

[Handwritten scribble]

HLAVNÍ KAPITANÁT VODNÍCH SKAUTŮ

KAPITÁNSKÁ

7



Bratr Josef Heřmánek, člen HKVS

Junácký slib

V junácké a skautské etice je junácký slib významným výchovným činitelem. Již od samého začátku našeho skautského hnutí zdůrazňovali zakládající činovníci, bratři a sestry, nutnost soustavné skautské ideové, mravní výchovy a pečlivé psychické přípravy nováčků k junáckému - skautskému slibu.

Na základě šedesátileté zkušenosti je nutno junácký slib rozdělit do dvou časových etap:

a/ slibové přípravné období

b/ vlastní junácký slib

ad a/

Slibové přípravné období začíná u nováčka složením nováčkovské zkoušky a končí vlastním složením junáckého slibu. V tomto časovém období věnují skautští vůdcové, kapitáni a kapitánky zvýšenou pozornost vybraným chlapcům a dívkám, sledují jejich charakterové vlastnosti, povahové rysy a dřívější návyky. Velmi takticky formou při použití všech pedagogických účinnů a příměrů napravují zjištěné povahové chyby a cílevědomě upevňují jejich kladné charakterové vlastnosti. Nenásilně, bez velkých přednášek a proslovů, spíše formou individuálních rozhovorů s nováčky připravujícími se ke složení junáckého slibu, postupně působíme na jejich vědomí a myšlení.

Vybrané chlapce a dívky vedeme k důslednému plnění junáckého zákona a k dobrovolné "uvědomělé" kázni. Při takticky vedeném výchovném působení snadno dosáhneme dobrých výsledků své práce v obou zmíněných směrech.

Chlapci a dívky začnou opravdově žít podle junáckého zákona, stanou se hrdými na skutečnost, že žijí jinak než ostatní chlapci a dívky, se kterými se denně setkávají ve škole nebo v zaměstnání. Najednou si sami uvědomí rozdíl svého chování a vystupování, svého myšlení a své mravní síly, začnou všeobecně porovnávat a srovnávat. Jsou stále šťastnějšími a vyrovnanějšími, protože mají jasný životní cíl. Jejich život se naplňuje radostným poznáním vykonaného dobra a vnitřním uspokojením ze získaných mravních hodnot. Stávají se tak vlastně velkými osobnostmi, zbavují se u mládeže běžného komplexu méněcennosti. Věří si a v celém svém konání se opírají o pevný základ junáckého zákona, o mravní hodnoty skautingu. Aniž si to sami moc

uvědomují, v podvědomí jim vyklíčí smysl pro opravdové bratrství a sesterství, pro názorovou tolerantnost a maximální snášenlivost, pro dobrovolnou kázeň.

Dlouholeté zkušenosti junácké a skautské výchovy potvrzují skutečnost, že žádný chlapec a dívka ve skautské smečce, roji či oddíle nepocituje vnitřní křivdu a pocit méněcennosti, když má poslouchat třeba stejně starého člunaře nebo kormidelníka. Tato vysoká kázeň, založené na principech demokratičnosti, dobrovolnosti a uvědomění, vychází právě ze základů vzájemné úcty a poznání. Z uznání schopností, dovedností a kladů svých druhů - bratří a sester.

Vyvrcholením slibového přípravného období je vlastní zdůrazněná závažnost vlastního složení junáckého slibu. Vybrané chlapce a dívky nejlépe připravíme k vlastnímu složení junáckého slibu na letních stanových táborech individuálními pohovory nebo společně v kruhu poradního ohně. Za využití všech momentů romantiky, přírodní kulisy a působení velikosti dané možnosti zúčastniti se poradního ohně, hovoříme se svými svěřenci o velké odpovědnosti vůči celému junáckému hnutí a skautské myšlence složení vlastního junáckého slibu. Vybraných jednotlivců se s veškerou vážností ptáme, zda se cítí schopnými a morálně dosti silnými složití junácký slib a žítí po celý svůj další život podle tohoto skautského slibu a junáckého zákona. Otevřeně hovoříme s chlapci a dívkami o složitostech života, o úskalích a mravních nástrahách.

ad b/

Vlastnímu junáckému slibu věnujeme velkou péči a starostlivost. Již v denním, ranním rozkaze zdůrazníme závažnost táborového dne zakončeného slibovým táborákem. V odpoledním programu počítáme s přípravou dřeva pro slibový táborák a s postavením pagody. Pro vybrané chlapce a dívky k složení junáckého slibu v programu vyhradíme v předvečer čas na vlastní duševní přípravu a sebebřívpravu k večernímu slibovému aktu.

Po setmění zahájíme vlastní slibový táborový oheň slavnostním ceremonielem, abychom zdůraznili rozdíl mezi zahajovacím či závěrečným nebo ostatními táborovými ohni s programem a veselými výstupu. Úvodnímu slovu věnujeme v celkové režii večera rovněž dosti času. V tomto úvodním slově dostatečně zdůrazníme základní myšlenku, že junák - skaut a skautka slibuje jen jednou, ale pro celý život. Vyzdvihneme povinnost sloužiti věrně své vlasti a rodné zemi v každé době a za všech podmínek. Junáckým slibem stvrzenou povinnost zachovávatí zákony junácké.

Po úvodním slově přikročíme ke složení vlastního junáckého slibu vybraných chlapců a nebo dívek. Vlastních slibových ceremonielů je hodně. Většina oddílů již má své tradiční způsoby a formy slibových aktů.

Základním požadavkem pro složení junáckého slibu zůstávají československá státní vlajka a Základové junáctví zakladatele československého skautingu bratra Svojsíka.

Po slibu následuje zpravidla blok vážnějších písní, vážná vyprávění spojená se vzpomínáním na začátky skautingu v Československu, na začátky vodního skautingu a začátky vlastního oddílu nebo přístavu. Při slibovém táboráku zásadně nezařazujeme veselé výstupy a scény. Dbáme na intimní ráz, na vážnost a slavnostní ráme.

Snažme se o vytvoření nezapomenutelné atmosféry, čarovného večera a nezapomenutelných chvil junáckého slibu pro všechny slibující chlapce a dívky.

Víte sami nejlépe, jak rádi vzpomínáte na svůj junácký slib a na slibový táborový oheň.

x x x x x x x

Bratr Josef Štok, hlavní kapitán HKVS

Vodní turistika /metodická náplň pro rovery/

Vodní turistika pro rovery se musí podstatně lišit od vodní turistiky vodních skautů vzhledem k jejich tělesné i duševní vyspělosti. Jestliže vodním skautům doporučujeme na dvoudenních výletech nebo putovních táborech sjíždění řek, jako kupříkladu Vltavu, Lužnici, Ohři, Labe apod., jde většinou o řeky s provedenou úplnou anebo alespoň částečnou regulací vodního toku. Pro rovery, kteří již prošli normální junáckou výchovou ve vodáckém oddílu by tyto jízdy byly jen opakováním něčeho, co již prožili a tudíž nebylo by to již pro ně poutavé. Vodní turistiku pro rovery učiníme zajímavou sjezdy malých říček nebo málo jezděných určitých úseků, plavebně obtížných. Jsem si vědom, že jízda na těchto tocích má své materiální obtíže /jsou někdy dosti krátké, sjízdnost jest podmíněna vysokými vodními stavy, obtížnost transportu lodí/, ovšem na druhé straně sjezdy těchto toků se konají ve velké většině krajinou vzdálenou lidské civilizace, přírodou nenarušenou lidskou činností, ve vodě, kterou můžeme bez obav pít, kde loví pstruzi.

Co potřebujeme k tomuto druhu vodní turistiky?

1. vhodné lodě,
2. bystrost a cit pro vodu,
3. ovládání slalomové techniky,
4. znalost dopravních spojů,
5. získání hydrometeorologických zpráv.

K tomu uvádím následující:

ad 1/

Nejvhodnější lodě pro tento druh turistiky jsou skládací kajaky, dnes velmi drahé a těžko k dostání a dále sklo-laminátové kanoe a kajaky vlastní výroby v rozměrech stanovených podle závodního řádu kanoistického Svazu ČSSR. Podotýkám, že sklo-laminátové lodě staví již dnes vodní junáci a není tudíž nemožné, aby si je postavili roveři.

ad 2/

Bystrostí se rozumí rychlý postřeh pro situaci a ještě rychlejší rozhodnutí, co podniknouti. Říčky mají většinou značný spád, ostré zákruty, balvany v řečišti, převislé porosty a často jsou přehrazeny padlými kmeny stromů. Prudké vodní jazyky, mířící často do zarostlého břehu, vodní bubínky, balvany a odrazové vlny jsou stálými úkazy těchto toků. Okamžité zvládnutí situace znamená uchránění lodě od poškození a sebe od namočení.

ad 3/

Požadavkem pro sjetí těchto toků jest ovládnutí slalomové techniky. Není přirozeně nutné ovládat eskymácký obrat na kajaku, ale vyklácnění z lodě s opřením o pádlo nebo dvojpádlo, rychlé manévrování lodě a znalost využívání zpětného pádlování ke změně dráhy lodě jsou nutné základní znalosti v ovládnutí lodě.

ad 4/

Znalost dopravních spojů jak vlakových tak i silničních je nutností, protože, jak již bylo na začátku řečeno, jedná se o kraje poměrně málo osídlené a tudíž je nutno předpokládat, že dopravní spoje budou chudé. Ideální by bylo mít vlastní dopravní prostředek.

ad 5/

O výši vodních stavů eventuelně o nejbližší předpovědi získáte zprávy na ústní nebo telefonický dotaz na Státním hydrometeorologickém ústavu v Praze.

Bystrost, cit pro vodu a slalomovou techniku musíme, než začneme sjíždět prudké říčky, nejdříve nacvičit. Začínáme postupně se cvičením na prudké vodě podle možnosti peřejnaté, kde cvičíme rychlé obraty, přejezdy z proudů do protiproudů a zpětné pádlování k přesunutí lodě od jedné strany toku na druhý bez ztráty výšky, nalehnutí na pádlo nebo dvojpádlo a přitahování lodě k pádlu. Při slalomové technice nikdy nezapomenejte na základní pravidlo: v kritických momentech nikdy vodu nehláďte, ale pracujte tvrdě a silou, abyste překonali sílu vody. Jako dobré cvičení se doporučují sjezdy

např. Malše, Staré řeky na Lužnici, Opatovického kanálu na Labi, Svořidel na Sázavě pod Světlou n. Sáz., apod.

Teprve po těchto jízdách, až nabydeme žádaných osobních vlastností, pustíme se na ostatní prudké říčky, abychom na nich vyzkoušeli své síly, pohotovost a dovednost. Jako příklad uvádím některé říčky /v závorce místo eventuelního startu/: Mže /Tachov/, Radbuza /Stemkov/, Úhlava /Nýrsko/, Teplá /Město Teplá/, Ohře /Loket/, Střela /Manětín/, Metuje /N. Město nad Met./, Divoká Orlice /Žamberk/, Tichá Orlice /Ústí n. Orl./, Chrudimka /Hlinsko/, Sázava /Město Žďár/, Malše /Dolní Dvořiště/, Stropnice /Býnov/, Jihlava /Jihlava/, Oslava /Velké Meziříčí/, Svatka /Pernštejn/, Svitava /Svitavy/, Hor. Bečva /Helenkov/, Dolní Bečva /Rožnov/, Váh /Lipt. Mikuláš/, Hron /Březno/, Hornád /Hrabušice/, Hnilec /Nálepko/, Teplá /Bardejov/.

K těmto zde uvedeným příkladům důrazně upozorňuji, že starty z citovaných míst potřebují skutečně dobré vodní stavy a že výčet zde uvedených je pouze příklad. Věřím, že až sami sjíždění říček přijdete na chuť, vyhledáte si z vlastní iniciativy další a třeba ještě těžší a krásnější říčky.

x x x x x x x

Bratr Vlastimil Znamenáček, člen HKVS

Jachting / návrh metodiky pro rovery/

1. zná stručnou historii světového i našeho jachtingu,
2. umí popsat všeobecně trup lodi a vysvětlí funkci jednotlivých součástí,
3. popíše plachetní výstroj - takelaž,
4. umí stanovit těžiště plachet a laterálu,
5. ví, jak proudí vítr v jednotlivých plachtách a v celé plachetní soustavě,
6. zná teorii jízdy,
7. předvede jízdu na lodi s jedno- nebo vícečlennou posádkou /vyplutí, obraty, přistání/,
8. umí připravit loď na závody, transport, převinování,
9. zúčastní se stavby a oprav lodi,
10. zná nejméně 12 uzlů, zápleťů i na ocelových lanech a ví, jak provádět údržbu a impregnaci lan,
11. ovládá pravidla říční dopravy, signály, světla, vlajky a znaky,
12. zná organizaci závodů a regat,
13. zúčastňuje se v posádce dálkových plaveb a závodů.

x x x x x x x

Bratr Vlastimil Znamenáček, člen HKVS

Vodní lyžování /návrh metodiky pro rovery/

1. zná stručnou historii vodního lyžování u nás i ve světě,
2. umí popsat výstroj a výzbroj,
3. zná bezpečnostní předpisy, pravidla říčního provozu týkající se vodního lyžování,
4. umí startovat z vody i plátá,
5. předvede jízdu na: dvou lyžích, slalomové lyži, talíři a trikovkách,
6. zná pravidla a organizaci závodů,
7. ovládá jízdu na vlečném člunu /iná odborku motorový člun/,
8. naučí základní jízdě nejméně dva nováčky,
9. získává a prohlubuje své znalosti v tomto sportu.

x x x x x x x

Bratr Václav Rott-Steven, kapitán 171. OVS

Sportovní potápění

Když se tak někdy díváte do skleněné nádrže aquaria a sledujete ten malý výsek "Neptunovy říše", se všemi jeho tajemnými krásami a tichými obyvateli - řekněte, nechtělo by se Vám státi se také takovým jedním podvodním tvorem a proháněti se v té tajemné džungli vodních krás? V tom čirém a tichém vodním prostoru, v němž jsou zcela jiné zákony tíže, světla, barev i rychlostí než na které jsme zvyklí zde na souši? Já vím, začal jsem trochu nezvykle, ale nicméně Vám chci ukázati cestu, kterou je možné, abyste i vysuchozemci měli možnost poznávat a bezpečně prožívat to, s čím se můžete setkati jen a jen pod hladinou, ať již jezera, řeky či moře.

Prvá a nejdůležitější otázka je - kdo se může potápět?

Je to každý normální, zdravý člověk, který je znalý plavání, nebojí se vody a dovede zadržeti svůj dech nejméně na 20 - 30 vteřin. Ale pozor. Má-li někdo z jakýchkoliv příčin průchozí ušní bubínek, nesmí se potápět, neboť mu hrozí nebezpečí utonutí ze ztráty orientace /bližší v této souvislosti Vám vysvětlí lékař/.

Co je třeba k potápění? Především je to potápěčská maska, nesprávně nazývaná "brýle". Dále tzv. snorkel /angl. foukačka/ a pár gumových ploutví. Toto je základní výstroj sport. potápěče, se kterou je nutné se prakticky seznámit a účelně jí používat ve vodním živlu.

Sportovní potápění je tím nejmladším, ale na zážitky tím nejbohatším sportem, který nabývá den ode dne v celém světě stále větší popularity. S tímto sportem jsme se zásluhou celovečerních autentických filmů Dr. Hans Hasse a kap. Jacques Yves Cousteau seznámili i u nás; a nebude jistě mnohým novinkou, že sportovní potápění začíná své kořeny zapouštět i v našich řekách a přehradních jezerech. Jsme sice vnitrozemským státem a podmínky pro provádění tohoto sportu pochopitelně nejsou u nás tak příznivé jako u mořského pobřeží, ale i za těchto našich stávajících podmínek se nám otevírá možnost poznání něčeho nového a nejdříve zajímavého.

Podvodní horizontální viditelnost až i 35 metrů, která je například ve středomoří, pochopitelně v našich vodách není, ale již viditelnost na 1,5metru nám postačuje k úspěšnému provádění tohoto svérázného sportu. Samozřejmě, že ani s takovými jedinečnými sceneriemi jako byly ve filmech "Svět ticha" a "Výprava Xarifa" se u nás nikde nesetkáme, ale již samo ponoření, pobyt a pohyb v "modrém kontinentě", jak je všeobecně tato Neptunova říše nazývána, nám přináší nezapomenutelné dojmy. Ať je to podvodní technický či biologický průzkum, fotografování, filmování nebo lovení ryb, vždy je to úplná fyzická i duševní zdatnost a připravenost, a dokonalé osobní technické zvládnutí vody, které musí být sportovnímu potápěči vlastní, má-li dojít k bezpečnému a úspěšnému ponoření.

Však každé světlo má svůj stín, a proto hned na počátku chci zdůraznit možnost nebezpečí úrazu tlakem vody, který může mít pro postiženého ty nejvážnější následky, a proto je nutné začínati s treninkem od začátku, pomalu a hlavně stupnovitě.

Skoro všichni noví zájemci o sportovní potápění si mylně představují svůj první pobyt pod hladinou za pomoci dýchacích aparatur, ale není tomu tak. Dýchací podvodní aparáty jsou až na úplném konci potápěčského treninku, a to až tehdy, až již adept překoná veškerá "úskalí" tohoto sportu ve svých teoretických a hlavně praktických zkouškách pod dozorem zkušeného instruktora.

Tyto dýchací aparatury se pro svoji poměrně snadnou domácí výrobu, stávají tužbou prvého řádu všech nováčků - potápěčů - přičemž zapominají na bezpečnost a výsledky pak bývají velmi truchlivé a žalostné. Je nutné si pamatovat, a to zvláště důrazně, že první nejdelší a nejtěžší etapou v této cestě u sportovního potápění je cvičení a zvládnutí tzv. volného potápění, to je, zásadně jen za pomoci vodotěsné masky nebo brýlí, ploutví a krátké dýchací trubky zv. snorkel. Naší snahou je, aby se tento krásná a všemi svými vlastnostmi mužný sport stal hodný svého obdivu, a pomohl nám vychovávat zdravé, silné, zdatné a ukázněné lidi. Rozhodně nechceme, aby se sportovní potápění stalo následkem jeho špatného provádění - pohřebištěm mladých a nadějných talentů. Vždyť přeci není možné stavět dům od střechy dolů, a tak i zde je nutné zachovati přesný postup od základů dále.

Volné potápění, tj. potápění jen se základní potápěčskou výzbrojí a jen za pomoci jednoho nádechu, je tím pravým sportem, který nás postupně aklimatizuje s vodním živlem, sílí nás fyzicky i duševně, zvyšuje a udržuje tyto naše schopnosti, a proto je nutné se stále a stále na tomto základě trénovat. Dýchací aparáty, kterou jsou až na samém konci našeho výcviku, jsou jenom doplňkovým technickým zařízením, které nám umožní v čase potřeby prodloužit náš účelný pobyt pod hladinou.

Nováčkové, nešilhejte tedy po "sebebezpečnějších" dýchacích podvodních aparaturách, neboť i ta sebemenší chyba, jak technická tak i výcviková by měla pro vás osudový následek. Nepodceňujte vodu - nepřeceňujte sebe a lidskou techniku. Sportovní potápění prováděné stupňovitě, jen se základní výzbrojí, tj. masky, ploutví a dýchací trubky, vám otevře cestu do krás vodní říše, která je se svými taji u nás mnohým dosud uzavřena. Ponechávám tento sport u nás již provádíme po několik let a jsme neustále dotazováni - jak na to, chci vám krátce v několika příštích kapitolách pomoci překonat počáteční obtíže a seznámiti vás s potřebnými základními znalostmi sportovního potápěče.

Několik rad začátečníkům - jak na to ...

- a/ Především je nutno býti dobrým plavcem. Tento sport je velmi náročný především na zdraví, a proto jej mohou prováděti jen ti jedinci, nemající chatrného zdraví. Jen samotná chuť a nadšení, není-li toto podloženo řádnou fyzickou zdatností, k tomuto sportu nestačí. Také kouření zde nikomu na výkonnosti nepřidá, a po čase si voda již sama udělá prověrku těch, kteří mohou dále pokračovat. Ukázněnost je ve sportovním potápění zákonem číslo 1.
- b/ Utvořte kolektivy zájemců o 10 až 20 členech.
- c/ Každý člen musí projít lékařskou prohlídkou se zvláštním důrazem na srdce /elektrokardiograf EKG/, plíce /rtg/ a uši. Ten, kdo má z jakékoliv příčiny průchodný ušní bubínek, nesmí sportovní potápění provozovat.
- d/ Založte oddíl při místní základní organizaci Svazarmu, kde se vám dostane přes KV Svazarmu potřebných instrukcí, přednostního nákupu potřebné výzbroje a další všestranné podpory, a to ostatní už záleží jen na vás.
- e/ Zvolte si ze svého středu schopného a zodpovědného vedoucího, který vstoupí ve styk s některým již fungujícím oddílem.

f/ Chodte pravidelně, v zimě nejméně 1x týdně cvičit do krytého bazénu, v létě pak co nejčastěji, kdekoliv je to jen možné.

g/ Mezitím si vyrobte svépomocí vodotěsné brýle nebo masku. Kdo ji může sehnat již hotovou, ušetří si práci, ale vlastnoručně vyrobená více těší. Pamatujte, že nejdůležitější pro sportovní potápění jsou brýle nebo vodotěsná maska, neboť bez tohoto je poznání podvodního světa prakticky nemožné. To ostatní, jako jsou ploutve a dýchací trubka, je již druhotné.

Začáteční trénink

Nebudete-li mít někde příležitost napojiti se na již fungující oddíl, nebo nezískáte-li vhodného instruktora, chci vám poskytnouti několik pokynů, jak trénovat samostatně.

1. Učte se správně užívat ploutví. Je to volní crawlový pohyb dolních končetin. Cvičte v poloze na prsou i při plavání naznak. Začínajte nejdříve u stěny basénu, později s vodícím prknem a nakonec plavte delší vzdálenosti jen za pomoci ploutví s rukama volně podél těla. Často se stává, že při tomto cvičení dostane cvičenec mírnou křeč do lýtek nebo stehen. Není to nic vážného, neboť je to jen přepětí svalů následkem netrénovanosti; při pravidelném, pozvolně zatěžujícím a stálém cvičení již později k těmto zjevům křečí nikdy nedochází.

2. Než uijete masky ve vodě, naučte se na suchu jejímu nošení a správnému dýchání - jen skrze ústa.

3. Zkoušejte zadržovati svůj dech a ponořovati svoji hlavu.

4. Po zvládnutí tohoto úkolu a zvyknutí si přidejte dýchání skrze dýchací trubku, ale opět je dobré začínati i zde mimo vodu.

5. Až toto se vám stane snadné, ponořte se pokrčením v mělké vodě právě tak hluboko, aby konec trubky setrval na d hladinou a zhluboka a pravidelně dýchejte skrze trubku.

6. Když už znáte dobře tento způsob, opět postupte: zadržte svůj dech v nádechu a ponořte, pokrčením se, i horní konec dýchací trubky. Při potřebě opětovného dýchání vynořte jen horní konec dýchací trubky, přičemž hlava je stále ponořena, vyfouknete svůj dech skrze trubku, kteroužto tímto vyčistíte od vody, která tam při ponoření vnikla a opět souvisle a přirozeně dýcháte. Na toto cvičení dávejte zvláštní důraz, až se vám to stane zcela běžné a bezpečné, neboť toto je obzvláště důležité při potápění v hlubší vodě.

7. Když jste již zvládli nošení masky a dýchací trubky, zkoušejte pomocí ploutví potápěčskému zanořování do hlubší vody.

Zanoření

Správné zanoření, tj. dovednost dostat se z hladiny dolů ke dnu, zde přichází pouze s praxí. Proto jen stálé učení dělá mistra. Celkem jsou asi čtyři způsoby možného zanoření se plavce z hladiny dolů, z nichž dva nejběžnější vám nyní popíši, a záleží jen na vás, jak účelně se jich naučíte při své praxi používat.

Jako první a nejužívanější je tzv. Duck Dive /dak dajv/, či kachní potopení.

DUCK DIVE začíná tím, že plavec leží rovně podél hladiny, anebo pluje zvolna crwlováním nohama s ploutvemi. Zhluboka nadýchne, skloní horní polovinu těla hluboko pod vodu, obě nohy volně natažené s chodidly u sebe zdvihne současně, skoro vertikálně nad hladinu, ruce v téže době směřují ke dnu, takže tělo je opět natažené a zvolna sklouzne pod hladinu k žádanému cíli. Všechny pohyby ve vodě musí být dělány pomalu, plynule a bez úsilí. Rovné držení těla zajišťuje vám hladké splývání pod vodou. Jakmile budete klesat pod hladinu, nečinite žádný pohyb nohama, dokud nebudete mít jistotu, že jsou dosti hluboko ponořeny. Jeden nebo dva prsařské záběry vašich paží vám zvýší rychlost klesání, a jestliže jste už pod vodou, pak je to jen volný kmitavý pohyb vašich oploutvených nohou, kterým se budete poměrně snadno a rychle pohybovat ve vodním živlu.

Většina začátečníků při zanořování se pod hladinu začnou, jakmile ponoří svoji hlavu, divoce vlnit nohama ve vzduchu, přičemž nejenže voda prudce stříká po širokém okolí, ale také svým mlácením ohrožují hlavy a skla masek svých přátel nalézajících se právě v jejich blízkosti. Po několika pokusech, když již je začátečník schopen jakéhosi zanoření, sotva se dostane hlouběji, neboť většinu své energie, to je také zásoby potřebného vzduchu, vyčerpá na své bouřlivé potopení. Správně provedený DUCK DIVE je klidné a tiché skloznutí plavce do hlubiny, aniž při tom způsobí hluk, kterým by poplašil ryby v širokém okruhu.

Jiný způsob k dosažení potřebné hloubky, který používá mnoho sportovních potápěčů, je následující: Nejprve se provede nad hladinou několik hlubokých vdechů, přičemž tělo spočívá v té poloze, jako když "šlapeme vodu". Upažené horní končetiny a roztažené nohy s ploutvemi ve stejný okamžik prudce připažíme a přinožíme, čímž se vyšvihnete nad hladinu, jak je vám to jen možné. Následuje rychlý nádech, tělo setrvává v napjaté poloze,

příčemž nohy s ploutvemi jsou nataženy směrem kolmo dolů. Klesnete- rychle pod hladinu, přičemž rychlost klesání i získání větší hloubky se dá zvětšit vzpažením - upažením s dlaněmi rukou obrácenými nahoru. Tímto způsobem můžete bez obtíží dosáhnouti zanoření tří i více metrů. V dostatečné hloubce pak uděláte obrat, jehož točná osa probíhá asi ve výši vašeho pasu a obvyklým způsobem podvodního plavání pokračujete dále ke svému cíli.

Jiný způsob zanoření, který je pro diváka velmi působivý, ale svým provedením je dosti náročný na osobní plavecké schopnosti sport. potá-
pěče, je tzv. BACK DIVE /bek dajv/. V principu je to zanoření při plavání
nznak zvratem po hlavě dolů. Zde je důležité, aby zvrat byl proveden přesně
po vertikální ose, a při tomto zanoření používá plavec jen svých rukou.

Hloubka

Nikdo z vás se nemůže počítati za zkušeného sportovního potá-
pěče, prošel-li i sebedokonalejší teoretickou přípravou, neboť SUB-AQUA
SPORT, má-li vám přinést své pravé poslání, musí být prováděn pravidelně
a hlavně stupňovitě, neboť lidský organismus si musí postupně zvykat na nové
a nepřírozené jeho zatížení. V hloubce 9 metrů nelézá se již značný tlak,
ale opatrným, vytrvalým a stupňovitě prováděným cvičením dochází u lidské-
ho organismu k příslušné aklimatizaci. Přírozeně tedy, začátečník se ne smí
snažiti dosíci hloubky 9 metrů, aby neutrpěl nežádoucí poškození vodním tla-
kem, ale každým svým potopením bude si organismus stále více přivykat na
nové a těžší podmínky, takže teprve po delší době soustavně prováděného pod-
vodního treninku bude moci bez nebezpečí úrazu dosáhnouti této hloubky.

V hloubce 3 metrů je již dosti patrný tlak, který se u začáteč-
níků projevuje jako tlak, nebo píchání v uších a tupou bolestí nebo tlakem
v čelních dutinách lebních. Tyto projevy trvají jen při dosažení kritické
hloubky pro toho či onoho ze začátečníků a ihned po snížení hloubky musí
přestat. Síla těchto tlaků je nám bezpečným vodítkem pro postup při našem
cvičení. Pozor při rýmě, kdy sliznice nosní je zduřena, dochází k bolesti-
vým tlakům již v poměrně malých hloubkách, a proto v takových případech je
nejlépe cvičit jen na hladině, nebo raději vůbec necvičit.

Cvičení v potápění provádíme následovně: po náležitém prodý-
chání provedeme některý ze způsobů zanoření až do stanovené hloubky /na
začátek stačí 2,5 metru/, kde v poloze leže na dně setrváte pokud vám stačí
dech. Po vynoření následuje opět několikeré hluboké prodýchání a opět se
vrátíme do určité hloubky. Toto se opakuje několikrát, přičemž neustále
pozorujeme sami sebe, hlavně tlak v uších a v čelních dutinách. Přesné výs-
ledky hlásíme vždy vedoucímu instruktore, který určuje další. Nečiní-li vám
tato hloubka již opravdu žádných potíží, sestupte o limit, tj. o 0,5 metru

hlouběji atd. Cítíte-li při dalším sestupu nepříjemný či bolestivý tlak, vystupte ihned o limit výše. Cvičení nepřehánějte a také plavání pod vodou řiďte jen v hloubce stanoveného limitu a váš organismus vám sám po čase dovolí další sestup. U volného potápění, tj. potápění jen s nádechem, neseštopujte nikdy hlouběji než 9 metrů, neboť zde už i trénovaným hrozí nebezpečí protržení ušního bubínku, a to je velmi nebezpečná skutečnost pro sportovního potápěče. Bezpečnostní hranice, pod kterou se nemá při běžném tréninku klesat, je 6 metrů. Od 6 metrů dále má být potápěč zajištěn vodící šňůrou, ale rozhodně nikdy neriskujte, nehoňte rekordy, buďte rozumné a uvážliví, neboť nebezpečí tlaku zde je už příliš veliké.

A ještě několik slov k otázce délky pobytu pod vodou. Rozhodně opět nepřehánět. Zpočátku 30 vteřin je úplně postačující k tomu, aby sport. potápěč se ponořil do potřebné hloubky, udělal snímek, nebo harponoval rybu a opět vyplul k hladině. Každým zanořením se budou jeho schopnosti postupně zvyšovat, že po čase bude schopen zůstat "dole" a účelně svého času využít po minutu až minutu a půl. Nezapomínejte, že délka pobytu pod hladinou je závislá na spotřebě kyslíku, tedy čím více pohybů děláte pod vodou, tím větší je vaše spotřeba kyslíku a opačně. Proto každý váš pohyb pod vodou musí být volný, klidný, plynulý a účelný.

Pokračování příště

x x x x x x x

Různé zprávy

Zprávy z oddílů:

Dne 27. května 1970 při oddílové schůzce vlčácké smečky 8. oddílu vodních skautů Mladá Boleslav došlo k mimořádné události. Opravdu junácky se zachoval člen 8. oddílu vodních skautů bratr Jiří Janáček - Akela, který svým příkladným zásahem zachránil život tonoucího chlapce.

V prostoru bývalé vojenské plovárny u jezu na Jizeře konala se 1. schůzka vlčat 8. oddílu vodních skautů Mladá Boleslav, na kterou se dostavilo celkem 16 nováčků. Když byli chlapci rozděleni do šestek a připravovali se k závěrečné hře, došlo k mimořádné události. Přestože chlapcům byl výslovně zakázán vstup na ocelovou konstrukci mostku, vstoupil jeden z chlapců na toto nebezpečné místo. Na vlhkém kovu smekla se chlapci Pavlu Šlemínovi noha a spadl do Jizery. Ihned byl proudem vody unášen do mlýnského náhonu. Jakmile ostatní chlapci toto zpozorovali, vypukla panika. Vůdce smečky bratr Rychla ihned usměrnil počínání chlapců a zahájil záchranu to-

noucího. Bratr Janáček, který byl nejbližší řece, se bleskurychle vysvlékl a vrhl se do ledové vody a několika tempo byl u chlapce, kterému již docházely síly a začínal se potápět. Společnými silami se oboum bratřím a dalšími staršími chlapcům podařilo dopravit malého Pavla na břeh do bezpečí. Chlapci ihned obětavě vysvlékli ze sebe svůj oděv a oblékli jej, aby se nenachladil a urychleně jej dopravili do klubovny oddílu v lihovaru. Přivolali telefonem taxi a zavezli svého malého nového bratříčka domů. Takto dramaticky skončila první schůzka smečky vlčat 8. oddílu vodních skautů.

Právě tento případ byl nejlepším dokladem pravého smyslu skautské výchovy, kdy v prvním případě dokázal v praxi bratr Jiří Janáček význam našeho skautského hesla "BUĎ PŘIPRAVEN" a závaznost slov Junáckého slibu: "... duší i tělem být hotov pomáhati bližnímu ..." a svou tělesnou zdatnost, která je zvyšována systematickou celoroční činností ve skautském oddíle a plněním junáckých stupňů zdatnosti a odborných junáckých zkoušek.

V druhém případě byl praktickým příkladem plnění Zákona vlčat: "Vlče se poddá vždy starému vlku. Vlče se nepoddá nikdy sobě." Jak neplnění tohoto základního životního zákona může dopadnout v praxi, bylo poučením pro všechny nové členy - budoucí vlčata.

O celém případě byli ihned vyrozuměni bratrem Rychlou rodiče chlapce. Rodiče sami vyslovili bratru Janáčkově poděkování za jeho statečný čin a pochvalně se vyslovili o významu skautské výchovy pro mladé chlapce a vedoucím smečky a oddílu dali plnou důvěru za zodpovědné vedení dětí.

Rádi zveřejňujeme tuto zprávu o příkladném činu bratra Jiřího Janáčka. Je podle hodnocení ostatních bratří velmi skromným a obětavým činovníkem a dobrým instruktorem smečky vlčat.

Kapitánská pošta č. 7/1970. Informační oběžník vodních skautů.
VYDÁVÁ vlastním nákladem HKVS v Praze. Pouze pro vnitřní potřebu.

V Praze dne 25. června 1970

Dr. Karel Průcha

Vodní skauting ve službách skautských ideálů

V ono památné jaro 1968 povstalo skautské hnutí k novému životu a k udivení všech lidí nezasvěcených do tajemných dějů chlapeckých a dívčích duší a srdcí narostlo téměř přes noc do desetitisícových počtů. Mládež byla připravena žít podle skautských ideálů a vplula plným tempem do našeho nového národního života. Po obnovení života hnutí započala radostná, ale náročná práce ve všech výchovných jednotkách. První velký cíl byly letní tábory.

A tak opět jako kdysi potkávali občané tohoto státu v těch nikoliv příznivých letních měsících chlapce v skautských stejnokrojích s tornami na zádech, jak se zdravě osmahlí vracejí z táborů do svých domovů po týdnech plných vzruchů a hluboce prožitých událostí. Tábor je vyvrcholením skautské výchovné činnosti a proto se vraceli krokem vážnějším a rozložitějším, znějícím pevně na dlažbách měst a městeček. Kdo nezažil, nepochopí, jaká psychická změna se udála s těmito chlapíky, kteří se rozhodli strávit část svého prázdninového času uprostřed přírody, která jim byla spíše drsnou a přísnou matkou než laskavou maminkou.

Skautští vůdcové a kapitáni vodních oddílů především vědí dobře, že kdo žije nějaký čas v přírodě, naučí se dívat odhodlaně skutečností ve tvář a odnaučí se také mnohým titěrností a změkčilostí pohodlného městského života. Stane se strážlivějším, jadrnějším a především mužnějším. Naučí se pít ze studánky lesní moudrosti, která však lidem nedává nic zadarmo, jak tomu bývá v pohádkách a nutí je ke zvýšenému úsilí, tělesnému i mravnímu. Bez takových chlapíků, kteří se naučí překonávat překážky a považují to za svůj samozřejmý životní úděl, si nelze představit pokrok mládeže ani národa. A úhor pokroku je natno vyorávat až do úpadu.

Často ani sami nevěříme oněm změnám, které pomalu a jistě mění chlapce v muže. A přece táborový život, vedený ve formě velké romantické skautské hry, podložený činným životem ve výchovných jednotkách, připravuje pozvolna, ale jistě mládež na příští vážné a nikoliv snadné životní úsilí. Tu chlapec získává klidné sebedovědomí člověka, který zná svou cenu i své místo v lidské společnosti. Na táboře poznáváme ohromnou sílu junácké myšlenky, jejíž nesmírný vliv se nezastaví

před žádnou duší chlapce nebo dívky. A stojíme sami někdy v radostném překvapení před chlapcem plným dobrých předsevzetí a zdravého životního optimismu, neoblomné chuti do života, bez přepínání a naparování. Vyrovnanost - tento pro mnohé jiné vychovatele nedostižný cíl výchovy, jehož kouzelný obsah znal až dosud jen zralý muž, stává se po nějaké době a při správném vedení podle skautských zásad a řádů samozřejmou pro ty, kteří věrně po několik let slouží junácké myšlence.

Někdy ani my, tím méně rodiče skautů, kteří se domnívají, že mohou své syny a dcery ochránit před všemi předpokládanými životními pohromami a neštěstími, si nedovedeme představit, jakým uragánem zkoušek, hlubokých pochybností o sobě samém i jakými vlnami oprávněné sebedůvěry projde chlapec v týdnech intenzivního skautského života na táboře, kolika proměnami, živými bolestmi i radostmi projde jeho nezkušené a životem ještě plně nedotčené srdce. Kolikrát stojí chlapec před složitými otázkami, o jejichž existenci se mu dosud ani nezdálo. Jak postaven před nezbytné odpovědi na ně, řeší je jednou za pomoc druhých, zkušenějších, nebo právě tak nezkušených druhů a jindy, jsa odkázán jen na vlastní síly, napíná mysl, tělo i nervy, aby dosáhl vítězství v četných soutěžích, nebo aspoň v nich čestně obstál.

Každý skaut prožije na táboře zklamání, před nimiž by ho jeho rodiče ochránili, nebo je aspoň oddálili do dospělého života, kdyby byl nevstoupil dobrovolně do tohoto očištnice povah, těl i srdcí. Někdy se mu dokonce zdá, že měl dát přednost bezstarostnému prázdninovému pobytu v některé prázdninové osadě nebo pohodlnému pobytí s rodiči na dovolené. Ale když pozná ty bláznivě radostné chvíle a opojení junáckých her, denních i nočních, radost z tvrdého mužného života na táboře, mrazivě vážné chvíle nočních táborových hlídek, poznává, že jeho dosavadní život byl prázdný a nudný. Nové myšlenky a odhodlání jím prostupují a prolínají jeho bytost, aby z něho hnětly svébytného mladého muže, jemuž každodenní zápas o život se stane jednou samozřejmým.

Ale pobyt na táboře je jen malou částí roku, i když výchovně neobyčejně cennou; je jen malým vytržením z umělého prostředí, které víc zabíjí než oživuje, které tak málo dává a tak mnoho chce, a které tak málo přeje přímým a poctivým povahám chlapců - skautů. Chceme-li však opravdu formovat národní

duši, dejme mládeži přísnou a až spartánskou jednoduchou výchovu junáckou a sami budeme jednou překvapeni: Vyroste nám zdatné a mravní spolehlivé pokolení, jemuž nic nebude zatěžko v našem historicky tak obtížném postavení. Ponechme však chlapce a dívky jim samým, ať se sami v družinách snaží vychovávat a vzrůstat do velkého národního celku, a my dospělí si ponechejme úlohu velkých spolehlivých bratří, kteří by zasahovali co nejméně a nejbezpečněji.

V těchto několika řádcích jsme se pokusili postihnout působení skautingu na povahové založení chlapce a dívky a vliv skautingu na osobnost na táboře. Podívejme se nyní na některé zásady skautského hnutí.

Velikým a věčným cílem skautingu je výchova charakteru životem v přírodě. Skautingem v podstatě rozumíme práce, úkoly a vlastnosti objevitelů, zálesáků, průkopníků, hraničářů, cestovatelů, vynálezců, hrdinů kultury a civilizace. Z prvků jejich života a snažení je vytvořena soustava her a cvičení, které odpovídají přirozeným sklonům mládeže. Je to tedy hnutí obrodné, hlásající návrat k přírodě. Nyní je už biologicky jasné, že se lidstvo může obrodit jen návratem k přírodním podmínkám životním, doplněným dobrou životosprávou a zřetelům k vyššímu mravnějšímu životu. Život v přírodě nese sebou nekonečné možnosti pestrého, dobrodružného, romantického života a touha po něm činí nadšeným každého chlapce. Tu je také duše dítěte, chlapce a dospívajícího muže účinněji přístupná výchově než ve zdech kamenných měst. Neutíkáme se však do přírody jako zátoky zvětrného přístavu z rozbouraného moře života, kde by se chlapec oddával snivému klidu, trpnému rozjímání v sladké nečinnosti, zatímco v pravém světle lidí činní duchové hrají svou úlohu před tváří dějin. Na druhé straně plný život v přírodě nese sebou tvrdé a drsné nesnáze a nedostatky, velmi často řešitelné jen společnou prací jako jeden muž, ve skupinách-družinách a v oddílech, spjatých skautským zákonem a slibem.

Skautská družina je základní výchovná a výcviková jednotka, opřena o sdružovací pud chlapce a vedená nejzdatnějším chlapcem. Zajišťuje nám vývoj jedinců i celé družiny po stránce tělesné, sociální a mravní.

Po stránce tělesné vytváříme pro dítě a chlapce prostředí, v němž soustavným výcvikem a přiměřenou metodou utužují své zdraví, dosahují snáze relativní a absolutní výkonnosti

ve všech odvětvích tělesných cvičení a skautských disciplin.

Po stránce sociální život v družinách učí přivykat na společné úsilí a uspokojuje radost ze společné činnosti, vede k umění spolupráce, pěstuje vzájemnost a zvyšuje radost. Život v družinách plyne nikoliv ovšem mechanicky, živěji, samovolněji a družněji, než ve velkých anonymních celcích, jako je například školní třída.

Po stránce mrazní práce v družinách vede především k ukázněnosti, kterou jednotlivci nepocítují jako újmu na svobodě, ale jako její umocnění, zdvojení, ovšem po delší výchovné a výcvikové době. Sebeovládání, opřené o postupující sebevědomí a rostoucí smysl pro odpovědnost, pomáhají urychlovat proces zrající osobnosti. A "osobnost", jak praví proslulý francouzský pedagog Piaget, "to je vyvrcholení zespolečenštění, to je ukázněné já, účastníci se na vlastním budování tvořící osobnosti."

Výchovná práce uvnitř družin se vymyká všem neživotným a nepružným pravidlům jako život sám. Družina je živý organismus a nemůže být tedy předem do všech podrobností promyšlena a spoutána přísnými pravidly.

Bylo by příliš z rámce našeho pojednání, kdybychom se podrobně šířili o pedagogické organizaci družiny a oddílu.

Družinové zřízení by zůstalo jen vnějším rámcem a na poloviční cestě, kdybychom je neprozářili vše očišťujícím a vše dítěti odůvodňujícím principem hry. Zakladatel skautingu povýšil hru na nejlepší výchovatelský prostředek - výchovnou metodu - a povýšil ji dokonce na velký výchovatelský filozofický princip tvrzením, že skauting je velká hra. Předešel tím nejen pedagogickou praxi, ale i teorii. Teprve nyní se poznává a uznává, že hra je kulturní činnost, opírající se o pudový základ a obrazivost, která dává dítěti příležitost rozvinout samovolně a svobodně a úplně osobnost chlapce a připravit jej na vážný život dospělého.

Můžeme směle říci se ženevským slavným pedagogem Claperédem, že hra je dítěti jediným ovzduším, v němž jeho psychická bytost může dýchat a jednat.

Má-li se hra stát opravdovou kovádkou aktivních povah, je nutno, aby byla zdůrazněna závodivostí a soutěživostí.

Je samozřejmé, že nemáme na mysli hru, která je jen pouhým vyplněním času, pouhou rekreační hrou bez vyšších výchovných cílů. Má-li hra splnit svoje výchovné poslání, musí být tak uspořádána, aby v ní byla obsažena příští úkolová práce a aby přece zůstala hrou, zajímavým zaměstnáním, jemuž se dítě oddává s celou vášnivostí své duše a srdce. Je nutné, abychom vnesli do hry pevnou zákonnitost, nejen vnější, abychom vytvořili z cvičební látky stejného věkového stupně a téhož cvičebního odvětví skupiny her, tak, aby úkoly, které jsou v jednotlivých hrách obsaženy, byly metodicky stupňovány a souborně zaměřeny k cílům stále vyšším a složitějším, jak je sebou nese požadavek tělesného a mravního vzdělání osobností dospívající mládeže. Tak vlastně učíme jednotlivým skautským disciplinám jako metodickému souboru průpravných her, které jsou sice samy o sobě samostatné a jejichž cíl chlapci netuší, ale které tvoří jednotný výchovný a výcvičný celek. Hra musí být zaměřena k úloze. Odtržena od ní, degeneruje v prázdnou zábavu, která je s to zaujmout na krátký čas, nikoliv však chlapce vzdělávat a cvičit. Avšak hra musí zůstat hrou, neboť změnil-li se předčasně v úlohu, degeneruje v bezduché a mechanické zaměstnání. Skautský vedoucí musí vést hru mezi těmito krajnostmi. Tak se hra stane spolehlivým základem plné organické výkonnosti rostoucí osobnosti. Připravujeme tak cestu k podnětnému probuzení všech skrytých i zjevných schopností, jež bychom vyvinuli jen velmi těžko jinak než hrou. Hrami cvičíme to, čemu říkáme smysl pro čin a smysl pro součinnost.

Takto hra jako metoda bude prokazovat skautskému vůdci neocenitelné služby a promění celé jeho výchovné a výcvičné působení v klubovně, na hřišti, v přírodě i na táboře ve velkou hru, v pravou skautskou hru, která se bude na všech věkových stupních opírat o skutečnou duševní i tělesnou konstituci dospívajícího chlapce, o jeho nejvlastnější potřeby. A s postupujícím věkem bude vyvíjet vlastnosti, jakými jsou touha po poznání přírody, strojů, života sociálního, všech zájmů o skutečnosti tohoto světa, jež jsou podstatou zvědavého ducha. Nakonec reálné a objektivní hodnoty převáží postupně nad iluzí hry. Ale pečlivě pěstovaný duch hry, toužící po užitečném a odpovědném jednání bude mladého muže provázet vítězně dál na křivolaké a tvrdé cestě do práce pro dobro všech.

Má-li se hra stát opravdovou kovádkou aktivních povah, je nutno, aby byla vystupňována závodem a soutěží.

Je málo tak mocných a výchovných prostředků, jakým je závodění. Vyztažuje tělesnou i duševní zdatnost, zlepšuje výkonnost, utvrzuje mravní osobnost chlapce, družiny i oddílu.

Podstatou závodivosti je pud po uplatnění, které nás vede k tomu, že chceme vyrovnat a i předstihnout druhé i sami sebe. Je to víceméně neuvědomnělá touha přiblížit se tomu, co v nás budí úctu a obdiv. V podstatě se závodění opírá o pud sebezachování, pud obrany a v době dospívání i později má na ně také mocný vliv pud pohlavní. Je nám tedy vrozeno a řekněme si hned, že není ohraničeno žádným věkovým stupněm.

Z hlediska mravního může být závodění právě tak dobré jako špatné. To záleží zcela na tom, jaká je pohnutka na činnost. Protože tedy každé závodivé jednání může být stejně ušlechtilé jako zločinné, je prvním úkolem hlavního skautského vůdce, aby povzbuzoval pohnutky chvályhodné a užitečné a potíral vadné. Pro nás je tedy kritériem veškeré závodivé činnosti, tj. touhy vyrovnat se a předstihnout své druhy, mravní zákon.

Nejvznešenější a nejčastější formou závodivosti je závodění o dobro. Učí chlapce konat dobro bez ohledu na vnější spravedlnost a odměnu, hledá jej hledat zadostiučinění za splněný cit povinnosti v sobě samém. Princip závodivosti je mocnou vzpruhou i na této cestě denního konání dobrého skutku jedince i celých družin a vytváří pozvolna zvyk pomáhati bližnímu. I když se tento způsob zdá některým školským pedagogům nedost účinným, přece dlouholetá junácká zkušenost i na tomto poli jako v celé oblasti mravní výchovy dokazuje, že závoděním v konání dobrých skutků dosahujeme pozoruhodných výsledků.

A v naší velké výchovné hře je závodění nutným spojovacím článkem družinové a oddílové práce. Citujeme pro podporu svého tvrzení aspoň názor spolazakladatele československého skautingu Jana Nováka, pro jeho opravdu výchovné a životní zaměření:

"Nejúčinnější metodou, jak posilovat ducha družiny, je trvalé závodění mezi jednotlivými družinami. Nemyslím nějaký závod sportovní, ale závodění v životě. . . Jde tu o probuzení zdravé ctižádosti, bez níž není naděje na úspěch. Každý chla-

pec má být do jisté míry ctižádostivý. Chlapec, kterému je všechno jedno, velmi málo prospěje lidské společnosti, až dospěje v lhostejného muže. Této zdravé ctižádosti přicházíme na pomoc i ve skautingu a mezidružinové závodění je prostředkem nad jiné vhodným".

Skauting přinesl do závodění nový prvek už dávno před tím, než pronikl do tělesné výchovy a sportu: sebezávodivost. Podstata této závodní činnosti spočívá v individuálním úsilí předstihnout sebe sama, to znamená srovnávat dosažené výkony s výkony dosaženými předtím, před týdnem, měsícem, rokem. Tedy nikoliv srovnávání s druhými, protivníky, ale boj a práci na vlastním pokroku, neustálou snahu přibližovat se víc a víc ideálu, který si jedinec vytkl.

Skutečnost, že jsem sám sobě soupeřem, nabádá nesporně k pokroku - ale jen do jistých mezí. Jedinec nemůže nalézt sám v sobě úplně dostačující míru pro své schopnosti. Chybí mu porovnání s průměrem, které nutně musí vyjít jen z nějakého množství. Proto doplňujeme sebezávodění zřetelem k výkonnosti pomyslného soupeře, jímž jsou vynikající, průměrné a slabé výkony chlapců příslušného věku. Jedině srovnáním s druhými můžeme dojít bezpečně ke zjištění vlastní výkonnosti i celé osobnosti. Nakonec se spokojíme zjištěním, opřeným o naši zkušenost, že i ten nejslabší chlapec je schopen pokroku ve všech oblastech lidského chápání a dovedností, a to většího zlepšení, než sám myslí.

Skautská výchovná jednotka i život vyžadují výchovné zaměření a usměrnění závodění do svérázných tvarů bez ohledu na strohé formy dospělých. Pevná a věku i stupni výcviku přizpůsobená pravidla hry, rytířský duch, převážný zřetel k prospěchu blízkého i vzdálenějšího společenství, rozmanitost a zajímavost prostředků, vhodné a nestranné hodnocení dosažených výkonů, dobře uváženým bodováním - to vše činí ze závodění skvělou školou energie a mužné osobnosti. Užijeme-li je v případě i v drsných a nepříznivých podmínkách, znamená vrchol toho, co nám může poskytnout skautská metoda na cestě k pronikavému vyztužení našich chlapců i dívek.

Jestliže je naším základním úkolem znát psychologii chlapce, jeho záliby, přání, touhy i názory, pak skauting na vodě i ve vodě splňuje všechny předpoklady pro to, aby v nich mládež nacházela naplnění svých zájmů, romantičnost

a dobrodružství. Vodní sporty, pronikneme-li je skautskými metodami, nabývají na svéráznosti, zajímavosti a poutavosti. Už jen tím, že se provádějí v prostředí hygienicky nejlepším; udržují zdraví v dokonalé rovnováze, zvětšují svalovou sílu, zjemňují smysl pro pohybový rytmus; vyvíjejí ducha závodivosti, vyžadují kázeň a vedou k sebekázni, odpovědnosti, podnikavosti a k službě bližnímu až do sebeobětování. Tím vším vodní skauting v celé své šířce i hloubce urychluje vývoj charakterních osobností. To všechno za předpokladu, že vedoucí vodního oddílu - kapitán, získá dobré odborné znalosti, je pohotový a obětavý, a je-li zapotřebí i energický - ve správný čas a na správném místě.

Před nedávkem jsme po dvacetiletém odmlčení obnovili svoji činnost. S prvními radostnými dny, kdy povstávali k novému životu vlčácké smečky, junácké oddíly i oddíly skautek, kmemy roverů a kdy opět nastoupili na svá místa činovníci všech stupňů, jsme si kladli základní otázku: Máme dále pokračovat tam, kde jsme kdysi přestali a dále rozvíjet svou výchovnou činnost - bez jakýchkoliv změn? Cíle skautingu zůstávají stejné. Jsou vznešené a cesta k nim bude vždycky obtížná. Metody našeho hnutí ve své podstatě zůstanou nedotčeny. Jen prostředky bude nutno pozměňovat směrem k prohloubení, zpestření naší výchovné činnosti. Některé budeme muset zdůraznit, jiné pozměnit a nikoliv naposled některé vymyslet, zcela ve shodě se zájmy dnešní mládeže.

Ale vodní skauting má všechny předpoklady k tomu, aby plnil své úkoly se stejným elánem jako kdysi. Od plavání, pádlování, veslování, plachtění, tělesných cvičení, až po znalost života řeky, rybníků a jezer. Doplní si však své rozmanité výcvikové prostředky - podle finančních prostředků - vodním motorismem, potápěčstvím a vodním lyžováním. Nejvyšším stupněm výcviku je výcvik na moři.

Moderní svět se neustále pozměňuje. Technika se rozvíjí nikdy netušenou měrou, ráz národního života běře na sebe nové formy, kultura se prohlubuje a rozšiřuje, všeobecná vzdělanost působením sdělovacích prostředků se zvětšuje, věda si čím dále tím více získává místo v lidské společnosti a ovlivňuje její vývoj tak, že se poněkud stává základnou, z níž vychází pomalu a jistě moderní pokrokový stát. Skauting se neustále

vyrovnává s novými potřebami a úkoly, které z tohoto současného pohybu života ve světě i národě vznikají. Musí se však obrátit nebezpečí, že ztratí svůj charakter i svého ducha. Nové musí být integrováno a asimilováno hnutím a přeměněno duchem našeho ideálu v novou krev. Skauting však musí zůstat prostým, protože ideál našeho slibu a zákona je prostý. Je však současně vznešený a vysoký. Skauti nejsou mladí lidé, kteří se nejvíce přiblížili dokonalosti, ale jsou to chlapci a dívky, kteří chtějí žít dobrovolně podle slibu a zákona. Ať tedy zůstane skauting stále mladým a prostým, velkou hrou, která se jim později stane životní hrou v moderním životě naší národní i lidské společnosti. A jeho nejvyšším posláním ať je: vycho-
vávat mládež v muže a ženy, kteří v mohutném vzepjetí své
přispějí svým dílem k vybudování státu, který bude trvalou
ozdobou lidské civilizace a kultury.

Mirko Vosátka

Příroda u řeky

Příroda vytváří kolem vodních toků a ploch svéráznou společnost rostlin a živočichů.

Při plavbě, zejména na menších řekách a stokách dáváme pozor na rostlinný porost, vytvářející někdy romantické partie divokých džunglí tropických pralesů. Řada vodních rostlin je chráněna podle vyhlášky 54/1958 min. školství a kultury, jako rostliny chráněné /dále budou označovány §/. V mírně tekoucích vodách, slepých ramenech a zátocinách najdeme stulíky § /Naphar - všechny druhy/. Jsou nápadné svými žlutými květy, podobnými velkým baňatým knoflíkům. V klidných vodách svítí svou bělostí lekníny /Nymphaea - všechny druhy/. V jejich společenství najdeme někdy Plavín leknínolistý § /Nymphoides peltata/. Má žlutý květ, listy ledvinitého tvaru na spodní straně fialově-červené. Svými pilovitými listy je nápadný Řezan pilovitý § /Stratolotes aloidea/, který kvete bíle menším květem. Pluje na hladinách slepých ramen, kanálů a je poměrně velmi vzácný. Mezi pobřežním porostem nás upoutá sírověžlutý kosatec, vytvářející někdy velké skupiny. Je to Kosatec žlutý § /Iris pseudocorus/.

Rovněž nejbližší okolí vodních toků a to zaplavované, mokřadní, nebo rašelinité losky mají řadu chráněných jedinců, jako:

Vstávač bahenní § /Orchis palustris/, Vstávač májový § /Orchis majalis/, Vstávač tuholistý § /Orchis strictifolia/. Jsou nápadné svým květem, podobným orchidejím, některé příjemně voní. Svým fialovým, jemně vonícím květem upoutá Pětiprstka žežulník § /Gymnadenia conopsea/. Nápadné porosty ze zelených listů, zarůstající zátociny, mělké vodní toky, např. části různých kanálů, vytváří Đáblík bahenní § /Calla palustris/. Květy má podobné bílozelenému touleci. Jetel svými listy připomíná Vachta třílistá § /L. anthes trifoliata/, vzácně se objevuje i Kruštík bahenní § /Epipactis palustris/.

Na rašeliništích najdeme rážově kvetoucí Klikvu žoravina § /Oxycoccus quadriflorus/. Její plody, podobné vel-

kyjn brusnicím, jsou chutné v kompotu. Každá rostlinka má pouze jediný plod. Krásný je keříčkovitý Rojovník bahenní § /Ledum palustre/, připomínající bílými květy miniaturní penišník. Na březích jihomoravských řek /Jihlava, Rokytná/ najdeme omarně vonící květy Bramboříku evropského § /Cyclamen europeum/ . Na lukách v lužních lesích Bleduli letní § /Leucojum aestivum/, liší se od Bledule jarní § /Leucojum vernum/ větším počtem květů na jedné lodyze. Rostlina vyhlíží jako velká konvalinka. Na skalách, lemujících pobřeží řek, nás upoutá oranžověžluté obláčky Tarčice skalní § /Alyssium saxatile/ . Někdy najdeme v jejich společnosti chmýřité květy Koniklece nížního § /Pulsatilla pratensis/ . Na travnatých paloučcích vlají bělostné "voasy" Kavylu Ivonova § /Stipa Ioanis/ . V rychle tekoucích vodách proplouváme kolem "ostrovů" lakašníkú říčního, vytvářejícího bíle kvetoucí plochy na vodní hladině. V klidněji tekoucích vodách proplouváme porosty hvězdoše, různých rdestů. Podél břehu rostou traviny, jako zblochan splývavý a největší. V jejich společenství najdeme rozpak jízlivý, orobinec úzkolistý, rákos obecný, zevar jednoduchý a větévnatý. Krémověžlutými květy, podobnými obláčkům, upoutává na sebe tužebník jilmový. Mimo toto bylinné patro rostou na březích vodních toků různé vrby, olše, topoly. Kolem jejich kmenů vinou se naše "liany" potměchuti s výraznými fialovými květy, nebo nápadně červenými plody, připomínající malé papričky. Fozor - rostlina je jedovatá. Někdy jsou vodní břehy přeměněny v džungli z mohutných listů devětsilu lékařského, vysokých porostů zplanělého cejku, vrbin a mát. Břehy menších řek jsou z jara lemovány blatouchem, jaterníky, sasankami a dalšími rostlinami, sestupujících z lesa a luk až těsně na břeh vodních toků.

Mimo svět rostlin, je tu i svérázný svět živočichů, na říčních březích sice v poměru k rybníčním chudší, ale přece zajímavý.

Rovněž mezi živočichy, obyvateli vodních břehů, najdeme několik označených dle vyhlášky 80/1956 min. školství a kultury za chráněné. Je to Rejsek vodní § /Neomys fodiens/, náš největší rejsek. Výborně plave, potápí. Při ponoření se mu zachytí do chlupů kožíšku mnoho vzduchových bublinek a rejsek pak pod vodou vypadá jako pohybuující se stříbrná kulička. Někdy za úplného ticha uslyšíme nepříjemné zvuky, podobné ostrému skřípavému vrzání, což jsou hlasové projevy rejseka.

Naši největší vodní šelmou je Vydra říční § /Lutra lutra/. Je to převážně noční zvíře. Pod vodou se řídí nejen zrakem, ale i citovými vousy, obrůstající její tlamu. Na menších řekách, vodních kanálech a stokách, protékajících mezi rybníky, uvidíme ondatru pižmovou. Byla u nás vysazena v r. 1905 na rybníce u Staré Huti u Dobříše v několika párech. Postupně se rozšířila po celých Čechách a přešla i do sousedních zemí. Na vodní toky se zatoulávají z rybníků, kde si staví kupovité stavby z rákosy a vyhrabávají nory do břehů a hrází.

Z ptačí říše prolétne někdy kolem nás "létající draho-kam" Ledňáček obecný § /Alcedo atthis/. Na horských říčkách nás upoutá pták něco větší než kos, je to Skorec vodní § /Cinclus cinclus/. Ponořuje se hbitě pod vodu, běhá po jejím dně a sbírá larvy chrostků. Hnízdo si staví často za vodní stěnou vodopádu, jezu a podobně. Vzácně krouží někdy nad vodou Orlovec říční § /Pandion haliaetus/. Je o málo větší než káně lesní. Vespod je bílý, svrchu černý a křídla má lomená dozadu. Na bažinatých lukách vidíme někdy Čápa bílého § /Ciconia ciconia/. Na hladinách plují jednotlivě, nebo v hejnech kachny divoké. S křikem létají kolem nás různé račkové.

Ze žab najdeme u vodních toků skokana zeleného, z hadů užovku obojkatou. Má za hlavou světlé skvrny. Samci oranžověžluté, samice bíložluté. Výborně plave a loví si potravu mezi vodní zvěří.

Každý vodák poznal útrapy letních večerů ve společnosti komárů a jiného bodavého hmyzu. Patří sem bzikavka dešťová, bzikavka slepoočko, komár písklavý a komár útočný. Samičky všech těchto tří hmyzích druhů jsou velmi útočné a živí se krví savců.

Zkušeni vodáci používají jako ochranný prostředek proti dotěrnému hmyzu větší dávky vitamínu B₁. Pojídají buď kvasnice, nebo tablety, obsahující tento vitamín. Lidský pot, napojený vůní tohoto vitamínu, odpuzuje útočící hmyz.

Je starou vodáckou tradicí, že přes všechno vodácké opojení a dřinu nezapomíná se na šestý bod skautského desatera: skaut je ochráncem přírody a cenných výtvarů lidských.

Ing. Zdeněk Hájek

Táborové stavby vodních skautů

Ke každému stálému táboru patří jako důležitá výchovná složka - táborové stavby. To platí i pro vodní skauty. Chlapci a děvčata se při těchto stavbách cvičí ve zručnosti a ve vynalézavosti a právě touto prací se odlišují skautské tábory od jiných. Důležité je, aby se členové oddílu s minimálními nástroji zařídili co nejlépe k delšímu pobytu v přírodě. Nestavíme však za každou cenu a neztrácíme tím čas pro vlastní program tábora.

Zásadně lze říci, že stálé tábory vodních skautů budou vybaveny obdobně, jako tábory pozemních skautů a navíc nutnými stavbami pro vodácký výcvik. Z nutných táborových staveb je na prvním místě odpadová jáma a latrina, pak vlastní tábor, tj. podsady stanů včetně vlajkového stožáru a konečně kuchyně společně se zásobárnou. Z typicky vodáckých staveb jsou to obvykle přístavy se zpevněním břehů, mola, hlídkové věže v přístavech, dále jezy a mostky.

Nezapomínejme na účelné rozmístění těchto staveb, tj. na polohu vzhledem k slunci, na vzdálenost mezi jednotlivými stavbami, na polohu staveb vůči lesu, vodě, komunikacím. Máme-li zvolit celkové uspořádání tábora a tím i táborových staveb, bereme v úvahu především přírodní podmínky a terénní tvar tábořiště. Důležité je uvědomit si rovněž počet tábořících a dle toho volit tvar tábora a vzít v úvahu i celkový estetický vzhled tábora. Mějme především my v tomto směru cit s přírodou.

Táborovými stavbami, které se používají ve všech táborech, se nebudeme zde zabývat, neboť se o nich napsalo již mnoho v jiných skautských příručkách. Naším úkolem je seznámit vodní skauty s možností vybudovat typické vodácké stavby v jejich stálých táborech. Budeme se zabývat pouze vlastními přístavy, moly, hlídkovými věžemi a eventuálně jezy a mostky. Pro všechny stavby, které budujeme na vodních tocích, nebo přes tyto toky, je nutno mít souhlas od majitele pozemku a dle jeho pokynů po ukončení tábora opět všechny stavby případně zrušit.

1. Přístavy se zpevněním břehů

Nejjednodušší úprava přístavu, který vybereme co možná v zátočině řeky nebo rybníka apod., je soustava zaberaněných pilot, spojených vodorovně několika hlavními kulatinkami. Tyto kulatiny propleteme svíslé proutím tak, aby zához z kamenů, šterka a hlíny nebyl vyplavován vodou. Horní ukončení provedeme opět kulatinou, kterou upevníme na horní konce pilot. V tomto případě zaberaníme pro uvazování lodí další piloty vně dřevěné konstrukce přístavu a ponecháme je o asi 30 cm vyšší než bude horní hrana přístavu. Tyto piloty /uvazovací kůly/ spojíme s konstrukcí přístavu buď svázáním lanem nebo železnými skobami.

Další eventualitou je konstrukce, která má daleko více svíslých zaberaněných pilot, propletených proutím vodorovně a ukončených rovněž vodorovnou kulatinou přes horní konce pilot. Zde lze využít k uvazování lodí vždy jednu z těchto pilot, kterou opět ponecháme o 30 cm vyšší oproti horní hraně přístavu. /Obr. č. 1 a 2/. Pro řádné zakotvení lodí nesmíme zapomenout, aby každá z nich měla na straně, vzdálenější od přístavu, vždy lano s kotvou. Stačí pochopitelně větší kámen, dobře uvázaný.

2. Mola

Někdy budujeme u přístavu mola, která obyčejně uzavírají z jedné strany přístav. Mola směřují skoro vždy kolmo do řeky nebo rybníka a lze je provádět s našimi prostředky jen tehdy, pokud to dno řeky nebo rybníka dovolí, tzn. pokud se mohou zaberanit do dna piloty bárek, která tvoří nosnou konstrukci mola. Piloty bárek zaberaníme do dna asi na 1/3 délky, krajní piloty zaberaníme šikmo ve sklonu asi 1 : 10 a vnitřní pak kolmo. V prostoru pod vodou vyztužíme bárku kleštinami, tj. vodorovnými závětrovacími kulatinami. Jsou-li piloty příliš dlouhé, což bývá málokdy, vyztuží se bárky ještě větrovními příčkami nad hladinou vody. Na tyto bárky se uloží hlavní nosníky vlastního mola a podlaha z příčných drobnějších kulatinek, event. krajinek. Hlavní konstrukci je nutno dobře zajistit železnými skobami, eventuálně svázat ještě lanem. /Obr. 3 a 4/.

3. Hlídkové věže

Hlídkové věže stavíme obyčejně u přístavu, někdy na ně umístíme světlo v noci, které obsluhuje hlídka. V případě, že hlavní přístup do tábora je od vody, tj. od přístavu, je vhodné spojit tuto věž se vstupní branou tábora. Tyto věže by měly být aspoň 4 m vysoké, pevné konstrukce. Nahoře je obvykle vybudovaná plošina se zábradlím a stříškou. Tam, kde je dostatek stromů, lze použít místo nosných hlavních kůlů stromů, pochopitelně po dohodě s lesním závodem tak, že po zrušení tábora je možno tuto věž používat pro myslivecké účely, jako posedu.

V každém případě je nutno hlavní nosnou konstrukci řádně vyztážit jednak vodorovně dole u země a nahoře plošinou a pak zavětrovat mezi hlavními nosnými kůly. Žebřík lze vybudovat přímo na této konstrukci nebo v mírnějším sklonu samostatně. Zábradlí plošinky stačí provést z několika vodorovných kulatin, přibitých na sloupcích, umístěných v rozích plošiny, která by měla být maximálně 150 x 150 cm velká. Tyto sloupky mohou nést i stříšku nad plošinou. Je dobré umístit zde stůl a lavičku. Naše hlídkové věže nám mají trochu připomínat majáky a zde by tedy měla působit fantazie vodních skautů, aby to opravdu tak bylo. Jestliže má oddíl lodní zvon, měl by být zde a měly by se zde odbíjet lodní hodiny /Obr. č. 5 a 6/.

4. Jezy

Jezy jsou nízké objekty postavené napříč vodního toku, obyčejně potoka. Mají za úkol vzdout hladinu po dobu tábora, obyčejně pro možnost koupání. Pro tyto účely stačí malé dřevěné jezy, jejich základ tvoří řada pilot. Meziprostory pobijeme drobnější kulatinou nebo propleteme proutím obdobně, jako u zpevnění břehu při budování přístavu. Proti proudu pak navršíme kameny a vyplníme šterkem. Vývařiště provedeme rovněž z drobné kulatiny, uložené na zaberaněných krátkých pilotách, přičemž pod kulatinky narovnáme větší ploché kameny proti vymílání dna. Ve větších řekách není možno tyto jezy budovat, jednak by to nebylo technicky zvládnutelné a jednak nikdo nám nedá k tomu povolení. V každém případě je nutno takový objekt zrušit při ukončení tábora a koryto uvést do původního stavu. /Obr. č. 7 a 8/.

5. Mostky

Mostky jsou nejčastější větší vodní stavbou, budovanou na letních táborech, jak vodních tak suchozemských skautů. Mají být jednoduché, ale pevné konstrukce a všechny jejich součásti musí být dobře provětrovány. Dřevěné mostky budujeme nejčastěji do max. rozpětí 5 m jako jedno pole, což znamená rozpětí od jedné podpory ke druhé. Nejdůležitější součástí celé konstrukce jsou hlavní nosníky. Tento nosník je namáhán na ohyb a z něho se přenáší zatížení do podpor. U dřevěných mostků spočívá nosník buď přímo na opěrném zdivu nebo na speciálním trámu, tzv. pozednici.

Mostky do 5 m zahrneme do lávek a do jednoduchých mostků. Větší rozpětí nepřicházejí v našich případech v úvahu. Obvykle budeme stavět tyto konstrukce z kulatiny a ne z hraněného materiálu. V případech, kdy budeme nuceni stavět mosty o větších rozpětích, použijeme konstrukce zesílené vzpěradlem nebo věšadlem, abychom se vyhnuli konstrukci se střední opěrou, tzn. s bárkou jako u konstrukce mola. Do rozpětí cca 8 m použijeme jednoduché vzpěradlo trojúhelníkové. Znamená to, že uprostřed hlavních nosníků vytvoříme podporu, jejíž tlaky přeneseme šikmými vzpěrami do břehů vodního toku. Vzpěry jsou přitom řádně zavětrovány. Vše zabezpečíme event. čepováním a železnými skobami. Jiným typem zesílení je věšadlo. Pro naše rozpětí 8 m je to opět jednoduché trojúhelníkové věšadlo, kde je podpora ve středu hlavních nosníků zavěšena na sloupku, který je rozepřen šikmými vzpěrami do podpor těchto hlavních nosníků. U věšadla i vzpěradla provedeme vzpěry pod úhlem cca 45° .

Při šířce mostku do cca 2 m stačí nám 2 hlavní nosníky o průměru asi 20 cm. Při větších šířkách je nutno přidat další hlavní nosníky, přičemž pak vzdálenost mezi nimi neděláme větší než 1,50 m, protože mostek pak může být daleko více zatížen. Dle druhu zatížení rozmístujeme rovněž nosníky tak, aby byly po hlavním zatížení /Obr. č. 13/.



STULÍK ŽLUTÝ

LOKUŠNÍK VZPLÝVAVÝ

LEKNÍN BÍLÝ



ŘEZAN DVOULISTÝ

RDEŠT VZPLÝVAVÝ

HVĚZDOČ JARLI



STULÍK ŽLUTÝ

LOKUŠNÍK VZPLÝVAVÝ

LEKNÍN BÍLÝ



ŘEZAV PILOLISTÝ



HVĚZDOČ JARNÍ

RDEŠ VZPLÝVAVÝ



STULÍK ŽLUTÝ

LOKUŠNÍK VZPLÝVAVÝ

LEKNÍN BÍLÝ



ŘEZAN PÍLOLISTÝ



RDEŇ VZPLÝVAVÝ

HVĚZDOČ JARUJ

VYDRA KICHI



OHDAIRA
PIZNOVA



REZSEK VODNI



PLAVÍN
LEKNIČNÝ



Yokko
Koban

ČIBUČK
BAHEŇNÝ



KOSATEC
ŽLTÝ



ZEVAŘ
VZPŘÍMENÝ



ROZJOVINK
BAHEŇNÝ

KLIČVA
ŽAROVNÁ

+

Rozjoviná bahenní

Kličva žarovná