



ZÁPISNÍK

vedoucího oddílu

č.

SŮVÁCI



Litoměřice

CHŘIBSKÁ, „U JASANU“

20.7. – 2.8.2019

Určeno pro vnitřní potřebu oddílových vedoucích
LDT SŮVÁCI LITOMĚŘICE
20.7. – 2.8.2019, RS U JASANU, CHŘIBSKÁ, KRÁSNÉ POLE 22
Zpracoval: Μαρτιν

Vedoucí oddílu:

TÁBOROVÝ ŘÁD

PRO ODDÍLOVÉ VEDOUcí

- 1) Zákaz opouštění areálu tábora bez povolení HV.
- 2) Večerka pro dospělé je stanovena na 02:00 hod.
- 3) Zákaz kouření a používání alkoholických nápojů a nevhodné mluvy před dětmi.
- 4) Dodržovat stanovený i nestanovený režim – jinak platí sankční doložka „demokraticky“ stanovená HV.
- 5) Aktivně se zúčastňovat etapové hry pro starší a pokročilé.
- 6) Aktivně se podílet na chodu tábora (mj. zpívat a rukodělně pracovat – i Gejza).
- 7) I Love 7 (*).
- 8) Respektujte fair play – i Gejza musí vyhrát.
- 9) Nelžete HV. Leckteré porušení táborových pravidel se dá prominout, rozhodně však nic nebude prominuto lhářům.
- 10) HV řekněte i co nevíte. Budete odměněni vkusným dárkem (**). Pamatujte:
 - a) žalovat se nemá, ale hlásit se to musí
 - b) bonzáci mají vždy přednost.
- 11) Mějte rádi svého HV – myslí přeci jenom na Vás.

(*) Nevhodné sexuální kontakty nejsou povoleny. V případě nejasností o vhodnosti či nevhodnosti takovýchto kontaktů rozhoduje HV na základě provedené rekonstrukce činu.

(**) Tento bod se netýká Sojky – ta napráší všechno ... a zadarmo.

KOMENSKÉHO MRAVOUČNÉ DESÁTERO

Stíhej ctnosti, vyhýbej se nepravostem!

I.

Nevypravuj všeho, co víš; nevěř všemu, čeho se doslýcháš; nežádej všeho, co vidíš; nečiň všeho co můžeš, než toliko, co jsi povinen: a budeš opatrný.

II.

Bud' skromný, ne nestydatý, mlčenlivý, nikoli mluvný! Když kdo mluví, mlč; když tobě co praví, poslouchej; když tobě co poroučí, bud' mu po vůli!

III.

Ke všem bud' vlídný, k nikomu úlisný, vystříhej se pochlebovati!

IV.

Bud' dále nadto spravedliv! Nežádej ničeho cizího, nic sobě neosobuj!

V.

Máš být také udatný, ku pracem čilý, zanechej prázdňě lenochům!

VI.

*Štěstěna bývá nestálá, přináší rozdílné případy, často smutné.
A ty snáš trpělivý člověk, choulostivý vzdychá, pláče a kvílí.*

VII.

*Bud' i dobrotivý a milosrdný!
Kdo tebe oč žádá, dej mu, máš-li; bídnému pomáhej, můžeš-li.*

VIII.

*Urazil-li tě kdo, promiň mu vinu! Ublížil-lis ty komu, ukroj a ukrot' jej!
Krásno jest tlumiti zlost, odpouštěti vinníku a promíjeti odprošujícímu.*

IX.

*Nezáviděj nikomu, přej všem, vděk se čiň, komukoli můžeš,
a zalíbíš se všem dobrým lidem.*

X.

Mluv vždy pravdu, nechť tě lháti!

POZNÁMKY

POVINNOSTI VEDOUcíHO ODDíLU

Oddílový vedoucí je povinen:

- 1) Dbát pokynů a příkazů vedoucího tábora, jeho zástupce.
- 2) Spolupracovat se zdravotnicemi a dbát jejich rad.
- 3) Svým osobním příkladem být i pro děti vzorem a aktivně se zúčastňovat oddílového a táborového programu.
- 4) Nenechat děti bez dozoru. Nemá právo bez povolení vedoucího tábora svěřit děti jinému vedoucímu nebo praktikantovi.
- 5) Mít stále na paměti věkové a individuální zvláštnosti dětí.
- 6) Seznamovat se se vztahy v oddíle, pozorovat je a využívat jich pro svou práci.
- 7) Dodržovat bezpečnostní předpisy při práci s dětmi.
- 8) Dbát na bezpečnost dětí při koupání dle zásad bezpečnosti.
- 9) Při sestavování denního programu mít na mysli gradaci činností a hledat správný poměr mezi činnostmi organizovanou a volnou aktivitou dětí.
- 10) Udržovat v oddíle kázeň a pořádek.
- 11) Udržovat pořádek v prostoru tábora.
Chatka či pokoj vedoucích je pro ostatní vzorem !!!

POZNÁMKY

- 12) Dbát na čistotu dětí, jejich osobní hygienu, převlékání dětí a vhodné oblečení podle programu a počasí.
- 13) Stolovat při jídle s dětmi u svého oddílu, dbát na kulturu stolování a dohlížet, aby děti měly dostatek jídla, ale neplývaly s ním.
- 14) Dbát aby děti psaly alespoň 1x týdně domů a dodržovat zásadu neotevírání pošty dětí.
- 15) Vést evidenci o přijatém a vydaném kapesném (je-li uschováno u oddílového vedoucího).
- 16) Aktivně a pravidelně se zúčastňovat rozcvičky s oddílem.
- 17) Nevzdalovat se z tábora bez vědomí a povolení vedoucího tábora.
- 18) Zpracovávat denně oddílové plány činnosti.
- 19) Dodržovat zákaz vstupu do kuchyně a skladů.
- 20) Dodržovat dle příkazu vedoucího tábora ostrahu tábora.
- 21) Pokud je oddíl ve službě, dodržovat povinnosti ved. dne.
- 22) Dodržovat zákaz kouření a konzumace alkoholu.
- 23) Nevydat děti rodičům bez vědomí hlavního vedoucího.
- 24) Řádně pečovat o zapůjčený inventář, popř. ho včas vracet.
- 25) Být vzorem ve svém chování praktikantovi, pokud mu byl k oddílu přidělen, starat se o něj a vychovávat z něho budoucího dobrého oddílového vedoucího.
- 26) Nezapomenout, že praktikant je další dítě v oddíle.

POZNÁMKY

PRAKTIKANTI

- 1) Zaměstnání praktikanta určuje vedoucí tábora, kterému je přímo podřízen.
- 2) U oddílu, kde je přidělen, pracuje podle pokynů příslušného oddílového vedoucího.
- 3) Večerka pro praktikanty je ve 24:00 hod.. Výjimku povoluje vedoucí tábora.

POVINNOSTI VEDOUcíHO DNE

- 1) Budí 15 minut před budíčkem ostatní oddílové vedoucí a praktikanty.
- 2) Vyhláší budíček (nebo to nechá na Gejzovi).
- 3) Organizuje, kontroluje a provádí s dětmi z řad svého oddílu úklid tábora.
- 4) Zodpovídá za pořádek a úklid společných táborových prostor.
- 5) Přináší, odnáší a třídí táborovou poštu.
- 6) Během dne plní s oddílem připravený program.
- 7) Ručí za dodržování nočního klidu.
- 8) Služba oddílu končí ve 21:30 hod., oddílovému vedoucímu pak v 24:00 hod. a předává ji noční službě.

TÁBOROVÝ ŘÁD

Vedoucí s ním seznámí členy oddílu 1. den na táboře

- 1) Budu dodržovat denní program a zúčastním se všech programů oddílu nebo tábora (pokud mi to dovoluje můj zdravotní stav).
- 2) Bez vědomí vedoucího oddílu se z oddílu nevzdám.
- 3) Budu dodržovat pokyny, které určují mé povinnosti v táboře.
- 4) Se všemi účastníky tábora budu vycházet přátelsky, ochotně a rád jim pomohu, budou-li mou pomoc potřebovat. Vyhnu se všem sporům a hádkám.
- 5) Vedoucí jsou moji starší kamarádi, kteří v táboře zastupují rodiče a odpovídají za mou bezpečnost. Proto je poslouchám.
- 6) Dodržuji pokyny, které mi dají a obrátím se na ně s plnou důvěrou, budu-li potřebovat radu nebo pomoc.
- 7) Rodičům budu psát nejméně jednou týdně.
- 8) Bez vyzvání nevstoupím do cizí chatky či pokoje a do chatky, pokoje nebo místnosti vyhrazené vedoucím.
- 9) Sportovní nářadí a další potřeby si vypůjčuji prostřednictvím vedoucího svého oddílu. S vypůjčenými věcmi zacházím tak, abych je nepoškodil.
- 10) Cítím-li se nemocen, nebo se zraním, oznámím to ihned vedoucímu svého oddílu, nebo táborové zdravotnici. Odchod na ošetřovnu nahlásím svému oddílovému vedoucímu.
- 11) Koupat se budu chodit pouze se svým oddílem. Bez výslovného svolení vedoucího oddílu nevstoupím do vody. Při koupání dodržuji všechny pokyny vedoucího oddílu.
- 12) Do kuchyně a hospodářské části tábora nemám vůbec přístup.
- 13) Se všemi odpadky nakládám tak, jak jsem byl poučen.
- 14) Dbám, aby v chatce či pokoji, ve které bydlím, byla vždy vzorná čistota. Své věci mám uloženy v naprostém pořádku. Čistotu udržuji i v ostat. prost. tábora a všude kde pobývám.
- 15) Vždy, to znamená i v noci, budu používat k potřebě jen WC.
- 16) Nikdy nenosím zápalky a oheň rozdělávám pouze se svolením svého vedoucího oddílu na místě k tomu určeném.

POZNÁMKY

POZNÁMKY

- 17) Peníze, které jsem dostal z domova jako kapesné, si mohu uložit u vedoucího svého oddílu, stejně tak jako i jiné cennosti (hodinky, fotoaparát, tablet, mp3, mobil atd.).
- 18) V přírodě se chovám tak, abych ji neničil a neznečišťoval a nedovolím to ani jiným.
- 19) Celý tábor je nás všech a proto jej budu šetřit, aby sloužil nejen nám, ale i těm, kteří přijdou po nás.

PŘEDPISY PRO KOUPÁNÍ

- 1) Táborníci se mohou koupat jen za teplého počasí, má-li voda teplotu nejméně 20°C. O vhodnosti koupání rozhoduje vedoucí tábora a táborová zdravotnice.
- 2) Doba pobytu ve vodě nesmí být delší než 1/2 hodiny. Po přestávce na břehu se může opakovat.
- 3) Děti starší 9 let a otužilejší se mohou koupat i ve vodě 18 °C, doba jednoho pobytu ve vodě se však zkracuje na 10 min.
- 4) Po koupání se musí každý osušit a převléci do suchého.
- 5) Koupání vede oddílový vedoucí osobně. Do vody jdou děti jen na jeho přímý pokyn. Do vody smí max. 8 dětí. Ostatní zatím čekají na břehu a odd. vedoucí musí mít o nich přehled.
- 6) Děti se nesmí koupat nejméně 2 hodiny po hlavním jídle nebo po intenzivní fyzické námaze.
- 7) Při jízdě na lodkách musí mít děti navlečenou a zapnutou záchrannou vestu. To platí i pro praktikanty.

DOBŘÉ RADY

- a) zjistěte si schopnost dětí plavat,
- b) rozdělte děti na neplavce a plavce,
- c) překontrolujte zdravotní stav dětí,
- d) zabezpečte činnost dětí, které se nekoupají,
- e) má-li dítě "husí kůže", namodralé rty a drkotání zubů popř. svalový třes - musí opustit vodu.

REŽIM DNE

- Budíček (7:30 hod)
- rozcvička
- mytí, osobní hygiena
- úklid chatek a prostor okolo nich
- snídaně (8:00 – starší, 8:30 mladší)
- dopolední zaměstnání
- oběd (12:00 – mladší, 12:30 starší)
- polední klid (do 14:00 hod.)
- odpolední zaměstnání
- večeře (18:00 – mladší, 18:30 starší)
- večerní zaměstnání
- mytí, osobní hygiena
- večerka (21:00 – mladší, 21:30 starší)

POZNÁMKY

ZÁSADY PRVNÍ POMOCI

Bezprostřední ohrožení života

Dušení, tonutí, překážky v dýchacích cestách, úraz mozku a hrudníku:

Postiženého položíme na záda, pátráme v ústní dutině po cizích předmětech, které odstraníme. Nevidíme-li zřetelné dýchací pohyby hrudníku, zahájíme ihned umělé dýchání. Hmatem na tepny, zápěstí, srdeční krajinu pátráme po tepu. Nenajdeme-li jej, pokusíme se ihned o obnovení srdeční činnosti a to současně s umělým dýcháním.

Úraz elektrickým proudem

Může dojít k zástavě dechu i tepu nebo jsou tyto funkce minimální. Je nutné provádět umělé dýchání a srdeční masáž i řadu hodin. Podobně je nutno zachraňovat člověka po úrazu hlavy a mozku, hrudníku, dopravním úrazu, bez obav, že bychom ublížili.

POZNÁMKY

Krvácení

1) Krvácení z tepen

Z rány rytmicky s tepem vystřikuje jasně červená krev.

První pomoc: přímým stlačením krvácející tepny prsty v ráně, stlačením přírodní tepny ke kosti v tlakovém bodě vždy mezi ranou a srdcem.

2) Krvácení z žíly

Z poraněné rány vytéká plynule tmavší krev.

První pomoc: zdvihneme končetinu, uvolníme těsnící oděv, přiložíme sterilní materiál, přiložíme tlakový obvaz, při větší ráně znehybníme končetinu.

3) Krvácení z vlásečnic

Z poraněného místa vystupují drobné krůpěje krve, které pomalu splývají a pak přetékají přes okraj rány.

První pomoc: sterilní krycí obvaz.

Zaškrcovadla - pružná gumová hadice, pruh látky atd. **NIKDY** drát nebo motouz. **NIKDY** nepřikládáme přímo na kůži. Dáváme přes oděv nebo kůži chráníme měkkou podložkou.

Šok

Průběh šoku podporuje a urychluje bolest, strach, vyčerpání, chlad, horko atd.

Příznaky: neklid, zimnice, bledost, lepkavý pot, zrychlený tep.

Protišoková opatření: zajistit dostatečné dýchání, klid a uklidnit postiženého. Uložit ho do šikmé polohy - zvednout dolní končetiny, zabránit prochladnutí nebo přehřátí, tišit žízeň otíráním rtů a obličeje vlhkým šátkem, s postiženým co nejméně pohybovat, zajistit transport.

Spáleniny a opaření

Okamžitě ponořit popálená místa do studené vody. Spáleninu lehce pokrýt sterilním obvazem, prostěradlem, plenou atd.

NIKDY nepoužívat masti, oleje, zásypy. Další ošetření nechat na lékaři.

Náhlé bolesti břicha

Příčin je mnoho. Uložit na zádech nebo na boku. Pokrčit dolní končetiny, studený obklad na celé břicho. **ŽÁDNÉ** léky, jídlo nebo nápoje. Zajistit lékařskou pomoc, i když se stav zlepšil

Poranění kostí a kloubů

Přikládat dlahu (u horní končetiny na celé předloktí a pak jeho vodorovný závěs na šátku, dolní končetiny dvě dlahy, zevnitř a vně, aby byly znehybněny klouby).

Rány

I sebemenší ranka může být zdrojem infekce. Proto každou kryjeme sterilním obvazem, v nouzi čistým šátkem nebo kapesníkem.

ŽÁDNOU dezinfekci, zásyp atd. Další ošetření ponechat na zdravotníkovi tábora.

Uštknutí zmijí

Končetinu nad a pod ránou stáhneme, ale ne tak aby do ní nemohla téci tepenná krev. Okamžitý transport k lékaři.

Bodnutí hmyzem

Místo vpichu prohlédnout, aby v něm nezůstalo žihadlo a přiložit studený obklad. Dopravit co nejrychleji ke zdravotníkovi tábora nebo k lékaři.

Úpal, úžeh

Příznaky: celková nevolnost, bolesti hlavy, výrazné zrudnutí pokožky, poruchy dýchání, a srdeční činnosti, zvracení, průjmy, vysoké teploty s třesavkou, křeče.

První pomoc: uložit do stínu, studené obklady na hlavu, zátylek, tepny, srdeční krajinu, podávat studené slané nápoje s ledem, studenou černou kávu a vyhledat lékařskou pomoc.

