



# OBSAH



- 4 Předmluva pro rodiče
- 5 Předmluva k malým dobrodruhům



## 6 Důležité přípravy

Před každou výpravou do terénu se musíš dobře připravit. V této kapitole se dočteš, co všechno si máš vzít s sebou do batohu, a také se naučíš, jak se zachází s mapou a kompasem a jak se v přírodě orientovat pomocí slunce a hvězd. Kromě toho se dozvíš, jak se dají měřit vzdálenosti bez svinovacího metru (pásma), jak se vážou různé uzly a k čemu se používají. Základní poznatky z meteorologie ti pomohou odhadnout změny počasí, a ty si tak svou výpravu dobře naplánuješ.

## 22 Správné místo k táboření

Pokud plánuješ delší výpravu, pak si budeš muset založit tábořiště. V této kapitole se dozvíš, jak si k tomu najít vhodné místo a na co si dát pozor. Pokud tě omrzel obyčejný stan a chceš si postavit týpí nebo sněhový úkryt, pak si pozorně přečti tuto kapitolu. Dále tu najdeš rady pro tvé první nocování v přírodě.

## 36 Voda a potrava – jak je najít a připravit

K přípravám na výpravu do terénu neodmyslitelně patří otázka zásob vody a potravin. Z následujících stránek se dozvíš, jak v přírodě najít a nasbírat vodu, jak rozdělávat oheň, jak chytit rybu a jak najít a upravit si jedlé rostliny. Také tu najdeš poučení, které rostliny jsou jedovaté nebo nepoživatelné. Pak už si budeš moci dosyta užívat radost z vaření a grilování v přírodě!

## 52 Geocaching

Víš, co to je geocaching? Jestli chceš zažít dobrodružství při hledání pokladu s přijímačem GPS, pak jsi tu správně. Dozvíš se tu, jak se geocaching provádí, co k tomu budeš potřebovat a jak rychle najdeš poklad.





## 62 Hry v přírodě

Když budeš na výpravě s dalšími kamarády, můžete spolu hrát skvělé hry určené do přírody. Víš, jak se hraje „na četníky a zloděje“, „hledání pokladu“ nebo veselá „kaštanová bitva“? Tady se to dozvíš!

## 70 Tajná znamení – jak porozumět tajným znamením a signálům

Žádné dobrodružství se neobejde bez tajných znamení a signálů, které si se svými kamarády vzájemně předáváte. Naučíš se zde, jak v přírodě vytvořit důležitá znamení a jak napodobit hlasy zvířat. Je to doopravdy napínavé, uvidíš!

## 72 Na lovu

Procházet se s lukem a šípy přírodou nebo pomocí vlastnoručně sestrojené kádinkové lupy pozorovat malá zvířata a život pod vodní hladinou – to je opravdové dobrodružství. V této kapitole se dozvíš, co všechno budeš k toulkám přírodou potřebovat. Pamatuj si, že šípem smíš mířit pouze na neživé cíle!

## 78 Rozpoznávání zvířecích stop

Díky stopám můžeš zjistit, jaká zvířata se vyskytují ve tvém okolí. Pokud dokážeš číst ze stop, které po sobě zvířata zanechala, pak se můžeš dozvědět leccos zajímavého o jejich způsobu života. Také nory a hnízda vypovídají o jejich obyvatelích. Vydej se po zvířecích stopách a nech se překvapit, co všechno ti mohou prozradit!

## 84 Nebezpečí – jak zvládnout nebezpečí

Aby tě v přírodě nezaskočila nepříjemná překvapení, přečti si pozorně tuto kapitolu, kde se dozvíš, s jakými druhy nebezpečí musíš ve volném terénu počítat, jak jim předcházet a jak se zachovat v případě nouze. Když se na vše dobře připravíš, pak si své dobrodružství užiješ mnohem lépe!

## 92 První pomoc při poranění

Při pobytu v přírodě se může snadno stát, že se buď ty, nebo některý z tvých kamarádů nedopatřením poraní. Protože v takovém případě není lékařská pomoc po ruce, musíš umět sobě i druhým pomoci a poranění ošetřit. Pročti si důkladně tuto kapitolu ještě předtím, než se vydáš na výpravu, nebo si vezmi knížku s sebou.

95 Zálesácké značky

96 Morseova abeceda

