

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



المنظمة الكشفية العربية

مرشد الكشاف المتقدم

إعداد :

فوزي محمود فرغلي

حسين صبري جاد المولى

صلاح العباسي

دليل الكشاف المتقدم في تطبيق المناهج الكشفية العربية

نظام شارات الكفاية : يقوم على القواعد التالية (نموذج)

برنامج القبول في مرحلة الكشاف المتقدم

يُحصل الكشاف على شارة جمعية الكشافة عند اجتيازه لبرنامج مرحلة القبول ويشمل:

- معرفة و ترديد وعد و قانون الكشاف وتفسيره و شرح معناه
- تأدية تحية الكشاف و شرح معناها
- الاشتراك في مشروع خدمة عامة للفرقة

نظام الارتقاء من درجة إلى أخرى

للحصول على درجة الكشاف المتقدم المبتدئ أو الكشاف المتقدم الثاني أو الكشاف المتقدم الاول -
يجب على الكشاف تأدية الأتي :

- 1- جميع بنود السلوك الشخصي
- 2- (06) أنشطة فردية على الأقل لكل درجة من بينها نشاط ديني واحد (نشاط واحد من كل مجال)
- 3- (04) أنشطة جماعية على الأقل لكل درجة من بينها نشاط ديني واحد (نشاط واحد من كل مجال)
- 4- (02) شارة من شارات الهوايات الكشفية لكل دراجة.



مناهج مرحلة الكشف المتقدم



برنامج القبول في مرحلة الكشف المتقدم

يحصل الكشاف على شهادة جمعية الكشافة عند اجتيازها لبرنامج مرحلة القبول وتشتمل:

- معرفة وشريد وعد وفانون الكشافة وتفسيره وشرح معناه.
- تهادية تسمية الكشافة وشرح معناها.
- الاشتراك في مشروع خدمة عامة للقرعة.

الحيالات	السلوك الشخصي	الأنشطة الفردية	الأنشطة الجماعية
التربوية الدينية	<ul style="list-style-type: none"> 1- المرحمة على أراء وأفكار الدين. 2- المودة وتوحيدهم كمنزلة وشرايط. 3- التقدير في المحافظة على الشعار والتفكير بالأفكار الكريمة. 4- الانتماء بوجد وتآثرات اكتشافه وتطبيقاته. 	<ul style="list-style-type: none"> 1- حفظ بعض السور والآيات وشروحها وتفسيرها للعبور. 2- حفظ بعض الأدعية والصلوات مثل أروعها (السلامة والهدى والبركة). 3- إعداد وتأديتها للجمعية مع اختيار السور والآيات المناسبة والإعداد بآلة الحاسب لتوضيح. 	<ul style="list-style-type: none"> 1- الاشتراك مع طليقته أو فرقته في: 1- محبة ورأفة له وإيمانه وحبه. 2- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس.
التربوية الوطنية الاجتماعية		<ul style="list-style-type: none"> 1- معرفة سلوك الأعداء من أعلام دولته وغيره. 2- رسم خريطة العالم وتوضيح بلدته العاصم عليها. 3- تنظيم برقية تهنئة للوطن. 4- شرح بطون الرموز العاصم للقرعة. 5- الاشتراك مع السور والآيات (الهدى والبركة والهدى والهدى). 	<ul style="list-style-type: none"> 1- الاشتراك مع طليقته أو فرقته في: 1- إعداد مسابقة أو تنافس. 2- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس. 3- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس. 4- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس.
التربوية الصحية والرياضية		<ul style="list-style-type: none"> 1- الاشتراك مع طليقته أو فرقته في: 1- إعداد مسابقة أو تنافس. 2- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس. 3- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس. 4- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس. 5- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس. 	<ul style="list-style-type: none"> 1- الاشتراك مع طليقته أو فرقته في: 1- إعداد مسابقة أو تنافس. 2- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس. 3- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس. 4- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس. 5- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس.
العلمية		<ul style="list-style-type: none"> 1- شرح مبدأ نهج معرفة علمه. 2- معرفة أجزاء آلة التصوير وكيفية استخدامها. 3- شرح نظرية الطيران منحت جهاز الصواريخ. 4- إعداد تقرير عن معرفة كيفية عملها. 5- الفهرسة أو فهرسة عن تاريخ صياغة كوكبة مشرقية أو إعداد مسابقة أو تنافس. 6- إعداد تقرير عن معرفة علمه. 	<ul style="list-style-type: none"> 1- الاشتراك مع طليقته أو فرقته في: 1- إعداد مسابقة أو تنافس. 2- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس. 3- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس. 4- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس. 5- إعداد وتنظيم مسابقة أو تنافس.
القبول الكشافية		<ul style="list-style-type: none"> 1- إيراد العقد والبركات والبرقيات التي من ترميم الكشافة ومعرفة فوائدها واستعمالها العلمية. 2- إيراد استعمالها العلمية والبرقيات التي من ترميم الكشافة والفصلية لغيرها. 	<ul style="list-style-type: none"> 1- الاشتراك مع طليقته أو فرقته في: 1- تنظيم الترميم وإعادة القيام بعملها. 2- إعداد تقرير عن معرفة فوائدها واستعمالها العلمية. 3- إعداد تقرير عن معرفة فوائدها واستعمالها العلمية. 4- إعداد تقرير عن معرفة فوائدها واستعمالها العلمية. 5- إعداد تقرير عن معرفة فوائدها واستعمالها العلمية.

المعقول على درجة الكشاف المتقدم أو المتقدم أو الأول يجب على الكشاف تادية الآتي:

- جميع بنسوة السلوك الشخصي.
- أنشطة فردية على الأقل لكل درجة من بينها نشاط وديني واحد.
- أنشطة جماعية على الأقل لكل درجة من بينها نشاط وديني واحد.
- مشاركة من شارات الهوية است لكل درجة.

المجالات	السلوك الشخصي	الأنشطة الفردية	الأنشطة الجماعية
التربية الدينية	<p><u>1- الحرص على أداء الشعائر الدينية جماعة وفهم حكمته وثوابها.</u></p> <p><u>2- القدرة على المحافظة على الشعائر والتخلي بالأخلاق الكريمة</u></p> <p><u>3- الالتزام بوعده وقانون الكشاف وتطبيقه</u></p>	<p><u>1- حفظ بعض السور والآيات وشرحها وتفسيرها للغير</u></p> <p><u>2- حفظ بعض الأدعية والصلوات مثل أدعية (السفر/الشكر/دفع الكوارث)</u></p> <p><u>3- إعداد وتأدية خطبة دينية مع اختيار السور والآيات والأحاديث المناسبة للموضوع</u></p>	<p><u>الاشتراك مع طليعته أو فرقته في:</u></p> <p><u>1- عمل دراسات وأبحاث دينية</u></p> <p><u>2- إعداد وتنظيم محاضرات أو ندوات دينية</u></p> <p><u>....</u></p>
التربية الوطنية والاجتماعية		<p><u>1- معرفة مدلول 10 أعلام دول عربية و 04 أعلام دول غير عربية</u></p> <p><u>2- رسم خريطة العالم وتوضيح بعض المعالم عليها</u></p> <p><u>3- تنظيم رحلة لأسرته</u></p> <p><u>4- شرح مفهوم الخدمة العامة لفرقته</u></p> <p><u>5- الاشتراك في إحدى الهيئات آتية (الحماية المدنية/الإطفاء/اللال الأحمر)</u></p>	<p><u>الاشتراك في:</u></p> <p><u>1- أحد مشروعات تنمية المجتمع على المستوى القومي</u></p> <p><u>2- دراسة ميدانية اجتماعية يستفيد منها المجتمع المحلي لفرقته</u></p> <p><u>3- تنظيم رحلة لبعض سكان الحي أو المنطقة</u></p>
التربية الصحية والرياضية		<p><u>1- الاشتراك ضمن فريق لعبة جماعية</u></p> <p><u>2- ممارسة التمرينات البدنية لجمع أجزاء الجسم</u></p> <p><u>3- تدريب الغير على بعض التمرينات أو لعبة ومعرفة قانونها وكيفية تحكيمها</u></p> <p><u>4- الجري مسافة 400 متر</u></p> <p><u>5- المشي مسافة 500 متر</u></p>	<p><u>الاشتراك مع طليعته إن فرقته في:</u></p> <p><u>1- الإرشاد لكيفية الوقاية من الأمراض المتواترة</u></p> <p><u>2- مشروع خدمات صحية للبيئة</u></p> <p><u>3- تنظيم و أداء لعبة جماعية ولعبة فردية</u></p> <p><u>4- حملة إرشاد المزارعين للقضاء على الأمراض والآفات</u></p> <p><u>5- حملة مكافحة تلوث البيئة</u></p>
الأنشطة العلمية		<p><u>1- شرح مميزات مرصد فلكي وطريقة عمله</u></p> <p><u>2- معرفة أجزاء اله التصوير وكيفية استعمالها</u></p> <p><u>3- شرح نظرية الطيران حتى عصر الصواريخ</u></p> <p><u>4- إعداد تقرير مصور عن رحلة فضائية</u></p> <p><u>5- التحدث أمام فرقته عن تاريخ حياة ثلاثة مخترعين و أسماء اختراعاتهم</u></p> <p><u>6- عمل نموذج لأحد المخترعات العلمية</u></p>	<p><u>الاشتراك مع طليعته أو فرقته في:</u></p> <p><u>1- عمل آلة لصناعة العطور أو الصابون</u></p> <p><u>2- تخنيط طائر أو حيوان</u></p> <p><u>3- إعداد معرض علمي للطليعة أو الفرقة</u></p>
الفنون الكشفية		<p><u>1- إجادة العقد والدورات والربطات التي تم الكشافة ومعرفة فوائدها واستخداماتها العلمية .</u></p> <p><u>2- إجادة استعمال البلطة وإيقاد النار</u></p> <p><u>3- معرفة الاتجاهات الأصلية ليلا ونهارا</u></p>	<p><u>المشاركة مع طليعته أو فرقته في:</u></p> <p><u>1- تخطيط المخيم وإقامة الخيام وصيانتها</u></p> <p><u>2- رحلة خلوية سيرا على الأقدام لمسافة 20 كلم على الأقل ذهابا أو آيبا</u></p> <p><u>3- (05) مخيم نهاية الأسبوع</u></p>

مرشد الكشاف المتقدم

متطلبات شارات الكشاف المتقدم

المبتدئ - الثاني - الأول

مرحلة القبول:

لكي يحصل على شارة جمعيتك عليك معرفة :
وعد الكشاف - قانون الكشافة- تأدية التحية - الاشتراك في مشروع خدمة عامة..

وعد الكشافة :

اعد بشري أن ابذل جهدي :

- في أن أقوم بما يجب على نحو الله والوطن
- وان أساعد الناس في جميع الظروف
- وان اعمل بقانون الكشافة

هل تعلم أيها الشاب انه لا يحق لك أن ترتدي زي الكشافة قبل أن تتقدم لحفل القبول الذي تعد فيه
بشرفك بالقيام بواجبك نحو الله بان تأمر بأوامره وتنتهي عن نواهيه .. واجبك نحو وطنك بان تعمل
في سبيله وان تفتديه بكل مر تخص وغال

أنك إن فعلت ذلك فسوف تتأصل فيك نزعة الخير والفضائل وتنأى عن فعل الشر والردائل
وتكون بذلك قد حققت البندين الآخرين من الوعد: مساعدة الناس والعمل بقانون الكشافة ..

تفسير قانون الكشافة وشرح معناه :

1- الكشاف صادق وشرفه موثوق به : (الكشاف صادق)

الصدق فضيلة يتصف قائله بالإيمان والشجاعة فهو يقول الحق دون خوف ولا يخشى في الله لومة لائم .. والكذب رذيلة يتصف قائله بالنفاق والجن فهو يخشى قول الحق ويتنصل من ذكره

قال رسول الله (ص) " آية المنافق ثلاث إذا حدث كذب وإذا وعد اخلف وإذا أوّمن خان" والكشاف يجب ان يكون صادقا، إذا قال صدق وإذا وعد أنجز، وإذا أوّمن صان...

2- الكشاف مخلص لوطنه ووالديه ورؤسائه ومرؤسيه : (الكشاف مخلص)

والإخلاص للوطن يكون بالذود عنه ضد أعدائه والتصدي لكل من يحاول ان ينال منه ، ودورك في هذا هو الجد والاجتهاد في عملك والمحافظة على المرافق العامة ومقاومة الشائعات.... الخ

والإخلاص للوالدين بطاعتهم والعمل على إسعادهما والإخلاص للرؤساء بطاعتهم واحترامهم وتنفيذ أوامرهم ، والإخلاص للمرؤوسين بتوجيههم وإرشادهم وحسن التعامل معهم

3- الكشاف نافع ومعين (الكشاف نافع)

واجب الكشاف ان يكون نافعا ومعينا للغير باذلا جهده في سبيل ذلك مضحيا براحته ومتعته .. وعليه ان يعد نفسه لمساعدة الغير في شتى المناسبات ومختلف الظروف ..

4- الكشاف صديق للجميع وأخ لكل كشاف : (الكشاف ودود)

فهو صديق للجميع وأخ لكل كشاف آخر ولو لم تكن هناك معرفة سابقة ، يبادله التحية ويسدى إليه النصح ويمد إليه يد المساعدة في ود وفي تواضع .. ولكن تذكر دائما انك وطني في المقام الاول وقبل كل شيء فأنت صديق لأصدقاء بلادك وعدو لأعدائها...

5- الكشاف حميد السجايا (الكشاف مؤدب)

فهو مؤدب ومهذب، يعطف ويحنو على الصغار، ويحترم السيدات، ويوقر الكبار، ويرفق بالمرضى وذوى العاهات، يفعل الخير ، ويبدل جهده في خدمة ومساعدة الغير، بواعز من ضميره وابتغاء مرضاة ربه، لا يرجو من وراء ذلك جزاء ولا شكورا ، ولا يتقبل عطاء نظير خدمته

6- الكشاف رفيق بالحيوان والنبات : (الكشاف رفيق)

رفيق بالكائنات الحية أيا كان نوعها ، يعاملها برفق ولا يؤذيها ، فلا يهاجم أعشاشها محطما بيضها ، ولا أوكارها مشردا صغارها بل عليه ان يقدم لها الطعام والماء ما أمكنه ذلك..

7- الكشاف مطيع (الكشاف مطيع)

الطاعة هي ما يجب أن يتحلى بها الكشاف، فيليي أوامر والديه ورؤسائه دون إبطاء أو اعتراض ما لم تكن بمعصية لله عز وجل ، إذ لا طاعة لمخلوق في معصية الخالق، وله (بعد أن يلتزم بتنفيذ الأمر) أن يناقش وان يبدى وجهة نظره في هذا الأمر إن كان له رأي آخر مخالف...

8- الكشاف باش يقابل الشدائد بصدر رحب : (الكشاف باش)

والمقصود ألا يجزع ولا يرتاع إذا ما حزبه أمر أو صادفته شدة ، بل عليه أن يواجه ذلك برباطة جأش وهدوء أعصاب لأنه في هذه الحالة يكون أقوى على المواجهة واقدر على حسن التصرف ابتسم للشدائد ولا تكتتب ، وواجهها ولا تفر منها وسوف تتغلب عليها وتنتصر...

9- الكشاف مقتصد : (الكشاف مقتصد)

الاقتصاد في المال هو ألا تنفقه إلا بحقه وفيما هو ضروري ونافع ومحتاج إليه ، فلا تسرف ولا تقتتر فكلا الأمرين مذموم ... قال تعالى " والذين إذا أنفقوا لم يسرفوا ولم يقتروا وكان بين ذلك قواما.." والاقتصاد لا يكون بالنسبة للمال فحسب ولكنه أيضا بالنسبة للوقت والجهد فلا تنفق وقتك وجهدك عبثا وفيما لا طائل تحته واعلم أن الوقت كالسيف أن لم تقطعه قطعك

10- الكشاف طاهر : (الكشاف نظيف)

والنظافة نوعان:

نظافة الظاهر: كتنظيف الجسم والشعر و الأظافر والملبس
نظافة الباطن : وهي أن تكون طاهر القلب فلا تضرر أحدا.. عف اللسان فلا يلتقط بالبذيء من القول ، نقي السريرة فلا تغتاب ، قنوعا فلا تحسد وتتمنى زوال النعمة من الغير، شريفا في تعاملك ، متسامحا مع من أساء إليك .

تأدية تحية الكشاف

تكون بوضع إبهام اليد اليمنى فوق ظفر الإصبع "الخنصر" بينما الأصابع الثلاثة الأخرى تكون مضمومة ومنتصبة لأعلى في استقامة ، هذا الوضع يذكرك دائما بوعد الكشاف فالأصابع الثلاثة تذكرك بواجبك نحو الله والوطن ، ومساعدة الغير والعمل بقانون الكشاف

في المناسبات الأخرى التي

يطلب منك فيها ذلك .



الأشبال مع قائدهم يرددون
النشيد الوطني حول العلم

أما وضع الإبهام فوق الخنصر فيشير إلى أن الكبير يرعى الصغير ويعطف عليه ، وان الصغير يحترم ويوقر الكبير...

وتؤدي هذه العلامة في مناسبتين :

1- عند تأدية الوعد، ويكون

الذراع بجانب الجسم والأصابع في محاذاة الكتف..

2- عند تحية العلم ، والسلام

الوطني، وتحية القائد والزميل وتكون برفع اليد اليمنى لأعلى

بحيث يتلامس الإصبع السبابة

مع الجبهة أعلى الحاجب والكوع منفرجا للخارج في محاذاة الكتف..

التحية عند حمل العصا:

يكون الكشاف ممسكا بعصاه بيده اليمنى ثم يقوم بتأدية التحية بيده اليسرى (مؤديا بها علامة

الكشاف) بان يثنى يده اليسرى عبر جسمه في وضع أفقي بحيث تتلامس إصبعه السبابة والعصا

ويكون الكتف متجهها لأسفل..

وعند التحية بالعصا أثناء السير، فإنها تؤدي بنفس الطريقة السابقة مع رفع العصا

قليلا بعيدا عن الأرض

الاشتراك في مشروع خدمة عامة لفرقتك:

هناك العديد من مشروعات الخدمة العامة تستطيع أن تؤديها لفرقتك سواء كنت بمفردك ام بالاشتراك مع أفراد طليعتك أم مع الفرقة ككل ...

على سبيل المثال لا الحصر تسوق إليك بعض الأمثلة لهذه المشروعات

1- ترتيب وتنسيق مكتبة الفرقة ...

2- إعداد لوحات أو ملصقات لتزين النادي....

3- الاشتراك مع الفرقة في أداء الخدمات الصحية كالإسعاف ومكافحة الأوبئة ومشروعات النظافة ومكافحة الذباب

4- الاشتراك في نشر الوعي الاجتماعي لمكافحة العادات الضارة ومحو لامية والإسهام في نشر الوعي القومي...

5- عمل صحيفة شهرية أو أسبوعية أو مجلة حائط للفرقة

وعند إتمامك لكل ما سبق، يحدد لك قائدك " موعد حفل القبول " أبدا بعد ذلك في ممارسة ما تختاره من مجالات منهج مرحلة الكشف المتقدم وبرنامج أنشطتها وشارات هواياتها وفيما يلي محتويات المنهج

أولاً - في مجال التربية الدينية

السلوك الشخصي

1- الحرص على أداء الشعائر الدينية :

صاحب الدين لابد وان يكون على خلق قويم، فالدين بأمره بالمعروف وفعل الخير والفضائل ، وينهاه عن المنكر وارتكاب المعاصي والردائل ، ان السعادة البشرية لا ولن تتحقق مع المفاسد الأخلاقية التي تدمر الإنسان وتفقده صحته وماله وتقضى على معنوياته ولو توفر العلم والمال... فبالعلم وحده لا تستقيم الأمور فقد يكون مطية لنشر ومعولاً من معاول الهدم والتدمير وبالمال وحده لا تنصلح الأحوال فقد يكون مفسدة يجر إلى الانغماس في الشهوات ومهاوي الرذيلة أما الخلق فهو الحصن المنيع والركيزة القوية في بناء الأمم والشعوب ووسيلة السعادة للإنسان .. وجاء الدين الإسلامي ليؤكد القيم الخلقية ويرسي دعائمها عن طريق العقل الذي هو هبة الله التي لا تقدر، وهو ما ميز الله به الإنسان على سائر مخلوقاته ...

جاء الدين فحدد لنا التكاليفات ومالنا من حقوق وما علينا من واجبات .. امرنا بالصلاة وهي إحدى أركانه الخمس ، وهي الصلة بين العبد وربّه كل يوم خمس مرات يتطهر لها المرء ويتوضأ ليلقي ربه على طهارة (طهارة المظهر والمخبر) يناجيه ويدعوه في خشوع وتضرع وصلاة الجماعة هي إحدى مظاهر الإسلام الرائعة لما فيها من حكم كثيرة : ففيها حسن التلبية والاستجابة عند الدعوة لها بسماع الآذان وفيها دعم للروابط بين المصلين وتقوية لعرى المحبة بينهم .. وفيها تدريب على النظام بالوقوف في صفوف مترابطة متلاصقة كالبنيان يشد بعضه بعضاً.. وفيها دعوة للطاعة باتباع الإمام في حركاته وسكناته .. وهكذا بالنسبة لبقية الأركان من زكاة وصوم وحج ، فكلها تدعوا إلى صالح الأعمال فاحرص على تفهمها والالتزام بأدائها تظفر بسعادتي الدنيا والآخرة ...

2- القدرة في المحافظة على الشعائر والتحلي بالأخلاق الكريمة:

أيها الشاب لكي تكون قدوة لغيرك ..فيتأسى بك ويجذو حذوك....

- اعمل وكأنك ترى الله فان لم تكن تراه فانه يراك
- تمسك بتعاليم دينك والتزم بأداء شعائره
- كن بارا بوالديك ولا تعص لهما أمرا
- عامل الناس بما تحب ان يعاملوك به ..
- ولا تتعالى ولا تتكبر أو تتجبر فمن تواضع لله رفعه
- كن مخلصا في أداء عملك متفانيا في خدمة وطنك
- ولا تضرر حقدا لأحد ولا تتمن زوال النعمة من غيرك
- كن صابرا ... شاكرا
- صابرا على قضاء الله ..
- شاكرا لأنعمه ..
- صل من وصلك وتقطع من قطعك ..

وإليك هذه القصة لعلها تكون عبرة وتتخذ منها قدوة:

كان أمير المؤمنين عمر بن الخطاب يتفقد أحوال رعيته ليلا، وإذا به يسمع هذا الحوار بين امرأة وابنتها..

الأم : قومي وامزجي هذا اللبن بالماء..

الابنة: وكيف ذلك يا أماه وقد نمأنا عن ذلك أمير المؤمنين؟

الأم: وما يدري أمير المؤمنين بما نفعل ، انه لا يرانا ...

الابنة: أماه، إذا كان أمير المؤمنين لا يرانا فان رب أمير المؤمنين يرانا ...

هكذا كانت إجابة هذه الابنة التقية الورعة، وكان جزاؤها أن خطبها أمير المؤمنين عمر بن الخطاب لابنه

3- الالتزام بوعده وقانون الكشافة وتطبيقه:

قبل أن تنخرط في الحركة الكشفية (باختيارك وبمحض رغبتك) أدت الوعد في أن تبذل جهدك في القيام بواجبك نحو الله والوطن وان تساعد الناس في جميع الظروف وان تعمل بقانون الكشاف.. وليست العبرة بترديد الوعد وحفظ بنود القانون ، ولكنها بالالتزام الجاد بما جاء في كل ، وبالوفاء بالعهد الذي قطعته على نفسك

عليك بتطبيق ما جاء بالقانون من فضائل في مختلف أعمالك اليومية فإذا نص أحد بنود القانون مثلاً على أن واجب الكشاف أن يكون نافعا ومعينا للغير فإنما ذلك يعني أن تكون دائما على أهبة الاستعداد لفعل الخير، وان تمد يد المساعدة والعون للغير...

1- حفظ بعض السور والآيات التي تحويها الكتب المقدسة :

هذا الحفظ يعاونك على ممارسة شعائرك الدينية، فالصلاة مثلا تتطلب منك تلاوة بعض آيات من القرآن الكريم بعد قراءة الفاتحة مما يوجب عليك الحفظ، كما أن الحفظ يكون هاديا ومرشدا بالنسبة لكل متطلبات الحياة فهو بمثابة شعاع الضوء في جنح الظلام فالآيات تتضمن الكثير والكثير من التوجيه والإرشاد..

- فمنها ما يتضمن الأمر كقوله تعالى " استعينوا بالصبر والصلاة.." وكقوله تعالى " وتعاونوا على البر والتقوى ولا تعاونوا على الإثم والعدوان"
- ومنها ما يتضمن النهي كقوله تعالى " يا أيها الذين آمنوا اجتنبوا كثيرا من الظن إن بعض الظن إثم ولا تجسسوا ولا يغتب بعضكم بعضا..". وكقوله تعالى " ولا تجعل يدك مغلولة إلى عنقك ولا تبسطها كل البسط "
- ومنها الترغيب كقوله تعالى " من عمل صالحا من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنجينه حياة طيبة ولنجزينهم أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون"
- ومنها التهيب كقوله تعالى " وقودها الناس والحجارة "
- ومنها الوعد والوعيد إلى غير ذلك مما لا يدخل تحت حصر... وحبذا لو صاحب هذا الحفظ الشرح والتفسير

2- حفظ بعض الأدعية :

الدعاء هو ابتهاج وتقرب إلى الله تعالى رجاء كشف الشدائد والكروب وقد امرنا الله تعالى بالدعاء فقال " ادعوني استجب لكم" ويجب إلا يكون الدعاء عند الشدة فحسب طلبا للفرج، ولكنه يكون أيضا عند الرخاء بالحمد والشكر...

أيها الشاب تعرف إلى ربك في الرخاء يعرفك في الشدة ، ولكي يكون دعاؤك مستجابا يجب أن يكون مطعمك ومشربك وملبسك من حلال..

وهناك أدعية لمختلف الأحوال والمناسبات ، فهناك دعاء المكروب ، ودعاء للسفر ودعاء للشكر.. إلى غير ذلك ..إليك بعض الأمثلة:

دعاء إفطار الصائم: اللهم صمت وبك آمنت وعليك توكلت وعلى رزقك أفطرت، ذهب الظمأ وابتلت العروق وثبت الأجر إن شاء الله

دعاء الشكر: اللهم اجعلني عبدا شكورا ، واجعلني صبورا

دعاء الشفاء: اللهم داوني بدوائك ، واشفني بشفائك ، أنت الشافي لا شافي إلا أنت ، اللهم عافني في بدني ، اللهم عافني في سمعي ، اللهم عافني في بصري لا اله إلا أنت

3- إعداد وتأدية خطبة دينية مع اختيار السور والآيات والأحاديث المناسبة للموضوع:

تختلف الخطبة الدينية عن غيرها من حيث وجوب توافر عدة قواعد لا بد من مراعاتها واتباعها .. وخطبة الجمعة عبارة عن خطبتين يفصل بينهما جلسة قصيرة ...

الخطبة الأولى : وتتضمن جوهر الموضوع ذاته ، و تبدأ بحمد الله تعالى والصلاة والسلام على رسوله (ص) ثم إلقاء الخطبة نفسها ...

ولإعداد الخطبة يتبع الآتي :

- اختيار موضوع ...
- التطرق إلى جوانب الموضوع المختلفة مع الإيجاز والتركيز..
- الاستشهاد بالآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة ، ويراعي في الخطبة تغير نبرة الصوت أثناء الإلقاء فلا تكون على وتيرة واحدة فهناك فقرات تستلزم خفض الصوت وأخرى تستوجب رفعه ... وهذا يمكن لكلماتك أن تتفاعل مع الأسماع وتحدث تأثيرها

الخطبة الثانية: وتتضمن الدعاء

ويمكن الاستعانة بالكتب الدينية وبرجال الدين كما يمكنك استشارة والدك أو قائدك لمعاونتك في تحضير هذه الخطبة

الأنشطة الجماعية

الاشتراك مع طليعتك أو فرقتك في :

1- عمل دراسات وأبحاث :

عليك مشاركة بعض أفراد طليعتك أو فرقتك في إعداد دراسة أو بحث في موضوع ما يتم الاتفاق عليه فيما بينكم بالاستعانة بما تحتويه مكتبة المدرسة أو غيرها من الكتب ولا بأس من استشارة ذوي الخبرة في موضوع البحث للتوجيه والإرشاد كالأستعانة بأحد العلماء إذا كان البحث دينيا ، أو بأحد أساتذة العلوم أو الهندسة إذا كان البحث علميا وهندسيا ، وهكذا حتى يمكن للبحث أن يأخذ مساره الصحيح ثم قدم البحث (بعد الانتهاء منه) الى قائد فرقتك تمهيدا لعرضه على أعضاء الفريق، ووطن نفسك للإجابة على ما سوف يوجه إليك من أسئلة حول هذا البحث باستيعاب الموضوع جيدا لتكون على أهبة الاستعداد المراد...

2- إعداد وتنظيم محاضرة أو ندوة دينية:

- وهذا يستوجب الإعداد الجيد ، فعليك مع أفراد طليعتك بآلاتي :
- تحديد الموعد المناسب....
 - إعداد وترتيب المكان....
 - الاتفاق مع أحد رجال الدين ليحاضر وليكن ذلك بمعاونة والدك أو قائدك
 - الدعوة لحضور هذه المحاضرة
 - تنظيم ندوة عقب المحاضرة يشارك فيها الجميع طلبا لاكتساب المزيد من المعرفة في أمور الدين وتعاليمه ومناسكه..

ثانيا: في مجال التربية الوطنية والاجتماعية

الأنشطة الفردية

1- معرفة مدلول 10 أعلام عربية ، 4 أعلام غير عربية:

ليس العلم هو مجرد ديباجة من القماش ترفع فوق صاري تتلاعب بها الرياح ، ولكنه رمز الأمة وصحيفة فخارها ، يلقي الشعب كله تحت ظله فهو أية مجده وعنوان شرفه..
عندما يرتفع العلم تشخص إليه الأبصار إعزاز وإجلالا وعندما يخفق تهفوا إليه القلوب محيية وإكبارا..
ولقد اصطلحت جميع الدول على أن يتخذ كل منها علما يختلف عن الآخر ليكون شعار حياتهم ومظهر قوتهم وآية تاريخهم ورمز أمانهم
فإذا نظرنا إلى هذه الأعلام لوجدناها وقد اتخذ كل منها ألوانا خاصة ، بترتيب خاص لمدلول خاص ...ونجد مثلا أن غالبية الدول العربية تتميز أعلامها باللون الأبيض والأسود والأخضر والأحمر، تمثلا بقول الشاعر العربي في تمجيد عربته:

بيض صنائعنا سود وقائعنا

خضر مرابعنا حمر مواضعنا

وعليك أن تتعرف على عشرة أعلام من أعلام الدول العربية ، وان تبحث بوسائلك الخاصة عن مدلول كل منها... ثم عليك باختيار أربعة أعلام لدول غير عربية

2- رسم خريطة العالم وتوضيح بعض المعالم عليها:

لو نظرنا إلى خريطة العالم لوجدنا أنها تشتمل على خمس قارات هي :
أوروبا ، وأفريقيا، واسبيا، واستراليا، والأمريكتين، عليك أيها الكشاف (بالاستعانة يكتب الجغرافيا)
أن نستدل على أسماء خمس من الدول الغير عربية و أسماء عواصمها ..
ادرس هذه الخريطة جيدا ثم قم برسمها من الذاكرة على لوحة مناسبة من الورق موضحا عليها أسماء
هذه الدول الخمس التي اخترتها على أن نذكر ما يأتي بالنسبة لكل منها:

- موقع هذه الدولة من القارة التي تقع فيها ...
- جغرافيتها وتضاريسها (جبال ووديان وسهول وبحار وانهار)...
- أهم معالمها و آثارها.....
- صناعاتها وما تشتهر بإنتاجه....
- ثرواتها المعدنية والزراعية والسمكية....
- جوها على مدار فصول العم

3- تنظيم رحلة لأسرتك:

لاشك انك ككشاف سبق له أن اشترك في اكثر من رحلة مع طليعته أو فرقته تكون قد اكتسبت بعض الخبرة والدراية مما يؤهلك لأن تقوم بتنظيم رحلة لأسرتك وهاهي قد واتتك الفرصة ، لاشك انك تعلم أن منظم الرحلة هو المسئول الأول عن تخطيطها وتنفيذها.... وإليك هذه الإرشادات لتأخذها في الاعتبار لتكون لك عوناً في إنجاز رحلتك..

للرحلة مراحل ثلاث:

قبل الرحلة:

1. عليك أن تختار المكان الذي يحقق رغبات أعضاء الأسرة (حديقة - متحف - شاطئ... الخ)
2. عليك تحديد آلاقي :
مدة الرحلة : وهل هي ليوم واحد أو لأكثر من يوم
عدد الأفراد الأسرة المشتركين
مكان التجمع واليوم والساعة
موعد العودة
3. إبلاغ المشتركين بالأدوات التي يمكن اصطحابها معهم (لباس بحر- أدوات تسلية- آلة تصوير- آلات موسيقية .. الخ)
4. إعداد تصاريح الزيارة للاماكن التي تحتاج إلى تصريح
5. إعداد وجبات الطعام
6. الاتفاق مسبقا على أماكن المبيت (في حالة رحلة لأكثر من يوم)
7. إعداد حقيبة إسعاف أولى
8. وضع برنامج للرحلة

أثناء الرحلة

- قيامك بكافة متطلبات الرحلة سوف يشكل عليك عبئا ثقيلا قد تنوء بحمله ولذلك يجب عليك إشراك بعض أفراد الأسرة ليتعاونوا معك في تحمل مسؤولية بعض الأعمال بما يتناسب وخبرتهم في هذا المجال
- عليك تنفيذ برنامج الرحلة حسب التخطيط المسبق أو استبداله في حالة إحساسك بعدم ملاءمته لطبيعة المكان أو الظروف البيئية المحيطة بما يحقق السعادة والبهجة للجميع
- عليك بتسجيل الرحلة بالصور.....

بعد الرحلة :

- عند عودتك عليك أن تسجل مدى تحقيق الرحلة لأهدافها ، وما هي إيجابياتها وسلبياتها ، وان تدون ملاحظاتك واقتراحاتك بشأنها ..
- احتفظ باليوم تذكاري يحتوي صور الرحلة مع نبذة صغيرة اسفل كل صورة عن المكان والتاريخ و أسماء الأشخاص ...

شرح مفهوم الخدمة العامة لفرقتك:

كما ان للفرد حقوق على الدولة فان عليك واجبات نحوها يجب عليه ان يؤديها ، ومنها الخدمة العامة إذ أنها ضرورية وطنية يجب على كل مواطن إن يشارك فيها بحسب قدراته وإمكانياته .. والخدمة العامة هي الجهود الإيجابية التي يسهم بها المواطن متطوعا.. ذهنيا أو عضليا (وسواء أكان بمفرده أو بالاشتراك مع غيره) خلال فترة محددة بقصد تغطية احتياجات البيئة والمجتمع الذي يعيش فيه وبذلك فهي تتضمن تحقيق هدفين:

الأول: هدف تربوي:

- 1- إيجاد شباب يؤمن بان عليه رسالة تجاه وطنه يجب ان يؤديها
- 2- اكتساب المتطوع لمهارات وخبرات جديدة تجعله اكثر قدرة على خدمة المجتمع
- 3- استغلال أوقات الفراغ وشغلها بما يعود بالنفع على الوطن ..
- 4- تدريب الشباب على القيادة وتلقينه كيفية العمل في جماعات متفاهمة متعاونة
- 5- دعم الولاء للمجتمع الذي يعيش فيه وشعور الفرد بأنه جزء هام في البنيان الاجتماعي ...

الثاني : هدف إنتاجي :

- 1- الاستفادة من طاقة وقوة الشباب الكامنة وتوجيهها لخدمة المجتمع
 - 2- الاشتراك الفعال في برامج التنمية اقتصاديا واجتماعيا وعمرانيا ولما كانت الاحتياجات تختلف في بيئة عنها في الأخرى كان من الواجب عليك أن تتعرف على احتياجات البيئة والمجتمع الذي تعيش فيه للبدء بما هو أهم ..
- وفيما يلي نماذج لبعض أنواع مشروعات الخدمة العامة للاسترشاد بها :

(أ) الميدان الصحي :

- مكافحة الحشرات الضارة كالذباب والبعوض.... الخ
- المشاركة في ردم البرك والمستنقعات
- المساهمة في مكافحة الأوبئة
- نظافة الشوارع وإزالة القمامة والتخلص منها
- المساهمة في تحصين الأهلي ضد الأمراض المعدية

(ب) الميدان الاجتماعي :

- دعوة الأهلي لنبد الخرافات والمعتقدات الفاسدة كقراءة الطالع وتعليق التمام
- تبصير الأهلي بالإقلاع عن التقاليد الجاهلية كالأخذ بالثأر....

- المساعدة في مكافحة الإدمان على المكيفات وإيضاح مسائها الصحية والاقتصادية والاجتماعية بالاستعانة بالملصقات والنشرات والأفلام والشرائح
- الاشتراك في بعض الخدمات المتنوعة مثل أسبوع المرور وخدمة الحجاج والترفيه عن المرضى... الخ
- حل المنازعات وإنهاء الخلافات بين زملائه وأصدقائه
- الإسهام في بعض المشروعات التعميرية مثل:
- تعبيد الطرق - ترميم الجسور - التشجير - حفر المصارف - تجميل الميادين - والحدائق العامة
- ... الخ

(ج) الميدان الاقتصادي :

- نشر الوعي التعاوني بين الأهالي وإيضاح دور الجمعيات التعاونية بالاستعانة بالملصقات وغيرها
- توجيه وحث الأهالي على إنشاء صناعات محلية بما يتناسب وظروف البيئة التي يعيشون فيها ، كأشغال الإبرة والتطريز وتربية الدواجن وأعمال النسيج اليدوي ... الخ
- الدعوة إلى الاقتصاد والادخار وترشيد الاستهلاك..

(د) الميدان الثقافي :

- تنظيم المحاضرات والندوات بهدف رفع المستوى الثقافي لأعضاء المجتمع
- المشاركة في حملات محو الأمية
- المساهمة في إنشاء المكتبات وتشجيع الأهالي على ارتيادها ...

(هـ) الميدان القومي :

- المشاركة في الخدمة التي تتطلبها حالات الطوارئ كأعمال الدفاع المدني وأعمال الإنقاذ والإسعاف وإطفاء الحرائق.... الخ
- المساهمة في حراسة المنشآت العامة والكباري ومحطات المياه والكهرباء.. الخ
- إحياء ذكرى أبطال العرب أمثال صلاح الدين الأيوبي وعبد القادر الجزائري وعمر المختار... الخ واتخاذ من سيرتهم مثلاً للجهد والكفاح والتضحية في سبيل رفعة الوطن ومجده ..
- انتهاز المناسبات القومية لتنوير الأهالي بالأهداف القومية وتقوية الروح المعنوية

(و) الاشتراك ضمن إحدى الهيئات الآتية :

الدفاع المدني - الإطفاء - الإسعاف - الهلال الأحمر - الخ بادر بالانضمام إلى إحدى هذه الهيئات
الموضحة برغبة صادقة لتوفر لنفسك الأهلية والصلاحية لأداء الخدمات العامة للآخرين على خير وجه
.... ولكي يتسنى لك أيضا أداء دورك بفاعلية في خدمة المجتمع واضعا نصب عينيك دائما أن
مساعدة الناس هي من أهم ركائز الحركة الكشفية التي تنتمي إليها... وان الخدمة العامة من صميم
برامجها

الأنشطة الجماعية

الاشتراك في :

1- مشروع من مشروعات تنمية المجتمع على المستوى القومي :

تنمية المجتمع إنما تعني المشاركة الإيجابية المستمرة من جميع أفراد المجتمع (بما فيهم الكشافة) في أعمال تهدف إلى تنمية وتطوير المجتمع ليساير ركب الحضارة ، والتقدم العلمي المعاصر لتحقيق حياة أفضل لهذا المجتمع ..ويكون ذلك :

أولاً: بتجميع الجهود والموارد والبحث عن موارد معاونة

ثانياً : بالتعرف على الاحتياجات المختلفة لهذا المجتمع للقيام بتنفيذها على ضوء الإمكانيات المتاحة وبحسب أهميتها وأولويتها، ويمكنك أن تشارك في إحد مشروعات تنمية المجتمع على المستوى القومي بما يتمشى مع مشروعات الخطة القومية لتنمية المجتمع مثل:

مشروعات في مجال التعليم:

ويندرج تحت هذه المشروعات ما يأتي ، على سبيل المثال :
بناء المدارس - برامج محو الأمية - تنظيم دورات تدريبية في مختلف المجالات - إنشاء مكاتب وتزويدها بالكتب وتيسير وسائل الاطلاع

مشروعات في مجال الزراعة:

استصلاح الأراضي لزيادة الرقعة الزراعية - تحسين الإنتاج الغذائي - مقاومة التصحر والتعرية
وتجفيف الأرض - استخدام الماكينة في الزراعة والري - مكافحة الآفات الزراعية و أمراض الحيوان
- تنظيم ودعم الجمعيات التعاونية - تهجين الماشية لزيادة إنتاج الألبان واللحوم - وتربية النحل -
إقامة مزارع الدواجن الخ

مشروعات في مجال الصحة :

إنشاء مراكز للإسعاف - التعاون مع الهيئات التي تعمل في هذا المجال - المشاركة في تحسين نوعية التغذية والتربية الغذائية - المساهمة في مكافحة الأمراض المعدية وتوفير الظروف الصحية الملائمة... الخ

مشروعات في مجال الثقافة :

توفير قاعات متعددة الأغراض أو أماكن صالحة لتنظيم المحاضرات والندوات وعرض الأفلام الثقافية و إقامة العروض الفنية والمسرحية الهادفة - إنشاء مكتبات تحتوي العديد من الكتب في مختلف الفروع (أدبية تاريخية - علمية... الخ)

مشروعات في مجال الصناعات الصغيرة :

الحرف اليدوية والهوايات - المجال هنا مفتوح على مصراعيه - فهناك العديد من الهوايات يمكن التدريب عليها وإتقانها وإقامة مصانع صغيرة تعود بالخير العميم وتستفيد منها البيئة..

2- دراسة ميدانية اجتماعية يستفيد منها المجتمع المحلي

لفرقتك :

بعد العرض السابق لمجالات أنشطة تنمية المجتمع اصبح واجبا عليك تكوين " جماعة عمل من أفراد طليعتك أو فرقتك لإجراء دراسة ميدانية اجتماعية للحى ، على أن تقوم بتقديم حصيلة هذه الدراسة لمجلس عرفاء الطلائع حتى ما اقراها كان عليك تنفيذها بالاشتراك مع أقرانك ...

3- تنظيم رحلة لبعض سكان الحي أو المنطقة :

سبق لك أن قمت بتنظيم رحلة لأفراد أسرتك الأمر الذي يجعل من الميسور عليك (بالتعاون مع أفراد طليعتك) تنظيم رحلة لبعض أهالي الحي مراعيًا تطبيق كل خبراتك السابقة ...

ثالثا: في مجال التربية الصحية والرياضية

الأنشطة الفردية

1- الاشتراك ضمن فريق في لعبة جماعية :

الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يراه إلا المرضى " .. الرياضة ترتبط اشد الارتباط بالصحة .. فهي أحد العوامل الهامة التي تضفي على الجسم مزيدا من الصحة والقوة ، وتبعث في النفس فيضا من السرور والمتعة ، كما إن الألعاب الجماعية منها تنمي في الفرد روح الجماعة والتعاون هناك الكثير من الأنشطة الرياضية الفردية يمكنك اختيار ما يتناسب منها وتكوينك الجسماني وما يحقق رغبتك وهوايتك مثل المشي والجري والتنس وتنس الطاولة والسباحة والمصارعة ... الخ كما أن هناك أيضا أنشطة رياضية أخرى كثيرة ولو أنها تمارس في مجموعات إلا إنها تتطلب مهارة فردية تستلزم منك التدريب بمفردك لتصبح قادرا على الأداء الجيد فتستطيع بذلك مجازاة أفراد الفريق في أعباءه وتسخير هذه المهارة في خدمة الفريق، مثل كرة القدم ، و كرة السلة ، و كرة اليد ، و الكرة الطائرة ... الخ ، وعليك أن تشترك في لعبة جماعية تختارها بمقتضى رغبتك وإشباعا لهوايتك فتتضمن إلي إحدى فرقها لتمارس تدريباتها ..

- تقدم إلى قائدك ببطاقة عضويتك بالفريق الذي اخترته وانضممت إليه ..

2- ممارسة التمرينات البدنية لجميع أجزاء الجسم:

ممارسة التمرينات البدنية يوميا وبانتظام مع مراعاة حسن الأداء هي الوسيلة الناجحة للمحافظة على صحتك وحيويتك وشبابك فتصبح قادرا على مواجهة مصاعب ومشاكل الحياة، مستطيعا تحمل المشاق والمتاعب دون عناء، متخطيا العقبات بإرادة قوية وعزم شديد، ويمكنك أداء هذه التمرينات حيثما كنت شريطة حسن تهوية المكان، فهي لا تحتاج إلى أماكن متسعة أو تتطلب الأجهزة والأدوات وكل ما تحتاجه هو ارتداء الملابس الخفيفة حتى لا تعيق حركتك عند أدائها، وعلى ذلك يمكنك ممارستها في غرفتك الخاصة بعد فتح نوافذها للتهوية ، أو في الهواء الطلق في حديقة الدار مثلا، وتخضع التمرينات البدنية لاشتراطات وترتيبات خاصة يجب مراعاتها والالتزام بها لتكون الفائدة اعم واشمل وهي تتمثل في :

أ- مارس التمارين في مكان متجدد الهواء أو في الهواء الطلق ، وبعد تناول الطعام بساعتين على الأقل..

ب- المثابرة والانتظار على أداؤها في مواعيد محددة وجبذا لو كانت في الصباح الباكر قبل تناول الإفطار أو في المساء قبل النوم وبعد تناول العشاء بساعتين ...

ت- أداء التمارين بالطريقة السليمة بان تأخذ الحركة أقصى مداها وفي الوضع الصحيح

ث- يجب أن تشمل التمارين جميع أعضاء الجسم (الذراعين والمنكبين والرقبة والجذع والبطن والظهر والرجلين...)

ج- يجب إعداد وتجهيز العضلات لاستقبال التمارين تنشيطا للدورة الدموية (أي التسخين) بالبدء بتمارين خفيفة سهلة حتى لا تفاجأ العضلات بمجهود كبير وتعرض للتقلصات وغيرها، كالمشي ببطء مثلا ثم الإسراع رويدا رويدا أو الجري...

ح- عند أداء التمرينات أبدا بالسهل ثم تدرج في الصعوبة على أن تنتهي بالعودة إلى السهل مرة أخرى

يستحسن تسجيل النتائج لملاحظة مدى التقدم ونمو العضلات وذلك بتسجيل الوزن والطول ومحيط بعض الأعضاء كالرقبة والصدر والذراعين.. الخ ومتابعة ذلك ..

وقبل البدء في شرح بعض التمارين على سبيل المثال يجب التنبيه إلى مراعاة تصحيح بعض العادات الخاطئة التي يغفلها الكثيرون والتي تسبب الكثير من المتاعب الجسمانية ..

- الجلوس الصحيح

يجب مراعاة الجلسة الصحيحة (على مائدة الطعام، أو المكتب أثناء الكتابة) بان تجلس منتصبا وعلى أن تلامس قدمك الأرض بالكامل ، ودون أن تحني ظهرك ، خاصة وأنت تكتب (لاحظ أن يكون ارتفاع المائدة أو المكتب مناسباً...)

- الوقفة الصحيحة:

بان تقف باعتدال واستقامة، والرأس مرفوعة والصدر للأمام في وضع طبيعي ودون توتر، وعلى أن تحمل ثقل جسمك على كلتا قدميك

- المشية الصحيحة:

بأن تسير منتصب القائمة باعتدال ، والرأس مرفوعة وعمودية على الكتفين ، والصدر للأمام دون توتر، وعلى أن يقابل كعبك الأرض - أولاً مع أرجحة الذراعين من الكتف

تمريبات التدفئة (التسخين):

إليك بعض تمرينات التدفئة :

- الجري في المحل مع رفع الركبتين لأعلى وثبات الذراعين بجانب الجسم على امتدادهما ...
- السير في المحل 4مرات ثم الجري في المحل 4 مرات مع رفع الركبتين لأعلى ...
- الجري حول الملعب 4مرات ثم السير حوله 4 مرات ..
- الوثب لأعلى في المكان 4 مرات ثم الوثب مع فتح وضم الرجلين في الهواء 4 مرات ..
- التغير بين الجري و المشي السريع والجري مع رفع الركبتين عاليا ..
- قف وذراعاك على امتدادها بجانب جسمك والكفين تجاه الفخذين ...

عليك بالوثب في المكان لأعلى من هذا الوضع مع رفع الذراعين عرضا من الجانبين ليتلاقى الكفان أعلى الرأس مع فتح الرجلين ثم الوثب ثانية للعودة إلى الوضع الأول ، وهكذا كرر عملية الوثب .. ويمكن أداء هذا التمرين بشكل آخر، قف وقدماك مضمومتان وذراعاك أعلى رأسك والكفان تجاه بعضهما ..

عليك بالوثب في المكان مع خفض الذراعين الجانبين عرضا وفتح القدمين ليتلاقى الكفان مع الفخذين ، ثم الوثب ثانية للعودة إلى الوضع الأول ، وهكذا

تمرينات للعنق (الرقبة):

- قف وقدماك متباعدتان ويداك في خصرك
- عليك بثني رأسك لأسفل حتى تلامس صدرك بذقنك ، عد للوضع الأول كرر ذلك عدة مرات
- قم بثني رأسك لليمين جهة كتفك لأقصى ما تستطيع ثم عد للوضع الأول وكرر ذلك عدة مرات ..
- قم بثني رأسك لليمين جهة كتفك لأقصى ما تستطيع ثم عد للوضع الأول وكرر ذلك عدة مرات ..
- افعل نفس التمرين السابق ولكن لجهة اليسار ..
- لف رأسك جهة اليمين لأقصى ما تستطيع ثم لفه لليساار لأقصى ما تستطيع ، وكرر ذلك عدة مرات ..
- لف رأسك في حركة دائرية مبتدئا من اليمين ثم للأمام ثم لليساار ثم للخلف " عدة مرات " ثم اعكس الدوران بنفس عدد المرات ..

- ضع يديك مشتبكتين خلف رأسك ثم اضغط بيديك على رأسك دافعا إياها للأمام لتلمس صدرك بذقنك وفي نفس الوقت حاول أن تقاوم برأسك هذا الضغط
- عد للوضع الأول بنفس الطريقة وقاوم هذا الضغط بيديك .. كرر ذلك عدة مرات ..
- ضع كفك الأيمن على ذقنك (اسفل الفك الأيمن) ثم ادفع رأسك للجانب الأيسر مع مقاومة رأسك لهذا الدفع ..
- عد للوضع الأول بنفس الطريقة .. الضغط بالرأس للعودة جهة اليمين ومقاوم هذا الضغط باليد..
- كرر ذلك عدة مرات، ثم افعل هذا التمرين باليد اليسرى والفك الأيسر وكرره بنفس عدد المرات السابقة ...

ملاحظة هامة:

يراعى في جميع هذه التمارين أن تكون الحركة على محور الفقرات العنقية مع ثبات الجذع

تمرينات الذراعين :

- قف وقدماك متباعدتان ويديك بجانبك على امتدادهما ، ارفع ذراعيك مفردتين لأعلى رأسك ثم عد للوضع الأول وكرر ذلك (شكل أ)
- قف كالتمرين السابق وارفع ذراعيك إلى مستوى صدرك ثم افتحهما عرضا ، ثم عد بذراعيك للأمام ثانية لأسفل وكرر ذلك (شكل ب) ..
- قف وقدماك متباعدتان وذراعاك بجانبك على امتدادهما ، طوح ذراعيك بالتبادل على شكل دائرة للأمام ولأعلى ثم للخلف ولأسفل ..

تمرينات الجذع:

- قف وقدماك متلاصقتان وذراعاك بجانبك على امتدادهما، قم بثني جذعك لليمين قدر استطاعتك مع انزلاق يدك اليمنى على فخذك لأسفل في نفس الوقت الذي تتلوق فيه يدك اليسرى لأعلى حتى تصل أطراف أصابعها تحت إبطك ...
- افعل مثل ذلك للييسار، وهكذا بالتبادل عدة مرات ... وتيسيرا لأداء هذا التمرين يمكنك أدائه وقدماك متباعدتان
- قف وقدماك متباعدتان ، قم بثني جذعك لأسفل محاولا لمس الأرض بيديك ، ثم عد للوضع الأول ، وكرر ذلك ...
- يلاحظ عدم ثني الركبتين عند أداء هذا التمرين

- قف وقدماك متباعدتان در لليمين بجذعك مع رفع ذراعيك جانبا .. عد للوضع الأول مع خفض الذراعين .. ذلك و وهكذا بالتبادل

تمرين المنكبين :

- انبطح على وجهك على الأرض مع انتصاب قدميك لأعلى وملامسة الأرض بأصابعهما فقط مع وضع كفيك بجذاء منكبيك وبتساع صدرك..
- ادفع الأرض بكفيك ماذا ذراعيك ومبتعدا بجسمك عن الأرض ، ثم عد للوضع الأول بثني ذراعيك ، وكرر ذلك .. لاحظ استقامة الجسم عند أداء الحركة وعدم تقوسه...

تمرين للبطن

- ارقد على ظهرك على الأرض ويداك في خصرك ، ارفع رجلك قليلا عن الأرض لتصنع معها 45 درجة ، افتح وضم رجلك في هذا الوضع عدة مرات ...

تمرين للرجلين :

- قف وقدماك متباعدتان قليلا وذراعاك بجانب على امتدادهما ..
- ارفع ذراعيك للأمام مع ثني الركبتين قليلا ورفع الكعبين ثم عد للوضع الأول...
- أداء هذه الحركة يكون ببطء
- هذه بعض نماذج للتمارين ، وهناك غيرها كثيرا تجدها في الكتب والمجلات ويمكنك الاستعانة بها والاستزادة منها ...

3- تدريب الغير على بعض التمرينات أو الألعاب ومعرفة قانونها

وكيفية تحكيمها :

لكي تستطيع أن تقوم بتدريب غيرك على أداء التمرينات الرياضية سواء الفردية منها أو الجماعية لابد لك من أن تجيد أنت نفسك أداءها ففاقد الشيء لا يعطيه وعليك ألان أن تختار إحدى الألعاب الجماعية المحببة إلى نفسك لتتعرف على قواعدها وقوانينها لتستطيع تدريب غيرك عليها ويمكنك التحكيم فيها ...

ولنأخذ على سبيل المثال اللعبة التالية :

كرة القدم

المفروض في اختيارك لهذه اللعبة أن تكون قد مارستها تحت إشراف مدرب وان تكون قد تعرفت على طرق ووسائل التدريب عليها، وان تكون قد تفهمت أساليبها وخططها ، فالمدرب الناجح من كان متقنا لقواعد اللعبة التي يقوم بالتدريب عليها.

وعندما تتأكد من توافر هذه المقومات لديك ،أسرع في تكوين فريق لكرة القدم سواء في مدرستك أو فرقتك أو من أبناء الحي الذي تقيم فيه أو في اقرب مركز شباب لك ، ثم تسعى للحصول على أدوات التدريب كالكرة وخلافها ...

وعليك أن تتخير المكان الذي ستمارس فيه التدريب بحيث يكون مستوفيا للشروط القانونية ، ثم قم بإعداد جدول زمني لأوقات التدريب ...

ولكي تكون مستطيعا التحكيم في المباريات لابد وان تتوفر فيك عدة شروط تتمثل في :

- الإلمام التام بأصول وقواعد وقوانين اللعبة
- اللياقة البدنية الكاملة مما يؤهلك لمجارة اللاعبين في تحركاتهم فتتواجد قريبا من الكرة وبذلك يمكنك إبداء الحكم الصحيح إزاء أي تصرف ..
- النزاهة والحياد التام، وعدالة الأحكام
- الحكمة مع الحزم
- وقبل مباشرة التحكيم عليك بالتأكد من :

صلاحية الملعب واستيفائه لكافة الشروط القانونية

صلاحية شبكتي المرميين وجودة تثبيتهما وسلامتهما من التمزقات..

صلاحية الكرة ومطابقتها للمواصفات

صلاحية ملابس وأحذية اللاعبين بفحصها للتثبت من ذلك

وهناك نقطة هامة يجب أن توضع في الاعتبار ويتوقف عليها نجاح التحكيم وهي التعاون المطلق

مع مساعدتك (مراقبي الخطوط) وذلك بالاتفاق فيما بينكم على إشارات ورموز ذات معنى

خاص للتفاهم ..

4- الجري لمسافة 400 مترا:

الجري لعبة رياضية فردية قائمة بذاتها، لها مسابقاتها ومبارياتها وهي تخضع لأصول وقواعد يجب مراعاتها والالتزام بها..

وفي الجري تقوية للصدر والرئتين وتنشيط للدورة الدموية وتقوية لعضلات الساقين والجري ضروري لكثير من الألعاب الرياضية الأخرى مثل كرة القدم وكرة السلة وغيرها.. ولممارسة هذه الرياضة ممارسة صحيحة يجب ان تؤدي تحت إشراف مختص للتعرف على طريقة الجري السليمة وطريقة الاستعداد والبدء..

أبدا الجري لمسافات قصيرة مراعيها هذه القواعد ثم تدرج في زيادة المسافة مع قياس الزمن، أما بالاستعانة بأحد زملائك أو باستخدام ساعة التوقف إلى أن تصل إلى المعيار الدولي المحدد للفتى اللائق بدنيا في سن الكشاف المتقدم وهو 400 متر في زمن قدره دقيقة واحدة ..

5- المشي مسافة 5000 مترا:

المشي رياضة ممتعة ومفيدة جدا للصحة..

ويراعي في المشي الشروط الآتية :

- أن يكون في الهواء الطلق بعيدا عن دخان المصانع وعادم السيارات..
- أن يكون بخطوات منتظمة نشطة مع اعتدال القامة في غير توتر مع مرجحة الذراعين من الكتف..

يراعي اختيار الملابس المناسبة التي لا تعيق الحركة وخاصة ما كان متعلقا بالحذاء
أبدا المشي لمسافات قصيرة ثم تدرج في الزيادة مع قياس الزمن إلى أن تصل إلى المعيار الدولي المحدد للفتى اللائق بدنيا في سن الكشاف المتقدم وهو 5000 متر في زمن قدره 20 دقيقة

الأنشطة الجماعية

1- الوقاية من الأمراض المتوطنة:

يطلق لفظ الأمراض المتوطنة على تلك الأمراض التي تنفشي في البيئة ويتعرض للإصابة بها الكثير من الناس نتيجة لجهلهم بمدى أخطارها وعدم اتخاذهم الحيطة والرقابة الكافية لحمايتهم من أضرارها وشرورها.. ومن أمثلة ذلك :

الرمد بأنواعه:

أمراض تصيب العيون نتيجة لعدم النظافة ويؤدي الإهمال في علاجها إلى فقدان البصر وهي تنفشي في الأماكن التي تكثر فيها القاذورات والفضلات، وبالتالي يتكاثر فيها الذباب الذي يعتبر من العوامل الأساسية في انتقال هذه الأمراض من شخص إلى آخر...

الملاريا:

وهي حمى خطيرة ينقلها البعوض، وتنتشر الإصابة بها في الأماكن التي تكثر فيها البرك والمستنقعات والمياه الراكدة حيث يجد البعوض فيها مرتعا خصبا للنمو والتكاثر.

البلهارسيا والانكلستوما:

وكلاهما من أمراض الريف الشائعة، ويصاب بها المرء بسبب الاغتسال أو الخوض والأقدام عارية في المياه الراكدة والترع حيث تعيش يرقاتها ...

وتتمثل خطورة جميع هذه الأمراض في أنها تحطم قوى المصاب وتوهن من عزيمته وتضعف من قدرته على العمل وبالتالي تقلل من كفاءة الإنتاج مما يكون له أكبر الأثر على اقتصاديات البلاد.. وعلى ذلك فمن الواجب عليك بالتعاون مع أفراد فريقك تنظيم الحملات الإرشادية وتوعية الأهالي بمدى خطورة الإصابة بهذه الأمراض وبطرق الوقاية منها وذلك باتباع إحدى الوسائل الآتية:

- عقد ندوات ومحاضرات يشرف عليها أخصائيون في الطب الوقائي ..
 - عروض سينمائية توضح أضرار الإصابة وطرق الوقاية ..
 - عمل لوحات مبسطة وبأسلوب سهل مدعمة بالصور توضح ما يأتي:
- مراعاة النظافة الشخصية بغسل اليدين بالماء والصابون قبل تناول الطعام وبعده
- الاغتسال بالماء النقي وعدم الاغتسال أو الخوض والأقدام عارية في مياه الترع

- تجنب التبول أو التبرز في مجاري المياه أو على شواطئها..
- على الماء قبل الشرب وفي حالة الشك في عدم نقائه
- عدم ترك القمامة مكشوفة والتخلص منها بدمها أو حرقها في أماكن بعيدة عن المساكن
- عدم ترك الأطعمة مكشوفة للتراب والهواء
- استخدام سلك شبكي رفيع على النوافذ
- استخدام المبيدات الحشرية

2- مشروعات خدمات صحية للبيئة :

نذكر فيما يلي بعض مشروعات الخدمات الصحية التي يمكن لك أن تتولاها مع طليعتك او فرقتك
ولما كانت كل بيئة تختلف عن الأخرى من حيث احتياجاتها فعليك أن تتعرف على احتياجات بيئتك لتبدأ بما هو أهم بالنسبة لها:

- مشروع عمل مرشح مياه (بالنسبة للبيئة التي لا يصلها الماء النقي)
- مشروع تنقية المياه
- مشروع الصرف الصحي باستعمال حوض م الصفيح
- مشروع وقاية الأطعمة من التلوث
- مشروع التخلص من القمامة والفضلات

3- تنظيم وأداء لعبة جماعية:

سبق لك اختيار لعبة جماعية وتعرفت على قواعدها وقوانينها وكيفية التحكم فيها..
ومطلوب منك الآن تنظيم مسابقة في لعبة من الألعاب الجماعية ككرة السلة مثلا ولعبة فردية
مثلا تنس الطاولة
اتصل بإحدى الفرق الكشفية المجاورة لك لتتفق معها على تنظيم نشاط رياضي ومباريات بين
فريقيها وفريقك بعد اختيار نوع الألعاب ..
وهناك طريقتان لتنظيم مثل تلك المباريات
طريقة خروج المغلوب:

وفيها تقسم الفرق إلى ثنائيات بحيث يتبارى كل ثنائي على حدة والمغلوب منهما يخرج من المباريات ويكمل الفائزون المسابقة بنفس الطريقة حتى تنتهي بفوز إحدى الفرق
أولاً: إذا كان عدد الفرق المشتركة زوجياً (2) ومضاعفاتهما 4-8-16- تجرى المسابقة على النحو التالي:

نفرض أن عدد الفرق (8) تجري القرعة بين الفرق ولنفرض أنها أسفرت عن الفرقة (1) تلعب مع الفرقة (3) مع الفرقة (8) والفرقة (4) مع الفرقة (7) والفرقة (5) مع الفرقة (6) فيوضع تنظيم جدول المباريات كالأتي :

الشوط الأول الثاني الثالث الفائز

ثانياً: إذا كان عدد الفرق فردياً وليس من مضاعفات (2) فتتنظم المباريات كالأتي :

اطرح عدد الفرق المشتركة من أكبر رقم مضاعف لرقم (2) قريب من هنا العدد
فلو كان عدد الفرق (5) مثلاً فيكون أكبر رقم مضاعف لرقم (2) قريب من العدد هو (8)
 $3=5-8$

أي ثلاث فرق لا تشترك في الدور التمهيدي وتقام مباراة بين الفرقتين الباقيتين ويخرج المغلوب منها يصبح لدينا واحدة تضاف إلى الثلاث فرق التي لم تشترك في الدور التمهيدي فيصبح لدينا أربع فرق يتبع معها ما جاء في "أولاً"
مثال آخر:

نفرض أن عدد الفرق المشتركة 15 فرقة

فيكون أكبر عدد مضاعف لرقم "2" وقريب من الرقم "15" هو "16"

$$1=15-16$$

أي أن فرقة واحدة لا تشترك في الدور التمهيدي

وتقام المباريات بين 14 فرقة في الدور التمهيدي... وتكون النتيجة بعد خروج المغلوب "7"
فرق تضاف إليها الفرقة التي لم يسبق اشتراكها في الدور التمهيدي فيصبح لدينا "8" فرق يتبع معها ما جاء في "أولاً"

طريقة الدوري:

قد يكون الدوري من دورة واحدة وقد يكون من دورتين، وفي كلتا الحالتين يقابل كل فريق جميع الفرق الأخرى المشتركة مرة واحدة في الحالة الأولى ، أو مرتين في الحالة الثانية ...

حساب النقاط:

تحسب للفريق الفائز أربع نقاط ، أما في حالة التعادل فينتقسم الفريقان ويحصل كل منهما على نقطتين

ويحسب للفريق المهزوم نقطة واحدة ، أما في حالة الانسحاب فيكون للمنسحب "صفر"
ويرسم الجدول كما هو موضح فيما بعد بفرض أن الفرق المشتركة هي :
أ، ب، جـ ، د، هـ، و.....

ومن هذا الجدول نستنتج :

□ الفريق "أ" هو الأول حيث أن مجموع ما حصل عليه هو 15 نقطة
□ هناك فريقان متساويان في عدد النقاط التي حصلوا عليها " 13" نقطة هما فريق " جـ "
"و"

□ ويكون فريق " و" هو الثاني لان ماله من عدد إصابات اكثر ويكون فريق " جـ " هو
الثالث

□ يكون فريق " د" هو الرابع لحصوله على " 11" نقطة

□ يكون فريق " هـ" هو الخامس لحصوله على " 10" نقاط

□ يكون فريق " ب" هو السادس لحصوله على " 7" نقاط

4- حملة إرشاد المزارعين:

الزراعة ثروة قومية يجب الاهتمام بها فهي إحدى ركائز اقتصاديات البلاد
والمزارع هو دعامة هذه الزراعة وعلى جهوده يتوقف نجاحها ولما كان لا غنى للمزارع عن
الاستعانة بالحيوانات والدواجن في شتى شئون حياته كالجـر والحمل وغير ذلك ، وكمصدر من
مصادر الغذاء حيث توفر له اللحوم والبيض والألبان ومشتقاتها كان من الضروري العمل على
توفير كافة الوسائل التي تكفل له الإنتاج الجيد الوفير من المحاصيل والصحة الجيدة للحيوانات
والدواجن وذلك باتباع الآتي :

- تسخير الميكنة الزراعية في الحرث والري والحصاد لما في ذلك من توفير كبير في الجهد
والوقت

- ضرورة اتباع القواعد الصحية تجنباً للإصابة بالأمراض

- التوعية بالآفات الزراعية وكيفية مكافحتها وبالأمراض التي تصيب الحيوانات والدواجن
وطرق مقاومتها

- التوعية بالطرق الحديثة المستعملة في تسميد الأرض وأنواع السماد الجيد

أمراض الحيوانات: منها:

التتانوس- وحناق المواشي والخيول- والطاعون البقري- والدرن - وطاعون الخيل-.... الخ

أمراض الدواجن: منها:

الإسهال الأبيض المعدي- الزكام المعدي (الكوريز المعدي) - مرض السرة.... الخ

الآفات الزراعية: منها:

الحشرات القشرية - وذبابة الفاكهة - وعفن الثمار- ودودة ورق القطن - والمن... الخ
وواجبك في هذا المجال الاتصال بأحد المختصين الزراعيين ليحاضر كم عن هذه الأمراض
والآفات ليصركم بأنواعها وأخطارها وطرق مكافحتها ومقاومتها ، للقضاء عليها ليتسنى لكم
نقل هذه الخبرات والمعلومات للمزارعين في حملة إرشادية تنظمها الفرقة تحت إشراف خبير
ولمعاونة المزارعين عمليا في ذلك

5- حملة مكافحة تلوث البيئة :

تعاني البشرية هذه الأيام من أخطار رهيبية تهددها بسبب تلوث البيئة ، وذلك فهي تعمل جاهدة
وبكل ما لديها من وسائل للتغلب على هذه الخطر الداهم الذي يتهدهدها والذي يحيط بها من كل
مكان

فالمصانع تعمل على تلويث الهواء بما تطلقه من أذخنة تحتوى الكثير من المواد الضارة كدقائق
الفحم وغاز ثاني أكسيد الكربون وأكسيد النتروجين... كما تعمل على تلويث المياه بما تقذفه
فيها من محاليل الأملاح ومخلفاتها مما يؤدي بحياة الأسماك التي تعيش فيها ومما يسبب الأضرار
للحيوانات والماشية التي تشرب منها ...
والطائرات النفاثة والسيارات بأعدادها الهائلة والمتزلية تطلق أذخنتها وعودا مها في الشوارع
والطرق فتلوث الهواء بما تحتوى من غازات سامة وخانقة كدقائق الرصاص السامة ..
والسفن والبواخر بما تقذفه من زيوت ومخلفات تلوث مياه البحر ...
وليت الأمر يقتصر على ذلك فحسب بل إن الإنسان نفسه يقوم بتلويث الهواء بالتدخين وبتلويث
المياه بالتبول والتبرز فيها

ولمكافحة هذا التلوث إيجابيا يجب أن نسلك طريقين لا غنى لأحدهما عن الآخر.....

الأول: ويقع على كاهل الحكومات ، وذلك بان تفرض على المصانع تركيب مرشحات
لامتصاص تلك المواد الضارة ، وان تعمل على منعها من إلقاء مخلفاتها في المياه ، وخاصة ما يتعلق
بالسفن والبواخر....

الثاني: ويقع على كاهل الأفراد باتباع القواعد الصحية والامتناع عن التدخينوهنا يبرز دورك ككشاف فعليك باتباع الآتي :

- التوعية بمضار التدخين صحيا واقتصاديا و أثره على تلوث البيئة ...
- التبصير بمضار استخدام المياه الغير نقية في الشرب أو الاغتسال ... الخ وما يشبه ذلك من أمراض خطيرة
- إرشاد الأهالي إلى كيفية اتخاذ الإجراءات الوقائية بالنسبة للمياه في حالة الشك في نقائها مثل الغلي - المرشحات - إضافة مواد كيميائية ... الخ
- التوعية بأضرار التبول والتبرز أو إلقاء الفضلات بجوار مصادر المياه والطرق وتحت الأشجار

رابعاً: الأنشطة العلمية

الأنشطة الفردية

1- شرح مميزات مرصد فلكي وطريقة عمله:

لا يقتصر المرصد على ما يوجد بداخله من أجهزة مختلفة، بل توجد هناك أجهزة أخرى خارجية تتصل به عن طريق دوائر كهربائية أو لاسلكية تعمل على جمع المعلومات للمرصد...ومن أمثلة هذه الأجهزة:

1- الثيرموجراف:

جهاز يستعمل في تسجيل التغيرات التي تطرأ على درجات الحرارة ...

2- الباروجراف:

جهاز يستعمل في تسجيل تغيرات الضغط الجوي....

3- التلسكوب:

4- التلسكوب الرادري:

وهو تلسكوب يعمل بنظام الموجات اللاسلكية حيث يستقبل الضوء المنبعث من النجم أو الجرم السماوي على شكل موجات لاسلكية، وعن طريقها يمكن التعرف على النجوم المختلفة....
البلانتيوم: جهاز يقوم بتصوير النجم على أفلام تعرض على شاشة في السقف على شكل قبة تعرف باسم قبة السماوية" وبذلك يمكن للمشاهدين رؤية صور النجوم والكواكب وحركتها.

2- آلة التصوير وكيفية استعمالها:

عمل آلة التصوير مماثل تماماً لعمل العين البشرية، فهي تلتقط الضوء المنعكس من الأشياء المراد تصويرها حيث ينفذ خلال عدستها، ويقوم الغالق (الحاجب) وهو حاجز الضوء بحجب هذا الضوء فلا يصل إلى الفيلم، ولكن عند تحريك هذا الحاجب بواسطة الضغط على زر خاص فان الضوء المنعكس ينفذ ويصل إلى الفيلم وبهذا تسجل الصورة...
يوجد بداخل الآلة بكرتان:

الأولى: تحمل شريط التصوير(الفيلم) قبل تعرضه للضوء...

الثانية : يكون فارغة لاستقبال شريط التصوير بعد تعرضه للضوء عن طريق دورانها بواسطة ذراع خاص تقوم بجذب الشريط من البكرة الأولى عقب كل لقطة لكي يلتف على البكرة الثانية

الأجزاء الرئيسية للآلة:

- 1- **جسم الآلة:** وهو عبارة عن جسم محكم الغلق ضد الضوء
- 2- **محدد المنظر(منظار الرؤية) :** وهو الجزء الذي ينظر المصور من خلاله للشئ المراد تصويره
- 3- **العدسة:** وهي الجزء الذي يستقبل الضوء المنعكس من الأشياء
- 4- **الغالق (الحاجب) :** وهو الجزء الحاجب للضوء من النفاذ إلى الفيلم إلا عند تحريكه لالتقاط الصورة
- 5- **الضاغط(الزناد):**وهو الزر الذي بالضغط عليه يفتح الحاجب
- 6- **ذراع تغيير اللقطات:** وهو الذي يقوم بتحريك، شريط التصوير عقب كل لقطة..
- 7- **ضابط المسافة:** ويعمل على تقريب أو أبعاد المنظر عن العدسة حتى يتم ضبط المسافة بين المنظر والبيّرة ..

استعمال الآلة:

- قم بتركيب شريط التصوير(الفيلم) في الآلة:
- حدد المنظر الذي ترغب في تصويره ..
- لا تواجه الضوء عند التصوير بل اجعله خلفك
- امسك الآلة بثبات وفي وضع عمودي مستقيم حتى لا تظهر الصورة مائلة ..
- اجعل المنظر المراد تصويره في نطاق "منظار الرؤية"
- اضبط المسافة بين العدسة والمنظر بحيث تبدو الأشياء واضحة
- في الضوء القوي استعمل اصغر فتحة للعدسة ، واستعمل اكبر فتحة في الظل ...
- اغلق إحدى عينيك أثناء التصوير لترى الأشياء بوضوح
- اكنم نفسك عند الضغط على زر حاجز الضوء حتى لا تتهتز الصورة

3 – شرح نظرية الطيران :

تجربة :

- امسك بطبق من البلاستيك واجعل سطحه أمام تيار هوائي مروحة تدور بسرعة كبيرة وبحيث يقع تيار هوائها عموديا على سطح الطبق ...
- تلاحظ ميل الطبق للاندفاع للخلف في نفس اتجاه تيار الهواء وتحت تأثير قوة ضغطه "شكل 1"

- امسك نفس الطبق واجعل سطحه في وضع مائل تجاه تيار هواء المروحة (45 درجة)
- تلاحظ أن قوة ضغط الهواء العمودية على الطبق تعمل على دفعة للخلف وان انحراف الهواء لأعلى بعد اصطدامه بالطبق يعمل على دفعة لأعلى ، وعلى هذا نجد أن الطبق يميل للتحرك لأعلى مع الاندفاع للخلف " شكل 2"
- امسك الطبق في مستوى أفقي أي نفس مستوى اتجاه تيار الهواء...
- تلاحظ انعدام حركة الطبق وانه لا تأثير لهذا الهواء عليه " شكل 3"

نستنتج من ذلك :

- انه إذا تعرض سطح جسم لتيار هواء متحرك وكان عموديا عليه فانه يكتسب قوة اندفاع تسمى " قوة دفع"
- وانه إذا تعرض سطح الجسم لتيار هواء متحرك وكان مائلا تجاهه فانه يكتسب قوة لأعلى تسمى " قوة رفع"

لو عكسنا الوضع وجعلنا الجسم هو المتحرك والهواء هو الساكن لحصلنا على نفس النتيجة السابقة.. أما بالنسبة للطائرة فانه عند إقلاعها تندفع على ارض الممر بسرعة عالية ولمسافة طويلة في اتجاه مضاد للريح لاكتساب قوة الدفع ...

وعندئذ يقوم الطيار بتحريك الأجنحة لوضعها في زاوية تسمى " زاوية الاحتراق" فيحدث ضغط هواء على اسفل الأجنحة يفوق الضغط أعلاها بكثير فيدفع بالأجنحة لأعلى حاملة معها جسم الطائرة

ويوجد بذيل الطائرة جناحان صغيران يقومان بنفس عمل الأجنحة الكبيرة لمساعدة رفع الجزء الخلفي من الطائرة ، يكون مقطع الجناح انسيابيا لتقليل قوة مقاومة الهواء ..
القوى المؤثرة على الطائرة:

(أ) وزن الطائرة : أي قوة شد جاذبية الأرض لجسم الطائرة لأسفل

(ب) قوة رفع: وهي القوة التي تعمل على رفع الطائرة لأعلى نتيجة

حركتها واختراقها للهواء

(ج) قوة دفع: هي قوة إعاقه الهواء لحركة الطائرة للأمام ، ويكون اتجاهها

عكس حركة الطائرة ...

4- إعداد تقرير مصور عن رحلة فضائية:

كلمة فضاء إنما تعني الفراغ... ولما كان يحيط بالأرض ويعلوها طبقة من الهواء يطلق عليها " الغلاف

الجوي" فهي إذن ليست في الفضاء ، ويطلق لفظ الفضاء على ما هو خارج الغلاف الجوي حيث

تسبح فيه الشمس والقمر والنجوم والكواكب

بالخروج من الغلاف الجوي نتخلص من جاذبية الأرض وتصبح الأشياء في حالة انعدام الوزن

فإذا انطلق صاروخ بسرعة 40.000 كيلومتر في الساعة فانه يتخلص من جذب الأرض ويستقر في

الفضاء .. وهذه هي " سرعة الهروب" ويطلق على الرجال الذين يسافرون في الفضاء اسم " رواد

الفضاء" ويطلق على المسار الذي يأخذه جسم حول الأرض اسم " المدار" ويطلق على أي جسم

يسير في مدار " القمر الصناعي"

وتقوم الأقمار الصناعية بعمل أشياء كثيرة فبعضها يحمل كاميرات تليفزيونية تلتقط صور السحب في

الغلاف الجوي مما يساعدنا على معرفة نوع الطقس المنتظر خلال أيام قليلة ..

ويقوم بعضها بنقل وسائل الراديو و إشارات التليفزيون من بلد إلى آخر .. إلى غير ذلك

هل تعلم :

- أن أول رائد فضاء هو " يوري جاجارين " الروسي ..

- وان أول من سافر في الفضاء مشدودا بجبل إلى سفينة الفضاء هو " اليكس ليونوف "

الروسي.

- وان أول من وضع قدمه على القمر هو " نيل مسترونج" الأمريكي ..

عليك بالاطلاع على الكتب والمجلات التي تتحدث عن رحلات الفضاء ثم اكتب تقريراً مدعماً

بالصور عن إحدى رحلات الفضاء التي جذبت انتباهك وقدم هذا التقرير إلى قائد فرقتك .

5- التحدث عن تاريخ ثلاثة مخترعين وأسماء اختراعاتهم:

هناك الكثير من الاكتشافات والاختراعات مما يجعل عنها الحصر وعليك اختيار ثلاثة من المخترعين أمثال :

" جيمس وات" مخترع القاطرة البخارية
" اديسون" مخترع المصباح الكهربائي
" جراهام بل" مخترع التليفون (الهاتف)..
" جون بيرد" مخترع التليفزيون ..

وأن تطلع على تاريخهم والظروف التي صاحبت اكتشافاتهم وان تتدارس اختراعاتهم وما قدموه من خدمات للبشرية بحيث يتسنى لك القدرة على مواجهة فرقتك والتحدث إليهم عن أولئك المخترعين ، وما يتيح لك إمكان الإجابة على ما قد يوجه إليك من أسئلة في هذا الشأن ..

6- عمل نموذج لإحدى المخترعات العلمية :

نموذج جهاز راديو (سماعة)

الأدوات المطلوبة:

كشاف بلوري- مكثف متغير سعة 0.0005 ميكروفراد- مكثف ثابت سعة 0.0005 ميكروفراد- 20 متر سلك معزول قطر 0.7 مم - سماعة- 4 مسمار توصيل " ذكر" - 6 مسمار توصيل " انثى" - هوائي مفرد - اسطوانة من الخشب أو الورق المقوى قطرها 8 سم وطولها 15 سم - صندوق من الخشب 19*29 سم وبارتفاع 9 سم
البلورة: يستعمل أي نوع من البلورات وتسمى "الكاشف" وخير انواعها " الجالينا " وتوجد في الطبيعة، وتركيبها الكيميائي هو كبريتور الرصاص (رصاص وكبريت متحدين كيميائيا)
عمل الملف : لف السلك حول الاسطوانة (51 لفة) واصنع حلقة كل 10 لفات (ثلاث مرات) ثم حلقة كل 7 لفات (ثلاث مرات)..
● طريقة التوصيل

عمل بارومتر لقياس الضغط الجوي:

الأدوات المطلوبة:

زئبق - طبق من الخزف - حامل عليه تدريج - أنبوبة زجاجية مفتوحة من أحد طرفيها بطول 90سم وقطر 1 سم

الطريقة :

ضع زئبق في الطبق الخزف

أملا الأنبوبة بالزئبق ثم سد طرفها المفتوح بإصبعك ثم نكسها في الطبق وارفع إصبعك عندما يكون طرفها مغمورا في زئبق الطبق، تلاحظ انخفاض في سطح الزئبق في الأنبوبة القراءة التي تقابل سطح الزئبق في الأنبوبة تمثل الضغط الجوي...

تحذير هام:

أحذر ملامسة الزئبق بيدك عارية لأنه مادة سامة (استعمل قفاز من البلاستيك لحماية أصابعك)

عمل جهاز لقياس سرعة الريح:

الأدوات المطلوبة :

عدد 4 أنصاف كرات مطاط (او عدد 4 كوب زبادي "يوغورث"، ذراعين من الخشب متعامدين - حامل خشبي - مسمار، خرزة مسبحة.....

الطريقة:

- ثبت أنصاف الكرات في الأذرع الخشبية
- قم بطلاء أحد أنصاف الكرات بأحد الألوان حتى يمكنك عد الدورات بسهولة
- اممر المسمار خلال الذراعين الخشب وخلال خرزة المسبحة ثم تثبته في الحامل
- عليك ملاحظة عدد دورات أنصاف الكرات في زمن قدره 30 ثانية
- اقسم عدد الدورات على "8" تحصل على سرعة الريح بالكيلومترات في الساعة..

الأنشطة الجماعية

أولا: عليك أن تشترك مع طليعتك أو فرقتك في عمل بعض الصناعات المتريية الخفيفة واليك بعض النماذج :

صناعة الصابون:

هناك طريقتان لصناعة الصابون :

أ- الطريقة الباردة: وتستخدم في المنازل

ب- الطريقة الساخنة: وتستخدم في المصانع الكبيرة

الطريقة الباردة:

الأدوات المطلوبة:

وعاء.....عصا للتقليب.....مصدر حراري.. صندوق من الخشب مبطن بورق الزبدة...

المقادير :

50 سنتيمتر مكعب من زيت بذرة القطن

40 سنتيمتر مكعب من الماء

7.5 غرام صودا كاوية

25 غرام دقيق ناعم او بودرة تلك.

طريقة العمل :

ضع الزيت في الوعاء وارفع درجة حرارته قليلا(37 درجة مئوية)

أضف إليه الدقيق (أو بودرة التلك) قليلا قليلا مع التقليب حتى تحصل على مستحلب

متجانس القوام

أذب الصودا الكاوية في الماء ثم أضف هذا المحلول إلى المستحلب السابق قليلا قليلا مع

التقليب في حركة دائرية في اتجاه واحد.....

ملاحظة:

يمكن تلوين العجينة بإضافة بعض الكلورفيل.... كما يمكن تعطيرها بإضافة بعض من زيت الياسمين

- بعد عملية التصبين: صب محتويات الوعاء في صندوق من الخشب مبطن بورق الزبدة واتركه

حتى يجمد ثم قطعه حسب الأحجام المطلوبة.....

عمل الروائح العطرية

الأدوات والمقادير:

- مخبار مدرج 50 او 100 سم
- قمع صغير
- زجاجة فارغة لتعبئتها بالعطر
- 100 جرام كحول ابيض
- 50 جرام اسانس
- ورقة ترشيح

الطريقة :

- 1- ضع الكحول في زجاجة نظيفة ثم أضف إليه الاسانس
- 2- رج الزجاجة جيدا واتركها لمدة 15 يوم مع مراعاة رج الزجاجة كل بضعة أيام..
- 3- بعد هذه المدة ضع ماء مقطر بنسبة من 5 إلى 10 ولكن على دفعات أو نقاط
- للتحاشي تحول الكحول إلى لون ابيض ، ثم اترك الزجاجة لمدة أسبوع آخر....
- 4- صب محتويات هذه الزجاجة في زجاجة التعبئة بواسطة القمع ومن خلال ورقة ترشيح

ملاحظة: كلما بقى هذا المزيج مدة أطول قبل الاستعمال كلما زاد جودة...

عمل برياننتين للشعر:

الأدوات والمقادير:

- 1/2 كيلو جرام فازلن خام
- 5 جرام زيت زيتون أو زيت برفين أو زيت خروع
- شمع خام (ابيض أو اصفر) قطعة في حجم علبة الثقاب
- 3الى 5 جرام زيت عطري (فل أو ياسمين)
- حمام ماء ساخن
- مصدر حراري

الطريقة:

- 1- ضع الفازلين والزيت والشمع في علبة من الصفيح، ثم ضع هذه العلبة في وعاء آخر به ماء (حمام ماء) وضع الجميع فوق مصدر حراري حتى تختلط المواد وتصبح مزيجا جيدا
- 2- اخرج العلبة الصفيح واركها لمدة ربع ساعة ثم أضف إلى محتوياتها الزيت العطري وقلب الخليط ثم اتركه حتى يبرد
- 3- عبئ المحتويات بعد ذلك في زجاجات صغيرة لتكون معدة للاستعمال

ثانيا : تحنيط طائر أو حيوان:

الحنيط هو الاحتفاظ بكائن حي بعد موته على صورته الطبيعية من حيث الشكل واللون وكافة المواصفات
ومما لاشك فيه انك سوف تصادف خلال رحلتك الكشفية ومخيماتك الكثير من غرائب الحيوانات والطيور والحشرات مما يثير اهتمامك بها والرغبة في الاحتفاظ بها لجمالها أو لغرابة أشكالها..
ولتحقيق ذلك كان لابد لك أن تتعلم طرق التحنيط الصحيحة بالرجوع إلى كتب التحنيط والتي سوف تجدها في المكتبة الكشفية ، وعليك الاستعانة أيضا بقائدهك أو بأحد ممن له خبرة في ذلك وللتحنيط فوائد عدة منها :

- انه يكون وسيلة من وسائل التعليم والدراسة
- يعتبر نموذجا فريدا في حالة انقراض النوع
- يعتبر ذكرى جميلة في حالة اصطياد هذا الكائن ، وهذا يتطلب تدوين المناسبة والمكان والتاريخ

والحنيط نوعان :

- (أ) التحنيط الجاف : ويقصد به حفظ الحيوانات بعد عملية التسليخ والتنظيف
- (ب) التحنيط الرطب: وهو حفظ الحيوانات أو النباتات في محاليل كيميائية

ثالثا: إعداد معرض علمي للطليعة أو الفرقة:

يمكنك بالاشتراك مع أفراد طليعتك أو فرقتك تنظيم معرضا علميا وذلك:
(أ) بعرض ما تم جمعه واقتناؤه خلال رحلتكم من أنواع التربة والصخور والمعادن والنباتات والقواقع والأصداف... الخ وتنسيق هذه المعارضات مع وضع بطاقة على كل نوع منها توضح في إيجاز النوع ومن أين تم الحصول عليها واهم مميزاتهما مع ذكر التاريخ ...
(ب) يعرض إنتاج الطليعة أو الفرقة من خلال الأنشطة العلمية التي مارستها

خامسا: الفنون الكشفية

الأنشطة الفردية

الشروط الواجب مراعاتها عند عمل المشروعات:

1- إجادة عمل العقد و الربطات والدورات :

حياة الخلاء والمخيمات والحياة العملية مليئة بالمناسبات التي تتطلب منك إجادة عمل العقد و الربطات والدورات ومعرفة استخدامات كل منها مع صحة اختيار الحبل المناسب من حيث القطر والطول. بما يتلاءم والغرض المستعمل من اجله ، مع عمل العقدة المناسبة في الوضع المناسب إذ قد تتوقف حياة إنسان على عمل عقدة صحيحة وفيما يلي لوحة مصورة لبعض العقد و الربطات والدورات ...
وعليك الآن أن تقوم بعمل لوحة لأنواع العقد و الربطات والدورات مستعملا الحبال ، على ان تدون تحت كل نموذج منها اسم العقدة أو الربطة أو الدورة ومجالات استخدامها ثم علق هذه اللوحة في ركن طليعتك أو نادى فرقتك ...

2- استعمال البلطة وإيقاد النار:

سبق لك في مرحلة الكشافة أن تعرفت على البلطة و أجزائها وأنواعها وكيفية استعمالها الاستعمال الصحيح وطريقة حملها بأمان، وأيضا كيفية صيانتها والحفاظة عليها من التلف أو الصدأ وطريقة شحذها ، وعليك في هذه المرحلة أن تجيد ذلك إجادة تامة.. كما سبق لك أيضا معرفة أنواع النيران والأفران وخصائص كل منها وكيفية إشعالها في مختلف الظروف والأجواء....
عليك انتهاز فرصة المخيمات لتشارك زملاءك من أفراد طليعتك أو فرقتك في التحطيب باستخدام البلطة وفي إقامة الأفران وإشعال النيران ...

3- معرفة الاتجاهات الأصلية ليلاً نهاراً:

ينبغي عليك ككشاف أن تعرف:

(أ) الجهات الأصلية الأربع ليلاً أو نهاراً، وبمعرفتك لإحدى هذه الاتجاهات تستطيع تعيين الاتجاهات الثلاثة الأخرى حيث أن هذه الاتجاهات تقع متعامدة مع بعضها البعض فلو أمكنك مثلاً تعيين الشمال ، وكان يقع أمامك فإن الجنوب يصبح خلفك والشرق عن يمينك والغرب عن شمالك ..

(ب) الجهات الفرعية الأربع وهي منصفات للجهات الأصلية

(ت) الخطوط المتوسطة الثمانية وهي منصفات بين خطوط الجهات الأصلية والفرعية...

ويمكنك تعيين الشمال نهاراً بعدة طرق منها:

أولاً: بواسطة الشمس

والبوصلة عبارة عن جهاز يمكن بواسطته تحديد الاتجاهات وهي على أنواع عدة منها:

(أ) - البوصلة الجافة: وهي عبارة عن جهاز صغير مستدير، وفيها يصنع الجسم من مادة غير

قابلة للمغنطة كالألمنيوم حتى لا تتأثر به الإبرة المغنطيسية

وقاع البوصلة مقسم إلى 360 درجة ويتوسطه محور ترتكز عليه إبرة مغناطيسية تدور عليه

حرة...

أحد أطراف هذه الإبرة يشير دائماً إلى اتجاه الشمال

تقسيم البوصلة

التقسيم الأول: ويحدد الجهات الأصلية الأربع وهي الشمال والجنوب والشرق والغرب

التقسيم الثاني: ويحدد الجهات الفرعية الأربع وهي: الشمال الشرقي ، والجنوب الشرقي ،

والجنوب الغربي ، والشمال الغربي

التقسيم الثالث : ويحدد الخطوط المتوسطة الثمانية وهي خطوط منصفة للجهات الفرعية ،

وقراءتها تكون بالنسبة للخطوط الفرعية كأن يقال مثلاً شمال الشمال الشرقي .

الشمال الحقيقي

أو الشمال الجغرافي، وهو اتجاه القطب الشمالي من الراصد ، وهو ثابت لا يتحرك

الشمال المغناطيسي

وهو اتجاه الشمال الذي تشير إليه الإبرة المغناطيسية للبوصلة ، وهو يتغير سنويا لأسباب كثيرة منها : اختلاف تكوين ما في باطن الأرض من معادن ، وتأثير الكواكب على الأرض ، وحركة الأرض بالنسبة للأجرام السماوية الخ

الانحراف المغناطيسي :

هو الزاوية الواقعة بين الشمال الحقيقي والشمال المغناطيسي وهو ما يجب ان يوضع في الحسان دائما عند تحديد موقع ما

(ب) البوصلة السائلة (البحرية):

تشبه البوصلة الجافة إلا أنها تختلف عنها من حيث التعليق فالبوصلة آيا كان نوعها لا تعطي القراءة الصحيحة إلا إذا كانت في وضع أفقي تماما ، ولما كانت البوصلة السائلة تستخدم في السفن والبواخر وهي غير ثابتة وعرضة دائما للاهتزاز والتارجح كان لابد من تثبيت البوصلة بطريقة خاصة تجعلها في وضع أفقي مهما تغير وضع السفينة وتتحرك البوصلة فوق محلول يتكون من ماء وكحول بنسبة 3 إلى 1 والحكمة من وضع الكحول هو لمنع تجمد الماء في حالة مرور السفينة في مناطق شديدة البرودة..

(جـ) البوصلة الكهربائية (الجيرو):

وتستعمل في الطائرات ، وهي عبارة عن ملف حر الحركة على قرص مدرج ويمرور تيار كهربى في هذا الملف فانه يأخذ اتجاه القطبين الشمالي والجنوبي

ثانيا: بواسطة الشمس:

تشرق الشمس صباحا من الشرق ، وتغرب في اتجاه الغرب، وتكون في الجنوب ظهرا بالنسبة لنصف الكرة الشمالي، وتكون شمالا بالنسبة لنصف الكرة الجنوبي

ثالثا: بواسطة الشمس والساعة :

ضع الساعة في وضع أفقي بحيث يشير عقرب الساعات إلى الشمس ، فيكون الخط المنصف للزاوية بين عقرب الساعات ورقم "12" يشير إلى الجنوب وامتداده يشير إلى الشمال .. كما يمكنك تعيين الشمال ليلا بواسطة النجوم

النجم القطبي :

عبارة عن نجم شديد اللمعان يشير دائما إلى جهة الشمال، وهو آخر نجم في ذنب " مجموعة الدب الأصغر" ويقع على مستوى واحد من الدليلين (وهما نجمان من مجموعة الدب الأكبر)

الدب الأكبر: مجموعة من سبعة نجوم على شكل " كسرولة" واثنان منها يقعان على خط مستقيم مع النجم القطبي ويشيران إليه ولذلك سميا " الدليلان"
الدب الأصغر: مجموعة من سبعة نجوم ويكون النجم القطبي آخر نجم في الذنب

(ب) الأنشطة الجماعية في مجال الفنون الكشفية:

الاشتراك مع طليعتك أو فرقتك في :

الأنشطة الجماعية

التخطيط لمخيم وإقامته وصيانة معداته :

أولاً: قبل المخيم: ويراعى ما يأتي :

- إعداد البرنامج بما يتناسب والغرض المقام من اجله المخيم
- تحديد موعد القيام والعودة ووسيلة الانتقال
- الحصول على التصاريح اللازمة من الجهات المسؤولة

اختيار المكان:

من أسس نجاح المخيم حسن اختيار المكان حيث يجب أن يراعى فيه:

- تكون أرضه مستوية رخوة (غير مبللة أو صخرية)
- تتوافر فيه المياه النقية الصالحة للشرب والاعتسال والنظافة
- تتوافر فيه الأخشاب لإيقاد النيران
- يكون خالياً من الحيوانات المفترسة والحشرات الضارة
- أن يتواجد بين الأشجار العالية لجودة مناخ مثل هذه المناطق
- يكون قريب من الأسواق لسهولة الحصول على المواد التموينية
- يكون بعيداً عن البرك والمستنقعات والمياه الراكدة
- إذ كان قريباً من الشاطئ فيجب أن يبعد عنه بمسافة 200 متر

إعداد المعدات:

- معدات الطبيعة: الخيام - الفوانيس - الإعلام - أدوات التدريب (حبال عصي بوصلات) -
- حقيبة إسعاف أولى - أدوات طهو - أكياس نايلون لحفظ الخبز... الخ
- أدوات النظافة العامة: مسحوق منظف - قوطة تنظيف - فرشاة لغسيل الأواني - لوف غسيل -
- صابون - مواد مطهرة
- أدوات نظافة الشخصية: صابون وجه - فرشاة ومعجون أسنان - مشط - مرآة - أدوات
- حلاقة - مقص... الخ
- الأدوات الشخصية: ملابس الكشافة - بطاطين - غيارات داخلية - فرشاة أرضية - لباس نوم -
- قوطة وجه - مناديل يد - حذاء خفيف - معدات الأكل الشخصية (طبق و كوب صاج وسكين
- وشوكة وملعقة)

- خيط وإبرة - مفكرة - قلم رصاص.....الخ

زيارة موقع المخيم:

من المستحسن زيارة موقع المخيم مسبقا وذلك للتأكد من توافر الشروط السابقة أو لدراسة إمكانيات الانتقال إليه من حيث المواصلات ومن جهة سهولة الاتصال بمراكز الإسعاف والشرطة وعيادات الأطباء

ثانيا: أثناء المخيم :

(أ) الخيام: احسن الخيام ما كانت ذات مظلة لتكون بمثابة مكيف هواء في فصل الصيف ولتمنع البلبل من مياه الأمطار والندى في فصل الشتاء وتقام الخيمة بحيث:

- يكون مداخلها أو مؤخرتها تجاه الشرق لتدخلها الشمس في الصباح ، ولتفادي هبوب الرياح جاعلا جانبيها للشمال والجنوب
- يكون مدخلها تجاه انحدار الأرض

تهوية الخيام:

- افتح الخيمة من جهتيها وأفراد الأبواب فوق سطحها ثم ثبتها ..
- افتح جوانب الخيمة وثبتها مرفوعة
- شد حبال الخيمة
- افتح نوافذ الخيمة (إن وجدت)

فرش المتاع (تهوية المهمات)

- افرش فرشة الأرضية أمام الخيمة وأفراد فوقها البطاطين وأغطية النوم لتهويتها وتعريضها لأشعة الشمس
- انشر مهماتك الشخصية وملابسك المستعملة على المناشير لتهويتها وتعريضها للشمس
- ضع المصنوعات الجلدية كالأحذية والحقائب في مكان ظليل خارج الخيمة حتى لا تتلف من تعرضها للشمس
- يراعى حسن تنسيق المتاع والمنظر الجمالي بالنسبة للطليعة أو الفرقة

المرافق:

المرحاض ويراعى فيه:

- بعده عن المخيم بما لا يقل عن 50 متر وعن مياه الشرب بما لا يقل عن 70 متر
- يكون تحت الريح بالنسبة للخيام حتى لا تتعرض للوائح

- يكون عمق الحفرة حوالي المتر وقطرها 35 سم ويحيط بها ستارة أو خيمة (لاترين) لتجنب من بداخلها
- يوضع على جانبي الحفرة قطعتان من الخشب لإسناد القدمين عند الاستعمال
- يوضع بجوار الحفرة كومة من الرمال أو الأتربة ليلقى بجزء منها في الحفرة عقب كل استعمال منعا للذباب والبعوض والروائح الكريهة.....
- تردم الحفرة إذا امتلأت للنصف ثم يحفر غيرها بعيدا عنها
- تطهر الحفرة بأحد المطهرات مثل الجير الحي أو سائل الفينيك

(ج) المطبخ

ويراعى فيه:

- النظافة التامة
- يكون تحت الريح لتجنب تطاير الشرر والدخان على الخيام وأماكن النشاط....
- يكون قريبا من الماء

(جـ) المخزن

وهو من أهم ما يجب أن يعنى به

ويراعى فيه :

- النظافة التامة
- حفظ الأطعمة والمأكولات بعيدا عن الأتربة والحشرات والهوام
- حسن الترتيب والنظافة
- وضع السكر وما شابهه في أكياس لا ينفذ منها الماء
- تهويته يوميا

(د) حفر الفضلات

- احفر حفرة لا تبعد كثيرا عن المطبخ لإلقاء الفضلات فيها على أن يكون لها غطاء من الخشب مثلا أو من فروع الأشجار... ويمكن الاستعاضة عنها بعمل " موقد الإبادة" لحرق الفضلات فيه أولا بأول وبحيث يكون بعيدا عن المخيم حتى لا يصل منه الدخان للمخيم

- احفر حفرة أخرى قريبة لتصريف المياه الناتجة من غسل الأواني

(هـ) التغذية

التغذية أمر هام العناية بها ، فهي :

- تحفظ على الفتي صحته

□ متعة يستشعرها الفتي عند طهوه لطعامه بنفسه

ويجب أن يكون الغذاء متوازنا .معنى أن يكون محتويا على العناصر اللازمة لبناء الجسم ، كما يجب مراعاة أن تكون غالبية الأغذية التي تقدم طازجة أي ليست محفوظة ...

الطعام المثالي:

وهو ما تتوفر فيه القيمة الغذائية لمكوناته ... وهي :

- النشويات
- البروتينات
- الدهون
- الأملاح المعدنية
- الفيتامينات
- الماء

مكونات الطعام الجيد:

1- الألبان ومشتقاتها مثل: اللبن والزبادي (يوغورت)

2- اللحوم وما يمكن أن يحل محلها مثل الطيور والبيض والأسماك

3- الحبوب والخضراوات والفاكهة

والطعام المثالي يجب أن يتضمن على الأقل صنفا أو صنفين من كل مجموعة مثل: الزبادي والفاكهة

أو الخضراوات واللحوم ... وهذا يضمن توافر الفيتامينات والأملاح المعدنية لضمان الصحة الجيدة

السعر الحراري:

تقاس الحرارة التي يولدها الطعام في الجسم بالسعر الحراري

- جرام واحد من النشويات كالأرز والبطاطس يولد 4 سعر حراري
- جرام واحد من البروتينيات كاللحم والبيض يولد 4 سعر حرارية
- جرام واحد من الدهون مثل الزبد يولد 9 سعر حراري

البرنامج

- يعلق التوقيت اليومي الثابت على لوحة الإعلانات ليطلع عليها الجميع
- يوضع جدول بأعمال الدوري(نظافة عامة - إحضار الماء- غسل الأواني - إعداد

خشب الوقود- الحراسة..... الخ)

ويلاحظ في البرنامج الفترات الثلاث الآتية :

فترة الصباح : وتشمل الاستيقاظ - وتهوية الخيام- وتمارين الصباح- وتناول الفطور-
والنفتيش - وتحية العلم - ثم ممارسة النشاط الصباحي ...

فترة الظهر : وتشمل إعداد وجبات الطعام - وتناول الغذاء - والراحة - و أعمال
الفراغ....

فترة المساء : وتشمل ممارسة الأنشطة المختلفة - وتناول العشاء - والأنشطة الليلية(حفلة السمر
أو عرض سينمائي) والنوم... مع ملاحظة مواقيت الصلاة

(ز) الهوايات والابتكارات:

ما من شيء يبهج النفس في المخيم قدر الإسهام في عمل النماذج المختلفة التي تتطلبها حياة
المخيمات ، وعليك ان تتفنن وان تبتكر من النماذج ما تشاء وألا تكرر نماذج محددة معروفة

(ح) الحراسة

وتكون بالمناوبة حسب نظام دقيق ويقوم بالحراسة كشاف واحد أو اكثر حسب تعداد الخيام
وعدد المشتركين وسعة المخيم

وللحراسة تأثير على النفس فهي تولد الثقة وتبعث الشجاعة وتحمل المسؤولية

(ط) حفلات السمر:

هي ترفيه وترويح عن النفس بعد مجهود شاق طوال اليوم وفيها تحقيق السعادة للجميع وفيها
إشباع للرغبات والميول في المرح والصباح وهي من أهم وسائل بث الثقة في النفس وتكوين

الشخصية والفضاء على الحجل

ويراعى في السمر ما يأتي :

إعداد وتنظيم المكان الذي سيقام فيه حفل السمر

نار السمر وكيفية إشعالها وتعديتها بالحطب

مراعاة الدقة بالنسبة لموعد الابتداء وموعد الانتهاء

افتتاح حفل السمر والدعاء

إعداد برنامج السمر وتنظيمه وتنسيقه

كلمة الختام

أهم فقرات حفل السمر:

1- الصيحات الجماعية: وهي إحدى وسائل إيقاظ ركود السمر.... كما أنها أحد العوامل

المشجعة للأفراد على الغناء

2- الأغاني والأناشيد : وخيرها ما كان جماعيا

- 3- القصص الحركية : وهي مناسبة جدا للسمر وخاصة الهادف منها
- 4- الموسيقى: وهي من دعائم السمر ومن عوامل إشاعة البهجة والسرور
- 5- التمثيليات : ويستحسن فيها تقديم ما هو مرح في حدود الأدب ، وعلى أن تكون هادفة ، ويشترك فيها اكثر عدد من الفتيان ...
- 6- النكت التمثيلية : وبفضل تقديمها عن طريق التمثيل بدلا من تقديمها فرديا

ثالثا: بعد المخيم

- 1- عند انتهاء المخيم وقبل مغادرته يتبع الأتي :
- تنظيف جميع أدوات المخيم وحزمها جيدا
 - التخلص مع جميع الفضلات بحرقها أو ردمها
 - تفقد الأدوات الشخصية قبل حزم الأمتعة
 - عدم ترك أي اثر للمخيم على ارض إقامته
 - ترك المكان نظيفا واحسن مما كان عليه عند بدء استخدامه
- وعند عودتك عليك بالأتي :

- (أ) توجه بالشكر لكل من أدى خدمة للمخيم وكذا صاحب مكان التخييم
- (ب) اكتب تقريرا كاملا عن المخيم من كافة نواحيه بما له وما عليه مع ذكر مقترحاتك
- (ج) اعمل ألبوما خاصا يحوي صور لجميع أنشطة المخيم
- (د) اعمل معرضا لجميع مقتنياتك من أوراق الأشجار والأصداف والصخور وريش الطيور والتربة .. الخ

3- رحلة خلوية سيراً على الأقدام لمسافة 20 كيلومتر على الأقل (ذهاباً وإياباً)

- المعدات

وتشمل خيمة صغيرة (هايك) - والأدوات الشخصية - و مواد التغذية - والخريطة
والبوصلة... الخ
رتب أدواتك في حقيبة الظهر على أن تكون المعدات خفيفة الوزن صغيرة الحجم ما أمكن وان
تقتصر على الضروري فقط

- الملابس

الملابس على جانب كبير من الأهمية ، فلا تكون ضيقة فتسبب لك الكثير من المضايقات
والملاعب ولا تكون فضفاضة فتعيقك عن الحركة ، وينبغي أن يكون الحذاء مريحاً ومناسباً حتى
لا يؤذي قدميك ويفقدك بهجة هذه الرحلة

أسس الرحلة الخلوية

- أن تقسيم خيمتك بنفسك وان توقد النار وتطهو الطعام بمفردك
 - أن تدرس البيئة في ذهابك وإيابك (أشجار- طيور- حشرات- صخور- تربة... الخ)
 - وأيضاً عادات وطباع الأهالي
 - أن تؤدي ما تستطيع من خدمات عامة ومساعدة للغير
 - أن يكون مظهرك وعلاقاتك بالغير وسيلة إعلام عن الحركة الكشفية
- وعند عودتك... قدم تقريرك لقائدهم موضحاً به:
- خط السير- ونتيجة دراستك للبيئة - وما جمعته من نماذج خلال دراستك هذه - وما قدمته من
خدمات للغير- و الأماكن الصالحة للتخييم
- على ان يكون هذا التقرير مدعماً بالصور التذكارية وفي ختام تقريرك اذكر مقترحاتك

3- عدد 2 مخيم نهاية الأسبوع :

بعد أن تكون قد اشتركت في عدد من مخيمات نهاية الأسبوع، عليك أن تعد تقريراً عن اثنين
منها موضحاً به المهام التي كلفت بها والبرامج التي شاركت فيها وملاحظاتك عن كل ما احتواه
المخيم من تنظيمات وبرامج وتقدم بهذا التقرير إلى قائدهم

4 – التعرف على نظام تأهيل قادة الكشافة

عليك الاتصال بالمفوضية التي تتبعها بمساعدة قائدك لمعرفة نظام تأهيل قادة الأشبال أو الكشافة ، واطلب المشاركة في هذا النظام لتصبح مؤهلا للمساعدة في قيادة فرقة أشبال، أو كشافة واعمل على أن تجتازها بنجاح

5 – مساعدة قائد فريق الأشبال أو كشافة:

تقدم لمساعدة قائد فريق أشبال أو كشافة وحدد معه الأوقات التي تناسبك وتستطيع تقديم المساعدة فيها بحيث تتواءم واجتماعات الفريق ، واعرّف منه ما يجب أن تساعد فيه سواء في التدريب او في الإشراف على الرحلات أو في تنظيم المباريات أو في معاونة الأفراد على التعرف على متطلبات شارات الهوايات وتدريبهم للحصول عليها

إلى غير ذلك ، قدم لقائدك تقريرا شهريا عما قمت به في هذا المجال على أن يكون معتمدا من قائد الفريق الذي تتعاون معه ..

و الآن وبعد أن تكون قد أتممت مناهج شارة الكشاف المتقدم بمراحلها الثلاث (المبتدئ ، والثاني، والأول) لا بد وان تكون قد لاحظت مدى الارتباط العميق بين هذه المناهج وبين شارات الهوايات،وعليك الآن أن توجه اهتمامك لشارات الهوايات المختلفة ، فتنتقي منها وتختار ما يروق وما يناسب وهواياتك فتعمل جاهدا للحصول على شاراتها.....

انك بهذا تكون قد أعددت نفسك لمرحلة جديدة من مراحل الكشفية هي مرحلة الخدمة العامة والعمل على تنمية البيئة والمجتمع عن طريق ما اكتسبته من خبرة ومهارة

مرحلة تؤهلك لان تكون لبنة صالحة قوية في بناء المجتمع و فتعمل في سبيل تنمية ورفعته ولا تألو جهدا في خدمته.....