

SPEJDER

Træning 1.-5. grad



BIBELN



KIRKE og MISSION



SAMFUND



SUNDHED



KLAR DIG SELV



IAGTTAGELSE



NATUREN



ORIENTERING



PIONERING



LEJRLIV

Spejderløftet

Ved Guds nåde lover jeg

- at jeg vil være ren, venlig og sand,
- at jeg vil holde spejderloven,
- at jeg vil være Guds tjener og menneskers ven.

Spejderloven kræver af mig:

- at jeg følger morgenvagten
- gør det bedste jeg kan
- drager omsorg for mit legeme
- ser alle mennesker lige i øjnene
- er høflig og lydige
- opfører mig godt i Guds hus
- er glad og tilfreds
- går Guds ærinder.

Mål:

Adventbudskabet til hele verden i denne slægt.

Motto:

Kristi kærlighed tvinger os.

Denne bog tilhører:

Navn:

Adresse:

Telefon:

Patrulje og trop

Hej spejder!

Dette hæfte er for alle spejdere. Det indeholder en mængde opgaver, som du sikkert vil synes er meget spændende, og som du kan lære meget af.

Hvert år kan du tage 1 GRAD. Og 1 GRAD består af 10 aktivitetsgrupper, som du kan se på omslaget.

For at gennemføre 1 GRAD skal du klare 3 opgaver fra hver aktivitetsgruppe - det bliver ialt 30 opgaver.

Den første af de 5 opgaver i hver aktivitetsgruppe er altid obligatorisk, mens du kan vælge de to øvrige blandt opgave 2 til 5.

Når du har klaret en opgave, skriver din patruljefører datoen og sit navn ud for opgaven - så kan du altid se, hvor mange opgaver, du mangler for at blive færdig med 1 GRAD.

Pas godt på hæftet og tag det med til patruljemødet hver gang.

GOD FORNØJELSE!

1. GRAD

BIBELEN

1. a) Lær og forklar:
De 10 bud (2 Mos. 20,3-17),
Den 23. salme og
Herrens løfte (Joh. 14,1-3). _____
- b) Følg Spejderens Studieprogram nr. 1. _____
2. Læs et evangelium og prøv at finde ud af,
hvordan det adskiller sig fra de andre. _____
3. Lav Palæstina på Jesu tid i papmaché. _____
4. Find den ældste bibel i troppen og medbring
den til patruljemødet, samt find ud af,
hvornår Bibelen først blev oversat til dansk. _____
5. _____

KIRKE OG MISSION

1. a) Lav en plakat, som indbyder til en
spejdergudstjeneste (ungdomsmøde). _____
- b) Lær missionsbefalingen udenad og forklar,
hvad den betyder. _____
2. Læs om en af Adventistsamfundets pionerer
og fortæl ganske kort, hvad du har læst. _____
3. Skaf penge til missionen ved salg af
litteratur eller andet. _____
4. Slå græs eller lignende for en syg eller
gammel i dit nabolag. _____
5. _____

1. GRAD

SAMFUND

1. Kend spejdernes løfte, lov og motto og giv eksempler på, hvordan hvert enkelt punkt kan opfyldes. _____
2. Besøg et historisk mindesmærke i din by eller på din egn og vid, hvad det står for. _____
3. Besøg en voksen, du kender, på dennes arbejdsplads. _____
4. Kend 10 flag udenfor Norden. _____
5. _____

SUNDHED

1. Lav et grundrids af en lejlighed eller et hus med en hensigtsmæssig indretning, hvad angår sundhed og hygiejne. Det skal omfatte varme, lys, ventilation, bade- og toiletforhold, køkken, samt opbevaring af fødevarer og affald. _____
2. Læg mærke til, hvor mange gange i løbet af en dag, du har spist og drukket noget, sammenlign med dine kammerater og tal sammen om det. _____
3. Hvordan vil du klæde dig i følgende situationer:
 - a) en efterårsdag med regn og blæst, + 6^o.
 - b) en vinterdag med frost og sne, - 4^o.
 - c) en sommerdag med blæst, + 22^o._____
4. Lav en liste over frugter og grønsager, som er rige på vitaminer. _____
5. _____

1. GRAD

KLAR DIG SELV

1. Anvend plaster og vis, hvordan næseblod standses. _____
2. Anvend åben ild rigtigt. _____
3. Vis, hvorledes man ved ulykkestilfælde tilkalder hjælp. _____
4. Udfør fast et bestemt arbejde i hjemmet, f.eks. støvsugning. _____
5. _____

IAGTTAGELSE

1. Giv en beskrivelse af en person, som du har set et øjeblik. _____
2. Hav mindst 6 af 8 ting rigtige i en høre- og følekimsleg samt en følekimsleg. _____
3. Iagttag vejret hver dag i en uge, notér temperaturen og læg mærke til vindforhold og regn. Sammenlign dine resultater med vejrudsigten i avis, radio eller TV. _____
4. Deltag i en snigningsleg. _____
5. _____



1. GRAD

NATUREN

1. Kend de 4 almindelige danske kornsorter og vid, hvad de bruges til. _____
2. Vær med til på en sommerlejr eller tur at rense naturen. _____
3. Tegn eller form en snog og en hugorm og vis tydeligt forskellen på dem. _____
4. Find eller udpeg 5 dyremærkede ting. _____
5. _____

ORIENTERING

1. Find verdenshjørnerne ude i naturen uden brug af kompas. _____
2. Gennemfør et orienteringsløb efter et kort. _____
3. Overbring en besked fra din leder til en anden voksen. _____
4. Beregn hvad klokken er efter solen. _____
5. _____

1. GRAD

PIONERING

1. Du skal kunne binde og anvende et dobbelt halvstik. _____
2. Lav en "væv" og væv måtter til brændeskjul eller lignende. _____
3. Fremstil en bro sammen med dine kammerater, så I kan komme tørskoede over et 3 m bredt vandløb. _____
4. Hav kendskab til trekantsystemet ved bygning af lejrarbejder. _____
5. _____

LEJRLIV

1. Lav en bålplads, tænd bål og rist pølser over det. _____
2. Vær med til primitiv madlavning. _____
3. Lav en pakkedisse over, hvad du skal have med på sommerlejr, hyttetur eller vandretur. _____
4. Bag snobrød. _____
5. _____



2. GRAD

BIBELEN

1. a) Lær at finde rundt i Bibelen uden ordliste.
Lær og forklar Åb. 21,1-7. _____
- b) Følg Spejderens Studieprogram nr. 2. _____
2. Lav en skitse af Pauli missionsrejser på grundlag af det, du har læst i Ap.G. _____
3. Find mindst 5 bibelske symboler og forklar, hvad de betyder. _____
4. Find skriftsteder, der underbygger de 8 punkter i SDA-spejderloven. _____
5. _____

KIRKE OG MISSION

1. Hold en andagt i patruljen. _____
2. Giv en kort redegørelse for Adventistsamfundets historie. _____
3. Tag aktivt del i menighedens høstindsamling. _____
4. Skriv til en, der ikke kender Jesus, og fortæl hvem han er. _____
5. _____



2. GRAD

SAMFUND

1. Tegn et kort over Danmark, hvor du markerer de steder, hvor der findes en SDA-spejdertrop eller -patrulje. _____
2. Tegn et bykort med angivelse af kirker, rådhus, postkontor, jernbanestation, skoler og lign. _____
3. Lav en turistbrochure over din egn med angivelse af seværdigheder, man kan besøge. _____
4. Korresponder med en spejder i en anden trop. _____
5. _____

SUNDHED

1. Se en film om alkohol, tobak eller narkotika og studér bagefter emnet i patruljen. _____
2. Undersøg hvad et glas marmelade er lavet af og find ud af, hvilke stoffer du har behov for hver dag. Sammenlign resultaterne. _____
3. Forklar betydningen af at drikke vand, drik mindst 6 glas vand om dagen udenfor de regulære måltider - i mindst 2 måneder. _____
4. Lav en rapport om emnerne hygiejne og rengøring. _____
5. _____

2. GRAD

KLAR DIG SELV

1. Kend førstehjælpens grundlov. _____
2. Du skal kunne rense, behandle og forbinde mindre sår og skrammer. Kunne behandle næseblod og mindre splinter i finger og fod. _____
3. Hold din personlige udrustning i orden på en lejr af længere varighed. _____
4. Udfør mindre reparationer i hjemmet. _____
5. _____

IAGTTAGELSE

1. Hav i kimsspil mindst 12 af 18 rigtige efter at have set på dem i ét minut. _____
2. Send og modtag en morsemelding, hvori halvdelen af alfabetets bogstaver optræder. _____
3. Betragt i $\frac{1}{2}$ minut sammen med patruljen to personer sammen og skriv derpå mindst 3 ting, der var ens ved dem - og 5 ting, der var forskellige. _____
4. Skriv sammen med en voksen et kodebrev og lad patruljen tyde og læse det. _____
5. _____

2. GRAD

NATUREN

1. Fremstil en plakat med en grundregel for færden i naturen. _____
2. Lav en samling af dyremærket materiale. _____
3. Saml og bestem mindst 10 planter. _____
4. Vær vejviser for en voksen på en tur i naturen. _____
5. _____

ORIENTERING

1. Du skal kunne orientere dig på et kort, og udpeg på en tur, hvor du befinder dig på kortet. _____
2. Fremstil en tavle med kortsignaturer. _____
3. Gennemfør et løb efter spor sammen med patruljen. _____
4. Indtegn patruljemedlemmernes bopæl på et kort. _____
5. _____



2. GRAD

PIONERING

1. Du skal kunne slå og anvende:
råbåndsknob, flagknob, dobbelt halvstik,
tømmerstik og pælestik. _____
2. Forsyn dit eget knobtov med almindelig takling
og indsyede målemærker. _____
3. Byg en risbåd sammen med patruljen. _____
4. Gennemløb en forhindringsbane, som du har
bygget sammen med patruljen. _____
5. _____

LEJRLIV

1. Brug sav, økse og kniv rigtigt og snit en figur
i træ. _____
2. Fremstil en ret mad over bål. Du skal selv
klare bålet og bålstedet og selv holde bålet
vedlige. _____
3. Rejs et telt sammen med din patrulje og bo i
det i et døgn. _____
4. Deltag med en voksen i en weekend-tur. _____
5. _____

3. GRAD

BIBELN

1. a) Lær og forklar Matt. 5,1-12.
Skriv en liste over det, der skal ske forud for Jesu genkomst på grundlag af det, du har læst i Matt. 24., Mark. 13. og Luk. 21. _____
- b) Følg Spejderens Studieprogram nr. 3 _____
2. Læs Jesu lidelseshistorie og notér de vigtigste begivenheder. _____
3. Lav en samling på 10 løfter fra Bibelen. _____
4. Lav en planche over en af de bibelske profetier. _____
5. _____

KIRKE OG MISSION

1. Hold en andagt i troppen. _____
2. Tegn et kort, hvor de danske SDA-menigheder er placeret, og angiv medlemstal. _____
3. Sæt dig (jer) et mål i høstindsamlingen og opfyld det. _____
4. Hav et interview med præsten eller en embedsmand i menigheden. _____
5. _____

3. GRAD

SAMFUND

1. Vær med i planlægningen af en fællestur eller et fællesarrangement med spejdere fra en anden SDA-spejdertrop. _____
2. Gør rede for, hvordan nyhederne kommer til avisen. _____
3. Kend 5 ministres navne og gør rede for, hvad de bestiller, samt kend til hovedtrækkene i den danske grundlov. _____
4. Deltag i et program om spejderarbejdet i troppen ved en forældreaften. _____
5. _____

SUNDHED

1. Gennemfør daglig (5 dage pr. uge) igennem de kommende 2 måneder dit eget udendørs motionsprogram på ca. 20 minutter pr. dag, f.eks. cykling, løb eller gang. _____
2. Undersøg varedeklarationerne på 4-5 forskellige madvarer, som I jævnligt bruger derhjemme, og forklar deres betydning. _____
3. Lav et skema over hvornår og hvor meget du sover i en periode på 14 dage, og følg derefter patruljeførerens instruktion i de følgende 14 dage. _____
4. Læs kapitlet om mådehold og spisevaner i bogen "Uddannelse". Find 5 ting du synes er vigtigt og diskutér det med patruljen. _____
5. _____

3. GRAD

KLAR DIG SELV

1. Du skal kunne anbringe en patient i aflåst sideleje. _____
2. Kast med redningsreb. _____
3. Gennemfør en cyklistprøve sammen med din patrulje. _____
4. Fremstil en plakat, der viser, hvorledes man forebygger ulykker i hjemmet. _____
5. _____

IAGTTAGELSE

1. Gør iagttagelser om et bestemt emne på en tur sammen med en voksen. _____
2. Se et optrin med 2 deltagende personer og giv bagefter en rigtig beskrivelse af, hvad der skete - samt et brugeligt signalement af de 2 personer. _____
3. Iagttag på et iagttagelsesløb på 1 km sammen med patruljen ting, der ikke normalt hører hjemme i området. _____
4. Iagttag på en lejr eller tur i løbet af et døgn vilde dyr og fugle, som du kender navnene på. _____
5. _____

3. GRAD

NATUREN

1. Undersøg 1 m² skovbund i en nåleskov og i en løvskov og optæl, hvor mange forskellige smådyr, der lever de to steder. _____
2. Udpeg følgende træer:
bøg, eg, birk, el, rødgran, elm, fyr, lærk og ask. _____
3. Foretag sporafstøbninger sammen med patruljen. _____
4. Udpeg 5 stjernebilleder, 5 fiksstjerner og 2 planeter. _____
5. _____

ORIENTERING

1. Gennemfør et orienteringsløb med kompas på 2-3 km. _____
2. Tegn en ruteskitse til et angivet sted. _____
3. Gennemfør et orienteringsløb med kort og kompas på ca. 4 km sammen med patruljen. Vis herunder at du kan indlægge og udtage retninger på kortet. _____
4. Udlæg et sporløb til patruljen sammen med en voksen. _____
5. _____

3. GRAD

PIONERING

1. Du skal kunne lægge og anvende kryds- og vinkelbesnøring. _____
2. Byg et simpelt pionerarbejde sammen med patruljen. _____
3. Flet eller knyt en pyntegenstand. _____
4. Slå og anvend:
baghåndsknob, 2 enkelte halvstik, slyngestik, trompestik, løbeknude og slippestik. _____
5. _____

LEJRLIV

1. Vis, at du selv kan pakke dit udstyr til en lejr. _____
2. Lav tre retter mad over bål, heraf en primitiv ret. _____
3. Udarbejd et forslag til indretning af lejrplads for din patrulje med tegninger og kort. _____
4. Indkøb proviant til en patrulje-weekend. _____
5. _____



4. GRAD

BIBELEN

1. a) Lær og forklar 1 Kor. 13, og find tre begivenheder i Det nye Testamente, som er forudsagt. _____
- b) Følg Spejderens Studieprogram nr. 4. _____
2. Lav en historisk oversigt over Det gamle Testaments bøger. Hvornår de er skrevet, og hvem der har skrevet dem. _____
3. Lav en bibelquiz og prøv den blandt dine kammerater - mindst 20 spørgsmål. _____
4. Lav en model af tabernaklet i ørkenen og fortæl, hvad de forskellige ting symboliserer. _____
5. _____

KIRKE OG MISSION

1. Hav et indlæg ved en spejdergudstjeneste (ungdomsmøde). _____
2. Mærk ind på et verdenskort, i hvilke lande Adventistsamfundet arbejder. _____
3. Sælg kristelig litteratur (bøger, blade) i dit nabolag. _____
4. Skriv til en missionær og få at vide, hvordan missionærens arbejde former sig i det fremmede. Udarbejd en rapport. _____
5. _____

3. GRAD

SAMFUND

1. Vær med til en samfundsmæssig good-turn. _____
2. Sæt dig ind i troppens finanser og kom med forslag til et projekt, der vil skaffe flere penge i kassen. _____
3. Besøg en erhvervsvirksomhed, evt. sammen med patruljen, og sæt dig ind i arbejdsgangen og produktionen. _____
4. Læs bogen "Uddannelse". _____
5. _____

SUNDHED

1. Hav kendskab til fødens bestanddele, samt de forskellige grupper af fødemidler. _____
2. Gennemfør daglig (5 dage pr. uge) igennem de kommende 2 måneder dit eget udendørs motionsprogram på ca. 20 minutter pr. dag. _____
3. Indsaml materiale om alkohol, tobak og/eller narkotika, f.eks. fra aviser, reklamer og bøger. Lav en collage eller plakat, som illustrerer et problem indenfor emnet. _____
4. Find ud af, hvad der er sundt fodtøj. _____
5. _____



4. GRAD

KLAR DIG SELV

1. Udfør kunstigt åndedræt og vid, hvornår det anvendes. _____
2. Hav kendskab til din opgave som førstehjælper ved: besvimelse, ledskred, forbrændinger, skoldninger, solstik og el-ulykker. _____
3. Fremstil et spil med færdselstavlerne sammen med din patrulje. _____
4. Forestå hjemmets husholdning en hel dag. _____
5. _____

IAGTTAGELSE

1. Foretag tidsbedømmelser. _____
2. Genkend ved berøring mindst 7 af 10 forskellige små ting. _____
3. Gennemfør en hændelse, I har iagttaget. _____
4. Send og modtag en morsemelding på 60 bogstaver med lyd eller lys over en afstand på mindst 200 m. _____
5. _____

4. GRAD

NATUREN

1. Udpeg i naturen 6 dyreboliger. _____
2. Besøg et naturhistorisk museum eller lignende. _____
3. Indsaml sammen med patruljen materiale, der viser følgerne af forurening i naturen. _____
4. Tilbered en ret af viltdvoksende planter eller frugter. _____
5. _____

ORIENTERING

1. Fremstil spil og modeller til brug ved træning i orientering. _____
2. Gennemfør et orienteringsløb, hvor posterne er anbragt på højdekurver. _____
3. Gennemfør et natorienteringsløb med patruljen på ca. 4 km. _____
4. Vær vejviser på en familietur. _____
5. _____



4. GRAD

PIONERING

1. Lav to forskellige splejsninger og anvend dem i praksis. _____
2. Vis, at du kan anvende opstramninger og pløkforstærkninger. _____
3. Pas patruljens eller troppens pionergrej i en periode og vid, hvordan det bør behandles og opbevares. _____
4. Fremstil et mini-pionerarbejde (model). _____
5. _____

LEJRLIV

1. Hold patruljens lejrmateriel i orden. _____
2. Lav lejrbaalsunderholdning. _____
3. Bo i vildmandslejr i et døgn sammen med patruljen. _____
4. Arrangér en patruljeweekend sammen med en voksen. _____
5. _____



5. GRAD

BIBELEN

1. a) Gennemgå et kursus i Adventistsamfundets tro og lære. _____
b) Vælg et bibelsk emne og underbyg det med 10 skriftsteder. _____
2. Læs Johs. Åbenbaring og lav en indholdsfortegnelse. _____
3. Lav en bibelsk terræntur. _____
4. Vælg et af følgende emner og forklar, hvad Bibelen lærer derom:
dåben, himmelen, døden, Jesu genkomst, tilgivelse
(henvis evt. til skriftsteder). _____
5. _____

KIRKE OG MISSION

1. Tilrettelæg en spejdergudstjeneste (ungdomsmøde). _____
2. Lav en plakat, der viser Adventistsamfundets opbygning, og kend til, hvorledes den enkelte kan øve indflydelse på organisationen. _____
3. Tag personligt del i Bibelgaveplan ell. lign. _____
4. Lav en udstilling, som viser det arbejde, der udføres af en kirkelig organisation. _____
5. _____

5. GRAD

SAMFUND

1. Sæt dig ind i et samfundsproblem og foreslå en løsning. _____
2. Vid, hvad venstrefløjen og højrefløjen i dansk politik står for. _____
3. Skriv en artikel til spejderbladet. _____
4. Lav et program med lysbilleder over Adventistsamfundets humanitære arbejde og præsenter det ved en forældreaften. _____
5. _____

SUNDHED

1. Hvilken sammenhæng er der mellem sundhed og kristendom? _____
2. Tilbered og sammensæt en middag for patruljen, idet du tager hensyn til de sundhedsprincipper, du kender og har læst om. _____
3. Læs side 72-87 i bogen "Sundhed og Livslykke", og opstil 10 råd, som du vil prøve at efterleve. _____
4. Sæt dig ind i, hvordan man løfter rigtigt og hvilke arbejdsstillinger, man bør undgå. _____
5. _____

5. GRAD

KLAR DIG SELV

1. Vis kendskab til de vigtigste regler for førstehjælp i lejr, på tur, i trafikken og i hjemmet. _____
2. Hav kendskab til klassifikation af bøger på et bibliotek og find frem til givne bøger efter patruljeførerens anvisning. _____
3. Gennemfør en knallertprøve efter Rådet for Større Færdselssikkerheds retningslinier. Kend knallertens sikkerhedsudstyr og de almindeligste motorfejl og reparer disse. _____
4. Fremstil en ting, som du har brug for, f.eks.: bælte, guitarrem, lejrballskappe, skede, mokkasiner, stol, briks eller andet selvvalgt hobbyarbejde, der kan godkendes af lederen. _____
5. _____

IAGTTAGELSE

1. Observér vejret morgen og aften over en periode på 2 uger og skriv en rapport over skyer, vind, temperatur, nedbør og måne. _____
2. Udlæg et spor ca. 2 km gennem naturterræn efter et princip, der er aftalt med patruljen og lad dine kammerater følge det én ad gangen. Du skal desuden selv følge et tilsvarende spor udlagt af en af dine kammerater. _____
3. Brug et stjernekort i praksis til at udpege stjernebilleder og fiksstjerner. _____
4. Sæt dig ind i, hvilke hjælpemidler syns- og hørehandicappede kan betjene sig af - og prøv selv at klare dig med et af disse handicaps. _____
5. _____

5. GRAD

NATUREN

1. Anvend frugter, bær, planter eller grønsager, som du har fundet i naturen eller selv har dyrket. _____
2. Fremstil en planche med 8-10 kendte træers ved, bark, kviste, blade og frugter. _____
3. Fremstil alene eller sammen med flere en plakat, der kan bruges i kampagnen mod forurening. _____
4. a) Gennemfør en fotojagt på et bestemt dyr, eller
b) følg et dyrs færd ved hjælp af dets spor, eller
c) iagttag igennem en sæson et bestemt dyrs udvikling og liv. _____
5. _____

ORIENTERING

1. Vis fuldt kendskab til 4 cm kort, 2 cm kort og 0-kort med hensyn til signaturer og målforhold. _____
2. Gå en rute på 2 km og tegn efter hukommelsen en skitse over ruten, indeholdende de typiske kendetegn, som terrænet har. _____
3. Gennemfør et løb på 5-10 km med kort og kompas efter 5-8 opgivne retninger og afstande, lagt som stjerne-, linie- eller pointsløb. Lederen fastsætter tiden. _____
4. Orientér ved nat og dag uden brug af kompas ved hjælp af stjerner, sol og terrænkendetegn. _____
5. _____

5. GRAD

PIONERING

1. Deltag i bygning af modeller af større pionerarbejder og lav selv en god model. _____
2. Deltag i bygning af et større pionerarbejde. _____
3. Du skal kunne bruge og anvende taljer. _____
4. Sy en taske eller lignende af læder. _____
5. _____

LEJRLIV

1. Fremstil en sund lejr middag, 3 retter. _____
2. Konstruer og byg en "pind". _____
3. Fremstil og brug de nødvendige lejrarbejder til en uges lejr:
sikring af telt i blæst og regn,
spisebord,
gammelmandsildsted,
køkkenbord,
affaldsposestativ.
Lav et bomærke for lejren, som I kan tage med hjem til lokalet. _____
4. Deltag i en 24-timers vandre- eller kano-hike med overnatning i det fri (bivuak) sammen med en eller to kammerater. _____
5. _____



SABÛS.dk