendelkezett.

Belső-Erdély keleti felén található a Székelyföld történelmi tájegysége. Itt a legnagyobb ma a magyarok aránya Románián belül.

A történelmi Erdély egy 300-480 méterrel a tengerszint felett levő fennsíkot, az úgynevezett Erdélyi-medencét foglalja magában a körülötte emelkedő hegyvonulatokkal.

Határai: délen Havasalföldtől a Déli-Kárpátok, keleten Moldvától és Bukovinától a Keleti-Kárpátok választják el. Északon az Északkeleti-Kárpátok határolták, nyugaton az Alfölddel, délnyugaton pedig a Bánsági-hegyvidékkel határos.

A történelmi Erdély fő bejárata nyugat felől a Király-hágó.

Nevének jelentése: „Erdőelve” vagy az 1075-ből származóan „erdőn túl”.

Erdély vizei: Az Erdélyi-medencét többek között a Maros és Szamos folyók szelik át, de innen ered az Olt folyó is.

Erdély néhány főbb nevezetessége: Tordai-hasadék, Gyilkos-tó, Békás-szoros, Szent Anna-tó. Népviseletek, várak, fürdők, templomok, kerámiák.

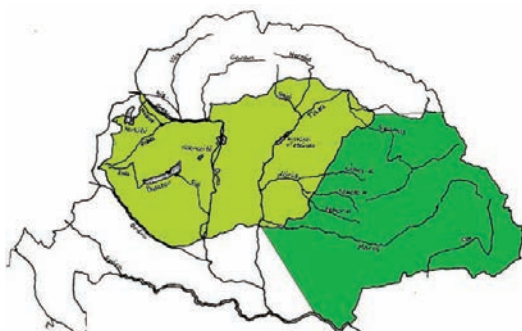
Főbb városai: Marosvásárhely, Kolozsvár, Nagyvárad, Sepsiszentgyörgy, Szatmárnémeti, Székelyudvarhely, Csíkszereda, Temesvár, Brassó, Arad, Nagybánya, Kézdivásárhely, Gyergyószentmiklós, Nagykaroly, Zilah, Nagyszalonta.

Főbb termékei: fa, bányák (arany, só, szén). Erdély tele van változatos természeti kincsekkel. Egyéb: kimagasló az erdélyi népművészet (tánc, hímezések, kerámia, faragások) és az erdélyi székelykapuk. A kemény telek miatt elterjedt sport manapság a jégkorongozás.

A csíksomlyói búcsú a magyarság nagy összefogásának jelképe lett. Évente több mint ötszáz ezer ember zarándokol el oda a pünkösdi ünnepi misére.

Híresek a gyógyvizei. Meg kell még említeni a tájegység mondáit, meséit is, melyek komoly erkölcsi tanítással is szolgálnak.

Nagyon ízletes és egészséges az erdélyi konyha.



Erdély



Székely kapu

### Elsősegély

**Elsősegélynyújtás:** Tudsz elsősegélyt nyújtani az „1, 2, 3” szerint. (1 légzés, 2 vérzések, 3 vérkeringés).

### Elsősegélynyújtás

Az elsősegélynyújtás számunkra, akik nem vagyunk orvosok, elsősorban azt jelenti, hogy segítséget hívunk, és csak utána biztosítjuk a sebesült állapotát. Jusson eszedbe a CSIMIHI-MESE!

#### Elsősegély

Ha teheted, hívj segítséget, és ne egyedül kezdj neki.

Fenyegeti még veszély?

Igen

Menteni, de magadat ne veszélyeztesd!

Nem

Válaszol?

Igen

Megkérdezni, mi történt, mi fáj?  
Sebeket kezelni.

→ Állapotához képest elhelyezni.

Nem

Lélegzik?

Igen

Eszméletlen: Stabil oldalfektetés.  
Vérzéseket kezelni.

Nem

Mesterséges légzés

Ha elkezd lélegezni, újra megnézzük, hogy válaszol-e?

Van pulzusa?

Igen

Tovább folytatni a mesterséges légzést.

Nem

Szívmasszázs

Az elsősegélynyújtás sorrendje nagyon fontos. Hiába kezeled valakinek a törött és vérző lábát, ha közben már nem lélegzik. Ezért különféle segédmodszerek vannak, hogy könnyebben meg lehessen jegyezni a helyes sorrendet. Nemzetközileg legelterjedtebb az ABC-szabály.

### ABC-szabály:

Miután meggyőződted arról, hogy nem reagál, a következőképpen kell eljárnod:

A: Airways/átjárható légutak	A szájában lehet vér, kosz, amit el kell távolítani. A nyelvét előre kell húzni, hogy ne zárja el a légutakat. Ezek után lehet, hogy magától elkezd lélegezni.
B: Breathing/befújásos lélegeztetés	Amennyiben még nem lélegzik magától, el kell kezdeni a mesterséges lélegeztetést.
C: Circulation/ keringés beindítása	Az első lélegeztetés után meg kell nézni a pulzust, és amennyiben nem lüktet, el kell kezdeni a szívmasszázszt befújásos lélegeztetéssel.

**Figyelem:** A mesterséges lélegeztetést és szívmasszázszt elsősegély-tanfolyamon kell megtanulnod. Ha jobb vezető szeretnél lenni, akkor végezz el egy elsősegély-tanfolyamot, pl. a központi VK-táborokon a helyi törvény megszabja, hogy milyen arány legyen az elsősegély-tanfolyamot végző vezetők és a cserkészek között.

**Sínbe rakás:** Tudsz eltört ujjat, kart vagy lábat sínbe rakni.

### Törések

Mindig CSIMIHI-MESE!

1. CSIGAVÉR

4. MENTENI

2. MI TÖRTÉNT?

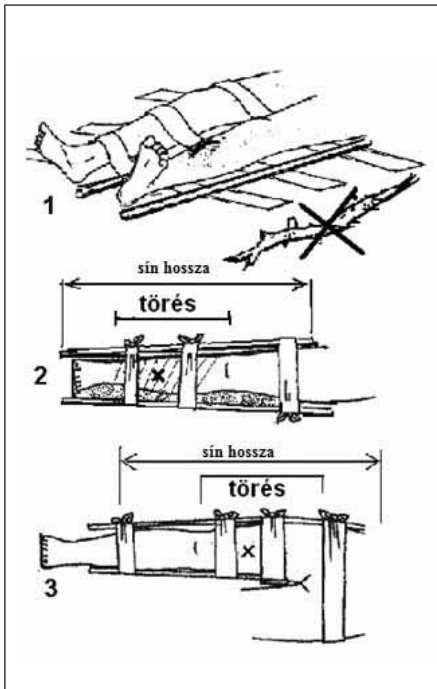
5. ELSŐSEGÉLY

3. HÍVJ SEGÍTSÉGET!

6. SZÁLLÍTANI

7. ELLENŐRIZNI

	<p><b>Törésfajták</b></p> <p>A. Repedés vagy sima törés Nehéz megállapítani. A biztonság kedvéért rakjuk sínbe.</p> <p>B. Komplikált törés A csont többször is el van törve. A testrészt furcsán áll, nem úgy, ahogy szokott. Rögzítsük sínbe.</p> <p>C. Nyílt törés Legfontosabb a fertőzést megakadályozni. A seb környékét megtisztítani, steril gézzel lefedni és utána sínbe rakni.</p> <p><i>A törésekkel mindig orvoshoz kell menni!</i></p>
--	---



### Törést sínbe rakni

Töréseket nem tudunk gyógyítani, csak rögzíteni, hogy védve legyen a végtag, illetve könnyebben lehessen szállítani a sebesültet. Rövid időre elég, ha egyszerűen csak egy kendővel védjük. Ha viszont szállítani kell, akkor sínbe kell tenni a végtagot.

### CSIMIHI-MESE!

- Ha vérzik, el kell látni a sebet.
- Utána tekerjük be puha ruhával.
- Keressünk két hosszú, kemény, egyenes tárgyat (botot, deszkát, vasat, síbott), amit két oldalról hozzákötünk a végtaghoz. Olyan hosszú legyen, hogy a testrészen túllőgjön, de a szállításban ne akadályozzon.
- Béleljük ki ruhával, ha nyomná a végtagot.
- Kössük át szalaggal, szíjjal vagy nyakendővel.
- Fontos, hogy ne a törésnél kössük meg, hanem az ízület túlsó végén.

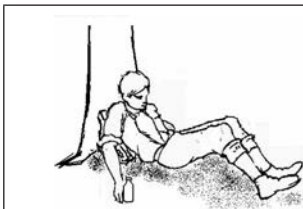
**Figyelem!** A sínhezésnél arra ügyelj, hogy a törött testrészt ne mozdítsd el, és ne próbáld helyre rakni a csontokat.

**Fehér és vörös ájulás:** Ismered az ájulási fajtákat (2), mi a teendő?

### Ájulások

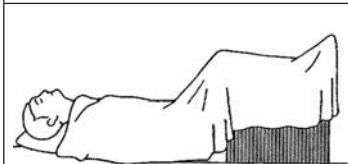
Kétfajta ájulást ismerünk. CSIMIHI-MESE!

- |             |                |                     |                |
|-------------|----------------|---------------------|----------------|
| 1. CSIGAVÉR | 2. MI TÖRTÉNT? | 3. HÍVJ SEGÍTSÉGET! |                |
| 4. MENTENI  | 5. ELSŐSEGÉLY  | 6. SZÁLLÍTANI       | 7. ELLENŐRIZNI |



### Vörös arcú ájulás (napszúrás)

- árnyékba ültetni
- itatni
- hűteni, borogatni a fejét
- ruháját kigombolni
- a felsőtest feljebb helyezkedjen el, mint a lábak
- figyeljük a légzését és a pulzusát



### Fehér arcú ájulás

- Gyenge a vérkeringés, de nem eszméletlen.
- hátára fektetni, hogy vér kerüljön a fejébe
  - melegen tartani, betakarni
  - meleget itatni vele, ha magánál van

**SOKK:** Az életveszélyes állapot felismerése és kezelése.

### Sokk

Vérhiányból adódik nagy sérülés vagy trauma esetén (kiválthatja külső vagy belső vérzés). Gyenge a vérkeringés, nem eszméletlen, de bármikor elvesztheti az eszméletét, és gyakran zavartnak tűnik.

- fektetés, mint a fehércső ájulásnál
- nem szabad itatni
- a vérzést meg kell állítani
- orvost kell hívni
- a sokk halálos is lehet

**Oldalfektetés:** Tudod, mikor kell a stabil oldalfekvést használni.

### Stabil oldalfekvés

Ha megállapítottad, hogy a sebesült lélegzik, de nincs eszméleténél, akkor oldalra kell fektetni, hogy ne fulladjon meg. Ha nem lélegzik, akkor elsőként mesterséges légzést kell alkalmazni, egészen addig, amíg a sérült magától elkezd lélegezni. Stabil oldalfekvést csak ezek után, azaz önállóan lélegző sérültnél lehet alkalmazni. Tehát addig nem szabad alkalmazni az oldalfekvést, amíg nem lélegzik.



### Stabil oldalfekvés

1. Lábakat behajlítani, karját egyenesen a test mellé rakni.
2. A másik karját a mellkasán behajlítani.
3. Vállánál és térdénél fogva oldalra fordítani. (Átfordítjuk a karján, amit majd kihúzunk a felsőtest alól.) Súlyos embereknél egyszerűbb magad felé húzni, mint tolni.
4. A behajlított kar kézfejét a fej alá teszük, a könyökkel megtámasztjuk. A fejet hátrahajtjuk, hogy a nyál, ill. adott esetben a hányadék szabadon távozzon. Az alsó lábat kinyújtjuk.

**Figyelem!** A képen a segítő a sebesült mögött guggol, hogy jobban lehessen látni, mit csinál. Valójában viszont jobb, ha a sebesült előtt guggolva, őt magad felé húzva alkalmazod az oldalfekvést.

### TERMÉSZETISMERET

**Védett növények:** Ismersz 3 helyi védett növényt. (Mo.: árvalányhaj, encián, kankalin)

### Védett növények

Minden országban más-más állatok védettek. Ami az egyik országban védett, az lehetséges, hogy egy másik országban kártevő. Magyarországon is több száz növény és szinte minden vadon élő állat védettnek számít. Védett növény például az árvalányhaj, melyet a cserkészek a kalapjuk vagy sapkájuk mellett hordanak!

## Védett növények Magyarországon:

<b>Védett növények</b>	
árvalányhaj	nagyezerjófű
kökörcsinek	tavaszi hérics
hóvirág	fehértúrnagyvirág
tiszafa	rózsás kövirózsa
páfrányok	nádi boglárka
mohák	
bánáti bazsarózsa	
téltemető	
fehér tündérrózsa	



*Árvalányhaj*



*Encián*



*Kankalin*

Az árvalányhaj a magyar cserkészek jelképe, ezért hordják szívesen kalapjukon. Persze minden cserkész tudja, hogy védett növény.

**Természetvédelmi területek:** Ismered a természetvédelmi területeken érvényes szabályokat.

### **Természetvédelmi területek**

Ha olyan területen jársz, ami természetvédelmi területnek van megjelölve, akkor biztos lehetsz benne, hogy ott ritka és védett növények vagy állatok vannak.

Ezekon a területeken még szigorúbbak a szabályok, mint másutt. Általában nem szabad tüzet rakni, sátorozni és az utakat elhagyni. Főleg ez utóbbit vedd komolyan, és ne keresd a rövidítést árkon-bokron keresztül, mert lehet, hogy pont ott tiporsz szét védett virágokat vagy fúrtojásokat. A fokozottan védett területekre csak engedéllyel szabad belépni.

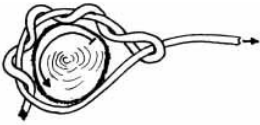
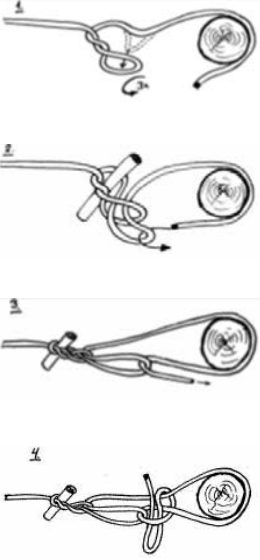
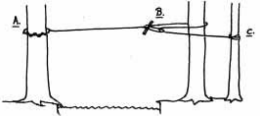


## CSOMÓZÁS

**Kötélhíd:** Feszítőcsomó kötélhídhöz. Ácshurok.

### Kötélhídépítés

A kötélhídépítéshez két alapcsomót használj. Igyekezz elsajátítani ezt a két csomót, és lehetőség szerint gyakran használni.

	<p><b>Az ácshurok</b></p> <p>Egyszerű csomó, amit egyszerű megkötni, biztosan tart, és könnyű bontani.</p> <p>Használata: kötélhídnál a kezdőcsomó vagy bármilyen rönk megerősítéséhez. Ezzel a csomóval kösd oda a kötél elejét a fához. Vigyázz, hogy a tekerés legalább a fa felét körbeérje. Nagyon sima műszálás kötélnél pedig egészen körbe kell érje.</p>
	<p><b>A feszítőcsomó</b></p> <p>Igazi proficsomó, amit barlangászok, tűzoltók és az építkezéseken a munkások is használnak. A csomót főleg kötélhídépítéskor használjuk, de a táborépítésnél is sokszor kell kötelet kifeszíteni. Sátorfeszítőnek is jó, főleg nagy sátraknál. Jól feszíteni elsősorban kenderkötelet lehet, vagy olyan műszálás kötelet, ami nem nyúlik.</p> <p>Használata: kötél kifeszítése, rakományt megkötni (pl. kenuzáskor)</p> <p>Elkészítése:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Húzd ki a kötelet, és kb. 1 m-rel a fa előtt tekerd meg háromszor. Így keletkezik egy hurok.</li><li>2. Ebbe a hurokba húzz bele egy újabb hurkot. A megjelölt helyen dugj át egy botot, hogy később könnyebben tudd kibontani a csomót. Közben kerüld meg a kötél végével a fát, és húzd át az új hurkon.</li><li>3. Ezután minél jobban meg kell húznod.</li><li>4. A kötél végét több módon tudod elkötni. A legegyszerűbb, ha van a közelben egy másik fa, és egy sátorfeszítővel hozzákötöd.</li></ol> <p>De csinálhatsz egy sima csomót is a kötélre. Fontos, hogy legyen rajta egy hurok. Így majd könnyen ki tudod bontani.</p>
	<p>Építés előtt keress egy alkalmas helyet. A legtöbb esetben több fa van a környéken, de nem mindegyik egyformán alkalmas.</p> <p>Kezd az ácshurokkal (A). Mivel ez egy egyszerű csomó, kösd arra az oldalra, ahol nem lehet jól hozzáférni. A másik oldalra kötöd a feszítőcsomót (B).</p> <p>A végét kösd egy harmadik fához (C), vagy kösd el a végét egy csomóval.</p>



## Biztonsági eligazítás:

Ügyelj arra, hogy a híd alatt ne legyenek hegyes ágak vagy kövek.

Hegymászó köteleket nem lehet kifeszíteni, mert nagyon nyúlnak, viszont biztonsági kötélnak alkalmasak. Tegyél a fára egy ócska ponyvát, hogy ne sérüljön meg a kérge.

## Kötélhíd egy kötéllel

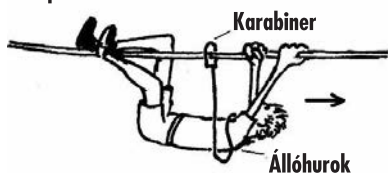
Ez a legegyszerűbb kötélhíd, de ezen a legnehezebb átmenni. Több módszer is van készítésére.

1. Lajhárzásban fejfel előre mászol, és a bakancsod szélénél csúsztatod a lábad.
2. Ráfeküdvé főleg vastagabb köteleken lehet jól mászni. Fontos, hogy az egyik lábadat lelógasd, így nem fordulsz le a kötélről.

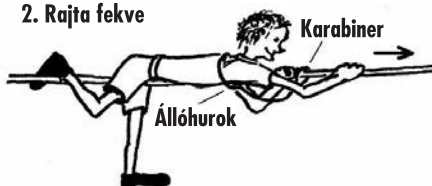
Használata: rohampályákhoz, rövid szakaszokhoz, csomag nélkül.

Vigyázat: itt is használj biztonsági kötelet!

### 1. Lajhár módra



### 2. Rajta fekvve



## Kötélhíd két kötéllel

Ez nem más, mint két kifeszített köté. Az alsón járunk, a felsőn kapaszkodunk, és ebbe van a biztonsági köté is bekötve.

Az alsó kötélnak feszesnek kell lennie. A felső kb. fejmagasságban legyen az alsó fölött, és egy kicsit lazább lehet.

Használata: patakátkelés, akadálypálya.

Vigyázz, mert a felső kötelet nem szabad elengedni, különben ledob az alsó köté.

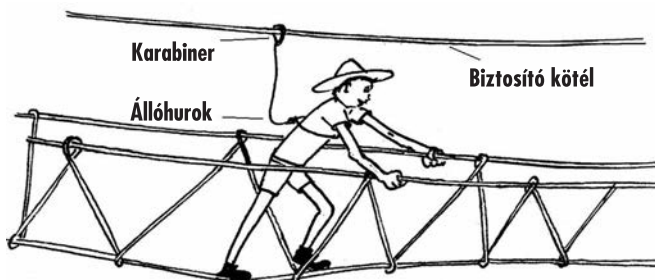


## Kötélhíd három kötéllel

E kötélhíd megépítése komoly, többórás munka.

Három kötelet ki kell feszíteni. A negyedik köté a híd fölött van, ezen halad a biztonsági köté. Ha ez megvan, egy hosszú kötéllel össze kell kötni a három alsót. Ez nehéz munka, és különösen sok ügyesség kell hozzá, ha a híd magasan van. Feltétlenül ajánlatos egy alacsony hídon gyakorolni, de úgy, hogy nem szabad neki földet érni.

Használata: híd, amit sokáig akartok használni, pl. két torony között, vagy patak fölött egy tábor idején.





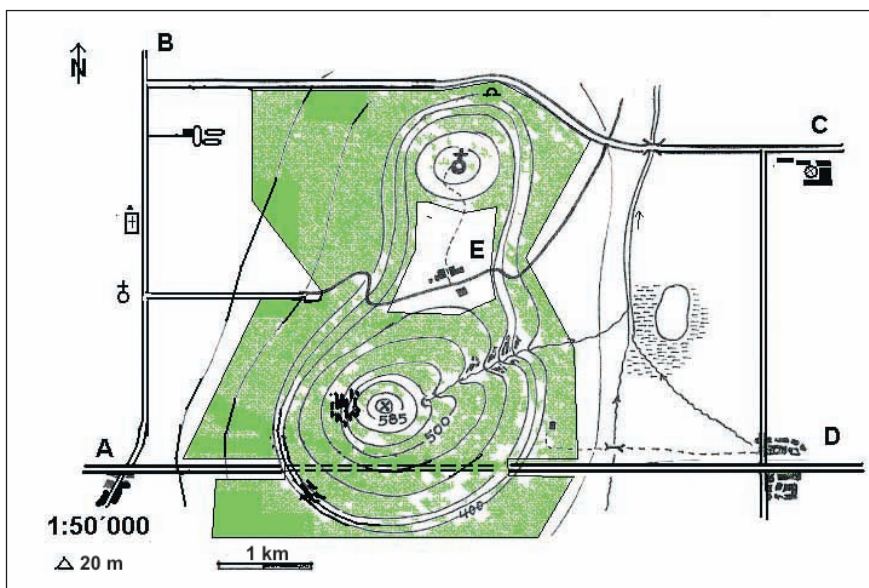
## TÁJÉKOZÓDÁS

**Útvonal tervezés:** Térképen kiválasztod a legjobb portyaútvonalat.

### Útvonaltervezés

Amikor tudod, hogy hol vagy és hová akarsz eljutni, akkor az indulás és a célpont között meg kell tervezned az utat. Ez lehet nagyon egyszerű, ha egyenes út visz a célhoz, de lehet nehézkes is. Főleg dombos hegyvidéken lehet fontos, hogy alaposan megnézd a térképet, mielőtt elindulsz.

1. Igyekezz kis utakon haladni. Kerüld a forgalmas főutakat.
2. Az erdei kis utak sokszor nem megbízhatóak. Lehet, hogy valamikor volt ott út, de most már csak egy nagy bozót van a helyén.
3. A szintvonalak alapján látod, hogy hol és mennyire meredek az út. Lehet, hogy egy kis kerülővel elkerülheted, hogy meg kelljen másznod egy dombot, majd ismét leereszkedned róla.
4. Folyóknál és autópályáknál keresd meg, hol van híd vagy átjáró.
5. A reptereket és a katonai területeket szintén meg kell kerülnöd, nem vághatsz át rajtuk.
6. Ha valahol át kell vágni, akkor legyen kijelölve egy biztonsági vonal, amire biztosan rá fogsz találni (nagyobb út, folyó).



Ezen a mintatérképen kipróbálhatod, sikerül-e A-ból D-be átmenni rövid, de biztonságos úton. Mérd ki a távolságokat és a magasságokat is a pontok között. A megoldást a fejezet végén megtalálod (251. oldal).

**Lépték átszámolás:** Tudod, hogy pl. 4 cm az 1:50 000 térképen mennyi távolság a valóságban, és fordítva.

### Térképek méretaránya és léptéke

Attól függően, hogy mire szolgál egy térkép, más-más léptéket használnak. A lépték azt jelzi, hogy a valóságot mennyivel kicsinyítették le. Tehát egy 1:50 000 térképen a valóság 50 000-szer lett kisebb, vagyis 1 km 2 cm-nek felel meg, mert  $1 \text{ km} = 1000 \text{ m} = 100\,000 \text{ cm}$  osztva 50 000-rel = 2 cm. A lépték általában a térkép alján vagy az elején fel van tüntetve, illetve meg van adva, hogy milyen hosszú rajta 100 m vagy 1 km. Ha nincs rajta lépték (mert csak egy részlet, vagy kimásolt rész, amire nem írták rá a léptéket), akkor egy ismert részéről meg tudod becsülni, mekkora lehet a léptéke.

<b>Tervrajz</b>		
1:100	1 cm = 1 m	1 m = 1 cm
1:1000	1 cm = 10 m	100 m = 10 cm
<b>Tájékozási futáshoz</b>		
1:10 000	1 cm = 100 m	1 km = 10 cm
<b>Vándortérkép</b>		
1:24 000	1 mi = 200 láb	1 mi = 2.64 in
1:25 000	1 cm = 250 m	1 km = 4 cm
1:50 000	1 cm = 500 m	1 km = 2 cm
<b>Autó/bicikli térkép</b>		
1:100 000	1 cm = 1 km	1 km = 1 cm
1:200 000	1 cm = 2 km	1 km = 5 mm

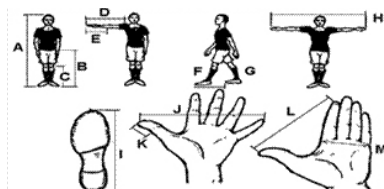
### BECSLÉS

**Önméretek ismétlése és használata:** Saját méreteidet ismered: kis- és nagyarasz, hüvelykujj, testmagasság, fesztáv, 1 lépés, láb. Hány lépés 100 m (vagy 100 yard)?

## Önméretek és használatuk

Mérd meg saját méreteidet! Azok segítségével meg tudsz mérni más tárgyakat is. Minden évben ellenőrizd a méreteidet!

	Portyázó
<b>Dátum</b>	
A. Testmagasság és testsúly	
B. 1 m vagy 1 yd testeden	
C. Térdmagasság	
D. Karhossz	
E. Alsókarhossz	
F. Lépéshossz	
G. Hány lépés 10 m vagy 10 yd	
H. Karfeszttáv	
I. Láb	
J. Nagyarasz	
K. Hüvelykujj	
L. Kisarasz	
M. Kézszélesség/10 cm testeden	

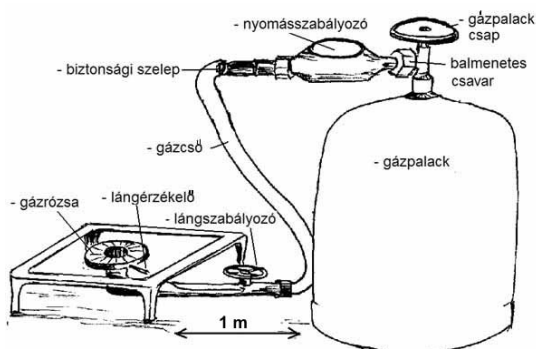


## TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK

**Gáztűzhely:** Gázszámolyt helyesen be tudsz gyújtani.

### Gáztűzhelyek

A cserkészletben természetesen használunk fatűzelésű tűzhelyeket is. Ezekről bővebben a Tűzrakás és Főzés című fejezetekben olvashatsz. Ezért itt csak a gáztűzhelyek vannak megemlítve.



Különböző méretű és biztonsági rendszerű gáztűzhelyek léteznek. A legfontosabb, hogy mindig csak a szabadban használd őket. Itt gázszivárgás esetén nem tud összegyűlni és felrobbanni a gáz.

### **Használat:**

A tűzhelyet úgy állítsd föl, hogy biztosan álljon, és ne legyen gyúlékony anyag a közelében. A gázpalackot állítsd legalább egy méterre a tűzhelytől, vagy ameddig a cső engedi.

A nagy gázpalackra kell egy nyomásszabályozó. Ha nincs rajta ilyen, akkor nem szabad használni. A csövet a nyomásszabályozóval erősen (kulccsal) kell rácsavarni a palackra és a tűzhelyre. Vigyázz, mert balmenetes (fordított menetes)!

Most megnyithatod a palackot. Hallgatózz és szaglássz, hogy nem szivárogo-e a gáz valahol. Ha szappanos vizet fecskendezel a foglalatokra, akkor láthatod, hogy ahol buborékol, ott jön ki a gáz.

Ha minden rendben, akkor kinyithatod a gáztűzhely csapját is, és begyújthatod a tűzhelyet. Ha végeztél, zárd el a gázt a tűzhelynél és a palacknál is.

Az új gáztűzhelyek érzékelik, ha nem ég a láng, de jön a gáz, és automatikusan elzárják a gázt. Ezekre van egy biztonsági gomb, amit az elején néhány másodpercig tartani kell, különben megint kialszik a láng.

**Figyelem!** Mivel különböző gyártmányok léteznek, első használat előtt kérj meg egy vezetőt, hogy mutassa meg neked, hogyan kell használni az adott fajtájú gáztűzhelyt!

## **TŰZRÁKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS**

*Sütés: Sütöttél kenyeret/pogácsát sütőben vagy tűzön.*

### **Kenyérsütés**

Magyarországon és a nyugati világban a kenyér az egyik legfontosabb élelmiszerünk. Próbáld megsütni sütőben vagy szabad tűzön!

### **Zsemle/kenyér sütése boton vagy sütőben**

1. Gyúrd tésztát  $\frac{1}{2}$  kg lisztből, 1 pohár vízből, tegyél bele 1 élesztőt és 1 kiskanál sót!
2. Tedd meleg helyre, és hagyd kelni fél órát!
3. A kis tésztagombócokat forró kövekre rakd, vagy ha kigyókenyeret akarsz, akkor gyúrd hurkákat a kezeid között, és tekerd őket rá egy vastagabb faágra. Parázs fölött forgatva lassan süsd meg.

Ha sütőben készül, akkor a süttőt melegítsd elő 200 C-fokra (400 F), és kenyérformájúra gyúrt tésztát tegyél bele. Akkor jó, ha kívül még nem ég meg, és belül át van sülvé.

*Finomságok tűzön: Sütsz egy finomságot tűzön.*

### **Finomságok parázson**

Rengeteg finomságot lehet készíteni sütőben. De nyílt lángon és parázson is ám!

### **Csokis banán**

Egy banánt felvágsz, és teszel bele kakaót vagy csokit. Csomagold be alufóliába, és tedd bele a tűzbe! Ha nincs alufóliád, csak vágd fel a banánt hosszában, de úgy, hogy a héja rajta maradjon, és ebbe a résbe tedd bele a csokit. Óvatosan tedd a gyenge parázsba, hogy a csoki megolvadjon.

### **Töltött alma**

Egy egész almának kivágod a magházát. Ebbe töltesz darált mogyorót, cukrot, fahéjat és mazsolát. Az almát betekered alufóliába, és berakod a parázsba. Ha nincs alufóliád, a gyenge parázsba teszed, hogy megsüljön benne a cukor.

## Mogyorós szelet

Fogsz darált mogyorót és kondenzált tejet. (Lehet tejet és cukrot is használni). Ebből keversz egy sűrű masszát, amit rákensz egy szelet kenyérre. A kenyeret ráteszed egy villás nyársra, és a parázs fölé tartod.

## TESTEDZÉS

**Gyakorlatok:** Bemutatsz 2 kitartási gyakorlatot.

### Kitartás

A kitartásodat az ismétlések számának növelésével tudod fejleszteni. Ehhez könnyű gyakorlatokat válassz, és ezeket hosszabb ideig ismételd. Ilyen feladat például a futás, kötélugrás, helyben ugrás, levegőbe boksolás, gumipántos gyakorlat stb. Ha év közben nem edzed kitartásodat, ne csodálkozz, ha a portyán csak szenvedni fogsz, és úgy érzed, hogy a hátizsákod összenyom.

**Ügyesség:** Ismersz 2 csoportos játékot.

### Labdajátékok

Rengeteg labdajáték van, és most nem csak a focira vagy a rugbyre gondolunk.

### Kidobós

Egy meghatározott mezőben kell egymást labdával eltalálni. Akit eltaláltak, az kiáll. Ennek a játéknak rengeteg változata van. Akit eltaláltak, az vagy leguggol ott helyben, és onnan próbálja megszerezni a labdát, vagy addig vár, amíg kidobják azt, aki őt dobta ki.

### Vadász és nyulak

A kidobóst két csoportban játszunk, a vadászok a nyulak ellen. A vadászok egymásnak dobják a labdát, és próbálják a nyulakat lelőni. Ha a nyúlak sikerül elkapnia a labdát, akkor fordul a kocka. A nyertes az a csoport, amelyik előbb tudja kidobni a másikat. Biztos ismeretek ti is ilyen kidobós játékokat.

### Röplabda

A röplabda közismert. Kisebb gyerekekkel lehet úgy is játszani, hogy a labdát el kell kapni, anélkül, hogy a földre essen. Az a csoport veszít, akinél többször esik le a földre a labda. Persze háló helyett elegendő egy kötelet is kifeszíteni.

### Játékok bottal

#### Botozni

Mindenki hegyez magának egy kb. 3-4 cm vastag, fél méter hosszú botot. Körbeálltok, és az első belevágja a botját a földbe úgy, hogy az megáll benne. A következőnek úgy kell kiütnie az előző botot, hogy az kieszen, de az övé beleálljon a földbe. Ha kiütötte, akkor a másik veszít egy életet, ha nem ütötte ki, de beleállt a földbe az övé is, akkor jön a következő játékos. Ha viszont a bot nem állt bele a földbe, hanem a földön fekszik, akkor azt nem szabad felszedni, hanem a következő kiütheti, ha úgy vágja a botját a földbe, hogy az megérintse. Ez is veszít egy életet. Ha körbeért a sor,



akkor az első újra kihúzza a botját a földből, és megpróbál kiütni egy másik botot. Az nyer, akinek a végén marad még élete. Azt a botot, amit kiütöttek vagy a földön fekvé kivegeztek, fel szabad venni.

### **Bothoki**

Mindenkinek van egy 1 m hosszú botja. Azzal kell úgy megütni egy labdát, mint a hokiban. Kapunak két botot szúrunk le a földbe.

### **Botdobás**

Egy 1 m hosszú bottal körbeállunk. A botot a közepénél fogva, függőlegesen tartjuk. A körben különböző módokon tudjuk a botot egymásnak tovább adni, illetve dobni. Mindig jobbra, vagy a velünk szemben állónak dobjuk át a botot. Ha már jól megy az adogatás, akkor lehet növelni a távolságot. A botot függőlegesen dobjátok, ne úgy, mint egy lándzsát, hogy ne legyenek sérülések. A botnak nem szabad pörögnie a levegőben.

### **Fogócska**

Ez a játékfajta nagyon elterjedt és közkedvelt, mert nem kell hozzá semmi. Ugyanakkor nagyon sok fajtája is van.

#### **Egyszerű fogócska**

Akit elkap a fogó, az lesz az új fogó.

#### **Betegfogócska**

Akit elkap a fogó, az lesz az új fogó, de azt a pontot a testén, ahol megfogták, fognia kell a kezével.

#### **Magas fogócska**

A menekülők felmehetnek egy magaslatra (kő, rönk, pad), ahol a fogó nem kaphatja el őket. Viszont a fogó három lépés távolságból azt mondhatja: „egy, kettő, három, fuss”, és akkor le kell jönni a magaslatról.

#### **Láncfogócska**

Akit elkap a fogó, az vele együtt, kézen fogva lesz fogó. Ha négyen vannak, szétválnak.

#### **Kígyófogócska**

Hasonló a láncfogócskához, azzal a különbséggel, hogy nem válnak szét, hanem egy hosszú kígyó lesz belőlük.

#### **Farkasfogócska**

A farkas a fogó, és csak négykézláb mehet. Akit megfog, az is farkas lesz.

#### **Mentőfogócska**

Akit megfogtak, az terpeszbe áll. Akkor szabadul újra fel, ha valaki átbújik a lába között. A fogóknak (mert legalább kettőt ki kell nevezni), jól össze kell dolgozniuk, ha mindenkit el akarnak kapni. Terpesz helyett lehet guggolni is.

#### **Bújócska**

A hunyó hangosan, becsukott szemmel számol. Amikor kész, azt mondja: „Aki bújt, aki nem, jövök.” Ha valakit meglát, akkor visszafut a célhoz, és rácsap ott egy fára, és annak a nevével kiabálja, akit meglátott.

Ez a valaki meg persze próbál a hunyó előtt odaérni, és magát ezzel felszabadítani. Amíg a hunyó keres, addig persze mindenki megpróbálhatja magát felszabadítani.

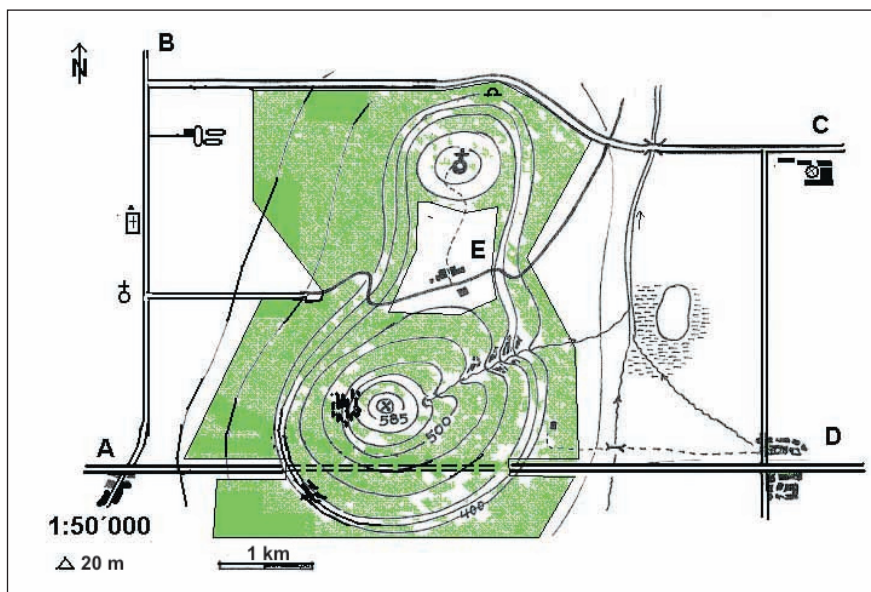
Általában az első lesz az új hunyó, kivéve, ha az utolsónak sikerül felszabadítania az össze-  
set. Akkor a hunyónak még egyszer hunyonia kell.

**Kitartás:** Tudsz 10 percet futni (vagy 700 métert úszni, vagy 18 km-t kerékpározni).

### Testedzési teljesítmények táblázata

	Futás	Úszás	Kerékpározás
<b>Portyázó (13-14 éves):</b>			
Piros liliom próba	7 perc	400 m	12 km
Fehér liliom próba	8 perc	500 m	14 km
Zöld liliom próba	9 perc	600 m	16 km
Liliom próba	10 perc	700 m	18 km

### Útvonalmegoldás



Ha A-ból át akarsz menni D-be, akkor a távolság légvonalban 7 km. Viszont az egyetlen út egy autópálya, amin viszont nem mehetsz. Egyenesen átvágni nem érdemes, mert van egy nagy domb. A másodrendű út mellett elmenni B felé és onnan C-be és D-be nagy kerülő (14,5 km). Így marad az út a nyergen át É felé. Célszerű lejönni a hagyórl és kijönni az erdőből, az erdő szélén pedig elmenni dél felé a kis útig. Ott a kis út már elvisz D-be (11,5 km + 1 km = 12,5 km, a 100 m emelkedőre hozzáadunk 1 km-t).

Magasságok: A 350 m, B 350 m, C 370 m, D 370 m, E 450 m

Távolságok: AB 4 km, BC 7 km, CD 3,5 km, DA 6,5 km, AE 6 km plusz 100 m emelkedő, EC 5 km plusz 100 m lejtő.



## 15-16 éves cserkészeknek, első félév

### Fontos tudnivaló

- Lehet, hogy már őrsvezető vagy, de lehet, hogy nemsokára az leszel.
- Kár lenne régi jó őrödöt megszüntetni csak azért, mert néhány tag őrsvezető lett.
- Másképp értek már rá: hétköznapi vagy általános cserkészlet után kell időt keresni.
- De most kezdődik a cserkészélet! Eddig tanultad az alapokat, és azzal lehet most vagány túrákat, mozgótáborokat és rendezvényeket szervezni.

### Kötelező tevékenységek és feladatok:

Jellemnevelés: Ismerd meg önmagadat! Jegyezd fel, hogy milyennek látod önmagadat, és fedezd fel, hogy milyennek látnak téged mások!  
 Segítesz parancsnokodnak új cserkészszek toborzásában.

### Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:

Természet: Őrsőddelel meglátogattok egy csillagvizsgálót.  
 Javítások: Végezz el ház körüli munkákat vagy javításokat!

## PRÓBÁZTATÁSI ANYAG

### Cserkészismeretek

Cserkészttörténelem	Tudod, hogy ki volt Dr. Némethy György és Dr. Mattyasovszky-Zsolnay Miklós.	4	
---------------------	---	---	--

### Vallás

A 10 parancsolat szövege	Ismered a 10 parancsolat szövegét.	10	
Vallásos beszélgetés	Részt vettél vallásos témájú beszélgetésen.	2	

### Jellemnevelés

Cserkészies viselkedés	Példával részletezd: segítőkéssz, lusta.	4	
Vita	Tudsz vitában tárgyilagosan érvelni.	2	

### Magyarságismeret

Népdal	Ismersz 70 népdalt.	10	
Magyar festő	Ismersz 2 festőt és leghíresebb képeiket.	10	
Nyelvtani játékok	Készítesz nyelvtani játékot.	4	



Történelem	II. Rákóczi Ferenc és a kuruc kor.	6	
Földrajz	Felvidék: jellegzetességei, főbb városai stb.	6	

### Elsősegély

Ivóvízkészítés	Tudsz ivóvizet készíteni (szűrni, forralni).	2	
Egészséges étkezés	Tudod, hogyan kell egészségesen táplálkozni.	5	
Egyéni higiénia	Táborban kimosod a ruhádat.	6	

### Természetismeret

Csillagképek	Ismersz 8 csillagképet és legendáját.	16	
--------------	---------------------------------------	----	--

### Csomózás

Kötélvég-eldolgozás	Kötélvég eldolgozása (2 mód).	4	
Kötélfajták	Ismersz 3 kötélfajtát, és hogy mire jók.	6	

### Tájékozódás

Tájékozódás: Nap és csillag	Tudsz a Nap és a csillagok segítségével tájékozódni.	8	
--------------------------------	--	---	--

### Becslés

Háromszögelés	Magasság és folyó szélességének megállapítása.	8	
---------------	--	---	--

### Táborozás, szerszámok

Tábori higiénia	Tudod, hogy mire kell táborozásnál ügyelni.	4	
Illesztés	Tudsz fűrészszel és baltával fákat illeszteni.	4	

### Tűzrakás, főzés és sütés

Mágyatűz megrakása	Megraktál és tápláltál egy tábortűzet.	10	
Különleges gyújtásmódok	Bemutatsz egy különleges gyújtásmódot.	6	

### Testedzés

Bemelegítés	Tudsz bemelegítő gyakorlatokat, és tudod, hogy mire jók.	4	
Reggeli torna	Vezetsz egy reggeli tornát (kb. 10 perc).	10	
Kitartás	Tudsz 11 percet futni (vagy 800 métert úszni, vagy 20 km-t kerékpározni).	15	

Elért pontszám a próbáztató aláírásával: .....	166	
--	-----	--

## CSERKÉSZISMERETEK

**Cserkész történelem:** Tudod, hogy ki volt Dr. Némethy György és Dr. Mattyasovszky-Zsolnay Miklós.



### Mattyasovszky Zsolnay Miklós (1912-2005)

Jogász, közíró, a pécsi világhírű porcelángyáros Zsolnay család sarja. Péccsett volt cserkész. Alapítója a Teleki Pál és Sík Sándor sugallta Fiala Magyarország pécsi szervezetének. 1945-ben Nyugatra menekül, Kanadában telepedik le. Tevékenyen részt vesz az emigrációban szervezkedő Magyar Cserkészszövetség létrehozásában: előbb a Szövetség külügyi megbízottja, majd alelnök, 1953-tól elnök, végül 1973-tól örökös tiszteletbeli elnök. Kitűnő diplomáciai érzékével és négy idegennyelvismeretével a külföldi magyar cserkészet szellemi atyjaként egész életében nemzetközi szinten is, valamint a magyar társadalom körében is képviselte.



### Dr. Némethy György (1934-1994)

Világhírű kutató-vegyész, biológia és fizika-kémia szakos egyetemi tanár. A cserkészetet még Magyarországon kezdi, Németországban német cserkészként folytatja, majd Amerikába való kivándorlása után New Yorkban ismét magyar cserkész lesz. Szellemisége és műveltsége révén hamar a Szövetség élére kerül, először vezetőtiszthelyettes, majd vezetőtisztt, ezt követően 1973-tól haláláig a Szövetség elnöke. Sokoldalúsága és szerénysége közismert volt. Kidolgozza a Szövetség új vezetőképzési rendszerét és annak irányítását. Több cserkészkönyv társszerkesztője, és számos egyéb cserkészkiadvány írója.

## VALLÁS

**A 10 parancsolat szövege:** Ismered a 10 parancsolat szövegét.

### Tízparancsolat

A **tízparancsolat** a zsidó vallás és a kereszténység alapját képező legfontosabb vallási és erkölcsi parancsolatokat tartalmazza, amelyet a Biblia szerint Jahve (Isten) a Sínai-hegyen, két kőtáblára írva adott Mózesnek 40 napos börtje után.

Katolikus	Protestáns
1. Uradat, Istenedet imádd, és csak neki szolgálj!	1. Én vagyok az Úr, a te Istened. Ne legyen más istened!

2. Isten nevét hiába ne vedd!	2. Ne csinálj magadnak faragott képet. Ne imádd azokat!
3. Az Úr napját szenteld meg!	3. Ne vedd fel hiába Istened nevét!
4. Atyádat és anyádat tiszteld!	4. Szenteld meg az ünnepnapot!
5. Ne ölj!	5. Tiszteld atyádat és anyádat!
6. Ne paráználkoddj!	6. Ne ölj!
7. Ne lopj!	7. Ne paráználkoddj!
8. Ne hazudj, mások becsületében kárt ne tégy!	8. Ne lopj!
9. Felebarátod házastársát ne kívánd!	9. Ne tégy felebarátod ellen hamis tanúbizonyságot!
10. Mások tulajdonát ne kívánd!	10. Ne kívánd felebarátod házát! Ne kívánd felebarátod házastársát vagy bármiféle tulajdonát!

Szómagyarázat:

Hiába fel ne vedd = ne használd fölöslegesen, vagyis káromkodásra

Úr napja = vasárnap

Paráználkodás = házasságtörés

Felebarátod = embertársad

Jézus hitünk lényegét a szeretet kettős parancsában fogalmazta meg.

### **A kereszténység fő parancsolata: a szeretet parancsolata**

„És megkérdezte Jézust egy a törvénytudók közül: Mester, melyik a legfőbb parancs a Törvényben? Jézus azt mondta neki:

**1. Szeresd Uradat, Istenedet teljes szivedből, teljes lelkedből, teljes elmédből és minden erődből!**

**2. Szeresd felebarátodat, mint önmagadat!” (Mk 12,30-31)**

Búcsúbeszédében Jézus „új parancsot” adott nekünk:

**„Új parancsokat adok nektek, hogy szeressétek egymást: ahogyan én szerettelek titeket, ti is úgy szeressétek egymást!” (Jn 13,34)**



**Beszélgetés a vallásról:** Részt vettél vallásos témájú beszélgetésen.

Baden-Powell szerint a cserkész lehet bármilyen vallású, ám vallástalan soha.

Az újszülött babát a szülők megkeresztelik. Aztán megtanítják az első imákra: esti ima, ebéd előtti és utáni ima, Miatyánk. A cserkészletben bővül az imák száma: reggeli ima, zászló fel, és levonáskor elmondott imák. Aztán attól függően, hogy milyen iskolába jársz, megkezdődnek a hittanórák. Most már vasárnaponként rendszeresen jársz templomba, misét hallgatsz szüleiddel, vagy részt veszel gyülekezeted istentiszteletén.

De mindez még nem jelenti azt, hogy vallásos vagy. Csak azt, hogy vallásos szülők gyereke vagy. Amit otthon látsz, amit az iskolában tanulsz, az a vallás megismerése, és ez jó kezdet. A te igazi vallásosságod azonban akkor kezdődik, amikor felteszed magadban az első kér-

déseket. Miért járok templomba? Mert szüleim visznek, vagy mert magam is szívesen megyek oda; mert Isten földi házának érzem a templomot, ott jól el tudok beszélgetni Istennel, érzem közelségét?

Vagy máskor ilyen kérdések kavarognak benned: Van Isten? Hol van? Milyen? Néha szinte úgy érzed, hogy talán nincs is, és esetleg meg lehet lenni nélküle is. De aztán szétrézel a világban, a természet legparányibb teremtményeitől a végtelen csillagrendszerekig, és komolyan elgondolkozol azon, hogy mindez a tökéletesség valóban egy nagy robbanás („big bang”) következtében keletkezett? Vagy egy apró kis egysejtű élőlényből fejlődött ki?

Amikor eljutsz odáig, hogy magad fogalmazod meg a válaszaidat, rájössz, hogy minden mögött van egy hatalmas teremtő, a mindenható Isten, aki minden ilyen tökéletesre teremtett, és te magad is neki köszönheted létedet. Akkor kezdődik meg a te valódi vallásosságod. Akkor kezdesz el igazán hinni az Istenben, akkor kezdesz el igazán imádkozni Hozzá.

Ettől kezdve már nem azért jársz templomba, mert szüleid visznek, hanem meggyőződésből, mert az Úr napját Istennek akarod szentelni. A bibliát sem azért fogod olvasni, mert esetleg abból kell hittanórán felelni, hanem azért mert meg akarod ismerni Jézust.

Aztán lassan meg fogod érteni, hogy mit is akar tőled Jézus, mik a feladatai, kötelességei. Mert lassan, észrevétlenül – vallásos lettél.

## **JELLEMNEVELÉS**

*Cserkészies viselkedés: Példával részletezd: segítőképz, lusta.*

### **Segítőképz**

Mindig járj nyitott szemmel, és ha látod, hogy valakin segíteni kell, akkor ne habozz, hanem menj oda hozzá és ajánld fel segítségedet. Ez nem csak akkor érvényes, ha elsősegélynyújtásról van szó, hanem az élet minden pillanatában. Családodban igyekezz kivenni részedet az otthoni munkából. Idős és beteg emberekkel szemben különösen legyél figyelmes. Ne várj érte jutalmat, sőt, még hálát se várj. Azért segíts, mert neked jól esik. BP utolsó üzenete így szólt: „A helyes út a boldogság eléréséhez az, ha másoknak szereztek boldogságot.”

### **Lusta**

Lustaság az, amikor az ember a feladatot vagy tevékenységet nem vállalja vagy gyorsan elfárad, és kerüli is a munkát. Fél az erőfeszítéstől, gyakorlatilag nem csinál semmit.

*Vita: Tudsz vitában tárgyilagosan érvelni.*

Kétféleképpen lehet vitatkozni. Amikor társaságban vagyunk barátainkkal, ismerőseinkkel, iskolatársainkkal, akkor sokszor „vitába szállunk” egymással, mert bizonyos álláspontjaink különböznek. Ilyenkor egy beszélgetés alapján megváltoztathatjuk gondolatainkat, véleményünket.

Ha tárgyilagosan vitatkozol, nem érzelmeidből indulsz ki, hanem alá tudod támasztani gondolataidat és érveléseidet adatokkal, példákkal. Sosem szabad személyeskedni, és a másikkal támadó hangnemben beszélni. Haraggal, kicsúfolással nem fogsz tudni eredményesen vitatkozni.





*Taormina*

**Csontváry Kosztká Tivadar (1853-1919)**

- Míg külföldön ünnepelt művésznek számított, Magyarországon nem volt túl sikeres.
- A Napút festője – látomásos-profétikus képeket készített.
- Mintegy 100 nagyobb képe van.
- Sokat utazott, főleg keletre.
- Műveit Pécssett, a róla elnevezett múzeumban láthatjuk.



*Magyarok bejövetele (részlet)*

**Feszty Árpád (1856-1914)**

- Festőművész
- Fő műve a Magyarok bejövetele című körkép, egy 15 m magas és 120 m hosszú hatalmas alkotás a honfoglalás történelmi eseményéről.
- A kép jelenleg az ópusztaszeri Nemzeti Történelmi Emlékparkban látható.
- Feszty Árpád belebetegedett a gigantikus munkába, melyet a kép festése okozott.



*Golgota*

**Munkácsy Mihály (1844-1900)**

- Asztaloslegényből lett híres festő.
- Hatalmas méretű képeket festett.
- A Siralomház c. festményével világhírű lett.
- Gyakran vitte a magyar történelem eseményeit, személyeit vászonra.
- Híres képei közül kiemelkedik a Krisztus-trilógia: a Krisztus Pilátus előtt, a Golgota és az Ecce homo.



**Szinyei Merse Pál (1845-1920)**

- Nemzeti érzelmű nemesi családból származott.
- A híres nagyváradi festőiskolában tanult.
- Híres képei: A Lila ruhás nő, a Majális, az Anya gyermekével és a Szerelmespár.

Egyéb híres festők többek között: Paál László, Csók István, Barabás Miklós, Rippl-Rónai József, Viktor Vasarely.

**Nyelvtani játékok:** Készítsz nyelvtani játékot (pl. keress az interneten).

**Történelem:** II. Rákóczi Ferenc és a kuruc kor.

## II. Rákóczi Ferenc (1676-1735) Magyarország vezérlő fejedelme, erdélyi fejedelem.

Erdélyi fejedelmek gyermeke. Anyja Zrínyi Ilona, nevelőapja Thököly Imre.

Neve szorosan összefügg az általa 1703-ban indított **Rákóczi-szabadságharccal**, mely révén Magyarország teljes függetlenségét kívánta visszazerezni a Habsburg Birodalomtól.

Rákóczi a francia királytól kért segítséget, de árulás miatt őt magát is bebörtönözték, ahonnan megszökött, majd a kirobbant szabadságharc élére állt.

Egy zászlót küldött híveinek, melynek feliratát csakhamar egész Európa megismerte. „Cum Deo pro patria et libertate!” – „Istennel a hazáért és a szabadságért!”

Kezdetben a hajdúk segítségével sikereket értek el. Zászlója alatt együtt harcolt a jobbágy és a magyar nemes, ami már hosszú ideje nem volt így. A franciák pénzzel segítették őket, de amikor megszűnt ez a segítség, és pestisjárvány tört ki, a kurucok is és az ország is kimerült.

1707-ben kikiáltották a Habsburg-ház trónfosztását. A kurucok hősiiesen harcoltak a labancok ellen, de segítség hiányában egy utolsó nagy veszteség után letették a fegyvert.

A Habsburgok elismerték Erdélyt önálló fejedelemségként, és nem gyarmatosították.

Bár Rákóczi kegyelmet kapott, mégsem fogadta azt el, hanem elhagyta az országot. Rodostóban (Törökország), számkivetésben halt meg. Az ottani életéről hűséges embere, Mikes Kelemen leveleiből tudunk.

Később a fejedelem így foglalta össze a szabadságharc bukásának okait: „A háború szerencsétlen végének okául pedig a nemzet tapasztalatlanságát s tudatlanságát, a fegyver és pénz hiányát – amelyek a hadakozás idegei – a pestist és a francia udvar által nyújtott segedelem csekélységét tulajdonítandja.”



A szabadságharc zászlaja



II. Rákóczi Ferenc



Sárospataki vár

A Rákóczi-vezette felkelés elbukott, viszont a bécsi udvar belátta, hogy Magyarországon elnyomással nem lehet békét és nyugalmat teremteni.

**Földrajz:** Felvidék - jellegzetességei, főbb városai stb.

## FELVIDÉK

A Felvidék történelmi eredetű tájnév, amelynek a múltban többféle jelentése is volt. Ma Szlovákia területének szinonimájaként használatos – egyrészt a szlovákiai magyarok („fel-



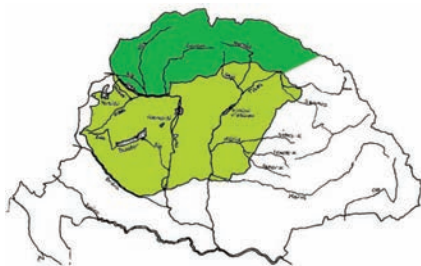
vidéki magyarok”) vonatkozásában, másrészt az 1918 előtti magyar történelem kapcsán, amikor a mai Szlovákia területe a Magyar Királyság szerves részét képezte.

A Felvidék nevezetességei: a Magas-Tátra, a kassai dóm, a bányavárosok, végvárak stb.

Főbb városai: Kassa, Pozsony, Besztercebánya, Selmecebánya, Lőcse, Nyitra, Komárom.

Főbb termékei: fa, bányaművelés, állattartás, turizmus

Egyéb: turisztikai látványosságokban igen gazdag vidék. Rengeteg vár, múzeum, templom várja az érdeklődőket.



*Felvidék*



*Krasznahorka vára*

### Északi-középhegység

A Magyarország északkeleti részén található hegyvidéki területeket jelenti, ahol az ország legmagasabb hegycsúcsai is találhatóak.

Fő részei: Visegrádi-hegység, Börzsöny, Gödöllői-dombság, Cserhát, Mátra, Bükk, Eperjes-Tokaji-hegység, Zempléni-szigethegység és az Aggteleki-karszt.

Itt található Magyarország legmagasabb pontja, a Kékes (1015 m).

Ásványkincsei: barnaszén, mészkő, lignit, kavics, színesfémek, nemesfémek, vasérc. Jelentős az erdőművelés. Híres a szőlő- és gyümölcsstermesztés valamint egyéb mezőgazdasági termékek. Bevételt jelent a jelentős turizmus is.

Ipar: gépgyártás, bányászat.

Látnivalók : Hollókő-ófalu és táji környezete, Aggteleki-karszt, Tokaj, Bükki Nemzeti Park, Eger, Vízoly, Boldogkőváralja, Tisza-tó, termálfürdők, várak, Palócföld.

Főbb települései: Miskolc, Sárospatak, Sátoraljaújhely, Eger, Muhi, Szerencs, Mezőkövesd, Recsk, Hollókő, Gyöngyös, Sirok, Szécsény, Tokaj.



*Északi-középhegység*



*A diósgyőri vasgyár – Miskolc*



## **ELSŐSEGÉLY**

**Ivóvízkészítés:** *Tudsz ivóvizet készíteni (szűrni, forralni).*

### **Ivóvízkészítés**

A tiszta ivóvíz az egészség megőrzésének az egyik alapja. Még manapság is rengeteg ember él a világon, aki nem jut mindennap tiszta ivóvízhez.

Forrásokból csak akkor igyál, ha a víz hűvös és jó ízű. A hegyekben is ügyelj arra, hogy ne egy legelő alatt legyen a forrás.

Ivóvizet készíteni főleg ott kell, ahol nincs tiszta víz. Ha a víz láthatóan tiszta, akkor elég felforralni (rendesen buborékoljon 5 percig), és megint lehűteni.

Ilyen tiszta vízbe lehet forralás helyett víztisztító cseppeket vagy tablettát is tenni. Általában fél óra után a víz ihatóvá válik.

Ha viszont zavaros a víz, akkor meg kell szűrni. Manapság vannak vízsűrő készülékek, melyek egyszerre megszűrik és fertőtlenítik a vizet.

**Egészséges étkezés:** *Tudod, hogyan kell egészségesen táplálkozni.*

### **Egészséges étkezés**

Az egészséges étkezés alapja a változatos étrend. Ha mindenből csak keveset eszel, akkor biztosan nem hibázol (hús, zöldség, gyümölcs, gabonafélék).

- Általában túl sokat eszünk.
- Általában túl sósan vagy túl sok cukorral, túl sok húst és túl sok tésztaféléket eszünk.
- Az is fontos, hogy rendszeresen étkezz, és nyugodtan egyél. Az összevissza állva befalt „gyorsételek” nem jók a gyomornak, de még a léleknek sem.
- Fontos, hogy eleget igyál, főleg vizet, teát vagy gyümölcslevet.
- Kávét, alkoholt és energitalokat csak nagyon kis mennyiségben fogyassz, mert egyik sem egészséges.
- Igyekez reggel is enni. Ha nem bírsz felkelni, akkor lehet, hogy korábban kell lefeküdnöd. Estére viszont már ne egyél sokat.

**Egyéni higiénia:** *Táborban kimosod a ruhádat.*

### **Mosás**

- Táborban is lehet ruhát mosni, így nem kell annyi váltóruhát vinni. Ehhez elég egy lavórba meleg (nem forró) vizet engedni, és a ruhát szappannal jól megdörzsölni. Vannak külön tubusos mosószeresek is. A vizes ruhát egy kötélre akaszd ki száradni. Mosni csak száraz időben érdemes, hogy a ruha meg is száradjon.

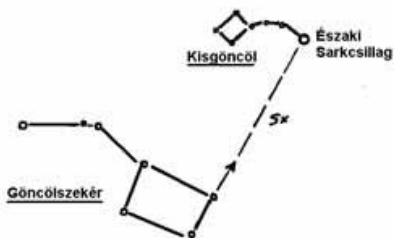
## **TERMÉSZETISMERET**

**Csillagképek:** *Ismersz 8 csillagképet és legendáját.*

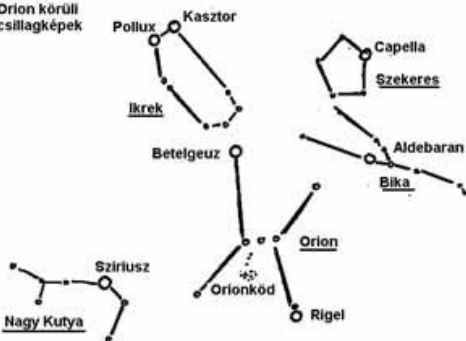
### **Csillagok**

Ha felnézel az égre, és ismerős csillagokat látsz, akkor még egyedül sem félsz a sötétben. Ahogy az erdőben a fák, a réten a virágok, úgy az éjben a csillagok a barátaid. Aki jól ismeri a csillagképeket, az nem csak tájékozódni tud általuk, hanem azt is tudja, mikor melyik csillagkép látható, és hol találja meg őket az égbolton.

Sarkcsillag körüli csillagképek



Orion körüli csillagképek



Dél keresztje



A **Sarkcsillag** mutatja nekünk az északi irányt. Ezért fontos ismerni a körülötte lévő csillagképeket is, mert csak így tudjuk megtalálni a sarkcsillagot.

Ha a **Góncölszék** hátsó oldalát 5-ször meghosszabbítod, pont a Sarkcsillaghoz érsz.

A másik oldalon szemben van a **Kassziopela**, ami egy dupla V betű.

Az **Orion** egy téli csillagkép, melyet Magyarországon csak októbertől áprilisig lehet megfigyelni.

Nem csak nagyon jól fel lehet ismerni az Oriont, hanem körülötte több nagy, jellegzetes csillag is található.

Az Orionban látható a csillagok születése is, mivel az Orionkőben folyamatosan új napok születnek, és múlnak el. Továbbá az Orion az a csillagkép, mely köré talán a legtöbb legenda és történet szövődik, nem csak nálunk, magyaroknál.

Magyarul Nagy Vadásznak vagy Nimródnek is nevezik.

Nekünk, magyaroknak különösen fontos csillagképünk, mert eredetünket egyesek Nimródig vezetik vissza.

A Bibliában is megemlíti Nimródót, aki a világon az első király, és hatalmas vadász volt az Úr előtt.

Délen egész más csillagképeket lehet látni. A legfeltűnőbb a **Dél Keresztje**, mely a déli pólus felé mutat.

Ezekon kívül az égen számtalan furcsa nevű csillagkép is van (Mikroszkóp, Tájéoló, Táblahegy).



a hunok és magyarok apja (a magyarok ősapja), ezért úgy tartják, ennek a csillagképnek a magyarság sorsában is van jelentősége.

**Nagy Kutya:** a Kis Kutyaival együtt az Orionnak, az Égi Vadásznak vadászkiismerő, és ennek megfelelően követik őt a napi, keletről nyugat felé tartó mozgásban. A Nagy Kutya csillagképbeli Szíriusz neve Sánta Kata. Ő viszi az ebédet az aratók után, de a kaszások mindig a lába elé kapnak a kaszával, ezért is sánta.

**Göncöl:** a magyar monda szerint Göncöl híres táltos volt, aki az emberek közt járva gyógyította a betegeket, beszélni tudott a fákkal és a madarakkal. Egyszer eltört szekerének rúdja, de senki sem segített neki. Haragjában a lovak közé csapott s felrepült az égbe. Azóta ott kocsizik görbe rúdú szekerén.

**Északi Korona (Corona Borealis):** népünk Koszorúcsillagnak nevezi. „A boldogságos Szűz Máriát mikor eljegyezte Szent József, akkor koszorúzták meg vele, azért hívják úgy.”

**Lant (Lyra):** a magyar mese Csósznek nevezi a Lyra fényes csillagát, a Vegát. „A cigány (Altair a Sasban) szénát (szalmát) lopott, s a csósz észrevette, utánament, de nem bírja utolérni. Az elhullott szalma az országotat (Tejút) jelöli.”

**Ikrek:** két „árva” csillag, meséjük: „Egy kisfiú meg egy kislány elmaradt az anyjuktól meg az apjuktól, siratták az apjukat, anyjukat, egymás mellett mentek mindig. Amerre mentek, vad gyümölcssel éltek, úgy élösködtek, nem adott nekik senki semmit, az Isten aztán magához szólította őket. Ott látszanak az égen, hogy az emberek lássák, hogy az árváknak segíteni kell.”

**Nyilas:** nálunk Koldusszekér, Sánta Koldus, Törökszekér a neve. „A Sánta Koldus elől jár a Talyiga rúdjánál. Felesége, a szépasszony (Antares a Skorpióban) hűtlen volt, s a koldus nem akarva talyigáját elhagyni, messze az asszony mögött marad.”

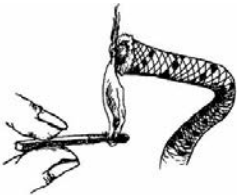
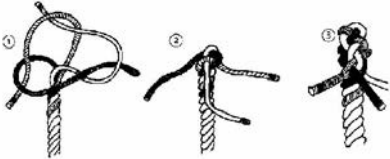
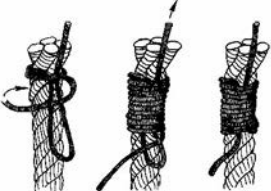
**Szekeres (Fuváros):** Mezopotámiában a csillagképet kocsihajtónak képzeltek. A legkorábbi időktől úgy ábrázolták, hogy kecskét vagy kecskegidákat dajkál az ölében. A görög monda Erikhthoniosz királyt, a szekér feltalálóját látja e csillagképben. A Capella az a kecske, amely az újszülött Jupiternek tejet adott. Tavasz és nyári estéken a látóhatár közelében jár, s népünk a Capella színjátásából jósolja meg a várható időt.

**Figyelem!** A csillagképekhez szinte minden népnek vannak mondái. A legismertebbek talán a görög mondák. Olvass utána, ha érdekel!

## CSOMÓZÁS

**Kötélvég-eldolgozás:** Kötélvég eldolgozása (2 mód).

### Kötélvég-eldolgozás

	<p><b>Műszálas kötelek</b> Egy gyufával melegítsd föl a kötel végét, míg meg nem olvad. Fogóval vagy egy deszkával nyomd össze a puha végét. Így már nem bomlik szét.</p>
	<p><b>Visszafonással</b> Több eljárás is ismeretes: lehet bele hurkot kötni vagy egyszerűen visszafonni. A visszafonásnál segíthet egy horgolóű, vagy egy egyszerű szög, amibe egy kampó van erősítve. Ezzel könnyebben tudod áthúzni a szálakat. Ne ijedj meg tőle, inkább próbáld ki bátran!</p>
	<p><b>Cérnával, ragasztószalaggal</b> Ragasztószalaggal nagyon könnyen megoldható, de szebb és tartósabb, ha egy cérnát többször erősen rátekersz, úgy, mint egy párhuzamos kötésnél, és a végét a tekerés alá behúzod. A biztonság kedvéért egy egyszerű kettőssel lezárhatod.</p>

**Kötélfajták:** Ismersz 3 kötélfajtát, és hogy mire jók.

### Kötélfajták

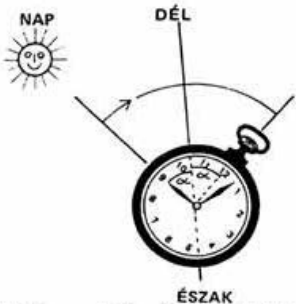
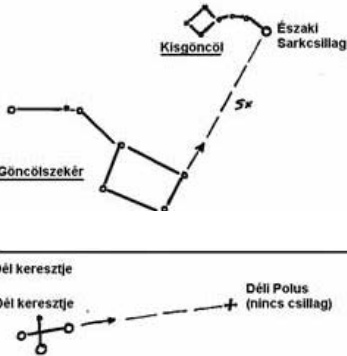
	Kender	Sisal	Polypropylen	Nylon
<b>Kinézet</b>	Barna, puha, sodort	Sárgásbarna, durva, sodort	Barna, sodort	Színes, fonott hegymászókötél
<b>Víz, nedvesség</b>	Nagyon érzékeny	Érzékeny	Nem érzékeny	Nem érzékeny
<b>Napsütés</b>	Nem érzékeny	Nem érzékeny	Nagyon érzékeny	Nagyon érzékeny
<b>Súrlódás</b>	Nem érzékeny	Nem érzékeny	Nagyon érzékeny	Érzékeny
<b>Nyúlik-e?</b>	Nem	Nem	Egy kicsit	Nagyon nyúlik
<b>Teherbírás (10 mm)</b>	kb. 800 kg	kb. 500 kg	kb. 1400 kg	kb. 2000 kg

	<b>Kender</b>	<b>Sisal</b>	<b>Polypropylen</b>	<b>Nylon</b>
<b>Olvad</b>	Nem	Nem	Igen	Igen
<b>Használata</b>	Táborépítés, kötélhíd, kötélpálya (mert nem olvad)	Táborépítés	Táborépítés (de nem kötélpálya)	Csak ereszkedésnél, mászáshoz. Kötélhídak nem, mert nagyon nyúlik.
<b>Figyelem!</b>	Csak szárazon tárolni	Csak szárazon tárolni	Ne hagyj a napon	Naptól, sártól, benzintől védeni. Mászás előtt ellenőrizni kell.

## TÁJÉKOZÓDÁS

*Tájékozódás - Nap és csillag: Tudsz a Nap és a csillagok segítségével tájékozódni.*

### Tájékozódás a Nap és a csillagok segítségével

 <p>A déli irány meghatározása óra segítségével</p>	<p><b>Órával</b></p> <p>Óra segítségével nem nehéz az északi irányt megállapítani. Ha nincs mutatós órad, akkor egy papírra rajzold fel a mutatók állását minél pontosabban.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Az óramutatóval célozd be a napot.</li> <li>2. A 12-es és az óramutató közti szöveget elfelezed.</li> <li>3. A felező dél felé mutat, tehát észak pont az ellenkező irányban van.</li> <li>4. Nyári időszámítás esetén a 12-es helyett az 1-est kell venni a felezéshez.</li> </ol>
	<p><b>Csillagokkal</b></p> <p>Az északi félteken a Nagy Göncöl két hátsó csillaga között húzz egy vonalat. A vonalat hosszabbítsd meg, és mérd rá ötször a két csillag közti távolságot. Az ott levő közepes fényű csillag az északi Sarkcsillag. Tehát arra van észak. A déli félteken a Dél Keresztje csillagkép segítségével tájékozódhatsz. A kereszt hosszú szárát hosszabbítsd meg. Erre a vonalra mérd rá négyszer a kereszt hosszát. Ott van az égbolt déli sarka, de csillagot ott nem találsz.</p>

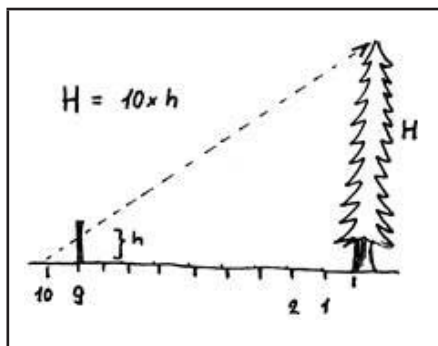
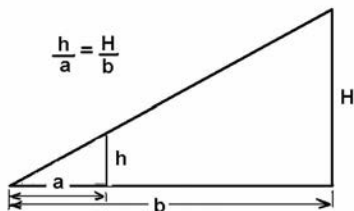
## BECSLÉS

**Háromszögelés:** Magasság és folyó szélességének megállapítása.

### Geometriai módszerek a becsléshez

#### Derékszögű háromszög

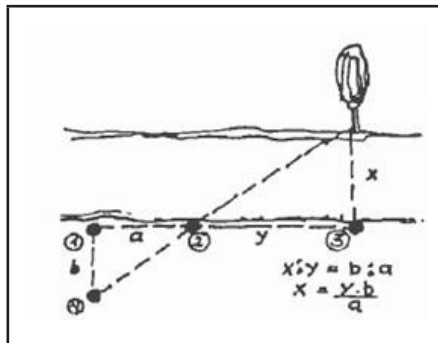
A legtöbb becslési módszer a derékszögű háromszögeken alapszik. Ehhez fontos tudni, hogy a derékszögű háromszögekben egyformák az arányok, így mindig ki lehet számítani a hiányzó méretet.



#### Magasságbecslés

Lépj le a fától 10 lépést. A 9-iknél dugj le egy botot, a 10-iknél pedig fekdj le és célozd be a fa tetejét. Ott, ahol a pillantásod keresztezi a botot, csinálj egy jelt a boton. A földtől mérd meg ezt a magasságot ( $h$ ). Ha megszorod 10-zel, akkor megbecsülted a fa magasságát ( $H$ ).

Példa:  $h=1,70$  m, akkor  $H = 10 \times 1,7 = 17$  m.



#### Folyószélesség becslése

Négy bot segítségével az innesső parton a rajz szerint négy pontot jelölj ki, szemben egy feltűnő tárggyal. A folyó szélessége ( $x$ ) annyiszor hosszabb (vagy rövidebb) a jobboldali háromszög ( $y$ ) oldalánál, mint amennyiszor a másik háromszögben a ( $b$ ) oldal hosszabb (vagy rövidebb) az ( $a$ ) oldalnál. Arányban kifejezve,  $x:y = b:a$ , vagy  $x/y = b/a$ .

## TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK

**Tábori higiénia:** Tudod, hogy mire kell táborozásnál ügyelni.

#### Egyéni higiénia (mosakodás, mosogatás, mosás)

A táborban és otthon is mindenkinek a maga felelőssége, hogy a higiéniai alapelveket betartsa. Ezek azért fontosak, mert a piszokkal sok fertőző bacillus és vírus kerülhet szervezetünkbe, és előbb-utóbb megbetegszünk tőlük. A táborban is legyen olyan mosdó, ahol nyugodtan le tudsz vetkőzni, vagy kérd meg az egyik barátodat, hogy álljon őrséget.

## Mosakodás

- Evés előtt kezet mosunk, hogy ne vigyük be a koszt a szánkba. Főleg kilincsek, a busz kapaszkodói és a korlátok azok, amiket sok ember megfog, fokozva és előidézve a fertőzés lehetőségét.

- A vécé használata után is kezet mosunk.

- Hajmosás: főleg bolha és tetű ellen kell rendszeresen haját mosni és kifésülni.

- Fogmosás: táborban naponta kétszer, reggeli és vacsora után.

- Ha édeset ettél, igyál rá sima vizet, azzal a szádat is kiöblíted.

- Testmosás: legalább két-három naponta meg kell mosakodni, amikor a lábakat és hajlatokat mossuk meg. Ne várd meg, amíg viszketni kezd!

## Tábori mosakodás lavórban

Egy lavór vízben meg tudsz mosakodni, de ügyelni kell a sorrendre. Így naponta 5 liter vízben megfürödhetsz, míg otthon akár 100 litert is elhasználnál.

1. Előbb mosd meg arcodat és a kezedet.
2. Utána moss fogat, de a vizet ne a lavórhoz köpd vissza, hanem a lefolyóba vagy egy kis gödörbe.
3. Ezután mosd meg a felsőttestedet és a combodat.
4. Utána jön a hajmosás samponnal.
5. Végül pedig az alsó végtagok és a feneked (ehhez guggolj le).
6. A végén mosod meg a lábadat és lábszáradat.  
(Borotválkozni külön vízbe kell, mert a szőröktől már nem tudod használni a vizet.)

## Mosogatás

1. A csajkádát és az evőeszközt étkezés után mosd el. Ha rajta maradnak az ételmaradékok, akkor azok megromolhatnak, és a következő evéskor fertőzést okozhatnak.
2. A konyhai edényeket is mosd el, hogy ne tudjanak a betegségek és fertőzések elterjedni.
3. A nedves törölrongyot ne tömd a csajkádba, hanem akaszd ki száradni.
4. A négyfázisú mosogatás:
5. Kikaparni a maradékot, és a pöcegödörbe kidobni. Még jobb, ha mindent megeszel, és egy darab kenyérral töröld tisztára a csajkádát.
6. Forró, mosószeres vízből meríteni és kefével kimosni a csajkát és az evőeszközt. A koszos vizet öntsd ki a lefolyóba vagy külön vödörbe.
7. Leöblíteni lehetőleg meleg vízben.
8. Fertőtleníteni (0.005%-os klór vagy hasonló fertőtlenítőszer, ami 5 ml klór 100 l vízben vagy egy kiskanál klór 25 gal vízben) vagy legalább 77 Celsius-fokos vízbe egy percig beáztatni.

## Mosás

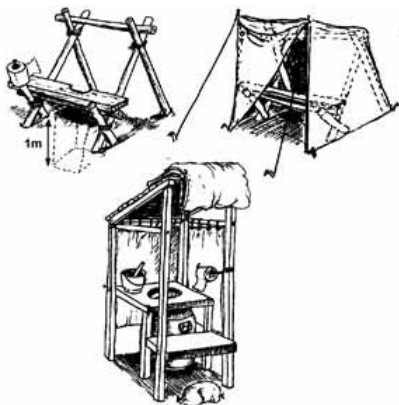
- Táborban is lehet ruhát mosni, így nem kell annyi váltóruhát vinni. Ehhez elég egy lavórhoz meleg (nem forró) vizet engedni, és a ruhát szappannal jól megdörzsölni. Vannak külön tubusos mosószeresek is. A vizes ruhát egy kötélre akaszd ki száradni. Mosni csak száraz időben érdemes, hogy a ruha meg is száradjon.

## Tábori higiénia (latrina, pöcegödör)

A táborban nagyon fontos a higiénia, mivel sokan vagyunk együtt, és folyó víz híján sokszor nehéz rendesen tisztálkodni.



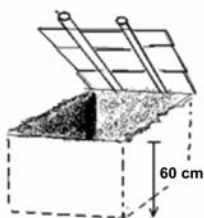
## Latrina



### Latrinaépítés

- Legyen félreeső helyen.
- Legyen rendesen eltakarva, és legyen jól látható foglalt/szabad jelzése.
- A gödör legalább 80 x 80 x 80 cm legyen.
- A gödör mellett legyen egy vödörben oltott méz és egy lapát. Ebből egy kicsit be kell hinteni a latrinába.
- Az ülőke a gödör fölött legyen, tartásatok tisztán, és készítsetek hozzá kapaszkodót.
- Legyen egy tartó a WC-papírnak, hogy ne legyen koszos.
- Legyen fedett, mert eshet az eső is.
- A WC mellett kell egy víztartály és szappan, hogy lehessen kezét mosni.

## Pöcegödör



### Pöcegödör-építés

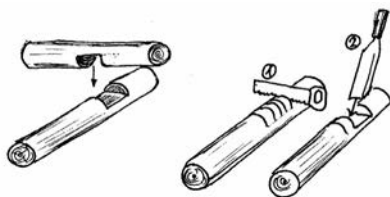
- A pöcegödör legyen a konyha környékén, de mégis félreeső helyen.
- Legalább 60 cm mély és 80x80 cm nagy legyen. Ez persze a tábor nagyságától is függ.
- A kiásott földet a szélére halmozd fel. Néha kell egy kicsit szórni a moslécra.
- Készíts egy fedőt hozzá, hogy az állatok és legyek ne szállják meg.

**Illesztés:** Tudsz fűrészszel és baltával fákat illeszteni.

### Illesztés, csapolás

Nagyobb építményeknél segíthet, ha ismered a fa megmunkálásának néhány szakszerű módját. Persze ehhez megfelelő szerszámok is kellenek, mint kézi fűrész és véső.

### Illesztés



Ha két gerenda keresztezi egymást, akkor célszerű összeilleszteni őket. A mellékelt ábra szerint metszd ki és illeszd össze őket. Ehhez először fektesd a gerendákat egymásra keresztbe, és így jelöld ki a metszés helyét. Ezután fűrészszel vágd ki a bejelölt részt. A közepét vésővel vagy baltával vésd ki. Könnyebben megy, ha előtte ezt a részt fűrészszel több helyen is bevágod.

### Csapolás

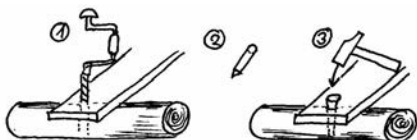


Stabilabb tartást ad egy szerkezetnek, ha összecsapolod a részeit.

Ehhez a rúd végére fűrészszel egy csapot kell vágni, a kereszttrúdba meg egy lyukat kell vésni. Addig igazítsd őket, amíg a csap beleilleszkedik a lyukba.

Kicsúszás ellen egy faszöggel biztosíthatod.

## Faszög



Ha egy deszkát rögzíteni akarsz, fúrj bele egy lyukat, és verj bele egy faszöget.

A faszöveget egy darab gallyból vagy keményfából is kifaraghatod. Ez egy nagyon gyors módszer pl. asztal építéséhez.

## TŰZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS

**Máglyatűz megrakása:** *Megraktál és tápláltál egy tábortűzet.*

### Tábortűzek

A tábortűz a cserkészek különleges tüze. Nem főzőtűz, nem is szemétegető tűz, hanem egy melegítőtűz a test és a lélek számára egyaránt. Ha te rakhatod meg a tábortűzet, akkor ez egy kitüntetés, és arra különösen sok gondot fordíts. Ügyelj arra, hogy szépen meg legyen rakva, szépen égjen, ne dőljön össze, és semmiképp ne használd szemétegetésre.

A tábortűz alakja általában gúla vagy pagoda. Úgy kell megrakni, hogy meggyújtás után magától begyulladjon. Ezért nagyon gondosan rakd meg. Főleg a hármas aranyszabályra ügyelj (lásd: szabályos tűzrakás). Hogy szebb legyen a tűz, fűrészeljünk vastag rönköket, és hogy ne guruljanak szét, faragjunk mélyedést az egyes rönkökbe. Akár 2-3 óra hosszat is eltarthat egy közepes tábortűz megrakása.

A tábortűznél is be kell tartani a tűzvédelmi szabályokat (távolságtartás az erdőtől, belógó ágaktól, vödör víz a tűz mellett), már csak azért is, mert ez a legnagyobb tűz, amit a cserkészetben használunk.

A tartalék fát is készítsd oda, hogy kéznél legyen. Ha kezd leégni, akkor tegyél rá fát. Legalkalmasabb énekek alatt rakni rá. Legyen kéznél egy-két köteg rózse is, ha netán több fényre lenne szükség. A vége felé hagyhatod leégni. A tábortűz végén tűzörseget kell állni, amíg a tűz le nem ég.

**Különleges gyújtásmódok:** *Bemutatsz egy különleges gyújtásmódot.*

### Különleges tűzgyújtási módok

Külön kihívás a tábortűz különféle módon történő meggyújtása. Legyen ez titkos gyújtás, távgyújtás vagy varázslatos begyújtás.

### **Isten nyila:**

A tűz közepébe erősíthetsz egy vékony spárgát (damilt). A spárga másik végét egy fa tetejéhez kötöd. A fa tetején egy cserkész meggyújt egy vattagombócot, amely egy nyíl hegyére van tűzve. Megbeszélt jelre a nyíl a spárga mentén lecsúszik a tűzbe és meggyújtja.

### **Távgyújtás:**

A tűz közepébe dugj el egy konzervdobozt, amin vágsz egy nyílást. Ebben már a tábortűz előtt elhelyezel egy égő gyertyát, amit egy spárgára kötsz. A megbeszélt jelre kihúzod a gyertyát a spárgával a konzervdoboz alól, és a tűz egyszer csak elkezd égni, pedig nem is gyújtotta meg senki.



## TESTEDZÉS

**Bemelegítés:** Tudsz bemelegítő gyakorlatokat, és tudod, hogy mire jók.

**Reggeli torna:** Vezetsz egy reggeli tornát (kb. 10 perc).

### Reggeli torna, bemelegítő gyakorlatok

Reggel sok ember nehezen kel föl. Ha ébresztő van, igyekezz rögtön kiugrani a hálózsákból, és miután felöltöztél, egy pár tornagyakorlattal beindítani a vérkeringést. A reggeli torna célja, hogy a testedet megmozgassa, az izmokat fellazítsa, és hogy a játékban vagy a munkában ne tégy kárt magadban. Ezért a reggeli tornát négy részre osztjuk, melyeket már a portyázó próbában megismertél.

1. Nyújtás
2. Bemelegítés
3. Erősítés
4. Lazítás

Fontos, hogy a reggeli tornát is lassan kezdjük, nyújtózkodással. Igyekezzünk minden nagyobb izmot megmozgatni. Alvás alatt főleg a derék- és a nyakizom szenved. A nyújtózkodásnál fokozatosan növel a nyújtást, ne rángatózva. Ilyenkor növeljük a hajlékonyságunkat is.

Utána jön a bemelegítés, amikor futunk vagy ugrálunk, amíg érezzük, hogy a szívünk rendesen ver. Ezt persze lehet egy fogócska keretében is csinálni, csak az a fontos, hogy mindenki mozogjon, és senki se álljon.

A bemelegítés után jöhetnek az erőgyakorlatok vagy játékok.

A tornát zárjuk le egy rövid lazítással.



A reggeli tornán kívül fontos, hogy napközben, mielőtt sportolni, játszani vagy táncolni kezdesz, tarts bemelegítőt. Ha hidegek az izmaid könnyen megsérülhetsz. Főleg, ha olyan játékokat játszotok, mint az Adj, király katonát vagy a focit.

**Kitartás:** Tudsz 11 percet futni (vagy 800 métert úszni, vagy 20 km-t kerékpározni).

### Testedzési teljesítmények táblázata

	Futás	Úszás	Kerékpározás
<b>Honfoglaló (15-16 éves):</b>			
Piros koszorú próba	11 perc	800 m	20 km
Fehér koszorú próba	12 perc	900 m	25 km
Zöld koszorú próba	15 perc	1000 m	30 km
Koszorú próba	20 perc	1200 m	50 km



## 15-16 éves cserkészeknek, második félév

**Fontos tudnivaló**

- Ne hidd, hogy a morze csak régi és elavult ... még ma is sokszor életet ment.
- A legújabb Airbus A-380 fedélzetén is használják a pilóták a morzét.
- A morze üzenetek leadása és vétele nem fog sikerülni nagy távolságra, ha nem gyakoroltuk először közelre. Akár csak 2 m-re, de egyéb magyarázat nélkül.

**Kötelező tevékenységek és feladatok:**

Jellem: Egy hétig lemondasz valami számodra kedvesről (édesség, TV, mobil).

**Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:**

Szerszám: Kopjafa vagy csapatoszlop faragása őrsóddal.

Dísz tárgyat varrsz, hímzel a csapatnak az őrsóddal.

Jeladás: Ismerd meg a morze-betűket, és hogy hogyan kell morze-szöveget megfejteni!

**PRÓBÁZTATÁSI ANYAG****Cserkészs ismeretek**

Magyar cserkészet	Ismered a magyar cserkészet történetét.	10	
Helyi magyarság	Ismered a helyi magyarság történetét.	4	
Helyi cserkészet	Ismered a helyi magyar cserkészet történetét és főbb vezetőit.	6	

**Vallás**

Lelkigyakorlatok	Csendes elmélkedésen veszel részt.	2	
Szentíráis	Ismered a Biblia felépítését (Ószövetség, Újszövetség, négy evangélista...).	8	

**Jellemnevelés**

Cserkészi viselkedés:	Példával elmondod, hogy mi a „megbízhatóság”.	2	
	Példával elmondod, hogy mi az „önmeztartás”.	2	
Előadás	Előadást tartasz (őrsődnek, csapatodnak, tábornak) egy általad választott témáról.	10	
Kötelességtudat	Példákkal elmondod, hogy mi a kötelességünk a hazával és a magyarsággal szemben (fogadalom).	4	

## Magyarságismeret

Népdalok	Ismersz 80 népdalt.	10	
Magyar költők	Ismersz 4 híres költőt és egy-egy művét.	8	
Versmondás	Szavaltál egy komoly verset (szavalóverseny).	5	
Történelem	Ismered az 1848-as szabadságharc történetét.	6	
Földrajz	Kisalföld: jellegzetességei, főbb városai stb.	6	

## Elsősegély

Népi gyógyászat	Ismersz házi recepteket (3).	6	
Mentés	Tudod, hogyan kell menteni jégből, tűzből, és ha valakit áramütés ért.	6	

## Természetismeret

Gyógynövények	Ismersz 5 gyógynövényt és alkalmazásukat.	10	
---------------	---	----	--

## Tájékozódás

GPS	Ismered a GPS működését.	4	
„Geocaching”	Eldugsz vagy megkeresel egy tárgyat.	4	

## Becslés

10 alapegység	Becslést segítő méreteket ismersz (pl. emelet, ingalengés, fa magassága, foci pályája hossza, pénz mérete stb.).	10	
---------------	--	----	--

## Táborozás, szerszámok

Tábori építmények	Készítesz 1 nagy tábori építményt (pl. őrsi kaput, altábori kaput vagy tábori konyhát.).	10	
Bivak- (alvóhely) építés	Sátor nélkül kint alszol saját magad építette alvóhelyedben.	10	

## Tűzrakás, főzés és sütés

3 fogásos étel tűzön	Készítesz 3-fogásos ételt tűzön vagy gázon.	12	
----------------------	---	----	--

## Testedzés

Íjászat	Tudsz íjjal célba löni.	10	
Kitartás	Tudsz 12 percet futni (vagy 900 métert úszni, vagy 25 km-t kerékpározni).	15	

Elért pontszám a próbáztató aláírásával: .....	180	
--	-----	--

## **CSERKÉSZISMERETEK**

**Magyar cserkészet:** *Ismered a magyar cserkészet történetét.*

### **A magyar cserkészet története**

- 1910: Első csapatok Magyarországon
- 1912. dec. 28.: Megalakul a Magyar Cserkészszövetség, és megírják a 10 cserkész-törvényt
- 1913: Vági tutajút Kralovántól Komáromig 105 cserkésszel. Tpk.: Sík Sándor
- 1919: Megalakulnak az első leánycserkészcsapatok
- 1921: Létrejön a leánycserkészek szövetsége
- 1922-23: 1. magyar főcserkész: gróf Teleki Pál
- 1923-42: 2. magyar főcserkész: gróf Khuen-Héderváry Károly
- 1926: Megyeri Nemzeti Nagytábor 7500 cserkésszel. Tpk.: Sík Sándor
- 1927: Megnyitják a Hárshegy Cserkészparkot.
- 1933: IV. Világdzsembori Gödöllőn. Tpk.: Teleki Pál
- 1939: I. Leánycserkész Világdzsembori (Pax Ting) Gödöllőn.
- 1941: Lord Robert Baden-Powell halála és Teleki Pál halála.
- 1942: 3. magyar főcserkész: vitéz Kisbarnaki Farkas Ferenc. Elhunyt 1980-ban.
- 1945: Megalakulnak az első magyar csapatok a külföldi menekülttáborokban.
- 1948: Magyarországon a kommunisták betiltják a cserkészetet.
- 1950: Megalakul külföldön a Magyar Cserkészszövetség.
- 1951: A magyar cserkészet központja Amerikába kerül.
- 1989: Újraindul a cserkészet Magyarországon.
- 1995: A külföldi magyar cserkészszövetség felveszi a KMCSSZ nevet.
- 1996: Bodnár Gábor halála.
- 2010: 100 éves a magyar cserkészet.
- 2013: Nemzeti Nagytábor Ócsán 4000 cserkésszel. Tpk.: Solymosi Balázs
- 2013: Vági tutajút-emléktúra a Tiszán 180 cserkésszel. Tpk.: Demes Sándor

**Helyi magyarság:** *Ismered a helyi magyarság történetét.*

### **A Helyi Magyarság története**

Az a fa, amelynek nincs gyökere, az első szélben kidől. Így van ez az emberrel is. Aki nem ismeri a gyökereit, annak nincs mibe kapaszkodnia. Kutasd fel, hogy a te városodban hogyan alakult a magyarok élete. Mikor jöttetek, mit csináltak, milyen szervezetek voltak, és kik a fő vezetői, a közösség szervezői.

**Helyi cserkészet:** *Ismered a helyi magyar cserkészet történetét és főbb vezetőit.*

### **A helyi magyar cserkészet története**

A cserkészcsapatodnak szintén megvan a maga története. Írd fel, hogy melyik évben lett alapítva, ki alapította, kik voltak a parancsnokai, és milyen fontos események történtek benne.

## VALLÁS

**Lelkigyakorlatok:** *Csendes elmélkedésen veszel részt.*

A lelkigyakorlatban a hangsúly a szemlélődő nyugalmon, a csenden és a személyes kíséresen van, mely segít az önmagunkra találásban és az Isten felé fordulásban.

**Szentírás:** *Ismered a Biblia felépítését (Ószövetség, Újszövetség, négy evangélista...).*

### **A Biblia (Szentírás) részei**

A biblia szó görögül „könyveket” jelent. Az első teljes magyar nyelvű bibliafordításra 1590-ig kellett várni. Ez Károlyi Gáspár nevéhez fűződik, és Károlyi- vagy vizsolyi biblia néven ismerjük, mivel Vizsolyban nyomtatták és adták ki először. A Biblia két fő részből áll: az Ó- és az Újszövetségből.

<b>Ószövetség</b>	<b>Újszövetség</b>
Az Ószövetség a világ teremtésével kezdődik, a zsidó nép történetét tartalmazza, és Jézus születéséig tart.	Az Újszövetség Jézus születésével kezdődik. Elmeséli Jézus életét és tanítását négy változatban (Máté, Márk, Lukács, János evangéliumai), továbbá az apostolok cselekedeteit, majd az apostolok levelezésével folytatódik. Végül János jelenésével záródik, amit látomásos/profétikus (jövendőmondó) résznek tartanak.

A Biblia minden egyes könyvének van egy rövidítése. Minden egyes könyv fejezetekre van osztva, és fejezetenként minden vers (szövegrész) meg van számozva. Így bármilyen kiadású egy Biblia, a számozás szerint minden verset meg lehet találni.

Például:

**Ter 1,1** azt jelenti: A Teremtés könyve 1. fejezetének 1. verse, ami így szól: Kezdetben teremtette Isten az eget és a földet.

**Jel 22,21** pedig a Jelenések könyve 22. fejezetének 21. verse, vagyis az utolsó mondat a Bibliában, ami így szól: Urunk, Jézus kegyelme legyen minden szenttel! Ámen.

## **JELLEMNEVELÉS**

**Cserkészies viselkedés:** *Példával elmondod, hogy mi a „megbízhatóság”.  
Példával elmondod, hogy mi az „önmegtartóztatás”.*

### **Cserkészies viselkedés**

A tíz cserkészőtörvény szerinti életet nevezzük cserkészies életmódnak. Persze a társadalomban és minden országban van egy kialakult kép a cserkészetről, ami viszont nem mindig egyezik azzal, amit mi szeretnénk.

**Nagy hátizsákkal túrázó, jókedvű fiatalok.**

**Tábortűz mellett részegen éneklő fiatalok.**

**Katonai egyenruhában menetelő gyerekek.**

**Vízpipázó, hosszú hajú „virággyerkek”.**

Ez csak néhány olyan képzet, ami az emberek fejében kialakult a cserkészetről. Persze van

más vélemény is, de mi ezektől függetlenül igyekezzünk viselkedésünkkel jó benyomást kelteni az emberekben. Ez persze főleg akkor fontos, ha egyenruhában vagyunk. Szűkebb környezetünk akkor is cserkésznek fog látni minket, ha nem vagyunk egyenruhában! Ha egy fiatal őrsvezető cigarettázik, és trágárul beszél az iskolában, akkor az a cserkészetben sem tud másképpen viselkedni, illetve nem egyeneslelkű a jelleme.

*Beszéljétek meg őrsötökben, hogy mikor viselkedtek cserkésziesen, és mikor nem!*

*Biztos rengeteg példát tudtok felhozni erre nézve.*

*Mondj példákat arra, hogy min múlik az, hogy valaki megbízható legyen!*

*Mit tesz az, aki önmegtartóztatást gyakorol?*

**Előadás:** *Előadást tartasz (őrsödnek, csapatodnak, tábornak) egy általad választott témáról.*

## **Kommunikáció (előadás, érvelés, kritika)**

### **Tanulj meg hatásos szónoklatot mondani!**

Cserkészként korán megtanulsz fellépni egy csoport előtt. Gondolj a tábortüzekre. Aztán igyekezz részt venni szavalóversenyen, ünnepi szereplésben, mert itt szokod meg a közönységet.

Előfordulhat, hogy nemcsak egyéneket, hanem egy csoportot kell meggyőznöd valamiről. Ebben a jó értelemben vett szónoklat segíthet. Íme, néhány jó tanács egy hatásos beszéd, szónoklat előkészítésére és előadására:

1. Légy meggyőződvé a szónoklat által elérni kívánt célod fontosságáról! Becsüld hallgató-ságodat, és őszintén akard a javát.
2. Beszéded szerkezete logikailag egységes legyen, lélektanilag világosan építsd fel. Építs hidat célod, és a hallgatóság lelke közé.
3. Beszéded kidolgozása előtt napokon át gondolkozz, olvass. Gyűjts gondolatokat, érveket, hasonlatokat, példákat, idézeteket. Beszéded vázának rögzítése előtt nézd át összegyűjtött nyersanyagodat. Válaszd ki belőle azt, amit mondanivalód vázlatába beépíthetsz.
4. Gyakorold mondanivalódat otthon. Használj hozzá órát és tükröt, esetleg kérj meg valakit, hogy hallgasson meg. Rögzítsd beszédedet magnóra és hallgasd meg.
5. Megjelenésed, fellépésed legyen nyugodt és határozott. Előadásod első pillanatától kezdve nézz állandóan hallgatóid szemébe. Őszintén, saját hangodon, természetesen, szabadon beszélj, és ne olvasd a szöveget.

**Kötelességtudat:** *Példákkal elmondod, hogy mi a kötelességünk a hazával és a magyarsággal szemben (fogadalom).*

### **Kötelességtudat**

A cserkészfogadalomban minden cserkész megfogadta, hogy híven teljesíti kötelességeit. Mit takar ez a szó, amit még kimondani is nehéz? Mindenkinek vannak jogai és kötelességei egy országban. Milyen kötelessége van az adófizetés és a katonai kötelezettség mellett egy férfinak? És egy nőnek? Van egyáltalán kötelességük, vagy csak a cserkészeknek van kötelességük?

*Mi a kötelességünk a hazával és a magyarsággal szemben? Mi a különbség a kettő között?*



## MAGYARSÁGISMERET

**Népdalok:** Ismersz 80 népdalt. Külön füzetben vagy listán tartsd számon ezeket, például fel-tüntetted a dátumot és a népdal címét, de a szövegét is leírhatod. Így kezdheted, illetve foly-tathatod:

Dátum	Népdal

**Magyar költők:** Ismersz 4 híres költőt és egy-egy művét.

### Költők és írók

Mivel a magyar nyelvet kevesen értik a nagyvilágban, így irodalmi alkotásaink nem terjed-tek el annyira, mint a magyar zene. Mégis van egy pár mű, amely mindezen nehézség ellené-re is világhírű lett. Például Madách Imre Az ember tragédiája című emberiségdrámája. Az író és a költő között az a különbség, hogy az egyik inkább verseket ír, a másik pedig hos-szabb-rövidebb történeteket. Ez persze nem jelenti azt, hogy egy író ne költhetne verseket is vagy akár énekszövegeket.



#### **Ady Endre (1877-1919)**

- A XX. sz. egyik legjelentősebb magyar költője, a magyar politikai újságírás egyik legnagyobb alakja.


- Költészetének témái az emberi lét minden jelentős területére kiterjednek.

- Hazafi és forradalmár, példamutató magyar és európai személyi-ség.

- Stílusának egyik legjellemzőbb vonása a különös jelzők gazdag-sága.

- Híres versei: Góg és Magóg fia vagyok én, A magyar Ugaron, Páris-ban járt az Ősz, Magyar jakobinus dala, Dózsa György unokája, Sem utódja, sem boldog őse, A föl-földobott kő

	<p><b>Arany János (1817-1882)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Magyar költő, a Kisfaludy Társaság elnöke, a Magyar Tudományos Akadémia igazgatója és főttkára.</li> <li>- Barátság fűzte Petőfi Sándorhoz és családjához.</li> <li>- A világhíres fegyverletétel után egy ideig bujdosni kényszerült, később tanító is lett.</li> <li>- Főbb művei: A Toldi-trilógia (Toldi, Toldi estéje, Toldi szerelme), A walesi bárdok, Szondi két apródja, Buda halála.</li> </ul>
	<p><b>József Attila (1905-1937)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Magyar költő, a magyar költészet egyik legkiemelkedőbb alakja.</li> <li>- Életműve zárt egészet alkot: teljes emberi magatartást, egységes, befejezett életutat fejez ki klasszikussá érlelt művészi technikával, nemegyszer a legmagasabb szinten. Ezáltal foglal helyet nemcsak a magyar, hanem a világirodalom nagyjai közt.</li> <li>- Látomásos verseket is írt, s halála körülményei sem tisztáztak.</li> <li>- Szocialista költészete: Döntsd a tőkét, Külvárosi éj, Mama.</li> <li>- Hazafias költészete: Nem, nem, soha!, A Dunánál.</li> <li>- Szerelmi költészete: Óda, Nagyon fáj.</li> </ul>
	<p><b>Móra Ferenc (1879-1934)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Író, újságíró, muzeológus, a „tisztelbeli makai”</li> <li>- Tanító volt, ill. régészeti ásatásokon ősi lovastemetkezéses sírokat tárt fel.</li> <li>- Verseket írogatott, majd ifjúsági könyveket kezdett írni.</li> <li>- A háborúban haditudósító volt, a katonasorsot életközélel mutatta be</li> <li>- Főbb művei: A kincskereső kisködmön, Rab ember fiai, Zengő ABC, A cinege cipője, Az aranyszörű bárány.</li> </ul>
	<p><b>Petőfi Sándor (1823-1849)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Magyar költő, forradalmár, nemzeti hős, a magyar költészet egyik legismertebb és legkiemelkedőbb alakja.</li> <li>- Addig ismeretlen témákat honosított meg költészetünkben: nála jelenik meg először a családi líra, a szerelmi költeményekben a hitvesi, házastársi szerelem ábrázolása, tájköltészetében pedig a puszták, a magyar Alföld méltó rajza.</li> <li>- Stílusát a népiesség jellemzi. Elhagyta a mitológiai elemeket, a finomkodó körülírásokat.</li> <li>- Gyalogosan vándorolt Kárpát-medence-szerte, többször megpróbálkozott a színészmesterséggel is mint vándorszínész.</li> <li>- Mély barátság fűzte Arany Jánoshoz.</li> <li>- A márciusi ifjak vezéréneként az 1848-49-es események egyik főszereplőjévé vált. Megírta és elszavalta a Nemzeti Múzeum lépcsőjén a „Nemzeti dalt”, de később fegyverrel is harcolt a szabadságharcban. 1849. július 31-én tűnt el a segesvári csatában.</li> <li>- A nép a szabadság szimbólumát látta ebben a lángoló ifjában.</li> </ul>

	<p>- Számptalan utca, tér, intézmény és emlékmű őrzi emlékét. Jelentősebb művei: Nemzeti dal, János Vitéz.</p> <p><b>Nemzeti dal</b> (első versszak)  <i>Talpra magyar, hí a haza!  Itt az idő, most vagy soha!  Rabok legyünk, vagy szabadok?  Ez a kérdés, válasszatok! -  A magyarok istenére  Esküszünk,  Esküszünk, hogy rabok tovább  Nem leszünk!</i></p> <p>„Külföldön Petőfi a legismertebb magyar költő mindmáig. Ő az istenek magyar kedvence. Mindent megkapott, hogy nagy költő lehessen: tehetséget, történelmet, sorsot. Huszonhat évet élt, s világirodalmi rangú s méretű életmű maradt utána, mely korfordulót jelentett nemzete irodalmában.”  (Németh G. Béla irodalomtörténész)</p>
	<p><b>Wass Albert (1908-1998)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erdélyi magyar író és költő.</li> <li>- Magyarországon csak halála után fedezték fel mint az erdélyi magyar irodalom nagy alakját.</li> <li>- Műveit Magyarországon a rendszerváltás óta jelentetik meg, korábban itt szinte ismeretlen volt.</li> <li>- Főbb művei : A funtineli boszorkány, Kard és kasza, Adjátok vissza a hegyeimet! Erdők könyve, Tavak könyve, mesék, mondák.</li> <li>- 1952-től haláláig az Amerikai Egyesült Államokban élt.</li> <li>- Egyik híres mondása:  „Ne félj, magyar, az ki vagyon veled, ezer veszély közt is bizton hazavezet, s ha jó az óra, meghallod szavát.  Hazamegyünk! Hazamegyünk!  Ne félj, magyar, az ki vagyon velünk, a bujdosásból majd hazamegyünk. A bujdosásunk véget ér hamar, s szabad lesz végre, szabad a magyar.”</li> </ul>

Mivel oly sok írónk és költőnk van, hogy itt nem lehet mindet felsorolni, további költőket és írókat találsz a Magyar Irodalmi Lexikonban és az interneten.

**Versmondás:** Szavaltál egy komoly verset (szavalóverseny).

**Történelem:** Ismered az 1848-as szabadságharc történetét.

### 1848–49-es forradalom és szabadságharc

1848. március 15-én kitört a forradalom. Petőfi elszavalta a Nemzeti dalt, Jókai pedig felolvasta a 12 pontot, melyben össze volt foglalva a nemzet kívánsága. Ezt az Országgyűlés el is fogadta, és új törvényeket fogalmaztak.

A gróf Batthyány Lajos vezetésével megalakuló új kormány már nem a királynak, hanem az ország választott képviselőinek, a magyar országgyűlésnek tartozott felelősséggel. Ezért tehát független és felelős kormány volt.

Az utolsó rendi országgyűlés által elfogadott áprilisi törvényeket az uralkodó, V. Ferdinánd király szentesítette. Ez fordulópontot jelentett a magyar történelemben, az ország gazdasági-politikai kormányzási rendszere óriási változáson ment keresztül. Az áprilisi törvények alapján Magyarország csaknem független ország lett. Kimondták Magyarország és Erdély egyesülését.

A jobbágyok ügyével és a nemzetiségekkel azonban nem foglalkoztak. Így sikerült a nemzetiségeket fellázítani a magyarok ellen, és azok el is indultak hadaikkal az ország ellen. Ferdinánd helyett Metternich kancellár kormányzott, a császár csak az ő bábja volt.

1848 nyarán az udvar elérkezettnek látta az időt, hogy Magyarországon is visszaállítsa teljes hatalmát, tehát Magyarországot osztrák tartománnyá süllyessze, és Erdélyt elszakítsa.

Szeptemberben Jellasics horváth bán megtámadta a magyarokat.

1849 tavaszától a „dicsőséges tavaszi hadjárat” sorozatos győzelmekkel indult. Ebben főszerepe volt Görgey Artúr kiváló fiatal hadvezérnek, Bem József lengyel szabadságharcosnak és Gábor Áron híres ágyúöntőnek.

1849-ben Debrecenben kimondták a Habsburg-Lotharingiai-ház trónfosztását.

Kossuthot kormányzóvá választották. Kossuth pénzt nyomtatott, katonákat toborzott, fegyvert gyártatott.

A bécsi kormány segítséget kért I. Miklós orosz cártól, aki hatalmas seregével (200 000 fő) leverte a szabadságharcot. Görgey így Világosnál letette a fegyvert.

Haynau tábornok „örökre el akarta venni a magyarok kedvét a szabadságharcoktól”. Véres, büntető megtorlás következett. Bebörtönzések, kivégzések, bujdosás volt mindazoknak a sorsa, akik a szabadságharcot támogatták.

**1849. október 6-án Aradon** kivégezték a magyar forradalom 13 tábornokát, az aradi vértanúkat. Ugyanezen a napon sortűzzel kivégezték Batthyány Lajos első magyar miniszterelnököt, majd október 25-én Kazinczy Lajost is.

Kossuth külföldre menekült, Széchenyi öngyilkosságot követett el.

Az 1848-49-es harc a magyar nemzet történetének egyik leghíresebb háborús konfliktusa is.

**Földrajz:** Kisalföld - jellegetességei, főbb városai stb.

### **Kisalföld (Dunántúl része)**

A Nagyalföld „kistestvére”, síkság.

A Duna két ágra szakad területén: a határolt szigetek neve Szigetköz és Csallóköz.

Mellékfolyók: Rába, Rábca, Marcal, Répce, Fertő-tó.

A Kisalföld nevezetességei: nyugati peremén található a Dévényi-kapu – a Kárpát-medence nyugati bejárata.

Főbb városai: Győr, Sopron, Pannonhalma, Mosonmagyaróvár.

Főbb termékei: gabona, szarvasmarha, halászat, húszüzemek, malmok.

## **ELSŐSEGÉLY**

**Népi gyógyászat:** *Ismersz házi recepteket (3).*

### **Népi gyógyászat**

Számtalan kisebb-nagyobb bajra létezik népi gyógymód is. Ezek igazán praktikus eljárások, mert a szükséges eszközök minden háztartásban megtalálhatók, és nincs mellékhatásuk:

- Csipéseket ecetes vízzel lehet borogatni. Vigyázz, hogy az ecet fel legyen hígítva, és a borogatást ne tartsd rajta hosszú ideig, mert kimarhatja a bőrt!
- Hólyag ellen jó az útifű (*lat. Plantago*).
- Gyulladásnál használj paradicsomot, attól csillapodik a gyulladás.

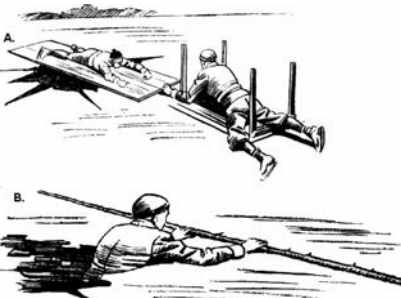
- Magas láznál a lábra langyos borogatást raknak, és a lázat meleg takaró alatt ki kell izzadni.
- Szorulás esetén szilvalevet kell inni.
- Hasmenésnél rizst, pirítóst, kemény sajtot, fekete csokit, banánt kell enni, és sok folyadékot inni.
- Gyomorrontás esetén egy napig koplalni kell és fekete teát inni.

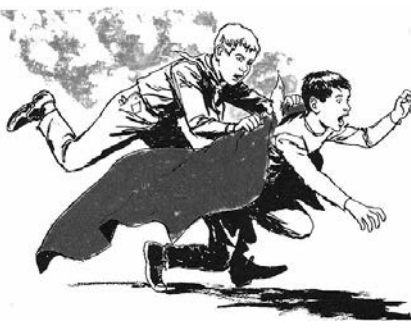

**Mentés:** Tudod, hogyan kell menteni jégből, tűzből, és ha valakit áramütés ért.

### **Mentés vízből, tűzből, jégből, áram alól**

Mások mentése mindig nagyon veszélyes! Ha valakit életveszélyes helyzetben látsz, akkor első dolgod legyen hangosan segítséget hívni, vagy hívni a mentőket mobiltelefonon.

**„Hívj segítséget, ne egyedül tedd!”**



	<p><b>Vízből mentés</b></p> <p>Ha van nálad úszó tárgy vagy úszógumi, akkor azt dobd be a vízbe.</p> <p>Az eszméletlen embert „csak” ki kell húzni, bár ez is jó erőnlézet igényel. Viszont sokkal veszélyesebb, ha valaki pánikban kapálózik, és netán beléd kapaszkodik. Ha nem ismeresz szabadulási fogásokat, akkor a legbiztosabb ilyenkor lemerülni. El fog engedni, mert ösztöne a víz fölé hajtja. Próbáld meg hátulról megközelíteni, és fejénél fogva kihúzni.</p> <p>A legnagyobb veszély a lehűlés és a levegőhiány, ezért melegen kell tartani, és szükség esetén mesterséges légzést alkalmazni.</p>
	<p><b>Jégből mentés</b></p> <p>Legnagyobb veszély, hogy alattad is betörik a jég. Ezért nyújts feléje egy hosszú rudat, abba kapaszkodva ki tud jönni, vagy pedig létrán, asztalon, laposan fekvő közelítsd meg.</p> <p>Rögtön melegbe kell vinni és melegen tartani.</p> <p>Fagyási sérüléseket szenvedni a levegőn is lehet.</p> <p>Az elfagyott végtagokat csak lassan szabad felmelegíteni (pl. hónod alatt). Történhet langyos vízben vagy puha ruhában.</p> <p>Az erős dörzsölés megsértheti a bőrt.</p>





	<p><b>Mentés tűzből</b></p> <p>Ha ég a ruhája, oltsd el a lángot vízzel vagy pokróccal. A ruhát ne rántsd le, mert a műszálas ruha ráolvad a bőrre, és a ruhával együtt a bőrt is lerántod. Ha tűzön kell átmenned, mert be vagy zárva, akkor tégy vizes kendőt a szád és orrod elé.</p> <p>A föld fölött tisztább a levegő, mint magasabban, mert a füst felfelé száll.</p> <p>Ha ajtót vagy ablakot nyitasz, számíts arra, hogy a láng kilobban.</p>
	<p><b>Mentés áram alól</b></p> <p>Ha a sérült még áram alatt van, nem szabad megfogni.</p> <p>Az áramforrást le kell kapcsolni.</p> <p>Ha nem megy másképp, egy vastag könyvre állva egy fabottal kell kiútni/kipiszkálni kezéből a készüléket.</p> <p>Ezután mesterséges légzést vagy oldalfekvést kell alkalmazni.</p> <p>Orvoshoz kell vinni, mert az áramütés belső sérülést is okozhat.</p>



## TERMÉSZETISMERET

**Gyógynövények:** Ismersz 5 gyógynövényt és alkalmazásukat.

### Gyógynövények

<p><b>Útifű</b> (lándzsás és kerek útifű)</p> 	<p>Tea, szirup formában: torokfájás, köhögés csillapítására, köptetőként használják baktériumölő, gyulladáscsökkentő hatása miatt. Gyerekeknek is adható.</p> <p>Külsőleg a népi gyógyászat bőrsérülésekre, vágott és gennyes sebekre, nehezen gyógyuló fekélyekre és vérzéscsillapításra használja.</p>	<p><b>Csalán</b></p>  <p>Teája ízületi betegségek ellen jó, de erősítő, vizelethajtó, vértisztító is. A konyhában leveleit főzelékként, zsenge hajtásait tavaszi levelesekben és salátákban fogyasztják. Gyökere és levelei vizelethajtó és gyulladáscsökkentő hatásúak. Leveleit gyakran alkalmazzák epe- és májbántalmakra is. A középkorban háborús időkben a kendert helyettesítették vele, belőle készítettek fonalat és szövetet.</p>
--	--	--

<p><b>Kakukkfű</b></p> 	<p>A gyógytea fogyasztása vagy az azzal történő gargalizálás jó gyógyír köhögés, torokfájás esetén. Kitűnő étvágyerjesztő, gyomorjavító, görcsoldó, köhögéscsillapító, szélhajtó is. Emeli az alacsony vérnyomást, külsőleg használva csillapítja a rovarcsípések okozta viszketéseket.</p>	<p><b>Kamilla</b></p> 	<p>Tea formájában a fogíny, a száj és a torok gyulladásainál hatásos. Enyhíti a gyomorpanaszokat, a rosszulétet, a hányingert. Bőrbetegségeket, pattanást, tályogot, sebeket, körömágy- gyulladást kezelnek vele. Szemborogatásra is kiválóan alkalmas. A nőgyógyászatban is használják. A kamillaolaj csökkenti az idegességet a gyermeknél, s jótékony hatással van a hiperaktív gyerekekre. A bőr szárazságát, viszketését, gyulladását csökkenti. Jót tesz a hajnak, mert kifényesíti és nyugtatja a fejbőrt.</p>
<p><b>Pitypang</b></p> 	<p>Levelével és gyökerével több száz éve kezelik a máj, epehólyag, vese megbetegedéseit és az ízületi problémákat. Virágzás előtti fiatal leveleiből salátát vagy főzeléket készítenek. Gyökerét nyersen vajon párolva lehet fogyasztani, vagy gyors szárítással (kb. 55°C-on szárítva) és durvára őrölve kávépótlóként használják.</p>	<p><b>Bodza</b></p> 	<p>A népi gyógyászatban a bodza volt „a szegényember patikája”: ennek főzetével kezelték a székrekedést, a szemgyulladást, a gümőkórt (TBC), de használták vértisztítónak, fájdalomcsillapítónak, hánytatónak, vizelethajtónak, köptetőnek, hámosítónak is. A szárított virágaiból főzött teát meghűléses betegségek gyógyítására használják, mivel kiváló lázcillapító, izzasztó és köhögéscsillapító. Régen fontos festőnövény is volt, levét a legyek, egerek távoltartására szétpermetezték.</p> <p><b>Vigyázat:</b> a virágok és a terméshús kivételével a növény minden része mérgező.</p>

<p><b>Csipkebogyó</b></p> 	<p>Teáját áztatással készítsük! Sok C-vitamint tartalmaz, ezért a szervezet ellenálló-képességét növeli. Alkalmas még saláták, gyümölcssaláták ízesítésére, erősíti a véerek falát, szilárdítja a kötőszövetet, fokozza a szervezet védekezőképességét, a fertőzésekkel, betegségekkel szemben. Megelőzőként segíti a csontok erősödését, szilárdságát és a csontképződést. Csökkenti a sebek hegese-dés utáni nyomait. Napperzselte bőrre, a nátha miatt fájó orrkörnyéknek, vagy az apró ráncok kezelésére is kiválóan alkalmas.</p>	<p><b>Hársfa</b></p> 	<p>Meghűléses betegsé-gekre, köhögéscsillapí-tásra kiválóan alkalmas, köptető, nyákoldó hatású. Serkenti az immunrend-szer működését. Jó idegerősítő és vértisz-tító hatású. <b>Tea:</b> 2-3 dl forró vízzel forrázzunk le 2 teáskanálnyi szárított hársfa-virágot, majd 10 perc elteltével szűrjük le. <b>Borogatás:</b> 3 dl forró vízzel forrázzunk le 3 teáskanálnyi virágot, majd 10 perc elteltével szűrjük le. Naponta kétszer borogassuk vele a beteg bőrfelületet, langyosan használjuk.</p>
--	--	--	---

## TÁJÉKOZÓDÁS

**GPS:** Ismered a GPS működését.

### Tájékozódás GPS-szel

A GPS-szel való tájékozódásról külön könyvet lehetne írni (írtak is már sokat).

E műszer lényege, hogy a GPS a műholdak alapján tudja megállapítani, hogy hol van, és ezt átszámolja a helyi koordinátákra. Ehhez viszont szükséges, hogy szabad legyen fölötte az égbolt, és legyen benne feltöltött elem is. Ez viszont két hatalmas hátrány számunkra, hisz sokat járunk erdőben, ahol pont az eget nem lehet látni, másrészt az elemünk lemerülhet. Ennek ellenére cserkészsként is tudni kell a GPS-készülékkel bánni, útvonalat megadni és eltalálni a célhoz.



### Indítás:

Kapcsold be a készüléket

Menj vele olyan helyre, ahol látszik az égbolt.

A GPS most megkeresi a műholdakat. Amint talált legalább három műholdat, jelzi, hogy kész a navigálásra.

Ilyenkor kijelzi, milyen pontossággal tud dolgozni. Ez általában 3-30 m között van.

Ilyenkor látod, hogy milyen magasan vagy, és a helyed koordinátáit is.

### Útvonalat megadni:

Az útvonal megadása vagy számítógépen történik, ahol egy programról egyenesen a GPS-be töltöd a célpontokat, vagy kézzel kell megadnod a pontok koordinátáit.

A koordinátákat (pl. a geocachinghez) megkapod a honlapon. Arra ügyelj, hogy a koordináták helyes formátumban legyenek.



Egy pontot azonban meg tudsz adni úgy is, hogy a GPS-szel elmész a célhoz, és ott megnyomod a gombot, hogy azt a helyet célpontként tárolja el. Ha most valakinek odaadod a GPS-t, akkor ő is el tud vele menni a célhoz.

### **Útvonalkövetés:**

Ha megadtad az útvonalat vagy célpontot, akkor beindítod az útvonalkeresést.

Most a GPS elvezet az egyik ponttól a másikig.

Ha a GPS-ben van térkép, akkor téged is úgy vezet el az úton, mint egy autót. Ha viszont egy egyszerű készülék, akkor téged csak azt adja meg, hogy légvonalban hol a következő célpont. Mivel ez légvonalban történik, ez nem éppen a legegyszerűbb. Ezen kívül a GPS csak akkor tud irányítani, ha mozgásban vagy. A GPS mutatja még, hogy milyen régóta vagy úton (metridő), jelzi a sebességedet, és hogy milyen messze vagy még a céltől.

### **A célnál:**

Ha megérkeztél a célhoz, akkor nézd meg, milyen pontossággal dolgozik. Ha 6 m-es pontosságot ír, akkor egy 12 m átmérőjű körben kell keresned a célt.


*„Geocaching”: Eldugsz vagy megkeresel egy tárgyat.*

### **GPS, geocaching**

A portyázásnak vagy kincskeresésnek egy modern változata a geocaching. Lényegében úgy működik, hogy valaki eldug egy dobozt egy „kincscsel”. A pontos helyét megadja az interneten, tehát mindenki elmehet megkeresni. Különböző fajtái vannak: egyszerű és multi (több állomással). A játék elsősorban rovereknek, vándorkorosztálynak alkalmas.



<b>1. Az előfeltételek</b>	<b>2. Az előkészületek</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- A geocachinghez szükséges, hogy legyen egy GPS-készüléked.</li><li>- Ezen koordinátákkal kell az útvonalat megadnod.</li><li>- Ugyanakkor meg kell találnod a célpontokat a GPS segítségével.</li><li>- Ismerned kell a helyileg használt koordinátarendszert.</li><li>- Tudj bánni az internettel.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Az interneten keress egy geocaching oldalt, pl.: <a href="http://www.geocaching.com">www.geocaching.com</a> <a href="http://www.opencaching.de">www.opencaching.de</a></li><li>- Ott add meg a helyet, ahol ládát akarsz keresni: <b>irányítószám vagy városnév</b></li><li>- A gép kiadja a legközelebbi ládákat.</li><li>- Általában a következő adatokat is megtalálod: <b>Honnan kell indulni?</b> <b>Milyen hosszú a pálya?</b> <b>Hány állomása van?</b> <b>Milyen jellegű?</b></li><li>- Ezek közül válaszd ki a megfelelőt.</li><li>- Tervezd meg, hogyan tudsz a kiindulópontra eljutni (vonat, bicikli), és mikor tudtok menni (elég-e egy délután, vagy kell egy egész nap).</li></ul>

<p><b>3. A felszerelés</b>  - GPS-készülék és pótelem</p>  <p>- <b>Térkép:</b> Ha régebbi GPS-készüléked van, amin nincs színes térkép, akkor térkép is kell.</p> <p>- <b>Kincs</b> (egy kis tárgy, amit csereként raksz a ládába.)</p> <p>- <b>Írószer</b></p> <p>- <b>Leírás:</b> Nyomtasd ki a leírást az internetről, és vidd magaddal, mert azon szokták megadni, hogy hogyan lehet megtalálni a ládát.</p> <p>- Kiránduláshoz való <b>cserkészfelszerelés</b>, mert sokszor árkon-bokron keresztül kell átvágni.</p>	<p><b>4. A keresés</b>  Ha megérkeztél a kiindulóponthoz, nézd meg, hogy tényleg jó helyen vagy-e? Tehát kapcsold be a GPS-t, és nézd meg, hogy a koordináták egyeznek-e a kiindulópont koordinátaival.  Most a leírás szerint kell haladnod.</p> <p>Ha vannak közbeeső állomások, akkor azokat kell előbb megtalálnod, mielőtt a végcélhoz eljutsz.</p> <p>Ha a láda közelébe érkezel, akkor a GPS-en nézd meg, milyen pontossággal tud dolgozni. Ez általában 3-30 m között szokott lenni. Sűrű erdőben lehet, hogy nem is működik. Állj be oda, ahol a GPS megadta a célpontot, és onnan csigavonalban menj ki felé.</p> <p>A láda általában jól el van dugva, hogy mások ne találják meg. Legtöbbször még egy vízhatlan zsákba is beleteszik.</p>
<p><b>5. A láda</b>  Ha megtaláltad, kiveheted belőle a kincset, és beleszedsz helyette azt, amit te hoztál magaddal. Ha van benne napló, akkor beírhatod a nevedet és a dátumot, hogy mikor találtad meg. Utána újra dugd el jól a ládát ugyanarra a helyre. Ügyelj arra, hogy közben mások ne lássanak, nehogy elvigyék a ládát. A láda nagysága 10 mm-től 30 cm-ig bármilyen méretű és formájú lehet.</p>	<p><b>6. Szabályok</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ne menj magánterületre!</li> <li>2. Keresés közben ne rongáld a természetet!</li> <li>3. Szedd össze útközben a szemetet!</li> <li>4. Ne áruld el a láda helyét másoknak!</li> <li>5. A légvonal nem mindig a leggyorsabb út!</li> <li>6. Ne rongáld az állomásokat, jeleket!</li> </ol>

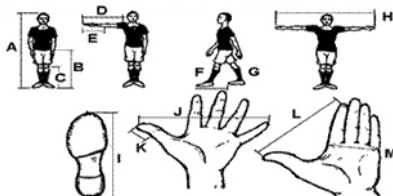
GPS helyett használhatsz koordinátahálós térképet és iránytűt is!

## BECSLÉS

**10 alapmérték:** Becslést segítő méreteket ismersz (pl. emelet, ingalengés, fa magassága, focipálya hossza, pénz mérete stb.).

## Alapmérétek (fontos méretek, magasságok)

	Honfoglaló
<b>Dátum</b>	
A. Testmagasság és testsúly	
B. 1 m vagy 1 yd testeden	
C. Térdmagasság	
D. Karhossz	
E. Alsókarhossz	
F. Lépéshossz	
G. Hány lépés 10 m vagy 10 yd	
H. Karfeszttáv	
I. Láb	
J. Nagyarasz	
K. Hüvelykujj	
L. Kisarasz	
M. Kézszélesség/10 cm testeden	



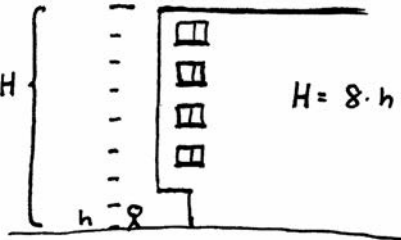
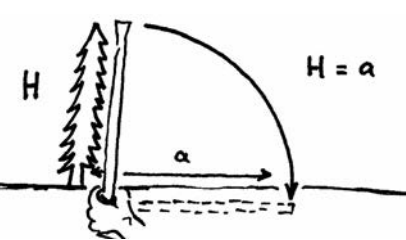
Az önméreteiden kívül vannak alapmérétek, melyek segítenek megbecsülni, illetve lemérni tárgyakat. Így nagyon gyorsan nagyon pontos becsléseket tudsz elvégezni.

Úszómedencék hossza	16,6 m , 20 m , 25 m , 50 m	25 yd
Focipálya hossza	100 m	(football) 110 yd
DIN A4-es papír (ISO)	210 x 297 mm	US levél (ANSI) 8.5" x 11"
Kockás papír	4 mm (ritkábban 5 mm)	0,25 inch
Műanyag üdítőflakonok	1 liter vagy 1,5 liter	
Dobozos tej, innivaló	1 liter = 1 kg	1 gallon = 8.3 font
1 tábla csokoládé	100 g	
1 felnőtt ember	80 kg és 180 cm magas	180 font, 5'10" magas

A magasságbecsléshez is vannak alapmérétek, melyek segítenek.

Ember	175 cm	családi ház	8-10 m
Őrsi bot	2 m	gyümölcsfa	10-15 m
1 emelet	2,5 m (10 láb)	lombos fa	30 m
Emelet, régi városi házakban	4 m	magas fenyőfák	40 m
Nagy kamion	4 m	rádiótorony	100 m-250 m

Sokszor szeretnénk tudni, milyen magas egy fa, vagy pózna. Ennek a kiszámolására több módszer is létezik.

Összehasonlítás	Favágó módszer
 <p>Állíts valakit a megméréendő házfal vagy fa mellé. Számold meg, hányszor tudod öt egymásra állítani. Ezt az értéket szorozd meg a személy magasságával. Ez persze csak akkor működik, ha elég messze vagy tőle. Példa: <math>8 \times 1,60 \text{ m} = 12,8 \text{ m}</math></p>	 <p>A favágók egy botot fognak a kezükbe és kinyújtott karjal bemérik a fa alját (a kezeknek kell ott lennie) és tetejét (a bot vége). Ha szükséges, lejjebb csúsztatják a botot, amíg a fa teteje a bot végével azonos magasságú. Aztán elfordítják és megnézik, hova esik a fa teteje a bot végéhez képest a földön. Ezt a helyet megjegyzik, és a fától lépésekkel lemérik.</p>

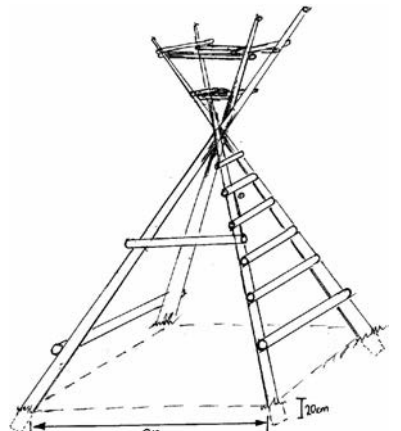
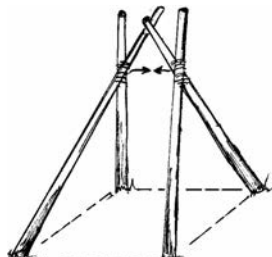
## TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK

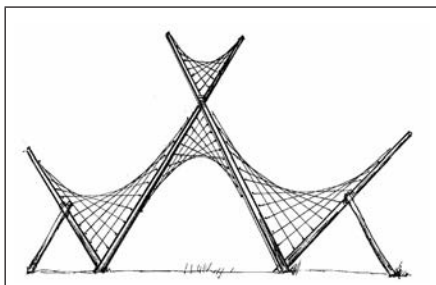
**Táborigépmények:** Készíts 1 nagy tábori építményt (pl. őrsi kaput, altáborigépményt vagy tábori konyhát).

### Nagyobb tábori építmények

Ezek általában nem csak nagyobbak és időigényesebbek, de több ember és több erő is kell megépítésükhöz. Komolyabb építményekhez még tervrajzot is kell készíteni, és esetleg még olyan szerszámokra is szükség lehet, amik nem tartoznak egy őrsi alapfelszereléséhez: kézi fűrő, vízmérték, véső, húzókécs, csigák, gurigák stb.

### Táborkapu

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Készíts két V-alakú lábat. Ehhez használd a ferde keresztötést. Ügyelj arra, hogy a két láb egyforma legyen.</li> <li>2. Felállításnál dönts össze a két lábat.</li> <li>3. Most valakinek fel kell mászni, és összekötni.</li> </ol> 
---	---



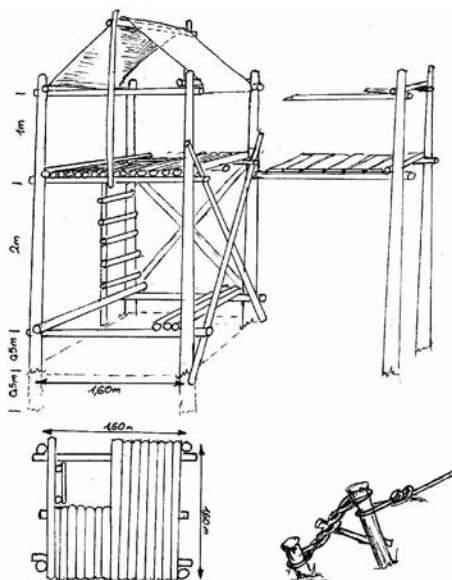
Ezt a kaput a spárgadísz teszi különössé. Próbáld ki, mert nem nehéz, mégis mutatós. Itt is fontos, hogy pontosan dolgozz. Persze bármilyen kaput ki lehet így díszíteni.

**Figyelem!** A tábori építményeket tábor után le szoktuk bontani. A fákat és deszkákat lehetőleg száraz helyen tároljátok. Ha száraz hely nincs, akkor legalább a fáknak támasztva rakjátok gúlába. Nagy gerendák alá meg tegyetek vastagabb karókat, és úgy fektessétek le, hogy ne érjenek a földhöz. Ilyenkor nem rohad el, még sokáig tudjátok majd használni, és nem kell újabb fákat kivágni.

### Torony és bástya építése

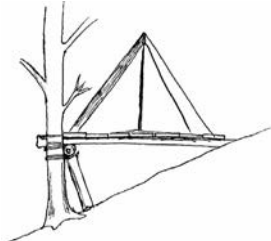

A legnagyobb élmény egy őrsnek, ha tud magának egy saját várát építeni. Itt lerajzolunk egy alaptornyot, ami a vár alapja. Ehhez aztán bármit hozzá lehet építeni: kapu, hinta, torony, ezeket híddal összekötni stb.

1. Készítsd elő az összes faanyagot.
2. Fektesd le egy ponyvát, vagy jelöld be egy 160x160 cm-es négyszöget. A négy sarkában ásatok félméteres lyukakat.
3. Ha a négy oszlopot beraktad, 50 cm-es magasságban kösd össze őket. Ezután a felső tartókat kösd oda. Most valakinek egy kicsit messzebről meg kell néznie, hogy egyenes legyen. Ezt ferde rudakkal lehet beállítani.
4. Nagyon fontos, hogy a ferde rudakat (andráskereszt) ne felejtse ki.

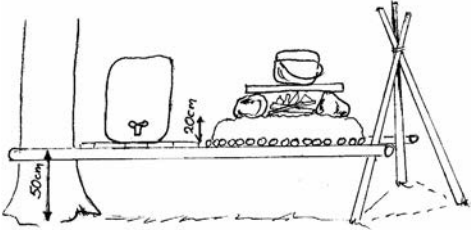
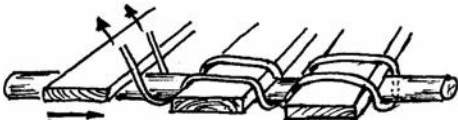


A nagy építményeket erős kötéllel kell kifeszíteni. Ezért sokszor nem elég egy egyszerű cövek. Verj be egy kb. 1 m hosszú karót. Ezt a karót kösd egy másik, kicsit rövidebb cövekhez. Fontos, hogy a kötélt közöttük jó feszes legyen. Ezt úgy csináld, hogy egy bottal tekerve feszítsd ki a kötelet.

## Emeletes sátorozás

	<p>Domboldalban is lehet táborozni, amint a rajz is mutatja. Csak elég faanyag és deszka kell hozzá. Mielőtt építeni kezded, mérd meg a sátor alapját, nehogy kicsi legyen az emelvény.</p> <p>Mivel elég nagy súly lesz az első gerendán, jobb, ha egy oszloppal alátámasztod. Sokkal egyszerűbb és stabilabb továbbá, ha legalább egy élő fa is be van építve.</p>
	<p>Külön kihívás az egész sátrat egy emeletre építeni, viszont nagyon látványos és praktikus is. A sátor alatt elfér az őrsi sarok vagy ebédlő.</p> <p>Lehetőleg két élő fa legyen beépítve. A nagy súly miatt itt is fontos erős köteleket használni, és lehetőleg oszloppal alátámasztani. Az építést megkönnyíti, ha térdmagasságban két segédgerendát felkötösz, amire rá tudsz állni. Ezeket később padként is használhatod.</p>

## Tábori konyha

	<p><b>Konyha</b></p> <p>Kisebb táborban elég egy egyszerű konyha. Ehhez kell egy tűzhely, egy víztartály és egy asztal, melyen dolgoztok.</p> <p>A tűzhely alá kell egy kb. 20 cm magas földkupac, hogy ne égjen át a fa.</p> <p>A konyha fölé feszítsetek ponyvát, hogy esőben is legyen meleg étel.</p>
	<p><b>Asztal</b></p> <p>Asztal készítéséhez deszkákat használj, ne rudakat. Ezeket nem kell egyenként odakötöni, hanem a spárga két végét párhuzamosan vezetve kötöd le a deszkákat, végül pedig szorosan egymáshoz tolod őket.</p>

További építmények, melyeket magatok is megtervezhettek:

- meleg vizes zuhanyzó,
- tábori zászlórúd,
- ebédlő,
- hidak, hinták, nagy sátor több ponyvából.

Különleges építmények: korona, rakéta, vízi csúszda, szekér, katapult stb.

**Bivak- (alvóhely) építés:** Sátor nélkül kint alszol saját magad építette alvóhelyedben.

### Bivak (menedék)

Bivaknak nevezik azt az építményt, amit sátor híján építesz magadnak éjszakai menedéknek. A környezet adottságainak és a terepviszonyoknak megfelelően több fajtája is van a bivaknak. Ha bivakolni készülsz, akkor célszerű, ha van a hálózsákodhoz egy külső huzat. Persze egy egyszerű ponyva is praktikus lehet. Az alábbiakban lerajzoltunk neked pár ötletet.



- rönkfamenedék  
hosszabb időre



- szalmakazalban



- lombásátor  
hosszabb időre



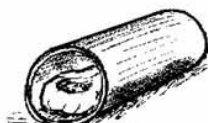
- lombásátor hosszabb időre



- ponyva alatt



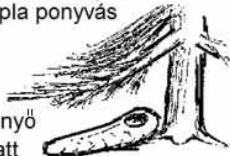
- egyszerű ponyvasátor



- csőben



- dupla ponyvás



- nagy fenyő  
ágai alatt



- hókunyhó

### Javaslat:

Kényelmesebben fekszel, ha a csipőd alá ásol egy mélyedést. A ruhádat szépen összehajtvá tedd be a hálózsákba a lábához. Így reggel meleg ruhába bújhatsz, és éjszaka is melegít.

Kerüld a nagy réteket, mert ott reggel sok harmat szokott lenni. Jobban jársz, ha a fák alatt vackolsz be, mert nem csak száraz, és viszonylag véd az esőtől, hanem a föld levelekkel van borítva és puha. Eső esetén egy kis árokkal vezetheted el a vizet, a hideg ellen pedig rakhatsz tüzet. Csak arra vigyázz, hogy a szikrák ne égessék ki a ruhádat vagy a hálózsákodat, és erdőtüzet se okozz!

A bivakra is érvényes az, amit a táborhelyekről leírtunk. Folyómederben, víztárolókban nem szabad aludni. Ugyanúgy kerüld a sziklafal alját és tetejét.

## TŰZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS

**3 fogásos étel tűzön:** Készítesz 3-fogásos ételt tűzön vagy gázon.

### **Főzési alapismeretek**

#### **Rántás:**

- A szükséges zsiradékot (olajat) tiszta edénybe tesszük, és ha már forrósodni kezd, bele-szórjuk a lisztet. Folytonos keverés mellett világos zsemleszínűre pírítjuk.
- A tűzről levéve pirospaprikát keverünk bele. Fontos, hogy elegendő mennyiségű hideg víz-zel eresszük fel. Gyorsan csomómentesre keverjük, és beleöntjük az előzőleg puhára főzött levesbe/főzelékbe.
- Ezt használjuk egyes főzelékek (pl. kelkáposzta, szárazbab) és tejfölös levesek besűríté-sére.
- Ha véletlenül mégis csomósra sikerülne, akkor a tésztastrűrőn átöntve, a csomókat faka-nállal elnyomkodva egy másik edényben főzzük fel újra.

#### **Habarás:**

- Tejfölben elkeverjük a lisztet, de olyan arányban, hogy könnyen keverhető maradjon. Ezt folytonos keverés mellett a forrásban lévő levesbe/főzelékbe beleöntjük. Vigyázat! Utána már nem szabad tovább főzni, hanem csak „felrottyantani”, mert a tejföl kicsapódik a tete-jén, és nem lesz krémszerű a lé.
- Olyankor is használjuk, amikor az ételt elsóztuk, vagy túl híg lett a főzelékünk.

#### **Párolás (dinsztelés):**

- Zöldségfélét vagy húst forró olajban pár percig megforgatunk, majd a saját levében, vagy kevés víz hozzáadásával puhára pároljuk.

#### **Ízesítés:**

- A magyar konyha jellegzetes fűszerei: őrölt pirospaprika, bors, só, fokhagyma, hagyma, majoránna, kömény, petrezselyemzöld, paprika, paradicsom.
- Természetesen ízlésünknek és a körülményeknek megfelelően fűszerezzünk.

## TESTEDZÉS

**Íjászat:** Tudsz íjjal célba lőni.

**Íjászat** A magyaroknak régi hagyománya az íjászat. Híres a magyar visszacsapó íj, de a ma-gyarok ismertek a lovasíjászatukról is. A portyázások idején az emberek azt hitték, hogy a magyarok a lovukkal össze vannak nőve, és így imádkoztak: „A magyarok nyilaitól ments meg, Urunk, minket!”



	<p><b>A visszacsapó íj</b>  A Nyugvó állapotban  B Felajzott íj  C Kifeszített íj  1 Markolat  2 Karok  3 Íjvégek  4 Húr vagy ideg, füllel minden végén</p> <p><b>A nyílvevő</b>  A nyílvevő hegye vasból van, és a végén három toll található. Az egyik toll más színű, ezt nevezik vezértollnak, és ez mindig az íjjal ellenkező irányba néz.  A nyilakat tegezben tartották, melyet a hátukon vagy az övükön hordtak. A nyíl olyan hosszú legyen, hogy a kifeszített íjnál 5 cm-rel túllőgjön.</p>
	<p><b>Felajzás</b>  A visszacsapó íjakat úgy tudod felajzani, hogy az íjvég hajlatát a sípcsontodhoz teszed, és a másik lábaddal belépsz az íjba.  Így könnyen meg tudod hajlítani, és a húrt beakasztani.</p>
	<p><b>A lövés</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A célnak oldalt állsz</li> <li>- Lábad vállszélességben</li> <li>- A nyilat berakod az íjba, és két ujjal megfogod</li> <li>- A karodat az íjjal kinyújtod</li> <li>- A húrt a nyíllal kifeszíted</li> <li>- A könyököd legyen egyenes</li> <li>- A lövésnél csak a húrt engeded el</li> </ul> <p><b>A céltábla</b>  5 körből áll, és minden kör két részből</p> <p>Pontozás:  Sárga 10/9 pont  Piros 8/7 pont  Kék 6/5 pont  Fekete 4/3 pont  Fehér 2/1 pont</p>

**Kitartás:** Tudsz 12 percet futni (vagy 900 métert úszni, vagy 25 km-t kerékpározni).

**Testedzési teljesítmények táblázata**

	<b>Futás</b>	<b>Úszás</b>	<b>Kerékpározás</b>
<b>Honfoglaló (15-16 éves):</b>			
Piros koszorú próba	11 perc	800 m	20 km
Fehér koszorú próba	12 perc	900 m	25 km
Zöld koszorú próba	15 perc	1000 m	30 km
Koszorú próba	20 perc	1200 m	50 km



## 15-16 éves cserkészeknek, harmadik félév

### Fontos tudnivaló

- Sok csábító dolog vesz körül. Gondolkodj el, hogy valóban mindenre szükséged van-e?
- Igyekezz a helyedet megtalálni a cserkészetben belül. A szükséges tudást mélyítsd el! (főzés, csillagászat...)

### Kötelező tevékenységek és feladatok:

Elmélkedés: Tölts legalább 2 órát egyedül az erdőben, és elmélkedj Istennel való kapcsolatodról! Utána írd le magadnak gondolataidat!

### Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:

- Főzés: Csirke levágása, megtisztítása és elkészítése. Részvétel disznóölésen. Beszélgetés a húsevésről és az élőlények tiszteletéről.
- Gyűjtsd az általad kipróbált recepteket, és használd fel lehetőség szerint!
- Magyarság: Érdeklődj a magyarországi kulturális élet iránt.

## PRÓBÁZTATÁSI ANYAG

### Cserkészs ismeretek

Helyi cserkészet	Ismered a helyi cserkészetet (pl. egyenruha, szokások).	4	
Világcserkészet ma	Hány cserkész van, utolsó Jamboree-k, WOSM.	4	

### Vallás

Etikai alapelvek	Részt vettél etikai elvekről való beszélgetésen.	4	
------------------	--	---	--

### Jellemnevelés

Cserkészi viselkedés	Mi jellemzi az igazi cserkészi viselkedést.	4	
	Kiscserkészeknek bábozol erről.	8	
Vita	Vitában logikusan tudsz érvelni.	2	
Kötelességtudat	Példával elmondod, hogy mi a kötelességünk embertársainkkal szemben (fogadalom).	4	

### Magyarságismeret

Népdal	Ismersz 90 népdalt.	10	
Magyar zeneszerzők	Ismersz 2 híres zeneszerzőt.	4	

Cikkírás	Írsz egy cikket, pl. újságba/honlapra.	10	
Történelem	Ismered Magyarország szerepét az I. és II. világháborúban.	8	
Földrajz	Ismered a trianoni békekötés következményeit.	6	

### Elsősegély

Kígyóharapás	Tudod, hogyan kell kígyóharapást kezelni.	4	
Mesterséges légzés	Tudsz mesterséges légzést adni.	4	

### Természetismeretek

10 helyi rovar és hulló	Ismered nevüket, és tudod, hogy melyik veszélyes/védett. (Mo.: méh, darázs, szitakötő, szarvasbogár, pók, béka, varangy, gyík, vipera, skorpió)	20	
Természetvédelem	Részt veszel egy természetvédelmi kezdeményezésen.	4	

### Csomózás

5 különleges csomó	Pruszik, ívelt kettős, nyolcas hurok, tolvajcsomó, kötélrövidítő.	10	
--------------------	---	----	--

### Tájékozódás

Terepfelmérés térképpel	Térkép alapján eldöntöd, hogy hol jó sátrat verni.	2	
	A terepen kiválasztod a jó sátorhelyet.	6	
Térképvázlat	Tudsz helyes térképvázlatot/látrajzot készíteni.	10	

### Becslés

Pénzbeosztás	Vásárolj be egy kirándulásra minél olcsóbban.	10	
Pénzügyi elszámolás	Tudsz helyesen bevételről-kiadásról elszámolni.	2	

### Táborozás, szerszámok

Használati tárgy	Faragsz vagy varrsz egy tábori használati tárgyat.	10	
------------------	--	----	--

### Tűzrakás, főzés és sütés

Alapélelmiszerek adagja	5 alapélelmiszer személyenkénti mennyiségét ismered fejből.	5	
Főzési adagok kiszámítása	Nagy csoport számára ki tudod számítani a főzési adagokat.	6	

### Testedzés

Népi gyakorlatok	Tudsz néptáncot vagy ostorozni.	10	
------------------	---------------------------------	----	--

Kitartás	Tudsz 15 percet futni (vagy 1000 métert úszni, vagy 30 km-t kerékpározni).	15	
----------	--	----	--

Elért pontszám a próbáztató aláírásával: .....	186	
--	-----	--

## **CSERKÉSZISMERETEK**

**Helyi cserkészzet:** *Ismered a helyi cserkészzetet (pl. egyenruha, szokások).*

### **Helyi cserkészek**

Láthatod, hogy a cserkészzet az egész világon egy nagy család. Te is, mint külföldön élő magyar cserkész, tagja vagy ennek a családnak, és a magyar cserkészszövetségen keresztül részt vehetsz nemzetközi cserkészrendezvényeken, mint pl. a dzsembori vagy a Rover Moot.

Igyekezz megismerni a helyi cserkészeket is! Milyen az egyenruhájuk? Mit jelentenek a jelvényeik? Talán részt vehettek táboraikon, vezetőképzésükön is. Így még több cserkésztestvért szerezhetsz.

**Világcserkészlet ma:** *Hány cserkész van, utolsó Jamboree-k, WOSM.*

### **Cserkész Világszövetség – WOSM (World Organization of Scout Movement)**

- 1907: Első cserkész tábor a Brownsea Szigeten 20 angol fiúval
- 1908: Első cserkészkönyv (Scouting for Boys) scout = felderítők
- 1920: I. Világdzsembori Londonban. Londonban megalakul a cserkésziroda.
- 1933: IV. Világdzsembori Gödöllőn
- 1941: BiPi és Teleki Pál halála



A Cserkész Világszövetség az ENSZ után a világ legnagyobb mozgalma. Napjainkban 161 országban létezik cserkészzet. (Összesen 6 országban nincs cserkészzet, mert be van tiltva: Afganisztán, Kuba, Laosz, Kína, Korea, Mianmar. Andorrában pedig egyszerűen nincs.) 2007-ben 40 millió volt a cserkészek létszáma, amiből 10 millió a WAGGGS-hoz tartozik. Mivel a WOSM minden országban csak egy cserkészszövetséget ismer el, a KMCsSz nem lehet hivatalos tagja a WOSM-nek.

### **Leánycserkész Világszövetség (World Association of Girl Guides and Girl Scouts, WAGGGS)**

Mikor 1909-ben a londoni kristálypalotában nagy felvonulást rendeztek a cserkészek Lord Baden Powell tiszteletére, mindenki meglepetésére egy leánycserkész csoport is felvonult a fiúcsapatok után. BiPi felkérte testvérét, Agnest, lépjen a mozgalom élére, és szervezze meg a leánycserkész munkát. Már 1910-ben megalakult a leánycserkész szövetség Angliában, és onnantól „Guide”-nek nevezték magukat, de a munkatervük egyezett a fiúkével.

1919-ben BiPi felesége, Olave Baden-Powell vette át a vezetést.  
1926-ban Magyarországon (Parádon) megalakult a WAGGS.  
1939-ben tartották Magyarországon a Pax Ting elnevezésű legnagyobb és ugyanakkor egyetlen leánycserkész világtalálkozót 4000 leánnyal, 25 országból. Manapság a WAGGGS-nak még mindig 10 millió tagja van.



## A világdzsempörök

	Év	Hely	Cserkészek	Nemzetek	Magyarok
I	1920	London (Anglia)	8000	33	0
II	1924	Koppenhága (Dánia)	5000	34	50
III	1929	Birkenhead (Anglia)	50000	42	852
IV	<b>1933</b>	<b>Gödöllő (Magyarország)</b>	26000	54	15000
V	1937	Vogelenzang (Hollandia)	27000	33	500
VI	1947	Moisson (Franciaország)	25000	44	200
VII	1951	Bad Ischl (Ausztria)	13000	61	50
VIII	1955	Niagara on the Lake (Kanada)	11000	77	16
IX	1957	Sutton Coldfield (Anglia) 50 éves Jubi	34000	87	81
X	1959	Makiling (Fülöp-szigetek)	12000	44	6
XI	1963	Marathon (Görögország)	12000	89	15
XII	1967	Farragut Park (USA)	12000	107	0
XIII	1971	Fujinomiya (Japán)	24000	85	0
XIV	1975	Lillehammer (Norvégia)	17000	91	0
	1979	Irán (Elmaradt)	0	0	0
XV	1983	Alberta (Kanada)	16000	106	0
XVI	1987	Sydney (Ausztrália)	15000	98	0
XVII	1991	Soraksan Park (Dél-Korea)	16000	130	17
XVIII	1995	Dronten (Hollandia)	29000	166	70

	Év	Hely	Cserkészek	Nemzetek	Magyarok
XIX	1999	Picarquin (Chile)	31000	157	54
XX	2003	Sattahip (Thaiföld)	24000	147	78
XXI	2007	Chelmsford (Anglia) 100 éves jubileum	40000	158	550
XXII	2011	Rinkaby (Svédország)	40000	143	180
XXIII	2015	Kirarahama (Japán)	34000	152	200
XXIV	2019	New River George (USA)			

## VALLÁS

**Etikai alapelvek:** Részt vettél etikai elvekről való beszélgetésen.

### **Etikai (erkölcsi) alapjaink**

Az etika kifejezés a görög éthosz szóból ered, amelynek jelentése: „érzet”, „jellem”.

Nem ad konkrét szabályokat a társadalmi életre, és nem bizonyos élethelyzetekre nézve ad útmutatást, hanem általánosságban fogalmazza meg az élet szabályait, amelyek belsőleg is kötelezik az embert.

A cserkészeti etikai alapjai az egyház tanításaira is épülnek. Teljesen mindegy, melyik egyházhoz vagy melyik valláshoz tartozol. Ugyanakkor Baden-Powell-nak az egyik fő célja a cserkészzel a világbéke erősítése volt. Mint katonatiszt ismerte a háború borzalmait, és rájött, hogy a népek közötti egyetértést már gyerekkorukban el kell ültetni az emberekben. A cserkész ezért tekint minden cserkészt testvérenek. A cserkészeti etikai alapjai erre a gondolatkörre épülnek: elfogadni mások kultúráját, életmódját. Sajnos nem gondolkozik így mindenki, ezért mindig vannak háborúk, és a régi ellentétek újra és újra kirobbannak.

Olyan magyar cserkészként, aki nem Magyarországon él, mindez neked mindennapi dolog, hisz a magyar kultúrát és értékrendet kell a hazád kultúrájával és értékrendjével összehangba hoznod. Ez ugyanakkor bővíti a látókörödet, hogy könnyebben megértsd mások világnézetét is.

*Beszélgessetek arról, hogy más embereknek milyen etikai alapjuk lehet! Lehet ezt látni a viselkedésükön?*

## JELLEMNEVELÉS

**Cserkészies viselkedés:** Mi jellemezi az igazi cserkészies viselkedést? Kiscserkészeknek bábozol erről.

### **Cserkészies viselkedés**

A tíz cserkészőtörvény szerinti életet nevezzük cserkészies életmódnak. Persze a társadalomban és minden országban van egy kialakult kép a cserkészetéről, ami viszont nem mindig egyezik azzal, amit mi szeretnénk.

**Nagy hátizsákkal túrázó, jókedvű fiatalok.**

**Tábortűz mellett részegen éneklő fiatalok.  
Katonai egyenruhában menetelő gyerekek.  
Vízpipázó, hosszú hajú „virággyerek”.**

Ez csak néhány olyan képzet, ami az emberek fejében kialakult a cserkészekről. Persze van más vélemény is, de mi ezektől függetlenül igyekezzünk viselkedésünkkel jó benyomást kelteni az emberekben. Ez persze főleg akkor fontos, ha egyenruhában vagyunk. Szűkebb környezetünk akkor is cserkésznek fog látni minket, ha nem vagyunk egyenruhában! Ha egy fiatal őrsvezető cigarettázik, és trágárul beszél az iskolában, akkor az a cserkészetben sem tud másképpen viselkedni, illetve nem egyeneslelkű a jelleme.

*Beszélgétek meg őrsötökben, hogy mikor viselkedtek cserkésziesen, és mikor nem!  
Biztos rengeteg példát tudtok felhozni erre nézve.*

**Vita:** Vitában logikusan tudsz érvelni.

Amikor gondolatainkat, véleményeinket megosztjuk másokkal, akiknek ellenkező véleményük van, sokszor meg akarjuk őket győzni arról, hogy nekünk van igazunk. Ha ilyen okból kifolyólag szállunk vitába másokkal, akkor fontos, hogy logikusan tudjunk gondolkodni, és álláspontunkat előadni.

Két alapvető dolgot kell szem előtt tartani: Az egyik az, hogy valamilyen tényre vagy álláspontra kell alapozni a véleményünket. A logikus gondolkodás az az, amikor egy sorozat összefüggő gondolat vezet minket a végső álláspontunkhoz, de úgy, hogy minden lépésnél, a tényállásunk igaz. Tehát, ha a kiinduló pontok igazak, akkor arra lehet következtetni, hogy minden tény vagy gondolat, ami azokra van alapozva, igaz lesz.

A második alapvető dolog, ami segít nekünk a logikus gondolkodásban az az, hogy ellentmondó állításokra nem lehet logikusan alapozni egy álláspontot. Vagy az egyik állítás igaz, vagy a másik, de két ellentét kizárja azt, hogy mint alapvető vitapont együtt lehesen őket felhasználni.

A filozófusok már évszázadok óta tanulmányozzák a logikus gondolkodásnak alapjait. Kezdő szinten kell elkezdeni megtanulni érvényesen vitázni.

**Kötelességtudat:** Példával elmondod, hogy mi a kötelességünk embertársainkkal szemben (fogadalom).

**Kötelességtudat**

A cserkészfogadalomban minden cserkész megfogadta, hogy híven teljesíti kötelességeit. Mit takar ez a szó, amit még kimondani is nehéz? Mindenkinek vannak jogai és kötelességei egy országban. Milyen kötelessége van az adófizetés és a katonai kötelezettség mellett egy férfinak? És egy nőnek? Van egyáltalán kötelességük, vagy csak a cserkészeknek van kötelességük?

*Mi a kötelességünk embertársainkkal szemben? Van egyáltalán?*





	<p><b>Kodály Zoltán (1882-1967)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zeneszerző, zenetudós, zeneoktató, népzenekutató.</li> <li>- Éltre szóló barátság fűzte Bartók Bélához. Együtt gyűjtötték a népdalokat.</li> <li>- Zeneinvelési koncepciója ma a magyar zenei köznevelés alapját jelenti. Módszerét a világon mindenhol alkalmazzák.</li> <li>- Hitvallása: „A zene mindenkié!”</li> <li>- Főbb művei: Háy János, Székelyfonó, zenekari művek, kórusművek, pedagógiai művek, gyermekdalok, Psalmus Hungaricus, írások.</li> </ul>
	<p><b>Liszt Ferenc (1811-1886)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- a 19. századi romantika egyik legjelentősebb zeneszerzője, minden idők egyik legnagyobb zongoraművésze. A weimari zenekar karmestere.</li> <li>- Csodagyerek, már 9 évesen koncerteket adott.</li> <li>- Összesen kb. 1400 művet komponált, és rengeteg esszét írt különböző témákról: például zeneszerzők társadalmi helyzete, műelemzések.</li> <li>- Nemzetisége vitatott, de Liszt Ferenc magát magyarnak tartotta.</li> <li>- Jelentősebb művei: Magyar táncok, rapszódíák, Szerelmi álmok.</li> </ul>

**Cikkírás:** Írj egy cikket, pl. újságba/honlapra.

Ne felejtse el a következőket is beírni cikkébe: dátum, hol, miért, ki/kik, mi történt, vagy mi a következtetés.

**Történelem:** Ismered Magyarország szerepét az I. világháborúban.

**Az első világháború 1914-től 1918-ig tartott.**

A 19. század végén Európában a gyorsuló ütemű termelés miatt új nyersanyaglelőhelyekre és piacok megszerzésére volt az államoknak szüksége.

Nem titok, hogy a háború azért is tört ki, hogy az Antant országok (Franciaország, Anglia, Oroszország stb.) megszüntessék többek között a Monarchia hatalmát Európa közepén.

Kialakultak az érdekcsoportok: Kis- és Nagyantant, valamint a Központi Hatalmak.

1914-ben meggyilkolták Ferenc Ferdinándot, a Monarchia trónörökösét Sarajevóban, és ez kibombantotta az első világháborút. A szembenálló felek gyors háborút terveztek, de az négy éven át tartó, öldöklő küzdelemmé vált, összesen több mint 15 millió ember halálát okozva.

Tisza István miniszterelnök volt az egyetlen politikus Európában, aki végig ellenezte a háborút. Az Osztrák–Magyar Monarchia szétesett a háború végére, valamint a német terület-szerzés illúziója is szertefoszlott. Az első világháborút lezáró békesorozat Párizs környéki békeszerződésekként nevezzük.

A békekötésekre meghívták a legyőzött Központi Hatalmak képviselőit, de nekik érdemi beleszólásuk a szerződésbe nem volt. A megkötött szerződések a négy nagy államférfi elképzeléseit tükrözték:

Georges Clemenceau (Franciaország)

David Lloyd George (Nagy-Britannia)

Thomas Woodrow Wilson (Amerikai Egyesült Államok)

Vittorio Emanuele Orlando (Olaszország)

1927-ben a Hadtörténelmi Levéltár munkatársai megpróbálták felbecsülni Nagy-Magyarország emberveszteségét az I. világháborúban.

E szerint a számadatok a következőképpen alakultak: az 5,5 millió hadköteles személyből 3,581 millió katona vonult be. Ebből 524 ezer épségben hazatért, 833 ezer fogságba esett. 1 492 000 katona sebesült meg, és 530 965 személy halt hősi halált. A háború végén 15 hadosztály maradt harcképes, melyeket Károlyiék szelnek eresztettek.

Magyarország mint az Osztrák–Magyar Monarchia része, külügyeiben nem független politikai hatalomként lépett háborúba.

A háborút lezáró békerendszer igazságtalanságai a második világháború kitöréséhez vezettek.



**Földrajz:** *Ismered a trianoni békekötés következményeit.*

**A trianoni békediktátumot 1920. június 4-én** budapesti idő szerint 16:32-kor írták alá a franciaországi Versailles-hoz tartozó Nagy-Trianon-kastély folyosóján.

A trianoni békeszerződés az első világháborút lezáró, a háborúban vesztes Magyarország (mint az Osztrák–Magyar Monarchia egyik utódállama) és a háborúban győztes Antant szövetség hatalmai (Nagy-Britannia, Franciaország, Olaszország, Japán, Belgium, Kína, Kuba, Görögország, Nicaragua, Panama, Lengyelország, Portugália, Románia, a Szerb-Horvát-Szlovén Állam, Sziám és Cseh-Szlovákország) között létrejött békeszerződés.

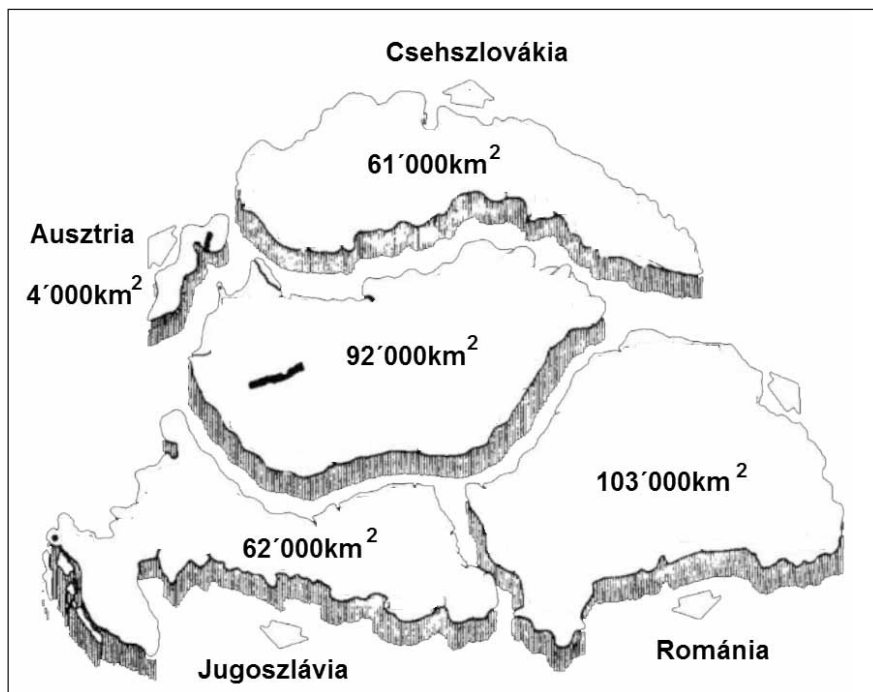
Egyértelműnek tűnik, hogy a cél Magyarország feldarabolása volt. Céljuk eléréséhez minden eszközt bevetettek ellenünk a szomszédos országok: hamis népszámlálás, Magyarország rossz hírnevének terjesztése nyugaton, a dákó-román elmélet, mely a román folytonosságot bizonyítja Erdélyben, de a tárgyalásra kiküldött képviselők őrizetben tartását, meg nem hallgatását is.

Gyakran trianoni békediktátumnak is nevezik.

Veszteségeink számokban:

A békeszerződés eredményeképp a 325 411 km<sup>2</sup> összterületű Magyar Királyság elveszítette területének több mint kétharmadát (az ország Horvátország nélküli területe 282 870 km<sup>2</sup>-ről 92 963 km<sup>2</sup>-re csökkent), lakosságának több mint a felét, az 1910-ben még 20 886 487 fős ország lakossága 7 615 117 főre esett vissza.

Ami a gazdaságot illeti, a korábbi Magyar Királyságból a termőföld 61,4%-a, a faállomány 88%-a, a vasúthálózat 62,2%-a, a kiépített utak 64,5%-a, a nyersvas 83,1%-a, az iparteleppek 55,7%-a, a hitel-, és bankintézetek 67%-a került a szomszédos országok birtokába. Számítalan más, a magyarságra nézve nagyon hátrányos rendelkezése is volt még a diktátumnak. Az emberi tragédiákat, a nemzetnek okozott fájdalmat pedig nem lehet leírni.



A térképen a trianoni döntéssel elvesztett területek láthatók.

**József Attila: *Nem, nem, soha!***

*Szép kincses Kolozsvár, Mátyás büszkesége,  
Nem lehet, nem, soha! Oláhország éke!  
Nem teremhet Bánát a rácnak kenyeret!  
Magyar szél fog fújni a Kárpátok felett!*

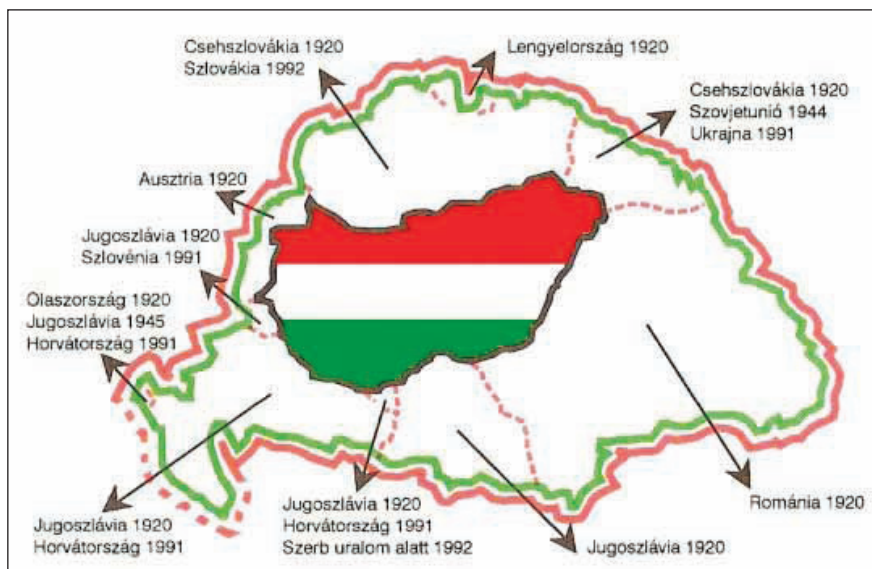
*Ha eljő az idő – a sírok nyílnak fel,  
Ha eljő az idő – a magyar talpra kel,  
Ha eljő az idő – erős lesz a karunk,  
Várjatok, Testvérek, ott leszünk, nem adunk!*

*Majd nemes haraggal rohanunk előre,  
Vérkeresztet festünk majd a határkőre  
És mindent letiprunk! – Az lesz a viadal! –  
Szembeszállunk mi a poklok kapuival!*

*Bömbölve rohanunk majd, mint a tengerár,  
Egy csepp vérig küzdünk s áll a magyar határ  
Teljes egészében, mint nem is oly régen  
És csillagunk ismét tündöklök az égen.*

*A lobogónk lobog, villámlik a kardunk,  
Fut a gaz előlünk – hisz magyarok vagyunk!  
Felhatol az égig haragos szózatunk:  
Hazánkat akarjuk! vagy érte meghalunk.*

*Nem lesz kisebb Hazánk, nem, egy arasszal sem,  
Úgy fogsz tündökölni, mint régen, fényesen!  
Magyar rónán, hegyen egy kiáltás zúg át:  
Nem engedjük soha! soha Árpád honát!*



**Történelem:** Ismered Magyarország szerepét a II. világháborúban.

**Második világháború: 1939. szeptember 1.** (a német haderő átlépte a lengyel határt) – **1945. május 8.**

Helyszín Európa, Csendes-óceán, Dél- és Kelet-Ázsia, Közel-Kelet, Földközi-térség és Afrika  
Eredmény: a tengelyhatalmak totális veresége, a szövetségesek győzelme. Az Egyesült Nemzetek Szervezetének megalapítása, az Egyesült Államok és a Szovjetunió szuperhatalommá válása.

Az I. világháború utáni világrend nem csak Magyarországnak okozott sok szenvedést.

Magyarország Trianon után megpróbált újra talpra állni.

A háború kitöréséhez nagyban hozzájárult az I. világháború után, a Párizs környéki békeszerződésekkel kialakított világpolitikai helyzet.

Az I. világháborút lezáró versailles-i béke megalázó feltételei és a nagy gazdasági világválság (1927.) hozzájárultak ahhoz, hogy **Hitler** 1933-ban hatalomra jutott Németországban. Szövetségre lépett **Mussolini** Olaszországgal, és bekebelezte Ausztriát is. Magyarország ebben az időben Németország legnagyobb kereskedelmi partnere. Oroszországban (Szovjetunió) **Sztálin** került hatalomra.

Magyarországnak nem volt érdeke belépni a háborúba, és két évig sikerült is megőriznie nem hadviselő szerepét.

1939-ben a németek belegyezésével a magyar hadsereg harc nélkül visszafoglalta a Csehszlovákiához csatolt Kárpátját. Ez növelte az országban a németbarát hangulatot. Teleki Pál miniszternek az volt a célja, hogy az elcsatolt területeket békés úton visszaszerezze. 1940-ben a második bécsi döntés visszaadta Magyarországnak Észak-Erdélyt és Székelyföldet.

Közben a világháborúba egyre több ország lépett be.

1941-ben a németek átvonulást kértek az országban hadseregüknek Jugoszlávia ellen, de gr. Teleki Pál ezt ellenezte, és miután mások megadták az engedélyt, öngyilkos lett, bár még nem teljesen tiszta halálának körülménye. **Horthy Miklós** kormányzó és Bárdossy miniszter attól való félelmükben, hogy a visszakapott területeket újra elveszítjük, a Tengelyhatalmak oldalán, 1941. június 27-én belépett a II. világháborúba.

Hitler 1942-ben támadást indított Oroszország ellen. Egészen Moszkváig eljutottak.

Sztálingrádnál a csapatokat elérte az orosz tél. A szovjetek bekerítették a várost ostromló németeket, akik hatalmas emberveszteségekkel megkezdték a visszavonulást.

A Don-kanyarban vívott harcok a magyar hadtörténelem legszomorúbb fejezetei közé tartoznak: a megfelelő fegyverzet és felszerelés nélkül kiküldött, lehetetlen feladattal megbízott honvédek ezrei szenvedtek és veszték oda a -40 fokos orosz télben.

A 2. magyar hadsereg mintegy 120 000 embert veszített el.

1943-ban Magyarország ki akart szállni a háborúból, de mikor ezt a németek megtudták, 1944. március 19-én megszállták az országot.

1944 júniusában a Szövetségesek partra szálltak Normandiában, és az oroszok támadása is megindult keletről.

A Magyarországon átvonuló orosz hadsereg gyalázatos módon viselkedett az ország népével szemben.

Horthy fegyverszünetet kért az oroszoktól. Ezért a németek elfogták, és helyette Szálasi Ferenc lett az államfő.

1944. december 24-én megindul Budapest ostroma, amely 51 napig tartott.

1945. április 4-én a Szovjet hadsereg elérte Magyarország nyugati határát – a megszállás teljessé vált.

1945. május 8-án Németország megadta magát, ezzel véget ért a második világháború, melynek mintegy 78 millió halottja volt. Magyarország ismét a vesztes oldalon állt. Elvesztette visszakapott területeit, és ismét a trianoni kis ország lett.

A nagyhatalmak Jaltában 1945 februárjában (!) konferenciát tartottak, ahol ismét felosztották maguk között a meghódított európai területeket.

Megszűntek a kisebbségvédelmi szabályozások, ezzel a magyarok sorsa még rosszabb lett. Aki még tehetett, nyugatra menekült.

Magyarország bekerült a Szovjetunió hatáskörébe, és előkészítették az országot a kommunizmusra. A Varsói Szerződéshez tartozó ország a vasfüggöny mögé került, az oroszok pedig majd 50 évig megszállás alatt tartották.



1949-1956



1957-1989

## ELSŐSEGÉLY

**Kígyóharapás:** Tudod, hogyan kell kígyóharapást kezelni.

### Kígyómarás

Magyarországon leginkább a hegyvidékeken találkozunk kígyókkal. A kígyó szereti a meleg, száraz helyeket, ezért vigyázz, ha kövek vagy bokrok közt turkálsz. Hegyi túrákhoz már csak ezért is jobb hosszú nadrágot húzni, és egy botot is magaddal vinni. Ha netán találkozol kígyóval, maradj állva, és próbáld dobantással elriasztani.

Ha mégis megharap egy mérges kígyó, akkor a marás helyén sokszor két pont látszik, de lehet, hogy csak egy karcolás vagy nincs is nyoma, csak fáj és bedagad. Következményei: rosszullet, hányás, szédülés, bénulási tünetek és légzési zavarok.

- CSIMIHI-MESE!

- Orvoshoz menni minél gyorsabban. A sérült lehetőleg ne mozogjon.

- A marásra hideg borogatást tenni és a sérültet leültetni.

- A végtagot a szívtől lejjebb tartani és nem mozgatni.

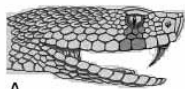
- Igyekezni a vért kifolyatni. Ezt lehet gyorsítani, ha egy szíjat, kötelet röviden, de erősen rátekersz a végtagra, és így kipréseld a vért.

- A végtag elkötését a szív felé ma már nem ajánlják.

- Nem szabad szájjal kiszívni, mert ha a szádba megy a mérge, akkor téged is megmérgez. Léteznek külön erre kifejlesztett szívőkészülékek.

- A helybeli elismert elsősegély csoport tanítását kövessük, mivel a kígyófajták helyenként változnak.

- Jó, ha felismertük a kígyófajtát is, mert az általánosnál hatásosabb a külön arra a fajra készített ellenmérge.



A

A. Mérges kígyó, ill. vipera

Feje szögletes, pupillája egy függőleges csík és két méregfoga van. Védett állat.



B

B. Nem mérges kígyó

Hasonló nagyságú, de gömbölyű fejú, kerek pupillája és sok apró foga van. Ilyenek az európai vízikígyók (siklók).

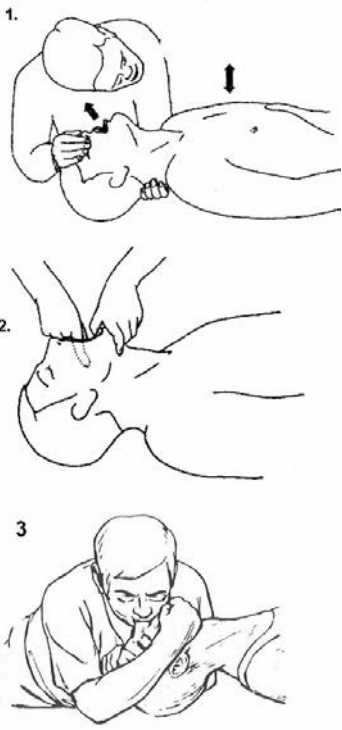
**Figyelem!** Ez csak egy alapvető megkülönböztetés, ami nem mindenütt érvényes. Más élőhelyeken más mérges kígyók is élnek. Ismerd ki magad a hazádban élő mérges kígyók és egyéb mérges állatok között.

**Mesterséges légzés:** Tudsz mesterséges légzést adni.

### Mesterséges légzés (ABC-szerint)

Abban az esetben, ha valaki eszméletlen, és nem lélegzik, de a szíve ver, a mesterséges légzést használjuk. Hogyan ellenőrizheted a szerencsétlenül járt légzését? Legjobb, ha egyetlen mozdulattal egyidejűleg három érzékszerved használod: Térdelj a beteg feje mellé, szemmeddel kövesd mellkasának emelkedését és süllyedését, hajolj fölé, mert így a bőrödön is érezheted, de ugyanakkor hallhatod is szuszogását. (1. kép)



 <p>1.</p> <p>2.</p> <p>3.</p>	<p><b>Átjárható légutak (A: Airways)</b></p> <p>Ha nem lélegzik, első lépésként tedd szabaddá a levegő útját a tüdő felé (2. kép). – A vízből mentett sebesültet derekánál fogva emeld meg, így a garatban levő víz is kifolyhat.</p> <p>Utána ismételd meg a légzésvizsgálatot, előfordulhat ugyanis, hogy a légút szabaddá tétele után a beteg magától lélegezni kezd.</p> <p><b>Befújásos lélegeztetés (B: Breathing)</b></p> <p>A befújásos lélegeztetésnek két módja ismeretes:</p> <p>Szájból szájba – nem alkalmazható súlyos arcsérülésnél.</p> <p>Szájból orrba – előnye, hogy az orrnyílást jobban el lehet zárni a száj rátapasztásával.</p> <p>Tedd szabaddá a levegő útját a már leírtak szerint. Emeld meg az állkapcsát, hogy a nyelv ne csússzon hátra. Végy mély lélegzetet, eközben kezddel tartsd csukva a száját. Tapaszd ajkaidat a beteg orrára, és fújj be levegőt mindaddig, amíg a sérült mellkasa teljesen felemelkedik (3. kép). Ezután emelkedj fel, lélegezz ki teljesen, véggy ismét mély lélegzetet, és ismételd meg a befújást. Két befújás után ellenőrizned kell a szív működését.</p> <p>Ha a pulzus tapintható, folytatd a befújásokat <b>percenként 12-16-szor</b>, amíg a természetes légzés helyreáll. Ha a szerencsétlenül járt már önállóan lélegzik, helyezd őt stabil oldalfekvésbe. Munkád azonban itt nem ér véget. Maradj a beteg mellett az orvos érkezéséig, mert megeshet, hogy légzése ismét leáll, és folytatnod kell a lélegeztetést.</p> <p><b>Szívmasszázs (C: Circulation)</b></p> <p>Ha két befújás után nincs érverés, kezd el a külső szívmasszázszt, ha erre vonatkozóan sikeresen elvégeztél egy tanfolyamot.</p>
--	---

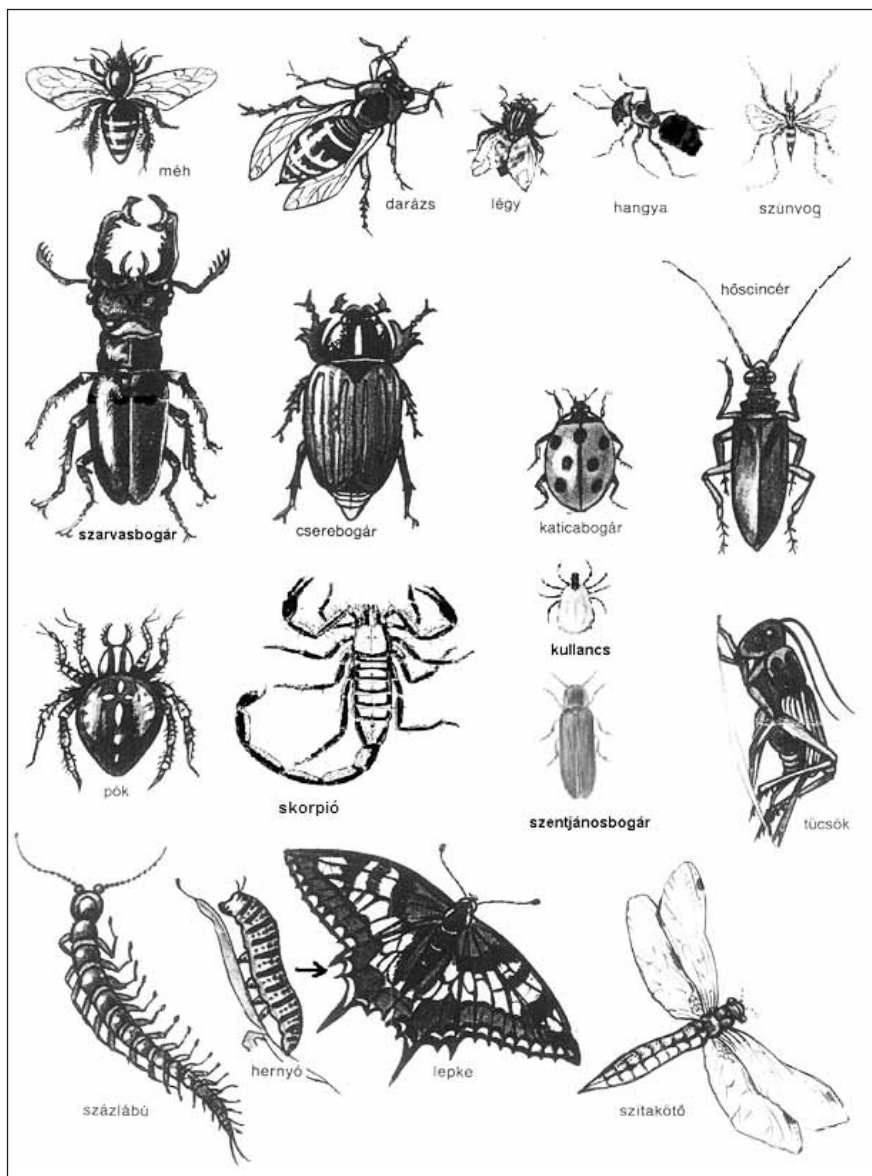


## TERMÉSZETISMERET

**10 helyi rovar és hüllő:** Ismered nevüket, és tudod, hogy melyik veszélyes/védett. (Mo.: méh, darázs, szitakötő, szarvasbogár, pók, béka, varangy, gyík, vipera, skorpió)

### Rovarok és pókfélék

A bogarak a rovarok egyik osztálya, úgyszintén a lepkék is. A pókoknak viszont 8 lábuk van, tehát nem rovarok.



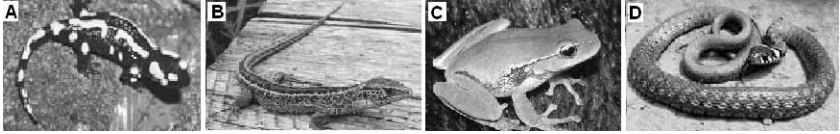
<p><b>Méh</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Méhkasban él, ahol gyűjti a virágport, és abból mézet készít.</li> <li>- A királynő (mely több évig él) rakja a petéket, amikről a többiek gondoskodnak.</li> <li>- Csípése fájdalmas. Szúrásnál a fullánkja kiszakad, melybe a méh belepusztul.</li> <li>- Bonyolult társadalmi életük van.</li> </ul>	<p><b>Darázs</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Édeset (érett gyümölcsöt) és húst eszik.</li> <li>- Darázsfészket épít papírféle anyagból.</li> <li>- A királynő körül él a raj is, de csak a királynő éli túl a telet.</li> <li>- A fészket csak egyszer szokták használni.</li> <li>- Egérlyukakat is használnak szállásnak.</li> <li>- Csípése fáj, többször is tud csípni.</li> </ul>
<p><b>Légy</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A világon mindenhol honos, kiirtani nem lehet.</li> <li>- Magányos lény.</li> <li>- A táplálékforrás közelében azonban több állat is összegyűlhet. Tápláléka elsősorban rothadó hús, gyümölcs és állati ürülék. Táplálkozás előtt a légy megnyalazza táplálékát.</li> <li>- Sok betegséget terjeszt. Egyes becslések szerint ezek száma kb. 30; a legismertebbek ezek közül a tífusz, a kolera és a vérhas.</li> <li>- Rendkívül szapora.</li> </ul>	<p><b>Szúnyog</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Magányos rovarok, bár sokszor nagy csapatokban jelennek meg.</li> <li>- A szúnyogok hímjei teljesen ártalmatlanok, növényi nedvekkel táplálkozó rovarok.</li> <li>- A peterakáshoz szükséges a vér, amit a nőtény csípéssel szerez, melyet a bőrünkön megjelenő viszketés és hólyag jelez.</li> <li>- Betegségeket terjesztenek: a legismertebbek ezek közül a tífusz, a kolera és a vérhas.</li> </ul>
<p><b>Hangya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Szervezett államuk, bámulatos építményeik, vándorlásaik, csatáik, hasonállataik sok hasonlóságot mutatnak az emberi társadalmakkal.</li> <li>- A királynő rakja a tojásokat, melyekről a többiek gondoskodnak.</li> <li>- Mezőgazdasági hasznuk jelentős.</li> </ul>	<p><b>Szarvasbogár</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Legnagyobb bogarunk. A hím 4-9 cm nagyra is nőhet. Szarva csak a hímnek van.</li> <li>- 4-5 évig él mint lárva (10 cm), azután két-három hónapig mint bogár.</li> <li>- Tölgyerdőkben él, és csak nagy, halott fába rakja a tojásait.</li> </ul>
<p><b>Cserebogár</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Májusi estéken lassan, brummogva repül, akár kézzel is meg lehet fogni, mert nem csíp.</li> <li>- 4-5 évente szoktak nagy rajokban előjönni.</li> <li>- A pajor (lárvája) a kertben és erdőben komoly kártevő, mert a gyökereket megrágja, 4-5 évig is fogyaszta.</li> </ul>	<p><b>Katicabogár</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hasznos bogár, mely a levéltetűket eszi.</li> <li>- Lárvája is a levéltetűkön él, hangyasavat bocsát ki, ami éget.</li> <li>- Hasznos tulajdonságai miatt biológiai védelemként előszeretettel alkalmazzák, Észak-Amerikába is ilyen célzattal telepítették be.</li> <li>- Szépsége miatt több gyermekdal szereplője.</li> </ul>

<p><b>Hőscincér</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Minden cincérnek van egy kedvenc fája, melybe tojásait rakja, és abban él a lárvá is több évig.</li> <li>- A lárvá 8-10 cm hosszú pondró, amely hosszú járatokat fúr a fába.</li> <li>- A bogár csak pár hétig, hónapig él.</li> </ul>	<p><b>Tücsök</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nagyon elterjedt állatfaj.</li> <li>- Első szárnyainak összedörzsölésével ciripel.</li> <li>- Éneküket csak június végéig halljuk.</li> <li>- Főként éjszaka aktív.</li> <li>- Növényi anyagokkal táplálkozik, de kisebb rovarokat is fogyaszt. Kifejlett rovarként 3-4 hónapig él.</li> </ul>
<p><b>Szentjánosbogár</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 8-18 mm nagyságú</li> <li>- Lárváik ragadozók, csigákat, apró rovarlárvékat fogyasztanak.</li> <li>- Fénye egy kémiai reakció, amelyben a világítóanyag (luciferin) oxidálódik. Így keresi a hím a nőtényt.</li> <li>- Még a lárvék, bábok, tojások is világítanak.</li> </ul>	<p><b>Pókok</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A pókféléknek 8 lábuk van.</li> <li>- Sok hálót sző, de nem mindegyik faj.</li> <li>- Általában a nőtény jóval nagyobb, mint a hím.</li> <li>- A keresztespók mérge hasonlít a méhcsípéshez. Halálos pókcsípést csak Európa déli részein ismerünk, Magyarországon nem él ilyen faj. Más kontinenseken viszont nagyon veszélyes fajok is élnek.</li> </ul>
<p><b>Skorpió</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pókféle</li> <li>- Rovarokkal táplálkozik.</li> <li>- Hosszú farkában fullánk van.</li> <li>- Magyarországon csak kis skorpiók élnek, csípésük nem halálos.</li> <li>- A legveszélyesebb skorpiók a Szaharában, Arizonában és Mexikóban élnek.</li> </ul>	<p><b>Kullancs (a kullancs is pókféle)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A nőtény vért szív, hogy tojásait le tudja rakni.</li> <li>- Cspéskor vérhígítót és fájdalomcsillapítót nyom be a sebbe.</li> <li>- A Kárpát-medencében leggyakoribb a közönséges kullancs (<i>Lxodes ricinus</i>), amely a vérszívás során Lyme-kórt, vírusos agyhártyagyulladását és más fertőzéseket is terjeszthet az emberre.</li> </ul>
<p><b>Százlábú</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nagyon elterjedt az egész Földön.</li> <li>- Hossza legfeljebb 30 centiméter.</li> <li>- A lábak száma 15-101 pár között van.</li> <li>- A százlábúak éjjel aktívak, és magányosan élnek.</li> <li>- Táplálékuk rovarok, férgek, meztelen csigák, olykor fajtársaikat is megeszik.</li> <li>- A százlábúak legfeljebb 6 évig élnek.</li> </ul>	<p><b>Hernyó</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A hernyóból képződik a lepke.</li> <li>- Általában növényevők, néhány faj rovarevő.</li> <li>- Főleg szárazföldi életmódúak.</li> <li>- Igen falánkak, sokukat kártevőnek tekintik. Egyes hernyók tömegesen jelennek meg, és egész fákat is be tudnak szőni.</li> <li>- Ezekkel vigyázni kell, mert mérges a szőrük.</li> </ul>

<p><b>Lepke / Pillangó</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A Kárpát-medencében körülbelül 3500 fajuk él.</li> <li>- Miután a hernyó begubózódott, pár hét után kikel belőle a pillangó.</li> <li>- A pillangó tud szaporodni és újra tojásokat rakni.</li> <li>- Mivel rengeteg fajuk létezik, szokásaik és viselkedésük is változatos.</li> </ul>	<p><b>Szitakötő</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Akár 15 cm-re is megnőhet.</li> <li>- Vizek mellett él.</li> <li>- Ragadozó rovar.</li> <li>- Nagy szempárja, két pár átlátszó szárnya van.</li> <li>- Kb. 90 fajtája él a Kárpát-medencében.</li> <li>- Legyeket és szúnyogokat fogyaszt.</li> </ul>
---	--

**Figyelem!** A rovaroknak két élete van. A tojásból kikelő lárvá az első élete, ami több évig is tarthat. Utána bepólyázza magát, majd ha kikel a bogár, ami már rövidebb életű, újabb tojásokat rak le. A legismertebb talán a pillangó, de minden más rovar is mint lárvá kezd. Ez nem vonatkozik a pókfélékre, nekik nincs lárvastádiumuk.

### Hüllők és kétéltűek

	
<p><b>A Szalamandra (kétéltűek)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Szereti a nedves erdőket.</li> <li>- Víz közelében él.</li> <li>- Éjjeli állat.</li> <li>- Csigákat, gilisztákat eszik.</li> <li>- Téli álmat alszik.</li> <li>- Tavasszal 50 lárvát rak a vízbe, melyek 3 hónap alatt kifejlődnek, és elhagyják a vizet.</li> </ul> <p><b>A gőte</b> a szalamandrához hasonlít, de tojást rak a vízbe, mint a békák.</p>	<p><b>B Gyík (hüllők)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 5-20 cm hosszú</li> <li>- Szereti a száraz, meleg helyeket. Mozdulatlanul napozik a sziklákon.</li> <li>- Nappal van úton, nagyon gyors.</li> <li>- Bogarakat, gilisztákat, pókokat eszik.</li> <li>- Télen a földben alszik téli álmat.</li> <li>- 10 db mogyoró nagyságú tojást rak (egyes fajták nem tojást raknak, hanem elevenszülőkk).</li> </ul> <p><b>A törékeny gyík</b> is egy látatlan gyík, bár sokan tévesen siklónak nevezik, mert úgy néz ki, mint egy kígyó.</p>
<p><b>C Békák (kétéltűek)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1-10 cm hosszú.</li> <li>- A képen látható levelibékának jellegzetes tapadókorongja van az ujjá végén, ezért jól tud mászni.</li> <li>- A békák legyeket, gilisztákat, csigákat és bogarakat esznek.</li> <li>- Téli pihenőt tart a földben.</li> <li>- Erdőben, mezőkön, víz mellett élnek.</li> </ul>	<p><b>D Kígyók (hüllők)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Főleg nappal és sötétedéskor mozog.</li> <li>- Szereti a meleg száraz helyeket.</li> <li>- Gyíkokat, békákat, egereket, bogarakat eszik. A mérges kígyó mérgevel öli meg a zsákmányát, a nem mérges pedig rátekeredik és megfojtja.</li> <li>- Télire bebújnak a földalatti lyukakba, és ott megdermednek.</li> </ul>

- Tojásokat zsinórban vagy gombócban raknak a vízbe, amiből kikelnek az ebihalak.
- Az ebihalak kb. 3 hónap után tudnak kijönni a vízből.
- Sok béka hátán mirigyek vannak, melyek mérget tartalmaznak. Ezért kerülük őket a ragadozók.
- A tojást lerakni a vízhez kell mennie, ezért sokszor utakon is át kell haladnia, ahol az autók eltapossák.

- Vannak eleve szülők is, meg olyan fajták is, amelyek tojást raknak.
- Magyarországon a **sikló** (Natrix) és a mérges **vipera** (Vipera) van elterjedve.

**Az összes hüllő és kétéltű Magyarországon fokozottan védett, mivel a folyamatos építkezések és környezet-szennyezés miatt kihalás fenyegeti őket.**

**A kétéltűek (Amphibia)** onnan kapták a nevüket, hogy tudnak élni vízben is és szárazföldön is. Viszont minden kétéltű a vízbe rakja tojását, és a lárvastádiumát is a vízben tölti. Csak mint kifejelett állat tud kimenni a szárazföldre.

**A hüllők (Reptilia)** viszont nagyon jól megvannak víz nélkül is. Sőt, inkább a száraz helyeket kedvelik (kivételek a vízisikló). Nincs lárvastádiumuk, hanem tojást raknak, melyek a nap melegétől kelnek ki, illetve eleve szülők. A hüllők közé tartoznak továbbá a teknősbékák is.

**Természetvédelem:** Részt veszel egy természetvédelmi kezdeményezésen.

### **Természetvédelem**

A 6. cserkész törvényben minden cserkész megfogadta, hogy a természetet védi. Ez azt is jelenti, hogy nem tesz benne kárt szórakozásból, és csak annyit vesz belőle, amire magának szüksége van. Figyelemre méltó, hogy a természetvédelemre a cserkészvezetők már 100 évvel ezelőtt is gondoltak, amikor a törvényeket írták. Manapság ennek még sokkal nagyobb fontossága van.

### **Természetvédelmi akció**

A természetvédelem nem gyerekjáték, hisz sokan, akik a természetet rongálják, vagy állatokat kínoznak, azért teszik, mert ezzel, illetve a természet és az állatok rovására tudnak sok pénzt keresni. Aki 30 000 tyúkot tart egy raktárépületben, ahol alig férnek el, és nincs napfény, hanem 12 órás ritmusban kapcsolják fel a lámpát, hogy dupla annyit tojjanak a tyúkok, az többet keres, mint az a gazda, akinek 100 tyúkja kint kapirgál a földön. Úgyisintén az a gyár, amelyik beleereszti a szennyvizét a folyóba sok pénzt spórol azzal, hogy nem tisztítja meg a vizet. Ilyen magas szinten legfőljebb a nagy nemzetközi szervezetek tudnak fellépni, mint a Greenpeace, és még így sem veszélytelen a munkájuk.

Viszont a saját környezetben sokat tehetsz a természetvédelemért!

**Faültetés:** A természetes környezethez általában hozzátartoznak a fák, akár erdőről, akár parlagon hagyott rétekről van szó. A facsemete nem drága, sőt az erdőszeg megmutatja, hol lehet kiásni természetesen nőtt csemetéket, és hova lehet őket átültetni.

**Szemétszedés:** Sok település szélén gyűlik a szemét, mert gondatlan emberek oda dobják. Néhány szemétszedés és egy pár kocsi segítségével már is rendet tehetek a határban.

**Békataxi:** Sok állat élettere megszűnik az építkezések miatt. Utak vágják át a területüket, és ha át akarnak menni az utakon, elüti őket az autó. Segítsetek a békáknak átjutni az út

másik oldalára azáltal, hogy elkerítitek az utat és a békákat vödörben átviszitek. Sok helyen már vannak szervezetek is, amelyek ezzel foglalkoznak.

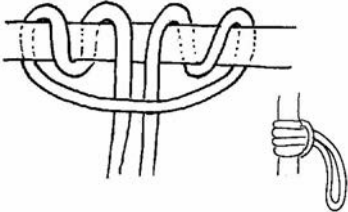


**Madárodú:** A madarak is egyre kevesebb helyet találnak, ahol fészket tudnak építeni. Készítsetek madárodúkat és akasszátok ki biztos helyre!


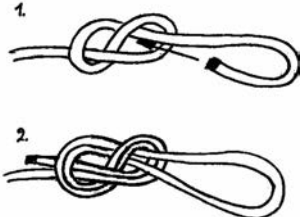
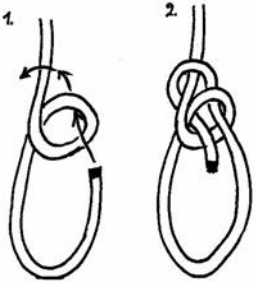
**Legyél a többieknek jó példa:** Aki biciklivel jár autó helyett, a helyi piacon veszi a helyi húst és zöldséget, igyekszik a szemetelést elkerülni, és ami van, azt szelektálni, azt talán mások megmosolyogják, de ők is tudják, hogy ez lenne a helyes viselkedés. Cserkészként neked ebben is az élen kell járnod!

## CSOMÓZÁS

5 különleges csomó: Pruszik, ívelt kettős, nyolcas hurok, tolvajcsomó, kötélrövidítő.

### Különleges csomók

	<p><b>Pruszik, kecskeláb</b> Barlangászok és hegymászók használják. Alapvetően egyfajta sváb hurok, ami többszörösen van megkötve. A lényege az, hogy ha laza a kötélen, akkor csúszik a Pruszik, de ha megterhelik, akkor tart. Használata: másáshoz egy vastag kötélen egy vékonyat megerősíteni.</p>
	<p><b>Ívelt kettős</b> Építkezésen és a mezőgazdászok többen használják, mint az egyszerű kettőst, mert nagyon gyorsan ki lehet oldani. Használata: főleg olyan köteleknél használják, amelyeknek az egyik végén egy hurok van. A hurok által egy rántással kibomlanak a nagyon megfeszült csomók is. Alkalmas két különböző vastagságú kötélen összekötéséhez is.</p>
	<p><b>Tolvajcsomó</b> Hasonlít az egyszerű kettősre, de a két vége különböző oldalon van! Használata: kincsesháza lezárásához. Aki nem ismeri, az köthet egyszerű kettőst helyette. Vigyázz, mert nem tart. Megjegyzés: egészen másképp kell kötni, mint az egyszerű kettőst.</p>

	<p><b>Kötélrövidítő</b>  Ritkán használják. A kötelet egy lapos « S » betű alakjában lefektetjük. Az egyes részeire csinálunk egy-egy hurkot, amibe beledugjuk az « S » kanyarjait. Óvatosan kell feszíteni.  Használata: szárítókötélhez.  Vigyázz, mert csak addig tart, amíg a kötél ki van feszítve. Ne használd kötélhidakhoz.</p>
	<p><b>Nyolcas hurok</b>  A nyolcas csomó alapján van megkötve. Olyan, mint az állóhurok, de könnyebb kioldani. Előbb köss tehát egy nyolcas csomót. A kötél végét vezesd vissza a csomó mentén.  Használata: a hegymászók ezzel kötik magukat a biztosítókötélhez.</p>
	<p><b>Bowline, Palstek, sárkányhurok</b>  Egyszerű mentőcsomó, vagyis állóhurok. Szakadékból is könnyen kihúzhatják, aki tud ilyen csomót kötni. A leengedett kötelet a derekad köré vezeted a hónod alatt. A fentről jövő kötélbe egy hurkot kötsz, és ebbe belefűzöd a kötél végét, mint az ábrán látod. Aki ügyes az egy kézzel is tudja. Próbáld ki!  Használata: mint az állóhuroké  Főleg a vitorlázók használják.</p>

## TÁJÉKOZÓDÁS

**Terepfelmérés térképpel:** Térkép alapján eldöntöd, hogy hol jó sátrat verni. A terepen kiválasztod a jó sátorhelyet.

### Terepfelmérés térképpel

Napjainkban annyira pontosak lettek a műholdas képek, hogy egyes számítógépes programok segítségével szinte embereket is fel lehet ismerni rajtuk. Mégis ajánlatos térképen is megnézni a terepet. A terepfelmérés keretében figyeljünk a következőkre:

- Milyen a domborzat (szintvonalak)?
- Milyen a növényzet (erdő, fű, legelő, sziklás, szántóföld)?
- Milyen a környék (közeli házak, utak, repülőtér, vizek)?

Így térképen is ki lehet keresni nyugodt tisztásokat, kieső erdőszéleket, illetve víz közeli táborhelyet. Viszont véglegesen csak helyben fogod tudni eldönteni, hogy valóban jó-e a tábor vagy a sátorhely. Ehhez fontos tényezők:

- Lapos legyen.
- A talaj lehetőleg füves vagy avaros legyen.


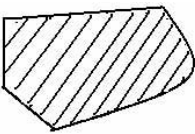




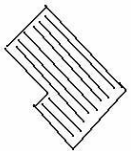


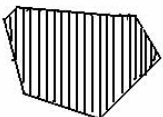
- Legyen a közelben tűzrakási lehetőség.
- Legyen víz a közelben.
- Essen távol vasúti sínektől, forgalmas utaktól, szórakozóhelyektől, iparterülettől.
- Legyen távol a sziklafalaktól és sebes patakoktól.

**Térképvázlat:** *Tudsz helyes térképvázlatot/látraajzot készíteni.*

### **Térképvázlat és látraajz készítése**

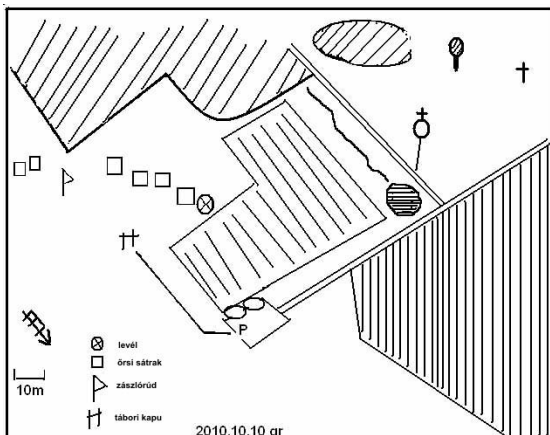
Ki ne ismerné a kalóztörténeteket, mikor egy üvegben találnak egy régi térképet, amin be van jelölve a kincsesláda helye. Ilyen térképet készíthetsz te is. Ennek segítségével tudsz tervezni éjjeli támadást, tervet számháborúhoz, vagy egyszerűen csak megmutathatod a barátainak, hogyan nézett ki a táborotok. Ehhez egy papír és egy kemény alap szükséges, amin tudsz rajzolni, ezenkívül csupán egy ceruza, radír, tájoló és vonalzó. Előbb mindig a körvonalakat rajzold meg. Ha azok jók, akkor jöhetnek bele az utak, sátrak, épületek. Elsőre lehet, hogy nem fog sikerülni. Vagy túl nagy, vagy túl kicsi lesz, esetleg nem lesz arányos. Akkor ki kell radírozni és újrakezdeni.

### **Jelek**

<b>Látraajz (oldalról)</b>	<b>Térképvázlat (felülről)</b>	
		Az erdőket mindig ferde vonalakkal jelöljük. A fenyőket hegyesre, a lomblevelű erdőket gömbölyűre rajzoljuk.
		Az utakat, akárcsak a térképen, egy határozott vonallal jelöld!
		A tavakat és vizeket vízszintesen rajzoljuk. A folyóknál meg lehet adni a folyás irányát egy nyíllal.
		Legelőket nem jelölünk, de a szántásokat a barázdák irányában bejelöljük. Ha van jelentősége, meg lehet nevezni a gabonafajtát is.
		Házakat és falvakat merőleges csíkokkal jelölünk. A jellegzetes épületeket ki lehet emelni.

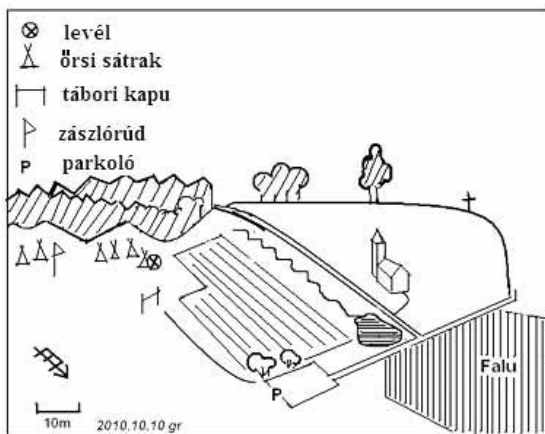


## A térképvázlat



A térképvázlat egy egyszerű térkép, tehát mintha egyenesen felülről néznéd a tájat. A főbb méreteket lépd le, hogy nagyjából arányos legyen a térképed. Az erdőket, tavakat, utakat, házakat rajzold be. Használd a térképjeleket! Az egyéb dolgokhoz magad is kitalálhatsz jeleket. Ezeket írd oda a rajz szélére! Legyen rajta mindig: az északi irány, a lépték, a dátum és a neved.

## A látrajz



A látrajzot úgy készíted, hogy átmész a szomszéd dombra, és onnan lerajzold azt, amit látsz, tehát oldalról nézed a tájat. Próbáld meg nagyjából arányosan rajzolni! Az erdőket és a különálló házakat rajzold be úgy, ahogyan látod. A tavakat, utakat, falvakat úgy rajzold meg, mint a térképen. Az egyéb dolgokhoz magad is kitalálhatsz jeleket. Ezeket írd oda a rajz szélére! Legyen mindig rajta: az északi irány, a lépték, a dátum és a neved.

## BECSLÉS

**PéNZ beosztás:** Vásárolj be egy kirándulásra minél olcsóbban.

**Pénzügyi elszámolás:** Tudsz helyesen bevételről-kiadásról elszámolni.

### Elszámolás

#### Őrsi kassza

Az űrsi kassza jó példa a pénzügyi elszámolásra. Van bevétel, ha dolgoztok, és minden alkalommal fizettek valamit az űrsi kasszába. Ha kell vennetek uzsonnát, akkor van kiadás is. Ha pedig ügyesen vásároltok, akkor marad pénz, hogy egyszer elmenjeteK együtt fürdeni vagy korcsolyázni. A kasszás feladata, hogy vezesse a kasszakönyvet, amibe beír minden kiadást és bevételt, és így látja azt is, hogy mennyit szabad költenie.

A Bika űrs kasszakönyve

	Megjegyzés	Bevétel	Kiadás
	Kassza március 31.	8	
1	Bevétel regölésből	22	
2	Uzsonna április 7.		7
3	Íránytű		12
4	Őrsi tagdíj Zsolt, Dani és Pali	3	
5	Őrsi tagdíj András	1	
	....		
	Kassza április 31.	15	

### Elszámolás

Aki pénzzel foglalkozik, főleg, ha az nem a sajátja, hanem az űrsé vagy a csapaté, annak minden fillérrrel el kell tudni számolnia. Ez azt jelenti, hogy ki kell tudnia mutatni, hogy mennyi volt a kiadás, és mennyi a bevétel. Ezért fontos, hogy ha te vagy a kasszás, akkor mindig készíts egy bejegyzést arról, ha pénzt veszel ki a kasszából, vagy teszel be a kasszába, és radd el a hozzávaló nyugtát is. Év végén elkészíted az elszámolást, ami abból áll, hogy összeadod a kiadásokat és a bevételeket, és akkor megkapod, hogy mennyi pénznek kell a kasszában lennie. Ha nem csináltál hibát, akkor az összeg megegyezik a kassza tartalmával. Ha nem, akkor utána kell számolnod, hol van a hiba; vagy hiányzik egy számla, vagy valami nem lett befizetve. Legrosszabb esetben az is kiderülhet ilyenkor, ha valaki illetéktelenül pénz vett ki a kasszából.

### Hitel

Nagyon elterjedt manapság a hitel. Nem csak házakat, meg autókat lehet hitelre venni, hanem egyszerű tárgyakat is. A hitel azt jelenti, hogy nincs annyi pénzed, amennyibe kerül a termék (például 1000 Ft), de mégis meg akarod venni. Ilyenkor kötsz egy szerződést, hogy egy évig fizetsz minden hónapban 100 Ft-ot. Ez persze több, mintha egyből kifizetted volna az 1000 Ft-ot, mert  $12 \times 100 \text{ Ft} = 1200 \text{ Ft}$ , de másképp nem kapod meg a hitelt, hisz a bank is akar keresni rajtad. A veszélyes a hitelben az, hogy megszokod, hogy mindent meg lehet venni, anélkül, hogy lenne rá még pénzed. És ha sok ilyen tárgyat veszel, akkor lehet, hogy egyszer csak nem tudod már kifizetni a sok hitelt, és akkor megbüntetnek.

## Pénzbeosztás

Ezért hasznos, ha már korán megtanulod a pénzedet beosztani. Előbb számold össze, hogy mennyi pénzt kapsz egy hónapban. Ez lehet fizetés, zsebpénz, alkalmi munka. Ajándékként kapott pénzt ne számolj, mert az sohasem biztos. Aztán gondold meg, mire kell neked pénz. Ez lehet vonatjegy, telefonkártya vagy az ebédpénz. Ha ezt levonod a bevételből, akkor megkapod azt, amit el tudsz költeni, vagy ebből egy részt félretehetsz, és megspórolhatsz. Csak így tudsz később valami nagyobb dolgot venni, és nem kell hitelt fölvenned. A költőpénz nem azt jelenti, hogy mindenáron el kell költeni. Inkább gondold meg, hogy mi az, amire tényleg szükséged van. Ha valamit csak azért veszel, mert olcsó, de igazából nem kell, akkor ne vedd meg. Erre vonatkozik a 9. cserkész törvény: A cserkész takarékos!

## TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK

**Használati tárgy:** Faragsz vagy varrsz egy tábori használati tárgyat.

**Ötletek:** Szarufaragás, hímzés, gubacsfaragás, kosárfonás, bőrtok, csajkaszák



Szarufaragás



Hímzés



Faragáskészítés



Gubacsfaragás



Kosárfonás



## TÚZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS

**Alapélelmiszerek adagja:** 5 alapélelmiszer személyenkénti mennyiségét ismered fejből.

**Főzési adagok kiszámítása:** Nagy csoport számára ki tudod számítani a főzési adagokat.

### Alapélelmiszer-fejadagok

- Kortól és tábortól függően változhat. Az itt megadott mennyiségek csak iránymutatók.
- Nagyobb létszámnál mindig egy kicsit többet kell készíteni, mint ahányan esznek.
- Néhány élelmiszer **1 főre** szükséges napi adagjának a mennyisége:

Kenyér 4 szelet	140 g	Kecs	60 g	Cukor teába	25 g
Rizs körtésnek	100 g*	Sajt, felvágott	50-80 g	Só levesbe	3-4 g
Tészta köretnek	120-50 g*	Vaj kenyérre	30 g	Pirospaprika	0,3 g

Krumpliköret	200-300 g	Lekvár	60 g	Olaj/zsíradék	5-10 g
Hús pörkölt	150 g	Kakaó	60 g	Főzőhagyma	50 g
Hús levesbe	80 g	Májkrém	50 g	Paradicsom	150 g
Rizses vagdalt	100 g	Szárazbab	50 g	Uborka	150 g
Szárnyas	280 g	Zöldség	50 g	Zöldborsóleves	200 g
Virslis	120 g	Káposzták/főzelék	200 g	Tészta levesbe	25 g
Tojás	2-3 db	Alma, körte	1-2 db	Rizs tejbe	70 g
Tej	3 dl	Dió tésztához	40 g	Tejföl túróhoz	50 g

\*Száranyag súlya 28g = 1 ounce

### Mérőeszközök

- Hogyan mérjünk mérleg nélkül? 1 kg = 1000 g, 1 l = 10 dl, 1kg = 2.2 font

csajka alja	2 liter		
csajka teteje	5,0 dl	1 dl liszt	= 50 gr
bögre	3,0 dl	1 dl rizs	= 80 gr
vizespohár	2,0 dl	1 dl cukor, dara, tarhonya	= 70 gr
leveses kanál	0,3 dl		
kávéskanál	0,1 dl		

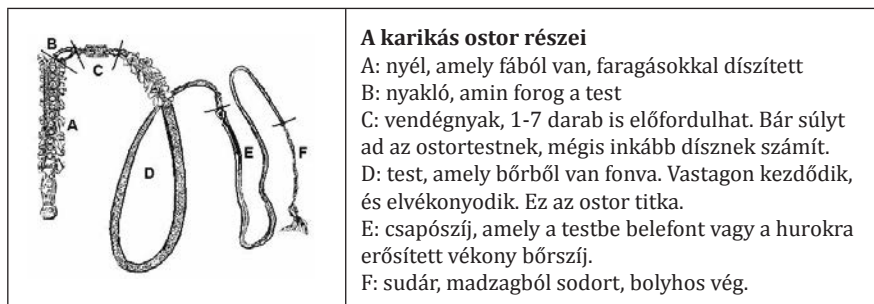
### TESTEDZÉS

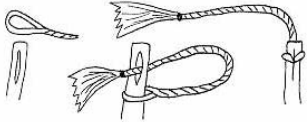
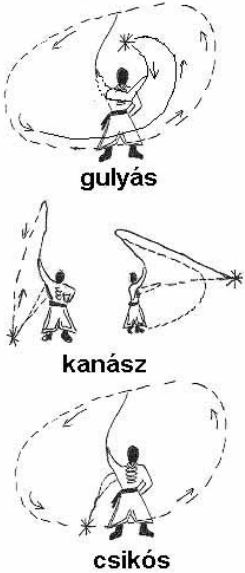
**Népi gyakorlatok:** Tudsz néptáncot vagy ostorozni.

#### Ostorozás

Az ostor szinte minden olyan népnél létezik, amelyek állatokat tartottak. Magyarországon a csikósok még a mai napig is használják a karikás ostort. De az ostor nem csak munkaeszköz, hanem fegyver is. Rózsa Sándor betyárjai ostort használtak, hogy más lovasokat lerántsanak a lóról, illetve drótot fontak a végébe, és úgy csaptak az ellenfél arcába. Az ostort szakrális eszközként is használják, mégpedig télüzéskor.

Több magyar eszköznek is sajátossága, hogy három funkciója is van: munkaeszköz, fegyver és szakrális kellék. Ilyen például a fokos is.



	<p><b>A sudár felkötése</b></p> <p>Mivel a sudár cserdítés közben elkopik, rendszeresen kell pótolni. A sudárt sima spárgából kötöd úgy, hogy megfelezed, és a két végét összeszodrod. Vész helyzetben használhatsz sima spárgát is, melynek a végére csomót kötsz.</p> <p>Sudár nélkül ne használd az ostort.</p>
 <p><b>gulyás</b></p> <p><b>kanász</b></p> <p><b>csikós</b></p>	<p><b>Cserdítések</b></p> <p>A <b>gulyás</b> talán a legismertebb cserdítés, és nagyon hangos. Az ostort a forgatás irányával ellentétesen visszarántod, ami által a sudár kicsap és nagyot durran. A durranás azért van, mert a sudár ebben a pillanatban felgyorsul a hangsebesség fölé, és egy hangrobbanás keletkezik.</p> <p>A <b>kanász</b> szintén nagyon hangos. Arra ügyelj, hogy az ostor valóban előtted csattanjon, ne pedig a hátad mögött vagy a földön.</p> <p>A <b>csikós</b> a legnehezebb technikájú, nem annyira hangos, viszont az állatok terelésére alkalmas. A körben mozgó ostort rövid csuklómozgással felgyorsítod, ami által elől csattan. Leginkább ahhoz a mozdulathoz hasonlít, amikor egy lapos kővel kacsázunk a víz tetején.</p> <p>Tanulj meg te is legalább egy módon cserdíteni, mégpedig jobb és bal kézzel is. Vigyázz, hogy senkit ne csapj meg ostorral, lehetőleg magadat se!</p>

## Néptánc

A magyar néptáncművészet nagyon gazdag. Tanuld meg az alaplépéseket, figurákat, és hogy melyik tájegységnek mi a jellegzetessége. Ezt általában a regös cserkészletben vagy egy tánc csoportban tudod megtanulni. Manapság a világhálón is rengeteg anyag van. A néptáncot az 1920-as években kezdték el kutatni.

Legrégibb táncaink:

1. Lánc-, fűzér- és körtáncok
2. 16-17. századi fegyvertáncok
3. A 18-19. századi verbunkos és csárdás az újabb korszakot képviselik

a. Leánykörtánc	Énekszóval járják. Karikázó: zárt, szabályos körben járják, énekszóra. Tempója lassú és friss csárdás.
b. Vegyes körtánc	Az erdélyi „magyar” és körcsárdás. Kifejezetten mulatsági táncok, sohasem énekelnek hozzá.

c. Fegyvertáncok	Hajdútánc: fegyver/kard, szekerce forgatásával táncolták egyedül vagy csoportban. Dudával, töröksípval és hegedűvel kísérték. Kanáasztánc: átalakult maradványa a botoló és a kanasztánc. Ugrós: eszköz nélküli tánc, lakodalmi menettánc. Szóló, páros vagy csoportos tánc. Dús: rábaközi ugróstánc.
d. Legényes	Kalotaszeg és a Mezőség vidékének férfítánca. Járják szólóban vagy csoportosan. A lányok a tánc alatt csujogatnak.
e. Régi páros táncok	Ilyen tánc a lassú magyar, a kettős, a gyimesi csángók táncai.
f. Verbunk	Toborzótánc, a verbuválás korszakából való. Korábban kötetlen tánc volt, később táncvezető irányította. Csoportosan táncolják.
g. Csárdás	Nevét, nemzeti jellegét a reformkorban nyerte el. Leginkább kétlépéses, illetve lüktető hullámmás, félrefordulás vagy átvetős motívum jellemzi.



**Kitartás:** Tudsz 15 percet futni (vagy 1000 métert úszni, vagy 30 km-t kerékpározni).

### **Testedzési teljesítmények táblázata**

	<b>Futás</b>	<b>Úszás</b>	<b>Kerékpározás</b>
<b>Honfoglaló (15-16 éves):</b>			
Piros koszorú próba	11 perc	800 m	20 km
Fehér koszorú próba	12 perc	900 m	25 km
Zöld koszorú próba	15 perc	1000 m	30 km
Koszorú próba	20 perc	1200 m	50 km



## 15-16 éves cserkészeknek, negyedik félév

### Fontos tudnivaló

- Ez az utolsó próbád ... ezután már a vándorélet következik.
- Amit eddig tanultál és tapasztaltál az mind a tiéd, senki nem tudja tőled elvenni. De tőled függ, hogy ápolod és használod, vagy elfelejtetted-e?
- Mint vándor cserkész, olyan különpróbát végezhetsz el, ami téged érdekel.
- Ezzel a próbával már jól fel vagy készítve a segédtszti táborra.

### Kötelező tevékenységek és feladatok:

Olvasási különpróba: A szárnyaló szint elvégzése.

Jellemnevelés: Részt veszel egy jótékonyági akción.

### Egyéb javasolt tevékenységek és feladatok:

Jellem: Bevezetés a vándor (rover) korszakba.

Segítds csapatod ifjabb tagjait, vezetőit a kiképzésben, és az általános cserkészmunkában!

Testedzés: Szervezz kirándulásokat, kinti programokat az őrödnek és másoknak!

Magyarság: Vegyél tevékeny részt a helyi magyar életben!

## PRÓBÁZTATÁSI ANYAG

### Cserkészismeretek

Vándorcserkészek	Ismered a vándor (rover) mozgalom célját és módszerét.	6	
------------------	--	---	--

### Vallás

Zászlótéren imádkozol	Zászló fel- vagy levonáskor mondasz saját imát.	4	
-----------------------	---	---	--

### Jellemnevelés

BiPi mint példa	Elmondod, miben lehet nekünk BiPi példa.	4	
Cserkészjövő	Beszélgettek a cserkészjövőről.	4	
Vita	Építő és tapintatos kritika.	2	

### Magyarságismeret

Magyar népdal	Van listád 100 magyar népdalról, és bármelyiket el is tudod énekelni.	20	
---------------	---	----	--

Történelem	Ismered az 1956-os forradalom és szabadságharc történetét. Ismered Magyarország szerepét a vasfüggöny megszűnésében.	10	
------------	--	----	--

### Elsősegély

Elsősegély-tanfolyam	Végezz el egy helyi elsősegély-tanfolyamot, és szerezd meg a hivatalos képesítést!	20	
----------------------	--	----	--

### Természetismeret

Halak	Ismersz 5 halfajtát. (Mo.: pisztráng, csuka, harcsa, ponty, angolna.)	10	
-------	--	----	--

### Csomózás

Csomótábla	Készíts csomótáblát!	10	
Mászás	Tudsz pruszikkal mászni.	10	

### Jeladás

Morzejelzés	Tudsz morze üzenetet adni és fogadni morzekulcs segítségével.	10	
-------------	---	----	--

### Tájékozódás

Menetidő-számítás	Portyára és kirándulásra ki tudod számítani a szükséges menetidőt, figyelembe véve a szintkülönbségeket is.	10	
-------------------	---	----	--

### Becslés

Munkaidő	Gyakorold egy feladat elvégzéséhez szükséges idő becslését (pl. csomagolás, főzés...).	10	
----------	--	----	--

### Táborozás, szerszámok

Táborépítés	Tudod, mi tartozik egy jó táborhelyhez, és hogyan lehet azt berendezni.	8	
Dísz tárgyak	Népi dísz tárgyat készítesz (faragás, hímzés, bőrmunka, fonás).	10	

### Tűzrakás, főzés és sütés

Konyhai higiénia	Tudsz tábori konyhában tisztaságot tartani. Élelem helyes tárolása.	8	
Magyar konyha	Ismered a magyar konyha jellegzetességeit.	4	



## Testedzés

Gyakorlatok	Teljesítménytúrán veszel részt.	10	
Ügyesség	Részt vettél tájékoztatósi futáson vagy néptáncon.	6	
Kitartás	Tudsz 20 percet futni (vagy 1200 métert úszni, vagy 50 km-t kerékpározni).	20	

Elért pontszám a próbázató aláírásával: .....	196	
---	-----	--

## CSERKÉSZISMERETEK

**Vándorcserkészek:** *Ismered a vándor (rover) mozgalom célját és módszerét.*

### **Vándorcserkészet (rovermozgalom)**

Ahogy nőtt a cserkészmozgalom, úgy nőtt az igény, hogy az idősebbek is cserkészkedhessenek. Mivel sokan már dolgoztak, nem értek rá rendszeresen cserkészkedni. Azon kívül nekik már más igényeik voltak. Sokan pályaválasztás előtt álltak, vagy már házastársat kerestek. Így BiPi továbbfejlesztette az eszmét, és kibővítette a rovermozgalommal. Ehhez is írt egy könyvet, „Rovering to success” címmel. Ebben volt megfogalmazva, hogy mire kell ügyelni az élet göröngyös útjain.

Manapság általában 16 és 18 év között lehet a roverek, illetve a vándorcserkészek (ahogy őket magyarul nevezünk) közé belépni. Aki elvégezte a cserkészpróbákat, valamint tudásával és viselkedésével megfelel a vándoreszmének, az egy roveravatás keretében megkapja a szürke nyakkendőt.

Ettől kezdve elkötelezi magát, hogy legjobb tudása szerint segíti a cserkészeket és csapatát. Azon kívül részt vesz vándor-összejöveteleken, és továbbképezi magát a saját szakterületén, pl. a különpróbák elvégzésével.

A Vándorcserkész-fogadalom (megfelel a Felnőttcserkész-fogadalomnak)

Én, ..... fogadom, hogy híven teljesítem kötelességeimet, amelyekkel Istennek, hazámnak, embertársaimnak és a magyarságnak tartozom. Minden lehetőt megteszek, hogy másokon segítsék. Ismerem a cserkészítőtörvényt, és azt mindenkor megtartom. Példámmal és munkámmal, erőmhöz képest azon leszek, hogy a társadalom, a család és az egyes emberek életében a cserkészítőtörvények szelleme minél jobban valóra váljék.

## VALLÁS

**Zászlótéren imádkozol:** *Zászló fel- vagy levonáskor mondasz saját imát.*

### **Szabad ima**

Tanulj meg szabadon imádkozni. Annak ellenére, hogy az egyházban minden élethelyzetre van egy ima, nem ismerjük mindegyiket. A szabad imában elmondhatod mindazt, amit Istennek szeretnél megbeszélni vagy tőle kérni. Kezdd el imádat a megszólítással (Édes Jézusom, Istenem, Atyám, Uram), aztán mondd el, ami a szíveden van, és fejezd be a köszönettel (köszönöm, hogy meghallgattál, köszönöm, Uram). Az imát fejezd be Ámennel.

## JELLEMNEVELÉS

**BiPi mint példa:** *Elmondod, miben lehet nekünk BiPi példa.*

### **BiPi mint példa**

Baden Powell életéről megjelent egy könyv, amely a kalandregények között is simán megállná a helyét. Ha filmet készítenének róla, akkor egy Indiana Jones jellegű alkotást képzelnél magad előtt. Katonaként az élet rengeteg izgalmas és sokszor életveszélyes helyzetbe sodorta. Azonban mindig sikerült ezekből jól kijönnie vérontás és áldozatok nélkül. Ki ez az ember, aki mindig mosolyog a képeken, akit talán szidtok, mert nem divatos a cserkészszing? Lehet példa fiatalok számára egy olyan ember, aki 100 évvel korábban élt? Mindenesetre mielőtt ezt eldöntöd, próbálj megismerkedni életével és tetteivel (pl. 139-140 oldalon vagy kutass az interneten). Talán valóban felér annyival, mint egy focista vagy egy énekes. Dönts el magad!

*Beszélgessetek arról, hogy egy embert mennyire ítéljünk meg a tettei alapján? Vagy a külseje a fontos? Ismered az előjáróidat, a cserkészvezetőket? Érdemes tudni róluk?*

**Cserkészjövő:** *Beszélgettek a cserkészjövőről.*

### **Cserkészjövő**

Ideje elgondolkozni a cserkészjövődön. Jobb esetben már eldöntötted milyen szakmát választasz magadnak, vagy hogy milyen tanulmányokat akarsz folytatni. Akkor tisztábban látsz azt is, milyen lehetőségeid vannak kivenni részedet a cserkészetből is.

Ne az legyen az érvelésed, hogy „nincs időm a cserkészetre”! Minden vezető sok más mindent is csinál. Nem azért, mintha ők időmilliomosok lennének, hanem azért, mert ügyesen meg tudják szervezni saját életüket. Nyilván ehhez önfegyelem és kitartás kell, ami viszont egy cserkésznek alaptulajdonsága kell, hogy legyen. Ezért érdeklődési köröd, alkalmasságod és a szükségletek szerint fontold meg cserkészjövődöt. Vedd figyelembe, hogy csapatodban talán kell őrsvezető, szertáros, honlapszerkesztő, táborparancsnok vagy szakács. Tudod azt is, hogy bizonyos feladatokhoz el kell végezni vezetői tábort. Ne gondold azt, hogy erre neked nincs szükséged, mert már úgyis mindent tudsz!

A vezetőképzés sikere mindig a jelöltek felkészültségén és hozzáállásán múlik.

Egyszer egy cserkész akart venni egy háromsávú cserkészcsapatbiztonsági jelvényt a cserkészboltban, és megkérdezte, hogy mennyibe kerül. „Kétezer dollár!” – volt a válasz. Erre nagyon nézett, és gondolta, hogy ez tréfa. Aztán megtudta, hogy a segédtiszti tábor és a cserkész-tiszti tábor összesen 1000 dollárba kerül. Aztán vásárolnia kell könyveket és felszerelést. Végül el fog vállalni olyan fontos feladatokat a csapatában, kerületében vagy a szövetségben, amelyek időt, utazást és aktív részvételt igényelnek. Megértette, hogy mire eljut oda, hogy megérdemelje a jelvényt, addigra valóban sok időt, munkát és pénzt kell befektetnie. Nézd meg a szövetségünk vezetőképzési rendszerét. Ne felejtsd el, hogy egyik lépést teszed a másik után. Amiről azt gondold, hogy most még nem tudod, azt néhány év múlva meg fogod tudni csinálni. Ezt nevezik fejlődésnek. De akkor is megtalálod a jövődöt a cserkészben, ha nem akarsz cserkészvezető lenni. A cserkészet ugyanis annyira sokoldalú, hogy nincs olyan ember, aki ne találna benne valami tetszetősét önmaga számára.

*Készítetek egy csapattervet! Ki milyen feladatot tudna átvenni? Vagy ki kell találni egy új feladatot? Kell egy filmező, egy barkácmester vagy egy sportversenyeket szervező személy?*

**Vita:** *Építő és tapintatos kritika.*

**Tanulj meg másokat a hibájukra tapintatosan figyelmeztetni és megjavítani!**

1. Lehetőleg dicsérettel és őszinte elismeréssel kezd!
2. Tereld a figyelmet a hibára anélkül, hogy mások előtt nevetségessé tennéd!



Itt rendült meg a kommunizmus legyőzhetetlenségének mítosza!

Ettől kezdve a kommunizmus lassan a bukás felé haladt.

Az 1956-os forradalom leverését követően Kádár Jánost jelölték ki Moszkvában magyar vezetőnek. Kádár János is megtorlást alkalmazott.

A kommunista államok valóban kimerítették mind az emberiség elleni vétséget, mind a háborús vétséget, mind pedig a béke elleni vétségek fogalmát.

Világszerte a kommunizmus számlájára mintegy 100 millió áldozat írható (s ezek csak a halálos áldozatok).

*Történelem: Ismered Magyarország szerepét a vasfüggöny megszűnésében.*

### **A vasfüggöny ledöntése 1989. – Rendszerváltás**

Gorbacsov új szovjet pártfőtitkár politikája 1985-től megnyitotta az utat a békés rendszerváltás felé. A szilárd és ledönthetetlen tűnő szovjet birodalom hirtelen szétesett. **1989. október 23-án** kikiáltották a **Magyar Köztársaságot**.

A **rendszerváltoztatás Magyarországon** szűkebb értelemben Magyarország történelmének azon korszakát jelöli, mely során a magyar állam demokratikus állammá vált, s szakítva az államszocializmussal, visszatért a kapitalista állameszméhez.

Az országban lévő kelet-németeknek a magyarok 1989-ben kinyitották az osztrák-magyar határt, és nem lőttek senkire. Az emberek nem is hitték az elején, hogy mi történik. De miután Moszkvából sem jött parancs, így a határ nyitva maradt. Ezzel aztán az egész vasfüggöny kezdett sorban kinyílni. Alig két évre rá a szovjet birodalom már nem is létezett. Leomlott a berlini fal is, és Németország egyesülhetett. Több ország, melyek Trianon és a világháborúk nyomán alakultak, most darabjaikra hullottak szét.

## **ELSŐSEGÉLY**

***Elsősegély-tanfolyam:** Végezz el egy helyi elsősegély-tanfolyamot, és szerezd meg a hivatalos képesítést!*

### **Elsősegély-tanfolyam**

A cserkészletben a kinti tábori élet, a szerszámok, a tűzrakás, növények, állatok és sok szokatlan körülmény számtalan kisebb-nagyobb veszélyt rejtjenek. Ezért végezz el egy helyi elsősegély-tanfolyamot! Még az elsősegélyben is sok minden eltér a különböző országokban, ezért nem tudunk mindent egy könyvben összefoglalni. A tanfolyammal biztosíthatod magad, hogy tudásod megfelel a helyi elvárásoknak. Ez azért is fontos, hogy csapatainkban a legjobban felkészült vezetők és segítők legyenek, és biztosítani tudjuk cserkészzeink testi épségét a foglalkozásokon és a táborokban.

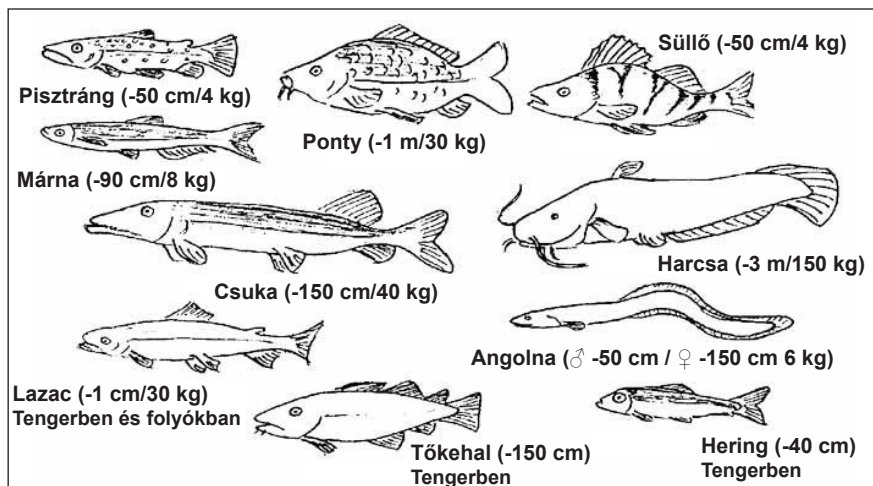
Fontos, hogy a vezetők elvégezzenek egy elsősegély-tanfolyamot, pl. a központi VK-táborokon a helyi törvény megszabja, hogy milyen arány legyen az elsősegély-tanfolyamot végző vezetők és a cserkészek között.

## TERMÉSZETISMERET

**Halak:** Ismersz 5 halfajtát. (Mo.: pisztráng, csuka, harcsa, ponty, angolna.)

### Halak

Vizeinkben sokféle hal él. Ezeket ritkán látod, de azért mégis ott vannak, és egy kis ügyességgel ki is tudod őket fogni, ha ismersz pár alapvető tudnivalót róluk. A halfogás azonban manapság szinte minden országban korlátozott. Tehát mielőtt halat fogsz, járj utána, hogy szabad-e, hol szabad, vagy milyen feltételek mellett horgászhatasz. Gyerekeknek sokszor nem kell még horgászvizsga és horgászengedély, de ezt jobb megtudakolni. A Balatonon például válthatsz gyermek napijegyet, és egész álló nap pecázhatsz.



#### 1. Pisztráng

- Szereti a tiszta, hideg vizet.
- Általában kövek és ágak alatt tartózkodik.

#### 2. Márna

- Szereti a tiszta, hideg vizet.
- A folyók közepén él, és szereti a mélyebb helyeket.

#### 3. Ponty

- Szereti a meleg, lassú vizeket.
- A zavaros víz sem zavarja.
- Téli pihenőt tart a víz fenekén.
- Okos hal, nehéz kifogni.
- Főleg nyáron kora reggel vagy este lehet fogni.

#### 4. Süllő

- Tüskés hal, kemény pikkelyekkel.
- Könnyű megfogni, mert nagyon falánk és csoportokban vadászik.
- Nyílt vízben és partközeli bokrok alatt lehet találni.

#### 5. Csuka

- Rablóhal, a növényzetben elbújva vár a kis halakra.
- Folyókban és tavakban is megél.

#### 6. Harcsa

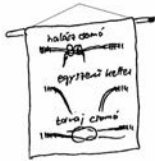
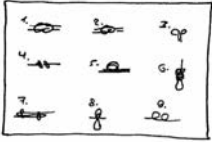
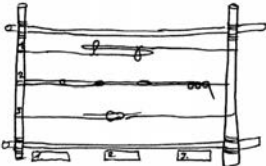
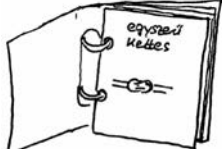

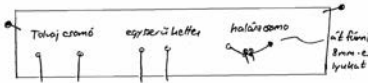
- Legnagyobb édesvízi halfajtánk.
- Fogtak már 3 m hosszú harcsát is a Tiszában.
- Rablóhal, a víz fenekén tartózkodik.
- Szereti a lassú és mély vizeket.
- Főleg este és esőben vadászik.
- Télen a víz fenekén nyugszik.

<p><b>7. Angolna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tengerben születik, és a folyókban él.</li> <li>- Mindenevő, a vízfenéken él.</li> <li>- Éjjel vadászik.</li> <li>- Vére mérgező!</li> </ul>	<p><b>8. Lazac</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tengerben él.</li> <li>- Páráshoz visszamegy a folyókba.</li> </ul> <p><b>9. Tőkehal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fő tápláléka a hering.</li> <li>- Heringrajok közelében él.</li> <li>- Sötét éjszakákon könnyű fogni.</li> </ul>	<p><b>10. Hering</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A legfontosabb konyhai hal.</li> <li>- Az Atlanti-óceán partjainál él nagy rajokban.</li> <li>- Lehet a partról is fogni, még csali sem kell a horogra.</li> </ul>
--	--	--

## CSOMÓZÁS

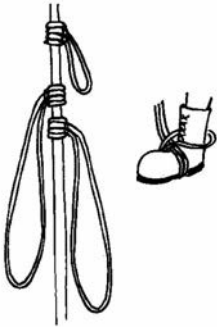
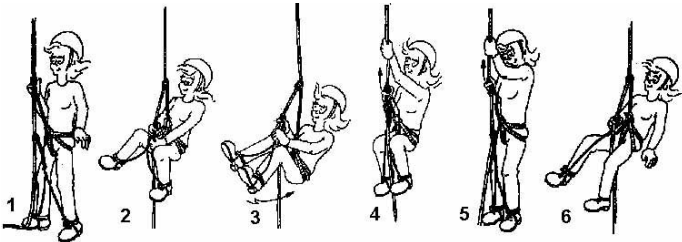
*Csomótábla: Készíts csomótáblát!*

### Csomótábla készítése

<p>1. Egy darab vászonra felvarrod a csomókat, és mellé írod a nevüket.</p>	<p>2. Egy fatáblára ráragasztod vagy rászögeled a csomókat.</p>	<p>3. Készítesz egy keretet. A keretbe megkötöd azokat a csomókat, melyek feszítésre szolgálnak.</p>
		
<p>4. Kartonlapokra felragasztasz csomókat. Tedd be őket egy gyűjtőbe!</p>	<p>5. Egy rúdra rákötöd a csomókat. A késéddel faragd meg laposra, hogy rá tudd írni a csomók neveit!</p>	<p>6. Egy deszkát lyukassz ki, és dugj át rajta két különböző színű spárgát! Írd oda a csomó nevét, és kösd meg! Ezen a deszkán gyakorolhatnak a többiek is.</p>
		

**Mászás:** Tudsz Pruszikkal mászni.

### Pruszikkal való mászás

	<p><b>Pruszikkal mászni</b></p> <p>Ez a technika a barlangászoknál és hegymászóknál terjedt el. Egy függőlegesen lógó kötélen három Pruszik-csomóval föl lehet mászni.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Mindkét láb egy-egy hurokban van. A harmadik hurok a beülő részhez van kötve, és az biztosít, hogy nyugodtan tudj dolgozni a kezekkel.</li><li>- Amíg az egyik lábodon állsz, a másik lábnak a csomóját feljebb tolod.</li><li>- Utána ráállsz a másik lábadra, és az elsőnek a csomóját tolod feljebb.</li><li>- Aztán a harmadik csomót tolod feljebb. (lásd a képeket: 2-6)</li></ul> <p>Így nem tudsz gyorsan haladni, viszont biztonságosan mászhatsz. Kezdeként 2-3 méternél magasabbra ne menj! Egyébként nem más, mint a fáramászás hurokkal.</p>
	

### **JELADÁS**

**Morze-jelzés:** Tudsz morze-üzenetet adni és fogadni morzekulcs segítségével.

#### Morze

A Morze-jeladást 1837-ben találta ki Samuel Morse Amerikában. Főleg távírásban alkalmazták. Manapság még mindig használják a repülősoknél. Például az „Independence Day” című filmben az emberek Morzéval tudták kicselezni a földöntúliak támadását.

#### **Morze- ABC**

1	•••••	6	-••••
2	••••	7	-••••
3	••••	8	-••••
4	•••••	9	-••••
5	•••••	0	-••••

A	•-	A-gár	N	-•	Né-ni
Á	•-•-•-	A-kác-méz-nya-lás	NY	---•-	Nyá-rá-di-já-rás
Ä	•-•-	Ä-néh a-nya	O	---	Ó-rát nézz
B	-•••	Bé-ka-ba-ba	Ö	---•	Őr-ség-vé-ge
C	-•-•	Cé-kla-ré-pa	P	•-••	Pi-pás-bá-csi
D	-••	Dá-ni-a	Q	---•-	Kvá-kvá-ko-á
E	•	Eb	R	•-•	Ri-gó-dal
É	••-••	Ez az é je-le	S	•••	Se-be-sen
F	••-•	Fa-li-táb-la	T	-	Tűz
G	-•-•	Gáz-kály-ha	U	••-	U-ti-társ
H	••••	He-pe-hu-pa	Ü	••-•-	Ü-gyes á-dám
I	••	I-ma	V	••-•-	Ve-re-ke-dés
J	•-•-•-	Ja-pán-csá-szár	W	•-•-	Wa-gón-ágy
K	-•-	Kő-tő-rő	X	-•-•-	Xé-ni-a szép
L	••-•	Le-ány-fa-lu	Y	-•-•-	Yó-ga-lé-g-zés
M	-•-	Má-tyás	Z	-•••	Zász-ló-je-lek
.	••••••		?	••-•••	
,	•-•-•-		!	---•-•-	
:	-•-•••				

A Morze abc-t könnyen megtanulhatod a szavak segítségével. Minden szótag, amiben egy ékezet van, egy (-) tá hangot jelöl, amiben pedig nincs, az egy (•) ti hangot.

Keress még segédzavakat! Biztos találsz még többet is (pl. A-nyám, Már-vány, Tél stb.)

### Morzecsoportok

Egy másik módszer az, ha betűcsoportokat tanulsz meg.

•	E
••	I
•••	S
••••	H
•••••	5
-	T
-•	M
-••	O
-•••	CH
-••••	0 (nulla)

•-•	R
•-••	P
•-	A
••-	U
•••-	V
•-•-	W
•-•-•	J
••-•-	Ü
•-•-•-	Ä
•-••	L
-•-•-	Y

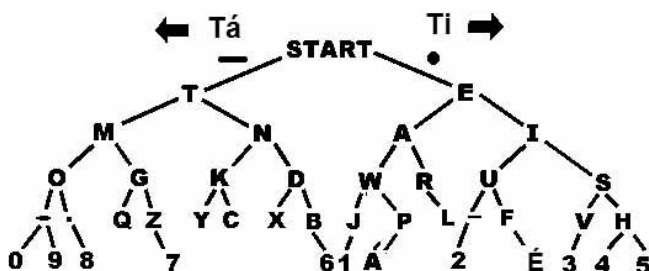
-•-•	K
-••-	X
-•	N
-••	D
-•••	B
-•-•	G
-•-••	P
-•-••	Z
-•-••	C
••-••	F
-•-•-	Q












## Morze-fa

A Morze-fát akkor használd, ha morze-jeleket fogadsz, vagy szöveget fejtesz.

Minden tá-nál balra, ti-nél pedig jobbra lépj egyet. Így hamar eljutsz a keresett betűhöz.



## Morze-állomások

Morzeállomások	
Adóállomás	Vételállomás
<p><b>Beosztások</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Jeladó (táblával vagy lámpával)</li> <li>Súgó (mondja a szöveget: ti és tá)</li> <li>Megfigyelő = Vezető (figyeli a másik állomás visszajelzését)</li> </ol>	<p><b>Beosztások</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Megfigyelő = Vezető (nézi a jeleket és mondja a szöveget tivel és tával)</li> <li>Jegyző (írja a szöveget)</li> <li>Jeladó (adja a válaszjeleket)</li> </ol>
<p><b>Felhívás</b></p> <p>Lámpa és síp: - ? - ? - (nk) vagy: ??? ? ? ? (iii)</p> <p>Tábla:</p>  <p>Körözni, amíg válaszolnak.</p> <p>Ha nem válaszolnak, akkor próbáld később újra!</p>	<p><b>Válasz</b></p> <p>Lámpa és síp: - ? - (k) vagy: ?? ? ? ? (iii)</p> <p>Tábla:</p>  <p>Körözni.</p> <p>Kétség esetén ismételd az adóállomás jeleit!</p>
<p><b>Üzenet leadás</b></p> <p>Akkor kezd, ha megkaptad a visszajelzést. A súgó mondja a szöveget betűnként (ti és tával). A megfigyelő nézi, hogy megértették-e a betűt vagy nem. Ha nem értették meg, akkor ismételni kell.</p> <p>Lámpa: Rakd a lámpát egy stabil alapra és takard el egy deszkával. Ne fogd kézbe, mert a kezud mozog! Ne legyen más fény mellette, ami zavarhat.</p> <p>Pont (ti) = 1 Vonás (tá) = 5 (számold magadban)</p> <p>Betűvég = szünet, szöveg hosszabb szünet.</p> <p>Síp:</p> <p>Pont (ti) = 1 Vonás (tá) = 5 (számold magadban)</p> <p>Tábla:</p>    <p>Pont (ti)      Vonás (tá)      1x Betűvég 2x Szöveg 3x Üzenetvég</p> <p>Tévedés: ???????? Ha valamit rosszul adtál le.</p>	<p><b>Üzenet vétel</b></p> <p>A megfigyelő mondja a jeleket (ti vagy tá) A jegyző ezeket felírja. Minden <b>betű</b> után vissza kell jelezni, hogy megértették-e vagy nem.</p> <p>Lámpa és síp:</p> <p>? = értettem vagy - = nem értettem</p> <p>Tábla:</p>   <p>értettem      nem értettem</p> <p>Egyéb üzemjelek: (nem nem zetközi) kezdjétek előlről: - ? - ? - ? ? (kl) üzenetek lassabban: ? ? - - ? - ? ? (ül) nem látunk jól: - ? ? - ? ? (nl) meg kell szakítani: ????? - ? ? (sl) várjatok: ??? - ? - ? ? (vl) befejeztük: - ????? - ? ? (bl)</p>
<p><b>Üzenet vége</b></p> <p>Lámpa és síp: ? - ? - ? (ar)</p> <p>Tábla:</p>  <p>Körözni, amíg válaszolnak.</p>	<p><b>Válasz</b></p> <p>Lámpa és síp: ? - ? - ? (ar)</p> <p>Tábla:</p>  <p>Körözni</p>
<p><b>Tipp</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A gyakorlat előtt beszéljétek meg, hogy melyik csoport kezd és mikor.</li> <li>- A jeleket egyenletesen adjátok le.</li> <li>- A vonás 5x hosszabb, mint a pont.</li> <li>- Üzemjeleket egyben kell leadni, nem mint két betű.</li> <li>- A szöveg legyen rövid és egyszerű.</li> <li>- Számokat nem kell külön bejelenteni.</li> </ul>	<p><b>Távolságok napra:</b></p> <p>Tábla: -2km Karok: -500m Síp: -500m</p> <p><b>Távolságok éjre:</b></p> <p>Fényszóró: 50km Gázlámpa: -5km Elemlámpa: -2km Síp: -1km</p>

## TÁJÉKOZÓDÁS

**Menetidő-számítás:** Portyára és kirándulásra ki tudod számítani a szükséges menetidőt, figyelembe véve a szintkülönbségeket is.

### Menetidő-számítás

Cserkészzetünk egyik legizgalmasabb része a portya. Hogy sikeres legyen a portya, fontos, hogy jól előkészítsük. **Ehhez tartozik az útvonal kijelölése, lejárása és a menetidő kiszámítása.**

### Útvonal megtervezése

5. Keressétek ki a térképen, hogy merre mentek!
6. Nem mindig a légvonal a legrövidebb út.
7. Figyeljete a szintvonalakra!
8. Figyeljete a folyókra, tavakra, autópályákra, mert azokat nem lehet bárhol keresztezni!

### Útvonal lemérése

**Cérnával:** egy vékony cérnát leraktok az útvonal mentén a térképre. Aztán megmériitek a hosszát, és átszámoljátok kilométerbe.

**Műszerrel:** térképmérővel végiggurigázzátok az utat, és leolvassátok az eredményt.

**Papírral:** egy papírlap szélét odateszitek a térképen az út mellé. Az első kanyart bejelölitek egy kis csíkkal. Aztán a papírt újból az úthoz igazítjátok, és így tovább. A végén megmériitek a távolságot az eleje és a vége között, és átszámoljátok kilométerbe.

### Menetidő kiszámítása

Az egyszerű menetidőt ki lehet számítani így: **km/órás teljesítmény\* = egyszerű menetidő**

(\*lásd a *Teljesítménytáblát*) Ez viszont csak sík területen és állomások nélkül pontos.

Pl. Megmértük, hogy az út 12,5 km hosszú. Tehát cserkészeknek 12,5 km/4 km/óra = 3,1 óra

Hozzáadások az **útvonalhoz:**

Minden 100m emelkedőhöz: + 1 km

Minden 200m *meredek* lejtőhöz: +1 km

Pl. Az előbbi 12,5 km hosszú út 550 m-t emelkedik.

Tehát 12,5 km + 5,5 km = 18 km. Tehát cserkészeknek 18 km/4 km/óra = 4,5 óra

### Hozzáadások a menetidőhöz:

Állomásonként 10-30 perc.

Minden 3 óra menetidőhöz 1 óra szünet.

Nagyon meleg időben minden 1 óra menetidőhöz 10 perc szünet.

Esőben minden 2 órához 1 óra szünet.

Pl. Az előbbi példában van még 4 állomás, és nagyon meleg van.

Menetidő 4,5 óra = 270 perc

Állomás 4 x 20 perc = 80 perc

Szünet 3 óra után = 60 perc

### Meleg idő 4,5 x 10 = 45 perc

Portya összideje 455 perc (= 7 óra 35 perc)

→ **Tehát fontos a menetidőt pontosan számolni, mert nagyok a különbségek!**

Teljesítmény-táblázat	Csomag nélkül		Csomaggal	
	<i>óránként</i>	<i>napi teljesítmény</i>	<i>óránként</i>	<i>napi teljesítmény</i>
<b>Kiscserkész 8-10 év</b>	3 km (1.9)	8-10 km (5-6)	2 km (1)	5 km (3)
<b>Cserkész 10-12 év</b>	3.5 km (2.2)	15-18 km (9-11)	3 km (2)	10-12 km (6-7.5)
<b>Cserkész 13-15 év</b>	4 km (2.5)	20-25 km (12-16)	3.5 km (2.2)	15-20 km (9-12)
<b>Rover 16 évestől</b>	4-5 km (2.5-3.1)	30-35 km (19-22)	3.5-4 km (2.2-2.5)	20-25 km (12-16)
<b>Katonák</b>	5-6 km (3.1-3.8)	50-60 km (31-38)	4-4.5 km (2.5-2.8)	30-45 km (19-28)

Zárójelben mérföld (mile): 1 mérföld (mile) = 1.6 km

## **BECSLÉS**

**Munkaidő:** *Gyakorold egy feladat elvégzéséhez szükséges idő becslését (pl. csomagolás, főzés...)!*

### **A munkaidő becslése**

Egy táborban sok érdekes dolgot lehet csinálni. Tábori kaput építeni, portyázni, barkácsolni, főzni, tábortűzet rakni és sok más egyebet. Biztos te is részt vettél már ilyen eseményeken, és érdekes módon a tábortűz, az ebéd vagy a vacsora mindig elkészült időre. Ez azért van, mert a vezető vagy a szakács tudja, mennyi időre van szüksége egy munka elvégzéséhez. Ehhez persze tapasztalat kell, és aki még soha sem főzött 50 vagy 100 emberre, az nem is tudja, mikor kell elkezdni krumplit pucolni, hogy délre kész legyen az ebéd. Ezért te is figyelj, hogy mennyit dolgozol egy feladaton, és mindig vedd ki a részed a munkából! Így később te is tudni fogod, hogy van-e még idő játszani, vagy rögtön neki kell kezdeni a munkának.

### **Menetidőbecslés**

A menetidőbecslés talán a legfontosabb a cserkészek számára. Kezdetnek jó tudni, hogy az ember átlagosan 4 km-t tud megtenni 1 óra alatt (kb. 2,5 mérföld). – Attól függően persze, hogy milyen sportos, és hogy milyen nehéz hátizsákot cipel, ez lehet több vagy kevesebb. Bővebb tudnivaló a menetidő-számításról a 334. oldalon található.

## TÁBOROZÁS, SZERSZÁMOK

**Táborépítés:** Tudod, mi tartozik egy jó táborhelyhez, és hogyan lehet azt berendezni.

### Táborhelykeresés, táborépítés

Legtöbbször a cserkészparkokban van lehetőség a táborverésre. Egy vándortúrán azonban, ami több napig tart, minden este új táborhelyet kell keresned. Ilyenkor a térkép alapján is el kell tudni dönteni, hogy hová érdemes sátrat verni. A következőkre figyelj:

- Legyen a táborhely közelében víz, de ne közvetlenül a víztároló, folyó vagy hegyi patak mellé táborozz, mert gyorsan változhat a víz szintje, illetve ki is önthet.
  - Sziklafal alatt ne verj sátrat, mert mindig eshet le onnan kő.
  - Ugyanúgy öreg fák alatt sem célszerű, mert arról is törhetnek le száraz ágak.
  - Szakadék szélén sem, nehogy valaki a sötétben lezuhanjon.
  - Legyen sík a terep a sátraknak, mert különben alvás közben elgurultok.
  - Ne legyen gödörben, ahol eső esetén összegyűlik a víz, vagy éppen feljön a talajvíz.
  - Ha van ház vagy gazda a láthatáron, akkor kérj engedélyt a táborozásra, ha nincs, akkor is úgy viselkedj, ahogy az egy cserkészhez illik.
  - Ha keletre néz a táborhelyed, akkor már korán reggel oda süt a nap, és megszártítja a sátrat.
  - Ha tűzhelyet építesz, tarts be minden tűzvédelmi szabályt. A végén a tüzet oltsd el rendesen, és mindent úgy hagyj ott, mint amikor megérkeztél. Ez főleg nyáron nagyon fontos, a fokozott tűzveszély miatt.
- Ha nem csak egy napra kell a tűzhely, akkor ezek a szabályok még fontosabbak.



Többnapos tábor engedély nélkül ne verj fel, és jelentsd be előre a helyi orvosnak, boltosnak, tűzoltóknak, hogy mikor és hányan lesztek ott.

Ha megtaláltad a megfelelő helyet, utána a közsátrak (konyha, latrina, őrsi sátrak, vezetők, zászlótér) elrendezését kell megtervezned. Kezdd a konyhával és a zászlótérrel. Ezek általában meghatározzák, hogy merre legyenek a sátrak. Ha a sátrak helye is megvan, jöhet a latrina és a mosdók kijelölése. Fontos, hogy a latrina félreeső helyen legyen, így mindenki nyugodtan el tudja végezni a dolgát. A fiú- és lánymosdók is legyenek távol egymástól, hogy zavartalanul lehessen használni őket.

**Dísztárgyak:** Népi dísztárgyat készítesz (faragás, hímzés, bőrmunka, fonás).

### Népi dísztárgyak

Az emberek mindig igyekeztek a mindennapi használati tárgyakat kidíszíteni, legyen ez párna, szoknya, sőtartó vagy akár az ágy. Tanuld meg, milyen mintákat és színeket használtak, és hogy ezeknek milyen jelentőségük van! Te is kidíszítheted a nyakkendődet, az őrsi zászlórudat vagy a tábori kaput. Alább néhány gyakori mintát tüntetünk fel. Keresz magadnak egy vezetőt vagy egy szülőt, aki meg tudja neked mutatni ezeket a munkákat! Ne felejtse el: Jó munkához idő kell! Tehát ne várd azt, hogy egy-két órán belül kész leszel. Az ilyen munkához sokkal több idő szükséges ennél, de minél többet csinálsz, annál nagyobb gyakorlatra teszel szert, és annál jobban fog menni.

## Kézimunkák, hímzés

Hímzéssel nem csak párnákat és szoknyákat lehet díszíteni, hanem a nyakkendőket, csajkaszákokat vagy akár egy farmernadrágot is szépen ki lehet díszíteni. Az alábbi minták csak töredékei a hímzések nagy motívumvilágának.



Különböző vidékek díszítő elemeinek összehasonlítása

### Különböző vidékek díszítőelemeinek összehasonlítása

1. Úri hímzés
2. Kalotaszegi írásos
3. Matyó
4. Sárközi
5. Jász-Kiskunsági
6. Palóc vidéki
7. Székely varrottas
8. Buzsák vidéki
9. Kalocsai írott



### Hímzések

- Kalocsai
- Matyó
- Kalotaszegi
- Széki
- Turai
- Torockói

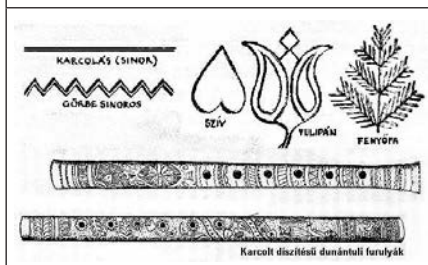
## Faragás

### Karcolás

A kés hegyével (mint egy ceruzával) vágjuk be a mintát. Forgács így nem keletkezik! A befejezéskor az egész mintát színes páccal dörzsöljük be. A karcolás sötét marad, így jön elő a dísz. Ha vastagabb vonal kell, azt finom ékvágással kell kimetszeni (vékony forgács keletkezik).

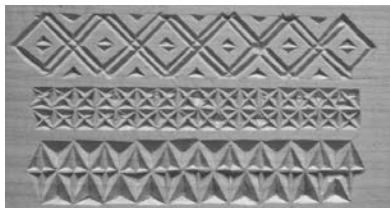
### Ékrovás

Az ékrovás valójában egy hosszú ék kivágása. A kés hegyével két ellenkező V-formájú vágással dolgozunk. Egy vékony ékvonal igen gyorsan elkészül (ékírásnak is nevezik). Ékrovást használunk: a) dísztárgy elkészítéséhez, b) minta bevésése domború faragáshoz, c) mintafaragáshoz spanyolozás előtt.



### Vésés

A karcolásnál és az ékrovásnál mélyebb vágásokat vésésnek nevezünk, akár vésővel, akár késsel készül. A vésésnél segít a fa ismerete, és faragás közben a faszálak megfigyelése, ügyes követése. A véséshez nemcsak gyakorlat és anyagismeret kell, hanem erő is. A vésés általában 3 vágásból áll. Az ékrovás V-vágása előtt a minta közepén egyenesen bevágunk, és utána két oldalról kivessük a forgácsot.



### Domborfaragás

Ez még nem a háromdimenziós figura faragása, mert kétdimenziós lapos felületen dolgozunk, de itt is lehet domború mintát faragni, és így tárgyakat különlegesen díszíteni.

1. A mintát ékírással bejelöljük.
  2. A hátteret véséssel kivágjuk.
  3. A mintát domborítással díszítjük.
- Ennek egy fajtája az **áttört faragás**, mikor egy lombfűrészsel kivágjuk a mintát és azt domborítjuk. Ezt főleg faldíszként vagy tükörkeretként szokták használni.



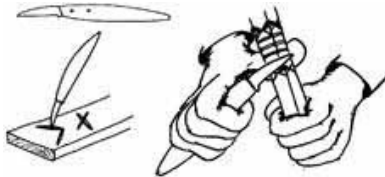
### Faragás (figurális, tárgyi)

Ha a tárgyat, a figurát mi magunk alakítjuk ki, azt már faragásnak nevezük. Legyen egy bögre, egy kanál, egy szobor, amit faragni szeretnénk, mindenképpen nagyon jó térbeli elképzelést igényel. Nem mindegy, hogy a fának a szálai milyen irányban állnak. Véséssel és vágásokkal dolgozzuk ki a figurát a fából. Ennek elsajátításához jó előkészítés a kopjafa faragása.



A pohár domborfaragással van díszítve.

Bármilyen mintát és formát lehet vésni, róni, karcolni vagy faragni, de tanulj meg néhány hagyományos népi díszítőelemet.



### Faragás

A rovásnál a kés hegyével kell dolgozni. Rakd le az asztalra a fadarabot, és úgy dolgozz a késeddel. Erre főleg rövid pengéjű faragókések alkalmasak.

Faragásnál a kést a négy ujjad közé fogod, és a hüvelykujj felé vágsz. Ehhez már erő kell.



## Kopjafafaragás



### A kopjafa részei

A kopjafát emberi alakként is lehet értelmezni, hiszen halottaknak állítják. Ezért van feje, teste és lába.

### A minták jelentése

A fejdíszről lehet meghatározni az elhunyt nemét.

Férfi: gomb, sisak, kehely, fordított körte, hegy.

Nő: tulipán, csillag, szemöldök.

### Életkor

Idős: zömök, vastag törzs, sötét szín. Általában több díszítés van rajta, mivel többet élt.

Fiatal: magas és karcsú fejfa, világos szín.

Gyerek: kicsi fejfa, néha fehér. Kevés minta, sokszor csak a fej van kifaragva.

Magas, vastag és sok mintával díszített fejfája gazdag, megbecsült embereknek van. A családosok kopjáján is több minta szokott lenni.

Szegény, jelentéktelen embernek a fejfája is egyszerűbb.

Kis kopjafát késsel faragnak, a rendes fejfákat vésővel, fűrészszel, sőt gépekkel is csinálják, hisz van akár 30 x 30 cm vastag kopjafa is.

Tanulódarabnak jó a hársfa, a nyárfa, mert puha, és könnyen lehet faragni. A rendes kopjafákat tölgyből, akácból és vörösfenyőből készítették, mert tartósabbak.



*A barátságpálca*



*Vér Sándor - Szeged-Szentmihály, 2009 nyara*

A díszes ajándék, emlék egy érdekes példája a „kiskopja” és a „rovásbot” együttesének. A teteje (1/4-1/3) szépen faragott kiskopja, és ehhez csatlakozik a hosszabb rovásköszöntő. Szép példája ez a maradandó ajándéknak és a rovásírás terjesztésének is.

## **TŰZRAKÁS, FŐZÉS ÉS SÜTÉS**

**Konyhai higiénia:** *Tudsz tábori konyhában tisztaságot tartani. Élelem helyes tárolása.*

### **A tábori konyha telepítése: tárolás és higiénia**

Konyha céljára olyan területet válasszunk, ahol zavartalanul dolgozhatunk.

- Figyeljünk arra, hogy a füst ne a tábor felé szálljon, könnyen megközelíthető helyen legyen, mosogatóra és az élelmiszer tárolására is megfelelően, valamint a szemét elhelyezését is megoldhassuk. Ugyancsak megoldható legyen az emésztőgödör kulturált kialakítása.

### **Beszerezés**

- Ha nagyobb mennyiségre van szükséged, gondoldj arra, hogy a táborhelyed közelében beszerezhető-e minden?
- A tartós élelmiszereket a tábor előtt is megvehetjük, vagy a táborozás helyén kell megrendelni és egyben kiszállíttatni.
- Vásároljunk a helyi gazdáktól is tejet, gyümölcsöt, zöldséget.

### **Tárolás**

- A tábori konyhában is nagyon fontos a tisztaság és a higiénia.
- Lehetőleg minden ennivalót polcokon és/vagy ládákban, vízhatlanul tárolj!
- Az ételmaradékokat ne hagyd kint fedő, illetve takarás nélkül.
- Romlandó ételeket, mint hús, tojás, tej, sajt stb. meleg időben a vásárlás napján fel kell használni, ha nincs hűtési lehetőség.
- Hűtésre alkalmas lehet: pince, verem, esetleg hideg folyóvíz is. Egy árnyékos hely is megteszi, ahol vizes rongyokkal feditek le, és így hűvösen tarthatjátok az ételt, de csak az olyat, amit hamarosan elfogyasztotok. Pl. vaját hideg vízben is jól lehet pár napig tárolni (a vizet ráöntjük, hogy ellepje.)
- A szalmonella veszélye miatt kerülj az olyan ételeket, melyeket nyers tojásból készítenél.

### **Higiénia**

- Nagyon fontos a tiszta kéz. Legyen kézmosási lehetőség szappannal, és használd is!
- Legyen megfelelő helyünk a mosogatóhoz. Építsd stabilra, hogy kibírja a nehéz edényeket és a sok vizet. Csinálj hozzá helyet, ahová a tiszta edényeket rakod.
- Többnapos táborban a törölruhákat, rongyokat mosd ki!
- Használat után azonnal mosd el forró vízzel az edényeket és a szerszámokat!
- A helyet, ahol az ételeket készíted, tartsd nagyon tisztán!
- Közösségben csak egészséges személy főzhet!
- Előzd meg a balesetet! A konyha veszélyes terep!
- A pöcegödör legyen a konyhától kb. 20 m-re, hogy a legyek és a szag ne zavarjon. Fedjük le a pöcegödört, mert így nem száll bele olyan sok légy, és nem néz ki olyan rosszul. Ássuk elég mélyre, hogy ha több napig ott vagyunk, ne kelljen újracsinálni.
- Figyeljünk a szemét tárolására. Ha lehet, igyekezzünk nagyobb adagokban vásárolni, hogy ne legyen olyan sok szemét.

**Magyar konyha:** *Ismered a magyar konyha jellegzetességeit.*

### **A magyar konyha története, jellemzői, jellegzetes ételeink**

Néhány érdekesség:

- 448-ban Priszkosz rétor, egy bizánci küldöttség tagjaként részt vett Attila hun király gálafogadásán, majd leírta, hogyan zajlott le a fogadást követő díszebéd, ahol különféle húsételeket, kenyeret, bort szolgáltak fel a vendégeknek.
- A Gesta Hungarorum (A magyarok története) a 12. sz. végéről kiemeli, hogy a magyarok húst, halat, tejet, mézet és bort fogyasztottak.



- Az általunk igazán ízletesnek tartott ételekben a pentaton (édes, savanyú, sós, keserű, csípős) ízharmónia jelenik meg, melyből egyik íz sem „lóg ki”, nem válik dominánssá, és éppen ettől élvezetes.

- Legfinomabb ételeink egyetlen edényben készülnek, és ezek mindig leveses, szaftos fogások.

- Nagyon sok az olyan tartalmas leves, ami főétkezésnek is beválik (pl. gulyásleves, babgulyás, palóc leves stb.).

- Az ősmagyarok már alkalmazták a **szárított hús** és **tejpör** készítését. Így egy ősmagyar lovas bőrszákjában több liter levesnek vagy tejnek megfelelő élelmet vihetett magával. Alkalmazták az **aszalást** és a **füstölést** is. A téli szálláshely körül gabonaféléket termesztettek: árpát, kölest, búzát. A főzéshez bográcsot használtak, a sütéshez nyársat. A kásafélékből, a gabonákból tejben, vízben főtt kásákat, később kerek köveken sült lepényeket készítettek. Az egyik legrégebbi tésztánk a galuska és a csipetke.

- Ételeik ízesítéséhez előszeretettel használtak **tárkonyt, csombort, kakukkfűvet**, fokhagymát, rozsmaringót, zsályát, valamint gyümölcsöket (áfonya, fekete ribiszke) és virágokat (ibolya, körömvirág, rózsaszirm).

- A reneszánsz korban Mátyás király konyhája nagy hatást gyakorolt a konyhaművészetre.

- A török hódoltság korában a magyar konyha visszaszorult Erdélybe, és erdélyi konyhaként élt tovább. Az ásványi só elterjedése a konyhában is az erdélyi sóbányáknak köszönhető.

- A paprikát Kolumbusz hozta magával Közép-Amerikából, és a XIX. században vált használatossá.

Mindig a közvetlen környezetünkben termő táplálékot részesítsük előnyben, mert ezekre van szükségünk, hiszen ezeknek az energiái vannak velünk összhangban. Minden évszakban azt együk, ami éppen terem, legfeljebb természetes módszerekkel tartósított táplálékkal bővítsük étlapunkat.

A legtöbb energiát a cserép-, öntöttvas edényben való főzés adja az ételnek. Jó még a zománcozott, acél- és üvegedény is. Ételtárolásához kerüljük a műanyagot.

A főzéshez jó kedvvel, örömmel álljunk hozzá, mert akkor az ételen is érződik majd, hogy ezt jó szívvel készítették.

Történelmileg a főzés a nő, a családanya jelképe. A nő felelős a családi tűzhely melegéért, s ha nem vigyáz rá, a tűzhely kihűl, a család szétesik. Nem mindegy, hogy a családanya örömet talál-e a főzésben, sütésben. Nem véletlen, hogy a magyar nyelv azt mondja, hogy „milyen finom ez az étel, érződik, hogy szívvel készült”.

### Jellegetes magyar ételek

A „Konyhamester vendégei” 2002 tavaszán megszavazták, hogy mely ételeket tartják a magyar konyha legjellemzőbb képviselőinek:

1. bográcsgulyás	9. disznótoros (hurka, kolbász, toroskáposzta)
2. töltött káposzta	10. paprikás krumpli
3. pörkölt (sertés-, marha-, csirke-, birka-)	11. babgulyás
4. halászlé	12. túrós csusza
5. paprikás (csirke-, borjú-)	13. székelykáposzta
6. Újházy-tyúkhúsleves	14. kocsonya
7. Jókai-bableves (csülökkel, kolbásszal, csipetkével)	15. pacalpörkölt
8. lecsó	

### **Egyéb jellegzetes főételek**

Rakott krumpli, rakott káposzta, töltött paprika, székelykáposzta, rizses hús, vadpörkölt, vadas szelet, rostélyos, fatányéros. Tájjellegű ételek: kolozsvári káposzta, lucskos káposzta, hagymás csülök, slambuc, puliszka, görhe, ganca, göcseji gombástekercs.

### **Levesek**

Húsleves, gulyásleves, korhelyleves, cibereleves, csorbalevesek, lebbencsleves stb. A halászlé különböző fajtájú halak, burgonya, zöld és vörös paprika gazdag keveréke.

### **Köret**

A húsételeket kísérő köret leggyakrabban burgonya (sült krumpli, krumplipüré, petrezselymes burgonya), rizs, rizi-bizi vagy tészta (tarhonya, nokedli).

### **Főzelékek**

A főzelék zöldségből készült főfogás, ami nem köret. Szinte bármiből készülhet, lehet például burgonya (krumpli), spenót, tök, zöldbab, bab, káposzta, kelkáposzta, lencse, sárgaborsó vagy ritkábban brokkoli, karfiol, kukorica stb.

### **Tésztaételek**

Tojásos nokedli fejes salátával, káposztás kocka, sajtos, krumplis tészta. Reszelt, illetve tört burgonyából készül a tájjellegű dödöle, illetve a szlovák eredetű sztrapacska. Jellegzetes édes tésztaételek a különféle metéltek (túrós csusza, mákos vagy diós metélt, grízes tészta, a palacsinta, a szilvás- és túrógombóc).

### **Lepények**

Lángos, krumpliprósza (lepcsánka, tócsni, cicege).

### **Sütemények, édességek**

Az édességek között jellegzetesek a torták (pl. Dobos-torta), a krémesek, a rétes (tésztarétegek különböző töltelékkel: almás, cseresznyés, mákos, túrós, tökök, káposztás, parasztrétes (tojásos), valamint az Őrségben ismert változat, a tökök-mákos rétes. Továbbá a pite, túrógombóc, mákos guba, somlói galuska, gesztenyepüré, szentjánoskenyeres ganca, görhe és az erdélyi kürtőskalács.



## **TESTEDZÉS**

**Gyakorlatok:** Teljesítménytúrán veszel részt.

### **Túrázás, portyázás**

A portyázás a legjellemzőbb és legkedveltebb cserkésztevékenység. Manapság nevezik trekkingnek és hikenak is, de az valójában nem ugyanaz, mint a portya. Mivel a portya kimondottan magyar szó és magyar szokás, főleg a kalandozás korszaka jut róla eszünkbe. Amikor portyázunk, nem csak céltalanul sétálunk, hanem a portyán mindig várnak feladatok is, melyeket az őrnek teljesítenie kell. Ezért célszerű, hogy mindig felkészülve induljatok portyázni. Legyen nálatok minden, amire egy cserkésznek szüksége lehet. Ha tüzet kell rakni, akkor nem kifogás, hogy nem mondta senki, hogy kell gyufát hozni. Ugyanis gyufának mindig lennie kell nálatok, ha portyára mentek. Ugyanez érvényes a késre, spárgára, ragtapasztra, ceruzára stb. (nézd meg az egyéni felszerelést a Fehér szalag próbában, a 105. oldalon).

Lehet, hogy a Portya útja előre be van jelölve egy térképen, de az is lehet, hogy útjeleket vagy útleírást kell követnetek. Mindenesetre nagyon fontos, hogy jól megfigyeljétek az utat. A legjobb, ha felváltva dolgoztok; az egyikőtök olvassa a térképet, és mondja az irányt, a másik pedig ellenőrzi, hogy jó irányba haladtok-e. A többiek ilyenkor foglalkozhatnak mással, pl. lehet őrsi indulót költeni, titkos levelet megfejteni stb.

Sohasem tudhatod előre, hogy milyen hosszú lesz a portya, ezért ne rohanjatok, de érdemes egy szaporább tempót tartani. Aki csak bandukol, azzal könnyen előfordulhat, hogy mire besötétedik, még nem ér célba, vagy már nincs ott az állomás, mikor megérkezik. Ezért igyekezzetek az állomásoknál enni és a szükségleteiteket elvégezni, és nem menet közben mindenki kedvéért külön-külön megállni, mert akkor nem tudtok haladni.

Az utóbbi időben elterjedt a mobiltelefon használata a portyákon. Az őrök értesítik egymást, hogy milyen állomások vannak, mi a feladat, hol lehet rövidíteni stb. Ezek a „jó szándékú” tanácsok a portya lényegét veszik el, mégpedig azt, hogy váratlan helyzetekben is fel kell tudnod találni magad. Nem is beszélve arról, hogy a versenyszellemet tönkreteszi, és ugyanakkor előnyben részesíti egyik vagy másik őröt. Ezért a mobiltelefonodat csak vészhelyzetben használd, egyébként kapcsold ki.



#### **A portyával ellentétben a túrázásnak a következő jellemzői vannak:**

- inkább idősebbek, vándorcserkészek számára van
  - lehet többhetes, akár külföldön is
  - nincsenek állomások, viszont a túra minden napra tartogat valami meglepetést
  - az útvonalat a résztvevők maguk állítják össze; szálláshelyek nincsenek előre lefoglalva, hanem délután 3-4 óra felé kezdik el keresni a táborhelyet arra az éjszakára
  - az egész felszerelést maguk viszik, az élelmiszert útközben vásárolják
  - túrázni persze lehet biciklivel vagy kenuval is
- Amit a cserkészetben éveken keresztül tanultál, azt itt mind használni tudod.

#### **Teljesítménytúra:**

Ez főleg gyakorlott és jó edzett cserkészeknek való, és ilyenkor nagyon fontos, hogy előtte is edzed magad, és hogy a felszerelésed is rendben legyen.

#### **TIPP:**

A kulcsodba mindig sima vizet tölts! Próbáld már kólával vagy málnaszörppel fogat mosni, sebet tisztítani vagy levest főzni? **A következő 100 tippet a túrázáshoz szerezd meg magad a táborokban és a portyákon!**

*Ügyesség: Részt vettél tájékoztatósi futáson vagy néptáncon.*

#### **Tájékoztatósi futás**

A tájékoztatósi futás ma már olimpiai sport. A lényege az, hogy térkép és iránytű segítségével meg kell találni minél több állomást az erdőben, persze időre és futva. Ez a sport a cserkészeknek is igen alkalmas. Több fajtája is van.

#### **Standard**

Az állomások egy pályán vannak kihelyezve. Minden állomást el kell érni, de az utat mindenki maga választja. Árkon-bokron átvágni persze szabad. A leggyorsabb nyer.

## Pontokra

Sok állomás van kirakva. Minél messzebb van egy állomás, annál több pontot ér. Egy megadott időn belül kell minél több pontot szerezní. Az nyer, aki a legtöbb pontot gyűjtötte. Egyforma pontszámnál a gyorsabb idő nyer. Azt, aki az időkeretet túllépi, pontlevonással büntetik.

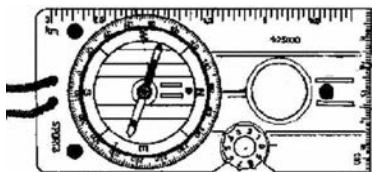
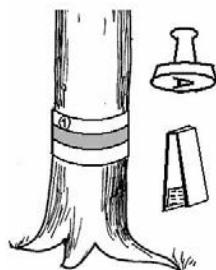
## Csillag

Az állomások csillagformában vannak elhelyezve, azaz mindig vissza kell menni a kiindulóponthoz, és onnan indulni a következőhöz.

## Az állomás és a szöges csipesz

Az állomásokat általában valamilyen színes szalaggal jelölik, és rajta van az állomás száma, hogy ellenőrizni tudd, jó helyen jársz-e. Rajta van a dátum is, hogy nehegy összetéveszd egy régi versenynel az állomásával. Az állomásokat egy kicsit eldugják, legalábbis úgy, hogy ne lehessen már messziről észrevenni.

A tájékozdási futásnál minden állomáson lóg egy csipesz sok kis szöggel. Ezzel kell kilyukasztani a menetlapot, ami igazolja, hogy valóban ott jártál. Szöges csipesz helyett használnak pecsétet vagy speciális lyukasztót is.



Tájékozdási futásnál a laptájolót általában csak arra használják, hogy a térképet betájolják. Hosszabb tájolásokra nincs idő.

## Néptánc

A magyar néptáncművészet nagyon gazdag. Tanuld meg az alaplépéseket, figurákat, és hogy melyik tájegységnek mi a jellegzetessége. Ezt általában a regös cserkészletben vagy egy táncsoportban tudod megtanulni. Manapság a világhálón is rengeteg anyag van. A néptáncot az 1920-as években kezdték el kutatni. Legrégibb táncaink:

4. Lán-, fűz- és körtáncok
5. 16-17. századi fegyvertáncok
6. A 18-19. századi verbunkos és csárdás az újabb korszakot képviselik

a. Leánykörtánc	Énekszóval járnak. Karikázó: zárt, szabályos körben járnak, énekszóra. Tempója lassú és friss csárdás.
b. Vegyes körtánc	Az erdélyi „magyar” és körcsárdás. Kifejezetten mulatsági táncok, sohasem énekelnek hozzá.
c. Fegyvertáncok	Hajdútánc: fegyver/kard, szekerce forgatásával táncolták egyedül vagy csoportban. Dudával, töröksípval és hegedűvel kísérték. Kanásztánc: átalakult maradványa a botoló és a kanásztánc. Ugrós: eszköz nélküli tánc, lakodalmi menettánc. Szóló, páros vagy csoportos tánc. Dús: rábaközi ugróstånc.

d. Legényes	Kalotaszeg és a Mezőség vidékének férfitánca. Járják szólóban vagy csoportosan. A lányok a tánc alatt csujogatnak.
e. Régi páros táncok	Ilyen tánc a lassú magyar, a kettős, a gyimesi csángók táncai.
f. Verbunk	Toborzótánc, a verbuválás korszakából való. Korábban kötetlen tánc volt, később táncvezető irányította. Csoportosan táncolják.
g. Csárdás	Nevét, nemzeti jellegét a reformkorban nyerte el. Leginkább kétlépéses, illetve lüktető hullámmzás, félrefordulás vagy átvétős motívum jellemzi.

*Kitartás: Tudsz 20 percet futni (vagy 1200 métert úszni, vagy 50 km-t kerékpározni).*

### **Testedzési teljesítmények táblázata**

	<b>Futás</b>	<b>Úszás</b>	<b>Kerékpározás</b>
<b>Honfoglaló (15-16 éves):</b>			
Piros koszorú próba	11 perc	800 m	20 km
Fehér koszorú próba	12 perc	900 m	25 km
Zöld koszorú próba	15 perc	1000 m	30 km
Koszorú próba	20 perc	1200 m	50 km



## NÉPDALGYŰJTEMÉNY ÉS TÁRGYMUTATÓ

### Gyors dalok

- 1 A bundának nincs gallérja
- 2 A főutcán, a főutcán
- 3 A horgosi csárda
- 4 A jó lovas katonának
- 5 A juhásznak jól megy dolga
- 6 A malomnak nincsen köve
- 7 A szántói híres utca
- 8 A Vargák ablaka
- 9 Alma a fa alatt
- 10 Által mennek
- 11 Balatoni legények
- 12 Béreslegény (p)
- 13 Csfnom Palkó
- 14 Erdő mellett nem jó lakni
- 15 Érik a szőlő (p)
- 16 Esik eső, de nem ázok
- 17 Este jó, szürkül bé
- 18 Este van már, nyolc óra
- 19 Fehéret virágzik
- 20 Fekete gőzösnek
- 21 Fekete lisztből
- 22 Félre bánat, félre bú
- 23 Föl, föl, vitézek
- 24 Gábor Áron
- 25 Ha felmegyek
- 26 Hármat tojott a fekete kánya
- 27 Hej, Jancsika, Jancsika (p)
- 28 Hej rozmaring, rozmaring (p)
- 29 Hej, sár elő
- 30 Hej, Vargáné
- 31 Hídló végén
- 32 Hull a szilva (p)
- 33 Huszárgyerek
- 34 Jól van dolga
- 35 Két út van
- 36 Kis kút, kerek kút
- 37 Kispircsi falu végén
- 38 Kecskemét is kiállítja
- 39 Kolozsváros olyan város
- 40 Kossuth Lajos azt üzente
- 41 Kossuth Lajos táborában
- 42 Már minálunk babám
- 43 Megismerni a kanászt
- 44 Még azt mondják nem merek
- 45 Most szép lenni
- 46 Ó mely sok hal terem (p)
- 47 Réten, réten
- 48 Sárga a csikó
- 49 Sárgát virágzik
- 50 Szárnya, szárnya
- 51 Százados úr, sej, haj
- 52 Százados úr, seije haj
- 53 Szélről lejeljettek
- 54 Tiszenhárom ezüst pityke
- 55 Télen-nyáron
- 56 Tisza partján
- 57 Tizenhárom fodor van a szoknyámon
- 58 Úgy tetszik, hogy jó helyen vagyunk itt
- 59 Vékony héja
- 60 Virágéknál ég a világ

### Átmeneti dalok

- 61 Arról alul
- 62 Az árgyélus kismadár
- 63 Erdő, erdő, erdő
- 64 Esik az eső ázik a heveder
- 65 Este van már, csillag van az égen
- 66 Gerencséri utca
- 67 Harangoznak a toronyban
- 68 Harangoznak Szebenben
- 69 Hej, tulipán, tulipán
- 70 Két szál pünkösdrózsa
- 71 Lányok ülnek a toronyban
- 72 Látod-e babám
- 73 Lement a nap
- 74 Megyen már a hajnalcsillag
- 75 Mennyasszony, vőlegény
- 76 Nem messze van
- 77 Őszel érik
- 78 Serkenj fel
- 79 Sudár magas
- 80 Szánt a babám
- 81 Szegény legény vagyok én (p)
- 82 Széles a Balaton vize
- 83 Török bársony

(p) – A pentaton (ötfokú) dalok a honfoglalás idejére visszavezethető legegyszerűbb, régi stílusú dalok.



**Lassú dalok**

- |    |  |     |                               |
|----|--|-----|-------------------------------|
| 84 | A csitári hegyek alatt                 | 92  | Hej, halászkok, halászkok (p) |
| 85 | Csillagok, csillagok                   | 93  | Kis kacsá fürdik              |
| 86 | Elindultam szép hazámból (p)           | 94  | Kis kece lányom               |
| 87 | Elmegyek, elmegyek, hosszú útra megyek | 95  | Látod babám                   |
| 88 | Erdő mellett estvéledtem               | 96  | Madárka, madárka              |
| 89 | Este van már, késő este                | 97  | Megrakják a tüzet (p)         |
| 90 | Felszántom a császár udvarát (p)       | 98  | Sej, a tari réten             |
| 91 | Gyere bé, gyere bé                     | 99  | Tavaszi szél                  |
|    |  | 100 | Zöld erdőben, zöld mezőben    |

**Csatakiáltások**

- |                                     |                                     |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Csont- Hús                          | Ki van itt, mi van itt, á-á-á       |
| Csont- Hús                          | Sárgacsőrű cserkészrendőr, rá-rá-rá |
| Csont- Hús, hús, hús.               | Csihipuhi, csihipuhi, dá-dá-dá      |
|                                     | Elmehetsz a sivatagba, pá-pá-pá     |
| Krumpli - Héja                      | Csucsuj – csuváj                    |
| Krumpli - Héja                      | Csucsuj – csuváj                    |
| Krumpli - Héja, héja, héja.         | Csucsuj – csuváj, csuváj, csuváj.   |
|                                     | (ez a lengyel cserkéseztől ered)    |
| Hát a nénéd él-e még,               | (Vastaps)                           |
| hát a foga ép-e még,                | Összeverem, ropogós tenyerem,       |
| Rád-e, rád-e, rád-e, rád-e,         | Összeverem, ropogós tenyerem,       |
| Rád-e, vicsorítja még?              | (Összeverem, ropogós tenyerem),     |
|                                     | Összeverem, összeverem, bum.        |
| Egy kanna, egy kanna,               | Brrrrrrrrrrrávó                     |
| egy kanna, kanna tej.               | Brá-ávó, Brá-ávó, Brávó, Brávissimó |
| Rizs, rizs, tejberizs,              | Brá-ávó, Brá-ávó, Brávissimó.       |
| csoki rá, csoki rá, rá, rá, rá      |                                     |
| Csokoládé, csokoládé, csok.         | Huj, huj, hará!                     |
| Mikoládé, mikoláde, mik.            | Huj, huj, hará!                     |
| Csokoládé – Mikoláde                | Huj, huj, hará! Rá                  |
| Mikoláde – Csokoláde                |                                     |
| Csokk – mik – csokk – mikk – CSOKK! |                                     |

Témakör	Tárgymutató	Oldalszám
Becslés	Alapmérétek	101, 286–287
	Háromszögelés	267
	Idő	182–183
	KIM (megfigyelő) játék	67–68
	Magasság	267, 287–288
	Mennyiségek, úrtartalmak	226
	Munkaidő, menetidő	335
	Önmérétek	19, 39, 152–153, 246–247
	Pénzbeosztás, pénzügyi elszámolás	133, 217, 318–319
	Távolságbecslés	208–209
Cserkészismeret	Alakiságok	28–30, 47
	Alap cserkészstudás – jelszó, tisztelgés, lilium	8–9
	Csapat	78
	Cserkész szokások – köszöntés, kézfogás	25
	Cserkészinduló	8
	Cserkészkorosztályok, rangok	79
	Cserkészszolgálat	166
	Cserkészttörténelem	
	Bodnár Gábor	215
	Dr. Némethy György	254
	Hontalan Sasok	232
	Lord Baden-Powell	80, 139–140
	Magyar cserkész története	274
	Magyar cserkészszövetségek fóruma	191
	Magyar leánycserkészlet	141
	Mattyasovszky Zsolnay Miklós	254
	Sík Sándor	190
	Teleki Pál	166
	Világdzsemborik	298–299
	Világszövetség(ek)	140–141, 297
	Cserkészttörvények	9
	Egyenruha, jelvények	25–28

Témakör	Tárgymutató	Oldalszám
Cserkészismeret	Fogalom	25
	Helyi cserkészlet, helyi magyarság története	274, 297
	KMCsSz – körzetek, kerületek, szövetség	113–114
	Őrs, őrsi sajtóságok, őrsi zászló	45–46, 115
	Próbarendszer	46–47
	Vándorcserkészlet	325
	Vezetőképzés	232–233
Csomózás	Alapok, alap csomók – hurok, egyszerű csomó, egyszerű kettős, halászcsozó	16–17
	Csomótábla	330
	Díszcsomók, nyakkendőgyűrű fonás	224
	Fáramászás hurokkal	178
	Háromszálas fonás	63
	Hurkok	97
	Keresztkötés	148–149
	Kötélfajták	265
	Kötélhíd	243–244
	Kötélkarbantartás	129, 149
	Kötéllétra	128
	Kötélvég-eldolgozás	265
	Kötések – párhuzamoskötés	206
	Különleges csomók – Pruszik, ívelt kettős, tolvajcsomó, kötélrövidítő, nyolcas hurok, sárkányhurok	314
	Mentőcsomók	177
	Prusikkal való mászás	331
Táborozási csomók – sátorfeszítő, szorító nyolcas	36–37	
Elsősegély	Ájulások	240
	Állatharapások	222
	Apró sérülések - szálka, orrvérzés, vízhólyag	57

## Tárgymutató

---

<b>Témakör</b>	<b>Tárgymutató</b>	<b>Oldalszám</b>
Elsősegély	Baleset megelőzése	172-173
	Balesetjelentés	56
	Csípések, kullancs	123-124
	Égés, napszúrás	90
	Egészséges étkezés	261
	Egyéni higiénia – mosakodás, mosogatás, mosás	90-91, 261
	Elsősegély alapok – CSIMIHI-MESE	55-56
	Elsősegély tanfolyam	328
	Elsősegélydoboz (mentődoboz)	222
	Elsősegélynyújtás, ABC szabály	238-239
	Ficamodás, rándulás	199
	Fontos adatok	14
	Fürdési szabályok	57-58
	Gyomorrontás, mérgezés	124
	Háromszögű kendő használata	89-90
	Hordágykészítés, beteg-, sérültszállítás	146, 199-200
	Ivóvízkészítés	261
	Kígyóharapás	307
	Kis sebek kezelése	34
	Mentés – vízből, tűzből, jégből, áram alól	281-282
	Mesterséges légzés	307-308
	Népi gyógyászat	280-281
	SOKK	241
	Stabil oldalfekvés	241
	Törések, sínbe rakás	239-240
	Vérzés fajták, nyomáspontok	220-221
Jeladás	Karjelek	18
	Morze	331-333
	Rovásírás	63-65, 98, 129
	Sípjelek	17-18
	Titkosírások	179
	Útjelek	37-38, 150-151
	Vészjelek	207

<b>Témakör</b>	<b>Tárgymutató</b>	<b>Oldalszám</b>
Jellemnevelés	Barátság, osztálytársak	234–235
	BiPi mint példa	326
	Család	193
	Cserkészies viselkedés, életmód	166–167, 256–257, 275–276, 299–300
	Cserkészjövőd	326
	Cserkésztvörvények magyarázata	30–32, 49–50, 81–83, 116–118, 141–143
	Dohányzás, alkohol	166–168
	Előadás, érvelés, kritika	276
	Jellemvonások	83
	Kábítószer	217
	Kommunikáció	276
	Köszöntés, bemutatkozás	50, 116, 118–119
	Kötelességtudat	31, 276, 300
	Napi jótett	10
	Pénz	217
	Segítőkézség	49, 217
	Szerelem	234
	Táborozási szabályok	143–144
	Takarékosság	141–142, 217
	Titkos barát, barátnő	32
	TV, mobiltelefon, szerencsejáték	192–193
	Viselkedés, illemszabályok	118–119
	Vita	326–327
Magyarságismeret	Cikkírás	302
	Családi ünnepek	120–121
	Földrajz	
	Folyók	33
	Hegyek	33
	Városok	12–13
	Szomszédos országok	33–34
	Őshaza	54–55
Kárpátmedence – hegyek, vizek	88–89	

## Tárgymutató

---

<b>Témakör</b>	<b>Tárgymutató</b>	<b>Oldalszám</b>
Magyarságismeret	Trianoni békediktátum	303-305
	Helyi magyarság története	274
	Himnusz	51
	Híres magyarok	
	Feltalálók	169-170, 236
	Írók, költők	277-279
	Művészek	257-259
	Sportolók	169, 218-219
	Utazók	194-195
	Zeneszerzők	301-302
	Kiszámoló versek	84
	Magyar Szent Korona	33
	Magyar várak története	218
	Magyar zászló, lobogó és címer	10-11
	Mondák	
	Honfoglalási mondák	84-86
	Hun-magyar mondakör	51-54
	Magyar szentekről mondák	216
	Mátyás király mondák	195-198
	Nemzeti ünnepek	119-120
	Népdalismeret	
	Honfoglaló próba	257, 277, 301, 327
	Portyázó próba	168, 194, 218, 235
	Táborverő próba	144
	Újonc próba	32
	Nyelvtani játékok	259
	Tájegységek	
	Alföld	171-172
	Délvidék (Vajdaság)	145-146
	Dunántúl	121-123
	Erdély	237-238
	Felvidék	259-260
Kárpátalja	198	
Kisalföld	280	

Témakör	Tárgymutató	Oldalszám	
Magyarságismeret	Őrség	219-220	
	Történelem		
	1848-as szabadságharc	279-280	
	1956-os szabadságharc	327-328	
	Anjou dinasztia – Károly Róbert, Nagy Lajos	170-171	
	Árpád és a honfoglalás	86-88	
	Attila	51-54	
	Első világháború	302-303	
	Erdély aranykora – Bethlen, Bocskai, Báthory	236-237	
	Géza fejedelem, Szent István	121	
	Hunyadiak kora	195	
	II. Rákóczi Ferenc	259	
	Második világháború	305-306	
	Mohácsi vész	219	
	Tatárjárás, IV. Béla	145	
	Versmondás	279	
	Történelmi zászlók	144-145	
	Táborozás, szerszámok	Bivak (alvóhely) építés	291
		Gázlámpa, petróleum lámpa	209-210
		Gáztűzhelyek	247-248
Használati tárgy		319	
Hátizsák, csomagolás, felszerelés		104-105	
Illesztés, csapolás, faszög		269-270	
Népi dísz tárgyak - kézimunkák, faragás		336-339	
Ponyva használata		156-157	
Sátor felverés, bontás, sátorrend		101-102, 227-228	
Sátorfajták		102-103	
Szerszám kezelés – ásó, csákány		153-155	
Szerszám kezelés – balta, fűrész		68-70, 184	
Táborhelykeresés		336	
Tábori építmények – kisebb		157, 183	

## Tárgymutató

---

<b>Témakör</b>	<b>Tárgymutató</b>	<b>Oldalszám</b>
Táborozás, szerszámok	Tábori építmények – nagyobb	288–291
	Tábori higiénia – latrina, pöcegödör, egyéni	155–156, 267–269
	Varrás – gomb, csajkaszák	40, 134
	Zsebkés, használata, élesítése	19–20, 40, 133
Tájékozódás	Eltévedés, lemaradás őrödőtől	38–39
	Északi irány iránytű nélkül	130–131, 266
	Északot, térképet betájolni	99, 100–101, 152
	GPS, geocaching	284–286
	Hol vagy a térképen?	100
	Iránytű (tájéoló) használata	131–132, 152
	Magassági szintvonalak	181
	Menetidő számítás	334–335
	Menetszabályok	67
	Oldal-, hátrametszés	225
	Szélrózsa, világtájak, mondóka	18–19
	Terepfelmérés térképpel	315–316
	Térkép méretaránya, léptéke	100, 246
	Térképajták	98–99
	Térképjelek	66, 180, 316
	Térképolvasás	182
	Térképvázat, látraajz	316–317
	Útiránytartás, átvitele térképre	207–208
Útvonal tervezés	245	
Várostérkép használata	151	
Természetismeret	Állatfényképezés	223
	Állatmegfigyelés	147–148
	Állatnyomok	61–62
	Csillagképek	261–264
	Ehető növények	200–202
	Erdei állatok	58–60
Fák ismerete	91–96	



<b>Témakör</b>	<b>Tárgymutató</b>	<b>Oldalszám</b>
Természetismeret	Felhők és jelentésük	173–175
	Gyógynövények	282–284
	Halak	329–330
	Háziállatok	15–16
	Helyi növények, gyümölcsök	34–35
	Időjárás – helyi	175
	Madarak	125–127
	Mérgező növények	200, 202–205
	Népi időjósítás	175–176
	Nyomöntés és nyomolvasás	147
	Rovarok, pókfélék, hüllők, kételtűek	309–313
	Természetvédelem	
	Szemégyűjtés	36
	Természetvédelmi területek	242
	Természetvédelmi akció	313–314
	Védett állatok – Magyarországon	223
	Védett növények – Magyarországon	241–242
	Virágok	205
	Viselkedés az erdőben, szabadban	14–15
	Testedzés	Gyakorlatok
Cserkészjátékok		162
Cserkészmenet		163
Egyéni		20–21
Erősítés		186
Hajlékonyság		212
Kötéljátékok		162–163
Labdajátékok		107
Lazítás		229
Méta		212
Népi csoportjátékok		161–162, 249–250
Népi körjátékok		107–108, 135
Páros		41–42
Vasgyúró játékok	73	

<b>Témakör</b>	<b>Tárgymutató</b>	<b>Oldalszám</b>	
Testedzés	Íjászat – ügyesség	108–110, 292–293	
	Kitartás – futás, úszás, kerékpározás	21, 42, 75, 249, 294	
	Népi gyakorlatok – néptánc, ostorozás	320–322, 344–345	
	Portyázás, túrázás	342–343	
	Számháboru (cserkészjáték)	72	
	Tájékozódási futás	343–344	
	Teljesítmény táblázat		
	Honfoglaló próba	271, 294, 322, 345	
	Portyázó próba	187, 212, 229, 251	
	Táborverő próba	75, 110, 136, 163	
	Újonc próba	22, 42	
	Torna, bemelegítő	271	
	Ügyesség		
	Csoportjátékok	249–250	
	Egyensúly	136	
	Lopózkodás	74	
	Mászás	21, 41, 135	
	Tűzrakás, főzés és sütés	Főzés	
		Alapélelmiszer-fejadagok	319–320
		Alapismeretek	292
Magyar konyha története, jellegzetes ételek		340–342	
Mérőeszközök		320	
Sütés, főzés tűzön		185, 211, 248–249	
Teafőzés, vízforralás		134	
Különleges gyújtásmódok		270	
Szalonnasütés		20	
Tábori konyha – telepítése, higiénia		340	
Tüzelésre alkalmas fák		106–107	
Tűzfajták, tűzalakok		158–160, 270	
Tűzgyújtás, fáklya gyújtás, kezelése		40–41, 71	
Tűzrakás		71, 270	
Tűzszabályok	70		
Tűzvédelem	228		

<b>Témakör</b>	<b>Tárgymutató</b>	<b>Oldalszám</b>
Vallás	A 10 parancsolat szövege, a szeretet parancsolata	254–255
	A Biblia (Szentírás) részei	275
	Egyházi énekek	80–81
	Etikai (erkölcsi) alapelvek	299
	Imádkozás	
	Miatyánk	30
	Mindennapi imák	9–10
	Szabad imádkozás	141
	Zászlótéren imádkozás	325
	Jézus élete	115
	Kötelességünk Istennel	233–234
	Lelkigyakorlatok	275
	Magyar szentek	215
	Templom - berendezése, külső jelei	80
	Ünnepek, egyházi ünnepek	48, 191–192
	Vallási ismeretek	116, 166
	Vallásos beszélgetés	255–256

Köszönet a következő személyeknek és mindazoknak,  
akik munkájukkal támogatták a könyv megvalósítását:

Benkő Teri  
Csajka Tamás  
Csernay Roberta (Robi)  
Dolesch Mária  
Fero-Kovássy András  
dr. Filó Gábor  
Gémes Pál  
dr. Glaser János  
Gyurcsán Feri  
Hegedűs István  
Honfi Mária Júlia  
Kovássy István  
Kovássy-Kádár Marianne  
Lendvai-Lintner Imre  
Lovrics János  
Ludányi Nadas Panni  
Lukács Tibor  
dr. Makovi Susi

Nadas Tas  
Nadas Zsolt  
Ormay Miklós (Huba)  
Pallós Enikő  
Pállos Pista  
Piller Gedeon Lóránt Géza  
Pintér János  
Sánta Imre  
Slattery Kriszta  
Szakony Bandi  
Szemerédi Tibor (Puma)  
Tamoga Éva  
Tarcsey Csaba  
Dr. Tempfli Imre  
Thurner Klára  
Tóthné Kollár Katalin  
Tulit Attila  
Varga Réka

## **BiPi utolsó üzenete**

Kedves cserkészek!

Ha valaha láttátok már a Peter Pan című filmet, emlékeztek, hogyan mondta el a főkalóz búcsúbeszédét minden alkalommal, attól tartva, hogy amikor eljön a halál órája, nem lesz már ideje a búcsúra. Így áll a helyzet velem is, és - bár nem haldoklom - most én búcsúüzenetemet akarom elküldeni nektek.



Emlékezzetek arra, hogy ez az utolsó üzenet, amelyet tőlem valaha kaptok, véssétek hát jól emlékezetetekbe. Nagyon boldog életem volt és azt akarom, hogy a tiétek is az legyen. Hiszem, hogy Isten azért teremtett bennünket ebbe a szép világba, hogy boldogok legyünk és élvezzük az életet. Csakhogy a boldogság nem a gazdagságból ered, nem a sikeres karrierből és nem saját vágyaink kielégítéséből. A boldogsághoz vezető út ott kezdődik, hogy fiú korotokban egészségessé és kitartóvá fejlesszitek magatokat, hogy felnőttként hasznosak lehessetek és élvezni tudjátok az életet.

A természetismeret megmutatja számotokra, hogy mennyi teljes szépségű és különleges dologgal látta el Isten boldogításunkra a földet. Legyetek elégedettek azzal, amit kaptatok és használjátok föl a lehető legjobban. Nézzétek a dolgok derűs oldalát, ne a borúsát.

Ám az igazi boldogságot csak a másoknak nyújtott boldogság által érhetitek el. Igyekeztek ezt a világot egy kicsit jobb állapotban magatok mögött hagyni, mint ahogy találtátok: úgy amikor eljön halálotok órája, boldogan halhattok meg abban a tudatban, hogy nem vesztegettétek el az időtöket, megtettétek, ami tőletek telt.

Legyetek készen a boldog életre és a boldog halálra. Ragaszkodjatok mindig a fogadalmatokhoz akkor is, ha már nem vagytok gyerekek. Isten segítsen ebben benneteket.

**Barátotok: Robert Baden-Powell**

**Jó irányba evez csónakoddal!**



1. A cserkész egyenes lelkű és feltétlenül igazat mond.
2. A cserkész híven teljesíti kötelességeit, amelyekkel Istennek, hazájának, embertársainak és a magyarságnak tartozik.
3. A cserkész, ahol tud, segít.
4. A cserkész minden cserkésztestvérének tekint.
5. A cserkész másokkal szemben gyöngéd, magával szemben szigorú.
6. A cserkész szereti a természetet, jó az állatokhoz és kíméli a növényeket.
7. A cserkész feljebbvalóinak jó lélekkel és készségesen engedelmeskedik.
8. A cserkész vidám és megdölgd.
9. A cserkész takarékos.
10. A cserkész testben és lélekben tiszta.

