

OBSAH

Úvod — 5/ Podmínky zájmového odznaku Mladý obránce vlasti
1. a 2. stupeň — 8/

Poznáváme naši slavnou historii i současnost

Proč má ČSSR vojáky, pohraničnický, požárníky a zdravotníky — 12/ Historie husitského hnutí — 14/ Českoslovenští rudoarmejci a interbrigadisté — 18/ Bojová cesta čs. vojenské jednotky v SSSR — 21/ Významné dny našich ozbrojených sil — 27/ Podíl SSSR na osvobození Československa — 29/ Boj českého a slovenského lidu za osvobození — 31/ Historie vzniku Lidových milicí — 34/ Poslání našich ozbrojených sil a složek, požárníků a zdravotníků — 35/ Chráníme hranici tábora socialismu — 40/ Varšavská smlouva — 42/ Poznáváme vojáky bratrských armád — 44/ SSSR a jeho armáda — ochránce naší svobody a míru ve světě — 45/ Bojové zástavy útvarů ozbrojených sil — 48/ Řády a vyznamenání — 50/ Vojenská přísaha — 51/ Historické názvy a tradice útvarů — 54/ — Píšeme zápisy do kronik a články pro časopisy — 55/ Navštěvujeme památná místa, pečujeme o památníky padlých — 57/ Organizujeme návštěvy a besedy — 58/ Besedy o knihách a filmech — 60/ Jak připravit Den mladého obránce vlasti — 62/ Zpíváme si do pochodu — 64/ K budování a obraně vlasti buď připraven — 65/ Pionýrské oddíly mladých obránců vlasti v ostatních zemích socialistického tábora 66.

Připravujeme se k obraně vlasti

Chůze v terénu podle značek, sledování osob — 68/ Orientace v terénu a pochod podle azimutu — 73/ Pochod podle mapy a busoly — 79/ Náčrt pochodové osy a situační náčrt — 83/ Určování vzdáleností, výšek, času — 87/ Oblékání a příprava na pochod — 91/ Táboření v přírodě — 92/ Stavba ohnišť a příprava stravy — 93/ Vaření v místnosti a uchovávání potravin — 98/ Uzly a jejich využití — 99/ Budování okopů a jejich maskování — 101/ Pozorování a stopování — 102/ Místní orgány a společenské organizace — 105/ Hodnosti a funkční označení našich ozbrojených sil — 106/ Vojenské školy — 108/ Organizace vojenských jednotek — 110/ Bojové chování — 111/ Zbraně našich vojáků — 113/ Ruční zbraně — 116/ Bezpečnostní opatření při zacházení se zbra-

němi — 117/ Zbraně hromadného ničení a ochrana proti nim — 118/ Předávání zpráv — 123/ Utajování zpráv — 129/

Seznamujeme se s ochranou státních hranic

Vojenské tajemství — 133/ Zásady vstupu do hraničního pásma — 134/ Základní povinnosti pohraniční hlídky — 136/ Pomocníci Pohraniční stráže — 138/ Pomoc příslušníkům Pohraniční stráže při porušení zákazů zastavení vozidel a stanování — 139/ Popis neznámé osoby pohybující se v blízkosti hraničního pásma — 140/ Vyhodnocování a zajišťování stop — 142/ Vyhledávání stop pomocí psa — 145/ Odlévání stop — 146/ Nástrahy k zjištění postupu neznámých osob — 147/ Naše zápisy důležitých údajů — 150/ Naše typy motorových vozidel, státní a mezinárodní poznávací značky — 151/ Hledáme v jízdním řádu ČSD a ČSAD — 154/

Pomáháme chránit veřejný pořádek

Sbor národní bezpečnosti a jeho poslání — 155/ Sbor národní bezpečnosti a veřejný pořádek — 156/ Pomoc pionýrů při ochraně veřejného pořádku — 156/ Pravidla silničního provozu — 157/ Některá ustanovení pro cyklisty a chodce — 158/ Jak se zachovat na místě dopravní nehody — 160/ Jak se zachovat na místě nálezu následků trestné činnosti nebo nálezů zbraní či munice — 160/ Příklad hry pro pionýry k ochraně veřejného pořádku — 161/

Pomáháme chránit životy a majetek před požáry

Význam a poslání požární ochrany v ČSSR — 163/ Odborné školy požární ochrany — 165/ Historie boje proti požárům — 166/ Činnost s dětmi v požární ochraně — 167/ Závazné směrnice pro hru Plamen — 167/ Sportovní soutěž požárních družstev mladých požárníků — 168/ Odznaky znalosti a zdatnosti mladých požárníků — 171/ Hrdinské činy požárníků — 172/ Základní prostředky požární ochrany, ruční hasicí přístroje a požární vozidla — 174/ Použití jednotlivých druhů prostředků požární ochrany — 174/ Úkoly jednotlivých členů požárního družstva — 180/ Předcházení požárům — 181/ Literatura a film o požární ochraně — 185/

Pečujeme o své zdraví, pomáháme druhým

Zdravotnictví v ČSSR, jeho organizace a výsledky — 186/ Vznik, organizace a základní úkoly Československého červeného kříže — 188/ Stavba a činnost lidského těla — 189/

Složky naší výživy — 192/ Co škodí lidskému tělu — 194/ Hy-
giena duševní, osobní, hygiena prostředí — 196/ Pravidla bez-
pečnosti — 198/ Ošetřování nemocných — 200/ Vybavení
lékárničky a zdravotnické brašny — 201/ Poskytování první
pomoci — 202/ Protišoková opatření — 206/ Obvazy a jejich
použití — 211/ Úprava lůžek, nosítek, doprava nemocných a
zraněných — 212/ Ochrana proti zbraním hromadného ničení
(ZHN) — 214/ Péče o zdraví ve vojenské službě — 218/

Pěstujeme tělesnou zdatnost

Ranní cvičení a otužování — 220/ Cvičíme v tělocvičně a
v přírodě — 222/ Základní postoje, obraty, povely a hlášení
— 224/ Některé základní cviky — 226/ Překonávání překá-
žek — 230/ Hod granátem — 232/ Pobyt v přírodě — 234/
Základy sebeobrany — 237/ Jízda na kole — 242/ Plavání
— 244/ Lyžování — 249/ Střelba — 252/ Branné závody a
soutěže — 255/

Hry, soutěže, dovádění — 260/

Slovníček použitých méně známých výrazů — 269/

Doporučená literatura — 275/